

مفهوم‌سازی خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی Conceptualizing Critical Self-Reflection in Islamic Sources

Mohammad Sadegh Shojaee

محمدصادق شجاعی^۱

Abstract

This research was done to conceptualize critical self-reflection in Islamic sources. The research method was a qualitative analysis of the content of religious texts used for understanding and psychologically inferring from Islamic sources (Shojaee, 2019). The documents which were investigated in this research consisted of the Holy Quran, Osoul Kafi, Mizan al-Hikmah, and Bahar al-Anwar. The sample was any word, phrase, or statement that was applied in the concept of critical self-reflection. Validation was done based on two indicators of validity and usefulness, applying a mixed approach (qualitative and quantitative). In the qualitative method, the inferences made from verses and narratives were given to three experts and they were asked to express their opinion about the components and dimensions of critical self-reflection. In the quantitative method, validity was checked based on the opinion of fourteen experts and the calculation of Content Validity Ratio (CVR) and Content Validity Index (CVI). The usefulness of the findings was measured based on the opinion of three experts and the calculation of the kappa coefficient. The final results showed 31 signs for critical self-reflection that was developed based on functional similarity in the form of five components of self-reflection and revision (7 signs), active self-monitoring (6 signs), realistic attitude to life (5 signs), striving for excellence (5 signs) and phenomenal self-awareness (4 signs). The CVR and CVI results were higher than 0.59 and 0.79, respectively, and the Kappa coefficient for all five components was in the relatively good to excellent range (1-0.20). Therefore, critical self-reflection is an active, purposeful and organized cognitive process by which a person examines and revises his/her cognitions, beliefs, thoughts, values, feelings, and behaviors. The measurement of critical self-reflection was investigated according to the areas of the life table (recreation and entertainment, social relations, moods, motivation, spirituality and religiosity, planning, health, livelihood, and work) and its result was specified in the form of "life status score" and the determination of individual's score from 1 to 10 in each axis.

Key words: self-reflection, conceptualization, critical thinking, Islamic psychology.

1. Assistant Professor of Psychology, Department of Ethics and Education, International Research Institute of Al-Mustafa International University, Qom, Iran) psyalmustafa@gmail.com
Received: 2023 March 30 Accepted: 2023 April 8

چکیده

این پژوهش با هدف مفهوم‌سازی خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی انجام شده است. روش پژوهش تحلیل کیفی محتوای متون دینی (شجاعی، ۱۳۹۹) بود که برای فهم و استنباط روان‌شناختی از منابع اسلامی کاربرد دارد. جامعه اسنادی پژوهش را قرآن کریم و کتاب‌های اصول کافی، میزان الحکمه و بحارالانوار تشکیل می‌داد. نمونه عبارت بود از هر واژه، عبارت یا گزاره‌ای که در مفهوم‌شناسی خوداندیشی انتقادی کاربرد داشته باشد. اعتبارسنجی براساس دو شاخص متقن و مفید بودن و با استفاده از دو روش کیفی و کمی انجام شد. در روش کیفی استنباط‌های انجام شده از آیات و روایات در اختیار سه نفر از کارشناسان قرار گرفت و از آنها خواسته شد که در مورد مؤلفه‌ها و ابعاد خوداندیشی انتقادی نظر خود را بیان کنند. در روش کمی متقن بودن براساس نظر چهارده نفر از متخصصان و محاسبه نسبت روایی محتوا (CVR) و شاخص روایی محتوا (CVI) بررسی شد. مفید بودن یافته‌ها براساس نظر سه کارشناس و محاسبه ضریب کاپا مورد سنجش قرار گرفت.

نتایج نهایی ۳۱ نشانه برای خوداندیشی انتقادی را نشان داد که براساس تشابه کارکردی در قالب پنج مؤلفه تأمل و بازنگری در خود (شامل ۷ نشانه)، خودنظارتی فعال (۶ نشانه)، نگرش واقع‌بینانه به زندگی (۵ نشانه)، تعالی‌جویی (۵ نشانه) و خودگاهی‌پدیداری (۴ نشانه) تدوین شد. نتایج CVR و CVI به ترتیب بالاتر از ۰/۵۹ و ۰/۷۹ و ضریب کاپا برای هر پنج مؤلفه در دامنه نسبتاً خوب تا عالی (۰/۴۰-۱) به دست آمد. در نتیجه خوداندیشی انتقادی یک فرایند شناختی فعال، هدفمند و سازمان یافته است که با استفاده از آن فرد به بررسی و بازنگری شناخت‌ها، باورها، تفکرات، ارزش‌ها، احساس‌ها و رفتارهای خود می‌پردازد. اندازه‌گیری خوداندیشی انتقادی با توجه به نواحی جدول زندگی (تفریح و سرگرمی، روابط اجتماعی، حالات خلقی، انگیزش، معنویت و دینداری، برنامه‌ریزی، سلامت، معیشت و کار) بررسی شد که نتیجه آن به صورت «نیمرخ وضعیت زندگی» و تعیین نمره فرد از ۱ تا ۱۰ در هر محور مشخص می‌شود.

واژگان کلیدی: خوداندیشی، مفهوم‌سازی، تفکر انتقادی، روان‌شناسی اسلامی

۱. استادیار روان‌شناسی، گروه اخلاق و تربیت، پژوهشگاه بین‌المللی جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران. psyalmustafa@gmail.com

مقدمه و بیان مسئله

یکی از موضوعات مهم و پرکاربرد در روان‌شناسی تفکر انتقادی است (میریک و یونگی، ۲۰۰۲^۱ و انیس، ۲۰۱۵). از نظر تاریخی ریشه تفکر انتقادی به آثار و اندیشه‌های جان دیویی^۲ (۱۹۱۰) برمی‌گردد. ماکس بلاک^۳ (۱۹۴۶) مفهوم تفکر انتقادی را وارد متون علمی کرد. تعریف‌ها و مفهوم‌سازی‌های مختلفی از تفکر انتقادی انجام شده است. لیپمن (۱۹۸۹) تفکر انتقادی را به معنای تفکر درست برای دستیابی به دانش قابل اعتماد درباره جهان تعریف می‌کند. توماس و سموث^۴ (۱۹۹۴) از تفکر انتقادی به «تفکر خوب» تعبیر کرده‌اند که رشد و موفقیت فرد در زندگی به آن بستگی دارد. از نظر فیشر (۲۰۰۱) تفکر انتقادی همان تفکر عقلانی است که فرد با تجزیه و تحلیل اطلاعات و جستجوی شواهد و مدارک معتبر به نتیجه‌گیری و تصمیم درست دست می‌یابد. پاول و ایلدر (۲۰۰۱)، ایلدر و پاول (۲۰۲۰) تفکر انتقادی را به فرایند استفاده از مهارت‌ها، توانایی‌ها و استراتژی‌های شناختی برای حل مسائل، تجزیه و تحلیل و ارزیابی نقطه‌نظرات، استدلال‌ها، تجربه‌ها، محاسبه احتمال‌ها و تصمیم‌گیری تعریف کرده‌اند.

درباره تفکر انتقادی پژوهش‌های زیادی انجام شده است (والر، ۲۰۲۱). در آغاز روان‌شناسان کوشیدند قلمرو مفهومی تفکر انتقادی را مشخص کنند؛ برای مثال هویت (۱۹۹۸) تفکر انتقادی را از سایر انواع تفکر مانند تفکر عادی^۵ (تفکر براساس تجارب گذشته بدون در نظر گرفته اطلاعات جدید)، طوفان فکری^۶ (گفتن هر چه به ذهن می‌رسد بدون ارزیابی)، تفکر خلاق^۷ (در کنار هم قرار دادن حقایق، مفاهیم و اصول به روش‌های جدید و مبتکرانه)، تفکر پیش‌داورانه^۸ (جمع‌آوری شواهد برای دفاع از یک برداشت و نظر خاص بدون تفکر و دقت لازم در باره آن) و تفکر احساسی^۹ (پاسخ دادن به جنبه‌های احساسی یک پیام بدون در نظر گرفتن محتوای آن) متمایز کرده‌اند. در برخی دیگر از پژوهش‌ها به مؤلفه‌ها و ابعاد تفکر انتقادی پرداخته شده است. از نظر انیس و همکاران (۱۹۹۱) و انیس (۲۰۱۸) دو عنصر اساسی در تفکر انتقادی وجود دارد؛ یکی روحیه انتقادی که شامل آمادگی‌ها، نگرش‌ها، خصوصیات ذهنی و صفات

1. Myrick, F. & Yonge, O.

2. Ennis, R. H.

3. John Dewey

4. Max Black

5. Thomas, G. & Smoot, G

6. habitual thinking

7. brainstorming

8. creative thinking

9. prejudicial thinking

10. emotive thinking

شخصی می‌شود و دیگری مهارت‌های لازم برای درک درست و ارزیابی مواردی مانند توانایی تحلیل، استدلال، تبیین و توجیه، ارزیابی و خودتنظیمی است. پروفِتو^۱ (۲۰۰۳) مؤلفه‌های تفکر انتقادی را در دو بعد گرایش (نگرش و انگیزه درونی فرد در برخورد با مسائل و تفکر درباره آن) و مهارت (فرایندهای شناختی مانند تجزیه و تحلیل، ترکیب و ارزیابی اطلاعات جمع‌آوری شده) طبقه‌بندی می‌کند. فاسیون (۲۰۰۱) تفکر انتقادی را شامل هفت مؤلفه جستجوی حقیقت، بینش تحلیلی، سازمان‌یافتگی، اعتماد به نفس، پختگی شناختی، گشودگی ذهنی و کنجکاوی می‌داند. تحقیقات نشان می‌دهد که تفکر انتقادی به رشد باورها و عملکردهای فرد کمک می‌کند (هویت، ۱۹۹۸؛ کایا و همکاران، ۲۰۱۸ و باری^۲ و همکاران، ۲۰۲۰)؛ بدین جهت پاول و ایلدر^۳ (۲۰۱۹، ص ۹) تفکر انتقادی را به هنر تجزیه و تحلیل و ارزیابی فرایندهای فکری با هدف بهبود و اصلاح آنها تعریف کرده‌اند.

