

فصلنامه علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز

سال پنجم شماره ۱۸ تابستان ۱۳۸۹

بررسی ساختار عاملی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف در بین دانشجویان دانشگاه ارومیه^۱

دکتر فرزانه میکائیلی منیع - استادیار دانشگاه ارومیه

چکیده

هدف این مطالعه بررسی ویژگی‌های روانسنجی آزمون ۸۴ سوالی بهزیستی روانشناختی ریف و همکاران بود. این آزمون دارای ۶ مؤلفه خودمختاری، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، پذیرش خود می‌باشد که پژوهشگران مختلف در خصوص ویژگی‌های روانسنجی و ساختار سازه‌ای آن دیدگاه‌های متفاوتی دارند. برای رسیدن به این مهم ۳۷۶ نفر از بین دانشجویان رشته‌های مختلف کارشناسی و ورودی‌های مختلف با بهره‌گیری از نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب و آزمون روی آن‌ها اجرا شد. برای تحلیل داده‌ها از آلفای کرونباخ و تحلیل عاملی تأییدی استفاده گردید. نتایج نشان دادند ضریب پایایی درونی (آلفای کرونباخ) این آزمون برای تمام مؤلفه‌ها بیش از ۰/۷۰ است که بر این اساس ابزار مناسبی است. علاوه بر این بررسی روایی سازه ابزار فوق از طریق تحلیل عاملی تأییدی نشان داد، مدل شش عاملی پیشنهادی سازندگان در قیاس با مدل‌های یک و سه عاملی برازش بهتری داشته و در این نمونه نیز مورد تأیید است. بر این اساس، از این مقیاس می‌توان برای سنجش وضعیت بهزیستی روانشناختی دانشجویان کارشناسی بهره گرفت.

واژگان کلیدی: مدل شش عاملی بهزیستی روانشناختی، آزمون بهزیستی روانشناختی، تحلیل عاملی تأییدی.

۱- این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی مصوب معاونت محترم پژوهشی دانشگاه ارومیه با کد ۵۰۰/الف/۸۵ است.

بررسی پیشینه نظری و پژوهشی مربوط به سلامت روانی نشان می‌دهد سالیان طولانی رویکردی آسیب‌شناختی یا منفی به مطالعه‌ی آن وجود داشته است، به این معنی که سلامت روانی معادل نبود بیماری و مشکلات روانی تعریف شده است. اما از حدود دهه ۱۹۶۰ با ظهور دیدگاه‌های جدیدی که به جای درمان مشکلات روانی بر پیشگیری از آن‌ها تأکید داشتند مدل‌های سلامت روانی عمدتاً بر ابعاد روانی مثبت مانند توانایی‌های انسان، رشد شخصی، بهزیستی و ارتقای خوب بودن متمرکز شدند (رایان و دسی^۱، ۲۰۰۱).

در حقیقت ظهور دو جریان توجه به رشد روانشناختی و سلامتی، و روانشناسی مثبت‌نگر موجب تغییر رویکرد روانشناسان از مدل پزشکی یا آسیب‌شناختی به مدل‌های مثبت‌نگر در موضوع سلامت روانی شد. در این راستا، مدل‌هایی مانند مدل جاهودا^۲، مدل بهزیستی ذهنی^۳ داینر، مدل ۶ عاملی بهزیستی روانشناختی ریف، مدل خودمختاری^۴ رایان و دسی تدوین شدند که در تعریف و تبیین سلامت روانی به جای تمرکز بر بیماری، ضعف و تنش بر توانایی‌ها و داشته‌های فرد متمرکز شدند (کامپتون^۵، ۲۰۰۱). این تغییر رویکرد موجب شد روانشناسان این گروه در توصیف و تعریف سلامت روانی بیشتر از اصطلاح بهزیستی روانشناختی که بیشتر دارای بار مثبت است استفاده کنند. از این منظر کسی دارای سلامت روانشناختی تلقی می‌شود که ویژگی‌هایی مانند عزت‌نفس، ارتباط‌های اجتماعی گسترده، احساس خودکارآمدی و حس استقلال دارد (ریف و سینگر^۶، ۱۹۹۸).

مدل ریف از مهم‌ترین مدل‌های حوزه بهزیستی روانشناختی به شمار می‌رود. در این دیدگاه بهزیستی به معنای تلاش برای استعلا و ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی‌های فرد متجلی می‌شود (ریف، ۱۹۹۵). مدل حاضر بهزیستی روانشناختی را فرایند

1- Ryan & Deci

3- subjective well-being

5- Compynon

2- Jahoda

4- self-determination

6- Ryff & Singer

رشد همه‌جانبه‌ای می‌داند که در طول عمر گسترده است. از این رو، طرفداران آن همانند ارسطو معتقدند بهزیستی به معنای کسب لذت نیست بلکه تلاش برای استعلا و ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی‌های فرد متجلی می‌شود. ریف (۱۹۹۵: ۱۰۰) بهزیستی روانشناختی را «تلاش برای کمال در جهت تحقق توانایی‌های بالقوه واقعی فرد» می‌داند.

ریف و همکاران پیش از هر چیز تلاش کردند براساس مبانی فلسفی (کسانی مثل ارسطو و راسل) ملاک‌های زندگی مطلوب یا اصطلاحاً «زندگی خوب»^۱ را تعیین و دسته‌بندی کنند. بر این اساس، شش عامل مهم را شناسایی کردند که از طریق آن‌ها می‌توان خوب بودن یا نبودن را تعیین کرد، پذیرش خود^۲، هدفمندی در زندگی^۳، رشد شخصی^۴، داشتن ارتباط مثبت با دیگران^۵، تسلط بر محیط^۶ و خودمختاری مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده‌ی بهزیستی روانشناختی در مدل ریف هستند (ریف، ۱۹۸۹).

ریف برای سنجش مدل نظری خود، پرسشنامه‌ی خودگزارشی طراحی کرد که از مهم‌ترین سنجه‌های بهزیستی روانشناختی به شمار می‌رود. نخستین نوشتار این ابزار دارای ۱۲۰ سوال بود (ریف، ۱۹۹۵). در سال‌های بعد براساس پژوهش‌هایی که روی ویژگی‌های روانسنجی آن انجام شد نسخه‌های کوتاه‌تر ۴۰، ۴۲، ۲۴، ۱۸، ۱۴، ۹ و ۳ سوالی تدوین شد. ریف خود معتقد است نسخه‌ی ۸۴ سوالی آزمون در مقایسه با سایر نوشتارها قابلیت بیشتری در تعیین وضعیت بهزیستی روانشناختی دارد. در نوشتار ۸۴ سوالی برای سنجش هر عامل ۱۴ سوال اختصاص یافته است (ریف و سینگر، ۱۹۹۸).

