

اخلاق

فصلنامه علمی - ترویجی در حوزه اخلاق

سال هفتم، شماره ۲۶، پیاپی ۴۸، تابستان ۱۳۹۶

صفحات ۴۷-۶۲

AKHLAGH  
Religious Extension Quarterly  
No.26/ SUMMER 2017/Seventh Year

## رابطه ساده و چندگانه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با بخشایش (بر اساس مطالعات انجام شده درباره دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی)

محمد مهدی بابایی\*، علی خالق خواه\*\*، خدایار ایلی\*\*\*

### چکیده

هدف این مطالعه، بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان دانشجویان با «بخشایش» است. با توجه به ماهیت موضوع و اهداف آن، تحقیق حاضر به شیوه تحقیقات توصیفی از نوع توصیفی همبستگی اجرا شده است. جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه محقق اردبیلی را دربرمی‌گیرد. نمونه آماری پژوهش شامل ۱۶۱ دانشجوی این دانشگاه بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ (۱۹۷۲)، پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی NEO و پرسشنامه بخشایش در خانواده استفاده شد. پس از ثبت داده‌ها در نرم‌افزار SPSS 19، برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد میان ویژگی‌های شخصیتی (برون‌گرایی، توافق، گشودگی و باوجدان

\* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی دانشگاه محقق اردبیلی و دانشجوی دکتری اقتصاد و مدیریت مالی آموزش عالی دانشگاه تهران، ایران.

m.zmbm67@gmail.com

\*\* استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، ایران.

\*\*\* استاد گروه مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تهران، ایران.

تاریخ تأیید: ۱۳۹۵/۱۱/۱۶

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۴/۰۱





بودن) و بخشایش. با ۹۹ درصد اطمینان. رابطه مثبت و مؤثری شکل می‌گیرد؛ اما ویژگی‌های شخصیتی (روان‌رنجوری) با بخشایش پیوندی ندارند. همچنین، نتایج نشان داد سلامت روان با بخشایش رابطه مثبتی دارد. تحلیل رگرسیون بیانگر آن است که ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان، بخشایش دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند.

## واژگان کلیدی

بخشایش، ویژگی‌های شخصیتی، سلامت روان، دانشجویان، اخلاق.

## مقدمه

سلامت روانی یکی از ملاک‌های تعیین‌کننده سلامت عمومی افراد است و ارکان آن عبارتند از: احساس خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکا به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین‌نسلی و شکوفایی توانایی‌های بالقوه فکری، هیجانی و غیره (گزارش سازمان سلامت جهانی، ۲۰۰۰، ص ۳۱). اسلام، برنامه سالم‌سازی است و این سلامت در سایه تسلیم در برابر مشیت الهی و اجرای دستورات و قوانین حیات بخش آن به دست می‌آید. بنابراین، بدیهی است که همه قوانین، مقررات و برنامه‌های اسلام، راه را برای آرامش خیال و سلامت روان انسان هموار و آماده می‌سازد (چاوشی‌آقایی و دیگران، ۱۳۸۷، ص ۱۵۳). شرایط شهرنشینی و فناوری‌های جدید، روزانه، فشار روانی زیادی را بر افراد تحمیل می‌کند. به همین دلیل، توجه به مطالعات مذهبی افزایش یافته است. بسیاری از دانشمندان، ناراحتی‌ها، مخصوصاً مشکلات روانشناختی را با دورافتادگی انسان‌ها از مذهب و دین مرتبط می‌دانند. در واقع، تحقیقات نشان داده‌اند مذهب بودن می‌تواند تأثیر بحران‌های شدید زندگی را کم کند. امروزه، پژوهشگران و مردم به اهمیت نقش مذهب در کارکردهای مختلف روانی و اجتماعی در حوزه سلامت، بیماری‌های جسمی ... اذعان دارند (غرایبی و دیگران، ۱۳۸۷، ص ۱۷۱).

