

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال شانزدهم شماره ۶۱ بهار ۱۴۰۰

## بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت (FCS)

مرضیه صادق‌زاده<sup>۱\*</sup>، لیلا شاملی<sup>۲</sup>

<sup>۱\*</sup> - استادیار روان‌شناسی دانشگاه سلمان فارسی کازرون

<sup>۲</sup> - استادیار روان‌شناسی دانشگاه سلمان فارسی کازرون

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۵/۱۴

تاریخ وصول: ۱۳۹۹/۰۲/۱۵

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه ترس از شفقت‌ورزی (کیلیبرت، مک‌ایوان، ماتوس و ریویس، ۲۰۱۱) در جامعه ایرانی بود. به این منظور نمونه‌ای شامل ۸۷۲ نفر از دانشجویان دانشگاه شیراز به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب گردیدند. داده‌های پژوهشی نیز علاوه بر پرسشنامه ترس از شفقت‌ورزی، از چهار ابزار دیگر یعنی پرسشنامه‌های اضطراب، افسردگی و استرس (لووی‌بوند و لووی‌بوند، ۱۹۹۵)، سطوح خودانتقادی (تامسون و زروف، ۲۰۰۴)، اجتناب تجربه‌ای (هایز و همکاران، ۲۰۰۴) و خود-شفقت‌ورزی (ریس، پومیر، نف و ون‌گاج، ۲۰۱۱) جمع‌آوری شد. نتایج حاصل از تحلیل عاملی به شیوه مولفه‌های اصلی و تحلیل عاملی تأییدی موید یک ساختار سه‌عاملی در نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت بوده است. همبستگی نمرات حاصل از خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه با نمرات سایر ابزارهای پژوهش، روایی همگرا و واگرایی آن را نیز مورد تأیید قرار داده است. به علاوه، مقادیر مربوط به ضریب آلفای کرونباخ برای هر سه خرده‌مقیاس و همین‌طور ضرایب بارآزمایی با فاصله زمانی دو هفته در بازه مطلوب قرار داشته است. نتایج تحلیل آماری ضمن تأیید ساختار سه‌عاملی مولفه ترس از شفقت‌ورزی دیگران، ترس از شفقت‌ورزی برای خود و ترس از شفقت‌ورزی برای دیگران، کاربرد نسخه فارسی پرسشنامه را در دانشجویان ایرانی پیشنهاد می‌نماید.

واژه‌های کلیدی اعتبار؛ روایی؛ روان‌سنجی؛ ترس از شفقت

## مقدمه

شفقت‌ورزی برحسب شواهد روزافزونی که در حوزه‌های علم عصب‌شناختی، زیست‌شناسی و روان‌شناسی تحولی گردآوری شده، به عنوان انگیزشی حیاتی در پردازش هیجانی و روابط تعلق‌جویانه<sup>۱</sup> انسان شناسایی و معرفی گردیده است (کربی، دوتی، پتروچی و گیلبرت، ۲۰۱۷). شفقت‌ورزی بنا به تعریف، «حساسیت به رنج خود و دیگری، با تعهد به تلاش برای تسکین و پیشگیری آن رنج» بوده (گیلبرت، ۲۰۱۴) و همچون تمامی فعالیت‌های نوع‌دوستانه آدمی به ساختار تکامل‌یافته فیزیولوژیک او (از جمله عملکرد عصب واگ) بازمی‌گردد (کربی، دی و ساگر، ۲۰۱۹).

در واقع، شفقت‌ورزی از انگیزه مراقبت<sup>۲</sup> بنیادنی که در پستانداران وجود دارد، ریشه گرفته و در طی تکامل، به صورت صلاحیتی کاملاً پیچیده در گونه انسان متحول شده است. بدین ترتیب که شفقت‌ورزی در انسان، آمیزه‌ای مرکب از دانایی آگاهی<sup>۳</sup> (به معنای توانایی ذهنی‌سازی، برخورداری از سفر زمانی ذهن و تفکر نمادین)، آگاهی همدلانه<sup>۴</sup> (به معنای برخورداری از بینش درخصوص شیوه احساس، فکر و عمل خود و دیگری) و قصدمندی دانایی<sup>۵</sup> (به معنای انتخاب عامدانه جهت پرورش انگیزه‌های خاص و توسعه مهارت‌های ویژه برای به فعلیت درآوردن این انگیزه‌ها) می‌باشد (گیلبرت، ۲۰۱۹). ترکیب این عوامل که به صورت شفقت‌ورزی در گونه انسان نمود یافته، از ماهیتی پویا برخوردار می‌باشد، در یک بافت اجتماعی-تعاملی ظهور می‌یابد و می‌تواند در سه جهت کاملاً متمایز یعنی ۱) شفقت خود-به-دیگری<sup>۶</sup>، ۲) شفقت دیگری-به-خود<sup>۷</sup> و ۳) شفقت خود-به-خود<sup>۸</sup> (یا همان خود-شفقت‌ورزی<sup>۹</sup>) جریان یابد (لوپز، ساندرمن، رانکر و شرودرز، ۲۰۱۸).

به علاوه بایستی به خاطر داشت که شفقت‌ورزی هم مانند انگیزه‌های دیگر انسان، به دو فرایند کشف نشانه<sup>۱۰</sup> و پاسخ نشانه‌ای<sup>۱۱</sup> مجهز است؛ با این توضیح که در مورد شفقت‌ورزی، فرایند نخست به توانایی فرد در کشف نشانه‌های حاکی از رنج و آشفتگی بازمی‌گردد و دومین فرایند، برخورداری از یک فهرست رفتاری از پیش موجود است که به نمایش شفقت‌ورزی کمک می‌کند (گیلبرت، ۲۰۱۴). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که انسان‌ها از یک توان کاملاً تکاملی برای هشیار بودن و عمل نمودن در رویارویی با رنج برخوردار هستند که هم می‌تواند مورد تسهیل قرار گرفته<sup>۱۲</sup> و به فعلیت برسد و هم بازدارنده<sup>۱۳</sup> و متوقف‌گر<sup>۱۴</sup> (نیل، کنریک، وایت و نیوبرگ، ۲۰۱۶).

پژوهش‌های گذشته (به طورمثال لانگ<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۰؛ موسویج<sup>۱۶</sup>، ۲۰۱۳؛ گالانت، گالانت بیکرز و گالاچر<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۴؛ کربی، ۲۰۱۶؛ رجبی و مقامی، ۱۳۹۴) تسهیل‌گرهای زیادی را برای جریان شفقت‌ورزی پیشنهاد داده‌اند؛ از جمله به کار بردن

1. affiliative

2. Kirby, Doty, Petrocchi & Gilbert

3. Kirby, Day & Sagar

4. caring

5. knowing awareness

6. empathic awareness

7. knowing intentionality

8. self-to-other

9. other-to-self

10. self-to-self

11. self-compassion

12. Lopez, Sanderman, Ranchor & Schroevers,

13. signal detection

14. signal response

15. facilitated

16. inhibited

17. Neel, Kenrick, White & Neuberg

18. Longe

19. Mosewich

20. Galante, Galante, Bekkers, & Gallacher

تکنیک‌های مبتنی بر شفقت همچون نوشتن نامه و تصویرسازی، انجام فعالیت‌های مراقبه و شرکت در برنامه‌های آموزشی یا درمانی مبتنی بر شفقت. با این حال، نکته قابل توجه این است که برخلاف تسهیل‌گرهای شفقت‌ورزی، تاکنون پژوهش‌های اندکی راجع به بازدارنده‌های آن انجام شده است (کربی و همکاران، ۲۰۱۹).

