

اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانیها

Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory among Iranians

Ahmad Alipour, PhD
Payame Noor University

Mojgan Agah Heris
M. A. in General Psychology

مژگان آگاه هریس
کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی

دکتر احمد علی پور
دانشگاه پیام نور

Abstract

In order to test the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory (OHI; Argyle, 2001), a sample of 142 Iranian males and 227 Iranian females, age 18-53 (Mean = 25), completed the OHI, the Beck Depression Inventory (BDI; Beck et al., 1979), and the Eysenk Personality Questionnaire (EPQ, 1999). Test of the internal consistency of the OHI revealed that all 29 items were highly correlated with the total score. The Cronbach's alpha for the inventory was 0.91. The Pearson's correlation coefficient between the OHI and the BDI and Extraversion and Neuroticism of EPQ subscales were respectively -0.48, 0.45, and -0.39, confirming their convergent and divergent validity. Factor analysis extracted five factors including life satisfaction, self-esteem, subjective well-being, self satisfaction, and positive affect, with an eigenvalue of greater than one that could explain 49.7% of the total variance. The Iranian participants' mean score on the OHI (M = 42.07) differed from that of participants in the Argyle's study (M = 35.6). The results showed that the OHI is a reliable and valid inventory for measuring happiness among Iranians.

Key words: Oxford Happiness Inventory, reliability, validity.

Correspondence Concerning this article should be addressed to e-mail : alipor_a@yahoo.com

چکیده

به منظور بررسی اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد (OHI: آرگیل، ۲۰۰۱) نمونه‌ای متشکل از ۱۴۲ مرد و ۲۲۷ زن ایرانی، ۱۸ تا ۵۳ سال (میانگین = ۲۵)، فهرست شادکامی آکسفورد (OHI)، پرسشنامه شخصیتی آیزنک (EPQ، ۱۹۹۹) و فهرست افسردگی بک (BDI: بک و دیگران، ۱۹۷۹) را تکمیل کردند. بررسی همسانی درونی فهرست شادکامی آکسفورد نشان داد که تمام ۲۹ گزاره این فهرست با نمره کل همبستگی بالایی داشتند. آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی آکسفورد با فهرست افسردگی بک و زیر - مقیاسهای برون‌گرایی و نوروژگرای EPQ به ترتیب برابر با ۰/۴۸، -۰/۴۵ و -۰/۳۹ بود که روایی همگرا و واگرایی فهرست شادکامی آکسفورد را تأیید کرد. نتایج تحلیل عاملی با استخراج ۵ عامل رضایت از زندگی، حرمت خود، بهزیستی فاعلی، رضایت خاطر و خلق مثبت توانستند با ارزش ویژه بزرگتر از ۱ در مجموع ۴۹/۷٪ واریانس کل را تبیین کنند. میانگین نمره‌های آزمودنیهای ایرانی در فهرست شادکامی آکسفورد (۴۲/۰۷) با یافته‌های پژوهش آرگیل (M = ۳۵/۶) متفاوت بود. یافته‌های پژوهش نشان دادند که OHI برای اندازه‌گیری شادکامی در جامعه ایرانی از اعتبار و روایی مناسب برخوردار است.

واژه‌های کلیدی : فهرست شادکامی آکسفورد، اعتبار، روایی.

مقدمه

در طی سالهای اخیر بررسی تجربی شادکامی^۱ توسط روان‌شناسان و جامعه‌شناسان افزایش یافته است (وین هوون، ۱۹۹۷) و روان‌شناسان علاقه‌مند به حیطة روان-شناسی مثبت‌نگر^۲ توجه خود را بر منابع بالقوه احساسهای مثبت نظیر احساس شادکامی معطوف کرده‌اند (سلیگمن^۳ و چیکسنت میهالی^۴، ۲۰۰۰ نقل از کوهن و پرسمن، ۲۰۰۵).

شادکامی عبارت است از مقدار ارزش مثبتی که یک فرد برای خود قائل است (وین هوون، ۱۹۹۷). این سازه دو جنبه دارد، یکی عوامل عاطفی که نمایانگر تجربه هیجانی شادی، سرخوشی، خشنودی و سایر هیجانهای^۵ مثبت هستند و دیگری ارزیابی شناختی رضایت از قلمروهای مختلف زندگی که بیانگر شادکامی و بهزیستی روانی است (آندروز و مک کنل، ۱۹۸۰). با وجود این، شادکامی نشانه فقدان افسردگی نیست بلکه نشان‌دهنده وجود شماری از حالت‌های شناختی و هیجانی مثبت است (دینر^۶، ۱۹۹۹ نقل از استفان، لینلی، هاروود، لويس و مک کولام، ۲۰۰۴).

هیجانهای مثبت و منفی از یکدیگر متمایز هستند و فرد را برای درجه‌ای از تعامل‌های برد - باخت^۷ یا برد - برده^۸ آماده می‌سازند (سلیگمن، ۲۰۰۲). افراد شاد با ارزنده‌سازی مهارت‌های خود، بیشتر با رویدادهای مثبت همراه می‌شوند تا اینکه خود را با رویدادهای منفی همراه کنند. آنها در تصمیم‌گیریهایی مربوط به آینده زندگی خود بهتر عمل می‌کنند، چون از راهبردهایی نظیر جستجوی اطلاعات مرتبط با خطر - امنیت سود می‌جویند (آسپین وال^۹، ریچتر^{۱۰} و هافمن^{۱۱}، ۲۰۰۱ نقل از کار، ۲۰۰۴). به طور کلی انسان به گونه‌ای تحول می‌یابد که برخی از موقعیتها او را شاد می‌کنند و پاره‌ای دیگر، به تجربه احساس درماندگی^{۱۲} در او منجر می‌شوند. تفاوت‌های فردی در احساس شادکامی با تفاوت‌های شخصیتی مرتبط‌اند؛

