



تدوین مدل ساختاری مؤلفه‌های صبر و امید در دانشجویان دانشگاه شیراز

زهرا مرحمتی*

فرهاد خرمایی**

چکیده

هدف این پژوهش، تدوین مدل ساختاری مؤلفه‌های صبر و امید در دانشجویان دانشگاه شیراز است. روش پژوهش همبستگی است و مشارکت‌کنندگان شامل ۵۲۷ دانشجوی دانشگاه شیراز بودند که برای انتخاب آنها از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد و پرسش‌نامه‌های مقیاس صبر خرمایی و همکاران و پرسش‌نامه امید اشنایدر را تکمیل کردند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که مدل پیشنهادی با داده‌های این پژوهش برازش مناسبی دارد و رابطه مستقیم صبر با امید تأیید شد. یافته‌های این تحقیق نشان داد که صبوری افراد سبب افزایش توان تعیین هدف در زندگی (مؤلفه عاملی امید) و توان برنامه‌ریزی برای دست‌یابی به اهداف (مؤلفه مسیر امید) می‌شود. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد با آموزش صبر از طریق مؤلفه‌های آن (متعالی‌شدن، شکیبایی، پذیرش، استقامت و درنگ)، می‌توان امید را در دانشجویان افزایش داد.

کلیدواژه‌ها: صبر، امید، دانشجویان، مدل ساختاری.

* دانش‌آموخته دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شیراز | Z_marhemati@yahoo.com

** دانشیار روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شیراز

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۱/۳۰، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۳/۰۴.

مقدمه

یکی از اهداف دانش بشری در حوزه علوم انسانی، کمک به انسان‌ها در بهتر زندگی کردن است. روان‌شناسان و جامعه‌شناسان با مطرح کردن نظریه‌های متعدد، در صدد ترسیم سازوکارهایی برای کمک به انسان‌ها در کسب آرامش و پرهیز از رنج بوده‌اند. از جمله اهداف ادیان الهی نیز کمک به انسان‌ها در زیستن بهینه و تنظیم روابط فردی و اجتماعی آنها است. یکی از مفاهیم بلند و عمیق دینی، که از مهم‌ترین روش‌های سازگاری نیز به حساب می‌آید، «صبر»^۱ است. در لغت‌نامه دهخدا معنای لغوی «صبر» با بردباری، شکیبایی و نگهداری خویشتن از بی‌تابی همراه است. از سوی دیگر، با توجه به پیشینه پژوهش‌های تجربی درباره مفهوم «صبر» در ایران، پیش‌فرض تعلق صبر به حوزه مفاهیم دینی پذیرفته شده است (نوری، ۱۳۸۷؛ خرمایی و فرمانی، ۱۳۹۴). خداوند در قرآن (ابراهیم: ۵؛ لقمان: ۳۱؛ سبأ: ۱۹؛ شوری: ۳۳) راه کشف حقایق و ظرایف آفرینش، همچنین رشد و رسیدن به موفقیت را صبوری معرفی کرده است. از سوی دیگر، بسیاری از مصیبت‌ها، آزمایش‌ها و ابتلائات، بر حسب توانمندسازی و ظرفیت‌سازی برای رشد و تکامل انسان است و این باور که صبر می‌تواند انسان را هدفمند کند و به هدف خود، یعنی کمال، برساند، در سوره فرقان (آیه ۲۰) به خوبی بیان شده است.

صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویشتن‌داری، پذیرش و متعالی‌شدن فرد در موقعیت‌هایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است. هدف این پژوهش ترسیم چارچوبی مفهومی در حوزه نظریه‌پردازی علوم انسانی اسلامی برای مدل‌های صبر به منظور بسط و توسعه نظری و مفهوم‌پردازی این سازه دینی و اخلاقی است. مدل پنج‌عاملی صبر از جمله مدل‌هایی است که می‌خواهد از یک سو با استناد به آیات قرآن کریم و از سوی دیگر با نگاه به پژوهش‌های تجربی، چارچوب مناسبی برای شناسایی مفاهیم بنیانی «صبر» و تبیین نظری آن فراهم آورد. این مدل با پذیرش رویکرد فضیلتی اندیشمندان مسلمان و قراردادن صبر در حوزه روان‌شناسی اخلاق، آثار روان‌شناختی این فضیلت دینی و اخلاقی را بررسی می‌کند. روان‌شناسی با اتکا به سازوکار جنگ و گریز و تلفیق آن با عقلانیت سعی داشته است چگونگی مواجهه با این موقعیت دشوار را تبیین کند. همچنین، برخی از سازوکارهای مقابله‌ای، گریز از موقعیت است، مثل دانش‌آموزی که مدرسه نمی‌رود یا ترک تحصیل

1. patience

می‌کند، بدان جهت که از موقعیت دشوار اجتناب ورزد؛ یا شخصی که عزیزی را از دست داده، و از دست دادن او را انکار می‌کند. باقی ماندن در موقعیت‌های دشوار و ناخوشایند و تحمل و استقامت و شکایت نکردن از این موقعیت‌ها کمتر بررسی تجربی شده است. صبر سازه‌ای روان‌شناختی است که هنگام قرارگیری در موقعیت‌های سخت، دشوار و ناخوشایند استفاده می‌شود، اما از بررسی تجربی آن غفلت شده است.