«بخشایش»، مفهومی تاریخی و کهن‌الگویی دارد و در ادبیات مذهبی به منزله صفتی

الهی تقدیس و تشویق شده است (باسکین و انرایت، ۲۰۰۴، ص ۸۴). بخشایش از ارزش‌هایی است که تمام مذاهب آن را تأیید، حمایت و تقویت کرده‌اند. آیات قرآن و روایات اسلامی بر عفو و بخشایش خطاهای دیگران تأکید دارند (الهی قمشه‌ای، ۱۳۷۲). بخشایش از عواملی است که موجب می‌شود رابطه علی‌رغم اشتباهات یا شکست در مواجهه با انتظارات، ادامه پیدا کند. بنابراین، عامل مهمی در حفظ روابط طولانی مدت و زنجیره‌ای است. توانایی ایجاد و حفظ روابط صمیمانه، پایدار، ارضاکنده و رشدیافته از مهم‌ترین نشانه‌های رشد شخصیت بزرگسالان است (لالرروی و دیگران، ۲۰۰۶، ص ۴۹۷). بعد از آزرده‌گی، عوامل مختلفی توانایی بخشایش را میان افراد تسهیل می‌کنند. برای مثال، همدلی ارتباط محکمی با بخشایش دارد و عموماً در مداخلات درمانی مطرح شده برای بخشایش، به آن توجه می‌شود (لالرروی و دیگران، ۲۰۰۶، ص ۴۹۸).

یکی از عوامل بالقوه مهم که به‌طور کامل بررسی نشده، ویژگی‌های شخصیتی است. محققان در پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که بخشایش از یک سو با کلیه اندازه‌گیری‌های شخصیتی که با عامل سازگاری مدل پنج‌عاملی مربوط است، پیوند مؤثر دارد و از سوی دیگر، با مجموعه‌ای از شاخص‌های مذهبی که روانشناسان شخصیت معرفی کرده‌اند، همبستگی دارد (ماوگرو و دیگران، ۱۹۹۲ / مالتبی و دیگران، ۲۰۰۷، ص ۵۵۵). ویژگی‌های شخصیتی، صفات پایداری هستند که از موقعیتی به موقعیت دیگر چندان تغییر نمی‌کنند. به عبارت دیگر، گرایش‌های باثباتی برای پاسخ‌دهی یکسان به محرک‌های مختلف هستند و می‌توانند رفتار فرد را در موقعیت‌های مختلف پیش‌بینی کنند (خانجانی و اکبری، ۱۳۹۰، ص ۱۲۰). این ویژگی‌ها می‌توانند فرد را در برابر برخی اختلالات، آسیب‌پذیر سازند.

نظریه پنج‌عاملی شخصیت، امروزه یکی از جامع‌ترین نظریات در عرصه مطالعه شخصیت به‌شمار می‌رود. این نظریه متشکل از پنج عامل بزرگ شخصیتی، یعنی روان‌نژندگرایی، برون‌گرایی، با وجدان بودن، انعطاف‌پذیری و خوشایندی (گشودگی) است (یانگ و راجز، ۱۹۹۸، ص ۶۱). بعضی از پژوهشگران، فرضیه‌هایی ارائه کرده‌اند مبنی بر این‌که از میان پنج عامل بزرگ، مؤلفه‌های موافقت‌پذیری، ثبات هیجانی و





برون‌گرایی با بخشایش ارتباط مؤثر دارد (والکرو و گورساج، ۲۰۰۲، ص ۱۱۳۰). عده‌ای معتقدند مدل پنج‌عاملی شخصیت، بهترین مفهوم‌سازی را درباره شخصیت ارائه می‌کند (مک‌کرا و کاستا، ۱۹۸۷). مک‌کالاگ و وورثینگتون (۱۹۹۵) برآنند که تجربه بخشودگی ممکن است از برخی متغیرهای شخصیتی تأثیر بپذیرد. این تجارب، سبک رابطه‌ای، شناخت‌ها و عواطف را به نفع ابراز بخشایش تغییر می‌دهند. پژوهشگران، چندی بعد، روان‌رنجورخویی در برابر ثبات هیجانی را مطرح ساخته و گفته‌اند نمرات بالا در روان‌رنجورخویی، بخشایش را برای افراد دشوار می‌کند. نتایج پژوهش (والکرو و گورساج، ۲۰۰۲، ص ۱۱۲۷) نشان داد افرادی که نمره بالایی در روان‌آزرده‌خویی کسب می‌کنند، کمتر می‌بخشند و افراد برون-گرا و کسانی که توافق‌گرایی بیشتری دارند، توان بخشایش بیشتری نیز دارند. شخصیت با بسیاری از جنبه‌های بخشایش موقعیتی در ارتباط است. از این میان، عامل روان‌رنجوری قوی‌ترین ارتباط منفی را با بخشایش دارد.