تفکر انتقادی می‌تواند درباره موضوعات و پدیده‌های بیرونی یا موضوعات و فرایندهای مربوط به خود فرد به کار گرفته شود. هرگاه جهت‌گیری تفکر انتقادی به خود فرد باشد، در روان‌شناسی به آن «خوداندیشی انتقادی»^۴ می‌گویند (جونز^۵، ۲۰۱۰). از نظر بندورا (۱۹۷۷) خوداندیشی انتقادی یکی از توانایی‌های منحصر به فرد انسان است که افراد به وسیله آن خود را ارزیابی می‌کنند. به باور گیلبرت^۶ و همکاران (۲۰۰۹) خوداندیشی انتقادی نوعی فراشناخت می‌باشد که با به‌کارگیری آن فرد به چگونگی رفتار خود اهمیت می‌دهد و در این باره می‌اندیشد که چگونه زندگی خود را پیش برده است و چه دلایلی برای تغییر آن وجود دارد؛ بنابراین هدف خوداندیشی انتقادی این است که افراد رشد یابند (پوپونیک، ۲۰۱۴). با این حال خوداندیشی انتقادی می‌تواند حالت نابهنجار و منفی به خود بگیرد؛ زیرا افراد با توجه به اینکه رفتارهای آنها تا چه اندازه معیارهای شخصی آنها را برآورده می‌سازد، رفتارهای خود را ارزیابی کرده، به صورت مثبت یا منفی به آنها واکنش نشان می‌دهند.

برخی پژوهشگران (استیونسون و اکرم، ۲۰۲۲^۷) جنبه‌های منفی خوداندیشی انتقادی را بسیار برجسته کرده و گفته‌اند خوداندیشی انتقادی اثر منفی دارد؛ زیرا افراد گرایش دارند ملاک‌ها و

1. Profetto, M.G (2003)
 2. Barry, A.
 3. Paul, R. & Elder, L
 4. Critical Self Thinking
 5. Jones, R.
 6. Gilbert, A.
 7. Stevenson, J. & Akram, U.

استانداردهایی را برای خود در نظر گیرند که کمال‌گرایانه هستند و به سبب عدم دسترسی به آن همواره خود را سرزنش می‌کنند. افرادی با خوداندیشی انتقادی احساس می‌کنند که نسبت به ملاک‌ها و استانداردها فاصله زیادی دارند و این حالت احساس ناکامی مزمن را در آنها پدید می‌آورد (دونکلی^۱ و همکاران، ۲۰۰۳؛ ونینچاک^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). شواهدی تجربی نیز از این دیدگاه حمایت می‌کند. لویو، سچانبرگ و دینجر (۲۰۲۰) با مرور نظام مند^۳ ۵۶ پژوهش ارتباط بالای خوداندیشی انتقادی را با اختلالات روانی نشان داده‌اند.

انگرام^۴ (۱۹۹۰) دو نوع خوداندیشی انتقادی بهنجار و نابهنجار را از هم متمایز کرد. وی برای اشاره به خوداندیشی نابهنجار اصطلاح «غرقه شدن در خود»^۵ را به کار برده است که براساس سه ویژگی شدت،^۶ طول مدت^۷ و انعطاف ناپذیری^۸ مشخص می‌شود. براساس این برداشت خوداندیشی انتقادی در صورتی نابهنجار است که بیش از اندازه افراطی، طولانی مدت و سخت‌گیرانه^۹ باشد. تامپسون و زوروف (۲۰۰۴) خوداندیشی انتقادی ناکارآمد^{۱۰} (نابهنجار) را به دو نوع مقایسه‌ای^{۱۱} و درونی شده^{۱۲} طبقه‌بندی کرده‌اند. از نظر آنها پایه و اساس خوداندیشی انتقادی را خودارزیابی^{۱۳} تشکیل می‌دهد. فرد در خوداندیشی مقایسه‌ای همواره خود را به صورت منفی با دیگران مقایسه می‌کند که نتیجه آن خصومت و تضادورزی است؛ درحالی‌که در خوداندیشی درونی شده ویژگی‌های فرد با دیگران مقایسه نمی‌شود، بلکه از دیدگاه خود فرد و با توجه به استانداردهایی سنجیده می‌شود که خود وی در نظر گرفته است. ویرپلانکین^{۱۴} و همکاران (۲۰۰۷) استدلال کرده‌اند که خوداندیشی بهنجار و نابهنجار را براساس اینکه تا چه اندازه به رشد شخصی ما کمک می‌کند یا از آن بازداری به عمل می‌آورد، می‌توان از یکدیگر تشخیص داد.

شواهد زیادی در تأیید این دیدگاه وجود دارد که نشان می‌دهد خوداندیشی انتقادی، گرچه می‌تواند شکل افراطی و نابهنجار به خود بگیرد، ولی در یک سطح بهینه، کارکرد مثبت

1. Dunkley, D.
2. Vnenchak, K.
3. systematic review
4. Ingram
5. self-absorption
6. intensity
7. duration
8. inflexibility
9. Strict
10. dysfunctional critical self-thinking
11. comparative
12. internalized
13. self-evaluation
14. Verplanken, B

می‌تواند داشته باشد (کالویلد و هایس، ۲۰۱۶)؛ زیرا خوداندیشی انتقادی صرفاً به معنای درک شناخت‌ها و تصوراتی نیست که روی رفتار ما تأثیر منفی گذارند، بلکه به معنای زیرسؤال بردن این شناخت‌ها و باورها و فکر کردن به شیوه‌های معقولانه‌تر است (استین، ۲۰۰۰). معمولاً فردی که درباره خویش‌تن تفکر انتقادی دارد، عادت‌های رفتاری خود را کنار می‌گذارد و شیوه‌های رفتاری دیگری را جایگزین آن می‌کند. از نظر پاری (۲۰۰۲) با خوداندیشی انتقادی فرد مدام در حال شک کردن درباره خویش است و به نوعی درباره خود عقیده قطعی ندارد؛ رویه‌ها و قواعدی را که در زندگی به کار می‌گیرد، آسان و بدون نقد نمی‌پذیرد و مدام درباره نادرستی آن کنکاش می‌کند. از نظر فیشر^۳ (۲۰۰۳) خوداندیشی انتقادی سبب می‌شود فرد مهارت فکر کردن در سطح بالاتر را به دست آورد. از نظر وی فرد دارای ویژگی خوداندیشی انتقادی، آن کسی است که اقدامات خود را بررسی می‌کند و همواره به این می‌اندیشد که چگونه می‌تواند عملکرد خود را بهبود بخشد و اندیشه‌های رشدگرایانه خود را عملی سازد.

کارکردهای مثبت خوداندیشی انتقادی در پژوهش‌های مختلف به اثبات رسیده است؛ مثلاً بوث^۴ (۲۰۰۱) با پژوهش‌هایی دریافت، خوداندیشی انتقادی به افراد کمک می‌کند تا مسئولیت رفتارهای خود را برعهده گیرند. این افراد می‌فهمند که اولویت‌های شان در زندگی چیست، با ظرفیت‌ها و قابلیت‌های خود آشنا می‌شوند، ایده‌های جدید را راحت‌تر می‌پذیرند و بهتر می‌توانند رفتار و عملکرد خود را نقد کنند. یافته‌های موريسانو^۵ و همکاران (۲۰۱۰) نشان داد خوداندیشی انتقادی به افراد کمک می‌کند بتوانند انتظارات خود را مدیریت کنند و زندگی اجتماعی خود را تغییر دهند. بنابر برخی پژوهش‌ها خوداندیشی انتقادی سبب می‌شود افراد اعتماد به نفس بیشتری داشته باشند (بوث، ۲۰۰۱) و مهارت‌ها، توانایی‌ها و تفکرات خود را توسعه دهند (پاول و ایلدر، ۲۰۱۹). کارکرد خوداندیشی انتقادی در حیطه‌های شغلی نیز مورد توجه قرار گرفته است. تحقیقات نشان می‌دهند وقتی افراد از خانواده دور می‌شوند و به محل کار می‌روند؛ خوداندیشی انتقادی موجب می‌شود بتوانند درباره هویت حرفه‌ای خود بیندیشند و حرفه یا شغلی مناسب پیدا کنند (لایریو^۶ و همکاران، ۲۰۱۱).