تفاوت‌هایی که می‌توانند ناشی از عوامل ژنتیکی باشند (باس، ۲۰۰۰). به عبارت دیگر، شادکامی یک متغیر شخصیتی است که براساس نظریه آیزنک، می‌توان برای آن پایه زیست‌شناختی در نظر گرفت (علی پور و نوربالا، ۱۳۷۸). کاستا و کری (۱۹۸۰) در پژوهش‌های خود دریافتند که برون‌گردی^{۱۳}، شادکامی و رضایت خاطر^{۱۴} می‌توانند شادکامی فرد را در ۱۳ سال بعد پیش‌بینی کنند. افراد برون‌گرد با محیط اجتماعی بهتر کنار می‌آیند چرا که این ویژگی نیازمند درگیر شدن مکرر در تعامل‌های اجتماعی است. بنابراین، چنین افرادی خود را در معرض موقعیتهایی قرار می‌دهند که نیاز به تعامل اجتماعی آنها را ارضا می‌کند و در نتیجه شادتر می‌شوند (چنگ و فورنهام، ۲۰۰۳). برون‌گردی و نورزگرایی^{۱۵} به ترتیب افراد را به سوی تجربه رویدادهای مثبت و منفی سوق می‌دهند. بنابراین اگر فرد دارای سطح بالای برون‌گردی باشد، احتمالاً با رویدادهای مثبت بیشتر مواجه می‌شود، در نتیجه احساس شادکامی بیشتری را تجربه خواهد کرد. اما اگر فرد دارای سطح بالای نورزگرایی باشد، به احتمال زیاد، تجربه وی از رویدادهای منفی بیشتر و ناشادی او افزون‌تر خواهد شد. عوامل فرهنگی نیز قادرند به طور نسبی انواع عوامل شخصیتی مرتبط با شادکامی را تحت تأثیر قرار دهند. در جوامع غربی فردگرا، نظیر ایالت متحده آمریکا، حرمت خود و کنش‌وری فرد با باورهای شخصی و نیز سطوح بالای بهزیستی روانی ارتباط دارند، در حالی که این عوامل در جوامع جمع‌گرای شرق با بهزیستی روانی همبستگی ندارند. بنابراین ارزش‌های فرهنگی، به طور نسبی، رگه‌هایی از شخصیت را تعیین می‌کنند که بهزیستی روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و احتمالاً این رگه‌ها با دستیابی به هدف‌های با ارزش فرهنگی مرتبط‌اند (تریاندیس^{۱۶}، ۲۰۰۰ نقل از کار، ۲۰۰۴). احساس شادکامی با مقبولیت اخلاقی، لذت‌جویی، بازخوردها و رفتارهای لذت‌جویانه مانند استفاده از انواع

1. happiness
2. positive psychology
3. Sligman, M.
4. Csikszentmihaly, M.
5. emotions

6. Diener, E.
7. win-lose
8. win-win
9. Aspinwall, L.
10. Richter, L.

11. Hoffman, R.
12. distress
13. extroversion
14. satisfaction
15. neuroticism

16. Triandis, H.

نقل از کار، ۲۰۰۴).

فنون متنوعی برای ارزیابی ساختار شادکامی به کار گرفته شده‌اند. در بسیاری از زمینه‌یابی‌های ملی از پرسشنامه‌های تک سوآلی مانند: «اکنون چقدر احساس شادی می‌کنی؟»، «چقدر از زندگی خود راضی هستی؟»، «در مجموع درباره زندگی خود چه احساسی داری؟» برای اندازه‌گیری شادکامی استفاده شده است و معمولاً پاسخ‌دهندگان تعدادی از پاسخها را از بین پاسخهای ۵، ۷ یا ۱۰ گزینه‌ای انتخاب می‌کنند. فوردیه (۱۹۸۸) پرسشنامه‌ای با دو گزاره از شادکامی تهیه کرد که عبارت بودند از: (۱) در کل چقدر احساس شادی یا ناشادی دارید؟ و (۲) به طور متوسط در چند درصد از مواقع احساس می‌کنید که شاد (یا ناشاد یا دارای وضعیت روانی خنثی) هستید؟ نمره‌گذاری پاسخهای ۱۰ گزینه‌ای در دامنه بین صفر (کاملاً افسرده و ناراحت) تا ده (احساس سرخوشی، لذت و اوج شادمانی)، انجام شد. نمره متوسط برای گزاره اول ۶۹٪ و نمره متوسط برای گزاره دوم ۵۴٪ به دست آمد. پرسشنامه حالت‌های شخصی^{۱۰} برینر^{۱۱} و مارتین^{۱۲} (۱۹۹۵)، پرسشنامه شخصیتی آیزنک^{۱۳} و پرسشنامه شخصیتی نئو^{۱۴} نیز برای اندازه‌گیری شادکامی به کار رفته‌اند (نقل از علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸). اما در بین همه مقیاس‌های مذکور، فهرست شادکامی آکسفورد^{۱۵} (OHI) جایگاه ویژه‌ای دارد. از OHI همراه با مقیاس ۱۸ گزاره‌ای بهزیستی و پرسشنامه شخصیت آیزنک (EPQ) بارها استفاده شده است (بوهارد^{۱۶}، لیکن^{۱۷}، مک گیو^{۱۸}، سگال^{۱۹} و تلگن^{۲۰}، ۱۹۹۰، لیکن^{۲۱}، ۱۹۹۱، تلگن و والر^{۲۲}، ۲۰۰۴ نقل از کار، ۲۰۰۴). این فهرست، همراه با مقیاس ۵ گزاره‌ای رضایت از زندگی دینر (۲۰۰۲) نقل از کار، ۲۰۰۴) به طور گسترده در ایالت متحده مورد استفاده قرار می‌گیرد.

داروهای محرک و آمیزش‌های جنسی مکرر ارتباط مثبت دارد. اما همیشه لذت‌جویی و کسب لذت منجر به احساس شادکامی نمی‌شود. برای مثال، لذت‌های کوتاه‌مدت و متناوب ناشی از مصرف سیگار یا سایر مواد مخدر، در درازمدت به علت بروز بیماری‌های ناشی از مصرف این مواد، منجر به فقدان شادکامی، ناامیدی و رنجش خواهند شد (وین هوون، ۲۰۰۳). اعمالی نظیر قتل‌های انتقام-جویانه^۱، حمله^۲، تجاوزهای جنسی^۳ یا سرقت هم ممکن است موجب احساس لذت کوتاه‌مدت یا احساس رضایت آنی باشند، اما در درازمدت، پیامدهای مخرب اجتماعی، روان‌شناختی یا جسمانی این اعمال، منجر به احساس ناامیدی^۴ و بدبختی^۵ خواهند شد (کار، ۲۰۰۴).

بررسی‌های طولی نشان می‌دهند که شادکامی بر طول عمر^۶ مؤثر است. مطالعه طولی که توسط اُستیر، مارکیدز، بلک و گودوین (۲۰۰۰) در بیش از دو هزار تن از امریکایی‌های مکزیکی تبار بالاتر از ۶۵ سال انجام شد، نشان داد که میزان هیجان‌های مثبت تعیین شده در شروع مطالعه، توانستند پیش‌بینی کنند که پس از دو سال چه کسی زنده می‌ماند، چه کسی می‌میرد و چه کسی ناتوانی و استقلال در کنش‌وری خواهد شد (کار، ۲۰۰۴). دینر (۲۰۰۲) نقل از کار، ۲۰۰۴)، معتقد است افرادی که وضع اقتصادی نامساعدی دارند، نمره‌های شادکامی پایینی هم کسب می‌کنند. در بین ملت‌های مختلف، همبستگی شادکامی و ثروت برابر با ۰/۶ است (کار، ۲۰۰۴). افراد متأهل از افراد غیرمتأهل، مطلقه، جداشده یا هرگز ازدواج نکرده شادترند (مایرز^۷، ۲۰۰۰ نقل از کار، ۲۰۰۴) و ناشادی در کسانی که به دام ازدواج‌های ناموفق افتاده‌اند، بیش از گروه‌های دیگر است. تفاوت میزان شادکامی در زنان مجرد با زنان متأهل مانند تفاوت میزان آن در مردان متأهل با مردان غیرمتأهل است (دینر، ۲۰۰۲).