اندیشمندان اسلامی مفهوم «صبر» را با استناد به آیات وحی در حیطه اخلاق بررسی کرده‌اند و آن را مقوله‌ای اخلاقی به شمار می‌آورند. به همین دلیل در منابع اخلاق اسلامی مرجع (مانند کیمیای سعادت، اخلاق ناصری و معراج السعاده) این مفهوم به عنوان مهم‌ترین فضیلت و صفت اخلاقی بررسی شده و به پیروی از این تلقی، صبر نیز به عنوان فضیلتی اخلاقی محل استناد قرار می‌گیرد و مانند اکثر فضیلت‌های اخلاقی صفت‌گونه است که اکثر علمای اخلاق از آن به عنوان ویژگی‌های پایدار و راسخ یاد می‌کنند که هم می‌تواند جنبه سرشتی داشته باشد و هم صفتی ثانویه فرض شود که در نتیجه تکرار و تمرین مستقر شده است (مثلاً غزالی، ۱۳۹۰؛ نراقی، ۱۳۶۲؛ مجلسی، ۱۴۱۳). این صفات پایدار موجب می‌شود رفتارهایی متناسب با آن صفات به سهولت و بدون نیاز به تأمل از انسان صادر شود (مجلسی، ۱۴۱۳).

«صبر» از جمله مفاهیم دینی است که ۱۰۳ بار در قرآن کریم و در ۹۳ آیه مطرح شده است. بنابراین، واژه «صبر» و مشتقات آن از لحاظ فراوانی یکی از واژه‌های مهم قرآن کریم بعد از واژه‌هایی مانند «آخرت» و «قیامت» است. بر اهمیت صبر در قرآن کریم بسیار تأکید شده است، از جمله می‌فرمایند: «از صبر و نماز یاری جوید و این کار جز برای خاشعان، گران است» (بقره: ۴۵)؛ «ای افرادی که ایمان آورده‌اید! از صبر (و استقامت) و نماز، کمک بگیرید! (زیرا) خداوند با صابران است» (بقره: ۱۵۳). علت تقدم صبر بر نماز از نظر برخی از مفسران (مکارم شیرازی، ۱۳۷۲) آن است که نماز با حضور قلب کاری دشوار و بزرگ است و این مرتبه به دست نمی‌آید، مگر اینکه فرد در طاعت خداوند صابر باشد.

در واقع صبر با همسوسازی نیروی مثبت درون انسان تأثیر سازنده‌ای بر عملکرد او می‌گذارد و پایداری و ثبات قدم وی را در مواجهه با مصائب و سختی‌ها به دنبال دارد. انسان صببور زخم زبان‌های دیگران را تحمل می‌کند و در برابر سختی‌ها مقاوم است؛ «پس تو بر آنچه می‌گویند، صبر و تحمل پیش گیر و خدای را پیش از طلوع خورشید و بعد از غروب آن و ساعتی از شب تار و

اطراف روز روشن ستایش و تسبیح گو، باشد که خشنود شوی» (طه: ۱۳۰).

قرآن کریم به انسان توصیه می‌کند که صبر و شکیبایی برای خداوند در پیش گیر؛ «و برای خدایت صبر و شکیبایی پیش گیر» (مدثر: ۷۴). در این صورت است که خداوند پاداش نیکوکاران و صابران را ضایع نمی‌کند: «شکیبایی پیشه کن که خداوند پاداش نیکوکاران را فرو نمی‌گذارد» (هود: ۱۱۵) و وعده می‌دهد که این پاداش بزرگ‌تر از عملی است که شکیبایان داشته‌اند؛ «آنچه نزد شما است همه نابود خواهد شد و آنچه نزد خدا است (از ذخایر اعمال نیک و ثواب آخرت، تا ابد) باقی خواهد بود و البته اجری که به صابران بدهیم اجری است بسیار بهتر از عملی که به جا می‌آوردند» (نحل: ۹۶). قرآن کریم بشارت می‌دهد که این سرانجام، نیک‌فرجام است؛ «(و می‌گویند) سلام و تحیت بر شما باد که صبر پیشه کردید و بس نیک است سرانجام این سرای» (رعد: ۲۴). و آنانی که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته انجام داده‌اند و یکدیگر را به حق و صبر سفارش کرده‌اند و استقامت و ایثار داشته‌اند، پاداشی بزرگ در انتظارشان است؛ «و به آنان به خاطر شکیبایی که ورزیده‌اند بوستانی (بهشتی) و (جامه) ابریشم پاداش دهد» (انسان: ۱۲).

تقریباً همه منابع اخلاق اسلامی (مانند کیمیای سعادت، اخلاق ناصری و معراج السعاده) به این فضیلت پرداخته‌اند. اندیشمندان حوزه اخلاق در توصیف صفت‌گونه «اخلاق» اتفاق نظر دارند، لیک برخی آن را «صفات نفسانی پایدار» تلقی کرده‌اند که در نفس انسان رسوخ کرده و پایدار شده است (مانند ابن مسکویه، ۱۳۷۱؛ نراقی، ۱۳۶۲). برخی آن را «صفات نفسانی غیر پایدار» دانسته‌اند (مانند یحیی بن عدی، ۱۳۶۵). این توصیف‌ها به منشأ «اخلاق» نیز اشاره دارد. راغب اصفهانی (۱۳۶۲) «اخلاق» را نیرو و سرشت باطنی انسان می‌داند که فقط با دیده بصیرت و غیرظاهر قابل درک است. همچنین، «اخلاق» را صفت نفسانی راسخ می‌داند که انسان افعال متناسب با آن صفت را بی‌درنگ انجام می‌دهد. این حالت استوار درونی ممکن است در فردی به طور طبیعی، ذاتی و فطری وجود داشته باشد یا منشأ آن تکرار و تمرین باشد. صفت راسخ درونی ممکن است فضیلت و منشأ رفتار خوب، یا ردیلت و منشأ کردار زشت باشد (ابن مسکویه، ۱۳۷۱؛ نراقی، ۱۳۶۲).

