

هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد

مهرداد ثابت^۱ و دکتر فرح لطفی کاشانی^۲

هدف پژوهش حاضر، هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد، بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی رودهن بود. بدین منظور، تعداد ۵۰۰ نفر (۲۵۰ پسر و ۲۵۰ دختر) از دانشجویان این دانشگاه با روش تصادفی مرحله ای انتخاب و با تست شادکامی آکسفورد مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج، نشان داد مقدار ضریب آلفا برای ۲۹ سوال برابر ۰/۹۰۱ و ضریب پایایی آزمون با روش آلفای کرونباخ برای گروه پسران، ۰/۸۸۲ و برای گروه دختران، ۰/۹۱۶ است. اعتبار این پرسشنامه از طریق اعتبار سازه، بیانگر اعتبار قابل قبول آن است. همچنین تحلیل عاملی بیانگر آن است که ساختار عاملی پرسشنامه بر وجود یک عامل در اندازه گیری، تاکید می کند.

واژه های کلیدی: شادکامی، هنجاریابی، آکسفورد، روان سنجی، تحلیل عاملی

مقدمه

شادی، یکی از نیازهای انسان و لازمه ی زندگی است. واژه ی شادکامی، در بر گیرنده ی چند مفهوم ذهنی مثل شادمانی، خشنودی، لذت و خوشایندی است اما به معنای خوش بینی بی پایه و خودفریبی، انکار واقعیت ها و ندیدن مشکلات خود و دیگران نیست. از این رو تعدادی از روان شناسان، مفهوم کلی تر «خوشبختی ذهنی» را که دربرگیرنده ی ارزشیابی هایی مثل خشنودی از زندگی، هیجان، خلق مثبت و فقدان افسردگی و اضطراب است به کار می برند (دینر^۳ و همکاران، ۲۰۰۲). انسان ها از دیر باز به طرق مختلف، شادی و احساسات مثبت خود را بروز می دادند. ارسطو معتقد است اهمیت شادی تا به آن حد است که می تواند بیماریهای غیر قابل علاج را درمان کند. کار^۴ (۲۰۰۴) معتقد است افراد شاد، معمولاً مهارتهای خود را بهتر ارزیابی کرده و رویدادهای مثبت را بیشتر از رویدادهای منفی، یادآوری نموده و در برنامه های زندگی، تصمیم گیری بهتری دارند.

۱. هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن Mehrradsabet@yahoo.com

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

3. Diener

4. Carr

برخی از پژوهشگران، شادکامی را در خوشبختی انسان ها دخیل می دانند (ریان و دسی^۱، ۲۰۰۱؛ ارگایل^۲ و همکاران، ۱۹۸۹). در نظریه ی صفات شخصیتی دینر و همکاران (۱۹۹۷) افراد شاد و ناشاد نیم رخهای شخصیتی مختلفی دارند. همچنین شادمانی با صفاتی مثل عزت نفس، خوش بینی و مکان کنترل نیز همبستگی دارد (دارلینگ و استنبرگ^۳، ۱۹۹۳) و کودکان خوش بینی خود را از والدین کسب می کنند (سلیگمن^۴، ۱۹۹۸). با توجه به این یافته ها عده ای معتقدند که شخصیت نسبت به نژاد، طبقه ی اجتماعی، پول، ارتباطات اجتماعی، کار، تفریح، مذهب و دیگر متغیرهای محیطی، اثر تعیین کننده ی بیشتری در ایجاد شادمانی دارد (دینر و همکاران، ۱۹۹۷). شادی با عواملی چون موسیقی (هیلز^۵ و ارگایل، ۲۰۰۱؛ ارگایل و همکاران، ۱۹۸۹) ورزش (سارافینو^۶، ۲۰۰۲ و ارگایل، ۱۹۸۹) وضعیت مطلوب فیزیکی، آب و هوا و میزان رطوبت (اولریچ^۷ و همکاران، ۱۹۹۱) کار و رضایتمندی شغلی و میزان تحصیلات (دینر و همکاران، ۱۹۹۹) سطح درآمد (علی نیا کروی، ۱۳۸۵) عضویت در گروههای ورزشی یا کارهای عام المنفعه و سلامت عمومی (علوی زاده، ۱۳۸۳) رابطه دارد. شادی می تواند بر سامانه ی ایمنی ما تاثیر گذاشته موجب افزایش عمر افراد شاد شود (کار، ۲۰۰۴). پژوهش ها نشان می دهد که شادمانی، تحمل ما را در برابر درد افزایش می دهد (وینزبرگ^۸ و همکاران، ۱۹۹۸). از دیدگاه مایرز^۹ و همکاران (۲۰۰۰) افراد متاهل، شادتر از افراد مجرد یا مطلقه هستند. دینر و همکاران (۱۹۹۷) نیز معتقدند میزان شادمانی زنان و مردان برابر است. وود^{۱۰} و همکاران (۱۹۸۹) در مطالعاتی دریافتند که زنان بطور متوسط کمی شادتر از مردان هستند. افراد شاد ارتباط های خود را مثبت ارزیابی می کنند (فورگاس^{۱۱} و همکاران، ۱۹۹۸) از نظر جنسی بیشتر برانگیخته می شوند (میکل^{۱۲}، ۱۹۹۸) سازگاری بهتر (ورکلی و استاک^{۱۳}، ۱۹۸۹) و عملکرد روان شناختی مناسب تری دارند (کاپتو^{۱۴} و همکاران، ۱۹۹۸). نکته ی قابل توجه این است که شادمانی مهمترین جز کیفیت زندگی و بالاتر از سلامتی، ثروت یا فعالیت جنسی درجه بندی می شود (اسکوینگتون^{۱۵} و همکاران، ۱۹۹۷؛ کینگ و ناپا^{۱۶}، ۱۹۹۸).

