

## آیا افراد شاد، اخلاقمندتر هستند؟

دکتر مریم مال میر<sup>۱\*</sup>، محمد خان احمدی<sup>۲</sup>، دکتر داریوش فرهود<sup>۳</sup>

۱. گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران

۲. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی

۳. دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی تهران

۴. گروه علوم پایه، اخلاق پزشکی، فرهنگستان علوم پزشکی ایران

(تاریخ دریافت: ۹۲/۵/۱۵، تاریخ پذیرش: ۹۲/۱۰/۱۶)

### چکیده

زمینه: شادکامی به عنوان مهم ترین متغیر مورد بحث در روانشناسی مثبت نگر و عاملی مؤثر در بسترهای اجتماعی، اقتصادی و سیاسی هر جامعه، پژوهش های فراوانی را برانگیخته است. یکی از مباحث مهم در ادبیات شادکامی، بررسی رابطه شادکامی با اخلاق است. فلاسفه، بیشتر بر نقش اخلاق در ایجاد شادکامی تأکید دارند و نظریات آنها بر مبنای دو مکتب فکری لذت گرایی و نیکی گرایی شکل گرفته است. نظریه های فلاسفه در باب رابطه اخلاق با شادکامی را می توان در ۳ گروه دسته بندی کرد: اخلاق نگر، نتیجه نگر و عمل نگر. اما در زمینه پژوهش تجربی، رابطه دوسویه میان مؤلفه های اخلاقی مانند: نوع دوستی، مهرورزی، همدلی، مشارکت داوطلبانه، ... با شادکامی مورد بررسی قرار گرفته است. هدف در بررسی حاضر؛ کنکاش در ادبیات تحقیق برای جستجوی پاسخ به این سؤال است که آیا افراد شاد، اخلاقمندتر هستند؟

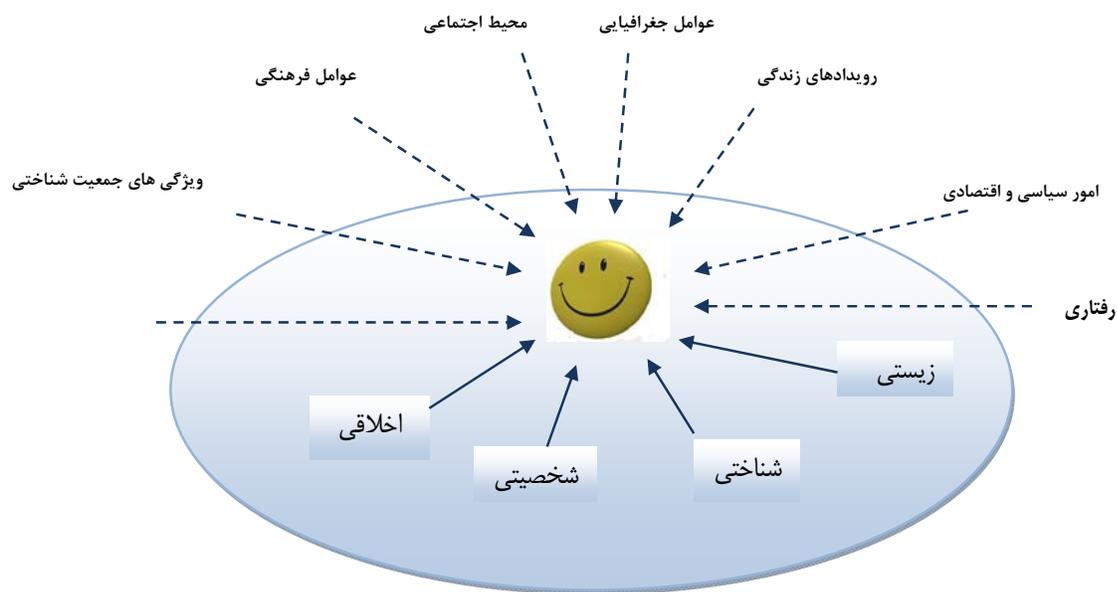
نتیجه گیری: با توجه به ادبیات فلسفی موجود و پژوهش های تجربی، می توان وجود رابطه ای مثبت و دوسویه میان شادکامی و رفتار اخلاق مدارانه را مطرح کرد. افراد شاد، اخلاقی تر عمل می کنند و همچنین، می توان رفتار اخلاقی را به عنوان عامل فزاینده سطح شادکامی به حساب آورد. بدین ترتیب، چرخه ای به وجود می آید که فرد شاد، اخلاقی تر عمل می کند و رفتار اخلاق مدارانه وی، سطح شادکامی او را افزایش می دهد.

