

پیش‌بینی شادکامی بر اساس بهزیستی معنوی، معنویت‌گرایی و دلبستگی به خدا

ناهید خدابنده^۱، مرتضی ترخان^۲، الهه صادقی^۳

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، موسسه آموزش عالی آیندگان، تنکابن، ایران

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. ایمیل: mttmaster20@yahoo.com

۳. استادیار موسسه آموزش عالی آیندگان، تنکابن، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۲۷

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۲۶

چکیده:

هدف این پژوهش، بررسی رابطه بین دلبستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی با شادکامی کارکنان مرد حرم عبدالعظیم بوده است. روش تحقیق این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش کلیه کارکنان مرد حرم عبدالعظیم بودند که از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس ۱۶۰ نفر از آنها انتخاب و پرسشنامه‌های معنویت‌گرایی، دلبستگی به خدا، بهزیستی معنوی و شادکامی را تکمیل نمودند. داده‌های آماری از طریق شاخص‌های توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری به روش گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ضریب همبستگی پیرسون نشان داد، بین دلبستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی با شادکامی کارکنان مرد رابطه معنادار مثبت وجود دارد. تحلیل رگرسیون چندمتغیری به روش گام به گام نشان داد، دلبستگی به خدا در گام اول ۲۶/۹۰ درصد و بهزیستی معنوی ۴/۳۰ درصد در گام دوم و در مجموع این دو متغیر ۳۱/۲۰ درصد از واریانس شادکامی کارکنان مرد را پیش‌بینی کردند. به طور کلی این پژوهش نشان داد، دلبستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی از جمله متغیرهای مهم در پیش‌بینی شادکامی کارکنان مرد حرم عبدالعظیم می‌باشند. **کلیدواژه‌ها:** بهزیستی معنوی، دلبستگی به خدا، شادکامی، معنویت‌گرایی.

استناد به این مقاله:

خدابنده، ناهید؛ ترخان، مرتضی؛ صادقی، الهه. (۱۴۰۳). پیش‌بینی شادکامی بر اساس بهزیستی معنوی، معنویت‌گرایی و دلبستگی به خدا. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۲۰(۴): ۷-۱۵. doi: 10.22051/jontoe.2024.47134.3922

مقدمه

بر اساس متون روان‌شناسی، شادکامی^۱ از جمله متغیرهای مهم روان‌شناختی و از مفاهیم اصلی و بنیادی در حوزه روان‌شناسی مثبت‌نگر^۲ است که با دارا بودن مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و هیجانی در سال‌های اخیر توجه بسیاری از روان‌شناسان و درمانگران مختلف را به خود جلب نموده است (مارتین، ۲۰۱۲؛ پهلوانی، جوکار، ۱۴۰۱، ص. ۷۸). شادکامی ترجمان خوشنودی، لذت، خوشایندی، مجموعه‌ای از عواطف و ارزیابی شناختی از زندگی است که کیفیت زندگی بر اساس آن سنجیده می‌شود (اوهانلون و برتولینو، ۲۰۱۲). به دیگر سخن، شادکامی مبین حالت خوب و خوشایندی است که با تجاربی مانند خوشی، رضایت از زندگی، تاب‌آوری و سخت‌کوشی همراه است و نه تنها موجبات فعالیت‌های لذت‌بخش زندگی را فراهم می‌سازد بلکه موجب روابط بین فردی گرم و سازنده در مناسبات اجتماعی می‌شود (گتلیب و فرو، ۲۰۱۹، ص. ۶). فورکاس (۲۰۱۳)، پرانک، کادکی، لوری، کاتز و همکاران (۲۰۱۶) شادکامی را مشتمل بر عواطف و نوع ارزیابی شناختی از زندگی می‌دانند که دارای مؤلفه‌های شناختی، عاطفی، اجتماعی و هیجانی است و در میزان سازگاری افراد در شرایط مختلف نقش اساسی و تعیین‌کننده دارد. در متون دین اسلام، واژه سعادت به‌عنوان معادله شادکامی به کار برده شده است و بر پایه دو مؤلفه اساسی رضایت (به معنای شکر، صبر، ترک از معصیت و طاعت) و نشاط (به معنای لذت معنوی و مادی) قرار گرفته است که همه این مؤلفه‌ها بیانگر بایدها و نبایدهایی است که خوشایندها و لذت‌های واقعی زندگی را فراهم می‌سازند (سیستانی اله آبادی، البرزی و خوشبخت، ۱۳۹۹: ۳۷). بر همین اساس استوارت، واتسون، کلارک، ایمیر و همکاران (۲۰۱۰) اعتقاد دارند، میزان شادکامی از جمله مؤلفه‌های روان‌شناختی مهم در تعیین کیفیت زندگی، سلامت روانی، خوش‌بینی، تاب‌آوری و امید به زندگی افراد می‌باشد.

