



پيش بينی بخشش بر اساس خوش بينی و همدلی در محصلان پوهنځی تعليم و تربيه پوهنتون شيخ زايد-خوست

پوهنمل دکور احسان الله احسان^۱، پوهندوی محمدطاهر خپلواک^۲، پوهنمل سيدشاه گل وياړ^۳

^{۱،۲} دپيارتمنت روان شناسی، پوهنځی تعليم و تربيه، پوهنتون شيخ زايد، خوست - افغانستان

^۱ دپيارتمنت پيداگوژی، پوهنځی روان شناسی و علوم تربیتي، پوهنتون کابل، کابل - افغانستان

ایمیل: ehsan.af.1988@gmail.com

چکیده

هدف تحقیق حاضر پیش‌بینی بخشش بر اساس خوش‌بینی و همدلی در میان محصلان پوهنځی تعليم و تربيه پوهنتون شيخ زايد بود. این تحقیق با طرح توصیفی - همبستگی انجام شد و داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان تحلیل گردید. جامعه آماری شامل تمام محصلان این پوهنځی بود که از میان آنان ۱۹۵ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی و با استفاده از جدول مورگان انتخاب شدند. ابزارهای تحقیق شامل مقیاس بخشش تامپسون (۲۰۰۵)، مقیاس همدلی (EQ-8) و مقیاس خوش‌بینی شیپر و کارور (۱۹۹۴) بود. نتایج نشان داد میان خوش‌بینی، همدلی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین مدل کلی پیش‌بینی بخشش معنادار بود؛ اما تنها خوش‌بینی توانست به طور معنادار بخشش را پیش‌بینی کند و سهم همدلی پس از کنترل اثر خوش‌بینی معنادار نبود. یافته‌ها نشان داد خوش‌بینی نقش مهم‌تری در تبیین بخشش داشته و تقویت نگرش‌های خوش‌بینانه می‌تواند به افزایش بخشش کمک کند.

واژه‌های کلیدی: بخشش؛ خوش‌بینی؛ همدلی؛ محصلین پوهنتون؛ رگرسیون چندگانه

Predicting Forgiveness Based on Optimism and Empathy among Students of the Faculty of Education, Sheikh Zayed University–Khost

Ehsanullah Ehsan^{1*}, Muhammad Tahir Khpalwak², Sayed Shah Gul Weyar³

^{1,3} Sheikh Zayed University, Department of Education, Faculty of Education, Khost, Afghanistan

² Kabul University, Department of Pedagogy, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kabul, Afghanistan

Email: ehsan.af.1988@gmail.com

Abstract

The present study aimed to predict forgiveness based on optimism and empathy among students of the Faculty of Education at Shaikh Zayed University. The study employed a descriptive–correlational design, and the data were analyzed using Pearson correlation coefficient and simultaneous multiple regression analysis. The statistical population included all students of the faculty, from whom 195 participants were selected through random sampling using Morgan's table. The research instruments consisted of the Thompson Forgiveness Scale (2005), the Empathy Scale (EQ-8), and the Life Orientation Test developed by Scheier and Carver (1994). The results indicated a significant positive relationship among optimism, empathy, and forgiveness. The overall regression model for predicting forgiveness was significant; however, only optimism significantly predicted forgiveness, while empathy was not significant after controlling for optimism. The findings suggest that optimism plays a more prominent role in explaining forgiveness, and strengthening optimistic attitudes may contribute to increasing forgiveness.

Keywords

Forgiveness; Optimism; Empathy; University Students; Multiple Regression

ارجاع: احسان، ا.، خپلواک، م. ط. و وياړ، س. ش. (۱۴۰۴). پيش بينی بخشش بر اساس خوش بينی و همدلی در محصلان پوهنځی تعليم و تربيه پوهنتون شيخ زايد-خوست. ژورنال علمي - تحقيقي علوم اجتماعي - پوهنتون کابل ۸(۴).

<https://doi.org/10.62810/jss.v8i4.444>. ۲۱-۴۰

مقدمه

بخشش به عنوان یک سازه مهم در روانشناسی مثبت نگر، به فرایند کاهش هیجانات، شناخت‌ها و انگیزه‌های منفی نسبت به فرد خطاکار و جایگزینی تدریجی پاسخ‌های مثبت اشاره دارد. البته نقش آن در زمان قدرت بسیار قوی است. بخشش مزایای درون فردی و بین فردی زیادی به همراه دارد. بخشش نه تنها پیامدهای مثبت هیجانی، شناختی، ارتباطی و فیزیکی برای فرد بخشنده فراهم می‌کند، بلکه سبب ترمیم روابط آسیب دیده نیز می‌گردد (تسه و ییب^۱، ۲۰۰۹). می‌توان بخشش را به عنوان یک متغیر موقعیتی بررسی کرد و ابعاد آن می‌تواند شامل انواع هدف‌ها (مانند خود، دیگران، اجتماعات و خدا) و روش‌ها (مثلاً عرض، جستجو و احساس) باشد (وب^۲ و همکاران، ۲۰۱۲). اجماع دانشمندان ابعاد بخشش را کاهش افکار، احساسات، انگیزه‌ها و رفتار منفی نسبت به مجرم می‌داند حتی بخشش می‌تواند خطرناک باشد. پیامدهای منفی بالقوه زمانی رخ می‌دهد که مجرم درک کنند که بخشیده شده‌اند و آن را به عنوان سیگنالی برای ارتکاب جرم مجدد تلقی می‌کنند (ساتون^۳، ۲۰۲۰).

بخشش را باید به عنوان یک ساختار چند بعدی حاوی عاطفه، رفتار و شناخت، مفهوم سازی کرد و بر اهمیت اهداف مختلف (مثل شخص، دیگران و خدا) و شیوه‌های بخشش (مانند ابراز احساس و جستجو) تأکید کرد (توسنت و وب^۴، ۲۰۰۵). بخشش یک فضیلت اخلاقی است و معمولاً به عنوان تمایل به کنار گذاشتن حق خود برای رنجش، قضاوت منفی و رفتار ناهنجار نسبت به کسی که به ناحق به ما آسیب رسانده است، تعریف می‌شود (فریدمن و آنرایت^۵، ۲۰۱۹). همچنان بخشش به عنوان یک فضیلت اخلاقی از جمله کاهش تدریجی واکنش‌های منفی نسبت به متخلف و رشد تدریجی احساسات، افکار و رفتارهای مثبت نسبت به آن شخص می‌باشد (زهرکووا^۶ و همکاران، ۲۰۱۹). بخشودن و بخشش یک فضیلت اخلاقی است که در برابر خطای دیگران انجام می‌شود و قابل آموزش دادن است (آنرایت^۷، ۲۰۱۱). و یا یک دگرگونی انگیزشی است که افراد را متمایل می‌کند تا

¹ Tse & Yip

² Webb

³ Sutton

⁴ Toussaint & Webb

⁵ Freedman & Enright

⁶ Záhorcová

⁷ Enright

از واکنش‌های مخرب رابطه‌ی جلوگیری کنند و با کسی که رفتار مخربی با آن‌ها داشته است رفتار سازنده داشته باشند (مکگالو^۸ و همکاران، ۱۹۹۷).

