

آماده‌سازی و تحلیل عاملی آزمون ایرانی قدرت اراده

ابراهیم نیک صفت*^۱، حسین زارع^۲، ولی الله فرزاد^۳، احمد علی پور^۴، باقر غباری بناب^۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۰۲/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۰/۱۹

چکیده

هدف از این پژوهش، ساخت و اعتباریابی پرسشنامه‌ی اراده بر مبنای فرهنگ ایرانی - اسلامی است که به روش پژوهش توصیفی و به شیوه‌ی تحلیل محتوا تهیه شده است. اعتبار محتوا و سازه‌های این پرسشنامه توسط جمعی از اساتید علوم اسلامی و روانشناسی تایید شده است. روایی و پایایی سوالات پرسشنامه توسط ۴۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های تهران، علوم پزشکی تهران و دانشجویان دانشگاه پیام نور تهران تایید گردیده که با روش نمونه‌گیری تصادفی با شیوه‌ی خوشه‌ای انتخاب شده‌اند. ساختار پرسشنامه به روش تحلیل عاملی، با روش مولفه‌های اصلی و چرخش واریمکس مورد بررسی قرار گرفت که نتایج حاکی از به‌دست آمدن ۶ عامل انگیزشی، عبادی، شناختی، فراشناختی، هیجانی و رفتاری می‌باشد. روایی مقیاس کل با دو شاخص بارلت و KMO بررسی و مقدار شاخص برابر ۰/۹۱۰ با ضریب معناداری ۰/۰۰۱ به‌دست آمده است که نشان از مناسب بودن روایی تحلیل عاملی می‌باشد. جهت ارزیابی مجدد روایی، ضریب همبستگی پارامتریک پیرسون بین این پرسشنامه با پرسشنامه‌ی خودکارآمدی شر بررسی و مقدار ۰/۳۲۱ با ضریب معناداری ۰/۰۴۴ و ضریب همبستگی غیرپارامتریک بین آن دو، مقدار ۰/۴۳۷ با ضریب معناداری ۰/۰۰۵ محاسبه گردید که نشان از معناداری روایی بین این دو پرسشنامه می‌باشد. پایایی مقیاس کل پرسشنامه با آلفای کرانباخ ۰/۹۳۳ به‌دست آمد. جهت ارزیابی مجدد پایایی از روش بازآزمایی در دو مرحله با فاصله‌ی زمانی دو هفته، ضریب همبستگی پارامتریک پیرسون، ۰/۵۷۲ با ضریب معناداری ۰/۰۰۱ و ضریب همبستگی غیرپارامتریک اسپیرمن، ۰/۴۴۳ با ضریب معناداری ۰/۰۰۴ به‌دست آمد که نشان از همبستگی مثبت و معنادار و پایایی این پرسشنامه می‌باشد. بر این اساس پرسشنامه‌ی ارزیابی اراده با ۳۷ سوال تایید شده از روایی و پایایی مناسبی برخوردار بوده و واجد شرایط لازم جهت پژوهش‌های روانشناختی و فعالیت‌های تشخیصی و کلینیکی می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: اراده، پرسشنامه، روایی، پایایی.

۱- عضو هیئت علمی گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور.

۲- استاد گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور.

۳- دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه خوارزمی.

۴- استاد گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور.

۵- دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه تهران.

* نویسنده‌ی مسئول مقاله، eniksefat@yahoo.com

مقدمه

مطالعه‌ی اراده در تحقیقات علوم رفتاری و اجتماعی، بیش از بیست سال است که توجه بی‌سابقه‌ای پیدا کرده و نشان داده است که چگونه بسیاری از مسائل انسان‌ها مانند سلامت، مشکلات بهداشتی، وجدان کاری، بزه‌های جرم و جنایت خشونت‌آمیز، اختلالات خوردن، رفتارهای اعتیادآور، مشکلات تحصیلی، رفتار جنسی، بارداری ناخواسته، انتقال بیماری جنسی، عملکرد بین فردی ضعیف، پیشرفت اقتصادی، ناتوانی در امور مالی و بدهی‌های شخصی، مشکلات قمار، رعایت مقررات، سازگاری، برنامه‌ریزی در کارها، برخی از بیماری‌های مزمن مانند سرطان و بیماری‌های قلبی و مانند آن؛ به‌طور مستقیم یا غیر مستقیم با وجود یا عدم اراده تحت تاثیر قرار می‌گیرد (موراوون^۱، ۲۰۱۲).

بر طبق نظر برخی روانشناسان، اراده به‌عنوان توانایی انسان برای اعمال خودکنترلی است که می‌تواند رفتار هدفمند را تولید کند. نظریه‌ی اراده نشان‌دهنده‌ی انطباق تکاملی است که انسان را قادر می‌سازد تا از نظر عقلانی هوشمند رفتار کند و منعکس‌کننده‌ی مسئولیت و آگاهی او است. از این رو، مفهوم اراده به ما اجازه می‌دهد تا کار کنیم و زندگی بهتر و شادتری را پیش‌بینی کنیم (ورتنبراک، وسقرا و براینیل^۲، ۲۰۰۸). کلماتی همچون اختیار^۳، اراده^۴، خودکنترلی^۵، خودتنظیمی^۶، خودانضباطی^۷، خودمدیریتی^۸، خودابزاری^۹، خوددستوری^{۱۰}، خودتعیینی^{۱۱} و مشابه آن از جمله واژه‌هایی هستند که در تحقیقات و پژوهش‌های روانشناسی در زمینه‌ی اراده انجام پذیرفته است که علی‌رغم مفاهیم متفاوت در معنا و مصداق، نسبتاً به‌صورت مشترک مورد استفاده قرار گرفته‌اند؛ هرچند بیشتر مطالعات مربوط به این حوزه بر مفهوم خودکنترلی متمرکز شده است.

اراده و مشتقات آن که در قرآن کریم و روایات معصومین فراوان تکرار شده است، از مصدر باب افعال به معنای طلب کردن، خواستن و میل کردن (راغب، ۱۳۶۵) آمده است. اراده به قوه و نیرویی

1 Muraven

2 Wertenbroch, Vosgerau & Bruyneel

3 Will

4 Will power

5 Self control

6 Self regulation

7 Self discipline

8 Self management

9 Self Instruction

10 Self command

11 Self determination

در انسان اشاره دارد که در شکوفاسازی استعدادهای سرشار او، نقش بنیادین داشته و ودیعه و امانتی است که خدای متعال برای بهره‌گیری از امکانات بشر در اختیار او قرار داده تا از این رهگذر، مسیر خوب شدن و خوب ماندن را بر خود هموار سازد. در تعریف اراده در متون دینی گفته شده که اراده یک صفت و حالت نفسانی و از مقدمات ضروری عمل اختیاری است که پس از علم و شوق و عزم در نفس انسان حاصل می‌شود (سلیمانی و درایتی، ۱۳۸۷). بسیاری از مردم بر این باورند که اگر آنها بتوانند اراده‌ی خود را افزایش دهند، می‌توانند زندگی خود را بهبود بخشند. بنابراین می‌توان گفت که سرنوشت همه‌ی انسان‌ها و سعادت و کمال دنیا و آخرت آنها، به نوعی به عزم و اراده‌ی آنها بستگی دارد.

