

Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ahmet AKIN
Sümeyye ÖZKAYA

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD
Eğitim Fakültesi, Sakarya Üniversitesi
Sakarya, Türkiye

(Received: 23.12.2015, Accepted: 29.02.2016)

Özet

Bu çalışmanın amacı Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa formunu Türkçe'ye uyarlamak, geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. Araştırma 190 öğretmen üzerinde yürütülmüştür. Doğrulayıcı Faktör Analizinde 9 maddeden oluşan üç boyutlu (anlam, haz, meşguliyet) modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2= 51.12$, $sd= 24$, $RMSEA= .077$, $CFI= .91$, $IFI= .91$, $SRMR= .069$, $GFI= .94$). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı anlam alt boyutu için .63, meşguliyet alt boyutu için .69, haz alt boyutu için .54 ve ölçeğin tamamı için .78 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk Yönelimleri, geçerlik, güvenilirlik, doğrulayıcı faktör analizi

Adaptation of the Orientations to Happiness Scale Short Form to Turkish: Validity and Reliability Study

Abstract

This study investigated the validity and reliability of the Turkish Version of the Orientations to Happiness Scale Short Form. The study group consisted of 190 teachers. Results of confirmatory factor analysis demonstrated that the nine items loaded on three factors (meaning, pleasure, engagement; $\chi^2= 51.12$, $df= 24$, $RMSEA= .077$, $CFI= .91$, $IFI= .91$, $SRMR= .069$, $GFI= .94$). Internal consistency reliability coefficients were .63 for meaning subscale, .69 for engagement subscale, .54 for pleasure subscale, and .78 for overall scale. These results demonstrate that the Turkish Version of the Orientations to Happiness Scale is a valid and reliable instrument.

Keywords: Orientations to happiness, validity, reliability, confirmatory factor analysis

DOI: 10.18656/jee.85506

GİRİŞ

Mutluluk kavramı geçmişten günümüze farklı şekillerde incelenmiş ve yorumlanmış, özellikle de son yıllarda oldukça fazla ele alınan bir konu haline gelmiştir. Bu ilgi artışının en temel sebebi; psikolojinin yalnızca işlevsiz yönlerinin değerlendirilmesini eleştiren ve gelişim süreci dikkate alındığında henüz yolun başında olduğu düşünülen Pozitif Psikoloji akımı olarak görülmektedir (Martin, 2007; Scorsolini-Comin, Fontaine, Koller, & Santos, 2013). Mutluluğun nelere bağlı olduğu ve etkileri üzerine yapılan çalışmalar, bu akımın ilk yıllarından itibaren katlanarak artmıştır (Hart & Sasso, 2011; Veenhoven, 2009).

Mutluluk olgusunu psikolojik açıdan önemli ve araştırılmaya değer kılan başlıca neden bireylerin sağlığı, yaşam kalitesi ve gelecek beklentileri üzerindeki etkisidir (Akin & Satici, 2011). Yaşam doyumu ile yakından ilişkili olan mutluluğun; üretkenlik, hafıza, dikkat ve motivasyon gibi işlevleri artırdığı belirtilmiştir (Albuquerque, de Lima, Figueiredo, & Matos

2012). Ayrıca mutlu bireyler psikolojik işlev bozuklukları, bağımlılıklar, psikososyal sorunlar ve benzeri olumsuzluklarla daha az karşılaşmaktadır (Keyes, Frederickson, & Park, 2012).

