| تاریخ دریافت:۱۳۹۴/۰۶/۲۸ | تاریخ پذیرش:۱۳۹۵/۰۶/۲۲ |

سعادت‌نگری و لذت‌نگری بر روی پیوستار: کمّی‌سازی سبک لذت‌بری سعادت‌نگر براساس یک مدل مفهومی در منابع اسلامی

مهدی عباسی

عضو هیئت علمی پژوهشگاه علوم قرآن و حدیث، عضو پیوسته انجمن روانشناسی اسلامی و دانشجوی دکترای روان‌شناسی مؤسسهٔ آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره). قم. ایران.

ym.abbasi@gmail.com

هادی بهرامی احسان

دانشیار دانشگاه تهران. تهران. ایران.

hbahrami@yahoo.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر ارائهٔ ابزاری برای کمّی‌سازی سبک لذت‌بری براساس یک مدل مفهومی در منابع اسلامی است. این مدل مفهومی، لذت‌بری را بر روی پیوستاری از سعادت‌نگری تا لذت‌نگری؛ دو رویکرد مهم در بهباشی نشان می‌دهد. برای استخراج مؤلفه‌های مدل مفهومی لذت‌بری سعادت‌نگر و لذت‌نگر در منابع اسلامی، از روش توصیفی-تحلیلی در گزاره‌های دینی و برای بررسی ویژگی‌های مقیاس از روش پیمایشی استفاده شده است. به منظور تدوین مقیاس سبک لذت‌بری گویه‌های مناسب براساس مؤلفه‌های نظری طراحی شد. برای تعیین روایی ابزار، گویه‌های اولیهٔ مورد ارزیابی کارشناسان روان‌شناسی که با متون اسلامی آشنایی داشتند، قرار گرفت. این مقیاس در نمونهٔ ۳۶۰ نفری شامل طلاب علوم دینی و معلمان مقطع ابتدایی شهرستان قم اجرا شد. نتایج نشان می‌دهد مقیاس سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی ۰/۹۲ اعتبار دارد. توافق بالا میان نظرات اکثر کارشناسان (۸۳/۳۳ درصد) به محتوای پرسش‌ها روایی محتوایی آن را نشان می‌دهد. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی مناسبی را نشان

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

می‌دهد. نتیجهٔ تحلیل عاملی اکتشـافی اسـتخراج پنج عامـل مبتنی‌بر ویژگی‌های سبک لذت‌بری کارآمد در منابع اسلامی بوده است. این پژوهش نشان می‌دهد که سبك لذت‌بری براساس منابع اسلامی قابل کمّی‌شدن است و مقیاس ساخته‌شده، ویژگی‌هـای روان‌سـنجی لازم را دارد. ایـن مقیـاس از پنج عامـل (تعالی‌جویی، مهارگری، هدفمندی، عاقبت‌اندیشی و میانه‌روی) تشکیل شده است.

کلیدواژه‌هـا: بهباشـی، سـعادت‌نگری، لذت‌نگری، سـبک لذت‌بری، منابع اسلامی.

مقدمه

هر فردی سـبک زندگی[1] متمایزی را شکل می‌دهد که اهداف خود را به آن طریق دنبال می‌کند؛ شـیوه‌ای که حاصل زندگی فرد از دوران کودکی و تحت تأثیر شـخصیت وی اسـت. این بعد عینی و کمیت‌پذیر شـخصیت که از جنس رفتار اسـت، توسـط تمایلات هدایت می‌شوند و فرصت‌های زندگی، بستر آن را فراهم می‌کند (کاویانی آرانی، ۱۳۸۸: ص ۱۵). بخشی از این تمایلات، حالاتی هستند که برای آدمی لذت‌بخش‌اند و ازآنجاکه این حالات پدیده‌هایی چندوجهی هستند، ازسویی با تجربهٔ حالتی درونی باعث شـادمانی می‌شـوند و مانند انگیزه‌های اساسی می‌توانند رفتار را فعال کننـد (ریـو[2]، ۱۳۸۱) و ازسـوی دیگر، تحـت تأثیر فرایندهـای یادگیری تغییر کرده و یـا ثبات پیدا می‌کنند (اتکینسـون[3] و همکاران، ۱۳۸۵). بر این اسـاس، می‌توان برای شیوهٔ نسبتاً ثابتی که فرد در ارضای امیال لذت‌بخش خویش کسب کرده، سبکی را نیز با عنوان سبک لذت‌بری در نظر گرفت؛ سـبکی که از جنس رفتار اسـت، بعد عینی و کمیت‌پذیر شخصیت است، و شیوهٔ نسبتاً ثابت فرد را در ارضای امیال لذت‌بخش می‌سنجد.

اولین اشاره‌ها به سبک لذت‌بری را می‌توان در کلمات فلاسفهٔ یونان پیگیری کرد. از آن پس، انواع لذت و لذت‌بری همواره موردنظر دانشـمندان قرار داشـته اسـت. تمرکز بر جنبه‌های سعادت‌نگرانهٔ لذت و لذت‌بری نیز در آثار فلاسـفه، حکما، علمای اخلاق و به‌ویژه روان‌شناسان مثبت‌نگر نمایان بوده اسـت. سقراط، ارسطو و افلاطون باور داشتند اگر انسـان‌ها درپی زندگی فضیلت‌مدار باشند،

1.life style.
2. Reeve.
3. Atkinson.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

واقعاً شـادکام خواهند شـد (هفرون و بونیول[1]، ۲۰۱۱). از دید ارسطو تربیت درست این است که به شـخص بیاموزند آنجاکه بایسـته اسـت، لذت ببرد (مصباح، ۱۳۸۵). ازنظر ارسطو معیار ارزیابی لذت، فضیلت اسـت و لذت راسـتین از اعمال منطبق با فضیلت ناشـی می‌شـود. ازآنجاکه لذت، فعالیت قوای نفس اسـت، درصورتی‌که این فعالیت از حد اعتدال بهره‌مند باشـد، باعث سـعادت انسـان می‌شـود (هرگنهـان[2]، ۱۳۸۹). اپیکور[3] و سـودگرایان ادعا می‌کردند که درواقع، شـادکامی عبارت اسـت از فراوانی احسـاس‌های مثبت و لذت‌ها (هفرون و بونیول، ۲۰۱۱). ازنظر ابن‌سـینا، اسـاس لذت حقیقی که موجب ارتقای انسان است در کمال و خیر است؛ انسان هنگامی احساس واقعی لذت دارد که دو شرط محقق باشد؛ اول اینکه کمال و خیر را درک کند و دوم اینکه به آن کمال و خیر برسـد (ابن سـینا، ۱۳۷۵). خواجه نصیر لذت عقلی را برای رشد لازم می‌داند. لذاتی که در سـطح عقل درک می‌شـوند به‌عنوان لذات ذاتی درمقابل لذات حسی قرار دارند (طوسی، ۱۳۶۰)؛ بنابراین، لذت‌بری عقلانی مبتنی‌بر خیر، کمال و فضیلت است و می‌تواند خوشبختی را برای انسان به ارمغان آورد.

در روان‌شناسـی مثبت‌نگر، لذت به‌عنوان بخش عاطفی مثبت شادکامی[4] در کانون توجه است. به‌طور کلی، دربارهٔ آنچه برای مردم شـادکامی می‌آورد و یا موجب می‌شـود افراد بهباشی[5] را تجربه کنند دو جهت‌گیری فکری در روان‌شناسـی مثبت‌نگر شـکل گرفته اسـت. جهت‌گیـری اول که از لذت‌نگری[6]، و جهت‌گیری دوم که از سـعادت‌نگری[7] حمایت می‌کنـد (هفرون و بونیول، ۲۰۱۱). اولیـن تحقیقـات تجربی مربوط به مقایسـهٔ سـعادت‌نگری (به‌عنـوان مثال، ارتقا، معنـا، اصالت، فضیلت) با لذت‌نگری (به‌عنوان مثال، لذت، خوشی، راحتی، نبود فشار) به‌عنوان مفاهیم بهباشی، در سـال ۱۹۹۳ توسـط واترمن اتفاق افتـاد. کار در این‌باره با مقالهٔ مروری رایان و دسـی در سـال ۲۰۰۱ با رشد سریع شروع شد؛ مقاله‌ای که ادبیات پژوهشی و نظری دربارهٔ بهباشی را به دو دیدگاه سـعادت‌نگری و لذت‌نگری تقسـیم کرد. این گروه از روان‌شناسـان مثبت‌نگر معتقدند که بهباشی

1. Hefferon, K. & Boniwell.
2. Hergenhahn.
3. Epicure.
4. Happiness.
5. well-being.
6. hedonia.
7. eudemonia.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

لذت‌نگر همان چیزی است که با شادکامی درونی[1] سنجیده می‌شود (هوتا و واترمن، ۲۰۱۳). شادکامی درونی شامل سطوح بالای عاطفهٔ مثبت و سطوح پایین عاطفهٔ منفی، به‌علاوهٔ بالابودن احساس شخصی رضایت از زندگی است (داینر و دیگران، ۱۹۹۹). معمولاً برای سنجش سطوح بالای عاطفهٔ مثبت و سطوح پایین عاطفهٔ منفی در بهباشی درونی از فهرست عاطفهٔ مثبت و منفی[2] (PANAS) واتسون و همکارانش (۱۹۸۸) استفاده می‌شود. برای اندازه‌گیری رضایت از زندگی نیز مقیاس خودگزارش‌دهی رضایت از زندگی (SWLS) توسط داینر، امونس، لارسن و گریفین (۱۹۸۵) طراحی شده است (مرادی و طاهری، ۱۳۹۱). اما پژوهشگران در نحلهٔ سعادت‌نگری معتقدند شادکامی و «زندگی خوب» صرفاً داشتن احساس خوب لذت‌بخش نیست. در زندگی باید چیزی بیش از لذت و احساس رضایت باشد. بهباشی سعادت‌نگر می‌گوید شادکامی حقیقی در ابراز فضیلت و انجام آنچه شایستهٔ انجام است یافت می‌شود (هفرون و بونیول، ۲۰۱۱). کارول ریف (۱۹۸۹) ازجمله روان‌شناسان مثبت‌نگری است که سعادت‌نگری را ازنظر مفهومی براساس حالت بهباشی روان‌شناختی تعریف می‌کند؛ یعنی، بودن در حالت کامل کارکردی و همچنین، برآمدن در مواجهه با چالش‌های وجودی زندگی (ریف و سینگر، ۲۰۰۸). ریف طبق برآورد گسترده‌ای از بین نظریه‌های روان‌شناسی، شش خصیصه را برای بهباشی روان‌شناختی مشخص کرد: ۱. پذیرش خود[3]، ۲. ارتباط مثبت با دیگران[4]، ۳. رشد شخصی[5]، ۴. هدفمندی در زندگی[6]، ۵. کنترل بر محیط[7] و ۶. خودمختاری[8]. وی برای بهباشی روان‌شناختی مقیاس‌هایی را به‌عنوان ابزار سنجش این شش خصیصه ارائه کرده است (هوتا و واترمن، ۲۰۱۳). امروزه مدل ریف از مهم‌ترین مدل‌های حوزهٔ بهباشی روان‌شناختی[9] به‌شمار می‌رود و پرسش‌نامه‌ای که برای سنجش مدل خود ساخته است از مهم‌ترین پرسش‌نامه‌های بهباشی روان‌شناختی به‌شمار می‌رود (ر.ک.: مرادی و طاهری، ۱۳۹۱). در این‌باره، مدل‌های دیگری نیز وجود دارند که کم‌وبیش هریک ابزارهایی را برای

1. subjective well-being.
2. Positive And Negative Affect Scale.
3. self-acceptance.
4. positive relations with others.
5. personal growth.
6. purpose in life.
7. environmental mastery.
8. autonomy.
9. psychological well-being.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

سنجش بهباشی و شادکامی ارائه کرده‌اند.

