

رواسازی آزمون شادکامی آکسفورد در دانشجویان

فاطمه سفیدی^۱، خدیجه باجلان، رویا مافی، فاطمه نصیری شهرکی، صدیقه رهرو تابان

مقدمه

در سال‌های اخیر با گسترش روان‌شناسی مثبت‌نگر، مطالعه شادکامی محور اساسی پژوهش‌های این حیطه بوده است (جوزفه و لانی، ۲۰۰۴). اسکونیکتون، مک آرتور و سامرست ۱۹۷۷ و وینهون (۱۹۹۴) شادکامی را صفتی می‌دانند که دارای سه معیار ثبات زمانی، ثبات موقعیتی و علت درونی می‌باشد. افلاطون شادی را حالت تعادل میان سه عنصر استدلال هیجان و امیال (دیکی، ۱۹۹۹) و ارسطو آن را عبارت از زندگی معنوی می‌دانست.

آرجیل و همکاران (۱۹۹۵) معتقدند سه جزء اساسی شادکامی عبارتند از هیجان مثبت، رضایت از زندگی و نبود هیجانات منفی از جمله افسردگی و اضطراب. او و همکارانش دریافتند که روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست داشتن دیگران و طبیعت، نیز از اجزاء شادکامی هستند (ایزیک ۱۹۹۰). آرجیل و کروسلند (۱۹۸۷) به منظور ارائه یک تعریف عملیاتی ارزش شادکامی آن را دارای سه بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت با احساس خوشی، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره، و نداشتن احساس منفی، افسردگی و اضطراب. این تعریف در پرسشنامه آکسفورد مبنای اندازه‌گیری شادکامی قرار گرفته است.

برای اندازه‌گیری شادکامی روش‌های گوناگونی به کار برده شده است. برخی از ابزارهای پرسشنامه‌ای که برای اندازه‌گیری شادکامی به کار می‌روند، عبارتند از: پرسشنامه حالات شخصی که توسط برنر و مارتین (۱۹۹۵) تهیه شده است، پرسشنامه شخصیتی ایزیک، پرسشنامه شخصیتی ثو، پرسشنامه شادکامی آکسفورد. در میان این پرسشنامه‌ها، پرسشنامه شادکامی آکسفورد جایگاه ویژه‌ای دارد و در پژوهش‌های چندی به کار رفته است. این ابزار در سال (۱۹۸۹) توسط آرجیل و لو تهیه شده است. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرجیل و کروسلند (۱۹۸۷) از شادکامی بود. به باور آرجیل و همکاران (۱۹۸۹) این پرسشنامه نقطه مقابل پرسشنامه افسردگی بک (BDI) است ۲۱ پرسش از پرسش‌های این پرسشنامه از (BDI) بر گرفته شده و معکوس گردیده و یازده پرسش به آن افزوده شده است تا سایر جنبه‌های سلامت ذهنی را پوشش دهد. فرانسیس، پرو، لستر فیلب چاک (۱۹۹۸)، آرجیل و همکاران ضریب اعتبار آلفای ۰/۹۰ را با ۳۴۷ آزمودنی، فارنهام و برونیگ (۱۹۹۰)، اعتبار آلفای ۰/۸۷ را با ۱۰۱ آزمودنی و نور (۱۹۹۳)، با فرم کوتاه‌تری از پرسشنامه شادکامی آکسفورد اعتبار آلفای ۰/۸۴ را با ۱۸۰ آزمودنی به دست آورده‌اند. در بررسی فرانسیس (۱۹۹۸)، آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمده است. از آنجایی که غنای به شادکامی در دانشجویان توجه به رضایت از زندگی و هیجانات مثبت، رشد شخصیتی و روابط مثبت می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف رواسازی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین صورت گرفت.

روش

شرکت‌کنندگان: جامعه آماری پژوهش متشکل دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین که در سال تحصیلی ۸۹ - ۸۸ مشغول به تحصیل بودند، انتخاب نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی - طبقه‌ای متناسب با تعداد دانشجویان هر دانشکده بود. در مجموع ۳۰۲ نفر انتخاب شدند.

ابزار: پرسشنامه شادکامی آکسفورد، در این تحقیق به منظور اندازه‌گیری متغیر شادکامی از پرسشنامه شادکامی آکسفورد استفاده شده است پرسشنامه شادکامی آکسفورد در سال ۱۹۹۰ توسط آرجیل با معکوس کردن مواد مقیاس افسردگی بک ساخته شده است. این مقیاس ۲۹ ماده دارد که براساس طیف ۴ درجه‌ای از صفر تا سه نمره‌گذاری می‌شود، بنابراین حداقل نمره هر آزمودنی صفر و حداکثر آن هشتاد و هفت است. روایی این مقیاس در مطالعات مختلف از جمله مطالعه آرجیل و لو و پژوهش علی پور نور بالا، تأیید شده است. ابتدا فرم انگلیسی مقیاس شادکامی آکسفورد به زبان فارسی ترجمه شد و صحت ترجمه آن توسط دو متخصص روانشناسی و زبان انگلیسی تأیید گردید و سپس از ۵ متخصص خواسته شد تا تعیین کنند که آیا این مقیاس شادکامی را می‌سنجد یا خیر؟ پس از تعیین روایی صوری پرسشنامه از ۵ دانشجو خواسته شد تا آن را تکمیل نموده و موارد ابهام را مشخص نمایند، بعد از رفع ابهام پرسشنامه، تکثیر و در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت تا در یک جلسه آن را تکمیل نمایند. ۳۰۲ پرسشنامه کامل مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت و میانگین، انحراف معیار گویه‌ها، و همبستگی هر گویه با نمره کل محاسبه شد، سپس تحلیل عاملی آزمون صورت گرفت.