1. murderous revenge
2. assault
3. rapes
4. despair
5. misery
6. longevity
7. Myers, D. G.
8. neutral

9. fantastic
10. personal states
11. Brebner, J.
12. Martin, M.
13. Eysenk Personality Questionnaire (EPQ)
14. Neuroticism Extraversion Openness Personality Inventory (NEO)
15. Oxford Happiness Inventory (OHI)

16. Bouhard, T.
17. Lykken, D.
18. McGue, M.
19. Segal, N.
20. Tellegen, A.
21. Lykken, D.
22. Waller, N.

ده درجه‌ای شادکامی درجه‌بندی کنند. همبستگی بین این درجه‌بندی و فهرست شادکامی آکسفورد برابر با $0/43$ بود. والیان (۱۹۹۳) نیز همبستگی $0/64$ و $0/49$ را براساس درجه‌بندی دوستان از شادکامی و نمره فهرست شادکامی آکسفورد گزارش کرد.

از نظر روایی سازه نیز روشن شده است که براساس تشخیص سه جزء فرضی شادکامی، همبستگی فهرست شادکامی آکسفورد با مقیاس عاطفه برادبورن^۱، رضایت از زندگی آرگیل و فهرست افسردگی بک به ترتیب برابر با $0/32$ ، $0/57$ و $0/52$ - بوده است (کار، ۲۰۰۴). همچنین پژوهشها نشان داده‌اند که همبستگی نمره این مقیاس با حرمت خود^۲ (آرگیل و لو، ۱۹۹۱)، سبکهای مقابله‌ای^۳ (ریم، ۱۹۹۳)، مسند مهارگری^۴ (نور، ۱۹۹۳) و مذهبی بودن^۵ (رابینز و فرانسیس، ۱۹۹۶) نقل از فرانسیس و دیگران، (۱۹۹۸) معنادار است.

آرگیل و دیگران (۱۹۸۹) با تحلیل عاملی فهرست شادکامی آکسفورد، هفت عامل را به دست آوردند: شناخت مثبت^۶، تعهد اجتماعی^۷، خلق مثبت^۸، مهار احساس^۹، سلامت بدنی^{۱۰}، رضایت از خویشتن^{۱۱} و هشیاری روانی^{۱۲} که آلفای کرونباخ این عوامل از $0/64$ تا $0/84$ بود. نور (۱۹۹۳) در بررسی دیگری شناخت مثبت و خلق مثبت را یک عامل دانست و فورنهام و بروینگ (۱۹۹۰) با تحلیل عاملی تنها به سه عامل دست یافتند.

در پژوهشی که توسط علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) در نمونه‌ای متشکل از ۱۰۱ نفر از دانشجویان دانشگاههای تهران صورت گرفت ضریب همسانی درونی برای گروه مردان و زنان به ترتیب برابر با $0/94$ و $0/9$ و اعتبار بازآزمایی پس از ۷ هفته $0/78$ و ضریب اعتبار بازآزمایی با فاصله زمانی ۳ هفته در یک نمونه ۲۵ نفری $0/79$ به دست آمد. اما از آنجایی که در پژوهش علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) برای بررسی اعتبار و روایی OHI تنها از جمعیت دانشجویان دانشگاه تهران و با حجم نمونه کم (۱۰۱ نفر) استفاده شده بود، بنابراین هدف از پژوهش حاضر

فهرست ۲۹ گزاره‌ای شادکامی آکسفورد که برای اولین بار توسط آرگیل و لو (۱۹۸۹) نقل از کار، (۲۰۰۴) ساخته شد، دارای اعتبار و روایی بالایی است. به این ترتیب که آرگیل پس از رایزنی با آرون بک، بر آن شد تا جمله‌های فهرست افسردگی بک را معکوس کند و به این ترتیب ۲۱ گزاره تهیه کرد. سپس ۱۱ گزاره دیگر به آن افزود تا سایر جنبه‌های شادکامی را نیز در بر گیرد. سرانجام فهرست ۳۲ گزاره‌ای را در مورد ۸ دانشجو اجرا کرد و از آنها خواست تا پس از مرتب کردن گزینه‌ها، درباره اعتبار صوری آن نیز قضاوت کنند. بدین ترتیب با ایجاد تغییر در برخی از گزاره‌های آزمون و حذف سه گزاره، فرم نهایی فهرست به ۲۹ گزاره تقلیل یافت. بعد از چند سال، آرگیل (۲۰۰۱) نقل از کار، (۲۰۰۴) OHI را مورد تجدید نظر قرار داد. OHI تجدیدنظر شده نیز دارای ۲۹ گزاره است و از آن به طور وسیع در انگلستان استفاده می‌شود (کار، ۲۰۰۴). آرگیل، مارتین و کراسلند (۱۹۸۹) ضریب آلفای $0/9$ را در 347 آزمودنی و فورنهام و بروینگ (۱۹۹۰) نیز ضریب آلفای $0/87$ را برای ۱۰۱ آزمودنی گزارش کردند. نور (۱۹۹۳) با استفاده از فرم کوتاهتری از فهرست شادکامی، ضریب آلفای $0/84$ را در مورد ۱۸۰ آزمودنی به دست آورد. فرانسیس، براون، لستر و فیلیپ (۱۹۹۸) در یک پژوهش بین فرهنگی در کشورهای انگلیس، امریکا، استرلیا و کانادا به ترتیب ضرایب آلفای $0/89$ ، $0/90$ ، $0/89$ و $0/89$ را گزارش کردند. پژوهشهای گوناگون حاکی از اعتبار بازآزمایی پرسشنامه در سطح قابل پذیرش هستند. برای مثال در برخی از بررسیها اعتبار باز آزمایی $0/81$ پس از ۴ ماه، $0/67$ پس از ۵ ماه و $0/53$ پس از ۶ ماه گزارش شده‌اند (نقل از علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸)، نور (۱۹۹۳) نیز با فرم کوتاهتر، اعتبار بازآزمایی را پس از ۸ ماه $0/71$ گزارش کرده است (نقل از علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸). برای بررسی روایی فهرست شادکامی، آرگیل و دیگران (۱۹۸۹) از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را براساس یک مقیاس