در دهه‌های گذشته، برنامه‌های زیادی رواج یافته که ادعا کرده‌اند می‌توانند خوداندیشی

1. Caldwell, C. & Hayes, L. A.
2. Stein, D.
3. Fisher, K.
4. Booth, A.
5. Morisano, D.
6. Lairio, M.

انتقادی را در مدرسه افزایش دهند (گون، ۲۰۱۱^۱ و استین، ۲۰۰۰^۲). بررسی تجربی این برنامه‌های آموزشی هنوز مراحل اولیه خود را می‌گذراند، اما براساس یافته‌های روان‌شناسی شناختی پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت‌هایی مانند خودبازبینی، خودنظم‌دهی، خودارزیابی، ارتباط مؤثر و حل مسئله می‌تواند برای بهبودبخشی خوداندیشی انتقادی به کار گرفته شود (سیگل، ۱۹۸۸ و البشیر، ۲۰۲۱^۴).

هدف خوداندیشی انتقادی به چالش کشیدن شناخت‌ها و باورهای تهدیدآمیزی است که از راه خودبازبینی شناسایی می‌شوند. در یادگیری خوداندیشی انتقادی افراد باید بتوانند عادت‌های مخرب خود را کنار گذارند و قواعد رفتاری جدیدی را در پیش گیرند (استروناچ^۵ و همکاران، ۲۰۰۷، ص ۱۸۰). تحقیقات نشان می‌دهند افرادی که مغرور و خودخواه هستند، نمی‌توانند از خوداندیشی انتقادی به خوبی بهره‌مند شوند (بولام^۶ و همکاران، ۲۰۰۳).

ادیات خوداندیشی انتقادی اختصاص به روان‌شناسی ندارد. در منابع اسلامی نیز مفاهیم و گزاره‌های زیادی وجود دارد که با خوداندیشی انتقادی در ارتباط است؛ مثلاً خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: عَلَيْكُمْ أَنْفُسُكُمْ؛ مراقب خود باشید (مائده، ۱۰۵). در این آیه دستور است که با نگاه انتقادی به خود و عملکرد خود بنگرید (طبری، ۱۴۱۲، ج ۷، ص ۶۱). در منابع اسلامی معیار خوداندیشی انتقادی معروف و منکر است (ابن ابی‌حاتم، ۱۴۱۹، ج ۴، ص ۱۲۲۷) که با نوعی «بصیرت به خویشتن» صورت می‌گیرد. خداوند می‌فرماید: وَ فِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ؛ و در وجود خودتان چرا دقت نمی‌کنید! (ذاریات، ۲۱). بصیرت به خویشتن بیانگر مؤلفه شناختی و اشاره به این است که خوداندیشی انتقادی بدون تأمل و بازنگری در خود امکان‌پذیر نیست.

به نظر می‌رسد یکی از دلایل اصلی توصیه به خوداندیشی انتقادی در آیات و روایات، آسیب‌پذیری افراد در برابر هوای نفس و شیطان است؛ بدین جهت خداوند از زبان یوسف علیه السلام می‌فرماید: وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ اِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ؛ من هرگز نفس خویش را تبریئه نمی‌کنم که نفس بسیار به بدی‌ها امر می‌کند (یوسف، ۵۳). در روایتی از امام علی علیه السلام است که نفس همچون منافق چاپلوسی می‌کند و خود را چون دوستی مهربان و دلسوز جلوه می‌دهد و همین که فریب داد و بر فرد چیره شد؛ با خودخواهی و قلدری فرمان می‌راند و شخص را به هلاکت می‌رساند

1. Gün, B.
2. Stein, D.
3. Siegel, H.
4. Elbasheer, W. E.
5. Stronach, I.
6. Bolam, B.

(محمّدی ری شهری، ۱۳۸۷، ج ۱۲، ص ۳۱۰). یک بخش دیگر از دلایل توصیه به خوداندیشی انتقادی در آیات و روایات به حس خودبتربینی و غرور برمی‌گردد؛ از این رو خداوند در قرآن افراد را به خوداندیشی انتقادی دعوت کرده، خطاب به آنها می‌فرماید: **يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ؛** ای انسان! چه چیزی تو را در برابر پروردگارت مغرور کرده است؟ (انفطار، ۶). از نظر طبری (۱۴۱۲، ج ۳، ص ۵۵) و طبرسی (۱۴۱۲، ج ۴، ص ۴۵۴) هدف این آیه توصیه به بازاندهی در خویشتن است. در مرحله بعد خوداندیشی انتقادی به ناهمخوانی گفتار و رفتار مربوط می‌شود؛ برای مثال تعبیر **«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ؛** ای کسانی که ایمان آورده‌اید، چرا چیزی می‌گویید که انجام نمی‌دهید! این گناه بزرگی در نزد خداست که چیزی را بگویید که انجام نمی‌دهید» (صف، ۲).

خداوند در جای دیگر می‌فرماید: **«أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ؛** چگونه مردم را به نیکوکاری دستور می‌دهید و خودتان را فراموش می‌کنید در حالی که کتاب خدا را می‌خوانید. آیا نمی‌اندیشید!» (بقره، ۴۴). محتوای همه این آیات مربوط به خوداندیشی انتقادی می‌باشد. در روایات نیز به خوداندیشی انتقادی اشاره شده است؛ برای نمونه حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: کسی که خودش را اصلاح نکرده، چگونه می‌خواهد دیگری را اصلاح کند (لبی و اسطی، ۱۳۷۶، ص ۳۸۳) و یا اینکه: **طوبى لمن شغلته غيبته عن غيوب الناس؛** خوشا به حال کسی که توجه به عیبش، او را از توجه به عیب‌های مردم بازدارد (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۱، ص ۱۹۹). در جای دیگر آن حضرت علیه السلام می‌فرماید: **كُنْ فِي الْجِرْصِ عَلَى تَفَقُّدِ غُيُوبِكَ، كَعَدْوِكَ؛** برای پیدا کردن عیب‌هایت مثل یافتن دشمنت حریص باش! (ابن ابی الحدید، ۱۴۰۴، ج ۲، ص ۳۰۵)؛ همچنین در برخی روایات به محاسبه نفس توصیه می‌شود. امام علی علیه السلام می‌فرماید: **مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ وَقَفَّ عَلَى غُيُوبِهِ، وَأَحَاطَ بِذُنُوبِهِ وَاسْتَقَالَ الذُّنُوبَ وَأَصْلَحَ الْغُيُوبَ؛** هر کس به محاسبه نفس خود پردازد، به عیب‌هایش آگاه شود و به گناهانش پی ببرد و گناهان را جبران کند و عیب‌ها را برطرف سازد (لبی و اسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۳۵). در همه این موارد هدف اصلی شناخت عیب‌ها و برطرف کردن آنهاست؛ بدین جهت در روایات به رشد و ارتقای شخصی^۱ توصیه می‌شود و افرادی نکوهش می‌شوند که در جا می‌زنند و در یک مرحله تثبیت می‌شوند. رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: **مَنْ اسْتَوَى يَوْمًا فَهُوَ مَغْبُونٌ؛** کسی که دو روزش یکسان بگذرد، زیان کرده است (حرعاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۶، ص ۹۴).

1. Personal promotion

متون دینی اشراب شده است؛ با وجود این، پژوهشی با رویکرد اسلامی در زمینه خوداندیشی انتقادی انجام نشده است. برای اینکه خوداندیشی انتقادی در چرخه تولید علم دینی قرار گیرد، نخستین مرحله مفهوم‌سازی آن است. بنابر تعریف، مفهوم‌سازی فرایندی است که با آن معنای دقیق یک سازه با مشخص کردن نشانه‌های توصیفی مورد استفاده برای سنجش آن و در مرحله بعد طبقه‌بندی نشانه‌ها به گروه‌ها و زیرگروه‌ها به منظور تعیین جنبه‌های مختلف یک مفهوم به دست آید (بابی، ۲۰۲۱، ص ۱۲۹). پژوهش حاضر با هدف مفهوم‌سازی خوداندیشی انتقادی در آیات و روایات انجام شده است.

روش پژوهش

مطالعه حاضر یک پژوهش کیفی است که با هدف مفهوم‌سازی خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی صورت می‌گیرد. در گام نخست، این کار مستلزم آگاهی داشتن از تعاریف تئوریک و برداشت درست از مفهوم خوداندیشی انتقادی در روان‌شناسی بود که بدین منظور ادبیات و پیشینه خوداندیشی انتقادی در روان‌شناسی بررسی شد. در مرحله بعدی با توجه به تعاریف و دیدگاه‌های نظری، مفاهیم و گزاره‌های مرتبط با خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی گردآوری و با استفاده از روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی (شجاعی، ۱۳۹۹) تجزیه و تحلیل شد. پایه و اساس تحلیل کیفی محتوای متون دینی، پردازش فعال متن است که در آن پژوهشگر داده‌های متنی (مفاهیم، گزاره‌های متون دینی) را آن قدر کندوکاو و تحلیل می‌کند تا به ساخت‌های کلی معنا دست یابد. منظور از پردازش فعال متن عبارت است از عملیاتی که در آن داده‌ها گردآوری، تجزیه و تحلیل، طبقه‌بندی و به شکل تازه‌ای کنار یکدیگر قرار داده می‌شوند (شجاعی، ۱۳۹۹). جامعه اسنادی پژوهش را قرآن کریم و کتاب‌های اصول کافی، میزان الحکمه و بحار الانوار تشکیل می‌داد. نمونه این پژوهش عبارت بود از هر واژه، عبارت یا گزاره‌ای که در مفهوم‌شناسی خوداندیشی انتقادی کاربرد داشته باشد. روش نمونه‌گیری به صورت نظری بود. در نمونه‌گیری نظری، نمونه‌ها (واژه‌ها، مفاهیم و گزاره‌ها) با توجه به موضوع و هدف پژوهش انتخاب می‌شوند (بگناسکو^۱ و همکاران، ۲۰۱۴).

