



هنجار‌یابی عواطف

ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عواطف در دانش‌آموزان دبیرستانی

دکتر شیرین کوشکی

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

دکتر غلامرضا محمودی

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

اکرم حکیمی

کارشناس ارشد رشته سنجش و اندازه‌گیری دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

چکیده

نمره کل مقیاس نشاط روی یک گروه ۱۰۱ نفری محاسبه و مشخص شد نمره کلی نشاط با عامل‌های عزت‌نفس و خوش‌بینی همبستگی مثبت معناداری دارد. نمره کلی نشاط با عامل‌های اضطراب، خشم، و افسردگی همبستگی منفی معناداری دارد.

کلیدواژه‌ها: عواطف، نشاط، اعتبار، روایی، تحلیل مؤلفه‌های اصلی، دانش‌آموزان

مقدمه

در دنیای کنونی، پدیده‌های جدید متنوع و به هم پیچیده چنان فراوان و نو به نو شده‌اند که دانایی‌ها، توانایی‌ها و امکانات را اجتناب‌ناپذیر می‌کنند. البته این دانستی‌ها و مهارت‌ها باید قادر باشند امنیت روانی و نگرش‌های مثبت در مواجهه با مشکلات زندگی را به‌خصوص در قشر جوان و نوجوان تضمین کنند (جعفری، ۱۳۸۸).

دوره، نوجوانی مقطع بسیار حساسی از زندگی فرد است.

این پژوهش با هدف تعیین ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عواطف در بین دانش‌آموزان دبیرستانی انجام شد. بدین منظور، یک گروه نمونه با حجم ۵۰۰ دانش‌آموز مقطع اول دبیرستان (۲۵۱ پسر و ۲۴۹ دختر) که در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ مشغول به تحصیل بوده‌اند، به شیوه نمونه‌برداری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به مقیاس عواطف پاسخ دادند. نتایج نشان داد با حذف دو سؤال به دلیل همبستگی منفی و ضعیف با کل مقیاس و بار عاملی کم، ضریب اعتبار مقیاس از طریق فرمول کلی آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۵۵ است. تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش آبلیمین نشان می‌دهد مقیاس مذکور از پنج عامل اصلی اضطراب، عزت‌نفس، خشم، خوش‌بینی، و افسردگی اشباع شده است که در حدود ۴۹/۹۴ درصد از واریانس را تبیین می‌کند. برای بررسی روایی هم‌زمان مقیاس عواطف، همبستگی بین نمره‌های عامل‌های استخراج‌شده از مقیاس عواطف با

شخصیت سالم و دارای سلامت روان، انسانی بسیار کارآمد و با کنش و کارکرد کامل است که از تمام توانایی‌ها و استعداد‌های خود بهره می‌گیرد و دارای ویژگی‌هایی مانند آمادگی برای کسب تجربه، احساس آزادی، خلاقیت و آفرینندگی است

نوجوانی، دوره انتقالی میان کودکی و جوانی است که طی آن، نوجوان با دشواری‌ها و تنش‌های تکاملی متعددی مواجه می‌شود. نوجوان درصدد کسب تعداد زیادی تجربیات زندگی است (رسولی، یغمایی، و علوی مجد، ۱۳۸۹). در این دوره نوع احساسات ایجاد شده، با توجه به شدت آن‌ها و دوره دوامشان به دلایل مختلف اهمیت دارد (رایس، ۲۰۰۱/۱۳۸۷).

از سوی دیگر، در پایان این دوره، نوجوان باید قادر به ایفای نقش‌های اجتماعی خود باشد (رسولی، یغمایی، و علوی مجد، ۱۳۸۹). همه این موارد منوط به سلامت روانی افراد است. به عقیده آدلر^۱ (نقل از وردی، ۱۳۸۰) سلامت‌روانی به معنای داشتن اهداف مشخص، روابط خانوادگی و اجتماعی مطلوب، کمک به هم‌نوع و کنترل عواطف و احساسات خود است. در حالی که بر پایه الگوی راجرز^۲ (نقل از هجل و زیگلر، ۱۳۷۹) شخصیت سالم و دارای سلامت روان، انسانی بسیار کارآمد و با کنش و کارکرد کامل است که از تمام توانایی‌ها و استعداد‌های خود بهره می‌گیرد و دارای ویژگی‌هایی مانند آمادگی برای کسب تجربه، احساس آزادی، خلاقیت و آفرینندگی است.

امروزه در مطالعه سلامت روان، برای بررسی قابلیت کمال و دگرگونی شخصیت آدمی، از روان‌شناسی مثبت‌نگر استفاده می‌کنند. روان‌شناسی مثبت‌نگر تلاش دارد تا مسیر مطالعات را به سوی مطالعه بیشتر جنبه‌های مثبت تجربیات انسانی تغییر دهد و به اموری از قبیل ویژگی‌های مثبت انسانی، تجربیات مثبت، تعهدات سازمان‌ها برای بهبود کیفیت زندگی و همچنین جلوگیری از آسیب‌های گوناگونی که در نتیجه احساس بی‌ثمری و بی‌غنایمی در زندگی ظاهر می‌شوند، بپردازد (سیلگمن و سیزنت‌میهایلی^۳، ۲۰۰۰).