در این خصوص، گیلبرت و مسکارو<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) موانع<sup>۲</sup>، مقاومت‌ها<sup>۳</sup> و ترس‌ها<sup>۴</sup> را به عنوان سه دسته اصلی از بازدارنده‌هایی معرفی می‌کنند که جریان شفقت‌ورزی در افراد مختلف را با مشکل مواجه می‌سازند. بازدارنده اول یعنی موانع به موقعیت‌هایی اشاره می‌کند که فرد تمایل دارد شفقت‌ورز باشد، اما به خاطر محدودیت‌های محیطی (مثل فقدان زمان یا منابع) از انجام آن عاجز است؛ به علاوه، بی‌خبری یا فقدان بینش نسبت به دلایل درد و رنج هم می‌تواند مانع شفقت‌ورزی باشد. بازدارنده دوم یعنی مقاومت‌ها به این موضوع بازمی‌گردد که فرد می‌تواند شفقت‌ورز باشد، اما نیست. البته نه به خاطر ترس، بلکه به این دلیل که فرد، هیچ نکته مثبتی در شفقت‌ورزی نمی‌بیند یا بر سود رقابتی خویش متمرکز است و بنابراین، به جای اشتراک منابع، آنها را صرفاً برای خودش نگه می‌دارد. و در نهایت، بازدارنده سوم یعنی ترس از شفقت‌ورزی به پاسخ اجتناب یا ترسی بازمی‌گردد که ممکن است فرد نسبت به شفقت‌ورزی احساس کند. این ترس می‌تواند در هر سه جهت گفته شده برای شفقت‌ورزی تجربه شود. به طور مثال، فردی که ترس در جهت شفقت‌ورزی خود-به-خود را احساس می‌کند، ممکن است از این بترسد که شفقت‌ورزی، یک ضعف یا لطف افراطی در حق خود<sup>۵</sup> قلمداد می‌شود یا فردی که از شفقت‌ورزی در جهت خود-به-دیگری می‌ترسد، ممکن است نگران باشد که مردم، افراد شفقت‌ورز را به عنوان اشخاصی بی‌کفایت، بی‌فایده و مطرود تلقی کنند.

تاثیر این سه بازدارنده بر جریان شفقت‌ورزی تا به حدی است که حتی شواهد پژوهشی مبتنی بر اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت (CFT)<sup>۶</sup> نیز علیرغم تاکید بر تاثیر مثبت این درمان، از برانگیخته شدن واکنش‌های حاکی از ترس یا اجتناب افراد نسبت به شفقت‌ورزی در ضمن جلسات درمانی خبر می‌دهند (گیلبرت، ۲۰۱۰). این موضوع، مطابق نظر گیلبرت (۲۰۰۵ و ۲۰۱۰) به توانی بازمی‌گردد که در افراد مختلف برای شفقت‌ورزی وجود داشته و به نوبه خود از نظام دلبستگی آنها ریشه می‌گیرد. وی نظام دلبستگی را همچون کتابی می‌داند که در اثر مواجهه با یک بدرفتاری یا بی‌تفاوتی بسته می‌شود، اما می‌تواند در اثر شفقت‌ورزی و مهربانی یک درمان‌گر یا آموزش خودشفقت‌ورزی دوباره از نو گشوده شود. هرچند وقتی که دوباره باز گردد، از همان جایی گشوده می‌شود که پیش از آن بسته شده بود. به عبارت دیگر، اگر نظام دلبستگی در اثر تعارض‌های هیجانی، بی‌تفاوتی یا بدرفتاری بسته شود، از سرگیری مجدد فعالیت آن، این خاطرات ناخوشایند عاطفی را هم دوباره فعال خواهد نمود. در واقع، احتمال دوباره ظهور همین عواطف نامطلوب هم هست که ترس از شفقت‌ورزی را پی‌ریزی نموده و به مانعی بزرگ بر سر راه بهبود و درمان فرد تبدیل می‌نماید؛ به کلام روشن‌تر، حس گرمی تداعی شده با دلسوزی‌هایی که فرد در طی درمان تجربه می‌کند، اندوه خواستن اما دریافت نکردن مراقبت و عاطفه از سوی افراد مهم زندگی را فعال کرده، فرد را نسبت به تنهایی درونی خویش آگاه ساخته و به صورت کاملاً دردناکی به یاد وی خواهد آورد که همواره در اشتیاق چنین روابط نزدیک و پذیرنده‌ای بوده است (گیلبرت، مک‌ایوان، متوس و ریویس<sup>۷</sup>، ۲۰۱۱).

به هر حال، چنانچه شخصی دچار ترس از شفقت‌ورزی باشد، فرصت تجربه و یادگیری رفتارهای تعلق‌جویانه و روابط اجتماعی بین‌فردی را بعنوان یک منبع تسکین، پیوستگی و آرامش در زمان آشفتگی و تنهایی، از دست خواهد داد و بالتبع، نسبت به مشکلات

1. Mascaro

2. Blocks

3. Resistances

4. Fears

5. self-indulgence

6. Compassion Focused Therapy

7. Gilbert, McEwan, Matos & Rivis

سلامت روان، آسیب‌پذیرتر خواهد شد (کربی و همکاران، ۲۰۱۹). از همین رو، پژوهش‌های جدید بر شفقت‌ورزی و درمان مبتنی بر شفقت، به جای دنبال نمودن اثربخشی درمان، بر موضوع ترس از شفقت‌ورزی، تفاوت‌های فردی موجود در این متغیر و همین طور، همبسته‌های مختلف آن تمرکز نموده‌اند (گیلبرت، ۲۰۱۹).

این حوزه پژوهشی جدید پس از مطالعه‌ای که گیلبرت و همکارانش (۲۰۱۱) برای طراحی و تدوین ابزاری جهت اندازه‌گیری ترس از شفقت‌ورزی انجام داده‌اند به مطالعات موثری در رابطه با شفقت‌ورزی انسان انجامیده است (کربی و همکاران، ۲۰۱۹). البته هدف از طراحی این ابزار، اندازه‌گیری تفاوت‌های فردی در سه نوع مختلف ترس از شفقت‌ورزی قلمداد شده است. از این رو، خرده‌مقیاس ترس از شفقت‌ورزی برای خود که شامل ۱۵ گویه است، به خودشفقت‌ورزی در زمانی بازمی‌گردد که فرد مرتکب اشتباهی شده یا دشواری و رنجی را در زندگی خویش تجربه نموده است؛ این خرده‌مقیاس گویه‌هایی همچون "احساس می‌کنم که سزاوار مهربانی و بخشایش خودم نیستم" را شامل می‌شود. خرده‌مقیاس دیگر این ابزار یعنی ترس از شفقت برای دیگران شامل ۱۰ گویه است و به احساس شفقت در مورد دیگران بازمی‌گردد و حساسیت فرد را برای تحت تاثیر عواطف و افکار دیگران قرار گرفتن، به نمایش می‌گذارد. این خرده‌مقیاس نیز گویه‌هایی همچون "می‌ترسم که اگر غمخوار و دلسوز دیگران باشم، بعضی از آنها بیش از حد به من وابسته شوند" را در برمی‌گیرد. و در نهایت، خرده‌مقیاس ترس از شفقت از سوی دیگران، شامل ۱۳ گویه است و شفقت‌ورزی دریافت شده از دیگران و تاثیر آن بر روی فرد را مورد توجه قرار می‌دهد. این خرده‌مقیاس نیز گویه‌هایی همچون "وقتی مردم نسبت به من مهربان و دلسوز هستند، احساس اضطراب یا شرمساری می‌کنم" را در برمی‌گیرد (گیلبرت و همکاران، ۲۰۱۱).