İnsanların ‘nasıl’ mutlu olduğu pek çok araştırmacı ve düşünür tarafından ele alınmıştır (Kesebir & Diener, 2009). Mutluluğu ve sıklıkla onunla eş anlamlı olarak kullanılan öznel iyi oluşu genel geçer bir biçimde tanımlamak oldukça zordur (Diener, Kesebir, & Tov, 2009). Birçok mutluluk tanımında bireyin yoğun olarak olumlu duygular yaşaması vurgulanır (Diener, 2000). Ancak “daha az acı ve daha fazla haz” ilkesi yalnızca hedonik mutluluk olarak da ifade edilebilecek, mutluluk yönelimlerinin tek bir boyutuna işaret etmektedir (Peterson, Park, & Seligman, 2005). Bununla birlikte insanların yaşamlarında mutluluğa ulaşmak için kullandıkları ve Mutluluk Yönelimleri Ölçeği’nin (MYÖ) de yapısını oluşturan üç temel yönelim bulunmaktadır; haz odaklı yaşam, anlam odaklı yaşam ve meşguliyet odaklı yaşam (Seligman, 2002; Seligman, Park, & Steen, 2004).

Haz odaklı yaşam, olumlu deneyimleri artırmayı, hoşla gitmeyen yaşantılardan kaçınarak doyum sağlamayı amaçlayan ve temelinde hedonizmin bulunduğu mutluluk çeşididir (Anic & Tončić, 2013). Antik çağ filozoflarından Aristippus’un düşüncelerine dayanan hedonizm görüşü, mutluluk için yaşamdan olabildiğince fazla zevk almanın gerekli olduğunu savunur (Akin, 2013). Hazzı mutluluğun ana kaynağı olarak gören bireyler için eğlence ve olumlu duygular ön plandadır. Günlük yaşantıda sıklıkla olumlu duygular hissetmenin mutluluk ve uzun süreli iyi oluş üzerinde belirleyici olabildiği ifade edilmiştir (Schueller & Seligman, 2010). Mutluluk ile psikolojik iyi olma halinin duygusal boyutunun yanında bilişsel bir boyutu da bulunmakta ve bu boyutu bireyin öznel değerlendirmesine dayanan yaşam doyumunu oluşturmaktadır (Kashdan, Biswas-Diener, & King, 2008). Haz odaklı mutluluk yönelimine sahip bireyler yaşam doyumunu, kendilerine anlık mutluluk veren, olumlu hissetmelerini sağlayan aktivitelere yönelerek sağlamaktadır.

Tüm insanların yaşamdaki en genel amaçlarından birinin mutluluk olduğu bilinmektedir (Begum, Jabeen, & Awan, 2014). Ancak tüm insanların mutluluk için yalnızca memnuniyet duymaya ve yaşamdan zevk almaya yöneldiğini söylemek mümkün değildir. Anlam odaklı mutluluk yönelimi, hazcılığın aksine bireyin kendinden büyük bir varlık veya amaca örneğin adalet, insanlık, aile ya da topluma katkıda bulunarak mutlu olmasıdır (Seligman, 2002). İlk kez Aristoteles’in dile getirdiği ve *eudaimonia* olarak isimlendirilen bu mutluluk türü, bireyin kendi gerçek benliğini tanıyıp potansiyelini gerçekleştirerek, anlamlı bulduğu amaç için çabalayarak ve yaşamına değer katacak faaliyetlerle sağladığı mutluluktur (Ryan & Deci, 2001). Anlama dayalı mutluluk, bireyin yaşamına dair geniş bir farkındalık ve amaç oluşturmalarını gerektirmektedir (Stone & Mackie, 2013). Aristoteles ayrıca hazcılığı daha aşağı bir mutluluk şekli olarak görmüş, erdemli amaçlar için yaşamının bireyleri gerçek mutluluğa ulaştıracağını savunmuştur (Ryan & Deci, 2001).

Anlama dayalı mutluluk yönelimi, bireye uzun vadede ödüllendirici sonuçlar getirirken, haza dayalı mutluluk yönelimi keyif sunmaktadır (Stone & Mackie, 2013). İnsanlar aynı faaliyet veya davranışı, farklı mutluluk yönelimleri ve farklı amaçlarla gerçekleştirebilir (Walker, Winn, & Lutjens, 2012). Peterson ve diğerlerine (2005) göre hiçbir mutluluk yönelimi bulunmayan insanlar yaşam doyumunu sağlayamazken, dolu bir yaşam için ise her üç mutluluk yönelimine de sahip olmak gerekir.