پس از تحلیل و صورت‌بندی نهایی، اعتبارسنجی یافته‌ها براساس دو شاخص «متقن بودن»

1. Babbie, E. R.
2. Bagnasco, A.

و «مفید بودن» بررسی شد. در روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی، شاخص متقن بودن به عنوان معیاری برای جایگزینی روایی و پایایی در نظر گرفته شده است و به میزان صحت و درستی یافته‌ها و دقت در گردآوری و تحلیل داده‌ها و شاخص مفید بودن به میزان اهمیت و کاربردپذیری یافته‌ها در بافت روان‌شناسی اشاره دارد (شجاعی، ۱۳۹۹). برای سنجش متقن بودن از دو روش کیفی و کمی استفاده شد. در روش کیفی استنباط‌های صورت گرفته از آیات و روایات در اختیار سه نفر از کارشناسان قرار گرفت که از نظر هدف مطالعه و محتوای آن دارای تخصص کافی بودند و از آنها خواسته شد که پس از مطالعه دقیق مبانی و مستندات پژوهش درباره مؤلفه‌ها و ابعاد خوداندیشی انتقادی به لحاظ محتوایی و شیوه استنباط از گزاره‌های متون دینی نظر خود را بیان کنند.

متقن بودن یافته‌ها به صورت کمی براساس نظر چهارده نفر از متخصصان و محاسبه نسبت روایی محتوا (CVR) و شاخص نسبت روایی محتوا (CVI) بررسی شد. نسبت روایی محتوا (CVR) جهت اطمینان از اینکه مهم‌ترین و درست‌ترین محتواها (مستندات، محتوای استنباطی و مؤلفه) انتخاب شده است و شاخص نسبت روایی محتوا (CVI) برای اطمینان از این کاربرد دارد که نشانه‌ها و مؤلفه‌ها به بهترین شکل ساماندهی شده و ابعاد سازه موردنظر را نشان می‌دهند. بنابر نظر لاوشه^۱ (۱۹۷۵) دست‌کم میزان نسبت روایی محتوای قابل قبول برای چهارده کارشناس ۰/۵۹ است.

جهت بررسی «مفید بودن» از ضریب کاپا استفاده شد. این ضریب، ثبات و همبستگی نمرات بین داوران یا ارزیابان مختلف یک موضوع را می‌سنجد که ضریب توافق هم نامیده می‌شود (حسن‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش‌های کیفی از ضریب کاپا برای کنترل برداشت‌های شخصی و کاهش آثار آن بر روی نتایج پژوهش استفاده می‌شود (دانیلسون^۲ و همکاران، ۲۰۱۵). ضریب کاپا بین صفر تا یک متغیر است و به صورت درصد بیان می‌شود. براساس مقالات موجود دسته‌بندی قدرت ضریب کاپا در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱: قدرت مقادیر مختلف ضریب کاپا در تعیین میزان توافق بین داوران	
قدرت توافق	مقدار آماره کاپا
ضعیف	کمتر از صفر
کم	۰-۰/۲

1. Lawshe, C. H.
2. Danielson, J.

پایین‌تر از متوسط	۰/۲۱-۰/۴
متوسط	۰/۴۱-۰/۶۰
خوب	۰/۶۱-۰/۸۰
عالی	۰/۸۱-۰/۱

براساس مقادیر ارائه شده در جدول ۱ حداقل مقدار قابل قبول ضریب کاپا بیش از ۰/۶ و مقادیر بالاتر از ۰/۸ در توافق دو داور یا ارزیاب ایده‌آل است.

یافته‌های پژوهش

این پژوهش با هدف دستیابی به مؤلفه‌های خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی انجام شده است؛ بدین منظور، نخست گزاره‌های مربوط به خوداندیشی انتقادی از قرآن و میزان الحکمه به شیوه متن‌خوانی بازگردآوری و روی یک فرم ثبت شد. نتیجه این مرحله، دستیابی به ۱۶۳ گزاره بود. در مرحله بعد با مراجعه به کتاب‌های اصول کافی و بحار الانوار و به‌کارگیری فرایند زنجیره‌سازی، مفاهیم و گزاره‌ها به ۳۲۷ مورد توسعه یافت. سپس در فرایند غربالگری اولیه، مواردی که کمتر با موضوع پژوهش ارتباط داشتند، کنار گذاشته شدند و در نهایت ۲۴۵ مورد به مرحله بعدی راه یافت. پس از آن، محتواهای اساسی هر گزاره با به‌کارگیری اصول پیش پردازش متن و مراجعه به کتاب‌های تفسیر و لغت استخراج و فهرستی از ۳۱ نشانه (شاخص) برای خوداندیشی انتقادی به دست آمد. در مرحله بعد، نشانه‌ها براساس تشابه کارکردی آنها در پنج محور تأمل و بازنگری در خود (۷ مورد)، خود نظارتی فعال (۶ مورد)، نگرش واقع‌بینانه به زندگی (۵ مورد)، تعالی‌جویی (۵ مورد) و خودآگاهی‌پذیداری (۴ مورد) به عنوان مؤلفه‌های اصلی تشکیل‌دهنده خوداندیشی انتقادی صورت‌بندی شد.

سپس به منظور اعتبارسنجی، یافته‌ها در اختیار داوران قرار گرفت تا در مورد درست یا نادرست بودن استنباط‌های صورت‌گرفته از آیات و روایات اطمینان حاصل شود. در روش کیفی، پس از جمع‌بندی نظر کارشناسان اصلاحات مورد نیاز در مستندات و برداشت‌های صورت‌گرفته از آن اعمال شد. در روش کمی نتایج CVR برای ۲۷ مورد بالاتر از ۰/۵۹ به دست آمد که به عنوان شاخص‌های خوداندیشی انتقادی پذیرفته شد و چهار مورد دیگر کمتر از ۰/۵۹ بود که کنار گذاشته شد. نتایج CVI برای تمامی آیتم‌ها به جز دو مورد (که نمره کمتر از ۰/۷۰ داشت)، بالاتر از ۰/۷۹ بود و در نتیجه مناسب تشخیص داده شدند. نتایج ضریب نسبت روایی (CVR)، شاخص روایی محتوا (CVI) و ضریب کاپای یافته‌های مربوط به نشانه‌ها

(شاخص‌ها) و مؤلفه‌های خوداندیشی انتقادی براساس منابع اسلامی در جدول ۲ آمده است.

