

## خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان

غلامرضا دهشیری\*

افضل اکبری بلوطبنگان\*\*

محمود نجفی\*\*\*

علی مقدم‌زاده\*\*\*\*

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد بود. به این منظور ۴۹۴ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران به روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت از پرسشنامه شادکامی آکسفورد، مقیاس رضایت از زندگی و پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ بود. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که این ابزار، شادکامی را به عنوان سازه‌ای تک بعدی اندازه‌گیری می‌کند. ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه در کل نمونه ۰/۷۱ و در نمونه دختران ۰/۷۱ و در نمونه پسران ۰/۷۰ به دست آمد که در حد قابل قبولی است. یافته‌های همبستگی پیرسون نشان داد بین نمره‌های فرم کوتاه پرسشنامه با نمره‌های فرم بلند پرسشنامه شادکامی، رضایت از زندگی و عزت‌نفس رابطه مثبت و معنی‌داری بود. همچنین میانگین نمره‌های شادکامی دختران به‌طور معنی‌داری بیشتر از میانگین نمره‌های شادکامی پسران بود. به‌طور کلی یافته‌های پژوهش بیانگر این است که فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در جامعه دانشجویان، ویژگی‌های روان‌سنجی قابل قبولی دارد و می‌توان از آن به عنوان ابزاری معتبر در پژوهش‌های روان‌شناختی استفاده کرد.

**واژه‌های کلیدی:** روان‌سنجی، پرسشنامه شادکامی آکسفورد، تحلیل عاملی، اعتبار.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۳/۰۱/۲۳

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۴/۰۹/۲۴

\* استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه الزهرا (نویسنده مسئول) (dehshiri.ghr@alzahra.ac.ir)

\*\* دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه سمنان

\*\*\* استادیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه سمنان

\*\*\*\* استادیار گروه مدیریت منابع انسانی و علوم رفتاری دانشگاه تهران

## مقدمه

در طی ۲۵ سال گذشته دانش روان‌شناسی به سمت حوزه‌های مثبت زندگی روی آورده است (لینلی و جوزف<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ پترسون و سلیگمن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴) و بسیاری از پژوهشگران به این حوزه‌ها علاقه نشان داده‌اند (آرگیل<sup>۳</sup>، ۱۹۸۷؛ سلیگمن و سیکزنت میهالی<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰). شادی از مهم‌ترین سازه‌های این حوزه و از مسائلی است که از دیرباز مورد توجه فیلسوفان قدیم یونان همچون ارسطو بوده است. ارسطو به سه نوع شادی معتقد بود که در پایین‌ترین سطح، شادی را معادل لذت می‌دانست. در سطح بالاتر شادی همان موفقیت و کامیابی است، در حالی که در بالاترین سطح شادمانی ناشی از معنویت قرار داشت (آیزنگ<sup>۵</sup>، به نقل از خوش‌کنش و کشاورز افشار، ۱۳۸۷). هر چند انسان از زمان‌های قدیم به شادی توجه کرده است اما پژوهش علمی در مورد شادی از سال ۱۹۸۰ آغاز شده است (سپماز و تمیزل<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳). پژوهشگران تعاریف متعددی از شادی ارائه کرده‌اند. برای مثال داینر<sup>۷</sup> (۱۹۸۴) شادی را به عنوان تحقق شناختی و جسمانی افراد از زندگی تعریف کرده است. همچنین آرگیل (۱۹۸۷) شادی را به عنوان وجود عواطف مثبت، سطح متوسط یا بالای رضایت از زندگی در دوره‌ای معین و نبود احساسات منفی مانند افسردگی و اضطراب تعریف کرده است. وینهوون<sup>۸</sup> (۱۹۹۱) شادی را میزان قضاوت‌های مطلوب هر فرد از کیفیت کلی زندگی خودش می‌داند. به‌طور کلی شادی یکی از مسائل اساسی مربوط به روان‌شناسی مثبت است و به معنای افزایش تجربه هیجان‌های مثبت و کاهش هیجان‌های منفی و همچنین داشتن رضایت بالا از زندگی است (آرگیل، مارتین و کروسلند<sup>۹</sup>، ۱۹۸۹). بر اساس این تعریف هیجان‌های مثبت و منفی جنبه عاطفی شادکامی را در بر می‌گیرند و رضایت از زندگی جنبه شناختی شادکامی را تشکیل می‌دهد (داینر، ۱۹۸۴). به عقیده آرگیل، مارتین و لو (۱۹۹۵) داشتن روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست داشتن دیگران و زندگی از اجزاء شادکامی هستند. علاوه بر آن به

<sup>۱</sup> Linley & Joseph.

<sup>۲</sup> Peterson & Seligman.

<sup>۳</sup> Argyle.

<sup>۴</sup> Csikszentmihalyi.

<sup>۵</sup> Eysenck.

<sup>۶</sup> Sapmaz & Temizel.

<sup>۷</sup> Diener.

<sup>۸</sup> Veenhoven.

<sup>۹</sup> Argyle, Martin & Crossland.

نظر می‌رسد افراد شادکام در زندگی کسانی هستند که در پردازش اطلاعات در جهت خوش‌بینی و خوشحالی سوگیری دارند و اطلاعات را به گونه‌ای پردازش و تفسیر می‌کنند که به خوشحالی آنها منجر می‌شود (شوارتز و استراچ<sup>۱</sup>، ۱۹۹۱).

