

یافته های نو در روان شناسی

سال ششم. شماره ۲۱. زمستان ۱۳۹۰

صفحات مقاله: ۱۱۲-۱۰۱

تاریخ وصول: ۱۳۹۰/۶/۲۶ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۱/۲/۵

## رابطه باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

دکتر پرویز عسگری\*

خدیدجه روشنی\*\*

حمیده ابافت\*\*

امین ضمیری\*\*

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز بود. نمونه پژوهشی، شامل ۳۰۰ نفر (۱۵۰ زن و ۱۵۰ مرد) از دانشجویان بود که به روش تصادفی طبقه ای از بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز انتخاب شدند. برای اندازه گیری متغیرها از پرسشنامه اعتقادات مذهبی آرین، پرسشنامه شادکامی آکسفورد و مقیاس بخشودگی FS استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری استفاده شد. نتایج این پژوهش نشان داد که بین باورهای مذهبی و بخشودگی همچنین بین شادکامی و بخشودگی رابطه مثبت معنی داری وجود دارد.

واژه های کلیدی: اعتقادات مذهبی، شادکامی، بخشودگی

\* دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، استادیار گروه روانشناسی، اهواز، ایران.

\*\* دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، کارشناس ارشد رشته روان شناسی، اهواز، ایران.

\*\* دانشگاه شیراز، کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، شیراز، ایران.

## مقدمه

«... و لیعفوا و لیصفحوا الا تحبون ان یغفر الله لکم» (نور، آیه ی ۲۲).  
 عفو و گذشت پیشه کنید و از بدی ها در گذرید، آیا دوست  
 ندارید خدا هم در حق شما مغفرت کند؟  
 عفو و گذشت یکی از بزرگ ترین فضایل اخلاقی است که در قرآن کریم و روایات مورد تاکید  
 فراوان قرار گرفته و در سالهای اخیر نیز توجه زیادی را در روانشناسی به خود جلب کرده است. یکی  
 از دلایل آن هم که به وسیله روانشناسان اجتماعی، شخصیت و بالینی مطرح شده، تأثیرات میان فردی  
 مثبتی است که بخشودگی بر افراد دارد (ولکمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). متخصصان سلامت روان بخشایش را به  
 عنوان یک راه درمانی برای مراجعانی که از آزارهای گذشته خشمگین هستند، به کار برده اند و  
 علیرغم آنکه در ادیان مختلف تأکید بسیاری بر اهمیت بخشایش شده، لکن به صورت بسیار محدود  
 مورد بررسی قرار گرفته است. انرایت، فریدمن و ریک<sup>۲</sup> (۱۹۹۸) بخشایش را به عنوان تمایل به دست  
 کشیدن از حق خود برای تنفر، قضاوت منفی و رفتار بی تفاوت نسبت به شخصی که به ناحق موجب  
 رنجش شده و شکوفا کردن همزمان خصلت هایی چون شفقت، سخاوت و حتی عشق نسبت به آن  
 شخص تعریف کرده اند (هارتز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ ترجمه کامگار و جعفری، ۲۰۰۸). بسیاری از فلاسفه، گذشت  
 را به عنوان یک مفهوم پایه و یک نگرش خیر خواهانه واقعی نسبت به آسیب رسان به عنوان یک انسان  
 در نظر می گیرند. همین بعد خیر خواهانه است که گذشت را به عنوان یک سازه در روان شناسی مثبت  
 گرا قرار می دهد (هولمگرین<sup>۴</sup>، ۱۹۹۳؛ به نقل از کوک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶). گذشت از نظر وورثینگتون<sup>۶</sup> (۱۹۹۸)  
 یک عمل خیر خواهانه است که در آن فرد آسیب دیده احساس عزت نفس را مجدداً ذخیره سازی می  
 کند، در حالی که به عزت نفس فرد آسیبی نمی رساند. او معتقد است که گذشت هم یک تصمیم و  
 هم یک تغییر واقعی در تجربه عاطفی افراد است که این تغییر در عواطف یا هیجانات با سلامت جسمی  
 و روانی رابطه دارد (خجسته مهر، کرایبی و رجیبی، ۲۰۰۹). به اعتقاد پارگامنت<sup>۷</sup> (۱۹۹۸) و وورثینگتون  
 همکاران<sup>۸</sup> (۲۰۰۵) بخشودگی از طریق مقابله با هیجان های منفی و ایجاد چهار چوب شناختی و رفتاری  
 مطلوب در زمان کدورت ها و رنجش های بین فردی، می تواند به انطباق بهتر و در نتیجه به بهزیستی  
 افراد کمک کند. (احتشام زاده ۲۰۰۹). عفو و گذشت مفهومی سنتی و بسیار ارزشمند است که ادیان و  
 مذاهب مختلف آن را پیشنهاد می کنند. برخی شواهد نشان می دهد که مذهب نقش مهمی در ادراک  
 مردم غرب از بخشودگی دارد (رای و همکاران<sup>۹</sup>، ۲۰۰۱). دین به شکل خاصی در هر فرهنگ شناخته

1. Volkman
2. Enright, Friedman & Rick
3. Hartz
4. Holmgren
5. Cooke
6. Worthington
7. Pargament
8. Worthington and et al.
9. Rye et al.

