

## An Investigation of the Relationship Between Attachment to God and Resilience with Meaningful Life Among Students

Adel Zahed-Babelan. Ph.D.

University of Mohaghegh Ardabili

Hasan Rezaei Jamaloei. M.A.

University of Mohaghegh Ardabili

Rana Herfati Sobhani. M.A.

University of Mohaghegh Ardabili

## رابطه دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان

عادل زاهد بابلان\*

استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

حسن رضایی جمالویی

کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

رعنا حرفتی سبحانی

کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

### Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between attachment to God and resilience with meaning in life among students. Research statistical population in the present study included Mohaghegh Ardabili University students in undergraduate educational stages (in the 2010-2011 school year). The research sample consisted of 200 subjects who were selected from among students of Mohaghegh Ardabili University through cluster random sampling. To collect the data, attachment to God inventory (Beck & McDonald, 2006) and meaningful life scale (Battista & Almond, 1973) and resilience scale (Conner & Davidson, 2003) were used. The data was analyzed using Pearson correlation coefficient and multiple regression analyses. The results showed that attachment to God was positively related to meaningful life ( $r=0.48$ ), and resilience ( $r=0.40$ ). Also the results showed that meaningful life was positively related to resilience ( $r=0.39$ ) ( $P<0.01$ ). The results of multiple regressions showed that attachment to God and resilience meaningfully explained 25% of meaningful life, 37% of subscale Framework and 15% of subscale Satisfaction ( $P<0.01$ ).

**Keywords:** Attachment to God, Resilience, Meaningful life

### چکیده

هدف از این مطالعه تعیین رابطه دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری زندگی در دانشجویان بود. جامعه آماری پژوهش همه دانشجویان مقطع تحصیلی کارشناسی دانشگاه محقق اردبیلی (اردبیل) در سال تحصیلی ۸۹ - ۱۳۸۸ بودند. نمونه شامل ۲۰۰ دانشجو بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای از میان دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های دلبستگی به خدا اثر بک و مک‌دونالد (۲۰۰۶)، مقیاس تاب‌آوری اثر کونر-دیویسون (۲۰۰۳) و مقیاس معناداری زندگی اثر باتیستا و آلموند (۱۹۷۳) جمع‌آوری شد. داده‌های پژوهش با روش‌های ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیری تجزیه و تحلیل گردید. نتایج نشان داد که دلبستگی به خدا با معناداری زندگی ( $r=0.48$ ) و تاب‌آوری ( $r=0.40$ ) و معناداری زندگی با تاب‌آوری ( $r=0.39$ ) همبستگی مثبت معناداری دارد ( $P<0.01$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیری نشان داد که ۲۵ درصد از واریانس معناداری زندگی، ۳۷ درصد از واریانس مؤلفه چارچوب و ۱۵ درصد از واریانس مؤلفه رضایت را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری تبیین می‌کند ( $P<0.01$ ).

**واژه‌های کلیدی:** دلبستگی به خدا، تاب‌آوری، معناداری زندگی

\* نویسنده مسؤل: اردبیل، خیابان دانشگاه، دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه علوم تربیتی.

پست الکترونیک (رایانامه): Zahed@uma.ac.ir

وصول ۹۰/۸/۱۸ پذیرش ۹۱/۷/۲۰

## مقدمه

از دیدگاه روان‌شناسی و سلامت روان بین کسانی که زندگی را معنادار ادراک می‌کنند و کسانی که مفهوم و مبنایی برای آن قایل نیستند تفاوت‌های بسیاری وجود دارد. افراد با سطوح بالای معناداری در هنگام رویارویی با مسائل روزمره، فقط بر جنبه‌های مشخصی از مشکل تمرکز می‌کنند، در صورتی که اشخاص با سطوح پایین معنا در زندگی، به محدود بودن زمان به‌عنوان مشکلی بزرگ می‌نگرند و مشکلات فعلی را با احتمال نرسیدن به اهداف آینده پیوند می‌دهند. به این ترتیب، شخصی که سطوح بالاتری از معناداری در زندگی را تجربه می‌کند به آسانی قادر به رویارویی با شرایط سخت است. سطوح بالای معنا در زندگی نه‌فقط به فرد در رویارویی با دشواری‌ها کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش رضایت شخصی و احساس کامیابی در فرد می‌شود. در نتیجه می‌توان گفت جنبه‌های خاصی از معناداری نقش عمده‌ای در افزایش توان فرد در مقابله با مشکلات دارد (کیم، لی، یو، لی و پیگ،<sup>۷</sup> ۲۰۰۵). به علاوه، پژوهش‌ها نشان داده‌اند معناداری زندگی پیش‌بینی‌کننده مهم بهزیستی روان‌شناختی<sup>۸</sup> (ریف، ۱۹۸۹؛ راش و شی‌یر،<sup>۹</sup> ۲۰۰۳؛ هالما و ددوا،<sup>۱۰</sup> ۲۰۰۷) و رضایت از زندگی (بی‌هو، چی‌یانگ و چی‌یانگ،<sup>۱۱</sup> ۲۰۱۰) است و سبب عملکرد بهتر سیستم ایمنی (بوئر، کمنی، تایلور و فاهی،<sup>۱۲</sup> ۲۰۰۳) و احساس خودکارآمدی (لنت،<sup>۱۳</sup> ۲۰۰۴) می‌شود و افسردگی را کاهش می‌دهد (وسترهاف، باهل‌میجر، ون بلجو و پات،<sup>۱۴</sup> ۲۰۱۰)، کیفیت زندگی را افزایش می‌دهد (وو،<sup>۱۵</sup> ۲۰۰۹) و عامل میانجی بین عواطف منفی و مثبت (اکانر،<sup>۱۶</sup> ۲۰۰۳) است.

موضوع مذهب<sup>۱۷</sup> از دیرباز در روان‌شناسی مورد توجه بوده است. نخستین بار ویلیام جیمز در اثر خود با عنوان *انواع تجارب معنوی در انسان*، به موضوع مذهب پرداخته است (اسپیلکا، هود، هندسبرگر و گورساج،<sup>۱۸</sup> ۲۰۰۳). فروید مذهب را به‌عنوان پدیده‌ای برخاسته از نیازهای بشر معرفی کرده و بر این اعتقاد بود که یگانه هدف آن کمک به بشر برای غلبه بر ترس‌هایی است که در طول زندگی با آنها روبه‌رو می‌شود (فروید،<sup>۱۹</sup> ۱۹۰۷). پس از اظهاراتی که فروید عنوان کرد،