هدف از پژوهش حاضر بررسی شاخص‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت در جامعه ایرانی بوده است. البته گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) مطالعه روایی و پایایی نسخه اصلی این ابزار را در نمونه‌ای از دانشجویان دو دانشگاه دربی<sup>۱</sup> و ناتینگهام<sup>۲</sup> مورد بررسی قرار داده‌اند. چنان که نسخه اصلی ابزارهای مشابه دیگر (همچون مقیاس شفقت‌ورزی<sup>۳</sup> پامیر، نف و توت-کیریلی<sup>۴</sup> (۲۰۲۰) یا مقیاس خود-شفقت‌ورزی<sup>۵</sup> نف (۲۰۰۳)) نیز با تکیه بر اطلاعاتی از نمونه‌های دانشجویی طراحی و مورد مطالعه قرار گرفته است. به علاوه در ایران نیز بررسی شاخص‌های روان‌سنجی فرم کوتاه و بلند پرسشنامه خود-شفقت‌ورزی در نمونه‌های دانشجویی انجام گرفته است (پژوهش‌های عزیزی، محمدخانی، فروغی، لطفی و بهرام‌خانی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳ و خانجانی، فروغی، صادقی و بحرینیان، ۱۳۹۵). از این رو منطقی و مناسب به نظر می‌رسد که در پژوهش حاضر نیز مطالعه نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت با نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی انجام گردد. همچنین در پژوهش گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) جهت بررسی پایایی پرسشنامه ترس از شفقت‌ورزی به شیوه‌های بازآزمایی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ استناد گردیده و برای بررسی روایی علاوه بر تحلیل عاملی با توجه تایید ضمنی پژوهش‌های پیشین (همچون گیلبرت و پراکتر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶؛ لانگ و همکاران، ۲۰۱۰) بر همبستگی میان ترس از شفقت‌ورزی با طیفی از متغیرهای روان‌شناختی همچون اضطراب، افسردگی و استرس یا خودانتقادی به روایی همگرا و واگرا با برخی از این متغیرها استناد شده است. در این پژوهش نیز سعی گردیده تا همین چارچوب روش‌شناختی برای بررسی روایی و پایایی پرسشنامه مورد توجه قرار گیرد.

1. Derby

2. Nottingham

3. The Compassion Scale

4. Pommier, Neff & Toth-kiraly

5. The Self-compassion Scale

6. Azizi, Mohammadkhani, Foroughi, Lotfi, & Bahramkhani

7. Gilbert & Procter

## روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است و به لحاظ شیوه گردآوری داده‌ها به طرح‌های همبستگی تعلق دارد. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بود. به علاوه در پژوهش حاضر، از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شده است. بدین‌صورت که در ابتدا از میان ۱۵ دانشکده، ۴ دانشکده انتخاب و سپس از هر دانشکده، ۴ گروه آموزشی انتخاب گردیده و در نهایت نیز برای هر گروه آموزشی انتخاب شده، ۴ کلاس به تصادف به عنوان نمونه آماری انتخاب شده است. برای تعیین حجم نمونه نیز از نظر کلین<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) مبنی بر اینکه حداقل حجم نمونه برای مدل‌یابی معادلات ساختاری ۲۰۰ نفر یا ۵ الی ۱۰ نفر برای هر پارامتر می‌داند، تبعیت شده است. بدین‌ترتیب با در نظر گرفتن تعداد گویه‌های به کار رفته در ابزارهای پژوهش و اعمال ضریب ۹، حجم نمونه برابر ۹۲۷ تخمین زده شد. البته در نهایت با حذف پرسشنامه‌های مخدوش یا ناقص، حجم نهایی نمونه پژوهشی ۸۷۲ نفر بود. مضاف بر اینکه جهت بررسی ثبات زمانی، دو هفته پس از اجرای پرسشنامه‌ها، ۳۰ نفر از دانشجویان، مجدداً به پرسشنامه ترس از شفقت پاسخ دادند. داده‌ها جهت محاسبه شاخص‌های توصیفی، محاسبه آلفای کرونباخ و ضرایب همبستگی مربوط به روایی همگرا و واگرای پرسشنامه ترس از شفقت و نیز فرایند تحلیل عاملی تأییدی به وسیله دو نرم‌افزار SPSS و AMOS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. قابل ذکر است که از بین ۸۷۲ شرکت‌کننده نهایی در این پژوهش، ۵۱۵ نفر زن (۵۹/۰۶ درصد) و ۳۵۷ نفر مرد (۴۰/۹۴ درصد)، ۷۰۸ نفر مجرد (۸۱/۱۹ درصد) و ۱۶۴ نفر متأهل (۱۸/۸۱ درصد) بودند. میانگین (انحراف معیار) سن آزمودنی‌ها ۲۲/۳۴ (با انحراف استاندارد ۴/۱۵) سال بود.

## ابزارهای اندازه‌گیری

به طور کلی در پژوهش حاضر از ابزارهای زیر استفاده شده است:

**الف. پرسشنامه ترس از شفقت<sup>۲</sup> (FCS):** این پرسشنامه یک مقیاس خودگزارشی ۳۸ گویه‌ای است که از سه خرده‌مقیاس ترس از شفقت نسبت به دیگران، ترس از شفقت نسبت به خود، و ترس از شفقت دیگران تشکیل گردیده است. چنان که گفته شد این مقیاس از سوی گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) طراحی گردیده و گویه‌های آن در یک لیکرت ۵ درجه‌ای (از «هرگز موافق نیستم» معادل ۰ تا «کاملاً موافقم» معادل ۴) نمره‌گذاری می‌شود. سازندگان ابزار از همسانی درونی قوی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای هر سه خرده‌مقیاس آن خبر می‌دهند (خرده‌مقیاس ترس از شفقت نسبت به خود: ۰/۹۲، خرده‌مقیاس ترس از شفقت دیگران: ۰/۸۵ و خرده‌مقیاس ترس از شفقت نسبت به دیگران: ۰/۸۴). در پژوهش حاضر برای بررسی روایی این پرسشنامه از شیوه‌های مربوط به روایی سازه یعنی تحلیل عاملی و روایی همگرا و واگرا استفاده شده است. به منظور بررسی روایی واگرا، رابطه بین نمرات پرسشنامه ترس از شفقت و مقیاس خودشفقت‌ورزی و به منظور بررسی روایی همگرا، از رابطه بین نمرات پرسشنامه مذکور و پرسشنامه پذیرش و عمل - نسخه دوم، مقیاس سطوح خودانتقادی و مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس استفاده شده است. همچنین، علاوه بر محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی ثبات زمانی از روش بازآزمایی با فاصله زمانی دو هفته برای تعیین پایایی استفاده گردید.

**ب. فرم کوتاه مقیاس خودشفقت‌ورزی<sup>۳</sup> (SCS):** این مقیاس دارای ۱۲ گویه است و از سوی ریس، پامیر، نف و ون‌گاج<sup>۴</sup> در سال ۲۰۱۱ تدوین شده است و سه مولفه دوقطبی خود-شفقت‌ورزی را در قالب ۶ خرده‌مقیاس مهربانی با خود<sup>۵</sup>، خودقضاوتی<sup>۱</sup>،

1. Kline

2. Fear of Compassion Scales

3. Self-Compassion Scale

4. Raes, Pommier, Neff & Van Gucht

5. self-kindness

اشتراکات انسانی<sup>۲</sup>، انزوا<sup>۳</sup>، ذهن‌آگاهی<sup>۴</sup> و همانندسازی افراطی<sup>۵</sup> مورد سنجش قرار می‌دهد. گویه‌های این ابزار در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از «هرگز» معادل ۱ تا «همیشه» معادل ۵) نمره‌گذاری شده است. به علاوه، گویه‌های مربوط به سه خرده‌مقیاس خودقضاوتی، انزوا و همانندسازی افراطی به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌گردند. ریس و همکاران (۲۰۱۱) روایی سازه ابزار را تأیید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش نمودند. خانجانی و همکاران (۱۳۹۵) نسخه فارسی این ابزار را در ایران مورد بررسی قرار داده و ضریب آلفای ۰/۷۹ را برای کل مقیاس گزارش نموده‌اند. در پژوهش کرمی، بگیان کوله‌مرز، مومنی و الهی (۱۳۹۷) نیز ضریب آلفای کرونباخ برای مردان ۰/۷۳ و برای زنان ۰/۶۴ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز مقدار آلفای کرونباخ محاسبه و معادل ۰/۶۷ برآورده شده است.