شادی و شادکامی از متغیرهای مهم و تاثیر گذار در طول زندگی آدمی است. شادی به نوعی معنای زندگی یا از معنا دهندگان آن است (کینگ و ناپا، ۱۹۹۸). تاثیر شادکامی در رضایت از زندگی

1. Ryan & Deci

2. Argyle

3. Darling & Steinberg

4. Seligman

5. Hills

6. Sarafino

7. Ulrich

8. Weinsberg

9. Myers

10. Wood

11. Forgas

12. Mitchel

13. Verkley & Stolk

14. Caputo

15. Skevington

16. King & Napa

(ورگستر^۱، ۱۹۹۸) موضوعی قابل توجه است. شادکامی، از طریق تعهد نسبت به اهداف قابل وصول و با ارزش، افزایش می یابد و این اهمیت و تاثیر، لزوم وجود یک ابزار معرف برای اندازه گیری شادکامی را در پژوهش های مختلف بالینی دو چندان می کند. در این پژوهش برآنیم تا با بررسی پرسشنامه ی شادکامی آکسفورد، پایایی و اعتبار آن را در نمونه ی ایرانی معلوم کنیم.

ابزار

پرسشنامه ی شادکامی آکسفورد: آزمون شادکامی آکسفورد که در سال ۱۹۹۰ توسط آرگایل و لو^۲ تهیه شده، ۲۹ ماده ی شش گزینه ای دارد که از ۱ تا ۶، نمره گذاری می شود. این پرسشنامه توسط هیلز و آرگایل (۲۰۰۱) تجدید نظر شده و سازه های روان شناختی مربوط به علاقه ی اجتماعی برون گرایی، مهربانی، موافقت، شوخ طبعی، احساس هدفمندی، خود بسندگی، حرمت خود پذیرش خود، سلامت جسمی، خود مختاری، مکان کنترل و احساس زیبایی شناختی را ارزیابی می کند. هیلز و آرگایل اعتبار پرسشنامه را ۰/۹۱ و همبستگی درونی آن را بین ۰/۴ تا ۰/۶۵ گزارش کرده اند. همبستگی مثبت و بالای بین این پرسشنامه با آزمونهای دیگر، نشان دهنده ی اعتبار این پرسشنامه است (هیلز وارجیل، ۲۰۰۱). فرانسیس (۱۹۹۸) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در کشورهای انگلیس، امریکا، استرالیا و کانادا مناسب گزارش کرده است.