از منظر اسلام، انسان با اراده و اختیار خود از استعدادی فوق‌العاده برخوردار شده که می‌تواند با کسب معرفت و تهذیب نفس، در مسیر صعودی "ذَنَّا فَتَدَلِّي" (نجم: ۸)، به اوج افتخار مقام قرب "قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَى" (نجم: ۹) در والاترین مکان عالم امکان "أَحْسَنَ تَقْوِيمٍ" (تین: ۴) به پذیرش ولایت کامله الهیه در جایگاه بی‌نهایت خلیفه‌ی الهی (بقره: ۳۰) برسد؛ یا به واسطه‌ی ضعف اراده و اختیار خود، در قوس بی‌نهایت نزول "أَسْفَلَ سَافِلِينَ" (تین: ۵) از مقام حیوانیت "أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ" (اعراف: ۱۷۹) نیز فروتر و از منزلت نباتی "مَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ" (ابراهیم: ۲۶) نیز گذر کرده و پس از آن به مقصد جمادی "فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدَّ قَسْوَةً" (بقره: ۷۴) تنزل می‌نماید. بر این اساس، قرآن کریم توجه به موضوع اراده را در زندگی اولین خلقت بشر یعنی حضرت آدم به عنوان پدر همه‌ی انسانها و تمامی پیامبران، مورد توجه قرار داده و می‌فرماید: ما پیش از این به آدم سفارش کردیم، ولی فراموش کرد و ما او را مصمم و با اراده نیافتیم^۱ (طه: ۱۱۵). پیامبران اولوالعزم به عنوان بهترین انسانها بر اساس به‌کارگیری بهینه از قدرت اراده‌ی خویش، برخوردار از رسالت گردیده و به اولوالعزم (صاحب اراده قوی) معرفی شده‌اند و خدای متعال به پیامبر اعظمش نیز دستور می‌دهد که همانند آنان با اراده قوی در مشکلات پایداری کند (احقاف: ۳۵). بر این اساس، انسان به وسیله‌ی اراده می‌تواند تمامی کارهای خویش را جهت تحقق هدف خلقتش که تقرب به سوی خداست، سر و سامان بخشد.

هر چند مسایل و موضوعاتی به‌عنوان مصادیق و نشانه‌هایی جهت ارزیابی اراده در آیات و روایات به‌کار رفته است، ولی بر مبنای آن مفاهیم و واژه‌ها پرسشنامه‌ای برای ارزیابی اراده در بین دانشمندان مسلمان ساخته نشده است. اما ساخت پرسشنامه در بین روانشناسان غربی با عناوین و موضوعات مختلف جهت ارزیابی اراده مورد توجه بوده است که به برخی از مهم‌ترین آنها اشاره می‌گردد.

۱- وَ لَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِنْ قَبْلِ فَنَسِيَ وَ لَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا

مهارت‌های اصلی خودکنترلی و خودمدیریتی (*SCMSk*) که توسط کانفر (۱۹۷۰) تهیه شده است، یکی از اولین پرسشنامه‌هایی است که درباره‌ی مدیریت و کنترل بر خود، بر مبنای دیدگاه بندورا ساخته شده است. این مقیاس در ۱۶ آیتم به بررسی سه فرآیند مربوط به خود نظارتی (*SM*)^۱ با شش آیتم، خود ارزیابی (*SE*)^۲ با پنج آیتم و خود تقویتی (*SR*)^۳ با پنج آیتم می‌پردازد. فردی که قادر به اعمال کنترل بر رفتار هدفی است که احتمالا در آینده رخ می‌دهد، با نظارت موثر محرک‌های مرتبط با آن رفتار را ارزیابی و تقویت می‌کند.

برنامه‌ی خودکنترلی (*SCS*)^۴ روزنهام (۱۹۸۰)، یکی دیگر از ابزارهای ساخته شده برای اندازه‌گیری خودکنترلی است که بر مبنای روش‌های تحقیقی با استفاده از نمونه‌های بالینی و با تمرکز بر استفاده از استراتژی‌هایی مانند خودانحرافی و شکل‌بندی مجدد شناختی به حل مشکلات خاص رفتاری می‌پردازد. این پرسشنامه یک وسیله‌ی ساخته شده برای اندازه‌گیری خودکنترلی است که بعدها بنام تدبیر آموخته شده نام گرفت. این پرسشنامه شامل ۳۸ آیتم است که پاسخ‌دهنده باید در پاسخ به سوال‌های مطرح شده، اعداد +۳ را برای خیلی زیاد تا -۳ برای اصلا من را مشخص نمی‌کند، تعیین شده است (روزنهام، ۱۹۸۰).

مقیاس خودکنترلی (*SCQ*)^۵ ریم^۶ و همکاران (۱۹۸۱)، یکی دیگر از پرسشنامه‌های خودکنترلی است که شامل ۴۰ گزینه است. پرسشنامه‌ی *SCQ* به‌عنوان یک نتیجه‌ی اندازه‌گیری برای درمان خودکنترلی فردی برای پروتکل افسردگی طراحی شده است. گزینه‌های *SCQ* به‌صورت عقلانی برای ارزیابی نگرش‌ها و باورها در مورد رفتار خود مدیریت و شناخت مربوط به افسردگی استخراج شده است و به‌طور خاص بیشتر موارد *SCQ* برای ارزیابی عاطفه افسرده در شرایط نگرش‌های ناکارآمد طراحی شده و اعتقادات مربوط به خودنظارتی (*SM*)^۷، خودارزیابی (*SE*)^۸ و خودتقویتی (*SR*)^۹ را بررسی می‌کند (ریم و همکاران، ۲۰۰۱).

پرسشنامه‌ی تکرار شده خودتقویتی (*FSRQ*)^۸ هیبی^۹ (۱۹۸۲)، یکی دیگر از پرسشنامه‌هایی است که دارای ۳۰ سوال است. این پرسشنامه به سوالاتی درباره‌ی پیگیر بودن تا به نتیجه نهایی رساندن کار، کنترل افکار منفی، لذت بردن از زمان تنهایی با خود، ناراحتی زیاد از اشتباهات کوچک،

1 self-monitoring

2 self-evaluating

3 self-reinforcing

4 Self-Control Schedule

5 Self-Control Questionnaire

6 Rehm

7 Rehm, Kornblith, O'Hara, Lamparski, Romano & Volkin

8 Frequency of Self-Reinforcement Questionnaire

9 Heiby

پیشرفت و بالا رفتن از موفقیت‌های کوچک، اعتماد به نفس نامتقارن، لذت بردن از موفقیت، تشویق خود در موفقیت‌ها، کار کردن در موقعیت‌های سخت، بخاطر آوردن هر موفقیت، جهت افزایش اعتماد به نفس خود، از دست دادن اعتماد به نفس، هنگام انتقاد دیگران از خود، خودانتقادی حتی نسبت به دیگران، داشتن احساس خوب در مورد خود و مانند آن از جمله سوالات این پرسشنامه بیان شده است (هیپی، ۱۹۸۲).

پرسشنامه‌ی خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۲) که برای خودکارآمدی عمومی در نظر گرفته شده است، در سال ۱۹۸۲ توسط شرر^۱ و همکاران او ساخته شده و دارای ۱۷ ماده می‌باشد. برای هر ماده‌ی این مقیاس ۵ گزینه پیشنهاد شده که به هر ماده ۱ تا ۵ امتیاز تعلق می‌گیرد. نمرات بالاتر بیانگر خودکارآمدی قوی‌تر و نمرات پایین‌تر بیانگر خودکارآمدی ضعیف‌تری می‌باشد. ضریب پایایی برای این مقیاس در تحقیق اعرابیان و همکاران او در سال ۱۳۸۳، برابر با ۰/۷۴ به دست آمده است. شرر (۱۹۸۲) اعتبار محاسبه شده از طریق آلفای کرونباخ برای خودکارآمدی عمومی را ۰/۷۶ ذکر می‌کند. روایی این مقیاس از طریق روایی سازه به دست آمده است. در پژوهشی که به منظور بررسی اعتبار و روایی این مقیاس توسط براتی انجام گرفت، مقیاس بر روی ۱۰۰ آزمودنی که دانش‌آموزان سوم دبیرستان بودند اجرا شد. همبستگی (۰/۶۱) به دست آمده از ۲ مقیاس عزت نفس و خودارزیابی با مقیاس خودکارآمدی در جهت تایید روایی سازه این مقیاس بود (اعرابیان و همکاران، ۱۳۸۳).

