

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحران‌های انسان معاصر

زهرا دلجو^۱، شهناز نوحی^۲، مسعود جان بزرگی^۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با توجه به بحران‌های انسان معاصر است. روش تحقیق پیمایش و ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه‌های قم در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ بود. جامعه آماری ۱۳۳۵۳ نفر و حجم نمونه با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۲۰ نفر برآورد شد. روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای و تمامی شرکت‌کنندگان با سه آزمون تحول روانی-معنوی جان بزرگی (۱۳۹۱)، اضطراب وجودی لورنس و کاترینا گود (۱۹۷۴) و بحران وجودی احمدی و دستغیب (۱۳۷۳) مورد مطالعه قرار گرفتند. یافته‌ها نشان داد که بین «تحول روانی-معنوی» و «اضطراب وجودی» رابطه معکوس ($r = -0.47$)، بین «اضطراب وجودی» و «بحران وجودی» همبستگی مثبت معنادار در حد متوسط ($r = -0.64$) وجود دارد. علاوه بر این، نتایج بیانگر آن است که اضطراب وجودی از طریق سطح تحول روانی-معنوی می‌تواند تأثیر غیرمستقیم بر بحران وجودی داشته باشد. بنابراین، می‌توان افزایش سطح تحول روانی-معنوی یک عامل کلیدی در کاهش اضطراب وجودی و بحران وجودی و در نتیجه ارتقای سلامت روان به حساب آورد.

واژه‌های کلیدی: تحول روانی-معنوی، بحران وجودی، جامعه دانشجویی، بحران‌های انسان معاصر

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۵/۰۶ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۹/۰۲

۱ کارشناس ارشد رشته مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر، زنجان، ایران.

۲ استادیار و عضو هیات علمی گروه روانشناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران. (نویسنده مسئول):

psynut.sh@gmail.com

۳ استاد گروه روانشناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه قم، قم، ایران. masuodjan@yahoo.com

مقدمه

سازمان بهداشت جهانی ۴ در تعریف ابعاد وجودی انسان، علاوه بر ابعاد سه‌گانه جسمانی، روانی و اجتماعی، بعد چهارم، یعنی بعد معنویت ۵ را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح می‌سازد (سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۱۴). در حال حاضر، شواهد کافی در فرهنگ غرب، کشورهای مسلمان و همچنین ایران وجود دارد که نشان می‌دهد، میان معنویت و مذهب با سلامت روان رابطه مثبت وجود دارد (ابورایا و پارگامنت ۶، ۲۰۱۱). گاهی در میان پژوهش‌ها، شاهد مطالعاتی هستیم که فراتر رفته و به سازه‌های میانجی‌گر میان این متغیرها پرداخته‌اند. اما آنچه در رابطه با معنویت و نقش آن در روان‌شناسی و درمانگری، کمتر درباره آن پژوهش انجام شده است، تحولی بودن معنویت در انسان است. تحولی‌نگری، درک پدیده‌ها را آسان و تعریف آن‌ها را مشکل می‌کند؛ چراکه تعریف، تعیین و تفید را در پی دارد و ادراک تحولی، هر پدیده‌ای را در جایگاه خود بررسی می‌کند. نگاه صرف عینی‌نگر، مستلزم از دست دادن تعامل و تقابل است؛ اگر ذهن انسان متحول شود، معنای رفتارها نیز تغییر می‌کند (جان بزرگی، ۱۳۸۹). در این راستا، معنویت نیز به‌عنوان یک ساخت همواره دگرگون می‌شود. برخی، این دگرگونی را تحت تأثیر تحول شناختی می‌دانند (جنیا ۷، ۱۹۹۵). بررسی ساخت‌های شناختی منفی، مانند روان‌بنه‌های اولیه منفی، که معمولاً در دوران کودکی شکل می‌گیرند، و ساختار، محتوای و فرایند فکر را واجد نارسا کنشوری می‌کنند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳)، نشان می‌دهند که دین‌داری و پایبندی مذهبی افراد، تحت تأثیر این ساخت‌ها تعدیل گردیده و افراد را به‌رغم پایبندی مذهبی، در عملکرد خانوادگی، دچار مشکل می‌کنند (هراتیان، ۱۳۹۳). ورتینگتون (۱۹۸۹) به هفت الگوی مختلف برای تحول دین دست‌یافته است. یکی از مهم‌ترین الگوهای تحولی، الگوی فولر (۱۹۸۶ و ۱۹۸۴) است که شامل هفت مرحله می‌باشد. جنیا (۱۹۹۵) نیز مراحل تحول روانی - معنوی انسان را از زاویه بالینی معرفی کرده و آن را طی پنج مرحله توصیف می‌کند: دین خود میان‌بین؛ دین «جزمی نگرانه» با «دگمانتیک»؛ دین برزخی یا گذاری؛ دین باز ساخت یافته به دین متعالی (جان بزرگی و همکاران، ۱۳۹۰).