یافته ها

در این بخش، ابتدا مشخصه های توصیفی، سپس اطلاعات مربوط به پایایی و اعتبار این پرسشنامه مورد بررسی قرار گرفته است. در جدول ۱ مشخصه های توصیفی نمرات آزمودنی ها در آزمون شادی آکسفورد بر اساس شاخص های مرکزی و پراکندگی ارایه شده است. همانطور که در جدول ۱ مشاهده می شود میانگین، انحراف استاندارد، خطای استاندارد نسبی و کشیدگی نمرات در کل آزمودنیها به ترتیب برابر با ۱۱۹/۵۱، ۱۹/۷۳۳، ۰/۱۰۹ و ۰/۸۱۰؛ در پسران به ترتیب برابر با ۱۱۶/۶۸، ۱۸/۹۶۴، ۰/۱۵۴ و ۱/۵۵ و در دختران به ترتیب برابر با ۱۲۲/۳۴، ۲۰/۱۱۶، ۰/۱۵۴ و ۰/۰۰۵- است.

1. Worcester

2. Lu

جدول ۱: شاخص های مرکزی و پراکندگی نمرات
کل آزمودنی ها در آزمون شادی آکسفورد

مؤلفه	کل	پسر	دختر
میانگین	۱۱۹/۰۵۱	۱۱۶/۶۸	۱۲۲/۳۴
انحراف معیار میانگین	۰/۸۸۲	۱/۱۹۹	۱/۲۷۲
میانه	۱۲۰/۰۰	۱۱۹/۵۰	۱۲۰/۵۰
نما	۱۲۰	۱۰۱	۱۲۰
انحراف استاندارد	۱۹/۷۳۳	۱۸/۹۶۴	۲۰/۱۱۶
واریانس	۳۸۹/۳۸۹	۳۵۹/۶۱۶	۴۰۴/۶۴۳
کشیدگی	-۰/۵۱۵	-۰/۹۰۸	-۰/۲۶۵
خطای کشیدگی	۰/۱۰۹	۰/۱۵۴	۰/۱۵۴
چولگی	۰/۸۱۰	۱/۵۷۷	-۰/۰۵
خطای چولگی	۰/۲۱۸	۰/۳۰۷	۰/۳۰۷
دامنه	۱۱۰	۹۴	۹۳
کمینه	۵۳	۵۳	۷۰
بیشینه	۱۶۳	۱۴۷	۱۶۳
جمع	۵۹۷۵۵	۲۹۱۷۰	۳۰۵۸۵

پایایی

پایایی، به میزان دقت و صراحت روش اندازه گیری مربوط می شود و نشانه ی آن، قابلیت تکرار و باز پدیدآوری ابزار اندازه گیری است. هر آزمون تا آن حد معتبر است که بتوان وضع آزمودنی را در اندازه گیری های مکرر ثابت نگه دارد و معرف موضوع کوچک بودن خطای استاندارد اندازه گیری و یا بزرگ بودن ضریب پایایی است. چنانچه مشاهده می شود، ضریب پایایی (همگونی) آزمون شادی آکسفورد برابر با ۰/۹۰۱ است. محاسبات مربوط به ضریب آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی هر سوال با نمره ی کل در شرایط حذف هر سوال در جدول ۲ نشان داده شده است.

با توجه به جدول ۲ می بینیم که میانگین ها بین ۱۱۴/۶۴ و ۱۱۵/۹۱ تغییر می کند، این موضوع نشان می دهد که تقریباً همه ی سوالات، مانند هم عمل می کنند و چون واریانس ها بین ۳۵۵/۹۲۱ تا ۳۷۷/۱۳۵ تغییر می کند، نتیجه می گیریم که سوالات، دارای واریانس یکسان نبوده و از وضعیت مشابهی برخوردار نیستند و تمام سوالات، دارای همبستگی مناسبی با مقیاس صفت پنهان هستند.

جدول ۲: ضریب اعتبار آزمون شادی آکسفورد و همبستگی هر سوال با کل آزمون در دانشجویان