مطالعات مربوط به بخشش نشان می‌دهد که بخشش سلامت جسمی و روانی را افزایش می‌دهد، می‌تواند به بازگرداندن اهداف خیرخواهانه و مشارکتی به روابط و حمایت اجتماعی کمک کند، و نیز بر تمایل فرد به بخشش تأثیر می‌گذارد (کومار و دیکشیت^۹، ۲۰۱۴). در واقع، بخشش به عنوان یک استراتژی مدیریت تعارض بسیار مهم شناخته شده است که نه تنها می‌تواند تأثیر مخرب تعارض بین فردی را کاهش دهد، بلکه می‌تواند رفاه و بهره‌وری را نیز ارتقا دهد (توسنت و همکاران، ۲۰۱۵). ثابت شده است که نبخشیدن یکی از مهمترین منابع استرس در زندگی یک فرد است و به نوبه خود، بخشش به عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای مؤثر شناخته می‌شود که می‌تواند برای مقابله با وضعیت استرس‌زا استفاده شود (اونال و یالچین^{۱۰}، ۲۰۱۷). و مطالعات متعدد به این نتیجه رسیدند که بخشش دیگران و بخشش خود پیش‌بینی‌کننده سلامت جسمی و روانی فرد است: افسردگی، استرس و احساس شرم را کاهش می‌دهد و رضایت از زندگی و سطح شادی ذهنی را بهبود می‌بخشد (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۵؛ فریدبرگ^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۹؛ ساچدی^{۱۲} و همکاران، ۲۰۰۶؛ رنگانادان^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۰؛ الدلکلی اوغلو^{۱۴}، ۲۰۱۵). در ضمن وقتی افراد در مورد رویدادهای آزاردهنده فکر می‌کنند، دوباره تجربه می‌کنند و خود را در افکار و احساسات منفی غوطه‌ور می‌کنند و باعث می‌شود کمتر ببخشند (وو^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۹).

افراد شاد نسبت به روابط خوش‌بین و از زندگی رضایت بیشتری نشان می‌دهند (عبدالخالق، ۲۰۲۰). خوش‌بینی به عنوان تمایل به انتظار نتایج مطلوب تعریف می‌شود (سریواستاوا و آنجلو^{۱۶}، ۲۰۰۶) و یا خوش‌بینی یک جهت‌گیری مثبت نسبت به آینده را توصیف می‌کند. خوش‌بین‌ها افرادی هستند که تمایل به انتظار نتایج مثبت در آینده دارند، حتی در صورت بروز مشکلات. "به طور کلی" به نظر می‌رسد، انتظارات مثبت خوشبین‌ها محدود به یک حوزه رفتاری خاص یا طبقه‌ای از تنظیمات

⁸ McCullough

⁹ Kumar & Dixit

¹⁰ Onal & Yalcin

¹¹ Friedberg

¹² Suchday

¹³ Ranganadhan

¹⁴ Eldeleklioglu

¹⁵ Wu

¹⁶ Srivastava & Angelo

نیست و به همین ترتیب، افراد بدبین اغلب ظاهری بدبین به نظر می‌رسند (شیر و کارور^{۱۷}، ۱۹۸۵ و ۱۹۹۲).

لی^{۱۸} (۲۰۱۹)، فریدمن و توسنت (۲۰۰۶) طی تحقیق‌های خود دریافتند، که بخشش با خوش‌بینی ارتباط مثبت دارد، همچنان بررسی فریدمن و توسنت نشان می‌دهد که بخشش یک ساختار چند بعدی می‌باشد. رحماندانی^{۱۹} و همکاران (۲۰۲۱) در تحقیق خود نشان می‌دهد؛ علی‌رغم ارتباط نزدیک میان بخشش و خوش‌بینی، بخشش می‌تواند در ارتقای خوش‌بینی نقش مهمی داشته باشد. در ضمن ماتیس^{۲۰} و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد که، باورها در مورد کیفیت رابطه فرد با خدا و اعتقاد به بخشش الهی رابطه بین دین‌داری ذهنی و خوش‌بینی را به طور کامل واسطه می‌کنند، اما این رابطه عمدتاً توسط رابطه با خدا ایجاد می‌شود. یعنی افراد بخشنده برای بخشش الهی خوش‌بینی بیشتری نشان می‌دهند. خوش‌بینی گرایشی، انتظار تعمیم یافته‌ای است که اتفاقات خوب در آینده رخ خواهد داد (شایر و کارور، ۱۹۸۵).

مطالعات نشان داده است که خوش‌بینی با بیگانگی اجتماعی کمتر (شایر و کارور، ۱۹۸۵) و تعامل سازنده‌تر در طول تعارض بین فردی مرتبط است (سریواستاوا و همکاران، ۲۰۰۶). ورثینگتون و وید^{۲۱} (۱۹۹۹) بیان کرده است که انتظار می‌رود دیدگاه خوش‌بینانه از یک رابطه و خود در آن رابطه بر روی وقوع بخشش تأثیر بگذارد. در واقع، برخی از تحقیقات نشان می‌دهند که خوش‌بینی ممکن است بخشش را تا حدی پیش‌بینی کند که مقابله مثبت و حل مشکل مشارکتی را پس از یک درگیری تسهیل کند (اسد و همکاران، ۲۰۰۷).

همدلی به عنوان مهارت بین فردی عبارت از توانایی است که انسان را برای شناخت و پاسخ‌دهی به حالت‌های ذهنی دیگران قادر می‌سازد (محمد امین زاده و همکاران، ۲۰۱۷). همدلی به معنای توانایی و حساسیت درمانگر است تا بتواند افکار، احساسات و چالش‌های مراجع را از دیدگاه خودش درک کند. این توانایی شامل دیدن جهان از نگاه مراجع و پذیرفتن چارچوب مرجع او، یعنی ورود به دنیای ادراکی خصوصی دیگری، می‌باشد (گرینبرگ، ۲۰۰۱)، اما داشتن نگرش و تفکر تمسخر آمیز نسبت به یک فرد، برکل جامعه اثر منفی می‌گذارد (الکوزی و همکاران، ۲۰۲۳). به احتمال زیاد

¹⁷ Scheier & Carver

¹⁸ Li

¹⁹ Rahmandani

²⁰ Mattis

²¹ Worthington & Wade

توانایی درک، برقراری ارتباط و رفتار با دیگران به گونه‌ای که دوست دارد با او رفتار شود، فرد را قادر می‌سازد که دیگران را ببخشد. فرد همدل تمایل دارد به جای تمرکز بر تجربیات خود به شیوه‌ی خودخواهانه، بر تجربیات دیگران به شیوه‌ی نسبتاً عینی یا غیر خودخواهانه تمرکز کند. کلیشه‌های رایج و فرهنگ عامه نشان می‌دهد که زنان نسبت به مردان ظرفیت بیشتری برای درک افکار و احساسات دیگران دارند. در ضمن تفاوت‌های جنسیتی در همدلی نشان می‌دهد که زنان دارای سطوح بالاتری نسبت به مردان هستند. اما این تفاوت به طور مشابه برای بخشش وجود ندارد (توسن و وب^{۲۲}، ۲۰۰۵؛ میلر^{۲۳} و همکاران، ۲۰۱۲). علیرغم تفاوت در نمرات همدلی، یافته‌ها نشان می‌دهد که هم در بین مردان و هم در زنان، افراد با سطوح بالاتر همدلی کار را برای بخشش دیگران آسان‌تر می‌کنند (مکاسکیل^{۲۴} و همکاران، ۲۰۰۲). زیرا همدلی نقش مهمی در فرآیند بخشش دارد و می‌توان بخشش را با مداخلات مبتنی بر همدلی ارتقاء داد (براس^{۲۵} و همکاران، ۲۰۰۵).