مدل واترمن (۱۹۹۳) بر فعالیت‌هایی در زندگی تأکید دارد که بیشترین همخوانی را با ارزش‌های درونی فرد داشته باشد. رایان، هوتا و دسی (۲۰۰۸) مدلی را از بهباشی سعادت‌نگر ارائه کرده‌اند که مبتنی‌بر منش‌هایی است که عبارت‌اند از: اشتیاق برای اهداف و ارزش‌های درونی[1] شامل رشد شخصی[2]، مشارکت اجتماعی[3]، ارتباطات[4]، و سلامت فیزیکی[5]؛ داشتن انگیزه‌های خودگردان؛ خودآگاهانه رفتارکردن؛ و نیازهای رضایت‌بخش برای شایستگی[6]، خودگردانی[7] و ارتباط[8]. ویترسو (۲۰۰۴) بر جهت‌گیری به سمت رشد تأکید کرده است و دیگر روان‌شناسان مثبت‌گرایی که بر بهباشی سعادت‌نگر تأکید دارند و بالأخره، رابطهٔ میان بهباشی درونی ـ که از نگاه برخی لذت‌نگر است ـ با بهباشی سعادت‌نگر در مفهومی محقق می‌شود که روان‌شناس مثبت‌نگر مانند سلیگمن مطرح می‌کند. این مفهوم «شادکامی اصیل»[9] است. وی شادکامی اصیل را آمیزه‌ای از بهباشی لذت‌نگر و فضیلت‌نگر صورتبندی می‌کند (هوتا و واترمن، ۲۰۱۳). برخی پژوهش‌ها نیز این نگاه را تأیید می‌کنند که هرکدام از بهباشی لذت‌نگر و سعادت‌نگر از مسیرهای مختلف بر سلامت تأثیر دارند (به‌عنوان مثال ر.ک.: هوتا و رایان، ۲۰۱۰)؛ بنابراین، می‌توان بهباشی سعادت‌نگر را شامل انگیزه‌های لذت‌جویی نیز دانست.

از دیدگاه منابع اسلامی، فضیلت، لذت و شادکامی در مدل سعادت‌نگری صورت‌بندی می‌شود؛ ازاین‌رو، در مدل لذت‌بری سعادت‌نگر دو گرایش لذت و فضیلت در مقابل هم نیستند، بلکه گرایش‌های لذت‌جویانهٔ مادی در کنار گرایش به ابراز فضیلت و تجربهٔ لذت‌های عالی کامل‌کنندهٔ احساس سعادتمندی فرد است؛ بنابراین، در سبک لذت‌بری سعادت‌نگر، گرایش‌ها و رفتارهای فرد مبتنی‌بر فضیلت باشد یا لذت، ویژگی‌هایی دارند که براساس میزان حضور این ویژگی‌ها لذت‌بری فرد کارآمدتر و احتمالاً در سلامت روانی مؤثرتر خواهد بود (عباسی، ۱۳۹۰).

1. pursuing intrinsic goals and values as ends in themselves.
2. personal growth.
3. relationships.
4. community contribution.
5. physical health.
6. competence.
7. auotonomy.
8. relatedness.
9. authentic happiness.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

ایــن ویژگی‌ها به‌عنــوان مؤلفه‌های مدل مفهومی ســبک لذت‌بری ســعادت‌نگر در منابع اســلامی محسوب می‌شوند.

اگرچــه مجمــوع نظریه‌هــا و تحقیق‌هایی که در موضــوع انواع لذت و لذت‌جویی انجام شــده اســت مطالب چشــمگیری را به‌دســت می‌دهند، طبق جســت‌وجوی به‌عمل‌آمده توســط محقق، ســبک لذت‌بری ســعادت‌نگری از نگاه منابع اســلامی (قرآن و حدیث) با توجه به این ویژگی‌های نه‌گانه بررســی نشده اســت. به‌علاوه، با اینکه لذت از گرایش‌های اساسی انسانی است و در گسترهٔ وســیعی ازجمله غرایز، احساســات، عواطف و هیجانات بروز و ظهور دارد، جای پرسش‌نامه‌ای با هدف سنجش سبک لذت‌بری در ابزار روان‌سنجی خالی است. پژوهش حاضر درصدد است تا با فراهم‌کردن مبانی نظری برگرفته از منابع اسلامی، با رویکردی علمی و روان‌شناختی، پرسش‌نامه‌ای با موضوع تشــخیص ســبک لذت‌بری ارائه و زاویهٔ دید جدیدی را در این موضوع ایجاد کند. انتظار می‌رود که این پرســش‌نامه بتواند سبک لذت‌بری سعادت‌نگر را مطابق با شاخص‌های به‌دست‌آمده از منابع اســلامی بســنجد. کارآمدی ســبک لذت‌بری در این پرســش‌نامه مطابق با مدل لذت‌بری ســعادت‌نگر از نگاه اســلام خواهد بود، خواه لذت‌های انتخاب‌شــده، مادی و لذت‌گرایانه باشــد، خواه در زمرهٔ لذت‌های معنوی و فضیلت‌گرایانه قرار داشــته باشــد. بر این اســاس، هدف اساســی این پژوهش کمّی‌ســازی سبک لذت‌بری ســعادت‌نگر براساس منابع اســلامی است؛ ازاین‌رو، به پرسش‌های زیر پاسخ داده خواهد شد:

مؤلفه‌های مفهومی سبک لذت‌بری سعادت‌نگر در منابع اسلامی کدام‌اند؟

مقیاس سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی شامل چه عواملی است؟

روایی محتوایی[1] و سازهٔ[2] مقیاس چگونه است؟

اعتبار[3] آن چه‌قدر است؟

روش پژوهش

ایــن تحقیق به لحاظ هدف، یک پژوهش از نوع تحقیق و توســعه اســت. به لحاظ جمع‌آوری، تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از دو روش توصیفی-تحلیلی و پیمایشــی اســتفاده شده است؛ چراکه این پژوهش از یک‌ســو، در حوزهٔ علوم اســلامی قرار دارد و ازسوی دیگر، به روان‌سنجی مربوط است.

1. Content validity.
2. Construct.
3. Reliability.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

روش اول برای اســتخراج ویژگی‌های موجود در گزاره‌های دینی دربارهٔ مدل لذت‌بری ســعادت‌نگر به‌کار برده شده است. روش توصیفی‌ـتحلیلی مستلزم عملیات فهم روان‌شناختی گزاره‌های دینی در روش اجتهاد دینی محسوب می‌شود (علی پور و حسنی، ۱۳۹۰)؛ در بخش دوم، از روش پیمایشی به منظور بررســی ویژگی‌های روان‌سنجی مجموعه گویه‌های پرسش‌نامه استفاده شده است. روش پیمایشی، روشی برای بررسی توزیع ویژگی‌های یک جامعهٔ آماری است (سرمد و دیگران، ۱۳۹۲: ص ۸۲) و در ساخت پرسش‌نامه نیز درحقیقت، ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه مبتنی‌بر توزیع ویژگی‌های جامعهٔ آماری بررسی می‌شود.

جامعـهٔ آمـاری این تحقیق از دو گروه تشـکیل شـده اسـت: ۱. طـلاب شـرکت‌کننده در دورهٔ تخصصی تربیت مشـاور حوزهٔ علمیهٔ قم، ۲. معلمان مقطع ابتدایی شهرستان قم در سال تحصیلی ۹۰-۸۹. در ایــن تحقیــق ۳۶۰ نفــر (۱۸۴ نفــر مرد، ۱۶۰ نفــر زن و ۱۶ نفر نامشــخص) مطالعه شــده‌اند. این حجم براساس شــاخص تعداد گویه‌ها انتخاب شد؛ چراکه تعداد سؤالات مقیاس در مرحلهٔ روایی‌ســنجی ۹۷ سؤال اســت و نسبت انتخاب‌شده نیز بیشتر از حداقل لازم یعنی نسبت ۲ به ۱ اســت (صدرالســادات و مینایی، ۱۳۸۰). آزمون KMO نیز کفایت حجم نمونه‌برداری (۳۶۰ نفر) را برای تحلیل عاملی نشــان می‌دهد. مشارکت‌کنندگان در این پژوهش، در هر دو گروه طلاب و معلمان براساس روش نمونه‌برداری تصادفی ساده انتخاب شدند.

ابزار پژوهش: فرم ۹۷ ســؤالی مقیاس سبک لذت‌بری ســعادت‌نگر براساس منابع اسلامی که توســط محقق ســاخته شده است. فرم ۹۷ ســؤالی فرم مرحلهٔ قبل از نهایی است که گزارش مراحل ساخت آن خواهد آمد. فرم نهایی این مقیاس ۶۶ گویه دارد و ۵ عامل سبک لذت‌بری را می‌سنجد. ایــن عوامل عبارت‌انــد از: ۱. عامل تعالی‌جویی که منعکس‌کنندهٔ روش نســبتاً ثابت فرد در زندگی برای توجه، تجربه و رســیدن به لذات عالی اســت؛ ۲. عامل مهارگری که منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای مهار تکانه‌های لذت‌جویانه اســت؛ ۳. عامل عاقبت‌اندیشی که منعکس‌کنندهٔ روش نســبتاً ثابت فرد بــرای توجه به پیامدهای احتمالــی منفی لذت‌بری اســت؛ ۴. عامل هدفمندی که منعکس‌کننــدهٔ روش نســبتاً ثابت فرد برای درنظرگرفتن اهداف صحیــح در لذت‌بری و تلاش برای رسیدن به آن اهداف است؛ ۵. عامل میانه‌روی که منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای رعایت میانه‌روی در لذت‌بردن، حتی در لذت‌های حلال است.

شــیوهٔ اجرا: مراحل ساخت آزمون سبك لذت‌جویی براساس منابع اسلامی و روش انجام کار به شرح زیر پیگیری شده است:

مرحلهٔ اول، تدوین مدل مفهومی لذت‌بری ســعادت‌نگر بوده اســت که با استفاده از منابع

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

اسـلامی شـامل آیات قرآن و روایات موجود در منابع اسـلامی انجام شد. این مرحله طی چنـد گام انجام می‌شـود: در گام اول، آیات قـرآن و گزاره‌های روایـی در موضوع پژوهش جمع‌آوری شد؛ در گام دوم، گزاره‌های قرآنی و حدیثی انتخاب، توصیف و تحلیل شد؛ در گام سوم، مفاهیم ویژگی‌های موجود در گزاره‌های دینی دربارهٔ سبک لذت‌بری سعادت‌نگر مشخص، توصیف و تبیین شدند؛ در گام چهارم، این ویژگی‌ها و مفاهیم به‌عنوان مؤلفه‌های مفهومی مدل لذت‌بری سـعادت‌نگر مقوله‌بندی شـدند و در گام پنجم، نظام موجود میان مؤلفه‌های روان‌شناختی مدل لذت‌بری سعادت‌نگر تبیین شد.

مرحلـهٔ دوم، گویه‌های مقیاس براسـاس گزاره‌های دینی تدوین شـدند. این کار با توجه به مؤلفه‌های مفهومی استخراج شده و اصول روان‌سنجی انجام شد. برای طراحی این گویه‌ها طبق نظر کارشناسان (ر.ک.: ثرندایک، ۱۳۷۵) نکاتی مورد توجه قرار گرفت: محدودکردن هر گزاره به یک مفهوم، به‌کاربردن سـاده‌ترین عبـارات، پرهیز از به‌کاربردن گزاره‌های منفی مضاعف، معرف‌بودن هر گزاره برای یک احساس، طرز فکر یا عقیده. تعداد گویه‌ها بیش از گویه‌های نهایی مقیاس در نظر گرفته شـد. چراکه در مراحل تجدیدنظر و تجزیه و تحلیل، احتمالاً تعدادی از آنها حذف می‌شـوند. درنتیجه، خزانه‌ای متشکل از ۲۱۸ گویه که گمان می‌رفت با گزاره‌های دینی همگرا هستند تهیه شد.

مرحلهٔ سـوم، روایی مدل مفهومی و گویه‌های تدوین شـده بررسی شد. در پژوهش حاضر برای بررسـی روایی وابسـته به محتوای مدل مفهومی و گویه‌ها، از نظر ۶ تن از کارشناسان علوم اسـلامی و روان‌شناسی استفاده شد (ر. ک.: گراث - مارنات، ۱۳۸۶: ص ۴۹). این کار با درج داده‌ها در یک جدول درجه‌بندی‌شده براساس فرم لیکرت در چهار درجه انجام شد. از جمع کل گویه‌ها در این مرحله، فرم پیش‌نویس مقیاس با ۱۲۰ گویه تهیه شد.