پسر و دختر

شماره ی سوال	پسران		دختران	
	اندازه ی آلفای همبستگی ماده	همبستگی ماده	اندازه ی آلفای همبستگی ماده	همبستگی ماده
۱	۰/۸۷۸	۰/۴۵۵	۰/۹۱۴	۰/۴۵۵
۲	۰/۸۸۰	۰/۳۶۵	۰/۹۱۴	۰/۴۶۵
۳	۰/۸۸۳	۰/۲۰۶	۰/۹۱۰	۰/۷۱۲
۴	۰/۸۸۰	۰/۳۵۰	۰/۹۱۵	۰/۴۱۲
۵	۰/۸۸۲	۰/۳۰۳	۰/۹۱۷	۰/۲۶۲
۶	۰/۸۷۳	۰/۶۱۶	۰/۹۱۳	۰/۵۳۲
۷	۰/۸۸۳	۰/۱۶۴	۰/۹۱۶	۰/۳۰۹
۸	۰/۸۷۹	۰/۳۷۳	۰/۹۱۵	۰/۴۲۷
۹	۰/۸۷۷	۰/۴۸۱	۰/۹۱۰	۰/۷۱۱
۱۰	۰/۸۷۸	۰/۴۱۹	۰/۹۱۴	۰/۴۴۹
۱۱	۰/۸۷۶	۰/۵۲۱	۰/۹۱۳	۰/۵۳۵
۱۲	۰/۸۷۹	۰/۳۹۱	۰/۹۱۱	۰/۶۲۵
۱۳	۰/۸۸۲	۰/۲۴۲	۰/۹۱۶	۰/۳۱۸
۱۴	۰/۸۷۸	۰/۴۳۰	۰/۹۱۴	۰/۴۴۵
۱۵	۰/۸۷۵	۰/۵۵۹	۰/۹۱۰	۰/۷۰۷
۱۶	۰/۸۸۰	۰/۳۵۰	۰/۹۱۴	۰/۴۴۱
۱۷	۰/۸۷۸	۰/۴۳۱	۰/۹۱۳	۰/۵۴۹
۱۸	۰/۸۷۸	۰/۴۴۹	۰/۹۱۳	۰/۵۵۲
۱۹	۰/۸۷۵	۰/۵۴۰	۰/۹۱۳	۰/۵۵۱
۲۰	۰/۸۸۱	۰/۳۱۷	۰/۹۱۳	۰/۵۴۴
۲۱	۰/۸۷۶	۰/۵۴۰	۰/۹۱۳	۰/۵۱۸
۲۲	۰/۸۷۵	۰/۵۷۴	۰/۹۱۲	۰/۶۱۶
۲۳	۰/۸۷۵	۰/۵۷۰	۰/۹۱۶	۰/۳۴۵
۲۴	۰/۸۷۸	۰/۴۴۷	۰/۹۱۰	۰/۷۱۱
۲۵	۰/۸۷۴	۰/۵۹۰	۰/۹۱۱	۰/۶۳۷
۲۶	۰/۸۷۶	۰/۵۶۵	۰/۹۱۲	۰/۵۹۶
۲۷	۰/۸۸۰	۰/۳۳۱	۰/۹۱۷	۰/۲۳۸
۲۸	۰/۸۷۷	۰/۴۷۹	۰/۹۱۲	۰/۵۸۲
۲۹	۰/۸۸۱	۰/۳۴۳	۰/۹۱۵	۰/۴۰۱

ستون آخر که مقدار ضریب آلفا را پس از حذف هر سوال نشان می دهد، حاکی از آن است که حذف هیچ سوالی، کمک چندانی به افزایش چشمگیر پایایی نمی کند و ضریب پایایی برای ۲۹ سوال پس از حذف پرسشنامه های مخدوش، برابر ۰/۹۰۱ است. همانطور که در جدول ۲ ملاحظه می شود، ضریب پایایی آزمون با فرمول آلفای کرونباخ برای گروه پسران $(n = 250)$ و برای گروه دختران $(n = 250)$ است. به طور کلی ضریب پایایی آزمون شادی آکسفورد در مطالعه ی حاضر، چه برای کل گروه و چه برای گروه های دختر و پسر، در حد مطلوب و در مقایسه با ضریب پایایی آزمون های مشابه، بسیار قوی است. بالا بودن این ضریب، موجب می شود که بتوان محاسبات مربوط به ضرایب پایایی و تحقیق درباره ی سازه ی مورد سنجش (آزمون شادی آکسفورد) را انجام داد و به نتایج حاصل از آن اعتماد کرد. پژوهش لیاقت دار و همکاران (۲۰۰۸) علیپور و نوربالا (۱۹۹۹) در ایران و یافته های فرانسیس^۱ و همکاران (۱۹۹۸) در انگلیس، آمریکا استرالیا، کانادا و آلمان نیز همسو با این پژوهش و بیانگر پایایی این پرسشنامه است.