بر اساس رویکرد مک‌گالو^{۲۶} (۱۹۹۸) سه نظام که به فرآیند بخشش بین فردی کمک می‌کنند عبارتند از: نظام صمیمت-همدلی که در آن همدلی به عنوان عامل اصلی در بخشش تلقی می‌شود. دوم نظام نشخوار فکری است که در آن نشخوارهای ذهنی پس از وقوع اشتباهات نمایان می‌شود و بر وخامت آسفتگی‌های بین فردی می‌افزاید و در پیش‌بینی انگیزه انتقام مؤثر می‌باشد. سوم بازسازی صمیمت میان افراد است که مانع رفتارهای اجتنابی می‌شود و رفتارهای آشتی‌جویانه را تقویت می‌بخشد. همچنین در رویکرد مک‌گالو و همکاران (۱۹۹۸) بیان شده است که ارتقاء همدلی باعث افزایش میزان بخشش می‌شود و فرض براین است که همدلی با فرد رنجاننده، در محوریت تسهیل شرایط قرار دارد که منجر به بخشش می‌شود.

در سال‌های اخیر، توجه محققان روانشناسی به متغیرهای مثبتی مانند بخشش، خوش‌بینی و همدلی افزایش یافته است؛ زیرا این عوامل نقش مهمی در سلامت روانی، روابط اجتماعی باکیفیت و سازگاری فردی دارند. محصلین پوهنتون به دلیل فشارهای تحصیلی، اجتماعی و آینده، بیش از سایر گروه‌ها در معرض مشکلات روانی قرار دارند و نگرش آنها به زندگی می‌تواند بر روابط بین فردی و عملکرد تحصیلی آنها تأثیر بگذارد.

²² Toussaint & Webb

²³ Mellor

²⁴ Macaskill

²⁵ Brose

²⁶ McCullough

با وجود اهمیت و گسترش تحقیقات درباره بخشش، خوش بینی و همدلی در جوامع مختلف، بخصوص در جوامع پوهنتونی افغانستان تحقیقات تجربی خیلی کم به بررسی این متغیرها پرداخته اند؛ از این رو بررسی نقش پیش بینی کننده این متغیرها در میان محصلان می تواند خلا تحقیقی موجود را تا حدی برطرف سازد. کمبود اطلاعات علمی در این زمینه، برنامه ریزی آموزشی و روانشناختی را محدود می کند. بنابراین، مسئله اصلی این تحقیق بررسی رابطه بین بخشش، خوش بینی و همدلی در بین محصلین پوهنخی تعلیم و تربیه پوهنتون شیخ زاید است تا مشخص شود که آیا رابطه معناداری بین این متغیرها وجود دارد یا خیر. همچنان فرضیه های تحقیق عبارت اند از:

به نظر می رسد که بین خوش بینی و بخشش رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد و بخشش را پیش بینی می کند.

به نظر می رسد که بین همدلی و بخشش رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد و بخشش را پیش بینی می کند.

روش تحقیق

روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی- همبستگی می باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر تمامی محصلین پوهنخی تعلیم و تربیه پوهنتون شیخ زاید- خوست مشغول به تحصیل در سال ۱۴۰۳ بوده اند که بالغ بر ۴۰۰ نفر هستند. از بین آنان ۱۹۵ نفر با بهره گیری از جدول مورگان به صورت نمونه گیری تصادفی انتخاب گردید. معیار ورود به تحقیق اشتغال به تحصیل در پوهنتون و تمایل محصل به شرکت در تحقیق بود. پیش از اجرای تحقیق، مجوزهای لازم اخذ گردید و شرکت کنندگان پس از دریافت توضیحات لازم در باره اهداف تحقیق، به صورت داوطلبانه و با رضایت آگاهانه در تحقیق شرکت کردند. البته محرمانه بودن اطلاعات نیز به آنان اطمینان داده شد. جهت جمع آوری داده ها مجموعاً ۱۹۵ پرسشنامه در بین محصلین توزیع شد. بعد از جمع آوری، پرسشنامه ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها در سطح آمار توصیفی از میانگین، انحراف معیار و آزمون همبستگی پیرسون و در سطح آمار استنباطی از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان در سطح معنی داری $p < 0.05$ ، تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار نسخه ۲۲-SPSS و ۲۲-AMOS انجام شد.

ابزار تحقیق

قابل ذکر است که پرسشنامه‌های مورد استفاده در این تحقیق، در مرحله نخست از زبان انگلیسی به زبان دری ترجمه گردید. سپس به منظور اصلاحات گرامری و ارزیابی علمی، در اختیار متخصصان زبان و ادبیات دیپارتمنت دری، پوهنخی زبان و ادبیات پوهنتون شیخ زاید — خوست قرار داده شد. پس از تأیید نهایی ایشان، پرسشنامه‌ها در روند جمع‌آوری داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت.

الف) پرسشنامه بخشش: این پرسشنامه توسط تامپسون، اشنایدر، هافمن ۲۷ و همکاران در سال (۲۰۰۵) طراحی شد که ۱۸ گویه دارد. پرسشنامه از سه زیر مقیاس (خود، دیگر و موقعیت) بخششی درست شده است و در مقابل هر گویه یک مقیاس ۷ درجه‌ای از همیشه غلط (نمره ۱) تا همیشه صحیح (نمره ۷) قرار دارد. پایایی و روایی: ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای مقیاس گرایش به بخشش (خود، دیگران و موقعیت) بین ۰،۷۲ الی ۰،۷۷ مشخص شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه خود بخششی بر اساس داده‌های بدست آمده (۰،۶۶) می‌باشد. و ضریب آلفای کرونباخ در تحقیق حاضر برای بخشش (خود، دیگران و موقعیت) ۰،۹۶، ۰،۶۸ و ۰،۷۳ و برای کل پرسشنامه ۰،۷۱ محاسبه شدند. برای بررسی روایی پرسش‌نامه بخشش از روش تحلیل عوامل تاییدی استفاده شده.

