

## روایی و همسانی درونی سیاهه شادکامی در بین دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهر خرم‌آباد

صدیقه حیدری<sup>۱\*</sup>، جان ایونز<sup>۲</sup>، مهرناز آزادیکتا<sup>۳</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی روایی و همسانی درونی سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (SCHI) (Ivens, 2007) در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهر خرم‌آباد بود. جامعه آماری دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهر خرم‌آباد و نمونه آماری تعداد ۲۴۰ دانش‌آموز پایه چهارم تا ششم بودند که به شیوه در دسترس انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده سیاهه شادکامی کودکان مدرسه، نرم‌افزار مورد استفاده SPSS-25 و روش استفاده نیز تحلیل اکتشافی بود. یافته‌ها نشان داد این سیاهه از فرهنگ تاثیر گرفته و به واسطه آن ۲ گویه از مجموع ۳۰ گویه حذف گردید. تحلیل اکتشافی ۲ عامل هیجان‌های مثبت و هیجان‌های منفی را شناسایی کرد که روی هم‌رفته ۳۷/۵۲ درصد از واریانس کل را تبیین نمودند. ضریب آلفای کرونباخ نیز مقدار بالاتر از ۰/۷ را برای هر دو عامل گزارش نمود. به طور کلی این سیاهه مناسب کودکان مقطع ابتدایی بوده و جهت دستیابی به هنجار مناسب لازم است در حجم نمونه بالاتر هنجاریابی آن انجام و شاخص‌های برازش آن در تحلیل عاملی تاییدی بررسی گردد.

**واژه‌های کلیدی:** روایی سازه، همسانی درونی، سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (SCHI)، تحلیل اکتشافی

<sup>۱</sup> دانشجوی دکترای سنجش و اندازه‌گیری، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه، ساوه، ایران.

<sup>۲</sup> استاد و روانشناس آموزشی، دانشکده بیمارستان بیتلم و مادسلی، بیمارستان رویال بتلم، بکنهام، کنت، انگلستان.

<sup>۳</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر، اسلامشهر، ایران.

\* نویسنده مسول مقاله: Heydari\_ss@yahoo.com

### پیشگفتار

شادکامی یکی از فاکتورهایی است که اخیراً در رشته روانشناسی سلامت مطرح شده و یکی از مهمترین نیازهای روانی بشر است که تاثیر عمده‌ای در شکل‌گیری شخصیت و سلامت روان و کیفیت زندگی دارد (Shokravi, Mozafarinia & Hydarnia., 2014). معمولاً انسان‌ها به دنبال شادی و نشاط هستند و شادکامی و شاد زیستن در زندگی انسان‌ها دارای اهمیت بالایی می‌باشد و همچنین شادی ضرورت و نیاز دنیای امروز است و نیروی محرکه‌ای است که باعث انگیزه و فعالیت و توانمندی و امیدواری فرد می‌شود و عنصر مرکزی زندگی خوب است (Luhmann, Necka, Schönbrodt & et al., 2016).

شادکامی ترکیبی از عاطفه‌ی مثبت بالا و عاطفه‌ی منفی پایین است و این عواطف مثبت و رضایتمندی از عناصر اصلی؛ شادی‌بخش و شادی‌آفرین است (Saf ara & Bakhshizadeh, 2017). به طور کلی در تحلیل مفهوم شادکامی نظریه‌پردازان عمدتاً به دو مؤلفه‌ی شناختی و هیجانی اشاره داشته‌اند، مؤلفه‌های شناختی بیشتر دلالت بر رضایت از زندگی و مؤلفه‌های هیجانی بیشتر بر حالاتی نظیر خندیدن و شوخ‌طبعی و همچنین تعادل بین هیجانات مثبت و منفی دلالت دارد. هیجانات مثبت مانند خنده و شادی و هیجانات منفی مانند گریه و ناراحت شدن و ... است (Saf ara & Bakhshizadeh, 2017). پیامدهای مثبت شادکامی تا جایی افزایش یافته است که پژوهشگران نشان دادند که بین شادکامی و سرمایه اجتماعی در مناطق مختلف اروپا ارتباط معنی‌دار وجود دارد (Rodríguez-Pose & von Berlepsch, 2014).

