

Research Paper

Antecedents and Consequences of Forgiveness in Students of Kabul University, Afghanistan

Ehsanullah Ehsan¹, Kioumars Beshlideh², Nasrin Arshadi², Bahram Peymannia³

1- Ph.D. Student in Psychology. Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

2- Professor. Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

3- Assistant Professor. Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Received: 2022/08/22

Revised: 2023/01/02

Accepted: 2023/01/02

Use your device to scan and read the article online



DOI:

10.30495/jpmm.2023.30879.3697

Keywords:

Forgiveness, seeking agreeableness, Self-esteem, family cohesion, Empathy, Religious beliefs, Quality of life, Mental-physical health and optimism

Abstract

Introduction: The purpose of this research was to identify the antecedents and consequences of forgiveness in students of Kabul University.

Research Methodology: The research sample consisted of 300 students who were randomly selected. Data collection tools were used questionnaires such as forgiveness (Thompson, 2005), agreeableness (McCree and Costa, 1992), self-esteem (Rosenberg, 1965), family cohesion (inspired by Elson's hybrid model, 1999; Razavieh and Samani, 1379), empathy (EQ-8), religious beliefs (Glock & Stark, 1965), quality of life (Ware, Kosinski, & Keller, 1996), psycho-physical health GHQ-12 (Goldberg & Hillier, 1979) and optimism (Scheier & Carver, 1994). Methods for analyzing the present study were structural equation modeling AMOS 22 software and using bootstrap method for mediation effects.

Findings: The results of this study showed that all the coefficients of the direct paths between the research variables, except for the paths of family cohesion, religious beliefs, agreeableness and quality of life, are statistically significant at ($p < 0.05$) level. According to the results of this research, the indirect relationship of self-esteem with mental-physical health and optimism, agreeableness with mental-physical health and empathy with mental-physical health and optimism by mediating of forgiveness were significant.

Conclusion: The findings of the current research provide a useful framework for identifying the influencing factors in the initiation of forgiveness and its consequences.

Citation: Ehsan E, Beshlideh K, Arshadi N, Peymannia P. Antecedents and consequences of forgiveness in students of kabul university, afghanistan: Journal of Psychological Methods and Models 2023; 14 (51): 33-54.

*Corresponding Author: Kioumars Beshlideh

Address: Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Tell: 09163082715

Email: k.beshlideh@scu.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Forgiveness can be examined as a situational variable, and its dimensions can include a variety of goals (such as self, others, communities, and God) and methods (such as offering, seeking, and feeling) (1). Forgiveness is the factor of reducing thoughts, feelings, motivations and negative behavior towards the offender (2).

Forgiveness increases physical and mental health, helps relationships and social support (14). Forgiveness is defined as the willingness to give up one's right to hold grudges, negative judgments, and abnormal behavior toward the offender (5). Still, forgiveness as a moral virtue includes the gradual reduction of negative reactions towards the offender (19). Or forgiveness is a moral virtue that is done against the mistakes of others (20).

Seeking agreement, self-esteem, family cohesion, empathy and religious beliefs are among the important variables of this research model that are closely related to forgiveness. Agreeableness is specifically related to differences in social behavior and interpersonal relationships. Five personality traits, especially agreeableness, are considered predictors of the strength of forgiveness. Agreeable people have a strong motivation for a better life and healthy social relationships. The act of forgiveness in people causes emotional and emotional understanding. Therefore, the relationship between personality traits and forgiveness can be mediated by the mediating role of self-conscious emotions (12, 13, 28, 29, 63, 70).

Another factor is self-esteem that predicts forgiveness. People with high self-esteem are better able to forgive others. Also, people who feel good about themselves have a high ability to forgive (16). It has been argued that having high self-esteem is not always beneficial for people. For example, having a higher

self-esteem may involve puffing oneself up to put others down, leading to a large view of oneself, and self-esteem may result from narcissism (17).

Family cohesion is also one of the most influential factors of forgiveness. Forgiveness can play an effective role in family cohesion and increasing family understanding (20). State that the process

of forgiveness is an effective means of maintaining family harmony after transgressions (21). According to promoting forgiveness strengthens the cohesion and compatibility of families. Forgiving people are able to control and regulate their anger (22, 23).

Empathy is also a highly effective factor in forgiveness. And as an interpersonal skill, it is the ability that enables a person to recognize and respond to the mental states of others (24). The ability to understand, communicate and treat others the way one would like to be treated enables one to forgive others. Women have higher levels than men. But this difference does not exist for forgiveness (85, 25). Among men and women, individuals with higher levels of empathy find it easier to forgive others

(26) because empathy plays a role in forgiving. Religious belief or "religion" refers to the outward practice of a spiritual understanding or framework for a system of beliefs, values, codes of behavior, and rituals (28). Fincham and May say that self-forgiveness and divine forgiveness are related to psychological well-being and distress, even with religiosity and cause a decrease anxiety and depression (29). Also, Fincham and May showed that types of forgiveness such as divine forgiveness, self-forgiveness and interpersonal forgiveness are correlated with each other and the interaction between divine and interpersonal forgiveness predicts self-forgiveness (30). The magnitude of

an offense makes it difficult to forgive, but the knowledge and understanding of God predicts forgiveness (29). According to what was mentioned above, the main goal of this research is to present and examine a model of the antecedents and consequences of forgiveness in the students of Kabul University, Afghanistan. The presentation model is shown in Figure 1.

Research Method

The current research is of the correlation type through the analysis of structural equations. The statistical population of this study includes male and female students of Kabul University, Afghanistan. In order to test the hypotheses of the research, 300 people were selected by simple random sampling from different disciplines. This number of sample size has been determined based on the opinion of Homan (57) and Beshlideh (49), who suggested samples of more than 200 people for structural equation modeling. After getting permission from the university president and gaining their trust, the questionnaires were given to the students to answer for 2 hours. Structural equation modeling method was used for data analysis and bootstrap method was used to examine indirect effects with SPSS and Amos editor 22 software. and to collect data from the forgiveness questionnaire (Thompson, Schneider, Hoffman et al., 2005), the agreement-seeking questionnaire (McCree and Costa, 1992), the self-esteem questionnaire (Rosenberg, 1965), the religious beliefs questionnaire (Glock and Stark, 1965), family cohesion questionnaire (inspired by Elson's

hybrid model, 1999; Razavieh and Samani, 2000), empathy questionnaire (EQ-8), quality of life questionnaire (War, Kosinski and Keller, 1996), general health scale GHQ-12 (Goldberg and Hillier, 1979) and life orientation questionnaire (Optimism) Shier and Carver, 1992) have been used.

Findings

As can be seen in Table 1, there is a relationship between forgiveness and agreement-seeking, self-esteem, empathy and optimism, between agreement-seeking, self-esteem, family cohesion, empathy, religious beliefs and optimism, between self-esteem, family cohesion, empathy, and optimism. There is a positive correlation between religion, quality of life and optimism. Also, family cohesion has a positive correlation with empathy, religious beliefs and optimism, and there is a positive correlation between empathy, religious beliefs and optimism. In addition, religious beliefs have a positive correlation with optimism ($p < 0.01$). Forgiveness has a negative and significant relationship with mental and physical health. Also, mental and physical health, seeking agreement, self-esteem and happiness have a negative correlation ($p < 0.01$). There is no significant relationship between forgiveness, family cohesion, religious beliefs and quality of life. There is no significant relationship between quality of life, family cohesion, empathy, religious beliefs and optimism. There is a non-significant relationship between mental and physical health and family cohesion, empathy, religious beliefs and quality of life.

Mean, standard deviation and matrix of correlation coefficients between research variables

Variables	Average	Standard Deviation	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Forgiveness	76.89	8.22	1								
Agreement Seeking	27.28	4.04	0.233**	1							
Self-esteem	18.02	1.82	0.214**	0.342**	1						
Family Cohesion	104.01	17.40	0.093	0.267**	0.325**	1					
Sympathy	25.96	4.63	0.268**	0.249**	0.334**	0.249**	1				
Religious Beliefs	100.72	10.80	0.031	0.281**	0.218**	0.423**	0.261**	1			
Life Quality	28.70	4.51	0.027	0.040	0.154**	0.048	0.066	0.079	1		
Mental and Physical Health	17.79	5.28	-0.249**	-0.247**	-0.127**	-0.013	-0.053	-0.113	-0.087	1	
Optimism	37.15	4.56	0.376**	0.0155**	0.280**	0.320**	0.263**	0.195**	0.111	-0.274**	1

**P<0.01

Discussion and conclusion

The aim of this research was to investigate the effect of consensus seeking, self-esteem, family cohesion, empathy and religious beliefs on quality of life, mental-physical health and optimism with the mediation of forgiveness. In the model, direct and indirect relationships of forgiveness were investigated.

The obtained results showed that the proposed model has a relatively good fit based on various indicators. Examining the standardized coefficients showed that all the direct paths were significant except for the paths (family cohesion, religious beliefs, seeking agreement to forgiveness and the direct path of forgiveness to quality of life) and the indirect paths of self-esteem to mental-physical health and optimism, the path of agreement. The search for mental-physical health and also the paths of empathy for mental-physical health and optimism are significant. Based on the results obtained from the present research, forgiveness has a positive relationship with mental and physical health and predicts it. That is, giving people had better mental and physical health. According to the results of the research, forgiveness has a positive relationship with optimism.

According to the results obtained from the research, the direct path of forgiveness to the quality of life was not significant and it indicates that there is no relationship between forgiveness and the quality of life, which is not in line with the results of previous researches.

The lack of correlation between forgiveness and the quality of life in Afghanistan, because poverty reigns and the majority of people live in unfortunate financial conditions, the quality of life may be at the same level or the majority is at the same level, and this makes Reduce the relationship between quality of life and forgiveness. According to research evidence, self-esteem has a direct effect on forgiveness, that is, self-esteem predicts forgiveness. Still, according to the present research, empathy has a positive and direct effect on forgiveness. Among the other findings of the research, it can be mentioned that there is no direct effect of seeking agreement on forgiveness, which is not in line with the results of previous researches. The results of the analysis showed that forgiveness was able to mediate the relationship between self-esteem and optimism well and strengthens the results of previous researches. Another result of the indirect paths that should be mentioned is that it has a positive relationship with the

mediation of self-esteem and mental and physical health. Having a relationship between self-esteem and physical and mental health strengthens the results of previous researches. Another indirect path from the research results that should be mentioned is that seeking agreement through forgiveness has a positive relationship with mental and physical health and it adds to the strengthening of the relationship between seeking agreement and mental and physical health.

According to the findings of this research, forgiveness mediates the relationship between empathy and optimism, empathic and optimistic people were more forgiving than others. Another result of the research

is the indirect relationship between empathy and mental and physical health, which is mediated by forgiveness. The results of the current research are similar to the previous results and confirm the relationship of empathy with forgiveness and mental-physical health.

مقاله پژوهشی

پیشایندها و پیامدهای بخشش در دانشجویان دانشگاه کابل افغانستان

احسان الله احسان^۱، کیومرث بشلیده^{۲*}، نسرين ارشدی^۳، بهرام پیمان‌نیا^۳

۱- دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲- استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۳- استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

چکیده

اهداف: هدف از این پژوهش، آزمون شناسایی پیشایندهای و پیامدهای بخشش در دانشجویان دانشگاه کابل بود.

