

نقش صبر و مؤلفه‌های آن به‌عنوان فضایل اخلاقی در پیش‌بینی امید دانشجویان

فرهاد خرمائی^۱، فرشته زارعی^۲، منصوره مهدی‌یار^۳، اعظم فرمانی^{۴*}

مقاله‌ی پژوهشی

چکیده

صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویشتن‌داری، رضایت و متعالی شدن فرد در موقعیت‌هایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است. صبر مقوله‌ای است که در حوزه‌ی اخلاق پزشکی قابل بحث است و به‌عنوان یک فضیلت اخلاقی با متغیرهای فراوانی در این حوزه در ارتباط قرار می‌گیرد. هدف پژوهش حاضر بررسی نقش صبر و مؤلفه‌های آن (متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ) به‌عنوان فضایل اخلاقی در پیش‌بینی امید در دانشجویان بود. جامعه‌ی پژوهش حاضر کلیه‌ی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز بودند. از میان این افراد، تعداد ۳۹۰ نفر به‌روش نمونه‌گیری خوشه‌ای به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند و با تکمیل مقیاس صبر و پرسش‌نامه‌ی امید به زندگی در این پژوهش شرکت کردند.

براساس نتایج آزمون Pearson correlation، صبر و مؤلفه‌های آن با نمره‌ی کل امید به زندگی و هر دو مؤلفه‌ی آن (تفکر راهبردی و تفکر عاملی) همبستگی مثبت معنی‌دار نشان داد ($P < 0/01$). هم‌چنین، صبر، نمره‌ی کل امید به زندگی ($P < 0/001$)؛ ($\beta = 0/58$)، و مؤلفه‌های تفکر راهبردی ($P < 0/001$ ؛ $\beta = 0/52$) و تفکر عاملی ($P < 0/001$ ؛ $\beta = 0/52$) را پیش‌بینی نمود. مؤلفه‌های متعالی شدن، استقامت و رضایت صبر نیز از عوامل مهم پیش‌بینی‌کننده‌ی امید و مؤلفه‌های آن بودند.

به‌طور کلی می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که با تقویت صبر که یکی از مهم‌ترین و ارزشمندترین فضایل اخلاقی است، می‌توان امید در افراد را به‌منظور دستیابی به هدف و در نتیجه موفقیت بیش‌تر در زندگی افزایش داد. بنابراین، به روان‌شناسان، مشاوران و متخصصان در حوزه‌های سلامت و اخلاق پزشکی توصیه می‌شود که به‌منظور کاهش ناامیدی و تقویت امید در مراجعان و بیماران، از راهبردهای آموزشی صبر استفاده کنند.

واژگان کلیدی: صبر، اخلاق پزشکی، امید به زندگی

^۱ استادیار، دانشگاه شیراز

^۲ کارشناس روان‌شناسی بالینی

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شیراز

^۴ دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور تهران

* نشانی: شیراز، میدان ارم، دانشگاه شیراز، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، کدپستی: ۷۱۹۴۶-۸۴۷۵۹، تلفن: ۰۹۱۷۳۳۹۱۰۱۴

مقدمه

صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویشتن داری، رضایت و متعالی شدن فرد در موقعیت‌هایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است (۱). در این تعریف، صبر فرایند فعالانه‌ای است که موجب می‌شود فرد در مواجهه با موقعیت‌های دشوار و گاه غیرقابل تغییر ناله و شکایت نکرده و بردباری ورزد؛ همچنین، در انجام امور و فعالیت‌ها پایداری و ثبات داشته و در مقابل خواسته‌ها و امیال درونی خویشتن داری نماید و سختی‌ها و ناملایمات را وسیله‌ای برای رسیدن به تعالی قرار دهد.

هر انسانی در زندگی خود همواره با مصائب و موانعی برخورد می‌نماید و کم‌تر کسی است که معنای دشواری و تنگنا را درک نکرده باشد. آن‌چنان که می‌بینیم خالق انسان در قرآن کریم، زندگی این دنیا را عجین شده با دشواری می‌داند: لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ^۱. با استناد به این آیه شریفه قرآن کریم، این‌گونه استنباط می‌شود که زندگی بشر همراه با ناملایمات، سختی‌ها و بیماری‌های جسمی و روان‌شناختی است. بنابراین، در نظام درمانی، صبر پزشک در تعامل با بیمار و صبر بیمار در شکیبایی ورزیدن نسبت به بیماری خویش و استقامت و بردباری در پیگیری درمان از اهمیت به‌سزایی برخوردار می‌باشد. پس صبر مقوله‌ای است که در حوزه اخلاق پزشکی قابل بحث است و به‌عنوان یک فضیلت اخلاقی با متغیرهای فراوانی در این حوزه در ارتباط قرار می‌گیرد. امید به‌عنوان سازه‌ای که در پیگیری روند درمان موثر است، از جمله این متغیرها می‌باشد. امید یکی از شاخص‌های کیفیت زندگی است که با فضیلت‌های اخلاقی از جمله صبر پیوند می‌یابد و همان‌گونه که خداوند می‌فرماید «صبر از کارهای بس مهم است» و «تنها صابران‌اند که بدون حساب

^۱ قرآن کریم، سوره بلد، آیه ۴: ما نوع انسان را به حقیقت در رنج و مشقت آفریدیم.

اجرشان به تمام داده می‌شود».