1. Bradburn, N. M.
2. self-esteem
3. coping styles
4. locus of control

5. religiosity
6. positive cognition
7. social commitment
8. positive mood

9. control feeling
12. physical health
13. self satisfaction
14. mental consciousness

بیان بهتر گزاره‌ها تغییر کرده‌اند. براساس راهنمای پرسشنامه از آزمودنیها خواسته شد تا هر یک از گزاره‌های آزمون را با دقت بخوانند و جمله‌ای را که بهتر از همه بیانگر احساس آنها در روزهای اخیر است انتخاب کنند. همچنین از آزمودنیها خواسته شد که به فرم کوتاه شده پرسشنامه آیزنک (EPQ) با ۴۸ گزاره که توسط آیزنک و بارت^۱ (۱۹۸۵ نقل از آیزنک، ۱۹۹۹) از بین ۹۰ گزاره پرسشنامه شخصیتی استخراج شده است، پاسخ دهند. این پرسشنامه دارای زیر مقیاسهای برونگردی، نورزگرایی، روان گسستگی^۲ و دروغ‌سنج است. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه آیزنک و بارت برابر با ۰/۸ بود (آیزنک، ۱۹۹۹). در ایران نیز هنجاریابی این پرسشنامه در ۱۳۳۳ دانش‌آموز ۱۸-۱۴ ساله استان همدان (۶۶۹ پسر و ۶۶۴ دختر) انجام شد. ضرایب اعتبار برای پسران در سطح آماری کمتر از ۰/۰۰۱ معنادار بود و ضرایب اعتبار با روش کودر - ریچاردسون برای روان گسستگی، برونگردی و نورزگرایی به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۷۲ و ۰/۸۲ و با روش دو نیمه‌سازی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۳ و ۰/۶۵ بودند (عسگری، ۱۳۷۵ نقل از جامه بزرگی، ۱۳۷۸).

افزون بر این پرسشنامه‌ها، آزمودنیها به فهرست افسردگی بک نیز پاسخ دادند. فهرست افسردگی بک (BDI)؛ بک، وارد، مندلسون، ماک و ایربا، ۱۹۶۱) در سال ۱۹۷۸ توسط بک، راش، شاو و امری (۱۹۷۹) مورد تجدیدنظر قرار گرفته است. این مقیاس دارای دو فرم بلند و کوتاه ۲۱ و ۱۳ گزاره‌ای است. همبستگی بین دو فرم، بین ۰/۸۹ تا ۰/۹۷ گزارش شده است. فرم بلند مقیاس شامل ۲۱ گروه جمله است که از صفر تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود و حداکثر نمره آن برابر با ۶۳ است. بک، استیر و گوربین (۱۹۸۸) همسانی درونی فرم بلند را بین ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. با روش بازآزمایی اعتبار ۰/۴۸ تا ۰/۸۶ به دست آمده است. همبستگی آن با فهرست افسردگی هامیلتون^۳ برابر با ۰/۷۳، با مقیاس خودسنجی زونک^۴ برابر با ۰/۷۶ و با فهرست افسردگی MMPI^۵ برابر با ۰/۷۴ است. پژوهشهای تحلیل عاملی

بررسی اعتبار و روایی فرم تجدید نظر شده ۲۹ گزاره‌ای OHI (آرگیل، ۲۰۰۱ نقل از کار، ۲۰۰۴) با استفاده از حجم نمونه بیشتر و نمونه آماری گسترده‌تر است، تا از این رهگذر علاوه بر بررسی اعتبار و روایی فرم تجدید نظر شده OHI، ارتباط نمره‌های حاصل از فهرست مذکور با ریخته‌های شخصیتی آیزنک و نمره‌های افسردگی بک نیز مشخص شود.

روش

کلیه کارمندان و دانشجویان ساکن استان تهران جامعه آماری پژوهش حاضر بودند که از آن میان ۳۶۹ نفر (۱۴۲ مرد و ۲۲۷ زن) با میانگین سنی ۲۴ سال و ۱۱ ماه و دامنه سنی ۵۳-۱۸ سال به عنوان نمونه از مناطق ۵، ۱۱، ۱۸ و ۲ شهر تهران (بر پایه چهار بخش غرب، مرکز، جنوب و شمال)، کرج، شهریار و اسلام‌شهر انتخاب شدند. از این میان ۲۴۳ نفر مجرد و ۱۲۶ نفر متأهل، ۲۰ نفر زیر دیپلم، ۵۲ نفر دیپلم، ۳۲ نفر فوق دیپلم و ۲۳۸ نفر لیسانس و ۲۷ نفر فوق لیسانس و بالاتر؛ ۲۳۴ نفر ساکن شهر تهران، ۵۷ نفر ساکن کرج و ۷۸ نفر ساکن سایر شهرستانهای تهران و ۱۹۴ نفر صاحبخانه و ۱۷۵ نفر مستأجر بودند.

انتخاب آزمودنیها به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انجام شد. بدین ترتیب که ابتدا، با تقسیم کل جامعه به دو طبقه کارمند و دانشجو و با توجه به نسبت کارمند به دانشجو که تقریباً ۱ به ۳ است (مرکز آمار ایران، ۱۳۷۶) نمونه پژوهش از ۹۶ کارمند (۲۶٪) و ۲۷۳ دانشجو (۷۴٪) تشکیل شد.

ابزار پژوهش حاضر فهرست شادکامی آکسفورد تجدید نظر شده آرگیل (۲۰۰۱ نقل از کار، ۲۰۰۴) با ۲۹ گزاره چهار گزینه‌ای است که به ترتیب از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود و جمع نمره‌های گزاره‌های ۲۹ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می‌دهد که دامنه آن از صفر تا ۸۷ است. تفاوت فرم تجدیدنظر شده OHI با فرم قبلی بسیار ناچیز است و تنها برخی از کلمه‌ها در گزینه‌ها برای

1. Barrett, P.
2. psychoticism

3. Hamilton Depression Inventory
4. Zung Self-Rating Depression Scale

5. Minnesota Multiphasic Personality Inventory

داده‌های پژوهش با استفاده از روشهای آمار توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون و روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

در جدول ۱ مشخصه‌های آماری ۲۹ گزاره آزمون، نمره کل، همبستگی هر گزاره با نمره کل و تأثیر حذف هر یک از گزاره‌ها در آلفای کرونباخ نشان داده شده است.