**ج. پرسشنامه پذیرش و عمل - نسخه دوم<sup>۶</sup> (AAQ-II):** نسخه اولیه این پرسشنامه که به وسیله هایز<sup>۷</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۴ تدوین شد شامل ۹ سؤال بود که بر روی یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری شده بود. اما آخرین نسخه این ابزار توسط بوند<sup>۸</sup> و همکاران در سال ۲۰۱۱ ساخته شده و حاوی ۱۰ سؤال با همان مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرت است این پرسشنامه، پذیرش، اجتناب تجربه‌ای و عدم انعطاف‌پذیری روان‌شناختی افراد را مورد سنجش قرار می‌دهد. البته در پژوهش بوند و همکاران (۲۰۱۱)، در ابتدا دو عامل «اجتناب تجربه‌ای» و «کنترل بر زندگی» استخراج گردید؛ اما به دلیل تفاوت زیاد بین نسبت ارزش ویژه دو عامل و نبود تفاوت نظری و مفهومی بین آنها، در نهایت یک ساختار تک‌عاملی تحت عنوان اجتناب تجربه‌ای برای این مقیاس گزارش گردید. عباسی و همکاران (۱۳۹۱) برای اولین بار در ایران به بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی این پرسشنامه پرداختند. آنها برای این پرسشنامه ضرایب همسانی درونی و ضریب تنصیف را به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۷۱ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه معادل ۰/۶۸ محاسبه گردید.

**د. مقیاس سطوح خودانتقادی<sup>۹</sup>:** این مقیاس که به وسیله تامسون و زروف<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۴) طراحی گردید، دارای ۲۲ گویه است و دو مؤلفه خودانتقادی مقایسه‌ای (۱۲ گویه) و خودانتقادی درونی (۱۰ گویه) را مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس بر روی لیکرتی از ۰ تا ۶ نمره‌گذاری می‌شود و سازندگان آن از روش‌های تحلیل عاملی و روایی همگرا برای بررسی روایی ابزار استفاده نموده‌اند. در ایران، روایی و پایایی مقیاس سطوح خودانتقادی در پژوهش موسوی و قربانی (۱۳۸۵) مورد بررسی قرار گرفته و ضریب آلفا برای خرده‌مقیاس خودانتقادی درونی ۰/۸۷ و خرده‌مقیاس مقایسه‌ای ۰/۵۵ به دست آمده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های فوق به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۵۲ محاسبه گردیده است.

**ه. مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس<sup>۱۱</sup> (DASS-21):** نیز یک پرسشنامه خودگزارشی است که به وسیله لووی بوند و لووی بوند<sup>۱۲</sup> در سال ۱۹۹۵ طراحی شده است. این ابزار ۲۱ گویه دارد و بر اساس لیکرت ۴ درجه‌ای (از «هرگز» معادل ۰ تا «همیشه» معادل ۳) نمره‌گذاری می‌شود. نمره به دست آمده از هر خرده‌مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس نیز به پنج حالت نرمال، خفیف،

1. self-judgment  
2. common humanity  
3. isolation  
4. mindfulness  
5. over-identification  
6. Acceptance and Action Questionnaire-II  
7. Hayes  
8. Bond  
9. Self-Criticism Scale  
10. Thompson & Zuroff  
11. Depression Anxiety Stress Scale  
12. Lovibond & Lovibond

متوسط، شدید و خیلی شدید تقسیم می‌شود. روایی ساختاری این مقیاس توسط زابو<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) نیز مورد تأیید قرار گرفته است. سینکلیر<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۲) نیز ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار را بر روی یک نمونه‌ای از افراد بزرگسال مورد بررسی قرار داده و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ را بدست آوردند. روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه توسط سامانی و جوکار (۱۳۸۶) مورد بررسی قرار گرفته و آلفای کرونباخ برای سه خرده‌مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب معادل ۰/۸۱، ۰/۷۴ و ۰/۷۸ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای این سه خرده‌مقیاس به ترتیب معادل ۰/۷۹، ۰/۷۷ و ۰/۷۵ برآورد شده است.

## شیوه اجرا

در ابتدای امر، نسخه اصلی مقیاس ترس از شفقت توسط پژوهش‌گران حاضر به فارسی ترجمه گردید. سپس به منظور بررسی روشنی و دقت عبارات ترجمه شده، هر دو نسخه فارسی و انگلیسی مورد بازبینی و اصلاح سه نفر از اساتید روانشناسی دانشگاه سلمان فارسی کازرون قرار گرفت. در مرحله بعد نسخه فارسی توسط یک مترجم رسمی زبان انگلیسی مجدداً به انگلیسی بازگردانیده شد و عبارات ترجمه شده توسط دو نفر از اساتید زبان انگلیسی دانشگاه سلمان فارسی کازرون با نسخه اصلی ابزار مقایسه و ایرادهای موجود در ترجمه فارسی برطرف گردید. در مرحله بعد نسخه فارسی ابزار بر روی نمونه کوچکی متشکل از ۱۵ دانشجو اجرا گردید و مشکلات و ابهام موجود در برخی از گویه‌های آن اصلاح شد. در مرحله پژوهش نهایی نیز پیش از اجرای پرسشنامه‌های پژوهش، به دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش توضیح داده شد که اطلاعات به دست آمده از این ابزارها کاملاً محرمانه بوده و صرفاً جهت کابرد در یک پژوهش دانشگاهی مورد استفاده قرار خواهد گرفت. همچنین به دانشجویان خاطرنشان گردید که مشارکت آنها در طرح کاملاً داوطلبانه است و اطلاعات آنها تنها به شرط رضایتمندی مورد استفاده قرار خواهد گرفت.

## روشی تجزیه و تحلیل داده‌ها

در پژوهش حاضر برای بررسی روایی پرسشنامه ترس از شفقت از تحلیل عاملی به شیوه مولفه‌های اصلی (در نرم‌افزار SPSS) و تحلیل عاملی تاییدی (در نرم‌افزار AMOS) استفاده شده و ضریب همبستگی پیرسون نیز جهت بررسی رابطه نمرات این پرسشنامه با سایر ابزارهای پژوهش و محاسبه ضریب بازآزمایی به کار رفته است. ضریب آلفای کرونباخ نیز برای بررسی همسانی درونی مورد استفاده قرار گرفته است.

## یافته‌ها

جهت بررسی روایی پرسشنامه ترس از شفقت در پژوهش حاضر ابتدا از تحلیل عاملی به شیوه مولفه‌های اصلی با چرخش آبلیمین مستقیم<sup>۳</sup> استفاده شده است. نتایج این تحلیل نشان داد که شاخص کیسر-مایر-الکین<sup>۴</sup> (KMO) معادل ۰/۹۱ و نتیجه آزمون کرویت بارتلت<sup>۵</sup> با مقدار ۸۷۸۵ در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار می‌باشد. این دو شاخص مطابق نظر میرز، گامست و گارینو (۲۰۰۶) از کفایت همبستگی در ماتریس مربوط به گویه‌های پرسشنامه ترس از شفقت حکایت می‌کنند. به علاوه، با اتخاذ دو ملاک ارزش

1. Szabo

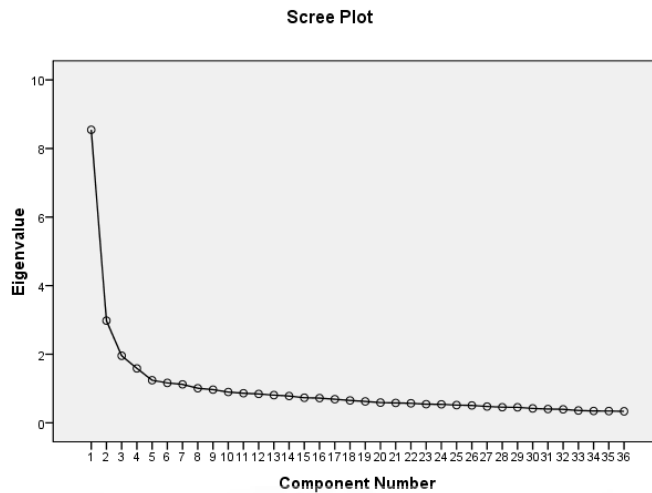
2. Sinclair

3. Direct oblmin

4. Kaiser-Mayer-Olkin

5. Bartlett's test of sphericity

ویژه<sup>۱</sup> بیشتر از یک و منحنی اسکری<sup>۲</sup> وجود سه مولفه در نسخه فارسی پرسشنامه مورد تایید قرار گرفت. در شکل ۱ نمودار اسکری مربوط به این تحلیل به نمایش درآمده است.