عوامل روان‌شناختی نقش عمده‌ای در سلامت فرد و بهبود بیماری‌ها ایفا می‌کنند؛ از میان متغیرهایی که نقش عمده در پیش‌بینی و حفظ سلامت جسمی و روانی افراد دارند، می‌توان به مفهوم معناداری زندگی<sup>۱</sup> اشاره کرد (ریف و سینگر،<sup>۲</sup> ۱۹۹۸). فگ و همکاران (۲۰۱۰)؛ به نقل از ناد و سجادیان، (۱۳۹۱) بر این باورند که علاقه به موضوع معناداری زندگی در کار روان‌شناسان رو به افزایش است و به‌عنوان یک موضوع علمی مهم در حال بررسی است. معناداری زندگی عبارت است از ادراک نظم، انسجام و هدف در هستی و دنبال کردن اهداف ارزشمند و نیل به آنها همراه با حس رضایتمندی (رکر،<sup>۳</sup> ۲۰۰۰). این اصطلاح شامل دو مؤلفه داشتن معنا در زندگی و تلاش برای جست‌وجوی معناست. داشتن معنا در زندگی به حالتی اطلاق می‌شود که براساس آن دریافت شخص از تجارب زندگی بر این حس متکی است که رویدادهای زندگی هدفمند هستند و در راستای آن هدف شکل می‌گیرند. در حالی که تلاش برای جست‌وجوی معنا به فعالیت و شدت تمایل افراد به یافتن، ساختن و یا بحث در مورد معنای زندگی اطلاق می‌شود (استجر، فرازیر، اوشی و کالر،<sup>۴</sup> ۲۰۰۶). هر دو مؤلفه در بهداشت روانی و جسمی مؤثر است، اما داشتن معنا در زندگی توجه بیشتری را به خود جلب می‌کند و به نظر می‌رسد ارتباط قوی‌تری با سلامت جسمی و روانی داشته باشد (استجر، کاشدان، سولیوان و لورنتز،<sup>۵</sup> ۲۰۰۸).

کسانی که زندگی خود را معنادار می‌بینند، اعتقاد دارند که زندگی هدف مهمی دارد و قابل فهم است. در واقع هنگامی فرد می‌تواند احساس کند که از زندگی معناداری برخوردار است که چهار نیاز او به معناداری، ارضا شده باشد. این چهار نیاز عبارت‌اند از: هدفمند بودن جهت زندگی، احساس کارآمدی و کنترل، برخوردار بودن از مجموعه‌ای از ارزش‌ها که بتواند با آنها کنش‌هایش را توجیه کند و وجود مبنای باثبات و استوار برای داشتن نوعی حس مثبت خودارزشمندی (بامیستر و نیومن،<sup>۶</sup> ۱۹۹۱).

1. meaningful life

3. Reker

5. Steger, Kashdan, Sullivan &amp; Lorentz

7. Kim, Lee, Yu, Le &amp; Puig

9. Wrosch &amp; Scheier

11. Yee Ho, Cheung &amp; Cheung

13. Lent

15. Wu

17. religion

19. Freud

2. Ryff &amp; Singer

4. Steger, Frazier, Oishi &amp; Kaler

6. Baumeister &amp; Newman

8. Psychological well-being

10. Halama &amp; Dedova

12. Bower, Kemeny, Taylor &amp; Fahey

14. Westerhof, Bohlmeijer, van Beljouw, Pot

16. O'Connor

18. Spilka, Hood, Hunsberger &amp; Gorsuch

شدن و ارتداد فرد می‌شود. لو و سیم (۲۰۰۳) بر این باورند که داشتن دلبستگی ایمن به افزایش ویژگی‌های روان‌شناختی و عواطف مثبت مانند امید و خوش‌بینی به‌ویژه در موقعیت‌های دشوار منجر می‌شود، چون احساس می‌کند تکیه‌گاه ایمن و قدرتمندی دارد که از او حمایت می‌کند (به نقل از نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶). بک<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) معتقد است افرادی که دلبستگی بیشتری به خدا دارند و این دلبستگی نیز از نوع ایمن است کمتر دچار تنش و افسردگی می‌شوند و از احساس رضایت و صمیمیت بیشتری برخوردارند. همچنین در پژوهش مت‌برادزهاو، کریستوفر، السیون، جک و مارسوم<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) که روی اعضای کلیسا صورت گرفت، نتایج نشان داد که دلبستگی ایمن به خدا به‌طور معکوس با ناراحتی ارتباط دارد؛ در صورتی که دلبستگی اضطرابی به خدا و وقایع استرس‌آور زندگی به‌طور مثبت با ناراحتی ارتباط دارد.

می‌توان گفت کارکرد عمده مذهب ایجاد معنی در زندگی است (ایمونس و پالوتزیان<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳). همچنین مهمترین سود تجربه‌های مذهبی این است که مذهب به شخص احساس معناداری و ارتباط با حقیقت نهایی اعطا می‌کند (اکسلین<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲؛ سیمپسون<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲). بر همین اساس بین معناداری زندگی و مذهب (چامبرلین و زیکا<sup>۱۱</sup>، ۱۹۸۸) ارتباط مثبت گزارش شده است. علاوه بر این تمایلات معنوی و مذهبی بودن باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی، سلامت روان (هالز<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۹؛ فرانسیس، رابینس، لویس، کوئیگلی و ویلر<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۴)، تحمل حوادث فشارزای زندگی (یانگ و ماو<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۷) مصونیت بیشتر در برابر تنش (گراهام، فر، فلاوئرز و برک<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۱) می‌گردد. هرچند اطلاعات اندکی در این زمینه که چه جنبه‌های خاصی از باورهای مذهبی باعث حفظ و نگهداری معناداری زندگی می‌شود، در دست است (فلچر<sup>۱۶</sup>، ۲۰۰۴).

تیلیون و بلوگمیدی<sup>۱۷</sup> (۲۰۰۹) به بررسی ارتباط مذهب، معناداری زندگی و بهزیستی ذهنی در میان دانشجویان پرداختند. نتایج نشان داد عقاید مذهبی و نועدوستی به صورتی معنادار در ایجاد حس معنی در زندگی مؤثر هستند. همچنین نتایج نشان داد که اعتقادات مذهبی سهم عمده‌ای در بهزیستی

روان‌شناسان کمتر به این حیطة پرداخته بودند و فقط در دو دهه اخیر توجه روان‌شناسان به این حیطة جلب شده است (اسپیلکا و همکاران، ۲۰۰۳). به‌طوری که روان‌شناسی دینی در دهه‌های اخیر با رویکردهای علمی به بررسی رابطه باورهای مذهبی با سایر متغیرهای روان‌شناختی و جامعه‌شناختی پرداخته است. یکی از متغیرهای روان‌شناختی که جایگاه ویژه‌ای در روان‌شناسی دینی به خود اختصاص داده دلبستگی به خداوند<sup>۱</sup> است.

