

Psychometric properties of the revised version of the life orientation test

A. Khodaei^{1*}, H. Zare², A. Alipour² & O. Shokri³

Received: 26 January 2016; received in revised form 17 December 2016;
accepted 20 December 2016

Abstract

Aim: The main purpose of the present study is to determine the psychometric properties of the life orientation test of Scheier, Carver and Bridges (1994) among Iranian women. **Method:** The correlation method was used to investigate the factorial structure of the LOT. About 400 individuals including the mothers of female school students in region 1 of Tehran participated in the study. At first, 120 women answered the LOT 10 participants per each variable. Then 200 women answered the LOT, stress assessment scale Royeli, Rosch, Jaryka and Vaughn (2005), the satisfaction with life scale Diner, Emmons, Larsen and Griffin (1985) and the list of positive and negative effects Watson, Clark and Tellegen (1988) 20 participants per each variable. **Results:** The results showed that the LOT is composed of two factors including optimism and pessimism. The results of confirmatory factor analysis showed that the two-factor structure of the LOT had a good fit to the data. Moreover, the results of correlation between the optimism and pessimism dimensions with the LOT were 0.33 and 0.35, and with positive affect 0.33 and -0.20 and with negative affect -0.22 and 0.26 respectively, and with cognitive assessments including threat -0.20 and 0.30, challenge 0.18 and -0.20 and resources 0.22 and 0.17. The internal consistency coefficients of optimism and pessimism were 0.88 and 0.77 respectively ($P=0.001$). **Conclusion:** The LOT is a valid and reliable scale to measure the preferred style of Iranian women in predicting future positive and negative events.

Key Words: *construct validity, factorial validity, optimism, life orientation, revised version*

1*. Ph.D. Student in psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran.
Email: alikhodie@gmail.com

2. Professor, Department of psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran

3. Assistant professor, Department of psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی

علی خدایی^{۱*}، حسین زارع^۲، احمد علی‌پور^۲ و امید شکری^۳

دریافت مقاله: ۹۴/۱۱/۰۹؛ دریافت نسخه نهایی: ۹۵/۰۹/۲۷؛ پذیرش مقاله: ۹۵/۰۹/۳۰

چکیده

هدف: هدف پژوهش تعیین ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون جهت‌گیری زندگی شی‌یر، کارور و بریجس (۱۹۹۴) در زنان ایرانی بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری ۴۰۰ نفر از مادران دانش‌آموزان یکی از مدارس دخترانه منطقه یک شهر تهران بود که در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ با روش نمونه‌گیری در دسترس ۱۲۰ مادر به‌ازای هر متغیر ۱۰ نفر با هدف کشف ساختار عاملی زیربنایی آزمون جهت‌گیری زندگی انتخاب و آزمون مذکور در مورد آن‌ها اجرا شد. ۲۰۰ زن نیز به‌ازای هر متغیر ۲۰ نفر با هدف فرض‌آزمایی و تعیین میزان برازندگی الگوی مفروض با داده‌های مشاهده‌شده انتخاب و آزمون جهت‌گیری زندگی، مقیاس ارزیابی استرس رویلی، روسچ، جاریکا و واگان (۲۰۰۵)، مقیاس رضایت از زندگی دینر، ایمونس، لارسن و گریفین (۱۹۸۵) و فهرست عواطف مثبت و منفی واتسون، کلارک و تلگن (۱۹۸۸) در مورد آن‌ها اجرا شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد آزمون جهت‌گیری زندگی از دو عامل خوش‌بینی و بدبینی تشکیل شده و با داده‌ها دارای برازش مطلوبی است. بررسی روایی سازه آزمون جهت‌گیری زندگی نشان داد ضریب همبستگی دو عامل خوش‌بینی و بدبینی با آزمون رضایت از زندگی به‌ترتیب ۰/۳۳ و ۰/۳۵، با عاطفه مثبت ۰/۳۳ و ۰/۲۰، با عاطفه منفی ۰/۲۲- و ۰/۲۶ و با ارزیابی‌های شناختی شامل تهدید ۰/۲۰- و ۰/۳۰، با چالش ۰/۱۸ و ۰/۲۰- و با منابع ۰/۲۲ و ۰/۱۷؛ و ضرایب همسانی درونی آزمون نیز برای خوش‌بینی ۰/۸۸ و برای بدبینی ۰/۷۷ است ($P=۰/۰۰۱$). **نتیجه‌گیری:** آزمون جهت‌گیری زندگی به‌مثابه ابزاری دقیق، از روایی و پایایی مطلوبی برای سنجش سبک ارجح زنان ایرانی برای پیش‌بینی وقوع رخداد‌های مثبت و منفی در آینده، برخوردار است.

کلیدواژه‌ها: جهت‌گیری زندگی، خوش‌بینی، روایی سازه، روایی عاملی، نسخه تجدیدنظرشده

*۱. نویسنده مسئول، دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

Email: alikhodie@gmail.com

۲. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

مقدمه

مرور شواهد تجربی نشان می‌دهد که در سال‌های اخیر یکی از پر استفاده‌ترین مفاهیم در قلمرو پژوهشی روان‌شناسی مثبت‌نگر، سازه خوش‌بینی^۱ بوده است (خانجانی، شهیدی، فتح‌آبادی، شگری، مظاهری و رحیمی‌نژاد، ۱۳۹۴؛ حمزه‌زاده‌قلعه‌جوقی، گلزاری، فروغان و مشکی، ۱۳۹۴؛ خانجانی، شهیدی، فتح‌آبادی، مظاهری و شگری، ۱۳۹۳؛ طاعتی، شگری و شهیدی، ۱۳۹۳؛ پنگ، زو، چاین، لئو و وانگ، ۲۰۱۴؛ سلیگمن، ارنست، گیلهام، رویچ و لینکینس، ۲۰۰۹؛ فورگارد و سلیگمن، ۲۰۱۲؛ برانواسر، گلیهام و کیم، ۲۰۰۹؛ کاتالی، چاپلین، گلیهام، رویچ و سلیگمن، ۲۰۰۶؛ آنگ، برگیمن، بیسکانتی و والنس، ۲۰۰۶). نتایج پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که توان تفسیری خوش‌بینی در پیش‌بینی کنش‌وری افراد در قلمروهای پژوهشی مختلف غیرقابل انکار است (راند، ۲۰۰۹؛ کارور، شی‌یر و سگرس‌تروم، ۲۰۱۰؛ کارادیماس، کافتیسیوس و سیدریرس، ۲۰۰۷؛ چانگ، سانا و یانگ، ۲۰۰۳؛ بیرد، هوی و هوی، ۲۰۱۰؛ راتینگ، هانسن و مارینو، ۲۰۰۹).

بر اساس شواهد نظری و تجربی موجود، مجموعه صورت‌بندی‌های مفهومی ناظر بر سازه خوش‌بینی در دو ردیف از یک‌دیگر متمایز می‌شوند. اول، رویکرد مهارت‌مدار^۲ پیشنهادی سلیگمن (۱۹۹۱) که در نظریه‌های اسنادی انگیزش^۳، ریشه دارد؛ و در آن بر مشخصه‌های سبک‌های اسنادی خوش‌بینانه و بدبینانه و نقش آن‌ها در توسعه آسیب‌شناسی روانی و در مقابل ایمن‌سازی روانی^۴ تاکید می‌شود. دوم، رویکرد خوش‌بینی گرایشی^۵ که به‌وسیله کارور و شی‌یر (۱۹۹۸) توسعه یافته است؛ که در آن به‌طور کلی خوش‌بینی بر انتظارات مثبت نسبت به آینده دلالت دارد. در این خط فکری، خوش‌بینی به یک ویژگی نسبتاً پایدار شخصیتی اطلاق می‌شود که در تلاش فرد برای نمایش الگوهایی از رفتار با هدف به حداقل رساندن تفاوت بین حالت واقعی و هدف مطلوب فراروی انعکاس می‌یابد (شی‌یر، کارور و بریدگیس، ۲۰۰۱).