در روان‌شناسی غرب مفهوم «صبر» کوتاه‌زمانی است که توجه معدودی از روان‌شناسان را به خود جلب کرده است. این مفهوم در حال گذار از روند تکوینی است. زیربنای مفهومی «صبر» در

این دیدگاه، بر اساس توانش موجود زنده در به تأخیراندازی برخی از خواسته‌ها به منظور دستیابی به پاداش‌های بالاتر در آینده‌ای نزدیک و به عبارتی توانایی انتظارکشیدن برای دریافت پاداش استوار است (استیونس،^۱ هالینان^۲ و هوسر،^۳ ۲۰۰۵). این پژوهش‌ها به خصوص منشأ تکاملی صبر در انسان را جست‌وجو کرده‌اند. پژوهش بر روی نخستی‌ها گام نخست شروع این پژوهش‌ها بوده و به پیروی از رویکرد تکاملی، به نقش صبر بر سازگاری بهتر توجه شده است (روساتی،^۴ استیونس، هار^۵ و هوسر،^۶ ۲۰۰۷). روساتی و همکاران (۲۰۰۷) «صبر» را به معنای چشم‌پوشی از منافع زمان حال به منظور به دست آوردن پاداش‌های ارزشمندتر در آینده تعریف می‌کنند. در مطالعه‌ی دای^۷ و فیشباخ^۸ (۲۰۱۳) انتظار باعث افزایش ارزشمندی چیزهایی می‌شود که فرد در انتظار آن است. بنابراین، در این دسته از پژوهش‌ها، انتظار برای دریافت چیزی ارزشمند در آینده، هسته مفهومی «صبر» تلقی می‌شود. به نظر می‌رسد در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران غربی به مقوله اخلاق به عنوان ویژگی بارز صبر جلب شده است. از نظر کومر^۹ و سیکرکا^{۱۰} (۲۰۱۴) ادیان مهم دنیا صبر را به عنوان فضیلت اخلاقی و ظرفیت مقابله با سختی‌ها در نظر می‌گیرند. از دیدگاه وی، افراد صبور کمتر احتمال دارد در موقعیت‌های دشوار با خشم پاسخ دهند. کومر و سیکرکا (۲۰۱۴) معتقدند در دوران جدید صبر مغفول واقع شده است. آنان به طبقه‌بندی پیترسون^{۱۱} و سلینگمن^{۱۲} (۲۰۰۴) از فضایل اخلاقی اشاره می‌کنند و معتقدند در این طبقه‌بندی، صبر در جای مناسب قرار داده نشده است. اشنیتکر^{۱۳} (۲۰۱۲) صبر را یکی از توانمندی‌های انسان می‌داند که در بهزیستی او نقش اساسی دارد. از نظر وی، صبر تمایلی است که موجب آرامش فرد در مواجهه با ناکامی‌ها، تلخی‌ها و رنج‌ها می‌شود.

روانشناسی تجربی غرب بنیان‌های «صبر» را بر تاریخچه تکاملی انسان استوار می‌کند.

1. Stevens, J. R

2. Hallinan, E. V

3. Hauser, M. D

4. Rosati, A. G

5. Hare, B

6. Hauser, M. D

7. Dai, X

8. Fishbach, A

9. Comer, D. R

10. Sekerka, L. E

11. Peterson, C

12. Seligman, M. E. P

13. Schnitker, S. A

زیربنای مفهومی «صبر» در این دیدگاه بر اساس توانش موجود زنده در به تأخیراندازی برخی از خواسته‌ها برای دستیابی بهتر به آنها در آینده‌ای نزدیک استوار است. توانش انتظارکشیدن برای دریافت پاداش زیربنای این تلقی است. استیونس و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهشی با عنوان «اکولوژی و تکامل صبر در دو گروه از میمون‌ها»، صبر را از دیدگاه تکاملی بررسی کرده‌اند و نشان داده‌اند که توانایی انتظارکشیدن در دو گروه از نخستین‌ها (پریمات‌ها) به نام‌های مارموس‌ها و تamarin‌ها از چه عواملی متأثر می‌شود. از نظر آنها، منتظر ماندن با هدف دریافت پاداش بزرگ‌تر، «صبر» تعریف می‌شود. این دو گروه از نخستین‌ها در آزمایش خودکنترلی می‌بایست بین دریافت پاداش کوچک و فوری و دریافت پاداش بزرگ، البته پس از انتظار، یکی را انتخاب می‌کردند.

بتینگر^۱ و اسلونیم^۲ (۲۰۰۶) «صبر» را در کودکان ۵ تا ۱۶ ساله بررسی کردند. نتایج پژوهش آنها نشان داد که هر چه کودکان رشد می‌کنند، صبورتر می‌شوند و پسرها صبر کمتری نسبت به دخترها نشان دادند. از سوی دیگر، رابطه‌ای بین درآمد و تربیت والدین با صبر کودکان مشاهده نشده است. نتایج این پژوهش بر نقش عوامل رشدی بر رفتارهای عاقلانه، از جمله صبر به عنوان تأمل در رسیدن به مزایای آتی، تأکید دارد. در پژوهش روستاتی و همکاران (۲۰۰۷) نیز «صبر» به معنای چشم‌پوشی از منافع زمان حال به منظور به دست آوردن پاداش‌های ارزشمندتر در آینده تعریف شده، و از جمله پیامدهای صبر رفتارهای نوع‌دوستانه و افزایش مشارکت و همکاری دانسته شده است. این محققان معتقدند تفاوت در سطوح صبر در انسان ناشی از تفاوت در ساز و کارهای نشان‌دهنده پاداش‌های زیستی و نه پاداش‌های انتزاعی است. مثلاً وقتی از افراد می‌خواهند میان گرفتن ۱۰ دلار پس از ۳۰ روز و ۱۱ دلار پس از ۳۱ روز یکی را انتخاب کنند، پاداش بیشتر را انتخاب می‌کنند، اما اگر از آنان خواسته شود میان گرفتن ۱۰ دلار امروز و ۱۱ دلار فردا یکی را انتخاب کنند، آنان پاداش فوری را انتخاب می‌کنند. این محققان می‌گویند نوع پاداش هم در صبر نقش دارد که به بحث اهمیت هدف و انگیزه در صبر اشاره دارد. کومر و سیکرکا (۲۰۱۴) فایده دیگر صبر را سلامت جسمی و روانی می‌دانند. مورینیس^۳ (۲۰۰۷) می‌گوید صبر می‌تواند افراد را برای کنار آمدن با مشکلات زندگی توانمند کند، به طوری که افراد صبور به جای بدتر کردن اوضاع و