یافته‌ها

کل جامعه آماری این پژوهش را ۳۰۲ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل در نیمسال اول ۸۹ - ۱۳۸۸ تشکیل می‌دادند که از این تعداد ۲۰۵ نفر زن (۶۷/۹٪) و ۹۷ نفر مرد (۳۲/۱٪) بودند.

جدول ۱

توزیع فراوانی واحدهای مورد پژوهش بر حسب سن و جنس:

دانشکده محل تحصیل	بیراپزشکی	دندان پزشکی	پرستاری و مامایی	پزشکی	جمع کل
-------------------	-----------	-------------	------------------	-------	--------

جنسیت

زن	۱۰۳	۱۷	۴۰	۳۵	۲۰۵
مرد	۵۳	۸	۱۴	۲۲	۹۷
جمع کل	۱۵۶	۲۵	۵۴	۵۷	۳۰۲

برای محاسبه اعتبار از روش الفای کرونباخ استفاده شد ضریب کل مقیاس برابر با ۰/۸۹۸، برای عامل‌ها به ترتیب جدول ذیل بدست آمد.

جدول ۲

میانگین	انحراف استاندارد	تعداد سوالات	ضریب پایایی
عامل ۱	۲/۴۷	۹	۰/۷۷۳
عامل ۲	۲/۰۴۴	۶	۰/۷۷۸
عامل ۳	۲/۵۴	۶	۰/۷۷۴
عامل ۴	۲/۳۴	۴	۰/۷۸۶
عامل ۵	۲/۰۱	۴	۰/۷۸۸
شادکامی	۶۵/۶۶	۲۹	۰/۸۹۸

برای انجام تحلیل عاملی ابتدا تناسب و کفایت ماتریس همبستگی بررسی شده اندازه کفایت نمونه‌برداری (KMO) برابر ۰/۹۴۰ شد. آزمون کرویوت بارتلت ۳ در سطح بیش از یک در هزار معنادار بود ($P < 0/000$, $BTS=4222/806$) که نشان می‌دهد، فرض کرویوت رد شده است و همبستگی داده‌ها صفر نیست لذا ماتریس همبستگی از کفایت لازم برای تحلیل عاملی برخوردار است. تحلیل مؤلفه‌های اصلی با روش چرخش واریماکس نشان داد، که ۵ عامل، دارای ارزش‌های ویژه بیش از یک هستند که در مجموع ۵ مؤلفه ۵۷/۸۳۹ درصد از واریانس را تشکیل می‌دهند و در این عامل اول ۳۸/۹۶ درصد، عامل دوم ۵/۷۶۵ درصد، عامل سوم ۴/۹۹۱ درصد، عامل چهارم ۴/۴۴۸ درصد و عامل پنجم ۳/۶۷۵ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کنند. عامل یک احساس خوشی، عامل دوم احساس کنترل و تفکر مثبت، عامل سوم رضایت از خود و زندگی، عامل چهارم سلامت و عامل پنجم عزت‌نفس نامگذاری گردید.

جدول ۳

ماتریس چرخش یافته عامل‌ها	عامل سوم	عامل دوم	عامل اول	سوالات
عامل پنجم	عامل چهارم	عامل سوم	عامل دوم	سوالات
۰/۷۲۶	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۶
۰/۵۸۳	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۳
۰/۵۷۳	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۵
۰/۵۳۸	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱
۰/۴۲۲	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲
۰/۳۲۰	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۷
۰/۶۱۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۲
۰/۶۰۰	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۸
۰/۵۴۷	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۶
۰/۵۲۴	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۱
۰/۴۶۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۱
۰/۴۵۱	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۰
۰/۸۴۸	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۴
۰/۶۴۲	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۳
۰/۶۱۹	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۸
۰/۴۳۶	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۵
۰/۶۹۴	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۷
۰/۶۱۲	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۹
۰/۴۸۰	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۴
۰/۴۷۰	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۴
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۵
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۲
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۷
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۳
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۹
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۹
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۲۸
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۰
	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۰/۷۷۵	۱۶