Lane (۲۰۱۷) بیان کرده است که شادکامی نتیجه قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذراندن زندگی است. بنابراین شادکامی به نگرش و ادراک شخصی مبتنی است و به حالتی مطبوع و دلپذیر دلالت دارد که از تجربه‌های مثبت ناشی می‌شود (Lane, 2017). Chou & Wang (۲۰۱۶) بیان داشته‌اند که شادکامی درجه و میزان احساسی است که فرد با آن کیفیت کلی زندگی خود را به عنوان یک زندگی کاملاً مطلوب مورد قضاوت قرار می‌دهد (Chou & Wang, 2016).

در واقع شادکامی، نام علمی ارزیابی افراد از زندگی‌شان می‌باشد. افراد زندگی‌شان را به صورت قضاوت کلی (مانند رضایتمندی از زندگی یا احساس خرسندی) یا به صورت ارزیابی از حیطه‌های خاص زندگی‌شان (مانند ازدواج یا کار) و احساسات هیجانی اخیر خود در رابطه با آنچه برایشان رخ داده است (هیجانات خوشایند که از ارزیابی‌های مثبت تجربیات فردی ناشی می‌شود) را مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌دهند (Diener, 2007).

پژوهشگران در مطالعه شادکامی با پرسش‌هایی از قبیل اینکه شادکامی چیست و چگونه می‌توان آن را اندازه‌گیری کرد، روبرو بوده‌اند (Najafi Dehshiri, Dabiri & et al., 2011). ابزارهای بسیاری

برای سنجش شادکامی ساخته شده و توسعه یافته است (Dogan, Sapmaz & Akinci Cotok, 2013). 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 خودگزارش‌دهی برای اندازه‌گیری این سازه استفاده شده است. در پژوهش‌های اولیه برای سنجش شادکامی از پرسش‌های مستقیم مانند "چقدر شاد هستید؟" استفاده می‌شود و نظر افراد را براساس 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 (Najafi et al., 2011) که از جمله می‌توان به مقیاس تعادل عاطفی برادبرن (۱۹۶۹)؛ مقیاس شادکامی دانشگاه مموریال نیوفاندلند (Casma and Joseph & Lewis, 1998)؛ پروتکل تحقیقی خلق و شادکامی (Stones et al., 1996)؛ مقیاس شادکامی ذهنی (Lybomiresky & Leper, 1999)؛ مقیاس شادکامی - افسردگی (Joseph & Lewis, 1998)؛ مقیاس کوتاه شادکامی - افسردگی (McGeral & Joseph, 1993)؛ مقیاس کوتاه شادکامی - افسردگی (Joseph et al., 2004)؛ فهرست شادکامی آکسفورد (Argyle & Crosland, 1987) (Najafi et al., 2011) و سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (Ivens, 2007) اشاره کرد. یکی از پرکاربردترین ابزارهای سنجش شادکامی، فهرست شادکامی آکسفورد است که پایه و مبنای نظری آن توسط Argyle و Crosland (۱۹۸۷) عنوان شده و تاکنون گستره وسیعی از پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده است (Najafi et al., 2011). در ایران نیز جهت ارزیابی شادکامی تاکنون تنها پرسشنامه شادکامی آکسفورد مورد استفاده واقع شده است که توسط محققان مختلف مورد بررسی شاخص‌های روانسنجی واقع شده است (Najafi et al., 2011; Alipour & Agah Harris, 2007; Minaei & Hasani, 2017). اما نقصی که بر این پرسشنامه وارد است این است که این ابزار برای نوجوانان تدوین شده است و مناسب کودکان مقطع ابتدایی نیست و این در حالی است که کودکان مقطع ابتدایی از آنجایی که برای اولین بار تجربه دوری از والدین خود را در مدرسه کسب می‌کنند و نیمی از زمان خود را روزانه با افرادی همنشین و همکلام می‌شوند که تا پیش از مدرسه هیچ شناختی از آن‌ها نداشته‌اند؛ طبیعتاً این دوری از والدین و خانواده تنش‌هایی را ایجاد می‌کند که می‌تواند تغییراتی بر شاخص‌های رفتاری و روانی آن‌ها اعمال نماید. یکی از این شاخص‌ها شادکامی است. اندازه‌گیری این شاخص همانند سایر شاخص‌ها نیازمند ابزاری معتبر می‌باشد.

