

ساخت، رواسازی و اعتباریابی مقیاس شکر بر اساس آموزه‌های اسلام

Construction, validation, and reliability of the gratitude scale based on the teachings of Islam

مهدی باقری آغچه‌بندی* / کارشناسی ارشد روان‌شناسی اسلامی (گرایش روان‌شناسی مثبت‌گرا)، دانشگاه قرآن و حدیث

Mahdi Bagheri Aghche Bodi (Masters in Positive Psychology, University of Qur'an and Hadith)

محمود گلزاری / دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبایی

Mahmoud Golzari (Associate Professor, Department of Psychology, Allameh Tabataba'i University)

فراز سهرابی / استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبایی

Faramarz Sohrabi, Professor (Department of Psychology, Allameh Tabataba'i University)

Abstract

The aim of this study was to design a gratitude scale based on the teachings of Islam, and investigate its reliability and validity. In doing so, both descriptive and survey methods were applied. In the descriptive phase, after psychologically studying religious texts, indicators of a

چکیده

پژوهش حاضر با هدف ساخت، رواسازی و اعتباریابی مقیاس شکر، بر اساس آموزه‌های اسلام، طراحی و اجرا شده است. برای رسیدن به این هدف از دو روش توصیفی و پیمایشی استفاده شد. در روش توصیفی، پس از بررسی

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۰۴/۲۵، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۰۵/۲۳.

grateful person and obstacles to thankfulness have been yielded; looking into these indicators and obstacles a preliminary scale has been designed and after vetting its structure and content by experts, it was administered to a sample of 600 students who have been selected through convenience sampling. Content validity and factorial analysis were used to check its validity. Experts' average score on indicators was at 1.93 (out of 3) and their average score on items was at 1.22 (out of 2) showing that the validity of this scale is satisfactory. Also factorial analysis, via principal components and varimax rotation pointed out to ten 10 factors explaining 45.8 % of the variance of the items, showed the validity of this scale. These factors are: expressing gratefulness to people, gratitude to God, practical gratitude, satisfaction, productivity, denial, humility, materialism, empathy, and breadth of mind. Cronbach alpha was also applied to check the reliability. Alpha coefficient of the scale was at .895; alpha coefficients of subscales too were satisfactory showing internal reliability of all items of all factors.

Conclusion: by looking into Islamic teachings, a reliable and valid, ten-factor, 109-item scale was designed to measure gratitude.

Keywords: Islam, reliability, validation, gratitude, thankfulness, scale.

روان‌شناختی متون دینی، نشانه‌های انسان شاکر و موانع شکرگزاری به دست آمد و با توجه به آنها، مقیاس اولیه ساخته و پس از تأیید ساختار و محتوای مقیاس به دست کارشناسان در نمونه ششصد نفری که با روش در دسترس انتخاب شدند، اجرا شد. برای بررسی روایی، از روایی محتوا و تحلیل عاملی استفاده شد. میانگین نمره کارشناسان به نشانه‌ها ۱/۹۳ از ۳ و به گویه‌ها ۱/۲۲ از ۲ بود که نشان‌دهنده روایی محتوایی مطلوب این مقیاس است. تحلیل عاملی به شیوه مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس حاکی از وجود ده عامل با ۴۵/۸ درصد واریانس سؤالات، نیز گویای روایی این مقیاس بود. این عامل‌ها عبارت‌اند از: ابراز تشکر از مردم؛ تشکر از خدا؛ شکر عملی؛ رضایت؛ بهره‌دهی؛ انکار؛ تواضع؛ مادی‌گرایی؛ همدلی و وسعت نظر.

برای بررسی اعتبار از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. آلفای کل مقیاس ۰/۸۹۵ به دست آمد و مشاهده آلفای خرده‌مقیاس‌ها نیز نشان‌دهنده قابل قبول بودن همسانی درونی گویه‌ها در تمام عامل‌ها بود.

نتیجه: با توجه به آموزه‌های اسلام، مقیاسی ده‌عاملی با ۱۰۹ گویه و روایی و اعتبار مطلوب، برای سنجش شکر ساخته شد.

کلیدواژه‌ها: اسلام، اعتباریابی، رواسازی، شکر، قدردانی، مقیاس.

مقدمه

یکی از فضایی که هم در منابع دینی و هم غیردینی به آن پرداخته شده، «شکر»^۱ یا «قدردانی»^۲ است. قدردانی نه تنها منش و خوی انسانی بسیار باارزشی در یهودیت، مسیحیت، اسلام، بودیسم و آیین هندو است (کارمن^۳ و استرنج،^۴ ۱۹۸۹) کیفیت بی نظیری در این سنت‌ها است که برای زندگی کردن به صورت خوب، ضروری تلقی شده است (امونز^۵ و مکاله،^۶ ۲۰۰۴). قدردانی یکی از شایع‌ترین هیجاناتی است که یهودیت، مسیحیت و اسلام به دنبال ایجاد و حفظ آن در معتقدانشان هستند (همان). دایرةالمعارف روان‌شناسی مثبت درباره قدردانی چنین گفته است: قدردانی هیجانی است که به صورت عمومی تجربه شده^۷ و می‌تواند نگرش گسترده‌تری را به زندگی نشان دهد که همان تمایل دیدن تمام زندگی به عنوان یک هدیه است. از این رو قدردانی معانی مختلفی دارد که به عنوان هیجان،^۸ نگرش،^۹ فضیلت اخلاقی،^{۱۰} عادت،^{۱۱} ویژگی شخصیتی^{۱۲} و واکنش مقابله‌ای^{۱۳} مفهوم‌سازی شده است (لوپز،^{۱۴} ۲۰۰۹).

1. gratitude

۲. در مباحث دینی (آیات و روایات) بیشتر واژه «شکر» به کار رفته است و در کتب روان‌شناسی بیشتر واژه «قدردانی».

3. Carman, J. B.

4. Streng, F. J.

5. Emmons, Robert A.

6. McCullough, Michael E.

7. commonly experienced

۸. emotion

۹. attitude

۱۰. moral virtue

۱۱. habit

۱۲. personality trait

۱۳. coping response

۱۴. Lopez, Shane J.

در میان آموزه‌های اسلام، آیات و روایات فراوانی درباره شکر وجود دارد. برخی از متفکران اسلامی نیز در کتب اخلاقی، اعتقادی، روایی و تفاسیر قرآن، ذیل آیات و روایات مربوط به شکر، مباحثی را درباره شکر بیان کرده‌اند. «شکر عبارت است از شناختن نعمت منعم و شادبودن به آن و عمل کردن به مقتضای آن شادی؛ به وسیله در دل داشتن خیر منعم و ستودن او و به‌کاربردن نعمت در طاعت او» (مجتبوی، ۱۳۸۹).

«شکر» در منابع اسلامی به معنای اظهار نعمت است و در مقابل کفر قرار دارد؛ یعنی پنهان کردن نعمت و سرپوش نهادن بر آن. اظهار نعمت به این است که نعمت را در جای مناسب خود، یعنی در جایی که نعمت‌دهنده در نظر داشته، به کار برد و نعمت را به زبان آورد و منعم را در برابر نعمت، ثنا دهد. مرحله دیگر اظهار نعمت آن است که در قلب به یاد نعمت و منعم بود و او را از یاد نبرد (طباطبایی، ۱۳۷۴). با توجه به مطالب بیان‌شده و بررسی آیات و روایات معصومان علیهم‌السلام، می‌توان مؤلفه‌های شکر را این‌گونه بیان کرد: شناخت نعمت و اعتراف به آن نعمت، شناخت منعم، به‌خصوص منعم حقیقی، اظهار نعمت (زبانی و عملی) و تواضع در برابر منعم و تعظیم او (باقری آغچه‌بیدی، ۱۳۹۴). بنابراین، مجموع این چند پدیده را که در کنار هم قرار دهیم واکنش شکرآمیز شکل می‌گیرد. فردی نعمت‌بخش نعمتی را بخشیده است، نعمت‌گیرنده نعمت را شناخته، تصدیق و اذعان کرده است و در درون حالت خوشحالی و تواضع در او ایجاد شده و تمایل قوی و عمل کردن متناسب با این احساسات درونی در بیرون پدید آمده است؛ کاری که خوشایند فرد نعمت‌بخش باشد. بنابراین، شکرگزاری دارای دو نمود درونی و بیرونی است که نمود درونی آن شناختی - عاطفی و نمود بیرونی آن کلامی و رفتاری است.