پرسشنامه‌ی شناختی خودمدیریتی^۲ (CSM) روود^۳ (۱۹۸۶)، یکی دیگر از پرسشنامه‌هایی است که دارای ۲۶ آیتام است و به موضوع‌هایی همچون توجه بیشتر به اطلاعات انتقادی به جای چاپلوسانه، تفکر مثبت در تکلیف چالش برانگیز، خوشحال شدن برای موفقیت‌های کوچک جهت تشویق خود، کسب تجربه جدید جهت غلبه بر مشکلات، سرزنش کردن خود در اشتباهات زندگی، تامل برای بهره‌گیری از موفقیت‌ها، مقابله با ناکامی و شکست، تقویت خود حتی برای موفقیت‌های کوچک، حمایت عاطفی از خود هنگام مواجهه با مشکل، احساس اعتماد به نفس کم، هنگام نزدیک شدن به یک کار جدید، اجرای برنامه‌ی گام به گام، برای به انجام رساندن کاری، ناراحتی زیاد از اشتباهات زندگی و امثال آن از جمله سوالات این پرسشنامه است (روود، ۱۹۸۶).

پرسشنامه‌ی خودکنترلی^۴ (SCQ)، براندون، اسکیر و لافتین^۱ (1990) که به ارزیابی مقیاس خودکنترلی پیشرفته مورد استفاده قرار گرفته است، یکی دیگر از پرسشنامه‌های ساخته شده

1 sherer

2 Cognitive Self-Management Test

3 Rude

4 Self-Control Questionnaire

درباره‌ی اراده است که بر روی خودکنترلی رفتارهای بهداشتی تاکید کرده است. ۲۵٪ از آیت‌های پرسشنامه به‌طور خاص به الگوهای خوردن اشاره دارد. این پرسشنامه بر تفاوت‌های فردی تمرکز داشته و ممکن است یک معیار بسیار خوبی برای اندازه‌گیری خودکنترلی با توجه به سلامت باشد، اما آن هرگز به‌عنوان یک اندازه‌گیری گسترده مبتنی بر خودکنترلی در نظر گرفته نشده است. این پرسشنامه که با ۱۶ جمله طراحی شده است، در هر جمله‌ای یک وضعیت خاص فرد را توصیف می‌کند که نشان می‌دهد تا چه حد این جمله، نمایانگر نوع رفتار او است (براندون، اسکیر و لافتین، ۱۹۹۰). هر چند این پرسشنامه یک معیار خوبی برای اندازه‌گیری خودکنترلی با توجه به سلامت باشد، اما آن هرگز به‌عنوان یک اندازه‌گیری گسترده‌ی خودکنترلی در نظر گرفته نشده است (ریدر، مولدر، فینکنور، استاک و بامیستر^۲ (۲۰۱۰)).

مقیاس خودکنترلی تانگی، بامیستر و بوون^۳ (۲۰۰۴)، یکی دیگر از این پرسشنامه‌هایی است که به ارزیابی خودکنترلی و اراده پرداخته است. او با استفاده از مقیاس خودگزارشی از آیت‌های خودکنترلی در آزمون خویش، رابطه‌ی خودکنترلی با انواع رفتارهای فردی و سلامت روانی شامل اختلالات خوردن، اعتیاد به الکل، اضطراب، افسردگی، ثبات عاطفی، تضاد در خانواده و کیفیت رابطه‌ی بین فردی را ارزیابی کرده است. تانگی پرسشنامه‌ای را با ۳۶ آیت ساخته که به موضوع‌های مرتبط با خودکنترلی در مسایل فوق پرداخته است (تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴).

مقیاس خودکنترلی و خودمدیریتی^۴ (SCS) میزو و همکاران (۲۰۰۵)، یکی دیگر از پرسشنامه‌هایی است که در این باره ساخته شده است. این پرسشنامه که دارای ۱۴۵ گزینه است؛ درباره‌ی موضوع‌هایی که بیانگر توصیف فرد درباره‌ی خود است، به بررسی صفاتی همچون عبرت گرفتن از اشتباه‌های گذشته، تمرکز بر افکار در هنگام انجام کاری، آگاهی از نیازها و احوالات خود، توجه به تغییرات بزرگ زندگی، تغییرات زیاد در خلق و خوی برای رسیدن به یک هدف، اعتماد به نفس در هنگام شروع یک کار جدید، دلسرد شدن هنگام نزدیک شدن به یک کار جدید، به یاد آوردن چیزهای بد در هنگام مشکلات، تمرکز بر افکار شاد یا غم‌انگیز، زمان کار کردن بر روی یک هدف، تداخل افکار در هنگام تلاش برای رسیدن به یک کار، مضطرب شدن در حین شروع به کار بر روی یک هدف جدید در زندگی و امثال آن از جمله سوالات مرتبط با کنترل اراده در این پرسشنامه است (میزو و همکاران، ۲۰۰۵).

1 Brandon, Oescher & Loftin

2 Ridder, Mulders, Finkenauer, Stok and Baumeister

3 Tangney, Baumeister & Boone

4 Self-Control and Self-Management Scale

روش

از آنجایی که ساخت این پرسشنامه جهت به‌دست آوردن سوالات و ارزشیابی توانایی اراده بر مبنای فرهنگ ایرانی-اسلامی می‌باشد و با توجه به بین رشته‌ای بودن این تحقیق، مطالعات و جستجوها در هر دو حوزه‌ی متون اسلامی و متون روانشناسی انجام پذیرفته است. بر این اساس تحقیقات انجام شده در این رابطه، در دو مرحله و به‌صورت دو روش کیفی و کمی انجام پذیرفته است. در اولین مرحله بر مبنای روش کتابخانه‌ای و با شیوه تحلیل محتوا، به بررسی متون انتخاب شده در این باره در آن دو حوزه پرداخته شد. بر این اساس ابتدا به بررسی متون و مطالعات انجام شده درباره‌ی مفاهیم، مبانی، کاربردها، دیدگاه‌ها و روش‌های ارزشیابی و تقویت اراده در آن دو حوزه به‌صورت مجزا پرداخته شد. در این رابطه واژه‌های کلیدی از کتاب‌ها، مقالات، لوح‌های فشرده، اینترنت و مانند آن جستجو و موضوعات مرتبط با آنها از متون انتخاب شده، فیش برداری و سپس طبقه‌بندی گردید.

با توجه به تحقیقات انجام شده درباره‌ی ارزشیابی اراده و جهت آشنایی بیشتر با مسایل و موضوعات آنها، ابتدا تحقیقات انجام شده در حوزه‌ی روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت و در این رابطه متون انگلیسی بیش از هفتاد کتاب، جزوه، مقاله و مانند آن که عناوین مرتبط با واژه‌های کلیدی داشتند؛ از سایت‌های علمی معتبر و یا از ارجاعات و منابع به‌کار گرفته آن کتاب‌ها و مقالات، دانلود و ضبط گردید و سپس به ترجمه‌ی بیش از ۴۴ کتاب یا مقاله پرداخته شد. همچنین سوالات و گزینه‌های هشت پرسشنامه‌ی ساخته شده در این رابطه مورد بررسی و دقت نظر قرار گرفت.

پس از به‌دست آوردن مطالب روانشناختی تحقیق، به بررسی موضوعات در حوزه‌ی متون اسلامی پرداخته شد. در این رابطه ابتدا تمامی آیاتی که در قرآن کریم درباره‌ی اراده، میل، شوق، عزم و مفاهیم مشابه آن بوده، گردآوری و سپس به بررسی و جمع‌آوری روایات وارد شده از معصومین علیهم‌السلام در این باره پرداخته شد که کتاب‌هایی مانند نهج‌البلاغه، اصول کافی، بحارالانوار، غررالحکم و دررالکلم، تحف‌العقول، میزان‌الحکمه ری شهری و کتاب‌های معتبر روایی دیگر مورد بررسی قرار گرفت. پس از طبقه‌بندی و دسته‌بندی آن روایات، مطالب مرتبط با موضوع از منظر فلاسفه و عرفای اسلامی نیز مورد مراجعه قرار گرفت و در نهایت تمامی مطالب بر مبنای تحلیل محتوا دسته‌بندی و مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت.