کلیدواژه ها: شادکامی، روانشناسی مثبت نگر، اخلاق

### سر آغاز

خوشی<sup>۶</sup>، سطح بالای هیجانات مثبت، رضایت از زندگی<sup>۷</sup> و ... پس از گذشت قرن ها، امروزه شادکامی به عنوان هسته اصلی روانشناسی مثبت نگر<sup>۸</sup> مطرح است. مفهوم شادکامی به شکل های متفاوتی استفاده می شود. در یک معنای بسیار گسترده، شادکامی به عنوان یک واژه کلی برای هر آنچه که خوب است مورد استفاده قرار می گیرد.

در طول تاریخ، فلاسفه و دانشمندان ویژگی های مختلفی را به عنوان عناصر اصلی زندگی شاد بیان کرده اند و مفاهیم زیادی را به عنوان معادلی برای شادکامی<sup>۱</sup> برشمرده اند. از جمله: نیک سرشتی<sup>۲</sup>، زندگی شرافتمندانه<sup>۳</sup> و آرمانی<sup>۴</sup>، نیکبختی<sup>۵</sup>،



نگاره ۱: عوامل مرتبط با شادکامی

در حیطه روانشناسی مثبت نگر، شادکامی را می‌توان در قالب دو مفهوم بررسی کرد که هر یک تعاریف خاص خود را دارند: نیکبختی پنداری<sup>۱۲</sup> و نیکبختی دیداری<sup>۱۳</sup>. نیکبختی پنداری به معنای قضاوت‌های کلی فرد درباره میزان مطلوب بودن زندگی خود می‌باشد که حافظه محور است و نیکبختی دیداری به معنای بررسی سطح شادکامی دیگری، در زمان معین، بر مبنای ثبت مستمر حالت‌های فرد در پیوستار خوب / بد است (۱).

### اخلاق در ادبیات شادکامی

اخلاق<sup>۱۴</sup> در لغت جمع واژه خلق و به معنای خوی‌هاست. از این رو دانش بررسی و ارزش‌گذاری بر خوی‌ها و رفتارهای آدمی، علم اخلاق نامیده می‌شود. آموزه‌های اخلاقی ریشه در ۱۵۰۰ سال پیش از میلاد مسیح دارد. آنچه تاریخ شناخته شده و مدون فرهنگ انسانی نشان می‌دهد، زرتشت نخستین کسی است که در برترین پایه به ارزش‌های والای اخلاقی اندیشیده و با زبانی آسمانی درباره آنها سخن گفته است (۶). اما اخلاق در ادبیات شادکامی چه نقشی دارد؟ با توجه به ادبیات پژوهش، دو نوع کلی از شادکامی را می‌توان متمایز ساخت:

در این معنا اغلب، مترادف با واژه‌های نیکبختی و کیفیت زندگی<sup>۱۵</sup> است و بر خوشبختی و رفاه فردی - اجتماعی دلالت دارد. پژوهشگران حیطه روانشناسی مثبت‌نگر، عوامل زمینه ساز بسیاری را برای شادکامی مطرح نموده‌اند. گروهی شادکامی را ناشی از عوامل ژنتیکی و وراثتی می‌دانند، برخی منبع ایجاد شادکامی را در کسب درآمد بالا و برخی دیگر، فعال بودن در طول زندگی را عامل ایجاد کننده شادکامی می‌دانند. اما پژوهش‌های بسیاری که در این زمینه صورت گرفته است، نشان دهنده این امر است که منبع ایجاد شادکامی یک یا دو عامل خاص نیست، بلکه گروهی از عوامل در تعامل با هم شادکامی را ایجاد می‌کنند (۱ و ۲).

به‌طور کلی دو گروه عوامل درونی<sup>۱۶</sup> (شناختی، شخصیتی، اخلاقی، زیستی) و عوامل بیرونی<sup>۱۷</sup> (جمعیتی، رفتاری، جغرافیایی، اجتماعی، فرهنگی، رویدادهای زندگی، سیاسی و اقتصادی و زیبا شناختی)، انسان و هیجان‌های وی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (نگاره ۱). هیجان‌ها، از جمله شادکامی، در تقابل میان عوامل درونی و بیرونی شکل می‌گیرند. البته، باید به این امر توجه داشت که وزن هر یک از این عوامل در چنین رابطه‌ای متفاوت است (۲-۵).

