



ابزارهای روان شناختی

# پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد

دکتر آدیس کراسکیان

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

## مقدمه

روان‌شناسان در سال‌های آخر قرن بیستم توجه به احساسات مثبت را آغاز کرده‌اند و روزه روز به روز به این توجه افزوده‌اند. در این فرایند، سه جهت‌گیری قابل تشخیص وجود دارد که به سنجش میزان شادکامی، بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی و شیوه‌های افزایش شادکامی مربوط می‌شود (خوش کنش و کشاورز افشار، ۱۳۸۷).

شادکامی ۱ عبارت است از مقدار ارزش مثبتی که یک فرد برای خود قائل است (وین‌هووین ۲، ۱۹۹۷، به نقل از علی‌پور و آگاه هریس، ۱۳۸۶). این سازه دو جنبه دارد: یکی عوامل عاطفی که نمایانگر تجربه هیجانی شادی، سرخوشی، خشنودی و سایر هیجان‌های مثبت هستند و دیگری ارزیابی شناخت رضایت از قلمروهای مختلف زندگی که بیانگر شادکامی و بهزیستی روانی است (آندروز ۴ و مک کنل ۵، ۱۹۸۰، به نقل از علی‌پور و آگاه هریس، ۱۳۸۶).

**کلیدواژه‌ها:** شادکامی، پرسش‌نامه افسردگی بک.

## پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد

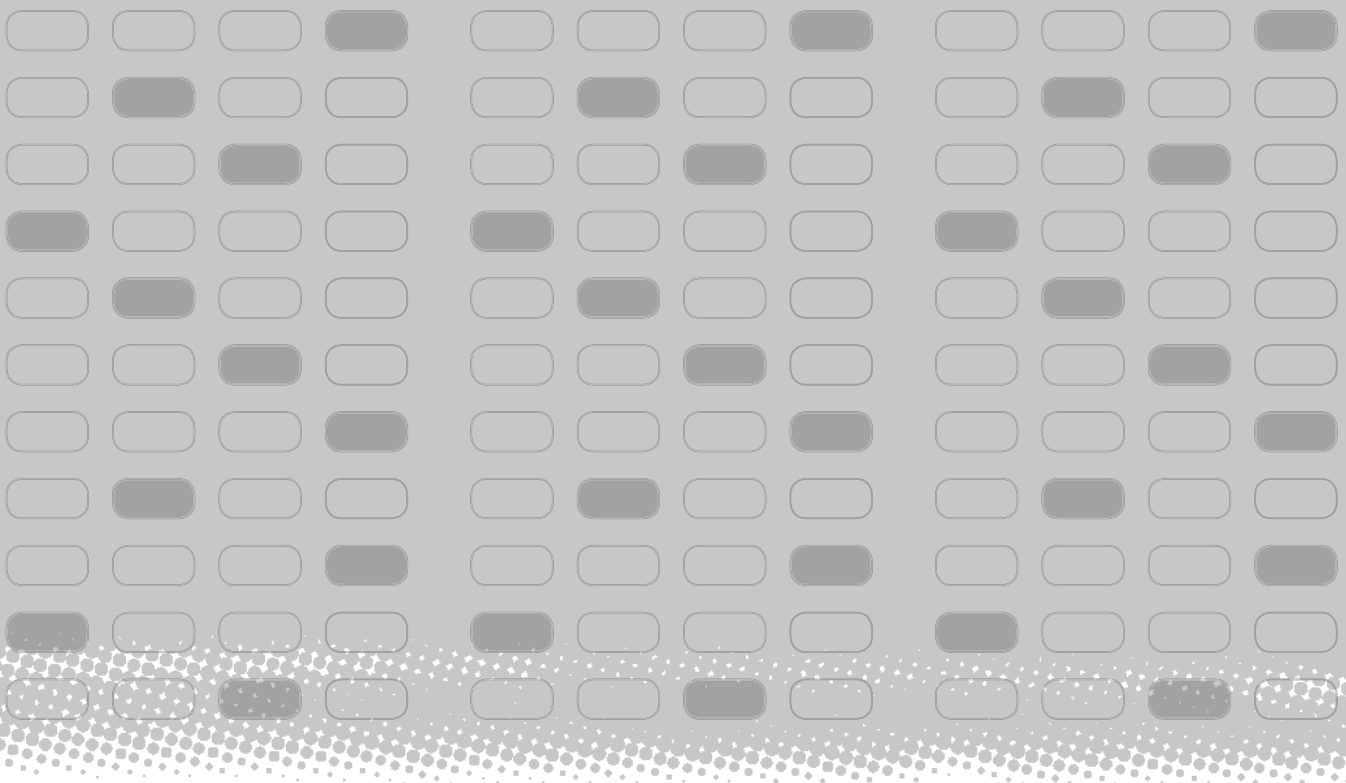
از نخستین پژوهش‌ها برای تهیه آزمون‌هایی برای ارزیابی بهزیستی روان‌شناختی، که دربرگیرنده شادی نیز بوده‌اند، حدود چهار دهه می‌گذرد و ابزارهای اندازه‌گیری مختلفی برای این منظور تدوین شده که از بین آن‌ها، سیاهه شادکامی آکسفورد (OHI) ۶ یکی از رایج‌ترین مقیاس‌هاست. نسخه اولیه این پرسش‌نامه در سال ۱۹۸۹ توسط آرگایل ۷، مارتین ۸، و کراسلند ۹ به‌عنوان ابزاری برای اندازه‌گیری شادی شخصی طرح‌ریزی شد. در سال ۱۹۹۵، ارتقای مقیاس و برخی از خصوصیات آن توسط آرگایل، و لو ۱۰ مورد بررسی قرار گرفت. طی بیست سالی که از انتشار OHI می‌گذرد، مطالعات مختلفی با استفاده از این سیاهه به‌منظور اندازه‌گیری