ورود روان‌شناسی مثبت به عرصه علمی و علاقه جامعه‌شناسان و فلاسفه اخلاق به مباحث معنوی و فضایل انسانی از جمله اسبابی است که موجب ورود مباحث قدردانی به عرصه علمی و دانشگاهی شد (امونز و مکاله، ۲۰۰۴). با توجه به نظر برخی روان‌شناسان درباره قدردانی، مقدماتی که برای تحقق قدردانی لازم است عبارت‌اند از: شناخت منفعت یا نعمت‌ها

و توجه به آنها (سولومون، ۱۹۹۵؛ لشنی، ۱۳۹۱)؛ دانستن ارزش منفعت و به عبارت دیگر منفعت‌دانستن آن (پترسون^۱ و سلیگمن، ۲۰۰۴)؛ ارزیابی خیرخواهانه بودن آن منفعت (آقابابایی، ۱۳۸۹ الف)؛ ایجاد شادی و احساس مثبت در فرد گیرنده (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴؛ آقابابایی، ۱۳۸۹ ب)؛ شکل‌گیری کیفیت یا هیجانی درونی که منتهی به بروز رفتار قدردانی می‌شود (لشنی، ۱۳۸۹).

در زمینه قدردانی چند دسته کار تحقیقی انجام شده است، از جمله: ۱. همبسته‌ها؛ ۲. مقایسه گروه‌های مختلف؛ ۳. مداخله‌های قدردانی؛ ۴. سنجش قدردانی،^۵ که نتایج برخی از آنها در ادامه بیان می‌شود:

بررسی‌های تجربی نشان‌دهنده همبستگی قدردانی با برخی جنبه‌های زندگی است، از جمله: همبستگی مثبت با بهزیستی فاعلی، بهزیستی روانی، صفات عالی مثبت، سرزندگی، خوش‌بینی، همدلی (آقابابایی، ۱۳۸۹ الف)، امید، معنویت، عاطفه مثبت، رضایت از زندگی، دعا، ارتباط با خدا، داشتن دوستان مذهبی، علاقه اجتماعی، مدیریت احساس و بخشش (مکاله و همکاران، ۲۰۰۲)، مسئولیت‌پذیری (تورندایک، ۲۰۰۷)،^۶ برون‌گرایی، توافق، باوجدان بودن، گشودگی به تجربه (نتو، ۲۰۰۷)^۷؛ وود^۸ و همکاران، ۲۰۰۸) و بهبود کیفیت خواب (وود و همکاران، ۲۰۰۸؛ لشنی، ۱۳۹۱).

در برخی تحقیقات، با مقایسه افراد با درجات مختلف قدردانی، به نتایجی رسیدند، از جمله اینکه «مردم سپاس‌گزار نسبت به ناسپاس‌ها، سطح بالاتری از هیجان‌های مثبت، رضایت از

1. Peterson, C.
2. Seligman, M. E. P.
3. correlates
4. gratitude deliberate interventions
5. gratitude measure
6. Thorndike, J. M.
7. Neto, F.
8. Wood, A. M.

زندگی، نشاط و خوش بینی و سطح پایین تری از افسردگی و فشار روانی را گزارش کردند» (امونز و مکاله، ۲۰۰۴).

مداخله‌های آزمایشی، از جمله بررسی تأثیر آموزش راهبردهای شاكرانه بر افزایش شادکامی (سلیگمن و همکاران، ۲۰۰۵؛ دیکرهوف،^۱ ۲۰۰۷)، عاطفه مثبت (مکاله و همکاران، ۲۰۰۲)، خوش بینی (فرو^۲ و همکاران، ۲۰۰۸)، رضایت از زندگی (دیکرهوف، ۲۰۰۷)، بهزیستی ذهنی (همان)، بهبود کیفیت خواب (وود و همکاران، ۲۰۰۹) و کاهش افسردگی (سلیگمن و همکاران، ۲۰۰۵) از دیگر کارهایی است که در این زمینه انجام شده است (لشنی، ۱۳۹۱).

برای بررسی ماهیت قدردانی و تأثیر آن لازم است اندازه‌گیری دقیق و قابل اعتمادی از قدردانی به دست آوریم. قدردانی با روش‌ها و راه‌های فراوانی اندازه‌گیری می‌شود که می‌توان آنها را در چهار دسته قرار داد: ۱. پاسخ آزاد؛ ۲. رتبه‌بندی؛ ۳. اسناد؛ ۴. سنجش رفتار^۶ (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). تعدادی از نمونه‌های سنجش قدردانی عبارت‌اند از:

– آزمون قدردانی، خشم، تقدیر (GRAT)

– پرسش‌نامه شش‌گویه‌ای قدردانی (GQ6)

– فهرست صفت قدردانی^۷

– پرسش‌نامه قدردانی نسخه ناظر به مشاهده‌کننده

– پرسش‌نامه قدردانی از خدا (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴)

در ایران نیز دو مقیاس زیر ساخته شده است:

-
1. Dickerhoof, R. M.
 2. Froh, J.
 3. free-response
 4. rating
 5. attribution
 6. behavioral measure
 7. The Gratitude Adjective Checklist

مقیاس قدردانی (ناصر آقابابایی) که ۱۰ گویه دارد و تک‌عاملی است و برای سنجش تفاوت‌های فردی در جنبه‌های احساسی، شناختی و رفتاری قدردانی ساخته شده است. آلفای کرونباخ این مقیاس، ۰/۸۹ و همبستگی آن با پرسش‌نامه قدردانی GQ6، ۰/۷۳ بود که نشان‌دهنده اعتبار درونی و همگرایی آن است (آقابابایی، ۱۳۸۹ الف).

پرسش‌نامه قدردانی مبتنی بر آموزه‌های اسلام (ابراهیم سالاروند) که ۳۶ گویه دارد و محقق این گویه‌ها را با توجه به آیات قرآن و روایات معصومان استخراج کرده است. روایی ملاکی آن با محاسبه ضریب همبستگی میان آن و مقیاس مکاله ۰/۴۸۸ و روایی همگرایی آن با مقیاس رضایت از زندگی دینر، ۰/۳۳۱ بوده است. این مقیاس دارای آلفای کرونباخ ۰/۹ و نتیجه دونیمه‌سازی اسپیرمن ۰/۸۱ و دونیمه‌سازی گاتمن ۰/۷۸ است (سالاروند، ۱۳۹۲).

همان‌گونه که اشاره شد، تمرکز علم روان‌شناسی مثبت بر صفات مثبت، از جمله قدردانی، موجب تدوین مطالب فراوانی درباره مباحث نظری و تجربی این صفات از جمله ساخت پرسش‌نامه‌هایی برای سنجش آنها شد. از آنجایی که منابع اسلامی سرشار از معارف باارزش درباره این صفات، از جمله فضیلت شکر، است، انجام‌دادن پژوهش‌های نظری و تجربی بر اساس این معارف، علاوه بر هماهنگی بیشتر آن با فرهنگ جامعه ایران، موجب استفاده از این ظرفیت و امکان ایجاد افق‌های تازه درباره فضایل خواهد شد. از جهت دیگر، تاکنون، با این نگاه جز مقیاس ابراهیم سالاروند (همان) مقیاسی برای سنجش شکر ساخته نشده است و هرچند از این جهت که اولین پژوهش با این نگاه است، درخور تقدیر است اما به دلیل وجود اشکال‌هایی مثل نامناسب بودن جمله‌بندی گویه‌ها، کلی و انتزاعی بودن بسیاری از گویه‌ها، محدودبودن نشانه‌ها، عمومی‌نبودن و محدودیت اجرا برای افراد متدین، کامل نیست و باید مقیاسی کامل‌تر ساخته شود که تا حد ممکن از آن اشکال‌ها مبرا باشد. لذا این پژوهش با هدف ساخت پرسش‌نامه شکر مبتنی بر آموزه‌های اسلامی، که ضمن برخورداری از روایی و اعتبار کافی، تا حد ممکن از اشکالات مطرح‌شده خالی باشد، انجام گرفته است.

روش

این تحقیق از دو بخش تشکیل شده است. در بخش اول، با روش توصیفی، آموزه‌های مربوط به شکر جمع‌آوری و بعد از تحلیل روان‌شناختی متون به‌دست‌آمده، مفهوم و مؤلفه‌های شکر و نشانه‌های افراد شاکر به دست آمد. در بخش دوم با توجه به اینکه هدف تحقیق، سنجش شناخت، هیجان و رفتارهای مربوط به شکرگزاری بود از روش پیمایشی (زمینه‌یابی) استفاده شد.

جامعه آماری

جامعه آماری این تحقیق دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان‌های اصفهان، فلاورجان و مبارکه بودند. دانشگاه‌هایی که انتخاب شدند، عبارت‌اند از: دانشگاه اصفهان، دانشگاه فرهنگیان شهر اصفهان، دانشگاه پیام نور دولت‌آباد، دانشگاه پیام نور زرین‌شهر، دانشگاه پیام نور مبارکه، دانشگاه علمی - کاربردی اصفهان، دانشگاه علمی - کاربردی شهر بهاران، دانشگاه غیرانتفاعی امین فولادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه. حجم نمونه برای این تحقیق ۶۰۰ نفر معین شد. گروه نمونه این پژوهش، گروه در دسترس است که از بین جامعه آماری انتخاب شده است.

