

سنجش قدردانی در دانشجویان و طلاب؛ بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه قدردانی

ناصر آقابابایی*

دکتر حجت‌الله فراهانی**

علیرضا فاضلی مهرآبادی***

چکیده

هدف اصلی این پژوهش، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه قدردانی است. پس از اطمینان از اعتبار ترجمه، با روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۳۵ پاسخ‌دهنده، شامل ۲۴۰ دانشجوی ۹۵ طلبه (۱۶۳ زن و ۱۷۲ مرد) در این پژوهش شرکت داده شدند. شرکت‌کنندگان به چهار مقیاس «پرسش‌نامه قدردانی»، «مقیاس خودارزیابی معنویت»، «مقیاس شادی فاعلی» و «مقیاس رضایت از زندگی» پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌ها و روش‌های آماری، شامل فراوانی، میانگین، انحراف معیار، آزمون همبستگی پیرسون، رگرسیون و تحلیل عامل اکتشافی استفاده شد. تحلیل عامل اکتشافی با چرخش متعامد نشان داد که پرسش‌نامه قدردانی از یک عامل اشباع شده است. ضریب پایایی مقیاس ۰/۸۱ به دست آمد. جهت و میزان همبستگی قدردانی با این مقیاس در راستای پژوهش‌های قبلی و تأییدکننده روایی همگرای آن است. مقایسه نمره‌های قدردانی گروه‌ها نشان داد که نمره‌های طلاب به‌طور معناداری بالاتر از دانشجویان است. با توجه به یافته‌های این پژوهش، پرسش‌نامه قدردانی (GQ-6) قابلیت اجرا برای سنجش قدردانی در ایران را دارد.

واژه‌های کلیدی: قدردانی، پرسش‌نامه قدردانی، استانداردسازی

مقدمه

روان‌شناسان در سال‌های اخیر به این نتیجه رسیده‌اند که برای درک کامل افراد، تمرکز بر جنبه‌های مثبت و منفی روان به یک اندازه، اهمیت دارد. نهضت روان‌شناسی مثبت از آغاز شکل‌گیری‌اش، سهم چشمگیری در تغییر تمرکز منفی بر بیماری و آسیب‌شناسی به توجه مثبت به بهزیستی و سازه‌های مرتبط داشته است. تمرکز بهزیستی و روان‌شناسی مثبت در این است که چگونه زندگی انسان شکوفا می‌شود و به بزرگ‌ترین پاداش‌ها و پتانسیل‌هایش می‌رسد (سلیگمن^۱ و همکاران، ۲۰۰۰؛ فوهی^۲، ۲۰۰۷). یکی از سازه‌هایی که در روان‌شناسی مثبت توجه‌ها را به خود جلب کرده، قدردانی است. قدردانی، صفت جوهری روان‌شناسی مثبت تلقی شده و شامل جهت‌گیری زندگی به سوی جنبه‌های مثبت در دنیا است (گوردون^۳ و همکاران، ۲۰۰۴؛ وود^۴ و همکاران، ۲۰۰۹). با اینکه مدت زیادی از آغاز مطالعه در این باره نگذشته، شواهد نشانگر آن است که احساس قدردانی با پیامدهای مثبت روان‌شناختی و جسمی مرتبط است.

قدردانی، هیجانی است که بیشتر مردم آن را غالباً و به شدت تجربه می‌کنند. برای مثال، زمینه‌یابی گالوپ^۵ نشان می‌دهد که ۶۷ درصد پاسخ‌دهندگان به این سؤال که «چند وقت یکبار احساس قدردانی می‌کنند؟»، گزینه «همواره» را انتخاب کرده‌اند و ۶۰ درصد نیز گفته‌اند که این حالت، آنان را «بسیار شاد» می‌کند (وود و همکاران، ۲۰۰۷). با اینکه قدردانی تجربه‌ای جهانی است، توجه به آن در روان‌شناسی به کمتر از یک دهه می‌رسد (امانز^۶ و هیل^۷، ۲۰۰۰؛ مک‌کلگ^۸ و همکاران، ۲۰۰۲؛ وود و همکاران، ۲۰۰۸b). اما تعریف و ماهیت قدردانی چیست؟ قدردانی، حالتی شناختی - عاطفی و به‌طور معمول همراه با این ادراک است که فرد منفعتی شخصی دریافت کرده که مستحقش نبوده و یا آن را به دست نیاورده؛ بلکه این منفعت به خاطر نیت‌های خوب فرد دیگری نصیبش شده است (بونو^۹ و مک‌کلگ، ۲۰۰۶). قدردانی، هیجانی است که متوجه یک عامل خارجی می‌شود؛ این هیجان به دنبال منفعتی پدید می‌آید که فاخر، با ارزش و با قصد نوع‌دوستانه تفسیر می‌شود. قدردانی، به عنوان یک صفت، نشان‌دهنده تفاوت‌های فردی در شدت و فراوانی تجربه عاطفه قدردانی و میزان تحریک مورد نیاز برای فراخوان قدردانی است. هیجان قدردانی به