شادکامی و هنجاریابی آن در کشورهای مختلف (انگلستان، ایالات متحده آمریکا، کانادا، اسپانیا، چین، ژاپن، استرالیا، ایران و برخی کشورهای دیگر) انجام شده است که نتیجه آن‌ها، معرفی این مقیاس به‌عنوان یک ابزار نیرومند و معتبر در سنجش شادی بوده است. OHI براساس چهارچوب پرسش‌نامه افسردگی بک ۱۱ ساخته شده و دارای ۲۹ آیتم چهارگزینه‌ای است (هیلز ۱۲ و آرگایل، ۲۰۰۲، به نقل از هادی‌نژاد و زارعی، ۱۳۸۸). به این ترتیب که آرگایل پس از رایزنی با آرون بک ۱۳، 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 دربرگیرد. پس از اجرای مقدماتی و حذف سه گزاره، فرم نهایی فهرست به ۲۹ گزاره تقلیل یافت (علی‌پور و آگاه هریس، ۱۳۸۶).

در سال ۲۰۰۲ آرگایل و هیلز نسخه‌ای جایگزین و بهبودیافته از این مقیاس را زیر عنوان پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد (OHQ) ۱۴ طرح‌ریزی و ارائه کردند که متشکل از ۲۹ آیتم (۲۰ آیتم از مقیاس قبلی و ۹ آیتم تجدیدنظر شده) است که در یک مقیاس لیکرتی ۶ درجه‌ای پاسخ داده می‌شود. تغییر در چهارچوب پاسخ‌دهی مقیاس، بنا بر ادعای سازندگان آن، باعث کاهش احتمال پاسخ‌دهی زمینه‌ای و امرانه می‌شود و در جمعیت عمومی و نه بالینی قابل اجراست. این نسخه از آزمون سازه‌های روان‌شناختی زیر را مورد ارزیابی قرار می‌دهد: پاداش‌دهندگی زندگی، آمادگی روانی، رضایت از خود، احساس زیبایی‌شناختی، رضایت از زندگی، سازماندهی زمانی، جست‌وجوی جذابیت و خاطرات شاد (هادی‌نژاد و زارعی، ۱۳۸۸).