شکل ۱: منحنی اسکری در تحلیل عاملی به شیوه مولفه‌های اصلی مربوط به نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت

البته قابل ذکر است که در فرایند تحلیل عاملی انجام گرفته دو گویه به دلیل بارعاملی کمتر از  $0/40$  حذف گردیده و فرایند تحلیل با گویه‌های به جا مانده، پی گرفته شده است. بدین ترتیب سه مولفه استخراج شده رویهمرفته  $40/44$  درصد از واریانس موجود در داده‌ها را تبیین نموده و به ترتیب واریانسی معادل  $24/73$ ،  $9/28$  و  $6/43$  درصد واریانس را به خود اختصاص داده‌اند. این سه مولفه با توجه به گویه‌های مشخصه آنها با سه عامل شناسایی شده در پژوهش گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) مطابقت داشته و در نتیجه به ترتیب ترس از شفقت نسبت به خود، ترس از شفقت دیگران و ترس از شفقت نسبت به دیگران نامگذاری شده است. مقدار ارزش ویژه برای این سه مولفه به ترتیب  $8/55$ ،  $3/98$  و  $2/96$  برآورد شده است (جدول ۱).

جدول (۱) ارزش ویژه و درصد واریانس تبیین شده توسط مولفه‌های استخراج شده در فرایند تحلیل عاملی

مولفه	ارزش ویژه	درصد واریانس تبیین شده	واریانس کل
ترس از شفقت نسبت به خود	۸/۵۵	۲۴/۷۳	۴۰/۴۴
ترس از شفقت دیگران	۳/۹۸	۹/۲۸	
ترس از شفقت نسبت به دیگران	۲/۹۶	۶/۴۳	

در مرحله دوم بررسی روایی نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت و به منظور بررسی ساختار سه‌عاملی بالا از تحلیل عاملی تأییدی در نرم‌افزار AMOS استفاده شده است. نمودار مربوط به این مدل ساختاری در شکل ۲ به نمایش درآمده است و بارعاملی گویه‌ها به تفکیک هر عامل در جدول ۲ گزارش شده است. با این توضیح که دو گویه ۹ و ۱۰ که در فرایند تحلیل عاملی به شیوه مولفه‌های اصلی به دلیل بار عاملی پایین حذف گردیده بودند، در اینجا نیز به واسطه بارعاملی کمتر از  $0/30$  از مدل ساختاری حذف گردیدند.