اهمیت صبر به‌عنوان یک فضیلت اخلاقی به حدی است که گاه برابر با ایمان فرض شده و در بیش از هفتاد آیه قرآن کریم مطرح شده است. در متون روان‌شناسی غربی، واژه صبر به معنی چشم‌پوشی کردن از پاداش‌های زمان حال به‌منظور به دست آوردن پاداش‌های ارزشمندتر در آینده است (۴-۲). در واقع از این تعریف می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که در روان‌شناسی غربی، صبر بیش‌تر به معنای انتظار است. اما واژه صبر در منابع اسلامی و متون اخلاقی معنایی وسیع‌تر دارد. معنای لغوی صبر حبس و نگهداری است. با توجه به معنای لغوی صبر و با توجه به این‌که دانشمندان اخلاق در تعریف اصطلاحی صبر معنای لغوی آن را لحاظ کرده‌اند، صبر را می‌توان این‌گونه تعریف کرد: صبر نگه‌داری و کنترل نفس در حالت خاصی است که سبب پایداری در انجام کارهای سخت، تحمل سختی‌ها و مشکلات و کنترل تکانه‌های شهوانی و پرخاشگری می‌شود (۵). همچنین، مفهوم صبر در قرآن بر معانی متعددی مانند شکیبایی در هنگام مصیبت، پایداری در عبادت و اطاعت خداوند، استقامت در ترک گناه، سازگاری در مناسبات انسانی، عجله نکردن در رفتار و گفتار، شکیبایی در دستیابی به معرفت، شکیبایی در دستیابی به حقیقت و استقامت در راه حق دلالت دارد (۶).

در برخی دسته‌بندی‌ها صبر به سه قسمت صبر بر مصیبت، صبر بر طاعت و صبر بر معصیت تقسیم شده است (۷). صبر در معصیت به مهار تکانه‌های جنسی، پرخاشگری، تکانه‌های خوردن، شهوت سخن گفتن و گرایش‌های قدرت و ثروت مربوط می‌شود. صبر در طاعت، به‌معنای انجام کارهای دشوار و ادامه دادن هدف، حتی هنگام مواجهه با مشکلات است. همچنین، صبر در مصیبت مستلزم تحمل ناملایمات و رویدادهای ناخوشایند است (۵). در جدیدترین تقسیم‌بندی از صبر، خرمائی و همکاران (۸) با بررسی کل آیات قرآن در

عنصر تشکیل شده است: ۱- افکاری که فرد درباره توانایی پیشبرد راهکارهای رسیدن به هدف دارد (تفکر راهبردی)^۱، ۲- حس کارآمدی در مورد دستیابی به هدف (تفکر عاملی)^۲. تحقیقات در زمینه امید نشانگر این است که افراد با سطح امید بالا نسبت به افراد با سطح امید پایین، از عملکرد تحصیلی بهتر، سازگاری روانی بیش‌تر، نشانه‌های افسردگی کم‌تر و مهارت حل مسئله بهتر برخوردارند؛ هم‌چنین، این افراد مهارت‌های مقابله‌ای مثبت‌تری دارند و نشانه‌های افسردگی کم‌تری را در زمان استرس تجربه می‌کنند (۱۸).

در مورد ارتباط میان صبر و امید پژوهش‌های قابل ملاحظه‌ی تجربی در ایران و سایر کشورها وجود ندارد. از معدود مطالعات صورت گرفته در این زمینه، مطالعه‌ی غباری بناب و خدایاری فرد است (۱۹). این پژوهشگران رابطه‌ی معنی‌دار میان صبر و امید در شرایط ناگوار را گزارش نمودند. هم‌چنین، پژوهش خرمائی و همکاران نشان داد که صبر توانایی پیش‌بینی ناامیدی در دانشجویان را دارد (۲۰). بر طبق پژوهش این محققان، مؤلفه‌های متعالی شدن، رضایت و استقامت نمره‌ی کل ناامیدی را به‌طور منفی پیش‌بینی کردند. هم‌چنین، مؤلفه‌های متعالی شدن، شکیبایی و رضایت خرده مقیاس یأس در دستیابی به خواسته‌ها را به‌طور منفی پیش‌بینی نمودند. خرده مقیاس عدم اطمینان به آینده نیز به‌طور منفی توسط مؤلفه‌های متعالی شدن، شکیبایی، رضایت و استقامت پیش‌بینی شد.

با توجه به اهمیت بررسی نقش مؤلفه‌های دینی- اخلاقی- روان‌شناختی در فرایندهای شناختی و رابطه‌ی این مؤلفه‌ها با حالات هیجانی و عاطفی افراد و ضرورت شناخت بیش‌تر مفهوم صبر از جهات مختلف به‌منظور کاربرد آن در ارتقای سلامت روان افراد و هم‌چنین، فقدان پیشینه‌ی قابل توجه تجربی در مورد ارتباط میان صبر و امید، پژوهش حاضر نقش

مورد صبر و معانی مستتر در این آیات و بر اساس روش تحلیل عاملی، پنج مؤلفه‌ی صبر را مورد شناسایی قرار دادند. این مؤلفه‌ها عبارتند از متعالی شدن (تحمل سختی‌ها، مصایب و ناملایمات جهت رسیدن به قرب الهی و رشد معنوی)، شکیبایی (بردباری و تحمل مصایب و سختی‌ها)، رضایت (پذیرش وضع موجود بدون گله و شکایت و قبول آنچه که فرد دارد)، استقامت (پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت) و درنگ (خویشتن داری در مقابل خواسته‌ها و کنترل امیال درونی).