بحث و نتیجه گیری

در سه دهه گذشته شادکامی مبنای قسمتی از اندازه‌گیری‌های روانی بوده است یک تعریف عملی از شادکامی مقیاس شادکامی آکسفورد است که از ۲۹ ماده تشکیل شده است هدف این پژوهش رواسازی این آزمون و تهیه جدول هنجار برای دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین بود. همان طور که بیان گردید میانگین نمره آزمودنی‌ها در پرسشنامه آکسفورد در پژوهش حاضر ۶۵/۶۶ بود، که در مقایسه با میانگین‌های گزارش شده در پژوهش‌های دیگران بالاتر است در پژوهش آرجیل (۱۹۹۰) میانگین بدست آمده ۳۵/۶ بوده است، در پژوهش فرانسیس و همکاران در سال (۱۹۹۸) میانگین بدست آمده ۳۸ تا ۴۲ گزارش شده و در پژوهش علیپور و نوربالا در سال (۱۳۷۸)، گزارش ۳۵/۶ شده است که در مقایسه با میانگین بدست آمده در پژوهش حاضر پایین تر است.

در پژوهش حاضر میانگین شادکامی در مردان و زنان تفاوتی ندارد که با نتایج تحقیقات فرانسیس و کاتز (۲۰۰۲) و آرجیل و لو (۱۹۹۰) هماهنگ است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۹۸ می‌باشد که در پژوهش علیپور نوربالا ۰/۹۳ و آرجیل

(۱۹۹۰) آلفای ۰/۹، فارنهام و برونیک (۱۹۹۰) آلفای ۰/۸۷ و فرانسیس و همکاران (۱۹۹۸) آلفای ۰/۸۹ و ۰/۹ به دست آورده‌اند که تفاوت چندانی با نتایج پژوهش حاضر ندارد و نشان می‌دهد که همسانی درونی پرسش‌نامه بالا است و می‌توان از آن در جمعیت ایرانی استفاده کرد.

هیلز و آرجیل (۱۹۹۸) در تحلیل عاملی خود هفت را به دست آورده‌اند: رضایت از زندگی، کارآمدی، اجتماعی بودن، شناخت مثبت، سلامت، شادمانی و عزت‌نفس که این عوامل ۵۶/۳٪ واریانس کل را تبیین کردند. فارنهام و برونیک (۱۹۹۰) بر ۳ عامل پیشرفت شخصی لذت و سرگرمی در زندگی و سلامت تأکید کرده‌اند. در پژوهش علیپور و نوربالا، پنج عامل بدست آمده که ۵۷/۱٪ واریانس کل را تبیین می‌کند. در پژوهش حاضر نیز ۵ عامل بدست آمد که ۵۷/۸۳۹ درصد واریانس کل را تبیین میکند و با اندکی چشم پوشی عوامل پنجگانه به ترتیب احساس خوشی، احساس کنترل و تفکر مثبت، رضایت از خود و زندگی، سلامت و عزت‌نفس نامگذاری گردیدند. که در مقایسه با بررسی آرجیل و علیپور نتایج قابل قبولی می‌باشد، به هر حال مشکل بودن تفسیر روان‌شناختی عوامل از پایایی و روایی آزمون نمی‌کاهد چرا که آلفای کرونباخ ۰/۸۹۸ است. کل آزمون در واقع یک متغیر یا یک عامل (شادکامی) را می‌سنجد که با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان از پرسشنامه شادکامی آکسفورد برای سنجش شادکامی در دانشجویان و احتمالاً جوانان ایرانی استفاده کرد. برای اطمینان بیشتر لازم است این پژوهش با حجم نمونه بیشتر و در گروه‌ها و طبقه‌های مختلف جامعه تکرار گردد تا با اطمینان بیشتر برای بخش موضوع یاد شده بکار گرفته شود.

منابع

- علی‌پور، احمد و نوربالا، احمدعلی، (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره ۱، ۶۵-۵۵.
- Argyle, M. & Martin, M. (1995). Testing for stress and happiness : The role of social and cognitive factors. In C.D. Spielberger. & I.G.Sarason. (Eds). Stress and emotion. Washington. DC: Taylor & francis
- Argyle, M. & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Brebner, j. & Martin, M. (1995). Te sting for stress and happiness : *The role of personality factors*. In c.d.spielberger, I.R.
- Eysenck, M. W. (1990). Happiness facts and myths. East Sussey. *England: Elbum*
- Francis, L.J, Katzy, J. Religiosity and happiness: a study among female undergraduates. *Research in the social scientific study of Religion*, 2002, 13, 75-86
- Furnham, A. & Brewing, C. (1990). Personality and happiness. *Personality and individual differences*, 11, 1093-1096.
- Hills, P. & Argile, M. (1998). Positive moods derived form leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 523-535
- Joseph, s. Linley, P. A. (2004). *positive therapy : A positive psychological theory of the rape tic practice*. In P.A Linley s.joseph (Eds). *Positive psychology in practice*. Hoboken, Ng: wiley, 354 – 368.
- Skevington, S. M., mac Arthur, P. K. & somerset, M. (1997). Developing items for the whole. An investigation of contemporary believes about quality of life related to health in Britain.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happier. *social indicators Researcher*, 32, 101- 160 .