مرور پیشینه تجربی در قلمرو پژوهشی خوش‌بینی نشان می‌دهد که یکی از پر استفاده‌ترین ابزارها با هدف سنجش نقش تفسیری خوش‌بینی و بدبینی گرایشی^۶ در حوزه‌های پژوهشی

-
1. optimism
 2. skill-oriented approach
 3. motivation attributional theories
 4. mental immunization
 5. dispositional optimism
 6. dispositional pessimism

ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه تجدیدنظرشده آزمون...

مختلف، نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی^۱ بوده است (جاوانوبیک و گاوریلو-جرکویک، ۲۰۱۲). با وجود ویژگی‌های فنی قابل دفاع نسخه اصلی آزمون جهت‌گیری زندگی (شی‌یر و کارور، ۱۹۸۵)، این نسخه به دو دلیل مورد انتقاد قرار گرفته است. اول، تراکم یا انباشت دسترسی به یافته‌های پژوهشی درباره دفاع از کارکرد آزمون جهت‌گیری زندگی برای سنجش دو سازه نسبتاً مستقل خوش‌بینی و بدبینی (چانگ، دزیرولا و مایدو-آیوراس، ۱۹۹۴)؛ دوم، نتایج برخی پژوهش‌ها نشان دادند که تعدادی از گویه‌های نسخه اصلی آزمون جهت‌گیری زندگی که گویه‌های عبارت‌پردازی شده منفی بودند، به دلیل همپوشانی با رگه شخصیتی روان‌آزرده‌گرایی^۲، ظرفیت عملیاتی‌سازی دقیق سازه انتظار فراگیر^۳ یا سبک ارجح فرد برای پیش‌بینی وقوع رخدادهای مثبت یا منفی در شرایط مختلف را در آینده نداشتند (اسمیت، پاپی، رادیوالت و پولتون، ۱۹۸۹). بنابراین، به‌منظور حل این محدودیت‌ها، نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی توسعه یافت. فرایند تجدیدنظر گویه‌ها به شیوه‌ای بود که ضمن شمول کامل سنجش انتظار پیامدهای مثبت و منفی از همپوشانی آن گویه‌ها با رگه روان‌آزرده‌گرایی و هیجان‌پذیری منفی اجتناب شد. در نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی، خوش‌بینی گرایشی بر یک احساس کلی خوش‌بینی دلالت دارد که چشم‌انداز مثبتی را درباره وقوع رخدادهای در زمان حال و آینده به تصویر می‌کشد (شی‌یر، کارور و بریجس، ۱۹۹۴). در نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی مانند نسخه اصلی آن، بر یک پیوستار دو قطبی از خوش‌بینی تاکید می‌شود. بنابراین، طبق این دیدگاه، خوش‌بینی و بدبینی قطب‌های متضاد یک پیوستار معنایی واحد هستند که نتایج برخی از پژوهش‌ها به‌طور تجربی از این موضوع حمایت کرده‌اند (رویسمپ و استرایپی، ۲۰۰۲).

در حال حاضر، نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی به مثابه یکی از پراستفاده‌ترین ابزارهایی است که پژوهشگران مختلف در گستره وسیعی از قلمروهای پژوهشی به‌ویژه برخی حوزه‌های پژوهشی مانند کیفیت زندگی، بهزیستی ذهنی و سلامت جسمانی از آن استفاده کرده‌اند (کارور و همکاران، ۲۰۱۰؛ راسموسن، شی‌یر و گرینپوس، ۲۰۰۹). اگر چه استفاده عملی از نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی با هدف پیش‌بینی پسایندهای رفتاری در قلمروهای پژوهشی مختلف از هر گونه ابهام دور بوده است، اما هم‌چنان حجم قابل ملاحظه‌ای از

-
1. life orientation test revised (LOT-R)
 2. neuroticism
 3. generalized expectancy

چالش‌های روش‌شناختی^۱ و مفهومی در برابر ساختار عاملی و بُعدپذیری^۲ این ابزار سنجش صف‌آرایی کرده‌اند (هرزبرگ، گلاسر و هایلر، ۲۰۰۶؛ مک‌فیرنسون و ماهر، ۲۰۰۵). بر این اساس، برخی از شواهد تجربی با به چالش کشاندن الگوی تک‌بُعدی نسخه تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی نشان داده‌اند که ساختار عاملی نسخهٔ جدید آزمون جهت‌گیری زندگی شامل دو بُعد نسبتاً مستقل خوش‌بینی و بدبینی است.

ناهمسویی نتایج پژوهش‌های مختلف دربارهٔ بُعدپذیری و همگونی^۳ نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی سبب شد که برخی پژوهشگران نتیجه‌گیری کنند که با انتخاب ۶ گویهٔ غیرمتجانس^۴ در نسخهٔ جدید آزمون جهت‌گیری زندگی، خوش‌بینی به‌شیوهٔ غیردقیقی اندازه‌گیری می‌شود (راچ، اسچویزر و کاسبرگر، ۲۰۰۸). بنابراین، سؤال دربارهٔ بُعدپذیری نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی فقط از لحاظ مفهومی و روش‌شناختی جالب نیست؛ بلکه طرح این موضوع از حیث استلزامات عملی نیز حائز اهمیت فراوانی است. برای مثال، نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده است که در بین گروه دانشجویان، وجود خوش‌بینی و نه عدم وجود خوش‌بینی یک پیش‌بینی‌کنندهٔ معنادار برای نشانه‌های افسردگی است. علاوه بر این، سطوح بالاتر خوش‌بینی و نه سطوح پایین‌تر بدبینی با فشار خون دیاستولیک رابطه نشان می‌دهد (راکانن، ماتیوس، فلاری، اینس و گامپ، ۱۹۹۹). شواهدی از این دست نشان می‌دهد که وجود خوش‌بینی و فقدان بدبینی یا بالعکس یکسان نیستند و این‌که اگر نمره‌های خوش‌بینی و بدبینی به‌طور جداگانه مطالعه نشوند، ممکن است به سادگی اطلاعات ارزشمندی از دست برود.

با توجه به آن‌که تاکنون نتایج پژوهش‌های مختلف دربارهٔ ویژگی‌های فنی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی در نسخه‌هایی به زبان انگلیسی (فیسچر و چالمرس، ۲۰۰۸)، فرانسوی (سالتن و باریو، ۱۹۹۹)، آلمانی (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۰۶)، اسپانیایی (پرسزک، کارور، پریس و پزو-کادرم، ۲۰۰۰)، صربستانی (جاوانویک و گاوریلو-جرکویک، ۲۰۱۲)، چینی (لای و یو، ۲۰۰۰)، یونانی (لایراکاس، دامیگاس، ماوریس، جیورجیا و دیمولیاتیس، ۲۰۱۰)، ژاپنی (ناکانو، ۲۰۰۴)، شواهدی تجربی در دفاع از مشخصه‌های روان‌سنجی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی ارائه می‌کنند، آزمون روشمند ویژگی‌های فنی روایی و پایایی نسخهٔ مذکور در بین گروهی از زنان ایرانی از اهمیت زیادی

-
1. methodologic challenges
 2. dimensionality
 3. homogeneity
 4. heterogeneous

ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه تجدیدنظرشده آزمون...