## هنجاریابی در ایران

□ هادی‌نژاد و زارعی (۱۳۸۸) در پژوهشی با هدف هنجاریابی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد، ۱۰۲۱ دانش‌آموز دختر و پسر سال‌های اول، دوم و سوم رشته‌های نظری در شهرهای استان زنجان در سال تحصیلی



9. Crossland, J.
10. Lu, L.
11. Beck Depression Inventory
12. Hills, P.
13. Beck, A. T.
14. Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)
15. Reliability
16. Test-retest
17. Validity
18. Factor Analysis

#### منابع

۱. ثابت، مهرداد و فرح لطفی کاشانی؛ هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد، فصل‌نامه اندیشه و رفتار، شماره ۱۵، ۱۸-۷، ۱۳۸۹.
۲. خوش‌کنش، ابوالقاسم و حسین کشاورز افشار؛ رابطه شادکامی و سلامت روانی دانشجویان، فصل‌نامه اندیشه و رفتار، شماره ۷، ۵۲-۴۱، ۱۳۸۷.
۳. عابدی، محمدرضا، سید ابراهیم میرشاه جعفری و محمدجواد لیاقتدار؛ هنجاریابی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، فصل‌نامه روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، شماره ۴۵، ۱۰۰-۹۵، ۱۳۸۵.
۴. علی‌پور، احمد، و مژگان آگاه‌هریس، اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانی‌ها. فصل‌نامه روان‌شناسی ایرانی، شماره ۱۲، ۲۹۸-۲۸۷، ۱۳۸۶.
۵. علی‌پور، احمد و احمدعلی نوربالا، بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران. فصل‌نامه روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، شماره ۱۸، ۶۵-۵۵، ۱۳۷۸.
۶. هادی‌نژاد، حسن، و فاطمه زارعی، پایایی، اعتبار و هنجاریابی پرسش‌نامه

۱۳۸۴-۸۵ را مورد آزمون قرار داده‌اند. اعتبار ۱۵ پرسش‌نامه از طریق بازآزمایی ۱۶ با فاصله زمانی چهار هفته، ۰/۷۸ و از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه در مرحله آزمون برابر ۰/۸۴ و در مرحله آزمون مجدد ۰/۸۷ گزارش شده است. در این پژوهش برای بررسی روایی ۱۷ ابزار، از تحلیل عاملی ۱۸ استفاده شده که نتایج نشان‌دهنده استخراج ۷ عامل از پرسش‌نامه است که در مجموع ۳۳ درصد واریانس کل پرسش‌ها را تبیین می‌کنند.

□ در پژوهش دیگری برای هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد ۵۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن مورد آزمون قرار گرفتند. ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ برای کل نمونه، ۰/۸۸ برای گروه پسران و ۰/۹۲ برای گروه دختران نشان‌دهنده اعتبار قابل قبول پرسش‌نامه است. هم‌چنین تحلیل عاملی در این پژوهش بیانگر آن است که ساختار عاملی پرسش‌نامه بر وجود یک عامل در اندازه‌گیری تأکید می‌کند (ثابت و لطفی کاشانی، ۱۳۸۹).

□ نتایج پژوهش‌های علی‌پور و آگاه‌هریس (۱۳۸۶)؛ عابدی، میرشاه جعفری و لیاقتدار (۱۳۸۵) و هم‌چنین علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) نیز حاکی از اعتبار و روایی قابل قبول برای آزمون شادکامی آکسفورد در جامعه ایرانی است.

#### پی‌نوشت

1. Happiness
2. Veenhoven. R
3. Emotions
4. Andrews, F.
5. McKannell, A.
6. Oxford Happiness Inventory (OHI)
7. Argyle, M.
8. Martin