یکی از حوزه‌های مهم روان‌شناسی مثبت‌نگر بهزیستی یا آسایش ذهنی است که ترکیبی از رضایت زندگی و عواطف (مثبت و منفی) است. افراد در موقعیت‌های مختلف زندگی روزمره، عواطف و هیجانات متعدد و متفاوتی را تجربه می‌کنند که تا حد زیادی بر تصمیم‌گیری‌ها، اعمال و افکار افراد تأثیر می‌گذارد (متین‌راد، ۱۳۸۹). عاطفه به‌عنوان یکی از ابعاد مهم آسایش ذهنی هم اساس اثری و هم محیطی دارد. عاطفه حالتی است انفعالی که بر روی موجود مؤثر واقع می‌شود و او را برای فعالیت فوق طبیعی برمی‌انگیزد یا به تعبیر دیگر از حالت برهم خوردگی درونی و هیجان کل موجود است. عواطف از همان اوایل زندگی در افراد دیده می‌شود ولی تظاهرات آن در دوره‌های زندگی هر فردی متفاوت است. هر فرد در طول زندگی خود عواطف و احساساتی مانند ترس، خشم، اضطراب، غم، ناراحتی، افسردگی، و نگرانی (عواطف منفی) و عواطف دیگری مانند عشق، محبت، امید، خوش‌بینی، سرزندگی، شادی و نشاط (عواطف مثبت) را تجربه می‌کند. عواطف منفی و مثبت، احساس یا حالت هیجانی حاکی از لذتی پویا، ولی گذرا هستند (رایس، ۲۰۰۱/۱۳۸۷).

در اکثر مردم عاطفه مثبت می‌تواند بر فرایند تصمیم‌گیری و تفکر در شرایط رویدادهای معین اثر بگذارد. همچنین عواطف در محیط‌های آموزشی تأثیرات مهمی دارد و موجب خلاقیت، انعطاف‌پذیری در حل مسئله، گفت‌وگو و نیز کارایی

و دقت در تصمیم‌گیری و سایر شاخص‌های بهبود تفکر، نشاط و شادکامی می‌شود (ایزن، ۱۳۹۱). مطالعه‌ها نشان می‌دهد عاطفه مثبت نقش مهمی در سلامت روانی افراد ایفا می‌کند. یکی از تأثیرات عاطفه مثبت نشاط و شادمانی است. شادمانی و نشاط از دیرباز مورد توجه دانشمندان و فلاسفه بوده و با ظهور روان‌شناسی مثبت‌نگر در دهه‌های اخیر روان‌شناسان توجه بیشتری به این موضوع کرده‌اند.

از نظر وینهون^۴ (۱۹۸۴ (نقل از جعفری، ۱۳۸۷) نشاط میزان قضاوت شخص درباره مطلوبیت کیفیت کل زندگی است، به بیان دیگر، نشاط به این معناست که فرد به چه میزان زندگی خود را دوست دارد. در ارتباطات روزمره وجود شادی و نشاط به قدری اهمیت دارد که فقدان آن نشانه‌ای از وجود مشکلات و نابه‌سامانی‌هاست. حاصل شدن شادی و نشاط وابسته به وجود عواطف مثبت مانند لذت، آرامش، اعتماد به خود، علاقه، شگفت‌زدگی و سرور، سرحال بودن و تهییج شدن، رضایت از زندگی و نیز فقدان احساسات یا عواطف منفی مانند عصبانیت، اضطراب و افسردگی است (صادقی مرشد، ۱۳۸۶).