برخوردار است. به بیان دیگر، طرح‌ریزی این مطالعه، با هدف تعیین روایی عاملی، روایی سازه و پایایی آزمون مذکور در بین گروهی از زنان ایرانی، زمینه انجام مقایسه‌های بین‌فرهنگی را درباره ویژگی‌های فنی این آزمون فراهم می‌آورد. به همین جهت گزاره‌های زیر آزمون شد.

۱. نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی در بین گروهی از زنان ایرانی از ویژگی فنی روایی عاملی و سازه برخوردار است.

۲. نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی در بین گروهی از زنان ایرانی از ویژگی فنی پایایی به‌روش همسانی درونی برخوردار است

روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل گروهی از مادران نوجوانان دختر دبیرستانی در منطقه یک آموزش و پرورش شهر تهران به تعداد ۲۰۰۰ نفر در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ برای دو مطالعه بود. در مطالعه اول، با تاکید بر منطق مبتنی بر استدلال استقرایی و با هدف کشف ساختار عاملی نسخه تجدید نظر شده آزمون جهت‌گیری زندگی به کمک روش آماری تحلیل مولفه‌های اصلی، پس از انتخاب سه دبیرستان دخترانه آزاده میگون، بنت‌الهدی صدر(۱) و انقلاب قشم، از هر دبیرستان در پایه‌های اول، دوم و سوم با روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۱۵۰ دانش‌آموز انتخاب و از آن‌ها خواسته شد پاکتی را که حاوی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی و یک نامه همراه بود به مادران خود بدهند تا آن را تکمیل کنند و سپس پاکت را به مشاور تحصیلی خود در مدرسه تحویل دهند. از بین ۱۵۰ پرسشنامه توزیع شده، فقط ۱۲۰ پرسشنامه که کامل بود، برای تحلیل نهایی انتخاب شد. در مطالعه دوم نیز با تاکید بر منطق مبتنی بر استدلال قیاسی و با هدف تعیین میزان برازندگی الگوی عاملی مفروض در مطالعه اول با داده‌های مشاهده‌شده به کمک روش آماری تحلیل عاملی تاییدی، از جامعه آماری مذکور، ابتدا تعداد هفت دبیرستان دخترانه آیین روشن نور، آیندگان، ادیب فرزانه، افق اندیشه، ابوریحان، احمدیه و بهشت آیین و در هر مدرسه ۳۰ دانش‌آموز به‌روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد و پاکتی را که حاوی ابزارهای سنجش نسخه تجدید نظر شده آزمون جهت‌گیری زندگی، نسخه تجدید نظر شده مقیاس ارزیابی تنیدگی، برنامه عاطفه مثبت و منفی و مقیاس رضایت از زندگی و یک نامه بود به آن‌ها داده شد که مادران خود بدهند تا آن‌ها را تکمیل کنند. از ۲۱۰ پاکت توزیع شده، ۲۰۰ پاکت که کامل بود؛ برای تحلیل داده‌ها انتخاب شد. ملاک‌های ورود مادران به پژوهش علاقه‌مندی آن‌ها به شرکت در پژوهش و حداقل داشتن مدرک تحصیلی دیپلم بود. در مطالعه اول،

مهم‌ترین ملاک حذف، بی‌پاسخ گذاشتن بیش از یک سؤال، و در مطالعه دوم، عدم پاسخ‌دهی به بیش از پنج درصد سؤال‌های ابزارهای مختلف این پژوهش بود. در پژوهش حاضر به منظور برآورد حجم نمونه با استفاده از منطق پیشنهادی کلاین (۲۰۰۵)، و با توجه به این‌که تعداد کل سؤال‌ها نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی شامل ۱۰ سؤال است، در مطالعه اول، از قاعده ۱ به ۱۰ و در مطالعه دوم از قاعده ۱ به ۲۰ حجم نمونه تعیین شد.

ابزار پژوهش

۱. نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی^۱. این آزمون با ۱۰ سؤال اولین بار توسط اسپیر و کارور (۱۹۸۵) با هدف سنجش خوش‌بینی گرایشی طراحی شد. مشارکت‌کنندگان به سوال‌ها روی مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف=۰ تا کاملاً موافق=۴ پاسخ می‌دهند. در نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی شی‌یر و همکاران (۱۹۹۴)، ۳ گویه ۱، ۴ و ۱۰ به صورت مثبت، ۳ گویه ۳، ۷ و ۹ به صورت منفی و گویه‌های ۲، ۵، ۶ و ۸ به عنوان گویه‌های انحرافی^۲ نام‌گذاری شده‌اند. بر اساس دیدگاه شی‌یر و همکاران (۱۹۹۴) این گویه‌ها فقط با هدف آزمون دقت مشارکت‌کنندگان در پاسخ به ابزار طراحی شده‌اند و در فرایند نمره‌گذاری آزمون، محاسبه نمی‌شوند. برای دستیابی به نمره کلی، ۳ سؤال منفی به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در این مقیاس، برای هر یک از مشارکت‌کنندگان، نمره‌ها در دامنه ۰ تا ۲۴ قرار دارد. نتایج تحلیل عاملی آزمون جهت‌گیری زندگی در مطالعه جووانویک و گاوریلوی-جارکوویک (۲۰۱۲) از دو عامل خوش‌بینی و بدبینی به طور تجربی حمایت کرد. در مطالعه حاضر ضریب همسانی درونی برای عامل‌های خوش‌بینی و بدبینی به ترتیب برابر با ۰/۸۸ و ۰/۷۷ به دست آمد.

۲. نسخه تجدیدنظرشده مقیاس ارزیابی تنیدگی^۳. پی‌کاک و لانگ (۱۹۹۰) بر اساس الگوی تبدالی تنیدگی فولکمن و لازاروس، و به منظور اندازه‌گیری ارزیابی‌های شناختی در رویارویی با تجارب تنیدگی‌زا، مقیاس ارزیابی تنیدگی را توسعه دادند. در نسخه اصلی این مقیاس، ارزیابی شناختی به صورت چندوجهی اندازه‌گیری می‌شود؛ و مشارکت‌کنندگان روی یک طیف پنج درجه‌ای از هرگز=۰ تا بیش‌تر وقت‌ها=۴ به ۲۴ گویه پاسخ می‌دهند. در مطالعه روپلی، رویسچ، جیوریکا و ویگان (۲۰۰۵)، نتایج آزمون ساختار عاملی نسخه تجدیدنظرشده مقیاس

1. life orientation test (LOT)
2. filler items
3. stress appraisal measure revised (SAMR)

ارزیابی تنیدگی، سه عامل چالش، تهدید و مرکزیت را تکرار کرد و ضرایب همسانی درونی برای مقیاس‌های تهدید، چالش و منابع به ترتیب برابر با ۰/۸۱، ۰/۸۰ و ۰/۷۸ به دست آمد. در مطالعه شگری، تمیزی، عبدالله‌پور و خدای (۱۳۹۵) که با هدف تحلیل روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس ارزیابی استرس در گروهی از دانشجویان ایرانی انجام شد، نتایج تحلیل مولفه‌های اصلی با استفاده از چرخش واریماکس^۱ نشان داد که نسخه تجدیدنظرشده مقیاس ارزیابی تنیدگی از سه عامل تهدید، چالش و منابع تشکیل شده است. شاخص‌های برازش تحلیل عامل تأییدی بر پایه نرم‌افزار آموس^۲، وجود این عوامل سه‌گانه را تأیید کرد. نتایج مربوط به همبستگی بین ابعاد نسخه تجدیدنظرشده مقیاس ارزیابی تنیدگی با هیجان‌های پیشرفت مثبت و منفی و خودکارآمدی تحصیلی به‌طور تجربی از روایی سازه نسخه مذکور حمایت کرد. مقادیر ضرایب همسانی درونی آن برای عوامل تهدید، چالش و منابع به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۲ و ۰/۷۹ به دست آمد. در مطالعه حاضر، ضرایب همسانی درونی برای مقیاس‌های تهدید، چالش و منابع به ترتیب برابر با ۰/۸۸، ۰/۸۳ و ۰/۸۳ به دست آمد.