اعتبار

اگر آزمون را به عنوان وسیله ای برای سنجش نوعی صفت مکنون در نظر بگیریم، اساسی ترین پرسش این است که آزمون مورد نظر چه صفت (یا صفاتی) را اندازه می گیرد. پاسخ به این پرسش به گفته ی ثراندیک (از هومن، ۱۳۷۵) زیاد هم آسان نیست زیرا صفت مورد نظر را نمی توان به گونه ای مستقیم اندازه گرفت اما بدون تردید برای خصیصه ی مورد مطالعه در سطحی از پیچیدگی نظریه ای وجود دارد که سازنده ی آزمون را به سوی مقصد اصلی هدایت می کند.

درباره ی آزمون شادی آکسفورد نیز اساسی ترین پرسش این است که این آزمون، بویژه هنگامی که از زبان اصلی (انگلیسی) به زبان دیگری (فارسی) ترجمه شده است چه صفت یا صفاتی را اندازه می گیرد. بنابراین، نیاز به گردآوری شواهدی درباره ی اعتبار سازه ی آن پیش از پیش احساس می شود. با توجه به این که اساسی ترین روش کمی پژوهش، درباره ی اعتبار سازه ی یک آزمون با یک پرسشنامه، تحلیل همبستگی آن آزمون با دیگر آزمونها یا دیگر شاخص های کارکردی است؛ در پژوهش حاضر همبستگی نمرات ۳۰ نفر از آزمودنی ها در این آزمون و آزمون افسردگی بک محاسبه شده است. همبستگی محاسبه شده (۰/۹۰-) نشان می دهد که پرسشنامه ی شادکامی

1. Francis

یک متغیر از افسردگی را نیز می‌سنجد، به همین دلیل می‌توان گفت این پرسشنامه واقعا شادمانی را اندازه می‌گیرد.

برای تعیین و تشخیص عامل یا عامل هایی که احتمالاً زیربنای مواد پرسشنامه را تشکیل می‌دهد و همچنین برای تعیین ساختار ساده ی آن، از چرخش واریماکس^۱ استفاده شده است. داده ها نشان می‌دهد علاوه بر آنکه مقدار دترمینان همبستگی صفر نیست، مقدار KMO (کفایت نمونه برداری) برابر ۰/۶۷۰ و سطح معناداری آزمون کرویت بارتلت برابر ۰/۰۰۱ است. بنابراین، علاوه بر کفایت نمونه برداری، اجرای تحلیل عاملی بر پایه ی ماتریس همبستگی مورد مطالعه نیز، قابل توجیه خواهد بود.

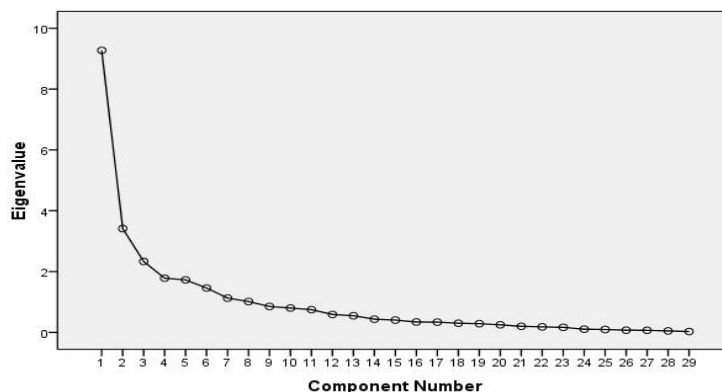
برای تعیین این مطلب که مجموع پرسش های تشکیل دهنده ی آزمون شادی آکسفورد از چند عامل معنادار اشباع شده است، سه شاخص ارزش ویژه ی عامل ها^۲، نسبت واریانس تبیین شده توسط هر عامل و نمودار چرخش یافته ی ارزش های ویژه که Scree نامیده می‌شود، مورد توجه قرار گرفته است. نمودار Scree، طرحی از واریانس کل تبیین شده توسط هر متغیر را در ارتباط با متغیرهای دیگر نشان می‌دهد. در این طرح معمولاً عامل های بزرگ در بالا و دیگر عامل ها با شیب تدریجی در کنار هم نشان داده می‌شوند. این گونه طرح ها که همانند سرایشی دامنه ی کوه است توسط کتل (۱۹۶۶) طرح Scree نامیده شده است. همانطور که در نمودار ۳ دیده می‌شود ارزشهای ویژه ی ۸ عامل، بزرگتر از یک است که در میان آنها ارزش ویژه ی عامل یکم (۹/۲۷۱) اختلاف فاحشی با ارزش ویژه ی سایر عامل ها دارد (عامل دوم دارای ارزش ویژه ی برابر ۳/۴۱۴ است). این ۸ عامل در مجموع ۷۶/۳۰۸ درصد کل واریانس بین ۲۹ ماده ی مورد مطالعه را توجیه می‌کند. بدین ترتیب، چنانچه از مجموع پرسش ها تنها ۸ عامل استخراج شود در حدود ۳۲٪ واریانس مشترک بین پرسش ها به وسیله ی عامل نخست تبیین می‌شود. هر چند این موضوع نشان می‌دهد احتمالاً یک عامل کلی بر همه ی مواد پرسشنامه تسلط دارد اما برای تشخیص تعداد عامل هایی که لازم است در راه حل نهایی استخراج شود، از طرح Scree استفاده شده است.