شده ای وجود دارد و می توان آن را از دیدگاه آیین ها، شخصیت های نمادین و انواع دعاها بررسی کرد. (کاظمیان مقدم، مهرابی زاده هنرمند، ۲۰۰۹). اعتقادات دینی<sup>۱</sup> و مذهب به انسان آرامش می دهد، امنیت فرد را تضمین می کند، خلاء های اخلاقی، عاطفی و معنوی را در فرد و اجتماعات استحکام داده و پایگاه محکمی برای انسان در برابر مشکلات و محرومیت های زندگی ایجاد می کند (اسدی نوقانی، امید و حاجی آقا جانی، ۲۰۰۵). تحقیقات نیز نشان می دهد که مذهب در زندگی نقش مهمی داشته و در بسیاری از افراد احساس تعلق و آرامش را به وجود می آورد (بدل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). دستورات و آیین های مذهبی اگر به درستی به کار گرفته شود می تواند موجبات سلامت و شادکامی افراد را در جامعه ای که در آن زندگی می کنند فراهم آورد. شادی یکی از هیجانات اساسی بشر است، که هر کسی به فراخور خود آن را تجربه می کند. اما تعریف شادی به سادگی تجربه آن نیست. افلاطون شادی را حالتی از انسان می داند که بین سه عنصر استدلال، احساسات و امیال، تعادل و هماهنگی وجود داشته باشد. دیک<sup>۳</sup> (۱۹۹۹)، آرجیل، مارتین و لو<sup>۴</sup> (۱۹۹۵) نیز شادی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت، فقدان عاطفه منفی و رضایت از زندگی می دانند. شادکامی به عنوان یکی از عوامل مؤثر در به وجود آوردن یک زندگی مطلوب حالتی مطبوع و دلپذیر است که از تجربه هیجانهای مثبت و خشنودی از زندگی نشأت می گیرد و از نظر کارکردی اهمیتی دوگانه دارد: از یک طرف احساس مثبتی است که از حس ارضا و پیروزی حاصل می شود، لذا تجربه های غیر قابل اجتناب ناکامی، ناامیدی و در مجموع عواطف منفی را بی اثر می سازد. از طرف دیگر اشتیاق انسانها را برای پرداختن به فعالیت های اجتماعی آسان می سازد و طبعاً چنین حالت خوشایندی با فقدان افسردگی، اضطراب، پرخاشگری افراد همراه است (هیلز و آرجیل<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱).

در زمینه متغیرهای مذکور پژوهش هایی صورت گرفته که به ذکر تعدادی از آنها می پردازیم. احتشام زاده (۲۰۰۹) در پژوهشی به بررسی رابطه برونگرایی، روان نژندی، بخشودگی و راهبردهای مقابله اسلامی با شادکامی دانشجویان پرداخت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه های آزاد اهواز و دانشگاه چمران بودند. نمونه مورد نظر شامل ۴۰۰ دانشجو (۲۰۶ نفر از دانشگاه آزاد و ۱۹۴ نفر از دانشگاه چمران اهواز) بود که با روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. نتایج این پژوهش نشان داد که بین هر چهار متغیر پیش بین (برونگرایی، روان نژندی، بخشودگی و راهبردهای مقابله اسلامی) با متغیر ملاک (شادکامی) همبستگی چندگانه وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نیز نشان داد که از بین متغیرهای پیش بین در این مطالعه، روان نژندگرای و پس از آن برونگرایی، قوی ترین پیش بینی کننده های شادکامی بودند.

خدایاری فرد و همکاران در سال ۲۰۰۲ در پژوهشی کاربرد روش عفو و بخشش با تأکید اسلامی را در درمان و بهبود روابط بین فردی مورد بررسی قرار دادند. یافته های این پژوهش حاکی از آن بود

1. persuasion

2. Bedell

3. Dicky

4. Argil, Martin &amp; lu

5. Hill &amp; Argyle

که با اجرای این روش افراد رنجیده توانسته اند اندک اندک، افکار و احساسات منفی خود را نسبت به فرد رنجاننده کاهش داده و افکار مثبت را جایگزین آنها نمایند. لذا این پژوهش کاربرد روش درمانی عفو و بخشش را در اصلاح احساسات و رفتار و بهبود روابط با دیگران به ویژه در مورد افرادی که گرایش های مذهبی قوی تری دارند مؤثر می داند.