جدول ۱: شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه بخشش در نمونه اصلی

شاخص‌های برازش	X2	DF	X2/DF	IFI	CFI	RMSEA
اندازه قابل قبول	-	-	نزدیک به ۱	بزرگتر از ۰/۹۰	بزرگتر از ۰/۹۰	۰،۰۸ و کمتر
شاخص اولیه	۲۵۷/۸۶	۱۳	۱۹/۸۳	۰/۸۶۷	۰/۸۶۵	۰/۰۸۳
شاخص نهایی	۸۶۲/۷۹	۴۲	۱/۹۳	۰/۹۳۵	۰/۹۳۴	۰/۰۴۶

نتایج به دست آمده در جدول (۱) نشان می‌دهد، شاخص اولیه برازش مناسبی نداشته است زیرا (CFI) برابر با ۰،۸۶۵ (IFI) برابر به ۰،۸۶۷ و RMSEA برابر با ۰،۰۸۳ بدست آمد. برای آنکه که بار عاملی ماده‌های ۱، ۳، ۵، ۹، ۱۱، ۱۳ و ۱۷ زیر ۰،۳۰ بود از پرسشنامه حذف گردید و تحلیل مجدد روی داده‌ها صورت گرفت و شاخص‌ها برازش بهتری پیدا کردند و در نهایت شاخص RMSEA برابر

با ۰،۰۴۶، مجذور خی (X^2) برابر با ۸۶۲،۷۹ درجه آزادی (DF) برابر با ۴۲، شاخص نسبی مجذور خی به درجات آزادی (X^2/DF) برابر با ۱،۹۳، شاخص (IFI) برابر با ۰،۹۳۵ و شاخص (CFI) برابر با ۰،۹۳۴، به دست آمدند. بنابراین می توان گفت مقیاس بخشش از برازش مطلوب برخوردار می باشد.

ب) پرسشنامه همدلی (۸-EQ): مقیاس همدلی (EQ) در سال (۲۰۰۳) توسط بارون کوهن^{۲۸} و ویل رایت^{۲۹} در مرکز تحقیقات اوتیسم در پوهنتون کمبریج ایجاد شده است. ضریب همدلی (EQ) یک پرسشنامه خودگزارشی ۶۰ سوالی است که برای ارزیابی همدلی در میان بزرگسالان مبتلا به اوتیسم با عملکرد بالا (HFA) یا سندرم آسپرگر (AS) طراحی شده است که شامل ۴۰ مورد همدلی و ۲۰ مورد پرکننده/کنترل است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه همدلی ۰،۹۲ محاسبه شده است (بارون-کوهن و ویلریت، ۲۰۰۴؛ لاورنس^{۳۰} و همکاران، ۲۰۰۴). همچنان این پرسشنامه در سال (۲۰۰۶) توسط بارون-کوهن و همکاران در فرم کوتاه تری با داشتن ۲ آیتم ترتیب و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰،۸۸ محاسبه شده است. نسخه هشت موردی ضریب همدلی از وکابایاشی^{۳۱} و همکارانش مشتق شده است و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰،۷۶ محاسبه شده است (لوون^{۳۲} و همکاران، ۲۰۰۹) و در تحقیق حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰،۷۲ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسشنامه همدلی از روش تحلیل عوامل تاییدی استفاده شده.

جدول ۲: شاخص های برازش تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه همدلی در نمونه اصلی

شاخص های برازش	X ²	DF	X ² /DF	IFI	CFI	RMSEA
اندازه قابل قبول	-	-	نزدیک به ۲	بزرگتر از ۰،۹۰	بزرگتر از ۰،۹۰	۰،۰۰۸ و کمتر
شاخص اولیه	۱۰۵،۶۷۶	۲۰	۵،۳۱	۰،۶۶۶	۰،۶۵۱	۰،۱۲۴
شاخص نهایی	۱،۱۳۱	۲	۰،۵۷	۰،۹۴۰	۰،۹۴۴	۰،۰۰۰

چنانچه جدول (۲) نشان می دهد، شاخص اولیه برازش مناسبی نداشته است زیرا (CFI) برابر با ۰،۶۵۱، (IFI) برابر به ۰،۶۶۶ و RMSEA برابر با ۰،۱۲۴ بدست آمد. از آنجا که بار عاملی ماده

²⁸ Baron-Cohen

²⁹ Wheelwright

³⁰ Lawrence

³¹ Wakabayashi

³² Loewen

های ۵، ۶، ۷ و ۸ زیر ۰،۳۰ بود از پرسشنامه حذف گردید و تحلیل دوباره روی داده‌ها صورت گرفت. در نتیجه شاخص‌های برازندگی برازش بهتری یافتند و در نهایت شاخص RMSEA برابر با ۰،۰۰۰، مجذور خی (X2) برابر با ۱،۱۳۱، درجه آزادی (DF) برابر با ۲، شاخص نسبی مجذور خی به درجات آزادی (X2/DF) برابر با ۰،۵۷، شاخص (IFI) برابر با ۰،۹۴۰ و شاخص (CFI) برابر با ۰،۹۴۴ به دست آمدند. بنابراین می‌توان گفت مقیاس هم‌دلی از برازش مطلوبی برخوردار است.

ج) پرسشنامه جهت‌گیری زندگی (خوش بینی): شییر و کارور^{۳۳} (۱۹۸۵) برای ارزیابی خوش بینی سرشتی، آزمون جهت‌گیری زندگی خود (LOT) گزارش خلاصه‌ای را تدوین کرد و بعداً نسخه تجدید نظر شده آزمون جهت‌گیری زندگی (LOT - R) جانشین آزمون اصلی (LOT) شد (شییر و همکاران، ۱۹۹۴). معیار ۱۰ ماده‌ای خوش بینی در مقابل بدبینی از ۱۰ مورد، ۳ مورد خوش بینی، ۳ مورد بدبینی و ۴ مورد به عنوان پرکننده عمل می‌کنند. پاسخ دهندگان هر مورد را در یک مقیاس ۴ درجه‌ای ارزیابی می‌کنند: ۰ = کاملاً مخالف، ۱ = مخالف، ۲ = خنثی، ۳ = موافق، و ۴ = کاملاً موافق. در تحقیق خدایی و همکاران (۱۳۹۵) روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه با استفاده از آزمون تحلیل عاملی تایید شد است. همچنین پایایی این پرسشنامه توسط ضریب آلفای کرونباخ در دو بعد خوش بینی و بدبینی ۰،۷۷ و ۰،۸۸ بدست آمد که نشانگر پایایی خوب این ابزار می‌باشد. در تحقیق حاضر ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰،۶۹ می‌باشد. برای بررسی روایی پرسشنامه خوش بینی از روش تحلیل عوامل تایید استفاده شده.