4 The World Health Organization

5 Spirituality

6 Abu-Raiya, H, & Pargament, K. I

7 Genia, V

پژوهش‌های بسیاری تأثیر مثبت دین‌داری و عوامل مذهبی بر افزایش سطح بهزیستی و سلامت جسمی و روانی، ایجاد آرامش، امید و معناداری در زندگی را به دست آورده‌اند (بهرامی و تاشک، ۱۳۸۳؛ رفیعی هنر و جان بزرگی، ۱۳۸۹ غباری بناب و همکاران، ۱۳۹۰؛ جان بزرگی و همکاران، ۱۳۹۰، هولزر، ۲۰۱۱). به عنوان مثال غباری بناب، حدادی کوهسار و سروش (۱۳۹۰) در مطالعه خود به بررسی رابطه سبک دلبستگی به خدا و اضطراب وجودی در دانشجویان پرداختند، نتایج تحلیل آماری نشان داد که میزان اضطراب وجودی دانشجویان را می‌توان از روی کیفیت دلبستگی آنان به خدا پیش‌بینی کرد، دانشجویانی که سبک دلبستگی ایمن به خدا داشتند، اضطراب وجودی کمتری را نشان دادند. مرعشی- (۱۳۹۰) در پژوهشی نیمه‌تجربی که تحت عنوان رساله دکتری خود انجام داد تأثیر آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روان‌شناختی، اضطراب وجودی و هوش معنوی دانشجویان دانشکده صنعت نفت اهواز را بررسی کرد. یافته‌های او نشان دهنده تفاوت معنادار بین بهزیستی روان‌شناختی، افزایش هوش معنوی و کاهش اضطراب وجودی در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه بود. نتایج پژوهش جان بزرگی و نورعلیزاده میانجی (۱۳۸۹) که بر روی سه گروه افراد بزهکار، عادی و مذهبی انجام شد نشان داد که اضطراب وجودی پیش‌بینی کننده اضطراب مرضی است. مقایسه این سه گروه در میزان اضطراب وجودی معنادار بود، همچنین مشخص شد دین‌داری و تحصیلات سهم زیادی در کاهش اضطراب، به ویژه اضطراب وجودی دارد. یافته‌های هولزر (۲۰۱۱) نشان می‌دهد که بین بهزیستی معنوی از یک سو و اضطراب (شامل همه انواع آن)، از سوی دیگر رابطه معکوس معناداری وجود دارد. جان بزرگی (۱۳۸۶) پژوهشی با هدف بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان در میان دانشجویان انجام داد. نتایج نشان داد که بین مذهب یا مذهبی بودن و سلامت روان رابطه‌ی مستقیم وجود دارد. هرچه جهت‌گیری مذهبی درونی‌تر می‌شود سلامت روانی بالاتر می‌رود و هرچه جهت‌گیری فرد بیرونی می‌شود احساس خستگی و نشانه‌های بدنی، میزان اضطراب و بی‌خوابی فرد و از همه بیشتر میزان افسردگی و گرایش به خودکشی که از مولفه‌های سلامت روانی هستند بیشتر می‌شود. همچنین، بررسی‌های کسپیر (۲۰۰۹) نشان داده است که درک تقدس و روحانیت به افراد کمک می‌کند تا اضطراب وجودی خود

