|  |  |
| --- | --- |
| Aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı, yanındaki kutucuklarda yer alan “1= Kesinlikle katılmıyorum” ile “7= Kesinlikle Katılıyorum” arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.

|  |
| --- |
| 1 2 3 4 5 6 7 |

 **Kesinlikle katılmıyorum Kesinlikle katılıyorum** |
| 1 | Herhangi bir anda ne kadar mutlu olduğum, hayatımın ne kadar değerli olduğunun göstergesidir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Eğer mutlu hissetmiyorsam, belki bende bir sorun vardır.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Hayattaki şeylere sadece kendi mutluluğumu etkiledikleri ölçüde değer veririm. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Genellikle olduğumdan daha mutlu olmak isterdim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Mutlu hissetmek benim için aşırı derece önemlidir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Mutlu olduğum zamanlarda bile mutluluğum konusunda endişeleniyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Anlamlı bir hayatım olması için çoğu zaman mutlu hissetmem gerekir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Orijinal Form:

Mauss, I. B., Tamir, M., Anderson, C. L., & Savino, N. S. (2011). Can seeking happi­ness make people unhappy? Paradoxical effects of valuing happiness. *Emotion, 11,* 807-815.

Türkçe Form:

Demirci, İ., Ekşi., H., Ekşi, F. (2018). Is happiness priceless? Valuing happiness can lead to unhappiness. ERPA International Congresses on Education 2018, 28 June -1 July 2018, Istanbul / Turkey.

Ölçeğin Puanlaması: Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Puanlar arttıkça mutluluğa verilen değer artmaktadır.

**\*Ölçeğin kullanılması için izin alınmasına gerek yoktur.**

\*\*\*(İzin almak için mail atmanıza gerek yoktur. Sadece ölçeği kullanacağınıza dair bilgilendirme maili atmanız yeterlidir.

**\*\*Ölçeğin kullanıldığı araştırmanın referans bilgilerinin gönderilmesi beklenmektedir.**

**İletişim adresi:** ibrahimdemircipdr@gmail.com