شادمانی و نشاط از جمله ارمان‌های آفرینش است که نقش مهمی در بهداشت روانی انسان دارد. اما این ارمان به خودی خود به دست نمی‌آید و برای رسیدن به آن باید برنامه‌ریزی هدفمند داشت. روان‌شناسانی که با خانواده‌ها، مدارس، انجمن‌های مذهبی و شرکت‌ها کار می‌کنند، به دنبال شرایطی هستند که راه را برای رسیدن به این هدف هموار کنند. مدرسه یکی از مهم‌ترین نهادهای سازمان یافته اجتماعی رسمی است که با فراهم کردن محیطی سالم می‌تواند باعث شکوفایی جسم و روان کودکان جامعه شود و آنان را نسبت به خود، خانواده و اجتماع مسئول سازد (غلامی و چاری، ۱۳۹۰). محیط مدرسه بافتی را می‌آفریند که گستره‌ای از عواطف متفاوت را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در واقع، نقشی پرمایه در پدیدآوری انواع عواطف دارد (ساتون^۵، ۲۰۰۴ و زمیلا^۶، ۲۰۰۵). این امر باعث می‌شود که عواطف جزء مکمل فعالیت برنامه‌های آموزشی و یکی از اهداف مهم در بافت مدرسه قرار گیرند (اولتمن، جانسون و شوتز^۷، ۲۰۰۹). در این میان، دانش‌آموزان طی دوران تحصیل با عواطف و احساسات گوناگونی مانند اضطراب، افسردگی، نداشتن اعتماد به نفس، احساس ناامیدی و مانند آن مواجه می‌شوند که ممکن است بر روند موفقیت تحصیلی آنان تأثیرات مخربی بگذارد. لذا ایجاد محیطی شاد و پرنشاط به امریادگیری دانش‌آموزان کمک بسیاری خواهد رساند. بنابراین، هر چقدر در شاداب‌سازی مدارس تلاش شود، بیشتر می‌توان احساس ارزشمند بودن و مثبت بودن را در دانش‌آموزان پرورش داد. نشاط و شادابی دانش‌آموزان در گرو وجود مدارس، مدیران، و معلمان شاداب است. این شادابی و نشاط منوط به آموزش نگرش‌های مثبت در مدارس است که تضمینی برای سلامت روان دانش‌آموزان است (جعفری، سیادت، بهادران، ۱۳۸۷).

به همین منظور بهداشت روانی این گروه از حساسیت بیشتری برخوردار است؛ چراکه با به خطر افتادن بهداشت روانی و در پی آن مشکلات افت تحصیلی و به هدر رفتن هزینه‌های هنگفت آموزش و پرورش، ضربه سنگینی به اقتصاد کشور وارد

می‌شود. نظام آموزشی فقط مسئولیت انتقال مواد آموزشی و انباشتن اطلاعات در ذهن فراگیرندگان را برعهده ندارد بلکه باید محیطی را برای آنان فراهم سازد که بتواند از نظر عاطفی، اجتماعی و جسمانی رشد شایسته و درخور داشته باشد (جعفری، عابدی و لیاقت‌دار، ۱۳۸۳). بنابراین برای نیل به سلامت روان باید همه وجوه شخصیت از جمله رفتار، عاطفه، شناخت، تعارضات درونی و بین فردی، مسائل زیست‌شناختی و همه عوامل مؤثر در ایجاد سلامت روان دانش‌آموزان را شناسایی و با برنامه‌ریزی‌های دقیق و مناسب دانش‌آموزان را در زمینه‌های شغلی و تحصیلی هدایت کرد. لذا به‌منظور ارائه راهکارهای مناسب در برنامه‌ریزی‌های آموزشی نظام آموزش و پرورش، به‌خصوص هدایت تحصیلی دانش‌آموزان، ضروری است مفاهیم و سازه‌های مربوط به عواطف مورد شناسایی و مطالعه قرار گیرند و از آن‌ها در جهت سنجش میزان نشاط بهره گرفته شود. هدف از انجام این پژوهش بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عواطف در میان دانش‌آموزان دبیرستانی است. این ابزار وسیله‌ای در جهت سنجش عواطف دانش‌آموزان و به‌دست آوردن اطلاعاتی در زمینه بهداشت روانی و ارائه آن به مسئولان آموزش و پرورش و علاقه‌مندان به امور تربیتی است. به‌طور خلاصه، اهداف این پژوهش را می‌توان به شرح زیر بیان داشت: تعیین ویژگی‌های روان‌سنجی عواطف دانش‌آموزان دبیرستانی، ایجاد وسیله‌ای برای سنجش حوزه‌های مختلف عواطف دانش‌آموزان دبیرستانی، کمک به شناخت عواطف مثبت و منفی دانش‌آموزان، کمک به مدیران و معلمان برای ایجاد فضای شاد و مناسب برای دانش‌آموزان، کمک به مدیران مدارس در جهت برنامه‌ریزی و هدایت تحصیلی دانش‌آموزان، و تهیه و ابزار معتبر و روا جهت استفاده در پژوهش‌های آتی. با توجه به مطالب بالا، این پژوهش درصدد پاسخ‌گویی به این سؤال‌هاست:

آیا مقیاس عواطف در بین دانش‌آموزان دبیرستانی از اعتبار مطلوبی برخوردار است؟ آیا بین سؤال‌های مختلف مقیاس عواطف هماهنگی

وجود دارد؟ آیا مقیاس عواطف از روایی مطلوبی برخوردار است؟ این مقیاس از چه عواملی اشباع شده است؟ آیا مؤلفه‌های عواطف دانش‌آموزان با نشاط آن‌ها رابطه دارد؟