مواد و روش‌ها: نمونه پژوهش را، ۳۰۰ نفر از دانشجویان تشکیل می‌دادند که به صورت تصادفی انتخاب شدند. بمنظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های بخشش (تامپسون، ۲۰۰۵)، توافق‌جویی (مک کری و کاستا، ۱۹۹۲)، عزت‌نفس (روزنبرگ، ۱۹۶۵)، انسجام خانواده (با الهام از مدل ترکیبی السون، ۱۹۹۹؛ رضویه و سامانی، ۱۳۷۹)، همدلی (EQ-8)، عقاید مذهبی (گلاک و استارک، ۱۹۶۵)، کیفیت زندگی (وار، کوسینسکی و کلر، ۱۹۹۶)، سلامت روانی- جسمی GHQ-12 (کلدبرگ و هیلیبر، ۱۹۷۹) و خوش‌بینی (شیبیر و کارور، ۱۹۹۴) استفاده شد. برای ارزیابی الگوی پیشنهادی از الگوی معادلات ساختاری و آزمون اثرهای واسطه‌ای از روش بوت استرپ نرم‌افزار AMOS 22 استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که تمام ضرایب مسیرهای مستقیم بین متغیرهای پژوهش، بجز مسیرهای انسجام خانواده، عقاید مذهبی، توافق‌جویی و کیفیت زندگی از لحاظ آماری در سطح ($p < 0/05$) معنی‌دار است. بر اساس نتایج پژوهش، رابطه غیر مستقیم عزت‌نفس با سلامت روانی- جسمی و خوش‌بینی، توافق‌جویی با سلامت روانی- جسمی و همدلی با سلامت روانی- جسمی و خوش‌بینی از راه میانجی‌گری بخشش معنی‌دار بود.

نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش، چارچوب مفیدی را برای شناسایی عوامل تأثیرگذار در شروع بخشش و پیامدهای حاصل از آن فراهم می‌کند.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۳۱

تاریخ داوری: ۱۴۰۱/۱۰/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۰/۱۲

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI:

10.30495/jpmm.2023.30879.3697

واژه‌های کلیدی:

بخشش، توافق‌جویی، عزت‌نفس، انسجام خانواده، همدلی، عقاید مذهبی، کیفیت زندگی، سلامت روانی- جسمی، خوش‌بینی.

* نویسنده مسئول: کیومرث بشلیده

نشانی: استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

تلفن: ۰۹۱۶۳۰۸۲۷۱۵

پست الکترونیکی: k.beshlideh@scu.ac.ir

اجتماعی است. به طور خاص، شامل تنظیم احساسات در زمینه های بین فردی و به گونه قابل توجهی با سیستم روانی اجتماعی "تعلق" مرتبط است که شکل گیری پیوندهای نزدیک را تسهیل می کند و حمایت اجتماعی را تضمین می کند (۱۱).

صفات شخصیتی پنهان به ویژه توافق جویی از جمله پیش بینی کننده های نیرومندی بخشش بشمار می آید. افراد توافق گرا نسبت به دارا بودن ویژگی های مانند اعتماد کردن، صمیمی بودن، همکاری و تعامل گرا، همراه شدن و همراه بودن، رفتار دوستانه و به سادگی کوتاه آمدن در بحث و گفتگوها برای زندگی بهتر و روابط سالم اجتماعی انگیزه نیرومندی دارند. عمل بخشش در افراد، باعث تمایل به درک عاطفی و احساسی می شود که سبب بروز پاسخ مثبت به خطای منفی می شود و در نتیجه باعث احساس غرور می شود. بنابراین، رابطه بین ویژگی های شخصیتی و بخشش می تواند توسط نقش واسطه ای عواطف خودآگاهانه میانجی گری شود (۱۲، ۱۳، ۱۴).

عزت نفس به درجه ای اشاره دارد که افراد در مقایسه با دیگران خود را ارزیابی می کنند و دوست دارند یا برای خود ارزش قائل هستند. به بیان دیگر، عزت نفس بالا به معنای برجسته شدن در جمع، خاص بودن و بالاتر از حد متوسط است. برعکس، بخشش خود مبتنی بر ارزیابی های مثبت یا منفی نیست و منعکس کننده راهی برای ارتباط فرد با خود است. در اصل، بخشش خود یک نگرش مثبت عاطفی به خود است که ارتباط نزدیکی با عزت نفس دارد و به افراد کمک می کند تا با تجارب و تهدیدات منفی واکنش انطباقی داشته باشند و با عزت نفس همپوشانی دارند (۱۵).

عزت نفس بخشش را پیش بینی می کند. افرادی که عزت نفس بالایی دارند، ممکن است بهتر بتوانند دیگران را به خاطر تخلفی که در مورد آن ها انجام شده است ببخشند زیرا آن ها می توانند تخلف را پردازش کنند و تعامل را در درون خود حل کنند. همچنان افرادی که احساس خوبی نسبت به خود دارد از توانایی بالای بخشش برخوردار است (۱۶). همچنین، استدلال شده است که داشتن عزت نفس بالا همیشه برای افراد مفید نیست. برخی از پیامدهای بد داشتن عزت نفس بالاتر نیز توسط برخی از پژوهشگران شناسایی شده است. برای مثال، داشتن عزت نفس بالاتر ممکن است شامل پف کردن (بالاکشیدن) خود در تحقیر دیگران باشد، منجر به دید بزرگی نسبت به خود شود و عزت نفس ممکن است ناشی از خودشیفتگی باشد (۱۷). بنابراین، عزت نفس بالا ناشی از خودشیفتگی ممکن است منجر به پیامدهای منفی (خشم) تلافی شود در حالی که عزت نفس سالم ممکن است به نتایج مثبت منتهی شود (۱۸).

بخشش را می توان به عنوان یک متغیر موقعیتی بررسی کرد و ابعاد آن می تواند شامل انواع هدفها (مانند خود، دیگران، اجتماعات و خدا) و روشها (مثلاً عرضه، جستجو و احساس) باشد (۱). اجماع دانشمندان ابعاد بخشش را کاهش افکار، احساسات، انگیزه ها و رفتار منفی نسبت به مجرم می داند حتی بخشش می تواند خطرناک باشد. پیامدهای منفی بالقوه زمانی رخ می دهد که مجرمان درک کنند که بخشیده شده اند و آن را به عنوان سیگنالی برای ارتکاب مجدد تلقی می کنند (۲).

مطالعات مربوط به بخشش نشان می دهد که بخشش سلامت جسمی و روانی را افزایش می دهد، می تواند به بازگرداندن اهداف خیرخواهانه و مشارکتی به روابط و حمایت اجتماعی کمک کند و نیز بر تمایل فرد به بخشش تأثیر می گذارد (۳). همچنان بخشش را باید به عنوان یک ساختار چند بعدی حاوی عاطفه، رفتار و شناخت، مفهوم سازی کرد و بر اهمیت اهداف گوناگون (مثل شخص، دیگران و خدا) و شیوه های بخشش (مانند ابراز احساس و جستجو) تأکید کرد (۴). 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 می شود (۵). همچنان بخشش به عنوان یک فضیلت اخلاقی از جمله کاهش تدریجی واکنش های منفی نسبت به متخلف و رشد تدریجی احساسات، افکار و رفتارهای مثبت نسبت به آن شخص می باشد (۶). بخشودن و بخشش یک فضیلت اخلاقی است که در برابر خطای دیگران انجام می شود و قابل آموزش دادن است (۷) و یا یک دگرگونی انگیزشی است که افراد را متمایل می کند تا از واکنش های مخرب رابطه جلوگیری کنند و با کسی که رفتار مخربی با آن ها داشته است رفتار سازنده داشته باشند (۸).

توافق جویی، عزت نفس، انسجام خانوادگی، همدلی و عقاید مذهبی از متغیرهای مهم این الگوی این پژوهش می باشند که با بخشش رابطه نزدیک دارند. توافق جویی یکی از پنج بعد بزرگ اصلی مدل ساختاری شخصیت می باشد که به طور مشخص با تفاوت های رفتار اجتماعی و روابط بین فردی مرتبط است. توافق جویی به عنوان یک برچسب خلاصه برای تفاوت های فردی در انگیزه حفظ روابط مثبت با دیگران تعریف می شود. به طور کلی توافق پذیری تفاوت های فردی در اشکال خاصی از رفتار اجتماعی را از راه پیوندها با فرایندهای روان شناختی شناخت و عاطفه توضیح می دهد (۹، ۱۰). توافق پذیری معمولاً به عنوان تمایلات رفتاری تعریف می شود که منعکس کننده انگیزه اجتماعی، جهت گیری و پاسخ گویی

می‌دهد که هم در بین مردان و هم در زنان، افراد با سطوح بالاتر همدلی کار را برای بخشش دیگران آسان‌تر می‌کنند (۲۶) زیرا همدلی نقش مهمی در فرآیند بخشش دارد و می‌توان بخشش را با مداخلات مبتنی بر همدلی ارتقا داد (۲۷).

عقاید مذهبی یا «دین» به عمل بیرونی یک درک معنوی و یا چارچوبی برای نظامی از باورها، ارزش‌ها، کدهای رفتار و مناسک مربوط می‌شود. معمولاً شامل نوعی از مراسم مذهبی جمعی است. اصطلاح "معنوی" به گونه گسترده‌تر به اعتقاد یک فرد به قدرتی جدا از وجود خود اشاره دارد. این حس رابطه یا ارتباط با قدرت یا نیرویی در جهان که از بستر فعلی واقعیت فراتر می‌رود، چیزی که فراتر از جستجوی معنا یا احساس اتحاد با دیگران است (۲۸).

فینچام و می^۳ (۲۹) می‌گویند که بخشش خود و بخشش الهی با بهزیستی روان‌شناختی و پریشانی حتی با دینداری مرتبط است و سبب کاهش پریشانی‌ها و افسردگی می‌شود. همچنین فینچام و می (۳۰) نشان داده است که، انواع گوناگون بخشش معمولاً مستقل از یکدیگر بخشش الهی، بخشش خود و بخشش بین فردی با یکدیگر همبستگی دارد و تعامل بین بخشش الهی و بین فردی سبب پیش‌بینی بخشش خود می‌شود. بزرگی یک تخلف، باعث دشواری بخشش می‌شود اما آگاهی و شناخت از خداوند (ج) می‌تواند منجر به یک واکنش عاطفی قوی تری شود، و باعث پیش‌بینی بخشش خود می‌شود (۲۹). همچنین باورهای مذهبی منجر به کاهش سطح مشکلات روانی شده و سطح کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشد و با در نظر داشت تأثیر بالقوه سطح بخشش بر عوامل گوناگون روانی و اجتماعی می‌توان رابطه مثبتی با کیفیت زندگی انتظار داشت (۳۱).

متغیرهای مهمی دیگری که در الگو وجود دارند عبارت‌اند از کیفیت زندگی، سلامت روانی و جسمی و خوش‌بینی. کیفیت زندگی مفهومی گسترده دارد که برای افراد و گروه‌های گوناگون دارای معانی گوناگون می‌باشد. برخی آن را به عنوان رفاه عمومی، بهزیستی اجتماعی، شادکامی، رضایت، خوب بودن، دارای زندگی هدفمند (دارای معنی) تحقق نیازها و یا عوامل عینی مانند درآمد و وضعیت سلامت و برخی آن را به عنوان قابلیت زیست‌پذیری یک ناحیه دانسته‌اند (۳۲). بخشش به عنوان یک صفت شخصیتی، می‌تواند کیفیت زندگی، بهزیستی روانی و سلامت روان را افزایش دهد و آموزش آن در سطح بهبود کیفیت زندگی مؤثر دانسته می‌شود (۳۳، ۳۴، ۳۵). در مطالعه تأثیرات خودبخشی بر کیفیت زندگی نشان داده شده که افراد با بخشش بالا نمرات بالاتری در رابطه فیزیکی، روان

انسجام خانواده به عنوان پیوند عاطفی که اعضای خانواده نسبت به یکدیگر دارند تعریف شده است و در خانواده‌های لاتین، انسجام به عنوان یک عامل محافظتی در برابر عوامل استرس زای خارجی شناسایی شده است (۱۹). افرادی اعضای خانواده‌هایی منسجم و پیوسته نسبت به هر یک از اعضای خانواده خود بخشنده تر و با درک هستند. با ترویج بخشش و افزایش حمایت در درون واحد نظام خانواده، سوء استفاده کننده ممکن است بتواند بیش‌تر بر حمایت خانواده تکیه کند که ممکن است منابع بیش‌تری برای مقابله فراهم کند. افزون بر این، بخشش می‌تواند در انسجام خانوادگی و افزایش درک خانواده نقش مؤثری داشته باشد (۲۰).