با توجه به ارزش ویژه ی عامل های ۸ گانه ی تحلیل مولفه های اصلی بر پایه ی استخراج ۵ عامل و ۳۰ بار تکرار انجام و بار های عاملی بزرگتر از ۰/۳ مرتب شد. یافته ها نشان داد که بار عاملی ۲۵

1. Varimax rotation
2. eigen Value

پرسش (از ۲۹ پرسش) متمرکز بر عامل یکم، با ارزش ویژه برابر $9/271$ است. این عامل حدود ۳۲ درصد واریانس مشترک بین پرسش ها را تبیین می کند. تفاوت ارزش ویژه ی این عامل با سایر عامل ها چشم گیر است، بار عاملی ۱ پرسش بر دو عامل متمرکز است و بیشترین میزان اشتراک متعلق به پرسش شماره ی ۹ با میزان اشتراک $0/762$ و کمترین میزان مربوط به پرسش ۲۳ است که بار عاملی آن کمتر از $0/4$ محاسبه شده است.

Scree Plot



نمودار ۱: نمودار Scree عامل های ۲۹ گانه ی پرسشنامه ی شادی آکسفورد

با توجه به این که ماتریس اصلی عاملی و بارهای مربوط، موضوعی را که به گونه ای کلی که از لحاظ علمی مهم و با معنا باشد نشان نمی دهد، تصمیم گرفته شد عامل های استخراج شده با استفاده از چرخش واریماکس به محورهای جدید انتقال داده شود تا هم کشف هیات کلی مواد پرسشنامه و هم تشخیص ساختار ساده ای که نمایشگر خطوط اصلی نسبتا روشن برای رسیدن به راههای تغییر پذیر باشد را امکان پذیر سازد.

لازم به یادآوری است که برخی از پژوهشگران به منظور تحقیق درباره ی روابط بین متغیرها و همچنین دست یابی به تعاریف عامل ها، ضرایب بالاتر از $0/3$ و گاهی بالاتر از $0/4$ را در تعریف عامل ها مهم و با معنا دانسته و ضرایب کمتر از این حدود را به عنوان صفر (عامل تصادفی) در نظر گرفته اند؛ مثلا، جونز (۱۹۵۴) کمترین مقدار ضریب را $0/3$ ، هومن (۱۳۶۷) برابر $0/35$ و رینولد و همکاران (۱۹۸۸) برابر $0/4$ بکار برده اند. البته تردیدی نیست که هر چه بار عاملی یک سوال زیادت