Mutluluk Yönelimleri Ölçeğinin üçüncü boyutunu oluşturan meşguliyet yönelimi ise kişinin duyduğu övünçle alakalıdır ve tamamıyla yapılan işe yoğunlaşmayı ifade eden, Csikszentmihalyi tarafından ortaya atılmış ‘akış’ halini (*flow state*) temel almaktadır (Kavčić & Avsec, 2014). Csikszentmihalyi (1990) akışı kişinin kendisini yaptığı işe tamamen kaptırması ile oluşan derin bir motivasyon ve memnuniyet hali olarak açıklar. Öyle ki kişi yalnızca yaptığı işin farkındadır ve zamanın nasıl geçtiği dahi anlaşılmaz. Akış, bireyin yeteneğinin yaptığı iş ile tam olarak örtüştüğünde ve zorlayıcı olmayan bir çaba halinde gerçekleşir (Hool, 2011). Bireyin ilgisini çeken meşguliyetlere yoğunlaşma fırsatı bulması ve akış hali, mutluluk için bir kaynaktır (Diener, Lucas, & Oishi, 2002). Meşguliyet yönelimi,

olumlu hislere dayanmadığı ve akış halinin gerçekleştiği her sürecin anlamlı olması gerekmediği için diğer yönelimlerden bağımsız (Hool, 2011; Peterson, Park, & Seligman, 2005) ancak aynı zamanda haz ve anlam yönelimlerini tamamlar niteliktedir (Martin-Krumm ve diğerleri, 2014).

Daha uzun süredir ele alınan haz ve anlam yönelimleri yanında akış halini temel alan meşguliyetin de bir mutluluk yönelimi olarak değerlendirildiği ve mutluluk yönelimlerinin psikometrik olarak incelenmesini amaçlayan ilk çalışma Peterson ve diğerleri (2005) tarafından geliştirilen Mutluluk Yönelimleri Ölçeğidir. Bireylerin mutluluk düzeyini ölçmek için pek çok psikolojik ölçme aracı geliştirildiyse de (Chen, 2010), mutluluğun kaynaklarını yani bireylerin bunun için hangi yolları seçtiğini inceleyen bir ölçme aracına da ihtiyaç duyulmaktadır. Mutluluk Yönelimleri Ölçeği orijinal formu Köse (2015) tarafından mutluluk yönelimlerinin kültüre bağlı olarak nasıl farklılık gösterdiğini inceleyen bir araştırmada Türkçe'ye uyarlanarak kullanılmıştır. Ölçeğin 18 maddelik ilk halinin incelendiği ve uyarlandığı bir çok çalışmada, bazı maddelerin orijinal formun faktör yapısından farklı alt boyutlarla ilişkili olduğu görülmüştür (Anic & Tončić, 2013; Chen, 2010; Köse, 2015; Martin-Krumm ve diğerleri, 2014; Ruch, Harzer, Proyer, Park, & Peterson, 2010;).

Ruch, Martínez-Martí, Heintz ve Brouwers (2014), geniş çaplı araştırmalarda daha kullanışlı olacağı düşüncesine de dayanarak ölçeğin kısa formunu geliştirmiştir. Çalışmada kısa formun faktör yapısının orijinal versiyonu desteklemesinin yanı sıra birden fazla faktöre giren madde bulunmadığı rapor edilmiştir (Ruch ve diğerleri, 2014). Türkçe literatürde konu ile ilgili olarak gerçekleştirilecek çalışmalara kolaylık sağlaması adına ölçeğin kısa formunun uyarlanmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı bireylerin yaşam doyumuyla yakından ilişkili olduğu görülen mutluluğa ulaşma yollarını inceleyen Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın verileri 190 öğretmenden elde edilmiştir. Katılımcıların 107'si (%56) kadın, 83'ü (%44) erkektir ve yaşları 21 ile 65 arasında değişmektedir.