وارسی‌های انجام گرفته بیانگر این واقعیت است، در میزان شادکامی افراد عوامل متعددی نقش دارند که می‌توان به معنویت^۳، دلبستگی به خدا^۴ و بهزیستی معنوی^۵ اشاره نمود (گومز و فیشر، ۲۰۰۳، ص. ۱۹۸۳؛ لویز، مالتبی و دی، ۲۰۰۵، ص. ۱۱۹۷). معنویت بیانگر عقاید و باورهای مذهبی درونی است که افراد را قادر می‌سازد، مسئولیت اعمال خود را در شرایط مختلف به خصوص استرس‌آفرین بپذیرند؛ از آنجاکه این‌گونه افراد ارتباط قوی با خداوند دارند و بر این باورند آنچه که تعیین‌کننده بهزیستی روانی و شادکامی افراد می‌باشد، تعهد و مسئولیت در قبال انجام رفتارها می‌باشد. (سالم، سینگ و سینگ، ۲۰۱۷، ص. ۶۹۹). به دیگر بیان، معنویت به‌مثابه آگاهی از هستی یا نیروی فراتر از جنبه‌های مادی زندگی است و احساس عمیقی از وحدت یا پیوند با کائنات را به وجود می‌آورد. معنویت به‌عنوان یک تکیه‌گاه معنوی می‌تواند تأثیر ضربه‌گیر در برابر استرس داشته باشد و در طولانی‌مدت موجبات شادکامی و کیفیت زندگی مناسب را فراهم سازد (نجفی و عرفان، ۱۳۹۱، ص. ۵). از دیگر متغیرهای روان‌شناختی ارتباط تنگاتنگ با شادکامی افراد دارد، بهزیستی معنوی افراد می‌باشد. بهزیستی معنوی ارتباط با یک قدرت متعالی است که موجبات سازگاری، خوش‌بینی، تاب‌آوری، معناداری و هدفمندی در زندگی را به ارمغان می‌آورد (بونت، ۲۰۰۹). به عبارت دیگر، بهزیستی معنوی ترجمان احساسات، عواطف، رفتارها و شناخت‌های مثبت در ارتباط با خود، دیگران، آینده، دنیا و خداوند می‌باشد که نقش مهمی در میزان شادکامی و کیفیت زندگی افراد دارد (گومز و فیشر، ۲۰۰۳، ص. ۱۹۸۲؛ گرین و لیوت، ۲۰۱۰، ص. ۱۵۲). فیشر (به نقل از ملت، ابراهیمی قوام، لواسانی، سعدی‌پور؛ ۱۴۰۰، ص. ۲۶) بهزیستی معنوی را در چهار بعد تشریح می‌کند که عبارتند از بعد شخصی، عمومی، معنایی و بعد محیط زیست است که در تعیین سازگاری افراد در شرایط مختلف زندگی نقش محسوسی دارد. در این راستا میکائیلی منبع، گلی‌زاده، قربانی (۱۳۹۹)، فیشر و گومز (۲۰۰۳) بر این باورند، بهزیستی معنوی وضعیتی از سلامتی است که احساسات، رفتارها و تشخیص مثبت نسبت به رابطه با خود، دیگران، طبیعت و موجودات برتر را نشان می‌دهد و دارای دو بعد وجودی و مذهبی است. بعد مذهبی بیانگر ارتباط با یک نیروی برتر یعنی

1. Happiness
2. Positive psychology
3. Spirituality
4. Attachment to God
5. Spiritual well-being

خداست و بعد وجودی بیانگر احساس فرد در مورد خودش از اینکه چه کسی است، می‌باشد. هر دو بعد موجبات حرکت به سمت تعالی را فراهم می‌سازد. به طوری که بعد مذهبی حرکت به سمت خدا و بعد وجودی حرکت به سوی فراتر از خودمان را موجب می‌شود و ماحصل آن سلامت وجودی و سلامت مذهبی است. از دیگر مؤلفه‌های روان‌شناختی که نقش مهمی در میزان شادکامی دارد، دلبستگی به خداست؛ دلبستگی به عنوان یک پدیده چندبعدی، دارای مهارت اجتماعی، میان فردی و عاطفی است که بر اساس دلبستگی والدین شکل گرفته و از عوامل تأثیرگذار در روابط بین فردی است (شکرالله‌زاده، سیدموسوی، زاده محمدی، نصیری هانیس و همکاران، ۱۴۰۰، ص. ۹۱). در واقع دلبستگی به خداوند بیانگر کیفیت ارتباط عاطفی، شناختی و رضا به خداست که تعیین‌کننده میزان بهزیستی روانی، معناداری در زندگی، تاب‌آوری و شادکامی در شرایط سخت و دشوار زندگی می‌باشد (کنت، بردشاو و یوسکر، ۲۰۱۸، ص. ۴۶۰). محققان بر این باورند که دلبستگی به خدا، عمیق‌ترین، خالص‌ترین و درونی‌ترین ارتباطی است که افراد بشر دارند و افرادی که دلبستگی قوی با خداوند دارند، امید به زندگی و شادکامی آنها نیز بالاتر می‌باشد (هورتون، ایسون، لوکاس، دانی و همکاران، ۲۰۱۲، ص. ۵۵۴؛ استرنجر، اسکیتکر، فوکی، ۲۰۱۶، ص. ۲۵).