مطالعات متعددی ویژگی‌های روانسنجی نسخه‌های کوتاه آزمون ریف را بررسی کرده‌اند. ریف (۱۹۸۹) در پژوهشی روی نوجوانان و بزرگسالان جوان پایایی بین ۰/۹۳

1- good life

3- purpose in life

5- positive relations with others

2- self-acceptance

4- personal growth

6- environmental mastery

و ۰/۸۶ برای عوامل به دست آورد. ریف و کی یس^۱ (۱۹۹۵) در مطالعه‌ی دیگری روی آزمودنی‌های میانسال، مدل و آزمون را با روش معادلات ساختاری بررسی کردند. نتایج آن‌ها حاکی از تأیید مدل و پایایی مناسب آزمون بود. در مقابل نتایج پژوهش‌های کافکا و کوزما^۲ (۲۰۰۲)، فن دیریندورک^۳ (۲۰۰۴) و چنگ و چان^۴ (۲۰۰۵) نتوانستند برازش مدل مورد نظر ریف را تأیید کنند و در آن‌ها ثبات درونی آزمون پایین بود. آبت^۵ و همکاران (۲۰۰۶) با مرور تمام مطالعات و برگزیدن نمونه‌ای ۱۱۷۹ نفری و با استفاده از روش معادلات ساختاری مدل و آزمون ریف را به محک کشیدند. نتایج به دست آمده مدل و آزمون را تأیید کردند. برنز و ماچین^۶ (۲۰۰۹) نیز در مطالعه خود با بهره‌گیری از تحلیل عاملی تأییدی مدل را بررسی نمودند. نتایج آن‌ها حاکی از هماهنگی درونی (ضرایب پایایی) بالا بود. ولی یافته‌های تحلیل عاملی از مدل سه عاملی حمایت کرد.

لیندفورس^۷ و همکاران (۲۰۰۶) در تحقیق خود ساختار پرسشنامه ریف در زبان سوئدی را بررسی کردند. آن‌ها نمونه‌ای ۱۲۶۰ نفری از بین زنان و مردان کارگر انتخاب کردند که در گستره‌ی سنی ۵۸-۳۲ قرار داشتند. ضرایب ثبات درونی برای پرسشنامه فوق در این گروه بالاتر از نسخه اصلی انگلیسی بود. تحلیل عاملی تأییدی ساختار شش عاملی آن را در زبان اسپانیایی نیز تأیید نمود (فن دیرندورک و همکاران، ۲۰۰۸).

در ایران بیانی و همکاران (۱۳۸۷) روایی و پایایی نسخه‌ی ۸۴ سوالی را روی نمونه‌ای ۱۴۵ نفری از دانشجویان دانشگاه آزاد بررسی کردند. نتایج بررسی پایایی از طریق بازآزمایی نشان دادند ضریب بدست آمده برای نمره کلی برابر ۰/۸۲، پذیرش خود ۰/۷۱، روابط مثبت با دیگران ۰/۷۷، خودمختاری ۰/۷۸، تسلط بر محیط ۰/۷۷، هدفمندی در زندگی ۰/۷۰ و رشد شخصی ۰/۷۸ بود. جهت بررسی روایی مقیاس‌های

1- Keyes

3- Van Dierendonck

5- Abbot

7- Lindfors

2- Kafka & Kozma

4- Cheng & Chan

6- Burns & Machin

رضایت از زندگی، پرسشنامه‌ی شادکامی آکسفورد و عزت‌نفس روزنبرگ استفاده شد که همبستگی به دست آمده نمرات این آزمون‌ها با مقیاس بهزیستی روانشناختی به ترتیب ۰/۴۷، ۰/۵۸ و ۰/۴۶ بود. نتایج به دست آمده این پژوهشگران حاکی از مناسب بودن ابزار مورد بحث در نمونه دانشجویان بود. در پژوهش دیگری نسخه‌های ۳، ۹ و ۱۴ سوالی در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی مطالعه شدند. یافته‌های حاصل مدل شش عاملی مورد نظر سازندگان آزمون بود (شکری و همکاران، ۱۳۸۷).

با استفاده از مقیاس فوق پژوهش‌هایی نیز درباره‌ی این که آیا مدل بهزیستی روانشناختی ریف واقعاً شش مؤلفه فوق را دربرمی‌گیرد یا خیر انجام شده است. ریف (۱۹۸۹) در مطالعه‌ای روی ۱۲۱ مرد و زن از دوره‌های مختلف زندگی (جوانی، میانسالی و پیری) دریافت شش مؤلفه مورد نظر دارای همبستگی نیرومندی با هم بوده و با سایر شاخص‌های مربوط به بهزیستی رابطه‌ی ضعیفی دارند. وی بر این اساس نتیجه گرفت بهزیستی روانشناختی دربرگیرنده‌ی شش مؤلفه‌ی فوق‌الذکر است. ریف و کی یس (۱۹۹۵) و کی یس و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهش‌های دیگری این یافته را تأیید کردند.

اسپرینگر و هوسر^۱ (۲۰۰۶) در دو پژوهش تلاش کردند مدل شش مؤلفه‌ای ریف را مورد آزمون قرار دهند. نتایج هر دو مطالعه نتوانست مدل فوق را تأیید کند. در هر دو مطالعه فقط مؤلفه‌های هدف در زندگی، پذیرش خود، تسلط بر محیط و رشد شخصی با هم ارتباط داشته و در نتیجه در مدل قرار می‌گیرند. هر چند ارتباط بین این مؤلفه‌ها نیز ضعیف بودند. در واکنش به این یافته‌ها، ریف و سینگر (۲۰۰۶) نتایج پنج نوع پژوهش (اعتبار عاملی، همبسته‌های روانشناختی، همبسته‌های جمعیت‌شناختی، همبسته‌های زیستی و مطالعات مداخله‌ای) را بررسی کردند. نتایج آن‌ها حاکی از تمایز

1- Springer & Hauser

هر شش خرده‌مقیاس از یکسو و همبستگی‌شان با هم بود. این پژوهشگران نتیجه گرفتند مطالعه‌ای که یافته‌های اسپرینگر و هوسر از آن استخراج شده بود دارای مشکلات روش‌شناختی بوده و از لحاظ نتیجه‌گیری و تفسیر ایراد داشته است.

اما نکته‌ی قابل توجه در خصوص کاربرد آزمون ریف این بوده که در کمتر پژوهشی به جمعیت دانشجویی پرداخته شده است. در حالی که با عنایت به وجود جمعیت دانشجویی بزرگ در کشور ما بررسی چنین موضوعی قطعاً باارزش خواهد بود. علاوه بر این، با توجه به اهمیتی که ابزارهای روانشناختی در بررسی روایی و کاربردپذیری مدل‌ها دارند، هدف پژوهش حاضر بررسی ساختار عاملی مقیاس ۸۴ سوالی بهزیستی روانشناختی و تطابق آن با سازه‌ها و مدل نظری سازندگان آزمون در گروهی از دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه ارومیه بود.