کرک‌پاتریک<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) به‌عنوان یکی از نخستین نظریه‌پردازان در زمینه دلبستگی به خدا، معتقد است دلبستگی به مراقب اولیه در دوران کودکی، با گذشت زمان و در چهارچوب نظام‌های دیگر همانند دلبستگی به خدا و وطن ادامه می‌یابد. به اعتقاد وی می‌توان از نظریه دلبستگی برای مطالعه و شناسایی رفتارهای مذهبی و شناخت کیفیت اعتقادات مذهبی نیز استفاده کرد. همچنین آینسورث<sup>۳</sup> (۱۹۷۸) چهار ملاک برای تکیه‌گاه دلبستگی برمی‌شمارد که از این میان دو ملاک در مورد خداوند صدق می‌کند. یکی اینکه خدا به‌عنوان منبع و مبنای امنیت برای افراد هنگامی که دچار استرس و آشفتگی روانی می‌شوند و دیگر اینکه خدا به‌عنوان منبع حمایت‌کننده و مطمئن برای کشف و جست‌وجو در محیط اطراف. به علاوه وی معتقد است خدا از یک‌سو سبب شکل‌گیری رفتارهای دلبستگی‌مآبانه، مانند در جست‌وجوی دیگران برآمدن و نزدیک شدن به دیگران و از سوی دیگر سبب برانگیخته شدن واکنش‌های خصمانه همانند غم و اندوه می‌شود. بنابراین می‌توان خداوند را به‌عنوان تکیه‌گاه دلبستگی به حساب آورد و پذیرفت، زیرا همان ویژگی‌هایی را که سایر تکیه‌گاه‌های دلبستگی دارند، او نیز دارد. بر این اساس به نظر می‌رسد از دیدگاه روان‌شناسی می‌توان خدا را به‌عنوان موضوع دلبستگی در نظر گرفت که به انسان آرامش و ایمنی می‌بخشد (کرک‌پاتریک، ۱۹۹۹؛ روات و کرک‌پاتریک<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲) و سبب می‌شود بتواند موقعیت‌های غیرقابل مهار را در اختیار خود درآورد (فونتولاکیس، سیامولی، مگیریا و کاپرینیس<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸).

کرک‌پاتریک (۱۹۹۹) بر این باور است که دلبستگی مضطرب-اجتنابی با خدا درنهایت سبب بی‌اعتقادی، لامذهب

1. attachment to God

3. Ainsworth

5. Fountoulakis, Siamouli, Magiria & Kaprinis

7. Matt Brdshaw, Christopher, Ellison, Jack & Marcum

9. Exline

11. Chamberlain & Zika

13. Francis, Robbins, Lewis, Quigley & Wheeler

15. Graham, Furr, Flowers & Burke

17. Tiliouine & Belgoumidi

2. Kirkpatrick

4. Rowatt & Kirkpatrick

6. Beck

8. Emmons & Paloutzian

10. Simpson

12. Hales

14. Yang & Mao

16. Fletcher

زندگی رابطه وجود دارد و افزایش معناداری زندگی نه فقط به فرد در غلبه بر ناسازگاری‌ها کمک می‌کند، بلکه به بهبود رضایت شخص از زندگی نیز منجر می‌شود. در نتیجه به نظر می‌رسد این ویژگی از معنا نقش مهمی در کمک به افراد در غلبه بر موقعیت‌های ناسازگار بازی می‌کند.

از آنجا که مطالعه دل‌بستگی به خدا در جوامع غربی تازه آغاز شده است و از سال ۱۹۹۵ که کریک‌پاتریک برای اولین بار از این موضوع نام برد، پژوهشگران به مطالعه آن پرداخته‌اند (بک، ۲۰۰۶). همچنین براساس بررسی‌های صورت گرفته تاکنون پژوهشی که در جوامع اسلامی صورت گرفته و جنبه‌های مختلف این موضوع را مورد ارزیابی قرار داده باشد بسیار ناچیز است، به‌ویژه در زمینه بررسی رابطه آن با تاب‌آوری و معناداری زندگی فقر پژوهشی وجود دارد، از این رو انجام این پژوهش ضروری به نظر می‌رسد. هدف از این پژوهش بررسی رابطه دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری زندگی است. همچنین در این پژوهش به دنبال بررسی این پرسش هستیم که آیا می‌توان بر اساس دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری، معناداری زندگی را پیش‌بینی کرد؟ بر همین اساس این فرضیه‌ها مطرح شدند.

- ۱- بین دل‌بستگی به خدا و معناداری زندگی رابطه وجود دارد؛
- ۲- بین دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری رابطه وجود دارد؛
- ۳- بین معناداری زندگی با تاب‌آوری رابطه وجود دارد.

## روش

**روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه:** این پژوهش از نوع همبستگی است که در آن ارتباط بین متغیرهای دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی مورد بررسی قرار گرفت. جامعه پژوهش همه دانشجویان مقطع تحصیلی کارشناسی دانشگاه محقق اردبیلی (اردبیل) در سال تحصیلی ۸۹ - ۱۳۸۸ بود. نمونه این پژوهش شامل ۲۰۰ دانشجوی دختر و پسر بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای به شرح زیر انتخاب شدند. ابتدا به صورت تصادفی از هر دانشکده ۵ گروه آموزشی انتخاب شد و از هر گروه آموزشی یک ورودی تحصیلی و از هر ورودی تحصیلی ۱۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند.

ذهنی و بهزیستی فردی دارد و این بهزیستی از طریق معناداری زندگی تبیین می‌شود. هیل و پارگامنت<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) معتقدند معنویت و ارتباط با خدا به افراد احساس داشتن جهت و معنا در زندگی می‌دهد. همچنین استراب<sup>۲</sup> (۲۰۰۹) در پژوهشی نشان داد بین دل‌بستگی به خدا با دل‌بستگی به والدین و دل‌بستگی عاشقانه رابطه وجود دارد.

یکی از موضوع‌های مطرح در روان‌شناسی مثبت تاب‌آوری<sup>۳</sup> است. تاب‌آوری جایگاه ویژه‌ای در حوزه‌های روان‌شناسی تحول، روان‌شناسی خانواده و بهداشت روانی دارد (کمبل - سیلز، کوهان و استین<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). گارمزی و ماسن<sup>۵</sup> (۱۹۹۱) تاب‌آوری را به‌عنوان نوعی فرایند، توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با داشتن موقعیت تهدیدکننده تعریف کرده‌اند. به‌عبارت دیگر تاب‌آوری عاملی است که به افراد در رویارویی و سازگاری با موقعیت‌های سخت و تنش‌زای زندگی کمک می‌کند (ایزدیان، امیری، جهرمی و حمیدی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰)، افسردگی را کاهش می‌دهد (وایت، درایور و وارن<sup>۷</sup>، ۲۰۱۰)، توانایی سازگاری با درد (اسمیت، تولی، مونتاگیو، روبینسون کاسپر و پائول<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹) و کیفیت زندگی را افزایش می‌دهد (رنجبر، کاکاوند، برجعلی و برماس، ۱۳۹۰). تاب‌آوری از مشکلات روان‌شناختی در جوانان پیشگیری می‌کند و از آنها در برابر تأثیرات روان‌شناختی حوادث مشکل‌زا محافظت می‌کند (بینکارت<sup>۹</sup>، ۲۰۰۹). عوامل بسیاری در تاب‌آوری فرد در برابر مشکلات دخیل هستند که از آن جمله می‌توان به سبک دل‌بستگی (هازان و شیور<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۳، بلسکی<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۲)، عوامل فردی (جنسیت و عزت‌نفس)، عوامل خانوادگی (ساختار خانواده و حمایت خانواده) و عوامل اجتماعی (حمایت اجتماعی) (لافرومویس، هویت، اولیور و ویت‌بک<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۶) اشاره کرد.