ابزار تحقیق

در این پژوهش از مقیاس شکر محقق‌ساخته (باقری آغچه‌بدی، ۱۳۹۴) استفاده شد. این مقیاس در فرآیند اجرای پژوهش ساخته شد و دارای ۱۰۹ گویه است.

مراحل ساخت مقیاس

ساخت مقیاس مد نظر در سه مرحله مفهوم‌شناسی، ساخت گویه‌ها، اجرا و عملیات آماری صورت گرفت، که در ادامه به صورت خلاصه گزارشی از آن آورده می‌شود.

مفهوم‌شناسی

بعد از بررسی مفهوم لغوی و اصطلاحی «شکر»، آیات قرآن و روایات معصومان علیهم‌السلام برای رسیدن به معنای شکر بررسی شد. پس از جست‌وجو و بررسی متون یافت‌شده، یافته‌های مفهوم‌شناسی در چند دسته قرار داده شد: ۱. متونی که درباره شناخت و معرفت به نعمت و منعم، و بحث یادآوری نعمت بود که همگی تحت مؤلفه معرفت قرار گرفتند؛ ۲. متونی که درباره شکر زبانی، ثنای منعم، بیان نعمت‌ها، افشای نعمت، مقابله به مثل و مطیع منعم بودن بود که همگی تحت مؤلفه اظهار نعمت قرار گرفت؛ ۳. متونی هم درباره تعظیم منعم به دست آمد. در نهایت با توجه به این اسناد سه مؤلفه شناخت، اظهار و تواضع برای شکر بیان شد.

نشانه‌شناسی

بعد از مفهوم‌شناسی، متونی که بیانگر نشانه‌های انسان شاکر بود بررسی و پس از استخراج نشانه‌ها، همگی تحت سه عنوان نشانه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری دسته‌بندی شدند. در این مرحله، برای افزایش دقت مقیاس و سنجش جوانب مختلف انسان شاکر، آن روایاتی که بیان‌کننده موانع شکرگزاری بودند بررسی و از آنها نیز در ساخت مقیاس استفاده شد. در پایان این مرحله، اطلاعات جمع‌آوری شده برای بررسی نظر کارشناسان آماده شد. بدین منظور، مؤلفه‌ها و نشانه‌ها به همراه مستندات آن، در جدولی تدوین شد و در اختیار ۱۲ کارشناس متخصص در دو حوزه علوم اسلامی و روان‌شناسی قرار گرفت تا نظر کارشناسی خویش را درباره صحت برداشت محقق از آیات و روایات بیان کنند. پس از دریافت پاسخ هفت نفر از آنها، میانگین امتیاز کارشناسان به هر نشانه یا مانع شکرگزاری به دست آمد. با توجه به نظر کارشناسان، برخی نشانه‌ها حذف، برخی اصلاح و چند نشانه نیز مقسم یک نشانه قرار گرفت؛ و در نهایت ۱۶ نشانه شناختی، چهار نشانه هیجانی، هشت نشانه رفتاری و هشت مانع شکرگزاری به دست آمد و نوبت به مرحله ساخت گویه‌ها رسید.

ساخت گویه‌ها

در مرحله بعد، برای نشانه‌ها و موانع تأییدشده، ۲۱۰ گویه ساخته شد و پس از چندین بار مراجعه به استادان و اصلاح جملات یا حذف و اضافه کردن آنها، ۱۵۳ گویه باقی ماند. سپس ۱۵۳ گویه ساخته شده، در اختیار هشت نفر روان‌شناس متخصص در آزمون‌سازی و روان‌سنجی قرار گرفت تا درباره درستی گویه‌ها اعمال نظر کنند. از آنها خواسته شد با پاسخ (بسیار مناسب؛ مناسب؛ نامناسب) گویه‌ها را ارزیابی کنند.^۱ پس از دریافت پاسخ‌های چهار نفر از آنها، گویه‌هایی که میانگین کمتر از ۰/۷۵ آوردند حذف شدند و در نتیجه ۱۲۶ گویه باقی ماند. شش گویه پرسش‌نامه شکر مکاله نیز در میان گویه‌ها قرار گرفت و پرسش‌نامه اولیه با ۱۳۲ گویه آماده پیمایش مقدماتی شد.

اجرای مقیاس

از آنجایی که استفاده از پیمایش‌های مقدماتی و استفاده از نتایج آن در پیمایش اصلی باعث کاهش خطاهای غیرآماري می‌شود (صادقی و پورکریمی، ۱۳۸۸)، برای پیمایش مقدماتی، بعد از تکثیر ۷۰ پرسش‌نامه، اجرای اولیه انجام شد و اطلاعات ۵۱ پرسش‌نامه تکمیل شده و قابل استفاده، در نرم‌افزار spss وارد شد و کار آماری روی آن صورت گرفت. در عملیات آماری ابتدا میزان بیشینه و کمینه داده‌ها دیده شد تا اشتباه احتمالی در ورود داده‌ها مشخص شود. سپس انحراف استاندارد داده‌ها به دست آمد؛ انحراف استاندارد داده‌ها از بزرگ به کوچک مرتب شده و مفهوم گویه‌هایی که انحراف استاندارد کم داشتند بررسی شد. به این صورت که اگر گویه‌ای انحراف استاندارد کمی داشت و مفهومش نیز مناسب نبود حذف و اگر مفهومش مناسب بود با تغییر جمله‌بندی اصلاح شد و در نتیجه ۱۱ گویه حذف و جمله‌بندی ۹ گویه اصلاح گردید و در نهایت پرسش‌نامه‌ای با ۱۲۲ گویه برای اجرای اصلی روی ۶۰۰ نفر آماده شد.

۱. روش امتیازدهی: بسیار مناسب؛ دو امتیاز؛ مناسب؛ یک امتیاز؛ نامناسب؛ صفر امتیاز.

برای اجرای اصلی، دانشگاه‌های مایل به همکاری انتخاب شدند و بعد از توجیه دانشجویان درباره هدف تحقیق، محرمانه‌ماندن اطلاعات دریافتی، لزوم تکمیل کل پرسش‌نامه و زمان‌بر بودن آن، پرسش‌نامه در اختیار دانشجویانی که اعلام آمادگی کردند قرار گرفت. پس از اجرا، حدود ۴۷۰ پرسش‌نامه از ۶۰۰ پرسش‌نامه تکثیرشده، به دست محققان رسید و به دلیل کامل نبودن برخی پرسش‌نامه‌ها یا دقیق نبودن پاسخ‌های آنها، فقط ۴۲۱ پرسش‌نامه قابل استفاده بود. پس از واردکردن داده‌ها در نرم‌افزار spss، کار تحلیل عاملی روی داده‌ها انجام شد و در نهایت پرسش‌نامه‌ای ده‌عاملی با ۱۰۹ گویه به دست آمد.

یافته‌ها

با بررسی آیات قرآن و روایات مد نظر، نشانه‌های انسان شاکر به دست آمد که در جدول زیر به تعدادی از آنها اشاره می‌شود:^۱

جدول ۱: فهرست برخی از نشانه‌های شاکر به همراه مستند قرآنی یا روایی آن

سند	نشانه‌های انسان شاکر	
إِنِّي قَدْ آَلَيْتُ عَلَى نَفْسِي أَنْ لَا أَقْبَلَ شُكْرَ عَبْدٍ لِيَعْمَتُنَّهَا عَلَيْهِ حَتَّى يَشْكُرَ مَنْ سَأَفَهَا مِنْ خَلْقِي إِلَيْهِ (طوسی، ۱۴۱۴: ۴۵۰)	کسی که خیر و منفعتی به او رسانده را می‌شناسد.	۱
﴿قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكِ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ... وَتَرْزُقُ مَنْ تَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ (آل عمران: ۲۶-۲۷)	می‌داند که همه منافع و خیرها از ناحیه خداوند است و بقیه واسطه‌ای بیش نیستند.	۲
و أدنى الشكر رؤية النعمة من الله تعالى من غير علة يتعلق القلب بها دون الله ﷻ (منسوب به جعفر بن محمد <small>عليه السلام</small> ، ۱۴۰۰: ۲۴)	مقدار شکر خود را کم می‌بیند.	۳
رَبِّ كَمْ مِنْ نِعْمَةٍ أَنْعَمْتَ بِهَا عَلَى قَلِّ لَكَ عِنْدَهَا شُكْرِي (ابن حیون، ۱۴۰۹: ۲۷۴/۳)	می‌داند که هر چه بکوشد باز	۴

۱. برای آگاهی کامل از سند و توضیح هر نشانه نک.: باقری آنچه‌بدی، ۱۳۹۴.