بر مبنای مطالعات به‌دست آمده از متون اسلامی و روانشناسی، ابتداء حدود ۱۰۰ سوال به‌صورت مقدماتی به‌صورت واگرا ساخته شد. سپس آن سوالات جهت روایی سازه‌ها، در اختیار اساتید دانشگاه در دو حوزه‌ی علوم اسلامی و روانشناسی قرار گرفت که هر سوال در پرسشنامه به شیوه‌ی لیکرت تهیه گردیده و دارای ۵ طیف بسیار زیاد، زیاد، متوسط، کم و بسیار کم می‌باشد. از میان

تعداد اساتیدی که سوالات به آنها تحویل داده شد، تعداد ۱۶ نفر از آنها به ارزشیابی این سوالات پرداختند که با توجه با نظرات آنها و از میان آن سوالات، اساتید شرکت کننده به ۳۸ سوال با انتخاب بالای ۷۵٪ پاسخ مثبت دادند.

مستندات سوالات انتخاب شده از متون اسلامی، آیات قرآنی و روایات معصومین بوده و مستندات روانشناختی از متون روانشناسی انتخاب شده که در پیوست ۱ آن مستندات اشاره شده است. پس از انتخاب سوالات، پرسشنامه در اختیار تعدادی از دانشجویان مقطع کارشناسی قرار گرفت تا نسبت به وضوح و قابل فهم بودن آنها برای دانشجویان اطمینان حاصل گردد و پس از اصلاحات جزئی، درباره‌ی برخی کلمات مطرح شده؛ پرسشنامه‌ی آماده‌ی اجراء برای مرحله‌ی بعدی قرار گرفت.

جامعه‌ی آماری این تحقیق، تمامی دانشجویان دانشگاه‌های تهران می‌باشند که از میان آنها ۳ دانشگاه تهران، علوم پزشکی تهران و دانشگاه پیام نور تهران به صورت روش تصادفی و از میان آنها، کلاس‌هایی به شیوه‌ی خوشه‌ای انتخاب گردیدند. با توجه به نیاز به تعداد محدودی از آن دانشجویان برای انتخاب حجم نمونه، تعداد ۴۰۰ نفر از دانشجویان این سه دانشگاه انتخاب گردیدند. مبنای انتخاب دانشجویان این دانشگاه‌ها به گونه‌ای بود که تلاش شد از رشته‌های مهم مانند رشته‌های فنی - مهندسی، پزشکی - داندانپزشکی، علوم انسانی و الهیات دانشجویانی به عنوان نمونه انتخاب گردند. همچنین دانشجویان انتخابی این دانشگاه‌ها، از دانشکده‌ها یا کلاس‌هایی انتخاب گردیدند که نسبتاً جمعیت بیشتری از رشته‌های دانشجویی را داشته باشند و در این بین کلاس‌های معارف اسلامی با توجه به عمومی بودن درس برای همه دانشجویان به صورت خوشه از دانشکده‌های مختلف انتخاب گردیدند. بر این اساس تعداد ۴ کلاس از کلاس‌های معارف اسلامی، ۲ کلاس آقایان و دو کلاس خانم‌ها از دانشکده‌ی هنر و معماری دانشگاه تهران انتخاب شدند. همچنین در هر کدام از دانشکده‌های پزشکی، داندانپزشکی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی، یک کلاس معارف انتخاب گردید. از دانشجویان دانشگاه پیام نور نیز ۴ کلاس از مرکز تهران جنوب (۲ کلاس از رشته‌های علوم انسانی و ۲ کلاس از رشته الهیات) و ۲ کلاس از مرکز تهران شمال در رشته‌های فنی - مهندسی از کلاس‌های معارف انتخاب گردید. حجم نمونه‌ی دانشجویان این سه دانشگاه، تعداد آقایان و خانم‌ها و نوع رشته‌ی تحصیلی آنها با میانگین سنی ۲۴/۷۳ سال در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲- گروه‌های نمونه

گروه‌ها	تعداد	درصد
زنان	۲۰۴	۵۱
مردان	۱۹۴	۴۹
دانشجویان پیام نور	۱۷۶	۴۴
دانشجویان پزشکی	۱۲۰	۳۰
دانشجویان تهران	۱۰۴	۲۶
رشته الهیات و انسانی	۱۰۳	۲۵.۸
رشته پزشکی	۱۲۰	۳۰
رشته هنر	۱۰۴	۲۶
رشته فنی و مهندسی	۷۳	۱۸.۲

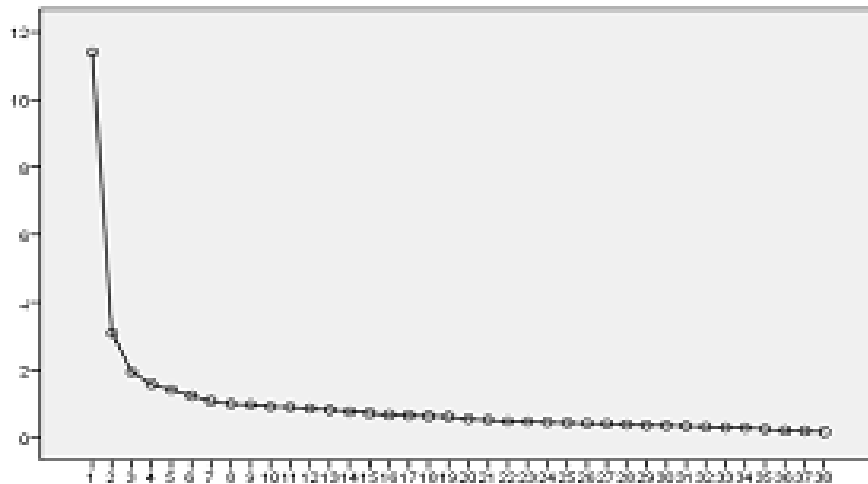
یافته‌ها

نمونه‌ی نهایی سوالات به‌منظور ارزیابی روانسنجی پرسشنامه، در اختیار دانشجویان سه دانشگاه قرار گرفت. برای تعیین عوامل موثر بر پرسشنامه‌ی اراده، ابتدا مقدار شاخص KMO ، مقدار آماره‌ی آزمون بارتلت، درجه‌ی آزادی و ضریب معناداری آزمون محاسبه گردید. چنانچه جدول ۳ شاخص‌های معناداری داده‌ها را نشان می‌دهد، مقدار شاخص KMO به یک نزدیک می‌باشد. همچنین با توجه به مقدار آماره‌ی بارتلت (که تقریبی از آماره کای دو است) و مقدار ضریب معناداری که از ۰.۵ کوچک‌تر بوده است، نشان می‌دهد که تحلیل عاملی برای شناسایی ساختار مدل عاملی مناسب بوده و تعداد نمونه‌ی انتخاب شده برای تحلیل عاملی کافی می‌باشد.

جدول ۳- شاخص‌های معناداری داده‌ها

شاخص‌ها	اندازه KMO	مجذور کای آزمون بارتلت	درجه آزادی	سطح معناداری
معناداری	۰/۹۱۰	۶/۹۵۵	۷۰۳	۰/۰۰۰۱

نمودار صخره‌ای (اسکری) زیر نشان می‌دهد که ۶ عامل به‌عنوان ملاک عوامل می‌تواند انتخاب شوند.



نمودار صخره‌ای جهت شناسایی تعداد عامل‌ها

باتوجه به مناسب بودن استفاده از روش تحلیل عاملی بر مبنای مقدار شاخص KMO و مقدار آماره‌ی آزمون بارتلت، در مرحله‌ی بعد به تبیین کلی واریانس پرداخته می‌شود که در جدول ۴ نشان داده شده است. چنانچه ملاحظه می‌گردد، تنها ۶ عامل در جدول وجود دارد که مقادیر ویژه‌ی آن کمتر از یک هستند. در ردیف دوم جدول، مقدار ویژه‌ی عوامل استخراجی بدون چرخش است که نشان می‌دهد تقریباً ۳۰٪ از تغییرپذیری متغیرها در عامل اول وجود دارد و در ستون سوم آن جدول، مقدار ویژه‌ی عوامل استخراجی با چرخش نشان داده شده است که نشان می‌دهد تقریباً ۵۵٪ از تغییرپذیری متغیرها را در ۶ عامل نشان می‌دهد.