نتایج پژوهش‌ها بیانگر این است که شادی اثرات مثبتی بر روی سلامت افراد، تقویت سیستم ایمنی بدن، افزایش انرژی و خلاقیت، افزایش بهره‌وری فرد در زندگی کاری و حتی بر افزایش طول عمر دارد (لیبومیرسکی، کینگ و داینر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵). از این رو شادی را به‌عنوان یکی از مهم‌ترین اهداف زندگی برای رفتارها و اعمال انسان توصیف کرده‌اند (هووگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲).

پژوهشگران در مطالعه شادکامی با پرسش‌هایی از قبیل: شادکامی چیست؟ چگونه می‌توان آن را اندازه‌گیری کرد؟ آیا قابل دسترسی است؟ عوامل مؤثر بر آن کدامند؟ روبرو بوده‌اند. ابزارهای بسیاری برای سنجش شادی ساخته شده و توسعه یافته است (دوگان، ساپمز و کوتک<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). از آنجایی که شادکامی از دیدگاه خود فرد باید مورد بررسی قرار بگیرد و قضاوت ذهنی فرد از کیفیت زندگی خود است، در بیشتر پژوهش‌ها از ابزارهای خودگزارش دهی برای اندازه‌گیری این سازه استفاده شده است. در پژوهش‌های اولیه برای سنجش شادکامی از پرسش‌های مستقیم مانند "چقدر شاد هستید؟" استفاده می‌شد و نظر افراد را بر اساس طیف شاد، تا حدی شاد و ناشاد جویا می‌شدند و تا مدت‌ها از این شیوه برای سنجش شادکامی استفاده می‌شد. اما به تدریج در طی سال‌ها، ابزارهای متعددی برای سنجش شادکامی ساخته شد (اسنایدر و لوپز<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷) که از جمله می‌توان به مقیاس تعادل عاطفی برادبرن<sup>۶</sup> (۱۹۶۹)؛ مقیاس شادکامی دانشگاه مموریال نیوفاندلند<sup>۷</sup> (کازما و استونز<sup>۸</sup>، ۱۹۷۸، ۱۹۸۰)، پروتکل تحقیقی خلق و شادکامی<sup>۹</sup> (استونز، کوزما، هیردس و گولد<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۶)؛ مقیاس شادکامی ذهنی<sup>۱۱</sup> (لیبومیرسکی و لپر<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۹)؛ مقیاس شادکامی-

1. Schwartz & Strach

2. Lyubomirsky, King & Diener.

3. Hooghe.

4. Dogan, Sapmaz & Cotok.

5. Snyder & Lopez.

6. Bradburn Affect Balance Scale.

7. Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness.

8. Kozma & Stones.

9. Happiness and Affect Research Protocol.

10. Stones, Kozma, Hirdes & Gold.

11. Subjective Happiness Scale.

12. Lyubomirsky & Lepper.

افسردگی<sup>۱</sup> (جوزف و لويس<sup>۲</sup>، ۱۹۹۸؛ مک‌گرال و جوزف<sup>۳</sup>، ۱۹۹۳) و مقیاس کوتاه شادکامی - افسردگی (جوزف و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴) اشاره کرد. یکی از پرکاربردترین ابزارهای سنجش شادکامی، فهرست شادکامی آکسفورد<sup>۵</sup> است که پایه و مبنای نظری آن توسط آرگیل و کروسلند (۱۹۸۷) عنوان شده و تاکنون گستره وسیعی از پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده است (آرگیل، مارتین و کروسلند، ۱۹۸۹). به اعتقاد آرگیل و کروسلند (۱۹۸۷) شادکامی به‌طور مفهومی سه بُعد دارد که شامل فراوانی و درجه عواطف مثبت یا احساس خوشی، سطح متوسط رضایت در طول هر دوره و نداشتن احساسات منفی از قبیل افسردگی و اضطراب است. در ابتدا آرگیل و همکاران (۱۹۸۹) ۲۱ سؤال پرسشنامه افسردگی بک را معکوس کردند و ۱۱ سؤال دیگر به آن اضافه کردند تا سایر جنبه‌های بهزیستی ذهنی را پوشش دهد. در نهایت فهرستی ۲۹ سؤالی از شادکامی که چهارگزینه‌ای بود، طراحی شد. در این فهرست از پاسخ‌دهنده خواسته می‌شد تا وضعیت خود را از احساس ناشاد تا احساس شادی بسیار ارزیابی کند (فرانسیس و همکاران<sup>۶</sup>، ۱۹۹۸). این ابزار در کشورها و جوامع مختلف ضریب اعتبار مناسبی را به‌دست آورد. برای مثال در مطالعه بین‌فرهنگی در دانشجویان (استرالیا، آمریکا، کانادا و انگلیس) در دامنه ۰/۸۹ تا ۰/۹۰ گزارش شده است (فرانسیس و همکاران، ۱۹۹۸). فارنهام و بروین (۱۹۹۰) ضریب آلفای این ابزار را ۰/۸۷ گزارش کردند. همچنین آرگیل و لو (۱۹۹۰) ضریب اعتبار را پس از شش هفته به روش بازآزمایی ۰/۷۸ و پس از پنج ماه ۰/۶۷ گزارش کرده‌اند. علاوه بر آن علی‌پور و نور بالا (۱۳۷۸) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار را ۰/۹۸، اعتبار به روش دو نیمه کردن ۰/۹۲ و اعتبار به روش بازآزمایی پس از سه هفته را ۰/۷۹ گزارش کردند. اما پس از آن همچنان پژوهش‌ها در حیطه روان‌شناسی مثبت‌گرا و تلاش برای بهبود خصوصیات روان‌سنجی فهرست شادکامی آکسفورد ادامه داشت تا اینکه هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) نسخه‌ای جدید از فهرست شادکامی آکسفورد را با عنوان پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۷</sup> (OHQ) به روش نمره‌گذاری

<sup>۱</sup>. Depression-Happiness Scale.