نشانه‌های انسان شاکر		سند
۵	نمی‌تواند واقعاً قدردان منعم باشد	أَدَّتِي شُكْرِهِ (منسوب به جعفر بن محمد <small>علیه السلام</small> ، ۱۴۰۰: ۲۵)
	داشته‌های خود را ارزشمند می‌داند، هرچند اندک باشد.	إِيَّاكُمْ وَ عِشَارَ الْمُلُوكِ وَ أُنْبَاءَ الدُّنْيَا؛ فَإِنَّ ذَلِكَ يَصْغُرُ نِعْمَ اللَّهِ فِي أَعْيُنِكُمْ وَ يَعْبَثُكُمْ كُفْرًا (عده‌ای از علما، ۱۴۲۳: ۲۰۹)
۶	کارهای خوبی را که انجام می‌دهد نعمت خدا می‌داند.	كَانَ أَبُو الْحَسَنِ الْأَوَّلُ <small>عليه السلام</small> إِذَا رَفَعَ رَأْسَهُ مِنْ آخِرِ رَكْعَةِ الْوُتْرِ قَالَ هَذَا مَقَامٌ مِنْ حَسَنَاتِهِ نِعْمَةٌ مِنْكَ وَ شُكْرُهُ صَعِيفٌ (كليني، ۱۴۰۷: ۳/۳۲۵)
۱	هیجانی	از داشته‌های خود راضی است.
۲	تا حدودی احساس می‌کند در مقابل لطف منعم، وجدانش راحت شده است.	وَأَمَّا عَلَامَةُ الشَّاكِرِ فَأَرْبَعَةٌ: الشُّكْرُ فِي التَّعْمَاءِ وَالصَّبْرُ فِي الْبَلَاءِ وَالْقَنُوعُ بِقِسْمِ اللَّهِ وَ لَا يَحْمَدُ وَ لَا يَعْظُمُ إِلَّا اللَّهَ (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳: ۲۰)
	مقابل لطف منعم، وجدانش راحت شده است.	وَ قَالَ الْكَاطِمُ <small>عليه السلام</small> : الْمَعْرُوفُ يَتْلُوهُ الْمَعْرُوفُ غُلًّا لَا يَفُكُهُ إِلَّا الْوَكَافَاةُ أَوْ شُكْرٌ (حلوانی، ۱۴۰۸: ۱۲۳)
۱	نعمت‌ها را بازگو می‌کند.	سَمِعْتُ الْإِمَامَ أَبَا الْحَسَنِ مُوسَى بْنَ جَعْفَرٍ <small>عليه السلام</small> يَقُولُ التَّحَدُّثُ بِنِعْمِ اللَّهِ شُكْرٌ وَ تَرْكُ ذَلِكَ كُفْرٌ فَارْتَبَطُوا نِعْمَ رَبِّكُمْ تَعَالَى بِالشُّكْرِ (ابن طاووس، ۱۴۱۱: ۲۸۰)
	ثنای منعم کرده و برایش دعا می‌کند.	وَ أَمَّا حَقُّ ذِي الْمَعْرُوفِ عَلَيْكَ فَإِنَّ تَشْكُرَهُ وَ تَذَكَّرَ مَعْرُوفَهُ وَ تَنْشُرُ بِهِ الْقَالَةَ الْحَسَنَةَ وَ تُخْلِصُ لَهُ الدُّعَاءَ فِيمَا بَيْنَكَ وَ بَيْنَ اللَّهِ سُبْحَانَهُ فَإِنَّكَ إِذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ كُنْتَ قَدْ شَكَرْتَهُ سِرًّا وَ عَلَانِيَةً (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۶/۷۱)
۳	می‌کوشد کار منعم را جبران کند.	وَ أَمَّا حَقُّ ذِي الْمَعْرُوفِ عَلَيْكَ فَإِنَّ تَشْكُرَهُ وَ ... ثُمَّ إِنَّ أَمْكَنَكَ مُكَافَأَتَهُ بِالْفِعْلِ كَأَفَاتِهِ (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۶/۷۱)
۴	از گناه دوری می‌کند.	عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ <small>عليه السلام</small> قَالَ: شُكْرُ النِّعْمَةِ اجْتِنَابُ الْمَحَارِمِ (كليني، ۱۴۰۷: ۲/۹۵)
۵	نماز شکر می‌خواند.	عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ <small>عليه السلام</small> قَالَ: قَالَ فِي صَلَاةِ الشُّكْرِ إِذَا أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْكَ بِنِعْمَةٍ فَصَلِّ رَكَعَتَيْنِ (كليني، ۱۴۰۷: ۳/۴۸۱)
۶	دانشش را به اهل آن می‌آموزد	شُكْرُ الْعَالِمِ عَلَى عِلْمِهِ أَنْ يَبْدُلَهُ لِمَنْ يَسْتَحِقُّهُ (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲/۸۱)
۱	مقایسه صعودی در نعمت‌های مادی	وَ إِيَّاكُمْ أَنْ تَمُدُّوا أَطْرَافَكُمْ إِلَى مَا فِي أَيْدِي أُنْبَاءِ الدُّنْيَا؛ فَمَنْ مَدَّ طَرْفَهُ إِلَى ذَلِكَ، طَالَ حُرُّهُ، وَ لَمْ يَشْفَ غَيْظُهُ، وَ اسْتُصْغِرَ نِعْمَ اللَّهِ عِنْدَهُ، فَيَقِلُّ شُكْرُهُ لِلَّهِ. وَ انْظُرْ إِلَى مَنْ هُوَ دُونَكَ، فَتَكُونَ لِاتِّعْمِ اللَّهِ الشَّاكِرًا (عده‌ای از علما، ۱۴۲۳: ۲۰۹)
موانع شکر		

سند	نشانه‌های انسان شاکر	
عَنْ أَبِي الْحَسَنِ الثَّالِثِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَعِيشَةِ مَعِيشَةً أَقْوَى بِهَا عَلَى جَمِيعِ حَاجَاتِي وَ أَتَوَصَّلُ بِهَا إِلَيْكَ فِي حَيَاةِ الدُّنْيَا وَ فِي آخِرَتِي مِنْ غَيْرِ أَنْ تُتَرْفِنِي فِيهَا فَأَطْعَى أَوْ تُعْتَزَّهَا عَلَيَّ فَأَشْقَى» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳/۸۷)	۲	سرمرستی از نعمت و مشغول شدن به زیبایی و طراوت آن
عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: عَلَامَةُ الصَّابِرِ فِي ثَلَاثٍ أَوَّلُهَا أَنْ لَا يَكْسَلَ وَالثَّانِيَةُ أَنْ لَا يَضْجَرَ وَالثَّالِثَةُ أَنْ لَا يَشْكُو مِنْ رَبِّهِ عَزَّ وَ جَلَّ لِأَنَّهُ إِذَا كَسِلَ فَقَدْ ضَيَعَ الْحَقُّ وَإِذَا ضَجَرَ لَمْ يُوَدِّ الشُّكْرَ وَإِذَا شَاكَ مِنْ رَبِّهِ فَقَدْ عَصَاهُ (مجلسی، ۱۴۰۳: ۸۶/۶۸)	۳	دل‌زدگی از نعمت‌ها

روایی

برای بررسی روایی این مقیاس از روش روایی محتوا و تحلیل عاملی استفاده شد، که در ادامه به نتایج آن اشاره می‌شود. برای بررسی روایی محتوا، کارشناسان، در مرحله اول مؤلفه‌ها و نشانه‌ها و در مرحله بعد گویه‌های ساخته‌شده را ارزیابی کردند.

جدول ۲: نظر کارشناسان درباره مؤلفه‌ها و نشانه‌ها

کارشناس	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	میانگین کل
جمع نمرات	۹۱	۱۰۰	۸۷	۷۵	۸۷	۸۵	۸۵	۸۷/۱۴
میانگین نمرات	۲٫۰۲	۲٫۲۲	۱٫۹۳	۱٫۶۶	۱٫۹۳	۱٫۸۸	۱٫۸۸	۱/۹۳

با توجه به جدول ۲ و از آنجا که حداکثر نمره برای تک‌تک کارشناسان می‌توانست ۳ باشد، هم در خصوص تک‌تک کارشناسان، و هم درباره میانگین نمرات آنها مقدار به‌دست‌آمده حاکی از مطلوبیت نشانه‌ها از دید کارشناسان به شمار می‌رود.

جدول ۳: نظر کارشناسان درباره گویه‌ها

کارشناس	۱	۲	۳	۴	۵	میانگین کل
جمع نمرات	۱۰۹	۲۰۸	۲۲۱	۲۰۱	۲۰۰	۱۸۷/۸
میانگین نمرات	۰/۶۹	۱/۳۳	۱/۴۱	۱/۲۸	۱/۲۸	۱/۲۲

با توجه به جدول ۳ و از آنجا که حداکثر نمره تأییدی کارشناسان ۳۰۶ و میانگین نمره هر کارشناس می‌توانست دو باشد؛ جمع و میانگین به‌دست‌آمده نشان‌دهنده مطلوبیت گویه‌ها از دید کارشناسان است. بنابراین، نتایج هر دو مرحله، گویای برخورداری مقیاس شکر از روایی محتوایی کافی است.