مرحلهٔ چهارم، اجرای آزمایشـی برای بررسـی مقدماتی. برای اینکه فرم نهایی پرسـش‌نامه تهیه و تنظیم شـود، باید پیش‌نویس آن به‌صورت آزمایشـی و مقدماتی[1] بر روی گروهی از افراد جامعه که قصد داریم یافته‌های پژوهش را به آنها تعمیم داده یا به توصیف و تفسیر آنها بپردازیم، اجرا شود (دلاور، ۱۳۸۹)؛ بنابراین، در این مرحله، فرم ۱۲۰ سؤالی مقیاس سبک لذت‌بری براسـاس منابع اسـلامی بر روی ۵۲ آزمودنی از دانش‌پژوهان مؤسسـهٔ آموزشی ـ پژوهشـی امام خمینی اجرا شـد. نتایج کار ایـن مرحله چند چیز بـود: اول اینکه پس از

1.pilot study.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

تحلیل و بررسی آماری، ۱۲ سؤال به‌خاطر عدم هم‌بستگی کافی با سؤالات دیگر (کمتر از ۰/۱) حذف شد؛ دوم اینکه نظرات شرکت‌کنندگان دربارهٔ وجود اشکالات احتمالی در متن سؤالات گرفته شد. بر این اساس، ۱۱ سؤال دیگر نیز حذف شد و سؤالات دیگر، درصورت نیاز اصلاح شدند. درنهایت، با حذف ۲۳ سؤال، فرم جدید ۹۷ سؤالی مقیاس سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی تنظیم شد.

مرحلهٔ پنجم، بررسی روایی سازهٔ مقیاس. برای تعیین روایی سازه، هیچ رویکرد منحصربه‌فردی که بهترین روش باشد وجود ندارد. اما به نظر پژوهشگران، تحلیل عاملی، روش مناسبی برای این کار است (گراث - مارنات، ۱۳۸۶). در این پژوهش نیز برای بررسی روایی سازه از روش تحلیل عاملی در فرم ۹۷ سؤالی مقیاس استفاده شد. پس از تحلیل عاملی و حذف سؤالاتی که بار عاملی‌شان معنادار نبود، تعداد گویه‌های مقیاس به ۶۶ سؤال رسید (فرم نهایی مقیاس). همچنین، تحلیل عاملی این مقیاس، پنج عامل متمایز را به‌عنوان عوامل سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی نشان داد. برای بررسی پایایی این مقیاس نیز از محاسبهٔ آلفای کرونباخ استفاده شد.

ویژگی‌های مقیاس: مقیاس سبک لذت‌بری سعادت‌نگر، دارای ۶۶ گویه است که ۵ عامل سبک لذت‌بری سعادت‌نگر را نشان می‌دهد. عامل «تعالی‌جویی» ۱۵ نشانگر، عامل «مهارگری» ۱۸ نشانگر، عامل «عاقبت‌اندیشی» ۱۲ نشانگر، عامل «هدفمندی» ۱۳ و عامل «میانه‌روی» ۸ نشانگر از این مقیاس را منعکس می‌کنند. عواملی که سبک لذت‌بری سعادت‌نگر را برمبنای منابع اسلامی مورد سنجش قرار می‌دهد به همراه سؤالات مربوط به آن عامل به ترتیب زیر است:

۱. تعالی‌جویی: این عامل منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای توجه و رسیدن به لذات عالی است. گویه‌های مربوط به آن عبارت‌اند از: ۳۷ و ۴۵ و ۴۷ و ۴۸ و ۵۳ و ۵۴ و ۵۷ و ۵۹ و ۶۰ و ۶۱ و ۶۲ و ۶۳ و ۶۴ و ۶۵ و ۶۶.

۲. مهارگری: این عامل منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد در مهار تکانه‌های لذت‌جویانه است. گویه‌های مربوط به آن عبارت‌اند از: ۱۰ و ۱۲ و ۱۸ و ۲۰ و ۲۱ و ۲۲ و ۲۴ و ۳۲ و ۳۴ و ۳۶ و ۴۱ و ۴۹ و ۵۰ و ۵۱ و ۵۲ و ۵۵ و ۵۶ و ۵۸.

۳. عاقبت‌اندیشی: این عامل منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای توجه به پیامدهای احتمالی منفی لذت‌بری است. گویه‌های مربوط به آن عبارت‌اند از: ۲۳ و ۲۵ و ۲۷ و ۲۹ و ۳۰ و ۳۱ و ۳۵ و ۳۹ و ۴۰ و ۴۲ و ۴۳ و ۴۴.

۴. هدفمندی: این عامل منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای درنظرگرفتن اهداف صحیح

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

در لذت‌بری و تلاش برای رسیدن به آن اهداف است. گویه‌های مربوط به آن عبارت‌اند از: ۱ و ۲ و ۳ و ۴ و ۵ و ۶ و ۸ و ۱۱ و ۱۳ و ۱۴ و ۱۵ و ۱۷ و ۱۹.

۵. میانه‌روی: این عامل منعکس‌کنندهٔ روش نسبتاً ثابت فرد برای رعایت میانه‌روی در لذت‌بری است. گویه‌های مربوط به آن عبارت‌اند از: ۷ و ۹ و ۱۶ و ۲۶ و ۲۸ و ۳۳ و ۳۸ و ۴۶.

مقیاس سبک لذت‌بری سعادت‌نگر در فرم لیکرت پنج درجه‌ای با دو دسته از گزینه‌ها طراحی شده است؛ دستهٔ اول، گزینه‌های کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم، کاملاً مخالفم، و دستهٔ دوم، گزینه‌های همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات، به‌ندرت، و هرگز. برای نمره‌گذاری این آزمون ابتدا به هر عبارت، به شکلی که می‌آید، نمرات ۱ تا ۵ تعلق می‌گیرد:

دستهٔ اول سؤالات: کاملاً موافقم=۵، موافقم=۴، نظری ندارم=۳، مخالفم=۲، کاملاً مخالفم=۱؛

دستهٔ دوم: همیشه=۵، اغلب اوقات=۴، گاهی اوقات=۳، به‌ندرت=۲، هرگز=۱.

در فرم ۶۶ سؤالی این پرسش‌نامه به سؤالات ۷ و ۹ و ۱۰ و ۱۲ و ۱۶ و ۱۸ و ۲۰ و ۲۴ و ۲۶ و ۲۸ و ۳۲ و ۳۳ و ۳۶ و ۳۸ و ۴۶ و ۵۱ و ۵۲ و ۵۵ نمرهٔ معکوس تعلق می‌گیرد.

بعد از نمره‌گذاری، اقدام به جمع‌زدن نمرهٔ کل آزمون و خرده‌مقیاس‌های آن می‌کنیم؛ بنابراین، در مقیاس سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی، حداقل نمره ۶۶ نشانهٔ سبک لذت‌بری ناکارآمد و حداکثر نمره ۳۳۰ نشان‌دهندهٔ سبک لذت‌بری کارآمد است. فرم مقیاس سبک لذت‌بری سعادت‌نگر در بخش یافته‌ها آمده است.

یافته‌های پژوهش

بخش اول: این بخش از یافته‌های پژوهش شامل استخراج مؤلفه‌های مفهومی سبک لذت‌بری سعادت‌نگر از منابع اسلامی (قرآن و روایات معتبر اسلامی) است. نتیجهٔ بررسی‌های پژوهش طبقه‌بندی گزاره‌های دینی در نُه گروه است که هریک، از نُه مفهوم متمایز حکایت می‌کنند. هریک از این مفاهیم، بیانگر معیارهای انتخاب و تنظیم سبک لذت‌بری هستند که مؤلفه‌های سبک لذت‌بری را مشخص می‌کنند. یافته‌های مربوط به این مؤلفه‌ها در میان گزاره‌های اسلامی به شرح زیر است:

۱. گرایش به فضیلت‌ها در لذت‌بری: گروهی از آموزه‌های اسلامی به فضیلت‌هایی انسانی اشاره دارند که در فرایند انتخاب لذت‌ها مداخله می‌کنند و سبک لذت‌بری فرد را تغییر می‌دهند. با این ملاک، افراد فضایل اخلاقی و معنوی را بر ارضای مطلق امیال ترجیح می‌دهند و لذت‌های خود را در رشد، علم، درک و فهم عمیق، چشیدن شیرینی ایمان و عبادت، جوانمردی و ... می‌جویند.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

مواردی که در ادامه می‌آید برخی از آموزه‌های اسلامی هستند که به‌طور مستقیم و معکوس به این مفهوم اشاره دارند: از امیرالمؤمنین علیه السلام روایت شده است چگونه کسی که هوا و هوسش را کنترل نمی‌کند، شیرینی عبادت را بچشد؟[1] (النوری، ۱۴۰۸: ج۱۲، ص۱۱۵). امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «دورترین حالی که بنده از خدای عز و جل دارد این است که اندوهی جز برای شکم و نیاز جنسی نداشته باشد»[2] (کلینی، ۱۳۶۷: ج۲، ص ۳۱۹). در جای دیگر می‌فرمایند: «... خداوند عزّ و جلّ در فرشتگان عقل را بدون شهوت و در چهارپایان شهوت را بدون عقل و در فرزندان آدم هر دو را قرار داد، حال کسی که عقلش بر شهوتش غالب شود به یقین از فرشتگان بهتر بوده و آنکه شهوتش بر عقلش غالب شود حتماً از چهار پایان بدتر است»[3] (صدوق، ۱۳۸۵: ج۱، ص ۴).

۲. توانمندی خودمهارگری برای رسیدن به لذت مطلوب: بنابر دسته‌ای از آموزه‌های اسلامی عقل نیرویی است که می‌تواند بر هوای نفس مدیریت کرده و لذت‌بری نامطلوب را کنترل کند. درحقیقت، عقل شهوت را در مسیر صحیح هدایت می‌کند. این توصیه که «با گرفتن نیرو و راهنمایی از عقل، تحریکات شهوت و تجاوز هوای نفس را کنترل کنید»[4] (حرانی، ۱۴۰۴: ص ۲۸۵) نشان از رابطهٔ کنترل‌کنندگی عقل نسبت‌به شهوت دارد و طبق بیانی دیگر، اساساً عاقل کسی است که شهوت را در خود کنترل کند[5] (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ص۲۴۰). نتیجهٔ مدیریت عقل بر شهوت و هوای نفس رشد است. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: هرکس نفسش را در آنچه طلب می‌کند محدود کند، زمینهٔ رشد خویش را فراهم کرده است (صدوق، ۱۴۰۴: ج۴، ص ۳۹۱). از مجموع روایاتی که دربارهٔ عقل به‌دست ما رسیده، برمی‌آید که عقل در اصطلاح، عبارت است از نیرویی که انسان را از جهل و لغزش در اندیشه و عمل بازمی‌دارد؛ بنابراین، از تحلیل معنای عقل دو نکته به‌دست می‌آید: اول اینکه عقل از جنس فهم و شناخت است؛ دوم اینکه بازدارنده و مهارکننده است و شاید در یک کلام بتوان گفت که عقل «نیروی بازداری‌ـشناختی» است (پسندیده، ۱۳۸۸).

۳. دوراندیشی در لذت‌جویی: آنچه موجب برانگیختن دوراندیشی (عاقبت اندیشی= حزم) در وجود انسان می‌شود، پیامدهای مثبت یا منفی رفتار است. وقتی انسان از پیامد منفی

۱. عَن أمیرَالمُؤمنین (علیه السلام): «کَیفَ یجد لذة العِبادة من لا یَصوم عَن الهوی»؟
۲. عَن أبی‌عَبدالله (علیه السلام): «أَبْعَدُ مَا یَکُونُ الْعَبْدُ مِنَ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ إِذَا لَمْ یُهِمَّهُ إِلَّا بَطْنُهُ وَ فَرْجُهُ».
۳. «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ رَکَّبَ فِی الْمَلَائِکَةِ عَقْلًا بِلَا شَهْوَةٍ وَ رَکَّبَ فِی الْبَهَائِمِ شَهْوَةً بِلَا عَقْلٍ وَ رَکَّبَ فِی بَنِی آدَمَ کِلَیْهِمَا فَمَنْ غَلَبَ عَقْلُهُ شَهْوَتَهُ فَهُوَ خَیْرٌ مِنَ الْمَلَائِکَةِ وَ مَنْ غَلَبَتْ شَهْوَتُهُ عَقْلَهُ فَهُوَ شَرٌّ مِنَ الْبَهَائِمِ».
۴. الإمامُ الباقرُ (علیه السلام): «تَوَقَّ مُجازَفَةَ الهَوی بدَلالَةِ العَقلِ، وَ قِفْ عِندَ غَلَبَةِ الهَوی باستِرشادِ العِلمِ».
۵. عَن أمیرَالمُؤمِنین (علیه السلام): «العاقِلُ مَن أماتَ شَهوَتَهُ».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

رفتاری آگاه شـود، به ترک آن برانگیخته می‌شـود، هرچند مطابق میل و هوس او باشـد. همچنین، اگر از پیامد مثبت رفتاری آگاه شـود، به انجام آن برانگیخته می‌شـود، هرچند مخالف هوای نفس باشـد (پسـندیده، ۱۳۸۸). با توجه به گروهی از آموزه‌های اسـلامی، دوراندیشـی عاملی است که می‌تواند سـبک لذت‌بری فرد را تغییر دهد. در روایتی از امیرالمؤمنین علیه السـلام نقل شـده است که خوشـبخت‌ترین مردم در دنیا کسی است که از آنچه می‌داند ضرر دارد اجتناب کند و در مقابل، بدبخت‌ترین کسـی اسـت که از هوای نفس پیروی کند[۱] (المنقری، ۱۳۸۲: ص ۱۰۸). اجتناب از پیامدهای شهوت‌رانی لذت‌جویی فرد را محدود نمی‌کند بلکه با تغییر مسیر، موجب درک لذت‌های پایدار و عاری از ضرر و زیان می‌شـود. همچنین، در آموزه‌های دینی توصیه شـده که مراقب باشید شـهوت‌رانی برای مدت کوتاهی، حسـرت طولانی به‌بار می‌آورد[۲] (کلینی، ۱۳۶۷: ج۲، ص ۴۵۱) و تعجب از فردی که خود را خردمند می‌داند و حال به‌سـوی شـهوتی رومی‌آورد که دل‌بسـتن به آن موجب حسرت می‌شود[۳] (مجلسی، ۱۴۰۴: ج۱، ص ۱۶۱).