1. Bettinger, E

2. Slonim, R

3. Morinis, A

احوال، سعی در بهترکردن آن دارند. پژوهش‌های تجربی نشان داده است که صبر رابطه منفی با هیجانات منفی، افسردگی و علائم روان‌تنی دارد (اشنیتگر و امونز، ۲۰۰۷). یکی از هیجان‌هایی که پژوهش‌ها نشان داده‌اند با صبر رابطه مثبت دارد، امید است.

با ظهور روان‌شناسی مثبت‌گرا، صاحب‌نظران و پژوهشگران توجه خود را صرف بررسی توانمندی‌های انسان کردند و در عوض تجارب یا تصورات منفی افراد، سازه‌هایی همچون معنویت و امید را بررسی کردند. آنها دریافتند که امید نیز مانند معنویت می‌تواند در ساختن زندگی بهتر مؤثر باشد (اشنایدر، ۲۰۰۰^۱). در طول دهه ۱۹۵۰ تا ۱۹۶۰، روان‌پزشکان و روان‌شناسان، «امید» را تحت عنوان کلی «انتظار مثبت برای دست‌یافتن به هدف» مطالعه می‌کردند (منینجر، ۱۹۶۹^۲). در واقع، امید مجموعه‌ای شناختی مبتنی بر احساس موفقیت ناشی از منابع گوناگون (انرژی معطوف به هدف) و مسیرها (برنامه‌ریزی برای دست‌یابی به اهداف) است (یعقوبی، محقق و منظمی‌تبار، ۱۳۹۲). امید یا تفکر هدف‌مدار، از دو مؤلفه مرتبط به هم، یعنی «مسیرهای تفکر» و «منابع تفکر»، تشکیل شده است. «مسیرهای تفکر» بیانگر ظرفیت فرد در ایجاد مسیرهای شناختی برای رسیدن به اهداف است و «منابع تفکر» شامل افکاری است که افراد درباره توانایی‌ها و ظرفیت‌هایشان برای گذر از مسیرهای انتخاب‌شده تعریف کرده‌اند تا به اهداف خویش برسند و به آن «تفکر عاملی» نیز اطلاق می‌شود. در واقع، از طریق ترکیب منابع و مسیرها می‌توان به اهداف رسید. غالب روان‌شناسان و مربیان حوزه علوم تربیتی، آموزش امیدواربودن در زندگی را ویژگی اخلاقی منحصر به فردی می‌دانند و آن را به کار می‌گیرند.

تحقیقات حاکی از آن است که امید به‌طور معناداری با توانایی‌های جسمی و فکری طبیعی و مادرزادی افراد همبستگی ندارد و امید را به جای اینکه ذاتی بدانیم، می‌شود آموخت. نقش امید آن قدر مهم است که در قرآن کریم وعده‌های الهی برای انسان‌ها بر محور امیدبخشی استوار است و بر عنصر شناختی و انگیزشی آن تأکید شده است (یعقوبی و همکاران، ۱۳۹۲). کندی^۳ می‌گوید امید سبب برقراری رابطه عاطفی فرد با خدای خود، خانواده، و دوستان می‌شود و فرد امیدوار به‌خوبی می‌تواند در مقابل سد هولناک اضطراب درونی خود، ایستادگی، و کم‌کم بر آن غلبه کند و



1. Snyder, C. R

2. Menninger, K

3. Kennedy, P

از آثار منفی و عواقب مضر آن بکاهد یا مصون بماند (کندی، ۲۰۱۰). به همین ترتیب، هارولد^۱ و لیندا^۲ (۱۹۹۳) نیز در تحقیقات خود دریافتند که گوش دادن به رادیو و تماشای برنامه‌های مذهبی تلویزیون در کاهش علائم افسردگی اساسی، ناامیدی و اضطراب مؤثر است.

همچنین، الیسون^۳، بوردام^۴ و ویلیامز^۵ و جکسون^۶ (۲۰۰۱) در یافته‌هایشان به این نتیجه دست یافتند که رفتن به کلیسا با احساس بهزیستی، رابطه مثبت و با درماندگی و ناامیدی، رابطه منفی دارد. از میان صد تحقیق و پژوهش بررسی شده که حاوی اطلاعات آماری درباره ارتباط التزام دینی و رضایت از زندگی، خوش بینی و امید بود، ۷۹ پژوهش، مبین وجود ارتباط مثبت بین آنها بود و فقط یک تحقیق ارتباط آنها را منفی نشان داد (کوئنیگ، مکالخ و لارسن، ۲۰۰۳، به نقل از: کوئنیگ^۷، ۲۰۰۸). در سال ۲۰۰۰، نتیجه ۶۱ مطالعه از ۱۰۱ مطالعه انجام شده نشان داد که میزان افسردگی و ناامیدی افراد دارای التزام عملی به باورهای دینی کمتر از سایر گروه‌ها، و سرعت بهبودی افسردگی آنها بیشتر از سایر گروه‌ها بود (کوئنیگ، ۲۰۰۸). بنابراین، با توجه به تحقیقات فراوانی که تاکنون انجام شده، به نظر می‌رسد «صبر» به عنوان یکی از مهم‌ترین فضیلت‌های اخلاقی مؤمنان، و متغیری همچون «امید» می‌توانند با هم ارتباط داشته باشند. به طور کلی، مسئله اساسی در پژوهش حاضر این است که روابط بین صبر و امید را بکاود و این مسئله را روشن کند که آیا صبر می‌تواند سبب امید انسان شود یا خیر.