۱. نیکی گرای<sup>۱۵</sup>

۲. لذت گرای<sup>۱۶</sup>

تمایز میان این دو مکتب فکری در مطالعه رابطه میان اخلاق و شادکامی از اهمیت بالایی برخوردار است (۷). طرفداران مکتب فکری نیکی گرای با تبعیت از تفکر ارسطویی معتقدند؛ شادکامی از طریق انجام کارهای خوب به دست می‌آید. آنها به ویژه به رفتارهای افراد در ارتباط‌های بین شخصی توجه می‌کنند. در این مکتب، تأکید بر جستجوها و فعالیت‌های غیرمادی است که شامل: راستی و رفتار عادلانه است و بیان می‌شود؛ کسب ثروت و راحتی جسمانی و به طور کل، تمامی لذتها و دردهای جسمانی از شادکامی جلوگیری می‌کنند، در حالیکه، تحول ذهن و روح چیزهای هستند که شادکامی را تولید می‌کنند. طرفداران این مکتب فکری درباره وجود نیازهای بشری متفاوت مانند: نیازهای جسمی (به عنوان نیازهای سطح پایین) و نیازهای روانی (به عنوان نیازهای سطح بالا) بحث می‌کنند و به اعتقاد آنها آنچه شادکامی بلند مدت را به وجود می‌آورد، نیازهای روانشناختی سطح بالاست (۸). برای نمونه؛ در نظریه معروف هرم مازلو، مبنی بر وجود تعدادی نیاز ذاتی که رفتار هر فرد را فعال کرده و هدایت می‌کنند، افرادی که به خودشکوفایی دست می‌یابند نسبت به کسانی که در تلاش برای به دست آوردن نیازهای فیزیولوژیکی و امنیتی هستند، سطح رضایت از زندگی بیشتری دارند (۹). (نگاره ۲).

طرفداران مکتب فکری لذت گرای که به واسطه نظرات بنتهام بناگذاشته شده است، معتقدند؛ بالا رفتن سطح لذتها و به دست آوردن ثروت و لذتهای مادی عامل ایجاد کننده شادکامی است. لذت گرای یک مکتب فکری خودجهت یافته است و شادکامی را نتیجه اجتناب از درد و کسب لذت می‌داند. به اعتقاد این گروه رفتار اخلاقی، شادی را به وجود می‌آورد اگر، این رفتارها هدایت کننده راحتی‌های جسمی و مادی باشند. به سخن دیگر، در سنت لذت گرایان، رفتار اخلاقی به تنهایی عامل شادکامی شخص نیست و این رفتارها تا جایی می‌توانند شادی را افزایش دهند که لذت‌های جسمانی و مادی تامین شوند (۸).

### ارتباط میان اخلاق و شادکامی در فلسفه

مطالعه این امر که شادکامی چیست ؟ و چه کسی شادکام تر است ؟ یکی از مباحث مورد علاقه فلاسفه بوده است. برای نمونه؛ هرودت بحث جالبی را که میان کروسوس ( که فردی ثروتمند در زمان خود بود) و سولون (آنی اهل مسافرت و قانون) درباره شادکامی درگرفت را چنین روایت می‌کند:

کروسوس تلاش داشت تا سولون را متقاعد کند که ثروت بسیار او باعث می‌شود او شادکام ترین مرد دنیا باشد. کروسوس بیان کرد که هیچ کمبودی ندارد و بنابراین، باید شادترین مرد دنیا باشد. سولون، برای آگاه کردن کروسوس، در پاسخ به او می‌گوید: با استناد به نظر تو درباره ویژگی‌های فرد شادکام پس تلوس ممکن است شادترین مرد دنیا باشد. چرا که وی پدر پسرانی شجاع است که در شهری ثروتمند زندگی می‌کنند، زاده و ولد دارند و همگی سلامتند. خود تلوس نیز ثروتمند است و در تمام زندگی اش فردی درستکار و صادق بوده است. اما باید گفت که ثروت تنها عامل شادکامی نیست. سولون در ادامه صحبت‌های خود می‌گوید: کروسوس و تلوس باید مطمئن باشند که هیچ مردی نمی‌تواند شادکام نامیده شود تا زمانی که بمیرد. تمام شرایط دلخواه می‌توانند با چشم به هم زدن قبل از لحظه مرگ تغییر یابند (۱۰).

فلاسفه و دانشمندان برای پاسخ به سوال: " آیا افراد شاد، اخلاقمند تر هستند؟" نظریه‌های گوناگونی را مطرح کرده اند که می‌توان آنها را در ۳ گروه قرار داد (جدول ۱).