۴. ارزیابی و انتخاب در لذت‌بری براساس قوانین شرعی: طبق برخـی از آموزه‌های اسلامی، معصیت و سرپیچی از دستورات شرعی همراه با رغبت و میل است؛ به‌عبارت‌دیگر، کمتر گناهی است که به همراه لذت نباشد و البته این لذت، آلوده به پیامدهای منفی است. امیرالمؤمنین علیه السـلام در خطبهٔ ۱۷۶ نهج‌البلاغه می‌فرمایند: «بدانید چیزی از طاعت خدا نیسـت جز آنکه بـا کراهـت انجام گیرد، و چیزی از معصیت خدا نیسـت جـز آنکه با میل و رغبت همراه اسـت»[۴] (سـیدرضی، ۱۴۱۴). مقتضای هوای نفس، متابعت از باطل و مخالفت با حقّ اسـت. هوای نفس نیروی خود را از شـهوت می‌گیرد؛ به همین دلیل پیروی‌کردن از باطل لذت‌بخش اسـت. درنتیجه، هوای نفس در سه رفتار نامطلوب پدیدار می‌شود: خوردن حرام، کوتاهی‌کردن در فرایض و واجبات؛ عدم رعایت آداب و سنت‌ها؛ و فرورفتن در لهو و لعب و کارهای لغو و بی‌فایده[۵] (النوری، ۱۴۰۸: ج ۱۱، ص ۲۱۶). بر این اساس، رعایت احکام و قوانین شرعی شاخصی برای انتخاب لذت مطلوب از نامطلوب محسـوب می‌شـود. فرد دیندار و مقید به احکام شـرعی، لذت‌هایی را انتخاب می‌کند

۱. «إنَّ أسعَدَ الناسِ فی الدنیا مَن عَدَلَ عَمّا یَعرِفُ ضُرَّهُ، و إنَّ أشقاهُم مَنِ اتَّبَعَ هَواهُ».
۲. عَن أمیرَالمُؤمنین (علیه السلام): «ألا رب شهوة ساعة قد اورثت حزناً طویلاً».
۳. «عجباً لِلعاقِلِ کَیفَ ینظر إلَی شَهوة یعقبه النظر إلیها حَسرة».
۴. عن امیرالمؤمنین (علیه السـلام): «اِعلَموا أنَّهُ ما مِن طاعَةِ اللّه شـیءٌ إلاّ یَأتی فی کَرْهٍ، و ما مِن مَعصیَةِ اللّه شیءٌ إلاّ یَأتی فی شَهوة».
۵. «... الهَوی عدو العقل، وَ مخالف الحَق، وَ قرین الباطل، وَ قوة الهَوی مِن الشَّـهَوات، وَ اصل علامات الهَوی من اکل الحَرام، وَ الغفلة عَن الفَرائض، وَ الاستهانة بِالسنن، وَ الخوض فِی الملاهی».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

که مستلزم سرپیچی از حکم شرع نباشد و ازسوی دیگر، لذت‌هایی را در سبک زندگی خویش وارد می‌کند که حلال باشد؛ بنابراین، شرع‌مداری می‌تواند عاملی برای تنظیم ارضای امیال باشد.

۵. انتخاب لذت‌ها براساس اهداف صحیح: از دیدگاه اسلام امیال فطری انسان، که از نوع خلقت وی سرچشمه می‌گیرند، هدف مشخصی را دنبال می‌کنند. مسیر واقعی آنها به‌سوی سعادت است و ارضای کامل آنها جز در پیوستن به جهان ابدی میسر نیست (مصباح یزدی، ۱۳۸۷). در پسِ این هدف نیز ابزار و امکاناتی در اختیار وی قرار داده شده است. امام صادق علیه السلام (مجلسی، ۱۴۰۳: ج ۵۸، صص ۲۵۶-۲۵۵) در حدیث مفضل اشاره به همین موضوع دارند و می‌فرمایند: «نظر کن! که مدبر علیم برای هریك از افعالی که صلاح و قوام حیات انسان به آنها است، محرکی از نفس طبیعت، مقرر کرده است تا وی را تحریك کند و به انجام آن بکشاند...»[۱]. ارضای لذت‌بخش برخی نیازها نیز اگرچه به‌عنوان عاملی برای ادامهٔ حیات هستند و برای هرکدام از آنها ـ اعم از خوردن، خوابیدن، رفتارهای جنسی ـ محرکی در انسان قرار دارد، برای تأمین نیازهای با اهداف صحیح هستند؛ ازاین‌رو، گروهی از آموزه‌های اسلامی به بهره‌برداری از موهبت‌های زندگی برای اغراض مهم و عالی‌تر اشاره دارند. به‌عنوان مثال امام موسی بن جعفر علیه السلام (مجلسی، ۱۴۰۳: ج ۷۵، ص ۳۲۱) ضمن رهنمودی دربارهٔ مدیریت زمان در شبانه‌روز، تأکید می‌کنند که لذت‌بردن از نعمت‌ها و بهره‌های دنیا به‌گونه‌ای باشد که انسان را برای برآوردن دیگر نیازها در جهت انجام وظایف و تکالیف مهیا کند.[۲] بر این اساس، افرادی که در سبک زندگی خویش اهداف صحیح را در انتخاب لذت‌ها در نظر می‌گیرند، به همان میزان ارضای امیال و لذت‌های خود را تنظیم می‌کنند.

۶. درنظرداشتن اهداف آخرت‌نگرانهٔ توحیدی در انتخاب لذت‌ها: ازنظر قرآن کریم (آل عمران: ۱۵۲)، مردم دوگونه‌اند؛ دسته‌ای به مواهب دنیا تمایل دارند و دسته‌ای آخرت را می‌خواهند.[۳] اما آنچه خدای تعالی برای انسان پسندیده، بهره‌مندی از نعمت‌های اخروی است[۴] (انفال: ۶۷). قرآن در مقایسه بین لذت‌های دنیوی و اخروی به منظور دعوت به‌سوی مواهب

۱. «... فَانظر کَیف جعل لِکُل واحد من هذه الأفعال الَّتی بِها قوام الانسان وصلاحه محرك مِن نَفس الطبع یحرکه کَذلِك ویحدوه عَلیه ...».

۲. «اجتهدوا فِی أَن یکون زمانکم أَربع ساعات: ساعَة لِمناجاة الله، وَ ساعَة لِأمر المَعاش، وَ ساعَة لِمُعاشِرة الاخوان وَ الثقات الذین یعرفونکم عُیوبکم وَیخلصون لَکُم فِی الباطن، وَ ساعَة تخلون فِیها للذاتکم فِی غیر محرم، وَ بِهذه الساعة تقدرون عَلی الثلاث ساعات ...».

۳. «مِنْکُمْ مَنْ یُرِیدُ الدُّنْیَا وَمِنْکُمْ مَنْ یُرِیدُ الآخِرَةَ».

۴. «مَا کَانَ لِنَبِیٍّ أَن یَکُونَ لَهُ أَسْرَی حَتَّی یُثْخِنَ فِی الْأَرْضِ تُرِیدُونَ عَرَضَ الدُّنْیَا وَاللَّهُ یُرِیدُ الآخِرَةَ وَاللَّهُ عَزِیزٌ حَکِیمٌ».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

اخروی و ترغیب به مسیر سعادت، با تعبیراتی نظیر «وَ الآخِرَةُ خَیرٌ وَ أَبقی» (اعلی: ۱۷)، بر دو ویژگی برتری و دوام لذت‌های اخروی تأکید دارد و پیوسته این حقیقت را گوشزد می‌کند که لذت آخرت از لذت دنیا ازنظر کیفی بهتر و به لحاظ کمّی پایدارتر است؛ ازاین‌رو، در جاهای متعدد به توصیف نعمت‌های بهشتی می‌پردازد: بهشتی که به پرهیزگاران وعده داده شده در آن نهرهایی است از آب گوارا و نهرهایی از شیر که هیچ‌گاه مزهٔ آن دگرگون نشود و جوی‌هایی از شراب برای لذت‌بردن کسانی که می‌آشامند[1] (محمد: ۱۵). در بهشت هر آنچه انسان‌ها بخواهند و چشم‌ها لذت برند وجود دارد[2] (زخرف: ۷۱). پذیرش محلی به نام بهشت با چنین ویژگی‌ها، اختصاص به مسلمانان یا پیروان دین یا مذهبی خاص ندارد، بلکه تمامی انسان‌ها بهشت را سمبل خوشبختی و شادکامی می‌دانند. پس معلوم می‌شود فقط بهشت است که ظرفیت تأمین کامل رغبت‌ها و امیال انسان را دارد. هر کسی در جست‌وجوی این کمال باشد باید قدم در راهی نهد که منتهی به فردوس برین شود؛ ازاین‌رو، امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرمایند: «شما که ناگزیر میل و خواهش دارید پس خواهش خود را متوجه بهشتی کنید که به پهنای آسمان‌ها و زمین است»[3] (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ص ۱۶۸)؛ بنابراین، گرایش به لذت‌های اخروی موضوعی است که در آموزه‌های دینی جایگاه محکم دارد. این قبیل توصیه‌ها می‌تواند اشاره به سبکی از لذت‌جویی باشد؛ سبکی که در آن برای رسیدن به لذت پایدار و برتر اخروی از شهوت و لذت موقتی چشم‌پوشی می‌شود و اگرچه آن بهره‌ها موعود است و در ظاهر نقد نیست، کسی که برای رسیدن به آنها برنامه‌ریزی کند، سعادتمند خوانده شده است[4] (صدوق، ۱۳۶۲: ج ۱، ص۳؛ المفید، ۱۴۱۳: ص ۵۱). بر این اساس، افرادی که در سبک زندگی خویش این‌گونه لذت‌های موعود را در نظر می‌گیرند، سبکی برآمده از آخرت‌نگری را در لذت‌جویی دارند.