پژوهش‌های مختلفی در مورد صبر صورت گرفته است. به‌عنوان مثال، اهمیت و فایده‌ی این سازه‌ی دینی- اخلاقی - روان‌شناختی در کاهش اضطراب و افسردگی (۹)، کاهش پرخاشگری و انتخاب راهبردهای مقابله‌ای (۱۰) به تأیید رسیده است. هم‌چنین، پژوهش کلاتری نشان داد که میان افراد افسرده، مضطرب و بهنجار از نظر مؤلفه‌های صبر تفاوت معنی‌داری وجود دارد (۱۱). پژوهش حق جو نیز نشان داد که مؤلفه‌های صبر توانایی پیش‌بینی افکار خودکشی را دارد (۱۲). بر طبق پژوهش کیهان‌فر، همه‌ی مؤلفه‌های صبر با راهبرد مقابله‌ای ارزیابی مجدد رابطه‌ی مثبت معنی‌دار و با راهبرد مقابله‌ای فرار- اجتناب رابطه‌ی منفی معنی‌دار نشان دادند (۱۳). هم‌چنین، مؤلفه‌های شکیبایی و رضایت پیش‌بینی کننده‌ی منفی راهبردهای مقابله‌ای و مؤلفه‌ی استقامت پیش‌بینی کننده‌ی مثبت راهبردهای مقابله‌ای بودند. نقش صبر در پیش‌بینی رضایت زناشویی (۱۴)، سلامت عمومی (۱۵) و تعالی معنوی (۱۶) نیز مورد بررسی قرار گرفته است.

صبر مهم‌ترین عنصر ایمان است که با بسیاری از ویژگی‌های شناختی، عاطفی و رفتاری انسان مرتبط می‌باشد و همان‌گونه که اشاره شد، امید یکی از این شاخص‌های شناختی-عاطفی است. در مطالعات Snyder امید به‌عنوان انتظار فرد برای موفقیت در دستیابی به هدف تعریف شده است (۱۷). طبق این دیدگاه، انتظارات معطوف به هدف از دو

¹ Pathway

² Agency

سنجش تفکر راهبردی و ۴ عبارت انحرافی است. همسانی درونی کل آزمون ۰/۷۴ تا ۰/۸۴ و پایایی آزمون- بازآزمون ۰/۸۰ و در دوره‌های بیش‌تر از ۸ تا ۱۰ هفته، از این میزان بالاتر به دست آمده است (۲۲). به‌منظور بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار در ایران، شهنی بیلاق و همکاران (۲۳) این پرسش‌نامه را به فارسی ترجمه و روایی و پایایی نسخه‌ی فارسی آن را بر روی دانش آموزان دبیرستانی مورد بررسی قرار دادند. نتایج این پژوهش نشان داد که این پرسش‌نامه از روایی و پایایی مناسبی برای استفاده در ایران برخوردار است (۲۳). همچنین، روایی نسخه‌ی فارسی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر به وسیله‌ی روش تحلیل عاملی با چرخش واریماکس محاسبه شد. یافته‌ها وجود دو مؤلفه‌ی عاملی و راهبردی را مورد تأیید قرار دادند که مؤلفه‌ی عاملی توضیح دهنده ۲۸/۶۵ درصد واریانس و مؤلفه‌ی راهبردی ۲۵/۳۳ درصد واریانس را توضیح داد و در مجموع این دو عامل توضیح‌دهنده ۵۴ درصد واریانس کل بوده است. برای برآورد پایایی این مؤلفه‌ها از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که این ضرایب برای مؤلفه‌ی عاملی ۰/۷۲ و برای مؤلفه‌ی راهبردی ۰/۶۸ بوده است.

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از شاخص‌های آمار توصیفی میانگین، انحراف استاندارد و آزمون Pearson correlation استفاده شده است. همچنین، به‌منظور پاسخ به سؤال پژوهش از تحلیل رگرسیون چندگانه هم‌زمان استفاده شده است.

نتایج

شرکت‌کنندگان در این پژوهش شامل ۲۶۰ دانشجوی دختر و ۱۳۰ دانشجوی پسر بود که میانگین سنی آن‌ها ۲۰/۲۴ سال با انحراف استاندارد ۲/۰۸ است. تعداد ۱۵۲ نفر (۳۹ درصد) از شرکت‌کنندگان در رشته‌های علوم انسانی، ۱۵۹ نفر

صبر و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی امید را مورد بررسی قرار داده است. برای دستیابی به این هدف، سؤال زیر مطرح شد: آیا صبر و مؤلفه‌های آن پیش‌بینی‌کننده‌ی نمره‌ی کل امید به زندگی است؟

روش کار

طرح تحقیق پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. متغیر پیش‌بینی کننده (پیش‌بین) در این پژوهش مؤلفه‌های صبر می‌باشند که شامل متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ می‌شود. متغیر پیش‌بینی شونده (ملاک) امید می‌باشد که مؤلفه‌های آن شامل تفکر راهبردی و تفکر عاملی است.

جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز بودند. تعداد ۳۹۰ دانشجو (۲۶۰ دختر و ۱۳۰ پسر) به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. آزمودنی‌ها با تکمیل مقیاس صبر و پرسش‌نامه‌ی امید به زندگی در این پژوهش شرکت نمودند.