مروری بر ادبیات پژوهشی و واری‌های انجام گرفته در زمینه ارتباط معنویت، دلبستگی به خدا و بهزیستی معنوی با شادکامی نشان می‌دهد، این متغیرها در تعیین شادکامی افراد نقش مبرهنی دارند. مثلاً بانرچی، پاتاک و یاداو (۲۰۱۹) در بررسی‌های خود نشان دادند، معنویت و هوش معنوی از جمله متغیرهای مهم در میزان شادکامی افراد هستند. حجت‌خواه، طارن طیب، رحمانی نیک، کریمی طالقانی و همکاران (۱۴۰۰) در مطالعات خود نشان دادند که معنویت‌گرایی یک عامل پیش‌بینی‌کنندگی قوی در میزان شادکامی افراد می‌باشد. بونت (۲۰۰۹)، میکائیلی منیع و همکاران (۱۳۹۹)، گومز و فیشر (۲۰۰۳) در مطالعات خود نشان دادند که بهزیستی معنوی نه تنها از متغیرهای مهم در امنیت روانی و معناداری در زندگی می‌باشد، بلکه در میزان شادکامی افراد نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. ورعی، عسگری و باقری (۱۳۹۶)، کاظمی مجد، علی محمدی و جباری (۱۳۹۷) همسو با تحقیقات یادشده، بهزیستی معنوی را در تعیین شادکامی افراد بسیار مؤثر می‌دانند. پاره‌ای از تحقیقات مانند فونتولاکیس، سیامولی، مگیریا و کاپرینیز (۲۰۰۸)، ایسون، بردشاو، کویل و مارسوم (۲۰۱۲) در بررسی‌های خود نشان دادند، دلبستگی به خدا در میزان شادکامی افراد نقش مهم و اساسی دارد. در همین راستا کروز و هایوارد (۲۰۱۶)، فرهوش، عرفانی و حبیب‌الهی (۱۳۹۸)، رنجبر، نصرتی، غباری بناب و سادات حسنی (۱۴۰۰) در کاوش‌های خود مشخص کردند، افرادی که از دلبستگی ایمن به خدا برخوردارند و رابطه عمیق، مثبت و سازنده‌ای با خداوند دارند، از میزان شادکامی، رضایت از زندگی و بهزیستی روانی بالاتری نیز برخوردارند. در همسویی مطالعات فوق‌نورن‌ها (۲۰۱۵)، استالپ، کولن، گلاس، هیس و همکاران (۲۰۲۲) پرستون و ریتز (۲۰۱۳) در بررسی‌های خود، دلبستگی به خدا را یک عامل مهم در میزان شادکامی افراد می‌دانند. با توجه به تحقیقات یادشده و نیز از آن روی که این پژوهش تاکنون در کارکنان مرد حرم حضرت عبدالعظیم علیه السلام صورت نگرفته است، تحقیق حاضر با هدف بررسی و کشف رابطه میان متغیرهای معنویت، بهزیستی معنوی و دلبستگی به خدا با شادکامی کارکنان مرد حرم حضرت عبدالعظیم علیه السلام صورت گرفته است. قطعاً نتایج این پژوهش در شادکامی این دسته از افراد که از خادمان حرم مطهر هستند، می‌تواند نقش اساسی و مؤثری داشته باشد.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از نظر روش اجرا توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری شامل همه کارکنان مرد حرم حضرت عبدالعظیم علیه السلام است که بر اساس جدول مورگان ۱۶۰ نفر از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پس از توجیه هدف پژوهش و ترغیب آنها در اجرای پژوهش، پرسشنامه‌های پژوهش در اختیار آنها قرار گرفت و پس از تکمیل پرسشنامه‌ها از سوی آنها و بررسی صحت و سقم تکمیل پرسشنامه‌ها، پرسشنامه‌های پژوهش جمع‌آوری و داده‌های مورد لزوم

استخراج و از طریق برنامه آماری SPSS مورد پردازش قرار گرفت. در این پژوهش جهت سنجش متغیرهای مورد مطالعه از ابزارهای زیر استفاده شده است.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد: هیلز و آرچیل^۱ این پرسشنامه را در سال ۲۰۰۲ طراحی کردند که دارای ۲۹ سؤال و مقیاس پاسخگویی شش درجه‌ای لیکرت (از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۶) است و ۱۲ سؤال آن به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. هیلز و آرچیل ضریب پایایی پرسشنامه را ۰/۹۱ و همبستگی درونی گویه‌ها را ۰/۶۵ گزارش کرده‌اند. هادی‌نژاد و زراعی در پژوهش خود این پرسشنامه را در دانش‌آموزان دبیرستانی هنجاریابی کرده‌اند و علاوه بر بررسی روایی محتوایی و روایی همگرا و واگرایی این پرسشنامه با پنج عامل بزرگ شخصیت، پایایی بازآزمایی آن را برابر با ۰/۸۴ و آلفای کرونباخ آن را برابر ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند (به نقل از حجت‌خواه، طارق طیب، رحمانی نیک، کریمی طالبانی و همکاران، ۱۴۰۰، ص. ۱۱۵).

پرسشنامه معنویت‌گرایی: این پرسشنامه توسط پارسیان و دونینینگ در سال ۲۰۰۹ تهیه شده است. دارای ۲۹ عبارت بوده و ۴ زیرمقیاس خودآگاهی، اهمیت اعتقادات معنوی در زندگی، فعالیت‌های معنوی و نیازهای معنوی را می‌سنجد و در یک طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۴ نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه به منظور ارزیابی اهمیت معنویت در زندگی افراد و سنجش ابعاد مختلف آن ساخته شده است. جهت بررسی پایایی آن از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج آن حاکی از پایایی مناسب پرسشنامه است. به طوری که ضریب آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۹۴ و ضریب آلفای کرونباخ زیرمقیاس خودآگاهی ۰/۹۱، اهمیت اعتقادات معنوی در زندگی ۰/۹۱، فعالیت معنوی ۰/۸۰ و نیازهای معنوی ۰/۸۹ گزارش شده است (یلقان‌آبادی، سلطانی شال، عبدخدایی و آقامحمدیان شعیباف، ۱۳۹۰، صص. ۷۲-۷۹).