جدول ۱: ضریب نسبت روایی محتوا (CVR)، شاخص روایی محتوا (CVI) و ضریب کاپای هر یک از نشانه‌های خوداندیشی انتقادی به تفکیک مؤلفه‌ها			مؤلفه‌ها	
ضریب کاپا	CVI	CVR	نشانه‌ها و شاخص‌ها	
۰/۷۹	۰/۸۴	۰/۸۳	اندیشیدن درباره اشتباهات گذشته و عبرت گرفتن از رویدادهای زندگی خویشتن و دیگران	۱ تأمل و بازنگری در خود
۰/۹۶	۰/۸۷	۰/۹۶	اندیشیدن درباره عاقبت کارهایی که فرد انجام می‌دهد، داشتن روحیه عاقبت‌اندیشی	
۱	۰/۹۳	۰/۸۷	داشتن ذهن خود اصلاح‌کننده، فکر کردن درباره خطاهای شناختی خود	
۰/۶۷	۰/۸۷	۱	اندیشیدن درباره موضوعات و مسائل مهم زندگی از زاویه دیگر	
۰/۷۲	۰/۸۱	۰/۹۷	بازسازی و اصلاح الگوی عقاید خود بر مبنای معیارهای پذیرفته شده شخصی	
۰/۸۷	۰/۹۴	۰/۹۲	پذیرش اینکه ممکن است نظر شخصی وی همیشه درست نباشد	
۰/۶۳	۰/۹۷	۱	زیرسؤال بردن فرضیه‌ها و باورهای اساسی خویشتن درباره انتخاب‌ها و موضوعات مهم زندگی	
۰/۴۵	۰/۸۷	۰/۸۷	تلاش برای شناخت عملکردهای مثبت و منفی خود	۲ خودنظارتی فعال
۰/۶۴	۰/۸۵	۰/۹۷	خودپایی و خودمراقبتی در برابر عوامل تهدیدکننده (شیطان، هوای نفس، دنیا)	
۰/۷۹	۰/۹۲	۰/۹۵	اجتناب کردن از استدلال احساسی، منطقی بودن	
۰/۶۷	۰/۸۴	۱	تصمیم‌گیری درست در مورد موضوعات مهم زندگی، عقلانیت	
۰/۴۳	۰/۸۳	۰/۸۷	نگریستن با ذهن باز و متفکرانه نسبت به رویدادهای زندگی	
۰/۷۷	۰/۹۱	۰/۹۵	سرزنش کردن خود به سبب تصمیم‌گیری‌ها و رفتارهای نادرست گذشته	
۰/۳۷	۰/۸۶	۰/۸۲	اندیشیدن درباره رفتار و عملکرد خود به صورت عینی	۳ نگرش واقع‌بینانه به زندگی
۰/۲۶	۰/۸۳	۰/۹۸	هر چیزی را به سادگی و بدون تفکر نپذیرفتن، درباره یک موضوع از جوانب و ابعاد مختلف نگاه کردن	
۰/۳۱	۰/۸۳	۰/۸۶	داشتن دید و نگرش واقع‌بینانه نسبت به زندگی، فراتر رفتن از موضوعات عادی و معمولی زندگی	
۰/۳۷	۰/۹۴	۰/۶۴	پرهیز از تقلید کورکورانه، بهره‌مندی از تفکر سنجیده و دقیق	
۰/۲۶	۰/۹۰	۰/۸۳	داوری و قضاوت به دور از تعصب	
۰/۴۲	۰/۸۶	۱	آمادگی برای رو به‌رو شدن با نقطه ضعف‌ها و روحیه اصلاح‌گری	۴ تعالی‌جویی
۰/۴۳	۰/۸۰	۰/۹۸	بررسی میزان درستی دیدگاه‌ها و نقطه‌نظرات خود با معیارهای دینی و اخلاقی	
۰/۵۷	۰/۹۲	۰/۷۹	به‌کارگیری معیارهای مناسب برای قضاوت و ارزیابی درباره خود	
۰/۴۸	۰/۸۵	۰/۸۶	داشتن روحیه انتقادپذیری، سازگاری خود با واقعیت‌ها	
۰/۷۷	۰/۹۱	۰/۶۳	تلاش در جهت رشد شخصی و استفاده بهینه از فرصت‌ها	
۱	۰/۸۳	۰/۸۹	پرسیدن سؤالات متفکرانه درباره خود مانند اینکه من کیستم و هدف زندگی من چیست؟	۵ خودآگاهی پدیداری
۰/۷۵	۰/۸۰	۰/۹۵	از خود راضی نبودن، نگرش سخت‌گیرانه نسبت به خود و توجه به اینکه گذشته من چه بوده و چه فرایندی را پشت سر گذاشته‌ام	
۰/۸۷	۰/۹۲	۱	پذیرش مسئولیت رفتارها و عملکردها، درک مسئولیت خود در برابر خدا	
۰/۲۴	۰/۸۴	۰/۶۳	اعتماد بیش از اندازه نداشتن به احساسات و افکار خود	

همان‌گونه که ستون اول این جدول نشان می‌دهد، ضریب نسبت روایی برای همه نشانه‌ها و شاخص‌های خوداندیشی انتقادی بیشتر از ۰/۵۹ است. با توجه به اینکه بنابر نظر لاوشه ضریب ۰/۵۹ به عنوان حداقل ملاک قابل قبول برای روایی محتوا با حضور چهارده کارشناس در نظر گرفته شده، می‌توان گفت همه نشانه‌ها و شاخص‌ها دارای نسبت قابل قبولی می‌باشند. ستون دوم، شاخص روایی محتوایی به تفکیک هر یک از مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده خوداندیشی انتقادی را نشان می‌دهد. چنان‌که مشاهده می‌شود؛ با در نظر گرفتن ملاک قابل قبول معادل ۰/۷۹، نشانه‌ها و شاخص‌ها به بهترین نحو ساماندهی شده و ابعاد خوداندیشی انتقادی را براساس منابع اسلامی نشان می‌دهند. ستون سوم نتایج حاصل از محاسبه ضریب کاپا (سه داور) یا اطمینان از درستی یافته‌ها و کنترل برداشت‌های شخصی پژوهشگر را نشان می‌دهد؛ همان‌طور که در این ستون مشاهده می‌شود، ضریب کاپا در مورد نشانه‌های مؤلفه تأمل و بازنگری در خود در سطح خوب تا عالی؛ خودنظارتی فعال در سطح متوسط تا خوب؛ نگرش واقع‌بینانه به زندگی در سطح پایین‌تر از متوسط؛ تعالی جویی در سطح متوسط تا خوب و خودآگاهی پدیداری در سطح نسبتاً خوب تا عالی قرار دارند.

در خوداندیشی انتقادی معمولاً افراد از خود سؤالاتی را می‌پرسند؛ همانند وضعیت زندگی من چگونه است؟ آرزوها و اهداف من چیست؟ چه چیزی را در زندگی خود باید تغییر دهم؟ اشتباه‌ها و نقطه ضعف‌های من کدامند؟ موفقیت‌های من در زندگی چیست؟ و چگونه می‌توانم عملکرد خود را در زندگی بهبود بخشم؟ بنابراین، افزون بر مؤلفه‌های ساختاری خوداندیشی انتقادی، حیطه‌ها و قلمروهایی نیز بررسی شد که خوداندیشی انتقادی در مورد آن به کار گرفته می‌شود. نتایج پژوهش در این زمینه نشان داد که حیطه‌های مورد بررسی در خوداندیشی انتقادی، «ناحیه‌های جدول زندگی»^۱ (شکل ۱) هستند. در این پژوهش ناحیه‌های جدول زندگی با توجه به ابعاد هشت‌گانه کارکردی شخصیت با عنوان تفریح و سرگرمی، روابط اجتماعی، حالات خلقی، انگیزش، معنویت و دینداری، برنامه‌ریزی، سلامت، معیشت و کار (شجاعی، ۱۳۹۳) مفهوم‌سازی شده است.

1. Areas of the life table



شکل ۱: ناحیه‌های جدول زندگی در خوداندیشی انتقادی براساس منابع اسلامی

براساس یافته‌های این پژوهش خوداندیشی انتقادی در ارتباط با ناحیه‌های جدول زندگی کاربرد می‌یابد. برای اینکه بررسی‌ها دقیق‌تر انجام شود، فرد می‌تواند ارزیابی خود نسبت به محورهای هشت‌گانه ناحیه‌های جدول زندگی را در یک مقیاس از ۱ تا ۱۰ نمره‌گذاری کند. سپس با توجه به نمره مورد نظر، نقطه مربوط به آن را روی هر محور مشخص کند؛ در مرحله بعدی با اتصال نقطه‌ها می‌تواند «نیمرخ وضعیت زندگی» خود را ترسیم نماید که در فرایند خوداندیشی انتقادی به دست آمده است. نمره ۱ تا ۵ روی هر محور نشان‌دهنده وضعیت بحرانی، ۵ تا ۷ وضعیت متوسط و بالاتر از ۷ نشان‌دهنده وضعیت مطلوب است (شکل ۲). افزون بر این در فرایند خوداندیشی انتقادی روی این موضوع فکر می‌شود که چگونه می‌توان از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب رسید.



شکل ۲: ترسیم نیمرخ وضعیت زندگی براساس ارزیابی ناحیه‌های جدول زندگی فرد

نتیجه خوداندیشی انتقادی را می‌توان به صورت یک نیمرخ حلقوی شبیه آنچه در شکل

۲ آمده است، ترسیم و ارائه کرد؛ چنان‌که در این نمونه فرضی مشاهده می‌شود، شاخص وضعیت زندگی در محور انگیزش، ۴؛ سلامت، ۱۰؛ معنویت و دینداری، ۱؛ معیشت و کار، ۳؛ حالات خلقی، ۲؛ برنامه‌ریزی زندگی، ۳؛ و تفریح و سرگرمی، ۵ به دست آمده است. نیمرخ وضعیت زندگی در مورد هر فرد می‌تواند متفاوت باشد. هرچه فرد بیشتر بتواند خوداندیشی را به یک روال عادی در زندگی خود تبدیل کند و نیمرخ چرخه زندگی خود را به صورت دقیق‌تر به دست آورد، کارآمدی خوداندیشی انتقادی بهتر خواهد شد. براساس این مدل در فرایند خوداندیشی انتقادی فرد با مراجعه به واقعیت (بررسی وضعیت زندگی) و بازسازی مداوم رابطه‌اش با جهان (موضوعات، پدیده‌ها، افراد، آینده، خدا)، همواره به درک جدیدی از خود دست می‌یابد و به عنوان کنشگر خردورز نحوه رابطه‌اش را با جهان تغییر می‌دهد و در موقعیت جدیدی قرار می‌گیرد. فرد با داشتن خوداندیشی انتقادی و آگاهی از وضعیت زندگی خود نمی‌تواند نسبت به جنبه‌های بحرانی آن حالت انفعالی پیشه کند. نیمرخ وضعیت زندگی یک وسیله خودارزیابی است که به فرد کمک می‌کند با آگاهی از وضعیت موجود در جهت کشف موقعیت‌های جدید بازخوداندیشی کند. برای اعتبارسنجی یافته‌های مربوط به ناحیه‌های جدول زندگی و شیوه سنجش و اندازه‌گیری آن از روش بازنگری توسط خود پژوهشگر (شجاعی، ۱۳۹۹) استفاده شد.