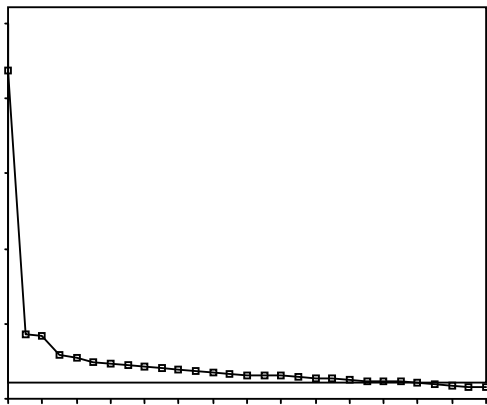
نیز فقط یک عامل را به دست داده‌اند (مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۷۷). همچنین BDI با مقیاس بهزیستی ذهنی همبستگی منفی دارد (همرت، ون، فونزواند و یپ، ۲۰۰۲). ضرایب اعتبار بازآزمایی یک هفته بعد حدود ۰/۷۰ به دست آمد. روایی بین نمره‌های آزمون و قضاوت بالینی وجود سطح بالایی از ثبات را نشان داده است. ضرایب همبستگی ۰/۶۰ تا ۰/۹۰ برای نمونه‌هایی با حجمهای مختلف نشان داده شده است. همچنین روایی همگرایی این پرسشنامه با سایر مقیاسهای جدید از ۰/۵۰ تا ۰/۸۰ بوده است (مایرز و دینر، ۱۹۹۵).

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی گزاره‌های آزمون شادکامی با نمره کل و ضریب آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره (n = ۳۶۸)

گزاره	میانگین	انحراف استاندارد	همبستگی با نمره کل	آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره
۱	۱/۰۶۵۲	۰/۷۳۹۰	۰/۵۹۹	۰/۹۰۹۳
۲	۱/۵۰۸۲	۰/۹۵۶۸	۰/۵۶۹	۰/۹۰۹۹
۳	۱/۶۶۸۵	۰/۷۵۵۶	۰/۵۷۵	۰/۹۰۹۷
۴	۱/۶۳۵۹	۰/۷۵۸۶	۰/۵۱۰	۰/۹۱۰۷
۵	۱/۳۵۸۷	۰/۸۸۹۹	۰/۶۷۲	۰/۹۰۷۸
۶	۱/۰۹۲۴	۰/۷۷۲۲	۰/۶۳۷	۰/۹۰۸۷
۷	۱/۳۹۹۵	۰/۷۰۴۸	۰/۴۵۰	۰/۹۱۱۶
۸	۱/۳۹۰۸	۱/۰۰۱۲	۰/۶۵۴	۰/۹۰۸۲
۹	۱/۵۵۴۳	۰/۷۵۴۵	۰/۵۲۶	۰/۹۱۰۵
۱۰	۱/۲۶۹۰	۰/۹۱۳۷	۰/۵۴۷	۰/۹۱۰۳
۱۱	۱/۴۲۹۳	۱/۱۰۰۱	۰/۵۵۲	۰/۹۱۰۸
۱۲	۱/۴۵۹۲	۰/۹۸۱۳	۰/۵۹۳	۰/۹۱۱۵
۱۳	۱/۴۶۴۷	۰/۸۵۷۰	۰/۶۲۹	۰/۹۰۸۷
۱۴	۱/۸۹۹۵	۰/۸۲۰۸	۰/۵۹۸	۰/۹۰۹۳
۱۵	۱/۷۹۸۹	۰/۸۷۸۳	۰/۵۳۴	۰/۹۱۰۵
۱۶	۱/۵۳۵۳	۰/۶۹۹۴	۰/۵۷۹	۰/۹۰۹۷
۱۷	۱/۵۲۴۵	۰/۷۸۷۸	۰/۴۴۸	۰/۹۱۱۷
۱۸	۱/۳۶۶۸	۰/۷۵۹۱	۰/۵۲۹	۰/۹۱۰۴
۱۹	۱/۵۱۰۹	۰/۶۶۴۳	۰/۶۴۷	۰/۹۰۸۸
۲۰	۱/۳۷۷۷	۰/۷۹۵۹	۰/۶۴۲	۰/۹۰۸۵
۲۱	۰/۹۸۶۴	۰/۸۴۹۶	۰/۵۱۱	۰/۹۱۰۸
۲۲	۱/۵۹۵۱	۰/۷۶۱۲	۰/۳۱۱	۰/۹۱۳۸
۲۳	۱/۵۴۰۸	۰/۷۳۲۱	۰/۴۹۱	۰/۹۱۱۰
۲۴	۱/۳۸۵۳	۰/۹۰۲۷	۰/۵۰۹	۰/۹۱۱۰
۲۵	۱/۹۱۰۳	۰/۸۶۷۳	۰/۳۹۲	۰/۹۱۲۹
۲۶	۱/۱۶۵۸	۰/۸۶۵۵	۰/۵۶۳	۰/۹۰۹۹
۲۷	۱/۶۱۹۶	۰/۷۳۵۹	۰/۵۲۸	۰/۹۱۰۴
۲۸	۱/۳۵۳۳	۰/۸۵۴۷	۰/۴۸۸	۰/۹۱۱۲
۲۹	۱/۴۱۰۳	۰/۷۳۶۴	۰/۵۵۸	۰/۹۱۰۰

دست آمده برای KMO^۳ بالاتر از ۰/۵ و سطح معناداری آزمون کرویت بارتلت^۴ نیز، کمتر از ۰/۵ است، بنابراین داده‌های پژوهش حاضر، توان عامل شدن را دارند (هومن، ۱۳۸۱).

برای تحلیل عاملی در پژوهش حاضر مقادیر ویژه بالاتر از ۱ در نظر گرفته شد و بر این اساس ۵ عامل استخراج شد که در نمودار ۱ هر یک از عوامل، مقادیر ویژه، درصد واریانس تبیینی و درصد تراکمی واریانس تبیینی عوامل ۵ گانه آمده است. در شکل ۱، محور افقی هر یک از گزاره‌ها و محور عمودی مقادیر ویژه را نشان می‌دهند و با توجه به نتایج ارائه شده در جدولهای ۳ و ۴ و شکل ۱، تحلیل عوامل نیز روایی فهرست شادکامی آکسفورد را تأیید می‌کند.



شکل ۱: نمودار صخره‌ای مقادیر ویژه برای تعیین عوامل آزمون شادکامی

در جدول ۳ همبستگیهای معنادار بعد از چرخش واریماکس و بار عاملی بالاتر از ۱ برای گزاره‌های ۲۹ گانه آزمون با عوامل پنج گانه آمده است. علت استفاده از این روش در پژوهش حاضر آن است که چرخش واریماکس عواملی را تولید می‌کند که با مجموعه کوچکتری از متغیرها همبستگی قوی و با مجموعه دیگری از متغیرها همبستگی ضعیف دارند و واریانس مجذور بارهای عاملی هر ستون را بیشینه و تعداد متغیرهایی را که بارهای قوی در یک عامل دارند کمینه می‌کند.