ادارا و چین^۱ (۲۱) بیان می‌کنند که فرآیند بخشش وسیله‌ای مؤثر برای حفظ هماهنگی خانوادگی و بازگرداندن روابط پس از تخلفات خانوادگی است. زمانی که اعضای خانواده ما را آزار می‌دهند، دردناک است زیرا ما به‌طور غیرارادی به یکدیگر گره خورده‌ایم و اعتقاد راسخ داریم که اعضای خانواده ما بدون قید و شرط در کنار ما خواهند بود. اعتماد یک رکن مهم در هر نوع رابطه است. همبستگی بین اعتماد و بخشش نشان می‌دهد افراد با اعتماد بالا احتمال بیش‌تری برای بخشش مجرمان خود دارند. به قول (بیگی^۲ و همکاران (۲۲)، زاگرین^۳ و همکاران (۲۳) ارتقای بخشش باعث تقویت انسجام و سازگاری خانوادگی می‌شود. افرادی که تمایل به بخشش دیگران دارند، قادر به کنترل و تنظیم خشم خود هستند، برای روابط متعادل و هماهنگ تلاش می‌کنند و می‌توانند به آسانی خود را به جای دیگران قرار دهد.

همدلی به عنوان مهارت بین فردی عبارت از توانایی است که انسان را برای شناخت و پاسخ دهی به حالت‌های ذهنی دیگران قادر می‌سازد (۲۴). به احتمال زیاد 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 شیوه‌ای خودخواهانه، بر تجربیات دیگران به شیوه‌ای 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 به‌طور مشابه برای بخشش وجود ندارد (۲۵). با وجود تفاوت در نمرات همدلی، یافته‌ها نشان

³ Zagrean

⁴ Fincham & May

¹ Edara & Chen

² Beygi

سمپاتیک می‌شود که بر تولید غدد درون ریز تأثیر می‌گذارد. بخشش ممکن است برانگیختگی مزمن سیستم عصبی سمپاتیک را از نظر مدت، بزرگی و فرکانس کاهش دهد، که ممکن است منجر به کاهش بار سیستم قلبی عروقی، مانند کاهش فشار خون و تغییرات ضربان قلب، و تولید درون زا لیپوپروتئین‌ها با چگالی کم شود، در نتیجه خطر بیماری فیزیکی را در طولانی مدت کاهش دهد (۴۸).

افراد شاد نسبت به روابط خوش‌بین و از زندگی رضایت بیشتری نشان می‌دهند (۴۹). خوش‌بینی به عنوان تمایل به انتظار نتایج مطلوب تعریف می‌شود (۵۰) 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. "به‌طور کلی" به نظر می‌رسد، انتظارات مثبت خوش‌بین‌ها محدود به یک حوزه رفتاری خاص یا طبقه‌ای از تنظیمات نیست و به همین ترتیب، افراد بدبین اغلب ظاهری بدبین به نظر می‌رسند (۵۱، ۵۲).

لی^۴ (۵۳) فریدمن و توسنت (۵۴) طی پژوهش‌های خود دریافته‌اند که بخشش با خوش‌بینی ارتباط مثبت دارد، همچنان بررسی فریدمن و توسنت نشان می‌دهد که بخشش یک ساختار چند بعدی می‌باشد. رضانی^۵ و همکاران (۵۵) در پژوهش خود نشان داد که با وجود ارتباط نزدیک میان بخشش و خوش‌بینی، بخشش می‌تواند در ارتقای خوش‌بینی نقشی مهم داشته باشد. در ضمن ماتیس^۶ و همکاران (۵۶) نشان داد که، باورها در مورد کیفیت رابطه فرد با خدا و اعتقاد به بخشش الهی رابطه بین دین‌داری ذهنی و خوش‌بینی را به گونه کامل واسطه می‌کنند، اما این رابطه عمدتاً توسط رابطه با خدا ایجاد می‌شود. یعنی افراد بخشنده برای بخشش الهی خوش‌بینی بیشتری نشان می‌دهند.

با توجه به آنچه که در بالا ذکر شد هدف اصلی این پژوهش ارایه و بررسی الگویی از پیشایندها و پیامدهای بخشش در دانشجویان دانشگاه کابل افغانستان می‌باشد. الگوی ارایه در شکل ۱ نشان داده شده است.

شناختی، روابط اجتماعی و مؤلفه‌های محیطی کیفیت زندگی در مقایسه با هم‌تایان با خودبخشی پایین کسب کردند. یعنی خودبخشی در شکل دادن ماهیت و مقدار کیفیت زندگی نقش پایدار دارد (۳۶، ۳۷).

پژوهش‌ها نشان داده است که بخشش درمانی در افزایش کیفیت زندگی مؤثر است و نیز درمان گروهی بخشش در سلامت روان، کیفیت زندگی و حمایت اجتماعی مؤثر دانسته است (۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳).

سلامت روانی و جسمی نیز از جمله متغیرهای هستند، که بخشش بر آن اثر گذار می‌باشد و مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. گفتمان‌های حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا حاکی از آن است که نگرش بخشش باید به نسبت دارا بودن تأثیرات مثبت آن بر سلامت روانی و جسمانی، بهزیستی روان‌شناختی و روابط خوب در وجود انسان‌ها به گونه مستمر ساخته شود (۴۴) به‌خاطر این که چن^۱ و همکاران (۴۵) بخشش به نسبت داشتن رابطه با طیفی از پیامدهای سلامت روانی، روانی رفتاری و جسمی به رفاه روانی و اجتماعی بهتر منجر می‌شود. به بیان لانگ^۲ و همکاران (۴۶) بخشش مفهومی از علاقه‌فزاینده در روانشناسی و ارتباط بالقوه با سلامت عمومی است. و شواهد فزاینده‌ای وجود دارد که ممکن است یک دارایی سلامتی برای ارتقای سلامت روانی و بهزیستی روانی-اجتماعی جمعیت باشد، علاوه بر این ممکن است به خودی خود به عنوان یک عمل خوب درک شود.

بر اساس یافته‌های راج^۳ و همکاران (۴۷) بخشش سلامت جسمی و روانی را افزایش می‌دهد و از ابتدای زندگی باید کودکان با الگوهای از بخشش بزرگ شوند، چون پیشایندهای بخشش در دوران کودکی (تأثیرات والدین و تجربیات اولیه) با شاخص‌های رفتار بخشنده مانند حالت عاطفی مثبت، همدلی و دینداری می‌باشد که در بزرگسالی باعث افزایش احساس بهزیستی، بهبود پذیرش خود و شایستگی مقابله با چالش‌ها می‌شود. ممکن است مکانیسم‌های فیزیولوژیکی، بخشش و سلامتی را به هم مرتبط کند، که شامل استرس مزمن عدم بخشش می‌باشد که منجر به برانگیختگی شدید سیستم عصبی

⁴ Li

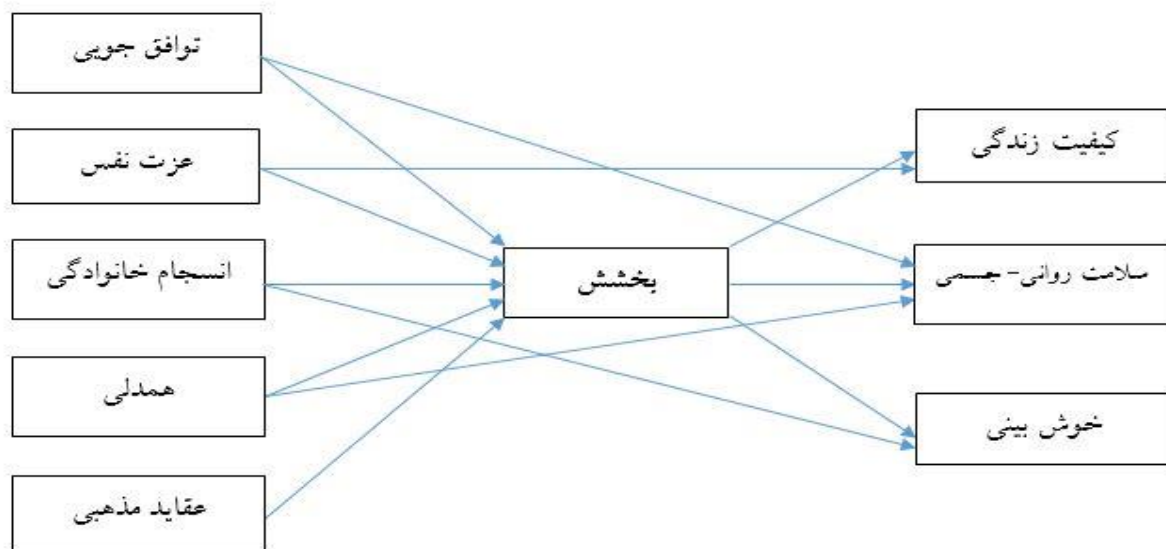
⁵ Rahmandani

⁶ Mattis

¹ Chen

² Long

³ Raj



نمودار ۱- الگوی پیشنهادی در این پژوهش

گویه یک مقیاس ۷ درجه‌ای از همیشه غلط (نمره ۱) تا همیشه صحیح (نمره ۷) قرار دارد (۵۹).

پایایی و روایی: ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای مقیاس گرایش به بخشش (خود، دیگران و موقعیت) بین ۰/۷۲ تا 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 این پژوهش برای بخشش (خود، دیگران و موقعیت) ۰/۶۹، ۰/۶۸ و ۰/۷۳ و برای کل پرسش‌نامه ۰/۷۱ محاسبه شدند. برای بررسی روایی پرسش‌نامه بخشش از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 (IFI=۰/۹۲، RMSEA=۰/۰۵۷، NFI=۰/۸۵، TLI=۰/۸۹، CFI=۰/۹۲) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

پرسش‌نامه توافق جویی کاستا و مک کری

این پرسش‌نامه در سال ۱۹۸۵ توسط کاستا و مک کری (۶۰) برای سنجش الگوی پنج عاملی شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و باوجدان بودن) در طیف یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف تنظیم شده است (۶۰). ضریب آلفای گزارش شده توسط کاستا و مک کری (۶۱) ۰/۷۵ تا ۰/۸۳ گزارش شده است. در حالی که در تحقیق بنچارد و همکاران (۱۹۹۹) این ضریب در روان‌رنجورخویی ۰/۸۵، در برون‌گرایی ۰/۷۲، در گشودگی ۰/۶۸، برای موافق بودن ۰/۶۹ و برای باوجدان بودن ۰/۷۹ بوده است. ضریب پایایی این پرسش‌نامه توسط حق‌شناس (۶۲) از ۰/۶۸ تا ۰/۸۱ گزارش کرده است. برای هر عامل ۱۲ سوال وجود دارد در این پژوهش ما فقط

روش پژوهش

این پژوهش از نوع همستگی از راه تحلیل معادلات ساختاری می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل ۲۵۲۰۰ دانشجویان پسر و دختر دانشگاه کابل افغانستان می‌باشد. جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش، ۳۰۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده از رشته‌های کیمیا، فزیک، کامپیوتر، تاریخ و جغرافیه، روان‌شناسی و پیداکوژی انتخاب گردید. این تعداد حجم نمونه بر اساس نظر متخصصان مدل‌یابی معادلات ساختاری مانند (هومن، ۵۷) و بشلیده (۵۸) که نمونه‌هایی بیش از ۲۰۰ نفر برای مدل‌یابی معادلات ساختاری پیشنهاد کرده‌اند. قبل از جمع‌آوری داده‌ها مجوزی‌های لازم از وزات علوم کشور و دانشگاه کابل اخذ گردید. همچنان برای جلب اعتماد و دادن اطمینان برای آن‌ها جهت حفظ معلومات شان اهداف پژوهشی برای دانشجویان توضیح شد. سپس پرسش‌نامه‌ها جهت پاسخگویی در مدت ۲ ساعت در اختیار دانشجویان قرار گرفت. برای تحلیل داده‌ها از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری و برای بررسی اثرات غیر مستقیم از روش بوت‌استرپ با نرم‌افزار SPSS و Amos ویرایست ۲۲ استفاده شده است.