بحث و نتیجه‌گیری

در راستای هدف این پژوهش که شناسایی مؤلفه‌های خوداندیشی انتقادی در منابع اسلامی بود، واژه‌ها و گزاره‌های مرتبط با آن از منابع اسلامی گردآوری و با به‌کارگیری روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش پنج مؤلفه تأمل و بازنگری در خود، خودنظارتی فعال، نگرش واقع‌بینانه به زندگی، تعالی‌جویی و خودآگاهی‌پیداری را به عنوان عناصر مفهومی تشکیل‌دهنده خوداندیشی انتقادی نشان داد. سپس حیطه‌های کاربرد خوداندیشی انتقادی و تارنمای سنجش آن به دست آمد. خوداندیشی انتقادی را نباید با «انتقاد از خود» اشتباه گرفت؛ با این حال می‌توان از خوداندیشی انتقادی برای مشخص کردن اشتباه‌ها و تصمیم‌گیری‌های نادرست خود استفاده کرد.

خوداندیشی انتقادی به فرد این امکان را می‌دهد که درباره جنبه‌های مثبت و منفی خود

بیندیشد. از نظر بیشتر صاحب نظران خوداندیشی انتقادی کارکرد نفس لَوّامه را دارد. این مرتبه از نفس جایگاه برجسته انسانی را در جهان هستی و در میان هم‌نوعان لحاظ می‌کند و او را از پیگیری محض نفع شخصی باز می‌دارد (سلطان علی شاه، ۱۳۷۲، ج ۲، ص ۲۱۶؛ طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۲، ص ۱۷۰). همه ما هر روز با شرایط و موقعیت‌های مختلفی روبه‌رو می‌شویم که به بررسی و تصمیم‌گیری نیاز دارد. خوداندیشی انتقادی به ما کمک می‌کند بدون اینکه تحت تأثیر احساسات خود قرار گیریم، طی یک فرایند منطقی تصمیم‌گیری کنیم. براساس یافته‌های این پژوهش، یکی از مؤلفه‌های خوداندیشی انتقادی، تأمل و بازنگری در خود است که با استفاده از واژه‌های محاسبه، تأمل، أعمل النظر، بصیره، أهمل، نسی، غفل، استخفّ و استهان مفهوم‌سازی شده است. از نظر امام علی علیه السلام برای رشد و ارتقای کیفی در زندگی، همیشه باید رفتارهای خود را بازنگری کرد (حرعاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۶، ص ۹۵). وجود این مؤلفه در خوداندیشی انتقادی به این جهت مهم است که دلایل نادرست یک انتخاب مدنظر قرار گیرد و تصحیح شود. رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: **حَاسِبْ نَفْسَكَ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبَ؛** به حساب خود رسیدگی کن، پیش از آنکه به حساب رسیدگی کنند (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۴، ص ۸۳). شبیه این مضمون در روایت دیگری نیز آمده است: **حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا؛** پیش از آنکه از شما حسابرسی شود، به حساب خود رسیدگی کنید (همان). تأمل و بازنگری در خود به رشد و ارتقای شخصی کمک می‌کند. همچنین می‌فرماید: **ثَمَرَةُ الْمُحَاسَبَةِ صَلَاحُ النَّفْسِ؛** نتیجه محاسبه اصلاح نفس است (لینی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۰۸). دومین مؤلفه خوداندیشی انتقادی را خودنظارتی فعال تشکیل می‌دهد. این مؤلفه با بهره‌گیری از واژه «مراقبه النفس» مفهوم‌سازی شده است. از نظر لغوی، نظارت در مفهوم مراقبه اشراب می‌شود؛ بدین جهت «رقیب» به کسی گفته می‌شود که از محل مرتفعی بر اوضاع نظارت کند (شریعتمداری، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۸۹). همچنین واژه‌های رصد، حرس، رعی، نظر، بصر و درمقابل آن اعتدی، أساء، اضّر، أظلم، نسی نیز در این حوزه معنایی قرار می‌گیرند. خودنظارتی فعال اشاره بدان دارد که فرد از موضع یک ناظر و شاهد به خود و رفتارهای خود بنگرد. در آموزه‌های اسلامی به «پرورش شاهد درون» توصیه شده است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۱۳۷). هرگاه ما از موضع شاهد به خویش‌تن نگاه کنیم و جزء جزء زندگی، شخصیت و رفتار خود را زیر نظر بگیریم، می‌بینیم که چه نقایص و کاستی‌هایی در ما وجود دارد و چه فرصت‌هایی را از دست داده‌ایم. خود فرد بیش از هر کس دیگر می‌تواند به اعمال و رفتار و هر آنچه در تصورش می‌گذرد، احاطه

و آگاهی داشته باشد. خداوند می‌فرماید: «بَلِ الْإِنْسَانِ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ؛ بلکه انسان خودش از وضع خود آگاه است» (قیامت، ۱۴). اینکه انسان از موضع یک ناظر و شاهد به خود بنگرد، احتمالاً از بسیاری رفتارها اجتناب خواهد کرد. این حالت، به‌طور قابل ملاحظه‌ای به رشد شناختی فرد بستگی دارد.

خودنظارتی فعال در این پژوهش با «ابعاد خود» در نظریه ویلیام جیمز و هربرت مید همخوانی دارد. جیمز خود را به دو بخش خود فاعلی (عامل) و خود مفعولی (موضوع) تقسیم می‌کند (سولس و مارکو،^۱ ۱۹۹۰). خود مفعولی (موضوع) عبارت است از چیزهایی که فرد می‌تواند آنها را از آن خود بداند (شوارتز،^۲ ۲۰۱۳). عناصر تشکیل‌دهنده خود مفعولی عبارتند از: داشته‌های فرد مانند ویژگی‌های مادی (بدن، مالکیت)، ویژگی‌های اجتماعی (ارتباط‌ها، نقش‌ها)، ویژگی‌های شناختی (افکار، عقاید، باورها) و ویژگی‌های رفتاری (عملکرد، رفتار). به اعتقاد مید آگاهی فرد از اینکه موضوعی در حوزه ادراکی دیگری است و بازتاب درونی شده آن یعنی آگاهی فرد بر اینکه موضوعی در حوزه ادراکی خویشتن است، به تجسمی از خود در قالب خود مفعولی (Me) یا خود به عنوان موضوع^۳ می‌انجامد. جنبه دیگر خود، خود فاعلی یا عامل^۴ است. به نظر مید، خود فاعلی در ارتباط پویا با خود مفعولی است (کِرر،^۵ ۲۰۱۴). بنابر نظر جیمز و مید، خود فاعلی در تعیین کنش و عملکرد فرد موثر بوده، بر جنبه‌های خود مفعولی کنترل و نظارت دارد. براساس یافته‌های این پژوهش سومین مؤلفه خوداندیشی انتقادی، نگرش واقع‌بینانه به زندگی است. این مؤلفه با تحلیل و واکاوی واژه‌های الحیاه، الدنیا، الآخره، ظاهر حیاه الدنیا، اثباع، و آموزه‌های مربوط به علم، جهل، آگاهی، حقیقت‌جویی، عباد، عمل و هدف زندگی مفهوم سازی شده است. نگرش واقع‌بینانه به زندگی مواردی مانند اندیشیدن درباره رفتار و عملکرد خود به صورت عینی، داشتن دید و نگرش واقع‌بینانه به زندگی، پرهیز از تقلید کورکورانه، بهره‌مندی از تفکر سنجیده و دقیق، و داوری و قضاوت به دور از تعصب را دربرمی‌گیرد. وجود این مؤلفه در خوداندیشی انتقادی به فرد کمک می‌کند تا بیطرفانه و بدون سوگیری نسبت به خود و دنیای اطراف بنگرد.

نگرش واقع‌بینانه به زندگی بدون آزادگی [حرّیت] و رهایی از بند شهوات و هواهای نفسانی

1. Suls, J. & Marco, C.

2. Schwartz, G.

3. Self as object

4. Self as subject

5. Kerr, J.

امکان‌پذیر نیست. حضرت علی علیه السلام یکی از نشانه‌های سلامت روانی را ترک شهوات و خواهش‌های نفسانی ذکر کرده است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۴، ص ۲۳۷). فردی که درگیر شهوات و خواسته‌های نفسانی خود است، نمی‌تواند به خوداندیشی انتقادی فکر کند. در برخی روایات، از چنین فردی به «اسیر» تعبیر شده است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: **عَبْدُ الشَّهْوَةِ أَسِيرٌ لَا يُفَكُّ أَسْرَهُ؛ بِنْدَةِ شَهْوَتٍ، اسیری است که اسارت او پایانی ندارد (لبی و واسطی، ۱۳۷۸، ص ۳۴۱)**. از سوی دیگر لازمه خوداندیشی انتقادی توجه به این نکته است که فرد دقیقاً بداند برای چه آفریده شده و هدف و معنای زندگی چیست؟؛ در این صورت می‌تواند رفتار و عملکرد خود را (خود واقعی) با ایده‌آل‌ها و انتظارات از پیش تعیین شده (خود ایده‌آل) مقایسه کند. بنابر آموزه‌های اسلامی هدف خلقت و آفرینش انسان عمل شایسته است (ر.ک: ملک، ۲) که از آن در فرهنگ دینی به «عبادت» تعبیر شده است (ر.ک: ذاریات، ۵۶). به لحاظ انگیزشی پایه و اساس خوداندیشی انتقادی گرایش به انطباق است که به همسو کردن راهبردها و فعالیت‌ها در راستای اهداف اشاره دارد، زیرا فرد براساس اهداف، ارزش‌ها، باورها و رفتارهایی که به عنوان معیار در دین توصیف و برگزیده شده است، مقاصد و معنای زندگی خود را هدایت می‌کند.