باشد نفوذ آن در تعیین ماهیت عامل مورد نظر، بیشتر است اما در پژوهش حاضر، به دلیل بارهای عاملی پرسش های شخصیت، بویژه هنگامی که تعداد سوال ها زیاد باشد، معمولاً کمتر از بارهای عاملی تست های هوش و استعداد است و با توجه به این که طول پرسشنامه ی مورد مطالعه نسبتاً زیاد است، حداقل ضریب معنادار ۰/۳ در نظر گرفته شده است و یافته ها نشان داد که عامل یکم، همبسته با پرسش هایی است که در پرسشنامه ی شادی آکسفورد با موافقت، شوخ طبعی، احساس هدفمندی، خود بسندگی و حرمت خود ارتباط دارد و بزرگترین بار عاملی، متعلق به پرسش ۱۱ (همیشه خندانم) است. عامل دوم، همبسته با پرسش هایی است که در پرسشنامه ی شادی آکسفورد با پذیرش خود، سلامت جسمی و خود مختاری ارتباط دارد. بزرگترین بار عاملی متعلق به پرسش ۱۲ (در مجموع از همه چیز زندگی ام راضی هستم) است. عامل سوم، همبسته با پرسشهایی است که در پرسشنامه ی شادی آکسفورد با مکان کنترل و احساس زیبایی شناختی ارتباط دارد. بزرگترین بار عاملی متعلق به پرسش ۲۰ (احساس می کنم قادر به انجام هر کاری هستم) است. عامل چهارم همبسته با پرسش هایی است که در پرسشنامه ی شادی آکسفورد با علاقه ی اجتماعی با ارزش گذاری شناختی شادی ارتباط دارد و بزرگترین بار عاملی متعلق به پرسش ۱۴ (بین آنچه دوست دارم انجام دهم و آنچه انجام داده ام فاصله ی زیادی وجود دارد) است. عامل پنجم همبسته با پرسش هایی است که در پرسشنامه ی شادی آکسفورد با برون گرایی و مهربانی ارتباط دارد و بزرگترین بار عاملی متعلق به پرسش ۱۶ (در برخی چیز ها زیبایی یافته ام) است.

هنجار

پیشتر اشاره شد که یکی از شرایط آزمونهای استاندارد این است که آزمون، طبق دستورالعمل معین در شرایط یکسان انجام شود و نمره های خام به دست آمده به مقیاس، ضابطه و ملاک دیگری تبدیل شود که امکان مقایسه را فراهم می کند. بدین ترتیب به منظور تعبیر و تفسیر نمره های هر فرد لازم است نمره های خام او در یک مقیاس یکنواخت و کلی تر بیان شود (که در اصطلاح روان سنجی نرم خوانده می شود).

پایه و اساس چارچوبی را که نرم بر اساس آن ساخته می شود، طبق اصول متعارف درباره ی همه آزمونها و پرسشنامه ها، جدول توزیع فراوانی نمره های خام تشکیل می دهد و در پژوهش حاضر، با توجه به این یافته که بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنادار وجود دارد، منطقی تر است که علاوه بر کل گروه، برای دختران و پسران دانشجو نیز به تفکیک، جدول نرم تهیه شود. بدین ترتیب

برای کل گروه نمونه ی مورد مطالعه و دختران و پسران، دو نوع نرم یعنی نرم درصدی و نرم استاندارد تهیه شده است.

جدول ۳: نمره های تراز شده برای نمره های میانی در شادی آکسفورد

فاصله نمره ها	مقدار t برای نمرات دختران	مقدار t برای نمرات پسران	مقدار t برای نمرات کل
۱۶۰-۱۶۴	۷۳		۷۶
۱۵۵-۱۵۹	۶۹		۷۲
۱۵۴-۱۵۰	۶۴		۶۷
۱۴۹-۱۴۵	۶۱	۷۰	۶۴
۱۴۴-۱۴۰	۵۹	۶۵	۶۰
۱۳۹-۱۳۵	۵۷	۶۱	۵۹
۱۳۰-۱۳۴	۵۵	۵۷	۵۶
۱۲۵-۱۲۹	۵۲	۵۴	۵۳
۱۲۰-۱۲۴	۴۹	۵۱	۵۰
۱۱۵-۱۱۹	۴۷	۴۹	۴۸
۱۱۰-۱۱۴	۴۴	۴۸	۴۶
۱۰۵-۱۰۹	۴۲	۴۶	۴۴
۱۰۰-۱۰۴	۳۹	۴۲	۴۰
۹۵-۹۹	۳۶	۳۷	۳۶
۹۰-۹۴	۳۶	۳۴	۳۵
۸۵-۸۹	۳۴		۳۴
۸۰-۸۴	۲۹		۳۲
۷۵-۷۹			۳۱
۷۰-۷۴			۳۰
زیر ۷۰			۲۷

منابع

علوی زاده، کیوان. (۱۳۸۱). بررسی رابطه شادی با سطح سلامت عمومی. پایان نامه ی چاپ نشده ی کارشناسی ارشد. دانشگاه رودهن.