جدول ۳: شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه خوش بینی در نمونه اصلی

شاخص‌های برازش	X2	DF	X2/DF	IFI	CFI	RMSEA
اندازه قابل قبول	-	-	نزدیک به ۲	بزرگتر از ۰،۹۰	بزرگتر از ۰،۹۰	۰،۰۰۸ و کمتر
شاخص اولیه	۸۶۵،۷۶	۳۴	۲،۵۵	۰،۸۱۰	۰،۷۶۰	۰،۰۶۲
شاخص نهایی	۱،۶۸۱	۴	۰،۴۲	۰،۹۵۱	۰،۹۵۳	۰،۰۰۰

همان‌طور که جدول (۳) نشان می‌دهد، شاخص اولیه برازش خوب نداشت زیرا (CFI) برابر با ۰،۷۶۰، (IFI) برابر با ۰،۸۱۰ و RMSEA برابر با ۰،۰۶۲ بدست آمد. از آنجا که بار عاملی ماده‌های

۱، ۳، ۷، ۸ و ۹ زیر ۰،۳۰ بود از پرسشنامه حذف گردید و تحلیل دوباره روی داده ها انجام شد، در نتیجه شاخص های برازندگی برازش بهتری پیدا کردند و در نهایت شاخص RMSEA برابر با ۰،۰۰۰، مجذور خی (X^2) برابر با ۱،۶۸۱، درجه آزادی (DF) برابر با ۴، شاخص نسبی مجذور خی به درجات آزادی (X^2/DF) برابر با ۰،۴۲، شاخص (IFI) برابر با ۰،۹۵۱ و شاخص (CFI) برابر با ۰،۹۵۳ به دست آمدند. بنابراین می توان گفت مقیاس خوشی بینی از برازش مطلوب برخوردار است.

یافته‌ها

پرسشنامه ها بین ۱۹۵ نفر از محصلین پوهنخی تعلیم و تربیه پوهنتون شیخ زاید ولایت خوست افغانستان توزیع و نتایج جمع آوری گردید. در بررسی ویژگی های جمعیت شناختی نمونه مشخص گردید که از میان ۱۹۵ نفر شرکت کننده ۶۵،۵ درصد مجرد و ۳۴،۴ درصد متأهل بودند و دامنه سنی آنان بین ۱۸ تا ۴۰ سال قرار داشت. نتایج توصیفی شامل نکته اعتبار، خطا، اوسط میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره‌های متغیرهای تحقیق در جدول (۱) ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص های توصیفی متغیرهای تحقیق

بخش	همدلی	خوش بینی
تعداد	۱۹۵	۱۹۵
نکته اعتبار	۰	۰
خطا	۰	۰
اوسط	۲۶،۱۶	۳۷،۰۶
میانگین	۲۶،۰۰	۳۸،۰۰
انحراف معیار	۴،۶۴	۴،۶۵
پراکندگی	۲۱،۵۸	۲۱،۷۱
حداقل	۸،۰۰	۲۲،۰۰
حداکثر	۴۰،۰۰	۴۷،۰۰

نتایج جدول (۴) نشان می دهد تعداد نمونه برای هر سه متغیر ۱۹۵ نفر بوده و داده های مفقود مشاهده نشده است. همچنان میانگین متغیرهای بخشش (۷۵،۰۰)، همدلی (۲۶،۰۰) و خوش بینی (۳۸،۰۰) است. در ضمن میزان پراکندگی داده ها بر اساس انحراف معیار نشان می دهد که بیشترین پراکندگی مربوط به متغیر بخشش (۴۰،۴۹) و کمترین پراکندگی مربوط به متغیر همدلی (۲۱،۵۸) می باشد، بررسی اندازه های نمرات حداقل او حد اکثر نیز از دامنه مناسب برخوردار است، با توجه به مقادیر میانگین و انحراف معیار، پراکندگی داده ها در محدوده قابل قبول قرار دارد. بررسی نرمال بودن توزیع داده ها با آزمون های آماری جداگانه انجام شد.

فرضیه اول: بین خوش‌بینی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و خوش‌بینی قادر به پیش‌بینی بخشش است.

جدول ۵: ضرایب همبستگی بین خوش‌بینی و بخشش

متغیرها	۱	۲
۱ بخشش	۱	**۰.۲۸۷
۲ خوش‌بینی	**۰.۲۸۷	

$p < 0.01$ **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

در جدول (۵) نتایج ضرایب همبستگی میان بخشش و خوش‌بینی نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($r = 0.287$ ، $p < 0.01$) بنابراین بخشش رابطه‌ای فرضیه اول تأیید می‌شود.

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون دوطرفه پیش‌بینی بخشش بر اساس خوش‌بینی

آمار هم خطی		P	t	ضرایب غیر استاندارد		β	متغیر ملاک
VIF	Tolerance			خطای استاندارد			
		۰۰۰	۱۵.۶۶۰	۳.۸۸۳	۶۰.۸۰۴	۰.۲۷۶	بخشش
۱.۰۷۱	۰.۹۳۴	۰.۰۰۱	۳.۸۶۱	۰.۰۹۸	۰.۳۷۷	۰.۲۷۶	خوش‌بینی

a. Dependent Variable: Forgiveness

نتایج جدول (۶) ضرایب رگرسیون ساده نشان می‌دهد که در مدل پیش‌بینی بخشش، متغیر خوش‌بینی دارای ضریب استاندارد و معنادار است ($\beta = 0.276$ ، $t = 3.861$ ، $p < 0.001$)؛ به این معنی که خوش‌بینی به‌طور مثبت و معنادار قادر به پیش‌بینی بخشش می‌باشد. همچنان مقدار ضریب ثابت ($B = 0.377$ ، $p < 0.001$) نشان می‌دهد که در صورت صفر بودن متغیرهای پیش‌بین، مقدار اساسی بخشش برابر با $B = 60.804$ خواهد بود. همچنین شاخص‌های هم خطی ($Tolerance = 0.934$) و $VIF = 1.071$) برای متغیر پیش‌بین در محدوده قابل قبول قرار دارند که عدم وجود هم خطی بودن چندگانه در مدل را تأیید می‌کند. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که خوش‌بینی مهم‌ترین پیش‌بینی کننده بخشش در مدل رگرسیون حاضر می‌باشد و بر تأیید فرضیه دلالت می‌کند.

فر ضیه دوم: بین همدلی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و همدلی قادر به پیش‌بینی بخشش است.

جدول ۷: ضرایب همبستگی بین همدلی و بخشش

متغیرها	۱	۲
۱ بخشش	۱	**۰,۲۵۸
۲ همدلی	**۰,۲۵۸	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

در جدول (۷) نتایج ضرایب همبستگی میان بخشش و همدلی نشان می‌دهد که بین همدلی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($r = 0,258$ ، $p < 0,01$) بنابراین بخش رابطه‌ای فر ضیه دوم تأیید می‌شود.