خودآگاهی پدیداری در این پژوهش یک نوع نظام شناختی است که فرد را قادر می‌سازد تا به واقعیت وجودی خود پی برده و بداند از کجا آمده است و سرانجام به کجا خواهد رفت. زندگی کردن در زمان حال و استفاده بهینه از فرصت‌های یک شاخص مهم خودآگاهی پدیداری است. این مؤلفه بر پایه مفهوم نفس، خلق، معرفه النفس، الفرصه، ضعف، توانی، تکلیف و مواردی از این دست مفهوم‌سازی شده و در خوداندیشی انتقادی به صورت پرسیدن سؤالات متفکرانه درباره خود، از خود راضی نبودن، نگرش سخت‌گیرانه نسبت به خود و توجه به اینکه گذشته من چه بوده و چه فرایندی را پشت سر گذاشته‌ام، پذیرش مسئولیت رفتارها و عملکردها، درک مسئولیت خود در برابر خدا، اعتماد بیش از اندازه نداشتن به احساسات و افکار خود تبلور می‌یابد.

این مؤلفه از پشتوانه نظری بسیار قوی در منابع اسلامی برخوردار است. رسول خدا صلی الله علیه و آله می‌فرماید: **رَجِمَ اللَّهُ امْرَأً عَلِمَ مِنْ أَيْنَ وَفِي أَيْنَ وَإِلَى أَيْنَ؛ خداوند رحمت کند کسی را که بداند از کجا آمده است، کجا زندگی می‌کند و سرانجام به کجا خواهد رفت!** (دبلمی، ۱۴۰۸، ص ۳۴۴). خداوند خطاب به انسان می‌فرماید: **«فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ؛ انسان باید بنگرد که از چه آفریده شده**

است» (طارق، ۵). طبیعی است که انسان در نتیجه شناخت واقع‌بینانه خود به نقطه ضعف‌ها و توانایی‌هایش آگاهی می‌یابد و فرصت‌ها و چالش‌های زندگی خود را بهتر می‌شناسد؛ همچنین، این نوع آگاهی‌ها مجالی فراهم می‌آورد تا فرد رابطه خود با دیگران، زندگی و خدا را بازنگری و تحلیل نماید. فرد در جریان خودآگاهی پدیداری از خودش و وضعیتی آگاه می‌شود که قصد تغییر و اصلاح آن را دارد؛ بدین جهت خداوند در قرآن افراد را به نظر گرفتن ناهمخوانی‌ها دعوت می‌کند (طوسی، بی‌تا، ج ۹، ص ۵۱۱)؛ برای مثال تعبیر «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! چرا می‌گویید چیزی را که عمل نمی‌کنید» (صف، ۲)، نوعی مواجهه‌سازی با تعارض‌ها و چالش‌هایی است که در خوداندیشی انتقادی به فرد کمک می‌کند. براساس آموزه‌های دینی، خودآگاهی پدیداری صرفاً یک تجربه درونی نیست، بلکه نوعی احساس و آگاهی است که از پاسخ‌های صریح و ضمنی آیات و روایات به سؤال «شما چه کسی هستید؟» حاصل می‌شود. «خود» در آیات و روایات به عنوان یک ساخت روانی مفهوم‌سازی می‌شود که ابعاد مختلف زیستی، عاطفی، اجتماعی و معنوی را دربرمی‌گیرد (شجاعی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۲) و هویت از «اویی» و به «سوی اویی» (رک: بقره، ۱۵۶) دارد.

هسته اصلی خوداندیشی انتقادی، رشد و تعالی جویی است که پایه و اساس جهت‌گیری فرد را در زندگی تشکیل می‌دهد. در این پژوهش، تعالی جویی تلویحاً به این معنا است که نیرو یا انگیزه‌ای وجود دارد که موجب تأمل و بازنگری در خود می‌شود. این مؤلفه مواردی مانند داشتن روحیه انتقادپذیری، سازگاری خود با واقعیت‌ها، تلاش در جهت رشد شخصی و استفاده بهینه از فرصت‌ها، آمادگی برای روبه‌رو شدن با نقطه ضعف‌ها، داشتن روحیه اصلاح‌گری، به‌کارگیری معیارهای مناسب برای قضاوت و ارزیابی در باره خود را شامل می‌شود. تعالی جویی در این پژوهش براساس واژه‌های رشد، علو، کمال، تمام، قرب، نقص، ضعف، نکس، عیب، ذنب و انحطاط مفهوم‌سازی شده است.

رشد و تعالی جویی شبیه مفاهیم تعالی یونگ، تلاش برای برتری آدلر و خودشکوفایی مزلو و راجرز است. براساس نظریه آدلر کسی که احساس حقارت^۱ می‌کند؛ با تمرین برای آنکه در کاری حرفه‌ای شود، درصد غلبه بر ضعفش برمی‌آید. هر فردی از بدو تولد تا زمان مرگ می‌کوشد بر نقص غلبه کند و به احساس امنیت، رشد و کامل بودن برسد (لامبرسون و ویستر،^۲

1. inferiority feelings

2. Lambertson, K. A. & Wester, K. L.

۲۰۱۸). از نظر مزلو گرایش به خودشکوفایی بالاترین سطح نیاز انسان است. راجرز گرایش به شکوفا شدن را یگانه عامل سوق دهنده به سوی کمال و تحقق بخشیدن به استعداد های فرد می‌داند. بنابر آموزه های اسلامی، ضعف و ناتوانی امر طبیعی و بهنجار است. خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا؛ انسان ضعیف و ناتوان آفریده شده است» (نساء، ۲۸). باید توجه داشت که همین امر موجب آسیب پذیری شخص در برابر عوامل تهدیدکننده (بیماری، هوای نفس و شیطان) می‌باشد؛ اگرچه رشد و تعالی جویی یک ویژگی فطری است، ولی باید پرورش یابد و تقویت شود. در فرایند خوداندیشی انتقادی، تعالی جویی جبران حقیقی برای ضعف طبیعی افراد می‌شود که می‌تواند نقش تسریع‌کننده و انگیزاننده را بازی کند تا وضعیت فرد را بهبود بخشد و او را در رشد شخصی و دستیابی به زندگی مطلوب یاری رساند. افراد به کمک خوداندیشی انتقادی می‌توانند حیطه ها و قلمروهای مختلف زندگی (کار، شغل، تفریح و سرگرمی، سلامت، معیشت، معنویت و دینداری) خود را ارزیابی کنند و تصمیم بگیرند هر کدام را که دوست ندارند، کنار بگذارند یا اصلاح کنند.

در این پژوهش مؤلفه های خوداندیشی انتقادی از منابع اسلامی استخراج و شیوه سنجش و اندازه‌گیری آن درباره محورهای هشت‌گانه قلمرو زندگی (جدول زندگی) بررسی شد که نتایج به دست آمده را می‌توان به صورت یک نمبرخ (وضعیت زندگی) نشان داد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش های بعدی ابزار سنجش و اندازه‌گیری خوداندیشی انتقادی و شیوه نمره‌گذاری و تفسیر نمبرخ وضعیت زندگی به صورت عینی تر تهیه و طراحی شود.