برای تحلیل عاملی مراحل زیر انجام شد:

بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل عاملی نشان داد که هم شاخص کفایت نمونه‌برداری در وضعیت مطلوبی قرار دارد و هم شرط کرویت برقرار است. ضمناً با در نظر گرفتن معیار بالاتر بودن شاخص MSA از ۰/۶ برای هر گویه و حذف ۱۰ پرسش، مقدار شاخص کفایت نمونه‌برداری بهبود قابل ملاحظه‌ای یافت و زمینه برای تحلیل عاملی فراهم‌تر شد (جدول شماره ۳).

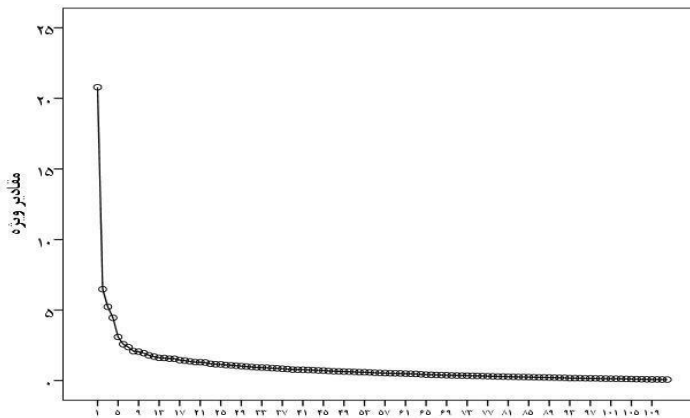
جدول ۴: kmo و آزمون بارتلت

بارتلت			مقدار kmo	مرحله
معناداری	درجه آزادی	Approx. Chi-Square		
۰/۰۰۱	۷۳۸۱	۱۸۳۸۶/۰۳	۰/۷۹۸	قبل از حذف گویه‌ها
۰/۰۰۱	۶۲۱۶	۱۶۶۹۸/۲۲	۰/۸۲۸	بعد از حذف گویه‌ها

استخراج عامل‌ها به شیوه مؤلفه‌های اصلی انجام پذیرفت. برای تشخیص تعداد عامل‌ها، ابتدا تحلیل عاملی ابتدایی انجام گرفت و معیار مقادیر ویژه بالاتر از یک، ۲۹ عامل و معیار همواری نمودار سنگ‌ریزه‌ای^۱ پنج یا شش عامل را پیشنهاد داد (نمودار شماره یک). در کوشش‌های بعدی تحلیل عاملی با تعداد عامل‌های مختلف، روش‌های گوناگون استخراج و چرخش عوامل تکرار شد و بهترین نتیجه از لحاظ دستیابی به ساختار ساده و درصد واریانس تبیین‌شده قابل قبول، مربوط به راه‌حل ده‌عاملی به شیوه مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس^۲ بود، که ۴۵/۸ درصد واریانس پرسش‌ها را در بر می‌گیرد (جدول شماره ۵).

1. scree plot

2. varimax



نمودار ۱: نمودار سنگ‌ریزه‌ها برای تشخیص تعداد عامل‌ها

ساختار عاملی پرسش‌ها در جدول شماره ۵ دیده می‌شود. در این جدول، پرسش‌ها به ترتیب نزولی از لحاظ بار عاملی مرتب شده‌اند و بارهای عاملی کمتر از $0/3$ برای وضوح بیشتر جدول، درج نشده‌اند.

جدول ۵: واریانس عامل‌ها پیش و پس از چرخش در تحلیل عاملی

عامل‌ها	پیش از چرخش		پس از چرخش		مقدار ویژه
	درصد واریانس	درصد واریانس	درصد واریانس	درصد واریانس	
۱	۲۰/۸۱۳	۱۸/۷۵۱	۱۸/۷۵۱	۷/۴۳۰	۸/۲۴۷
۲	۶/۴۴۵	۵/۸۰۶	۲۴/۵۵۷	۷/۲۶۴	۸/۰۶۳
۳	۵/۱۷۷	۴/۶۶۴	۲۹/۲۲۱	۵/۶۷۰	۶/۲۹۳
۴	۴/۴۴۸	۴/۰۰۸	۳۳/۲۲۹	۵/۶۲۵	۶/۲۴۴
۵	۳/۰۵۹	۲/۷۵۶	۳۵/۹۸۵	۴/۴۷۹	۴/۹۷۲
۶	۲/۵۵۱	۲/۲۹۸	۳۸/۲۸۳	۳/۸۶۴	۴/۲۸۹
۷	۲/۳۲۴	۲/۰۹۴	۴۰/۳۷۷	۳/۴۸۵	۳/۸۶۹
۸	۲/۰۷۹	۱/۸۷۳	۴۲/۲۵۰	۳/۰۹۶	۳/۴۳۶
۹	۲/۰۱۴	۱/۸۱۴	۴۴/۰۶۴	۲/۴۵۵	۲/۷۲۵
۱۰	۱/۹۲۹	۱/۷۳۸	۴۵/۸۰۲	۲/۴۳۴	۲/۷۰۲

جدول ۶: ماتریس ساختار عاملی پس از چرخش واریماکس

عامل‌ها										گویه‌ها
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
									۰/۶۵۲	۸۶
									۰/۶۴۰	۷۹
									۰/۶۲۸	۶۱
									۰/۶۲۱	۵۸
									۰/۶۰۲	۸۷
					۰/				۰/۶۰۱	۹۶
									۰/۵۸۸	۲۴
									۰/۵۸۱	۳۰
					۰/۳۰۴				۰/۵۷۵	۱۱۵
					۰/۵۰۸				۰/۵۶۷	۱۰۹
۰/۳۳۷									۰/۵۵۸	۳۷
									۰/۵۲۸	۴۰
					۰/۳۴۸				۰/۵۲۶	۹۵
									۰/۵۱۲	۱۷
									۰/۴۹۳	۴
									۰/۴۸۲	۹۲
							۰/۳۱۰		۰/۴۱۴	۹۱
							۰/۳۴۵		۰/۴۰۸	۹۴
								۰/۳۲۳	۰/۳۶۱	۷۲
							۰/۳۰۲	۰/۶۳۰		۲۳
								۰/۶۱۳		۳۴
								۰/۶۱۲		۵
								۰/۶۰۸		۱۲
								۰/۶۰۱		۳۳
								۰/۵۹۷		۲۶
								۰/۵۸۷		۹
								۰/۵۵۹		۷۸
								۰/۵۵۷		۸۲
								۰/۵۳۷		۳۹
	۰/۳۰۳							۰/۵۳۲		۱۴
								۰/۵۳۱		۲
							۰/۳۲۰	۰/۵۲۱		۲۰
								۰/۵۱۷		۶۶
								۰/۵۰۴		۶۴
						۰/۳۷۸		۰/۵۰۳		۳۲
							۰/۳۱۲	۰/۴۶۸		۷۷

عواملها										گویه‌ها
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
			۰/۳۶۰					۰/۴۵۶		۴۵
							۰/۳۲۰	۰/۴۳۵		۲۸
			۰/۳۸۴			۰/۳۴۹		۰/۴۲۸		۲۹
							۰/۶۷۷			۱۰۳
							۰/۶۶۰			۱۲۲
							۰/۶۱۲			۱۰۷
							۰/۵۹۲			۹۰
							۰/۵۶۷			۱۲۱
							۰/۵۳۶			۱۰۱
							۰/۵۰۸	۰/۴۱۸		۱۱۹
					۰/۴۵۸		۰/۴۸۵			۱۱۳
							۰/۴۵۷	۰/۳۲۰		۸۹
							۰/۴۲۴			۱۰۰
							۰/۳۸۶			۸۴
					۰/۳۸۳		۰/۳۸۴			۹۷
۰/۳۵۲							۰/۳۷۶			۵۳
							۰/۳۵۶	۰/۳۵۲		۱۰۶
							۰/۶۶۷			۷۶
							۰/۶۳۰			۳۵
							۰/۵۶۹			۸۱
							۰/۵۶۷			۶۰
							۰/۵۶۵			۱۰
							۰/۵۴۱			۳
							۰/۵۳۳			۷۴
							۰/۵۲۴	۰/۵۰۳		۱۰۴
					۰/۳۸۴		۰/۴۹۸			۷۳
							۰/۴۹۵	۰/۳۱۸		۳۱
		۰/۳۰۵					۰/۴۸۱			۴۱
					۰/۳۴۲		۰/۴۷۳			۴۳
۰/۳۵۱							۰/۴۲۴			۱۱
							۰/۳۶۶			۱
			۰/۳۱۶	۰/۳۰۸			۰/۳۴۳			۴۸
							۰/۳۳۰			۱۵
							۰/۶۶۰			۱۰۲
							۰/۶۱۴			۱۱۷
							۰/۶۰۳		۰/۳۶۰	۱۰۵
							۰/۶۰۳			۹۳