۳. برنامه عاطفه مثبت و منفی^۳. به منظور بررسی بُعد عاطفی بهزیستی، بر اساس برنامه عاطفی مثبت و منفی واتسون، کلارک و تلگن (۱۹۸۸) از صفات خلقی ۲۰ تایی استفاده شد. سؤال‌های برنامه عاطفه مثبت و منفی، هیجان‌ها و احساسات مختلفی را توصیف می‌کند و هر یک در یک مقیاس عاطفه مثبت و یا یک مقیاس عاطفه منفی گروه‌بندی می‌شود. مشارکت‌کنندگان تمام سؤال‌ها را روی مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت پاسخ می‌دهند؛ که عدد ۱ نشان‌دهنده عدم تجربه هیجان و عدد ۵ بیانگر تجربه بسیار زیاد هیجان است. برای هر آزمودنی نمره کلی عاطفه مثبت از طریق جمع نمره‌های او در هر یک از ۱۰ صفت توصیف‌گر هیجان‌های مثبت و نمره کلی عاطفه منفی از طریق جمع نمره‌های او در هر یک از ۱۰ صفت توصیف‌گر هیجان‌های منفی محاسبه می‌شود. در پژوهش شگری (۱۳۸۸) همسو با نتایج مطالعه واتسون و همکاران (۱۹۸۸) که با هدف آزمون ساختار عاملی فهرست عواطف مثبت و منفی و با استفاده از روش‌های تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی انجام شد، ساختار دو عاملی برنامه عاطفه مثبت و منفی، در بین دانشجویان ایرانی و سوئدی، تأیید شد. در مطالعه شگری (۱۳۸۸) در دانشجویان ایرانی، ضرایب آلفای کرونباخ مقیاس‌های فهرست عواطف مثبت و منفی به ترتیب برابر با ۰/۸۰ و ۰/۷۷ و در بین دانشجویان سوئدی به ترتیب برابر با ۰/۷۶ و ۰/۷۶ به دست آمد. در مطالعه حاضر، ضرایب

-
1. varimax rotation
 2. analysis of moment structures (AMOS)
 3. positive and negative affect schedule (PANAS)

آلفای کرونیخ مقیاس‌های فهرست عواطف مثبت و منفی به ترتیب برابر با $0/83$ و $0/78$ به دست آمد.

۴. **مقیاس رضایت از زندگی**^۱. به منظور اندازه‌گیری بُعد شناختی بهزیستی ذهنی افراد، دینر، ایمونس، لارسن و گریفین (۱۹۸۵) نسخه ۵ ماده‌ای مقیاس رضایت از زندگی را توسعه دادند. که در آن شرکت‌کنندگان به هر ماده روی طیف ۷ درجه‌ای لیکرت از ۱ = کاملاً مخالف تا ۷ = کاملاً موافق پاسخ می‌دهند. یافته‌های پژوهش‌های دینر و همکاران (۱۹۸۵) و پاوت، دینر، کالوین و سندویک (۱۹۹۱) از ساختار تک عاملی مقیاس رضایت از زندگی حمایت کرد. در پژوهش شكري (۱۳۸۸) که با هدف آزمون ساختار عاملی مقیاس رضایت از زندگی با استفاده از روش‌های تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی انجام شد، ساختار تک‌عاملی مقیاس رضایت از زندگی، در بین دانشجویان ایرانی و سوئدی، تأیید شد. در مطالعه حاضر، ضریب همسانی درونی مقیاس رضایت از زندگی $0/85$ به دست آمد.

شیوه اجرا. به منظور آماده‌سازی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی، از روش ترجمه مجدد استفاده شد. بنابراین، نسخه انگلیسی آن برای نمونه زنان ایرانی به زبان فارسی ترجمه شد. برای حفظ هم‌ارزی زبانی و مفهومی (مارسلا و لئونگ، ۱۹۹۵)، نسخه فارسی به کمک یک فرد دوزبانه دیگر به انگلیسی برگردانده شدند. سپس دو مترجم درباره تفاوت موجود بین نسخه‌های انگلیسی بحث کردند و از طریق «فرایند مرور مکرر»^۲ این تفاوت‌ها به حداقل ممکن کاهش یافت. بر این اساس، ترادف معنایی نسخه ترجمه شده با نسخه اصلی به‌دقت بررسی شد. در نهایت، چند نفر از اعضای هیئت علمی دانشگاه روایی محتوایی و تطابق فرهنگی این پرسشنامه را مطالعه و تأیید کردند. همان‌طور که پیشتر اشاره شد، در مطالعه دوم، با هدف تعیین روایی سازه نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی، مشارکت‌کنندگان به‌طور همزمان به نسخه تجدیدنظرشده مقیاس ارزیابی تنیدگی، برنامه عاطفه مثبت و منفی و مقیاس رضایت از زندگی پاسخ دادند.

یافته‌ها

در مطالعه اول، اندازه‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار سن مادران به ترتیب برابر با $41/92$ و $2/34$ و در مطالعه دوم، این مقادیر به ترتیب برابر با $40/81$ و $1/99$ بود.

1. satisfaction with life scale (SWLS)
2. iterative review process

جدول ۱. آماره‌های آزمون جهت‌گیری زندگی با اجرای مولفه‌های اصلی برای ساختار دو عاملی

عامل	ارزش ویژه	درصد واریانس	درصد تراکمی
خوش‌بینی	۲/۱۴	۳۵/۵۹	۳۵/۵۹
بدبینی	۱/۰۳	۱۷/۱۱	۵۲/۶۹

در جدول ۱ نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی نشان می‌دهد که عامل‌های خوش‌بینی و بدبینی به ترتیب ۳۵/۵۹ درصد و ۱۷/۱۱ درصد و در مجموع ۵۲/۶۹ درصد از واریانس عامل کلی خوش‌بینی گرایشی را تبیین می‌کنند. در مطالعهٔ اول، از روش تحلیل عاملی اکتشافی برای آزمون مذکور استفاده و قبل از انجام تحلیل، اندازه شاخص کفایت نمونه‌برداری کایزر، میر و الکین، ۱۹۹۰ محاسبه شد که برابر با ۰/۷۸ و آزمون کرویت بارتلت برابر با $p < ۰/۰۰۱۰$ ، $\chi^2(۱۵ N = ۱۲۰) = ۲۴۷/۲۲$ بود که نشان می‌داد نمونه و ماتریس همبستگی برای این تحلیل مناسبند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی این نسخه از ساختار دو عاملی آزمون شامل خوش‌بینی و بدبینی حمایت کرد.