نگاره ۲: سلسله مراتب نیازهای مازلو

جدول ۱: نظریه های فلسفی در باره رابطه اخلاق و شادکامی

نظریه	توضیح	ارائه دهندگان
اخلاق نگر <sup>۱۷</sup>	اخلاق بدون هیچ واسطه ای عامل ایجاد کننده شادکامی است.	افلاطون (۳۴۷-۴۲۷ ق م) ارسطو (۳۲۲-۳۸۴ ق م) آدام اسمیت (۱۷۹۰-۱۷۲۳ م)
نتیجه نگر <sup>۱۸</sup>	خوشی های جسمی و مادی عامل به وجود آورنده شادکامی است.	بنتهام (۱۷۴۸-۱۸۳۲ م) استوارت میل (۱۸۰۶-۱۸۷۳ م)
عمل نگر <sup>۱۹</sup>	اخلاق به واسطه ایجاد احساس رضایت درونی، عامل به وجود آورنده شادکامی است.	دکارت (۱۶۵۰-۱۵۹۶ م) کانت (۱۷۲۴-۱۸۰۴ م)

فلاسفه اخلاق نگر

افلاطون:

تعریفی که افلاطون از شادکامی و رابطه آن با اخلاق ارائه می کند مبهم است. با مروری بر کارهای وی می توان گفت: تعریف وی از شادکامی به شکل معناداری از دیدگاه های سنتی فاصله می گیرد. به ویژه ابتدا دیدگاهی منفی از شادکامی داشت. گزارش های مثبت در کارهای بعدی وی دیده شد. به ویژه در کتاب جمهوری که شادکامی را به عنوان حالتی از کمال تعریف می کند. اما در این زمان نیز به دلیل تأکید بر فرضیات مابعدالطبیعه، درک این تعریف بسیار سخت است.

در نهایت، در ایده آل های اخلاقی افلاطون، شادکامی به عنوان پارسایی، از خودگذشتگی و دور ماندن روح از لذات جسمی معنا می یابد.

بنابراین، افلاطون را می توان از طرفداران مکتب نیکی گرایی محسوب کرد. وی تعریفی شرافت محور از اخلاق به دست می دهد و معتقد است بالاترین هدف اخلاق، شادکامی است (۱۱). افلاطون بیان می کند که؛ افراد باید اخلاقی باشند چرا که، تنها منبع واقعی و پایان ناپذیر شادی است. وی در کتاب جمهوری بیان می کند: «یک فرد عادل شاد و یک فرد غیرعادل غمگین است.» و اینکه: «بهترین و عالی ترین ویژگی عدالت

شادی است.» بنابراین، به اعتقاد افلاطون افراد اخلاق مدار شادکامی بیشتری را در زندگی تجربه می کنند (۱۲).

ارسطو:

ارسطو انسان را «جانور اجتماعی<sup>۲۰</sup>» می نامد که نیازمند روابط اجتماعی و گسترش وابستگی های اجتماعی با دیگر اعضای جامعه است. قسمت مهمی از این روابط اجتماعی را کمک به هموعان تشکیل می دهد. با توجه به این امر، وی شادکامی را فعالیت روح در راستای کمک به هموعان، نیکی و شرافتمندی می دانست که به واسطه یک زندگی طولانی مدت، سلامت جسمی و پول حمایت می شد (۱۳). در کتاب اخلاق نیکوماخن<sup>۲۱</sup> ارسطو بیان می کند: «زندگی شرافتمندانه شادکامی را افزایش می دهد و این شرافت از طریق رفتار کردن به شیوه اخلاقی حاصل می شود» (۱۴).

از نظر ارسطو شرافت انواع مختلفی دارد:

شرافت اخلاقی که در زندگی روزمره بروز می کند، مانند: قضاوت عادلانه و خویشتنداری.

شرافت هوشی که در زندگی علمی افراد بروز می کند، مانند: خرد و درک (۱۵).

## آدام اسمیت:

همچنین، بر دور از دسترس بودن تأثیر کارهای اشتباه بیشتر از سایر لذت‌گرایانی همچون بنتهام تأکید دارد (۲۰ و ۲۱).

آدام اسمیت در تلقی خودش دربارهٔ رابطهٔ اخلاق و شادکامی واضح‌تر است. به اعتقاد وی ناشادی به دنبال انتخاب یک راه فاسد و احمقانه در برابر یک راه شرافتمندانه و بخردانه به وجود می‌آید. وی ادامه می‌دهد؛ گرایش به یک موقعیت حسادت برانگیز کاندیدی برای توقف راه شرافت و ناشادکامی است (۱۵).

## فلاسفهٔ نتیجه‌نگر

### بنتهام:

آنچه به عنوان نظریهٔ اخلاقی دکارت مطرح است برگرفته از نامه‌های وی است. نظریهٔ اخلاقی دکارت بر مبنای تمایز میان شادکامی و خوشبختی شکل گرفته است. تمایزی که هیچ‌گاه به روشنی توسط خود دکارت مطرح نشده بلکه توسط مفسرین نظریهٔ دکارت بیان شده است (۲۲).

فلسفهٔ اخلاقی بنتهام بر اساس دو فرض اصلی استوار است: تجارب خوب و بد قابل اندازه‌گیری هستند. ارزش‌گذاری آنها برای یک شخص توسط خودش بر اساس ۴ فاکتور انجام می‌شود: شدت، مدت، قطعیت یا عدم قطعیت، نزدیکی یا دوری آن.