روحانی و معنوی پور (۲۰۰۸) در پژوهش خود رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی را مورد بررسی قرار دادند. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه کارکنان و دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه بود و نمونه پژوهش که شامل ۲۶۹ آزمودنی (۶۲ نفر عضو هیأت علمی، ۲۸ نفر از کارکنان و ۱۷۹ دانشجوی متأهل) بود به شیوه طبقه ای تصادفی انتخاب شدند. تحلیل نتایج نشان داد که بین دینداری با شادکامی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد. و دینداری و سن، پیش بینی کننده های مناسبی برای رضایت زناشویی و شادکامی محسوب می شوند. کاظمیان مقدم و مهرابی زاده هنرمند (۲۰۰۹) باهدف بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روان پژوهشی انجام دادند که نمونه آن ۱۸۰ دانشجوی دختر و پسر بود که به صورت تصادفی - طبقه ای از دانشگاه آزاد بهبهان انتخاب شدند. نتایج این پژوهش نشان داد که بین نگرش مذهبی و شادکامی همچنین بین نگرش مذهبی و سلامت روانی رابطه مثبت معناداری وجود دارد.

پژوهش فوکس و توماس<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) در بررسی رابطه مذهب و بخشش در بین مسیحیان، مسلمانان، یهودی ها و سکولارها که بر روی نمونه ۴۷۵ نفری متشکل از (مسیحی، مسلمان، یهودی و سکولار) انجام شد نشان داد که مذهب ارتباط مثبتی با بخشودگی دارد. گروههای مذهبی نسبت به گروههای سکولار نگرش و تصویری برتر در مورد بخشودگی داشتند. در بین گروههای مذهبی، دینداری نسبت به مذهب خاص یک فرد شاخص قویتری برای بخشودگی محسوب می شد. این یافته ها نشان داد که اعتقادات قویترین پیش بینی کننده دینداری برای بخشودگی محسوب می شود.

بتسون و شوالب<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) رابطه بخشش و اعتقادات مذهبی را در بین زوجهای کاتولیک مذهب رومی بررسی کردند. بدین منظور ۱۳۰ زوج که بین ۲۴-۸۴ سال سن داشتند از بین سه کلیسای حومه شهری در آمریکای جنوبی انتخاب شدند. ساختار عاملی آیتمهای بخشودگی متفاوت از گزارشات قبلی و سطوح اعتقادات و بخشودگی در بین همسران مشابه بود. اعتقادات با بیشترین ابعاد بخشودگی رابطه داشت و اعتقادات و بعضی از جنبه های بخشودگی با مدت ازدواج مرتبط بود.

بدل<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) در پژوهش خود نقش مذهب در بخشودگی را مورد بررسی قرار داد. ۶۸ نفر از مؤسسات مذهبی و آژانس هاس سلامت روان به عنوان نمونه انتخاب شدند تحلیل نتایج نشان داد که بین مذهب و بخشودگی و بخشودگی و پشیمانی رابطه وجود دارد.

مالتبی، دی و بربر<sup>۴</sup> (۲۰۰۵) در پژوهشی رابطه بخشودگی و شادکامی را بر روی نمونه ای به حجم

1. Fox & Thomas
2. Batson & Shwalb
3. Bedell
4. Maltby, Day, Barber

۲۲۴ دانش آموز مورد بررسی قرار دادند و پرسشنامه های بخشش انریت و افسردگی - شادکامی و فرم کوتاه مقیاس شادکامی آکسفورد را در اختیار آنها قرار دادند. نتایج این مطالعه نشان داد که بخشش علت تفاوت های معنی دار آماری در شادکامی هدونیک و یودمانیک<sup>۱</sup> محسوب می شود هر چند که این تفاوت خیلی کم باشد و ممکن است این رابطه ها به جنبه هایی از شادکامی که بررسی شده اند بسیار وابسته باشد.

با توجه به آنچه گفته شد و همچنین با توجه به نقش بخشودگی به عنوان ضرورتی برای ادامه زندگی که ادیان مختلف نیز همواره ارزشمندی و تأثیر مثبت آن را مورد تأکید قرار داده و انسان را به پرورش آن توصیه می کنند، پژوهش حاضر با هدف یافتن پاسخی برای این سؤال انجام پذیرفت که آیا بین باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی دانشجویان رابطه وجود دارد؟

فرضیه های پژوهش

بین باورهای مذهبی و بخشودگی رابطه وجود دارد.

بین شادکامی و بخشودگی رابطه وجود دارد.

بین باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی رابطه چندگانه وجود دارد.

### روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز است که در سال ۱۳۹۰ مورد بررسی قرار گرفتند. نمونه تحقیق مشتمل بر ۳۰۰ دانشجو (۱۵۰ نفر زن و ۱۵۰ نفر مرد) بود که با روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای از بین دانشجویان دانشکده های مختلف (کشاورزی، مهندسی، حقوق، پرستاری، روان شناسی، علوم پایه و هنر) انتخاب گردیدند.