ابزار پژوهش

پرسش‌نامه بخشش تامپسون و همکاران

این پرسش‌نامه توسط تامپسون و همکاران در سال (۵۹) طراحی شد که ۱۸ گویه دارد. این پرسش‌نامه از سه زیر مقیاس (خود، دیگران و موقعیت) بخششی درست شده است و در مقابل هر

از سوالات توافق‌جویی استفاده کردیم. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در این پژوهش ۰/۷۰ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه توافق‌جویی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 ($CFI=0/93$, $IFI=0/93$), $RMSEA=0/110$, $NFI=0/91$, $TLI=0/79$) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

پرسش‌نامه عزت نفس روزنبرگ

پرسش‌نامه عزت نفس روزنبرگ (۶۳) عزت نفس کلی و ارزش شخصی را اندازه می‌گیرد. این مقیاس شامل ۱۰ عبارت کلی است در طیف لیکرت ۲ درجه‌ای مخالف و موافق می‌باشد. روزنبرگ باز پدیدآوری مقیاس را ۰/۹ و مقیاس‌پذیری آن را ۰/۷ گزارش کرده است (۶۳). ضرایب آلفای کرونباخ برای این مقیاس در نوبت اول ۰/۸۷ برای مردان و ۰/۸۶ برای زنان و در نوبت دوم، ۰/۸۸ برای مردان و ۰/۸۷ برای زنان محاسبه شده است (۶۴). همبستگی آزمون مجدد در دامنه ۰/۸۸ - ۰/۸۲ و ضریب همسانی درونی یا آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۸ - ۰/۷۷ قرار دارد (۶۵). ضریب آلفای کرونباخ در این پژوهش برای پرسش‌نامه عزت نفس ۰/۷۴ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه عزت نفس از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 ($CFI=1/001$, $IFI=1/000$), $CFI=1/002$, $RMSEA=0/100$, $NFI=0/94$, $TLI=$) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

پرسش‌نامه عقاید مذهبی گلاک و استارک

این پرسش‌نامه توسط گلاک و استارک برای سنجیدن نگرش‌ها و باورهای دینی و دینداری ساخته شده برای استاندارد کردن در کشورهای گوناگون اروپا، آمریکا، آفریقا و آسیا، است و بر روی پیروان ادیان مسیحیت، یهودیت و اسلام اجرا شده است (۶۶). این پرسش‌نامه دارای ۲۶ سؤال بوده و هدف آن سنجیدن ابعاد چهارگانه نگرش‌ها و باورهای دینی و دینداری (اعتقادی، عاطفی، پیامدی، مناسکی) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه ارائه گردیده است. مقدار آلفا برای متغیرهای بعد اعتقادی ۰/۸۱، بعد عاطفی ۰/۷۵، بعد پیامدی ۰/۷۲ و بعد مناسکی ۰/۸۳ می‌باشد (۶۶). ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه عقاید مذهبی در این پژوهش ۰/۶۹ محاسبه شدند که بیانگر ضریب پایایی مطلوب می‌باشد. برای بررسی روایی پرسش‌نامه عقاید مذهبی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 ($CFI=0/96$, $IFI=0/96$), $CFI=0/95$, $TLI=$)

پرسش‌نامه انسجام خانواده (با الهام از مدل ترکیبی السون)

به نقل از ساعتچی و همکاران (۶۷) و ارجحه (۶۸) این مقیاس براساس مبانی نظری انسجام خانواده با الهام از مدل ترکیبی اولسون (۱۹۹۹) و به وسیله رضویه و سامانی (۱۳۷۹) ساخته شده است که از راه آن می‌توان به مقدار انسجام خانوادگی پی برد و همبستگی بین افراد خانواده را تعیین نمود (۶۹). ضریب پایایی این مقیاس توسط جمشیدی و همکاران (۷۰) به روش باز آزمایی ۰/۹۰ و به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده است. ضریب آلفا برای کل مقیاس ۰/۹۰ و پایایی برای کل مقیاس ۰/۷۸ گزارش شده است (۷۱). این پرسش‌نامه دارای ۲۸ سوال است و این سؤال‌ها نیز به صورت طیف لیکرت، طراحی شده اند. به گزینه ۱ کاملاً مخالفم=۱، مخالفم=۲، نظری ندارم=۳، موافقم=۴ و گزینه کاملاً موافقم را نمره ۵ را می‌دهیم. در این پژوهش ضریب پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شدند که بیانگر ضریب پایایی مطلوب پرسش‌نامه یاد شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه انسجام خانواده از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 ($CFI=0/92$, $IFI=0/92$), $CFI=0/90$, $NFI=0/88$, $TLI=0/90$, $RMSEA=0/086$) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

پرسش‌نامه همدلی (EQ-8)

مقیاس همدلی (EQ) در سال ۲۰۰۴ توسط سایمون بارون کوهن و سالی ویل رایت در مرکز تحقیقات اوتیسم در دانشگاه کمبریج ایجاد شده است (۷۲). 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 اسپرگر (AS) طراحی شده است. این شامل ۴۰ مورد همدلی و ۲۰ مورد پرکننده/کنترل است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه همدلی ۰/۹۲ محاسبه شده است (۷۳). همچنان این پرسش‌نامه در سال ۲۰۰۶ توسط بارون-کوهن و همکاران در فرم کوتاه تری با داشتن ۲۲ آیتم ترتیب و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۸۸ محاسبه شده است. نسخه هشت موردی ضریب همدلی از وکایاشی و همکاران مشتق شده است و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۷۶ محاسبه شده است (۷۴) و در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه ۰/۷۲ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه همدلی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی

پرسش‌نامه جهت‌گیری زندگی (خوش‌بینی) شیبر و کارور

شیبر و کارور در سال (۱۹۸۵) برای ارزیابی خوش‌بینی سرشستی، آزمون جهت‌گیری زندگی خود (LOT) گزارش خلاصه‌ای را تدوین کرده و بعدها آن را مورد تجدید نظر قرار دادند (۵۱). سپس نسخه تجدید نظر شده آزمون جهت‌گیری زندگی (LOT - R) جانشین آزمون اصلی (LOT) شد (۵۱). معیار ۱۰ ماده‌ای خوش‌بینی در مقابل بدبینی از ۱۰ مورد، ۳ مورد خوش‌بینی، 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 پژوهش خدایی و همکاران (۸۱) روایی صوری و محتوایی این پرسش‌نامه با استفاده از آزمون تحلیل عاملی تأیید شده است. همچنین، پایایی این پرسش‌نامه توسط ضریب آلفای کرونباخ در دو بعد خوش‌بینی و بدبینی ۰/۷۷ و ۰/۸۸ بدست آمد که نشانگر پایایی خوب این ابزار می‌باشد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه ۰/۶۹ می‌باشد. برای بررسی روایی پرسش‌نامه خوش‌بینی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 (IFI=۱/۰۱، CFI=۱/۰۰، RMSEA=۰/۰۰، NFI=۰/۹۹، TLI=۱/۰۳) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

یافته‌ها

ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه این پژوهش شامل ۴۹ درصد مرد، ۵۱ درصد زن، ۶۴/۳ در صد مجرد، ۳۵/۷ درصد متأهل دارای سن ۱۸ تا ۴۰ سال در حال تحصیل دوره لیسانس بودند.

با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 (IFI=۱/۰۳، CFI=۱/۰۱، NFI=۰/۹۹، TLI=۱/۰۱، RMSEA=۰/۰۰) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

پرسش‌نامه کیفیت زندگی وار و همکاران

پرسش‌نامه ۱۲ سوالی کیفیت زندگی، فرم کوتاه تر شده فرم ۳۶ سوالی است (۷۵). نسخه ۱۲ سوالی آن در سال ۱۹۹۶ توسط وار، کاسینسکی و کلر طراحی شد. این پرسش‌نامه دارای ۸ زیرمقیاس است. وار و همکاران (۷۶) برای اولین بار به بررسی روایی و پایایی این مقیاس پرداختند و آلفای کرونباخ محاسبه شده برای ۱۲ سوال بعد جسمانی ۰/۸۹ و برای ۱۲ سوال بعد روانی نیز ۰/۷۶ گزارش شد. منتظری و همکاران (۷۷) نیز روایی و پایایی این مقیاس را در ایران برای ۱۲ سوال مولفه جسمانی و روانی به ترتیب برابر ۰/۷۳ و ۰/۷۲ گزارش کرد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه ۰/۷۰ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه کیفیت زندگی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 (IFI=۰/۹۶، CFI=۰/۹۶، RMSEA=۰/۰۸، NFI=۰/۹۵، TLI=۰/۹۰) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

مقیاس سلامت عمومی گلدبرگ و هیلبر (GHQ-12)

این پرسش‌نامه توسط گلدبرگ و هیلبر (۷۸) به منظور شناسایی اختلالات روانی در مراکز و محیط‌های گوناگون تدوین شده است. این پرسش‌نامه به صورت‌های ۶۰، ۳۰، ۲۸ و ۱۲ سوالی است که فرم ۲۸ سوالی و فرم ۱۲ سوالی هم در ایران و هم در سایر موارد کاربرد بسیار دارد. این آزمون ۱۲ سوال دارد و دارای دو خرده‌نشانه‌های روانی مثبت و نشانه‌های اختلال روانی است که معمولاً به‌طور معمول، در عدم‌معمل، بیش‌تر از حد معمول و خیلی بیش‌تر از حد معمول نمره گذاری می‌شود. (۰-۱-۱-۱) است. یعقوبی و همکاران (۷۹) در مطالعه‌ای پایایی و روایی این پرسش‌نامه ۱۲ در ایران با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷ نشان داده است. همچنان سرمد و همکاران پایایی پرسش‌نامه را مناسب گزارش کرده است (۸۰). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه ۰/۷۱ محاسبه شده است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه سلامت عمومی از روش تحلیل عوامل تأییدی استفاده شده. شاخص‌های حاصل از تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS-22 (IFI=۰/۹۷، CFI=۰/۹۷، RMSEA=۰/۰۴، NFI=۰/۹۴، TLI=۰/۹۵) بیانگر روایی مطلوب این پرسش‌نامه بود.