روش

جامعه و نمونه‌ی آماری

جامعه‌ی پژوهش، کلیه‌ی دانشجویان دوره‌ی کارشناسی دانشگاه ارومیه بود. براساس جدول مورگان^۱ تعداد نمونه مناسب ۳۷۶ نفر بود که برای انتخاب آن از روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای استفاده شد. به این ترتیب که براساس حجم جامعه هر دانشکده و درصدی که در کل جامعه دانشجویان بخود اختصاص داده بود، سهم آن در نمونه مشخص شد. سپس با توجه به حجم هر یک از رشته‌ها، سهم آن در نمونه مربوط به رشته نیز مشخص گردید. ۸۰ نفر از نمونه‌ی مطالعه از دانشکده ادبیات و علوم انسانی، ۹۸ نفر دانشکده علوم، ۸۱ نفر دانشکده فنی، ۳۵ نفر دانشکده هنر و ۸۱ نفر از دانشکده فنی انتخاب شدند. لازم به گفتن است که تمام رشته‌های موجود در دانشکده‌ها جزو نمونه نهایی بودند.

1- Morgan

ابزار جمع آوری اطلاعات

همانگونه که پیشتر گفته شد، مقیاس بهزیستی روانشناختی (PWB) در سال ۱۹۸۹ توسط کارول ریف در دانشگاه ویسکانسین ساخته شده است (ریف، ۱۹۸۹). هدف پرسشنامه فوق عملیاتی کردن شش عامل استخراج شده از تئوری‌های پیشین می‌باشد که در مدل بهزیستی روانشناختی ریف جای گرفته است. این آزمون ۸۴ سوال و ۶ عامل را دربرمی‌گیرد. فرایند ساخت مقیاس با نوشتن تعریف برای شش عامل آغاز شد که این تعاریف از بنیادهای نظری مدل استخراج گردیدند. تعاریف حالت دوقطبی داشته و به صورت نمره‌ی بالا و پایین تعریف شدند. تعاریف عوامل در جدول زیر ارائه گردیده‌اند:

جدول (۱) تعاریف عوامل آزمون ریف براساس بنیادهای نظری (برگرفته از ریف، ۱۹۸۹: ۷۲-۱۰)

عامل	نمره	تعریف
پذیرش خود	پایین	داشتن احساس نارضایتی از خود، ناکام و سرخورده از آن چه که در گذشته رخ داده است، ناخرسندی از ویژگی‌ها و صفات خود، آرزومند تغییر کردن و تبدیل شدن به کس دیگر.
ارتباط مثبت با دیگران	بالا	داشتن نگرش مثبتی نسبت به خود، پذیرش ابعاد خوب و بد وجود خود، داشتن احساس خوب نسبت به زندگی گذشته خود.
مختاری خود	پایین	نداشتن یا کمبود ارتباط‌های صمیمانه، رضایت بخش و گرم با دیگران، احساس ناکامی و انزوا در روابط شخصی، عدم‌پذیرش تعهد در قبال دیگران، دارا بودن ارتباطات رضایت‌بخش، گرم و مبتنی بر اعتماد با دیگران، نگران رفاه و راحتی دیگران بودن، داشتن احساس همدلی نیرومند، مهربانی و صمیمیت.
مختاری خود	پایین	نگران بودن درباره‌ی ارزشیابی‌ها و انتظارات دیگران، اتکا به قضاوت دیگران جهت تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی، تسلیم شدن در برابر فشارهای اجتماعی و اندیشه و عمل براساس آن.
مختاری خود	بالا	خودمختار و متکی به خود بودن، توانایی مقاومت در برابر فشارهای اجتماعی برای اندیشه و عمل، تنظیم رفتار از درون، ارزشیابی خویش طبق استانداردهای شخصی.

ادامه‌ی جدول (۱)

مشکل داشتن در تنظیم امور روزمره زندگی، احساس ناتوانی در تغییر یا بهبود بافت زندگی، ناآگاهی از وجود فرصتهایی اطراف خود، فقدان احساس کنترل روی جهان خارج.	پایین محیط
داشتن احساس تسلط و شایستگی در مدیریت محیط، داشتن برنامه جامع و پیچیده برای کنترل محیط، استفاده مناسب از فرصت‌های محیط، توانایی انتخاب و یا ایجاد بافت‌های متناسب با ارزش‌ها و نیازهای شخصی.	بالا
بی‌معنی بودن زندگی، داشتن اهداف ناچیز و بی‌اهمیت، نداشتن احساس جهت، ندیدن هدف در زندگی گذشته، اعتقاد نداشتن به ارزش و معنای زندگی.	پایین هدفمندی در زندگی
داشتن هدف و جهت در زندگی، معنی داشتن زندگی گذشته و حال، اعتقاد و باور به ارزش و معنای زندگی.	بالا
داشتن حس ایستایی شخصی، نداشتن حس تغییر مثبت یا توسعه در طول زمان، احساس بی‌علاقگی و ملال نسبت به زندگی، احساس ناتوانی برای شکل‌دهی رفتارها و نگرش‌های جدید.	پایین رشد شخصی
دارای احساس رشد مستمر، تلقی خود به عنوان موجودی رشدیابنده، تغییر به گونه‌ای که نشان‌دهنده‌ی افزایش کارآمدی و دانش شخصی است.	بالا

برای آماده‌سازی این مقیاس، ابتدا فرم انگلیسی ابزار، که توسط پروفسور ریف سازنده آزمون در اختیار محقق قرار داده شده بود، به فارسی ترجمه و سپس توسط دو نفر از اعضای هیئت علمی گروه زبان دانشگاه ارومیه مجدداً به انگلیسی برگردانده شد. تفاوت‌های مشاهده شده بین نسخ فارسی و انگلیسی ارزیابی و مورد تجدیدنظر قرار گرفت. آزمون روی گروهی ۵۰ نفری از دانشجویان اجرا و از نظر روانی و قابل درک بودن جملات بررسی و مجدداً سوال‌های مبهم اصلاح گردید.

ریف برای بررسی روایی ابزار و سنجش رابطه‌ی آن با سنجه‌هایی که صفات شخصیتی را می‌سنجیدند، و در ضمن شاخص بهزیستی روانشناختی نیز به شمار

می‌رفتند از سنجه‌هایی مانند مقیاس تعادل عاطفی^۱ برادبورن^۲ (۱۹۶۹)، رضایت زندگی نیوگارتن^۳ (۱۹۶۱)، حرمت خود^۴ روزنبرگ^۵ (۱۹۶۵)، منبع کنترل^۶ لونسون^۷ (۱۹۷۴) و افسردگی زونگ^۸ (۱۹۶۵) استفاده کرد. نتایج همبستگی آزمون ریف با هر یک از مقیاس‌های فوق قابل قبول بود. بنابراین ابزار فوق روا محسوب شد (ریف، ۱۹۸۹).