با وجود مطالعات بسیاری که در حوزه مذهب، اخلاق و پیامدهای روانشناختی آن در جهان انجام شده است، شمار پژوهش‌ها درباره تبیین ساختارهای روانشناختی در حوزه اخلاق، به ویژه بخشایش و تأثیر مذهب بر سلامت روان و ویژگی‌های شخصیتی، اندک است. به همین دلیل، طرح موضوع بخشایش در سلامت روان و ویژگی‌های شخصیتی از جهات مختلف در عصر جدید اهمیت و ضرورت دارد. یکی از این ضرورت‌ها در عرصه اخلاق، توجه به بُعد معنوی انسان از دیدگاه دانشمندان، به ویژه کارشناسان سازمان جهانی بهداشت است. ظهور مجدد کُنش معنوی، جستجوی درک روشن‌تری از ایمان و اخلاق و کاربرد آن در زندگی روزانه، گسترش معنویت و مذهب در همه زوایای زندگی انسان و نیز لزوم ارزیابی مجدد نقش اخلاق در سلامت روانی، موجب شده اخیراً این کارشناسان، انسان را موجودی زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی تعریف کنند.

دوره جوانی به دلیل وضعیت زیستی، اجتماعی و روانی از دوره‌های حساس و مهم زندگی اجتماعی و فردی آدمی است. از این رو، هر نوع نارضایتی و خلل در دوره جوانی مستقیماً بر عملکرد و کیفیت کل زندگی تأثیر می‌گذارد (چالمه، ۱۳۹۰، ص ۷۴). در دوره دانشجویی، به دلیل رویارویی با عوامل استرس‌زای بیشتر (نظیر سختی دروس، طولانی

بودن دورهٔ تحصیل و...) و لزوم سازگاری مناسب، افراد باید از سلامت روانی و خوداتکایی بیشتری برخوردار باشند تا بتوانند در تحصیل و در نهایت، در حرفهٔ خود به موفقیت دست یابند. مشکلات دوران دانشجویی می‌تواند زمینهٔ افسردگی را فراهم کند و سلامت دانشجویان را به خطر اندازد (انصاری و دیگران، ۲۰۰۸، ص ۳۰۱).

### پیشینهٔ پژوهش

نتایج پژوهش خالق خواه و بابایی منقاری (۱۳۹۳) نشان داد هوش معنوی با نگرش دینی ارتباط دارد. کریمی و همکارانش (۱۳۹۲) به این نتیجه رسیدند که بخشودگی با سلامت روان پیوند دارد. نتایج پژوهش چالمه (۱۳۹۰) حاکی از آن بود که روان رنجوری با بخشایش و بهزیستی روانشناختی رابطهٔ منفی دارد؛ اما برون‌گرایی، گشودگی، توافق و وظیفه‌شناسی با بخشایش رابطهٔ مثبت و مؤثری دارد و بخشایش را پیش‌بینی می‌کند. در پژوهش براون و فلیپس (۲۰۰۵) معلوم شد میان عامل بخشایش. برون‌گرایی با سلامت روان (عاطفهٔ مثبت و رضایت از زندگی) رابطه‌ای مثبت وجود دارد. نتیجهٔ کار مالتبی و همکارانش (۲۰۰۴) هم بیانگر این بود که روان رنجوری. سازگاری. بخشایش با سلامت روان، همبستگی کمتری دارد؛ به بیان دیگر، بخشایش با سلامت روان بیشتر، همبستگی بهتری دارد. پژوهش ری و پارگامنت (۲۰۰۲) نیز رابطهٔ سلامت روان را با بخشایش تأیید کرد.

مک‌کالوگ و وورثینگتون (۱۹۹۵) نشان دادند گروهی که در معرض مداخلات مبتنی بر افزایش بخشایش قرار گرفتند، از نظر بخشایش و سلامت روان بهبود یافتند و نیز به خوبی به هدف و عملکرد مداخلات و ارتباط آن با زندگی‌شان پی بردند. به عبارت دیگر، افرادی که بیشتر می‌بخشند، کمتر از مشکلات مربوط به سلامت روان و جسم شکایت می‌کنند. ماوگر و همکاران (۱۹۹۲) گزارش دادند شکست در بخشیدن خود و دیگران با درجهٔ اشتیاق اجتماعی رابطهٔ منفی دارد. آنها با جمع‌بندی یافته‌های خود دریافتند شکست در بخشودن خود، نوعی درون‌تنبیه‌گری است و تا اندازهٔ زیادی با جنبه‌های منفی بهزیستی روانشناختی مانند افسردگی و اضطراب رابطه دارد. همچنین،



ماوگرو همکاران (۱۹۹۲) بر این نکته تأکید دارند که شکست در بخشودن دیگران، برون‌تنبیه‌گری است و متعاقباً میزان زیادی بیگانگی و درون‌گرایی اجتماعی به بار می‌آورد.