<sup>۲</sup>. Joseph & Lewis.

<sup>۳</sup>. McGreal & Joseph.

<sup>۴</sup>. Joseph et al.

<sup>۵</sup>. Oxford Happiness Inventory.

<sup>۶</sup>. Francis et al.

<sup>۷</sup>. Oxford Happiness Questionnaire .

جدید و معکوس کردن تقریباً نیمی از سؤالات بررسی و منتشر کردند. به عقیده هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) پرسشنامه شادکامی آکسفورد نسخه اصلاحی فهرست شادکامی آکسفورد (آرگیل و همکاران، ۱۹۸۹) برای سنجش بهزیستی ذهنی است. ضریب اعتبار این پرسشنامه نیز در جوامع مختلف مورد بررسی قرار گرفت و رضایت‌بخش بود. برای مثال هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه را ۰/۹۱ گزارش کردند. نتایج تحلیل عاملی نشان داد که ساختار عاملی پرسشنامه از هشت عامل همبسته تشکیل شده است. نتایج تحلیل عاملی مرتبه دوم نشان داد که سازه‌ای که پرسشنامه اندازه می‌گیرد بهتر است تک‌بعدی در نظر گرفته شود.

پس از طراحی فرم بلند پرسشنامه شادکامی آکسفورد، هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) هشت سؤال را به عنوان جایگزین فرم بلند آن برای زمانی که اجرا کننده مدت زمان کمی در اختیار دارد، شناسایی کردند. این هشت سؤال به عنوان فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در نظر گرفته شدند. آنها شواهد اولیه برای هر دو فرم ۲۹ سؤالی و هشت سؤالی را بررسی کردند. هر دو فرم پرسشنامه شادکامی، روایی مناسبی را در همبستگی با ابزارهای سنجش شادکامی، خودپنداره، جهت‌گیری و رضایت از زندگی نشان دادند. علاوه بر آن بین هر دو فرم، یعنی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد و فرم بلند یا اصلی آن همبستگی بالایی گزارش شده است (هیلز و آرگیل، ۲۰۰۲). ضریب اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در پژوهش‌های مختلف نیز رضایت‌بخش به دست آمد. برای مثال هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) ضریب اعتبار این ابزار را ۰/۶۹ گزارش کردند. کروز، لوییز و گوکین<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) ضریب اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد را در نمونه‌ای از دانشجویان روان‌شناسی دانشگاه یولستر ایرلند شمالی ۰/۶۲ و بعد از حذف یکی از سؤال‌ها ۰/۷۰ گزارش کردند. در پژوهشی که دوگان و کوتک<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) با ۵۳۲ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های ترکیه انجام داده‌اند ضریب اعتبار این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۴ و به روش بازآزمایی ۰/۸۰ گزارش شده است. همچنین توماس سوبادو و همکاران (۲۰۱۴) ضریب اعتبار نسخه اسپانیایی این پرسشنامه را در بین دانشجویان پرستاری ۰/۷۳ گزارش کردند. فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در پژوهش‌های مختلفی استفاده شده و ارتباط نمره‌های آن با متغیرهای متنوعی بررسی شده است. بر اساس پژوهش دوگان، توگت و

<sup>۱</sup>. Cruise, Lewis & Guckin.

<sup>۲</sup>. Dogan & Akinci Cotok.

گلباسی<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) رابطه شادکامی با کیفیت زندگی جنسی و رضایت از زندگی متأهلی در زنان معنی‌دار دارد. همچنین هلدر، کلمن و سینگ<sup>۲</sup> (۲۰۱۲) نشان دادند که رابطه شادکامی با شادکامی ذهنی و میزان خلق و خوی والدین معنی‌دار بود. علاوه بر آن هلدر، کلمن و والاس (۲۰۱۰) عنوان کرده‌اند رابطه شادکامی با خلق و خوی کودکان و معنویت آنها معنی‌دار بود. در زمینه تفاوت‌های جنسیتی در میزان شادکامی، نتایج تحقیقات به‌طور کلی بیانگر عدم تفاوت معنی‌دار بین نمره‌های زنان و مردان است (ماهون، یارچسکی و یارچسکی، ۲۰۰۵؛ سکزنت میهالی و هانتز، ۲۰۰۳؛ ویور و حبیبوف، ۲۰۱۰؛ علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸؛ علی‌پور و آگاه هریس، ۱۳۸۶). داینر و همکاران (۲۰۰۳) بیان کردند که زنان در مقایسه با مردان هیجانات مثبت بیشتری را گزارش می‌کنند، اما در عین حال هیجانات منفی آنها نیز بیشتر از مردان است و در مجموع شادکامی آنها برابر مردان است. همچنین دیدگاه و انتظارات افراد در خصوص نقش‌های جنسیتی تغییرات زیادی کرده و هر دو گروه زنان و مردان به امور مختلف هر دو جنس می‌پردازند که موجب شده است میزان بهزیستی و شادمانی مردان و زنان تفاوت معنی‌داری نشان ندهد.