عواملها										گویه‌ها
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
					۰/۵۸۷					۱۱۰
					۰/۵۱۶				۰/۴۱۲	۱۲۰
					۰/۴۹۲					۱۶
					۰/۴۱۲				۰/۳۵۳	۸۸
				۰/۶۳۰						۶۸
			۰/۳۳۱	۰/۵۸۹						۴۷
				۰/۵۸۵						۶۵
				۰/۵۴۸						۱۸
				۰/۵۰۹						۶۷
		۰/۳۵۳		۰/۴۸۳						۵۶
				۰/۴۷۳						۴۶
				۰/۴۷۲						۵۵
				۰/۳۷۶	۰/۳۳۵					۷
			۰/۶۱۱							۴۲
			۰/۵۶۹			۰/۳۲۵				۵۹
			۰/۵۱۹						۰/۳۱۹	۲۵
			۰/۴۸۳	۰/۴۱۴						۵۷
			۰/۴۵۶	۰/۴۲۴						۷۱
			۰/۴۵۴							۵۴
										۶۳
		۰/۷۰۹								۱۱۴
		۰/۶۹۳								۱۰۸
	۰/۳۱۴	۰/۵۴۳								۱۱۸
		۰/۵۳۷								۱۱۱
		۰/۴۵۹								۸۰
		۰/۴۱۷		۰/۳۷۶						۶۲
		۰/۳۰۲								۱۱۲
	۰/۴۸۱									۱۳
	۰/۴۳۸									۶
	۰/۴۱۸							۰/۳۷۲		۲۷
۰/۳۱۴	۰/۴۱۲					۰/۳۳۶				۳۶
	۰/۳۵۲									۹۹
	۰/۳۰۴									۲۱
۰/۴۷۰									۰/۴۳۲	۴۹
۰/۴۵۲										۵۲
۰/۴۱۵										۵۱
۰/۴۰۳										۵۰
۰/۳۹۶						۰/۳۷۷				۷۵

در مرحله بعد، پس از بررسی گویه‌ها و مشورت با یکی از متخصصان روان‌سنجی و نیز یکی از متخصصان علوم قرآن و حدیث، نام‌های زیر برای عامل‌ها انتخاب شد:

ابراز تشکر از مردم: اینجا به معنای جبران لطف دیگران، با تعریف کردن و تشکر زبانی از آنها است.

تشکر از خدا؛ یعنی شناخت نعمت‌ها و خداوند را مسبب اصلی آن دانستن؛ که نتیجه آن تشکر از او خواهد بود.

شکر عملی؛ یعنی انسانی که مشمول لطف و توجه منعم قرار گرفته است می‌کوشد علاوه بر تشکر زبانی از او، نعمت را نیز در جهت رضای منعم مصرف کند و کاری برای جبران لطف منعم انجام دهد.

رضایت؛ یعنی، انسان شاکر از نظر کمی و کیفی داشته‌هایش را قبول دارد و آن را ارزشمند می‌داند. بنابراین، از آن راضی است.

بهره‌دهی؛ یعنی انسان داشته‌ها و توانایی‌هایش را فقط برای خود نخواهد و آن را در اختیار دیگران نیز قرار دهد.

انکار؛ یعنی قبول نداشتن نعمت‌ها یا بی‌ارزش دانستن آنها (انکار وجود نعمت یا انکار ارزشمندی آن).

تواضع؛ یعنی فروتنی کردن برای کسی که نعمتی به تو داده است (منعم اصلی یا منعم باواسطه) و ارزش قائل شدن برای کار او که سبب می‌شود بدون تکبر لطف او را جبران کنی.

مادی‌گرایی؛ یعنی توجه بیش از حد و افراطی به مادیات و فریفته مادیات و تجملات دنیایی شدن که منجر به مقایسه خود با دیگران در مادیات شود.

همدلی؛ یعنی تلاش برای اینکه دیگران نیز از نعمت‌ها و داشته‌های ما بهره‌مند شوند.

وسعت نظر؛ یعنی انسان در تشخیص نعمت‌ها و افرادی که برای او مفید هستند نگاه محدود و تنگ‌نظرانه نداشته باشد بلکه با ریزبینی و ظرافت نگاه، بسیاری از داشته‌ها و افراد مفید اطرافش را ببیند و سپاس‌گزار آن باشد.

اعتبار

برای بررسی اعتبار مقیاس در هر یک از خرده‌مقیاس‌ها، میزان همسانی درونی گویه‌ها با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد. آلفای کل مقیاس ۰/۸۹۵ به دست آمد و آلفای خرده‌مقیاس‌ها نیز در جدول ۷ آورده شده است.

جدول ۷: همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های آزمون شکر بر اساس آلفای کرونباخ

خرده‌مقیاس	آلفای کرونباخ
ابراز تشکر از مردم	۰/۸۹۶
تشکر از خدا	۰/۸۹۰
شکر عملی	۰/۸۶۵
رضایت	۰/۸۵۶
بهره‌دهی	۰/۸۳۴
انکار	۰/۷۶۱
تواضع	۰/۷۰۵
مادی‌گرایی	۰/۷۴۲
همدلی	۰/۵۹۶
وسعت نظر	۰/۶۳۴

همان‌گونه که می‌بینیم، همسانی درونی گویه‌ها در تمام عامل‌ها قابل قبول و نشان‌دهنده اعتبار این مقیاس است.

یافته‌های جانبی

با توجه به جدول شماره ۸، در بررسی همبستگی خرده‌مقیاس‌های شکر با سن، فقط همبستگی عامل نه و ده معنادار هستند.

جدول ۸: جدول همبستگی خرده‌مقیاس‌های شکر با سن

ردیف	خرده‌مقیاس	همبستگی با سن	معناداری	ردیف	خرده‌مقیاس	همبستگی با سن	معناداری
۱	ابراز تشکر از مردم	۰/۰۳۲	۰/۵۸۴	۶	انکار	-۰/۰۸۳	۰/۱۵۰
۲	تشکر از خدا	۰/۰۸۸	۰/۱۳۰	۷	تواضع	۰/۰۹۷	۰/۰۹۳
۳	شکر عملی	۰/۰۸۴	۰/۱۴۹	۸	مادی‌گرایی	-۰/۰۹۶	۰/۰۹۸
۴	رضایت	۰/۰۸۵	۰/۱۴۵	۹	همدلی	۰/۲۱۴	۰/۰۰۱
۵	بهردهی	-۰/۰۶۱	۰/۲۹۶	۱۰	وسعت نظر	۰/۱۳۲	۰/۰۲۲

آزمون «مانوا» ($F=3.154$ ؛ $P=0.001$)، نشان داد تفاوت زن و مرد در خرده‌مقیاس‌های «رضایت»، «مادی‌گرایی» و «وسعت نظر» معنادار است و میانگین «رضایت» ($F=5.293$ ؛ $P=0.022$) و «وسعت نظر» ($F=5.402$ ؛ $P=0.021$) در آقایان و میانگین «مادی‌گرایی» ($F=4.93$ ؛ $P=0.027$) در خانم‌ها بیشتر است.

آزمون «مانوا» ($F=3.521$ ؛ $P=0.001$) نشان داد میان مجرد و متأهل‌ها در عامل‌های «تشکر از خدا» ($F=15.068$ ؛ $P=0.001$)، «شکر عملی» ($F=7.949$ ؛ $P=0.005$)، «رضایت» ($F=10.218$ ؛ $P=0.002$)، «همدلی» ($F=13.067$ ؛ $P=0.001$)، «وسعت نظر» ($F=4.857$ ؛ $P=0.028$)، «انکار» ($F=4.155$ ؛ $P=0.042$) و «مادی‌گرایی» ($F=4.220$ ؛ $P=0.041$) تفاوت معنادار وجود دارد. به این صورت که میانگین «تشکر از خدا»، «شکر عملی»، «رضایت»، «همدلی» و «وسعت نظر» در افراد متأهل بیشتر از مجردها و میانگین «انکار» و «مادی‌گرایی» متأهل‌ها کمتر از مجردها بود؛ البته چون این دو عامل منفی هستند، می‌توان گفت متأهل‌ها از مجردها شاکرترند.

بحث

یافته‌های پژوهش حاضر علاوه بر اثبات امکان ساخت مقیاس شکر مبتنی بر آموزه‌های اسلام با روایی و اعتبار قابل قبول، در بردارنده نکات زیر نیز هست:

بیشتر متفکران علم اخلاق در تعریف شکر به سه بعد شناخت، هیجان و رفتار اشاره

کرده‌اند. در اینجا علاوه بر تأیید این چارچوب، با توجه به نتایج تحلیل عاملی، می‌توان گفت: «شکر صفتی اخلاقی و متوقف بر شناخت نعمت (به همراه مصداق‌های جامع آن)؛ رضایت از داشته‌ها؛ تواضع در برابر منعم؛ نگاه همدلانه به دیگران و احساس بهره‌دهی است که با رفتار شاکرانه ابراز می‌شود. تعدادی از نگرش‌ها همچون انکار و مادی‌گرایی دو مانع بزرگ شکرگزاری هستند که با جلوه‌های شکر در زندگی ناسازگارند». این نکته با برخی از پژوهش‌ها همسو است (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴).

