

تاریخ دریافت مقاله: ۸۹/۰۳/۲۵
تاریخ بررسی مقاله: ۸۹/۱۰/۲۱
تاریخ پذیرش مقاله: ۹۰/۰۲/۱۱

مجله دست آوردهای روان‌شناختی
(علوم تربیتی و روان‌شناسی)
دانشگاه شهید چمران اهواز، بهار و تابستان ۱۳۸۹
دوره چهارم، سال ۱۷-۳، شماره ۱
صص: ۳۳-۵۲

رابطه بخشش و بهزیستی روان‌شناختی با توجه به نقش میانجی عواطف در دانشجویان دانشگاه

سیداسماعیل هاشمی شیخ شبانی*

فاطمه امینی**

سودابه بساک‌نژاد***

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی رابطه‌ی علی بخشش و بهزیستی روان‌شناختی با میانجی‌گری عواطف مثبت و منفی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز بود. در این مطالعه‌ی علی-همبستگی، جامعه‌ی آماری را کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز تشکیل می‌دادند که به روش تصادفی چند مرحله‌ی ۳۵۲ نفر به عنوان نمونه از میان آنها انتخاب شدند. ابزارهای استفاده شده در این پژوهش مقیاس گرایش به بخشش هارتلند (HFS)، برنامه‌ی عاطفه‌ی مثبت و منفی (PANAS) و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (PWBS) بودند. ارزیابی الگوی پیشنهادی با استفاده از الگویابی معادلات ساختاری انجام گرفت. نتیجه‌ها نشان دادند که بخشش هم به صورت مستقیم و هم غیرمستقیم از طریق عاطفه‌ی مثبت با بهزیستی روان‌شناختی رابطه دارد. رابطه‌ی غیرمستقیم بخشش با بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه‌ی منفی تأیید نشد.

کلید واژگان: بخشش، بهزیستی روان‌شناختی، میانجی‌گر، عاطفه‌ی مثبت و عاطفه‌ی منفی

esmaeil2140@yahoo.com

f.amini83@gmail.com

soodabeh_bassak@yahoo.com

* استادیار دانشگاه شهید چمران اهواز (نویسنده مسؤل)

** کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

*** استادیار دانشگاه شهید چمران اهواز

مقدمه

در روابط بین فردی ممکن است افراد نسبت به هم خطا کنند و احساس ناخوشایندی در قبال خطایی که نسبت به آنها شده است، پیدا کنند. در میان انواع مقابله‌های احتمالی که افراد نسبت به خطای دیگران از خود نشان می‌دهند، بخشش^۱، نوعی پردازش شناختی، عاطفی و رفتاری است که افراد در چارچوب خطای ادراک شده‌یی که آن را تجربه می‌کنند از خود بروز می‌دهند. خطایی که مورد بخشش قرار می‌گیرد، می‌تواند از سوی دیگران یا موقعیت‌های غیرقابل کنترل مثل رویارویی با یک بیماری صعب‌العلاج یا مواجهه با یک حادثه طبیعی مثل زلزله باشد. هنگامی که افراد می‌بخشند، به ادراکات عاطفی و احساسی تمایل پیدا می‌کنند که منجر به بروز پاسخی مثبت نسبت به خطای منفی می‌گردد (پیترسون و سلینگمن^۲، ۲۰۰۴). از نظر بونو و مک‌کالوگ^۳ (۲۰۰۶) بخشش یک فرایند درون فردی است که فرد از میان انواع پاسخ‌های احتمالی در قبال خطا انواع مفروضات قبلی را در هم می‌آمیزد و به درک جدیدی از خطا، فرد خطاکار و پیامدهای خطا دست می‌یابد. یافته‌های مالتبی، مکاسکیل و جیلست^۴، ۲۰۰۷ نشان می‌دهند که بخشش نوعی ویژگی درون فردی است که فرد بخشنده برای نشان دادن واکنشی مثبت و جامعه‌پسندانه در برابر خطاهای انسانی و محیطی از سوی دیگران استفاده می‌کند. بری، ورثینگتون، اکونور، پاروت و وید^۵ (۲۰۰۵)، تامپسون، اشنایدر، هافمن، میشل، راسموسن و همکاران^۶ (۲۰۰۵) و ریپلای^۷ و ورثینگتون (۲۰۰۲) معتقدند که بخشش نوعی جا به جایی هیجانات مثبت به جای نفرت و دشمنی است که می‌تواند منجر به تسهیل همدلی با فرد خاطی و افزایش انگیزه‌های صلح‌جویانه گردد. رای و پارگامنت^۸ (۲۰۰۲) بخشش را به عنوان رها کردن عاطفه‌ی منفی (نظیر دشمنی)، شناخت‌های منفی (نظیر افکار مربوط به انتقام) و رفتار منفی (نظیر پرخاشگری کلامی) در پاسخ به بی‌عدالتی ادراک شده، تعریف می‌کنند و

- 1- forgiveness
- 2- Peterson & Seligman
- 3- Bono & McCullough
- 4- Maltby, Macaskill, & Gillett
- 5- Berry, Worthington, O'Connor, Parrott, & Wade
- 6- Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, & et al.
- 7- Riply
- 8- Rye & Pargament