### ابزار اندازه گیری

مقیاس بخشودگی FS: یک ابزار خودسنجی است که در سال ۲۰۰۱ توسط رای و همکاران طراحی شد. این مقیاس شامل ۱۵ آیتم است که بر اساس درجه بندی لیکرت از ۱ کاملاً مخالفم تا ۵ کاملاً موافقم نمره گذاری می شود. همچنین این مقیاس حاوی دو خرده مقیاس (فقدان واکنش منفی و وجود واکنش مثبت) است که اعتبار هر دو خرده مقیاس نیز مناسب گزارش شده است، به گونه ای که آلفای کرونباخ برای هر دو خرده مقیاس فقدان واکنش منفی و وجود واکنش مثبت به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۵ و برای کل مقیاس ۰/۸۷ به دست آمده است. اعتبار باز آزمایی آن نیز برای هر دو خرده مقیاس ۰/۷۶ و برای کل مقیاس ۰/۸۰ محاسبه شده است. در پژوهش حاضر نیز روایی و پایایی این مقیاس محاسبه شد. اعتبار همزمان این مقیاس با مقیاس بخشودگی تامپسون برابر ۰/۸۴۱ و برای هر یک از خرده مقیاس های فقدان واکنش منفی و وجود واکنش مثبت به ترتیب برابر ۰/۸۱۷ و ۰/۷۷۴ در سطح معناداری  $P < ۰/۰۰۰۱$  به دست آمد پایایی این مقیاس از طریق آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۲۱

و برای خرده مقیاس های فقدان واکنش منفی  $0/883$  و برای خرده مقیاس وجود واکنش مثبت  $0/793$  محاسبه شد. همچنین ضریب همبستگی کل مقیاس با پرسش ملاک، مورد آزمون قرار داده شد که برای کل مقیاس  $0/651$  و برای خرده مقیاس فقدان واکنش منفی  $0/585$  و خرده مقیاس وجود واکنش مثبت  $0/563$  در سطح معناداری  $P < 0/001$  به دست آمد.

پرسشنامه دینداری آرین: آرین (۱۹۹۹)، با استفاده از سئوالات پرسشنامه جهت گیری مذهبی بیرونی و درونی آلپورت<sup>۱</sup> و با در نظر گرفتن تفاوت های مذهبی و فرهنگی کشور ایران، اقدام به تهیه و تدوین این مقیاس، نمود. این مقیاس، یک ابزار خود گزارشی برای سنجش میزان دینداری فرد بوده که مشتمل بر ۲۰ سؤال می باشد. نمره گذاری هر سؤال، بر روی یک پیوستار، از ۱ (برای خیلی کم) تا ۵ (برای خیلی زیاد) است. در پژوهشی آرین، پرسشنامه مذکور را روی نمونه ای از دانشجویان دانشکده علامه طباطبایی تهران اجرا کرده و ضریب پایایی آن را برابر  $0/92$  گزارش نمود. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این مقیاس با دوروش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب برابر  $0/94$  و  $0/83$  به دست آمد.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط آرجیل ولو تهیه شده است و دارای ۲۹ ماده است و بر اساس یک طیف ۴ درجه ای از صفر تا ۳ نمره گذاری می شود. روایی و پایایی این پرسشنامه در تحقیقات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است. آرجیل ولو (۱۹۹۰) ضریب پایایی این ابزار را از طریق آلفای کرونباخ برابر  $0/90$  به دست آوردند. علی پور و نوربالا (۱۹۹۹) در تحقیقی اعتبار این آزمون را  $0/93$  و پایایی آن را  $0/92$  گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این مقیاس از طریق دوروش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب  $0/94$  و  $0/85$  به دست آمد.

#### الف) یافته های توصیفی:

یافته های توصیفی این پژوهش شامل شاخص های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، حداکثر، حداقل نمرات متغیرهای مورد مطالعه و همچنین تعداد آزمودنی ها این پژوهش در جدول (۱) ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره آزمودنی ها در متغیرهای تحقیق

متغیر	شاخص آماری آزمودنی ها	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
بخشودگی FS	کل دانشجویان	۵۷/۷۴	۱۹/۱۷	۲۲	۸۰	۳۰۰
باورهای مذهبی	کل دانشجویان	۷۸/۱۸	۲۱/۵۲	۲۰	۱۶۸	۳۰۰
شادکامی	کل دانشجویان	۸۰/۳۵	۱۹/۱۲	۴۵	۱۰۶	۳۰۰

همان طوری که در جدول شماره ۱ ملاحظه می شود میانگین و انحراف معیار در متغیر بخشودگی در مجموع آزمودنیها به ترتیب برابر  $57/74$  و  $19/17$  می باشد. در متغیر باورهای مذهبی نیز میانگین و انحراف معیار کل نمونه برابر  $78/18$  و  $21/52$  می باشد. در متغیر شادکامی میانگین و انحراف معیار به

1. Alport

ترتیب ۸۰/۳۵ و ۱۹/۱۲ می باشد.