مقیاس صبر به‌وسیله‌ی خرمائی و همکاران (۸) با استناد به مؤلفه‌های قرآنی و روایتی صبر تهیه شده است. در این مقیاس عبارت‌هایی مثبت و منفی در قالب ۲۵ گویه، با نمره‌گذاری لیکرت آورده شده‌اند. برای تعیین روایی و پایایی این مقیاس، از روش تحلیل عاملی با استفاده از مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش واریماکس استفاده شده است. نتایج تحلیل عاملی وجود ۵ عامل (متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ) را مورد تأیید قرار داده که در این میان ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های متعالی شدن با ۸ گویه ۰/۸۴، شکیبایی با ۷ گویه ۰/۶۷، رضایت با ۴ گویه ۰/۶۰، استقامت با ۳ گویه ۰/۶۱ و درنگ با ۳ گویه ۰/۶۸ محاسبه شده است. همچنین، ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۸۶ به‌دست آمده است (۸).

پرسش‌نامه‌ی امید به زندگی Snyder (۲۱) دارای ۱۲ عبارت شامل ۴ گویه برای سنجش تفکر عاملی، ۴ گویه برای

جدول شماره ۱ - شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های صبر و امید

مؤلفه	میانگین	انحراف معیار	حداکثر	حداقل
متعالی شدن	۱۹/۱۴	۵/۴۹	۳۷	۸
شکیبایی	۲۰/۵۷	۴/۳۳	۳۵	۹
رضایت	۱۰/۷۵	۲/۹۳	۲۰	۴
استقامت	۷/۳۸	۲/۶۳	۳۸	۳
درنگ	۷/۱۸	۲/۲۱	۱۵	۳
نمره‌ی کل صبر	۶۵/۰۵	۱۲/۷۸	۱۱۱	۲۸
تفکر راهبردی	۷/۲۵	۲/۱۰	۱۶	۴
تفکر عاملی	۷/۶۱	۲/۱۳	۱۶	۴
نمره‌ی کل امید	۱۴/۸۶	۳/۷۷	۳۱	۸

(۴۰/۷ درصد) در رشته‌های مهندسی و ۷۹ نفر (۲۰/۳ درصد) در رشته‌های علوم پایه مشغول به تحصیل بودند. شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های صبر و امید نیز در جدول شماره ۱ آمده است. هم‌چنین، در جدول شماره ۲، ضریب Pearson correlation میان متغیرهای مورد مطالعه آورده شده است. بر طبق نتایج جدول شماره ۲، صبر و مؤلفه‌های آن با نمره‌ی کل امید به زندگی و هر دو مؤلفه‌ی آن همبستگی مثبت معنی‌دار نشان دادند ($P < 0.01$).

جدول شماره ۲ - ضرایب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه

مؤلفه	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱- متعالی شدن	-								
۲- شکیبایی	۰/۳۵ ^{**}	-							
۳- رضایت	۰/۴۴ ^{**}	۰/۵۴ ^{**}	-						
۴- استقامت	۰/۳۵ ^{**}	۰/۲۹ ^{**}	۰/۳۰ ^{**}	-					
۵- درنگ	۰/۵۵ ^{**}	۰/۳۱ ^{**}	۰/۳۷ ^{**}	۰/۳۲ ^{**}	-				
۶- نمره‌ی کل صبر	۰/۸۲ ^{**}	۰/۷۳ ^{**}	۰/۷۳ ^{**}	۰/۵۸ ^{**}	۰/۶۶ ^{**}	-			
۷- تفکر راهبردی	۰/۴۷ ^{**}	۰/۲۸ ^{**}	۰/۳۸ ^{**}	۰/۳۷ ^{**}	۰/۳۱ ^{**}	۰/۵۲ ^{**}	-		
۸- تفکر عاملی	۰/۴۶ ^{**}	۰/۲۴ ^{**}	۰/۳۶ ^{**}	۰/۴۳ ^{**}	۰/۳۶ ^{**}	۰/۵۲ ^{**}	۰/۵۹ ^{**}	-	
۹- نمره‌ی کل امید	۰/۵۲ ^{**}	۰/۳۰ ^{**}	۰/۴۲ ^{**}	۰/۴۵ ^{**}	۰/۳۸ ^{**}	۰/۵۸ ^{**}	۰/۸۹ ^{**}	۰/۸۹ ^{**}	-

^{**} $P < 0.01$

۳ آمده است. بر طبق نتایج این جدول، نمره‌ی کل صبر ($\beta = 0.58$; $P < 0.01$) به‌طور مثبت و معنی‌داری نمره‌ی کل

یافته‌های مرتبط با نقش نمره‌ی کل صبر در پیش‌بینی نمره‌ی کل امید به زندگی و مؤلفه‌های آن در جدول شماره‌ی

عامل در مجموع ۲۷ درصد از واریانس نمونه را تبیین نمود. نمره‌ی کل صبر ($\beta=0/52$; $P<0/001$) مؤلفه‌ی تفکر عاملی را نیز به‌طور مثبت و معنی‌داری پیش‌بینی کرد. این عامل در مجموع ۲۷ درصد از واریانس نمونه را تبیین نمود.