8 Holzer, K

9. Holzer

10 Kesebir, P.

را کنترل کنند و از آثار مخرب آن در امان باشند. اضطراب وجودی از ناامیدی، بیگانگی و احساس پوچی نشئت می‌گیرد اندیشه اضطراب وجودی از فلسفه وجود‌گرایی به‌ویژه آراء کیر کگارد و نیچه در قرن نوزدهم ریشه گرفته است. در اواخر دهه ۱۹۵۰ تفکر وجود‌گرایی به‌واسطه کارهای رولومی در روانشناسی قوت گرفت و نقش اضطراب وجودی را به‌عنوان یک مؤلفه مهم در سلامت روان برجسته نمود. اضطراب وجودی زمانی ایجاد می‌شود که افراد عمیقاً وجودشان را مورد تأمل قرار دهند. این تأمل منجر به افکار و احساسات مرتبط با آزادی و مسئولیت‌پذیری می‌گردد و آن نیز فرد را مجبور به جستجوی معنا در زندگی و زندگی اصیل مطابق هدف مذکور می‌نماید. اضطراب وجودی همچنین می‌تواند منجر به حساسی از بیگانگی و انزوا در افراد گردد و آگاهی از نیستی را برجسته نماید. پل تیلیچ درباره این نوع اضطراب می‌گوید اضطراب وجودی آگاهی از نیستی است (محمدزاده و جمهری، ۱۳۹۵). از سوی دیگر بخش عمده‌ای از تحقیقات نشان می‌دهد که افراد هنگام مواجهه با بحران، از راه‌حل‌های مذهبی استفاده می‌کنند؛ بنابراین، معنویت منبع یک نیروی مهم و اثربخش به‌هنگام مواجهه با بحران است (هیل و هود، ۱۹۹۹، فیض‌اللهی، عسکری، خسروی‌پور، ۱۳۹۳). بنابراین اولین و مهم‌ترین دستاورد تحول معنویت پاسخ به پرسش‌های بنیادین و عمیق آدمی است. بارتون ۱۱ (۲۰۰۵) معنویت را از مهم‌ترین عوامل پیشگیری‌کننده از بحران‌های وجودی می‌داند. وی ساخت معنا را به‌عنوان روشی انطباقی در زمان مواجهه با تنش می‌داند. زیرا، امکان ایجاد معنی و هدف را به فرد می‌دهد. وجود معنویت به انسان احساس کلیت و یکپارچگی عطا می‌کند و این احساس وحدت باوجود کثرت ظاهری منتج به ایجاد هویتی منسجم و شکل یافته خواهد شد. علاوه بر این، معنویت باعث می‌گردد که فرد ارزیابی مناسب‌تری از موقعیت، خود و فعالیت‌های خود داشته باشد (برجعی و خسروی، ۱۳۹۵).

در نتیجه با توجه به مطالب فوق این پژوهش با هدف ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی در ارتباط با بحران‌های انسان معاصر در جامعه دانشجویی انجام شد.