جدول ۲. اندازه‌های توصیفی و مقادیر همسانی درونی، بارهای عاملی و میزان اشتراک ماده‌های

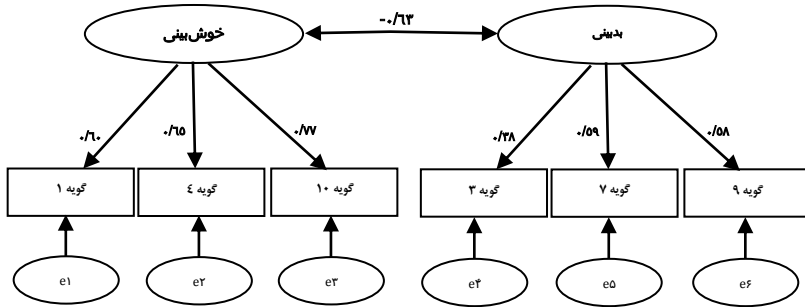
نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی

ماده	میانگین	انحراف معیار	بار عاملی	اشتراک
عامل اول: خوش‌بینی $\alpha = ۰/۸۸$	۲/۷۷	۱/۰۳	۰/۷۸	۰/۶۲
در مجموع، انتظار دارم بیشتر چیزهای خوب برایم رخ دهد تا چیزهای بد.	۲/۶۷	۱/۰۸	۰/۶۹	۰/۵۹
من همیشه نسبت به آینده خوش‌بینم.	۲/۳۲	۱/۲۷	۰/۶۶	۰/۵۰
من در موارد نامطمئن معمولاً انتظار بهترین حالت را دارم.	۲/۱۱	۱/۰۹	۰/۷۷	۰/۶۶
عامل دوم: بدبینی $\alpha = ۰/۷۷$	۲/۱۸	۱/۱۰	۰/۶۷	۰/۵۵
اگر قرار است اتفاق بدی برای من بیفتد خواهد افتاد.	۲/۰۶	۱/۰۶	۰/۵۴	۰/۵۰
من به‌ندرت درباره وقوع اتفاق‌های خوب حساب باز می‌کنم.				
من به‌ندرت انتظار دارم که امور مطابق میل من پیش روند.				

جدول ۲ اندازه‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار گویه‌های نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی را نشان می‌دهد. در مطالعهٔ دوم، قبل از تحلیل داده‌ها به کمک روش آماری تحلیل عاملی تاییدی، همسو با پیشنهاد کلاین (۲۰۰۵) و میرز، گامست و گارینو (۲۰۰۶)، مفروضه‌های بهنجاری تک متغیری به کمک برآورد مقادیر چولگی و کشیدگی بهنجاری چند متغیری از طریق ضریب مردیا^۱ و مقادیر پرت از طریق روش فاصلهٔ ماهالانوبیس^۲ آزمون و تأیید

1. Mardia's coefficient
2. Mahalanobis distance

شدند. علاوه بر این، در مطالعه حاضر برای مدیریت داده‌های گمشده از روش بیشینه انتظار^۱ استفاده شد. در ادامه، با هدف آزمون برازندگی الگوی ساختاری مفروض نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی مشتمل بر دو بُعد خوش‌بینی و بدبینی با داده‌های مشاهده در گروهی از زنان ایرانی، از روش آماری تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد.



نمودار ۱. تحلیل تاییدی ساختار عاملی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی

نمودار ۱ نتایج تحلیل عاملی تاییدی با هدف آزمون برازندگی الگوی اندازه‌گیری مفروض با داده‌ها را نشان می‌دهد. نتایج روش تحلیل عاملی تاییدی در نمونه زنان ایرانی از ساختار دو عاملی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی به‌طور تجربی حمایت کرد. نتایج مربوط به شاخص‌های برازش الگوی دو عاملی در نمونه زنان ایرانی برای هر یک از شاخص‌های پیشنهادی هو و بنتلر (۱۹۹۹) شامل شاخص مجذور خی، شاخص مجذور خی بر درجه آزادی، شاخص برازش مقایسه‌ای، شاخص نیکویی برازش، شاخص نیکویی برازش انطباقی و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب به ترتیب برابر با $۲/۸۶$ ، $۰/۳۶$ ، $۰/۹۹$ ، $۰/۹۹$ و $۰/۹۸$ و $۰/۰۰۱$ به دست آمد. در نهایت، در این مطالعه به‌منظور تعیین روایی سازه آزمون جهت‌گیری زندگی، همبستگی بین ابعاد خوش‌بینی و بدبینی با رضامندی زندگی، عاطفه مثبت و منفی و ابعاد ارزیابی‌های شناختی شامل تهدید، چالش و منابع محاسبه شد.

1. expectation maximization

جدول ۳. همبستگی ابعاد نسخهٔ تجدید نظر شدهٔ آزمون جهت گیری زندگی با رضامندی از زندگی، عاطفهٔ مثبت و منفی و فرایندهای ارزیابی شناختی

بدبینی	خوش‌بینی	
-۰/۳۵**	۰/۳۳**	رضامندی از زندگی
-۰/۲۰**	۰/۳۳**	عاطفهٔ مثبت
۰/۲۶**	-۰/۲۲**	عاطفهٔ منفی
۰/۳۰**	-۰/۲۰**	تهدید
-۰/۲۰**	۰/۱۸**	چالش
-۰/۱۷**	۰/۲۲**	منابع

* $P < ۰/۰۵$ ** $P < ۰/۰۱$

در جدول ۳، از یک طرف، همبستگی مثبت و معنادار خوش‌بینی با رضامندی زندگی، عاطفهٔ مثبت، ابعاد چالش و منابع ($P=۰/۰۰۰۱$)؛ و همبستگی منفی و معنادار خوش‌بینی با عاطفهٔ منفی و بُعد تهدید در عامل ارزیابی‌های شناختی ($P=۰/۰۰۰۱$) و از طرف دیگر، رابطهٔ مثبت و معنادار بدبینی با عاطفهٔ منفی و بُعد تهدید ($P=۰/۰۰۰۱$) و رابطهٔ منفی و معنادار بدبینی با رضامندی از زندگی، عاطفهٔ مثبت، و ابعاد چالش و منابع ($P=۰/۰۰۰۱$) به‌طور تجربی از روایی سازهٔ نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی حمایت کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج روش‌های آماری تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عاملی تاییدی همسو با نتایج پژوهش ناکانو (۲۰۰۴) و جووانویک و گاوریلوی-جارکوویک (۲۰۱۲) از ساختار دو عاملی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی شامل خوش‌بینی و بدبینی به‌طور تجربی حمایت کرد. علاوه بر این، نتایج مربوط به پراکندگی مشترک بین ابعاد خوش‌بینی و بدبینی در این نسخه با عامل‌های رضامندی از زندگی، عاطفهٔ مثبت و منفی و عوامل تهدید، چالش و منابع در فرایندهای ارزیابی شناختی از روایی سازهٔ این نسخه نیز به‌طور تجربی حمایت کرد. در نهایت، مقادیر ضرایب همسانی درونی ابعاد خوش‌بینی و بدبینی آن در نمونه مادران ایرانی قابل قبول بود. تشابه نتایج مطالعهٔ حاضر با نتایج پژوهش‌ها دربارهٔ ساختار عاملی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی از توان تبیینی فرابافتاری الگوی نظری زیربنایی آن به‌طور تجربی حمایت کرد. علاوه بر این، بر اساس الگوی نظری زیربنایی نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی، بدون شک یکی از دلایل تفسیری قابل اطمینان برای دفاع از ثبات ساختار عاملی این نسخه در نمونه‌های مختلف به ماهیت گرایشی/صفتی سازهٔ مورد اندازه‌گیری مربوط می‌شود. بنابراین، همسو با شواهد تجربی موجود، پراکندگی مشترک بین خوش‌بینی گرایشی با

رگه‌های شخصیتی در دفاع از ثبات بین موقعیتی الگوی عاملی این نسخه از اهمیت قابل ملاحظه‌ای برخوردار است.