روش پژوهش

این مطالعه از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان دانشگاه شیرازند که در سال تحصیلی ۱۳۹۴ - ۱۳۹۵ مشغول تحصیل بودند. مشارکت‌کنندگان در این تحقیق مشتمل بر ۵۲۷ دانشجوی دانشکده‌های دانشگاه شیراز بود که برای انتخاب آنها از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد. در این پژوهش از دو ابزار مقیاس صبر (خرمایی و همکاران، ۱۳۹۳)، پرسش‌نامه امید (اشنایدر، ۱۹۹۶) استفاده شد.

1. Harold, G

2. Linda, K. G

3. Ellison, C. G

4. Boardman, J. D

5. Williams, D. R

6. Jackson, J. S

7. Koenig, H. G

ابزار پژوهش

مقیاس صبر: مقیاس صبر^۱ را خرمایی و همکاران (۱۳۹۳) طراحی کردند. این مقیاس ۲۵ گویه دارد. نتایج سنجش روایی نشان داد که مقیاس صبر از روایی مناسبی برخوردار است. نتایج تحلیل عوامل نشان‌دهنده وجود پنج عامل است: «متعالی‌شدن»، «شکیبایی»، «پذیرش»، «استقامت» و «درنگ». در مجموع، نتایج پژوهش خرمایی و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که پنج خرده‌مقیاس صبر، ۵۲ درصد از واریانس کل نمونه را توضیح می‌دهد. نتایج همسانی درونی نیز، شواهدی مبنی بر وجود روایی همگرا و افتراقی مقیاس صبر فراهم کرد. نتایج سنجش پایایی مقیاس صبر نیز نشان داد که این مقیاس از پایایی مناسبی برخوردار است. ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس در تحقیق خرمایی و همکاران (۱۳۹۳)، ۰/۸۶ به دست آمد. در پژوهش حاضر، برای بررسی روایی، از روش تحلیل عامل تأییدی، و برای بررسی پایایی، از آلفای کرونباخ استفاده شد. آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسش‌نامه امید: پرسش‌نامه امید را اشنایدر (۱۹۹۶) برای سنجش امید ساخت. این مقیاس متشکل از ۱۲ ماده است که ۸ ماده آن امید و ۴ ماده آن شکنندگی یا امید کم را می‌سنجد. مقیاس امید اشنایدر شامل دو مؤلفه است: مؤلفه «تفکر عاملی» که تعیین‌کننده هدف‌مداری فرد است و مؤلفه «تفکر مسیر» که راه‌های برنامه‌ریزی شده برای رسیدن به اهداف را در بر می‌گیرد. مقیاس امید ثبات درونی پذیرفتنی‌ای را از ۰/۷۴ تا ۰/۷۸ در نسخه انگلیسی به دست آورده است (اشنایدر، ۱۹۹۶). در ایران نیز این مقیاس اعتباریابی شده و اعتبار مناسبی کسب کرده است. مثلاً در پژوهش بیگی، فراهانی، محمدخانی و محمدی‌فر (۱۳۹۰) نیز آلفای کرونباخ به دست آمده در مؤلفه تفکر عاملی ۰/۷۵ و برای مؤلفه تفکر مسیر ۰/۷۸ است. در پژوهش حاضر، برای بررسی روایی، از روش تحلیل عامل تأییدی استفاده شد. برای بررسی پایایی، از آلفای کرونباخ استفاده شد و آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۷۳ به دست آمد. آلفای کرونباخ برای مؤلفه تفکر عاملی ۰/۷۰ و برای مؤلفه تفکر مسیر ۰/۷۱ به دست آمد.

یافته‌ها

برای آزمون مدل پیشنهادی، پس از بررسی مفروضه‌های مدلیابی معادلات ساختاری همچون



1. patience scale

استقلال خطاها و نرمال بودن چندمتغیری، آزمون مدل اجرا شد. میانگین و انحراف معیار نمره‌های مشارکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان داده شده است. به منظور تعیین پایایی پرسش‌های پرسش‌نامه از تکنیک آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج تحلیل پایایی نشان داد که پایایی گویه‌ها در سطح عالی و مطلوبی (بیش از ۰/۷۰) قرار گرفته است.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های متغیرها

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف معیار
صبر		
بعد متعالی شدن	۱۱/۱۶	۲/۳۳
بعد شکیبایی	۱۰/۲۱	۲/۲۷
بعد پذیرش	۷/۵۰	۲/۰۰
بعد استقامت	۱۰/۳۷	۱/۷۰
بعد درنگ	۷/۰۷	۱/۶۰
امید		
بعد مسیر	۱۱/۴۱	۲/۳۲
بعد عاملی	۱۱/۱۱	۲/۲۳