روش

جامعه آماری مورد مطالعه همه دانش‌آموزان مقطع اول متوسطه شهر تهران‌اند که در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ مشغول تحصیل بوده‌اند. براساس روش‌های رایج برای استانداردسازی آزمون‌ها، یک گروه نمونه با حجم ۵۰۰ نفر از طریق نمونه‌برداری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شد. تجزیه و تحلیل بر روی اطلاعات به دست آمده این گروه نمونه صورت گرفت. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل دو مقیاس عواطف و نشاط است. هر دو مقیاس از پرسش‌نامه سلامت روانی - رفتاری آموزش و پرورش (۳۱۷ سؤالی) که توسط عنبری (۱۳۹۱)، به‌منظور ارزیابی نگرش و عواطف دانش‌آموزان و در نهایت هدایت تحصیلی ساخته شده، به‌دست آمده است. پرسش‌نامه سلامت روانی - رفتاری آموزش و پرورش ابعاد مختلفی از ویژگی‌های سلامت روان افراد را می‌سنجد و عواطف، و نشاط از ابعاد اصلی این پرسش‌نامه‌اند. مقیاس عواطف از ۶۸ سؤال تشکیل شده است و از دانش‌آموز درخواست می‌شود سؤال‌ها را به دقت بخوانند و عواطف و احساسات خود را در یکی از مقیاس‌های ۵ درجه‌ای «کاملاً مخالف، مخالف، نظری ندارم، موافقم، و کاملاً موافقم» مشخص کنند. مقیاس نشاط شامل ۲۸ سؤال است که هر سؤال آن از چهار عبارت تشکیل شده است. از دانش‌آموز درخواست می‌شود سؤال‌ها را به دقت بخوانند و از میان پاسخ‌های پیشنهادی عبارتی را که



جدول ۱

ارزش ویژه، درصد تبیین واریانس و درصد تراکمی عامل‌های پنجگانه
مقیاس عواطف

عامل یکم	عامل دوم	عامل سوم	عامل چهارم	عامل پنجم	
۲۰/۰۴۶	۶/۳۰۴	۲/۷۶۹	۱/۹۶۳	۱/۸۷۹	ارزش ویژه
۳۰/۳۷	۹/۵۵	۴/۲۰	۲/۹۷	۲/۸۵	درصد واریانس
۳۰/۳۷	۳۹/۹۲	۴۴/۱۲	۴۷/۰۹	۴۹/۹۴	درصد تجمعی

جدول ۲

ماتریس ساختار مجموعه ۶۶ سؤالی عواطف

سؤال	عامل یکم	عامل دوم	عامل سوم	عامل چهارم	عامل پنجم
۵۰	۰/۷۶۹				
۴۲	۰/۷۶۶				
۵۲	۰/۷۶۳				
۵۳	۰/۷۴۳				
۵۴	۰/۷۲۳				
۴۷	۰/۷۲۳				
۵۱	۰/۶۸۹				
۵۶	۰/۶۸۵				
۴۹	۰/۶۴۸				
۲۹	۰/۶۳۰				
۴۴	۰/۶۲۷				
۴۱	۰/۶۱۰				
۳۰	۰/۶۱۰				
۴۵	۰/۵۹۹				
۴۰	۰/۵۸۰				۰/۵۴۹
۳۳	۰/۵۵۶				۰/۵۱۶
۵۵	۰/۴۸۳				
۴۶	۰/۴۳۱				
۹		۰/۸۰۰			
۴		۰/۷۴۷			
۲		۰/۶۸۵			
۱۴		۰/۶۶۸			
۱۰		۰/۶۴۷			
۳		۰/۶۱۰			
۱۹		۰/۶۰۸		-۰/۶۰۱	
۶		۰/۶۰۳			
۸		۰/۶۰۰			
۷		۰/۵۹۲			
۲۱		۰/۵۵۷		-۰/۵۳۹	
۱۳		۰/۴۹۲		-۰/۴۸۶	
۱۲		۰/۴۸۷			
۱		۰/۴۳۰			
۵		۰/۳۹۷			
۶۱			۰/۸۳۶		
۶۲			۰/۸۳۳		
۶۰			۰/۷۶۵		
۶۳			۰/۷۴۲		
۵۷			۰/۷۲۰		
۶۶			۰/۷۱۷		
۵۸			۰/۶۸۰		
۶۵			۰/۶۷۳		
۵۹			۰/۶۴۹		
۶۴			۰/۶۳۷		
۲۵				-۰/۸۰۶	
۲۶				-۰/۷۵۰	
۱۶				-۰/۷۴۱	

ادامه جدول ۲

سؤال	عامل یکم	عامل دوم	عامل سوم	عامل چهارم	عامل پنجم
۲۰				-۰/۷۳۲	
۱۵				-۰/۷۲۱	
۲۴				-۰/۶۹۹	
۱۸				-۰/۶۷۷	
۲۳				-۰/۵۹۰	
۲۲				-۰/۵۵۸	
۴۸		۰/۴۵۹		-۰/۵۱۵	
۳۵					۰/۷۳۵
۲۷		۰/۳۸۱			۰/۷۱۲
۳۱		۰/۳۷۲			۰/۷۱۱
۳۲					۰/۶۳۹
۳۸					۰/۶۳۲
۳۴					۰/۶۲۶
۴۳	۰/۵۲۷				۰/۵۷۸
۳۷					۰/۵۷۰
۲۸			۰/۴۶۵		۰/۵۳۶
۳۹					۰/۴۹۰
۳۶					۰/۴۷۴
۱۱		۰/۴۲۴			۰/۴۳۶
۱۷					۰/۳۶۸