کامپفر<sup>۱۳</sup> (۱۹۹۹) معتقد است که تاب‌آوری با خصوصیات شخصیتی متفاوت از قبیل شوخ‌طبعی، شادی، خردمندی، همدلی، کفایت عقلانی و هدفمندی زندگی در ارتباط است و موضوع ساده‌ای نیست، بلکه ساختاری پیچیده از جریان‌های مرتبط است که باید به‌صورت جداگانه بررسی شود به‌عنوان جنبه‌های مجزا از هم در سلامت مورد مطالعه قرار گیرند. کیم و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند بین تاب‌آوری و معناداری

1. Hill & Pargament

3. resilience

5. Garmezy & Masten

7. White, Driver & Warren

9. Pinquart

11. Belsky

13. Kumpfer

2. Straub

4. Campbell-Sills, Cohan & Stein

6. Izadian, Amiri, Jahromi & Hamidi

8. Smith, Tooley, Montague, Robinson, Cospier & Paul

10. Hazen & Shaver

12. LaFromboise, Hoyt, Oliver & Whitbeck

## ابزار سنجش

زیک، ۱۹۸۸؛ به نقل از فلدمن و اسنایدر، ۲۰۰۵). در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ برآورد شده است. دو نمونه از پرسش‌های این مقیاس عبارت‌اند از: «هدف‌های زیادی در زندگی برای خودم دارم». «برای آنچه که انجام می‌دهم ارزش زیادی قایل هستم».

## روش اجرا و تحلیل

در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات ابتدا برای دانشجویانی که به صورت تصادفی انتخاب شده بودند هدف پژوهش توضیح داده شد و از آنها خواسته شد که پرسشنامه‌های دلبستگی به خدا، معناداری زندگی و تاب‌آوری را با دقت تکمیل نمایند و سؤالی را تا حد امکان بی‌جواب نگذارند. داده‌های جمع‌آوری شده از طریق ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود با نرم‌افزار SPSS16 تجزیه و تحلیل گردید.

## یافته‌ها

براساس داده‌های جدول ۱ ضریب همبستگی پیرسون دلبستگی به خدا با معناداری زندگی ۰/۴۸، دلبستگی به خدا با تاب‌آوری ۰/۴۰ و معناداری زندگی با تاب‌آوری ۰/۳۹- معنادار است ( $P < 0/01$ ). در حالی که ضریب همبستگی تفکیکی معناداری زندگی و دلبستگی به خدا با کنترل اثر تاب‌آوری ۰/۳۹ و ضریب همبستگی تفکیکی معناداری زندگی و تاب‌آوری با کنترل اثر دلبستگی به خدا (۰/۱۹) و ضریب همبستگی تفکیکی دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با کنترل اثر معناداری زندگی ۰/۲۵ محاسبه گردیده است.

نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون در جدول ۲ ارائه شده است. براساس این نتایج میزان  $F$  مشاهده شده معنادار است ( $P < 0/01$ ) و حدود ۲۵ درصد از واریانس معناداری زندگی را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری تبیین می‌کند. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، با توجه به آماره  $t$ ، از بین متغیرهای پیش‌بین سهم دلبستگی به خدا ( $Beta = 0/40$ ) بیشتر از سهم تاب‌آوری ( $Beta = 0/19$ ) است. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون در جدول ۳ ارائه شده‌اند. براساس این نتایج، میزان  $F$  مشاهده شده معنادار است ( $P < 0/01$ ) و حدود ۳۷ درصد از واریانس مؤلفه چارچوب را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری تبیین می‌کند. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، با توجه به آماره  $t$ ، از بین متغیرهای پیش‌بین سهم دلبستگی به خدا ( $Beta = -0/33$ ) بیشتر از تاب‌آوری ( $Beta = -0/40$ ) است.

۱- پرسشنامه دلبستگی به خدا: این مقیاس یک مقیاس ۲۸ گویه‌ای است که بک و مک‌دونالد آن را در سال ۲۰۰۶ ساختند و به ارزیابی دو بعد دلبستگی به خدا یعنی اجتناب از صمیمیت با خداوند و اضطراب از طرد شدن پرداختند. بک و مک‌دونالد (۲۰۰۶؛ به نقل از نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶) ضریب پایایی ۱۴ سؤال اضطراب را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و ۱۴ سؤال اجتناب را ۰/۸۳ برآورد کرده‌اند. این آزمون به صورت لیکرت ۷ گزینه‌ای (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) است. در این پژوهش ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ برآورد شده است. دو نمونه از پرسش‌های این پرسشنامه عبارت‌اند از: «من درباره ارتباط خود با خداوند نگرانی زیادی دارم». «من نیاز زیادی برای نزدیکی به خدا در وجود خود احساس نمی‌کنم».

۲- مقیاس تاب‌آوری<sup>۲</sup> (CD-RIS): برای سنجش میزان تاب‌آوری از مقیاس تاب‌آوری روان‌شناختی کانر و دیویدسون<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) استفاده گردید. این مقیاس ۲۵ گویه‌ای پنج مؤلفه شایستگی / استحکام شخصی، اعتماد به خویشتن / تحمل عواطف منفی، پذیرش مثبت تغییرات / روابط ایمن، کنترل و معنویت دارد که به صورت لیکرت پنج‌درجه‌ای از صفر تا چهار نمره‌گذاری می‌گردد. حداقل نمره تاب‌آوری شرکت‌کنندگان صفر و حداکثر آنها صد است. نتایج مطالعات مقدماتی پایایی و روایی این مقیاس را تأیید کرده است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). در این پژوهش ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ برآورد شده است. دو نمونه از پرسش‌های این مقیاس عبارت‌اند از: «وقتی تغییری رخ می‌دهد می‌توانم خودم را با آن سازگار کنم». «حداقل یک نفر هست که رابطه نزدیک و صمیمی‌ام با او در زمان استرس به من کمک می‌کند».