Veri Toplama Aracı

Mutluluk Yönelimleri Ölçeği (MYÖ): Peterson, Park ve Seligman (2005) tarafından bireylerin mutluluğa ulaşma yollarını incelemek amacıyla geliştirilen orijinal ölçek formu; anlam, meşguliyet ve haz olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyutta 6 maddenin bulunduğu orijinal form, 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin üç alt boyutuyla da yaşam doyumu arasında pozitif yönlü ilişkili olduğu bulunmuştur (sırasıyla; $r = .26, .30$ ve $.17$). MYÖ'nün orijinal formu birçok dile uyarlanmış ve çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelendiği farklı araştırmalarda kullanılmıştır (Chen, 2010; Martin-Krumm ve diğerleri, 2014; Ruch ve diğerleri, 2010; Schueller & Seligman, 2009; Vella-Brodrick, Park, & Peterson, 2009; Wagner ve diğerleri, 2014; Köse, 2015). Peterson ve diğerleri (2005) iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarını anlam, meşguliyet ve haz alt boyutları için sırasıyla $.82, .72$ ve $.82$ olarak bulmuştur. Ölçeği Türkçe'ye uyarlayan Köse (2015) ise iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarını anlam, meşguliyet ve haz alt boyutları için sırasıyla $.70, .66$ ve $.64$ olarak rapor etmiştir.

Bu çalışmada Türkçe'ye uyarlanan Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu, Ruch ve diğerleri (2014) tarafından ölçeğin uzun formu kısaltılarak oluşturulmuştur. Anlam, meşguliyet ve haz alt boyutlarından oluşan kısa formda her alt boyutta 3 madde olmak üzere toplamda 9 madde bulunmaktadır. Ölçek, 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir ('1'Bana Hiç Uygun Değil - '5' Bana Tamamen Uygun). Ruch ve arkadaşları (2014), iç

tutarlılık güvenilirlik katsayılarını; anlam, meşguliyet ve haz alt boyutları için sırasıyla .71, .65 ve .63 olarak bulmuştur.

İşlem

Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçeye uyarlanması çalışmasında ilk olarak e-mail yoluyla iletişim kurularak gerekli izin alınmıştır. Bunun ardından ölçeğin İngilizce formu, iyi düzeyde İngilizce bilen 2 öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar geri tercüme edilerek İngilizce formla arasındaki tutarlılık değerlendirilmiştir. Daha sonra Türkçe form anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ile ölçme ve değerlendirme alanındaki 3 öğretim üyesine inceletilerek anlaşılmayan ya da birden çok anlamı olan ifadeler araştırılmış ve görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapılmıştır. MYÖ'nün geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği incelenmiştir. Yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. MYÖ'nün güvenilirliği iç tutarlılık yöntemiyle, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonuyla incelenmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 13.0 ve LISREL 8.54 (Jöreskog & Sorbom, 1996) programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Güvenirlik ve Madde Analizi

Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu'nun maddelerinin ayırt etme gücünü belirlemek amacıyla madde analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .28 ile .56 arasında sıralandığı görülmüştür. Bulgular Tablo 1'de görülmektedir. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları anlam alt boyutu için .63, meşguliyet alt boyutu için .69, haz alt boyutu için .54 ve ölçeğin tamamı için .78 olarak bulunmuştur.