شدند با استفاده از روش فرمول کلی آلفای کرونباخ، ضریب همبستگی درونی برای پرسش نامه ۶۸ سؤالی ۰/۹۵۴ به دست آمد. در نهایت، با توجه به ضریب همبستگی هر سؤال با نمره کل مجموعه و نتایج حاصل از تحلیل عاملی مواد پرسشنامه سؤال های ۶۷ (باورهای دینی ام، مرا وادار می کند که خشم خودم را کنترل کنم) و ۶۸ (به خاطر تأکیدات دین، خشم خود را کنترل می کنم) از مجموعه سؤال ها حذف و اعتبار مجموعه ۶۶ سؤالی مجدداً برآورد شد. پس از حذف سؤال های نامناسب اعتبار برابر با ۰/۹۵۵ است، که نشان می دهد مقیاس از همبستگی درونی خوبی برخوردار است و می توان به نتایج حاصل از تحلیل عاملی آن اطمینان داشت. برای پاسخ دادن به سؤال های دیگر پژوهش که «آیا مقیاس عواطف از روایی مطلوبی برخوردار است؟» و «این مقیاس از چه عواملی اشباع شده است»، از روش تحلیل مؤلفه های اصلی استفاده شد.

بدین منظور ابتدا مفروضه های تحلیل عاملی یعنی میزان KMO (کفایت نمونه برداری)، دترمینان ماتریس همبستگی و معناداری مشخصه کروییت بارتلت مورد بررسی قرار گرفت، نتایج نشان داد که اجرای تحلیل عاملی برای داده های به دست آمده قابل توجیه است. در نهایت با توجه به مفروضه های تحلیل عاملی، ارزش ویژه سؤال ها، درصد تبیین واریانس توسط هر عامل و نمودار شیب دار کتل، تعداد ۵ عامل از مجموعه ۶۶ سؤالی استخراج شد. این شش عامل بروی هم ۴۹/۹۴ درصد واریانس کل سؤال ها را تبیین می کند. در این میان عامل نخست با ارزش ویژه ۰/۴۶ و مقدار ۳۰/۳۷ درصد کل واریانس را تبیین می کند و سهم آن از سایر عامل ها بیشتر است.

با توجه به اینکه چرخش به شیوه متمایل تصویری ساده تر و روشن تر از روابط موجود بین ویژگی را به دست می داد، به منظور دستیابی به ساختار ساده و نام گذاری عامل ها از چرخش متمایل با روش آبلیمین استفاده شد و این نتایج به دست آمد: عامل اول: با ۱۸ سؤال همبستگی بالا دارد و بیانگر **اضطراب** است. عامل دوم: با ۱۵ سؤال همبستگی

دارند که بیانگر عزت نفس است.

عامل سوم: ۱۰ سؤال شامل سؤال های ۶۱، ۶۲، ۶۰، ۶۳، ۵۷، ۶۶، ۵۸، ۶۵ و ۶۴ با این عامل همبستگی بالا داشته که بیانگر خشم است.

عامل چهارم: ۱۰ سؤال شامل سؤال های ۲۵، ۲۶، ۱۶، ۲۰، ۱۵، ۲۴، ۱۸، ۲۳ و ۲۲ با این عامل همبستگی بالا داشته و بیانگر خوش بینی است.

عامل پنجم: ۱۳ سؤال شامل سؤال های ۳۵، ۲۷، ۳۱، ۳۲، ۳۸، ۳۴، ۴۳، ۳۷، ۲۸، ۳۹، ۳۶، ۱۱ و ۱۷ با این عامل همبستگی بالا دارد و بیانگر افسردگی است.

ماتریس ساختار مجموعه ۶۶ سؤالی عواطف در جدول ۲ ارائه شده است.

برای بررسی روایی هم زمان مقیاس عواطف، همبستگی بین نمره های عامل های استخراج شده از مقیاس عواطف با نمره کلی مقیاس نشاط روی یک گروه ۱۰۱ نفری محاسبه شد. نتایج نشان داد نمره کلی نشاط با عامل های عزت نفس و خوش بینی همبستگی مثبت معناداری در سطح ۰/۰۰۱ دارد. نمره کلی نشاط با عامل های اضطراب، خشم، و افسردگی همبستگی منفی معناداری در سطح ۰/۰۰۱ دارد.

بحث

پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات و به دست آمدن یافته های پژوهش با استفاده از روش های آماری، جهت پاسخگویی به سؤال های مطرح شده در پژوهش، بعد از اشاره به یافته های آماری نتایج هر یک از سؤال ها به بحث گذاشته می شود.