ریف (۱۹۸۹) در پژوهشی برای بررسی پایایی این ابزار از آلفای کرونباخ بهره گرفت. آلفای به دست آمده برای پذیرش خود (۰/۹۳)، ارتباط مثبت با دیگران (۰/۹۱)، خودمختاری (۰/۸۶)، تسلط بر محیط (۰/۹۰)، هدفمندی در زندگی (۰/۹۰) و رشد شخصی (۰/۸۷) گزارش شده است که بر این اساس برای اهداف پژوهشی و بالینی وسیله‌ی مناسبی به شمار می‌رود.

لیندفورس و همکاران (۲۰۰۶) نیز دامنه‌ی ضریب ثبات درونی را برای ابعاد مختلف مقیاس ریف را بین ۰/۶۵ تا ۰/۷۰ گزارش نمودند. فقط ضریب مؤلفه‌ی هدفمندی زندگی ۰/۲۴ بود.

آزمون ریف مقیاسی ۶ درجه‌ای است که از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق را دربرمی‌گیرد. برخی از سوال‌ها به شکل مستقیم و برخی به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

شیوه‌های آماری تجزیه و تحلیل اطلاعات

در پژوهش حاضر برای تحلیل داده‌ها از آلفای کرونباخ و تحلیل عاملی تأییدی (با هدف مطالعه ساختار عاملی و اعتبار سازه) استفاده شد. نرم افزار این روش لیزرل^۹ است که در این مطالعه از نوشتار ۸ استفاده شد. در مدلیابی معادلات ساختاری و

1- Affect Balance Scale
3- Neugarten
5- Rosenberg
7- Levenson
9- LISREL

2- Bradburn
4- self-esteem
6- locus of control
8- Zung

تحلیل عاملی تأییدی آماره‌های نیکویی برازش تناسب مدل نظری پیشنهادی را با داده‌های به دست آمده مقایسه می‌کنند. لیزرل؛ ۱۵ سنجه‌ی نیکویی برازش ارائه می‌دهد که بررسی حداقل سه سنجه ضروری است (جاکارد و چوی^۱، ۱۹۹۶). در این پژوهش شاخص‌های مجذور خی، شاخص نیکویی برازش^۲ (GFI)، شاخص نیکویی برازش تطبیقی^۳ (AGFI)، شاخص برازش تطبیقی^۴ (CFI)، ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب^۵ (RMSEA)، شاخص نرم شده برازندگی (NFI) و شاخص تاکر-لویز^۶ (TLI) که شاخص نرم نشده برازندگی^۷ (NNFI) نیز نامیده می‌شود، بررسی خواهند شد.

در معادلات ساختاری، مجذور خی نشان می‌دهد که ساختار کوواریانس یافته‌ها با مدل پیشنهادی تئوریک مطابقت دارد یا خیر. اعداد کوچک‌تر نشانگر برازش مناسب مدل آزمون شده است. در برخی منابع پیشنهاد شده است برای پذیرش مدل نسبت مجذور خی به درجه آزادی باید کمتر از ۳ باشد (کلاین^۸، ۱۹۹۸). GFI مقدار نسبی واریانس‌ها و کوواریانس‌ها را به گونه مشترک از طریق مدل ارزیابی می‌کند. عدد این شاخص بین صفر و یک قرار می‌گیرد و هر قدر به یک نزدیک‌تر باشد، مدل مناسب‌تر و برازنده‌تر است. AGFI شاخصی شبیه GFI است که آن نیز بین صفر و یک قرار می‌گیرد و AGFI و GFI نشان می‌دهند مدل‌های برازش یافته تا چه حد به برازندگی کامل نزدیک هستند. AGFI مناسب مقداری است که به یک نزدیک‌تر باشد. CFI به عنوان شاخص برازش تطبیقی بنتلر^۹ نیز شناخته می‌شود و ماتریس کوواریانس پیش‌بینی شده توسط مدل را با کوواریانس مدل صفر (مدل تئوریک) مقایسه می‌کند. این شاخص نیز بین صفر و یک بوده و اندازه نزدیک یک حاکی از برازش مناسب است. RMSEA برابر یا کمتر از ۰/۰۵ مقدار مناسبی است (گارسون^{۱۰}، ۲۰۰۶). شاخص

1- Jaccard & Choi

3- Adjusted Goodness of Fit Index

5- Root Mean Square Error of Approximation

7- Non-normed fit index

9- Bentler

2- Goodness of Fit Index

4- Comparative Fit Index

6- Root Mean Square Error of Approximation

8- Kline

10- Garson

NFI برآزش های دو مدل مختلف را در یک مجموعه از داده‌ها مقایسه می‌کند و مقدار آن باید بالاتر از ۰/۹۵ قرار گیرد. شاخص تاکر-لویز یا NNFI شاخصی مشابه NFI است که به حجم نمونه حساس نبوده و یک مدل را با مدل‌های مختلف مقایسه می‌کند. مقدار مناسب آن بین ۰/۹۶ و ۱ قرار می‌گیرد هر چند ممکن است مقدار بالای یک نیز برای آن به دست آید (هو و بنتلر، ۱۹۹۹ به نقل از هوپر^۱ و همکاران، ۲۰۰۸).

یافته‌ها

در این بخش نخست اطلاعات توصیفی کل نمونه و سپس یافته‌های مربوط به ویژگی‌های روانسنجی و تحلیل عاملی تأییدی و نهایتاً یافته‌های مرتبط با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی ارائه می‌شود.

جدول (۲) اطلاعات توصیفی مربوط به مؤلفه‌های شش‌گانه‌ی تشکیل‌دهنده‌ی بهزیستی روانشناختی و بهزیستی روانشناختی کلی

شاخص آماری	کمترین نمره	بیشترین نمره	میانگین	انحراف معیار	عامل
تسلط بر محیط	۲۴	۸۴	۵۲/۹۲	۱۰/۰۹	
رشدشخصی	۳۰	۸۰	۵۷/۲۷	۹/۲۱	
ارتباط مثبت بادیگران	۲۶	۹۵	۵۶/۲۵	۱۰/۱۵	
هدفمندی در زندگی	۲۲	۸۱	۵۸/۲۱	۱۰/۳۲	
پذیرش خود	۲۳	۸۰	۱۰/۸۳	۵۲/۹۲	
خودمختاری	۵	۸۱	۵۱/۹۵	۹/۶۵	
نمره کلی	۲۲۲	۴۵۳	۳۳۱/۵۹	۴۷/۴۹	

1- Hooper

جدول (۳) نتایج آلفای کرونباخ مؤلفه‌های بهزیستی روانشناختی

مؤلفه	آلفای کرونباخ
تسلط بر محیط	۰/۷۹
رشدشخصی	۰/۸۴
ارتباط مثبت بادیگران	۰/۷۶
هدفمندی در زندگی	۰/۸۱
پذیرش خود	۰/۷۴
خودمختاری	۰/۷۲
نمره کلی	۰/۹۰