۷. انتخاب سبک میانه‌رو در لذت‌بری: قرآن کریم (مائده: ۸۷) به مؤمنین توصیه می‌کند آنچه خداوند از روزی حلال در اختیارشان قرار داده است، بر خود حرام نکنند.[5] بعضی از مفسران گفته‌اند: مراد از تعدی در این آیه، تجاوز از حدّ اعتدال در چیزهای حلال است؛ به‌عبارت دیگر، از اینکه کسی خارج از حد تعادل حتی در حلال‌ها سرگرم تمتع و لذت‌بردن از آنها شود و همچنین،

۱. «مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِی وُعِدَ الْمُتَّقُونَ فِیهَا أَنْهَارٌ مِنْ مَاءٍ غَیْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِنْ لَبَنٍ لَمْ یَتَغَیَّرْ طَعْمُهُ وَأَنْهَارٌ مِنْ خَمْرٍ لَذَّةٍ لِلشَّارِبِینَ وَأَنْهَارٌ مِنْ عَسَلٍ مُصَفًّی وَلَهُمْ فِیهَا مِنْ کُلِّ الثَّمَرَاتِ وَمَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِم».
۲. «وَفِیهَا مَا تَشْتَهِیهِ الأَنْفُسُ وَتَلَذُّ الأَعْیُنُ».
۳. «إن کُنتُم راغِبین لا محالهٔ فَارغبوا فِی جنهٔ عَرضها السَّماوات وَ الأرض».
۴. «رَسُولُ اللّه (صلی الله علیه و آله): طُوبی لِمَن تَرَکَ شَهوَةً حاضِرَةً لِمَوعُودٍ لَم یَرَهُ».
۵. «أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَیِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَکُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا یُحِبُّ الْمُعْتَدِینَ».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

از اینکـه به‌کلـی روی از آنها برتافته و رهبانیت را اختیار کند، نهی شـده اسـت (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۶، ص ۱۰۸). دربارهٔ همین آیه از پیامبر اسـلام صلی الله علیه و آله و سـلم نقل شـده اسـت که ما به روش رهبانیت و ترک کامل دنیا مأمور نیسـتیم[۱] (النوری، ۱۴۰۸: ج۱۶، ص ۵۳). چراکه دین اسـلام، دین تعادل و توازن اسـت و از این جهت به‌سـان روح در بدن، تمامی ابعاد زندگی انسان را دربر گرفته است؛ بنابراین، برای اینکه بهره‌بردن از لذت‌های دنیا بتواند نقش تنظیمی و ایجاد آرامش در زندگی انسان داشته باشد، باید به دور از هرگونه افراط و تفریط باشد. چراکه اصل افراط و تفریط یعنی خارج‌شـدن از تنظیم؛ ازاین‌رو، در بیان امام موسـی بن جعفر علیه السـلام آمده است که در بهره‌برداری از نعمت‌های دنیا تفریط نکنید و خود را به فقر نیندازید؛ ازسـوی دیگر، افراط نکنید و درصدد طلب طول عمر نیز نباشید. زیرا نتیجهٔ چنین فقری، بخل و خساست است و نتیجهٔ آن افراط حرص اسـت و این دو خارج از حد تعادل و میانه‌روی اسـت. در عبارات بعدی می‌فرماید: «برای خود بهره‌ای از دنیا بگیرید در حدی که حلال باشد، اما با دو شرط: برخلاف جوانمردی نباشد و در این مسـیر به اسراف کشیده نشوید»[۲] (مجلسی، ۱۴۰۳: ج ۷۵، ص ۳۲۱)؛ ازاین‌رو، افرادی که در سبک زندگی خویش این‌گونه تعادل را رعایت می‌کنند، در ارضای امیال و هوس‌ها، حدّ میانه دارند.

۸. انتخـاب لذت‌هـای پایدار: طبـق بیان قرآن کریم (طه: ۱۳۱؛ شـوری: ۳۶) آنچه خداوند روزی انسـان می‌کند و برای او می‌پسـندد پایدار و باقی است، به این شرط که به آنچه برای آزمودن به انسـان‌ها داده شـده است با حسرت چشـم ندوزد،[۳] ایمان داشته باشـد و به خداوند توکل کند.[۴] ایـن گروه از گروهی از آموزه‌های اسـلامی به تقابل لذت‌های آنی و لذت‌های پایدار اشـاره دارند. نگـرش فرد بـه این تقابل می‌تواند در فرایند انتخاب لذت‌ها مداخله کند و شـیوهٔ لذت‌جویی فرد را تغییـر دهد. برخی از آموزه‌های اسـلامی که به راهکارهای تداوم موهبت‌ها اشـاره و تأکید دارند از این قبیل‌اند: هنگامی‌که طلیعهٔ نعمت‌ها به شـما رسـید، با ناسپاسی دنبالهٔ آن را نَبُرید[۵] (سیدرضی، ۱۴۱۴: ص ۴۷۰)؛ نعمت‌ها ادامه پیدا نمی‌کند مگر پس از سـه چیز: ۱. شـناختن وظیفه‌ای که خدا

۱. «... أما إنی لَست آمرکم أنْ تکُونُوا قسسة وَ رهباناً ...».
۲. «... لا تحدثوا أنفُسـکُم بِفَقر وَ لا بِطول عمر، فَإنَّه من حدث نَفسـه بِالفَقر بخل، وَ من حدثها بِطول العمر یحرص، اجعلوا لأنفُسکُم حظا مِن الدنیا بإعطائها مَا تشتهی من الحلال ومالا یثلم المروة ومالا سرف فیه وَاستَعینوا بِذلِك عَلی أُمُور الدین، فَإنَّهُ روی لیس منا من ترك دنیاه لَدینه أو ترك دینه لدنیاه».
۳. «وَ لا تَمُدَّنَّ عَیْنَیْكَ إِلی ما مَتَّعْنا بِهِ أَزْواجاً مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَیاةِ الدُّنْیا لِنَفْتِنَهُمْ فیهِ وَ رِزْقُ رَبِّكَ خَیْرٌ وَ أَبْقی» (طه: ۱۳۱).
۴. «فَما أُوتیتُمْ مِنْ شَیْءٍ فَمَتاعُ الْحَیاةِ الدُّنْیا وَ ما عِنْدَ اللَّهِ خَیْرٌ وَ أَبْقی لِلَّذینَ آمَنُوا وَ عَلی رَبِّهِمْ یَتَوَکَّلُون» (شوری: ۳۶).
۵. عن امیرالمؤمنین (علیه السلام): «إذا وصَلَت إلَیکُم أطرافُ النِّعَمِ فلا تُنَفِّروا أقصاها بِقِلَّةِ الشُّکرِ».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

دربـارۀ آن نعمـت برای او معین کرده؛ ۲. سپاسـگزاری از آن نعمـت؛ ۳. عیب‌جویی‌نکردن در آن[۱] (حرانی، ۱۴۰۴: ص ۳۱۸)؛ پس، افرادی که براساس صفات خویش درپی لذات پایدار هستند، با این روش‌ها به لذت‌های ماندنی نائل می‌شوند.

۹. انتخاب به لذت‌های عالی در مقابل حسی و مادی: ویژگی دیگر لذت‌ها و موهبت‌هایی که ازسـوی خداوند برای انسـان پسندیده شده اسـت؛ علاوه‌بر پایداری، برتری آن است. طبق بیان قرآن کریم (طه: ۱۳۱؛ شـوری: ۳۶) آنچه خداوند روزی انسـان می‌کند و برای او می‌پسـندد خیر (برتر) اسـت، به آن شـرط که ایمان داشـته باشـد، به خداوند توکل کند[۲] و به آنچه برای آزمودن به انسان‌ها داده شده است با حسرت چشم ندوزد.[۳] تقابل دو حالتِ توجه به لذت‌های عالی درمقابل پرداختن به لذت‌های حسی و مادی، نشان از شاخصی مهم در سبک لذت‌بری است. با این توضیح که گرایش سـعادت‌جویی جهان‌شمول است و در همۀ انسان‌ها وجود دارد اما این اختیار و انتخاب خود او اسـت که خواهش‌هایش را در امور پسـت محدود می‌کند. این تقابل در کلام رسول گرامی اسـلام صلی الله علیه و آله و سـلم نمایان اسـت: «کسـی که در دنیا فقط به مسائل و خواسته‌های مادی توجه دارد و سعادت را تنها در خوردن و آشامیدن و یا لباس زیبا پوشیدن می‌داند، کوته‌فکری است که از عمل‌های (بلند) بازمی‌ماند و گرفتار عذاب می‌شود[۴] (کلینی، ۱۳۶۷: ج۲، ص ۳۱۶). در مقابل، برخی آموزه‌های اسلامی توجه را به لذت‌هایی جلب می‌کنند که موجب ارضای نیازهای عالی انسان است. البته تغییر مسیر لذت‌جویی فرد از لذت‌های غریزی به لذت‌های عالی، به تحول در ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری نگرش‌هایش بستگی دارد. در این صورت شناخت، عواطف و رفتار وی متحول شـده و طبق برخی روایات (به‌عنوان مثال مجلسـی، ۱۴۰۳: ج۶۷، ص ۲۵) میل و شـهوتش در مسیر خالق قرار می‌گیرد؛ بنابراین، افرادی که لذت‌های عالی را بر لذت‌های پست و غریزی مقدم می‌دارند؛ نه‌تنها بر لذت‌های غریزی کنترل دارند، میلشـان به آنها ضعیف می‌شـود و در مسیر تجربۀ لذت‌های عالی قرار می‌گیرد.

به‌طـور کلـی، هریک از این ویژگی‌هـای نُه‌گانه دو جهت دارد؛ یکی به‌سـوی تجربۀ لذت‌های همسو با سعادت انسان که کارآمد است و ازسوی دیگر، به سمت لذت‌های ناهمسو با سعادت که

۱. عن الإمامُ الصّادقُ (علیه السـلام): «لا تَدومُ النِّعَمُ إلاّ بعدَ ثَلاثٍ (إلاّ بثَلاثٍ): مَعرِفَةٌ بما یَلزَمُ للّهِ سـبحانَهُ فیها، و أداءُ شُکرِها، و التَّعَبُ فیها».

۲. «فَما أُوتیتُمْ مِنْ شَیْءٍ فَمَتاعُ الْحَیاةِ الدُّنْیا وَ ما عِنْدَ اللَّهِ خَیْرٌ وَ أَبْقی لِلَّذینَ آمَنُوا وَ عَلی رَبِّهِمْ یَتَوَکَّلُون» (شوری: ۳۶)

۳. «وَ لا تَمُدَّنَّ عَیْنَیْكَ إِلی ما مَتَّعْنا بِهِ أَزْواجاً مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَیاةِ الدُّنْیا لِنَفْتِنَهُمْ فیهِ وَ رِزْقُ رَبِّكَ خَیْرٌ وَ أَبْقی» (طه: ۱۳۱)

۴. «عن رسـولُ اللّه (صلی الله علیه و آله): مَن لَم یَرَ للّه عَزَّ و جلَّ علَیهِ نِعمَةً إلاّ فی مَطعَمٍ أو مَشـرَبٍ أو مَلبَسٍ، فقد قَصُرَ عَملُهُ و دنا عَذابُهُ».

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

ناکارآمد است. فهرست این ویژگی‌ها با عنوان مؤلفه‌های مفهومی لذت‌بری سعادت‌نگر در جدول زیر آمده است.

جدول۱. مؤلفه‌های مفهومی سبک لذت‌بری سعادت‌نگر براساس منابع اسلامی

ردیف	مؤلفه‌های مفهومی	جهت ناکارآمد	جهت کارآمد
۱	فضیلت‌مداری	لذت‌ران	فضیلت‌گرا
۲	مهارگری	هواپرست	عقل‌گرا و کنترل‌کنندهٔ امیال
۳	عاقبت‌اندیشی	بی‌توجه به پیامدهای منفی	اجتناب‌کننده از لذات مضر
۴	شرع‌مداری	بی‌مبالات در لذات حرام	اجتناب‌کننده از لذات حرام
۵	هدفمندی	لذت‌مدار	درپی لذت مطلوب
۶	آخرت‌نگری	گرایش به لذات دنیوی	گرایش به لذات اخروی
۷	میانه‌روی	ابتلا به اسراف یا تفریط	تعادل‌گرایی
۸	گرایش به پایداری لذت	گرایش به لذات نقد و عاجل	گرایش به لذات پایدار
۹	تعالی‌جویی	گرایش به لذات غریزی	گرایش به لذات عالی

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، هریک از مؤلفه‌ها، نقش تنظیم‌کننده برای سبک لذت‌بری فرد محسوب می‌شوند؛ ازاین‌رو، هر مؤلفه و درنهایت کل سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی شامل دو جهت متقابل است؛ جهت کارآمد و جهت ناکارآمد. جهت کارآمد نشان‌دهندهٔ سبک لذت‌بری تنظیم‌شده توسط آن مؤلفه است که فرد را به لذت مطلوب و منافع صحیح آن می‌رساند. درمقابل، جهت ناکارآمد، نشان‌دهندهٔ سبکی است که فرد را از اهداف مبتنی‌بر لذت‌بری مطلوب دور می‌کند.