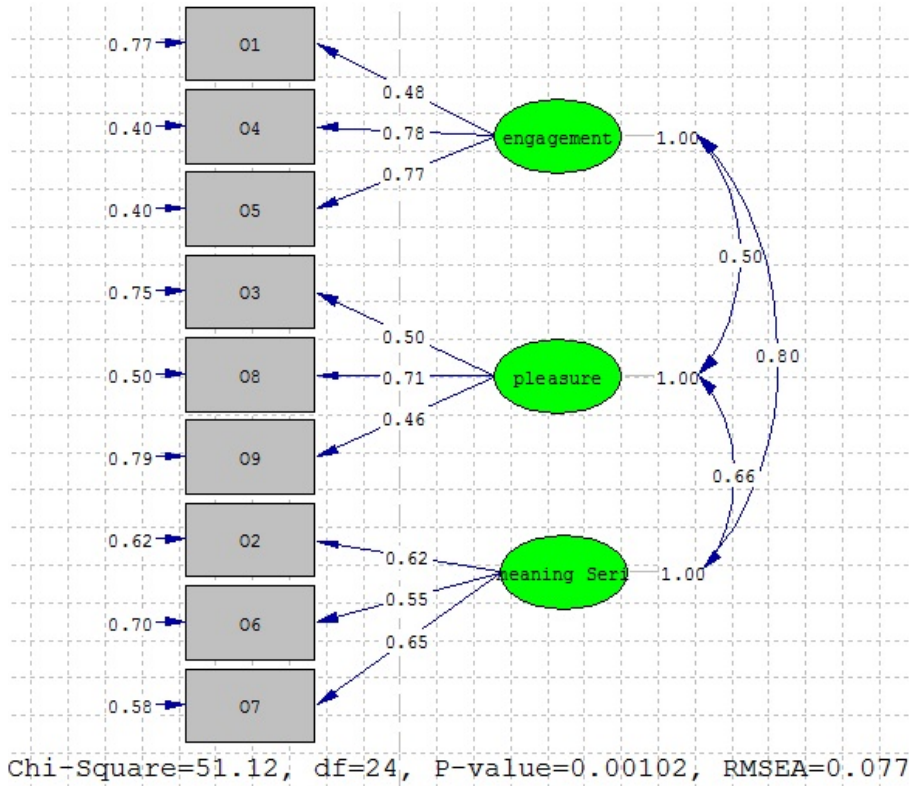
Tablo 1. Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formunun Düzeltilmiş Madde-Toplam Korelasyonları

Faktör	Madde no	Düzeltilmiş madde toplam korelasyonu	Faktör	Madde no	Düzeltilmiş madde toplam korelasyonu
Meşguliyet	1	.51	Anlam	2	.52
	4	.53		6	.44
	5	.56		7	.53
Haz	3	.42			
	8	.48			
	9	.28			

Yapı Geçerliği

Doğrulayıcı Faktör Analizi

MYÖ'nün yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmış ve Türkçe Formun yapısının orijinal kısa formun yapısıyla örtüştüğü görülmüştür. Ölçeğin uyum indeksleri ($\chi^2= 51.12$, $sd= 24$, $RMSEA= .077$, $CFI= .91$, $IFI= .91$, $SRMR= .069$, $GFI= .94$) üç boyutlu MYÖ'nün iyi uyum verdiğini ortaya koymuştur (Hu ve Bentler, 1999). Doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formu'na İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, Ruch ve diğerleri (2014) tarafından geliştirilen Mutluluk Yönelimleri Ölçeği Kısa Formunun Türkçeye uyarlanması ile oluşturulan Türkçe formun geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği DFA ile incelenmiştir. DFA için uyum indeksi sınırları göz önüne alındığında, modelin iyi uyum verdiği ve ölçeğin üç boyutlu orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyduğu görülmektedir (Hu & Bentler, 1999).

Ölçeğin bütünü için güvenilirlik katsayılarının yüksek bulunması, güvenilirliğin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Ancak haz ve meşguliyet alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları .70 ölçütüne göre düşüktür (Sipahi, Yurtkoru, & Çinko, 2008). Madde analizi sonucunda madde-toplam korelasyon katsayılarının .30 ölçütünü karşıladığı görülmüştür. Buna göre madde toplam korelasyon katsayılarının yeterli düzeyde olduğu görülmektedir.