جدول ۴- مقدار ارزش‌های ویژه اولیه و ارزش‌های بعد از چرخش

مجموع مجزورات بعد از چرخش			ارزش‌های ویژه اولیه			
درصد تراکمی واریانس	درصد واریانس	ارزش ویژه	درصد تراکمی واریانس	درصد واریانس	ارزش ویژه	عوامل
۱۵.۶۷۹	۱۵.۶۷۹	۵.۹۵۸	۲۹.۹۹۵	۲۹.۹۹۵	۱۱.۳۹۸	انگیزشی
۲۹.۳۹۶	۱۳.۷۱۷	۵.۲۱۲	۳۸.۱۲۸	۸.۱۳۴	۳.۰۹۱	عبادی
۳۵.۹۸۵	۶.۵۸۹	۲.۵۰۴	۴۳.۲۰۹	۵.۰۸۱	۱.۹۳۱	شناختی
۴۲.۵۲۴	۶.۵۴۰	۲.۴۸۵	۴۷.۳۴۹	۴.۱۳۹	۱.۵۷۳	فراشناختی
۴۸.۴۵۳	۵.۹۲۹	۲.۲۵۳	۵۱.۰۶۵	۳.۷۱۶	۱.۴۱۲	هیجانی
۵۴.۳۱۴	۵.۸۶۱	۲.۲۲۷	۵۴.۳۱۴	۳.۲۴۹	۱.۲۳۵	رفتاری

در مرحله‌ی بعد برای تعیین روایی سوالات، ماتریس چرخیده شده‌ی اجزاء برای به‌دست آوردن بارهای عاملی پس از چرخش محاسبه گردیده است. باتوجه به بالا بودن بارهای عاملی و عدم حذف سوالات، بار ۰/۴۲ برای تعیین عوامل چرخشی تعیین می‌گردد که چنانچه در جدول زیر نشان داده شده است، شش عامل اصلی به‌ترتیب ۱۵ سوال در عامل اول(انگیزی)، ۶ سوال در عامل دوم(عبادی)، ۴ سوال در عامل سوم(شناختی)، ۵ سوال در عامل چهارم(فراشناختی)، ۳ سوال در عامل پنجم(هیجانی) و ۴ سوال در عامل ششم(رفتاری) به‌دست آمده است. همچنین با ملاحظه‌ی جدول زیر، نشان داده شده که سوال ۱۱ از روایی لازم برخوردار نبوده و آن حذف می‌گردد.

جدول ۵- ماتریس چرخشی برای شش عامل اراده

عامل‌ها						
۶	۵	۴	۳	۲	۱	سؤالات
					۰/۶۸۸	۱. اگر تصمیم به انجام کاری بگیرم، حتما آن را انجام می‌دهم.
					۰/۶۳۳	۱۷. همواره وقت و زمان خود را کنترل و مدیریت می‌کنم.
					۰/۶۳۲	۱۴. وقتی کاری را شروع می‌کنم، تا آن را به نتیجه نهایی نرسانم، دست از تلاش بر نمی‌دارم.
					۰/۶۲۱	۷. غالباً با اعتماد به نفس بالایی، کارهایم را انجام می‌دهم.
					۰/۶۱۹	۱۹. پس از اینکه تصمیم می‌گیرم کاری را انجام دهم، به هیچ وجه آن را به تأخیر نمی‌اندازم.
					۰/۵۹۳	۸. کارهایم را بگونه‌ای انجام می‌دهم که دیگران، می‌توانند روی من حساب باز کنند.
					۰/۵۹۰	۳۷. برای انجام دادن کارها، از تمام انرژی خودم استفاده می‌کنم.
					۰/۵۸۹	۱۳. به موقع انجام دادن کارها، یکی از عوامل موفقیت زندگی‌م می‌باشد.
					۰/۵۵۵	۱۸. هنگام انجام دادن کاری، براحتی می‌توانم بر روی آن کار تمرکز کنم.
					۰/۵۵۲	۲. انتخاب اهداف بزرگ و بلندمدت، مهم‌ترین عامل موفقیت در زندگی‌م است.
					۰/۵۴۴	۱۶. با مداومت و تکرار، تلاش می‌کنم کارهایم را به نتیجه برسانم.
					۰/۴۹۹	۳۳. غالباً برای انجام کارهایم، انگیزه بالایی دارم.
					۰/۴۸۱	۳. با برنامه ریزی در کارهای روزمره خود، کارهایم را به بهترین وجه انجام می‌دهم.
					۰/۴۵۶	۲۰. سعی می‌کنم برنامه‌هایم را به گونه‌ای تنظیم کنم که کمتر وقت اضافی داشته باشم.
					۰/۴۵۵	۵. کنترل خوبی بر کارهایم دارم.
					۰/۸۴۵	۲۶. با خواندن نماز، توانایی مضاعفی برایم در انجام کارها ایجاد می‌شود.
					۰/۸۴۴	۳۱. با دعا و درخواست از خدا، احساس می‌کنم توان انجام هر کار مهمی را پیدا می‌کنم.
					۰/۸۴۳	۳۸. با قرائت قرآن، در درونم انرژی خاصی در انجام کارها ایجاد می‌شود.
					۰/۷۷۳	۳۶. بیاد آوردن عذاب‌های بعد از مرگ، کنترل‌کننده خوبی برای اصلاح رفتارهایم می‌باشد.
					۰/۷۳۲	۹. با توکل بر خدا، انرژی خاصی در انجام کارها برای حل مشکلاتم پیدا می‌کنم.
					۰/۶۱۱	۳۰. وقتی در یک موقعیت وسوسه انگیز قرار می‌گیرم، فوراً آنجا را ترک می‌کنم.
					۰/۷۱۶	۲۴. مسؤولیت ناکامی‌ها و موفقیت‌هایم را می‌پذیرم.
					۰/۶۰۵	۲۵. تلاش می‌کنم از موفقیت‌های بدست آمده، برای پیشرفت‌های بعدی‌ام استفاده کنم.
					۰/۵۵۸	۲۳. بر افکار، احساسات و نیازهایم، آگاهی کامل دارم.
					۰/۵۵۳	۳۴. با کمک کردن به دیگران، انرژی خاصی برای انجام سایر کارها، در من ایجاد می‌شود.

		۰/۶۱۱			۶. قبل از شروع به انجام کاری، سعی می کنم نتایج و عواقب آن را در نظر بگیرم.
		۰/۵۷۸			۱۰. وقتی در میان جمعی هستم، با کمتر صحبت کردن می توانم گفتارم را کنترل کنم.
		۰/۵۵۰			۴. سعی می کنم کارهایم را مانند یک شاهد بیرونی، مورد نظارت قرار بدهم.
		۰/۵۳۹			۱۵. توان عجله نکردن و قدرت به تعویق انداختن کارهایم را دارم.
		۰/۴۸۶			۱۲. با عبرت از اشتباهات گذشته، کاری که موجب پشیمانیم می شود را تکرار نمی کنم.
	۰/۶۰۹				۲۱. آرامش داشتن در زندگی، یکی از رموز موفقیت کارهایم می باشد
	۰/۵۸۱				۲۹. خشم و هیجانات خودم را بخوبی کنترل می کنم.
	۰/۵۶۵				۲۲. با فراموش کردن شکست ها و ناکامی ها، می توانم بر مشکلات گذشته ام غلبه کنم.
۰/۷۰۵					۲۸. با پاداش دادن به خود، عادات و رفتارهای خوبم را تشویق می کنم.
۰/۵۷۱					۳۲. با تنبیه کردن و مجازات دادن خود، سعی می کنم عادات بدم را ترک کنم.
۰/۵۵۱					۲۷. با انجام دادن کارهای سخت و دشوار، سعی می کنم بر ضعف اراده ام غلبه کنم.
۰/۵۱۹					۳۵. هنگام انجام دادن کاری بد، فوراً کار خوب دیگری را جانشین آن می کنم.