وی معتقد است، شادکامی در قدرت فرد برای به دست آوردن چیزها نهفته است. او بیان می‌کند؛ شادکامی به یک حالت درونی از رضایت و رضایتمندی از آنچه فرد انجام می‌دهد و انجام داده است، وابسته است. شادکامی به شرایط زندگی که ما باعث ایجاد آن نیستیم وابسته نیست، بلکه وابسته به این امر است که فرد چطور نحوهٔ پاسخگویی خود به این شرایط را انتخاب می‌کند (۲۳).

داده‌های به دست آمده از افراد راه هم می‌توان برای فرد لحاظ کرد و هم این داده‌های فردی را می‌توان جمع کرد تا به خوب بودن اجتماعی رسید (۱۶).

بنابراین، در نظریهٔ دکارت، شادکامی به عنوان رضایت ذهنی سطح بالا و رضایتمندی درونی قلمداد می‌شود. به اعتقاد وی، افرادی که از رفتار و احساسات خود در گذشته پشیمان هستند با مانعی بزرگ برای شاد بودن مواجه‌اند. پس می‌توان چنین گفت که؛ در نظریهٔ دکارت حفظ شرافت و نیک‌سرشتی (بعد اخلاقی) عامل مهم برای شادکامی است. افراد برای به دست آوردن رضایت درونی باید شرافت را هدف همهٔ اعمال خود قرار داده و خود را در این راه وقف کنند (۲۳).

هدف یک عمل بالا بردن سطح لذت است. لذتی که به اعتقاد بنتهام و پیروانش عبارتست از: گرایش به یک موضوع یا عمل برای کاهش یا افزایش سطح شادکامی (۱۷ و ۱۸). بنابراین، شادکامی از نظر وی، یک تجربه روانشناختی از مجموع لذت‌ها و دردهاست و فلسفه اش به عنوان فلسفه لذت‌گرایی شناخته می‌شود، چرا که وی تأکید بر لذت ناشی از نتایج رفتارها دارد. بنتهام دربارهٔ این مطلب بحث می‌کند که کیفیت عمل اخلاقی به واسطهٔ نتایج آن بر شادکامی مورد قضاوت قرار می‌گیرد (۱۹).

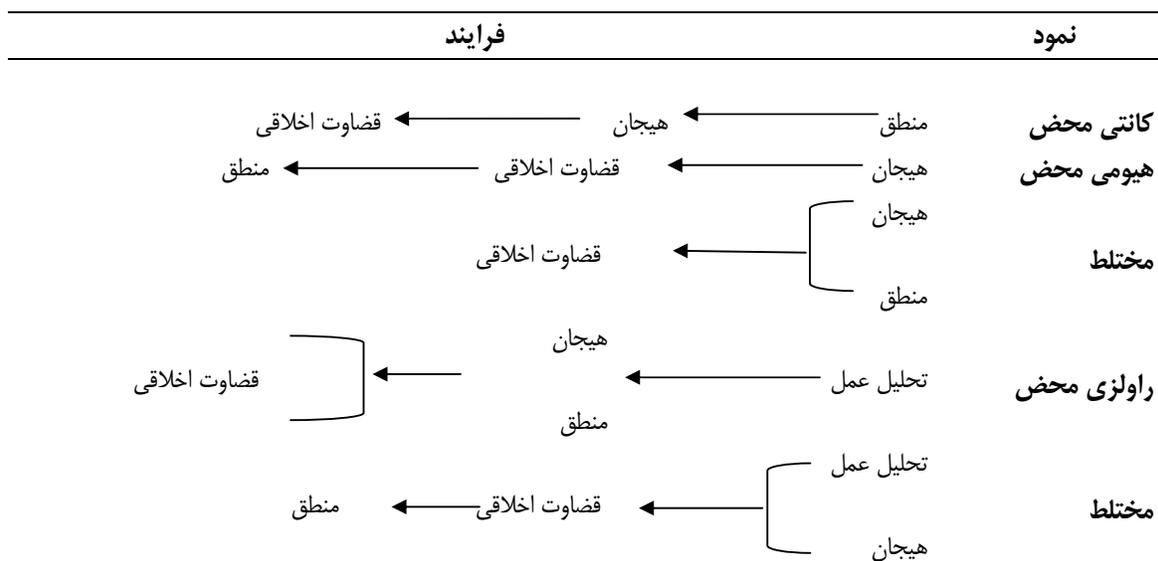
## کانت:

شادکامی نقش بسیار متفاوتی در فلسفهٔ کانت بازی می‌کند. کانت با صراحت بیان می‌کند که اخلاق بنیان شادکامی نیست. اخلاق دربارهٔ شاد بودن نیست، بلکه دربارهٔ لایق شدن برای شاد بودن است. وی شادکامی را به عنوان خوشبختی بادوام، لذت بردن از زندگی و رضایتمندی کامل شخص از موقعیتش تعریف می‌کند و به امنیت و رفاه فردی به عنوان مترادف با شادکامی

## استوارت میل:

نظریهٔ استوارت میل در جرگهٔ نظریهٔ اخلاقی لذت‌گرایان قرار دارد. به اعتقاد وی؛ آنچه بر شادکامی افراد تأثیر دارد کیفیت و مقدار لذت‌ها و دردهاست. با توجه به این امر، میل نظریهٔ لذت‌گرایانه را مورد تجدید نظر قرار داد و بیان کرد که لذت‌ها و دردها می‌توانند بر مبنای کیفیت و مقدارشان طبقه‌بندی شوند. او

جدول ۲: پنج نمود درباره رابطه میان هیجان‌ها و قضاوت اخلاقی (۲۷)



جمع‌بندی ادبیات پژوهش، در زمینه رابطه میان هیجان‌ها و قضاوت‌های اخلاقی پنج نمود را می‌توان معرفی نمود (۲۷). (جدول ۲).

پژوهش‌های موجود در این زمینه نشان می‌دهند، افراد شادکام تصمیم‌ها و قضاوت‌های اخلاق مدارانه تری اتخاذ می‌کنند (۸ و ۲۸).

از سویی دیگر، با جستجو در ادبیات پژوهشی، بررسی‌های فراوان دیگری یافت می‌شوند که با هدف بررسی رابطه میان مولفه‌های اخلاقی و شادکامی شکل گرفته‌اند. برای نمونه؛ نوع دوستی<sup>۲۳</sup> به عنوان یک مؤلفه اخلاقی در نظر گرفته می‌شود. برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند؛ رفتارهای نوع دوستانه با سطح بالایی از شادکامی، خوشبختی، سلامت جسمی و روانی مرتبط است (۲۹). گروهی از پژوهشگران دریافته‌اند که؛ با کنترل برخی متغیرها، مانند: درآمد و وضعیت تاهل، می‌توان به نوع دوستی به عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده شادکامی اشاره کرد (۳۰). رابطه مولفه‌های اخلاقی مشارکت داوطلبانه<sup>۲۴</sup> و سخاوتمندی<sup>۲۵</sup> با شادکامی نیز در برخی پژوهش‌ها مورد بررسی قرار گرفته است. پژوهشگران نشان داده‌اند که؛ افراد با سطح مشارکت داوطلبانه بالا، سطح رضایت از زندگی (بعد شناختی نیکبختی

تاکید دارد. این تعریف از دیدگاه منفعت خواهان<sup>۲۲</sup>، از شادکامی مبنی بر کسب لذت و دوری از درد چندان فاصله ندارد. اما کانت تعریف لذت‌گرایان را به قدرت، ثروت، افتخارات، سلامتی و به طور کلی، رضایت از وضع موجود توسعه می‌دهد. به اعتقاد وی شادکامی؛ لذت جسمی و یا احساس لذت ناشی از اعمال شرافتمندانه و اخلاقی نیست، بلکه شادکامی به طور ساده، به دست آوردن آن چیزی است که فرد می‌خواهد. اینجا درست همان نقطه‌ای است که کانت از دو مکتب فکری موجود در این زمینه (اخلاق محور و نتیجه محور) فاصله می‌گیرد (۲۴ و ۲۵). به اعتقاد کانت، اخلاق همیشه منتج به شادکامی نمی‌شود بلکه گاه در تقابل با آن قرار می‌گیرد، اما آنچه مهم است اطاعت از قوانین اخلاقی است چرا که، شادکامی تنها چیز مهم نیست (۲۶).

### ارتباط میان اخلاق و شادکامی در پژوهش‌های تجربی

در بسیاری از بررسی‌های پژوهشی ارتباط میان هیجان‌ها و اخلاق به اثبات رسیده است. بررسی‌های روانشناختی و عصب شناختی نشان می‌دهند هیجان‌هایی همانند شادکامی، راه اندازه‌های مهمی برای قضاوت‌های اخلاقی قلمداد می‌شوند. در

در سطح فردی، رفتار اخلاقی باعث ایجاد احساس رضایت از خود و بالا رفتن سطح عزت نفس، به عنوان عواملی که نقش مهمی در ایجاد رضایت از زندگی و شادکامی دارند، می‌شود. در سطح اجتماعی؛ افزایش سطح اخلاق در جامعه منجر به ایجاد احساس امنیت و بهبود شرایط زندگی که به نوع خود سطح شادکامی را بالا می‌برند می‌شود.