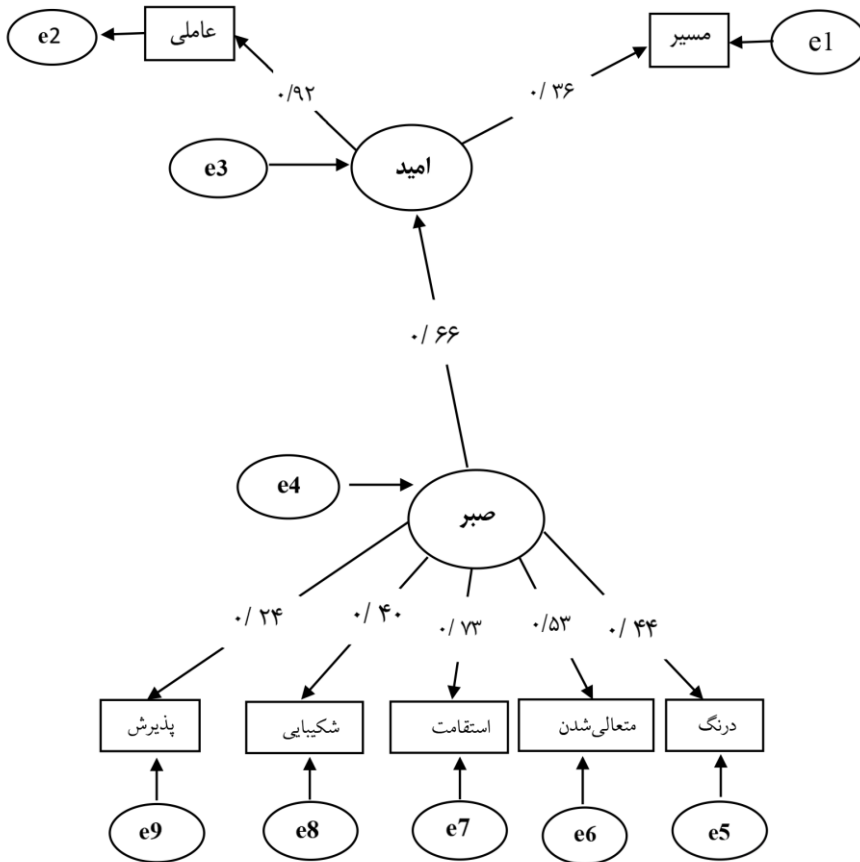
در این پژوهش برای سنجش اعتبار، از اعتبار سازه‌ای با استفاده از نرم‌افزار Amose 21 استفاده شده است. متغیرهای پژوهش و ابعاد آنها و بار عاملی هر یک از ابعاد متغیرها در جدول ۲ نشان داده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، این متغیرها و ابعاد آنها از مقدار بار عاملی پذیرفتنی‌ای برخوردارند.

جدول ۲: تحلیل سازه‌ای متغیرهای تحقیق و ابعاد آنها

متغیر	ابعاد	بار عاملی	متغیر	ابعاد	بار عاملی
امید	عاملی	۰/۴۷	صبر	متعالی شدن	۰/۷۴
مسیر		۰/۴۰	شکیبایی		۰/۴۴
			پذیرش		۰/۱۳
			درنگ		۰/۵۱
			استقامت		۰/۹۲

برای بررسی اثر متغیر صبر (متعالی شدن، شکیبایی، پذیرش، درنگ و استقامت) بر امید با ابعاد (مسیر و عاملی) از آزمون مدل معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج این آزمون نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش خوبی برخوردار است. مدل ساختاری آزموده شده و مدل‌های اندازه‌گیری پژوهش که شامل ضرایب رگرسیون یا بارهای عاملی رابطه متغیرهای مکنون و مشاهده شده است

در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱: مدل آزمون شده نهایی

از نظر بسیاری از متخصصان آمار (قاسمی، ۱۳۹۲) قضاوت درباره برازش مدل، اگرچه صرفاً بر مبنای مربع کانسی CMIN/DF و RMSEA انجام نمی‌شود، اما این دو شاخص، از مهم‌ترین شاخص‌ها برای پذیرفتنی بودن مدل است. مقادیر CMIN/DF بین ۱ تا ۵ و گاه بین ۱ تا ۳ را پذیرفتنی دانسته‌اند. با استفاده از شاخص‌های برازندگی مجذور خی (chi square)، ریشه دوم برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA)، شاخص برازش افزایشی (NFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و شاخص برازش افزایشی (IFI)، مدل تأیید شد. در مدل حاضر مقدار

CMIN/DF، 36/1 است. شاخص دیگری که در این مدل استفاده شد، شاخص برازش هنجار شده مقتصد است که اغلب مقادیر بالاتر از ۰/۵ یا ۰/۶ را برای این شاخص مناسب تلقی کرده‌اند (همان). شاخص بعدی، شاخص تطبیقی است که هر چه عدد به یک نزدیک‌تر باشد، بهتر است و مدل برازش بهتری دارد. در اینجا CFI بالای ۰/۸ و نزدیک به ۱ است. همچنین، RMSEA نیز ۰/۰۲ است. بنابراین، با توجه به نظریات و مقادیر شاخص‌های مطرح‌شده، مدل تدوین‌شده پذیرفتنی است (جدول ۳).

جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل

شاخص	CMIN/DF	CFI	TLI	NFI	CFI	GFI	PRATIO	RAMSEA	PCLOSE
مقدار برازش	۱/۳۶	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۴۷	۰/۰۲	۰/۸۷

به منظور برآورد و تعیین معناداری مسیرها از دستور بوت استرپ در نرم‌افزار AMOS استفاده شد. جدول ۴ ضرایب استاندارد مستقیم، غیرمستقیم و اثر کل متغیرهای موجود در مدل را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، تمامی مسیرهای غیرمستقیم و اثر کل موجود در مدل معنادار است و این حاکی از معناداری متغیرهای صبر و امید در ارتباط این دو متغیر است.