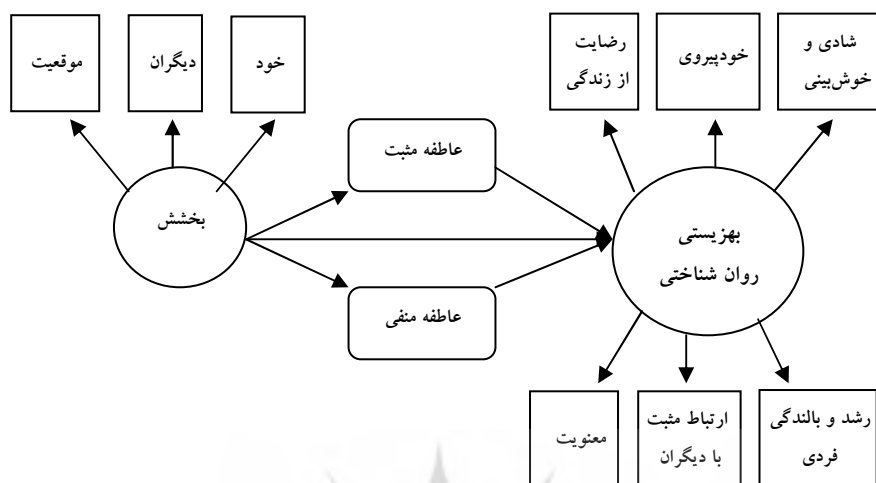
همچنین ممکن است شامل واکنش مثبت نسبت به خطاکار باشد. بخشش می‌تواند خود^۱، دیگران^۲ و موقعیت^۳ (بلایای طبیعی، بیماری صعب‌العلاج و ...) را در برگیرد. بخشش با برخی متغیرهای روان‌شناختی مثبت‌گرا هم چون عاطفه مثبت^۴ و بهزیستی روان‌شناختی^۵ رابطه دارد (بنکه و مک درمید^۶، ۲۰۰۴). بهزیستی روان‌شناختی به معنای احساس انسجام و پیوستگی در زندگی، تعادل عاطفی و رضایت کلی از زندگی مشخص می‌گردد (لانگر^۷، ۲۰۰۲). این متغیر عامل‌هایی مانند عاطفه (غلبه‌ی احساسات مثبت در افراد با بهزیستی روان‌شناختی بیشتر)، شناخت^۸ (درک کنترل بر زندگی)، رفتار^۹ (سرزندگی و فعالیت)، خودپنداره^{۱۰} (داشتن خود پنداره‌ی واقع بینانه و مثبت) و روابط بین فردی (تعامل انسانی با دیگران) افراد تأثیر قرار می‌گذارد (ایمونز^{۱۱} و مک کالوگ، ۲۰۰۳، مک کالوگ، ایمونز و تسانگ^{۱۲}، ۲۰۰۲؛ ورثینگتون و وید، ۱۹۹۹؛ ورثینگتون، بری، پاروت، پلانز^{۱۳} و شرمن^{۱۴}، ۲۰۰۱). سازه بهزیستی روان‌شناختی دارای شش مؤلفه رضایت از زندگی^{۱۵}، معنویت^{۱۶}، شادی و خوش‌بینی^{۱۷}، رشد و بالندگی فردی^{۱۸}، ارتباط مثبت با دیگران^{۱۹} و خود پیروی^{۲۰} می‌باشد. یافته‌های محققین نشان می‌دهند که بین بخشش و عاطفه‌ی مثبت رابطه‌ی مثبت وجود دارد، زیرا بخشش می‌تواند خطای مرتبط با افکار و احساسات منفی را به افکار و احساسات

- 1- self
- 2- others
- 3- situation
- 4- Positive affect
- 5- Psychological well-being
- 6- Beneke & Macdermid
- 7- Langer
- 8- cognition
- 9- behaviour
- 10- Self- concept
- 11- Emmons
- 12- Tsang
- 13- Plante
- 14- Sherman
- 15- Life satisfaction
- 16- spirituality
- 17- happiness & optmism
- 18- maturity
- 19- relational positive with other
- 20- self-autonomy

خنثی و مثبت تبدیل کند. برعکس، بین بخشش و عاطفه‌ی منفی رابطه‌ی منفی وجود دارد (توساینت و وب^۱، ۲۰۰۵). پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهند که بین بخشش و بهزیستی روان‌شناختی با افسردگی و اضطراب رابطه‌ی منفی وجود دارد، همچنین بین مؤلفه‌های بخشش خود و موقعیت با مؤلفه‌های عاطفی بهزیستی رابطه‌ی بیشتری وجود دارد تا با مؤلفه‌های دیگران (توساینت و فریدمن^۲، ۲۰۰۹). نتیجه‌ی پژوهش توساینت و فریدمن (۲۰۰۹) نیز از نظریه‌هایی که این مفهوم را می‌رسانند که بخشش و قدردانی به عنوان ویژگی‌های روان‌شناختی مثبت، اثراتشان را از طریق مکانیسم‌هایی نظیر عواطف و عقاید می‌گذارند، حمایت می‌کند. ساستر، وینسونیو، جیرارد و مولت^۳ (۲۰۰۳) و مالتبی و همکاران (۲۰۰۷) در ارزیابی بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان کشور فرانسه و پرتغال گزارش می‌کنند که ضریب همبستگی بین بخشش و بهزیستی روان‌شناختی در دامنه‌ی بین ۰/۳۵ تا ۰/۵۵ می‌باشد. در مطالعه‌ی دیگری مالتبی و همکاران (۲۰۰۷) گزارش می‌کنند که ضریب همبستگی بین بخشش و شادی در محدوده بین ۰/۳۶ تا ۰/۵۳ وجود دارد. به علاوه شناخت‌های منفی (نظیر افکار مربوط به انتقام) فرد بخشنده به طور معنی‌داری با شادی کوتاه مدت^۴ و عاطفه‌ی مثبت فرد بخشنده با شادی بلند مدت^۵ رابطه دارد.

هدف از پژوهش حاضر بررسی متغیرهای میانجی بالقوه در رابطه بین بخشش و بهزیستی است. ادبیات موجود ارتباط مثبت بین بخشش و بهزیستی را نشان می‌دهند. فرض شده است که بخشش با تمام جنبه‌های بهزیستی به طور مثبت رابطه دارد. همچنین بر اساس تحقیق‌های نظری موجود انتظار می‌رود که این ارتباطات به وسیله‌ی عواطف مثبت و منفی با واسطه خواهد بود. شکل ۱ الگوی فرضی روابط بین متغیرهای تحقیق را نشان می‌دهد. مطابق با شکل زیر، چنین فرض شده است که بخشش هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق عواطف مثبت و منفی بر بهزیستی روان‌شناختی تأثیر می‌گذارد.