جهت ارزیابی دوباره‌ی روایی این پرسشنامه، این آزمون با آزمون خودکارآمدی شرر برای تعداد ۴۰ نفر مورد مقایسه و محاسبه گردید. چنانچه جدول ۶ نشان می دهد، ضریب همبستگی پارامتریک پیرسون با ضریب معناداری بین آنها در این دو پرسشنامه نشان از همبستگی مثبت و معنادار بین این دو پرسشنامه دارد.

جدول ۶- ضریب همبستگی پارامتریک

خودکارآمدی	پرسشنامه اراده	
۰/۳۲۱	۱	ضریب همبستگی پیرسون خودکارآمدی
۰/۰۴۴		ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد
۱	۰/۳۲۱	ضریب همبستگی پیرسون اراده
	۰/۰۴۴	ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد

همچنین جهت ارزیابی مجدد روایی این پرسشنامه، ضریب همبستگی غیرپارامتریک با ضریب معناداری بین این آزمون با پرسشنامه‌ی خودکارآمدی شرر برای تعداد ۴۰ نفر نیز مورد مقایسه و محاسبه گردید. چنانچه جدول ۷ نشان می دهد، این ضریب همبستگی نشان از همبستگی مثبت و معنادار بین این دو پرسشنامه دارد.

جدول ۷- ضریب همبستگی غیر پارامتریک

پرسشنامه اراده	خود کارآمدی	
۰/۴۳۷	۱/۰۰۰	ضریب همبستگی اسپیرمن خودکارآمدی
۰/۰۰۵		ضریب معناداری(دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد
۱/۰۰۰	۰/۴۳۷	ضریب همبستگی اسپیرمن اراده
	۰/۰۰۵	ضریب معناداری(دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد

پس از به دست آمدن روایی سوالات و تعیین مولفه‌ها، برای تعیین پایایی پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردیده که مقدار آن ۰/۹۳۳ می‌باشد و با توجه به اینکه آن بالاتر از ۰/۷ است، نشان از پایایی سوالات این پرسشنامه می‌باشد. همچنین پایایی سایر عوامل نیز محاسبه گردیده که چنانچه در جدول زیر نشان داده شده، آنها نیز برخوردار از پایایی بوده است. پایایی ۶ عامل انگیزشی، عبادی، شناختی، فراشناختی، هیجانی و رفتاری به ترتیب پس از پایایی کل محاسبه و نشان داده شده است.

جدول ۸- جدول پایایی کل و شش عامل اراده

پایایی آماری			
عوامل	تعداد	آلفای کرونباخ مبتنی بر آیتم های استاندارد	آلفای کرونباخ
اراده	۳۷	۰.۹۳۳	۰.۹۳۳
انگیزشی	۱۵	۰.۹۰۰	۰.۸۹۹
عبادی	۶	۰.۹۰۷	۰.۹۰۸
شناختی	۴	۰.۷۱۲	۰.۷۰۹
فراشناختی	۵	۰.۶۳۸	۰.۶۳۸
هیجانی	۳	۰.۵۴۲	۰.۵۴۵
رفتاری	۴	۰.۶۹۳	۰.۶۹۴

از روش بازآزمایی جهت ارزیابی دوباره پایایی پرسشنامه، برای تعداد ۴۰ نفر در فاصله زمانی بین دو هفته استفاده گردید. چنانچه جدول ۹ نشان می‌دهد، ضریب همبستگی پارامتریک پیرسون با ضریب معناداری بین مرحله اول با مرحله دوم برای آن تعداد، نشان از همبستگی مثبت و معنادار بین این دو پرسشنامه دارد.

جدول ۹- ضریب همبستگی پارامتریک

مرحله دوم	مرحله اول	
۰/۵۷۲	۱	ضریب همبستگی پیرسون مرحله اول
۰/۰۰۰۱		ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد
۱	۰/۵۷۲	ضریب همبستگی پیرسون مرحله دوم
	۰/۰۰۰۱	ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد

همچنین جهت بازآزمایی این پرسشنامه، از ضریب همبستگی غیر پارامتریک اسپیرمن با ضریب معناداری بین مرحله‌ی اول با مرحله‌ی دوم برای همان تعداد ۴۰ نفر در همان فاصله‌ی زمانی استفاده گردید. چنانچه جدول ۱۰ نشان می‌دهد، همبستگی مثبت و معناداری بین این دو پرسشنامه وجود دارد.

جدول ۱۰- ضریب همبستگی پارامتریک

خود کارآمدی	پرسشنامه اراده	
۰/۴۴۳	۱/۰۰۰	ضریب همبستگی اسپیرمن مرحله اول
۰/۰۰۴		ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد
۱	۰/۴۴۳	ضریب همبستگی اسپیرمن مرحله دوم
	۱/۰۰۰	ضریب معناداری (دو طرفه)
۴۰	۴۰	تعداد

نتیجه گیری و بحث

نتایج این پژوهش نشان داد که پرسشنامه‌ی ارزیابی اراده، به لحاظ روایی و پایایی در سطح قابل قبولی قرار داد. نتایج حاصل از تحلیل عاملی نیز نشان داد که این پرسشنامه از ساختار عاملی مناسبی برخوردار بوده است. نتایج تحلیل عاملی به روش مولفه‌های اصلی و چرخش واریماکس از سوئی، نشانگر روایی این مقیاس و از سوی دیگر بیانگر این بوده که مقیاس در گروه دانشجویان، دارای یک مقیاس چند بعدی است. به طوری که ۶ عامل استخراج شده‌ی انگیزشی، عبادی، فراشناختی، شناختی، هیجانی و رفتاری، در مجموع بیش از ۵۵٪ از واریانس کل را تبیین کرده است. بدین ترتیب عامل اول برای اندازه‌گیری میزان قدرت اراده‌ی افراد، بر مبنای توانایی‌های انگیزشی به دست آمده است. تاکید بر انجام کاری پس از تصمیم گرفتن؛ انتخاب اهداف بزرگ و بلندمدت، برنامه‌ریزی در کارها، کنترل داشتن کارهای روزمره، برخورداری از اعتماد به نفس بالا، کارها را در وقت مناسب انجام دادن، تلاش برای به نتیجه نهایی رساندن امور، مدیریت وقت و

کنترل بر زمان، توانایی تمرکز بر کارها، توانایی به تاخیر نینداختن امور، داشتن انگیزه بالا در انجام کارها، استفاده از تمام انرژی برای انجام دادن امور، توجه به انجام کارها به گونه‌ای که دیگران حساب باز کنند از جمله موضوعات انگیزشی مطرح شده در سوالات می‌باشد. همچنین عامل دوم، برای اندازه‌گیری میزان قدرت اراده‌ی افراد، بر مبنای توانایی‌های عبادی می‌باشد که در سوالاتی همچون داشتن توکل بر خدا، خواندن نماز، فرار از موقعیت وسوسه انگیز، درخواست از خدا به صورت دعا، قرائت قرآن و به یاد آوردن عذاب بعد از مرگ نشان داده شده است. عامل سوم بر روی موضوعات شناختی همچون آگاهی بر افکار، احساسات و نیازها، به دست آوردن انرژی در هنگام کمک به دیگران، پذیرش مسوولیت ناکامی‌ها و موفقیت‌ها، تلاش برای استفاده از موفقیت‌های به دست آمده در پیشرفت‌های بعدی از جمله مسایل شناختی برای ارزیابی اراده مورد استفاده قرار گرفته است. عامل چهارم نیز برای اندازه‌گیری میزان قدرت اراده‌ی افراد، بر مبنای توانایی‌های فراشناختی می‌باشد که در سوالاتی همچون نظارت بر کارها همانند یک شاهد بیرونی، توجه به نتایج و عواقب امور قبل از شروع به انجام کاری، کنترل بر سخن گفتن، عبرت گرفتن از اشتباهات گذشته، توان به تعویق انداختن کارها نشان داده شده است. عامل پنجم به موضوعاتی همچانی همچون آرامش داشتن در زندگی، فراموش کردن شکست‌ها و ناکامی‌ها، کنترل بر خشم و هیجانات اشاره دارد. عامل ششم به سوالاتی همچون جانشین کردن کار خوب بجای کار بد، تنبیه کردن خود برای انجام عادات بد، انجام دادن کارهای سخت و دشوار برای غلبه بر ضعف اراده، پاداش دادن خود، جهت انجام رفتارهای خوب از جمله عوامل رفتاری می‌باشد که مورد ارزیابی قرار گرفته است. همبستگی عوامل پرسشنامه‌ی اراده با یکدیگر در مقایسه با همبستگی آنها با نمره‌ی کل پرسشنامه نیز حاکی از روایی واگرا و همگرایی عوامل استخراج شده می‌باشد. همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که آلفای کرونباخ این پرسشنامه از پایایی بالایی (۰/۹۳۳) برخوردار است که این میزان گویای همسانی مطلوب سوالات این پرسشنامه دارد. از سوی دیگر با توجه به حجم بالای نمونه و نیز استفاده از آلفای کرونباخ که معادل با میانگین بی نهایت ضریب دو نیمه کردن است، این ضریب همسانی درونی قابل اطمینان به نظر می‌رسد. بنابراین، این مقیاس برای اجرای تحقیقات دانشجویی و پژوهش‌های روانشناختی در جهت تشخیص و درمان توانایی‌های روانی قابل استفاده باشد.