بر اساس برخی مبانی نظری و تجربی موجود، مجموعه نتایج مطالعه حاضر درباره الگوی کیفی پراکندگی مشترک بین ابعاد خوش‌بینی و بدبینی در این نسخه با متغیرهای رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و منفی و ارزیابی‌های شناختی شامل تهدید، چالش و منابع، شواهدی را در دفاع از نظریه بسط و ساخت هیجان‌های پیشرفت (فردریکسون و کوهن، ۲۰۰۸) ارائه می‌کند. بر اساس نظریه بسط و ساخت هیجان‌های پیشرفت، خوش‌بینی گرایشی به مثابه یک کیفیت روان‌شناختی پایدار در مواجهه با مطالبات انگیزاننده فراروی، از طریق فراخوانی ارزیابی‌های شناختی چالشی (در برابر ارزیابی‌های تهدیدآمیز) و وسعت‌بخشی به دامنه افکار و رفتارها، به خلق یا ساخت منابعی روان‌شناختی مانند تاب‌آوری و افزایش کنترل فردی ادراک‌شده منجر می‌شود که خود با فراهم‌سازی بستر مناسب برای فزونی یافتن سطح بهزیستی و رضامندی در افراد، قوت گرفتن تجارب هیجانی مثبت را سبب می‌شود. بر اساس آنچه گفته شد، میل به پیش‌بینی وقوع رخداد‌های مثبت و تمایل به استفاده از الگوهای ارزیابی سازش‌یافته از طریق بسط و ساخت منابع مقابله‌ای فردی و موقعیتی در فزونی یافتن سطح تجارب هیجانی مثبت و رضامندی از زندگی نقش بااهمیتی را ایفا می‌کند (فردریکسون، ۲۰۱۳).

در مقابل، بر اساس آموزه‌های نظریه بسط و ساخت هیجان‌های مثبت، بدبینی گرایشی از طریق فراخوانی تفاسیر خودناتوان‌ساز به جای تفاسیر توانمندساز، تهی‌سازی ظرف منابع مقابله‌ای درون-برون فردی و ممانعت از ساخت‌یابی الگوهای تفکر انعطاف‌پذیر و خلاق، در توسعه تجارب هیجانی منفی و عدم رضامندی ادراک‌شده، سهم قابل ملاحظه‌ای را ایفا می‌کند (پنگ و همکاران، ۲۰۱۴؛ استینهارت و دالبیر، ۲۰۰۸). علاوه بر این، بر اساس مفروضه پرورش^۱ در قلمرو پژوهش‌های استرس-مقابله، خوش‌بینی در برابر بدبینی با افزایش سطح تجارب حمایت‌به‌مثابه منبع مقابله‌ای موقعیتی باور خودکارامدی فرد را در پاسخ‌دهی به مطالبات موقعیت‌های فراروی افزایش می‌دهد. بدون تردید افزایش باورهای خودکارامدی از طریق تقویت توان فرد در مدیریت تجارب هیجانی خویش که نقش منبع عظیم اطلاعاتی را ایفا می‌کند زمینه بهبود ادراک از رضامندی را در وی سبب می‌شود (شوآرز و کنول، ۲۰۰۷). هم‌چنین، بر اساس آموزه‌های قلمرو پژوهشی استرس-مقابله، خوش‌بینی به‌مثابه منبع عظیم مقابله‌ای از طریق فرضیه «توانمندسازی^۲» نیز در پیش‌بینی الگوی ارجح پاسخ به مطالبات موقعیت‌های انگیزاننده از نقش

1. cultivation
2. enabling

ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه تجدیدنظرشده آزمون...

تفسیری قابل ملاحظه‌ای برخوردار است. در فرضیه توانمندسازی تاکید می‌شود که تجربه بسط در منابع مقابله‌ای اجتماعی و فردی از طریق تحریض باورهای خودکارآمدی در پیش‌بینی الگوی انطباقی پاسخ به تجارب استرس‌زا در موقعیت‌های مختلف، اثرگذار واقع می‌شود. (طاعتی و همکاران، ۱۳۹۳) بنابراین، همسو با پیشنهاد بندورا (۲۰۰۲) فرض می‌شود که ظرفیت مدیریت پرکیفیت واکنش‌های هیجانی و جسمانی به رخدادهای استرس‌زا در موقعیت‌های مختلف، منبع بااهمیت تقویت باورهای خودکارآمدی تلقی می‌شود (شوارزر و کنول، ۲۰۰۷).

یافته‌های پژوهش حاضر محدودیت‌هایی داشت. اول، نمونه پژوهشی حاضر فقط شامل زنان بود. بنابراین، به‌منظور تعیین ظرفیت تعمیم‌پذیری یافته‌های این پژوهش به گروه‌های دیگر، پژوهش‌های بیش‌تری نیاز است. دوم، انجام مطالعه حاضر مبتنی بر یک‌بار اندازه‌گیری بود. بنابراین، آزمون ثبات نمره‌های نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی امکان‌پذیر نیست و تحقق آن نیازمند انجام پژوهش‌های دیگری است. سوم، در این مطالعه، آزمون روان‌سنجی نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی بر یافته‌های حاصل از روایی عاملی و روایی همگرایی نسخه مذکور مبتنی بود. بنابراین، در پژوهش‌های بعدی تحلیل آن به کمک روش‌های بیش‌تری مانند روایی پیش‌بین و واگرا از اهمیت زیادی برخوردار است. چهارم، از آنجا که در مطالعه حاضر داده‌ها فقط از یک گروه جنسی جمع‌آوری شد، آزمون هم‌ارزی جنسی ساختار عاملی این نسخه در کانون توجه پژوهشگران قرار نگرفت. پنجم، با وجود آن که الگوی کیفی واریانس مشترک بین زیرمقیاس‌های آزمون جهت‌گیری زندگی با متغیرهای عواطف مثبت و منفی، رضامندی از زندگی و ارزیابی‌های شناختی شواهد متقنی در دفاع از روایی سازه نسخه تجدیدنظرشده آزمون جهت‌گیری زندگی فراهم می‌آورد، اما تا حدی کم بودن مقدار عددی ضرایب همبستگی به این دلیل بود که سعی شد با هدف کنترل واریانس خطا، مشارکت‌کنندگان متجانس انتخاب شود. بنابراین، محدودیت در دامنه تغییرپذیری داده‌ها، کم بودن مقدار عددی ضرایب همبستگی را در این مطالعه توجیه می‌کند. با وجود محدودیت‌های فوق، یافته‌های مطالعه حاضر نشان می‌دهد که نسخه فارسی آزمون جهت‌گیری زندگی در قلمرو پژوهشی خوش‌بینی‌گرایی، از لحاظ روان‌سنجی برای سنجش سبک ارجح افراد برای پیش‌بینی وقوع رخدادهای مثبت یا منفی در آینده، دقیق و قابل اطمینان است.