این پژوهش می‌کوشد با بررسی رفتار دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی، رابطه سلامت روانی و ویژگی‌های شخصیتی را با بخشایش دریابد. پژوهش درصدد آزمون فرضیه‌های زیر بوده است:

- میان ویژگی‌های شخصیتی با بخشایش دانشجویان، رابطه وجود دارد.
- میان سلامت روان با بخشایش دانشجویان، رابطه وجود دارد.
- میان ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با بخشایش دانشجویان، رابطه وجود دارد.

### روش شناسی

این پژوهش از تحقیقات توصیفی و از نوع توصیفی-همبستگی است. از نظر هدف، این پژوهش به صورت طرح کاربردی است.

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۳، جامعه آماری این پژوهش بوده‌اند. روند انتخاب نمونه به شیوه «در دسترس» بوده است؛ بدین نحو که نخست به کلاس‌ها و فضاهای عمومی دانشکده‌ها مراجعه می‌شد و ضمن معرفی پژوهش و شیوه اجرای آن از افراد درخواست می‌شد در صورت تمایل در این پژوهش شرکت کنند. پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان، پرسشنامه‌ها در اختیار آنان قرار می‌گرفت و سپس، دانشجویان به‌طور انفرادی به سؤالات پاسخ می‌دادند. در مجموع، ۱۶۱ دانشجویان برای شرکت در انجام این پژوهش ابراز آمادگی کردند. گفتنی است دامنه سنی شرکت‌کنندگان بین ۱۸ تا ۲۷ بود (با میانگین سنی ۲۱/۳۱).



### ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات؛ مقیاس سنجش بخشایش در خانواده (FFS)

برای بررسی میزان بخشایش، از مقیاس سنجش بخشایش در خانواده استفاده شد. پولارد و همکارانش (۱۹۹۸)، این مقیاس را برای یافتن میزان بخشایش در خانواده‌ها و نیز ابعاد بخشایش طراحی کردند. در سال ۱۳۸۰ سیف و بهادری، این مقیاس را در جامعه ایرانی با تأکید بر ضریب اعتبار، ضریب عاملی، ضریب تمییز، ضریب همبستگی و رگرسیون خطی آزمون آماری، هنجاریابی و اعتبار و پایایی آن را ۸۴٪ برآورد کردند. پرسشنامه دو بخش دارد: یک بخش مربوط به خانواده اصلی (نسل اول) و بخش دیگر مربوط به خانواده هسته‌ای یا نسل دوم (زوجین) است. فرم اصلی مقیاس شامل ۴۰ عبارت است. عبارت‌ها درباره وضعیت رنجش‌ها و دلخوری‌ها و همچنین بخشایش و گذشت میان اعضای خانواده است. انتخاب امتیازات کم، نشان‌دهنده فقدان بخشایش و امتیازات بیشتر، نشانه وجود بخشایش در خانواده است. البته در بعضی از گزینه‌ها حالت معکوس است. در کل، بیشترین امتیازی که فرد از مجموع امتیازات بخش خانواده اصلی و هسته‌ای به دست می‌آورد ۱۶۰ و کمترین آن ۴۰ است. حد بالای امتیازات از آن کسانی است که بخشایش کمی را در خانواده تجربه کرده‌اند. حد پایین آن نیز متعلق به کسانی است که بخشایش بیشتری را در خانواده تجربه کرده‌اند. حداکثر امتیاز هر بخش ۸۰ و حداقل آن ۲۰ است. به دلیل آن که نمونه این پژوهش، دانشجویان بودند، فقط از بخش مربوط به خانواده اصلی استفاده شد.

### پرسشنامه سلامت روانی

برای ارزشیابی سلامت روانی در این پژوهش، از فرم ۲۸ ماده‌ای پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ استفاده شد. گلدبرگ، این پرسشنامه را در سال ۱۹۷۲ با هدف متمایز کردن افراد سالم از بیمار تنظیم کرد. این پرسشنامه شامل چهار زیرمقیاس است: نشانه‌های بدنی، اضطراب و بی‌خوابی، نارساکنش‌وری اجتماعی و افسردگی و خیم. امتیازدهی به روش طیف لیکرت (۳، ۲، ۱، ۰) است. در نتیجه، امتیاز کل یک فرد از ۰ تا ۸۴ خواهد بود.



### بررسی روایی پرسشنامه

تقوی (۱۳۸۰) به ضریب همبستگی ۰/۵۵ دست یافت. ضرایب همبستگی خرده‌آزمون‌های این پرسشنامه با نمره کل، رضایت بخش و بین ۰/۷۲ و ۰/۸۷ متغیر بود. پایایی در این مطالعه از طریق آلفای کرونباخ برای بُعد نشانگان بدنی ۰/۶۸، برای اضطراب و بی‌خوابی ۰/۶۷، برای نارساکنش‌وری اجتماعی ۰/۸۸، برای افسردگی ۰/۷۱ و برای کل متغیر سلامت روانی ۰/۷۷ به دست آمده است.

### پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی نئو

برای جمع‌آوری اطلاعات مربوط به ویژگی‌های شخصیتی از فرم کوتاه پرسشنامه نئو استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۶۰ سؤال است. این پرسش‌ها بر اساس تحلیل عاملی نمرات NEO-PI که در سال ۱۹۸۶ اجرا شده بود، به دست آمده است. درباره اعتبار این پرسشنامه، نتایج حاکی از آن است که زیرمقیاس همسانی خوبی دارد. برای مثال، نتایج مورادیان و نزلک (۱۹۹۵) نشان می‌دهد آلفای کرونباخ روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و باوجدان بودن به ترتیب عبارتند از: ۰/۸۴، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۸۳. همچنین، بر اساس تحقیق ملازاده (۱۳۸۱)، آلفای کرونباخ برای روان‌رنجوری ۰/۸۶، برای برون‌گرایی ۰/۸۳، برای گشودگی ۰/۷۴، برای موافق بودن ۰/۷۶، برای باوجدان بودن ۰/۸۷ و آلفای کرونباخ کل برابر ۰/۸۳ است. در این پژوهش، پایایی ۰/۷۲ به دست آمده است. داده‌ها با کمک آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش همزمان، با استفاده از نرم‌افزار SPSS21، تحلیل شد.





## یافته های پژوهش

جدول ۱: ضریب همبستگی ویژگی های شخصیتی با بخشایش دانشجویان

زیرمقیاس ها	۱	روان رنجوری	برون گرایی	گشودگی	توافق	باوجدان بودن
بخشایش	-					
روان رنجوری	۰/۰۰۶	-				
برون گرایی	۰/۱۲۰**	۰/۳۰۹**	-			
گشودگی	۰/۱۷۳**	۰/۲۸۵**	۰/۲۸۷**	-		
توافق	۰/۳۹۹**	۰/۵۵**	۰/۵۶۷**	۰/۴۶۷**	-	
باوجدان بودن	۰/۱۵۵**	۰/۳۰۰**	۰/۷۴۱**	۰/۱۴۸**	۰/۴۳۶**	-

\*\* معنی داری رابطه در سطح ۰/۰۱

نتایج جدول ۱ نشان می دهد برون گرایی، گشودگی، توافق و باوجدان بودن با بخشایش در سطح اطمینان ۹۹ درصد رابطه معنی داری دارند؛ اما میان روان رنجوری با بخشایش رابطه مؤثری وجود ندارد.

جدول ۲: ضریب همبستگی مؤلفه های سلامت روانی با بخشایش دانشجویان

زیرمقیاس ها	۱	۲	۳	۴	۵
نشانگان بدنی	-				
اضطراب و بی خوابی	۰/۵۲۳**	-			
نارسا کنش وری اجتماعی	۰/۴۵۵**	۰/۵۴۲**	-		
افسردگی	۰/۴۴۴**	۰/۵۲۲**	۰/۴۵۸**	-	
بخشایش	۰/۱۴۴**	۰/۱۹۸**	۰/۱۷۴**	۰/۲۱۴**	-

\*\* معنی داری رابطه در سطح ۰/۰۱

نتایج جدول ۲ نشان می دهد مؤلفه های سلامت روان با بخشایش دانشجویان در سطح اطمینان ۹۹ درصد، رابطه مثبتی دارند. هرچه سلامت روان دانشجویان به بخشودگی افزایش یابد، سلامت روان آنها نیز بیشتر می شود.



جدول ۳: خلاصه نتایج بخشایش بر روی ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان

Adj. R2	R2	R	sig	F	مجذور میانگین	df	مجموع مجذورات	
۰/۵۸	۰/۵۹	۰/۷۶	۰/۰۰۰	۴۳/۵۸	۳۲۳/۶۰	۵	۱۶۱۷/۹۷	رگرسیون
					۷/۴۲	۱۵۴	۱۱۴۳/۵۳	باقیمانده
						۱۵۹	۲۱۶۱/۵۰	کل

نتایج جدول ۳ نشان داد مدل کلی رگرسیون معنی‌دار است ( $F(۵, ۱۵۴) = ۴۳/۵۸$ ) و  $P < ۰/۰۵$ . همچنین معلوم شد ۵۹٪ از بخشایش از طریق ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان تبیین پذیر است ( $R^2 = ۰/۵۹$ ). خلاصه نتایج مدل رگرسیون در جدول ۳ آمده است.