در ایران فرم بلند پرسشنامه شادکامی آکسفورد را نجفی و همکاران (۱۳۹۱) به فارسی برگردانده‌اند و خصوصیات روان‌سنجی آن در بین دانشجویان دانشگاه‌های تهران بررسی شده است. ضریب اعتبار آن با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی پس از یک ماه، رضایت‌بخش گزارش شده است. اما تاکنون تحقیقی در مورد خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در بین جامعه ایرانی صورت نگرفته است. فرم کوتاه ابزارهای اندازه‌گیری به‌ویژه در مطالعات با مقیاس وسیع<sup>۳</sup> که صرفه اقتصادی ابزارها ملاکی مهم است و نمونه‌های بزرگ می‌تواند کاهش احتمالی در پایایی و روایی را جبران کند، اهمیت دارد (راچ و همکاران، ۲۰۱۵). فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد ابزاری معتبر و روا است که امکان اندازه‌گیری دقیق، سریع و آسان شادکامی را فراهم می‌آورد. بنابراین هدف از انجام این پژوهش بررسی خصوصیات روان‌سنجی این ابزار در دانشجویان بود.

1. Dogan, Tugut & Golbasi.

2. Holder, Coleman & Singh.

3. large-scale studies

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

با توجه به اینکه تحقیق حاضر با هدف بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد انجام شده است، از نوع تحقیقات توصیفی محسوب می‌شود. نمونه پژوهش شامل ۴۹۴ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران بودند که از این تعداد ۲۲۰ نفر دختر و ۲۲۷ نفر پسر بودند (۴۷ نفر جنسیت خود را مشخص نکرده بودند). برای انتخاب نمونه از بین دانشگاه‌های دولتی شهر تهران دو دانشگاه علامه طباطبایی و دانشگاه شهید بهشتی انتخاب شد، سپس با مراجعه به دانشگاه‌های انتخاب شده، از بین دانشجویانی که در زمان حضور پرسشگر در دانشگاه حضور داشتند و مایل به شرکت در پژوهش بودند نمونه مورد نظر انتخاب شد. ۷۹ درصد از دانشجویان در مقطع کارشناسی و ۲۱ درصد در مقاطع تحصیلات تکمیلی مشغول به تحصیل بودند. دامنه سنی شرکت‌کنندگان در پژوهش بین ۱۸ تا ۳۹ سال با میانگین ۲۳/۶۲ و انحراف استاندارد ۴/۵۳ بود.

### ابزارهای پژوهش

پرسشنامه شادکامی آکسفورد: این پرسشنامه نسخه اصلاحی فهرست شادکامی آکسفورد است که توسط هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) منتشر شده است. این ابزار ۲۹ سؤال با مقیاس پاسخگویی لیکرت شش درجه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم دارد. ضریب اعتبار این پرسشنامه در جوامع مختلف بررسی شده و رضایت‌بخش بوده است. هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) ضریب همسانی درونی پرسشنامه را ۰/۹۱ گزارش کردند. نجفی و همکاران (۱۳۹۱) این ابزار را به فارسی برگردانده‌اند و ضریب اعتبار آن را در بین دانشجویان با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و با روش بازآزمایی پس از یک ماه ۰/۷۹ گزارش کردند.

**فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۱</sup> (OHQ-SF):** فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد هشت سؤال دارد که هیلز و آرگیل (۲۰۰۲) به منظور ارزیابی میزان شادی به‌عنوان سازه‌ای تک‌بعدی طراحی کرده‌اند. پاسخگویی به سؤال‌ها بر اساس طیف لیکرت شش‌گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم قرار دارد. نمره‌گذاری سه سؤال معکوس است (سوالات ۱، ۴ و ۸). نمره‌های پرسشنامه در دامنه ۸ تا ۴۸ قرار دارد و نمره‌های بالاتر در این آزمون نشان‌دهنده میزان شادی بیشتر است. آلفای

<sup>۱</sup>. Oxford Happiness Questionnaire - Short Form.

کرونباخ پرسشنامه ۰/۶۹ گزارش شده است. همچنین ضریب اعتبار این آزمون را کروز، لوییز و گوکین (۲۰۰۶) به روش بازآزمایی در زمان اول ۰/۷۰ و در زمان دوم ۰/۶۴ به دست آورده‌اند. برای اجرا ابتدا پرسشنامه را دو نفر از متخصصان زبان انگلیسی به فارسی ترجمه کردند. سپس ترجمه برگردان انجام شد و پس از نظر خواهی و رفع و معادل‌سازی برخی از لغات، نسخه نهایی پرسشنامه برای اجرا آماده شد.

مقیاس رضایت از زندگی<sup>۱</sup> (SWLS): این مقیاس را داینر و همکاران (۱۹۸۵) برای اندازه‌گیری سطح کلی رضایت از زندگی طراحی کرده‌اند که پنج سؤال دارد و هر سؤال از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۸۷ و ضریب باز آزمایی آن ۰/۸۲ گزارش شده است (به نقل از کار<sup>۲</sup>؛ ترجمه شریفی و همکاران، ۱۳۸۵). در پژوهش‌های قبلی همسانی درونی این مقیاس بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ گزارش شده است (معمدی شلمزاری و همکاران، ۱۳۸۱). نتیجه مطالعه مظفری (۱۳۸۲) نشان داده است که مقیاس رضایت از زندگی SWLS در ایران روایی و اعتبار مناسبی دارد. بر اساس مطالعه مذکور ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۸۵ و ضریب بازآزمایی آن در فاصله شش هفته برابر با ۰/۸۴ بوده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۸ به دست آمد.

مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ: این مقیاس از پرکاربردترین ابزارها در زمینه عزت‌نفس و شامل ده سؤال است که پنج سؤال آن منفی و پنج سؤال آن مثبت است. هر ماده دو گزینه به صورت موافقم و مخالفم دارد. روایی واگرا و همگرایی آن در بسیاری از تحقیقات مناسب و قابل قبول گزارش شده است (آرن و همکاران، ۱۹۹۳؛ به نقل از جین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱). ضریب پایایی آن در دامنه ۰/۸۶ تا ۰/۸۹ گزارش شده است (داینر، ۱۹۸۴). در پژوهش مظلومی محمودآباد و همکاران (۱۳۸۵) همسانی درونی این پرسشنامه با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۹ به دست آمد.

1. Satisfaction with Life Scale.

2. Carr.

3. Arns.



### نتایج پژوهش

از آنجایی که ساختار عاملی پرسشنامه تک عاملی گزارش شده است از تحلیل عاملی تأییدی به روش بیشینه احتمال برای بررسی برازش مدل تک عاملی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-21 استفاده شد. برای بررسی مفروضه نرمال بودن از شاخص کجی و کشیدگی استفاده شد. دامنه کجی سؤال‌ها بین  $-1/12$  تا  $0/40$  - و دامنه کشیدگی سؤال‌ها بین  $-1/02$  تا  $0/59$  بود. همچنین ضریب کشیدگی چندمتغیری ماردیا<sup>۱</sup> برابر با  $9/21$  بود. مطابق با پیشنهاد کلاین (2005) در صورتی که قدر مطلق کجی کمتر از سه و قدر مطلق کشیدگی کمتر از ده باشد می‌توان توزیع داده‌ها را نرمال فرض کرد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی در نمودار (۱) ارائه شده است. چنانچه در نمودار مشاهده می‌شود شاخص‌های برازندگی مدل نشان‌دهنده این است که مدل تک‌بعدی در بین دانشجویان، برازش مناسب دارد. شاخص نیکویی برازش<sup>۲</sup> (GFI)  $0/96$  جذر برآورد خطای تقریب<sup>۳</sup> (RMSEA)  $0/07$ ، شاخص برازندگی فزاینده<sup>۴</sup> (IFI) و شاخص برازندگی تقریبی<sup>۵</sup> (CFI) هر دو برابر با  $0/91$  به دست آمد. همچنین چنانچه در نمودار مشاهده می‌شود دامنه بارهای عاملی سؤال‌ها بین  $0/32$  تا  $0/63$  است که از لحاظ آماری معنی‌دار است ( $P < 0/01$ ).

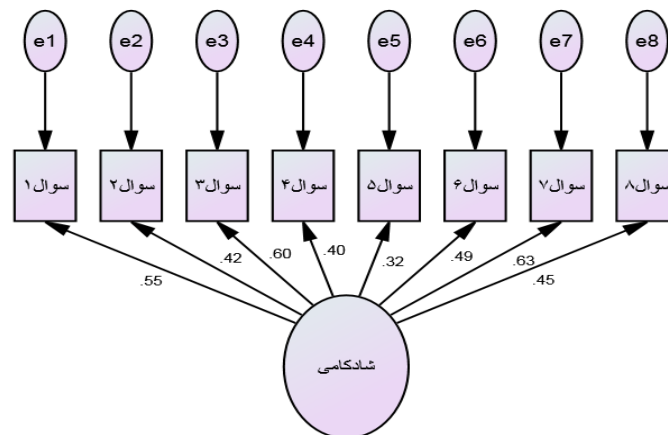
<sup>۱</sup> . Mardia's coefficient of multivariate kurtosis

<sup>۲</sup> . Goodness of Fit Index.

<sup>۳</sup> . Root mean square error of approximation.

<sup>۴</sup> . Incremental Fit Index.

<sup>۵</sup> . Comparative Fit Index.



Chi square=69.188 df=20 p=.000 GFI=.964 CFI=.906 IFI=.907 RMSEA=.071

نمودار (۱) نتایج تحلیل عاملی تأییدی مدل تک عاملی

به منظور بررسی همسانی درونی پرسشنامه از روش آلفای کرنباخ استفاده شد. دامنه ضرایب همبستگی درون سؤالی پرسشنامه بین ۰/۰۹ تا ۰/۳۸ با میانگین ۰/۲۳ بود. ضریب آلفای کرنباخ پرسشنامه در کل نمونه برابر با ۰/۷۱ در بین دانشجویان پسر ۰/۷۰ و در بین دانشجویان دختر ۰/۷۱ محاسبه شد. در جدول (۱) میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی با نمره کل سؤالات پرسشنامه نیز ارائه شده است.

جدول (۱) میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی با نمره کل سؤالات

سؤال	میانگین	انحراف استاندارد	همبستگی با نمره کل
۱- من نسبت به آنچه که هستم احساس رضایت نمی‌کنم.	۴/۲۱	۱/۵۱	۰/۴۵
۲- تقریباً نسبت به همه مردم احساسات و عواطف گرمی دارم.	۴/۳۶	۱/۳۲	۰/۳۴
۳- من از همه چیز در زندگی‌ام احساس رضایت دارم.	۴/۰۴	۱/۳۴	۰/۴۹
۴- فکر نمی‌کنم که ظاهر جذابی داشته باشم.	۴/۴۴	۱/۳۶	۰/۳۵
۵- من در بعضی چیزها زیبایی می‌بینم.	۴/۸۵	۱/۲۰	۰/۲۷
۶- من می‌توانم خودم را با هر چیزی که بخواهم سازگار کنم.	۴/۳۷	۱/۲۹	۰/۴۰

سؤال	میانگین	انحراف استاندارد	همبستگی با نمره کل
۷- من احساس می‌کنم از نظر ذهنی کاملاً آماده و هوشیار هستم.	۴/۵۴	۱/۲۸	۰/۵۲
۸- من خاطرات خیلی خوب و شادی در گذشته ندارم.	۴/۴۷	۱/۴۷	۰/۳۷
آلفای کرونباخ		۰/۷۱	

به‌منظور بررسی روایی همگرای فرم کوتاه پرسشنامه همبستگی، نمره‌های آن با فرم بلند ۳۹ سؤالی پرسشنامه شادکامی آکسفورد، مقیاس رضایت از زندگی داینر و مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ محاسبه شد که در جدول (۲) ارائه شده است.