جدول ۸: نتایج تحلیل رگرسیون دو طرفه برای پیش‌بینی بخشش بر اساس همدلی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	β	ضرایب غیر استاندارد		P	آمار هم خطی	
			B	خطای استاندارد		t	VIF Tolerance
بخشش		۰,۲۷۶	۶۰,۸۰۴	۳,۸۸۳	۰,۰۰۰	۱۵,۶۶۰	
همدلی		۰,۰۴۲	۰,۰۵۸	۰,۰۹۸	۰,۵۵۶	۰,۵۹۰	۱,۰۷۱ ۰,۹۳۴

a. Dependent Variable: Forgiveness

نتایج جدول (۸) ضرایب رگرسیون نشان می‌دهد که در مدل پیش‌بینی بخشش، متغیر همدلی دارای ضریب استاندارد شده غیرمعنادار است ($\beta = 0,024$ ، $t = 0,590$ ، $p = 0,556$)؛ نتایج نشان داد متغیر همدلی به تنهایی قادر به پیش‌بینی معنادار بخشش نبود. همچنان مقدار ضریب ثابت ($p = 0,556$) $< B = 0,058$) نشان می‌دهد که در صورت صفر بودن متغیرهای پیش‌بین، مقدار اساسی بخشش برابر با ۶۰,۸۰۴ خواهد بود. همچنین شاخص‌های هم خطی ($Tolerance = 0,934$) و ($VIF = 1,071$) برای متغیر پیش‌بین در محدوده قابل قبول قرار دارند که عدم وجود هم خطی بودن چندگانه در مدل را تأیید می‌کند. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که همدلی نمی‌تواند بخشش را پیش‌بینی کند فرضیه دوم در سطح پیش‌بینی تأیید نمی‌شود اما در سطح رابطه (همبستگی) تأیید می‌شود. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که خوش‌بینی مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده بخشش در مدل رگرسیون حاضر می‌باشد.

همچنان برای پیش‌بینی بخشش، خوش‌بینی و همدلی شرکت‌کنندگان، از روش رگرسیون چندگانه به صورت همزمان استفاده شد. استفاده از رگرسیون همزمان نسبت به رگرسیون گام به گام ارجحیت دارد (بشلیده، ۲۰۱۶)، زیرا در تحقیق حاضر مشخص شد، هر دو متغیر خوش‌بینی و همدلی، رابطه معناداری با بخشش دارند. خلاصه‌ای از نتایج مدل کلی رگرسیون در جدول ۹ گزارش شده است.

جدول ۹: خلاصه تحلیل مدل کلی رگرسیون همزمان پیش‌بینی بخشش بر اساس خوش‌بینی و همدلی

Durbin-W	P	F	df	S.E	ADJ.R2	R2	R
1.923	0.001	8.799	2	7.51	0.74	0.084	0.290

a. Predictors: (Constant), Empathy, Optimism

b. Dependent Variable: Forgiveness

چنانچه در جدول (۹) مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان برای پیش‌بینی متغیر بخشش بر اساس متغیرهای همدلی و خوش‌بینی نشان می‌دهد، مدل کلی پیش‌بینی بخشش معنادار می‌باشد. مقدار ضریب همبستگی چندگانه ($R = 0.290$) نشان دهنده وجود رابطه‌ای مثبت بین متغیرهای پیش‌بین با بخشش می‌باشد. همچنین مقدار ضریب تعیین ($R^2 = 0.084$) نشان می‌دهد که حدود ۸.۴ درصد از واریانس بخشش توسط همدلی و خوش‌بینی تبیین می‌شود. در ضمن نتایج آزمون ($F = 8.799, p < 0.001$) نشان دهنده معناداری کلی مدل رگرسیون است؛ بدین معنا که ترکیب متغیرهای همدلی و خوش‌بینی به‌طور معنادار قادر به پیش‌بینی بخشش می‌باشد. مقدار آماری دوربین-واتسون (۱.۹۲۳) نیز بیانگر معناداری و تأیید‌کننده استقلال خطاها در مدل است. افزون بر این، مقدار ضریب تعیین تعدیل‌شده ($Adjusted R^2 = 0.074$) نشان می‌دهد که پس از کنترل اثر حجم نمونه، همچنان سهم قابل‌قبولی از واریانس بخشش توسط متغیرهای پیش‌بین تبیین می‌گردد؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت متغیرهای پیش‌بین (خوش‌بینی و همدلی) توانایی پیش‌بینی متغیر ملاک یعنی بخشش را دارند؛ با این حال، تفسیر سهم هر متغیر پیش‌بین باید بر اساس ضرایب رگرسیونی جداگانه انجام شود.

بحث و مناقشه

تحقیق حاضر با هدف پیش‌بینی بخشش بر اساس خوش‌بینی و همدلی در میان محصلین پوهنخ‌ی تعلیم و تربیه پوهنتون شیخ زاید انجام شد. نتایج تحقیق نشان داد، خوش‌بینی و همدلی با بخشش رابطه مثبت دارند، اما در مدل رگرسیون همزمان تنها خوش‌بینی توانست به‌طور معنادار بخشش را پیش‌بینی کند.

برای فرضیه اول تحقیق نتایج همبستگی نشان داد که بین خوش بینی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین در تحلیل رگرسیون چندگانه، خوش بینی به طور معناداری قادر به پیش بینی بخشش بود. بنابراین فرضیه اول تحقیق به طور کامل تأیید گردید. در واقع وجود احساس خوش بینی در افراد در بروز بخشش مؤثر می باشد. لذا براساس یافته های به دست آمده از نمونه تحقیق، پاسخ فرضیه اول مثبت است و نتایج به دست آمده از این فرضیه با تحقیقات ورتینگتون و وید (۱۹۹۹)، اسد و همکاران (۲۰۰۷)، لی (۲۰۱۹)، فریدمن و توسن (۲۰۰۶)، ماتیس و همکاران (۲۰۱۷)، شایر و کارور (۱۹۸۵ و ۱۹۹۲)، سربوآستاوا و همکاران (۲۰۰۶) همسو می باشد. در تبیین این رابطه می توان گفت خوش بینی یک متغیر تفاوت فردی است و نشان دهنده میزان انتظارات مطلوب افراد برای آینده خود است. سطوح بالاتر خوش بینی به رفاه بهتر ذهنی در موقعیت های دشوار برای محافظت از سلامت فرد کمک می کند. افراد که به خود، دیگران، موقعیت ها و دنیای اطراف خود خوش بینی بیشتری نشان می دهند، می توانند، خود و دیگران را به خوبی ببخشند و به دنیای بیرونی خود انعطاف بیشتری نشان دهد. درضمن وقتی فرد می بخشد تبدیل به شخص شجاع، مهربان و دوست داشتنی می شود. وقتی فرد می بخشد، ترسش کاهش می یابد و آنرا تا کاهش احساس گناه دنبال می کند. بسیاری از افراد که به دلیلی از شخص مورد نظر خود عصبانی هستند، برای امیال پرخاش جویانه ناخود آگاه شان احساس گناه می کنند و بخشش آن ها را متوقف می کند. خوش بینی گرایشی، انتظار تعمیم یافته ای است که اتفاقات خوب در آینده رخ خواهد داد (شایر و کارور، ۱۹۸۵). مطالعات نشان داده است که خوش بینی با بیگانگی اجتماعی کمتر (شایر و کارور، ۱۹۸۵) و تعامل سازنده تر در طول تعارض بین فردی مرتبط است (سربوآستاوا و همکاران، ۲۰۰۶). ورتینگتون و وید (۱۹۹۹) بیان کرده است که انتظار می رود دیدگاه خوش بینانه از یک رابطه و خود در آن رابطه بر روی وقوع بخشش تأثیر بگذارد. از منظر نظری، خوش بینی به عنوان انتظار تعمیم یافته نسبت به وقوع پیامدهای مطلوب در آینده، می تواند در فرآیند بازسازی شناختی پس از تجربه رنجش نقش مهمی ایفا کند. فرد خوش بین کمتر درگیر نشخوار فکری منفی شده و سریع تر به سمت سازگاری هیجانی حرکت می کند؛ در نتیجه احتمال بروز بخشش در وی افزایش می یابد.