جدول ۴: ضرایب رگرسیون ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان در پیش‌بینی بخشایش

sig	t	ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد		متغیرهای پیش‌بین
		Beta	خطا	B	
۰/۰۰۰	۱۷/۳۲		۴/۶۷	۸۰/۷۹	مقدار ثابت
۰/۲۱	۱/۲۳	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۸	روان‌رنجوری
۰/۰۰۰	-۸/۹۸	-۰/۸۰	۰/۱۸	-۱/۶۰	برون‌گرایی
۰/۰۰۰	-۶/۶۷	-۰/۴۳	۰/۱۴	-۰/۹۴	گشودگی
۰/۰۰۰	۱۲/۳۵	۰/۸۹	۰/۰۸	۰/۹۹	توافق
۰/۰۰۰	۴/۵۱	۰/۴۰	۰/۱۰	۰/۴۵	باوجدان
۰/۰۰۳	۳/۵۲	۰/۳۹	۰/۱۴	۰/۵۴	نشانگان بدنی
۰/۰۰۴	۳/۱۲	۰/۵۴	۰/۲۵	۰/۶۴	اضطراب و بی‌خوابی
۰/۰۰۵	۲/۸۹	۰/۶۵	۰/۳۵	۰/۷۱	نارساکنش‌وری اجتماعی
۰/۰۰۱	۸/۲۱	۰/۷۸	۰/۱۰	۰/۸۵	افسردگی

برای آزمون معنی‌داری، به سهم هر یک از ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان در پیش‌بینی بخشایش مقادیر بتای هر کدام از متغیرها توجه شد؛ سهم گشودگی، باوجدان بودن، برون‌گرایی، توافق، نشانگان بدنی، اضطراب و بی‌خوابی، نارساکنش‌وری



اجتماعی و افسردگی، در پیش‌بینی میزان بخشایش مؤثر است (به ترتیب با ۰/۷۸، ۰/۶۵، ۰/۵۴، ۰/۳۹، ۰/۸۹، ۰/۸۰، ۰/۴۰، ۰/۴۳،  $\beta = -0.43$  و  $P < 0.01$ )؛ اما نقش روان-رنجوری در پیش‌بینی بخشایش مؤثر نبود (جدول ۴).

## نتیجه

در این پژوهش، رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با بخشایش دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی بررسی گردید. با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون معلوم شد میان مؤلفه‌های شخصیتی (برون‌گرایی، توافق، گشودگی و باوجدان بودن) با بخشایش دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد؛ اما چنین رابطه‌ای میان مؤلفه‌های شخصیتی (روان‌رنجوری) و بخشایش وجود ندارد. تحلیل رگرسیون نیز معنی‌داری این ارتباط را نشان داد؛ به طوری که با افزایش متغیرهای یادشده، میزان بخشایش دانشجویان افزایش پیدا می‌کند و بالعکس. این یافته‌ها با نظرات کسانی همچون مک‌کالاگ و همکاران ۱۹۹۸ / والکروگورساج، ۲۰۰۲ / ماوگرو همکاران، ۱۹۹۲ / مالتبی و همکاران، ۲۰۰۷ / ماوگرو همکاران، ۱۹۹۲ / براون و فلیپس، ۲۰۰۵ / مالتبی و همکاران، ۲۰۰۴ / چالمه، ۱۳۹۰ هم خوانی دارد. در تفسیر چنین یافته‌هایی می‌توان گفت روان‌رنجوری با اضطراب و افسردگی و دیگر بدکارکردی‌های روان‌شناختی و جسمانی در پیوند است. از این رو، موجب فعال شدن عواطف و هیجانات منفی در فرد می‌شود و از این‌که عواطف مثبت (که نقش اساسی در فرآیند بخشایش دارند) جایگزین عواطف منفی شوند، جلوگیری می‌کند و در نتیجه مانع شکل‌گیری فرآیند بخشایش می‌شود. معتقدند افراد روان‌رنجور به دلیل وجود عواطف منفی، در فرآیند بخشایش شکست می‌خورند و نمی‌توانند دیگران را ببخشند. این ناتوانی در بخشایش، خود، موجب نوعی درون‌تنبیه‌گری می‌شود که عواطف منفی را فعال می‌کند و این چرخه ادامه می‌یابد.