1. Seligman
3. Gordon
5. Galoop
7. Hill
9. Bono

2. Fouhy
4. Wood
6. Emmons
8. McCullough

عنوان یک فشارسنج اخلاق عمل می‌کند و توجه افراد را به میزان منفعت دریافتی هر روز جلب می‌کند. قدردانی چهار نوع اطلاعات درباره موقعیت منفعت‌رسان دارد: الف) بهای منفعت برای منفعت‌رسان (دهنده یا واهب)؛ ب) ارزش منفعت برای دریافت‌کننده (گیرنده)؛ ج) قصد همراه با منفعت؛ د) اینکه بدون الزام‌های خویشاوندی برای کمک، تا چه میزان می‌توان توقع دریافت منفعت را داشت. از این‌رو، قدردانی را می‌توان یک منفعت‌یاب دانست (مک‌کلگ و همکاران، ۲۰۰۸). نیت فرد دهنده یا کمک‌کننده در ایجاد احساس قدردانی مؤثر است (تسانگ، ۲۰۰۶). امروزه نشان داده شده که دوتا از قوی‌ترین پیش‌بینی‌های قدردانی عبارت است از: ۱. درک اینکه «دهنده»، علاقه‌مند و متوجه نیازها و آرزوهای «گیرنده» بوده است؛ ۲. دوست داشتن منفعت به دست آمده (آلگو^۲ و همکاران، ۲۰۰۸؛ آلگو و هایدت، ۲۰۰۹^۳).

به‌طور شهودی، این هیجان در سمت و سوی شادی و در مقابل هیجان‌هایی مثل خشم، اضطراب و حسادت است (امانز و مک‌کلگ، ۲۰۰۴). توجه زیادتر به کمک‌های دیگران باعث رضایت بیشتر از زندگی می‌شود (مک‌کلگ و همکاران، ۲۰۰۲) و به گفته واتکینز^۴ (۲۰۰۴) قدردانی سبب می‌شود که افراد به جنبه‌های مثبت محیط اجتماعی‌شان عادت نکنند و در نتیجه، رضایت از زندگی بلندمدت‌تری داشته باشند. در حالی که پیش‌بینی می‌شود قدردانی با رضایت از زندگی ارتباط محکمی دارد، این دو مفهوم با هم مترادف نیست. تحلیل‌های عاملی نشان داد که بهزیستی فاعلی را می‌توان به عامل عاطفی (عاطفه مثبت و منفی) و ارزیابی شناختی تقسیم کرد. رضایت از زندگی، عامل ارزیابی شناختی از بهزیستی فاعلی است (دیئر، ۲۰۰۹^۵).

سطوح بالای قدردانی با بهزیستی فاعلی (امانز و مک‌کلگ، ۲۰۰۳)، تعالی معنوی^۶، صفت‌های عاطفی مثبت (مک‌کلگ و همکاران، ۲۰۰۴)، سرزندگی، امید، خوش‌بینی، همدلی (کوئینگ، ۲۰۰۵^۷)، بهزیستی روانی (وود و همکاران، ۲۰۰۹b)، ابراز قدردانی با احساس‌های مثبت و افزایش انگیزش اجتماعی همراه است (نایتو^۸ و همکاران، ۲۰۰۵؛ فرا^۹ و همکاران، ۲۰۰۸). تمرین قدردانی باعث کاهش عاطفه منفی و افزایش خلق مثبت می‌شود (شلدون^{۱۰} و لیومبرسکی، ۲۰۰۶^{۱۱}). در نوجوانان نیز قدردانی با رضایت از زندگی

1. Tsang

3. Haidt

5. Diener

7. Koenig

9. Froh

11. Lyubomirsky

2. Algoe

4. Watkins

6. spiritual transcendence

8. Naito

10. Sheldon

(چن^۱ و کی^۲، ۲۰۰۸) و رضایت از تجربه مدرسه در ارتباط است (فرا و همکاران، ۲۰۰۹). با این اوصاف، طبیعی است که قدردانی، یکی از شیوه‌های شادتر شدن تلقی شود (شلدون و لیومبرسکی، ۲۰۰۷).