میانگین ۲۹ گزاره پرسشنامه از ۰/۹۸ (گزاره شماره ۲۱) تا ۱/۹۱ (گزاره شماره ۲۵) و انحراف استاندارد آنها نیز از ۰/۶۶ (گزاره ۱۹) تا ۱/۱۰ (گزاره ۱۱) بود. میانگین و انحراف استاندارد نمره کل مقیاس به ترتیب ۴۲/۰۷، ۱۲/۹۸ به دست آمد.

ضریب آلفای کرونباخ برای فهرست OHI برابر با ۰/۹۱ است و در صورت حذف هر یک از گزاره‌های آزمون، آلفا در حد معناداری افزایش نمی‌یابد. بنابراین، حذف هیچیک از گزاره‌های آزمون ضروری نیست (جدول ۱).

به منظور بررسی روایی سازه فهرست OHI، در این پژوهش از محاسبه همبستگی OHI با فهرست افسردگی بک و با پرسشنامه شخصیت آیزنک استفاده شد و ضریبهای همبستگی شادکامی با افسردگی برابر با -۰/۴۸، با نوزگرایی برابر با -۰/۳۹ و با برونگردی برابر با ۰/۴۵ به دست آمدند که در همه موارد معنادار بودند ($P < ۰/۰۰۱$).

روایی محتوای پرسشنامه نیز توسط ۱۰ متخصص (روان‌شناس و روان‌پزشک) تأیید شد (علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸). با توجه به کاربرد روش تحلیل عاملی توسط سازنده پرسشنامه، استفاده از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس در پژوهش علی‌پور و نوربالا و همچنین مناسب دانستن حجم نمونه ۳۰۰ نفری برای انجام تحلیل عاملی (کاس^۱ و تینزلی^۲، ۱۹۷۹ نقل از هومن، ۱۳۸۱) و بالاخره مناسب بودن تحلیل عاملی در صورتی که تعداد نمونه ۱۰ تا ۲۰ برابر یا بیشتر از تعداد گزاره‌ها باشد (هومن، ۱۳۸۱)، حجم نمونه حاضر برای تحلیل عاملی کافی تشخیص داده شد و نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده‌اند.

جدول ۲: آزمون KMO و کرویت بارتلت برای آزمون شادکامی

P	کرویت و بارتلت	KMO
۰/۰۰۱	۳۴۱۶۱/۳۶۱	۰/۹۲۷

همانگونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود مقادیر به

1. Kuss, H. M.
 2. Tinsley, W.

3. Kaiser-Meyer – Olkin
 4. Bartlett's test of sphericity www.SID.ir

جدول ۳: درصد واریانس و درصد تراکمی واریانس و مقادیر ویژه هر یک از عوامل ۵ گانه

عامل	مقدار کل	درصد واریانس	درصد تراکمی واریانس
۱	۱/۹۹	۳۰/۲۰	۳۰/۴۴
۲	۱/۰۰	۵/۹۶	۳۶/۱۷
۳	۱/۰۰	۵/۷۵	۴۱/۹۲
۴	۱/۰۰	۴/۰۱	۴۵/۹۳
۵	۱/۰۰	۳/۷۶	۴۹/۶۹

برای انتخاب گزاره‌های هر عامل، بار عاملی بالاتر از ۰/۴۴ در نظر گرفته شد و چنانکه در جدول ۴ دیده می‌شود ۵ عامل استخراج شد که جمعاً ۴۹/۶۹٪ از واریانس کل را تبیین کرد. عوامل مذکور در پی آمده‌اند:

گزاره‌های عامل ۱ (رضایت از زندگی)

- ۱: من فوق‌العاده خوشحالم.
- ۲: احساس می‌کنم آینده سرشار از امید و خوشحالی است.
- ۳: در مجموع از همه چیز زندگی‌ام راضی‌ام.
- ۵: احساس می‌کنم زندگی سرشار از دلگرمی و تشویق است.

- ۶: از وضعی که در آن هستم کاملاً لذت می‌برم.
- ۸: من به زندگی عشق می‌ورزم.
- ۲۴: زندگی‌ام کاملاً معنی‌دار و هدفمند است.
- ۲۶: فکر می‌کنم دنیا جایی عالی است.

گزاره‌های عامل ۲ (حرمت خود)

- ۴: احساس می‌کنم کلاً بر تمام جنبه‌های زندگی‌ام کنترل دارم.
- ۱۰: هر نوع تصمیم‌گیری برایم آسان است.
- ۱۱: احساس می‌کنم توانایی انجام هر کاری را دارم.
- ۱۵: احساس می‌کنم کاملاً هشیار هستم.
- ۲۰: من هر چیزی را که خواسته‌ام انجام داده‌ام.
- ۲۱: می‌توانم هر کاری را به موقع انجام دهم.
- ۲۳: همیشه روی دیگران تأثیر خوبی دارم.

گزاره‌های عامل ۳ (بهبودی فاعلی)

- ۱۲: همواره با احساس راحتی از خواب بیدار می‌شوم.
- ۱۶: آنقدر سلامت هستم که گویی در نقطه اوج جهان قرار دارم.
- ۱۸: همه وقایع گذشته برایم خوشایند هستند.
- ۱۹: همیشه حالت لذت و شادی دارم.
- ۲۹: من با هر چیزی سرگرم می‌شوم.

گزاره‌های عامل ۴ (رضایت خاطر)

- ۷: همیشه تأثیر خوبی بر روی وقایع دارم.
- ۹: به دیگران علاقه بسیار زیادی دارم.
- ۱۷: من هر کسی را دوست دارم.
- ۲۳: همیشه روی دیگران تأثیر خوبی دارم.

گزاره‌های عامل ۵ (خلق مثبت)

- ۲۲: همیشه با دیگران شوخی می‌کنم.
- ۲۷: همیشه خندانم.
- ۲۸: فکر می‌کنم بسیار جذاب هستم.

همان‌گونه که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود گزاره ۲۳ در مؤلفه‌های ۲ و ۴ مشترک است، چون هم با حرمت خود و هم با رضایت خاطر بار عاملی نزدیک دارد. همچنین گزاره‌های ۱۴، ۱۳ و ۲۵ به دلیل داشتن ضرایب همبستگی کمتر از ۰/۳۵ با هر ۵ مؤلفه در هیچ یک از مؤلفه‌ها قرار نگرفتند.