-
- 1- Toussaint & Webb
 - 2- Friedman
 - 3- Sastre, Vinsonneau, Neto, Girard, & Mullet
 - 4- hedonic
 - 5- eudaimonic



شکل ۱. مدل پیامد بخشش با دو میانجی عاطفه مثبت و منفی

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر شامل کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز می‌باشند که در نیم سال دوم سال تحصیلی ۸۹-۸۸ مشغول به تحصیل بودند. ۳۷۵ نفر از دانشجویان (۲۰۸ نفر دختر و ۱۴۳ نفر پسر) با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ی از میان دانشکده‌های دانشگاه شهید چمران اهواز انتخاب شدند، به این ترتیب که ابتدا از میان ۱۰ دانشکده، ۵ دانشکده به صورت تصادفی انتخاب شدند و سپس از میان هر دانشکده ۵ کلاس به صورت تصادفی و از هر کلاس ۱۵ نفر از دانشجویان به طور تصادفی انتخاب شدند. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت کنندگان به ترتیب ۲۱/۴۶ و ۳/۰۸ سال بود.

روش پژوهش و شیوه‌ی اجرا

طرح پژوهش حاضر، طرح همبستگی از طریق الگویابی معادلات ساختاری^۱ است که یک

1- Structural Equation Modeling (SEM)

روش همبستگی چند متغیری می‌باشد. با این روش می‌توان اثرهای مستقیم و غیر مستقیم متغیرها را در الگوی فرض شده، بررسی کرد. با روش الگویابی معادلات ساختاری می‌توان به بررسی ساختار علی میان مجموعه‌ی از متغیرها پرداخت. این الگو به پژوهشگر اجازه می‌دهد تا روابط میان این مجموعه از متغیرها را تعیین و اثر علی متغیرها را بر یکدیگر فرض نموده و همچنین برازندگی الگوی مفروض را بررسی نماید. بر این اساس ۳۷۵ نفر از دانشجویان از میان ۵ دانشکده به صورت تصادفی چند مرحله‌ی انتخاب شدند و از طریق هماهنگی با مسئول آموزش دانشکده‌های مختلف پرسشنامه‌ها بین کلاس‌های انتخابی توزیع شد. از ۳۷۵ پرسشنامه توزیع شده، ۳۵۲ پرسشنامه تکمیل شد. گردآوری داده‌ها با شروع ترم بهمن یعنی از اواخر بهمن ۸۸ تا اواخر اسفند ۸۸ به طول انجامید.

ابزارهای پژوهش

در این پژوهش از ۳ ابزار مختلف به شرح زیر استفاده شد.

۱) مقیاس گرایش به بخشش هارتلند^۱: این مقیاس توسط تامپسون و همکاران (۲۰۰۲)؛ به نقل از تامپسون و اشناپدر، (۲۰۰۳) ساخته شد. این مقیاس یک ابزار مداد کاغذی خود گزارشی است و ۱۸ گویه دارد. این مقیاس از سه خرده مقیاس بخشش خود^۲ (۶ گویه)، بخشش دیگران^۳ (۶ گویه) و بخشش موقعیت^۴ (۶ گویه) تشکیل شده است. گویه‌ها روی یک مقیاس ۷ درجه‌ی از ۱ (تقریباً همیشه غلط) تا ۷ (تقریباً همیشه صحیح) از سوی آزمودنی‌ها رتبه‌بندی می‌شوند. مقیاس بخشش کلی نیز از مجموع نمره‌های خرده مقیاس‌ها محاسبه می‌شود. پایایی مقیاس به روش آلفای کرونباخ در تحقیقات اولیه برای مقیاس گرایش به بخشش کلی در دامنه‌ی بین ۰/۸۴ تا ۰/۸۷ و برای خرده مقیاس‌های خود، دیگران و موقعیت در دامنه‌ی بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۳ به دست آمد (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۲؛ به نقل از تامپسون و اشناپدر، ۲۰۰۳). این مقیاس برای نخستین بار توسط مؤلفین برای سنجش بخشش، به فارسی ترجمه شد. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس بخشش کلی

- 1- Heartland Forgiveness Scale (HFS)
- 2- Forgiveness of Self
- 3- Forgiveness of Others
- 4- Forgiveness of Situation

۰/۸۳ و برای خرده مقیاس‌های بخشش خود، دیگران و موقعیت به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۸۴ و ۰/۵۶ محاسبه شد. در پژوهش حاضر نیز روایی مقیاس گرایش به بخشش هارتلند به دو طریق محاسبه شد: ۱) روایی سازه همگرایی آن از طریق محاسبه ضریب همبستگی بین کل آزمون با خرده مقیاس‌های این آزمون به دست آمد که نتیجه‌های آن نشان داد، همبستگی مقیاس گرایش به بخشش هارتلند با سه خرده مقیاس بخشش خود، دیگران و موقعیت به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۷۷ و ۰/۷۳ است که همگی در سطح $p < 0/01$ معنی‌دار بودند. ۲) روایی ملاکی آن از طریق همبسته کردن این مقیاس با خرده مقیاس مقابله انطباقی پرسشنامه سبک‌های مقابله^۱ (راجر، جرویس و نجاریان^۲، ۱۹۹۳) محاسبه شد. ضریب همبستگی مقیاس گرایش به بخشش هارتلند و سه خرده مقیاس بخشش خود، دیگران و موقعیت با سبک مقابله انطباقی به ترتیب برابر با ۰/۳۳، ۰/۱۸، ۰/۲۵ و ۰/۳۴ بود که همگی در سطح $p < 0/01$ معنی‌دار بودند.