سیاهه شادکامی کودکان مدرسه‌ای (SCHI)، ابزاری است که در سال ۲۰۰۷ توسط Ivens تدوین شده است. Ivens اشاره کرده است که سیاهه شادکامی کودکان مدرسه به عنوان یک ابزار اندازه‌گیری خودگزارش برای وضعیت کودکان در مدرسه طراحی شده است که برای ارزیابی اثر

شادکامی بر بهزیستی ذهنی متغیرهای محیطی مبتنی بر مدرسه استفاده می‌شود (Ivens, 2007). وی روایی این سیاهه را با استفاده روایی همگرا با حرمت نفس مورد بررسی قرار داده است. با توجه به اینکه این سیاهه مخصوص کودکان با محدوده سنی ۸ تا ۱۵ سال می‌باشد و از سویی در کشور ابزاری در جهت سنجش شادکامی کودکان مقطع ابتدایی وجود ندارد لذا پژوهشگر بر آن شد تا این ابزار را برای محدوده سنی ۹ تا ۱۲ سال بومی‌سازی نماید.

### روش، جامعه و نمونه‌ی آماری پژوهش

با توجه به اینکه پژوهش حاضر با هدف بررسی روایی و همسانی درونی سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (SCHI) (Ivens, 2007) انجام شده است، از نوع پژوهش‌های روانسنجی محسوب می‌شود. نسخه اصلی این سیاهه به زبان انگلیسی بوده است که پس از کسب اجازه از سازنده آن و ترجمه به زبان انگلیسی، مجدد به زبان فارسی برگردانده شده، هر دو نسخه در اختیار سازنده اصلی قرار گرفته و ایشان پس از ویرایش، نسخه فارسی را جهت استفاده در جامعه دانش‌آموزان مقطع ابتدایی ایران مورد تایید قرار دادند. این ابزار از ۱۵ هیجان مثبت و ۱۵ هیجان منفی تشکیل شده است و مختص کودکان ۸ تا ۱۵ ساله می‌باشد. پاسخ‌های مربوط به سیاهه شادکامی کودکان مدرسه در طیف وسیعی از "۱" تا "۴" به دست آمد، که نمره ۴ حاکی از بهزیستی ذهنی بالایی است. در برخی موارد نمره‌گذاری معکوس اعمال شد تا ارزش کل بهزیستی ذهنی را به دست آورد. برای ساده‌تر کردن تقاضای همکاری، از کودک خواسته شد که ابتدا تصمیم بگیرد که آیا با جمله ذکر شده موافق هستند یا مخالف، و سپس تصمیم بگیرند که آیا درجه موافق بودن آن‌ها "زیاد است" یا "کم".

جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهر خرم‌آباد بوده و از آنجایی که روش تحلیل انتخابی، تحلیل عاملی اکتشافی بوده و در این خصوص Kline (۲۰۰۴) معتقد است در تحلیل عاملی اکتشافی برای هر متغیر ۱۰ تا ۲۰ نمونه لازم است اما حداقل حجم نمونه ۲۰۰ نفر قابل دفاع است؛ از این رو با توجه به محدودیت زمانی حداقل نمونه (۲۰۰ نفر) در نظر گرفته شد اما به منظور کنترل ریزش نمونه ۲۰٪ به حجم نمونه افزوده شد، بنابراین نمونه آماری شامل ۲۴۰ نفر از کودکان مقطع ابتدایی این شهر بودند (۱۲۰ پسر و ۱۲۰ دختر) که به شیوه در دسترس انتخاب شده و به تفکیک پایه تحصیلی، ۸۰ کودک پایه چهارم (۴۰ دختر، ۴۰ پسر)، ۸۰ کودک پایه پنجم (۴۰ دختر، ۴۰ پسر) و ۸۰ کودک پایه ششم (۴۰ دختر و ۴۰ پسر) در نمونه‌گیری شرکت نمودند و این سیاهه را پاسخ دادند (قابل ذکر است که پس از جمع‌آوری نسخه‌های پرینتی سیاهه شادکامی کودکان مدرسه، تعداد ۱۱ نمونه به دلیل تکمیل ناقص از حجم نمونه خارج شد و تحلیل داده‌ها بر روی ۲۲۹ نمونه انجام شد).

سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (SCHI) دارای دو بخش است که دو نوع هیجان مثبت (۱۵) گویه) و هیجان منفی (۱۵) گویه) را در یک طیف ۴ درجه‌ای اندازه‌گیری می‌کند. همانگونه که پیش‌تر بیان شد روایی این ابزار با استفاده از روایی همگرا توسط Ivens (۲۰۰۷) مورد بررسی و تایید واقع شد. جهت بررسی اعتبار این ابزار نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که برای ۳۰ آیتم سیاهه ۰/۹۱ حاصل شد. همگرایی این سیاهه با پرسشنامه افسردگی کودکان بسیار معنی‌دار بود ( $r = -0.71$ ),  $p < 0.001$ ). علاوه بر این در مطالعه Ivens (۲۰۰۷)، میانگین نمرات در اندازه‌گیری ۳۰ آیتم اصلی بین ۳/۰۹ تا ۳/۲۶ متغیر بوده است (Ivens, 2007).

در این پژوهش جهت بررسی ساختار عاملی سیاهه شادکامی کودکان مدرسه روایی سازه را انتخاب نموده که برای انجام آن از روش تحلیل عاملی اکتشافی (نرم‌افزار spss نسخه ۲۵) بهره گرفته شد.

### یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد مقدار شاخص کفایت نمونه‌برداری (KMO) بالاتر از ۰/۷ برای هر ۳۰ گویه موجود در سیاهه بدست آمده است (جدول ۱).

جدول (۱) شاخص کفایت نمونه برداری و کرویت بارتلت

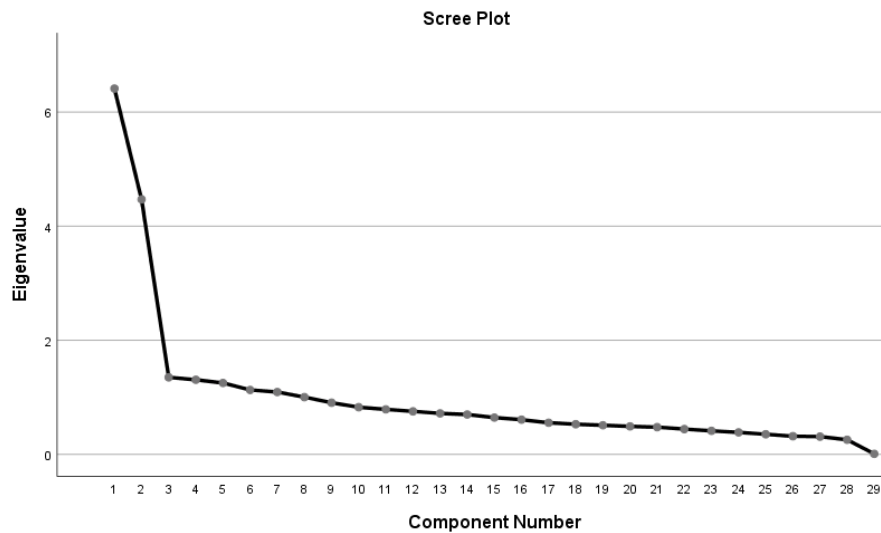
مقدار قابل قبول	مقدار بدست آمده	شاخص
بالاتر از ۰/۷	۰/۸۲۶	کایزر مایر اولکین
-	۳۰۰۹/۶۳۹	کای اسکوتر
-	۴۳۵	درجه آزادی
کمتر از ۰/۰۵	۰/۰۰۱	سطح معناداری