امید به زندگی را پیش‌بینی کرد. این عامل در مجموع ۳۴ درصد از واریانس نمونه را تبیین نمود. هم‌چنین، بر طبق نتایج این جدول، نمره‌ی کل صبر ($\beta=0/52$; $P<0/001$) مؤلفه‌ی تفکر راهبردی را به‌طور مثبت و معنی‌داری پیش‌بینی کرد. این

جدول شماره ۳ - پیش‌بینی نمره‌ی کل امید به زندگی و مؤلفه‌های آن بر اساس نمره‌ی کل صبر

متغیر پیش بین	متغیرهای ملاک	B	S. E	β	t	sig	R	R ²
نمره‌ی کل صبر	نمره‌ی کل امید	۰/۱۷	۰/۰۱	۰/۵۸	۱۴/۰۳	۰/۰۰۱	۰/۵۸	۰/۳۴
	تفکر راهبردی	۰/۰۸	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۱۱/۹۰	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۰/۲۷
	تفکر عاملی	۰/۰۹	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۱۱/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۰/۲۷

($\beta=0/21$; $P<0/001$) به‌طور مثبت و معنی‌داری مؤلفه‌ی تفکر راهبردی امید را پیش‌بینی کردند. این عوامل در مجموع ۳۰ درصد از واریانس نمونه را تبیین نمودند.

هم‌چنین، یافته‌های مرتبط با نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی تفکر راهبردی امید در جدول شماره‌ی ۴ آمده است. بر طبق نتایج این جدول، مؤلفه‌های متعالی شدن ($P<0/001$); رضایت ($\beta=0/31$; $P<0/01$); استقامت

جدول شماره ۴ - پیش‌بینی مؤلفه تفکر راهبردی امید بر اساس مؤلفه‌های صبر

مؤلفه	B	S. E	β	t	sig	R	R ²
متعالی شدن	۰/۱۲	۰/۰۲	۰/۳۱	۵/۸۲	۰/۰۰۱		
شکیبایی	۰/۰۱	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۴۴	۰/۶۶		
رضایت	۰/۱۱	۰/۰۴	۰/۱۶	۲/۹۰	۰/۰۰۴	۰/۵۴	۰/۳۰
استقامت	۰/۱۶	۰/۰۴	۰/۲۱	۴/۳۶	۰/۰۰۱		
درنگ	۰/۰۱	۰/۰۵	۰/۰۱	۰/۱۳	۰/۸۹		

($\beta=0/27$) به‌طور مثبت و معنی‌داری مؤلفه‌ی تفکر عاملی امید را پیش‌بینی کردند. این عوامل در مجموع ۳۲ درصد از واریانس نمونه را تبیین کردند.

یافته‌های مرتبط با نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی تفکر عاملی امید نیز در جدول شماره‌ی ۵ آمده است. بر طبق نتایج این جدول، مؤلفه‌های متعالی شدن ($\beta=0/26$; $P<0/001$); رضایت ($\beta=0/15$; $P<0/01$) و استقامت ($P<0/001$);

جدول شماره ۵ - پیش‌بینی مؤلفه‌ی تفکر عاملی امید بر اساس مؤلفه‌های صبر

مؤلفه	B	S. E	β	t	sig	R	R ²
متعالی شدن	۰/۱۰	۰/۰۲	۰/۲۶	۴/۹۱	۰/۰۰۱		
شکیبایی	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۴	۰/۷۷	۰/۴۴		
رضایت	۰/۱۱	۰/۰۴	۰/۱۵	۲/۸۸	۰/۰۰۴		
استقامت	۰/۲۲	۰/۰۴	۰/۲۷	۵/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۳۲
درنگ	۰/۰۸	۰/۰۵	۰/۰۸	۱/۶۳	۰/۱۰		

بحث و نتیجه‌گیری

صبر از جمله فضیلت‌های اخلاقی است که در بیش از هفتاد آیه‌ی قرآن کریم به آن اشاره شده است. این سازه‌ی دینی- اخلاقی- روان‌شناختی پیامدهای مهمی در زندگی به همراه دارد. بدین لحاظ ضروری است به‌عنوان یک سازه‌ی اخلاقی در قلمروهای مختلف از جمله پزشکی، روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و تعلیم و تربیت مورد بحث قرار گیرد. به‌عنوان مثال، پژوهش Mischel و همکاران نشان داد که توانایی صبور بودن در سنین کودکی با سوء مصرف مواد در بزرگسالی ارتباط دارد (۴). از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان می‌دهد که در همه‌ی سنین، وقتی افراد از دستیابی به هدفشان باز می‌مانند اغلب ناراحت یا عصبانی می‌شوند و عزت نفسشان لطمه می‌بیند و غرورشان جریحه دار می‌شود (۲۴). هم‌چنین، درد و بیماری‌های جسمی مزمن از موانع رسیدن به هدف هستند (۲۵). بدین لحاظ لازم است که رابطه‌ی بین مؤلفه‌های صبر به‌عنوان فضیلتی اخلاقی و امید به‌عنوان سازه‌ای مهم در کیفیت زندگی و سلامت مورد بررسی تجربی قرار گیرد تا بتوان نتایج این‌گونه پژوهش‌ها را در حوزه‌های اخلاق پزشکی و سلامت مورد استفاده قرار داد.

به‌طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که صبر و مؤلفه‌های آن با امید و دو مؤلفه‌ی آن همبستگی مثبت معنی‌دار دارد. به عبارت دیگر، افرادی که در زندگی صبورتر هستند امید بیشتری در زندگی دارند. این نتایج با مطالعه‌ی غباری

بناب و خدایاری فرد (۱۹) هم‌سو است.