همان طور که نتایج نشان می‌دهند ضرایب به دست آمده برای مؤلفه‌های مقیاس بهزیستی روانشناختی بالاتر از ۰.۷۰ است که برای آزمون‌هایی که در پژوهش‌ها به کار می‌روند مناسب می‌باشد (شریفی، ۱۳۸۷). در این میان نمره‌ی مجموع مقیاس‌ها (نمره‌ی کلی) دارای بیشترین ضریب یا مناسب‌ترین شاخص همسانی درونی بوده و پس از آن به ترتیب مؤلفه‌ی رشد شخصی، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، پذیرش خود و خودمختاری دارای مناسب‌ترین پایایی هستند. از روش تحلیل عاملی تأییدی برای مطالعه‌ی مناسب بودن ساختار عاملی آزمون و تأیید وجود مؤلفه‌های ادعایی سازنده استفاده شد. در جدول پیوست بار عاملی و خطاهای اندازه‌گیری سوال‌ها با توجه به مؤلفه‌های آزمون ارائه شده است. بار عاملی شش سوال (۲۴-۳۸-۴۵-۴۹-۷۲-۷۴) مقدار کوچکی را به خود اختصاص داده و t معنی‌داری نیز از ۲ کوچک‌تر است که به همین سبب می‌توان ادعا کرد سوال‌های مربوط سوال‌های مناسبی به شمار نمی‌روند و احتمالاً حذف آن‌ها آسیبی به ساختار آزمون نخواهد زد.

در این بخش ماتریس همبستگی مؤلفه‌های مقیاس ریف ارائه می‌شود:

جدول (۴) ضرایب همبستگی بین مؤلفه‌های آزمون بهزیستی روانشناختی

مؤلفه‌ها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
تسلط بر محیط	-					
رشدشخصی	۰/۶۰	-				
ارتباط مثبت بادیگران	۰/۵۹	۰/۵۰	-			
هدفمندی در زندگی	۰/۵۸	۰/۵۵	۰/۵۲	-		
پذیرش خود	۰/۶۴	۰/۶۳	۰/۶۱	۰/۷۱	-	
خودمختاری	۰/۷۱	۰/۶۵	۰/۷۰	۰/۷۲	۰/۸۰	-

همانطوری که ملاحظه می‌شود ضرایب همبستگی در سطح مناسبی قرار دارند و این نشان دهنده‌ی ارتباط درونی مؤلفه‌ها با هم است. پژوهش‌های مختلف نتایج متفاوتی در خصوص تعداد عوامل این ابزار و مدل ساختاری آن ارائه داده‌اند. یافته‌های مربوط به برازش مدل یک، ۳ و ۶ عاملی آزمون در جدول بعدی آمده است:

جدول (۵) آماره‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی

مدل	X2	df	χ^2/df	AGFI	GFI	CFI	RMSEA	TLI	NFI
یک عاملی	۷۹۵۵/۴۵	۳۳۲۰	۲/۳۶	۰/۴۸	۰/۵۸	۰/۸۴	۰/۰۸	۰/۷۱	۰/۹۰
۳ عاملی	۷۸۲۶/۰۶	۳۳۱۶	۲/۳۰	۰/۵۱	۰/۶۱	۰/۸۶	۰/۰۸	۰/۷۵	۰/۹۱
۶ عاملی	۷۶۶۶/۲۱	۳۳۸۷	۲/۲۶	۰/۶۰	۰/۷۲	۰/۹۱	۰/۰۴	۰/۹۴	۰/۹۸

تبدیل آماره مجذور خی مدل‌ها به نسبت χ^2/df نشان می‌دهد مقدار به دست آمده برای مدل شش عاملی ۲/۲۶، برای مدل سه عاملی ۲/۳۰ و برای مدل تک عاملی ۲/۳۶ می‌باشد که برای مدل شش عاملی کوچک‌تر از سایر مدل‌هاست. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت احتمالاً مدل شش عاملی برازش بهتری با داده‌ها داشته و با مدل نظری اصلی هماهنگی بیشتری دارد. بررسی سایر آماره‌های برازش مربوط به مدل‌ها نیز نشان می‌دهند در تمام موارد بهترین مقادیر بر اساس ملاک‌های پیش گفته به مدل شش عاملی اختصاص دارد. آماره‌های GFI، AGFI و CFI که در مدل شش عاملی به ترتیب

برابر ۰/۶۰، ۰/۶۲ و ۰/۸۸ هستند در قیاس با مقادیر سایر مدل‌ها به یک نزدیکتر بوده و در نتیجه نشان دهنده برازش بهتر مدل هستند. آماره RMSEA نیز در مدل شش عاملی برابر ۰/۰۵ است که مقدار مناسبی به شمار می‌رود. شاخص‌های TLI و NFI نیز برای مدل شش عاملی مناسب‌تر از سایر مدل‌ها می‌باشند. در نتیجه بر اساس داده‌های به دست آمده در این بررسی، احتمالاً مدل شش عاملی مورد نظر سازندگان ابزار (ریف و همکاران، ۲۰۰۴) مناسب‌تر بوده و مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش بررسی ویژگی‌های روانسنجی و ساختار عاملی آزمون بهزیستی روانشناختی نوشتار ۸۴ سوالی آزمون ریف و همکاران در دانشجویان دوره‌ی کارشناسی دانشگاه ارومیه بود.

نتایج بررسی ویژگی‌های روانسنجی نشان دادند ضرایب آلفای به دست آمده برای تمام مؤلفه‌های مقیاس بهزیستی روانشناختی بالاتر از ۰.۷۰ است که برای آزمون‌هایی که در پژوهش‌ها به کار می‌روند مناسب می‌باشد (شریفی، ۱۳۸۷). در این میان نمره‌ی مجموع مقیاس‌ها (نمره‌ی کلی) دارای بیشترین ضریب یا مناسب‌ترین شاخص همسانی درونی بوده و پس از آن به ترتیب مؤلفه‌ی رشد شخصی، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، پذیرش خود و خودمختاری دارای مناسب‌ترین پایایی هستند. این یافته‌ها هم‌هنگ با یافته‌های ریف (۱۹۹۸ و ۱۹۹۵)، کافکا و کوزما (۲۰۰۲) و بیانی و همکاران (۱۳۸۷) است که حاکی از قابل قبول بودن ضرایب پایایی درونی است. در این مطالعه پایین‌ترین ضریب آلفای کرونباخ به مؤلفه‌ی خودمختاری تعلق داشت که هم‌سو با یافته‌ی مطالعه لیندفورس و همکاران (۲۰۰۶) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آن جایی که مؤلفه‌ی خودمختاری دارای بالاترین ضریب همبستگی با سایر مؤلفه‌هاست، پایین بودن پایایی آن قابل توجیه است. زیرا وجود همبستگی بالا بین یک مؤلفه با سایر مؤلفه‌ها می‌تواند سبب افزایش همپوشی بین خرده مؤلفه‌ها و کاهش ضریب پایایی برخی از آن‌ها شود.