بررسی همبستگی OHI با متغیرهای جمعیت‌شناختی مانند متغیرهای سن، میزان تحصیلات، شغل، وضعیت تأهل و وضعیت مسکن همبستگی معنادار نداشت. بررسی رابطه جنس با پاسخ به OHI به وسیله آزمون t هم نشان داد که جنس تأثیر معناداری بر پاسخها ندارد ($t = ۰/۶۶$ ، $df = ۳۱۱$ ، $P = ۰/۲۵$) و بررسی رابطه طبقه شغلی (دانشجو و کارمند) با پاسخ به OHI به وسیله آزمون t نیز مبین عدم تأثیر طبقه شغلی بر پاسخها بود ($t = ۰/۳۶۳$ ، $df = ۳۶۶$ ، $P = ۰/۱۳۶$).

همانگونه که در جدول ۵ مشاهده می‌شود آلفای کرونباخ برای مردان و زنان به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۹۱ است که این مقادیر تفاوت معناداری با هم ندارند.

جدول ۴: ماتریس عاملی چرخش یافته آزمون شادکامی به شیوه واریماکس

گزاره	عامل ۱	عامل ۲	عامل ۳	عامل ۴	عامل ۵
۱	۰/۷۱۴				
۶	۰/۷۰۱				
۸	۰/۶۸۲				
۵	۰/۶۷۵				
۳	۰/۶۵۳				
۲	۰/۵۹۳				
۲۴	۰/۴۶				
۲۶	۰/۴۴۸				
۱۳	۰/۴۲۴				
۱۴	۰/۴۰۱				
۱۱		۰/۶۸۴			
۱۰		۰/۶۶۴			
۲۱		۰/۶۳۵			
۱۵		۰/۵۲۶			
۴		۰/۵۱۰			
۲۰		۰/۴۵۵			
۱۶			۰/۶۱۵		
۲۹			۰/۵۴۱		
۱۹			۰/۵۰۴		
۱۸			۰/۵۰۲		
۱۲			۰/۴۷۱		
۱۷				۰/۶۷۵	
۹				۰/۵۸۲	
۲۳		۰/۴۴۴		۰/۴۷۹	
۷				۰/۴۴۵	
۲۵				۰/۴۰۹	
۲۲					۰/۷۷۸
۲۸					۰/۵۷۲
۲۷					۰/۵۴۳

جدول ۵: فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد و آلفای کرونباخ نمره آزمودنیها براساس متغیر جنس

جنس	فراوانی	میانگین	انحراف استاندارد	آلفای کرونباخ
مرد	۱۴۲	۴۱/۶۲۸۵	۱۲/۱۱۷۰	۰/۸۹
زن	۲۲۷	۴۲/۵۸۴۷	۱۳/۱۴۵۵	۰/۹۱

بحث و نتیجه گیری

همانگونه که ذکر شد، میانگین نمره آزمودنیها در

پرسشنامه OHI در پژوهش حاضر ۴۲/۰۷ بود که این مقدار از مقادیر گزارش شده توسط آرگیل و لو (۱۹۹۰) ۳۵/۶ و فرانسیس و دیگران (۱۹۹۸)، ۳۸/۴۲ بیشتر است. از آنجایی که برخی از ویژگیهای مورد سنجش فهرست OHI در جامعه ما ارزش تلقی می شوند (مانند گزاره های ۲۳، ۲۱، ۱۷، ۸، ۴ و ۲۵) و افراد مختلف سعی می کنند وانمود کنند که واجد این ویژگیها هستند، بنابراین احتمال دارد آزمودنیهای ایرانی فقط به دلیل بالارزش بودن این ویژگیها و بدون برخورداری از آنها، به

است و کمتر تحت تأثیر متغیرهای جمعیت‌شناختی قرار می‌گیرد. این تفاوتها را می‌توان ناشی از تفاوت‌های فرهنگی جامعه ایران با سایر کشورها دانست. همچنین نتایج پژوهش حاضر موافق با نظریه‌ای است که شادکامی را امری تغییرناپذیر تلقی می‌کند و شادی یا ناشادی را مرتبط با شرایط نمی‌داند. بنابراین با توجه به نتایج پژوهش حاضر، بهبود کیفیت زندگی تأثیر قابل ملاحظه‌ای در افزایش شادکامی یا بهزیستی فاعلی در فرد نخواهد داشت و شادکامی حالتی فاعلی است و بنابراین برای بهبود وضعیت شادکامی یا بهزیستی فاعلی در فرد باید به دنبال اتخاذ راهبردهایی برای ایجاد بهبود در عوامل روان‌شناختی بود.

بررسی روایی صوری فهرست نیز نشان داد که این آزمون توان‌سنجش متغیر شادکامی را براساس مؤلفه‌های فرضی آن دارد. هیلز و آرگیل (۱۹۹۸) در تحلیل عاملی خود ۷ عامل رضایت از زندگی، کارآمدی، اجتماعی بودن، شناخت مثبت، سلامت، شادمانی و حرمت خود، که $56/3\%$ از واریانس کل را تبیین می‌کردند، به دست آوردند. فورنهام و بروینگ (۱۹۹۰) به سه عامل پیشرفت شخصی، لذت و سرگرمی در زندگی و سلامتی دست یافتند و در پژوهش علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) عوامل ۵ گانه رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و حرمت خود به دست آمد که جمعاً $57/1\%$ از واریانس کل را تبیین می‌کرد.

در پژوهش حاضر با استفاده از روش تحلیل عاملی، در نظر گرفتن ضرایب همبستگی بالاتر از $0/44$ ، ۵ عامل رضایت از زندگی، حرمت خود، بهزیستی فاعلی، رضایت خاطر و خلق مثبت با ارزش ویژه بالاتر از ۱ به دست آمد که در مجموع $49/69\%$ از واریانس کل را تبیین کرد. همچنین به دلیل وجود تفاوت‌های بین فرهنگی و تفاوت‌های فردی در آزمودنیهای بررسیهای مذکور، در هر پژوهش مؤلفه‌های متفاوت و یا مشترک (مانند رضایت از زندگی، حرمت خود) به دست آمد.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، کم بودن حجم نمونه است. با توجه به نتایج به دست آمده، می‌توان از فهرست OHI برای سنجش شادکامی در استان تهران استفاده کرد. امید آنکه استفاده از OHI در پژوهشهای

پرسشنامه پاسخ داده باشند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ $0/91$ محاسبه شده است که از مقادیر به دست آمده در پژوهش آرگیل و لو (۱۹۹۰) برابر با $0/90$ ، فورنهام و بروینگ (۱۹۹۰) برابر با $0/87$ و فرانسیس و دیگران (۱۹۹۸) برابر با $0/89$ و $0/90$ بیشتر است.

بررسی همبستگی گزاره‌های آزمون OHI با نمره کل نشان داد که هر یک از آنها همبستگی بالایی (از $0/31$ تا $0/67$) با نمره کل دارند. پژوهش فرانسیس و دیگران (۱۹۹۸) در کشورهای امریکا، انگلیس، کانادا و استرالیا به همبستگی بین $0/2$ تا $0/5$ دست یافته‌اند.