بر طبق نتایج این پژوهش، نمره‌ی کل صبر توانست نمره‌ی کل امید را پیش‌بینی کند. به عبارت دیگر، افزایش صبر در زندگی با حالت انگیزشی مثبت و در نظر گرفتن اهداف روشن برای زندگی همراه است. بنابراین، می‌توان یکی از مهم‌ترین پیامدهای صبر را تقویت امید در فرد دانست. هم‌چنین، در این پژوهش نمره‌ی کل صبر پیش‌بینی‌کننده‌ی معنی‌دار دو مؤلفه‌ی امید (تفکر راهبردی و تفکر عاملی) بود. صبر و شکیبایی در مقابل مشکلات و گرفتاری‌ها با توانایی طراحی راه‌هایی برای رسیدن به اهداف مورد نظر (تفکر راهبردی) و جدیت در پیگیری این اهداف (تفکر عاملی) همراه است. در پژوهشی راهبردهای مقابله‌ای مثبت با امید همبستگی مثبت معنی‌دار و راهبردهای مقابله‌ای منفی با امید همبستگی منفی معنی‌دار نشان داد (۲۶). در پژوهشی دیگر نیز کنترل تکانه^۱ به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های خودتنظیمی^۲ به‌طور معنی‌داری پیش‌بینی‌کننده‌ی مؤلفه‌های امید (تفکر عاملی و تفکر راهبردی) بود (۲۷). به‌طور کلی نتایج پژوهش‌های مذکور با نتایج پژوهش حاضر هم‌سو می‌باشد. البته باید متذکر شد که متغیرهای راهبردهای مقابله‌ای و خودتنظیمی متغیرهای تا حدودی مشابه اما متفاوت و مجزا از صبر هستند.

نتایج این پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های صبر نیز توانایی

¹ Impulse control

² Self- regulation

برخی از موارد موانعی وجود دارد که امکان هموار کردن آنها میسر نیست، لذا، پذیرش وضع موجود باعث می‌شود فرد نیروی انگیزشی خود را صرف موارد قابل تغییر کند و به طراحی گذرگاه‌هایی برای رسیدن به هدف پردازد؛ در حالی که نارضایتی از وضع موجود باعث ناامیدی از بهبود شرایط و در نتیجه از بین رفتن نیروی انگیزشی برای رسیدن به هدف می‌شود. به عبارت دیگر، پذیرش موانع حل نشدن راهکاری برای مواجهه با این موانع است. بنابراین، می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که رضایت و پذیرش به‌عنوان مؤلفه‌های صبر به‌صورت تأمل و درنگی جهت کاهش فشارها و یافتن راهکارها و فرصت‌های جدید عمل می‌کنند. پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که رضایت از زندگی با امید همبستگی مثبت معنی‌دار دارد (۳۰، ۲۹). البته مفهوم رضایت از زندگی با مؤلفه‌ی رضایت صبر مشابه نیست و تنها از جهاتی با مؤلفه‌ی رضایت صبر تشابهاتی دارد.

مؤلفه‌ی استقامت صبر نیز از جمله مؤلفه‌های مهم در پیش‌بینی تفکر راهبردی و عاملی امید بود. در تبیین این یافته می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که افرادی که در راه رسیدن به هدف از خود پایداری و صبوری نشان می‌دهند و در کار و فعالیت مداومت دارند همیشه راه‌های دستیابی به هدف را در ذهن خود ترسیم کرده و به‌دنبال رسیدن به اهداف خود از طریق کاربست این راه‌ها هستند و با توجه به مداومتی که دارند، حتی در صورت برخورد با موانع، در پی ترسیم راه‌های جدید برای رسیدن به هدف خواهند بود. امروزه مشخص شده است که پایداری و استقامت به معنای ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت، یکی از مهم‌ترین عوامل انگیزشی برای دستیابی به اهداف است (۳۱). کلیه‌ی مدل‌های روان‌شناسی به خصوص مدل‌هایی که از اسنادها صحبت می‌کنند، پایداری و استقامت را از جمله مهم‌ترین عوامل موفقیت محسوب می‌کنند.

با توجه به نتایج این تحقیق می‌توان اظهار داشت که تقویت ارزش‌های شناختی و اخلاقی مبتنی بر مؤلفه‌های صبر،

پیش‌بینی تفکر راهبردی و تفکر عاملی را دارند. از میان پنج مؤلفه‌ی صبر، مؤلفه‌های متعالی شدن، رضایت و استقامت از عوامل مهم پیش‌بینی کننده‌ی تفکر راهبردی و تفکر عاملی بودند. در پژوهش خرمائی و همکاران نیز این سه مؤلفه از مؤلفه‌های مهم پیش‌بینی کننده‌ی ناامیدی و خرده مقیاس‌های آن بودند (۲۰) که نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش این محققان هم‌سو می‌باشد.

همان‌گونه که در بالا اشاره شد، مؤلفه‌ی متعالی شدن توانست مؤلفه‌های تفکر راهبردی و تفکر عاملی امید را پیش‌بینی کند. به عبارت دیگر، متعالی شدن یا تحمل سختی‌ها و صبور بودن در مصائب و ناملازمات جهت دستیابی به هدف و رسیدن به قرب الهی و رشد معنوی با باور فرد در مورد امکان ایجاد راه‌ها و نقشه‌هایی برای رسیدن به هدف همراه است. هم‌چنین، مؤلفه‌ی متعالی شدن پیش‌بینی کننده‌ی مؤلفه‌ی انگیزشی امید است و می‌تواند به‌عنوان موتور محرک جهت‌دهی افراد به سمت هدف عمل کند. در پژوهشی نیز نشان داده شد افرادی که دارای کمال‌گرایی سازگارانه^۱ بودند نسبت به افراد غیر کمال‌گرا^۲ یا دارای کمال‌گرایی ناسازگارانه^۳، سطوح بالاتر تفکر راهبردی و عاملی و سطوح پایین‌تر افسردگی را تجربه می‌کنند (۲۸). بنابراین، نتایج پژوهش مذکور با نتایج پژوهش حاضر هم‌سو می‌باشد. البته تاکید بر این نکته ضرورت دارد که کمال‌گرایی سازگارانه تنها از جهاتی با مؤلفه‌ی متعالی شدن مشابهت داشته و متعالی شدن معنایی فراتر از آن دارد.