### ملاحظه‌های اخلاقی

در این پژوهش با معرفی منابع مورد استفاده، اصل اخلاقی امانت داری علمی رعایت و حق معنوی مولفین آثار محترم شمرده شده است.

### واژه‌نامه

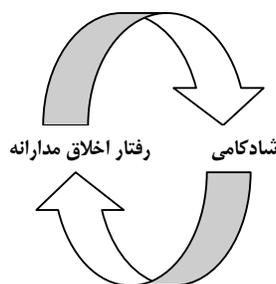
1. Happiness	شادکامی
2. Eudemonia	نیک سرشتی
3. Virtuous Life	زندگی شرافتمندانه
4. Utopia	آرمانی
5. Wellbeing	نیکبختی
6. Pleasure	خوشی
7. Life Satisfaction	رضایت از زندگی
8. Positive psychology	روانشناسی مثبت نگر
9. Quality of life	کیفیت زندگی
10. Endogenous Factors	عوامل درونی
11. Exogenous Factors	عوامل بیرونی
12. Subjective wellbeing	نیکبختی پنداری
13. Objective wellbeing	نیکبختی دیداری
14. Ethics	اخلاق
15. Eudemonism	نیک‌گرایی
16. Hedonism	لذت‌گرایی
17. Ethics oriented	اخلاق نگر
18. Social animal	جانور اجتماعی
19. Nicomachean ethics	اخلاق نیکوماخن
20. Result oriented	نتیجه نگر
21. Act oriented	عمل نگر
22. Utilitarian	منفعت خواهان

پنداری) بیشتری را احساس می‌کنند (۳۱). همچنین، آنها نشان داده‌اند که؛ سخاوتمندی عاملی تأثیر گذار در شادکامی است و افراد شاد سخاوتمند تر از افراد ناساد هستند (۳۲). برخی صاحب‌نظران نیز به ارتباط مهربانی<sup>۳۶</sup> و همدلی با شادکامی توجه کرده و دریافته‌اند که افراد با سطح مهربانی و همدلی بیشتر شادکامی و سطح رضایت از زندگی بیشتری را تجربه می‌کنند. افراد شاد، شادکامی شان از طریق مهرورزی به دیگران افزایش می‌یابد. بدین ترتیب رابطه مثبت و معنادرای بین رفتار اخلاق مدارانه و شادکامی وجود دارد (۳۳ و ۳۴).

### نتیجه‌گیری

این ایده که شادکامی و اخلاق با هم در ارتباط هستند، ایده جدیدی نیست. بسیاری از فلاسفه و اندیشمندان درباره این امر که اخلاقی رفتار کردن منجر به افزایش سطح شادکامی، رضایت از زندگی و به طور کلی نیکبختی افراد می‌شود، بحث کرده‌اند. البته، پژوهش‌های تجربی فراوانی نیز وجود دارد که نشان می‌دهند؛ افراد شادکام، اخلاق‌مند ترند و تصمیم‌ها و قضاوت‌های اخلاق مدارانه تری اتخاذ می‌کنند. همچنین، پژوهش‌های تجربی نشان می‌دهند؛ برخی مؤلفه‌های اخلاقی در افراد شادکام بیشتر دیده می‌شوند، مانند: نوع دوستی، مشارکت داوطلبانه و....

با توجه به ادبیات فلسفی و مطالعه‌های پژوهشی موجود در زمینه رابطه میان شادکامی و اخلاق می‌توان گفت: شادکامی و رفتار اخلاق مدارانه با یکدیگر رابطه‌ای مثبت و دو سویه دارند. بدین ترتیب که، فرد شاد اخلاقی تر عمل می‌کند و رفتارهای اخلاقی مدارانه که از وی سر می‌زند سطح شادکامی اش را افزایش می‌دهد. (نگاره ۳).



نگاره ۳: چرخه رفتار اخلاق مدارانه و شادکامی

13. Pretzel K. (1983). Aristotle and happiness after death: Nicomachean ethics. *Classical philology*; 28(2): 101-111.

14. Aristotle. (350 BC). *Nicomachean Ethics*. Ross WD. (1999). Available at: [www.efm.bris.ac.uk/aristotle/ethics.pdf](http://www.efm.bris.ac.uk/aristotle/ethics.pdf). Accessed: 6 Apr 2014.

15. Kenny A, Kenny C. (2006). *the philosophy of happiness in life, liberty and the pursuit of utility*. UK: Imprint academic.

16. Read D. (2004). *Utility theory from Bentham J to Kahneman D*. UK: the London school of economics & political science.