جدول (۲) همبستگی بین نمره‌های فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی با سایر ابزارهای اندازه‌گیری

مقیاس	همبستگی	تعداد
فرم بلند پرسشنامه شادکامی آکسفورد	۰/۹۰	۶۱
رضایت از زندگی	۰/۷۴	۹۱
عزت‌نفس	۰/۷۰	۸۰

چنانچه در جدول (۲) مشاهده می‌شود همبستگی بالایی بین نمره‌های فرم کوتاه پرسشنامه با نمره‌های فرم بلند پرسشنامه شادکامی وجود دارد ( $r=0/91$ ،  $P<0/01$ ). همچنین همبستگی نمره‌های فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی با نمره‌های مقیاس رضایت از زندگی ( $r=0/74$ ،  $P<0/01$ ) و عزت‌نفس روزنبرگ ( $r=0/70$ ،  $P<0/01$ ) مثبت و معنی‌دار است. این همبستگی‌های معنی‌دار بیانگر روایی همگرای فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد است.

در جدول (۳) میانگین، انحراف استاندارد و چارک‌های نمره‌های مقیاس در کل نمونه و همچنین به تفکیک جنسیت ارائه شده است.

جدول (۳) میانگین، انحراف استاندارد و چارک‌های نمره‌های شادکامی دانشجویان به تفکیک

جنسیت	میانگین	انحراف استاندارد	جنسیت		
			حدافل اول	چارک دوم	چارک سوم
پسر	۳۴/۴۳	۶/۱۷	۱۷	۳۳	۴۰
دختر	۳۶/۱۷	۶/۱۵	۱۶	۳۱	۳۹
کل	۳۵/۲۸	۶/۲۰	۱۶	۳۱	۴۰

چنانچه در جدول (۳) مشاهده می‌شود میانگین نمره‌ها در کل نمونه برابر با ۳۵/۲۸ با انحراف استاندارد ۶/۲۰ است. نتایج آزمون تی (t) مستقل نشان داد که میانگین نمره‌های شادکامی دختران ( $M=36/17$ ) به‌طور معنی‌داری بیشتر از میانگین شادکامی پسران ( $M=34/43$ ) است ( $p < 0/01$ ،  $t(445)=2/99$ ). همچنین در جدول (۳) چارک‌های نمره‌های شادکامی به عنوان مرجعی برای تفسیر نمره‌های فردی، در کل نمونه و همچنین به تفکیک جنسیت ارائه شده است.

#### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد به‌عنوان یکی از ابزارهای رایج برای اندازه‌گیری شادکامی در دانشجویان انجام شد. به‌منظور بررسی ساختار عاملی پرسشنامه شادکامی آکسفورد، تحلیل عاملی تأییدی انجام شد. یافته‌ها نشان داد پرسشنامه شادکامی آکسفورد از یک عامل تشکیل شده است. این عامل با توجه به مبانی نظری پژوهش با پژوهش‌های پیشین همسو بود. هیل و آرگیل (۲۰۰۲) ساختار عاملی این ابزار را تک بعدی گزارش کردند. همچنین کروز و همکاران (۲۰۰۶) این ابزار را بر روی دانشجویان اجرا و آن را به‌عنوان سازه‌ای تک عاملی معرفی کردند. افزون بر آن دوگان و کوتک (۲۰۱۱)، دوگان و همکاران (۲۰۱۳) در پژوهش‌های خود این پرسشنامه را سازه‌ای تک عاملی دانستند که با نتایج حاصل از این پژوهش همخوان بود. برای بررسی اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که اعتبار مقیاس زیاد و در حد قابل قبولی بود. این یافته با یافته‌های پژوهش هیل و آرگیل (۲۰۰۲)، دوگان و کوتک (۲۰۱۱) و توماس سابادو و همکاران (۲۰۱۴) که اعتبار کلی مقیاس را زیاد گزارش کرده بودند، همسو بود. یافته دیگر این پژوهش