بررسی ارتباط قدردانی با سبک‌های کنار آمدن نیز نشان داد که قدردانی با جستجوی حمایت اجتماعی هیجانی و وسیله‌ای، تفسیر درباره مثبت، کنار آمدن فعال، و برنامه‌ریزی، رابطه مثبت دارد و با سرزنش خود، استفاده از مواد، انکار و گسلش رفتاری، رابطه منفی دارد (وود و همکاران، ۲۰۰۷b). قدردانی با گرایش به مسائل مادی نیز رابطه منفی دارد (پولاک^۳ و مک‌کلگ، ۲۰۰۶). قدردانی به‌طور مستقیم حمایت اجتماعی را بارور می‌کند و افراد را از اضطراب و افسردگی محافظت می‌کند (وود و همکاران، ۲۰۰۸c). قدردانی با گذشت نیز همبستگی دارد. عوامل شخصیت، با روان‌رنجورخویی رابطه ندارد و در میان بقیه عوامل، بیش از همه با سازگاری رابطه دارد (نتو^۴، ۲۰۰۷). وود و همکارانش (۲۰۰۸) قدردانی را به عنوان یک عامل شخصیت پیشنهاد کرده‌اند.

قدردانی یک وجه اخلاقی و دینی نیز دارد. قدردانی، به عنوان یک عاطفه اخلاقی و یک هیجان مقدس شناخته شده است (مک‌کلگ و همکاران، ۲۰۰۱؛ بالکلی^۵، ۲۰۰۵). کندلر^۶ و همکارانش (۲۰۰۳) قدردانی را به عنوان یکی از ابعاد هفت‌گانه دینداری در نظر گرفته و نشان داده‌اند که با کاهش خطر وابستگی به نیکوتین، الکل و مواد، سوء مصرف مواد، رفتار جامعه‌ستیزانه، افسردگی اساسی، فوبی‌ها، اختلال اضطراب منتشر، اختلال وحشت‌زدگی، و پراشت‌هایی روانی همبسته است. احساس قدردانی نسبت به خدا، کاهش اثرهای آسیب‌زای اضطراب را به همراه دارد (کروز^۷، ۲۰۰۶). قدردانی با کیفیت خواب مرتبط است و کیفیت فاعلی، مدت، مقدار کمتر نهنفتگی خواب و بدکاری در ساعت روز را پیش‌بینی می‌کند (وود و همکاران، ۲۰۰۹).

علاقه رو به افزایش در مورد روان‌شناسی مثبت، مستلزم وجود ابزارهای مناسب و معتبر برای سنجش مفاهیم آن است. یک ابزار مشهور درباره سنجش قدردانی، پرسش‌نامه قدردانی (GQ-6) می‌باشد. مک‌کلگ و همکارانش (۲۰۰۲)، این مقیاس را برای سنجش تفاوت‌های فردی در ویژگی قدردانی ساخته‌اند و در بسیاری از پژوهش‌ها، از جمله بیشتر پژوهش‌های بیان شده، از این مقیاس استفاده شده است. کار آنان مسیر جدیدی برای درک

1. Chen
3. Polak
5. Bulkeley
7. Krause

2. Kee
4. Neto
6. Kendler

اثر مثبت قدردانی بر بهزیستی گشوده است (چن و همکاران، ۲۰۰۸). اعتبار این آزمون در پژوهش‌های متعدد و بین‌فرهنگی رضایت‌بخش بوده است. آلفای کرونباخ پرسش‌نامه قدردانی از ۰/۷۵ تا ۰/۸۲ می‌باشد که با توجه به کم بودن تعداد گویه‌ها، رضایت‌بخش تلقی شده است (مک‌کلگ و همکاران، ۲۰۰۲؛ نتو، ۲۰۰۷؛ چن و همکاران، ۲۰۰۸).