(ب) یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش

فرضیه اول: بین باورهای مذهبی و بخشودگی رابطه وجود دارد.

جدول ۲: ضرایب همبستگی ساده بین باورهای مذهبی و بخشودگی دانشجویان

متغیر ملاک	شاخص آماری	ضریب همبستگی	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
	متغیر پیش بین	(r)		
بخشودگی	باورهای مذهبی	۰/۹۰۵	۰/۰۰۰۱	۳۰۰

همان طوری که در جدول ۲ ملاحظه می شود بین باورهای مذهبی و بخشودگی دانشجویان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۰۱$  و  $r = ۰/۹۰۵$ ). بنابراین فرضیه اول تأیید می گردد. به عبارت دیگر، افزایش

باورهای مذهبی دانشجویان، با افزایش بخشودگی آنان همراه شده است.

فرضیه دوم: بین شادکامی و بخشودگی رابطه وجود دارد.

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده بین شادکامی و بخشودگی دانشجویان

متغیر ملاک	شاخص آماری	ضریب همبستگی	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
	متغیر پیش بین	(r)		
بخشودگی	شادکامی	۰/۹۱۴	۰/۰۰۰۱	۳۰۰

همان طوری که در جدول ۳ ملاحظه می شود بین شادکامی و بخشودگی دانشجویان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۰۱$  و  $r = ۰/۹۱۴$ ). بنابراین فرضیه دوم تأیید می گردد. به عبارت دیگر، هر چه میزان شادکامی دانشجویان بیشتر باشد میزان بخشودگی آنان نیز افزایش می یابد و برعکس هر چه میزان شادکامی در دانشجویان کمتر باشد میزان بخشودگی آنان نیز کمتر می شود.

فرضیه سوم: بین باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی رابطه چندگانه وجود دارد.

جهت بررسی این فرضیه از تحلیل رگرسیون چند متغیری که خلاصه آن به قرار زیر در جدول آمده است.

جدول ۴: خلاصه رگرسیون

ضریب رگرسیون	رگرسیون MR	مجدور رگرسیون $R^2$	مجدور رگرسیون اصلاح شده	خطای استاندارد برآورد	مجدور رگرسیون تغییر یافته	تغییر f	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی داری f تغییرات
۱	۰/۹۵	۰/۹۱	۰/۹۱	۵/۸۷	۰/۹۱	۱۴۴۷/۰۸۱	۲	۲۹۷	۰/۰۰۰۱

## ادامه جدول ۴: جدول تحلیل واریانس رگرسیون

متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	تحلیل واریانس f	سطح معنی داری
رگرسیون	۹۹۶۸۵/۹۱۱	۲	۴۹۸۴۲/۹۵۶	۱۴۴۷/۰۸۱	۰/۰۰۰۱
باقی مانده	۱۰۲۲۹/۸۰۹	۲۹۷	۳۴/۴۴۴		۰/۰۰۰۱
کل	۱۰۹۹۱۵/۷۲	۲۹۹			۰/۰۰۰۱

با توجه به جدول خلاصه تحلیل رگرسیون می توان گفت به دلیل معنادار بودن تفاوت میانگینها میتوان از رگرسیون استفاده نمود.

## ادامه جدول ۴

متغیر	ضریب بتا		T	سطح معنی داری	بتا در سطح ۰/۹۵	
	خطای معیار	بتا			حداقل	حداکثر
ثبات	۱/۴۷۵	-۱۹/۴۱۶	-۱۳/۱۶۵	۰/۰۰۰۱	-۲۲/۳۱۸	-۱۶/۵۱۳
شادکامی	۰/۰۲۸	۰/۷۲۴	۰/۲۵/۶۶۵	۰/۰۰۰۱	۰/۶۶۹	۰/۷۸۰
باورهای مذهبی	۰/۰۲۶	۰/۲۲۵	۸/۷۷۱	۰/۰۰۰۱	۰/۱۷۵	۰/۲۷۶

همان طور که در جدول مشاهده می کنید توان رگرسیون شادکامی ۰/۷۴۰ و باورهای مذهبی ۰/۲۵۳ که نشان دهنده توان بسیار بالایی است.

آنچنان که در جدول شماره ۴ نشان داده شده است، نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون در کل نمونه با روش هم زمان یا ورود یعنی Enter جهت تعیین میزان ضریب همبستگی چند متغیری برای ترکیب خطی باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی و مشخص شدن سهم نسبی هر یک از متغیرهای پیش بین در واریانس متغیر ملاک یعنی بخشودگی حاکی از آن است که باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی رابطه چند گانه وجود دارد ( $MR=0/95$  و  $R^2=0/91$ ). بنابراین فرضیه سوم تایید گردید.

## بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول: طبق جدول ۲ بین باورهای مذهبی با بخشودگی رابطه وجود دارد. این پژوهش با یافته های خدایاری فرد و همکاران (۲۰۰۲)، فوکس و توماس (۲۰۰۸) بتسون و شوالب (۲۰۰۶) و بدل (۲۰۰۲) هم خوان است. در تبیین این یافته می توان گفت که روابط اجتماعی و اختلاف منافع و مصالح همواره موجب تضاد بین افراد می گردد و اگر کسی بخواهد حق خویش را بی کم و کاست استیفا نماید، می بایست بسیاری از روابط با دیگران به ویژه ارتباط با خویشان و دوستانش را قطع نموده و به کمترین رابطه با کمترین افراد بسنده نماید، لذا اساس زندگی مبتنی بر بخشودگی است. عاملی که به رفع تعارض های



بین فردی کمک می کند و خصیصه ای که مستلزم صبری عظیم و درکی عمیق است. بخشش و گذشت و پیوند با آنان که رشته پیوند گسسته‌اند از بزرگی روح، حکایت دارد و عزت‌آفرین است و هر چه این صفت در انسان افزونتر باشد، بر قرب و عزتش نیز افزوده می‌گردد. بخشودگی خصیصه ای است که ادیان آسمانی به طرق مختلف انسان را به رعایت آن توصیه می‌کنند و آیات و روایت متعدد نیز دال بر اهمیت بخشایش از دیدگاه آیین‌های الهی است. به اعتقاد ورتینگتون و همکاران تعهد مذهبی به افراد کمک می‌کند که راحت‌تر دیگران را مورد عفو قرار داده و از خطاهای آنها بگذرند زیرا در ادیان بزرگ دنیا تأکید بسیاری بر بخشایش شده و آنهایی که تعهدات مذهبی قویتری دارند به پیروی از اصول مذهبی احتمال بیشتری دارد که در زندگی گذشت نمایند. (وید و کیدول<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). در کتب مقدس (تورات و انجیل) بیش از هشتاد عبارت و آیه در باب بخشودگی ذکر شده که در داستانها، تمثیل‌ها و کتب آسمانی آمده است. (بدل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). دین اسلام نیز به عنوان یکی از ادیان الهی که دستورات منظم و دقیقی برای سعادت دنیا و آخرت دارد همواره بر این امر تأکید نموده و در قرآن کریم بخشودگی را در شمار ویژگی‌های مؤمنان پرهیزگار بر شمرده و اشاره شده است کسانی که بیشتر از خطاهای مردم در می‌گذرند پرهیزگارترند. برخی آیات نیز با الگو قرار دادن این که خداوند بندگانش را مورد عفو قرار می‌دهد، مؤمنان را به این روش فراخوانده و از آنها می‌خواهد که مانند خالق خود، افراد خاطی را ببخشایند و از گناهان آنان درگذرند. بدین ترتیب رایجترین انگیزه افراد مذهبی برای چشم‌پوشی از خطای دیگران، نزدیک شدن به خدا از طریق بخشیدن افراد خاطی و پذیرش این باور است که بخشش خطای دیگران موجب بخشش آنها از جانب خداوند می‌گردد.

فرضیه دوم: طبق جدول ۳ بین شادکامی با بخشودگی رابطه وجود دارد. نتیجه این پژوهش با مطالعات احتشام زاده (۲۰۰۹) ورتینگتون و همکاران (۲۰۰۵)، مالتبی، دی و بربر (۲۰۰۵) و پارگامنت (۱۹۹۸) همخوانی دارد. انسان موجودی است که از دیر باز بر آن بود در یابد که چگونه می‌تواند بهتر زندگی کند و چه چیزی بیشتر موجبات رضایت و شادی را برایش فراهم می‌سازد و با چه ساز و کارهایی می‌تواند از زندگی در این دنیا لذت ببرد (مرادی، جعفری، عابدی، ۲۰۰۷). اما از آن جا که انسان همواره در تعامل با دیگران قرار دارد و وقوع تعامل‌های رنجش‌زا، بین او و اطرافیان‌ش تقریباً اجتناب‌ناپذیر است و این امر می‌تواند موجبات ناخشنودی در او را فراهم آورد. بخشودگی یکی از نیکوترین خصایص انسانی و راهی میانبر برای رسیدن به مقامات انسانی و عرفانی است که فواید جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی فراوانی دارد و رعایت آن می‌تواند شادی و نشاط را برای انسان به ارمغان آورد. افرادی که در مقایسه با دیگران توانایی بیشتری برای بخشودن خطاهای دیگران دارند، پس از وقوع خطاها، کمتر به افکار و خاطرات منفی مربوط به ظلمی که در حق‌شان صورت گرفته است می‌پردازند. این افراد توانایی بیشتری برای درک شرایط و موقعیت‌هایی دارند که باعث خطاکاری فرد خاطی شده است. آن‌ها بدون این که از رویارویی با فرد خطاکار اجتناب کنند، فرصت مجدد برقراری ارتباط را به او می‌دهند بدین ترتیب گذشت موجب می‌گردد تا انسان در آرامشی قرار گیرد که نمی‌توان آن را از راهی دیگر