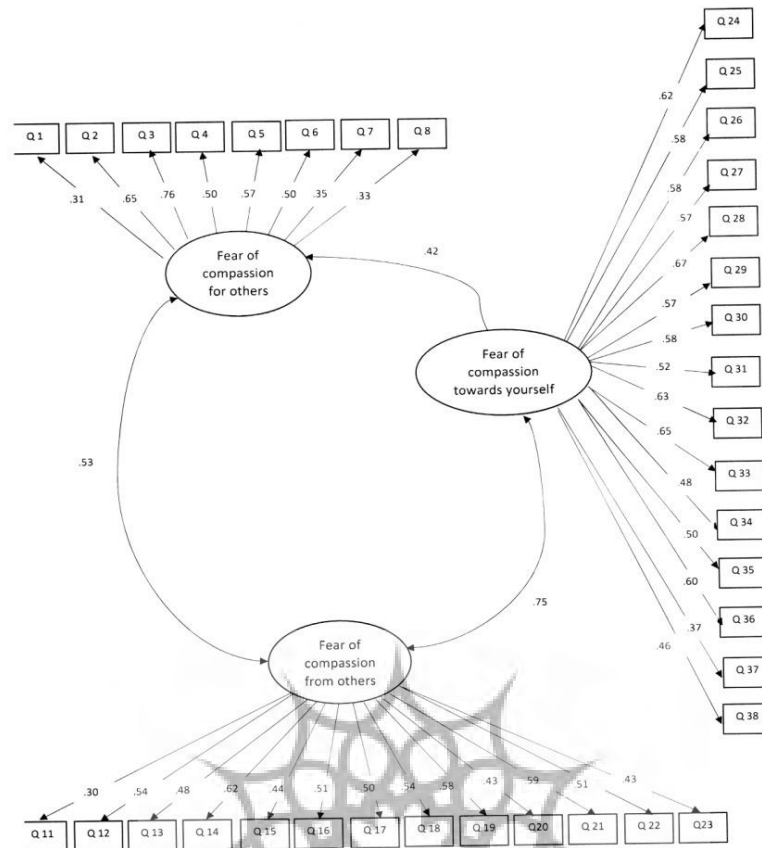
<sup>۱</sup> . Eigenvalues

<sup>۲</sup> . Scree plot



## جدول (۲) بار عاملی گویه‌های پرسشنامه در تحلیل عاملی تأییدی

عامل سوم	عامل دوم	عامل اول	گویه‌ها
		۰/۳۰	۱. دلسوزی بیش از اندازه باعث می‌شود افراد نرم و انعطاف‌پذیر به نظر برسند و بتوان به راحتی از آنها سوء استفاده کرد.
		۰/۵۵	۲. اگر شما خیلی بخشنده و دلسوز باشید، مردم به راحتی از شما امتیاز خواهند گرفت.
		۰/۷۷	۳. از آن می‌ترسم که دلسوزی و مهربانی بسیار، مرا به هدفی آسان برای دیگران تبدیل کند.
		۰/۵۱	۴. می‌ترسم که اگر غمخوار و دلسوز دیگران باشم، بعضی از آنها بیش از حد به من وابسته شوند.
		۰/۵۶	۵. اگر مردم مرا بیش از حد مهربان و دلسوز ببینند، از من امتیاز خواهند گرفت.
		۰/۵۰	۶. نگران آن هستم که اگر نسبت به دیگران دلسوز و غمخوار باشم، افراد آسیب‌پذیر و ناتوان به سمتم کشیده شده و منابع عاطفی مرا تحلیل برند.
		۰/۳۵	۷. ترحم و دلسوزی نسبت به افرادی که کارهای بد می‌کنند، مجوز انجام هر کاری را به آنها می‌دهد.
		۰/۳۳	۸. بعضی از آدم‌ها لیاقت دلسوزی و شفقت را ندارند.
		۰/۳۰	۹. تلاش می‌کنم فاصله‌ام را با دیگران حفظ کنم؛ حتی اگر بدانم که آنها نسبت به من مهربان هستند.
		۰/۵۴	۱۰. احساس مهربانی از سوی دیگران تا حدی ترسناک و نگران‌کننده است.
		۰/۴۸	۱۱. اگر حس کنم که کسی نسبت به من مراقب و مهربان است، حالت تدافعی به خودم می‌گیرم.
		۰/۶۲	۱۲. وقتی مردم نسبت به من مهربان و دلسوز هستند، احساس اضطراب یا شرمساری می‌کنم.
		۰/۴۴	۱۳. اگر مردم با من مهربان و دوستانه باشند، نگران می‌شوم مبدا چیز بدی در موردم بفهمند که ذهنیت آنها را تغییر دهد.
		۰/۳۰	۱۴. نگرانم که مردم تنها وقتی چیزی را می‌خواهند، با من مهربان و دلسوز باشند.
		۰/۵۰	۱۵. اغلب از این موضوع در حیرتم که گرمی و مهربانی دیگران را به عنوان مسأله‌ای حقیقی بپذیرم یا خیر.
		۰/۵۴	۱۶. حتی اگر مردم با من مهربان باشند، باز هم به ندرت در روابطم با دیگران احساس گرمی می‌کنم.
		۰/۵۸	۱۷. اگر دیگران در حقم مهربانی کنند، احساس می‌کنم که آنها بیش از حد به من نزدیک شده‌اند.
		۰/۴۴	۱۸. از وابسته شدن به حمایت‌های دیگران می‌ترسم به خاطر این که احتمال می‌دهم آنها همیشه در دسترس نباشند یا اصلاً نخواهند حمایت کنند.
		۰/۵۹	۱۹. وقتی دیگران در حقم مهربانی و دلسوزی می‌کنند، احساس پوچی و ناراحتی می‌کنم.
		۰/۵۱	۲۰. می‌ترسم زمانی که من به مهربانی و دلسوزی دیگران نیاز دارم، آنها غمخوار و حامی‌ام نباشند.
		۰/۴۳	۲۱. انتظار مهربانی و دلسوزی از دیگران یک ضعف است.
		۰/۶۲	۲۲. نگرانم اگر دلسوزی برای خودم را شروع کنم، به این کار عادت کنم.
		۰/۵۸	۲۳. می‌ترسم اگر خیلی دلسوزانه با خودم برخورد کنم، خودانتقادگری‌ام را از دست داده و در نتیجه عیب‌ها را آشکار شوند.
		۰/۵۸	۲۴. می‌ترسم اگر شفقت به خود را پرورش دهم، به کسی تبدیل شوم که دوست ندارم باشم.
		۰/۵۷	۲۵. می‌ترسم اگر دلسوزانه‌تر از این با خودم برخورد کنم، به آدم ضعیفی تبدیل شوم.
		۰/۶۷	۲۶. می‌ترسم اگر خیلی غمخوار و دلسوز خویش باشم، مسائل بدی اتفاق بیفتد.
		۰/۵۷	۲۷. می‌ترسم اگر با خودم مهربان‌تر باشم و کمتر از خودم ایراد بگیرم، از استانداردهایم عقب بمانم.
		۰/۵۸	۲۸. می‌ترسم اگر با خودم دلسوزانه برخورد کنم، دیگران طردم کنند و تنها بمانم.
		۰/۵۲	۲۹. ترجیح می‌دهم که ندانم «دلسوزی و مهربانی با خود» چگونه احساسی است.
		۰/۶۳	۳۰. می‌ترسم اگر احساس دلسوزی و گرمی با خود را شروع کنم، احساس غم و اندوه یا از دست دادن پیدا کنم.
		۰/۶۵	۳۱. وقتی تلاش می‌کنم و در حق خودم گرمی و مهربانی را در پیش می‌گیرم، فقط نوعی احساس پوچی را تجربه می‌کنم.
		۰/۴۸	۳۲. هرگز در حق خودم احساس شفقت و دلسوزی نکرده‌ام؛ برای همین نمی‌دانم از کجا باید چنین احساساتی را شروع کنم.
		۰/۵۰	۳۳. احساس می‌کنم که سزاوار مهربانی و بخشایش خودم نیستم.
		۰/۶۰	۳۴. اگر در مورد مهربانی و ملایمت با خودم فکر کنم، این موضوع ناراحت‌کننده خواهد بود.
		۰/۳۷	۳۵. توفیق در زندگی، بیشتر در اثر محکم و سرسخت بودن با خود اتفاق می‌افتد تا دلسوزی در حق خود.
		۰/۴۶	۳۶. فهمیده‌ام که برای من انتقاد نسبت به خود راحت‌تر است تا مهربانی با خود.



شکل (۲) مدل تحلیل عاملی تاییدی برای نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت

برای بررسی برازش الگوی سه‌عاملی موجود در پرسشنامه ترس از شفقت نیز از شاخص‌های برازش نسبت‌خیز دو به درجه آزادی  $\left(\frac{\chi^2}{df}\right)$ ، شاخص برازش نرم شده (NFI)، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)، شاخص نیکویی برازش (GFI) و ریشه استاندارد واریانس باقیمانده (RMSEA) استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است. چنان که در این جدول مشاهده می‌شود تمامی شاخص‌های فوق از مقادیر مطلوبی برخوردار هستند.

جدول (۳) شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری متغیر ترس از شفقت

GFI	CFI	NFI	RMSEA	$\frac{\chi^2}{df}$	شاخص‌های برازش
۰/۹۳	۰/۹۳	۰/۸۹	۰/۰۴	۴/۳۳	مقادیر شاخص
>۰/۹۵	>۰/۹۵	>۰/۹۵	<۰/۰۷	<۳	مقادیر قابل قبول*

\* مقادیر قابل قبول از هوپر، کوگلان و مولن<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) اقتباس شده است.

جهت بررسی روایی همگرا و واگرایی نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت نیز از ضرایب همبستگی نمرات این پرسشنامه با پرسشنامه پذیرش و عمل - نسخه دوم، مقیاس سطوح خودانتقادی و مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس استفاده شده است. به همین منظور شاخص‌های توصیفی (شامل میانگین و انحراف استاندارد) و ماتریس همبستگی بدست آمده از نمرات مربوط به این متغیرها در دو جدول ۴ و ۵ گردآوری شده است. لازم به ذکر است که فرایند غربالگری برای تمامی متغیرهای مطرح شده در دو جدول مذکور

<sup>1</sup> Hooper, Coughlan & Mullen

انجام گرفته و وضعیت آنها به لحاظ نرمال بودن، داده‌های پرت تک‌متغیری و چندمتغیری و رابطه خطی میان آنها مورد بررسی قرار گرفته است. بدین ترتیب متغیرهای مطرح شده در این بخش به لحاظ شاخص‌های کجی و کشیدگی دارای مقادیری در بازه ۱- تا ۱+ می‌باشند که مطابق نظر میرز و همکاران (۲۰۰۶) تخمین مناسبی از نرمال بودن تک‌متغیری ارائه می‌دهد. همچنین مطابق توصیه میرز و همکاران (۲۰۰۶) نمودار پراکندگی دومتغیری جفت‌متغیرهای نیز مورد بررسی قرار گرفته است. به منظور بررسی داده‌های تک‌متغیری و چندمتغیری نیز به ترتیب از نمودار جعبه‌ای و فاصله مهالانویسی استفاده شده است.

جدول (۴) شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای به کار رفته در بررسی روایی همگرا و واگرای پرسشنامه ترس از شفقت (FCS)

متغیرها	$\bar{X}$	SD
ترس از شفقت نسبت به خود	۲۲/۷۴	۱۰/۶۶
ترس از شفقت دیگران	۱۴/۴۴	۶/۹۴
ترس از شفقت نسبت به دیگران	۲۳/۲۷	۶/۰۴
خودانتقادی مقایسه‌ای	۳۸/۴۱	۷/۵۳
خودانتقادی درونی	۳۶/۱۲	۹/۵۴
افسردگی	۱۳/۵۲	۴/۵۹
اضطراب	۱۲/۵۲	۴/۱۱
استرس	۱۵/۳۴	۴/۴۵
اجتناب تجربه‌ای	۳۵/۵۵	۸/۲۳
خودشفقت‌ورزی	۳۷/۹۴	۶/۶۱

جدول (۵) ضرایب همبستگی مربوط به بررسی روایی واگرا و همگرای پرسشنامه ترس از شفقت (FCS)

متغیرها	خودانتقادی مقایسه‌ای	خودانتقادی درونی	افسردگی	اضطراب	استرس	اجتناب تجربه‌ای	خودشفقت‌ورزی
ترس از شفقت نسبت به خود	۰/۲۵**	۰/۲۲**	۰/۳۳**	۰/۳۳**	۰/۲۷**	۰/۲۵**	۰/۲۲**
ترس از شفقت دیگران	۰/۳۳**	۰/۲۲**	۰/۳۶**	۰/۳۳**	۰/۲۸**	۰/۲۷**	۰/۲۰**
ترس از شفقت نسبت به دیگران	۰/۱۳*	۰/۲۶*	۰/۰۹*	۰/۰۳	۰/۰۹*	۰/۰۷*	۰/۰۰۷