واژه «تحول» به توصیف و تبیین کنش‌ها و فرایندهای روانی در طول زمان اشاره دارد (منصور، ۱۳۸۵). تحول‌نگری ۱۲، درک پدیده‌ها را آسان و تعریف آن‌ها را مشکل می‌کند، چرا که تعریف باعث تعیین و تقید می‌شود و ادراک تحولی، هر پدیده‌ای را در جایگاه خود بررسی می‌کند. نگاه صرفاً عینی‌نگر مستلزم

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....161

از دست دادن تعامل و تقابل است. اگر ذهن انسان متحول می‌شود، معنای رفتارها نیز تغییر می‌کند. در این راستا، معنویت نیز به عنوان یک ساخت همواره دگرگون می‌شود (جان‌بزرگی، ۱۳۸۶). در فضای نگرش تحولی است که بهترین شکل تقابل ۱۳، تعامل ۱۴ و خودراهبری اتفاق می‌افتد، درک همدلانه، امکان‌پذیر و مداخله معنادارتر می‌شود. اگر بتوان از بلوغ معنوی، همانند بلوغ عاطفی و شناختی و یا حتی جسمی بحث کرد، می‌توان گفت کسانی که به این بلوغ دست می‌یابند، نوسان کمتر و استواری یا ثبات هیجانی بیشتری دارند (جان‌بزرگی، ۱۳۹۰).

تحول روانی-معنوی را در قالب تحول شخصیت می‌توان پیگیری کرد. تحول شخصیت، بازخوردها و باورهای فرد درباره معنویت را نیز در بر می‌گیرد (آدامز و دیگران ۱۵، ۱۹۹۴، به نقل از جان‌بزرگی، ۱۳۹۰). هر چند پژوهشگران تحولی، چگونگی تحول شخصیت را در خلال زندگی توصیف کرده‌اند، اما کمتر به فرآیند معنویت یا معنادهی شخصی پرداخته‌اند (ورتینگتون، ۱۹۸۹، به نقل از همان منبع). اریکسون (۱۹۵۸ و ۱۹۸۲) بر اهمیت مذهب و یا جهان بینی فلسفی برای اطمینان درباره معنای زندگی تأکید کرده، اما شیوه ثابت و قابل فهمی درباره نقش نهایی ارزش‌ها یا تحول آن‌ها در طول زندگی ارائه نکرده است. (جان‌بزرگی، ۱۳۹۰). الگوهای تحولی، به‌طور کلی نمای ساختاری دین و ایمان فرد را به عنوان روشی برای استنباط و تفسیر واکنش فرد نسبت به «نگرانی غایی زندگی» ارائه می‌کند. این الگوها را می‌توان به عنوان یک چارچوب مرجع در مشاوره و روان‌درمانگری استفاده کرد. مشاور باید از فرآیند تحول اخلاقی و شیوه‌تصمیم‌گیری فرد در چارچوب تحول اخلاقی آگاه باشد، چرا که فرآیند مشاوره و درمانگری متأثر از آن‌ها است. الگوهای تحولی بر این نکته تأکید دارند که ما به‌جای پرداختن سطحی به ارزش‌ها و باورهای فرد، باید از سطح تحول معنوی او آگاه باشیم (برامر و دیگران ۱۶، ۱۹۹۳، به نقل از جان‌بزرگی، ۱۳۹۰).

وجود گرایی، فلسفه‌ای است که هدف آن، درک یا روشن کردن «تجربه بودن در جهان هستی» است. بنابراین کانون توجه آن، نحوه بودن فرد و حالت کیفی رابطه انسان با خود، دیگران و جهان مادی است. روان‌درمانگری وجودی نوعی رویکرد درمانی است که بر مسائلی که در وجود فرد ریشه دارند تمرکز