بخش دوم: این بخش از یافته‌های پژوهش شامل بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس است که با ارائهٔ ویژگی‌های توصیفی داده‌های حاصل از اجرای نهایی مقیاس سبک لذت‌بری آغاز شده است.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

جدول۲. توصیف آزمودنی‌ها ازنظر کارآمدی سبک لذت‌بری

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
کارآمدی سبک لذت‌بری	۳۶۰	۲۶۰/۹۸	۲۵/۶۲	۱۵۸	۳۲۰
عامل ۱ (تعالی‌جویی)	۳۶۰	۶۰/۹۰	۷/۴۹	۳۶	۷۵
عامل ۲ (مهارگری)	۳۶۰	۶۶/۶	۱۰/۶	۲۷	۹۰
عامل ۳ (عاقبت‌اندیشی)	۳۶۰	۴۹/۱۷	۶/۵۹	۲۴	۶۰
عامل ۴ (هدفمندی)	۳۶۰	۵۶/۰۶	۵/۹۸	۳۴	۶۵
عامل ۵ (میانه‌روی)	۳۶۰	۲۸/۲۳	۵/۴	۱۱	۴۰

طبق جدول ۲، میانگین نمرات ۳۶۰ آزمودنی در کارآمدی سبک لذت‌بری ۲۶۰/۹۸ با انحراف استاندارد ۲۵/۶۲ در دامنهٔ نمرات ۱۵۸ تا ۳۲۰ است. همین شاخص‌ها دربارهٔ عوامل سبک لذت‌بری نیز گزارش شده است.

به منظور تأمین و تأیید روایی محتوایی مقیاس سبک لذت‌جویی، گویه‌هایی که ۸۳/۳۳ درصد و بیشتر (۵ و بیشتر از ۵ نفر) از کارشناسان به آن نمرهٔ ۵۰ و بالاتر از ۵۰ درصد دادند مورد قبول واقع شدند. این مرحله به منظور اطمینان از وجود توافق بالا میان نظرات اکثر کارشناسان به روایی پرسش‌ها بوده است.

به منظور سنجش روایی سازه و نیز شناسایی و تعیین عوامل تشکیل‌دهندهٔ مقیاس از تحلیل عاملی به روش تحلیل عاملی بر محور مبدأ[1] و چرخش اکوماکس با بهنجارسازی کایزر[2] استفاده شد. پیش از اجرای تحلیل عاملی دو موضوع بررسی شد:

۱. کفایت نمونه‌برداری[3] (KMO): همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، شاخص کفایت نمونه‌برداری برابر با ۰/۸۸۲ بوده که درنتیجه آزمون کفایت نمونه نشان می‌دهد مقیاس قابلیت تحلیل عاملی را دارد.

1.principal axis factoring.
2.Equamax with Kaiser Normalization.
3.Kaiser – Meyer – Olkin Measure of sampling.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

جدول۳. آزمون بارتلت و کفایت نمونه‌برداری

آماره‌ها		نتایج
کفایت نمونه‌برداری به روش KMO		۰/۸۸۲
آزمون کرویت بارتلت	خی دو	۱۴۹۹۹/۴۰۶
	درجهٔ آزادی	۴۶۵۶
	سطح معناداری	۰/۰۰۰۱

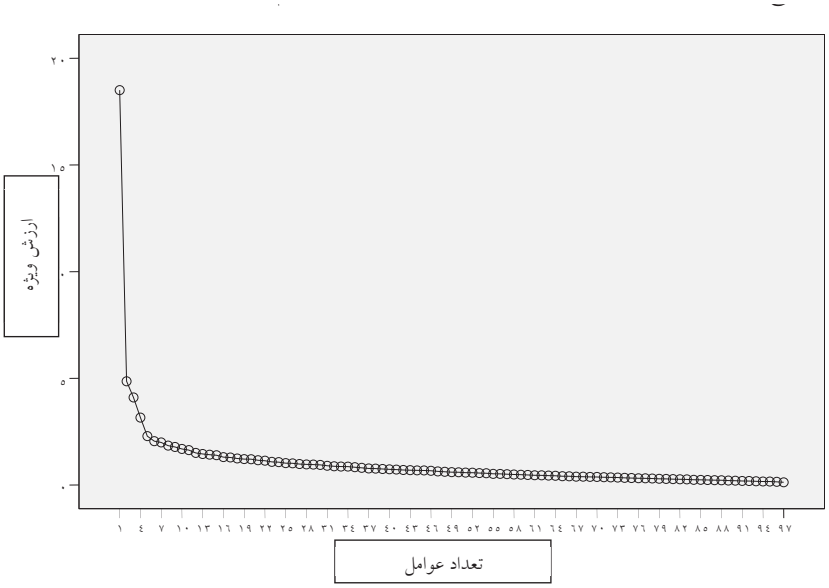
۲. معناداری اطلاعات موجود در ماتریس هم‌بستگی: برای اطمینان از اینکه ماتریس هم‌بستگی کـه پایهٔ تحلیل عاملـی قرار می‌گیـرد در جامعه برابـر صفر نیسـت، از آزمون کرویت بارتلت اسـتفاده می‌شود. درحقیقت، معنی‌داربودن آزمون کرویت بارتلت[1] حداقل شرط لازم برای انجام‌دادن تحلیل عاملی اسـت. همان‌گونه که در جدول ۳ مشـاهده می‌شـود، نتایج این آزمون با درجـهٔ آزادی ۴۶۵۶ و مجـذور کای ۱۴۹۹۹/۴۰۶ در سـطح P≤۰/۰۱ معنـادار اسـت؛ بنابراین، ماتریس هم‌بسـتگی داده‌ها برای تحلیل عاملی دارای اطلاعات معنی‌دار اسـت (سـرمد و دیگران، ۱۳۸۰) و می‌تواند مورد تحلیل عاملی قرار گیرد.

بـه منظور تعیین تعداد عامل‌ها ابتدا از ملاك ارزش‌های ویژه بزرگ‌تر از ۱ اسـتفاده شـد. اما از یك‌سـو، با توجـه به تعداد بالای عوامل نمایان‌شـده (۲۶ عامل) و اجتناب از دقـت پایین در نتایج خروجی و ازسـوی دیگر، با توجه به نمودار اسـکری[2] که ارزش ویژه در بخش نزولی با شـیب تند و قبل از تبدیل‌شـدن به سـطح افقی را عدد ۲ نشـان می‌دهد؛ بنابراین، ارزش ویژه در مرحلهٔ دوم، بزرگ‌تر از ۲ انتخاب شد.

1. Bartlett's Test of Sphericity.
2. scree plot.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]



نمودار ۱. نمودار اسکری برای تعیین تعداد عوامل

همان‌طور که در نمودار ۱ (اسکری) نیز مشاهده می‌شود، شیب خط در مؤلفهٔ پنجم تغییر کرده و براساس نظر پژوهشگران نقطهٔ پرش برای چرخش عامل‌ها، جایی است که شیب خط در نمودار اسـکری تغییر می‌کند (صدرالسـادات و مینایی، ۱۳۸۰: ص ۱۰۰). بر این اسـاس، پنج عامل در مقیاس سبک لذت‌بری جهت انجام مراحل بعدی انتخاب شد.

در مرحلهٔ بعدی برای اسـتخراج عامل‌هایی که بامعنا بودند و به احتمال زیاد زیربنای آزمون را تشکیل می‌دهند، تحلیل عاملی روی پنج عامل ذکرشده، با چرخش متقارب به شیوهٔ اکوماکس در ۱۶ تکرار انجام شـد. از مجموعه گویه‌های مربوط به فرم ۹۷ سـؤالی، سؤالاتی که دارای بار عاملی کمتر از ۰/۳ بودند یا بار عاملی آنها در چند عامل نزدیک به هم بود (اختلاف کمتر از ۰/۱)، حذف شـدند و ۶۶ سـؤال باقی ماند. ماتریس عوامل استخراج‌شـده بعد از چرخش به همـراه بار عاملی هریک از سؤالات مربوط به آنها در ادامه می‌آید.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

جدول۴. بارهای عاملی سؤالات مقیاس سبک لذت‌بری سعادت‌نگر

ردیف	شماره گویه	گویه	عوامل				
			۱	۲	۳	۴	۵
۱	۴۸	تحمل سختی‌های عبادات برایم آسان است.	.۵۸۹				
۲	۵۴	نسبت‌به نماز عشق می‌ورزم.	.۵۸۸				
۳	۶۰	برای من ترک گناه لذت‌بخش است.	.۵۷۱				
۴	۵۷	دستورات خداوند را انجام می‌دهم حتی اگر برایم دشوار باشد.	.۵۶۱				
۵	۶۲	اطاعت از دستورات خداوند برای من لذت‌بخش است.	.۵۵۵				
۶	۶۱	برای دیدن امام زمان لحظه‌شماری می‌کنم.	.۵۴۰				
۷	۶۳	به خواندن نماز شب اهمیت می‌دهم و از آن لذت می‌برم.	.۵۳۳				
۸	۴۵	برای خواندن نماز صبح به‌راحتی بیدار می‌شوم.	.۵۲۲				
۹	۶۶	از مطالعه و کسب علم لذت می‌برم.	.۴۸۹				
۱۰	۵۹	عبادت اول وقت را بر غذاخوردن ترجیح می‌دهم.	.۴۸۱				
۱۱	۳۷	برایم آسان است که برای رسیدن به فضیلت نماز شب از خواب شبانه بگذرم.	.۴۵۴				
۱۲	۴۷	در ترک عادات ناپسند موفق بوده‌ام.	.۴۵۲				
۱۳	۶۵	برای پایدارماندن نعمت‌هایی که در اختیار دارم از خدا تشکر می‌کنم.	.۴۲۶				
۱۴	۵۳	از بودن در مجالس اهل بیت لذت می‌برم.	.۳۹۲				

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۱۵	۶۴	بخشی از شبانه‌روز را به بهره‌مندی از لذات حلال اختصاص می‌دهم.	۳۴۰.				
۱۶	۵۰	در کنترل غریزهٔ جنسی موفق بوده‌ام.		۶۲۷.			
۱۷	۵۶	برای من کنترل امیال و هوس‌ها آسان است.		۶۲۵.			
۱۸	۵۸	غریزهٔ جنسی را قبل از ازدواج به‌آسانی کنترل می‌کردم (می‌کنم).		۶۱۸.			
۱۹	۴۹	در تنهایی از ارتکاب به گناه اجتناب می‌کنم.		۵۳۶.			
۲۰	۴۱	هوس‌هایم مرا از درجات عالی انسانی دور کرده است.		۵۳۲.			
۲۱	۳۴	فکر می‌کنم بیش از اینکه پیرو شهواتم باشم پیرو عقلم هستم.		۵۱۱.			
۲۲	۵۵	زمانی که هوسی مرا بگیرد نمی‌توانم از چنگ آن فرار کنم.		۵۰۷.			
۲۳	۵۲	حتی اگر لذتی پیامد نامطلوب داشته باشد به دنبالش می‌روم.		۴۸۲.			
۲۴	۳۲	از برخی چیزهای حرام بیشتر از حلالش لذت می‌برم.		۴۳۱.			
۲۵	۳۶	ترک گناه برای من آسان نیست.		۴۲۸.			
۲۶	۲۰	نمی‌توانم ارضای نیازهایم را به تأخیر بیندازم حتی اگر از خدا دور شوم.		۴۲۷.			
۲۷	۵۱	برای من چشم‌پوشی از نگاه حرام سخت است.		۴۱۶.			
۲۸	۲۲	تاکنون مال حرام به زندگی‌ام راه پیدا نکرده است.		۳۹۷.			
۲۹	۱۰	نگاه به نامحرم ممکن است تأثیرات بدی داشته باشد، بااین‌حال، ازآن اجتناب نمی‌کنم.		۳۹۳.			

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۳۰	۲۱	لذت حرام مورد پذیرش من نیست.		۳۴۳.			
۳۱	۱۸	نمی‌توانم از لذت پرخوری بگذرم با اینکه می‌دانم خدا از شکم سیر بیزار است.		۳۳۱.			
۳۲	۱۲	به هر نوع هیجان مثبت علاقه دارم.		۳۱۴.			
۳۳	۲۴	از خوردن و آشامیدن لذت می‌برم، حتی اگر فایده‌ای نداشته باشند.		۳۱۳.			
۳۴	۴۲	فکر جهنم کنترل شهوات را در من آسان می‌کند.			۶۷۵.		
۳۵	۳۵	بارها فکرکردن به جهنم مرا از هوسرانی دور کرده است.			۶۴۵.		
۳۶	۳۱	لذت‌های نامناسب را با عبرت‌گرفتن از دیگران ترک می‌کنم.			۶۳۲.		
۳۷	۳۹	از گناه به‌خاطر عذاب‌های اخروی آن بیزارم.			۵۹۴.		
۳۸	۴۰	فکر لذت‌های بهشت به من در کنترل شهوات کمک می‌کند.			۵۹۰.		
۳۹	۲۵	بارها فکرکردن به مرگ، مرا از هوسرانی دور کرده است.			۵۰۲.		
۴۰	۴۳	از ارتباط نامشروع می‌گذرم چون دچار عذاب وجدان می‌شوم.			۴۰۲.		
۴۱	۲۹	از لذت‌های نامناسب به‌خاطر رسوایی‌شان اجتناب می‌کنم.			۳۹۸.		
۴۲	۳۰	سعی می‌کنم در بهره‌مندی از لذت‌های دنیا میانه‌رو باشم.			۳۸۴.		
۴۳	۲۳	برای رفتن به حج هر سختی را تحمل می‌کنم.			۳۴۴.		
۴۴	۴۴	دینداری، مرا در کنترل امیال کمک می‌کند.			۳۴۰.		

