

## اخلاق

فصلنامه علمی - ترویجی در حوزه اخلاق

سال هفتم، شماره ۲۶، پیاپی ۴۸، تابستان ۱۳۹۶

صفحات ۵۱-۶۷

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

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

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

### 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

\* نویسنده مسئول: دانش‌آموخته کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی دانشگاه محقق اردبیلی و دانشجوی دکتری اقتصاد و مدیریت مالی آموزش عالی دانشگاه تهران، ایران. رایانامه: m.zmbm@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.



داده‌ها در نرم‌افزار SPSS ۱۹، 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 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



انسان-ها از مذهب و دین مرتبط می‌دانند. در واقع، تحقیقات نشان داده‌اند مذهبی بودن می‌تواند تأثیر بحران-های شدید زندگی را کم کند. امروزه، پژوهشگران و مردم به اهمیت نقش مذهب در کارکردهای مختلف روانی و اجتماعی در حوزه سلامت، بیماری‌های جسمی و... اذعان دارند (غرایی 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 ارزش-هایی 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 علی-رغم اشتباهات یا شکست در مواجهه با انتظارات، ادامه پیدا کند. بنابراین، عامل مهمی در حفظ روابط طولانی‌مدت و زنجیره-ای 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 به طور 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 شاخص-های مذهبی که روانشناسان شخصیت معرفی کرده‌اند، همبستگی دارد (ماوگرو و دیگران، ۱۹۹۲/ مالتی 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 به شمار 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 (والکر 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 تأثیرپذیرد. 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 گورساج، ۲۰۰۲، ص ۱۱۲۷) نشان داد افرادی که نمره بالایی در روان‌آزوده‌خویی کسب می‌کنند، کمتر می‌بخشند و افراد برون‌گرا و کسا-نی 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، به‌ویژه 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، به‌ویژه کارشناسان سازمان جهانی بهداشت است. ظهور مجدد گُنش 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 این‌رو، 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 دوره تحصیل...) و لزوم سازگاری مناسب، افراد باید از سلامت روانی و خوداتکایی بیشتری برخوردار باشند تا بتوانند در تحصیل و در نهایت، در حرفه خود به موفقیت دست یابند. مشکلات دوران دانشجویی می‌تواند زمینه افسردگی را فراهم کند و سلامت دانشجویان را به خطر اندازد (انصاری و دیگران، ۲۰۰۸، ص ۳۰۱).

### پیشینه 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 روان‌رنجوری با بخشایش





و بهزیستی روانشناختی رابطه منفی دارد؛ اما برون‌گرایی، گشودگی، توافق و وظیفه-شناسی با بخشایش رابطه مثبت و مؤثری دارد و بخشایش را پیش-بینی می‌کند. در پژوهش براون و فلیپس (۲۰۰۵) معلوم شد میان عامل بخشایش. برون‌گرایی با سلامت روان (عاطفه مثبت و رضایت از زندگی) رابطه‌ای مثبت وجود دارد. نتیجه کار مالتبی و همکارانش (۲۰۰۴) هم بیانگر این بود که روان‌رنجوری - 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 رابطه سلامت روان را با بخشایش تأیید کرد. مک-کالوگ 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 زندگی-شان پی بردند. به عبارت دیگر، افرادی که بیشتر می‌بخشند، کم‌تر از مشکلات مربوط به سلامت روان و جسم شکایت می‌کنند. ماوگرو همکاران (۱۹۹۲) گزارش دادند شکست در بخشیدن خود و دیگران با درجه اشتیاق اجتماعی رابطه منفی دارد. آنها با جمع-بندی یافته‌های خود دریافتند شکست در بخشودن خود، نوعی درون‌تنبیه-گری است و تا اندازه 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، برون‌تنبیه-گری است و متعاقباً میزان زیادی بیگانگی و درون-گرایی 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 آزمودن فرضیه‌های زیر بوده است:

- میان ویژگی-های شخصیتی با بخشایش دانشجویان، رابطه وجود دارد.
- میان سلامت روان با بخشایش دانشجویان، رابطه وجود دارد.
- میان ویژگی-های 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 نمونه-گیری

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 دانشجو 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 بالایی 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 وخیم. 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 براساس 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 روان-رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و باوجدان بودن به ترتیب عبارتند از: ۰/۸۴، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۸۳. همچنین، براساس تحقیق ملازاده (۱۳۸۱)، آلفای کرونباخ برای روان-رنجوری 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 SPSS ۲۱، تحلیل شد.