بر طبق نتایج این پژوهش، افرادی که نمره‌ی بالاتری در مؤلفه‌ی رضایت صبر کسب کرده‌اند به آینده امیدوارترند. این‌گونه افراد بر این باورند که می‌توانند برای رسیدن به اهداف خود راه‌هایی پیدا کنند و برای یافتن این راه‌ها جدیت به‌خرج می‌دهند. بدیهی است که در راه رسیدن به اهداف در

^۱ Adaptive perfectionism

^۲ Non- perfectionists

^۳ Maladaptive perfectionism

منابع

- 1- Khormaei F, Farmani A. Investigating the role of the Big Five personality factors in predicting patience and its components among university students. *J Clin Psychol Personal*. in press. [in Persian]
- 2- Kacelnik A. The evolution of patience. In: Loewenstein G, Read D, Baumeister R, eds. *Time and Decision: Economic and Psychological Perspectives on Inter-temporal Choice*. New York: Russell Sage Foundation; 2003, p. 115- 38.
- 3- Rachlin H. **The Science of Self- Control**. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press; 2000.
- 4- Mischel W, Shoda Y, Rodriguez ML. Delay of gratification in children. *Sci*. 1989; 244: 933- 8.
- 5- Nuri N. The study of psychological bases and symptoms of patience in Quran. *Psychol Relig* 2008; 1(4): 143- 168. [in Persian]
- 6- Shamshiri B, Shiravani A. [Mafhume sabr dar Ghoran va delalathaye falsafi va tabiyati an]. *Islamic Educ* 2011; 6 (13): 79- 99. [in Persian]
- 7- Kolini AJ. [Osoule Kafi]. Translated by Mostafavi J. Tehran: Vafa; 2003. [in Persian]
- 8- Khormaei F, Farmani, A, Soltani E. The patience scale: instrument development and estimates of psychometric properties. *Educ Meas*. in press. [in Persian].
- 9- Hossein –Sabet F. [Asarbakhshi amoozeshe sabr bar ezterab, afsordegi va shadkami]. *Stud Islamic Psychol* 2008; 1(2): 79- 92. [in Persian]
- 10- Izadi Tame A, Borjali A, Delavar A, Eskandari H. [Moghayeseye tasire amoozeshe sabr va hale masala bar kaheshe parkhashgari va entekhabe rahbordhaye moghabeleie daneshjooyane daneshgahe oloome entezami]. *Danesh-e-Entezami* 2010; 11(3): 182- 207. [in Persian]
- 11- Kalantari S. The Comparison of Facets of Mindfulness and Patience Among Patients with Major Depression, Generalized Anxiety Disorder and Normal Individuals [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2012. [in Persian]
- 12- Haghjoo S. Prediction of suicide thoughts on the basis of patience components and emotional regulation [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2013. [in Persian]
- 13- Keyhanfar R. Investigating Relationships Between Patience and Coping Strategies Among

در افزایش امید مؤثر خواهد بود. به عبارت دیگر، می‌توان با تقویت صبر در افراد در قالب پنج مؤلفه‌ی آن، امید را در آن‌ها افزایش داده و آن‌ها را در رسیدن به اهداف یاری کرد. هم‌چنین، با توجه به اهمیت امید در سلامت می‌توان از تقویت صبر در امید درمانی استفاده کرد. امید درمانی که از نظریه‌ی امید Synder و اندیشه‌های برگرفته شده از درمان شناختی - رفتاری، درمان راه‌حل‌مدار و درمان داستانی یا روایتی مشتق می‌شود (۳۲)، بر این هدف استوار است که به درمان‌جویان کمک کند تا هدف‌های روشنی را فرمول‌بندی کنند، گذرگاه‌های متعددی را برای رسیدن به آن‌ها بسازند، خود را برای دنبال کردن اهداف برانگیزند و موانع را به‌صورت چالش‌هایی برای غلبه بر آن‌ها از نو چارچوب‌بندی کنند. از طرف دیگر، با توجه به نقش فضیلت‌های اخلاقی در بروز هیجانات، استفاده از راهبردهای آموزش صبر در درمان افرادی که از مشکلات هیجانی رنج می‌برند مانند افراد افسرده، مفید است. استفاده‌ی روان‌شناسان و مشاوران از راهبردهای آموزش صبر می‌تواند به این‌گونه افراد کمک کند که به آینده امیدوارتر باشند و دیدگاه واقع بینانه‌تری نسبت به آینده پرورش دهند.