بنابراین می‌توان گفت نمونه‌گیری انجام شده دارای کفایت لازم بوده و مجاز به استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی بوده‌ایم. در تحلیل اولیه گویه شماره ۳۰ بار عاملی کمتر از ۰/۳ را نشان داد که از مجموع گویه‌ها حذف شد و مجدد تحلیل اکتشافی انجام شد. در تحلیل عاملی که در مرحله دوم انجام پذیرفت ماتریس بارهای عاملی نشان داد سیاهه از ۸ عامل اشباع بوده که دارای ارزش ویژه بالاتر از ۱ بوده و روی هم رفته ۶۰/۸۲ درصد واریانس را توضیح می‌دهند اما به دلیل اینکه ۶ عامل آخر فاقد مقدار آلفای قابل قبول (بالاتر از ۰/۷) بودند، حذف شدند و براساس جدول (۲) تنها ۲ عامل اول را ملاک تحلیل خود قرار داده که روی هم رفته ۳۶/۵۱ درصد واریانس کل را توضیح دادند.

جدول (۲) مقدار واریانس و ارزش ویژه عامل‌ها

شاخص	عامل‌ها	۱	۲	۳	۴
ارزش ویژه اولیه	جمع	۶/۴۱	۴/۴۷	۱/۳۵	۱/۳۱
	درصد واریانس	۲۲/۱۱	۱۵/۴۱	۴/۶۶	۴/۵۱
	% واریانس تجمعی	۲۲/۱۱	۳۷/۵۲	۴۲/۱۸	۴۶/۶۸
مجموع مربعات بارها	جمع	۶/۴۱	۴/۴۷		
	درصد واریانس	۲۲/۱۱	۱۵/۴۱		
	% واریانس تجمعی	۲۲/۱۱	۳۷/۵۲		

نمودار (۱) که به نمودار سنگریزه‌ای معروف است، تایید کننده مندرجات جدول می‌باشد.



نمودار (۱) نمودار سنگریزه‌ای

پس از بررسی مقدار واریانس توضیح داده شده توسط دو عامل بدست آمده، به دلیل اینکه بیش از یک عامل شناسایی شد، روش چرخش جهت بهترین قرارگیری گویه‌ها انتخاب شد و از آنجایی که عامل‌ها مستقل از هم بودند، روش چرخش واریمکس اعمال گردید و مطابق آن به ترتیب بارِ عاملی، گویه‌های شماره ۱۸، ۱۹، ۱۴، ۲۱، ۱۶، ۳، ۲۳، ۱۱، ۲۸، ۹، ۱، ۸ و ۶ برای عامل هیجان‌های مثبت و گویه‌های شماره ۱۵، ۱۷، ۲۹، ۲۴، ۲۰، ۱۳، ۷، ۲۵، ۲۲، ۱۰، ۱۲، ۲۷، ۵، ۴، ۲۶ و ۲ برای عامل هیجان‌های منفی شناسایی شدند (جدول ۳).