به منظور پاسخ دادن به این سؤال های پژوهش که «آیا مقیاس عواطف در بین دانش آموزان دبیرستانی از اعتبار مطلوبی برخوردار است؟» و «آیا بین سؤال های مختلف مقیاس عواطف همبستگی وجود دارد؟» از روش همبستگی درونی و فرمول کلی ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی اعتبار مقیاس عواطف استفاده شد. بر پایه نتایج حاصل تعداد ۲۵ سؤال با کل مجموعه پرسش نامه همبستگی منفی نشان دادند؛ در نتیجه، به صورت معکوس نمره گذاری



بالایی دارد و بیانگر عزت نفس است. عامل سوم: با ۱۰ سؤال همبستگی بالا دارد و بیانگر خشم است. عامل چهارم: با ۱۰ سؤال همبستگی بالا دارد و بیانگر خوش بینی است. عامل پنجم: با ۱۳ سؤال همبستگی بالایی دارد و بیانگر افسردگی است.

برای بررسی روایی همزمان مقیاس عواطف، همبستگی بین نمره‌های عامل‌های استخراج شده از مقیاس عواطف با نمره به دست آمده از مقیاس نشاط روی یک گروه ۱۰۱ نفری محاسبه شد. نتایج نشان داد نمره کلی نشاط با عامل‌های عزت نفس و خوش بینی همبستگی مثبت معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. نمره کلی نشاط با عامل‌های اضطراب، خشم، و افسردگی همبستگی منفی معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. از یافته‌های این پژوهش که بر پایه طرح نمونه برداری و آزمون‌های آماری بر مبنای تحلیل عاملی و روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی است و با بهره‌مندی از پیشینه پژوهشی در خصوص مقیاس عواطف نتایج زیر حاصل شد:

عامل اول بیانگر اضطراب است. اضطراب احساس و هیجانی ناخوشایند است که به واسطه ادراک فرد از تنیدگی و تغییرات جسمانی بدن به وجود می‌آید (پین، هلفیستاین، بار-هیم، نلسون و فاکس، ۲۰۰۹). نگرانی و اضطراب رابطه نزدیکی با ترس دارند؛ ولی علاوه بر علل واقعی ممکن است برخاسته از موقعیت‌های نامطلوب تصویری نیز باشند. ذهن آنچه را ممکن است رخ دهد، تجسم می‌کند ولی از آنجا که معمولاً بدترین و رویداد متصور رخ نمی‌دهد، نگرانی لزومی ندارد (رایس، ۲۰۰۱/۱۳۸۷).

عامل دوم بیانگر عزت نفس است. سازگاری و هماهنگ شدن با خود و محیط پیرامون خود برای هر موجود زنده، یک ضرورت حیاتی است. افراد از راه‌های مختلفی برای رسیدن به سازگاری استفاده می‌کنند که یکی از آن‌ها افزایش عزت نفس است (حبیبی، صالح مقدم، طلایی، ابراهیم زاده و کریمی موقنی، ۱۳۹۱). ویلیام جمیز (۱۹۸۰) عزت نفس^{۱۴} را احساس خودارزشی که از نسبت موفقیت‌های واقعی بر موفقیت‌های ادعا شده به دست می‌آید، تعریف کرده است (نقل از کار، ۲۰۰۴/۱۳۸۷). به طور کلی، عزت نفس در بهداشت و سلامت روانی افراد نقش محور و مؤثری بازی می‌کند. در پژوهش‌های زیادی بر نقش عزت نفس در سازگاری عاطفی، هیجانی، اجتماعی و روان شناختی تأکید شده است.

پژوهشگران نیز ارتباط بین عزت نفس و متغیرهایی مانند رضایت از زندگی (بیاتنی^{۱۵}، ۲۰۰۷)، سلامت روانی و ناامیدی (لایوبومیرسکی^{۱۶}، ۲۰۰۶) را نشان داده‌اند.

عامل سوم بیانگر خشم است. حالات خصمانه که عمدتاً با احساسات کینه‌توزانه مشخص می‌شوند، ممکن است به شکل خشم، نفرت، تحقیر، یا حسادت ظاهر کنند (رایس، ۲۰۰۱/۱۳۸۷). خشم به عنوان یکی از هیجان‌های پایه با تهدید و ارزیابی منفی مرتبط است که بعد از ترس به طور تقریبی بیشترین مطالعات را در حوزه هیجان‌ها به خود اختصاص داده است. خشم حالتی است که در آن شخص به وضع تعرض درمی‌آید و برای مقابله با عوامل تهدید آماده می‌شود (سولومون، ۲۰۰۰).

یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که بین خشم و خطرهای

درازمدت و جدی سلامت مثل فزون تنشی و بیماری‌های قلبی - عروقی، آسم، و سرطان رابطه وجود دارد. سطوح بالای خشم، میزان مرگ و میر را نیز پیش بینی می‌کند (هاربورگ^{۱۷} و همکاران، ۲۰۰۳).