در این راستا، می‌توان نتیجه گرفت برخی از گویه‌های مؤلفه‌ی خودمختاری احتمالاً همان چیزی را می‌سنجند که گویه‌های سایر مؤلفه‌ها مورد اندازه‌گیری قرار می‌دهند. با این وجود این همپوشی به اندازه‌ای نیست که باعث ادغام شدن این مؤلفه در مؤلفه‌های دیگر شود. این یافته در تحلیل عاملی تأییدی این پژوهش و سایر پژوهش‌های مرتبط تأیید شده است (مانند ریف و همکاران، ۲۰۰۶).

نتایج آزمون همبستگی بین خرده‌مؤلفه‌های مقیاس بهزیستی روانشناختی نیز از یافته فوق حمایت می‌کند زیرا نشانگر همبستگی در سطح متوسط برای ارتباط بین مؤلفه‌هاست. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت خرده‌مؤلفه‌های آزمون زیرمجموعه‌ی یک عامل بوده و در عین حال مستقل از هم هستند. به عبارت دیگر، خرده‌مؤلفه‌های آزمون هر یک سازه‌های را می‌سنجند که بعدی از ابعاد سازه‌ی کلی بهزیستی روانشناختی است ولی هر یک از خرده‌مؤلفه‌ها همپوشی اندکی با سایر خرده‌مؤلفه‌ها داشته و سازه مجزایی را اندازه می‌گیرند. این یافته هماهنگ با نتایج مطالعه‌ی ریف و کی‌یس (۱۹۹۵) و لیندفورس و همکاران (۲۰۰۶) است که نشان دادند خرده‌مؤلفه‌های آزمون ریف زیرمجموعه‌ی یک عامل هستند و هر یک قادرند سازه‌ی مورد نظر سازندگان را بسنجند.

نتایج تحلیل عاملی تأییدی حاکی از این بودند که آزمون دارای عوامل و سازه‌های مورد نظر سازندگان آن است. در حقیقت، نتایج تحلیل عاملی روایی سازه‌ی آزمون را تأیید کردند. این نتیجه در مطالعه‌ی ابوت و همکاران (۲۰۰۶) و لیندفورس و همکاران (۲۰۰۶) نیز مشاهده گردیده است. به عبارتی آزمون بهزیستی روانشناختی احتمالاً دارای شش عامل اصلی پیشنهادی توسط مدل نظری می‌باشد. مقایسه‌ی مدل‌های تک عاملی، سه عاملی و شش عاملی پیشنهادی توسط برخی پژوهشگران نیز نشان داد مدل شش عاملی دارای برازش و تناسب بیشتری در مقایسه با دو مدل دیگر است. علاوه بر این در پژوهش‌هایی که در فرهنگ‌ها و زبان‌های دیگر مانند اسپانیایی انجام شده است، ساختار شش عاملی آزمون مورد بحث تأیید شده است (فن دیرندورک و همکاران، ۲۰۰۸).

اما این یافته با نتایج مطالعه اسپرینگر و هوسر (۲۰۰۶) و برنز و ماچین (۲۰۰۹) در تناقض است. آن‌ها نتوانستند در پژوهش خود ساختار ۶ عاملی آزمون را نشان دهند. از نظر آن‌ها علت این امر وجود همبستگی بالا بین مؤلفه‌ها و گویه‌های آزمون بود. اما ریف و سینگر (۲۰۰۶) با بررسی این پژوهش و مرور نتایج مطالعات انجام یافته در این خصوص نتیجه گرفتند مطالعه‌ی اسپرینگر و هوسر دارای مشکلات روش شناختی است. بنابراین با توجه به یافته‌های پیشین و نتایج مطالعه‌ی حاضر، می‌توان نتیجه گرفت آزمون بهزیستی روانشناختی ۸۴ سوالی به خوبی توانسته مدل نظری شش عاملی که دربرگیرنده‌ی مؤلفه‌های پذیرش خود، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، داشتن ارتباط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و خودمختاری است عملیاتی سازد. علت احتمالی تأیید مدل نظری پیشنهادی ریف و همکاران در مطالعه‌ی اخیر را می‌توان به عامل شباهت و یکدستی بیشتر نمونه‌های دانشجویی نسبت داد. معمولاً به این دلیل که ملاک‌های انتخاب و گزینش دانشجویان یکسان بوده زندگی در محیط‌های جمعی موجب ایجاد ویژگی‌های مشترک می‌شود، در نتیجه به دست آمدن نتایج با کشیدگی کم در جمعیت‌های دانشجویی دور از انتظار نیست.

در مجموع، یافته‌های این مطالعه حاکی از روایی سازه‌ی آزمون مورد بحث در جمعیت دانشجویی بوده و آزمون فوق برای سنجش بهزیستی روانشناختی دانشجویان دوره کارشناسی ابزار مناسبی است. از این‌رو، روانشناسان و مشاورانی که با مسائل دانشجویان درگیرند می‌توانند برای بررسی سطح بهزیستی روانشناختی دانشجویان از آن بهره جسته و در جهت ارتقای آن برنامه‌ریزی و اقدام نمایند.

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت آزمون ۸۴ سوالی بهزیستی روانشناختی ریف و همکاران به عنوان ابزاری برای سنجش ابعاد مثبت سلامت روانی یا به عبارت دقیق‌تر، تلاش فرد برای استعلا، ارتقا و میزان تحقق استعدادها و توانایی‌های فرد، در جمعیت دانشجویی بسنده و کارآمد است. علت این امر را در تلاش اصولی و نظام‌دار ریف در طراحی و ساختن این مقیاس می‌توان جستجو کرد. او با همکاری پژوهشگران و

همکاران متعددی برای ساختن این آزمون نخست با تکیه بر مبانی فلسفی (کسانی مانند ارسطو و راسل) ملاک‌های زندگی خوب را تعیین و دسته‌بندی کرد (ریف و سینگر، ۱۹۹۸)، و سپس تلاش نمود تا با تهیه‌ی گویه‌های متعدد این شاخص‌ها را عملیاتی سازد. این آزمون مکرراً در حوزه‌ها و جمعیت‌های مختلف مانند کارمندان (لیندفورس و همکاران، ۲۰۰۶) و سطوح اقتصادی-اجتماعی مختلف (ریف و همکاران، ۲۰۰۳) استفاده شده و این روند بررسی و بازنگری آزمون حدود بیست سال است که در سراسر جهان ادامه داشته و مجموعه‌ی ارزشمندی از شواهد را فراهم آورده است که عموماً تأییدی بر ساختار مناسب آزمون بهزیستی روانشناختی بوده است.