جدول ۴: ضرایب استاندارد مسیر مستقیم، غیرمستقیم، اثر کل و واریانس تبیین‌شده متغیرهای موجود در مدل

مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
صبر به امید	۰/۶۶**		۰/۶۶**
صبر به تفکر عاملی		۰/۶۰*	۰/۶۰**
صبر به تفکر مسیر		۰/۴۲*	۰/۴۲**

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش نقش صبر و مؤلفه‌های آن بر امید، و رابطه میان آنها بررسی شد. طبق نتایج مدل معادلات ساختاری در پژوهش حاضر، صبر یکی از عوامل مؤثر بر امید است. دانشمندان ابعاد مختلف صبر را بررسی کرده‌اند و معتقدند این ابعاد با امید رابطه دارد. طبق یافته پژوهش حاضر، صبوری، با افزایش امید همراه است. خرمایی و فرمانی هسته اصلی صبر را گشادگی و آستانه تحمل و سعه صدر می‌دانند (خرمایی و فرمانی، ۱۳۹۴). این محققان صبر را فضیلتی اخلاقی تعریف می‌کنند که تأثیر منفی موقعیت‌های ناخوشایند را مهار می‌کند. گشودگی در آستانه تحمل، سبب پذیرش وضع موجود، استقامت در برابر راهبردها، شکیبایی در دشواری‌ها و مهار تکانه‌های

ناخوشایند می‌شود و بهزیستی را افزایش می‌دهد. آنها معتقدند هرچند صبر ظرفیتی زیستی روان‌شناختی است، اما به عنوان سازه‌ای اخلاقی از طریق باورهای دینی و عوامل تأثیرگذاری درونی و بیرونی جهت داده می‌شود و مفاهیم مستتر در باورهای اعتقادی و جهان‌بینی دینی که نشئت گرفته از منبع وحی است، تعیین‌کننده مفهوم فضیلت‌گونه صبر است. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «و اگر از جانب خود رحمتی به انسان بپشانیم، سپس آن را از وی سلب کنیم، قطعاً نوید و ناسپاس خواهد بود، و اگر پس از محنتی که به او رسیده نعمتی به او بپشانیم حتماً خواهد گفت گرفتاری‌ها از من دور شد. بی‌گمان او شادمان و فخر فروش است، مگر کسانی که شکیبایی ورزیده و کارهای شایسته کرده‌اند [که] برای آنان آمرزش و پاداشی بزرگ خواهد بود» (هود: ۹ و ۱۰ و ۱۱). این آیات به‌زیبایی ارتباط صبر و امید را بیان کرده، و امید را نتیجه و محصول صبر و دینداری دانسته و برای آنان که دینداری کرده و صبور بوده‌اند، پاداش بزرگی وعده داده است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که صبر با بسیاری از فضیلت‌های اخلاقی دیگر مانند بخشایشگری، همدلی، مهر و محبت، سخاوت، قناعت، امید، یقین و توکل پیوند دارد؛ فضیلت‌هایی که برای رشد معنوی و کمال انسان ضروری است (خرمایی و فرمانی، ۱۳۹۴).



اهمیت امید در زندگی انسان چنان است که قرآن کریم در آیات متعددی (مثلاً بقره: ۱۸۶) امید را مطرح می‌کند، از جمله اینکه امید به آینده برتر در این دنیا و آخرت است که موجب می‌شود انسان باورها و عکس‌العمل‌های خود را تصحیح، و اعمال و رفتارها را اصلاح و بهسازی کند (یونس: ۷ - ۸). نیز در سوره یوسف (آیه ۷۸) می‌فرماید اگر انسان امیدی به دستیابی نداشته باشد هرگز تلاشی نخواهد کرد و کوششی برای رفع و برداشتن مشکلات از خود نشان نمی‌دهد. از این آیات می‌توان استنباط کرد که روحیه فرد با امید رسیدن به هدف، تقویت می‌شود و در برابر سختی‌ها واکنش مثبت از خود نشان می‌دهد. امید چیزی فراتر از مبارزه با موانع است؛ زیرا همان‌طور که مارسل می‌گوید: «امید مستلزم استقامت است و شامل این یقین است که خدا در موقعیت‌های دشوار با ما است». نتایج تحقیق حاضر با تحقیقات الیسون و همکاران (۲۰۰۱)، و کوئینگ (۲۰۰۸) همسو است. هارولد و لیندا (۱۹۹۳) نیز در تحقیقات خود دریافتند که گوش دادن به رادیو و تماشای برنامه‌های مذهبی تلویزیون در کاهش علائم افسردگی اساسی، ناامیدی و اضطراب مؤثر است. از میان صد تحقیق و پژوهش بررسی شده که حاوی اطلاعات آماری درباره ارتباط التزام دینی و رضایت از زندگی، خوش‌بینی و امید بود، ۷۹ پژوهش، مبین وجود ارتباط مثبت

بین آنها بود و فقط یک تحقیق ارتباط آنها را منفی نشان داد (کوئنیگ و همکاران، ۲۰۰۳، به نقل از: کوئنیگ، ۲۰۰۸).

در نهایت، با توجه به آنچه بیان شد، می‌توان دریافت که صبر و امید با هم ارتباط مثبت و معناداری دارند و آموزش و تقویت صبر می‌تواند زندگی امیدوارانه‌تری را برای فرد پیش‌بینی و فراهم کند. از یافته‌های مهم پژوهش حاضر نیز این بود که صبر به صورت مستقیم ارتباط مثبت و معناداری با امید دارد، و می‌تواند زندگی پُرآمیدی را برای افراد به ارمغان بیاورد. پیشنهاد می‌شود برای ایجاد روحیه امید در قشر جوان، صبر و ابعاد آن در دانشگاه‌ها تقویت شود و با تدوین برنامه‌های آموزشی برای دانشجویان بر صبر و ابعادش (متعالی‌شدن، شکیبایی، پذیرش، استقامت و درنگ) و نیز امید و ابعاد آن (تعیین مسیر و هدف در زندگی) تمرکز شود تا افراد به سطح رشد بالاتری در زندگی دست یابند. همچنین، پیشنهاد می‌شود مشاوران دانشگاه‌ها که خدمات مشاوره‌ای به قشر جوان و دانشجو می‌دهند، در تشخیص، سبب‌شناسی و درمان اختلالات روانی و رفتار آنها تأثیر صبوری را مد نظر داشته باشند و با بهره‌بردن از مفهوم «صبر» و «امید»، اثربخشی خدمات و فرآیند مشاوره خود را ارتقا دهند. در این پژوهش، انتخاب نمونه فقط از دانشجویان دانشگاه شیراز است که باید در تعمیم نتایج به سایر مقاطع تحصیلی جوانب احتیاط را رعایت کرد.