پرسشنامه بهزیستی معنوی: پرسشنامه ۲۰ سؤالی بهزیستی معنوی پولوتزین و الیسون (۱۹۸۲) ۲۰ سؤال دارد که ۱۰ سؤال آن سلامت مذهبی و ۱۰ سؤال دیگر آن سلامت وجودی فرد را می‌سنجد. نمره بهزیستی معنوی جمع این دو زیرگروه است که دامنه آن بین ۲۰ تا ۱۲۰ است، پاسخ این سؤالات به صورت لیکرت ۶ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم دسته‌بندی شده است. این پرسشنامه در ایران توسط عباسی در سال ۱۳۸۴ بر روی ۲۸۳ دانشجوی پرستاری دانشگاه‌های ایران، تهران و شهید بهشتی اجرا گردید. برای این پرسشنامه ضریب پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش شده است (میکائیلی منبع و همکاران، ۱۳۹۹، ص. ۵۴).

پرسشنامه دلبستگی به خدا: پرسشنامه دلبستگی به خدا توسط غباری و حدادی کوهسار (۱۳۹۰) با هدف سنجش دلبستگی مسلمانان به خدا تدوین شده است. این پرسشنامه ۳۷ سؤال دارد و بر اساس طیف هفت گزینه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. ۴ عامل فرعی در این پرسشنامه وجود دارد که در زیر دو عامل اساسی برداشت درونی از خود و برداشت درونی از خدا خلاصه می‌شوند. چهار عامل اساسی پرسشنامه عبارتند از پایگاه امن، پناهگاه مطمئن بودن موضوع دلبستگی، جوارجویی به موضوع دلبستگی در مواقع استرس‌زا و اعتراض به جدایی موضوع دلبستگی. ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۰ در جمعیت ایرانی گزارش شده است.

یافته‌های پژوهش

نتایج در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار استفاده شده است و به منظور آزمون فرضیه‌های پژوهشی از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری به شیوه گام به گام استفاده گردید.

جدول شماره ۱. شاخص‌های توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون

| متغیرها | میانگین | انحراف معیار | ضریب همبستگی | سطح معناداری |
|-----------------|---------|--------------|--------------|--------------|
| شادکامی | ۷۶/۷۱ | ۱۳/۳۰ | - | - |
| دل‌بستگی به خدا | ۱۶۱/۹۸ | ۲۴/۲۵ | ۰/۵۱۹** | ۰/۰۰۱ |
| بهزیستی معنوی | ۷۶/۵۳ | ۱۱/۹۶ | ۰/۲۷۳** | ۰/۰۰۱ |
| معنویت | ۷۲/۱۹ | ۹/۶۱ | ۰/۱۹۰** | ۰/۰۰۸ |

شاخص‌های توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون: جدول شماره ۱ بیانگر این واقعیت است بین دل‌بستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی با شادکامی کارکنان رابطه معنادار مثبت وجود دارد. به دیگر سخن، هرچه کارکنان از دل‌بستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی بالاتری برخوردار باشند از شادکامی بالاتری نیز برخوردارند.

جدول شماره ۲. خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی متغیر ملاک

| متغیر | مدل | ضریب همبستگی | مجذور ضریب همبستگی | مجذور ضریب تعدیل شده | F | سطح معناداری |
|-----------------|-----|--------------|--------------------|----------------------|-------|--------------|
| دل‌بستگی به خدا | ۱ | ۰/۵۱۹ | ۰/۲۶۹ | ۰/۲۶۴ | ۵۸/۱۱ | ۰/۰۰۱ |
| معنویت | ۲ | ۰/۵۵۸ | ۰/۳۱۲ | ۰/۳۰۳ | ۹/۷۵ | ۰/۰۰۱ |

جدول شماره ۲ نشان می‌دهد، در گام نخست دل‌بستگی به خدا وارد معادله رگرسیون شده، توانسته ۲۶/۹۰ درصد از واریانس متغیر شادکامی را پیش‌بینی کند. در گام دوم متغیر بهزیستی معنوی وارد معادله رگرسیون شده و توانسته ۴/۳۰ درصد به توان پیش‌بینی معادله بیفزاید. در مجموع این دو متغیر توانسته‌اند، ۳۱/۲۰ درصد از واریانس شادکامی کارکنان را پیش‌بینی نمایند. گفتنی است معنویت‌گرایی گرچه رابطه معنادار مثبت با شادکامی داشته، اما نتوانسته وارد معادله رگرسیون شود و قدرت پیش‌بینی‌کنندگی خود را از دست داده است.