فاوا^۱ و همکاران (۱۹۹۸) و فاوا (۱۹۹۹) براساس مدل شش عاملی ریف روش درمانی ابداع کرده‌اند که درمان مبتنی بر بهزیستی یا بهزیستی درمانی^۲ نام دارد و هدف آن ارتقا و بهبود وضعیت فرد در اجزای ششگانه مدل مورد بحث است. آغازگر این شیوه‌ی درمانی بهره‌گیری از آزمون ریف و تعیین سطح بهزیستی فرد می‌باشد. از این روش درمانی عمدتاً برای کمک به حل مشکلات عاطفی استفاده می‌شود. بر این اساس مشاوران و دست‌اندرکاران مسائل بهداشت روانی دانشجویان می‌توانند از مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف برای تعیین وضعیت دانشجویان استفاده و از داده‌های به دست آمده برای طراحی برنامه‌های پیشگیری از مشکلات روانشناختی از یکسو و برنامه‌های درمان اختلالات عاطفی از سوی دیگر بهره جویند.

تاریخ دریافت نسخه‌ی اولیه‌ی مقاله: ۸۸/۱۰/۲۴

تاریخ دریافت نسخه‌ی نهایی مقاله: ۸۹/۲/۳۰

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۹/۴/۴

1- Fava

2- well-being therapy

References

منابع

- بیانی، علی اصغر؛ محمد کوچکی، عاشور، و بیانی، علی (۱۳۸۷). روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی*. سال ۱۴، شماره ۲، صص ۱۵۱-۱۴۶.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین؛ فرزاد ولی. و سایر همکاران (۱۳۸۷). بررسی ساختار عاملی نسخه‌های ۳، ۹ و ۱۴ سوالی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف در دانشجویان، *فصلنامه روانپزشکی و روانشناسی بالینی*، شماره ۴، صص ۲۱-۱۵.
- شریفی، حسن پاشا (۱۳۸۷). *اصول روان‌سنجی و روان‌آزمایی*، تهران: انتشارات رشد.
- Abbot, R.A, Ploubidis, G.B., Huppert, F.A, Kuh, D., Wadsworth, M.E.J., & Croudace, T.J.(2006). Psychometric evaluation and Predictive Validity of Ryff's Psychological Well-being Items in a UK Cohort Sample of Women. *Health and Quality of Life Outcomes*, 4, 76.
- Burns, R.A., & Machin, A. M., (2009). Investigating the Structural Validity of Ryff's Psychological Well-Being Scales across Two Samples, *Social Indicators Research*, 93(2), 359-375.
- Cheng, S.T., & Chan, A.C.M., (2005). Measuring Psychological Well-being in the Chinese, *Personality and Individual Differences*, 38, (6):1307-1316.
- Compton, W.C., (2001). Towards A Tripartite Factor Structure of Mental Health: Subjective Well-being, Personal Growth, and Teligiosity, *The Journal of Psychology*, 135: 486-500.
- Fava, G.A.(1999) Well-being Therapy, *Psychother Psychosom*, 68, 171-178.
- Fava, G.A., Rafanelli, C., Cazzaro, M., Conti, S., & Grandi, S., (1998) Well-being Therapy, A Novel Psychotherapeutic Approach for Residual Symptoms of Affective Disorders, *Psychol Med*, 28, 475-480.
- Garson, G., (2006). *Structural Equation Modeling*, [On-line] Available, <http://www2.chass.ncsu.edu/garson/pa756/structur/htm>.

- Hooper, D., Coughlan, J. & Mullen, M.R., (2008). "Structural Equation Modelling: Guidelines for Determining Model Fit." *The Electronic Journal of Business Research Methods*, 6 (1), 53-60, Available Online at www.ejbrm.com
- Jaccard, J. & Choi, K.W., (1996). *LISREL Approaches to Interaction Effects in Multiple Regression*, Thousand Oaks, CA.: Sage Publication, Pp:87-99.
- Kafka, G.J. & Kozma, K., (2002). The Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being (SPWB) and Their Relationship to Measures of Subjective Well-being, *Social Indicators Research*, 57: 171-190.
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D., (2002). Optimizing well-being: the Empirical Encounter of Two Traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, 82: 1007-1022.
- Kline, R.B., (1998b). Software Programs for Structural Equation Modeling: AMOS, EQS, and LISREL, *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16: 343-364.
- Lindfors, P., Berntsson, L., & Lundberg, U.(2006). Factor Structure of Ryff's Psychological Well-being Scales in Swedish Female and Male White-collar Workers, *Personality and Individual Differences*, 40: 1213-1222.
- 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*, 52:141-166.
- Ryff, C.D., (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57: 1069-1081.
- Ryff, C.D., (1995). Psychological Well-being in Adult Life, *Current Directions in Psychological Science*, 4:99-104.
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L.(1995). The Structure of Psychological Well-being Revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69: 719-727.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M., & Hughes, D.L., (2003). Status Inequalities, Perceived Discrimination, and Eudaimonic Well-being: Do the

- Challenges of Minority Life Hone Purpose and Growth? *Journal of Health and Social Behavior*, 44: 275-291.
- Ryff, C.D., Singer, B.H., & Love, G.D., (1998). Positive health: Connecting Well-being With Biology, *Philosophical Transactions of the Royal Society of London*, 359: 1383-1394.
- Ryff, C.D., & Singer, B., (1998). The Contours of Positive Human Health, *Psychological Inquiry*, 9: 1-28.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H., (2006). Best News Yet on the Six-factor Model of Well-being, *Social Science Research*, 35: 1103-1119.
- Springer, K.W., & Hauser, R.M., (2006). An Assessment of the Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-Being: Method, Mode and Measurement Effects." *Social Science Research*, 35(4): 1120-1131.
- Van Dierendonck, D., (2004). The Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and Its Extension with Spiritual Well-being. *Personality and Individual Differences*, 36: 629-643.
- Van Dierendonck, D., Diaz, D.,Rodriguez-Carvajal, R., Blanco, A., & Moreno-Jimenez, B., (2008). Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-Being, *A Spanish explanation. Soc Indic Research*, 87: 473-479.