بررسی اعتبار از طریق آلفای کرونباخ مبین نقش تقریباً یکسان همه گزاره‌ها در نمره کل بود و در صورت حذف هیچ گزاره‌ای، آلفا به طور معنادار افزایش نیافت، پس تغییر یا حذف گزاره‌های آزمون ضروری به نظر نرسید. با محاسبه همبستگی OHI با فهرست افسردگی بک و با پرسشنامه شخصیت آیزنک، روایی سازه OHI در حد معنادار و مورد قبول بود، به طوری که همبستگی شادکامی با افسردگی و نوزگرایی به ترتیب $-0/48$ و $0/39$ و همبستگی برونگردی با شادکامی برابر با $0/45$ و همه موارد در سطح $0/001$ معنادار بودند. ولی OHI با هیچیک از متغیرهای دموگرافیک همبستگی معنادار نداشت.

آلفای کرونباخ برای زنان با میانگین $42/58$ و برای مردان با میانگین $41/63$ ، به ترتیب $0/91$ و $0/89$ به دست آمد. همچنین با توجه به نتایج آزمون t ، جنس و طبقه شغلی تأثیر معناداری بر شادکامی نداشت. به نظر می‌رسد که علت عدم تفاوت شادکامی زنان و مردان در پژوهش حاضر آن باشد که در جامعه ایرانی زنان کمتر از مردان به ابراز هیجانهای خود می‌پردازند و محدودیت‌های اجتماعی بیشتری هم برای ابراز شادمانی خود دارند، در حالی که در سایر جوامع شادکامی زنان، بیش از مردان است. همچنین مقایسه نتایج متفاوت این تحقیق با سایر پژوهشها نشان می‌دهد که در مجموع رابطه شادکامی با ریخت شخصیتی در جامعه ایران بیشتر از سایر کشورهاست یعنی در ایران عوامل روان‌شناختی، از جمله ریخت شخصیتی، تعیین‌کننده اساسی شادکامی یا بهزیستی فاعلی

nical Psychology Review, 8, 77-100.

Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archive of General Psychiatry*, 4, 561-571.

Buss, D. (2000). The evaluation of happiness. *American Psychologist*, 55, 15 – 23.

Car, A. (2004). *Positive psychology, The science of happiness and human strengths*. New York : Brunner-Routledge Ltd.

Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Journal of Personality and Individual Differences*, 34, 21-942.

Cohen, S., & Pressman, D. S. (2005). Does positive affect influence health? Carnegie Mellon University. *Psychological Bulletin Copyright 2005 by the American Psychological Association*, 131, (6), 925–971.

Costa, P. T., & Crae, R. (1980). Influence of extroversion and neuroticism on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 338, 668-678.

Eysenck, H. J. (1999). Dimensions of personality : Criteria for taxonomic paradigm. *Journal of Personality and Individual Differences*, 12, 773-790.

Fordyce, M. (1988). A review of research on the happiness measure : A sixty second index of happiness and mental health. *Social Indicators Research*, 20, 355-81.

Francis, L. J., Brown, I. B., Lester, D., & Philip, C. (1998). Happiness as stable extroversion : A cross-cultural examination of reliability and validity of Oxford Happiness Inventory among students in the U. K., U. S. A., Australia and Canada. *Journal of Personality and Individual Differences*, 24, 167-171.

Furnham, A., & Brewing, C. (1990). Personality

دیگر، راهگشای دستیابی به یافته‌های ارزشمندی برای پژوهشگران عرصه روان‌شناسی مثبت‌نگر باشد.

منابع

جامه بزرگی، ع. (۱۳۷۸). بررسی رابطه برونگرایی - درونگرایی، نوروگرایی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی. دانشگاه تربیت معلم.

علی پور، ا. و نوربالا، ا. ع. (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایداری و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد. مجله اندیشه و رفتار، ۱۸، ۵۵-۶۵.

مرکز آمار ایران (۱۳۷۶). سرشماری عمومی نفوس و مسکن ۱۳۷۵، نتایج تفصیلی شهر تهران ۶۶-۳. سازمان برنامه و بودجه. مهربابی‌زاده هنرمند، م. (۱۳۷۷). بررسی تأثیر شناخت درمانگری در کاهش افسردگی و افزایش مؤلفه‌های خودپنداشت. مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۶۶-۵۰.

هومن، ح. ع. (۱۳۸۱). تحلیل داده‌های چند متغیری در پژوهش رفتاری. تهران : نشر پارسا.

Andrews, F., & McKannell, A. (1980). Measure of self-reported Well-being : Their affective, cognitive and other components. *Social Indicators Research*, 8, 125-55.

Argyle, M., & LU, L. (1991). The happiness of extroverts. *Journal of Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.

Argyle, M., Martin, M. & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality. In J. P. Forgas & J. M. Innes (Eds.), *Recent advances in social psychology: An international perspective*, (pp. 189-203). North Holland : Elsevier Science Publishers.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.

Beck, A. T., Steer, R. A., & Gorbin, M. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory : Twenty-five years of evolution. *Cli-*

- the American Geriatrics Society*, 48, 473-80.
- Rim, Y. (1993).** Happiness and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 14, 617-618.
- Sligman, M. (2002).** *Authentic happiness : Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York : Free Press.
- Stephen, J. P., Linley, A., Harwood, J., Lewis, C. A., & McCollam, P. (2004).** Rapid assessment of well-being : The Short Depression-Happiness Scale (SDHS). *Psychology and Psychotherapy : Theory, Research and Practice*, 77, 463-478.
- Valiant, G. (1993).** Life events, happiness and depression : The half empty cup. *Journal of Personality and Individual Differences*, 15, 447-453.
- Veenhoven, R. (1997).** Advances in understanding happiness. *Revue Quebecoise de Psychologie*, 18, 29-74.
- Veenhoven, R. (2003).** Hedonism and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 4, 437-457.
- and happiness. *Journal of Personality and Individual Differences*, 11, 1093-1096.
- Hemert, D. A., Van, P., Fonsvande, V., & Ype, H. (2002).** The Beck Depression Inventory as a Measure of Subjective Well-Being: A Cross-national Study. *Journal of Happiness Studies*, 3, 257-286.
- Hills, P., & Argyle, M. (1998).** Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Journal of Personality and Individual Differences*, 25, 523-535.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995).** Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Noor, N. M. (1993).** *Work and family roles in relation to women well-being*. Unpublished Ph. D. dissertation, University of Oxford.
- Ostir, G., Markides, K., Black, S., & Goodwin, J. (2000).** Emotional well-being predicts subsequent functional independence and survival. *Journal of*