17. Burns JH. (2005). Happiness & utility: Jeremy Bentham's equation. *Utilities*; 17(1): 46-61.

18. White T. (1993). *Philosophical ethics, in With T, business ethics: a philosophical reader*. New York: Mc Millan publishing. P. 58- 66.

19. Veenhoven R. (2009). Greater happiness for a greater number: is that possible & desirable? *J happiness Stud*; 11: 605-629.

20. Shaw W. (1993). *Classical theories, in Shaw W, social & personal ethics*. California: Wadsworth. P. 35-57.

21. Nussbaum MC. (2005). Mill between Aristotle and Bentham, in Bruni & Porta, *economics and happiness: framing the analysis*. Oxford: Oxford university press. P. 170-183.

22. Harvey M. (1999). Descartes' moral theory. *Journal of the history of philosophy*; 37(4): 677-678.

23. Svensson F. (2011). Happiness, wellbeing and their relation to virtue in opical ethics, in white T, *business ethics: a philosophical reader*. New York: Mc Millan publishing.

24. Wahidur Rahman ANM. (1993). Kant's concept of duty and happiness. *Indian philosophical quarterly*; 20(1): 85-108.

25. Guyer P. (2000). *Kant on freedom, law & happiness*. UK: Cambridge university press.

26. Hughes JL. (2004). The role of happiness in Kant's ethics. *Aporia*; 14(1): 61-72.

27. Hubner b, Dwyer S, Hauser M. (2008). The role of emotion in moral psychology. *Trends in cognitive sciences*; 30(10).

28. Drouvelis M, Powdthavee N. (2013). Are happy people less judgmental of other people selfish behavior? *IZA- DP*; (7495): 1-23.

23. Altruism  
نوع دوستی

24. Volunteering  
داوطلبانه

25. Generous  
سخاوت‌مندی

26. Kindness  
مهربانی

## منابع

1. Malmir M, Khanahmadi M, Farhud DD. (2014). Definition of happiness and its indicators. (In Press). (In Persian).

2. Malmir M, Khanahmadi M, Farhud DD. (2014). Cognitive factors indicating happiness. (In Press). (In Persian).

3. Malmir M, Khanahmadi M, Farhud DD. (2014). Personality factors indicating happiness. (In Press). (In Persian).

4. Malmir M, Khanahmadi M, Farhud DD. (2014). Behavioral factors indicating happiness. (In Press). (In Persian).

5. Farhud DD, Malmir M, Khanahmadi M. (2014). Happiness and health, the biological factors. *Iranian J of public health*. (In Press).

6. Farhud DD. (2007). Review of ethics literature, along with other aspects of ethics. *Ethics in Science & Technology*; 2(1-2): 1-6. (In Persian).

7. Phelps C. (2001). A clue to the paradox of happiness. *Journal of economics behavior and organization*.

8. James HS. (2009). is the just man the happy man? An empirical study of the relationship between ethics and subjective wellbeing. *Agricultural economics; (AEWP)*: 1-27

9. Schultz DP. (1990). *Theories of personality*. 4<sup>th</sup>ed. Karimi U, Jomehri F, Naghshbandi S, Goodarzi BM, Bahirae H, Nikkhou MR. (1999). Tehran: Arasbaran publications. P. 355. (Persian).

10. Bremner RH. (2011). *Theories of happiness: on the origins of happiness and contemporary conception*. [PhD thesis]. Bon: Rheinischen Friedrich Wilhelms University.

11. Zalta EN. (2013). *Plato's ethics: on overview*. Available at: [plato.stanford.edu/entries/plato\\_ethics](http://plato.stanford.edu/entries/plato_ethics). Accessed: 6 Apr 2014.

12. James HS, Chaymis A. (2004). Are happy people ethical people? Evidence from North America & Europe. *Agricultural economics; (AEWP)*: 1-29.

- 33.Boehm JK, Lyubomirsky S. (2009). The promise of sustainable happiness, in Lopez SJ, Snyder CR, Oxford handbook of positive psychology. New York: Oxford university press. P. 667-677.
- 34.Otake K, Shimai S, Tanaka- Matsomi J, Otsui K, Fredrikson BL. (2006). Happy people become happier through kindness: a counting kindness intervention. Journal of happiness study; 7: 361-375.
- 29.Post SG. (2005). Altruism, happiness & health: it's good to be good. International journal of behavioral medicine; 12(2): 66-77.
- 30.Schwarze J, Winkelmann R. (2005). What can happiness research tell us about altruism? IZA-DP; (1487): 1-28.
- 31.Meier S, Stutzer A. (2004). Is volunteering rewarding in it? IZA-DP; (1045): 34-65.
- 32.Know J, Early J. (2008). The hedonistic paradox: is homo economicus happier? Journal of public economics; 92: 1-33.