خشم در نوجوانان دلایل بسیاری دارد. ممکن است علت آن محدودیت فعالیت‌های فیزیکی یا اجتماعی نوجوان باشد. نوجوانان، خصوصاً وقتی فرصت لازم برای زندگی اجتماعی از آنان دریغ می‌شود، آزاده می‌شوند. گاه خشم نوجوانان ناشی از ناتوانی خودشان در انجام یک آزمایش یا کاری است که قصد انجامش را دارند. آن‌ها از اشتباهات خود عصبی نمی‌شوند؛ مگر آنکه به شدت تحریک شوند (رایس، ۲۰۰۱/۱۳۸۷).

عامل چهارم بیانگر خوش بینی است. خوش بینی از برجسته‌ترین سازه‌های شخصیتی است که از شناخت‌های مثبت تشکیل شده است. به نظر تیگر^{۱۸} (۱۹۷۹) خوش بینی، خلق یا نگرشی است که با انتظار در خصوص آتیه اجتماعی یا غیر اجتماعی همراه باشد که فرد ارزیابی کننده آن را به لحاظ اجتماعی موافق خواست خود ارزیابی می‌کند. او خوش بینی را جزء ذاتی نوع انسان و یک ویژگی متمایز کننده و سازگارانده قلمداد می‌کند (نقل از کجیاف، عریضی، و خدابخشی، ۱۳۸۵). احساس خوش بینی تکرار عبارت‌های مثبت یا تصور برنده شدن نیست بلکه در روش اندیشیدن شما درباره علت‌ها نهفته است (حسینی قمی، ۱۳۹۰).

خوش بینی با بهره‌گیری از راهبردهای کنار آمدن فعال ارتباط دارد. خوش بینی، نگرش‌ها و گرایش‌های مثبت برنامه‌ریزی برای بهبود، جست‌وجوی اطلاعات و بازسازی موقعیت‌های بد بر حسب مثبت‌ترین جنبه‌هایشان را پیش بینی می‌کند. خوش بین‌ها جبرگرای، سرزنش و فرار را کمتر به کار می‌برند و بر جنبه‌های منفی موقعیت متمرکز نمی‌شوند. آن‌ها همچنین به دلیل کنار آمدن در برابر بیماری‌های شدید و نگرانی‌های مربوط به تهدیدهای سلامتی از بدبین‌ها متمایز می‌شوند (موسوی نسب و تقوی، ۱۳۸۵).

نتایج مطالعات کاتارینا میلیووا و جاردو سلوا دوزدلو^{۱۹} (۲۰۱۰)، نشان داد بین خوش بینی و راهبردهای مقابله‌ای از جمله مقابله شناختی و حمایت اجتماعی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. گارباسکی^{۲۰} (۲۰۱۰)، در نتایج بررسی‌هایش نشان داد که بین خوش بینی، امیدواری و تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد.

عامل پنجم بیانگر افسردگی است. اکثر افراد گاهی وقت‌ها

شادمانی و نشاط از جمله ارمغان‌های آفرینش است که نقش مهمی در بهداشت روانی انسان دارد. اما این ارمغان به خودی خود به دست نمی‌آید و برای رسیدن به آن باید برنامه‌ریزی هدفمند داشت

احساس غم و رخوت می‌کنند و به هیچ کار و فعالیتی رغبت ندارند؛ حتی به فعالیت‌های لذت‌بخش. بروز نشانه‌های خفیف افسردگی، در واقع پاسخ طبیعی آدمی به فشارهای متعدد زندگی است. عدم موفقیت در تحصیل یا کار، از دست دادن عزیزان، یا آگاهی از اینکه بیماری یا پیری توان آدمی را تحلیل می‌برد، از جمله موقعیت‌هایی هستند که اغلب موجب بروز افسردگی می‌شوند. افسردگی تنها زمانی ناپهنجار تلقی می‌شود که در عملکرد بهنجار اختلال کند و هفته‌ها بدون وقفه ادامه یابد. اختلال‌های افسردگی نسبتاً شایع‌اند و حدود ۱۷ درصد مردم در طول زندگی یک دوره افسردگی حاد را از سر می‌گذرانند (اتکینسون و همکاران^{۲۱}، ۱۹۹۲/۱۳۸۵). بر اساس پژوهش‌های انجام شده بین افسردگی کودکان و بزرگسالان از نظر وجود خلق افسرده ساز مداوم، وجود علائم نباتی، آشفتگی در خواب، اختلال در اشتها و انرژی، مشکلات تمرکز و توجه و کاهش علاقه به فعالیت‌های معمولی شباهت وجود دارد (عیسی^{۲۲}، ۲۰۰۶).