هدف اصلی این پژوهش، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسش‌نامه قدردانی (GQ-6) است که شامل همسانی درونی، روایی همزمان در نمونه‌ای متنوع از آزمودنی‌ها می‌باشد. با توجه به اینکه یکی از محدودیت‌های پژوهش‌های قبلی، فقط استفاده از نمونه‌های دانشجویی بود، با اضافه کردن یک گروه از دانش‌پژوهان حوزوی در پژوهش تا حدودی این محدودیت را برطرف کردیم. سؤال‌های فرعی این پژوهش عبارت است از: ۱. آیا در نمونه ایرانی، قدردانی با سازه‌های شادی، رضایت از زندگی و معنویت همبسته است؟ ۲. آیا تفاوت جنسیتی در نمره‌های قدردانی دانشجویان وجود دارد؟ ۳. آیا بین دو گروه دانشجو و طلبه، تفاوتی در نمره‌های مقیاس قدردانی وجود دارد؟

روش

جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، تهران، شهید بهشتی و آزاد اسلامی و طلاب حوزه علمیه قم در سال تحصیلی ۱۳۸۷-۱۳۸۸ بودند. ۲۴۰ دانشجو و ۹۵ طلبه (شامل ۱۶۳ زن و ۱۷۲ مرد) با روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۲/۵۹ سال با دامنه ۱۸ تا ۳۵ و انحراف استاندارد ۴/۱۳ است. تعدد دانشگاه‌های مورد بررسی به خاطر بالا بردن قدرت تعمیم نتایج در دانشجویان و انتخاب چهار دانشگاه خاص، به خاطر دسترسی پژوهشگران به آنها بود. اضافه کردن یک گروه از حوزه علمیه نیز به این دلیل بود که استفاده از نمونه دانشجویی، از محدودیت‌های بیان شده در پژوهش‌های قبلی بود (چن و همکاران، ۲۰۰۸). علاوه بر اینکه، ترکیب حاضر، امکان مقایسه دانشجویان و طلاب را که از موضوع‌های مورد علاقه ما بوده، فراهم می‌کند. پژوهش حاضر، از نوع توصیفی - همبستگی است و از شاخص‌ها و روش‌های آماری، شامل فراوانی، میانگین، انحراف معیار، تحلیل عاملی و همبستگی پیرسون برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است. ابزارهای این پژوهش عبارت است از:

۱. پرسش‌نامه قدردانی (GQ-6): یک پرسش‌نامه شش‌گویه‌ای و تک‌عاملی است که مک‌کلگ و همکارانش (۲۰۰۲) برای سنجش تفاوت‌های فردی در آمادگی فرد برای تجربه قدردانی در زندگی روزانه‌اش ساخته‌اند. اعتبار این آزمون در پژوهش‌های متعدد و

بین‌فرهنگی رضایت‌بخش بود. آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه از ۰/۷۵ تا ۰/۸۲ بوده است. پس از انجام ترجمه و ترجمه برگردان توسط افراد متخصص و غیر مرتبط با پژوهش، نسبت به درستی ترجمه فارسی این مقیاس، اطمینان شد. شرکت‌کنندگان به این پرسش‌نامه و دو مقیاس زیر، در یک مقیاس پنج‌درجه‌ای پاسخ دادند.

۲. **مقیاس رضایت از زندگی:** این مقیاس شامل پنج‌گویه و تک‌عاملی است. دینر^۱ این مقیاس را برای سنجش بُعد شناختی بهزیستی فاعلی ساخته و تاکنون یکی از پرکاربردترین ابزارها درباره رضایت از زندگی است (آتینزا^۲ و همکاران، ۲۰۰۳؛ هالتل^۳ و گوستاوسن، ۲۰۰۸؛ وو، ۲۰۰۹^۴، چن و تسای، ۲۰۰۹^۵). بیانی و همکارانش (۱۳۸۶) این مقیاس را اعتباریابی کرده‌اند.

۳. **مقیاس خودارزیابی معنویت:** این مقیاس شش‌گویه‌ای و تک‌عاملی، جهت‌گیری معنوی یا معنویت مبتنی بر جهت‌گیری درونی را می‌سنجد. نمونه‌ای از گویه‌ها عبارت است از: «بسیار سعی می‌کنم تا زندگی‌ام بر اساس باورهای دینی‌ام باشد» (گویه ۲)؛ «از مطالعه درباره معنویت یا دینم لذت می‌برم» (گویه ۴). این مقیاس در پژوهش‌های بالینی و غیر بالینی به عنوان ابزاری معتبر به کار برده شده است. پایایی درونی آن از ۰/۸۲ تا ۰/۹۱ است (گالانت، ۲۰۰۷^۶؛ گالانت و همکاران، ۲۰۰۷).