- علی پور، احمد؛ نوربالا، احمد علی. (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی اکسفورد در دانشجویان دانشگاههای تهران. *مجله اندیشه و رفتار*. سال پنجم، شماره ۱ و ۲. ص؛ ۶۵-۵۵
- علی نیا، کروی، رستم. (۱۳۸۵). بررسی وضعیت بهداشت روانی میزان اختلال های روانی و میزان شادکامی معلمان مدارس استثنایی مازندران و رابطه آن با سخت رویی. پایان نامه ی چاپ نشده ی کارشناسی ارشد. دانشکده مدیریت.
- کار، الن. (۲۰۰۴). *روان شناسی مثبت*، ترجمه ی: حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند. (۱۳۸۵). تهران: انتشارات سخن.
- هومن، حیدر علی. (۱۳۷۳). *اندازه گیری روانی و تربیتی و فن تهیه تست*. تهران: نشر پارسا.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. In J.P. Forgas and J.M.Innes(Eds.). *Recent advances in social psychology: An international perspective* (pp.189-203). North Holland: Elsevier.
- Caputo, J. L., Rudolph, D. L., & Morgan, D. W. (1998). Influence of positive events on blood pressure in adolescents. *Journal of Behavioral Medicine*, 21,115-129.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting styles as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113,487 96.
- Diener, E., Oishi, S., & Tiandis, H. (1997). The shifting basis of life satisfaction judgements across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74,482-93.
- Diener, E., Suh, E. M., & Lucas, R. E. (2002). Subjective wellbeing: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, and N. Schwarz (Eds.). *Foundations of Hedonic Psychology*.(pp.213-229).New York: Russell Sage.
- Forgas, J. P. (1998). On being happy and mistaken: Mood effects on the fundamental attribution error. *Journal of Personality and Social Psychology*,75,318-331.
- Francis, L. J., Lester, D., & Philipckalk, R. (1998). Hppiness as table extraversion: A cross examination of the reliability and validity of the Oxford happiness inventory among students in the UK, USA, Australia and Canada. *Personality and Individual Differences*, 24(2),164-171
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *personality and individual defferences*, 30,595-608.

- King, L. A., & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 156-165.
- Mayer, J., Caruso, D., & Salovey, P. (2000). Selecting a measure of emotional intelligence: The case for ability scales in R. Bar-on and J. Parker (Eds.). *The Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 320- 42) San Francisco, Ca: Jesse- Bass.
- Mitchel, W. B., Dibartolo, P. M., Brown, T. A., & Barlow, D. H. (1998). Effects of positive and negative mood on sexual arousal in sexually functional males. *Archives of Sexual Behavior*, 27, 197-207.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141- 161.
- Sarafino, E. (2002). *Health psychology* (4th Ed.). New York: Wiley.
- Seligman, M. (1998). *Learned optimism: How to change your mind and your life* (2nd Ed.). New York: Pocket Books.
- Skevington, S. M., Macarthur, P., & Somerset, M. (1997). Developing items for the WHOQOL: An investigation of contemporary beliefs about quality of life related to health in Britain. *British Journal of Health Psychology*, 2, 55- 72.
- Ulrich, R., Dimberg, U., & Driver, B. (1991). Psychophysiological indicators of leisure benefits in B.Driver, P.Brown and G.Peterson (Eds.). *Benefits of Lersure* (pp.73-89). State College, Pa: Venture Publishing.
- Verkley, H. A., & Stolk. (1989). Does happiness lead into idleness? In R. Veenhoven (Eds.). *How harmful is happiness?* (pp. 79-93). Rotterdam, The Netherlands: Rotterdam University Press.
- Weinsberg, M., Raz, T., & Hener, T. (1998). The influence of film induced mood on pain perception. *Pain*, 76, 365- 75.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive wellbeing: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106, 249-264.
- Worcester, R. M. (1998). More than the money. In Christie & L. Nash (Eds.). *The Good Life*. (pp. 19- 25). London: Demos.