۲) برنامه عاطفه مثبت و منفی^۳ (PANAS): مقیاس عاطفه مثبت و منفی توسط واتسون، کلارک و تلگن^۴ (۱۹۸۸) ساخته شده است. این مقیاس یک ابزار خودسنجی است و دارای ۲۰ گویه است که برای اندازه‌گیری دو بُعد خلقی یعنی عاطفه مثبت و عاطفه منفی طراحی شده است. این مقیاس توسط بخشی پور و دژکام (۱۳۸۴) به زبان فارسی ترجمه شد. این مقیاس شامل دو خرده مقیاس عاطفه مثبت و عاطفه منفی است، و هر خرده مقیاس ۱۰ گویه دارد. گویه‌ها روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از به هیچ وجه تا بسیار زیاد از سوی آزمودنی‌ها رتبه‌بندی می‌شوند. واتسون و همکاران (۱۹۸۸) گزارش کردند که ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس عاطفه مثبت ۰/۸۸ و برای خرده مقیاس عاطفه منفی ۰/۸۷ است. ضریب پایایی خرده مقیاس عاطفه مثبت در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس عاطفه منفی ۰/۷۴ به دست آمد. همچنین، روایی آن نیز از طریق همبستگی خرده مقیاس عاطفه منفی و مثبت با سیاهه افسردگی بک^۵ به ترتیب ۰/۵۸ و

1- Coping Style Questionnaire (CSQ)

2- Roger, Jarvis & Najarian

3- Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

4- Watson, Clark & Tellegen

5- Beck Depression Inventory (BDI)

۰/۳۶- و با خرده‌مقیاس اضطراب آشکار پرسشنامه اضطراب کتل^۱ به ترتیب ۰/۵۱ و ۰/۳۵- گزارش شده است (واتسون و همکاران، ۱۹۹۸).

۳) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی: مقیاس بهزیستی روان‌شناختی یک ابزار خود گزارشی مداد کاغذی است که توسط ریف^۲ (۱۹۹۴) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۷۷ گویه است و به منظور سنجش بهزیستی روان‌شناختی تهیه شده است. این مقیاس توسط زنجانی طبسی (۱۳۸۳) به زبان فارسی ترجمه شد. این آزمون از ۶ خرده‌مقیاس رضایت از زندگی (۱۹ گویه)، معنویت (۱۳ گویه)، شادی و خوش‌بینی (۱۹ گویه)، رشد و بالندگی فردی (۸ گویه)، ارتباط مثبت با دیگران (۸ گویه) و خود پیروی (۱۰ گویه) تشکیل شده است. به منظور برآورد پایایی این مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده شده است. ضریب پایایی برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای آزمون‌های فرعی در دامنه‌ی بین ۰/۶۲ تا ۰/۹ به دست آمده است. همچنین، ضریب پایایی با روش بازآزمایی برای کل مقیاس ۰/۷۶ و برای خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۶۷ تا ۰/۷۳ گزارش شده است (زنجانی طبسی، ۱۳۸۳). در پژوهش حاضر ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای خرده‌مقیاس‌های رضایت از زندگی، معنویت، شادی و خوش‌بینی، رشد و بالندگی فردی، ارتباط مثبت با دیگران و خود پیروی به ترتیب برابر ۰/۸۴، ۰/۸۳، ۰/۸۵، ۰/۵۰، ۰/۷۸ و ۰/۶۴ به دست آمد. روایی سازه آزمون بهزیستی روان‌شناختی به دو روش بررسی شده است (زنجانی طبسی، ۱۳۸۳). روش اول محاسبه ضریب همبستگی کل آزمون با خرده‌آزمون‌هاست که نتیجه‌ی آن نشان داد آزمون بهزیستی روان‌شناختی با شش خرده‌آزمون خود همبستگی بالایی دارد. روش دوم تحلیل عاملی بود. طبق نتیجه‌ی تحلیل عاملی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی از شش عامل اصلی اشباع شده است که بر اساس چارچوب نظری تحت عنوان‌های رضایت از زندگی، شادی و خوش‌بینی، معنویت، رشد و بالندگی فردی، ارتباط مثبت با دیگران و خود پیروی نام‌گذاری شده است (زنجانی طبسی، ۱۳۸۳).

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی میان متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

-
- 1- Kattel Anxiety Inventory (KAI)
 - 2- Ryff

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	ضرایب همبستگی													
			۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲		
۱- بخشش	۸۴/۲۴	۱۳/۷۶	-													
۲- بخشش خود	۲۷/۳۵	۶/۵	**۰/۷۸	-												
۳- بخشش دیگران	۲۹/۴۹	۶/۷۹	**۰/۸۷	**۰/۳۲	-											
۴- بخشش موقعیت	۲۷/۴	۴/۷۴	**۰/۸۳	**۰/۴۳	**۰/۳۷	-										
۵- عاطفه مثبت	۳۷/۳۴	۵/۴۷	**۰/۳۲	**۰/۱۸	**۰/۲۷	**۰/۲۷	-									
۶- عاطفه منفی	۲۷/۰۴	۶/۷۱	**۰/۴۶	**۰/۳۷	**۰/۲۶	**۰/۴۶	**۰/۱۸	-								
۷- بهزیستی روان‌شناختی	۲۸۳/۰۷	۳۱/۷۹	**۰/۵۵	**۰/۳۷	**۰/۴۴	**۰/۴۴	**۰/۵۷	**۰/۴۸	-							
۸- رضایت از زندگی	۷۰/۴۶	۸/۸۲	**۰/۴۴	**۰/۳۲	**۰/۳۵	**۰/۳۶	**۰/۵۷	**۰/۳۶	**۰/۹۰	-						
۹- خودپروی	۳۵/۳۹	۴/۷۱	**۰/۴۳	**۰/۲۷	**۰/۳۴	**۰/۳۷	**۰/۶۸	**۰/۵۴	**۰/۵۴	**۰/۵۴	-					
۱۰- شادی و خوش‌بینی	۶۸/۱۸	۹/۵۱	**۰/۵۵	**۰/۳۹	**۰/۴۱	**۰/۴۸	**۰/۹۱	**۰/۵۳	**۰/۵۵	**۰/۵۵	**۰/۵۵	-				
۱۱- رشد و بالندگی فردی	۲۹/۳۵	۳/۵۲	**۰/۴۳	**۰/۳۴	**۰/۳۱	**۰/۳۴	**۰/۷۴	**۰/۴۱	**۰/۶۶	**۰/۶۶	**۰/۶۶	**۰/۶۶	-			
۱۲- ارتباط مثبت با دیگران	۳۰/۲۰	۴/۹۳	**۰/۴۷	**۰/۳۰	**۰/۳۹	**۰/۳۹	**۰/۸۱	**۰/۵۲	**۰/۶۶	**۰/۶۶	**۰/۶۶	**۰/۶۶	**۰/۶۶	-		
۱۳- معنویت	۵۰/۱۱	۷/۰۸	**۰/۳۰	**۰/۱۷	**۰/۳۲	**۰/۱۹	**۰/۳۰	**۰/۲۴	**۰/۵۵	**۰/۵۵	**۰/۵۵	**۰/۵۵	**۰/۵۵	**۰/۵۵	-	