1. restriction in range

منابع

- حمزه زاده قلعه جوقی، مرضیه، گلزاری، محمود، فروغان، مهشید، و مشکى، وحید. (۱۳۹۴). اثربخشی درمان خاطره پردازى مثبت نگر بر خوش بینی زنان سالمند. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۹(۴) پیاپی ۳۶: ۷۳-۸۹.
- خانجانی، مهدی، شهیدی، شهریار، فتح آبادی، جلیل، شکرى، امید، مظاهری، محمدعلی، و رحیمی نژاد، پیمان. (۱۳۹۴). اثربخشی برنامه تاب آوری پنسیلوانیا بر کاهش علائم افسردگی، اضطراب، استرس و نگرش های ناکارآمد و افزایش خوش بینی در دانشجویان. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۹(۴) پیاپی ۳۶: ۳۵-۱۹.
- خانجانی، مهدی، شهیدی، شهریار، فتح آبادی، جلیل، مظاهری، محمدعلی، و شکرى، امید. (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی های روان سنجی سیاهه روان درمانی مثبت نگر. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۸(۱) پیاپی ۲۹: ۸۶-۶۹.
- شکرى، امید. (۱۳۸۸). *مقایسه الگوی روابط علی پیشایندها و پسایندهای استرس تحصیلی دانشجویان دختر و پسر در پارادایم های فرهنگی جمع گرا و فردگرا*. رساله دکتری در روان شناسی تربیتی. دانشگاه تربیت معلم تهران.
- شکرى، امید، تمیزی، نوشین، عبدالله پور، محمد آزاد، و خدامی، محمد محسن. (۱۳۹۵). تحلیل ویژگی های روان سنجی مقیاس ارزیابی شناختی استرس در دانشجویان. *فصلنامه تازه های علوم شناختی*، ۱۸(۲): ۱۱-۱.
- طاعتی، فاطمه، شکرى، امید، و شهیدی، شهریار. (۱۳۹۳). نقش واسطه ای خوش بینی در رابطه بین تجارب تحصیلی استرس زا و واکنش به این تجارب. *دو فصلنامه روان شناسی معاصر*، ۸(۱) پیاپی ۱۵: ۷۳-۹۰.
- Bandura, A. (2002). Social cognitive theory in cultural context. *Applied psychology: An International Review*, 51(2): 269-290.
- Beard, K. S., Hoy, W. K., & Hoy, A. W. (2010). Academic optimism of individual teachers: Confirming a new construct. *Teaching and Teacher Education*, 26(5): 1136-1144.
- Brunwasser, S., Gillham, J., Kim, E. (2009). A meta-analytic review of the Penn resiliency program effect on depressive symptoms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77(6): 1042-1054.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7): 879-889.

- Chang, E. C., D’Zurilla, T. J., & Maydeu-Olivares, A. (1994). Assessing the dimensionality of optimism and pessimism using a multi-measure approach. *Cognitive Therapy and Research*, 18(2): 143–160.
- Chang, E. C., Sanna, L. G., & Yang, K. M. (2003). Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: a test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 34(7): 1195–1208.
- Cutuli, J. J., Chaplin, T. M., Gillham, J. E., Reivich, K. J., & Seligman, M. R. (2006). Preventing co-occurring depression symptoms in adolescents with conduct problems. The Penn resilience program. *Annual New York Academy of Sciences*, 10(4): 282–286.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1): 71-79.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental social Psychology*, 47(1): 1-53.
- Fredrickson, B. L., & Cohn, M. A. (2008). *Positive emotions*. In M. Lewis, J. Haviland-Jones & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (PP. 777–796). (3rd Ed.). New York: Guilford Press.
- Fischer, R., & Chalmers, A. (2008). Is optimism universal? A meta-analytical investigation of optimism levels across 22 nations. *Personality and Individual Differences*, 45(5): 378–382.
- Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2): 107–120.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality & Social Psychology*, 48(1): 150–170.
- Herzberg, P. Y., Glaesmer, H., & Hoyer, J. (2006). Separating optimism and pessimism: A robust psychometric analysis of the revised life-orientation test (LOT-R). *Psychological Assessment*, 18(4): 433–438.
- Hu, L.-T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1): 1-55.
- Jovanovic, V., & Gavrilov-Jerkovic, V. (2012). Dimensionality and validity of the Serbian version of the life orientation test-revised in a sample of youths. *Journal of Happiness Studies*, 4(2): 771-782.
- Karademas, E. C., Kafetsios, K., & Sideridis, G. D. (2007). Optimism, self-efficacy and information processing of threat and well-being related stimuli. *Stress and Health*, 23(2): 285–294.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practices of structural equation modeling* (2nd Eds.). New York: Guilford.
- Lai, J. C. L., & Yue, X. (2000). Measuring optimism in Hong Kong and mainland Chinese with the revised life orientation test. *Personality and Individual Differences*, 28(2): 781–796.

- Lyrakos, G. N., Damigos, D., Mavreas, V., Georgia, K., & Dimoliatis, I. D. K. (2010). A translation and validation study of the Life Orientation Test Revised in the Greek speaking population of nurses among three hospitals in Athens and Ioannina. *Social Indicators Research*, 24(3): 129–142.
- Marsella, A. J., & Leong, F. T. L. (1995). Cross-cultural issues in personality and career assessment. *Journal of Career Assessment*, 3(1): 202–218.
- McPherson, J., & Mohr, P. (2005). The role of item extremity in the emergence of keying-related factors: An exploration with the life orientation test. *Psychological Methods*, 10(1): 120–131.
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2006). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publication. Thousand Oaks. London. New Dehi.
- Nakano, K. (2004). Psychometric properties of the Life Orientation Test-Revised in samples of Japanese students. *Psychological Reports*, 94(3): 849–855.
- Ong, A. D. O., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. W. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730–749.
- 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.
- Peacock, E. J., & Wong, P. T. P. (1990). The stress appraisal measure (SAM): A 9 multidimensional approach to cognitive appraisal. *Stress Medicine*, 6(2): 227-236.
- Perczek, R., Carver, C. S., Price, A. A., & Pozo-Kaderman, C. (2000). Coping, mood, and aspects of personality in Spanish translation and evidence of convergence with English versions. *Journal of Personality Assessment*, 74(1): 63–87.
- Peng, L., Li, M., Zuo, X., Miao, Y., Chen, L., Yu, Y., Liu, B., & Wang, T. (2014). Application of the Pennsylvania resilience training program on medical Students. *Personality and Individual Differences*, 6(1): 47–51.
- Raikkonen, K., Matthews, K. A., Flory, J. D., Owens, J. F., & Gump, B. B. (1999). Effects of optimism, pessimism, and trait anxiety on ambulatory blood pressure and mood during everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1): 104–113.
- Rand, K. L. (2009). Hope and optimism: Latent structures and influences on grade expectancy and academic performance. *Journal of Personality*, 77(1): 231–260.
- Rasmussen, H. N., Scheier, M. F., & Greenhouse, J. B. (2009). Optimism and physical health: A met-analytic review. *Annals of Behavioral Medicine*, 37(3): 239–256.
- Rauch, W. A., Schweizer, K., & Moosbrugger, H. (2008). An IRT analysis of the personal optimism scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 24(1): 49–56.