## جدول (۳) مقدار بار عامل‌ها در ماتریس ساختاری

هیجان مثبت		هیجان منفی	
بارعاملی	شماره گویه	بارعاملی	گویه
۰/۷۱	۱۸. احساس آرام بودن کردم.	۰/۷۳	۱۵. حال من بد بود.
۰/۶۴	۱۹. من علاقه مند به کار بودم	۰/۷۳	۱۷. من خسته بودم.
۰/۶۳	۱۴. با همه دوستانه رفتار کردم.	۰/۷۰	۲۹. من ترسیده بودم
۰/۶۱	۲۱. احساس خوبی کردم.	۰/۶۷	۲۴. احساس ناراحتی داشتم.
۰/۶۰	۱۶. از خودم لذت بردم.	۰/۶۵	۲۰. احساس حسرت داشتم برای خودم.
۰/۵۷	۳. می خواستم مدرسه بیایم.	۰/۶۴	۱۳. دلم می خواست گریه کنم.
۰/۵۶	۲۳. اعتماد به نفس داشتم.	۰/۶۴	۷. احساس بدی (مثل مریض بودن) کردم.
۰/۵۵	۱۱. احساس مثبت کردم.	۰/۶۳	۲۵. من می خواستم تسلیم شوم.
۰/۵۵	۲۸. خوب کار کردم.	۰/۶۰	۲۲. من گیج شدم.
۰/۵۵	۹. متمرکز شدم.	۰/۶۰	۱۰. احساس بیماری کردم.
۰/۵۲	۱. انرژی زیادی داشتم.	۰/۵۸	۱۲. احساس عصبانیت کردم.
۰/۴۸	۸. احساس کردم مدرسه جایگاه امنی است.	۰/۵۶	۲۷. سردرد داشتم.
۰/۴۶	۶. احساس راحت بودن (ریلکسی) کردم.	۰/۵۶	۵. ناراحت بودم.
		۰/۵۴	۴. من کج خلقی کردم.
		-۰/۵۴	۲۶. احساس کردم بسیار بیدار بودم (بی‌خوابی داشتم).
		۰/۵۲	۲. عصبی بودم.

جهت بررسی همسانی درونی نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. مقدار آلفای کرونباخ برای هر دو عامل (برای هیجان‌های مثبت ۰/۸۲ و برای هیجان‌های منفی ۰/۸۹) بالاتر از ۰/۷ بدست آمد که مقداری قابل قبول بوده و تایید کننده اعتبار سیاهه شادکامی کودکان مدرسه می‌باشد.

## بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف تعیین روایی و همسانی درونی سیاهه شادکامی کودکان مدرسه (SCHI) (Ivens, 2007) در بین کودکان مقطع ابتدایی شهر خرم‌آباد انجام شد.

شادکامی در جوامع به یک ارزش تبدیل شده است و اساس نظام بهزیستی همگانی را در جوامع تشکیل می‌دهد. پیامدهای مثبت مانند سلامت جسمی و روانی، عملکرد مطلوب، تولید و کارآفرینی همراه است. افراد شادتر زندگی طولانی‌تر، احساس شادی بیشتر در کار، همکاری اجتماعی بالاتر،

سلامتی بیشتر و توانایی بالاتری را برای حل مسائل و مقابله با آن‌ها دارند. در پژوهش رفیعی و همکاران که به بررسی ارتباط بین شادکامی و سلامت روانی در دانشجویان پرداختند، به این نتیجه رسیدند که بین نمره شادکامی و سلامت روانی دانشجویان ارتباط معنی‌داری وجود دارد (Rafiei et al., 2012). مطالعه مؤید صفاری و همکاران نیز این رابطه را تأیید کرد (Moayed Saffari, Mahdodi, Zaman, AmirSardari, 2014). Kawamoto و همکاران افزایش شادکامی را با افزایش وضعیت سلامت، حمایت عاطفی، وضعیت اشتها، خواب، حافظه، دوستی، روابط خانوادگی و در نهایت سلامت روان مرتبط می‌دانند (Kawamoto, Yamada, Okayama & et al., 1999).

تحقیقات نشان داده است که روابط اجتماعی توأم با اعتماد، اثر تعیین‌کننده‌ای بر شادکامی دارند و در این میان خانواده عمده‌ترین تأمین‌کننده شادکامی افراد محسوب می‌شود. شادکامی باعث تغییر در جو روابط خانواده می‌شود. این یافته‌ها بر اهمیت نقش روابط خانوادگی در تسهیل این تغییر تأکید دارند (North, Holahan, Moos & et al., 2008). والدین شاد از کودکانشان بهتر نگهداری می‌کنند و فرزندان نوجوانشان را بیشتر دوست دارند (Argyle, 2003).