MYÖ'nün Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara göre ölçeğin kullanıma hazır olduğu belirtilebilir. Güvenirlik katsayılarının görece düşük olmasından dolayı ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin incelenmesi oldukça önemlidir. Bu çalışmanın sadece öğretmenler üzerinde yürütülmüş olması dolayısıyla ölçeğin farklı yaş ve eğitim düzeyindeki gruplara uygulanması, bu değişkenlerin mutluluk yönelimleri üzerindeki etkisini incelemeyi de sağlayacağından gerekli görülmektedir. Bununla birlikte ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış farklı ölçme araçları ile arasındaki ilişki incelenebilir.

KAYNAKLAR

- Akın, A. (2013). *Güncel psikolojik kavramlar 1: Pozitif psikoloji*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınları.
- Akın, A., & Satıcı, S. A. (2011). Öznel Mutluluk Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 65-77.

- Albuquerque, I., de Lima, M. P., Figueiredo, C., & Matos, M. (2012). Subjective well-being structure: Confirmatory factor analysis in a teachers' Portuguese sample. *Social indicators research*, 105(3), 569-580.
- Anic, P., & Tončić, M. (2013). Orientations to happiness, subjective well-being and life goals. *Psihologijske teme*, 22(1), 135-153.
- Begum, S., Jabeen, S., & Awan, A. B. (2014). Happiness: a psycho-philosophical appraisal. *Dialogue*, 9(3), 314.
- Chen, G. H. (2010). Validating the orientations to happiness scale in a Chinese sample of university students. *Social Indicators research*, 99(3), 431-442.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper and Row.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Kesebir, P., & Tov, W. (2009). Happiness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (s. 147-160). New York: Guilford.
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology*, (s. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Hart, K. E., & Sasso, T. (2011). Mapping the contours of contemporary positive psychology. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 52(2), 82-92.
- Hool, K. (2011). *Character strengths, life satisfaction and orientations to happiness-A study of the Nordic countries*. (Master thesis). University of Bergen, Norway.
- Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structural analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Kashdan, T. B., Biswas-Diener, R., & King, L. A. (2008). Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *The Journal of Positive Psychology*, 3(4), 219-233.
- Kavčič, T., & Avsec, A. (2014). Happiness and pathways to reach it: Dimension-centred versus person-centred approach. *Social Indicators Research*, 118(1), 141-156.
- Kesebir, P., & Diener, E. (2009). In Pursuit of Happiness: Empirical Answers to Philosophical Questions. In E. Diener (Ed.), *The Science of Well-Being* (Vol. 37, s. 59-74). Netherlands: Springer.
- Keyes, C., Frederickson, B., & Park, N. (2012). Positive psychology and the quality of life. In C. Keyes, B. Frederickson & N. Park (Eds.), *Handbook of social indicators and quality of life research*, (s. 99-112). Netherlands: Springer.
- Köse, İ. A. (2015). Psychometric properties of the Orientations to Happiness Scale and measurement invariance between samples of Turkish and Russian University students. *Social Indicators Research*, 122(3), 945-959.
- Martin, M. W. (2007). Happiness and virtue in positive psychology. *Journal for the theory of Social Behaviour*, 37(1), 89-103.
- Martin-Krumm, C., Kern, L., Fontayne, P., Romo, L., Boudoukha, A., & Boniwell, I. (2014). French Adaptation of the Orientation to Happiness Scale and its relationship to quality of life in French students. *Social Indicators Research*, 1-23.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25-41.
- Ruch, W., Harzer, C., Proyer, R. T., Park, N., & Peterson, C. (2010). Ways to happiness in German-speaking countries: The adaptation of the German version of the Orientations