13. Reciprocity

14. Interaction

15. Adams, at al

16. Berammer, at al

می‌کند (وست، ۱۹۹۹، ترجمه شهیدی و شیرافکن، ۱۳۸۸). درمان‌گران هستی‌گرا بر این باورند که انسان در مقابل یک عمل انجام شده قرار گرفته است. انسان آفریده شده است، از ابدیت نشأت گرفته و پس از گذراندن یک عمر کوتاه، به ابدیت باز می‌گردد. پیشرفت درمانی در صورتی امکان‌پذیر است که مراجعان بخواهند با موهبت‌های وجود خود روبه‌رو شوند. از نظر یالوم (۱۹۸۰، به نقل از وست، ۱۹۹۹، ترجمه شهیدی و شیرافکن، ۱۳۸۸) این موهبت‌ها عبارتند از مرگ، آزادی، بی‌معنایی و تنهایی. یالوم اصرار دارد در درمان وجودی، تعارض بنیادی برخلاف تحلیل فروید، تعارضی است که از مواجه شدن فرد با داده‌های لایتغیر وجودی ناشی می‌شود، در پشت اضطراب روان-نژندی که در درمان‌جویان ملاحظه می‌شود، اضطراب وجودی قرار دارد. هستی‌گرایی و درمان وجودی، بر تلاش‌های فرد برای معنا دادن به زندگی خود، تمرکز دارند.

سورن کی‌یرکگارد (۱۸۵۵ - ۱۸۱۳) فیلسوف دانمارکی، پدر بزرگ وجودگرایی نامیده شده است. به نظر او انسان‌ها دوست دارند مثل خدا جاوید باشند. ولی با این حقیقت مواجهند که وجود موقتی است. انسان‌ها در برخی مواقع موقتی بودن وجودشان را فراموش می‌کنند و با امور جزئی زندگی مشغول و سرگرم می‌شوند. آن‌ها در نوجوانی متوجه محدودیت خود می‌شوند و باید با عذاب، اضطراب و ترس ناشی از این جریان کنار بیایند. فردریش نیچه (۱۹۰۰ - ۱۸۴۴) فیلسوف آلمانی بر نقش مهم ذهنیت انسانی تأکید می‌کرد، وی به‌طور خاص روی سازوکارهای نفرت، احساس گناه و خصومتی که انسان‌ها آن را پس می‌رانند تأکید داشت. پدیدارشناسی مورد نظر ادموند هوسرل (۱۹۳۸ - ۱۸۵۹) جزئی از سیر تحول روان‌درمانی وجودی بوده است. پل تیلیچ (۱۹۶۵ - ۱۸۸۶) از جمله الهی‌دانان بزرگی است که فلسفه وجودی را وارد حوزه شخصیت کرد، بنیادی‌ترین مفهوم در اندیشه تیلیچ اضطراب است. اما شاید فیلسوفی که بیشترین تأثیر را در پیدایش درمان وجودی داشته، مارتین هایدگر (۱۹۷۶ - ۱۸۸۹) باشد. وی بر روی وجود اصیل، اهمیت دادن، مرگ، گناه، مسئولیت فردی و انزوا تأکید داشت. برای ژان پل سارتر (۱۹۸۰ - ۱۹۰۵) معنای وجود انسان اهمیت دارد، از نظر وی بشر بودن یعنی آزادی، سارتر تأکید دارد که انسان صرف‌نظر از آنچه بوده می‌تواند متفاوت شدن را انتخاب کند.

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....163

لودویگ بنیوانگر (۱۹۶۶ - ۱۸۸۱) مدارس باس (۱۹۹۱ - ۱۹۰۳) و ویکتور فرانکل (۱۹۹۷ - ۱۹۰۵) با الهام از فلسفه وجودی جزء اولین طرفداران روان‌پزشکی وجودی بوده‌اند. نویسندگان معاصر روان‌درمانی وجودی عبارتند از رولومی، که مشهورترین آن‌هاست، ایرون یالوم و جیمز بوجنتال (شارف، ۱۹، ۲۰۰۴، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۸۴).