با توجه به عدم وجود ابزاری جهت ارزیابی اراده در کشور عزیز ایران و اینکه این پرسشنامه برای اولین بار بر مبنای فرهنگ ایرانی- اسلامی ساخته شده است و همچنین با در نظر گرفتن روایی و پایایی مناسب این مقیاس، پیشنهاد می‌گردد که از این ابزار برای ارزیابی قدرت اراده‌ی دانشجویان استفاده گردد که با ارزیابی توان اراده‌ی آنها، می‌توان سایر توانایی‌های آنان مانند پیشرفت تحصیلی، سلامت جسمانی، بهداشت روانی و مانند آن را پیش‌بینی کرد. با توجه به اینکه این

پرسشنامه فقط برای دانشجویان دانشگاه‌های تهران هنجار شده است، آن نیز می‌تواند مبنای تحقیقات دیگر در جامعه‌های مختلف دانش‌آموزی، کارگری، کارمندی و مانند آن قرار بگیرد. چنانچه متخصصان علوم روانشناسی، پزشکی، علوم اسلامی و اخلاقی نیز می‌توانند بر مبنای این پرسشنامه به ارزیابی و پیشرفت اراده بپردازند. همچنین علاوه بر اینکه این پرسشنامه ابزار مناسبی برای ارزیابی اراده می‌باشد، با توجه به در نظر گرفتن عوامل و فاکتورهای آن می‌تواند به‌عنوان وسیله‌ای جهت تقویت و افزایش اراده نیز مورد استفاده قرار گیرد. در توسعه‌ی دقیق‌تر شاخص‌های روانسنجی پرسشنامه ارزیابی اراده، همچنین توصیه می‌گردد که برای مطالعه‌ی میزان پایایی آن از روش بازآزمایی استفاده گردد تا بدین وسیله میزان دقت این پرسشنامه برای استفاده در مطالعات تشخیصی نیز بیشتر مهیا گردد.

منابع

- قرآن کریم (۱۳۷۳)، ترجمه ناصر مکارم شیرازی، دارالقرآن الکریم، چاپ دوم، قم
- راغب اصفهانی (۱۳۶۲ش)، مفردات فی الفاظ القرآن، انتشارات خورشید، چاپ دوم، تهران .
- سلیمانی آشتیانی، مهدی و درایتی، محمد حسین (۱۳۸۷ش)، مجموعه رسائل در شرح احادیثی از کافی، دار الحدیث، ایران، قم، چاپ اول.
- Brandon, J. E., Oescher, J., & Loftin, J. M. (1990). The self-control questionnaire: An assessment. *Health Values*, 14, 3-9.
- Hasford. Jonathan & Kelly D. Bradley (2011), Validating Measures of Self Control via Rasch Measurement, *Journal Of Applied Business Research*, Staff@CluteInstitute.com
- Heiby, E. M. (1982). A self-reinforcement questionnaire. *Behavior Research and Therapy*, 20, 397-401.
- Mezo Peter (2005), the self control and self management scale (SCMS): A general, measure of self control and self management skills
- Rehm, L. P., Kornblith, S. J., O'Hara, M. W., Lamparski, D. M., Romano, J. M., & Volkin, J. (1981). An evaluation of major components in a self-control therapy program for depression. *Behavior Modification*, 5, 459-489.
- Rokke, P. D., & Rehm, L. P. (2001). Self-management therapies. In K. S. Dobson (Ed.). *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (2nd ed., pp. 173-210). New York, NY: Guilford.
- Rosenbaum, M. (Ed.) (1990). *Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior*. Springer series on behavior therapy and behavioral medicine, 24. New York: Springer Publishing Co, Inc.
- Rude, S. S. (1986). Relative benefits of assertion or cognitive self-control treatment for depression as a function of proficiency in each domain. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 390-394.
- Tangney June, Baumeister Roy & Boone Angie (2004), High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success, *Journal of Personality*

Wertenbroch Klaus, Vosgerau Joachim and Bruyneel Sabrina (2008), Free Will, Temptation, and Self-Control: We must believe in free will, we have no choice, Journal of Consumer Psychology: 27-33.

پیوست ۱- مستندات متنی سؤالات انتخابی

منابع روانشناختی	متون اسلامی	سؤالات
	امام علی عطایای الهی را به اندازه قصد و نیت انسان می‌داند (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۴، ص ۳۱۶).	۱- اگر تصمیم به انجام کاری بگیرم، حتماً آن را انجام می‌دهم.
(ترودل و موری، ۲۰۱۲)، (تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴).	امام علی عامل موفقیت انسان را داشتن اهداف بزرگ و همت بلند دانسته است (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۲، ص ۱۰۶).	۲- انتخاب اهداف بزرگ و بلند مدت، مهم‌ترین عامل موفقیت در زندگی است.
براندون، آسکر، و لافتین (۱۹۹۰)، کانفر و بندورا (۱۹۷۰).	ضرورت تقسیم برنامه زندگی در هر شبانه روز (نهج البلاغه، حکمت ۳۹۰). ضرورت نظم در امور (نهج البلاغه، نامه ۴۷).	۳- کارهای روزمره خود را با برنامه ریزی به بهترین وجه انجام می‌دهم.
(بنابو و تیرول، ۲۰۰۱).	امام علی می‌فرماید: از خودت مراقبی بر خویشتن قرار بده (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۴، ص ۵۰۴).	۴- کارهایم را مانند یک شاهد بیرونی، مورد نظارت قرار می‌دهم.
(کاسکان، ۲۰۱۰).	دستور قرآن به کنترل نفس (مائدة: ۱۰۵) همچنین بحث‌های تقوا	۵- کنترل خوبی بر رفتارهایم دارم.
روزنباوم (۱۹۸۰)، کانفر و بندورا (۱۹۷۰).	دستور پیامبر اکرم به عاقبت اندیشی قبل از تصمیم به انجام هر کاری (صدوق، ۱۴۱۰، ج ۴، ص ۴۱۰).	۶- قبل از شروع به انجام کاری، نتایج و عواقب آن را در نظر می‌گیرم.
روزنباوم (۱۹۸۰)، (تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴)؛ (روود، ۱۹۸۶).	خداوند به مسلمانان، به شرط داشتن ایمان، خودباوری و اعتماد به نفس برای پیروزی داده است (آل عمران: ۱۳۹).	۷- با اعتماد به نفس بالایی، کارهایم را انجام می‌دهم.
(تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴).	مجموعه روایات برای ضرورت قابل اعتماد بودن برای دیگران (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۱، ص ۸۰).	۸- کارهایم را بگونه‌ای انجام می‌دهم که دیگران، بتوانند روی من حساب باز کنند.
	هر کس بر خدا توکل کرده و از او اطاعت کند، اراده الهی پیدا می‌کند (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۷، ص ۱۳).	۹- توکل بر خدا، انرژی خاصی در انجام کارها برایم ایجاد می‌کند.
	تأکید پیامبر اکرم بر خاموشی اولیای خدا و سخنان حکمت آمیز آنان (کلینی، ۱۴۰۳، ج ۲، ص ۲۳۷).	۱۰- در میان جمع، کنترل بر گفتار و صحبت‌هایم دارم.
(تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴).	هر که صبر کند و درگذرد، مسلماً این از اراده قوی او در کارهاست (شوری: ۴۳).	۱۱- در برابر وسوسه‌ها و مشکلاتم مقاومت می‌کنم.
(روود، ۱۹۸۶).	دستور قرآن به عبرت گرفتن صاحبان بصیرت (حشر: ۲).	۱۲- با عبرت از اشتباهات گذشته، کاری که موجب پشیمانیم بشود را تکرار نمی‌کنم.
براندون، آسکر، و لافتین (۱۹۹۰)؛ (روود، ۱۹۸۶).	از فرصتها به موقع استفاده کنید تا پشیمان نگردید (نهج البلاغه، نامه ۳۱).	۱۳- به موقع انجام دادن کارها، یکی از عوامل موفقیت است.
هیپی (۱۹۸۲).	تأکید پیامبر اکرم بر متقن و محکم انجام دادن کار (مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۱، ص ۳۹۰) که یکی از مصادیق آن به پایان رساندن کار است.	۱۴- تا به نتیجه نهایی رساندن کارهایم، دست از تلاش بر نمی‌دارم.
کانفر و بندورا (۱۹۷۰).	همانا انسان عجول آفریده شده، پس عجله نکنید (انبیاء: ۳۷).	۱۵- قدرت به تعویق انداختن و عجله نکردن کارهایم را دارم.
هیترتون (۱۹۹۶).	امام باقر فرمود: محبوب‌ترین عمل در پیشگاه خداوند عز و جل	۱۶- با تکرار و تداوم، تلاش می‌کنم کارها را به نتیجه