- Rowley, A. A., & Roesch, S. C. (2005). Evaluating and developing multidimensional, dispositional measures of appraisal. *Journal of Personality Assessment*, 85(2): 188-196.
- Rowley, A. A., Roesch, S. C., Jurica, B. J., & Vaughn, A. A. (2005). Developing and validating a stress appraisal measure for minority adolescents. *Journal of Adolescence*, 28(4): 547-557.
- Roysambu, E., & Strype, J. (2002). Optimism and pessimism: Underlying structure and dimensionality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(1): 1-19.
- Ruthig, J. C., Hanson, B. L., & Marino, J. M. (2009). A three-phase examination of academic comparative optimism and perceived academic control. *Learning and Individual Differences*, 19(2): 435-439.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3): 219-247.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1): 1063-1078.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). *Optimism, pessimism, and psychological wellbeing*. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice* (PP. 189-216). Washington, DC: American psychological association.
- Schwarzer, R., & Knoll, N. (2007). Functional roles of social support within the stress and coping process: A theoretical and empirical overview. *International Journal of Psychology*, 42(2): 243-252.
- Seligman, M. E. P. (1991). *Learned optimism*. New York: Knopf.
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, C. J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3): 293-311.
- Smith, T. W., Pope, M. K., Rhodewalt, F., & Poulton, J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(1): 640-648.
- Steinhardt, M. A., & Dolbier, C. L. (2008). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4): 445-453.
- Sultan, S., & Bureau, B. (1999). Which optimism in health psychology? *European review of applied psychology*, 49(2): 43-51.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1): 1063-1070.

نسخه تجدیدنظر شده آزمون جهت گیری زندگی

سوالها	کاملاً موافق	موافق	نامطمئن	مخالف	کاملاً مخالف
۱. من در موارد نامطمئن معمولاً انتظار بهترین حالت را دارم.	۰	۱	۲	۳	۴
۲. به راحتی می توانم احساس آرمیدگی کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۳. اگر قرار است اتفاق بدی برای من بیفتد خواهد افتاد.	۰	۱	۲	۳	۴
۴. من همیشه نسبت به آینده خوش بینم.	۰	۱	۲	۳	۴
۵. از بودن با دوستانم لذت می برم.	۰	۱	۲	۳	۴
۶. برایم مهم است که به انجام کاری مشغول باشم.	۰	۱	۲	۳	۴
۷. من به ندرت انتظار دارم که امور مطابق میل من پیش روند.	۰	۱	۲	۳	۴
۸. به راحتی ناراحت نمی شوم.	۰	۱	۲	۳	۴
۹. من به ندرت درباره وقوع اتفاق های خوب حساب باز می کنم.	۰	۱	۲	۳	۴
۱۰. در مجموع، انتظار دارم که بیش تر چیزهای خوب برایم رخ بدهند تا چیزهای بد.	۰	۱	۲	۳	۴

مقیاس رضایت از زندگی

سوالها	کاملاً موافق	موافق	نامطمئن	مخالف	کاملاً مخالف
۱. زندگی ام از بیش تر جهت ها به وضعیت ایده آل و مورد نظر نزدیک است.	۱	۲	۳	۴	۵
۲. شرایط زندگی من عالی است.	۱	۲	۳	۴	۵
۳. از زندگی ام راضی هستم.	۱	۲	۳	۴	۵
۴. تا کنون چیزهای مهمی را که در زندگی می خواستم به دست آورده ام.	۱	۲	۳	۴	۵
۵. اگر می توانستم زندگی ام را از نو تکرار کنم، چیزی را تغییر نمی دادم.	۱	۲	۳	۴	۵

نسخه تجدیدنظر شده مقیاس ارزیابی تنیدگی

فرض کنید، درباره نتیجه امتحان پایان ترم یکی از دروس اصلی خود، به شما گفته شده است که: "در این درس رد شده اید!". لطفاً بر اساس این موقعیت فرضی به سؤال های این بخش پاسخ دهید.

سؤالها	۰	۱	۲	۳	۴	بیشتر وقتها
۱. برای فائق آمدن بر این موقعیت و استرس ناشی از آن از توانایی لازم برخوردارم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۲. به نظر من، استرس ناشی از این موقعیت، یک عامل تهدیدکننده است.	۰	۱	۲	۳	۴	
۳. در چنین شرایطی به فردی دسترسی دارم که به من کمک می کند.	۰	۱	۲	۳	۴	
۴. می توانم بر تجارب پراسترسی از این دست به خوبی غلبه کنم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۵. می دانم برای غلبه کردن بر چنین موقعیتی چکار باید بکنم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۶. در مواجهه با چنین موقعیتی عصبی می شوم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۷. این اتفاق، تأثیر منفی زیادی روی من می گذارد.	۰	۱	۲	۳	۴	
۸. در این موقعیت فردی وجود دارد که به من کمک می کند.	۰	۱	۲	۳	۴	
۹. پیامد وقوع چنین اتفاق های پراسترسی برایم کاملاً منفی است.	۰	۱	۲	۳	۴	
۱۰. این اتفاق بر زندگی من اثرهای جدی می گذارد.	۰	۱	۲	۳	۴	
۱۱. برای غلبه بر استرس ناشی از این موقعیت، به منابع حمایتی مورد نیاز دسترسی دارم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۱۲. برای غلبه بر استرس ناشی از این موقعیت، از مهارت های لازم برخوردارم.	۰	۱	۲	۳	۴	
۱۳. موقعیت های استرس زا تأثیری منفی روی من می گذارند.	۰	۱	۲	۳	۴	
۱۴. مواجهه با چنین تجارب استرس زایی، پیامدهای طولانی مدتی برایم به همراه دارد.	۰	۱	۲	۳	۴	

نسخهٔ تجدیدنظرشدهٔ مقیاس ارزیابی تنیدگی

فرض کنید، درباره نتیجه امتحان پایان ترم یکی از دروس اصلی خود، به شما گفته شده است که: "در این درس رد شده‌اید". لطفأً بر اساس این موقعیت فرضی به سؤال‌های این بخش پاسخ دهید.

سؤال‌ها	۱	۲	۳	۴
۱. برای فائق آمدن بر این موقعیت و استرس ناشی از آن از توانایی لازم برخوردارم.	۰	۱	۲	۳
۲. به نظر من، استرس ناشی از این موقعیت، یک عامل تهدیدکننده است.	۰	۱	۲	۳
۳. در چنین شرایطی به فردی دسترسی دارم که به من کمک می‌کند.	۰	۱	۲	۳
۴. می‌توانم بر تجارب پرسترسی از این دست به‌خوبی غلبه کنم.	۰	۱	۲	۳
۵. می‌دانم برای غلبه کردن بر چنین موقعیتی چکار باید بکنم.	۰	۱	۲	۳
۶. در مواجهه با چنین موقعیتی عصبی می‌شوم.	۰	۱	۲	۳
۷. این اتفاق، تأثیر منفی زیادی روی من می‌گذارد.	۰	۱	۲	۳
۸. در این موقعیت فردی وجود دارد که به من کمک می‌کند.	۰	۱	۲	۳
۹. پیامد وقوع چنین اتفاق‌های پرسترسی برایم کاملاً منفی است.	۰	۱	۲	۳
۱۰. این اتفاق بر زندگی من اثرهای جدی می‌گذارد.	۰	۱	۲	۳
۱۱. برای غلبه بر استرس ناشی از این موقعیت، به منابع حمایتی مورد نیاز دسترسی دارم.	۰	۱	۲	۳
۱۲. برای غلبه بر استرس ناشی از این موقعیت، از مهارت‌های لازم برخوردارم.	۰	۱	۲	۳
۱۳. موقعیت‌های استرس‌زا تأثیری منفی روی من می‌گذارند.	۰	۱	۲	۳
۱۴. مواجهه با چنین تجارب استرس‌زایی، پیامدهای طولانی مدتی برایم به همراه دارد.	۰	۱	۲	۳