- to Happiness Questionnaire in paper-pencil and internet samples. *European Journal of Psychological Assessment*, 26(3), 227-234.
- Ruch, W., Martínez-Martí, M. L., Heintz, S., & Brouwers, S. A. (2014). Short Form of the Orientations to Happiness Questionnaire for the German-Speaking Countries. *Swiss Journal of Psychology*, 73(4), 225-234.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Schueller, S. M., & Seligman, M. E. (2010). Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(4), 253-263.
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Koller, S. H., & Santos, M. A. D. (2013). From authentic happiness to well-being: The flourishing of positive psychology. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 663-670.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., Parks, A. C., & Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1379-1381.
- Sipahi, B. Yurtkoru, E. S., & Çinko, M. (2008). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Stone, A. A., & Mackie, C. (Eds.) (2013). *Subjective well-being: Measuring happiness, suffering, and other dimensions of experience*. Washington DC: The National Academies Press.
- Veenhoven, R. (2009). World database of happiness: Tool for dealing with the 'data-deluge'. *Psychological Topics*, 18, 221-222.
- Vella-Brodrick, D., Park, N., & Peterson, C. (2009). Three ways to be happy: Pleasure, engagement, and meaning-Findings from Australian and US samples. *Social Indicator Research*, 90, 165-179.
- Wagner, L., Conrad, D., Gajić, N., Kácha, O., Martinović, K., Skvortsova, A., van Doeselaar, L., & Voitenko, D. (2014). Examining adolescents' well-being: How do the orientations to happiness relate to their leisure time activities? *Journal of European Psychology Students*, 5(2), 8-12.
- Walker, C. O., Winn, T. D., & Lutjens, R. M. (2012). Examining relationships between academic and social achievement goals and routes to happiness. *Education Research International*, 1, 1-7.

EXTENDED ABSTRACT

Happiness has been investigated and interpreted in many different dimensions from past to present, especially in recent years it has become a popular topic that is discussed too much. Its effects on health, life quality, and future expectations of individuals, makes happiness important and worth to investigate (Akin & Satici, 2011). The aim of this study is to adapt the Orientations to Happiness Scale Short Form (Ruch et al., 2014) to Turkish and to examine its psychometric properties.

The original original OTH Scale which developed by Peterson et al., (2005) consists 18 items and three subscales. In their study Peterson et al. (2005) found Cronbach alpha coefficients as .82, .72 and .82 for the pleasure, engagement and meaning subscales of OTH, respectively. They also reported that each of the subscales had predicted life satisfaction; meaning with the highest score and pleasure with the lowest.

The OTH short form which developed by Ruch et al. (2014) is a nine-item (e.g., “Life is too short to postpone the pleasures it can provide.”) Likert-type scale focusing on measuring three ways of achieving happiness; meaning, pleasure and engagement. Each of three orientations of seeking happiness is measured by three items. Response options range from 1; not like me at all to 5; very much like me. Ruch et al. (2014) found Cronbach alpha coefficients as .54, .69, and .63 for the pleasure, engagement and meaning subscales, respectively.

The study group of the current study consisted of 190 teachers (107 females and 83 males). Primarily the scale was translated into Turkish by two academicians. After that the Turkish form was back-translated into English and examined the consistency between the Turkish and English forms. Turkish form has reviewed by three academicians from educational sciences department. Finally they discussed the Turkish form and along with some corrections this scale was prepared for validity and reliability analyses. Confirmatory factor analysis (CFA) was executed to confirm the original short version of scale’s structure in Turkish culture. As reliability analysis internal consistency coefficients and the item-total correlations were examined.

Results of confirmatory factor analysis demonstrated that the nine items loaded on three factors (meaning, pleasure, engagement; $\chi^2= 51.12$, $df= 24$, $RMSEA= .077$, $CFI= .91$, $IFI= .91$, $SRMR= .069$ $GFI= .94$). Internal consistency reliability coefficients were .63 for meaning subscale, .69 for engagement subscale, .54 for pleasure subscale, and .78 for overall scale. The corrected item-total correlations of the scale ranged from .28 to .56. Overall findings demonstrated that short form of the OTH had sufficient validity and reliability scores and that it may be used as a valid and reliable instrument in order to assess orientations to happiness of individuals. Nevertheless, further studies that will use Turkish version of short form of OTH are important for its measurement force.