جدول شماره ۳. ضرایب چندگانه تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی شادکامی

| متغیر | مدل | متغیر پیش‌بین | ضرایب غیراستاندارد | خطای غیراستاندارد | ضریب استاندارد | t | سطح معناداری |
|---------------|-----|-----------------|--------------------|-------------------|----------------|------|--------------|
| شادکامی | ۱ | عدد ثابت | ۳۰/۶۳ | ۶/۱۱ | | | |
| | | دل‌بستگی به خدا | ۰/۲۸۴ | ۰/۰۳۷ | ۵۱/۹۰ | ۷/۶۲ | ۰/۰۰۱ |
| بهزیستی معنوی | ۲ | عدد ثابت | ۲۲/۲۷ | ۶/۵۲ | | | |
| | | دل‌بستگی به خدا | ۰/۲۰۱ | ۰/۰۲۵ | ۰/۲۵۶ | ۳/۱۲ | ۰/۰۰۲ |

جدول شماره ۳ گویای این واقعیت است که هرچه کارکنان از دل‌بستگی به خدا و بهزیستی معنوی بالاتری برخوردار باشند، از شادکامی بالاتری برخوردارند. بتای متغیرهای پیش‌بین نشان می‌دهد، دل‌بستگی به خدا ۵۱/۹۰ درصد و بهزیستی معنوی ۲۵/۶۰ درصد قادر به پیش‌بینی معنادار شادکامی کارکنان می‌باشند.

نتیجه‌گیری و بحث

هدف از انجام این پژوهش، بررسی رابطه بین دل‌بستگی به خدا، بهزیستی معنوی و معنویت‌گرایی با شادکامی کارکنان مرد حرم حضرت عبدالعظیم علیه السلام بوده است. ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری به روش گام به گام نشان داده است، رابطه معنادار مثبت بین دل‌بستگی به خدا، معنویت‌گرایی و بهزیستی معنوی با شادکامی کارکنان مرد وجود دارد. این یافته با تحقیقات

محققانی چون کنت و همکاران (۲۰۱۸)، استرنجر و همکاران (۲۰۱۶)، سالم و همکاران (۲۰۱۷)، فیشر و گومز (۲۰۰۳)، بانرچی و همکاران (۲۰۱۹)، کروز و هایوارد (۲۰۱۶) همگرایی دارد.

در مورد اینکه چگونه دلبستگی به خدا می‌تواند شادکامی افراد را پیش‌بینی کند، بسیاری از محققان از جمله نورن‌ها و استالپ (۲۰۱۵)، و استالپ و همکاران (۲۰۲۲) بر این باورند، دلبستگی به خدا یکی از مؤلفه‌های روان‌شناختی مهم و مانند دلبستگی به والدین ریشه در دوران کودکی دارد و نقش بسیار مهمی در تعیین شادکامی و آرامش درونی انسان به خصوص در شرایط سخت و استرس‌آفرین زندگی دارد. این محققان اعتقاد دارند، افرادی که از دلبستگی ایمن به خداوند برخوردارند در مقایسه با افرادی که از دلبستگی نایمن به خداوند برخوردارند، از آنجا که میزان صبر، تاب‌آوری، نگرش مثبت و خوش‌بینی آنها در حل مسائل زندگی بیشتر است، از شادکامی بیشتر و ستیز درونی کمتری در موقعیت‌های مختلف زندگی برخوردارند. کنت و همکاران (۲۰۱۸) و استرنجر و همکاران (۲۰۱۶) معتقدند، دلبستگی به خداوند بیانگر رابطه درونی و مستحکم به خداوند تعریف می‌شود و در میزان بهزیستی روانی و شادکامی انسان‌ها نقش مهمی دارد؛ چرا اینکه، افرادی که از دلبستگی بالایی به خداوند برخوردارند در موقعیت‌های سخت و دشوار زندگی، افرادی بردبار، سخت‌کوش، منعطف، تاب‌آوری هستند و بر این باورند، دشواری‌ها و مشکلات زندگی بخش اجتناب‌ناپذیر زندگی است و می‌توان با بکارگیری توانایی‌های شخصی و اتکا به خداوند بزرگ این مشکلات را حل نمود؛ لذا در موقعیت‌های استرس‌آفرین زندگی بدون اینکه متوسل به رفتارهای پرخاشگرانه شوند، تلاش می‌کنند با صبر و بردباری و بکارگیری توانمندی‌های خود و با اتکا به قدرت لایزال الهی مشکلات موجود خود را حل کنند. به همین جهت نه تنها از اعتماد به نفس و خودباوری بالاتری در حل مشکلات زندگی خود برخوردارند بلکه از سلامت روانی و شادکامی بالاتری برخوردارند. در همگرایی با تحقیقات فوق، واری‌های کروز و هایوارد (۲۰۱۶)، فرهوش و همکاران (۱۳۹۸) مبرهن ساخته، دلبستگی به خدا به‌عنوان یک متغیر روان‌شناختی به منزله یک سپر دفاعی مستحکم در شرایط سخت و دشوار زندگی می‌باشد که از یک سو موجب کنترل و کاهش هجوم افکار منفی می‌شود و از سوی دیگر، با ایجاد نگرش مثبت و خوش‌بینانه در حل مشکلات زندگی، شادکامی و کیفیت زندگی بالا را به ارمغان می‌آورد.