۴. **مقیاس شادی فاعلی:** این مقیاس که توسط لیومبرسکی و لپر^۷ (۱۹۹۹) ساخته شده، چهار گویه دارد و آزمودنی‌ها در یک مقیاس هفت‌درجه‌ای به آن پاسخ می‌دهند. دو گویه نخست از پاسخ‌دهنده می‌خواهد خودش را به ترتیب به صورت مستقل و در مقیاسه با هم‌تاهایش درجه‌بندی کند. گویه‌های سه و چهار، به ترتیب افراد شاد و غمگین را توصیف می‌کند و از پاسخ‌دهنده می‌پرسد که این توصیف‌ها چقدر در مورد او درست است. در پژوهش‌های متعدد، این مقیاس، روایی و پایایی بسیار خوبی را داشته، البته پایایی درونی آنها بر اساس آلفای کرونباخ از ۰/۸۵ تا ۰/۹۵ بوده است (لیومبرسکی و همکاران، ۲۰۰۶).

یافته‌ها

۱. **روایی عاملی اکتشافی:** نتایج محاسبه‌های اولیه تحلیل مؤلفه‌های اصلی نشان می‌دهد که اندازه KMO برابر با ۰/۷۷۸ و مشخصه آزمون کرویت بارتلت^{۱۰} نیز برابر با ۷۰۷/۷۹۲ و از

- | | |
|--|---------------|
| 1. Ed Diener | 2. Atienza |
| 3. Hultell | 4. Gustavsson |
| 5. Wua | 6. Tsai |
| 7. Galanter | 8. Lepper |
| 9. Kaiser Meyer Olkin measure of sampling adequacy | |
| 10. Bartlett's test of sphericity | |

لحاظ آماری معنادار است ($p=0/0001$)؛ یعنی بر اساس این داده‌ها می‌توان به استخراج عامل‌ها اطمینان کرد. نتایج تحلیل مؤلفه‌های اصلی نشانگر آن است که فقط ارزش‌های ویژه یک عامل، بزرگ‌تر از یک ($3/143$) است. این تک عامل، $52/37$ درصد کل واریانس متغیرها را تبیین می‌کند. بارهای عاملی گویه‌های مقیاس از $0/827$ تا $0/487$ و همگی بالای $0/4$ بوده که مطلوب است. در جدول شماره ۱، میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی سؤال - نمره کل آزمون آمده است. همبستگی سؤال - نمره کل نشان می‌دهد که همه سؤال‌ها، همبستگی بالای $0/3$ دارد که بیانگر روایی تک تک سؤال‌ها است. ضریب پایایی این مقیاس بر اساس آلفای کرونباخ $0/81$ به دست آمد که رضایت‌بخش است.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی سؤال - نمره کل پرسش‌نامه قدردانی

گویه	میانگین	انحراف استاندارد	همبستگی سؤال - نمره	مقدار آلفا در صورت حذف گویه
۱	۴/۲۱	۰/۹۳	۰/۵۹۹	۰/۷۷۴
۲	۴/۱۴	۱/۰۵	۰/۶۸۸	۰/۷۵۲
۳	۴/۴۸	۰/۸۹	۰/۵۸۶	۰/۷۷۸
۴	۳/۷۷	۱/۰۸	۰/۶۰۸	۰/۷۷۱
۵	۳/۸۰	۱/۰۱	۰/۶۰۹	۰/۷۷۱
۶	۳/۹۱	۱/۰۵	۰/۳۵۶	۰/۸۲۷

۲. **روایی همگرا:** روایی همگرای پرسش‌نامه قدردانی، با محاسبه همبستگی آن با سه مقیاس خودارزیابی معنویت، رضایت از زندگی و شادی فاعلی به دست آمد. نتایج جدول ۲ نشان‌دهنده روایی همگرای مقیاس پرسش‌نامه قدردانی است. به این ترتیب، هر چه معنویت بیشتر باشد، قدردانی نیز بیشتر می‌باشد و بالاتر بودن قدردانی با بالاتر بودن رضایتمندی و شادی همراه است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی پرسش‌نامه قدردانی با دیگر مقیاس‌ها