\*\* معنی‌داری در سطح ۰/۰۱ و \* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵

همچنین جهت بررسی همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه ترس از شفقت از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده شده است. چنان که در جدول ۶ نیز مشاهده می‌گردد مقدار ضریب آلفا برای سه خرده‌مقیاس ترس از شفقت نسبت به خود، ترس از شفقت دیگران و ترس از شفقت نسبت به دیگران به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۲ و ۰/۷۲ برآورد شده است. به منظور بررسی ثبات زمانی نمرات حاصل از نسخه فارسی پرسشنامه ترس از شفقت نیز از روش بازآزمایی با فاصله زمانی دو هفته بر روی یک نمونه ۳۰ نفری از دانشجویان (۲۲ دختر و ۸ پسر) استفاده شده است. این دانشجویان در واقع به یکی از کلاس‌هایی که در جریان نمونه‌گیری اصلی پژوهش انتخاب شده بودند، تعلق داشته و چهارده روز پس از اتمام مرحله گردآوری اطلاعات، پرسشنامه را به صورت مجدد دریافت نموده بودند. نتایج ناشی از این بازآزمایی نشان می‌دهد که ضریب پایایی خرده‌مقیاس ترس از شفقت نسبت به خود، ترس از شفقت دیگران و ترس از شفقت نسبت به دیگران به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۶ و ۰/۷۰ برآورد شده است.

جدول (۶) نتایج بررسی پایایی پرسشنامه ترس از شفقت (FCS)

ابعاد پرسشنامه	ضرایب آلفای کرونباخ			ضرایب بازآزمایی		
	مقدار آلفا	تعداد گویه‌ها	حجم	مقدار همبستگی	حجم	سطح معناداری
ترس از شفقت نسبت به خود	۰/۸۸	۱۵	۸۷۲	۰/۷۴	۳۰	۰/۰۰۱
ترس از شفقت دیگران	۰/۸۲	۱۳	۸۷۲	۰/۷۶	۳۰	۰/۰۰۱
ترس از شفقت نسبت به دیگران	۰/۷۳	۸	۸۷۲	۰/۷۰	۳۰	۰/۰۰۱

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی روایی و پایایی پرسشنامه ترس از شفقت گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) در جامعه دانشجویان ایرانی بود که بدین‌منظور ۸۷۲ نفر از دانشجویان دانشگاه شیراز مورد مطالعه قرار گرفتند. پس از اطمینان از روایی صوری و دقت ترجمه، روش‌های روایی سازه، روایی همگرا و واگرا برای بررسی روایی پرسشنامه و همین‌طور روش‌های بازآزمایی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی این پرسشنامه به کار گرفته شد. نتایج از همسویی یافته‌های این پژوهش با مطالعه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) حکایت می‌کند.

البته در رابطه با خرده مقیاس ترس از شفقت‌ورزی نسبت به دیگران، دو گویه ۹ و ۱۰ به دلیل داشتن بارعاملی ضعیف حذف گردیدند. اما همچون مطالعه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱)، در این پژوهش نیز همبستگی قابل توجهی بین ترس فرد از دریافت شفقت از سوی دیگران و ترسی که او از شفقت‌ورزی برای خود احساس می‌کند، مشاهده شده است. به باور پژوهشگران نامبرده، این موضوع نشان می‌دهد که هر دو ترس بالا به دلیل وجود یک دشواری عمومی در برخورد با هیجانات تعلق‌جویانه نسبت به خود و دیگری ایجاد شده است.

بعلاوه، در پژوهش حاضر نیز همچون مطالعه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱)، نمرات مربوط به دو خرده‌مقیاس ترس از شفقت از جانب دیگران و ترس از شفقت‌ورزی برای خود، با نمرات مربوط به ابعاد پرسشنامه DASS همبسته می‌باشند. حتی می‌توان گفت که مقدار ضرایب همبستگی بین این دو ترس با ابعاد افسردگی، اضطراب و استرس پرسشنامه DASS در پژوهش حاضر، بسیار مشابه ضرایب هم‌ارز آنها در مطالعه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) می‌باشد. بدین ترتیب، چنان که در پژوهش کربی (۲۰۱۱) نیز به آن اشاره شده است ترس از شفقت-لااقل در دو مورد ترس از شفقت‌ورزی به خود و ترس از شفقت دیگران- با آسیب‌پذیری فرد در برابر مشکلات سلامت روان در ارتباط است.

البته یافته‌های پژوهش حاضر از همبستگی نمرات مربوط به دو خرده‌مقیاس فوق با نمرات اجتناب تجربه‌ای، خودانتقادگری مقایسه‌ای و خودانتقادگری درونی نیز خبر می‌دهند. بنابراین می‌توان این نکته را نیز به یافته‌های گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) اضافه نمود که ترس فرد از دریافت شفقت از سوی دیگران و ترسی که او از شفقت‌ورزی برای خود احساس می‌کند، احتمالاً با نمرات بالای فرد در اجتناب تجربه‌ای یا اجتناب وی از تجربه‌های مختلف زندگی همراه است. به علاوه، شخصی که این دو ترس را با شدت بیشتری گزارش می‌دهد، در هر دو شیوه خودانتقادگری نیز نمرات بالاتری بدست می‌آورد. موضوع اخیر، تأییدی بر این نتیجه‌گیری کربی (۲۰۱۹) است که تکیه صرف بر خویشتن، چنانچه در فردی با رویکرد انتقادگری بالا نسبت به خود دیده می‌شود، با محدود شدن جریان شفقت‌ورزی همراه خواهد شد.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که این محدودیت نه تنها در رابطه با شفقت‌ورزی فرد نسبت به خود و طلب یا دریافت شفقت از سوی دیگران روی می‌دهد بلکه جهت‌دهی سوم شفقت یعنی شفقت‌ورزی نسبت به دیگران را نیز متأثر می‌سازد. به کلام روشن‌تر، گرچه یافته‌های پژوهش حاضر، شواهدی مبنی بر همبستگی قابل توجه ترس از شفقت‌ورزی نسبت به دیگران با نمرات افسردگی،

اضطراب، استرس و اجتناب تجربه‌ای نشان نمی‌دهد؛ اما بر همبستگی نمرات مربوط به این ترس با هر دو بعد خودانتقادگری تأکید می‌کند.

البته در پژوهش حاضر، ترسی که فرد از شفقت‌ورزی نسبت به دیگران گزارش می‌دهد با نمره وی در پرسشنامه خود-شفقت‌ورزی نیز همبسته نبوده است. در حالی که هر دو مولفه دیگر، یعنی ترس از شفقت‌ورزی برای خود و ترس از شفقت دیگران دارای ضرایب همبستگی معنی‌داری با نمره خود-شفقت‌ورزی می‌باشند. بدین ترتیب یافته‌های پژوهش حاضر، برخلاف مطالعه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱)، شواهدی از رابطه میان ترس از شفقت‌ورزی نسبت به دیگران و متغیرهایی همچون افسردگی، اضطراب، استرس، اجتناب تجربه‌ای و خود-شفقت‌ورزی نشان نمی‌دهند. این موضوع، گرچه به مطالعه و بررسی بیشتری نیاز دارد اما این گمانه را به ذهن می‌آورد که جریان شفقت‌ورزی نسبت به دیگران با تعابیر دیگری در نمونه ایرانی همراه بوده که آن را از اعتبار و فایده تهی ساخته و از همین رو، ناهمبستگی نسبی میان بازدارنده آن و شاخص‌های منفی سلامت روان را رقم زده است.