شادکامی تنها یک هیجان مثبت یا احساسی است که از دیدگاه Fordyce (۱۹۸۳) توأم با رضایت بوده و معمولاً به وسیله عباراتی چون خرسندی، احساس بهزیستی، نشاط و مسرت و دلخوشی توصیف می‌شود. به اعتقاد Seligman (۲۰۰۴) هدف اصلی روانشناسی مثبت، افزایش شادکامی بر روی کره زمین است. این فرایند دو مرحله را شامل می‌شود: نخست، سنجش معتبر و مطمئن احساس‌های مثبت و آثار مثبت آن است که در دهه گذشته، این شاخه از روانشناسی گام‌های مؤثر و چشمگیری در این خصوص برداشته است. مرحله دوم در این فرایند، طبقه‌بندی علمی است (Seligman, 2004). سلیگمن شادی را در سه بعد بررسی می‌کند که شامل زندگی مطلوب، زندگی متعهدانه و زندگی معنادار است. زندگی مطلوب در برگیرنده عواطف و هیجانات مثبت درباره گذشته، حال و آینده و به طور کلی یعنی به حداکثر رساندن هیجانات مثبت و به حداقل رساندن هیجانات منفی و درد ناشی از آن است. زندگی متعهدانه، به کارگیری استعدادها و توانایی‌ها هنگام رویارویی با چالش‌ها و رسیدن به خواسته‌ها را دربرگرفته و زندگی معنادار دلبستگی و خدمت‌رسانی به چیزی بزرگتر از خود است که ممکن است شامل خانواده، دوستان، کار، مذهب و چیزهای دیگر شود (Duckworth, Steen, & Seligman., 2005). شادکامی صرفه‌نظر از چگونگی ایجاد آن می‌تواند سلامت جسمانی را بهبود بخشد. هرچه فرد زمان بیشتری را برای هیجانات مثبت صرف کند، به همان نسبت زمان کمتری را برای هیجانات منفی باقی می‌گذارد. محققان بر این موضوع تأکید دارند که وقتی تنش کاهش یابد (حذف درد و رنج و ایجاد رضایتمندی از نیازهای جسمانی و روانی) شادکامی و بهزیستی پدید می‌آید (Diener, 2000). تحقیقات نشان داده است که افراد شاد کارایی



بالتری دارند، امیدوارتر هستند، بیشتر فکر می‌کنند و موفقیت تحصیلی بیشتری دارند (DordiNejad, Hakimi, Ashouri & et al., 2011).

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن بود که سیاهه شادکامی کودکان ابتدایی از تغییرات فرهنگی تاثیر پذیرفته که در نتیجه آن ۲ گویه ۳۰ و ۲۶ از مجموعه ۳۰ گویه حذف گردید و ساختار ۲۸ گویه‌ای در قالب ۲ عامل هیجان‌های مثبت (با ۱۳ گویه) و هیجان‌های منفی (با ۱۵ گویه) با ضریب آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷ مورد تایید واقع شده و مناسب با فرهنگ کودکان مقطع ابتدایی پایه چهارم تا ششم می‌باشد. به طور کلی روایی و همسانی درونی این ابزار برای کودکان پایه چهارم تا ششم تایید شده و این یافته همسو با یافته‌های سازنده این ابزار (Ivens, 2007) می‌باشد. از آنجایی که این پژوهش به دلیل محدودیت‌های زمانی در حجم نمونه ۲۱۹ نفر انجام شد، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی جهت بررسی پایایی این ابزار و نیز دستیابی به نرم‌هنجاری مناسب در حجم نمونه بالاتر انجام شود. همچنین به دلیل اینکه در این پژوهش تنها از روایی سازه و تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شده است، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از سایر روش‌های محاسبه روایی نظیر روایی ملاکی، همگرا و محتوا و نیز از تحلیل عاملی تاییدی جهت بررسی شاخص‌های برازش نیز استفاده گردد.

### سیاسگزاری

نویسندگان این مقاله از همکاری آموزش و پرورش شهر خرم‌آباد کمال سپاسگزاری را دارند. همچنین نویسنده مسئول از همکاری ویژه سازنده این ابزار دکتر جان ایونز در جهت ترجمه صحیح گویه‌های مندرج در سیاهه شادکامی کودکان مدرسه، نهایت سپاس را دارد.