جدول پیوست: بارهای عاملی و خطاهای اندازه‌گیری سوال‌های آزمون بهزیستی
روانشناخت

مؤلفه	سوال	بار عاملی	T	خطای اندازه‌گیری	T
ارتباط مثبت با دیگران	۱	۱	-	.۸۱	۱۴.۲۶
	۷	۱	۶.۷۴	.۷۷	۱۳.۹۴
	۱۳	.۸۹	۵.۹۲	.۸۵	۱۴.۵۲
	۱۹	.۵۵	۴.۱۵	.۹۴	۱۵.۰۴
	۲۵	.۸۱	۵.۵۴	.۸۸	۱۴.۶۸
	۳۱	.۷۰	۵.۰۲	.۹۱	۱۴.۸۵
	۳۷	.۶۵	۴.۷۲	.۹۲	۱۴.۹۳
	۴۳	.۵۴	۴.۰۴	.۹۵	۱۵.۰۶
	۴۹	.۰۳	.۲۵	۱	۱۵.۳۱
	۵۵	.۸۴	۵.۷۰	.۸۷	۱۴.۶۲
	۶۱	.۹۵	۶.۱۵	.۸۳	۱۴.۳۹
	۶۷	.۸۶	۵.۷۹	.۸۶	۱۴.۵۸
	۷۳	.۸۷	۵.۸۴	.۸۶	۱۴.۵۶
	۷۹	۱.۰۲	۶.۴۶	.۹۸	۱۵.۲۴
خودمختاری	۲	۱	-	.۷۲	۱۳.۶۵
	۸	۴.۰۶	۲.۴۹	.۸۰	۱۴.۱۹
	۱۴	۲.۹۸	۲.۴۳	.۸۵	۱۴.۵۶
	۲۰	۱.۸۹	۲.۲۶	.۹۴	۱۵.۲۴
	۲۶	۳.۸۵	۲.۴۸	.۷۴	۱۳.۶۵
	۳۲	-۱.۹۰	۲.۲۶	.۹۴	۱۴.۱۹
	۳۸	-۰.۰۸	-۰.۲۱	۱	۱۴.۵۶
	۴۴	۳.۴۴	۲.۴۶	.۸۰	۱۵.۰۴
	۵۰	۴.۰۵	۲.۴۹	.۷۲	۱۳.۸۷
	۵۶	۱.۹۸	۲.۲۸	.۹۳	۱۵.۰۴
	۶۲	۲.۲۵	۲.۳۴	.۹۱	۱۵.۳۱
	۶۸	۳.۷۵	۲.۴۸	.۷۶	۱۴.۲۵
	۷۴	۰.۲۳	.۵۸	۱	۱۳.۶۶

۱۵۰۰۱	.۷۶	۲.۴۸	۳.۷۷	۸۰	
۱۴.۹۲	.۸۵	۸	.۳۸	۳	
۱۳.۹۸	.۸۳	۸.۸۳	.۴۲	۹	
۱۵.۳۱	.۹۱	۶.۲۰	.۳۰	۱۵	
۱۳.۹۶	.۷۸	۱۰.۰۹	.۴۷	۲۱	
۱۴.۹۰	.۸۳	۸.۶۰	.۴۱	۲۷	
۱۴.۸۰	.۷۳	۱۱.۲۵	.۵۲	۳۳	تسلط بر محیط
۱۵۰۰۸	.۸۲	۹.۰۷	۴۳	۳۹	
۱۴.۶۰	.۹۹	۱.۷۱	.۰۸	۴۵	
۱۴.۸۳	.۸۷	۷.۴۶	.۳۶	۵۱	
۱۴.۳۹	.۸۴	۸.۲۹	.۳۹	۵۷	
۱۴.۷۶	.۸۳	۸.۶۷	.۴۱	۶۳	
۱۵.۳۰	.۸۳	۸.۵۸	.۴۱	۶۹	
۱۴.۹۶	.۹۳	۵.۳۶	.۲۶	۷۵	
۱۴.۸۷	.۸۲	۸.۸۹	.۴۲	۸۱	
۱۴.۸۲	.۸۸	-	۱	۴	
۱۴.۸۳	.۷۱	۵.۵۲	۱.۵۳	۱۰	
۱۵.۱۴	.۸۰	۶.۰۶	۱.۲۸	۱۶	
۱۴.۷۹	.۹۸	۲.۸۶	.۴۳	۲۲	
۱۴.۹۷	.۷۷	۶.۲۳	۱.۳۶	۲۸	رشد شخصی
۱۴.۳۰	.۹۴	۴.۱۲	.۶۷	۳۴	
۱۴.۶۹	.۷۲	۶.۴۶	۱.۵۰	۴۰	
۱۵.۲۶	.۵۶	۶.۹۴	۱.۸۷	۴۶	
۱۴.۵۸	.۸۷	۵.۴۱	۱.۰۲	۵۲	
۱۵.۱۷	.۹۷	۳.۱۷	.۴۸	۵۸	
۱۴.۳۷	.۶۹	۶.۵۷	۱.۵۷	۶۴	
۱۳.۴۰	.۶۱	۶.۸۳	۱.۷۷	۷۰	
۱۴.۹۵	.۷۶	۶.۲۷	۱.۳۸	۷۶	
۱۵.۲۴	.۹۳	۴.۴۷	.۷۵	۸۲	
۱۴.۲۳	.۶۷	-	۱	۵	

۱۳.۷۴	.۹۲	۵.۶۷	.۴۹	۱۱	
۱۴.۵۵	.۹۰	۶.۳۳	.۵۶	۱۷	
۱۵.۱۳	.۷۶	۹.۰۸	.۸۵	۲۳	
۱۴.۴۹	.۸۵	۷.۳۹	.۶۷	۲۹	
۱۵.۱۸	.۸۴	۷.۷۰	.۷۰	۳۵	هدفمندی در
۵.۱۴	.۷۸	۸.۷۸	.۸۲	۴۱	زندگی
۱۴.۸۱	.۷۱	۹.۷۹	.۹۴	۴۷	
۱۵.۰۴	.۹۰	۶.۲۴	.۵۵	۵۳	
۱۵.۰۱	.۷۲	۹.۶۸	.۹۲	۵۹	
۱۴.۸۶	.۹۹	-۲.۳۴	-.۲۰	۶۵	
۱۴.۶۴	.۷۴	۹.۳۸	.۸۹	۷۱	
۱۵.۱۴	.۸۵	۷.۴۶	.۶۷	۷۷	
۱۴.۶۷	.۷۲	۹.۵۶	.۹۱	۸۳	
۱۵.۲۹	.۷۹	-	۱	۶	
۱۴.۷۵	.۷۴	۷.۷۱	۱.۱۲	۱۲	
۱۵.۰۴	.۸۸	۵.۹۸	.۷۶	۱۸	
۱۴.۷۰	۱	.۹۵	.۱۰	۲۴	
۱۴.۶۲	.۷۸	۷.۲۷	۱.۰۲	۳۰	
۱۴.۳۶	.۸۷	۶.۱۸	.۸۰	۳۶	پذیرش خود
۱۴.۹۵	.۶۹	۸.۰۸	۱.۲۳	۴۲	
۱۵.۳۱	.۷۱	۷.۹۲	۱.۱۸	۴۸	
۱۴.۵۸	.۹۱	۵.۳۸	.۶۶	۵۴	
۱۴.۹۱	.۸۶	۶.۳۲	.۸۲	۶۰	
۱۴.۰۸	.۸۴	۶.۶۱	.۸۸	۶۶	
۱۴.۲۲	۱	.۶۴	.۰۷	۷۲	
۱۵.۰۵	.۷۲	۷.۸۲	۱.۱۵	۷۸	
۱۴.۸۸	.۷۶	۷.۵۰	۱.۰۷	۸۴	