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۴۵	۲۷	صفات مثبتی که دارم با کنترل شهوت به‌دست آورده‌ام.			۳۳۴.		
۴۶	۳	برای چشیدن شیرینی عبادت هوای نفسم را کنترل می‌کنم.				۵۱۱.	
۴۷	۱۹	از دنیا برای آخرت توشه می‌گیرم.				۵۰۹.	
۴۸	۱۵	آزادی (بی‌قیدبودن) در ارضای هوس‌ها موجب هر شر و بدی‌اند.				۵۰۵.	
۴۹	۴	دورشدن از زندگی حیوانی را در کنترل شهوات می‌دانم.				۴۶۷.	
۵۰	۶	با گذشتن از لذت‌های غریزی می‌توان به لذت‌های معنوی رسید.				۴۳۶.	
۵۱	۱۳	از تفریحاتی که هدف دارند، بیشتر لذت می‌برم.				۴۳۳.	
۵۲	۱۷	ازنظر دیگران مقید به احکام شرعی هستم.				۴۳۲.	
۵۳	۱	با دوستان دیندار معاشرت می‌کنم.				۴۳۱.	
۵۴	۱۱	امید رفتن به بهشت می‌تواند مرگ را برایم شیرین کند.				۴۲۴.	
۵۵	۵	گریه‌کردن برای امام حسین برایم معنا دارد.				۴۱۰.	
۵۶	۸	هوس‌هایم را کنترل می‌کنم چون معتقدم انسان را ازنظر روحی ضعیف می‌کنند.				۴۱۰.	
۵۷	۲	لذت‌های پایدار را می‌پذیرم، هرچند در آیندهٔ دور اتفاق بیفتد.				۴۰۰.	
۵۸	۱۴	معتقدم راحتی بیش‌ازحد، مرا از زندگی انسانی دور می‌کند.				۳۴۵.	
۵۹	۲۸	سعی می‌کنم همیشه جدیدترین مد لباس را بپوشم.					۶۷۱.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۶۰	۷	دوست دارم بین دیگران لباسم از همه گران‌تر باشد.					۶۴۵.
۶۱	۱۶	به شرکت در مجالس پر زرق و برق علاقه دارم.					۶۴۰.
۶۲	۹	از اینکه سفرهٔ غذایم رنگین باشد لذت می‌برم.					۵۵۶.
۶۳	۳۸	فکرکردن به آرزوهای دنیایی، تنها دلخوشی من است.					۵۰۸.
۶۴	۳۳	برایم پوشیدن لباس شیک و زیبا خیلی خوشایند است.					۴۱۵.
۶۵	۲۶	باید هرچه می‌توانم از دنیا لذت ببرم.					۴۰۸.
۶۶	۴۶	در رستوران، سفارش غذاهای گران‌قیمت می‌دهم.					۳۹۵.

در جدول ۴، تعداد عامل‌ها به همراه سؤالات با بار عاملی بالاتر از ۰/۳ ارائه شده است. بر این اساس، ۱۵ سؤال عامل اول، ۱۸ سؤال عامل دوم، ۱۲ سؤال عامل سوم، ۱۳ سؤال عامل چهارم و ۸ سؤال هم عامل پنجم را تشکیل می‌دهند. همان‌گونه که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، عامل اول ۷/۲۷۵ درصد کل واریانس مقیاس را برآورد می‌کند و عوامل دیگر به‌ترتیب ۶/۹۷، ۶/۴۵۳، ۵/۶۵۶ و ۴/۱۷۰ درصد واریانس کل را برآورد می‌کند و پنج عامل مذکور درمجموع ۳۰/۵۲۴ درصد واریانس کل مقیاس سبک لذت‌بری براساس منابع اسلامی را برآورد می‌کند.

جدول۵. عوامل و توصیف واریانس کل

عامل	ارزش‌های ویژهٔ اولیه			مجموع ضرایب فاکتور چرخش داده‌نشده			مجموع ضرایب فاکتور چرخش داده‌شده		
	واریانس کل	درصد واریانس	درصد تجمعی	واریانس کل	درصد واریانس	درصد تجمعی	واریانس کل	درصد واریانس	درصد تجمعی
۱	۱۸/۵۰۵	۱۹/۰۷۷	۱۹/۰۷۷	۱۷/۸۷۷	۱۸/۴۳۰	۱۸/۴۳۰	۷/۰۵۷	۷/۲۷۵	۷/۲۷۵

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۲	۴٫۸۶۰	۵٫۰۱۰	۲۴٫۰۸۸	۴٫۲۰۱	۴٫۳۳۱	۲۲٫۷۶۲
۳	۴٫۱۰۱	۴٫۲۲۸	۲۸٫۳۱۵	۳٫۴۲۸	۳٫۵۳۵	۲۶٫۲۹۶
۴	۳٫۱۵۸	۳٫۲۵۶	۳۱٫۵۷۱	۲٫۴۸۳	۲٫۵۶۰	۲۸٫۸۵۶
۵	۲٫۲۸۸	۲٫۳۵۹	۳۳٫۹۳۰	۱٫۶۱۸	۱٫۶۶۸	۳۰٫۵۲۴
جمع کل		۳۳٫۹۳۰			۳۰٫۵۲۴	

۱۴٫۲۴۵	۲۰٫۶۹۹	۲۶٫۳۵۴	۳۰٫۵۲۴			
۶٫۹۷۰	۶٫۴۵۳	۵٫۶۵۶	۴٫۱۷۰			
۶٫۷۶۱	۶٫۲۶۰	۵٫۴۸۶	۴٫۰۴۵			
۲۲٫۷۶۲	۲۶٫۲۹۶	۲۸٫۸۵۶	۳۰٫۵۲۴			
۴٫۳۳۱	۳٫۵۳۵	۲٫۵۶۰	۱٫۶۶۸			
۴٫۲۰۱	۳٫۴۲۸	۲٫۴۸۳	۱٫۶۱۸			
۲۴٫۰۸۸	۲۸٫۳۱۵	۳۱٫۵۷۱	۳۳٫۹۳۰			
۵٫۰۱۰	۴٫۲۲۸	۳٫۲۵۶	۲٫۳۵۹	۳۳٫۹۳۰		
۴٫۸۶۰	۴٫۱۰۱	۳٫۱۵۸	۲٫۲۸۸			

برای برآورد روایی سـازه، از روش محاسـبهٔ هم‌بسـتگی بین آزمون و خرده آزمون‌ها نیز استفاده شد. به لحاظ نظری، آزمون باید با خرده‌آزمون‌ها هم‌بستگی بالایی داشته باشد و خرده آزمون‌ها نیز با هم هم‌بستگی داشته باشند.

جدول۶. هم‌بستگی میان عوامل سبک لذت‌بری و هم‌بستگی هر عامل با کل مقیاس

	عامل اول	عامل دوم	عامل سوم	عامل چهارم	عامل پنجم	کل
عامل اول	۱					
عامل دوم	۰٫۵۲۶ (**)	۱				

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]
[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

عامل سوم	۰/۴۱۶ (**)	۰/۳۹۷ (**)	۱			
عامل چهارم	۰/۴۰۴ (**)	۰/۳۵۴ (**)	۰/۵۹۷ (**)	۱		
عامل پنجم	۰/۲۰۴ (**)	۰/۲۷۳ (**)	۰/۱۱۳ (*)	۰/۲۳۶ (**)	۱	
کل مقیاس	۰/۷۵۴ (**)	۰/۸۱۰ (**)	۰/۷۰۶ (**)	۰/۷۰۱ (**)	۰/۴۶۸ (**)	۱

** هم‌بستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار است. * هم‌بستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

همان‌گونه که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، بین تمامی عوامل سبک لذت‌بری هم‌بستگی مثبت و معنـاداری وجـود دارد. همچنین، بین هرکدام از عوامل و کل مقیاس هم‌بسـتگی مثبت و معنادار وجـود دارد. ضمناً هم‌بسـتگی میان عوامل پنج‌گانه کمتر از هم‌بسـتگی بین هریک از عوامل با کل مقیاس است که این نتایج روایی سازهٔ مقیاس را تأیید می‌کند.

به منظور برآورد همسانی درونی مقیاس، از روش محاسبهٔ آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب همسـانی درونی مقیاس سبک لذت‌بری سعادت‌نگر ۰/۹۲ است و برای عوامل آن به‌ترتیب، عامل تعالی‌جویی ۰/۸۶، عامل مهارگری ۰/۸۵، عامل عاقبت‌اندیشـی ۰/۸۳، هدفمندی ۰/۸۱ و عامل میانه‌روی ۰/۷۷ است.

نتیجه‌گیری

مدل لذت‌بری سعادت‌نگر براساس منابع اسلامی مدلی مفهومی است که ویژگی‌های لذت‌بری کارآمد و سـازنده را ارائه می‌دهد. در این مدل، گرایش به لذت‌های حسـی و مادی در کنار گرایش به لذت‌های عالی و معنوی کامل‌کنندهٔ شـادکامی و احساس سعادتمندی است. یافته‌های پژوهش حاضر نشـان داد که براسـاس مدل به‌دسـت‌آمده، نه با قراردادن لذت‌جویـی و فضیلت‌خواهی در مقابل هم، بلکه با درنظرگرفتن ویژگی‌های لذت‌بری کارآمد در منابع اسـلامی می‌توان مقیاسـی را برای سنجش و تشخیص ارائه کرد؛ بنابراین، کمّی‌سازی سبک لذت‌بری سعادت‌نگر براساس منابع

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

اسـلامی به‌گونه‌ای که هر دو گرایش لذت‌جویی و فضیلت‌خواهی را شـامل شـود، امکان دارد. این مقیاس می‌تواند سبک لذت‌بری سعادت‌نگر را مطابق با شاخص‌های به‌دست‌آمده از منابع اسلامی بسـنجد، به این صورت که نمرهٔ بالا در مقیاس، سـبک لذت‌بری سـعادت‌نگر را مشـخص می‌کند و نمرهٔ پایین نشـان‌دهندهٔ ضعف در این سـبک اسـت. ویژگی‌های استخراج‌شـده از منابع اسلامی دربارهٔ سبک لذت‌بری سعادت‌نگر نشان می‌دهد که نگرش اسلامی به جُستن و تجربهٔ لذت، مثبت و مبتنی‌بر شـرایطی اسـت؛ این ویژگی‌ها عبارت‌اند از: ۱. گرایش به فضیلت‌ها در مسـیر لذت‌بری (فضیلت‌مداری)؛ ۲. توانمندی تأخیر در ارضا برای رسیدن به لذت‌های عالی و پایدار (مهارگری)؛ ۳. انتخـاب لذت‌هایـی کـه کمترین ضرر و بیشـتری نفع مادی و معنوی را داشـته باشـند (عاقبت اندیشـی)؛ ۴. ارزیابی و انتخاب در لذت‌بری براسـاس قوانین شرعی (شـرع‌مداری)؛ ۵. انتخاب لذت‌ها براسـاس اهداف صحیح (هدفمندی)؛ ۶. درنظر داشـتن اهداف آخرت‌نگرانهٔ توحیدی در انتخاب لذت‌ها (آخرت‌نگری)؛ ۷. انتخاب سـبک میانـه‌رو در لذت‌بری (میانه‌روی)؛ ۸. انتخاب لذت‌های پایدار (گرایش به پایداری لذت) و ۹. انتخاب به لذت‌های عالی در مقابل حسی و مادی (تعالی‌جویـی). ویژگی‌های نُه‌گانهٔ سـبک لذت‌بری سـعادت‌نگر درحقیقـت، مؤلفه‌های مفهومی (عوامل با رویکرد نظری) را برای سبک لذت‌بری سعادت‌نگر تشکیل می‌دهند که در مرحلهٔ ساخت مقیاس و تحلیل عاملی در پنج عامل بازیافته شدند.