درباره گشودگی، توافق، برون‌گرایی و باوجدان بودن می‌توان گفت این ابعاد با سازگاری بیشتر فرد از نظر اجتماعی و فردی همراه است و همچنین، موجب فعال شدن





عواطف و هیجانات مثبت می‌شوند. بنابراین، این ابعاد به فرد کمک می‌کنند تا عواطف منفی ناشی از ناراحتی‌ها و رنجش‌های بین فردی را راحت‌تر کنار بگذارد و عواطف و افکار خوشایند را جایگزین آن‌ها کند. در واقع، صمیمیت، انعطاف‌پذیری، خردمندی، مهربانی، سخاوت، همدلی، نوع‌دوستی، کارآبودن، خودنظم‌بخشی، منطقی بودن و آرامش که از ویژگی‌های ابعاد برون‌گرایی، توافق، گشودگی و باوجدان بودن هستند، به‌نوعی در فرآیند بخشایش هم نقش دارند (چالمه، ۱۳۹۰، ص ۸۱). با توجه به نتایج یادشده - که ارتباط ابعاد شخصیتی و بخشایش را تبیین می‌کند - می‌توان گفت بخشایش و شخصیت تا اندازه‌ی زیادی با هم آمیخته‌اند.

یافته‌ی دیگر این پژوهش نشان می‌دهد با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون در سطح اطمینان ۹۹ درصد، مؤلفه‌های سلامت روان با بخشایش دانشجویان پیوند دارد. همچنین، نتایج رگرسیون نشان داد مؤلفه‌های سلامت روان، بخشایش دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند. این نتایج با یافته‌های پژوهشگرانی همچون براون و فلیپس (۲۰۰۵) درباره‌ی ارتباط عامل بخشایش با سلامت روان، مالتبی، دی و باربر (۲۰۰۴) درباره‌ی همبستگی بخشایش با سلامت روان و ری و پارگامنت (۲۰۰۲) درباره‌ی ارتباط سلامت روان با بخشایش مطابقت دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت بخشایش یکی از فرآیندهای روان‌شناختی و ارتباطی برای افزایش سلامت روان و التیام‌آزردگی است. دستیابی به این ویژگی برای رشد ارتباطی، عاطفی، روحانی و جسمانی انسان لازم است و بر بیشتر شاخص‌های سلامت روان که در افزایش خشنودی از زندگی و روابط بین فردی مؤثر هستند، تأثیر می‌گذارد (کریمی و دیگران، ۱۳۹۲، ص ۲۵۵).

نتایج پژوهش حاضر به متخصصان و روان‌شناسان کمک می‌کند تا با در نظر گرفتن بخشایش که جزئی از اخلاق معنوی است و می‌تواند نشانگان بدنی، اضطراب و افسردگی، سلامت روان، دل‌بستگی و... را پیش‌بینی کند، وضعیت روانی دانشجویان را بهبود ببخشند؛ بدین ترتیب که دانشجویان مشکلات آسیب‌شناختی سلامت روان خویش را بهتر درک کنند و با بهره‌گیری از اخلاق، در مواجهه با موقعیت‌های آسیب‌زا، عملکرد بهتری داشته باشند. محیط‌های غنی که سؤالات معنوی را برمی‌انگیزاند،

موجب ارتقای اخلاق می‌گردد؛ بدین دلیل با برگزاری همایش‌ها و کارگاه‌هایی در این زمینه، امکان دستیابی دانشجویان به این هدف فراهم می‌گردد.

این پژوهش نشان داد تحصیلات دانشگاهی بر درک واقع‌بینانه افراد تأثیر زیادی دارد. شاید دلیل این امر، وجود متغیرهای واسطه‌ای همچون ویژگی‌های شخصیتی، تحریف‌های شناختی، آرمانگرایی و... باشد. در پژوهش‌های دیگری می‌توان تأثیر واسطه‌ای چنین متغیرهایی را بر بخشودگی و کیفیت روابط بین‌فردی بررسی کرد.

بر اساس نتایج این پژوهش، پیشنهاد می‌شود:

- این تحقیق در مقاطع تحصیلی پایین‌ترین تکرار شود.
- در تحقیق‌های آینده از تحلیل آماری پیشرفته‌تری (مانند تحلیل مسیر، معادلات ساختاری، روش آزمایشی و...) استفاده شود.
- دانشجویان هر چه بیشتر با آموزه‌های دین اسلام شوند.
- برای تقویت آگاهی دانشجویان درباره مذهب و سلامت روانی آنان، کلاس‌های آموزشی برگزار شود.
- برای ارتقای سطح اعتقادات مذهبی جوانان، بیشتر کوشش شود و تقویت گرایش‌های مذهبی و اخلاقی در برنامه‌های آموزشی دانشگاه‌ها گنجانده شود.