نشان داد که شادکامی با رضایت از زندگی و عزت‌نفس دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های هیل و آرگیل (۱۹۹۸، ۲۰۰۲)، نجفی و همکاران (۱۳۹۱) و توماس سبادو و همکاران (۲۰۱۴) همسو بوده است. افزون بر آن، نتایج نشان داده است که میزان شادکامی دختران نسبت به پسران بیشتر است. این یافته با پژوهش‌های پیشین از جمله علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸)، علی‌پور و آگاه‌هریس (۱۳۸۶)، نجفی و همکاران (۱۳۹۱)، لیاقت‌دار و همکاران (۲۰۰۸)، ماهون، یارچسکی و یارچسکی (۲۰۰۵) و ویور و حبیبوف (۲۰۱۰) متفاوت است. این محققان در مقایسه نمره‌های شادکامی دو جنس تفاوت معنی‌داری مشاهده نکردند. هر چند در پژوهش حاضر میزان اندازه اثر جنس بر شادکامی در حد کم بود اما دلیل این تفاوت می‌تواند این باشد که معمولاً زنان در مقایسه با مردان احساسات و هیجانات خود را راحت‌تر بیان می‌کنند در نتیجه نمره‌های شادکامی بالاتر آنها را می‌توان انتظار داشت. به‌طور کلی با توجه به سهولت اجرا، نمره‌گذاری، تفسیر، قابلیت اجرا به‌صورت فردی و گروهی، عملی بودن و روایی و اعتبار مناسب، نتیجه گرفته می‌شود که نسخه فارسی فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد در جامعه دانشجویان، خصوصیات روان‌سنجی قابل قبولی دارد و می‌توان از آن در پژوهش‌های روان‌شناختی استفاده کرد. اما باید توجه کرد که فرم کوتاه پرسشنامه شادکامی آکسفورد، شادکامی را به‌عنوان سازه‌ای کلی اندازه می‌گیرد و میزان شادکامی در حیطه‌های خاص زندگی را اندازه نمی‌گیرد. بنابراین توصیه می‌شود در مواردی که امکان دارد محققان از ابزارهای چندگانه برای اندازه‌گیری شادکامی و بهزیستی ذهنی استفاده کنند تا هم خطای اندازه‌گیری کاهش یابد و هم مؤلفه‌های چندگانه بهزیستی ذهنی را اندازه بگیرند. افزون بر آنچه مطرح شد این پژوهش نیز خالی از محدودیت نبود. نخستین محدودیت مطالعه حاضر آن است که مشخص نیست نمره‌های حاصل از این ابزار تا چه اندازه با رفتارهای واقعی در زندگی روزمره مرتبط است. محدودیت دوم این مطالعه آن است که شواهدی برای حساسیت نمره‌های آن نسبت به مداخله‌های آموزشی تدارک ندیده است. مشخص نیست که آیا نمره‌های حاصل از این ابزار نسبت به مداخلات مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌نگر حساسیت لازم را دارند یا نه. محدودیت سوم این ابزار مربوط به قلمرو مکانی و زمانی مطالعه است. این مطالعه بر روی دانشجویان دانشگاه‌های تهران صورت گرفته است و لذا یافته‌های آن قابل تعمیم به سایر جامعه‌ها نیست و در صورت تعمیم‌دهی باید جوانب احتیاط صورت گیرد.

براساس این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود نمره‌های شادکامی با اندازه‌های رفتار واقعی در زندگی روزمره همبسته شود تا شواهدی از بسط نمره‌های حاصل از تشخیص این ابزار در موقعیت‌های واقعی زندگی فراهم شود. هنوز مشخص نیست که آیا نمره‌های بالا در این پرسشنامه توان پیش‌بینی رفتارهای شادکامی واقعی و عملی را دارد یا خیر؟ بررسی روایی نمره‌های حاصل از این ابزار، به‌عنوان ابزاری برای تشخیص حساسیت اثر مداخلات درمانی می‌تواند محور دیگری از پژوهش‌های مناسب در مورد این ابزار باشد. همچنین به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده، رابطه شادکامی با متغیرهای مختلف مانند سلامت روان، ارتقای سلامت، بهداشت روانی، بهزیستی ذهنی و هوش هیجانی را بررسی کنند تا از این راه دانش منسجمی در خصوص شادکامی و روابط این سازه با سایر سازه‌ها که قابلیت بیشتری در برنامه‌ریزی‌های مربوط دارد، حاصل شود.

## منابع

- جوکار، بهرام (۱۳۸۶). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی. *روان‌شناسی معاصر*، ۲(۲)، ۳-۱۱.
- خوش‌کنش، ابوالقاسم و کشاورز افشار، حسین (۱۳۸۷). رابطه شادکامی و سلامت روانی دانشجویان. *مجله اندیشه و رفتار*، ۲(۷)، ۴-۵۲.
- علی‌پور، احمد و نوربالا، احمدعلی (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ۵ (۱ و ۲)، ۵۵-۶۴.
- علی‌پور، احمد و آگاه هریس، مژگان (۱۳۸۶). اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانی‌ها. *فصلنامه روان‌شناسی ایرانی*، ۳(۱۲)، ۲۸۷-۲۹۸.
- کار، آلن (۱۳۹۱). *روان‌شناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان*؛ ترجمه حسن پاشا شریفی، جعفر نجفی زند و باقر ثنائی. تهران: انتشارات سخن.
- مظفری، شهباز (۱۳۸۲). *همیشه‌های روان‌شناختی شادکامی ذهنی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شیراز.
- مظلومی محمودآباد، سعید؛ مهری، علی و مروتی شریف‌آباد، محمدعلی (۱۳۸۵). ارتباط بین اعتماد به نفس و خود کارآمدی با رفتارهای بهداشتی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد. *مجله مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی*، ۳ (۲)، ۱۱۱-۱۱۷.
- معتمدی شلمزاری، عبدالله؛ اژه‌ای، جواد؛ آزادفلاح، پرویز و کیامنش، علیرضا (۱۳۸۱). بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی، سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال. *مجله روانشناسی*، ۶ (۲)، ۱۱۵-۱۳۳.
- نجفی، محمود؛ دهشیری، غلامرضا؛ دبیری، سولماز؛ شیخی، منصوره و جعفری، نصرت (۱۳۹۱). *خصوصیات روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان*. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۳ (۱۰)، ۵۵-۷۳.
- هادی‌نژاد، حسن و زارعی، فاطمه (۱۳۸۸). پایایی، اعتبار و هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۱۲ (۱ و ۲)، ۶۲-۷۷.
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London: routledge.
- Argyle, M., & Crossland, J. (1987). Dimensions of positive emotions. *British Journal of Social Psychology*, 26, 127-37.
- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-17.