دسته‌ای دیگر از واری‌ها نشان دادند، بهزیستی معنوی از جمله متغیرهای روان‌شناختی است که در میزان شادکامی انسان‌ها نقش مهم و تعیین‌کننده دارد. مثلاً بونت (۲۰۰۹)، گومز و فیشر (۲۰۰۳) در کاوش‌های خود نشان دادند، بهزیستی معنوی که ترجمان ارتباط با یک قدرت متعالی است، موجبات سازگاری، خوش‌بینی، معناداری و هدفمند در زندگی می‌شود و در میزان شادکامی و رضایت از زندگی انسان‌ها نقش مهم و مؤثری دارد. این محققان در بررسی‌های خود نشان دادند، افرادی که از بهزیستی معنوی بالاتری برخوردارند در مقایسه با افرادی که از بهزیستی معنوی پایین‌تری برخوردارند، از آنجا که رابطه عمیق، مثبت و سازنده‌ای با خداوند دارند و خداوند را به عنوان پایگاه امنی در شرایط مختلف زندگی می‌دانند و در همه شرایط زندگی خداوند را ناظر بر احوال خود می‌دانند، در مناسبات اجتماعی و در ارتباطات بین فردی خود دارای عشق، معنا و هدف هستند، به خواسته‌های خود و دیگران احترام می‌گذارند، رضایت از زندگی و آرامش روانی بیشتری دارند، روابط عاطفی و اجتماعی مؤثر و سازنده با دیگران دارند، افراد صبور، بردبار و سخت‌کوش و تاب‌آوری هستند و در برابر دشواری‌های زندگی تسلیم نمی‌شوند. چنین خصیصه‌هایی در این نوع افراد موجب رضایت درونی و شادکامی آنها در شرایط مختلف زندگی می‌شود. همچنین تحقیقات فوق میکائیلی منیع و همکاران (۱۳۹۹)، ملت و همکاران (۱۴۰۰) در واری‌های خود مبرهن ساختند، بهزیستی معنوی به‌عنوان یک مؤلفه روان‌شناختی از آنجا که موجب خودآگاهی، صبر، آزادی، روابط خوب با دیگران در قالب عشق، اعتماد، امید، وحدت با خالق و تسلیم در برابر خداوند می‌شود نه تنها موجب ارتباط بین فردی سالم و مؤثر در مناسبات اجتماعی می‌شود بلکه در میزان کیفیت زندگی، آرامش درونی و شادکامی افراد نقش اساسی دارد. در همگرایی با کاوش‌های فوق گرین و ایون (۲۰۱۰) در بررسی‌های خود نشان دادند، از آنجا که بهزیستی معنوی نقش محوری در روابط درون فردی و بین فردی در برخورد با مشکلات شخصی و اجتماعی دارد و موجب آرامش روانی انسان‌ها در موقعیت‌های مختلف زندگی به ویژه در شرایط بحرانی زندگی می‌شود، نقش مهمی در میزان شادکامی افراد دارد.

وانگهی پاره‌ای از تحقیقات مانند سالم و همکاران (۲۰۱۷)، نجفی و عرفانی (۱۳۹۱) در بررسی‌های خود نشان دادند، معنویت و معنویت‌گرایی از جمله متغیرهای روان‌شناختی است که در میزان شادکامی انسان‌ها نقش مهمی دارد. این محققان بر این باورند، معمولاً افرادی که از معنویت بالاتری برخوردارند در مقایسه با افرادی که از معنویت کمتری برخوردارند، در شرایط دشوار و تنش‌زای زندگی نه تنها کمتر دچار پوچی، بیهودگی، از خودباختگی و بی‌هدفی می‌شوند، بلکه بر این باورند با تکیه بر قدرت لایزال الهی می‌توانند مشکلات زندگی را حل و فصل نموده لذا در برخورد با مصائب و مشکلات زندگی، منطقی‌تر، متناسب‌تر و با بردباری بیشتر برخورد می‌کنند. به همین دلیل از میزان شادکامی بالاتری برخوردارند. همچنین بسیاری از محققان در حوزه‌های مختلف روان‌شناسی به خصوص روان‌شناختی سلامت بر این باورند، معنویت، باورهای مذهبی و تجارب دینی در تمام موقعیت‌های زندگی به خصوص موقعیت‌های تهدیدکننده و غیرقابل کنترل زندگی نقش سپر دفاعی را دارد؛ چرا اینکه معنویت و باورهای مذهبی موجبات معنادهی به مرگ- زندگی، احساس نزدیکی به دیگران، سخت‌کوشی و مقاومت در برابر مشکلات زندگی، آرامش هیجانی، کنترل خشم در موقعیت‌های استرس‌آفرین، احساس امیدواری، اعتماد به نفس، تحمل مصائب و سختی‌ها در برابر ناملایمات و بیماری‌های سخت جسمانی و روانی را فراهم می‌سازد (ترخان، بیرامی، شمس، عبدالله‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸، ص. ۱۷۹). به همین دلیل است که معنویت، باورهای مذهبی و اعتقاد به خداوند به‌عنوان یک قدرت لامتناهی نقش اساسی و سازنده‌ای در بهزیستی روانی، کیفیت زندگی و شادکامی افراد بشر دارد (سالم و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۶۹۹).

با توجه به ادبیات پژوهش و با توجه به یافته‌های این تحقیق اولاً به همه درمانگران و مشاورین به‌ویژه درمانگران خانواده و سلامت پیشنهاد می‌شود، به منظور افزایش شادکامی افراد از فنون مختلف روان‌شناختی جهت افزایش معنویت‌گرایی، دلبستگی به خدا و بهزیستی معنوی سود جویند، دوماً به والدین توصیه می‌شود در ارکان تربیتی خود در رابطه با فرزندان، توجه ویژه‌ای به بعد معنویت، بهزیستی معنوی و دلبستگی به خدا داشته باشند و در نهایت اینکه به دست‌اندرکاران نهاد آموزشی در سطوح مختلف تحصیلی پیشنهاد می‌شود، به منظور افزایش شادکامی فراگیران تحصیلی نه تنها مطالب آموزشی مدونی را در زمینه معنویت، بهزیستی معنوی و دلبستگی به خدا در کتاب‌های آموزشی لحاظ کنند بلکه کارگاه‌هایی در این راستا برای فراگیران برگزار نمایند.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به این نکته توجه نمود، با توجه به اینکه در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس و آن هم در کارکنان مرد استفاده شده، لذا در تعمیم‌پذیری نتایج این پژوهش به نمونه‌های آماری دیگر باید قدری جانب احتیاط را رعایت نمود و همچنین با توجه به اینکه روش تحقیق این پژوهش از نوع همبستگی بوده، نمی‌توان استنباط‌های علت‌شناختی تصور می‌شود؛ لذا جهت یافتن استنباط‌های علت‌شناختی، بهتر است از روش تحقیق آزمایشی یا نیمه‌آزمایشی سود جست.