**p<۰/۰۱

جدول ۲، شاخص‌های برازندگی الگوی پیشنهادی پژوهش را نشان می‌دهد. مطابق با مندرجات جدول ۲ برای تعیین کفایت برازندگی الگوی پیشنهادی با داده‌ها از چند شاخص برازندگی استفاده شد.

جدول ۲. برازش الگوی پیشنهادی با داده‌ها

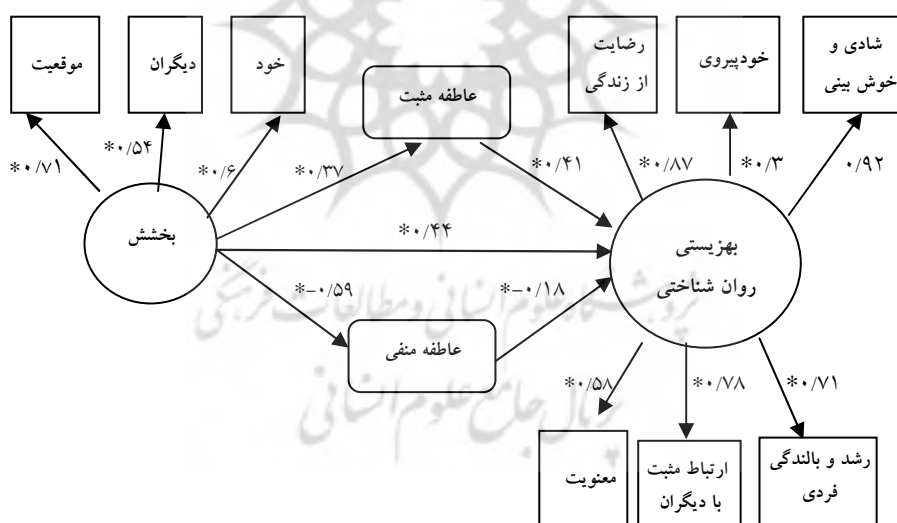
شاخص	χ^2	Df	χ^2/df	GFI	IFI	CFI	RMSEA
الگوی پیشنهادی	۱۱۱/۱۱	۴۱	۲/۷۱	۰/۹۵	۰/۹۶	۰/۹۶	۰/۰۷

شاخص مجذور کای، شاخص برازندگی مطلق مدل است که هر چه به صفر نزدیک‌تر باشد و به لحاظ آماری معنی‌دار نباشد، مدل برازنده‌تر خواهد بود. وقتی حجم نمونه برابر ۷۵ تا ۲۰۰ باشد مقدار مجذور کای یک اندازه معقول برازندگی است، اما برای مدل‌های با N بزرگتر، مجذور کای تقریباً همیشه از نظر آماری معنی‌دار است (هومن، ۱۳۸۴) و این موجب می‌شود که آماره مجذور کای تقریباً همیشه برازش مدل را رد کند (بتلر و بونت^۱، ۱۹۸۰؛ جورسکوگ و سوربوم^۲، ۲۰۰۴) از این رو بسیاری از پژوهشگران مجذور کای را نسبت به درجه آزادی آن (یعنی، مجذور کای نسبی) می‌سنجند (ویتون، ماسن، آلوین و سامرس^۳، ۱۹۹۷). برخی پژوهشگران بیان کرده‌اند، چنان‌چه این شاخص کمتر از ۲ باشد برازندگی عالی^۴ و بین ۲ تا ۵ برازندگی خوب^۵ و بزرگتر از ۵ برازندگی ضعیف^۶ و نامقبول الگو را نشان می‌دهد (ویتون و همکاران، ۱۹۹۷؛ تباکینک و فیدل^۷، ۲۰۰۷). مندرجات جدول ۲ مقدار مجذور کای نسبی را ۲/۷۱ نشان می‌دهد که حاکی از برازش خوب مدل است. شاخص نیکویی برازش^۸ (GFI)، شاخص برازندگی مقایسه‌ی^۹ (IFI)، و شاخص برازندگی

- 1- Bentler & Bonnet
- 2- Joreskog & Sorbom
- 3- Wheaton, Muthen, Alwin, & Summers
- 4- Excellent fit
- 5- Okay fit
- 6- Poor fit
- 7- Tabachnick & Fidell
- 8- Goodness of Fit Index
- 9- Comparative Fit Index

افزایشی^۱ (CFI) شاخص‌هایی هستند که برازش یک مدل معین را با مدل پایه نشان می‌دهند (بولن^۲، ۱۹۹۰). هر چه این شاخص‌ها به یک نزدیکتر باشد، برازش مدل بهتر است. البته، این مقدار باید حداقل ۰/۹۰ باشد تا مدل مورد نظر پذیرفته شود. بر اساس مندرجات جدول ۲ مقدار GFI، IFI و CFI به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۹۶ و ۰/۹۶ است که حاکی از برازش خوب مدل پژوهش حاضر است. شاخص ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب^۳ (RMSEA) یکی دیگر از شاخص‌های برازندگی است. ریشه دوم میانگین مجذورات باقی مانده است که به عنوان تابعی از مقدار کواریانس تفسیر می‌شود (هومن، ۱۳۸۴). براون و کودک^۴ (۱۹۹۳) مقادیر بالاتر از ۰/۱۰ را نشان دهنده‌ی برازش ضعیف، بین ۰/۰۸ تا ۰/۱۰ برازش متوسط، بین ۰/۰۵ تا ۰/۰۸ برازش قابل قبول و کمتر از ۰/۰۵ را نشان دهنده‌ی برازش عالی می‌دانند. بر اساس مندرجات جدول ۲ این مقدار ۰/۰۷ است که باز نشانگر برازش خوب مدل است.