برسانم.	عملی است که آدمی بر آن مداومت ورزد (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۸، ص ۱۵۵).
۱۷- همواره وقت خود را کنترل و مدیریت می کنم.	حدیث امام علی علیه السلام بر ضرورت مراقبت بر لحظه لحظه های عمر (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۸، ص ۱۲۴).
۱۸- براحتمی می توانم هنگام انجام دادن کاری، بر روی آن تمرکز کنم.	علاوه بر تأکید بر تفکر، تأمل؛ تمرکز ذهن و حضور قلب در نماز؛ امام علی بر لزوم اهتمام و تمرکز بر یک چیز اشاره دارد (نهج البلاغه، نامه ۳۱).
۱۹- پس از تصمیم به انجام کاری، به هیچ وجه آن را به تأخیر نمی اندازم.	روایات بر مذمت تسویف و به تأخیر انداختن کار خیر (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۱۳، ص ۲۴۸).
۲۰- برنامه هایم را به گونه ای تنظیم می کنم که کمتر وقت اضافی داشته باشم.	تأکید امام علی بر ضرورت ضایع نکردن فرصت ها (نهج البلاغه، حکمت ۱۱۸).
۲۱- یکی از رموز موفقیت زندگی، آرامش داشتن در انجام کارها می باشد	قرآن کریم، آرامش را نتیجه یاد خدا در دل انسان معرفی می نماید (رعد: ۲۸).
۲۲- با فراموش کردن شکست ها و ناکامی های گذشته، بر مشکلاتم غلبه کنم.	قرآن می فرماید: اندوهگین آنچه از دستتان می رود نگردید (احقاف: ۲۳).
۲۳- بر افکار، احساسات و نیازهایم، آگاهی کامل دارم.	تأکید امام علی علیه السلام بر ضرورت معرفت (حرانی، ۱۳۸۵، ص ۱۷۱).
۲۴- مسؤولیت ناکامی ها و شکست هایم را می پذیرم.	پذیرش اشتباه خود توسط حضرت یونس (انبیاء: ۸۷) و حضرت موسی (قصص: ۱۶).
۲۵- از موفقیت های بدست آمده ام، برای پیشرفت های آینده ام استفاده می کنم.	تأکید امام علی علیه السلام بر تجربه آموزی و هلاکت بر بی توجهی به تجارب (ری شهری، ج ۲، ص ۲۸۵).
۲۶- با خواندن نماز، توانایی زیادی در انجام کارها برایم ایجاد می شود.	نماز به همراه صبر، از جمله ابزار تقویت عزم و اراده (بقره: ۴۵).
۲۷- با انجام کارهای سخت و دشوار، بر ضعف اراده ام غلبه می کنم.	تأکید حضرت علی علیه السلام بر ریاضت نفس برای غلبه بر مشکلات (نهج البلاغه، نامه ۳۵).
۲۸- با پاداش دادن به خود، عادات و رفتارهای خوب را تشویق می کنم.	تأکید قرآن بر بهره مندی از متاع دنیا و ثواب آخرت به عنوان پاداش عمل (آل عمران: ۱۴۵).
۲۹- خشم و هیجانات خودم را بخوبی کنترل می کنم.	دستور پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در باره کنترل خشم درونی با تغییر حالات (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۸، ص ۴۵۴).
۳۰- وقتی در یک موقعیت وسوسه انگیز قرار می گیرم، فوراً آنجا را ترک می کنم.	تأکید قرآن بر ترک مجلسی که آیات الهی در آن مسخره می شود (نساء: ۱۴۰).
۳۱- با دعا و درخواست از خدا، توان انجام هر کار مهمی را احساس می کنم.	تأکید بر ضرورت استفاده از دعا، و پاسخ دادن به دعا توسط خدا (بقره: ۱۸۶).
۳۲- با تنبیه کردن و مجازات دادن خود، بر عادات بدم غلبه می کنم.	تأکید امام علی علیه السلام در اوصاف پرهیزکاران بر محروم کردن نفس سرکش برای مجازات (نهج البلاغه، خطبه ۷۶).
۳۳- غالباً با انگیزه بالایی کارهایم را شروع می کنم.	بیان انگیزه در قرآن با حث، تحریص، بعث. مانند خواندن خدای متعال با انگیزه و رغبت (انبیاء: ۹۰).
۳۴- کمک به دیگران، انرژی خاصی برای سایر کارها	تأکید قرآن بر رسیدن به مقام نیکوکاری بواسطه انفاق و کمک

	به دیگران (آل عمران: ۹۲).	در من ایجاد می‌کند.
(تانگی، بامیستر و بوون، ۲۰۰۴).	جانشینی رفتارهایی مثل ایستادن، نشستن، دراز کشیدن بجای خشم (ری شهری، ۱۳۸۵، ج ۸، ص ۴۵۴).	۳۵- وقتی کار بدی به ذهنم خطور می‌کند، فوراً کار خوب دیگری را جانشین آن می‌کنم.
	امام علی علیه السلام می فرماید: باید همت تو در کارها، دنیای بعد از مردن باشد (نهج البلاغه، نامه ۲۲).	۳۶- با بیاد آوردن عذاب‌های بعد از مرگ، کنترل خوبی برای اصلاح رفتارهایم پیدا می‌کنم.
(ترودل و موری، ۲۰۱۲).	تأکید امام علی علیه السلام، بر استفاده از تمام ظرفیت نفس در هنگام خواهش و اقبال نفس (نهج البلاغه، حکمت ۱۹۳).	۳۷- در انجام دادن کارهایم، از تمام انرژیم استفاده می‌کنم.
	همانا این قرآن خلق را به استوارترین طریقه، هدایت می‌کند (اسراء: ۹).	۳۸- قرائت قرآن، انرژی خاصی برایم در کارها ایجاد می‌کند.