به هر حال، با توجه به مجموعه نتایج پژوهشی حاضر می‌توان استفاده از نسخه فارسی پرسشنامه گیلبرت و همکاران (۲۰۱۱) را در اندازه‌گیری ترس از شفقت‌ورزی در جامعه ایرانی پیشنهاد نمود. اجرای این مقیاس در پژوهش‌های آتی می‌تواند به شناخت صحیح و عمیق‌تر نسبت به فرایند شفقت‌ورزی جامعه ایرانی کمک نموده و به ویژه راه را برای مطالعه بازدارنده‌های جریان شفقت‌ورزی که تاکنون مورد توجه پژوهش‌های ایرانی نبوده است، باز کند. البته از آنجا که نمونه پژوهش حاضر به دانشجویان محدود بوده، برای تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها بایستی جانب احتیاط را رعایت نمود. همچنین پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی رابطه میان متغیرهای متنوع روان‌شناسی اجتماعی و همچنین برخی متغیرهای فردی همچون دلبستگی و ابعاد شخصیت نیز مورد توجه و بررسی قرار گیرد. موضوع اخیر به ویژه در رابطه با دلبستگی که بنابر پژوهش‌های پیشین بنیاد درونی شفقت‌ورزی را در نزد افراد ایجاد می‌نماید، شایسته توجه است.

## منابع

- خانجانی، س؛ فروغی، ع.؛ صادقی، خ و بحرینیان، س. ع. (۱۳۹۵). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه ایرانی پرسشنامه شفقت به خود (فرم کوتاه). **پژوهنده (مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)**، ۱۱(۳)، ۲۸۲-۲۸۹.
- رجبی، غ و مقامی، ا. (۱۳۹۴). شفقت-خود به عنوان میانجی بین ابعاد دلبستگی با بهزیستی ذهنی: یک مدل تحلیل مسیر. **فصلنامه روان‌شناسی سلامت**، ۴(۱۶)، ۷۹-۹۶.
- سامانی، س و جوکار، ب. (۱۳۸۵). بررسی اعتبار و روایی فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی. **مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز (ویژه‌نامه علوم تربیتی)**، ۳(۲۶)، ۶۵-۷۶.
- کریمی، ج؛ بگیان کوله‌مرز، م. ج؛ مومنی، خ و الهی، ع. سنجش درد ذهنی: ویژگی‌های روان‌سنجی و تحلیل عامل تاییدی پرسشنامه چندبعدی درد ذهنی (OMMP). **فصلنامه روان‌شناسی سلامت**، ۱۱(۲۵)، ۱۴۶-۱۷۲.
- عباسی، ا؛ فتی، ل. مولودی، ر و ضرابی، ج. (۱۳۹۱). کفایت روان‌سنجی پرسشنامه پذیرش و عمل-نسخه دوم. **روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی**، ۳(۱۰)، ۶۵-۸۰.

موسوی، ا و قربانی، ن. (۱۳۸۵). خودشناسی، خودانتقادی و سلامت روان. **مطالعات روان‌شناسی**، ۳(۳)، ۷۵-۹۱.

Azizi, A., Mohammadkhani, P., Foroughi, A. K., Lotfi, S., & Bahramkhani, M. (2013). The Validity and Reliability of the Iranian Version of the Self-Compassion Scale. *Journal of Practices in Clinical Psychology*, 1(3), 149-155.

Bond, F. W., Hayes, S. C., Bear, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4): 676-688.

- Galante, J., Galante, I., Bekkers, M. J., & Gallacher, J. (2014). Effect of kindness-based meditation on health and well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82, 1101-1114.
- Gilbert, P. (2005). Compassion and cruelty: A bio-psychosocial approach. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualizations, research and use in psychotherapy* (pp. 9-74). London: Routledge
- Gilbert, P. (2010). Compassion focused therapy [Special issue]. *International Journal of Cognitive Psychotherapy*, 3, 95-201.
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, 53, 6-41.
- Gilbert, P., (2019). Explorations into the nature and function of compassion. *Current Opinion in Psychology*, 28, 108-114.
- Gilbert, P., & Mascaro, J. (2017). Compassion, fears, blocks and resistances: An evolutionary investigation. In E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron, and J. R. Doty (eds). *The Oxford Handbook of Compassion Science*, Oxford, Oxford University Press.
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M., & Ravis, A. (2011). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy*, 84, 239\_255.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 353-379.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., & et al. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54, 553-578.
- Hooper, D., Coughlan, J & Mullen, M. (2008). Structural Equation Modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Kirby, J. N. (2016). Compassion interventions: The programs, the evidence, and implications for research and practice. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. 432-455.
- Kirby, J. N., Day, J., & Sagar, V. (2019). The 'Flow' of compassion: A meta-analysis of the fears of compassion scales and psychological functioning. *Clinical Psychology Review*, 70, 26-39.
- Kirby, J. N., Doty, J., Petrocchi, N., & Gilbert, P. (2017). The current and future role of heart rate variability for assessing and training compassion. *Frontiers in Public Health*, 5, 40, 1-6.
- Kline, R. B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling. New York, NY: Guilford.
- Longe, O., Maratos, F. A., Gilbert, P., Evans, G., Volker, F., Rockliff, H., & Rippon, G. (2010). Having a word with yourself: Neural correlates of self-criticism and self-reassurance. *Neuroimage*, 49, 1849-1856.
- Lopez, A., Sanderman, R., Ranchor, A.V., & Schroevers, M.J. (2018). Compassion for Others and Self-Compassion: Levels, Correlates, and Relationship with Psychological Well-being. *Mindfulness*, 9, 325-331.
- Lovibond, S., Lovibond, P. (1995). Manual for the depression anxiety stress scales. 2nd ed. Sydney: Psychology Foundation Australia.
- Mosewich, A. D. (2013). Self-compassion as a resource to manage stress in women athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35, 514-524.
- Neel, R., Kenrick, D. T., White, A. E., & Neuberg, S. L. (2016). Individual differences in fundamental social motives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110, 887-907.
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(23), 223-250.
- Pommier, E., Neff, K. D., & Toth-kiraly, I. (2020). The development and validation of the Compassion Scale. *Assessment*, 27(1), 21-39.

- Sinclair, S. J., Siefert, C. J., Slavin-Mulford, J. M., Stein, M. B., Renna, M., & Blais, M. A. (2012). Psychometric evaluation and normative data for the depression, anxiety, and stress scales -21 (DASS -21) in a nonclinical sample of US adults. *Evaluation & the Health Professions*, 35(3): 259-279.
- Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & Van Gucht, D. (2011). Construction and factorial validation of a short form of self-compassion scale. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 18, 250-255.
- Szabo, M. (2010). The short version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS -21): Factor structure in a young adolescent sample. *Journal of Adolescence*, 33(1): 1-8.
- Thompson, R., & Zuroff, D. C. (2004). The levels of self-criticism scale: Comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36 (2): 419-430.



**Investigating the Psychometric Properties of Persian Version of the Fear of Compassion Scale (FCS)**Sadeghzadeh, M<sup>1\*</sup> & Shameli, L<sup>2</sup>

\*1.Ph.D, Assistant Professor, Kazerun Salman Farsi

*Email: sadeghzadeh.mr@gmail.com (Corresponding Author)*

2. Ph.D, Assistant Professor, Kazerun Salman Farsi

*Abstract*

The purpose of this study was to study the psychometrics characteristics of Fear of Compassion Scale (Gilbert, McEwan, Matos, & Ravis, 2011) in Iranian society. Therefore, using random cluster method, 872 students of Shiraz University were selected. They were assessed by Compassion Fear Questionnaire, DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995), Self-Criticism Scale (Thompson & Zuroff, 2004), Acceptance and Action Questionnaire-II (Hayes et al., 2004) and Self-Compassion Scale (Raes, Pommier, Neff & Van Gucht, 2011). Results of factor analysis by principal components method and confirmatory factor analysis confirmed a three-factor structure in the Persian version of the Fear of Compassion Questionnaire. The correlation of the scores obtained from the subscales of the questionnaire with the scores of other research instruments has also confirmed its convergent and divergent validity. In addition, Cronbach's alpha coefficients for all three subscales, as well as retest coefficients with two weeks interval, were in the desired range. The results of statistical analysis confirmed three components of fear of compassion from others, fear of compassion for self, and fear of compassion for others, suggesting the use of the Persian version of the questionnaire in Iranian students.

*Keywords:* Reliability; Validity; Psychometrics; Fear of Compassion