شکر، صفتی نسبی است که با توجه به بهره وجودی هر موجود، متغیر خواهد بود، به گونه‌ای که خداوند از جمله شاکران است و انسان‌ها نیز هر کدام بهره‌ای از این صفت دارند؛ حتی اگر قائل شویم که در برخی حیوانات پیشرفته هم این صفت وجود دارد (سالاروند، ۱۳۹۲)، باید بگوییم آنها دارای درجه ضعیف‌تری از شکرگزاری هستند.

گاهی از شکر سخن می‌گوییم و منظور روابط بین فردی است و گاه منظور از آن رابطه انسان با خدا است. هرچند شکر مفهوم روشن دینی دارد، می‌توان تمایزی بین شکرگزاری بین فردی و شکرگزاری از خداوند در نظر گرفت. معرفت، فقط مربوط به خداوند نیست و معرفت احسان هر کسی که به انسان احسانی کند نیز لازمه شکر به حساب می‌آید (اربلی، ۱۳۸۱).^۱

شکرگزاری علاوه بر مزایایی که در زندگی مادی انسان دارد آثار و برکات اخروی نیز به همراه دارد.

صرف نظر از این آثار، خود فضیلت شکر صفت باارزشی است (ابن‌شعبه حرانی، ۱۴۰۴)^۲ که می‌تواند در ضمن بسته‌های آموزشی - روانی و حتی درمانی، برای ایجاد یا افزایش احساسات سپاس‌گزارانه استفاده شود.

- یکی دیگر از مقدمات قدردانی، لازم‌دانستن آن است. اگر کسی تشکرکردن از خدا یا دیگران را لازم نداند، به احتمال کمتری شکرگزاری خواهد کرد.

۱. وَ مِنْ شُكْرِهِ (الْمَرْءُ الْمُؤْمِنُ) مَعْرِفَةُ إِحْسَانٍ مِنْ أَحْسَنِ إِلَيْهِ.

۲. الشَّاكِرُ أَسْعَدُ بِالشُّكْرِ مِنْهُ بِالنَّعْمَةِ الَّتِي أَوْجَبَتْ الشُّكْرَ لِأَنَّ النَّعْمَ مَتَاعٌ وَ الشُّكْرَ نِعْمٌ وَ عَقْبَى.

شکر عملی یکی از مراتب شکر است؛ بدین معنا که انسان از نعمت‌های خود مطابق رضای منعم استفاده کند. رضای خداوند در این است که انسان از داشته‌هایش برای رسیدن به قرب الهی، سعادت و کمال بهره ببرد. این امر مستلزم عمل به دستورهای الهی (انجام دادن واجبات و ترک محرمات و در مراتب بالاتر انجام دادن مستحبات و ترک مکروهات) است.

انسان نمی‌تواند بگوید من خوشحالم ولی همیشه عبوس باشد. لبخند بر روی لب بازگوکننده شادی درونی است. اگر این ترجمان بیرونی نباشد، حالت درونی کافی نیست. حس درون انسان خوشحال باید در بیرون هم بروز داشته باشد. قدردانی انسان شاکر هم باید در بیرون ظهور و بروز داشته باشد. هر گاه شناخت‌های مذهبی رشد یابد، عواطف و رفتارهای مذهبی نیز رشد خواهد یافت و بالعکس (کاویانی، ۱۳۸۷).

وجود انسان‌های شاکر در جامعه موجب افزایش رفتارهای مثبت و کاهش رفتارهای جنجال‌برانگیز و روابط ناپه‌نجان بین فردی در آن جامعه می‌شود.^۱ در پژوهشی که پترسون و سلیگمن در کتاب توانمندی‌های منش و فضیلت‌ها آورده‌اند چنین آمده است:

شواهدی وجود دارد که قدردانی به مهار رفتار مخرب میان فردی کمک می‌کند (بارون،^۲ ۱۹۸۴). اطلاعات کمی درباره پیامدهای میان فردی از سپاس‌گزاری وجود دارد. با این حال روی هم رفته، این فرض معقولانه‌ای است که ابراز قدردانی برای موفقیت، پیشرفت و روابط درازمدت، حیاتی است (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴).

می‌توان ادعای فوق را این‌گونه تبیین کرد که انسان‌های شاکر با برخورداری از وسعت دید، افراد جامعه را واسطه داشته‌های خود می‌دانند و با شکر عملی می‌کوشند از داشته‌هایی مانند سلامتی، قدرت، زبان و ثروت، برای خیررسانی به آنها استفاده و از رفتارهای میان فردی ناپه‌نجان دوری کنند. عامل‌های رضایت، تواضع، همدلی و مادی‌گرایی در این پژوهش

۱. البته این نوع شکرگزاری بسیار دشوار است. لذا در قرآن اشاره شده است که شکرگزاران کم‌اند (سبأ: ۱۳).

2. Baron, R. A.

می‌توانند این موضوع را تبیین کنند؛ یعنی انسان شاکر با داشتن این عوامل، کمتر دچار تنش با دیگران می‌شود و در صورت ایجاد تنش و تعارض، از خودکنترلی بیشتری برخوردار است و رفتار بهتری با دیگران از خود نشان می‌دهد.

در پژوهش حاضر، ابراز شکر به عنوان هسته‌ای روان‌شناختی در شکر وجود دارد؛ و جالب این است که به عنوان اولین عامل به دست آمده است. پس صرف شناخت نعمت و شکر شناختی و درونی نعمت کافی نیست. این نکته می‌تواند در ارتقای کیفیت مؤثر روابط میان فردی کاربرد داشته باشد. ابراز شکر، میزان و کیفیت این ارتباطها را بهبود می‌بخشد. میلر^۱ با رویکردی شناختی - رفتاری چهار گام برای یادگیری قدردانی طراحی کرده است که گام چهارم آن «برگرداندن احساسات درونی به رفتار بیرونی» است (همان).

با توجه به دو عامل «بهره‌دهی» و «همدلی»، انسان شاکر می‌کوشد به هموعانش و به خصوص کسانی که رابطه نزدیک‌تری با آنها دارد کمک کرده، به نوعی دیگران را در داشته‌هایش شریک کند. این جنبه از شکرگزاری را در نظری که مکاله و همکارانش بیان کرده‌اند نیز می‌توان دید. مکاله می‌گوید: «داده‌هایی از افراد با گرایش قوی به قدردانی وجود دارد که آنها در یک ماه گذشته نسبت به افراد کمتر سپاس‌گزار، رفتارهای جامعه‌یار بیشتری (مانند قرض‌الحسنه، ابراز دلسوزی و غمخواری، همدردی و حمایت عاطفی) انجام داده‌اند» (همان).

با عنایت به عامل «وسعت نظر»، به‌یقین می‌توان گفت میزان شکرگزاری انسان ریزینی که کوچک‌ترین لطفی را هم که به او می‌شود می‌بیند با کسی که نگاه تنگ‌نظر و محدود به داشته‌ها دارد یکسان نیست. با این دید است که انسان می‌تواند معنای آیه «وَإِنْ تَعَدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا» (ابراهیم: ۳۷) را با تمام وجود درک کند. به گفته پترسون و سلیگمن، «برای احساس سپاس‌گزاری، به چشم‌انداز گسترده‌ای در زندگی نیاز است که بدون آن، حس کردن مشارکت‌هایی که دیگران برای بهباشی کسی انجام می‌دهند دشوار است. در نهایت، توانایی

1. Miler, T.

درک عناصر در زندگی خود یا دیگری به عنوان یک هدیه، برای ایجاد حس قدردانی ضروری به نظر می‌رسد» (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴).

در روش مداخله‌ای میلر به این نکته اشاره شده است که برای افزایش قدردانی باید افکار ناسپاسی شناسایی شود و افکار سپاس‌گزارانه جایگزین آن گردد. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، افکاری که موجب قدردانی می‌شود عبارت‌اند از:

- ارزشمند دانستن تمام داشته‌ها (که در عامل چهارم به آن اشاره شده است).
- تمرکز بر داشته‌های خود نه بر داشته‌های دیگران (که از عامل هشتم فهمیده می‌شود).
- دیگران را لایق دریافت محبت دیدن (عامل پنجم و نهم).
- داشتن تفکر دینی و معنوی نه تفکر ماتریالیستی (عامل هشتم).