## منابع

۱. قرآن مجید؛ ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای.
۲. چاوشی آقایانی، اکبر و دیگران (۱۳۸۷)؛ «بررسی رابطه نماز با جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان»؛ مجله علوم رفتاری؛ دوره ۲، ش (۲)، ص ۱۴۹ تا ۱۵۶.
۳. خانجانی، زینب و سعیده اکبری (۱۳۹۰)؛ «رابطه ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان و اعتیاد به اینترنت»؛ یافته‌های نودر روانشناسی؛ ۶ (۱۹)، ص ۱۱۳ تا ۱۲۷.
۴. خالق خواه، علی و محمد مهدی بابایی منقاری (۱۳۹۳)؛ «رابطه سبک دلبستگی و هوش معنوی با نگرش دینی دانش‌آموزان متوسطه شهرستان آمل در سال ۱۳۹۳»؛ مجله دین و سلامت؛ ۲ (۲)، ص ۱ تا ۹.
۵. غرایبی، بنفشه و دیگران (۱۳۸۷)؛ «بررسی ارتباط سلامت روان با مذهب درونی و بیرونی در شهر کاشان»؛ فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز؛ سال سوم، ش ۱۰، ص ۶۵ تا ۸۸.
۶. کریمی، سمیه و دیگران (۱۳۹۲)؛ «عدم مقایسه بخشودگی و سلامت روان در زوجین عادی و در شرف طلاق»؛ مجله تحقیقات علوم رفتاری؛ ۱۱ (۴)، ص ۲۵۲ تا ۲۶۰.
۷. مرویچالمه، رضا (۱۳۹۰)؛ «نقش واسطه‌ای بخشایش در رابطه ویژگی‌های شخصیتی و بهزیستی روانشناختی نوجوانان»؛ فصلنامه روش‌ها و مدل‌های روانشناختی؛ ۲ ش (۶)، ص ۱ تا ۱۶.
7. Ansari H, Bahrami L, Akbarzade L, Bakhasani Nm. Assessment Of General Health And Some Related Factors Amongstudents Of Zahedan University Of Medical Sciences In 2007. Zahedan J Res Med Sci (Tabib-E-Shargh2008;9(4):304-295. In Persian.
8. Baskin, Thomas, Enright, Robert, 2004, Intervention Studies On Forgiveness: A Meta- Analysis. Journal Of Counseling & Development,(82), 90-79.





9. Brown, R. P., & Phillips, A., 2005, Letting Bygones Be Bygones: Further Evidence For The Validity Of The Tendency To Forgive Scale. *Personality And Individual Differences*, 38, 638-627.
10. Lawler-Row, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., & Jones, W. H, 2006, The Role Of Adult Attachment Style In Forgiveness Following An Interpersonal Offense. *Journal Of Counseling And Development*, 84, 493-502.
11. McCrae, R. R & Costa, P. T, 1987, Validation Of The Five- Factor Model Of Personality Across Instruments And Observation, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52, 90-81.
12. McCullough, M.C., & Worthington, E.L, 1995, Promoting Forgiveness: A Comparison of Two Brief Psychoeducational Groups With Waiting List Control. *Counseling And Values*, 40, 55-68.
13. Mauger, P. A., Perry, J. E., Freeman, T., Grove, D. C., McBride, A. G., & McKinney, K. E, 1992, The Measurement Of Forgiveness: Preliminary Research. *Journal Of Psychology And Christianity*, 11, 170-180.
14. Maltby, J., Macaskill, A., & Gillett, 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, 555-566.
۱۵. Maltby, J., Day, L., & Barber, L, 2004, Forgiveness And Mental Health Variables: Interpreting The Relationship Using An Adaptational-Continuum Model Of Personality And Coping.

- Personality And Individual Differences, 37,1641-1629.
- 16.Mccullough, M.C., & Worthington, E.L, 1995, Promoting Forgiveness: A Comparison Of Two Brief Psychoeducational Groups With Waiting List Control. Counseling And Values, 40, 55– 68.
- 17.Rye, M. S., And Pargament,K., I, 2002, Forgiveness And Romantic Relationships In College: Can It Heal The Wounded Heart?, Journal Of Clinical Psychology, 58(4):419–441.
- 18.Walker, D. F., & Gorsuch, R. L, 2002, Forgiveness Within The Big Five Personality Model. Personality And Individual Differences, 32, 1127–1138.
- 19.World Health Organization, 2000, Health Systems: Improving Performance. Geneva: Who, The World Health Report.
- 20.Pollard, M., Anderson, A., Anderson, T., Jennings, G, 1998, The Development Of A Family Forgiveness Scale. Journal Of Family Therapy, 20: 95–109 .
- 21.Young, K. S. & Rodgers, R. C, 1998, Internet Addiction: Personality Traits Associated With Its Development. Eastern Psychological Association .