منابع

- قرآن کریم (۱۳۷۸). ترجمه: ناصر مکارم شیرازی، قم: مدرسه امام علی بن ابی طالب (ع).
- ابن مسکویه، احمد ابن محمد (۱۳۷۱). تهذیب الاخلاق و تطهیر الاعراق، قم: بیدار.
- بیگی، علی؛ فراهانی، محمدتقی؛ محمدخانی، شهرام؛ محمدی‌فر، محمدعلی (۱۳۹۰). «نقش تشخیصی کیفیت زندگی و امیدواری در معنادان گمنام و معنادان تحت درمان نگره‌دارنده متادون»، در: روان‌شناسی بالینی، ش ۱۱، ص ۷۵ - ۸۵.
- خرمایی، فرهاد؛ فرمانی، اعظم (۱۳۹۴). «بررسی نقش پنج عامل بزرگ شخصیت در پیش‌بینی صبر و مؤلفه‌های آن در دانشجویان»، در: روان‌شناسی بالینی و شخصیت، ش ۱۱ (۳)، ص ۱۱ - ۲۴.
- خرمایی، فرهاد؛ فرمانی، اعظم؛ سلطانی، اسماعیل (۱۳۹۳). «ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس صبر»، در: اندازه‌گیری تربیتی، ش ۵ (۱۷)، ص ۸۳ - ۱۰۰.
- دهخدا، علی‌اکبر (۱۳۱۹). لغت‌نامه دهخدا، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۶۲). المفردات فی غریب القرآن، تهران: مرتضوی.

- غزالی، ابوحامد (۱۳۹۰). کیمیای سعادت، تهران: میلاد.
- قاسمی، وحید (۱۳۹۲). مدل‌سازی معادله ساختاری در پژوهش‌های اجتماعی با کاربرد *Amose Graphics*، تهران: جامعه‌شناسان.
- مجلسی، محمد باقر (۱۴۱۳). بحار الانوار، بیروت: دار الاضواء.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۲). تفسیر نمونه، تهران: دار الکتب الاسلامیه.
- زراقی، ملا احمد (۱۳۶۲). معراج السعاده، تهران: رشیدی.
- نوری، نجیب‌الله (۱۳۸۷). «بررسی پایه‌های روان‌شناختی و نشانگان صبر در قرآن»، در: روان‌شناسی و دین، ش ۱ (۴)، ص ۱۴۳ - ۱۶۸.
- یحیی بن عدی (۱۳۶۵). تهذیب الاخلاق، به کوشش: محمد دامادی، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی.
- یعقوبی، ابوالقاسم؛ محقق، حسین؛ منظمی تبار، فریبا (۱۳۹۲). «رابطه بهزیستی معنوی و امیدواری با رضایت از زندگی در سالمندان»، در: روان‌شناسی و دین، دوره ۷، ش ۳ (۲۷)، ص ۱۰۹ - ۱۲۱.
- Bettinger, E.; Slonim, R. (2006). "Patience among Children", in: *Journal of Public Economics*, 91 (1-2): 343-363.
- Comer, D. R.; Sekerka, L. E. (2014). "Taking Time for Patience in Organizations", in: *Journal of Management Development*, 33 (1): 6-23.
- Dai, X.; Fishbach, A. (2013). "When Waiting to Choose Increases Patience", in: *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 121: 256-266.
- Ellison, C. G.; Boardman, J. D.; Williams, D. R.; Jackson, J. S. (2001). "Religious Involvement, Stress, and Mental Health: Findings from the 1995 Detroit Area Study", in: *Social Forces*, 80 (1): 215-249.
- Harold, G.; Linda, K. G. (1993). "Religion and Anxiety Disorder: An Examination and Comparison of Associations in Young, Middle-aged, and Elderly Adults", in: *Journal of Anxiety Disorders*, 7: 321-342.
- Kennedy, P. (2010). "The Rise and Fall of the Great Powers", in: *Vintage*, 7: 23-24.
- Koenig, H. G. (2008). "Religious Practices and Health: Overview", in: *House of Representatives*, 21: 31-54.
- Menninger, K. (1969). "The Academic Lecture on Hope", in: *The American Journal of Psychiatry*, 116 (6): 481-491.

Morinis, A. (2007). *Everyday Holiness: The Jewish Spiritual Path of Mussar*, Trumpeter: Boston, M.A.

Peterson, C.; Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, Washington, DC: American Psychological Association.

Rosati, A. G.; Stevens, J. R.; Hare, B.; Hauser, M. D. (2007). "The Evolutionary Origins of Human Patience: Temporal Preferences in Chimpanzees, Bonobos, and Human Adults", in: *Current Biology*, 17 (19): 1663–1668.

Schnitker, S. A. (2012). "An Examination of Patience and Well-being", in: *The Journal of Positive Psychology*, 7(4): 263–280.

Schnitker, S. A.; Emmons, R. A. (2007). "Patience as a Virtue: Religious and Psychological Perspectives", in: *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 18: 177-207.

Snyder, C. R. (1996). "Conceptualizing, Measuring and Nurturing Hope", in: *J Couns Dev*, 73 (3): 355-60.

Snyder, C. R. (2000). "The Past and Possible Futures of Hope", in: *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1): 11-28.

Stevens, J. R.; Hallinan, E. V.; Hauser, M. D. (2005). "The Ecology and Evolution of Patience in Two New World Monkeys", in: *Biology Letters*, 1: 223–226.