۳- مقیاس معناداری زندگی<sup>۴</sup>: در این پژوهش از مقیاس معناداری زندگی باتیستا و آلموند (۱۹۷۳) که دیاتس (۱۹۸۸) تجدیدنظر کرده است، استفاده گردید. این مقیاس شامل ۲۸ گویه و دو خرده‌مقیاس به نام‌های؛ چارچوب: ادراک فرد از ساختار و فلسفه زندگی و همچنین رویکرد او برای استنباط معنا در زندگی خود و رضایت: ادراک فرد از زندگی کردن براساس چارچوب انتخابی‌اش است. هر کدام از این دو مقیاس نیز ۱۴ گویه دارند که در برابر آنها یک طیف سه‌گزینه‌ای (موافقم، نظری ندارم و مخالفم) قرار دارد. میزان همسانی درونی مقیاس معنای زندگی ۰/۷۲ است (به‌روزی، ۱۳۸۵). شواهد پژوهشی چندی نیز از ضریب پایایی و روایی مطلوب این آزمون خبر می‌دهند (باتیستا و آلموند، ۱۹۷۳؛ چمبرلین و

1. attachment to God inventory  
3. Conner & Davidson  
5. Feldman & Snyder

2. resilience scale  
4. meaningful life scale

جدول ۱- ضریب همبستگی پیرسون دل‌بستگی به خدا، تاب‌آوری و معناداری زندگی (و مؤلفه‌های آن)

میانگین (انحراف معیار)	۱	۲	۳	۴	۵
۴۳/۱۲ (۹/۳۶)	-				
۱۷/۴۳ (۳/۵۳)	۰/۴۸***	-			
۲۵/۸۰ (۵/۳۸)	-۰/۵۰***	۰/۵۱***	-		
۱۸/۸۲ (۳/۷۴)	۰/۱۳*	-۰/۰۳	-۰/۵۰***	-	
۷۳/۳۴ (۷/۵۷)	۰/۴۱***	۰/۳۹***	-۰/۵۳***	۰/۴۰***	-

جدول ۲- خلاصه نتایج رگرسیون چند متغیری با روش ورود برای پیش‌بینی معناداری زندگی از طریق دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری

تحلیل واریانس					
مدل	مجموع	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
رگرسیون	۱۶۴۷/۶۷	۲	۸۲۳/۸۳	۴۱/۹۰	۰/۰۱
باقی‌مانده	۴۸۵۶/۶۱	۲۴۷	۱۹/۶۶		
کل	۶۵۰۴/۲۸	۲۴۹			

  

ضرایب					
مدل	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	F	معناداری	
	B	Std.Error	Beta		
دل‌بستگی به خدا	۰/۱۳	۰/۰۲	۰/۴۰	۶/۵۸	۰/۰۱
تاب‌آوری	۰/۱۲	۰/۰۴	۰/۱۹	۳/۰۸	۰/۰۵
	$R^2 = ۰/۲۴$ تعدیل شده	$R^2 = ۰/۲۵$		$R = ۰/۵۰$	

جدول ۳- خلاصه نتایج رگرسیون چندمتغیری با روش ورود برای پیش‌بینی مؤلفه چارچوب از طریق دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری

تحلیل واریانس					
مدل	مجموع	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
رگرسیون	۲۷۲۶/۷۳	۲	۱۳۶۳/۳۶۷		
باقی‌مانده	۴۴۷۹/۸۶	۲۴۷	۱۸/۱۳۷	۵۷/۱۷۰	۰/۰۱
کل	۷۲۰۶/۶۰	۲۴۹			

  

ضرایب					
مدل	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	F	معناداری	
	B	Std.Error	Beta		
دل‌بستگی به خدا	-۰/۱۱۵	۰/۰۱۹	-۰/۳۳	-۶/۰۵	۰/۰۱
تاب‌آوری	-۰/۲۷۶	۰/۰۳۸	-۰/۴۰	-۷/۲۰	۰/۰۱
	$R^2 = ۰/۳۶$ تعدیل شده	$R^2 = ۰/۳۷$		$R = ۰/۶۲$	

جدول ۴- خلاصه نتایج رگرسیون چندمتغیری با روش ورود برای پیش‌بینی مؤلفه رضایت از طریق دلبستگی به خدا و تاب‌آوری

تحلیل واریانس						
مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	
رگرسیون	۲۶۴/۵۰	۲	۲۸۲/۲۵			
باقی‌مانده	۲۹۲۱/۰۴	۲۴۷	۱۱/۸۳	۲۳/۸۷	۰/۰۱	
کل	۳۴۸۵/۵۴	۲۴۹				
ضرایب						
مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		F	معناداری
	B	Std.Error	Beta			
دلبستگی به خدا	-۰/۰۱۲	۰/۰۱۵	-۰/۰۰۴		-۰/۷۵۴	۰/۴۵۲
تاب‌آوری	۰/۲۰۳	۰/۰۳۱	۰/۴۲		۶/۵۶۴	۰/۰۱
		$R^2 = ۰/۱۴$ تعدیل شده		$R^2 = ۰/۱۵$		$R = ۰/۴۰$

نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون در جدول ۴ ارائه شده‌اند. براساس این نتایج میزان  $F$  مشاهده شده معنادار است ( $P < ۰/۰۱$ ) و حدود ۰/۱۵ درصد از واریانس مؤلفه رضایت را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری تبیین می‌کند. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، با توجه به آماره  $t$  از بین متغیرهای پیش‌بین سهم تاب‌آوری ( $Beta = ۰/۴۲$ ) بیشتر از دلبستگی به خدا ( $Beta = -۰/۰۰۴$ ) است.

### بحث

همان‌گونه که در بخش یافته‌ها مشاهده شد، نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین دلبستگی به خدا و تاب‌آوری رابطه مثبت معناداری وجود دارد. علاوه بر این ضریب همبستگی تفکیکی دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با کنترل اثر معناداری زندگی، معنادار محاسبه شده است. به عبارت دیگر هرچه افراد دلبستگی و ارتباط معنوی بیشتری با خدا داشته باشند، میزان تاب‌آوری آنها بیشتر خواهد بود و این نتیجه حتی با کنترل اثر معناداری زندگی باز هم معنادار است. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های گراهام، فر، فلاوترز و برک (۲۰۰۱) و متبرادزه‌او، کریستوفر، السیون، جک و مارسوم (۲۰۱۰) همسو می‌باشد. کارل گوستاو یونگ معتقد بود که دین از ضمیر ناخودآگاه انسان ریشه می‌گیرد و اطمینان، امید و قدرت را در شخص