مقیاس	ضریب همبستگی	معناداری
خودارزیابی معنویت	۰/۴۳۴	۰/۰۰۰۱
رضایت از زندگی	۰/۴۴۶	۰/۰۰۰۱
شادی فاعلی	۰/۳۱۴	۰/۰۰۰۱

با توجه به همبستگی مثبت قدردانی با شادی، رضایت از زندگی و معنویت، رگرسیون چندگانه اجرا شد تا مشخص شود که کدام یک از این متغیرها قدرت تبیین بیشتری از

واریانس نمره قدردانی را دارد. آماره رگرسیون (F) به‌طور معناداری متفاوت از صفر بود (F=76.17; R=0.45; R²=0.20; Adj R²=0.20). در گام اول، رضایت از زندگی توانست ۲۰ درصد واریانس نمره قدردانی را پیش‌بینی کند. در گام دوم، با وارد شدن عامل معنویت این عدد به ۳۰ درصد رسید (جدول ۳).

جدول ۳: خلاصه نتایج رگرسیون گام به گام برای تعیین سهم هر یک از متغیرهای رضایت از زندگی، شادی و معنویت بر تغییرهای مربوط به قدردانی

مدل	R	R ²	R ² Δ	SE	F Δ	df ¹	df ²	sig
قدردانی	۰/۴۵	۰/۲۰	۰/۲۰	۳/۹۰	۷۶/۱۷	۱	۲۹۱	۰/۰۰۰
قدردانی معنویت	۰/۵۴	۰/۳۰	۰/۰۹	۳/۶۶	۳۹/۱۲	۱	۲۹۰	۰/۰۰۰

بررسی دو عامل جنسیت و گروه (دانشجو - طلبه) نشان داد که نمره‌های قدردانی دانشجویان زن به‌طور معناداری بالاتر از مردان دانشجوی است (t=۴/۰۴۱، p<۰/۰۰۰۱) و نمره‌های قدردانی طلاب به‌طور معناداری بالاتر از دانشجویان می‌باشد (جدول ۴).

جدول ۴: نمره میانگین (انحراف معیار) آزمودنی‌ها

مقیاس	دانشجویان	طلاب	کل	t
قدردانی	۲۳/۹۷ (۴/۶۶)	۲۵/۳۰ (۳/۱۶)	۲۴/۳۵ (۴/۳۳)	۳/۰۰۴*

* p < 0.01

بحث و نتیجه‌گیری

گرایش به روان‌شناسی مثبت، باعث تهیه ابزارهای معتبر و پایا شده است. هدف این پژوهش، بررسی روایی و پایایی پرسش‌نامه قدردانی (GQ-6) در گروهی از آزمودنی‌های فارسی‌زبان ایرانی بود. بسیاری از پژوهش‌ها، از جمله تحقیق‌های مربوط به قدردانی، به نمونه دانشجویان محدود بوده است. ما در این پژوهش، با شرکت دادن دانش‌پژوهان حوزه علمیه درصدد عدم تکرار این محدودیت برآمدیم. به نظر می‌رسد که ترکیب نمونه حاضر، توان تعمیم نتایج را افزایش می‌دهد. همسانی درونی ماده‌های پرسش‌نامه قدردانی بر اساس ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و تأیید شد. روایی همزمان پرسش‌نامه قدردانی از راه اجرای همزمان مقیاس رضایت از زندگی، مقیاس شادی فاعلی و مقیاس خودارزیابی معنویت در مورد آزمودنی‌ها محاسبه شد. در این پژوهش، جهت و مقدار رابطه سازه‌های مرتبط با قدردانی در راستای پژوهش‌های قبلی به دست آمد. بالاتر بودن نمره قدردانی زنان دانشجوی

از دانشجویان مرد نیز در تطابق با بالاتر بودن نمره قدردانی در دختران نوجوان (فرا و همکاران، ۲۰۰۹)، زنان (وود و همکاران، ۲۰۰۸) و زنان سالمند (کروز، ۲۰۰۶) در پژوهش‌های پیشین است. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، اعتبار سازه و عاملی نسخه فارسی پرسش‌نامه قدردانی تأیید شد. با استناد به یافته‌های فعلی در مورد پایایی و روایی پرسش‌نامه قدردانی، می‌توان از این مقیاس در پژوهش‌های مربوط به روان‌شناسی مثبت و قدردانی استفاده کرد. اعتبار این پرسش‌نامه، پژوهش جنبه‌های مثبت انسانی را آسان می‌کند. شایسته است که سازه‌های مرتبط با قدردانی که در ادبیات این مفهوم آمده، در پژوهش‌های دیگری بررسی شود.