دارد ($p < 0.01$). بخشش با سلامت روانی و جسمی رابطه منفی و معنی دارد. همچنان سلامت روانی و جسمی، توافق جویی، عزت نفس و خوش با هم همبستگی منفی دارد ($p < 0.01$). بین بخشش، انسجام خانواده، عقاید مذهبی و کیفیت زندگی رابطه معنی دار نیست. بین کیفیت زندگی، انسجام خانواده، همدلی، عقاید مذهبی و خوش بینی رابطه ای معنی دارد وجود ندارد. بین سلامت روانی و جسمی و انسجام خانواده، همدلی، عقاید مذهبی و کیفیت زندگی رابطه غیر معنی دار وجود دارد ($p < 0.01$).

یافته های توصیفی مربوط به میانگین، انحراف معیار و همبستگی های مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۱ گزارش شده است. همان گونه که در جدول ۱ مشاهده می شود بین بخشش و توافق جویی، عزت نفس، همدلی و خوش بینی، بین توافق جویی، عزت نفس، انسجام خانواده، همدلی، عقاید مذهبی و خوش بینی، بین عزت نفس، انسجام خانواده، همدلی، عقاید مذهبی، کیفیت زندگی و خوش بینی همبستگی مثبت وجود دارد. همچنان انسجام خانواده با همدلی، عقاید مذهبی و خوش بینی همبستگی مثبت دارد و بین همدلی، عقاید مذهبی و خوش بینی همبستگی مثبت باشد. علاوه بر آن عقاید مذهبی با خوش بینی همبستگی مثبت

جدول ۱- میانگین، انحراف معیار و ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
بخشش	۷۶/۸۹	۸/۲۲	۱								
توافق جویی	۲۷/۲۸	۴/۰۴	۰/۲۳۳**	۱							
عزت نفس	۱۸/۰۲	۱/۸۲	۰/۲۱۴**	۰/۳۴۲**	۱						
انسجام خانواده	۱۰۴/۰۱	۱۷/۴۰	۰/۰۹۳**	۰/۲۶۷**	۰/۳۲۵**	۱					
همدلی	۲۵/۹۶	۴/۶۳	۰/۲۶۸**	۰/۱۴۹**	۰/۳۳۴**	۰/۲۴۹**	۱				
عقاید مذهبی	۱۰۰/۷۲	۱۰/۸۰	۰/۰۳۱	۰/۲۸۱**	۰/۲۱۸**	۰/۴۳۳**	۰/۲۶۱**	۱			
کیفیت زندگی	۲۸/۷۰	۴/۵۱	۰/۰۲۷	۰/۰۴۰**	۰/۱۵۴**	۰/۰۴۸**	۰/۰۶۶	۰/۰۷۹	۱		
سلامت روانی و جسمی	۱۷/۷۹	۵/۲۸	۰/۳۴۹**	۰/۲۴۹**	۰/۱۲۷**	۰/۰۱۳	۰/۰۵۳	۰/۱۱۳**	۰/۰۸۷	۱	
خوش بینی	۳۷/۱۵	۴/۵۶	۰/۳۷۶**	۰/۰۱۵**	۰/۲۸۰**	۰/۲۳۰**	۰/۲۶۳**	۰/۱۹۵**	۰/۱۱۱	۰/۲۷۴**	۱

** $p < 0.01$

مقدار مجذور کای (X^2)، شاخص هنجار شده مجذور کای (X^2/DF)، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)، شاخص افزایشی (IFI)، شاخص توکر-لویس (TLI)، و جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) مورد استفاده قرار گرفتند.

برای ارزیابی مدل پیشنهادی از مدل یابی معادلات ساختاری (SEM) استفاده شد. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و AMOS ویراست ۲۲ صورت گرفت. برای تعیین برازش الگوی پیشنهادی با داده ها، ترکیبی از شاخص های برازندگی

جدول ۲- شاخص های برازندگی الگوی کلی پیشنهادی و الگوی اصلاح شده

شاخص های برازش	X^2	DF	X^2/DF	GFI	CFI	IFI	NFI	TLI	RMSEA
مدل پیشنهادی	۵۲/۷۹۳	۳۰	۱/۷۵۹	۰/۹۶۸	۰/۹۳۹	۰/۹۴۳	۰/۸۷۷	۰/۸۸۸	۰/۰۵
مدل اصلاح شده	۴۰/۰۸۰	۲۸	۱/۴۳۱	۰/۹۷۶	۰/۹۶۸	۰/۹۷۰	۰/۹۰۶	۰/۹۳۶	۰/۰۳

شده توسط برنامه AMOS-22 بین گویه های ۱، ۲، ۳ و ۴ متغیرهای سلامت روانی و جسمی، کیفیت زندگی، خوش بینی و بخشش خودی که ضرایب همبستگی بین آن ها بالا بودند کوواریانس دوطرفه رسم شد. بعد از اعمال تغییرات، تحلیل مجددی بر روی داده ها صورت گرفت و نتایج اصلاح شده نشان دادند که شاخص های برازندگی به وضعیت کاملاً مطلوبی رسیدند.

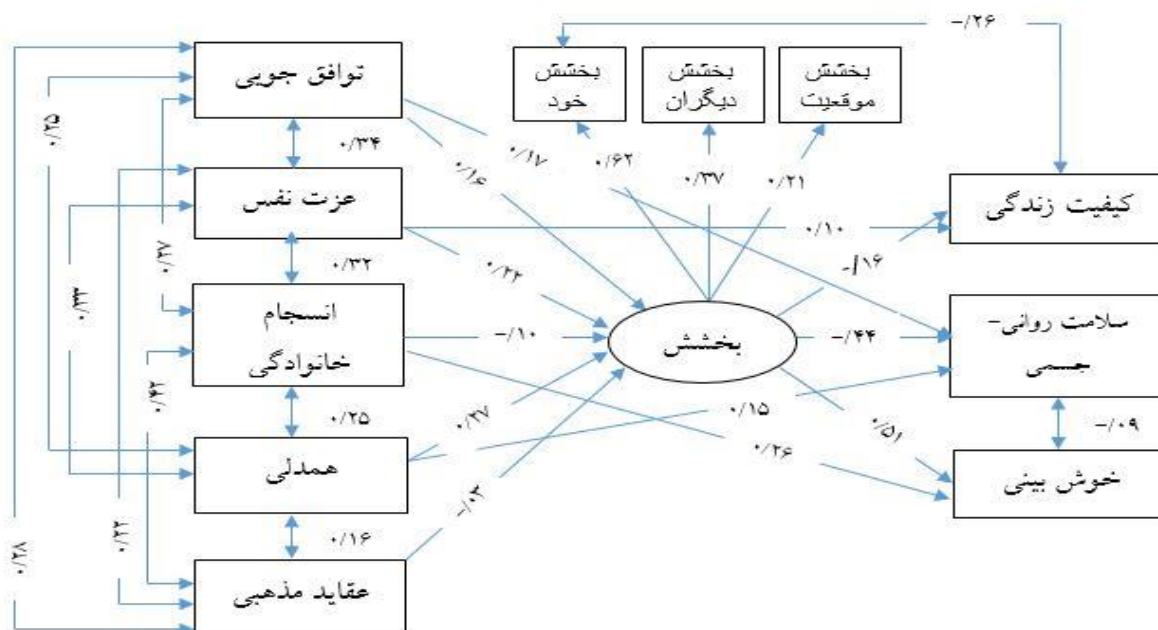
در جدول ۲ شاخص های برازندگی الگوی اولیه و اصلاح شده ارائه شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول ۲، شاخص برازندگی تطبیقی ($CFI=0.939$)، شاخص برازندگی افزایشی ($IFI=0.943$)، شاخص توکر-لویس ($TLI=0.888$) و شاخص برازندگی هنجار شده ($NFI=0.877$) نشان می دهند که (TLI) و (TLI) که از اندازه قابل قبول کم می باشد بنابراین الگوی پیشنهادی نیاز به اصلاح دارد. بر اساس پیشنهاد ارائه

جدول ۳- ضرایب مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل اصلاح شده

SIG	C.R	B	مسیر
۰/۲۴	-۱/۱۵۶	-۰/۱۰	انسجام خانواده به بخشش
۰/۰۰۱	۳/۴۵۴	۰/۲۹	همدلی به بخشش
۰/۹۱	-۰/۱۱۳	-۰/۰۰۹	عقاید مذهبی به بخشش
۰/۰۱	۲/۵۷۲	۰/۲۱	عزت نفس به بخشش
۰/۰۶	۱/۸۶۳	۰/۱۵	توافق جویی به بخشش
۰/۰۰۱	۴/۹۴۵	۰/۲۷	انسجام خانواده به خوش بینی
۰/۰۱	-۲/۵۰۵	-۰/۱۵	توافق جویی به سلامت روانی و جسمی
۰/۰۲	۲/۱۹۸	۰/۱۴	عزت نفس به کیفیت زندگی
۰/۰۰۱	۱/۰۰۰	۰/۵۹	بخشش به بخشش خود
۰/۰۰۱	۴/۳۳۳	۰/۳۶	بخشش به بخشش دیگران
۰/۰۰۸	۲/۶۴۷	۰/۲۰	بخشش به بخشش موقعیت
۰/۰۰۱	-۴/۵۵۰	-۰/۴۹	بخشش به سلامت روانی و جسمی
۰/۶۱	۰/۵۰۶	۰/۰۴	بخشش به کیفیت زندگی
۰/۰۰۱	۵/۶۷۸	۰/۵۴	بخشش به خوش بینی
۰/۰۱	۲/۵۴۷	۰/۱۷	همدلی به سلامت روانی و جسمی

کلی به بخشش (خود، دیگران و موقعیت)، بخشش به سلامت روانی و جسمی، بخشش به خوش بینی و همدلی به سلامت روانی و جسمی معنی دار می باشند. افزون بر آن مسیرهای انسجام خانواده، عقاید مذهبی و توافق جویی به بخشش و مسیر بخشش به کیفیت زندگی معنی دار هستند.

جدول ۳ پارامترهای مربوط به اثرات مستقیم متغیرها بر یکدیگر را در مدل اصلاح شده نشان می دهد. همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می شود مسیرهای همدلی و عزت نفس به بخشش معنی دار بودند. همچنان مسیرهای انسجام خانواده به خوش بینی، توافق جویی به سلامت روانی و جسمی، عزت نفس به کیفیت زندگی، بخشش



نمودار ۲- الگوی اصلاح شده و ضرایب مسیر

یافته‌های مربوط به روابط غیرمستقیم (میانجی)

برای تعیین معنی داری مسیرهای غیرمستقیم از روش بوت

استرپ استفاده شده است. در جدول ۴ نتایج حاصل از روش بوت استرپ ارائه شده است.