نتایج نشان می‌دهد که عامل‌های به‌دست آمده از مقیاس عواطف تا حدودی با مقیاس بهزیستی ذهنی و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی مطابقت دارند. عامل اضطراب با عامل روان رنجوری و استرس مقیاس بهزیستی، عامل عزت نفس با عامل اراده از مقیاس بهزیستی ذهنی و با عامل خودمختاری از مقیاس بهزیستی روان‌شناختی مطابقت دارد. عامل خوش بینی با عامل سرزندگی از مقیاس بهزیستی ذهنی و عامل هدفمندی در زندگی از مقیاس بهزیستی روان‌شناختی مطابقت دارد. عامل افسردگی با عامل افسردگی مقیاس بهزیستی ذهنی مطابقت دارد.

مولوی، ترکان، سلطانی، و پالاهنگ (۱۳۸۹)، در پژوهشی به مطالعه هنجاریابی و سنجش روایی و پایایی پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی پرداختند. نتایج نشان داد پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی از چهار عامل سرزندگی، اراده، روان رنجوری، و استرس - افسردگی تشکیل شده است.

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹) شامل شش مؤلفه است که عبارت‌اند از: پذیرش خود^{۲۳}: یعنی نگرش مثبت به خود و پذیرش جنبه‌های مختلف خود مانند ویژگی‌های خوب و بد و احساس مثبت درباره زندگی گذشته؛^{۲۴} روابط مثبت با دیگران^{۲۴}: احساس رضایت و صمیمیت از رابطه با دیگران و درک اهمیت این وابستگی‌ها؛^{۲۵} خود مختاری^{۲۵}: احساس استقلال و اثرگذاری در رویدادهای زندگی و نقش فعال در رفتارها؛^{۲۶} تسلط بر محیط^{۲۶}: حس تسلط بر محیط، کنترل فعالیت‌های بیرونی و بهره‌گیری مؤثر از فرصت‌های پیرامون؛^{۲۷} زندگی هدفمند^{۲۷}: داشتن هدف در زندگی و باور به اینکه زندگی حال و گذشته او معنی‌دار است؛^{۲۸} رشد شخصی^{۲۸}: احساس رشد با دوام و دستیابی به تجربه‌های نو به‌عنوان یک موجود دارای استعدادها بالقوه.

درباره این پژوهش باید توجه داشت که نتایج آن تنها قابل تعمیم به دانش‌آموزان مقطع اول دبیرستانی شهر تهران است و سایر نقاط و گروه‌های سنی را دربر نمی‌گیرد. ضریب اعتبار به‌دست آمده با استفاده از روش آلفای کرونباخ بوده که تنها نشان‌دهنده هماهنگی درونی مجموعه ماده‌های مقیاس است و مفاهیمی پایایی، پیش‌بینی پذیری، تکرارپذیری و

بازپدیدآوری را دربر نمی‌گیرد. حداقل بار عاملی هر سؤال در ماتریس عاملی و ماتریس چرخش‌یافته ۰/۳ در نظر گرفته شده است، که دلایل کافی برای انتخاب این مقدار به‌عنوان حداقل بار عاملی معنادار وجود ندارد. سؤال‌های ۵ و ۳۹ دارای همبستگی کم با مجموعه سؤال‌های مقیاس دارد. به نظر می‌رسد این مقدار ناشی از نحوه نگارش دستوری این سؤال‌هاست که آزمودنی را هنگام پاسخ دادن به سؤال دچار تردید می‌کند. به‌منظور دستیابی به نتایج جامع‌تر و دقیق‌تر پیشنهاد می‌شود پژوهش در سطح وسیع‌تر اجرا شود، تا قابلیت تعمیم‌پذیری نتایج نیز افزایش یابد. در پژوهش‌های دیگری این مقیاس روی گروه‌های دیگری از جامعه اجرا شود. برای حصول اطمینان بیشتر نسبت به اعتبار مقیاس عواطف، از روش بازآزمایی استفاده شود تا از این طریق ثبات و پایایی مقیاس نیز مشخص گردد. این مقیاس توسط کارشناسان و متخصصان مجدداً مورد مطالعه و بررسی قرار گیرد تا در زمینه نگارشی و دستوری جملات تجدید نظر گردد.

پی‌نوشت‌ها

1. Rice
2. Adler
3. Rogers
4. Seligman & Csikszentmihalyi
5. Veenhoven
6. Sutton
7. Zembylas
8. Aultman, William- Johnson & Schutz
9. principial components (pc)
10. oblique rotation
11. Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)
12. Bartlett test of sphericity
13. Pine, Helfinstein, Bar-Haim, Nelson & Fox
14. selfesteem
15. Biatny
16. Lyubomirsky
17. Harburg
18. Tiger
19. Katarina Millova & jaroslava Dosedlova
20. Garbowski
21. Atkinson et al
22. Eisa
23. self-acceptance
24. positive relation with others
25. autonomy
26. environmental mastery
27. Purpose in life
28. Personal growth