منابع

- Algoe, S. B. & J. Haidt (2009), "Witnessing Excellence in Action: the "other-praising", Emotions of Elevation, Gratitude, and Admiration", *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), pp.105-127.
- Algoe, S. B.; J. Haidt & S. L. Gable (2008), "Beyond Reciprocity: Gratitude and Relationships in Everyday Life", *Emotion*, 8(3), pp.425-429.
- Atienza, F. L.; I. Balaguer & M. L. Garcí'a-Merita (2003), "Satisfaction with Life Scale: Analysis of Factorial Invariance Across Sexes", *Personality and Individual Differences*, 35, pp.1255-1260.
- Bayani, A.; A. Kouchaki & H. Goudarzi (2008), "Validity and Reliability of Satisfation with Life Scale", *Iranian Psychologists*, 3(11), pp.259-265, (in Persian).
- Bono, G. & M. E. McCullough (2006), "Positive Responses to Benefit and Harm: Bringing Forgiveness and Gratitude Into Cognitive Psychotherapy", *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(2), pp.1-10.
- Bulkeley, K. (2005), *Soul, Psyche, Brain: New Directions in the Study of Religion and Brain-Mind Science*, Palgrave Macmillan, USA.
- Chen, L. H. & Y. H. Kee (2008), "Gratitude and Adolescent Athletes' Well-Being", *Social Indic Research*, 89, pp.361-373.
- Chen, L. H.; M. Chen; Y. H. Kee & Y. Tsai (2008), "Validation of the Gratitude Questionnaire (GQ) in Taiwanese Undergraduate Students", *Journal of Happiness Studies*.
- Diener, E. (2009), Subjective Well-Being. In E. Diener (ed.), *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*, Springer, pp.11-58.
- Emmons, R. A. & J. Hill (2001), *Words of Gratitude for Mind, Body, and Soul*, Templeton Foundation Press, USA.

- Emmons, R. A. & M. E. McCullough (2003), "Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life", *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), pp.377-389.
- Fouhy, C. S. M. (2007), *Spiritual Well-Being and Physical Activity: Their Influence on Self-Esteem and Life Satisfaction*, a PhD Dissertation, Capella University.
- Froh, J. J.; C. Yurkewicz & T. B. Kashdan (2009), "Gratitude and Subjective Well-Being in Early Adolescence: Examining Gender Differences", *Journal of Adolescence*, 32(3), pp.633-650.
- Froh, J. J.; W. J. Sefick & R. A. Emmons (2008), "Counting Blessings in Early Adolescents: An Experimental Study of Gratitude and Subjective Well-Being", *Journal of School Psychology*, 46, pp.213-233.
- Galanter, M. (2007), "Spirituality and Recovery in 12-Step Programs: An Empirical Model", *Journal of Substance Abuse Treatment*, 33, pp.265-272.
- Galanter, M.; H. Dermatis; G. Bunt; C. Williams; M. Trujillo & P. Steinke (2007), "Assessment of Spirituality and its Relevance to Addiction Treatment", *Journal of Substance Abuse and Treatment*, 33, pp.257-264.
- Gordon, A. K.; D. R. Musher-Eizenman; S. C. Holub & J. Dalrymple (2004), "What are Children Thankful for? An Archival Analysis of Gratitude Before and After the Attacks of September 11", *Applied Developmental Psychology*, 25, pp.541-553.
- Hultell, D. & J. P. Gustavsson (2008), "A Psychometric Evaluation of the Satisfaction with Life Scale in a Swedish Nationwide Sample of University Students", *Personality and Individual Differences*, 44, pp.1070-1079.
- Kendler, K. S.; X. Liu; C. O. Gardner; M. E. McCullough; D. Larson & C. A. Prescott (2003), "Dimensions of Religiosity and Their Relationship to Lifetime Psychiatric and Substance Use Disorders", *American Journal of Psychiatry*, 160(3), pp.496-503.
- Koenig, H. G. (2005), *Faith and Mental Health Religious Resources for Healing*, Templeton Foundation Press, USA.