#### یافته‌های پژوهش

جدول ۱: ضریب همبستگی ویژگی‌های شخصیتی با بخشایش دانشجویان

زیرمقیاس‌ها	۱	روان‌رنجوری	برون‌گرایی	گشودگی	توافق	باوجدان بودن
بخشایش	-					
روان‌رنجوری	۰/۰۰۶	-				



			-	۰/۳۰۹**	**	برون- گرایی ۱۲۰ ۰/
		-	۰/۲۸۷**	۰/۲۸۵**	۰/۱۷۳**	گشودگی
	-	۰/۴۶۷**	۰/۵۶۷**	۰/۵۵**	**	توافق ۰/۳۹۹
-	۰/۴۳۶**	۰/۱۴۸**	۰/۷۴۱**	۰/۳۰۰**	۰/۱۵۵**	باوجدان بودن

\*\* : معنی داری رابطه در سطح ۰/۰۱

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد 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 مؤلفه‌های سلامت روانی با بخشایش دانشجویان

۵	۴	۳	۲	۱	زیرمقیاس‌ها
				-	نشانه‌گان بدنی
			-	۵۲۳** ۰/	اضطراب و بی‌خوابی
		-	۰/۵۴۲**	۴۵۵** ۰/	نارسا کنش‌وری اجتماعی
	-	۰/۴۵۸**	۰/۵۲۲**	** ۰/۴۴۴	افسردگی
-	۰/۲۱۴**	۰/۱۷۴**	۰/۱۹۸**	** ۰/۱۴۴	بخشایش

\*\* : معنی داری رابطه در سطح ۰/۰۱



نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد مؤلفه‌های 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 می‌شود.

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

Adj. R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>	R	sig	F	مجدور میانگین	df	مجموع مجدورات	
۰/۵۸	/۵۹	/۷۶	۰/۰۰۰	/۵۸ ۴۳	۶۰/	۵	۹۷/	رگرسیو
					۳۲۳		۱۶۱۷	ن
					۷/۴۲	۱۵	۵۳/	باقیمانده
						۴	۱۱۴۳	ده
					۱۵	۲۱۶۱/۵۰	کل	
					۹			

نتایج جدول ۳ نشان داد مدل کلی رگرسیون معنی دار 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 و 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	روان رنجوری
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، /۴۰، -۰/۴۳، و Beta = -۰/۴۳، /۴۰، -۰/۸۰، ۰/۸۹، ۰/۳۹؛ اما نقش روان‌رنجوری در پیش‌بینی بخشایش مؤثر نبود (جدول ۴).

### بحث و نتیجه‌گیری

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 / مالتی و همکاران، ۲۰۰۴ / چالمه، ۱۳۹۰) هم‌خوانی 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 نقشی 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 بین‌فردی 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، به نوعی 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 اندازه زیادی با هم آمیخته‌اند.

یافته 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) درباره ارتباط عامل بخشایش با سلامت روان، مالتی، دی و باربر (۲۰۰۴) درباره همبستگی بخشایش با سلامت روان و پارگامنت (۲۰۰۲) درباره 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 التیام آزدگی 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 بین فردی بررسی کرد.