به گفته بارون (۱۹۸۴) «افراد سپاس‌گزار اهمیت کمتری به کالاهای مادی می‌دهند، کمتر احتمال دارد با توجه به دارایی‌های مادی، درباره موفقیت خود و دیگران قضاوت کنند ... حسادت آنها از حسادت افراد ثروتمند کمتر است. ... و سپاس‌گزاران، نسبت به افراد کمتر سپاس‌گزار، به احتمال بیشتر اموال خود را با دیگر اقوامشان به اشتراک می‌گذارند» (بارون، ۱۹۸۴). در این پژوهش نیز با توجه به عامل هشت و ده می‌توان گفت، افراد شاکر با دید وسیع نسبت به داشته‌ها و محدود نکردن آنها به داشته‌های مادی و مقایسه نکردن خود با افراد ثروتمند، معیار خوش‌بختی و برخورداری را فقط در مادیات نمی‌دانند و از داشته‌های خود راضی هستند.

شاید بتوان اعتقاد بارون را، که حسادت سپاس‌گزاران کمتر و اشتراک‌گذاری آنها بیشتر از ثروتمندان است، با عامل نهم توجیه کرد؛ یعنی اگر نگاه همدلانه وجود داشته باشد، حسادت معنا ندارد؛ چون انسان با چنین نگاهی، وقتی داشته‌های دیگران را می‌بیند، نه تنها حسادت نمی‌کند بلکه خوشحال می‌شود. با همین نگاه است که انسان شاکر داشته‌هایش را در اختیار دیگران می‌گذارد و دوست دارد آنها نیز در داشته‌هایش شریک شوند.

با وجود اینکه سعی شد مراحل اجرای این پژوهش دقیق انجام شود، باز هم

محدودیت‌هایی دارد که برای تعمیم نتایج آن به دیگر اقشار جامعه باید به نکات زیر توجه کرد:

۱. در این پژوهش منابع روایی اهل سنت بررسی نشد، شاید بتوان با بررسی آن به نکات جدیدی برای نشانه‌شناسی شاکر دست یافت.

۲. جامعه آماری این پژوهش محدود به دانشجویان بود. لازم است درباره نمونه‌های دیگر جامعه نیز اجرا شود. از این رو برای تعمیم نتایج آن باید جانب احتیاط را رعایت کرد.
۳. کثرت تعداد گویه‌ها سبب شد بسیاری از دانشجویان با محقق همکاری نکنند و برخی از آنها پرسش‌نامه را با خستگی و ملالت تکمیل کنند. هرچند داده‌های این تعداد نمونه وارد نشد، اما سبب شد حجم نمونه آن گونه که در نظر گرفته شده بود نباشد.

سپاس‌گزاری

از همه استادان، به‌ویژه استادان گروه روان‌شناسی دانشگاه قرآن و حدیث، کارشناسان و دانشجویانی که در تهیه این مقیاس به محققان کمک کردند صمیمانه تشکر می‌کنیم.

منابع

- قرآن کریم.
- آقابابایی، ناصر (۱۳۸۹ الف). «نقش احساس قدردانی در رضایت از زندگی»، در: روان‌شناسی و دین، س ۳، ش ۳، ص ۳۹-۵۲.
- آقابابایی، ناصر (۱۳۸۹ ب). «قدردانی؛ هیجانی اخلاقی»، در: فصل‌نامه اخلاق، ش ۲۲، ص ۵۱ - ۶۸.
- ابن حیون، نعمان بن محمد (۱۴۰۹). شرح الأخبار فی فضائل الأئمة الأطهار عليهم السلام، تحقیق: محمدحسین حسینی جلالی، قم: جامعه مدرسین، چاپ اول.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۶۳). تحف العقول عن آل الرسول صلى الله عليه وآله، قم: جامعه مدرسین، چاپ دوم.
- ابن طاووس، علی بن موسی (۱۴۱۱). مهج الدعوات و منهج العبادات، قم: دار الذخائر، چاپ اول.
- اربلی، علی بن عیسی (۱۳۸۱). کشف الغمة فی معرفة الأئمة (ط القدیمة)، تبریز: بنی‌هاشم،

الطبعة الاولى.

باقری آغچه‌بدی، مهدی (۱۳۹۴). ساخت و اعتباریابی مقیاس شکر بر اساس آموزه‌های اسلام، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی اسلامی، گرایش مثبت‌گرا، استاد راهنما: محمود گلزاری، استاد مشاور: فرامرز سهرابی، قم: دانشگاه قرآن و حدیث.

جعفر بن محمد علیه السلام (۱۴۰۰). مصباح الشریعة، بیروت: اعلمی، الطبعة الاولى.

حلوانی، حسین بن محمد بن حسن بن نصر (۱۴۰۸). نزهة الناظر و تنبيه الخاطر، قم: مدرسة الإمام المهدي علیه السلام، چاپ اول.

سالاروند، ابراهیم (۱۳۹۲). ساخت پرسش‌نامه قدردانی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، استاد راهنما: محمدرضا احمدی، استاد مشاور: محمدرضا موسوی نسب، قم: مؤسسه آموزشی - پژوهشی امام خمینی.

صادقی، علی؛ پورکریمی، فاطمه (۱۳۸۸). راهنمای نرم‌افزار آماری SPSS.16، تهران: جهاد دانشگاهی.

طباطبایی، محمدحسین (۱۳۷۴). ترجمه تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی (وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم)، چاپ پنجم.

طوسی، محمد بن الحسن (۱۴۱۴). الأمالی (للطوسی)، قم: دار الثقافة، الطبعة الاولى.

عده‌ای از علما (۱۴۲۳). الأصول الستة عشر، قم: مؤسسة دار الحدیث الثقافية، الطبعة الاولى.

کاویانی، محمد (۱۳۸۷). «رابطه مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری در نگرش‌های مذهبی دانشجویان»، در: مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ش ۳، ص ۱۱۳-۱۲۸.

کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق (۱۴۰۷). الکافی (ط - الإسلامية)، تهران: دار الکتب الإسلامية، چاپ چهارم.

لشنی، زینب؛ شعیری، محمدرضا؛ اصغری مقدم، محمدعلی؛ گلزاری، محمود (۱۳۹۱). «تأثیر راهبردهای شاکرانه بر عاطفه مثبت، شادکامی و خوش‌بینی»، در: مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، س ۱۸، ص ۱۵۷-۱۶۶.

لطف‌آبادی، حسین (۱۳۹۰). روش‌شناسی پژوهش در روان‌شناسی و علوم تربیتی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

مجتبی، جلال‌الدین (۱۳۸۹). علم اخلاق اسلامی: ترجمه جامع السعادات، تهران: انتشارات

هجرت، چاپ نهم.

مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی (۱۴۰۳). بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، بيروت: دار إحياء التراث العربي، الطبعة الثانية.

Carman, J. B.; Streng, F. J. (Eds.), *Spoken and unspoken thanks: Some comparative soundings*, (pp. 1–9), Dallas, TX: Center for World Thanksgiving.

Dickerhoof, R. M. (2007). *Expressing Optimism and Gratitude: A Longitudinal Investigation of Cognitive Strategies to Increase Well-Being*, Ph.D. Thesis, Psychology, USA: University of California Riverside.

Emmons, Robert A.; McCullough, Michael E. (2004). *The Psychology of Gratitude*, New York, Oxford University Press, Inc.

Froh, J.; Sefick, W. L.; Emmons, R. A. (2008). "Counting Blessings in Early Adolescents: An Experimental Study of Gratitude and Subjective Well-being", in: *Journal of School Psychology*, 46: 213-233.

McCullough, M. E.; Emmons, R. A.; Tsang, J. A. (2002). "The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography", in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 82: 112–127.

Neto, F. (2007). "Forgiveness, Personality and Gratitude", in: *Journal of Personality and Individual Differences*, 43: 2313-2323.

Peterson, Christopher; Seligman, Martin E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues, A Handbook and Classification*, New York, Published by American Psychological Association.

Seligman, M. E. P.; Steen, T. A.; Park, N.; Peterson, C. (2005). "Positive Psychology Progress, Empirical Validation of Interventions", in: *The American Psychological Association*, 60 (5): 410-421.

Shane J. Lopez (2009). *The Encyclopedia of Positive Psychology*, New York: Published by Wiley – Blackwell.

Solomon, R. C. (1995). "In Asian the Cross-Cultural Comparison of Emotion", In: J.

- Marks & R. T. Ames (Eds.), *Emotions Thought* (pp. 253–294), Albany: State University of New York Press.
- Thorndike, J. M. (2007). *Gratitude and Human Flourishing: Examining the Benefit of Gratitude on Effective Coping, Resilience and Well-Being*, Ph.D. thesis, psychology, Faculty of the Graduate School of Psychology Fuller Theological Seminary, USA.
- Wood, A. M.; Joseph, S.; Maltby, J. (2008). "Gratitude Uniquely Predicts Satisfaction with Life: Incremental Validity above the Domains and Facets of the Five-Factor Model", in: *Personality and Individual Differences*, 45: 49-54.

