

תוכן עניינים

3.....	1. תקציר
4.....	2. מבוא
5.....	3. האושר
5.....	א. הגדרות של אושר
6.....	ב. שימחה רגעית מול אושר בר-קיימא
8.....	ג. השפעת השפה על האושר
9.....	ד. שביעות רצון בחיים
11.....	4. קבלת החלטות
11.....	א. רציונלית מול אינטואיטיבית
12.....	ב. הטיות שיפוט
13.....	ג. גורמים שמשפיעים על קבלת החלטות
14.....	ד. תיאוריות על קבלת החלטות
15.....	5. קבלת החלטות והאושר
17.....	6. הקשר בין רמת אופטימיות, שביעות רצון מהחיים ואינטואיציה
19.....	שיטת המחקר
20.....	תוצאות
22.....	דיון
25.....	ביבליוגרפיה

1. תקציר

המטרה של המחקר הנוכחי הייתה לבחון את הקשר בין סגנון עיבוד מידע (רציונאלי או אינטואיטיבי) לבין רמת אושר ושביעות רצון מהחיים. במחקר השתתפו 153 משתתפים – 66 גברים והשאר נשים. גיל המשתתפים הממוצע היה 27.89 עם סטיית תקן של 9.21. שלושה שאלונים הופצו לנבדקים: שאלון סגנון חשיבה, סגנון שביעות רצון מהחיים ושאלון חיפוש אחר האושר. ההשערה הראשונה הייתה שימוש בראציונאליות יש השפעה חיובית על שביעות רצון מהחיים. בהתאם להשערה, נמצא כי רציונאליות משפיעה באופן חיובי על שביעות רצון מהחיים. ההשערה השנייה הייתה כי אינטואיציה משפיעה על שביעות רצון מהחיים, יחד עם זאת, הקשר לא יצא מובהק וההשערה הופרכה. ההשערה השלישית והרביעית ניבאו קשר בין סגנון עיבוד מידע (רציונאלי או אינטואיטיבי) לבין אושר. בהתאם למה ששוער, המחקר מצא כי סגנון עיבוד מידע אינטואיטיבי קשור לחיפוש אחר האושר, כך שאנשים בעלי יותר חשיבה אינטואיטיבית, דיווחו על יותר חיפוש אחר האושר. כמו כן, נמצא קשר חיובי בין רציונאליות לבין חיפוש אחר האושר, כך ששימוש רב יותר בסגנון עיבוד מידע רציונאלי נמצא קשור ליותר חיפוש אחר האושר.

2. מבוא

המטרה של המחקר הנוכחי הייתה לבחון את הקשר בין סגנון עיבוד מידע (רציונאלי או אינטואיטיבי) לבין רמת אושר ושביעות רצון מהחיים.

לאושר ושביעות רצון מהחיים יש השפעה רבה על חיי האדם. כך למשל, שביעות רצון מהחיים קשורה למגוון מרשים של משתנים חיוביים: תמותה מופחתת, (Erdogan, Bauer, Truxillo, & Mansfield, 2012). תלויות מעטות יותר על בעיות שינה ופחות שחיקה (Erdogan et al., 2012). בתחום התנהגות הארגונית, שביעות רצון מהחיים קשורה לתחלופה נמוכה יותר של עובדים כאשר יש אפילו עדויות ראשוניות לכך ששביעות רצון מהחיים עשויה להיות מתאם חזק יותר לביצועי העבודה בהשוואה לשביעות רצון בעבודה (Erdogan et al., 2012). בדומה לשביעות רצון, גם האושר מייצג מצב של רווחה רגשית ושגשוג, המאופיין ברגשות חיוביים או נעימים שנעים בין שביעות רצון לשמחה עזה (Sheerha & Singhvi, 2016).

מחקרים מוצאים כי קיים קשר בין המצב האפקטיבי של האדם (רגש, מצב רוח) לבין משתנים קוגניטיביים שונים, כגון קבלת החלטות. לדוגמא, רגשות חיוביים בדרך כלל מרחיבים את העיבוד הקוגניטיבי ומגדילים ההסתברות למחשבות המתייחסות להיבטים שונים של ההחלטה (Treffers, Klarner, & Huy, 2020). בנוסף, אנשים במצב רוח שלילי מעבדים מידע באופן שיטתי יותר, ואילו אנשים במצב רוח חיובי עושים זאת בצורה היוריסטית יותר אשר מאפיינת סגנון חשיבה אינטואיטיבי (לדוגמא, (Schwarz & Bless, 1990).

בעקבות ממצאים אלו, העבודה הנוכחית שואלת האם קיים קשר בין סגנון עיבוד מידע (רציונאלי לעומת אינטואיטיבי, שביעות רצון מהחיים וחיפוש אחר האושר. העבודה תתחיל בסקירת ספרות ולאחר מכן, תציג מחקר אמפירי אשר בוחן השערות אלו.