- Argyle, M., Martin, M & Lu, L (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 D.C: Taylor & Francis.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. In J.P. Forgas & J.M. Innes (Eds), *Recent advances in social psychology: An international perspective*, (pp. 189-203). North Holland: Elsevier Science Publishers.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological wellbeing*. Chicago: Aldine.
- Cruise, S.M., Lewis, C.A., & Guckin, C.M. (2006). Internal consistency, reliability, and temporal stability of the Oxford happiness questionnaire short-form: Test-retest data over two weeks. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 34 (2), 123-26.
- Csikszentmihalyi, M. & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, 4, 185-199.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-75.
- Diener, E., Horwitz, J., & Emmons, R. A. (1985). Happiness of the very wealthy. *Social Indicators Research*, 16 (3), 263-274.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R. E., & Smith, H. L (1999). Subjective well-being three decades of well – being. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Dogan, T., & Cotok, N.A. (2011). Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 165-70.
- Dogan, T., Sapmaz, F., & Akıncı Cotok, N. (2013). Self-criticism and happiness. *Journal of Kastamonu Faculty of Education*, 4 (36), 165-72.
- Dogan, T., Tugut, N., & Golbasi, Z. (2013). The Relationship between Sexual Quality of Life, Happiness, and Satisfaction with Life in Married Turkish Women. *Sexuality and Disability*, 31 (3), 239-47.
- Francis, L.J., Brown, L.B., Lester, D., & Philipchalk, R. (1998). 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, 167-71.
- Furnham, A., & Berwin, C.R. (1990). Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1093-96.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1071- 82.



- Holder, M.D., Coleman, B., & Singh, K. (2012). Temperament and happiness in children in India. *Journal of Happiness Studies*, 13 (2), 261-74.
- Holder, M.D., Coleman, B., & Wallace, J.M. (2010). Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8-12 years. *Journal of Happiness Studies*, 11 (2), 131-150.
- Hooghe, M. (2012). Is sexual well-being part of subjective well-being? An empirical analysis of Belgian (Flemish) survey data using an extended well-being scale. *Journal of Happiness Research*, 49, 264-73.
- Jin, B (2001). *Social psychological determination of life satisfaction in order adults*. Unpublished Dissertation, Indiana University.
- Joseph, S., & Lewis, C.A. (1998). The Depression-Happiness Scale: Reliability and validity of a bipolar self-report scale. *Journal of Clinical Psychology*, 54, 537-44.
- Joseph, S., Linley, P.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, 463-78.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling (2 nded.)*. New York: The Guilford Press.
- Kozma, A., & Stones, M.J. (1978). Some research issues and findings in the study of psychological well-being in the aged. *Canadian Psychological Review*, 19, 241-49.
- Kozma, A., & Stones, M.J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35, 906-12.
- Liaghatdar, M, J., Jafari, M., Abedi, M. R., & Samiee, F. (2008). Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory among University Students in Iran, *the Spanish Journal of Psychology*, 11 (1):310-313.
- Linley, P.A & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. New York: John Wiley & Sons.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H.S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-55.
- Lyubomirsky, S., King, L., Diener, E. (2005). The benefit of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bullid*, 131, 803-55.
- Mahon, N. E., Yarcheski, A. & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14 (2), 175-190.

- McGreal, R., & Joseph, S. (1993). The Depression-Happiness Scale. *Psychological Reports*, 73, 1279-82.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C.R & Sandvik, E (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: evidence for the cross-method convergence of well-being measures, *Journal of Personality Assessment*, 57 (1), 149-161.
- Peterson, C & Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Ruch, W., Martínez-Martí, M. L., Heintz, S., & Brouwers, S. A. (2015). Short Form of the Orientations to Happiness Questionnaire for the German-Speaking Countries. *Swiss Journal of Psychology*, 73 (4), 225–234.
- Sapmaz, F., & Temizel, S. (2013). Turkish version of the Short Depression-Happiness Scale (SDHS): A validity and reliability study. *Journal of Happiness & Well-Being*, 1 (1), 28-33.
- Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-47.
- Schwarz, N. and Strack, F. (1991), "Evaluating one's life: a judgement model of subjective well-being", in Strack, F., Argyle, M. and Schwarz, N. (Eds), *Subjective Well-being: An Interdisciplinary Perspective*, Pergamon Press, Oxford, pp. 27-47.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Snyder, C.R., & Lopez, S.G. (2007). *Positive Psychology*, New York Published by Oxford University Press, Inc.
- Stones, M.J., Kozma, A., Hirdes, J., & Gold, D. (1996). Short Happiness and Affect Research Protocol (SHARP). *Social Indicators Research*, 37, 75-91.
- Tomás-Sábado, J., Edo-Gual, M., Aradilla-Herrero, A., Sorribes López, J. V., Fernández-Najar, B., & Montes-Hidalgo, J. (2014, February). Preliminary psychometric properties of the Spanish form of the Oxford Happiness Questionnaire Short-Form (OHQ-SF). Paper presented at the 15 Congreso Virtual de Psiquiatria.com. Retrieved from <http://www.researchgate.net>
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Weaver, R. D., & Habibov, N. N. (2010). Are Canadian Adolescents Happy? A Gender-Based Analysis of a Nationally Representative Survey. *Online Submission*, 7 (4), 37-52.
- Zung, W.W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of general psychiatry*, 12 (1), 63-70.