عدم وجود پیشینه‌ی کافی، محدودیت عمده‌ی پژوهش کنونی بوده است که گاه تبیین یافته‌ها را مشکل می‌سازد. بدین جهت پیشنهاد این پژوهش، انجام مطالعات گسترده در رابطه با نقش پیش‌بینی‌کنندگی مؤلفه‌های صبر در سازه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری است. انجام چنین پژوهش‌هایی راهگشای پیشنهادها‌ی عملی برای کاربست یافته‌ها و بسط نظری و مفهوم‌سازی در این حوزه خواهد شد. هم‌چنین، پیشنهاد می‌شود که پژوهش حاضر با نمونه‌های متفاوت عادی و بالینی تکرار شود. به پژوهشگران پیشنهاد می‌گردد که ارتباط میان صبر و امید را در بیماری‌های مختلف مورد بررسی قرار دهند.

- 22- Snyder CR, Lopez SJ. Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications; 2007.
- 23- Shehni Yailagh M, Kianpour Ghahfarokhi F, Maktabi GH, Neasi A, Samavi A. Reliability and validity of the hope scale in the Iranian students. *J Life Sci Biomed* 2012; 2(4): 125- 8.
- 24- Snyder CR. The Psychology of Hope. USA: Free Press; 2000.
- 25- Williamson GM, Schulz R. Physical illness and symptoms of depression among elderly outpatients. *Psychol Aging* 1992; 7: 343- 51.
- 26- Jing Z, Wei G, Ping W, Zhong-hui W. Relationships among hope, coping style and social support for breast cancer patients. *Chin Med J* 2010; 123(17): 2331- 5.
- 27- Ferrari JR, Stevens EB, Legler R, Jason LA. Hope, self- esteem, and self-regulation: positive characteristics among men and women in recovery. *J Community Psychol* 2012; 40(3): 292– 300.
- 28- Mathew J, Dunning C, Coats C, Whelan T. The mediating influence of hope on multidimensional perfectionism and depression. *J Individ Differ* 2014; 70: 66- 71.
- 29- Ng ECW, Chan CC, Lai MK. Hope and life satisfaction among underprivileged children in Hong Kong: the mediating role of perceived community support. *J Community Psychol*. 2014; 42 (3): 352– 64.
- 30- Bailey TC, Snyder CR. Satisfaction with life and hope: a look at age and marital status. *Psychol Rec* 2007; 57: 233- 40.
- 31- Le Bars H, Gernigon C, Ninot G. Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scand J Med Sci Sport* 2009; 19: 274- 85.
- 32- Snyder CR. Handbook of Hope, Theory, Measures and Applications. California: Academic Press; 2000.
- Shiraz University Students [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2010. [in Persian]
- 14- Farmani A, Khormaei F, Dokuhaki N. Investigating the role of patience and its components in predicting marital satisfaction among parents of elementary school students in Shiraz. The 6th National Congress on Family Pathology. Tehran, Iran: Shahid Beheshti University; 2014. [in Persian]
- 15- Baneshi F. The Relationship Between Patience and Global Health Among Female and Male Shiraz University Students [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2010. [in Persian]
- 16- Razmzan Z. Investigating the Relationship of Patience Components and Resilience with Spiritual Transcendence among University Students of Shiraz University [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2011. [in Persian]
- 17- Snyder CR. Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *J Couns Dev* 1996; 73(3): 355- 60.
- 18- Day L, Hanson K, Maltby J, Proctor C, Wood A. Hope uniquely predicts objective academic achievement above intelligence, personality, and previous academic achievement. *J Res Pers* 2010; 44(4): 550- 3.
- 19- Ghobari Bonab B, Khodayarifard M. The relationships between God, anxiety, patience and hope in adverse conditions. The First International Conference on Religion and Mental Health. Tehran, Iran: Iran Medical Sciences University; 2000. [in Persian]
- 20- Khormaei F, Farmani A, Soltani E. Investigating the prediction role of patience as a moral construct and personality characteristics in the hopelessness of university students. *Med Ethics*. 2014; 7(28): 167- 99. [in Persian]
- 21- Snyder CR. Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychol Inq* 2002; 13(4): 249- 75.

Role of patience and its components as moral constructs in predicting hope among university students

Farhad Khormaei¹, Fereshteh Zareie², Mansureh Mahdiyar³, Azam Farmani^{*4}

¹Assistant professor, Shiraz university; Shiraz, Iran;

²BS in Clinical Psychology;

³MSc Student in Clinical Psychology; Shiraz University, Shiraz, Iran;

⁴PhD Candidate in Psychology, Tehran Payam Noor University, Tehran Iran.

Abstract

Patience is a moral construct and is related to persistence, tolerance, restraint, contentment and transcendence in difficult and unpleasant situations. It can be discussed in the field of medical ethics and is related to many variables. The aim of the present study was to examine the role of patience and its components (transcendence, tolerance, contentment, persistence, and restraint) as moral constructs in predicting hope among university students.

The study population of the present study consisted of all of the university students studying at Shiraz University. Three hundred and ninety university students were recruited via cluster sampling. The participants completed the patience scale and hope scale.

According to the findings of the Pearson's correlation test, patience and its components correlated positively and significantly with hope and its subscales (pathway and agency). Moreover, the total patience score effectively predicted the total hope score ($\beta = 0.58, P \leq 0.001$), pathway ($\beta = 0.52, P \leq 0.001$) and agency ($\beta = 0.52, P \leq 0.001$). Transcendence, contentment, and persistence were important predictors of hope and its subscales.

It can be concluded that reinforcing patience as one of the most important and valuable moral constructs can increase hope and lead to success. Thus, applying educational strategies of patience in order to curtail despair and promote hope among patients is recommended for clinicians working in the fields of psychology, health and medical ethics.

Keywords: patience, medical ethics, hope

*Email: azamfarmani3@gmail.com