جدول ۴- نتایج آزمون بوت استرپ برای بررسی نقش میانجیگری متغیرها

مسیر	اثر استاندارد	حد بالا	حد پایین	سطح معنی داری
عزت نفس ← بخشش ← خوش بینی	۰/۲۷۹	۰/۵۰۱	۰/۱۲۶	۰/۰۰۴
عزت نفس ← بخشش ← سلامت روانی-جسمی	-۰/۲۷۶	-۰/۱۵۳	-۰/۵۳۱	۰/۰۰۳
توافق جویی ← بخشش ← سلامت روانی-جسمی	-۰/۰۹۶	-۰/۰۰۸	-۰/۲۱۸	۰/۰۷۸
همدلی ← بخشش ← خوش بینی	۰/۱۴۴	۰/۲۵۰	۰/۰۷۱	۰/۰۰۱
همدلی ← بخشش ← سلامت روانی-جسمی	-۰/۱۴۳	-۰/۰۷۷	-۰/۲۹۶	۰/۰۰۱

همان گونه که نتایج به دست آمده از بوت استرپ نشان می‌دهد، که دامنه به دست آمده در بوت استرپ برای مسیرهای میانجی‌گر در برگیرنده صفر نیستند و مسیرهای میانجی‌گر معنی دار می‌باشد. به بیان دیگر، می‌توان گفت که میانجی‌گرهای انتخاب شده توانستند به خوبی رابطه بین متغیرهای پیش‌آیند و پیامد را تبیین کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش بررسی اثر توافق جویی، عزت نفس، انسجام خانواده، همدلی و عقاید مذهبی بر کیفیت زندگی، سلامت روانی-جسمی و خوش بینی با میانجی‌گری بخشش بود. در مدل به بررسی روابط مستقیم و غیر مستقیم بخشش پرداخته شد. نتایج بدست آمده نشان داد مدل پیشنهادی بر اساس شاخص‌های گوناگون از برازش نسبتاً خوبی برخوردار است. بررسی ضرایب استاندارد نشان داد همه مسیرهای مستقیم به جز مسیرهای (انسجام خانواده، عقاید مذهبی، توافق جویی به بخشش و مسیر مستقیم بخشش به کیفیت زندگی) معنی دار بودند و مسیرهای غیر مستقیم عزت نفس به سلامت روانی-جسمی و خوش بینی، مسیر توافق جویی به سلامت روانی-جسمی و همچنان مسیرهای همدلی به سلامت روانی-جسمی و خوش بینی معنی دار می‌باشد.

بر اساس نتیجه به دست آمده از این پژوهش، بخشش با سلامت روانی-جسمی رابطه مثبت دارد و آن را پیش‌بینی می‌کند. یعنی افراد بخشنده از سلامت روانی-جسمی بهتری برخوردار بودند. رابطه مثبت بخشش با سلامت روانی و جسمی با نتایج وارسا (۴۴)، چن و همکاران (۴۵)، لانگ و همکاران (۴۶)، راج و همکاران (۴۷)، تورسن و همکاران (۴۸)، همسویی دارد. بخشش به‌طور مستقیم بر سلامت روانی-جسمی اثر دارد و آنرا پیش‌بینی می‌کند (۸۲). چون در این پژوهش دیده شد افراد بخشنده نسبت به افراد غیر بخشنده از لحاظ روانی-جسمی سالم بودند. همچنان افراد دارای سلامت

روانی بالا نسبت به افراد دارای اختلال روانی یک دیگر را می‌بخشند (۸۳). افراد بخشنده تر، بدون در نظر داشت شرایط در قبال بسیاری مسائل و افراد از خود بخشش نشان می‌دهند بر این اساس است که در وجود آنها خبری از تأثیرات منفی اضطراب بر سلامت آنها نیست. اما افراد فاقد فضیلت بخشش مقاومت خود را در مقابل امورات منفی زندگی از دست می‌دهند و در نهایت اضطراب بیش تر نتایج منفی و ناگوار را بر سلامت جسمی و روانی آنها خواهند گذاشت.

بر اساس نتایج به دست آمده از پژوهش بخشش با خوش بینی رابطه مثبت دارد و این نتیجه با نتایج پژوهش‌های قبلی لی (۵۳)، فریدمن و توسن (۵۴) رضانی و همکاران (۵۵) ماتیس و همکاران (۵۶) همسو می‌باشد. پژوهشی که در رابطه به رابطه‌ای شادکامی با پذیرش خود، قدردانی و بخشش در سالمندان با میانجی‌گری توانمندی خود انجام شد نشان داده شد که بخشش با خوش بینی قوی ترین رابطه دارد (۸۴). وقتی فردی می‌بخشد تبدیل به شخص شجاع، مهربان با دیگران و فرد دوست‌داشتنی می‌شود. وقتی فردی می‌بخشد، ترسش کاهش می‌یابد و آن را تا کاهش احساس گناه دنبال می‌کند. بسیاری از افراد که به دلیلی از شخص مورد نظر خود عصبانی هستند، برای امیال پرخاشجویانه ناخودآگاهشان احساس گناه می‌کنند و بخشش آن‌ها را متوقف می‌کند.

مطابق نتایج بدست آمده از پژوهش، مسیر مستقیم بخشش به کیفیت زندگی معنی دار نشد و نشان‌دهنده نداشتن رابطه بخشش با کیفیت زندگی می‌باشد که با نتایج پژوهش‌های قبلی همسویی ندارد. نبود همبستگی بین بخشش و کیفیت زندگی در افغانستان، برای اینکه فقر حاکم است و اکثریت مردم در شرایط ناگوار اقتصادی زندگی می‌کنند ممکن است کیفیت زندگی در یک سطح باشد و یا اکثریت در یک درجه قرار داشته باشد و این امر باعث می‌شود از رابطه کیفیت زندگی با بخشش بکاهد.

بر اساس شواهد پژوهش عزت نفس بر بخشش اثر مستقیم دارد که با نتایج پژوهش‌های تورنج و همکاران (۱۶) و هانگ و

نمی‌باشد، با وجود عقیده خوب و پابندی به اصول دینی، شرایط دشوار زندگی باعث می‌شود میان افراد فاصله ایجاد کند و بر سبب آن از تحمل یکدیگر دست بردارد و در اکثر مواقع بجای بخشش بر خشونت و انتقام عمل رو آورد.

هم‌چنین، در این پژوهش به بررسی مسیرهای غیر مستقیم (میانجی گر) با استفاده از روش بوت استرپ پرداخته شد. نتایج تحلیل نشان داد بخشش توانست رابطه را بین عزت نفس و خوش‌بینی به خوبی میانجی‌گری کند و نتایج پژوهش‌های قبلی را تقویت می‌کند. قلیپور و امیری پور اسفند آبادی (۹۱)، قادری گسک و همکاران (۹۲) در پژوهش‌های خود نشان دادند که عزت نفس و خوش‌بینی با هم رابطه مثبت دارد و عزت نفس بالا سبب خوش‌بینی بیشتر می‌شود. همچنان عزت نفس بخشش را پیش‌بینی می‌کند و افراد دارای عزت نفس بالا به خوبی می‌تواند دیگران را ببخشد. از سوی دیگر هم بخشش با خوش‌بینی رابطه مثبت دارند و بخشش خوش‌بینی را پیش‌بینی می‌کند.

نتیجه دیگری از مسیرهای غیرمستقیم که باید به آن اشاره نمود این است که با میانجی‌گری بخشش عزت نفس و سلامت روانی و جسمی باهم رابطه مثبت دارد. داشتن رابطه عزت نفس با سلامت جسمی و روانی به نتایج پژوهش‌های قبلی تقویت می‌بخشد. زارع و همکاران (۹۳) در پژوهش خود نشان داد که بین عزت نفس و سلامت روانی و جسمی همبستگی مثبت وجود دارد. همچنان رجبی و همکاران (۹۴) در پژوهشی خود نشان دادند عزت نفس و حمایت اجتماعی در پیش‌بینی سلامت روانی دانشجویان در کل و به تفکیک جنس نقش دارد. علاوه بر آن بخشش سلامت روانی و جسمی را افزایش می‌دهد. هرچه عزت نفس بالا باشد فرد از سلامت روانی و جسمی بالای برخوردار می‌باشد.

مسیر غیرمستقیم دیگری از نتایج پژوهش که باید به آن اشاره کرد، توافق‌جویی از راه بخشش با سلامت روانی و جسمی رابطه مثبت دارد. و بر تقویت رابطه میان توافق‌جویی و سلامت روانی و جسمی می‌افزاید. رابطه توافق‌جویی با سلامت روانی و جسمی با نتایج پژوهش‌های قبلی همسویی دارد. توافق‌جویی یکی از پنج بعد شخصیت می‌باشد و بر سلامت روانی و جسمی اثر مستقیم دارد (۹۵)، برای اینکه توافق‌جویی یکی از پنج بعد بزرگ شخصیت بشمار می‌رود. شخصت سالم بزرگترین نیرو برای پیش‌بینی عملکرد در محیط کاری روزمره به حساب می‌آید، فرد تلاش می‌کند بیش‌تر در اصلاح ویژگی‌های شخصیتی خود و رفتاراش تلاش کند که به سبب آن از بسیاری بیماری‌ها نجات پیدا می‌کند.

بر اساس یافته‌های این پژوهش بخشش رابطه را بین همدلی و خوش‌بینی میانجی‌گری می‌کند، افراد همدل و خوش‌بین نسبت به دیگران بخشنده‌تر بودند. این یافته‌ها نتایج پژوهش دیونگی و همکاران (۹۶) را تقویت می‌کند که همدلی سبب خوش‌بینی در افراد

همکاران (۸۵) مشابهت دارد، یعنی عزت نفس بخشش را پیش‌بینی می‌کند. در افراد دارای عزت نفس بالا نسبت به افرادی که عزت نفس پایین دارد احتمال بیش‌تر وجود دارد که خودشان را به خاطر خطاهای‌شان ببخشند (۸۶) که این یافته نشان‌دهنده یکی از مشکلات افراد دارای عزت نفس پایین، عدم بخشش خود می‌باشد. بخشش خود و دیگران چه در سطح فرد و یا بین فردی دارای مزایای متعددی می‌باشد؛ مطالعات تجربی نشان داده است که سطوح بالای بخشش خود و دیگران با عزت نفس بالا، سلامت روانی بالا، سطح پایین افسردگی و اضطراب ارتباط دارد (۸۷).

بر اساس این پژوهش همدلی بر بخشش اثر مثبت و مستقیم دارد و پژوهش‌های قبلی (توست و وب (۱۷)، ملور (۲۵)، مکاسکیل (۲۶)، براس و همکاران (۲۷) نیز مؤید آن است. چون همدلی باعث بهبود روابط می‌شود و بخشش را پیش‌بینی می‌کند (۸۸، ۸۹) و همدلی توانایی مهمی است که سبب هماهنگی فرد با احساس‌ها و افکار دیگران می‌شود و او را با دنیای اجتماعی پیوند می‌دهند، کمک به دیگران را برای او ترسیم کرده و از آسیب‌زدن به آنها جلوگیری می‌کند. دلستگی مضطرب و اجتنابی از راه نشخوار فکری بیش از حد و عدم همدلی بر بخشش و رضایت زناشویی تأثیر منفی می‌گذارد در ضمن همدلی اثر مستقیم بر بخشش دارد و در بهبود روابط زناشویی نقش مهمی ایفا می‌کند (۹۰).

از دیگر یافته‌های پژوهش می‌توان به نداشتن اثر مستقیم توافق‌جویی بر بخشش اشاره کرد که با نتایج پژوهش‌های قبلی همسویی ندارد. در این باره می‌توان چنین استنباط کرد چون پنج دهه جنگ و خشونت در افغانستان باعث تقویت حسد و کینه در بین افراد شده و حس توافق‌جویی را از میان مردم برداشته، احتمال بیش‌تر وجود دارد افراد در اکثر موارد بر توافق و بخشش فکر نکنند. در پژوهش فعلی فقدان اثر مستقیم انسجام خانوادگی بر بخشش نیز با پژوهش‌های قبلی مغایرت دارد یعنی بین انسجام خانواده و بخشش رابطه معنی‌دار نشد. اینجا می‌توان چنین برداشت کرد که فقر و بدبختی حاکم چند دهه مسلسل در افغانستان بر نظام خانواده‌ها اثر سوء داشته و میان اعضای خانواده‌ها تفرقه و فاصله ایجاد کردند. چون فقر و تندگدستی بین اعضای خانواده سبب خشونت‌ها گوناگون و نزاع‌ها می‌شود و افراد بجای وحدت و بخشش بر انتقام فکر می‌کند.