برای فرضیه دوم تحقیق نتایج همبستگی که بین همدلی و بخشش رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ بدین معنا که با افزایش همدلی، میزان بخشش نیز افزایش می یابد. این یافته با مطالعات پیشین توسن و وب (۲۰۰۵)، مک گالو و همکاران (۱۹۹۸)، میلر و همکاران (۲۰۱۲)، مکاسکیل و همکاران (۲۰۰۲)، براس و همکاران (۲۰۰۵) همسو است که همدلی را یکی از عوامل مهم تسهیل کننده

بخشش معرفی کرده‌اند. می‌توان چنین تبیین کرد، همدلی باعث بهبود روابط می‌شود و این کار منجر به بخشش می‌شود. و یکی از توانایی‌های مهمی است که سبب هماهنگی فرد با احساسات و افکار دیگران می‌شود. کاهش نقش پیش‌بینی‌کننده همدلی در حضور خوش‌بینی می‌تواند نشان‌دهنده همپوشانی شناختی این دو سازه باشد؛ به گونه‌ای که خوش‌بینی به عنوان یک جهت‌گیری کلی شناختی، سهم بیشتری از واریانس بخشش را تبیین کرده است.

با این حال، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که همدلی در حضور متغیر خوش‌بینی، نقش پیش‌بینی‌کننده معنادار نداشت. به عبارت دیگر، اگرچه همدلی به صورت مستقل با بخشش مرتبط است، اما سهم جداگانه‌ی آن در پیش‌بینی بخشش در مدل همزمان کاهش یافته است. این یافته می‌تواند بیانگر آن باشد که بخشی از تأثیر همدلی بر بخشش، از طریق متغیرهای شناختی و نگرشی مانند خوش‌بینی تبیین می‌شود. احتمال دارد خوش‌بینی به عنوان یک سازه گسترده‌تر شناختی، بخش قابل توجهی از واریانس مشترک بین همدلی و بخشش را جذب کرده باشد؛ در نتیجه نقش مستقل همدلی در مدل کاهش یافته است. از نظر کاربردی، هرچند همدلی با بخشش مرتبط است، اما در این نمونه تحقیقی، خوش‌بینی نقش قوی‌تری در پیش‌بینی بخشش ایفا کرده است. بنابراین فر ضیه دوم در سطح رابطه‌ای تأیید شد، اما در سطح پیش‌بینی همزمان تأیید کامل نگردید.

نتیجه‌گیری

تحقیق حاضر با هدف پیش‌بینی بخشش بر اساس خوش‌بینی و همدلی در میان محصلین پوهنتون شیخ زاید خوست، افغانستان انجام شد. نتایج به‌دست آمده نشان داد که بین خوش‌بینی و بخشش و همچنین بین همدلی و بخشش رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. افزون بر این، یافته‌های تحلیل رگرسیون چندگانه حاکی از آن بود که خوش‌بینی و همدلی به‌طور همزمان قادر به پیش‌بینی معنادار بخشش هستند. این نتایج بیانگر آن است که محصلین که از سطح بالاتری از خوش‌بینی و همدلی برخوردارند، آمادگی بیشتری برای بخشیدن خود و دیگران دارند. از منظر کاربردی، نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که تقویت ویژگی‌های مثبت مانند خوش‌بینی و همدلی می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سطح بخشش و بهبود روابط بین فردی ایفا کند. از این رو، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های روان‌شناختی با محوریت آموزش مهارت‌های همدلی، نگرش مثبت به آینده و مدیریت هیجان‌ها در محیط‌های پوهنتونی طراحی و اجرا شود. چنین مداخلاتی می‌تواند به کاهش تعارضات، افزایش سازگاری اجتماعی و ارتقای سلامت روان محصلین منجر شود. در مجموع، یافته‌های این تحقیق بر اهمیت توجه به متغیرهای مثبت روان‌شناختی در پیش‌بینی و تقویت بخشش تأکید دارد و

می‌تواند مبنایی برای تحقیقات آینده در زمینه طراحی و ارزیابی مداخلات مبتنی بر خوش‌بینی و همدلی در جامعه پوهنتونی و سایر گروه‌های اجتماعی باشد.

سپاسگزاری

از تمامی محصلانی عزیز که با علاقه‌مندی در تحقیق شرکت نمودند، استادان عالی‌قدر که کومینت‌های اصلاحی دادند و معاونیت محترم تحقیقات و نوآوری پوهنتون کابل که زمینه چاپ و نشر این مقاله علمی - تحقیقی را فراهم ساختند، صمیمانه سپاس‌گزاری می‌کنیم.

سهم نویسندگان در تحقیق (مقاله)

نویسنده اول: جمع‌آوری اطلاعات، نگارش مقدمه، تحلیل اطلاعات و تفسیر نتایج.

نویسنده دوم: نگارش چکیده، ویرایش علمی، اصلاح عمومی و تأیید نهایی مقاله.

نویسنده سوم: کمک در جمع‌آوری معلومات.

تضاد منافع

هیچگونه تضاد منافع وجود ندارد.

منابع

- خدایی، ع.، زارع، ح.، علی پور، ا. و شکر، ا. (۱۳۹۵). ویژگی‌های روانسنجی نسخه تجدید نظر شده آزمون جهت گیری زندگی، فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۳ (۳۹)، ۴۰۵-۳۸۷. [لینک](#)
- محمد امین زاده، د.، کاظمیان، ا.، اسماعیلی، م. و اسمری، ی. (۲۰۱۷). پیش‌بینی همدلی ادراک شده بر اساس طرح‌واره‌های هیجانی و تاب‌آوری در مادران دارای فرزند کم توان جسمی حرکتی. فصلنامه علمی تحقیقی توانبخشی، ۱۸ (۲)، ۱۴۲-۱۵۳.
- <https://doaj.org/article/bc61714d1de147f29ff1037f025180da>
- Bashlideh, K. (2016). *Research methods and statistical analysis of research examples with SPSS and AMOS (special for humanities)*. Ahvaz: Shahid Chamran University (Pp. 223- 252).
- Abdel-Khalek, A. M. (2020). Are optimists happier and more satisfied with their life? *BAU Journal-Society, Culture and Human Behavior*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.54729/2789-8296.1048>
- Assad, K. K., Donnellan, M. B., & Conger, R. D. (2007). Optimism: An enduring resource for romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 285–297. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.2.285>
- Alkozai, N., Yousaf, A. M., & Mohseni, D. (2025). A Research on Satire and Satiric in the Field of Persian Dari Literature. *INTEGRATED JOURNAL FOR RESEARCH IN ARTS AND HUMANITIES Учредители: Stallion Publication*, 5(2), 34-40. <https://doi.org/10.55544/ijrah.5.2.6>
- Brose, L. A., Rye, M. S., Lutz-Zois, C., & Ross, S. R. (2005). Forgiveness and personality traits. *Personality and Individual Differences*, 39(1), 35–46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.11.001>
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The Empathy Quotient: An investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(2), 163–175. <https://doi.org/10.1023/B:JADD.0000022607.19833.00>
- Eldeleklioglu, J. (2015). Predictive effects of subjective happiness, forgiveness, and rumination on life satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(9), 1563–1574. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.9.1563>
- Enright, R. D. (2011, February 28). *Psychological science of forgiveness: Implications for psychotherapy and education*. Paper presented at the Conference on Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue, Pontificia Università della Santa Croce, Rome, Italy. <https://couragerc.org/wp-content/uploads/2018/02/Santa-Croce-paper-PDF-February-28-2011.pdf>
- Freedman, S., & Enright, R. D. (2019). A review of the empirical research using Enright's process model of interpersonal forgiveness. In E. L. Worthington Jr. & N. G. Wade (Eds.), *Handbook of forgiveness* (pp. 266–276). <https://doi.org/10.4324/9781351123341>
- Friedberg, J. P., Suchday, S., & Srinivas, V. S. (2009). Relationship between forgiveness and psychological and physiological indices in cardiac patients.