شکل ۲ ضرایب مسیر مربوط به رابطه‌ی علی بخشش با بهزیستی روان‌شناختی با میانجی‌گری عواطف مثبت و منفی را نشان می‌دهد.



شکل ۲. ضرایب مسیر استاندارد مدل پیامد بخشش (*: نشانه‌ی معنی‌داری ضرایب مسیر می‌باشد)

- 1- Incremental Fit Index
- 2- Bollen
- 3- Root Mean Squared Error of Approximation
- 4- Browne & Cudeck

شکل ۲ نشان می‌دهد که بخشش بر عاطفه‌ی مثبت اثر مثبت و بر عاطفه‌ی منفی اثر منفی دارد. همچنین، عاطفه‌ی مثبت بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مثبت و عاطفه‌ی منفی بر آن اثر منفی دارد.

الگوهای ساختاری مربوط به اثر علی بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی

الف) اثر مستقیم بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی

جدول ۳ پارامترهای اندازه‌گیری مربوط به رابطه‌ی علی بخشش با بهزیستی روان‌شناختی را نشان می‌دهد. بر اساس مندرجات جدول ۳، مسیر مستقیم بخشش به بهزیستی روان‌شناختی در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار است که نشان می‌دهد بخشش بر بهزیستی اثر معنی‌دار دارد.

جدول ۳. پارامترهای اندازه‌گیری اثر مستقیم بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی

مسیرها	پارامتر	بر آورد استاندارد	بر آورد غیراستاندارد	سطح معنی داری
بخشش به بهزیستی روان‌شناختی	۰/۴۴	۱/۰۰۲	۰/۰۰۱	

ب) اثرهای غیر مستقیم بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق عواطف مثبت و منفی برای بررسی اثر غیرمستقیم بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق عواطف مثبت و منفی از روش بوت استرپ^۱ استفاده شد. پریچر و لئوناردلی^۲ (۲۰۰۸) اشاره می‌کنند که آزمون سوبل^۳ تنها در نمونه‌های با حجم زیاد به خوبی کار می‌کند، و پیشنهاد می‌کنند که استفاده از این آزمون، فقط در صورتی است که کاربر هیچ دسترسی به داده‌های خام نداشته باشد. اگر داده‌های خام را در دسترس باشد، بوت استرپ جایگزین بسیار بهتری را ارائه می‌دهد که هیچ‌گونه مفروضات توزیعی را تحمیل نمی‌کند. مک کینون، لاک وود، و ویلیامز^۴ (۲۰۰۴)

- 1- bootstrapping
- 2- Preacher & Leonardlli
- 3- Sobel
- 4- Mac Kinnon, Lockwood & Williams

اشاره می‌کنند که بوت استرپ یکی از روش‌های نمونه‌گیری مکرر^۱ است که به طور گسترده به کار برده شده است. بوت استرپ شامل ترسیم تعداد زیادی نمونه با جایگشت از نمونه اصلی است. نمونه‌گیری با جایگشت، بدین معنی است که نمونه‌های بوت استرپ هر چند که دارای اندازه‌ی مشابهی از نمونه‌ی اصلی هستند، ممکن است بعضی از اعداد را اصلاً شامل نشود و یا بعضی از اعداد چندین بار در چندین نمونه تکرار شود. مدل مورد نظر در هر نمونه بوت استرپ که جزیی از داده‌های اصلی است، برآورد می‌شود. توزیع آماره‌های برآورد شده در هر نمونه بوت استرپ می‌تواند برای اجرای معنی‌داری آزمون‌ها یا برای تشکیل فاصله اطمینان مورد استفاده قرار گیرند. شرآت و بالگر^۲ (۲۰۰۲) نیز استفاده از بوت استرپ را در آزمون مدل‌های با متغیر میانجی ثابت کرده و از آن حمایت می‌کنند.

جدول ۴ پارامترهای اندازه‌گیری اثرهای میانجی در مدل پیامد بخشش را با روش بوت استرپ نشان می‌دهد.

جدول ۴. پارامترهای اندازه‌گیری اثرهای میانجی در مدل پیامد بخشش با روش بوت استرپ

مسیرها	پارامتر	برآورد غیراستاندارد	برآورد استاندارد	حد پایین	حد بالا	سطح معنی‌داری
بخشش به بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه مثبت	۰/۳۶۳	۰/۱۵۲	۰/۱۱	۰/۲۱	۰/۰۰۱	
بخشش به بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه منفی	۰/۱۸۴	۰/۰۸۱	-۰/۰۱	۰/۱۵۸	۰/۰۷۸	

بر اساس ضرایب استاندارد ارایه شده در جدول ۴، اثر استاندارد بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه مثبت ($\beta=0/152$) در سطح $0/001$ معنی‌دار می‌باشد و اثر استاندارد شده بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه منفی ($\beta=0/081$) در سطح $0/078$ غیر معنی‌دار است.