بر اساس نتایج بدست آمده از پژوهش عقاید مذهبی بر بخشش اثر مستقیم ندارد و این نتیجه با نتایج پژوهش‌های قبلی همسویی ندارد. به احتمال این که تنوع عقاید مذهبی در افغانستان کم می‌باشد، امکان دارد همه افراد مسلمان و نمازخوان باشد، تمامی اصول دینی و مذهبی را به وجه احسن رعایت کنند، اما در بخشش گوناگون باشد. باز احتمال بیش‌تر وجود دارد که وضعیت بد و پر از خشونت چند ساله در افغانستان بر کاهش بخشش میان افراد بدون اثر

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به نمونه پژوهش و موقعیت آن اشاره کرد. از آنجای که نمونه این پژوهش را فقط دانشجویان دانشگاه کابل تشکیل می‌دادند، باید در تعمیم یافته‌های از جمعیت‌های ساکن شهرهای دیگر جانب احتیاط را نگه داشت. در این پژوهش از روش الگویابی معادلات ساختاری استفاده شد؛ بنابراین، باید تفسیرهای علت و معلولی با دقت صورت گیرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از متغیرهای روان‌شناختی دیگری نیز به‌عنوان پیشایندها و پیامدهای بخشش استفاده شود و این پژوهش روی نمونه‌های بزرگ‌تر و جوامعی به غیر از دانشجویان صورت گیرد تا امکان تعمیم‌پذیری به صورت دقیق‌تری امکان‌پذیر شود.

می‌شود و بخشش می‌تواند در افراد حس‌همدلی و خوش‌بینی را بیش‌تر کند. همچنان هر سه بعد بخشش (خود، دیگران و موقعیت) با همدلی رابطه مثبت دارد و می‌تواند در بهبود کیفیت زندگی و روابط میان افراد نقش مؤثر داشته باشد (۹۷).

یکی دیگر از نتایج به‌دست آمده پژوهش می‌توان به رابطه غیرمستقیم میان همدلی و سلامت روانی و جسمی اشاره کرد که توسط بخشش میانجی‌گری می‌شود. نتایج این پژوهش با نتایج قبلی شباهت دارد و داشتن رابطه همدلی را با بخشش و سلامت روانی-جسمی تأیید می‌کند. چون افراد همدل از سلامت روانی-جسمی بهتری برخوردار بودند و این امر باعث می‌شد در آن‌ها حس بخشندگی نقش داشتند. همدلی به‌صورت مستقیم در افزایش بخشش و ارتقای آن و بخشش در افزایش سلامت روانی و کاهش پرخاشگری نقش دارد (۹۸). همچنان همدلی با سلامت روانی رابطه دارد و آن را پیش‌بینی می‌کند (۹۹).

References

- 1- Webb JR, Toussaint L, Conway-Williams E. Forgiveness and health: Psycho-spiritual integration and the promotion of better healthcare. *Journal of Health Care Chaplaincy*. 2012;18(1-2):57-73. <https://doi.org/10.1080/08854726.2012.667317>
- 2- Sutton GW. Everything you always wanted to read about forgiveness but didn't have time to research. *Journal of Psychology and Theology*. 2021; 89-5. <https://doi.org/10.1177/0091647120914023>
- 3- Kumar A, Dixit V. Forgiveness: An incredible strength. *Indian Journal of Positive Psychology*. 2014;5(1):90-3.
- 4- Toussaint L, Webb JR. Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. *Handbook of Forgiveness*. 2005:349-362.
- 5- Freedman S, Enright RD. A review of the empirical research using enright's process model of interpersonal forgiveness; 2019. <https://doi.org/10.4324/9781351123341-25>
- 6- Záhorcová L, Halama P, Enright RD. Forgiveness as a factor of adjustment in bereaved parents. *Journal of loss and trauma*. 2020;25(2):188-203. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1664786>
- 7- Enright R. *Psychological Science of Forgiveness: Implications for Psychotherapy and Education*; 2011.
- 8- McCullough ME, Worthington Jr EL, Rachal KC. Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of personality and social psychology*. 1997;73(2):321-36. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>
- 9- Graziano WG, Tobin RM. Agreeableness and the five factor model. *The Oxford handbook of the Five Factor Model*. 2017;1:105-31. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199352487.013.17>
- 10- Graziano WG, Tobin RM. Agreeableness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior*. The Guilford Press; 2009.
- 11- Baardstu S, Karevold EB, Von Soest T. Childhood antecedents of Agreeableness: A longitudinal study from preschool to late adolescence. *Journal of Research in Personality*. 2017;67:202-14. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.10.007>
- 12- Jolanian T, Saberi H, Bashardoust S. Prediction of forgiveness based on personality traits: The mediating role of conscious emotions. *Journal of the Faculty of Medicine of Mashhad University of Medical Sciences*. 2020;2(63):16-26.
- 13- Hodge AS, Captari LE, Mosher DK, Kodali N, Hook JN, Davis DE, Van Tongeren DR. Personality and forgiveness: A meta-analytic review. In *Handbook of forgiveness*. 2019; 97-106. <https://doi.org/10.4324/9781351123341-10>

- 14- Pour Esameli A, Bayrami M, Hashemi T. Relationships between personality factors and sub-components of forgiveness among students. *Thought and Behavior*. 2012;(23): 83-93.
- 15- Pandey R, Tiwari GK, Pandey R, Mandal SP, Mudgal S, Parihar P, Rai PK, Tiwari AS, Shukla M. The relationship between self-esteem and self-forgiveness: Understanding the mediating role of positive and negative self-compassion. *Authorea Preprints*; 2020. <https://doi.org/10.22541/au.158981530.01103201>
- 16- Turnage BF, Hong YJ, Stevenson AP, Edwards B. Social work students' perceptions of themselves and others: Self-esteem, empathy, and forgiveness. *Journal of Social Service Research*. 2012;38(1):89-99. <https://doi.org/10.1080/01488376.2011.610201>
- 17- Neff KD. Self-compassion, self-esteem, and well-being: self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*. 2011;5(1):1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>
- 18- MacKinnon NJ. *Self-Esteem and Beyond*. Palgrave Macmillan UK; 2015. <https://doi.org/10.1057/9781137542304>
- 19- Rivera FI, Guarnaccia PJ, Mulvaney-Day N, Lin JY, Torres M, Alegría M. Family cohesion and its relationship to psychological distress among latino groups. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*. 2008;30(3): 357-78. <https://doi.org/10.1177/0739986308318713>
- 20- Scherer M, Worthington Jr EL, Hook JN, Campana KL, West SL, Gartner AL. Forgiveness and cohesion in familial perceptions of alcohol misuse. *Journal of Counseling & Development*. 2012;90(2): 160-168. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00021.x>
- 21- Edara I, Chen J. Incremental role of family relationships and hurt intensity in forgiveness of family offenders: A study of college students in Taiwan. *Psychology*. 2018; 9:1023-49. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.95065>
- 22- Beygi A, Mohammadifar MA, Najafi M, Rezayi AM. Relationship of spirituality and forgiveness with family cohesion and adaptability in veterans. *Iranian Journal of War and Public Health*. 2016;8(1):33-9.
- 23- Zagrean I, Russo C, Di Fabio M, Danioni F, Barni D. Forgiveness and family functioning among young adults from divorced and married families. *Journal of Divorce & Remarriage*. 2020;61(8):543-55. <https://doi.org/10.1080/10502556.2020.1799307>
- 24- Mohammad Aminzadeh D, Kazemian A, Esmaili M, Smeri Y. Prediction of perceived empathy based on emotional schemas and resilience in mothers with physically disabled children. *Rehabilitation Scientific Research Quarterly*. 2017;18(2):142-53. <https://doi.org/10.21859/jrehab-180138>
- 25- Mellor D, Fung SW, Binti Mamat Muhammad NH. Forgiveness, empathy and gender-A Malaysian perspective. *Sex Roles*. 2012;67:98-107. <https://doi.org/10.1007/s11199-012-0144-4>
- 26- Macaskill A, Maltby J, Day L. Forgiveness of Self and Others and Emotional Empathy. *The Journal of Social Psychology*. 2002;142(5):663-65. <https://doi.org/10.1080/00224540209603925>
- 27- Brose LA, Rye MS, Lutz-Zois C, Ross SR. Forgiveness and personality traits. *Personality and Individual Differences*. 2005;39(1):35-46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.11.001>
- 28- King M, Speck P, Thomas A. The Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs: development and validation of a self-report version. *Psychological Medicine*. 2001;31(06):1-22. <https://doi.org/10.1037/t04618-000>
- 29- Fincham FD, May RW. Self-forgiveness and well-being: Does divine forgiveness matter?. *The Journal of Positive Psychology*. 2019;14(6):854-59. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1579361>
- 30- Fincham FD, May RW. No type of forgiveness is an island: divine forgiveness, self-forgiveness and interpersonal forgiveness. *The Journal of Positive Psychology*. 2021;1-8. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1913643>
- 31- Yazla E, Karadere ME, Küçükler FK, Karşıdağ Ç, İnanç L, Kankoç E, Dönertaş M, Demir E. The effect of religious belief and forgiveness on coping with diabetes. *Journal of Religion and Health*. 2018;57:1010-19. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0504-z>
- 32- Sarlak M, Heydari H. Comparison of marital status, individual forgiveness,

- interpersonal forgiveness and quality of life in couples married 1-2 years and couples married 3-10 years. *Consulting Research Quarterly*. 2016;(62)15:188-70.
- 33- Nik Menesh Z, Kazemi Y, Amra S. Effectiveness of forgiveness group training on the quality of life of female students. *Journal of Educational Psychology Studies*. 2019;16(34):211-229.
- 34- Ye Y, Ma D, Yuan H, Chen L, Wang G, Shi J, Yu Y, Guo Y, Jiang X. Moderating effects of forgiveness on relationship between empathy and health-related quality of life in hemodialysis patients: a structural equation modeling approach. *Journal of Pain and Symptom Management*. 2019;57(2):224-32. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2018.10.511>
- 35- Martin LA, Vosvick M, Riggs SA. Attachment, forgiveness, and physical health quality of life in HIV+ adults. *AIDS Care*. 2012;24(11):1333-1340. <https://doi.org/10.1080/09540121.2011.648598>
- 36- Currier JM, Drescher KD, Holland JM, Lisman R, Foy DW. Spirituality, forgiveness, and quality of life: Testing a mediational model with military veterans with PTSD. *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2015;26(2):167-79. <https://doi.org/10.1080/10508619.2015.1019793>
- 37- Mudgal S, Tiwari GK. High level of self-forgiveness facilitates quality of life in males and females. *International Research Journal*. 2017;8(3):154-66.
- 38- Askari M, Bajlan L. The effect of forgiveness therapy on marital conflicts and the quality of life of women referring to the welfare of Arak city. *Counseling Research Quarterly*. 2014;13(50):118-39.
- 39- Baghban M. The effectiveness of marital well-being promotion training on the amount of couples' forgiveness. *Islamic Research Journal of Women and Family*. 2020;(21): 115-33. <https://doi.org/10.52547/iswf.8.4.115>
- 40- Charzyńska E, Gruszczyńska E, Heszen-Celińska I. The role of forgiveness and gratitude in the quality of life of alcohol-dependent persons. *Addiction Research & Theory*. 2020;28(2):173-82. <https://doi.org/10.1080/16066359.2019.1642332>
- 41- Masjidi Arani A. "Dissertation on the effect of group therapy on mental health, quality of life and social support received by healthy women; 2012.
- 42- Mohammadi H. Effectiveness of intervention based on forgiveness on the quality of life and general health of mothers of children with autism. The third international conference on management and humanities researches. University of Tehran. 2018;1(5):740-52.
- 43- Movahedi A, Mirza Hosseini H. The effect of forgiveness therapy on coping with marital conflicts and quality of life. *Journal of Principles of Mental Health*. 2017;19(3):293-300.
- 44- Warsah I. Forgiveness viewed from positive psychology and Islam. *IGCJ: Islamic Guidance and Counseling Journal*. 2020;3(2): 108-21. <https://doi.org/10.25217/igcj.v3i2.878>
- 45- Chen Y, Harris SK, Worthington Jr EL, VanderWeele TJ. Religiously or spiritually-motivated forgiveness and subsequent health and well-being among young adults: An outcome-wide analysis. *The Journal of Positive Psychology*. 2019;14(5):649-58. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1519591>
- 46- Long, KNG, Worthington EL, VanderWeele TJ, Chen Y. Forgiveness of others and subsequent health and well-being in mid-life: a longitudinal study on female nurses. *BMC Psychology*. 2020;8(1): 1-19. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00470-w>
- 47- Raj P, Elizabeth CS, Padmakumari P. Mental health through forgiveness: Exploring the roots and benefits. *Cogent Psychology*. 2016;3(1): 30-58. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1153817>
- 48- Thoresen CE, Harris AH, Lusk F. Forgiveness and health. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice*. New York, NY: Guilford Press. 2000; 254-80.
- 49- Abdel-Khalek AM. Are optimists happier and more satisfied with their are optimists Happier and more satisfied with their life? *BAU Journal-Society Culture and Human Behavior*. 2020;2(1):1-19. <https://doi.org/10.54729/2789-8296.1048>
- 50- Srivastava S, Angelo KM. Optimism, effects on relationships. *Encyclopedia of human relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage. 2009; 10:383.
- 51- Scheier MF, Carver CS. Effects of optimism on psychological and physical well-being:

- Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*. 1992;16:201-28.
<https://doi.org/10.1007/BF01173489>
- 52- Scheier MF, Carver CS. Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*. 1985;4(3): 219-247.
<https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- 53- Li C. Research on the dispositional optimism and forgiveness of middle school teachers in the naxi area. In 2019 International Conference on Management, Education Technology and Economics. Atlantis Press; 2019. 465-68. <https://doi.org/10.2991/icmete-19.2019.111>
- 54- Friedman P, Toussaint L. The relationship between forgiveness, gratitude, distress, and well-being: An integrative review of the literature. *The International Journal of Healing and Caring*. 2006;6(2):1-10.
- 55- Ramadhani A, Sanjaya D, Febriyanti D, Kustanti E. 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, 9-10 October 2020, Semarang, Indonesia; 2021. <https://doi.org/10.4108/eai.9-10-2020.2304752>
- 56- Mattis JS, Powell W, Grayman NA, Murray Y, Cole-Lewis YC, Goodwill JR. What would I know about mercy? Faith and optimistic expectancies among African Americans. *Race and Social Problems*. 2017; 9(1):42-52. <https://doi.org/10.1007/s12552-016-9190-9>
- 57- Homan HA. Modeling structural equations using Lisrel software (with modifications). Tehran: Organization for Studying and Compiling Humanities Books of Universities (Samt); 2008.
- 58- Bashlideh K. Research methods and statistical analysis of research examples with SPSS and AMOS (special for humanities). Ahvaz: Shahid Chamran University; 2016.
- 59- Thompson LY, Snyder CR, Hoffman L, Michael ST, Rasmussen HN, Billings LS, Heinze L, Neufeld JE, Shorey HS, Roberts JC, Roberts DE. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*. 2005;73(2):313-60.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- 60- Costa PT, McCrae RR. Comparison of EPI and psychoticism scales with measures of the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*. 1985;96:587-97. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(85\)90008-X](https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90008-X)
- 61- Casta PT, McCrae RR. A contemplated revision NEO fivefactor inventory. *Journal of Personality and Individual Differences*. 2004;36:578-96.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00118-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00118-1)
- 62- Haghshenas H. Project of five-factor personality, interpretation director and tests manner of NEO FFI-NEO PI-R. Shiraz: medical science of university and mental health services; 2004.
- 63- Salsali M, Silverstone PH. Low self-esteem and psychiatric patients: Part II-The relationship between self-esteem and demographic factors and psychosocial stressors in psychiatric patients. *Annals of General Hospital Psychiatry*. 2003;2(1):1-8. <https://doi.org/10.1186/1475-2832-2-1>
- 64- Mäkikangas A, Kinnunen U, Feldt T. Self-esteem, dispositional optimism, and health: Evidence from cross-lagged data on employees. *Journal of Research in Personality*. 2004;38(6):556-75.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.02.001>
- 65- Alizadeh T. Examining the relationship between self-esteem and the source of control (internal-external) with the stress of infertility in women and men in Tehran. Master's Thesis, Teacher Training University, Tehran; 2003.
- 66- Sirajzadeh, SH. Religious attitudes and behaviors of teenagers in Tehran and its implications on the theory of secularization. *Research Profile*. 1995; 7-8: 105-20.
- 67- Saatchi M, Kamkari K, Askarian M. *Psychological tests*. Arsbaran; 2012.
- 68- Arjeneh M. The relationship between family cohesion and children's life expectancy and social self-efficacy. National conference of new psychology with emphasis on its applications in work and life; 2018.
- 69- Hoseinsabe F, Jahangard Z, Motamedi A. The relationship between emotional intelligence, attachment style and family cohesion on Facebook Users. *New Media Studies*, 2016; 2(6):1-25.
<https://doi.org/10.22054/cs.2016.7169>

- 70- Jamshidi B, Razmia MR, Haghightab S, Samani S. The relationship between family cohesion and flexibility with dimensions of perfectionism. *IJPCP* 2008; 14(2):199-205. URL: <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-472-en.html>
- 71- Samani S. A causal model for family correlates of emotional independence and adjustment. Doctorate thesis in educational psychology, Shiraz University, Shiraz; 2002.
- 72- Baron-Cohen S, Wheelwright S. The empathy quotient: An investigation of adults with asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism And Developmental Disorders*. 2004;34(2):63-175. <https://doi.org/10.1023/B:JADD.0000022607.19833.00>
- 73- Lawrence EJ, Shaw P, Baker D, Baron-Cohen S, David AS. Measuring empathy: reliability and validity of the empathy quotient. *Psychological Medicine*. 2004;34(5):911-19. <https://doi.org/10.1017/S0033291703001624>
- 74- Loewen PJ, Lyle G, Nachshen JS. An eight-item form of the Empathy Quotient (EQ) and an application to charitable giving. Retrieved from crcee.umontreal.ca/pdf/Eight%20Question%20ES_final.pdf. 2009.
- 75- Kontodimopoulos N, Pappa E, Niakas D, Tountas Y. Validity of SF-12 summary scores in a Greek general population. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2007;5(1):1-9. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-55>
- 76- Ware Jr JE, Kosinski M, Keller SD. A 12-Item Short-Form Health Survey: construction of scales and preliminary tests of reliability and validity. *Medical Care*. 1996;34(3):220-33. <https://doi.org/10.1097/00005650-199603000-00003>
- 77- Montazeri A, Vahdaninia M, Mousavi SJ, Omidvari S. The Iranian version of 12-item Short Form Health Survey (SF-12): factor structure, internal consistency and construct validity. *BMC Public Health*. 2009;9(1):341. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-9-341>
- 78- Goldberg DP, Hillier VF. A scaled version of general health questionnaire. *Psychological Medicine*. 1979; 9:131-45.
- 79- Yaqoubi H, Karimi M, Omidi A, Barouti A, Abedi M. Validation and factor structure of General Health Questionnaire (GHQ-12) in students. *Journal of Behavioral Sciences*. 2012 ;6(2):153-160.
- 80- Sarmad Z, Hijazi E, Abbas B. Research methods in behavioral sciences. Agah; 2011.
- 81- Khodayi A, Zareh H, Alipour A, Shokri A. Psychometric properties of the revised version of life orientation test. *Applied Psychology Quarterly*. 2016;3(39):387-405.
- 82- Zandipour T, Shafieinia A, Hosseini F. Relationship between forgiveness of spouse's infidelity and mental health of married women. *Counseling Research (News and Counseling Research)*. 2009;7(28):53-66.
- 83- Rahmani M, Chalaky W. Investigating the relationship between forgiveness and mental health among employees of the health department (health center) of Sari city in 2018-2019. *International research conference in psychology, counseling and educational sciences*; 2019.
- 84- Attari B, Munirpour N, Zargham Hajabi M. The relationship between happiness and self-acceptance, gratitude and forgiveness in the elderly: The mediating role of self-efficacy. *Psychology of Aging*. 2019;4(3): 197-211.
- 85- Hong W, Liu RD, Ding Y, Oei TP, Fu X, Jiang R, Jiang S. Self-esteem moderates the effect of compromising thinking on forgiveness among Chinese early adolescents. *Frontiers in Psychology*. 2020;11:104. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00104>
- 86- Terzino KA. Self-forgiveness for interpersonal and intrapersonal transgressions. Iowa State University; 2010.
- 87- Toussaint LL, Williams DR, Musick MA, Everson SA. Forgiveness and health: Age differences in a U.S. probability sample. *Journal of Adult Development*. 2001;8(4):249-57. <https://doi.org/10.1023/A:1011394629736>
- 88- Kimmes JG, Durtschi JA. Forgiveness in romantic relationships: The roles of attachment, empathy, and attributions. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2016;42(4):645-58. <https://doi.org/10.1111/jmft.12171>
- 89- Onal Aa, Yalcin I. Forgiveness of others and self-forgiveness: The predictive role of cognitive distortions, empathy, and rumination. *Eurasian Journal of Educational Research*. 2017;17(68): 97-120. <https://doi.org/10.14689/ejer.2017.68.6>
- 90- Chung MS. Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*. 2014;

70:246-51.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.06.032>

91- Qalipour, N, Amiripour Esfandabadi A. A comparative study of self-esteem and optimism in obese and thin boys and girls of Ardabil city. 2nd International Conference on Humanities, Law, Social Science Studies and Psychology, Izmir, Turkey; 2022.

92- Qadri Gasek M, Jamali S, Nadi M, Mahdavi Nia I. A comparative study of the relationship between self-esteem and self-awareness and their effect on the optimism of primary school students in Birjand. The second national conference of sustainable development in educational sciences and psychology, social and cultural studies; 2014.

93- Zare N, Daneshpajoo F, Amini M, Razeqhi M, Falahzadeh M. The relationship between academic status and general health and self-esteem in students of Shiraz University of Medical Sciences. Iranian Journal of Education in Medical Sciences. 2007;7(1):67-59.

94- Rajabi A, Alibazi H, Jamali A, Abbasi Q. Investigating the relationship between self-esteem and social support with mental health in students of Shahid Chamran University of Ahvaz. Journal of Educational Psychology Studies. 2015;12(21):83-104.

95- Bagherinia H, Yamini M, Ilderabadi I, Bagherinia F. The relationship between personality traits and mental health through resilience in nurses. Sabzevar University of Medical Sciences. 2016;22(6):1063-70.

96- Dionigi A, Casu G, Gremigni P. Associations of self-efficacy, optimism, and empathy with psychological health in healthcare volunteers. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020;17(16):6001.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17166001>

97- Khodabakhsh M, Mansuri P. Relationship of forgiveness and empathy among medical and nursing students. Ofogh-E-Danesh. 2012;18(2 (56):45-54.

98- Khojste Mehr R, Karaei A, Rajabi G. Investigating a proposed model for the antecedents and consequences of passing in marriage. Psychological Studies. 2010;16(4):154-184.

99- Zarei Mete Kalai A. Life skills and addiction prevention. Social Health and Addiction. 2017;4(14):69-96.