قوت و خصوصیات اخلاقی و معنوی را در او استحکام می‌بخشد و پایگاه بسیار محکمی در مقابل مشکلات، مصایب و محرومیت‌های زندگی ایجاد می‌کند (به نقل از نوربالا، ۱۳۷۱). یانگ و ماو (۲۰۰۷) معتقدند داشتن هدف و معنا در زندگی، احساس تعلق داشتن به معنای والا، امیدواری به یاری خداوند در موقعیت‌های مشکل‌زای زندگی و بهره‌مندی از حمایت‌های اجتماعی و معنوی همگی از جمله روش‌هایی هستند که افراد مذهبی با دارا بودن آنها می‌توانند در رویارویی با حوادث تنش‌زای زندگی آسیب کمتری را متحمل شوند. همچنین به اعتقاد فوتولاکیس، سیامولی، مگیریا و کاپرینیس (۲۰۰۸) باور به اینکه خدایی هست که بر موقعیت‌ها مسلط و ناظر بر بندگان است تا حد بسیار زیادی، اضطراب مرتبط با موقعیت‌ها را کاهش می‌دهد. به عبارت دیگر این افراد معتقدند از طریق اتکای به خداوند می‌توان موقعیت‌های غیرقابل کنترل را در اختیار خود درآورد. در همین راستا طبق نظر گراهام، فر، فلاوترز و برک (۲۰۰۱) کسانی که اعتقادات مذهبی قوی‌تری دارند در برابر تنش و فشار مصونیت بیشتر و سلامت بالاتری دارند. به‌طور کلی سبک دلبستگی عامل مهم و مؤثری بر سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی و توانایی مقابله با بیماری‌هاست. با وجود این تاکنون به این عامل به‌عنوان منبع مؤثر بر تاب‌آوری کمتر پرداخته شده است. یکی از انواع

موضوعات دلبستگی خداوند است که به نظر می‌رسد افراد دارای دلبستگی ایمن بیش از افراد دارای دلبستگی نایمن اجتنابی و اضطرابی آن را نشان می‌دهند. نتایج مطالعات پیشین نشان می‌دهد، دلبستگی ایمن به افزایش تاب‌آوری و توان مقابله بیشتر با مشکلات منجر می‌شود. براساس مشاهدات بلسکی (۲۰۰۲) افراد با دلبستگی ایمن رویدادهای تنش‌زا را کمتر تهدیدآمیز ادراک می‌کنند و به جای سرکوب کردن به احتمال بیشتری در پی جست‌وجوی کمک برمی‌آیند، در حالی که سبک دلبستگی نایمن ممکن است عاملی خطر ساز در کاهش توانایی فرد برای مقابله با مشکلات در زمان استرس باشد. به عبارت دیگر تجارب اولیه دلبستگی نایمن (اجتنابی یا اضطرابی) از طریق تنظیم ناکافی و ناپایدار پریشانی از مراقب و احساس ناکارآمدی شخصی در رویارویی با ناکامی‌ها مشخص می‌شود (هازان و شیور، ۱۹۹۳). از آنجا که افراد دارای دلبستگی ایمن همانند افراد دارای دلبستگی به خدا تاب‌آوری بیشتری را نشان می‌دهند، می‌توان به رابطه منطقی بین این دو پی برد.

در این راستا می‌توان گفت افراد با دلبستگی بالا به خدا به دلیل برخورداری از منابع حمایتی توانایی بیشتری برای مقابله با مشکلات دارند، یعنی در بین این افراد خدا به‌عنوان منبع دلبستگی زمینه‌ای فراهم می‌کند که شخص احساس ایمنی بیشتری بکند و از این طریق توان مقابله بالاتری با مشکلات روان‌شناختی و جسمانی داشته باشد. علاوه بر این می‌توان گفت معناداری زندگی به عنوان عامل میانجی عمل می‌کند، به این صورت که فرد دلبسته به خدا زندگی هدفمند و معناداری دارد و بر این عقیده است که زندگی معنا و مفهومی دارد، از این‌رو به شکل کارآمدتری قادر به سازگاری با مسائل و موانع روزمره خواهد بود. همچنین همان‌گونه که پیشتر گفته شد، تاب‌آوری موضوعی چندبعدی است و عوامل بسیاری در آن دخیل‌اند. این احتمال وجود دارد که عوامل روانی - اجتماعی و شخصیتی مانند وضعیت اجتماعی - اقتصادی و ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی فرد را در کودکی شکل دهد و این سیستم‌های حمایتی هم بر تعیین نوع دلبستگی فرد با موضوعات دلبستگی و هم بر میزان تاب‌آوری فرد اثر بگذارند.

همچنین نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین معناداری زندگی با تاب‌آوری رابطه مثبت معناداری وجود دارد. علاوه بر این ضریب همبستگی تفکیکی معناداری زندگی و تاب‌آوری با بررسی اثر دلبستگی به خدا معنادار محاسبه گردیده است. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های کامپفر (۱۹۹۹) و کیم (۲۰۰۵) همسو است. اکانر (۲۰۰۳) پیشنهاد می‌کند معناداری زندگی می‌تواند بین عواطف منفی که به

نحوی موجب بروز رویدادهای منفی در زندگی می‌شود و عواطف مثبت و بازسازی‌شناختی رویدادها نقش عامل میانجی را ایفا کند. همچنین شواهد پژوهشی گویای ارتباط تاب‌آوری با بیماری‌های جسمی و داشتن معنا در زندگی است. به‌عنوان مثال بوئر، کمنی، تایلور و فاهی (۲۰۰۳) نشان دادند که در زنان مبتلا به سرطان سینه که به میزان بالاتری معنا در زندگی گزارش کرده‌اند و اهداف مرتبط با معنا در میان آنان بالا بود، مقاومت بیشتری در برابر سرطان داشته و عملکرد سیستم ایمنی بهتری از خود نشان دادند. پژوهشگران این احتمال را مطرح می‌کنند که تأثیرات تنش تا حد زیادی به کمک معنا در زندگی تعدیل می‌شود و این با نظریه لایتسی (۱۹۹۶) همخوانی دارد که رشد طرحواره‌های مثبت را باعث غلبه بر تنش می‌داند. همچنین در برخی از نظریات درمانی به تأثیر معنا بر ایجاد ویژگی‌های مثبت مانند احساس خودکارآمدی و مقابله کارآمد با مشکلات از طریق تمرکز بر مسأله تأکید شده است (لنت، ۲۰۰۴). اسمیت، تولی، مونتاگیو، روبینسون کاسپر و پائول (۲۰۰۹) در پژوهش خود نشان دادند که توانایی سازگاری با درد با معنا در زندگی و تاب‌آوری ارتباط دارد. آنها معتقدند داشتن حس معنا و هدف در زندگی به فرد انگیزه مقابله با استرس و سازگاری با درد، حتی درد شدید را می‌بخشد. همچنین آنان استدلال کردند، احتمال دارد معناداری زندگی خود به‌عنوان یکی از عوامل اصلی تاب‌آوری در نظر گرفته شود. بر این اساس وجود معنا و هدف در زندگی باعث شکل‌گیری این ویژگی‌ها شده و از آن طریق باعث افزایش تاب‌آوری افراد می‌شود.