یافته‌هـای پژوهش از تحلیل عاملی نشـان داد که مقیاس سـبک لذت‌بری سـعادت‌نگر از پنج عامل (تعالی‌جویی، مهارگری، هدفمندی، عاقبت‌اندیشی و میانه‌روی) تشکیل شده است. مقایسهٔ عوامل به‌دست‌آمده در سطح نظری (استخراج ویژگی‌ها از منابع اسلامی) با رویکرد تحلیل عاملی به دو مطلب اشاره دارد:

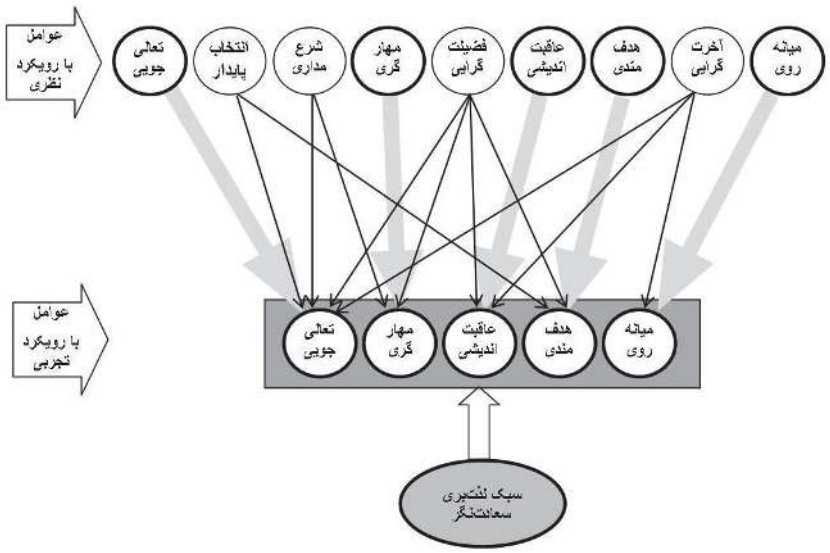
۱. اگرچه تعداد عوامل به‌دسـت‌آمده از تحلیل عاملی کمتر از تعداد عوامل نظری است، شامل خصیصه‌هایی مطابق با عوامل اسـت. بررسـی و نامگذاری گویه‌ها پس از تحلیل عاملی حاکی از این است که پنج عامل استخراج‌شده از تحلیل عاملی در سطح نظری نیز وجود داشتند؛

۲. بررسی گویه‌های مقیاس نهایی (فرم ۶۶ سؤالی) سبک لذت‌بری سعادت‌نگر، نشان می‌دهد کـه برخـی گویه‌های مربوط به عوامل استخراج‌شـده از تحلیل عاملی، مربوط بـه عواملی متفاوت در رویکـرد نظری هسـتند. مثـلاً گویهٔ ۲۹ (از فرم ۶۶ سـؤالی)؛ «از لذت‌های نامناسـب به‌خاطر رسوایی‌شـان اجتناب می‌کنم» در سـطح نظری برای عامل عاقبت‌اندیشـی تدوین شـده بود و بعد از تحلیـل عاملی نیز در عامل عاقبت‌اندیشـی قرار گرفت. امـا گویهٔ «بارها فکرکردن به جهنم مرا از هوسرانی دور کرده است» در سطح نظری برای عامل آخرت‌نگری تدوین شده بود، درحالی‌که بعد

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

از تحلیل عاملی، در عامل عاقبت‌اندیشی قرار گرفت. برای این‌گونه تغییرات می‌توان دو تفسیر ارائه کرد:

اول، اگرچه عنوان پنج عامل استخراج‌شـده از تحلیل عاملی با پنج عامل نظری مطابق اسـت، برخی گویه‌ها در سـطح نظری که در چند عامل متفاوت طبقه‌بندی شـده‌اند درحقیقت به یک سازه اشـاره دارنـد، درحالی‌کـه در ظاهر دو خصیصه را نشـان می‌دهنـد. به‌عنوان مثـال دو گویهٔ «بارها فکرکردن به جهنم مرا از هوسـرانی دور کرده اسـت» و «حتی اگر لذتی پیامد نامطلوب داشته باشد به دنبالش می‌روم» به‌ترتیب، در گروه آخرت‌نگری و عاقبت‌اندیشـی قرار داشـته‌اند، اما درحقیقت، سازهٔ عاقبت‌اندیشی را نشان می‌دهند. طبق شکل ۱ این پدیده در عوامل دیگر نیز وجود دارد. البته، این مطلب قابل استناد به پدیدهٔ تقلیل داده‌ها در تحلیل عاملی است.



شکل ۱. نمایش کاهش عوامل سبک لذت‌بری از سطح نظری به سطح پس از تحلیل عاملی

دوم، باوجـود تأییـد محتوایی گویه‌هـای مربوط به عوامل نظری توسـط کارشناسـان، احتمالاً آزمودنی‌ها برداشـت یکسانی از برخی سؤالات داشته و پاسخ مشابهی را ارائه داده باشند. درنتیجه، در تحلیل عاملی، سـؤالات همپوش در عوامل دیگر، تحت یـک عامل قرار گرفته‌اند و این موضوع منجربه حذف چهار عامل نظری شده است.

کتابنامه

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۱. قرآن کریم.
۲. ابـن سـینا. ۱۳۷۵. «**فی علم ماقبل علـم الطبیعة مع الشـرح خواجه نصیرالدین طوسـی**». الجزء الثالث. الاشارات و التنبیهات. قم. نشر بلاغت.
۳. اتکینسـون، ریتال ال و همکاران. ۱۳۸۵. **زمینهٔ روان‌شناسـی هیلگارد**. ترجمهٔ محمد نقی براهنی و همکاران. تهران. انتشارات رشد.
۴. پسندیده، عباس. ۱۳۸۸. **اخلاق‌پژوهی حدیثی**. تهران. سمت.
۵. تمیمی آمدی، عبد الواحد. ۱۳۶۶. **تصنیف غرر الحکم و درر الکلم**. قم. دفتر تبلیغات حوزهٔ علمیهٔ قم.
۶. ثرندایک، رابرت ال. ۱۳۷۵. **روان‌سنجی کاربردی**. ترجمهٔ حیدرعلی هومن. تهران. دانشگاه تهران.
۷. حرانی، ابن شعبه. ۱۴۰۴ ق. **تحف العقول عن آل الرسول**. قم. جامعهٔ مدرسین حوزهٔ علمیه قم.
۸. دلاور، علی. ۱۳۸۹. مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. تهران. رشد.
۹. رضی، ابوالحسن محمدبن حسین. ۱۴۱۴ ق. **نهج‌البلاغه**. تحقیق و تصحیح: فیض الاسلام. قم. هجرت.
۱۰. ریو، جان. مارشال. ۱۳۸۱. **انگیزش و هیجان**. ترجمهٔ یحیی سید محمدی. تهران. نشر ویرایش.
۱۱. سـرمد، زهره؛ بازرگان، عباس؛ حجازی، الهه. ۱۳۹۲. **روش‌های تحقیق در علوم رفتاری**. تهران. انتشـارات آگاه.
۱۲. صدرالسادات، سیدجلال؛ مینایی، اصغر. ۱۳۸۰. **راهنمای آسان تحلیل عاملی**. تهران. سمت.
۱۳. الصدوق، محمدبن علی بن بابویه قمی. ۱۳۶۲. **الخصال**. قم. جامعهٔ مدرسین حوزهٔ علمیهٔ قم.
۴۱. _____ ۱۳۸۵. **علل‌الشـرائع**. تحقیق سـید محمدصادق بحرالعلوم. النجف الاشـرف. منشـورات المکتبه الحیدریه.
۵۱. _____ ۱۴۰۴ق. **من لا یحضره الفقیه**. قم. جامعهٔ مدرسین حوزهٔ علمیهٔ قم.
۱۶. طباطبایـی، سـیـد محمد حسـین. ۱۴۱۷ ق. **المیزان فی تفسـیر القرآن**. قم. دفتر انتشـارات اسـلامی جامعهٔ مدرسین حوزهٔ علمیهٔ قم.
۱۷. الطوسـی، خواجـه نصیرالدین. ۱۳۶۰. **اخلاق ناصـری**. تصحیح و تنقیح مجتبی مینـوی و علیرضا حیدری. تهران. شرکت انتشارات خوارزمی.
۱۸. عباسـی، مهدی. ۱۳۹۰. «**سـاخت پرسـش‌نامهٔ سبک لذت‌جویی براسـاس منابع اسـلامی و رابطهٔ آن با سلامت عمومی**». پایان‌نامهٔ کارشناسی ارشد. قم. مؤسسهٔ آموزشی-پژوهشی امام خمینی.
۱۹. علی پور، مهدی؛ حسـنی، سیدحمیدرضا. ۱۳۹۰. **پارادایم اجتهادی دانش دینی (پاد)**. قم. پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۲۰. کاویانـی آرانـی، محمد؛ کجبـاف، محمدباقر؛ مولوی، حسـین. ۱۳۸۸. طرح نظریهٔ سـبك زندگی براسـاس دیدگاه اسـلام و ساخت آزمون سبك زندگی اسلامی و بررسـی ویژگی‌های روان‌سنجی آن. اصفهان. دانشکدهٔ روان‌شناسی و علوم تربیتی.
۲۱. الکلینی، محمدبن یعقوب. ۱۳۶۷. **الکافی**. تصحیح و تعلیق: علی أکبر الغفاری. تهران. دارالکتب الإسلامیه.
۲۲. گراث ـ مارنات، گری. ۱۳۸۶. **راهنمای سـنجش روانی**. ترجمهٔ حسـین پاشـا شـریفی و محمدرضا نیکخو. تهران. سخن.
۲۳. المجلسی، محمدباقر. ۱۴۰۳ ق. **بحارالانوار**. بیروت. مؤسسهٔ الوفاء.
۲۴. مرادی، اعظم؛ طاهری، صغری. ۱۳۹۱. **سنجش روان‌شناسی مثبت در دانشجویان (پرسش‌نامه‌ها)**. تهران. دانژه.
۲۵. مصباح یزدی، محمدتقی. ۱۳۸۷. **به‌سوی خودسازی، مجموعه آثار**. قم. مؤسسهٔ آموزشی پژوهشی امام خمینی.
۲۶. مصباح، مجتبی. ۱۳۸۵. **بنیاد اخلاق (روشی نو در آموزش فلسفهٔ اخلاق)**. قم. مؤسسهٔ آموزشی پژوهشی امام خمینی.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]
[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

۲۷. المفید، محمدبن محمد بن نعمان. ۱۴۱۳ ق. **کتاب الامالی**. قم. کنگرهٔ شیخ مفید.
۲۸. المنقری، ابن مزاحم. ۱۳۸۲. **وقعة صفین**. تحقیق و شـرح: عبدالسلام محمد هارون. قاهره. المؤسسه العربیة الحدیثة للطبع والنشر والتوزیع.
۲۹. النوری، میرزا حسین. ۱۴۰۸ ق. **مستدرک الوسائل**. بیروت. مؤسسهٔ آل البیت لإحیاء التراث
۳۰. هرگنهان، بی. آر. ۱۳۸۹. **درآمدی بر تاریخ روان‌شناسی**. ترجمهٔ یحیی سیدمحمدی. تهران. ارسباران.

31. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. and Smith, H. L. 1999. "**Subjective well-being: three decades of progress**". Psychological Bulletin. 125: P 276–302.
32. Hefferon, K. & Boniwell, I. 2011. **Positive Psychology, Theory, Research and Application**. London: Open University Press.
33. Huta, V. & Ryan, R. M. 2010. "Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives". Journal of Happiness Studies. 11: P 735–762.
34. Huta, V. & Waterman, A. S. 2013. "Eudaimonia and Its Distinction From Hedonia: Developing a Classification and Terminology for Understanding Conceptual and Operational Definitions". Journal of Hppiness Studies. Accepted November. 11. P 2013.
35. Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. 2008. "**Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia**". Journal of Happiness Studies. 9. P 139-170.
36. Ryff, C.D., & Singer, B.H. 2008. "Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being". Journal of Happiness Studies. 9. P 13-39.
37. Vittersø, J. 2004. "Subjective well-being versus self-actualization: Using the flow-simplex to promote a conceptual, clarification of subjective quality of life". Social Indicators Research. 65. P 299-331.
38. Waterman, A.S. 1993. "Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment". Journal of Personality and Social Psychology. 64. P 678-691.
39. Watson, D., Clark, L. A. and Tellegen, A. 1988. "**Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales**". Journal of Personality and Social Psychology6)54 .). P 1063–70.

[Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3]

[DOR: 20.1001.1.2476745.1395.2.3.3.3] [Downloaded from frh.sccsr.ac.ir on 2026-11-22]