1. Wade & Kidwell

کسب نمود. از این روست که بزرگان گفته اند: در عفو و گذشت، لذتی است که در انتقام نیست. ایجاد هیجان های مثبت ناشی از بخشیدن خطای دیگران، به تداوم روابط صمیمانه با طرف مقابل کمک می کند و این تمایل به برقراری مجدد روابط صمیمانه، آن ها را به سوی خلق مثبت سوق می دهد و به این ترتیب سروکار داشتن با احساسات و رفتارهای مثبت درباره فرد خاطی، باعث شادکامی در فرد می گردد (مالتی، دی وبر، ۲۰۰۵). فرضیه سوم: طبق جدول ۴ بین باورهای مذهبی و شادکامی با بخشودگی رابطه چند گانه وجود دارد. نتیجه این یافته با پژوهش احتشام زاده (۲۰۰۹) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می توان گفت که انسان موجودی اجتماعی است که به واسطه تعاملاتش با دیگران همواره در معرض رنجش و آسیب قرار دارد و این امر می تواند کیفیت روابط او را با دیگران تحت تأثیر قرار دهد. رنجش پیامدهای فردی و اجتماعی گوناگونی دارد که عمده ترین آنها خشم، تنفر، کینه، انتقام، غیبت، افترا، حسد و نهایتاً گسستن روابط دوستانه است (غباری بناب، ۲۰۰۹). و بخشودگی فرایندی است که به التیام رنجش ها و بهبود سلامت روان در روابط بین فردی افراد کمک می کند. بخشودگی فرایند چشم پوشی ارادی از حق عصبانیت و انزجار از یک عمل ارتكابی برگزیند است که شخص متألم رفتاری گرم و محبت آمیز را با فرد خاطی در پیش می گیرد (نورث، ۱۹۹۷). در جوامع مذهبی بخشودگی به طور سنتی به عنوان عامل اساسی برای بهبود روابط گسسته شده در نظر گرفته شده و به عنوان شاه کلید روابط آسیب دیده محسوب می شود. در این جوامع افرادی که راه بخشودگی را در پیش می گیرند افرادی پرهیز کار تلقی می گردند که خالق خود را الگو قرار داده و بدین ترتیب مورد لطف و عنایت پروردگار خویش قرار گرفته اند. همچنین بخشودگی در برگیرنده کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت در افراد و عاملی در جهت شادکامی افراد است. کسانی که از خطاهای دیگران چشم پوشی می کنند، افرادی هستند که در ارتباط با دیگران دارای خلقی مثبتند و سعی می کنند در زندگی با مثبت اندیشی به مسائل بنگرند که این امر می تواند موجب شادی و نشاط در آنها گردد. در بخشودگی تلاش عمدی برای غلبه بر احساسات و افکار ناراحت کننده صورت می گیرد تا شادکامی فرد تسهیل گردد. در واقع به هنگام رنجش های بین فردی، بخشودگی از طریق مقابله با هیجانهای منفی و گسترش چارچوب شناختی و رفتاری به بهزیستی و به تبع آن به شادکامی افراد کمک می کند. (احتشام زاده، ۲۰۰۹). بدین ترتیب افرادی که از خصیصه ارزشمند بخشودگی بیشتر برخوردارند از احساس نشاط و شادکامی بیشتری در زندگی بهره مند خواهند بود.