1- resampling
2- Shrout & Bolger

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، تعیین رابطه‌ی بخشش و بهزیستی روان‌شناختی با میانجی‌گری عواطف مثبت و منفی در قالب یک مدل معادلات ساختاری بود. نتیجه‌ها نشان داد بخشش با بهزیستی روان‌شناختی رابطه دارد. این نتیجه با یافته‌های پژوهش تسی و ییپ^۱ (۲۰۰۹) بری و ورثینگتون (۲۰۰۱)، براون (۲۰۰۳)، کندلر، لیو، گاردنر، مک کلوگ، لارسون و همکاران^۲ (۲۰۰۳)، ویتولیت، فیپس، فلدمن و بکهام^۳ (۲۰۰۴) همسو است. بخشش افراد را در مقابل تجارب و برداشتهای منفی حفظ می‌کند و بهزیستی روان‌شناختی را افزایش می‌دهد، این اثر حفاظتی را می‌توان به دو صورت تبیین کرد: ۱) بخشش منجر به کاهش انگیزه برای اقدامات تلافی‌جویانه و افزایش انگیزه برای حسن نیت نسبت به فرد خاطی می‌گردد (مک کالوگ، ۲۰۰۰). این گرایش، سوء ظن و قضاوت بد در مورد فرد خاطی را کاهش می‌دهد و از بروز رفتار نامناسب اجتماعی جلوگیری می‌کند و اجازه می‌دهد تا فرد آسیب دیده در رفتارهای اجتماعی مثبت نسبت به فرد خاطی و دیگران ابتکار عمل نشان دهد و منجر به برقراری روابط مثبت با دیگران شود، این چرخه معیوب رویدادهای مربوط به درگیری‌های بین فردی را کاهش می‌دهد و منجر به افزایش بهزیستی روان‌شناختی می‌گردد. ۲) تامپسون و همکاران (۲۰۰۵) بخشش را به عنوان چارچوب خطای ادراک شده چنان که پاسخ فرد به خطاکار، خطا و عواقب خطا از منفی به خنثی یا مثبت تغییر می‌کند، تعریف می‌کنند. تعبیر مجدد رویدادهای منفی به ارزیابی‌های خنثی یا مثبت بهزیستی روان‌شناختی را افزایش می‌دهد (تسی و ییپ، ۲۰۰۹).

نتیجه‌ی پژوهش حاضر همچنین نشان داد که بخشش به طور غیر مستقیم از طریق عاطفه مثبت با بهزیستی روان‌شناختی رابطه دارد. این یافته با یافته‌های پژوهش توساین و فریدمن (۲۰۰۹) همسو است. می‌توان چنین استدلال کرد که بین بخشش و عاطفه مثبت رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد، زیرا بخشش می‌تواند خطای مرتبط با افکار و احساسات منفی را به افکار و احساسات خنثی و مثبت تبدیل کند (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۵)، که احساسات و

1- Tse & Yip

2- Kendler, Liu, Gardner, McCullough, Larson, & et al

3- Witvliet, Phipps, Feldman, & Beckham

عواطف مثبت نیز در برگیرنده‌ی طیف گسترده‌یی از حالت‌های خلقی مثبت از جمله شادی، احساس توانمندی، شور و شوق، تمایل، علاقه و اعتماد به نفس است (واتسون و تلگن، ۱۹۸۵). بخشودگی، عاطفه مثبت به همراه دارد و عاطفه مثبت نیز سلامت روانی فرد را تضمین می‌کند. ورثینگتون (۱۹۹۸) نیز معتقد است که بخشش یک تصمیم و یک تغییر واقعی در تجربه‌ی عاطفی افراد است که این تغییر در عواطف با سلامت جسمی و روانی رابطه دارد. همچنین، نتیجه‌های دیگر یافته‌ها در پژوهش حاضر نشان می‌دهد که اثر منفی غیرمستقیم بخشش بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق عاطفه منفی مورد تأیید واقع نگردید. با تحلیل‌های بیشتر، این نتیجه یافته شد که از بین سه خرده مقیاس بخشش خود، دیگران و موقعیت، این بخشش دیگران بود که نتوانست از طریق عاطفه منفی بر بهزیستی روان‌شناختی تأثیر بگذارد. در تبیین این یافته می‌توان چنین استدلال کرد که افراد زمانی که مورد خطای دیگران قرار می‌گیرند، امکان دارد به خاطر ترس از ارزیابی دیگران در ظاهر و یا به صورت کاذب فرد خاطی را ببخشند این بخشیدن، در واقع یک بخشش درونی نیست که بتواند در بهزیستی درونی ما نقش داشته باشد، امکان دارد که متغیرهای دیگری نظیر ترس از ارزیابی دیگران و تعاملات بین فردی به صورت میانجی بهتر بتوانند این رابطه را تبیین کنند.

محدودیت‌ها و پیشنهادات

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی مواجه بود. (۱) اگر چه داده‌های این پژوهش با الگوی ساختاری آزمون شده هماهنگ هستند، ولی کاربرد آنها در روابط علت و معلولی باید با احتیاط صورت گیرد. (۲) ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه بود که جنبه خودگزارشی دارد و منوط به احساسات دانشجویان در لحظه پاسخگویی به سؤالات دارد، و (۳) نمونه پژوهش حاضر از میان دانشجویان می‌باشد و این قشر با محدودیت‌هایی از نظر سن، نوع صدمه و وضعیت سلامت روان همراه هستند که برای تحقیق در مورد بخشش مهم می‌باشند، لذا تعمیم نتیجه‌های آن به دیگر جوامع باید با احتیاط صورت گیرد.