سیاسگزار: از مدیریت محترم مجموعه حرم حضرت عبدالعظیم علیه‌السلام به سبب عملیاتی ساختن این پژوهش و همچنین از کارکنان مرد این مجموعه که در تکمیل پرسشنامه‌های این پژوهش همکاری لازم را داشته‌اند، تقدیر و تشکر می‌شود.

References

- Balqan Abadi, M., Soltani Shall, R., Abd Khodai, M.S., & Agha Mohammadian Shearbafe, H.R. (2011, March). Investigating the relationship between spirituality and happiness, quality of life and incidence of mental disorders in students. *In the first national conference on health from the perspective of the Holy Quran*. P. 72-79. (Text in Persian)
- Banerjee, R., Pathak, R., & Yadav, S. (2019). Family Relationship and Spiritual Intelligence: With Reference to Students of Professional Courses. *In proceedings of 10th international conference on digital strategies for organizational success*. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3307724>
- Bonet, M. (2009). *The impact of spiritual well-being and stressful life experiences on traumatic stress*. Seton Hall University.
- Ellison, C. G., Bradshaw, M., Kuyel, N., & Marcum, J. P. (2012). Attachment to God, stressful life events, and changes in psychological distress. *Review of religious research*, 53(4), 493-511. <https://doi.org/10.1007/s13644-011-0023-4>



- Farhoush, M., Erfani, A., & Habibollahi, H. (2019). Relationship between Attachment to God and Happiness and Life Satisfaction: A Comparison between Spiritual Students and Non-Spiritual Students. *Cultural psychology*, 3(1), 209-223. (Text in Persian) <https://doi.org/10.30487/jcp.2019.94143>
- Forgas, J. P. (2013). Don't worry, be sad! On the cognitive, motivational, and interpersonal benefits of negative mood. *Current directions in psychological science*, 22(3), 225-232. <https://doi.org/10.1177/0963721412474458>
- Fountoulakis, K. N., Siamouli, M., Magiria, S., & Kaprinis, G. (2008). Late-life depression, religiosity, cerebrovascular disease, cognitive impairment and attitudes towards death in the elderly: Interpreting the data. *Medical hypotheses*, 70(3), 493-496. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2007.01.093>
- Ghobari Bonab, B., Haddadi Kohsar, A., Rashidi-Ahmadabadi, A., Javadi-Asayesh, S. (2012). The relationship between the quality of attachment to God and the individual's perception of God with mental health in parents of exceptional children. *Exceptional children quarterly*, 12(3), 14-5. (Text in Persian) <http://dorl.net/dor/20.1001.1.16826612.1391.12.3.1.0>
- Gomez, R., & Fisher, J. W. (2003). Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*, 35(8), 1975-1991. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00045-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00045-X)
- Gottlieb, R., & Froh, J. (2019). Gratitude and happiness in adolescents: A qualitative analysis. In *Scientific concepts behind happiness, kindness, and empathy in contemporary society* (pp. 1-19). IGI Global. <https://doi.org/10.1080/17439760500510676>
- Green, M., & Elliott, M. (2010). Religion, health, and psychological well-being. *Journal of religion and health*, 49, 149-163.
- Hojatkah, S. M., Taroghtayeb, M., Rahmani-Nik, S., Karimi-Taleghani, M., Sattari, H., & Ehsanpour, F. (2021). The Role of Forgiveness and Spiritualism in Predicting Couples' Happiness. *Journal of pizhūhish dar dīn va salāmat*, 7(3), 111-123. (Text in Persian) <https://doi.org/10.22037/jrrh.v7i1.26742>
- Horton, K. D., Ellison, C. G., Loukas, A., Downey, D. L., & Barrett, J. B. (2012). Examining attachment to God and health risk-taking behaviors in college students. *Journal of religion and health*, 51, 552-566.
- Kazemi Majd, Z., Kazemi Majd, S., Ali Mohammadi, G.A., & Jabari, N. (2019). Investigating the effect of spiritual well-being on students' self-esteem and happiness (case study of Farhangian University, Gorgan, 2016). *Scientific journal roish psychology*, 7(12), 115-128. (Text in Persian) <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1397.7.12.17.8>
- Kent, B. V., Bradshaw, M., & Uecker, J. E. (2018). Forgiveness, attachment to God, and mental health outcomes in older US adults: A longitudinal study. *Research on aging*, 40(5), 456-479. <https://doi.org/10.1177/0164027517706984>
- Krause, N., & Hayward, R. D. (2016). Anxious attachment to God, spiritual support, and obesity: Findings from a recent nationwide survey. *Journal for the scientific study of religion*, 55(3), 485-497. <https://doi.org/10.1111/jssr.12284>
- Lewis, C. A., Maltby, J., & Day, L. (2005). Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults. *Personality and individual differences*, 38(5), 1193-1202. DOI: 10.1016/j.paid.2004.08.002
- Martin, M.W. (2012). *Happiness and good life*, New York, Free press.
- Mellat, N., Ebrahimi-Qavam, S., Gholamali-Lavasani, M., & Sadipour, E. (2021). The Relationship of Dialectical Thinking and Empathy with Spiritual Well-being. *Journal of research on religion and health*, 7(1), 23-35. (Text in Persian) <https://doi.org/10.22037/jrrh.v7i1.29536>
- Mikaili Mani, F., Golizadeh, R., Ghorbani, H. (2020). Predicting social well-being based on the belief in a just world, forgiveness and spiritual well-being with regard to the mediating role of gender. *Social cognition*, 9(1), 47-66. (In Persian) <https://doi.org/10.30473/sc.2020.45712.2354>
- Najafi, M., Erfan, A. (2012). Qualitative and quantitative study of the relationship between spirituality, happiness and professional Capability of faculty members, *New educational approaches*, 7(2): 1-22. (Text in Persian)
- Noronha, K. J. (2015). God images in older adulthood: Clinical applications. *Pastoral psychology*, 64(1), 41-49. <https://doi.org/10.1177/0146167213499937>
- O'honlon, B., & Bertolino, B. (2012). *The therapist's notebook on positive psychology*. <http://dx.doi.org/10.4324/9780203810248>
- Pahlavani, Z., & Jowkar, B. (2023). The Relation of Mindfulness to Happiness and Academic Achievement: The Mediating Role of Academic Buoyancy. *Research in School and Virtual Learning*, 10(3), 75-90. <https://doi.org/10.30473/etl.2023.59992.3560>. (Text in Persian)
- Preston, J. L., & Ritter, R. S. (2013). Different effects of religion and God on prosociality with the ingroup and outgroup. *Personality and social psychology bulletin*, 39(11), 1471-1483. <https://doi.org/10.1177/0146167213499937>
- Pronk, N. P., Kottke, T. E., Lowry, M., Katz, A. S., Gallagher, J. M., Knudson, S. M., ... & Tillema, J. O. (2016). Concordance between life satisfaction and six elements of well-being among respondents to a health assessment survey, HealthPartners employees, Minnesota, 2011. *Preventing chronic disease*. <https://doi.org/10.5888/pcd13.160309>
- Ranjbar, S., Nosrati, F., Ghobari-Bonab, B., & Hasani, S. (2021). The Relationship of Attachment to God and Resilience with Patience in the Students of the University of Tehran. *Journal of pizhūhish dar dīn va salāmat*, 7(2), 58-71. (Text in Persian) <https://doi.org/10.22037/jrrh.v7i2.31345>