- International Journal of Behavioral Medicine*, 16, 205–211.
<https://doi.org/10.1007/s12529-008-9016-2>
- Friedman, P. H., & Toussaint, L. (2006). The relationship between forgiveness, gratitude, distress, and well-being: An integrative review of the literature. *The International Journal of Healing and Caring*, 6(2), 1-10. <https://ijhc.org/wp-content/uploads/2022/07/FriedTou sFG-6-2.pdf>
- Greenberg, L. S., Elliott, R., Watson, J. C., & Bohart, A. C. (2001). Empathy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 380–384. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.380>
- Kumar, A., & Dixit, V. (2014). Forgiveness: An incredible strength. *Indian Journal of Positive Psychology*, 5(1), 90–93. https://www.researchgate.net/profile/Vidushi-Dixit/publication/312044005_Forgiveness_An_Incredible_Strength/links/5a5f060b458515c03ee18aca/Forgiveness-An-Incredible-Strength.pdf
- Lawrence, E. J., Shaw, P., Baker, D., Baron-Cohen, S., & David, A. S. (2004). Measuring empathy: Reliability and validity of the Empathy Quotient. *Psychological Medicine*, 34(5), 911–919. <https://doi.org/10.1017/S0033291703001624>
- Loewen, P. J., Lyle, G., & Nachshen, J. S. (2009). *An eight-item form of the Empathy Quotient (EQ) and an application to charitable giving*. Centre for Research and Economic and Social Evaluation (CRCEE). https://crcee.umontreal.ca/pdf/Eight%20Question%20ES_Final.pdf
- Li, C. (2019, May). Research on the dispositional optimism and forgiveness of middle school teachers in the Naxi area. In *Proceedings of the 2019 International Conference on Management, Education Technology and Economics (ICMETE 2019)* (pp. 465–468). Atlantis Press. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icmete-19/125908452>
- Mattis, J. S., Powell, W., Grayman, N. A., Murray, Y., Cole-Lewis, Y. C., & Goodwill, J. R. (2017). What would I know about mercy? Faith and optimistic expectancies among African Americans. *Race and Social Problems*, 9(1), 42–52. <https://doi.org/10.1007/s12552-016-9190-9>
- Mellor, D., Fung, S. W. T., & binti Mamat @ Muhammad, N. H. (2012). Forgiveness, empathy, and gender—A Malaysian perspective. *Sex Roles*, 67(1–2), 98–107. <https://doi.org/10.1007/s11199-012-0144-4>
- Macaskill, A., Maltby, J., & Day, L. (2002). Forgiveness of self and others and emotional empathy. *The Journal of Social Psychology*, 142(5), 663–665. <https://doi.org/10.1080/00224540209603925>
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L. Jr., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships II: Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1586–1603. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1586>
- McCullough, M. E., Worthington, E. L. Jr., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321–336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>

- Onal, A. A., & Yalcin, I. (2017). Forgiveness of others and self-forgiveness: The predictive role of cognitive distortions, empathy, and rumination. *Eurasian Journal of Educational Research*, 17(68), 97–120. DOI:10.14689/ejer.2017.68.6
- Ramadhani, A., Sanjaya, D., Febriyanti, D., & Kustanti, E. (2021). Predicting self-regulated learning among scholarship recipient students working on a thesis through forgiveness and its dimensions: The mediating role of optimism. *In Proceedings of the 5th International Conference on Indonesian Social and Political Enquiries (ICISPE 2020)* (pp. 9–10). Atlantis Press. [https://doi.org/ 10.4108/eai.9-10-2020.2304752](https://doi.org/10.4108/eai.9-10-2020.2304752)
- Rangnanadhan, A. R., & Todorov, N. (2010). Personality and self-forgiveness: The roles of shame, guilt, empathy, and conciliatory behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 1–22. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.1.1>
- Sutton, G. W. (2020). Everything you always wanted to read about forgiveness but didn't have time to research. *Journal of Psychology and Theology*, 48(1), 1–13. <https://doi.org/10.1177/0091647120914023>
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2006). Optimism in close relationships: How seeing things in a positive light makes them so. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(1), 143–153. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.1.143>
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2006). Optimism in close relationships: How seeing things in a positive light makes them so. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(1), 143–153. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.1.143>
- Suchday, S., Friedberg, J. P., & Almeida, M. (2006). Forgiveness and rumination: A cross-cultural perspective comparing India and the US. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 22(2), 81–89. <https://doi.org/10.1002/smi.1090>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219–247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201–228. <https://doi.org/10.1007/BF01173489>
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063–1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Toussaint, L. L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (Eds.). (2015). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health* (pp. 203–230). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9993-5>
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 349–362). <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780203955673-30/theoretical-empirical-connections-forgiveness-mental-health-well-being>

- Tse, W. S., & Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 365–368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.001>
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00312.x>
- Wu, Q., Chi, P., Zeng, X., Lin, X., & Du, H. (2019). Roles of anger and rumination in the relationship between self-compassion and forgiveness. *Mindfulness*, 10(2), 272–278. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1012-8>
- Webb, J. R., Toussaint, L., & Conway-Williams, E. (2012). Forgiveness and health: Psycho-spiritual integration and the promotion of better healthcare. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 18(1-2), 57–73. <https://doi.org/10.1080/08854726.2012.667317>
- Wakabayashi, A., Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Goldenfeld, N., Delaney, J., Fine, D., ... Weil, L. (2006). Development of short forms of the Empathy Quotient (EQ-Short) and the Systemizing Quotient (SQ-Short). *Personality and Individual Differences*, 41(5), 929–940. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.03.017>
- Worthington, E. L. Jr., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(4), 385–418. <https://doi.org/10.1521/jscp.1999.18.4.385>
- Záhorcová, L., Halama, P., & Enright, R. D. (2019). Forgiveness as a factor of adjustment in bereaved parents. *Journal of Loss and Trauma*, 24(2), 1–16. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1664786>