همچنین نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که بین دلبستگی به خدا و معناداری زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. علاوه بر این ضریب همبستگی تفکیکی دلبستگی به خدا و معناداری زندگی با کنترل اثر تاب‌آوری معنادار به‌دست آمد. نتایج این پژوهش با پژوهش اسمیت (۲۰۰۳)، هیل و پارگامنت (۲۰۰۳)، بک و مک دونالد (۲۰۰۴) همسو می‌باشد. بک و مک دونالد (۲۰۰۴) در پژوهشی نشان دادند که دلبستگی ضعیف به خدا با مشکلاتی در یافتن معنا و هدف در زندگی همراه است.

به‌طور کلی معنویت و احساس نزدیکی به خدا به زندگی فرد جهت و معنا می‌دهد و باعث ایجاد احساس انسجام و هدفمندی در زندگی می‌شود. همچنین می‌توان خشم نسبت به خداوند را به‌عنوان بازتابی از رویارویی مستمر فرد با مشکلات و رویدادهای ناگوار زندگی تلقی کرد. به این ترتیب اشخاصی که در زندگی با مشکلات متعدد و یا رویدادهای ناخوشایند روبه‌رو هستند و در برابر آن رویدادها احساس ناتوانی می‌کنند،



### منابع

- بهریزی، ن. (۱۳۸۵). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه معنای زندگی. پایان‌نامه کارشناسی، دانشگاه شیراز.
- رنجبر، ف. کاکاوند، ع. برجعلی، ا. و برماس، ح. (۱۳۹۰). تاب‌آوری و کیفیت زندگی مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی. فصلنامه روان‌شناسی سلامت، دوره ۱، شماره ۱.
- نادی، م.ع. و سجادیان، ا. (۱۳۹۱). مقایسه تحول شناختی دانشجویان در ادراک از معناداری در زندگی. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، دوره ۱۳، شماره ۱، ص ۲۷-۱۸.
- نوربالا، ا. (۱۳۷۱). رابطه مذهب و بهداشت روان از دیدگاه اسلامی. مجله دارو و درمان، تهران، ۱۰.
- نصیری، ح. و لطیفیان، م. (۱۳۸۶). دلبستگی به خدا، عواطف مثبت و رضایت از زندگی. مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، ۴۵۹-۴۶۲.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baumeister, R.F., & Newman, L.S. (1991). "How Stories Make Sense of Personal Experience: Motives that Shape Autobiographical Narratives". *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 676-690
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaningful life. *Psychiatry*, 36, 409-427.
- Beck, R. (2006). God As A Secure Base: Attachment To God And Theological Exploration. *Journal of Psychology and Theology*. La Mirada: Summer. Vole, 34, 2: 125-8.
- Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to God: The attachment to God inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 92-103.
- Belsky, J. (2002). Developmental origins of attachment styles. *Attachment and Human Development*, 4, 166-170.
- Bower, J.E., Kemeny, M.E., Taylor, S.E., & Fahey, J.L. (2003). Finding positive meaning and its association with natural killer cell cytotoxicity among participants in a bereavement-related disclosure intervention. *Annals of Behavioral Medicine*; 25, 146-155.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S., & Stein, M.B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping and psychiatric symptoms in young adults. *Behavior research and therapy*, 44, 585-599.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning, and wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 411-420.

دلبستگی نایمن (اجتنابی یا اضطرابی) نسبت به خدا دارند. در مقابل افرادی که دلبستگی ایمن نسبت به خدا دارند به دلیل پذیرش خداوند به‌عنوان تکیه‌گاه امن، احساس توانایی بیشتری در قبال مشکلات دارند و همین توانایی رویارویی، به تعامل مثبت بین خدا و فرد می‌انجامد.

تبیین احتمالی دیگر این است که دو عامل دلبستگی به خدا و معناداری زندگی از ارکان اساسی موضوع مهمی به نام بهداشت روانی است. در همین راستا وایلد و جوزف<sup>۱</sup> (۱۹۹۷) معتقدند ۲۰ تا ۶۰ درصد از متغیرهای سلامت روانی افراد با باورهای مذهبی تبیین می‌شود.

نتایج تحلیل رگرسیون به روش همزمان نشان داد که حدود ۲۵ درصد از واریانس معناداری زندگی را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری، حدود ۰/۱۵ درصد از واریانس مؤلفه رضایت را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری و حدود ۰/۳۷ درصد از واریانس مؤلفه چارچوب را متغیرهای دلبستگی به خدا و تاب‌آوری تبیین می‌کند که با توجه به رابطه بین متغیرهای دلبستگی به خدا، تاب‌آوری و معناداری زندگی که گفته شد این پیش‌بینی‌ها منطقی به نظر می‌رسد.

از آنجا که دامنه سنی آزمودنی‌های این تحقیق ۱۸ تا ۲۵ سال بود و فقط دانشجویان مقطع لیسانس در آن شرکت داشتند، باید در تعمیم نتایج به گروه‌های سنی و مقاطع تحصیلی و دانشجویان دیگر شهرها با احتیاط عمل کرد. به‌منظور رفع این محدودیت پیشنهاد می‌شود، پژوهشی با عنوان مشابه بر روی گروه‌های دیگر انجام شود. علاوه بر این محدودیت‌های ابزارهای اندازه‌گیری، یعنی پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی که در آن همیشه این امکان وجود دارد که آزمودنی‌ها پاسخ‌های غیرواقعی یا تحریف‌شده بدهند، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم، تفسیر و تبیین متغیرهای مورد بررسی تحمیل می‌کند که باید در نظر داشت.

پیشنهاد می‌شود مسئولان امر، به‌ویژه در مراکز مشاوره دانشگاه به طراحان و تدوین کارگاهها و حتی دوره‌های آموزشی در مورد تاب‌آوری اقدام کنند و به نقش دلبستگی به خدا توجه خاصی معطوف گردد. همچنین پیشنهاد می‌شود تا برنامه‌ریزان آموزشی و فرهنگی دانشگاه با سوق دادن مربیان و دانشجویان به سمت و سوی فرهنگی موقعیتی را فراهم آورند تا توانایی استنتاج هدف از تمامی تجارب خود در آنان پرورش یابد که این امر موجب رشد تاب‌آوری در آنان می‌شود و در برابر شرایط تنش‌زا به‌عنوان یک منبع و عامل حمایتی عمل می‌کند.