## منابع

- Alipoor, A., & Noorbala, A.A. (1999). Preliminary reliability and validity of Oxford happiness Questionnaire among Tehran Universities students. *Thoughts and Behavior*, 5 (1,2) :55-65.
- Argyle, M., Martin, M., & Lu, L. (1995). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In C.D. Spielberger, & I.G. Sarason (Eds.), *Stress and emotion* (pp.173–187). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Aryan, K. (1999). The relationship between religiosity and mental integrity of Iranians residing in Canada. (1999). Phd Dissertation, Allameh Tabataba'i University.
- Asadi Nooghani, A.A., Omid, S., & Haji Aghajani, S. (2005). *Psychiatric Nursing*, Tehran: Boshra publications.
- Batson, M.D., & Shwalb, D.W. (2006). Forgiveness and Religious Faith in Roman Catholic Married Couples. *Pastoral Psychology*, 55( 2): 119-129.
- Bedell, T.M. (2002). The role of religiosity in forgiveness, PhD Dissertation, Ohio State University.
- Cooke, K. I. (2006). Models of Forgiveness and Adult Romantic Attachment in Ended Relationships: Forgiveness over Time, Master thesis, Virginia Commonwealth University.
- Dickey, M.T. (1999). The pursuit of happiness. Available on :<http://www.dickey.org/happy>.
- Ehteshamzadeh, P. (2009). The investigation of the relationship between extraversion, neuroticism with general health and happiness (with respect to mediatory variables of forgiveness and Islamic coping strategies of college students in Islamic Azad and Chamran of Ahvaz universities). Phd dissertation. Islamic Azad university, Science and Research Branch – Khozestan.
- Fox, A., & Thomas, T. (2008). Impact of religious affiliation and religiosity on forgiveness. *Australian Psychologist*, 43, 175-185.
- Ghobari Bonab, B. (2009). Using Forgiveness method for improve interpersonal relations. Tehran University Press.
- Hartz, G. (2005). *Spirituality and mental health: Clinical applications*, translated by A. Kamkar and I. Jafari. (2008), Tehran :Ravan publications.
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introvert. *personality and individual differences*, 30, 596-608.
- Holy Quran.
- Kazmyan Moqadam K., & Mehrabyzadeh Honarmand, M. (2009). The relationship between religious attitudes with happiness and psychological health of male and female students of Islamic Azad University Behbahan, *Religion Psychology*, 2(4):157-174.
- Khodayarifard M., Ghobari Bonab, B., Faghihi A.N., & Vahdat Torbati SH. (2002). Forgiveness treatment with an emphasis on Islamic perspective: A case study, *Thoughts and Behavior*, 8(1):39-48.
- Khojasteh Mehr, R., Karaei, A., & Rajabi, Gh.R. (2009). Evaluation of a proposed model for consequences of forgiveness in marriage, *Psychological Studies*, 6 (1) :135-162.
- Maltby, J., DAY, L., & Barber, L. (2005). forgiveness and happiness. The differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudemonic happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6:1–13.
- Moradi, M., Jafari, E., & Abedi, M.R. (2007). The effect of education based on Fordice method in enhancement of happiness rate in teachers of the education and human resources development organization in city of Isfahan, *Teb Va Tazkieh*, 16 (66-67):57-62.
- North, J. (1997). Wrongdoing and forgiveness. *Philosophy*, 61, 499-508.

- Pargament, K.I. (1998). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: The Guilford publication.
- Roohani, A., & Manavipour, D. (2008). The relationship religious beliefs with happiness and marital satisfaction, *Knowledge and Research in Psychology*, 10(35-36): 189-206.
- Rye, M. S., Loiacono, D.M., Folck, C.D., Olszewski, B.T., Heim, T.A., & Madia, B.P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20(3), 260-277.
- Volkman, J.R. (2009). *A Longitudinal Analysis of the Forgiveness Process in Romantic Relationships*. Phd dissertation, George Mason University.
- Wade, N.G. & Kidwell, J.E. (2010). *Understanding forgiveness in the lives of religious people. In Forgiveness: Probing the Boundaries*. Oxford, England: Interdisciplinary Press.
- Worthington, E. L. Jr, (1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads, *Journal of Family therapy*, 20, 59-76.
- Worthington, E.L., Witvliet, C.V., Lerner, A., & Schere, M. (2005). Forgiveness in Health Research and Medical Practice. *The Journal of Science and Healing*, 1(3), 169-176.

Archive of SID

## The relationship between religious beliefs, happiness with forgiveness among college students of Islamic Azad University

\*Parviz Asgari, PhD  
\*\*Khadijeh Roshani, MA  
\*\*Hamideh Abafat, MA  
\*\*\*Mana Asgari, MA  
\*\*\*Amin Zamiri, MA

### Abstract

The present study was purposed to establish the relationship between religious beliefs, happiness with forgiveness among college students of Islamic Azad University. The sample of research included 300 subjects (150 female and 150 male) who were selected based on stratified random sampling. For the measurement of the variables Arian Religious Belief Inventory, Oxford Happiness Inventory and Forgiveness Scale (FS) were used. Statistical methods included Pearson correlation coefficient and regression analysis. Results indicated that was a significant correlation between religious belief and forgiveness and also between happiness and forgiveness. The results of regression analysis also showed that happiness and religious belief were predictive variables concerned with forgiveness.

**Keywords:** religious beliefs, happiness, forgiveness

\*Faculty member of Psychology Department, Ahvaz branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.

\*\*MA in Psychology Department, Ahvaz branch, Islamic Azad University, Iran.

\*\*\* MA in Clinical Psychology