بر اساس نتایج این پژوهش، پیشنهاد می‌شود:



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

۱. قرآن مجید؛ ترجمه مهدی الهی قمشه-ای؛ تهران: مرویچاله، رضا (۱۳۹۰)؛ «نقش واسطه-ای بخشایش در رابطه ویژگی-های شخصیتی و بهزیستی روانشناختی نوجوانان»؛ فصلنامه روش‌ها و مدل‌های روانشناختی؛ ۲ ش (۶)، ص ۱ تا ۱۶.  
 ۲. چاوشی آقایی، 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»؛ یافته-های نو در 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. غرای، 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. Ansari H, Bahrami L, Akbarzade L, Bakhasani Nm. Assessment Of General Health And Some Related Factors Amongstudents Of Zahedan University Of Medical Sciences In ۲۰۰۷. Zahedan J Res Med Sci (Tabib-E-Shargh) ۲۰۰۸; ۹(۴): ۳۰۴-۲۹۵. [In Persian.]

۸. Baskin, Thomas, Enright, Robert, ۲۰۰۴, Intervention Studies On Forgiveness: A Meta- Analysis. Journal Of Counseling & Development, (۸۲), ۹۰-۷۹.

۹. Brown, R. P., & Phillips, A., ۲۰۰۵, Letting Bygones Be Bygones: Further Evidence For The Validity Of The Tendence To Forgive Scale. Personality And Individualdifferences, ۳۸, ۶۳۸-۶۲۷.

۱۰. Lawler-Row, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., & Jones, W. H, ۲۰۰۶, The Role Of Adult Attachment Style In Forgiveness Following An Interpersonal Offense. Journal Of Counseling And Development, ۸۴, ۴۹۳-۵۰۲.

۱۱. McCrae, R. R & Costa, P. T, ۱۹۸۷, Validation Of The Five- Factor Model Of Personality Across Instruments And Observation, Journal Of Personality Andsocial Psychology, ۵۲, ۹۰-۸۱.

۱۲. McCullough, M.C., & Worthington, E.L, ۱۹۹۵, Promoting Forgiveness: A Comparisonof Two Brief Psychoeducational Groups With Waiting List Control. Counseling And Values, ۴۰, ۵۵-۶۸.

۱۳. Mauger, P. A., Perry, J. E., Freeman, T., Grove, D. C., McBride, A. G., & Mckinney, K. E, ۱۹۹۲, The Measurement Of Forgiveness:







Preliminary Research. *Journal Of Psychology And Christianity*, ۱۱, ۱۷۰- ۱۸۰.

۱۴ Maltby, J., Macaskill, A., & Gillett, ۲۰۰۷, The Cognitive Nature Of Forgiveness: Using Cognitive Strategies Of Primary Appraisal And Coping To Describe The Process Of Forgiving. *Journal Of Clinical Psychology*, ۶۳, ۵۵۵-۵۶۶

۱۵ Maltby, J., Day, L., & Barber, L., ۲۰۰۴, Forgiveness And Mental Health Variables: Interpreting The Relationship Using An Adaptational-Continuum Model Of Personality And Coping. *Personality And Individual Differences*, ۳۷, ۱۶۴۱-۱۶۲۹

۱۶ Mccullough, M.C., & Worthington, E.L., ۱۹۹۵, Promoting Forgiveness: A Comparison Of Two Brief Psychoeducational Groups With Waiting List Control. *Counseling And Values*, ۴۰, ۵۵-۶۸

۱۷ Rye, M. S., And Pargament, K., I., ۲۰۰۲, Forgiveness And Romantic Relationships In College: Can It Heal The Wounded Heart?, *Journal Of Clinical Psychology*, ۵۸(۴):۴۱۹-۴۴۱

۱۸ Walker, D. F., & Gorsuch, R. L., ۲۰۰۲, Forgiveness Within The Big Five Personality Model. *Personality And Individual Differences*, ۳۲, ۱۱۲۷-۱۱۳۸

۱۹ World Health Organization, ۲۰۰۰, Health Systems: Improving Performance. Geneva: Who, The World Health Report.

۲۰ Pollard, M., Anderson, A., Anderson, T., Jennings, G, ۱۹۹۸, The Development Of A Family Forgiveness Scale. *Journal Of Family Therapy*, ۲۰: ۹۵-۱۰۹