منابع

* قرآن کریم

۱. ابن ابی الحدید، عبدالمحمید (۱۴۰۴ق)، شرح نهج البلاغه، قم: مکتبه آیه الله مرعشی نجفی.
۲. ابن ابی حاتم، عبدالرحمن (۱۴۱۹ق)، تفسیر القرآن العظیم، ریاض: مکتبه نزار مصطفی الباز.
۳. حر عاملی، محمد (۱۴۰۹ق)، وسائل الشیعه، بیروت: موسسه آل‌البیت.
۴. حسن زاده، نرمن؛ یحیی خسروی؛ علی اصغر فرشاد؛ رضوان عابدینلو و حامد جلیلیان (۱۳۹۵)، «قابلیت اعتماد درون مشاهده‌ای و بین مشاهده‌ای ابزار جدید ارزیابی بهداشت، ایمنی و محیط (HSE) در محله‌های شهری» (مطالعه موردی شهر تهران)، فصلنامه بهداشت و ایمنی کار، ۶(۳)، ۹۱۷۳.
۵. سلطان علی شاه، سلطان محمد (۱۳۷۲)، تفسیر بیان السعاده فی مقامات العباد، تهران: سرالاسرار.
۶. شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۳)، «ساختار شخصیت از دیدگاه اسلام در چارچوب رویکرد صفت»، رساله دکتری، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۷. شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۷)، روان‌شناسی در قرآن و حدیث، ج ۲، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

۸. شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۹)، «روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی: مبانی نظری و مراحل اجرا»، دوفصلنامه مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۱۴(۲۷)، ۷۳-۴۱.
۹. شریعتمداری، جعفر (۱۳۸۷)، شرح و تفسیر لغات قرآن براساس تفسیر نمونه، مشهد: آستان قدس رضوی.
۱۰. طباطبایی، محمدحسین (۱۳۷۲)، تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۱۱. طبری، محمد (۱۴۱۲ق)، البیان فی تفسیر القرآن، بیروت: دارالمعرفه.
۱۲. طوسی، محمد (بی تا)، التبیان فی تفسیر القرآن، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۱۳. لیثی واسطی، علی (۱۳۷۶)، عیون الحکم و المواعظ، قم: دارالحديث.
۱۴. مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق)، بحار الأنوار، بیروت: موسسه الوفاء.
۱۵. محمدی ری شهری، محمد (۱۳۸۷)، میزان الحکمه، قم: دارالحديث.
16. Babbie, E. R. (2021), The practice of social research, Cengage learning.
17. Bagnasco, A., Ghirotto, L. & Sasso, L. (2014), Theoretical sampling, Journal of Advanced Nursing, 70(11), e6-e7.
18. Bandura, A. (1977), Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, Psychological Review, 84(2), 191-215.
19. Barry, A., Parvan, K., Sarbakhsh, P., Safa, B. & Allahbakhshian, A. (2020), Critical thinking in nursing students and its relationship with professional self-concept and relevant factors, Research and Development in Medical Education, 9(1), 7-7.
20. Black, M. (1946), How can analysis be informative?, Philosophy and Phenomenological Research, 6(4), 628631-.
21. Bolam, B., Gleeson, K. & Murphy, S. (2003), 'Lay person' or 'Health expert'? Exploring theoretical and practical aspects of reflexivity in qualitative health research, Forum: Qualitative Social Research, 4(2), Art, 26.
22. Booth, A. (2001), Developing history students' skills in the transition to university, Teaching in Higher Education, 6(4), 487-503.
23. Caldwell, C. & Hayes, L. A. (2016), Self-efficacy and self-awareness: moral insights to increased leader effectiveness, Journal of Management Development.
24. Critic - Jones, R. G. (2010), Putting privilege into practice through "intersectional reflexivity:" Ruminations, interventions and possibilities, Reflections: Narratives of Professional Helping, 122.
25. Danielson, J., Craddick, K., Eccles, D., Kwasnik, A. & O'Sullivan, T. A. (2015), A qualitative analysis of common concerns about challenges facing pharmacy experiential education programs, American Journal of Pharmaceutical Education, 79(1).
26. Dunkley, D. M., Zuroff, D. C. & Blankstein, K. R. (2003), Self-critical perfectionism and daily affect: dispositional and situational influences on stress and coping, Journal of personality and social psychology, 84(1), 234.
27. Elbasheer, W. E. E. (2021), Exploring the Importance of Developing Critical-Thinking Skills for Sudanese Universities Students of EFL Learners through Collaborative Learning Exploring the Importance of Developing Critical-Thinking Skills for Sudanese Universities Students of EFL Learners through Collaborative Learning (Doctoral dissertation, Sudan University of Science & Technology).
28. Elder, L. & Paul, R. (2020), Critical thinking: Learn the tools the best thinkers use, Foundation for Critical Thinking.
29. Ennis, R. H. (2015), Critical thinking: A streamlined conception, In The Palgrave handbook of critical thinking in higher education (pp. 3147-), Palgrave Macmillan, New York.
30. Ennis, R. H. (2018), Critical thinking across the curriculum: A vision. Topoi, 37(1), 165-184.
31. Facion, P. (2001), A look across four years at the disposition toward critical thinking among undergraduate student, Journal of General Education, 50, 29-55.
32. Fisher, A. (2011), Critical thinking: An introduction. Cambridge university press.
33. Fisher, K. (2003), Demystifying critical reflection: Defining criteria for assessment, Higher Education Research

- and Development, 22(3), 313–325.
34. Gilbert, A. & Slipe, Y. (2009), Reflexivity in the practice of social action: From self-to inter-relational reflexivity, *South African Journal of Psychology*, 39(4), 468479-.
 35. Gün, B. (2011), Quality self-reflection through reflection training, *ELT journal*, 65(2), 126135-.
 36. Huitt, W. (1998). Critical thinking: An overview. *Educational psychology interactive*, 3(6), 3450-.
 37. Ingram, R. E. (1990), Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model, *Psychological Bulletin*, 107, 156–176.
 38. Kaya, H., Şenyuva, E. & Bodur, G. (2018), The relationship between critical thinking and emotional intelligence in nursing students: A longitudinal study, *Nurse education today*, 68, 26–32.
 39. Kerr, J. (2014), Is there a self, and do we care? Reflections on Kohut and Sullivan, *Contemporary Psychoanalysis*, 50(4), 627658-.
 40. Lairio, M., Puukari, S. & Kouvo, A. (2011), Studying at university as part of student life and identity construction, *Scandinavian Journal of Educational Research*, 57(2), 115–131.
 41. Lamberson, K. A. & Wester, K. L. (2018), Feelings of inferiority: A first attempt to define the construct empirically. *The Journal of Individual Psychology*, 74(2), 172187-.
 42. Lawshe, C. H. (1975), A quantitative approach to content validity. *Personnel psychology*, 28(4), 563575-.
 43. Lipman, M. (1987), Critical thinking: What can it be?. *Analytic Teaching*, 8(1).
 44. Loew, C. A., Schauenburg, H. & Dinger, U. (2020), Self-criticism and psychotherapy outcome: A systematic review and meta-analysis, *Clinical psychology review*, 75, 101808.
 45. Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O. & Shore, B. M. (2010), Setting, elaborating and reflecting on personal goals improves academic performance, *Journal of Applied Psychology*, 95(2), 255–264.
 46. Myrick, F. & Yonge, O. (2002), Preceptor behaviors integral to the promotion of student critical thinking, *Journal for Nurses in Professional Development*, 18(3), 127–133.
 47. Parri, J. (2002), Quality in higher education, In *Vadyba Management*.
 48. Paul, R. & Elder, L. (2001), *The miniature guide to critical thinking: Concepts & tools*. Dillon Beach, CA: Foundation for Critical Thinking.
 49. Paul, R., & Elder, L. (2019). *The miniature guide to critical thinking concepts and tools*. Rowman & Littlefield, *Personality and Individual Differences*, 36, 419–430
 50. Popoveniuc, B. (2014), Selfreflexivity, The ultimate end of knowledge, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 163, 204213-.
 51. Profetto, M.G. J. (2003), The relationship of critical thinking skills and critical thinking dispositions of baccalaureate nursing students, *Journal of advanced nursing*, 43(6), 569–577.
 52. Schwartz, G. (2012), *Consciousness and Self-Regulation: Advances in Research and Theory VOLUME 2*.
 53. Siegel, H. (1988), *Educating reason: Rationality, critical thinking and education*, New York, NY: Routledge
 54. Stein, D. (2000), Teaching critical reflection. Columbus, OH: ERIC Clearinghouse, Retrieved from <http://www.calpro-online.org/eric/docs/mr00024.pdf>.
 55. Stein, D. (2000), Teaching critical reflection, ERIC Clearinghouse on Adult, Career and Vocational Education, Center on Education and Training for Employment, College of Education, the Ohio State University.
 56. Stevenson, J. & Akram, U. (2022), Self-critical thinking mediates the relationship between perfectionism and perceived stress in undergraduate students: a longitudinal study.
 57. Stronach, I., Garratt, D., Pearce, C. & Piper, H. (2007), Reflexivity, the picturing of selves, the forging of method. *Qualitative Inquiry*, 13(2), 179–203.

58. Suls, J., & Marco, C. A. (1990). William James, the self, and the selective industry of the mind. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16(4), 688-698.
59. Thomas, G. & Smoot, G. (1994), *Critical thinking: A vital work skill*, Trust for Educational Leadership, 23, 34-38.
60. Thompson, R. & Zuroff D. C. (2004), The levels of self criticism scale: comparative self criticism and internalized self criticism.
61. Verplanken, B., Friborg, O., Wang, C. E., Trafimow, D. & Woolf, K. (2007), Mental habits: metacognitive reflection on negative self-thinking, *Journal of personality and social psychology*, 92(3), 526.
62. Vnenchak, K., Sperling, M. L., Kelley, K., Petersen, B., Silverstein, W., Petzoldt, O., ... & Kowalski, M. O. (2019), Dedicated education unit improving critical thinking and anxiety: a longitudinal study, *Journal for nurses in professional development*, 35(6), 317-323.
63. Waller, B. N. (2021), *Critical thinking: Consider the verdict*, Pearson Education, Inc.