- Crumbaugh, J.C., Raphael, M., & Shrader, R.R. (1970). Frankl's will to meaning in a religious order. *Journal of Clinical Psychology*; 26, 206-207.
- Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*, 18, 6-82.
- Emmons, R.A., & Paloutzian, R.F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*; 54, 377-402.
- Exline, J.J. (2002). The picture is getting clearer, but is the scope too limited? Three overlooked questions in the psychology of religion. *Psychological Inquiry*, 13, 245-247.
- Fletcher, S.K. (2004). Religion and life meaning: Differentiating between religious beliefs and religious community in constructing life meaning. *Journal of Aging Studies*, 18, 171-185.4.
- Feldman, B.D., Snyder. C.R. (2005). Hope and the meaningful life: theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of social and clinical psychology*, 24, (3): 401-421.
- Fountoulakis, K,N. Siamouli, M. Magiria & S. Kaprinis, G. (2008). Late-Life depression, religiosity, cerebral vascular disease. Cognitive impairment and attitudes towards death in the elderly: Interpreting the data. *Medical hypotheses*, 70, 493-496
- Francis, L.J., Robbins, M., Lewis, C.A., Quigley, C.F. and Wheeler, C., (2004). Religiosity and general health among undergraduate students: a response to O'Connor, Cobb and O'Connor (2003). *Personality and Individual Differences*, 37, 485-494.
- Freud, S. (1907). *Obsessive Acts and Religious Practices* (J. Riviera, Trans.). In E. Jones (Ed.), Sigmund Freud Collected Papers (pp. 25-35). New York: Basic Books.
- Garnezy, N., & Masten, A. (1991). *The protective role of competence indicators in children at risk*. In E. M. Cummings, A. L. Green, & K. H. Karraki (Eds.), *Life span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (pp 151-174). Hillsdale,: Lawrence Erlbaum Associates.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., & Burke, M.T. (2001). Religion and Spirituality in Coping with Stress. *Counseling and Values*, 46(1), 2-13.
- Halama, P., & Dedova, M. (2007). Meaningful life and hope as predictors of positive mental health: Do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studio Psychological*, 49, 191-200.
- Hales, D. (1999). *An invitation to health*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing Company. U.S.A.
- Straub, J.D. (2009). *God attachment, romantic attachment, and relationship satisfaction in a sample of evangelical college students*, Unpublished doctoral dissertation, Liberty University.
- Such man, A.I., Methuen, D.A., (1988). *What makes the doctor patient relationship therapeutic: exploring the comexioral dimension of patient care annals of internal medical*, 108: 125-30.
- Hazen, C & Shaver, P. (1993). Romantic love conceptualized as an attachment: Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511.
- Hill, P.C., & Pargament, K.I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58, 64-74
- Izadian N, Amiri M, Jahromi R, Hamidi SH. (2010). A study of relationship between suicidal ideas, depression, resiliency, daily stresses and mental health among Tehran university students. *Proscenia Social and Behavioral Sciences*, 5; 1515-9.
- Kirkpatrick, L.A. (1999). Attachment and religious representations and behavior. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 803-822). New York: Guilford.
- Kumpfer, K.L. (1999). *Factor and processes contributing to resilience: The resilience framework*. In: M.D. Glantz & J.L. Johnson (Eds.), *Resilience and development* (pp. 179-224). New York: Kluwer Academic Publishers.
- Kumpfer, K.L. (1999). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. In: M.D. Glantz & J.L. Johnson (Eds), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 179-224). New York: Kluwer Academic.
- Kim, T-H., Lee, S.M. Yu, K., Le, S.k., and Puig, A. (2005). Hope and the Meaning of Life as Influences on Korean Adolescents Resilience: Implications for Counselor. *Asia Pacific Education Review*, No.2, Vol 6, 143-152.
- LaFromboise, T.D., Hoyt, D.R., Oliver, L., & Whitbeck, L.B. (2006). Family, community, and school influences on resilience among Native American adolescents in the upper Midwest. *Journal of Community Psychology*, 34(2), 193-209.
- Lent, R.W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 482-509.
- Lightsey, O.R. (1996). What leads to wellness? The role of psychological resources in well-being. *The Counseling Psychologist*, 24, 589-735.

- Matt Brdshaw, a. Christopher G. Ellison, B., & Jack P. Marcum, C. (2010). Attachment To God, Images of God, and psychological Distress in a Nationwide sample of Presbyterians. *International Journal for the psychology of Religion*, 20(2), 130 – 147.
- O'Connor, M.F. (2003). Making meaning of life events: Theory, evidence, and research directions for an alternative model. *Omega: Journal of Death and Dying*, 46, 51-75.
- Pinquart, M. (2009). Moderating effect of dispositional resilience on association between hassles and psychological distress. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30; 1-8.
- Reker, G.T. (2000). *Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning*. In G.T. Reker & K. Chamberlain, K. (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp 39-55). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Rowatt, W.C., & Kirkpatrick, L.A. (2002). Two dimensions of attachment to God and their relation to affect, religiosity, and personality constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41(4), 637-651.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1–28.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations of the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Simpson, J.A. (2002). The ultimate elixir? *Psychological Inquiry*, 13, 226–229.
- Smith, C. (2003). Theorizing religious effects among American adolescents. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42, 17-30
- Spilka, B., Hood, R.W., Hunsberger, B., & Gorsuch, R.L. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach (3rd Ed.)* New York: Guilford Press
- Smith, B.W., Tooley, E.M., Montague, E.Q., Robinson, A.E., Cospers, C.J and Paul G. Mullins. (2009). The Role of Resilience and Purpose in Life in Habituation to Heat and Pain. *The Journal of Pain*, Vol 10, No 5, 493-500.
- Steger, M.F., Kashdan, T.B., Sullivan, B.A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaningful life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76, 199–228.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., Kaler, M. (2006). The Meaningful life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaningful life. *American Psychological Association*, 0022-0167
- Straub, J.D. (2009). *God attachment, romantic attachment, and relationship satisfaction in a sample of evangelical college students*, Unpublished doctoral dissertation, Liberty University.
- Tiliouine, H., Belgoumidi, A. (2009). An Exploratory Study of Religiosity, Meaningful life and Subjective Wellbeing in Muslim Students from Algeria. *Applied Research Quality Life*, 4: 109-127.
- Westerhof G.J, Bohlmeijer E.T, van Beljouw I.M, Pot A.M. (2010). Improvement in personal meaning mediates the effects of a life review intervention on depressive symptoms in a randomized controlled trial. *Gerontologist*;50(4):541–549.
- White, B., Driver, S., Warren, A.M., (2010). Resilience and indicators of adjustment during rehabilitation from a spinal cord injury. Department of kinesiology health promotion and recreation. University of north Texas. *Rehabilitation psychology*. 55: 23-32.
- Wilde, A., & Joseph, S. (1997). Religiosity and personality in a Moslem context, *Personality and Individual Differences*, 23(5), 899– 900.
- Wrosch, C., & Scheier, M.F. (2003). Personality and quality of life: The importance of optimism and goal adjustment. *Quality of Life Research*, 12, 59–72.
- Wu Ch. (2009). Enhancing quality of life by shifting importance perception among life domains. *Journal of Happiness Studies*, 10(2): 37-47.
- Yang, K.P., Mao, X.Y. (2007). A study of nurses' spiritual intelligence: A cross-sectional questionnaire survey. *Journal of Nursing Studies*, 144, 999-1010.
- Yee Ho, M., Cheung, F.M. & ShoFai-Cheung, S.F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 658-663.