(۴) با توجه به مسأله تعمیم‌پذیری پیشنهاد می‌شود، پژوهشگران بعدی روی جمعیت‌های مختلف با سنین متفاوت به پژوهش بپردازند. (۵) در برنامه‌های آموزشی و رسانه‌های ملی با

تأکید بر اصالت فرهنگ بخشش در مذهب و تمدن ما به جای الگوهای انتقامی و انتقام‌جویانه افراد را به بخشش خود و دیگران ترغیب کنند. و ۶) همچنین، با توجه به این که نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که بخشش یکی از عامل‌های روان‌شناختی است که نقش مهمی در بهزیستی روان‌شناختی ایفا می‌کند، پیشنهاد می‌شود که کارگاه‌های آموزشی برای دانشجویان و دیگر افراد جامعه با محتوای چگونگی بخشش خود و دیگران در نظر گرفته شود.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

فارسی

بخشی‌پور رودسری، عباس و دژکام، محمود (۱۳۸۴). تحلیل عاملی تأییدی مقیاس عاطفه مثبت و منفی. *مجله‌ی روان‌شناسی، سال نهم، شماره‌ی ۴ (پیاپی ۳۶): ۳۵۱-۳۶۵*.

زنجانی طبسی، رضا (۱۳۸۳). *ساخت و هنجاریابی آزمون بهزیستی روان‌شناختی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تهران.

هومن، حیدرعلی (۱۳۸۴). *مدل‌یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزرل*، تهران، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی سمت.

لاتین

- Bentler, P. M., & Bonnet, D. C. (1980). Significance Tests and Goodness of Fit in the Analysis of Covariance Structures, *Psychological Bulletin*, 88 (3), 588- 606.
- Benke, A., & Macdermid, S. (2004). Family well-being (work and family Encyclopedia Entry). *Journal of personality and Social Psychology*, 53, 235-250.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., O'Connor, L. E., Parrott, L., I. I. I., & Wade, N. G. (2005). Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73, 183–225.
- Berry, J. W., & Worthington, L. (2001). Forgiveness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 447–455.
- Bollen, K. A. (1990). Overall fit in covariance structure models: Two types of sample size effects. *Psychological Bulletin*. 107 (2), 256-259.
- Bono, G., & McCullough, M. E. (2006). Positive responses to benefit and harm: Bringing forgiveness and gratitude into cognitive psychotherapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20, 147–158.
- Brown, R. P. (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 759–771.
- Browne, M. W. & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of a assessing model fit. In K.A. Bollen & J.S. Long (Eds.), *testing structural equation models* (136-162) Newbury park, CA: sage.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377–389. doi:10.1037/0022-3514.84.2.377.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (2004). *LISREL 8: Structural Equation Modeling with the SIMPLIS command language*. Lincolnwood, IL: Scientific Software International.
- Kendler, K. S., Liu, X.-Q., Gardner, C. O., McCullough, M. E., Larson, D., & Prescott, C. A. (2003). Dimensions of religiosity and their relationship to lifetime psychiatric and substance use disorders. *American Journal of Psychiatry*, 160, 496–503.

- Langer, E. (2002). Well-being (mind-fullness versus positive evolution). *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 280-287.
- Maltby, J., Macaskill, A., & Gillett, R. (2007). The Cognitive Nature of Forgiveness: Using Cognitive Strategies of Primary Appraisal and Coping to Describe the Process of Forgiving. *Journal of Clinical Psychology*, 63 (6), 555-566.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., & Williams, J. (2004). Confidence limits for the indirect effect: Distribution of the product and resampling methods. *Journal of Multivariate Behavioral Research*, 39, 99-128.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 43-55.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Oxford University Press.
- Preacher, K. J., & Leonardelli, G. J. (2008). Calculation for the Sobel test. An interactive calculation tool for mediation tests. Retrieved from: <http://people.ku.edu/preacher/sobel/sobel.htm> (8/10/2008).
- Roger, D., Jarvis, G., Najarian, B. (1993). Detachment and Coping: The Construction and Validation of a New Scale for Measuring Coping Strategies. *Journal of Personality individual Differences*, 15 (6), 619-626.
- Ripley, J., & Worthington, E. L., J. (2002). Hope-focused and forgiveness-based group interventions to promote marriage enrichment. *Journal of Counseling and Development*, 80, 452-464.
- Rye, M. S., & Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and romantic relationships in college: Can it heal the wounded heart? *Journal of Clinical Psychology*, 54, 419-441.
- Sastre, M., Vinsonneau, G., Neto, F., Girard, M., & Mullet, E. (2003). Forgiveness and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies*, 4, 323-335.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Journal of Psychological Methods*, 7, 422-445.

- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th Ed.), New York, Allyn and Bacon.
- Thompson, L. Y., & Snyder, C. R. (2003). Measuring forgiveness. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (301–312). Washington, DC: American Psychological Association.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, other, and situations. *Journal of Personality*, *73*, 316–360.
- Toussaint, L., & Webb, J. (2005). Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. In E. L. Worthington, Jr (Eds.), *Handbook of forgiveness* (349–362). New York: Brunner-Routledge.
- Toussaint, L., & Friedman, P. (2009). Forgiveness, Gratitude, and Well-Being: The Mediating Role Affect and Beliefs. *Journal of Happiness Studies*, *10*, 635-654.
- Tse, W. S., & Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Journal of Personality and Individual Differences*, *46*, 365–368.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 1063–1070.
- Watson, C. L. A., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Journal of Psychological Bulletin*, *98*, 219–235.
- Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D. F., & Summers, G. (1977). Assessing Reliability and Stability in Panel Models, *Sociological Methodology*, *8* (1), 84- 136.
- Witvliet, C. V. O., Phipps, K. A., Feldman, M. E., & Beckham, J. C. (2004). Posttraumatic Mental and Physical Health Correlates of Forgiveness and Religious Coping in Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, *17* (3), 269–273.
- Worthington, E. L., Jr., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social & Clinical Psychology*, *18*, 385–418.
- Worthington, E. L., Jr., Berry, J. W., Parrott, L., I. I. I., Plante, T. G., & Sherman, A. C. (2001). Unforgiveness, forgiveness, religion,

and health. In T. G. Plante & A. C. Sherman (Eds.), *Faith and health: Psychological perspectives*. New York: Guilford Press.

Worthington, E. L. (1998). The pyramid model of forgiveness: Some interdisciplinary speculations about unforgiveness and the promotion of forgiveness. In E.L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (59-78). Radnor, PA: Templeton Foundation Press.