- Saleem, M. Q., Singh, R., & Singh, B. (2017). A study of spiritual intelligence of teacher educators. *International journal of current multidisciplinary studies*, 3(4), 697-701.
- Shokrollahzade, M., Seyed Mousavi, P. S., Zadeh Mohamady, A., Nasiri Hanis, G., & Mehdi Araghi, M. (2021). The mediating role of peer attachment in the relationship between parental attachment and social maturity among adolescents. *J New Thoughts on Educ*, 17(2), 91-111. [10.22051/JONTOE.2021.29351.2900](https://doi.org/10.22051/JONTOE.2021.29351.2900). (Text in Persian)
- [Sistani allah abadi](#), M., Alborzi, M., Khoshbakht, F. (2020). [The Relationship between the Parent's and Teachers' Spiritual Intelligence and Happiness of Elementary School Students: Mediating Role of Students' Spiritual Well-Being](#). *Journal of applied issues in Islamic education organization for educational research and planning*, 5(1): 35-60. <http://dx.doi.org/10.29252/qaie.5.1.60>. (Text in Persian)
- Stewart, M. E., Watson, R., Clark, A., Ebmeier, K. P., & Deary, I. J. (2010). A hierarchy of happiness? Mokken scaling analysis of the Oxford Happiness Inventory. *Personality and Individual differences*, 48(7), 845-848. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.011>
- Strenger, A. M., Schnitker, S. A., & Felke, T. J. (2016). Attachment to God moderates the relation between sociocultural pressure and eating disorder symptoms as mediated by emotional eating. *Mental health, religion & culture*, 19(1), 23-36. <http://dx.doi.org/10.1080/13674676.2015.1086324>
- Stulp, H. P., Koelen, J., Glas, G. G., de Heus, P., & Eurelings-Bontekoe, L. (2022). Changes in implicit God representations after psychotherapy for patients diagnosed with a personality disorder. Associations with changes in explicit God representations, distress and object-relational functioning. *Journal of spirituality in mental health*, 24(2), 132-159. <https://doi.org/10.1080/19349637.2020.1858733>
- Tarkhan, M., Beirami, H., Abdolazadeh, M., & Gooderzi . (2020). *Introduction to psychology of religion*. Arjmand publishers, Tehran, Iran. 9-208.
- Varee, H., Askarizadeh, G., & Bagheri, M. (2017). Comparing spiritual well-being, happiness, and general health among university and seminary students. *Journal of research on religion & health*, 3(3), 55-67. (Text in Persian)



This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons AttributionNoncommercial 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).