### References

- Alipour A. & Agah Harris M. (2007). Validity and validity of Oxford Happiness List in Iranians. *Transformational Psychology: Iranian Psychologists*, 3 (12) 287-298. (Persian)
- Argyle M. (2003). *Happiness Psychology* (translated by Masoud Gohari Anaraki, Hamid Taher Neshatdoost, Hassan Palahang and Fatemeh Bahrami). Isfahan: Jahad Daneshgahi Publications. (Persian)
- Chou, H., & Wang, S. S. (2016). The effects of happiness types and happiness congruity on game app advertising and environments. *Electronic Commerce Research and Applications*, 20, 1-14.
- Diener E. (2007). Frequently Asked Questions (FAQ's) about subjective well-being (happiness and life satisfaction): a primer for reporters and newcomers. Available at: <http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/faq.html>. Accessed december 23, 2007.

- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Dogan, T., Sapmaz, F., & Akıncı Cotoğ, N. (2013). Self-criticism and happiness. *Journal of Kastamonu Faculty of Education*, 4 (36), 165-72.
- DordiNejad, F., Hakimi, H., Ashouri, M., Dehghani, M., Zeinali, Z., Sadegh Daghighi, M., & Bahrami, N. (2011). On the relationship between test anxiety and academic performance. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 3774–3778.
- Duckworth, A. L., Steen, T. A., & Seligman, M. E. P. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 629–51.
- Fordyce, M. W. (1983). A program to increase personal happiness: Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 483-498.
- Ivens, J. (2007). The development of a happiness measure for schoolchildren. *Educational Psychology in practice*, 23(3), 221-239.
- Kawamoto R, Yamada A, Okayama M, Tsuruoka K, Satho M, Kajii E. (1999). Happiness and background factors in community-dwelling older persons. *Nihon Ronen Igakkai Zasshi*, 36 (12): 861-7.
- Kline, R. B. (2015). Principles and practice of structural equation modeling. Guilford publications.
- Lane, T. (2017). How does happiness relate to economic behaviour? A review of the literature. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*. 68, 62-78.
- Luhmann M, Necka EA, Schönbrodt FD, Hawkley LC. (2016). Is valuing happiness associated with lower well-being? A factor-level analysis using the Valuing Happiness Scale. *J Res Person*, 60: 46-50.
- Minaei A. & Hassani M. (2017). Application of the Rush model in estimating and improving the measurement quality of the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). *Quarterly Journal of Educational Measurement*. 8 (29), 67-92. (Persian)
- Moayed Saffari Z, MahdodiZaman M, AmirSardari L, Habbi E. (2014). Evaluation the relationship between gratitude, happiness and mental health among women in military families. *E bnesina – IRIAF Health Admin*, 16(1-2). (Persian).
- Najafi M., Dehshiri Gh., Dabiri S., Sheikhi M., Jafari, N. (2011). Psychometric characteristics of the Persian version of the Oxford Happiness Questionnaire in students. *Quarterly Journal of Educational Measurement*. 3 (10), 55-74. (Persian)
- North, R. J., Holahan, C. J., Moos, R. H., & Cronkite, R. C. (2008). Family support, family income, and happiness: A 10-year perspective. *J Fam Psychol*, 22(3), 475- 483.

- Rafiei M, Mosavipour S, Aghanajafi M. (2012). Happiness, mental health, and their relationship among the students at Arak University of Medical Sciences in 2010. *Arak Med Univ J*, 15(3): 15- 25. (Persian).
- Rodríguez-Pose A, von Berlepsch V. (2014). Social capital and individual happiness in Europe. *J Happiness Stud*, 15(2): 357-86.
- Saf ara M. & Bakhshizadeh M. (2017). The effectiveness of forgiveness training on psychological well-being and happiness of mothers of students with special learning disabilities in Tabas city. *Psychology of exceptional people*. 7 (28), 187-208. (Persian)
- Seligman, M. (2004). Positive interventions: More evidence of effectiveness. *Authentic Happiness News Letters*. Trustees University of Pennsylvania.
- Shokravi FA, Mozafarinia F, Hydarnia AR. (2014). Relationship between spiritual health and happiness among students. *Iran J Health Educ Health Promo*, 2(2): 97-108. (Persian)