- Krause, N. (2006), "Gratitude Toward God, Stress, and Health in Late *Life*", *Research on Aging*, 28, pp.163-183.
- Lyubomirsky, S. & H. S. Lepper (1999), "A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation", *Social Indicators Research*, 46(2), pp.137-156.
- Lyubomirsky, S.; C. Tkach & M. R. Dimatteo (2006), "What are the Differences between Happiness And Self-Esteem?", *Social Indicators Research*, 78, pp.363-404.
- McCullough, M. E.; S. D. Kilpatrick; R. A. Emmons & D. B. Larson (2001), "Is Gratitude a Moral Affect?", *Psychological Bulletin*, 127(2), pp.249-266.
- McCullough, M. E.; J. Tsang, & R. A. Emmons (2004), "Gratitude in *Intermediate* Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience", *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), pp.295-309.
- McCullough, M. E.; M. B. Kimeldorf & A. D. Cohen (2008), "An Adaptation for Altruism? The Social Causes, Social Effects, and Social Evolution of Gratitude", *Current Directions In Psychological Science*, 17(4), pp.281-285.
- McCullough, M. E.; R. A. Emmons & J. Tsang (2002), "The Grateful *Disposition*: A Conceptual and Empirical Topography", *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), pp.112-127.
- Naito, T.; J. Wangwan & M. Tani (2005), "Gratitude in University Students in Japan and Thailand", *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, pp.247-263.
- Neto, F. (2007), Forgiveness, Personality and Gratitude, *Personality and Individual Differences*, 43, pp.2313-2323.
- Polak, E. L. & M. E. McCullough (2006), "Is Gratitude an Alternative to Materialism?", *Journal of Happiness Studies*, 7, pp.343-360.
- Seligman, M. E. P. & M. Csikszentmihalyi (2000), "Positive Psychology an Introduction", *American Psychologist*, 55(1), pp.5-14.

- Sheldon, K. M. & S. Lyubomirsky (2006), "How to Increase and Sustain Positive Emotion: The Effects of Expressing Gratitude and Visualizing Best Possible Selves", *The Journal of Positive Psychology*, 1(2), pp.73-82.
- Sheldon, K. M. & S. Lyubomirsky (2007), "Is It Possible to Become Happier? (And If So, How?)", *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), pp.129-145.
- Tsang, J. (2006), "The Effects of Helper Intention on Gratitude and Indebtedness", *Motivation and Emotion*, 30(3), pp.199-205.
- Watkins, P. C. (2004), Gratitude and Subjective Well-Being, In R. A. Emmons & M. E. McCullough, *The Psychology of Gratitude*, New York: Oxford University Press, pp.167-194.
- Wood, A. M.; J. Maltby; N. Stewart & S. Joseph (2008b), "Conceptualizing Gratitude and Appreciation as a Unitary Personality Trait", *Personality and Individual Differences*, 44, pp.621-632.
- Wood, A. M.; J. Maltby; R. Gillett; P. A. Linley & S. Joseph (2008c), "The Tole of Gratitude in the Development of Social Support, Stress, and Depression: Two Longitudinal Studies", *Journal of Research in Personality*, 42, pp.854-871.
- Wood, A. M.; S. Joseph & A. Linley (2007), "Gratitude-Parent of all Virtues", *The Psychologist*, 20(1), pp.18-21.
- Wood, A. M.; S. Joseph & J. Maltby (2008a), "Gratitude Uniquely Predicts Satisfaction with Life: Incremental Validity Above the Domains and Facets of the Five Factor Model", *Personality and Individual Differences*, 45, pp.49-54.
- Wood, A. M.; S. Joseph & J. Maltby (2009b), "Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five facets", *Personality and Individual Differences*, 46(4), pp.443-447.
- Wood, A. M.; S. Joseph & P. A. Linley (2007), "Coping Style as a Psychological Resource of Grateful People", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), pp.1076-1093.

- Wood, A. M.; S. Joseph; J. Lloyd & S. Atkins (2009a), "Gratitude Influences Sleep Through the Mechanism of Pre-Sleep Cognitions", *Journal of Psychosomatic Research*, 66, pp.43-48.
- Wua, C.; L. H. Chen & Y. Tsai (2009), "Longitudinal Invariance Analysis of the Satisfaction with Life Scale", *Personality and Individual Differences*, 46(4), pp.396-401.