برداشت وجودی از ماهیت انسان را با این عقیده می‌توان درک کرد که وجود انسان هرگز یک‌بار برای همیشه تثبیت نشده است بلکه او مرتباً خود را از طریق برنامه‌های خویش دوباره می‌آفریند. انسان‌ها در حالت تحول، شکل گرفتن، تکامل یافتن و شدن هستند. انسان بودن اشاره دارد به این که ما به وجودمان پی می‌بریم و به آن معنی می‌دهیم. ما به‌طور مداوم از خود، دیگران و دنیا سوال می‌کنیم. گرچه سوال‌های خاصی که انسان مطرح می‌کند مطابق با مراحل رشد او در زندگی تفاوت دارند اما موضوعات اساسی آن‌ها تغییر نمی‌کند. انسان در طول زندگی خویش بارها در مورد معنای زندگی از خودش سوالاتی می‌پرسد. مثل: «من کیستم؟» «چرا اینجا هستم؟» «چرا به وجود آمده‌ام؟» «به کجا می‌روم؟» «چه چیزی در زندگی‌م هست که آن را هدفمند کند؟» و... همان‌طور که می‌یالوم (۱۹۸۹) می‌گویند انسان‌ها به معنادار بودن زندگی نیاز دارند. بامعنا بودن به اشخاص اجازه می‌دهد رویدادها را تفسیر کنند و درباره‌ی نحوه‌ی زندگی و خواسته‌های انسان برای زندگی خویش ارزش‌هایی تدارک ببینند (کری، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۷ و شارف، ۲۰۰۴، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۸۴). طبق رویکرد وجودی، جنبه‌های اساسی شرایط انسان از این قرارند: ۱) توانایی برای خودآگاهی (۲) آزادی و مسئولیت (۳) به وجود آوردن هویت خویش و برقرار کردن روابط معنی‌دار با دیگران (۴) جستجو برای معنی، مقصود، ارزش‌ها و هدف‌ها (۵) اضطراب به عنوان شرط زیستن و (۶) آگاهی از مرگ و نیستی (کری، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۷).

اضطراب از تلاش‌های فرد برای زنده ماندن و حفظ کردن و دفاع کردن از وجود خویش ناشی می‌شود. احساس‌هایی را که اضطراب به وجود می‌آورد، جنبه اجتناب‌ناپذیر شرایط انسان است (کری، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۷). ریشه‌های تعابیر از اضطراب وجودی به کی‌یرکگارد در کتاب مفهوم اضطراب در سال ۱۸۴۴ برمی‌گردد. بیشتر دانش‌نویسنده‌های اخیر مدیون نظریه‌های او می‌باشد. تصور

18. Bugental

19. Sharf

کی‌یر کگارد از اضطراب در مسیر تحلیل‌های او از منبع گناه رشد داده شده است (کی‌یری ۲۰، به نقل از مرعشی، ۱۳۹۰). پل تیلیچ (۱۹۵۲) اولین منبع اضطراب را، آگاهی زیاد ما نسبت به این که در یک زمان نامعلومی باید بمیریم می‌داند: هستی مستلزم نیستی است (پروچسکا و نورکراس ۲۰۱۰). به اعتقاد کی‌یلنبل (۱۹۷۲)، به نقل از مرعشی، (۱۳۹۰) با توجه به موضوع اضطراب وجودی است که مسائل معنوی ارتباط منحصر به فرد و قطعی با سلامت روان پیدا می‌کند. اضطراب وجودی همراه با حس پوچی، تنهایی و ناامیدی بوده و از طرز فکر اگزیستالیسم که انسان را در جهان موجودی تنها می‌انگارد نشأت می‌گیرد. می‌اعتقاد دارد، اضطراب مثل خوشی و لذت یا غم و اندوه، عاطفه‌ای در میان دیگر عواطف نیست، بلکه ویژگی هستی‌شناختی انسان است که ریشه در وجود واقعی وی دارد. از نظر او اضطراب یک تهدید پیرامونی نیست که ممکن است آن را داشته باشیم، یا واکنشی باشد که بتوان آن را کنار سایر واکنش‌ها طبقه‌بندی کرد، بلکه اضطراب حالتی است که همواره اساس و مرکز وجود فرد را نشانه گرفته و تهدید می‌نماید. در واقع اضطراب تجربه‌ی تهدید به نیستی قریب الوقوع است. (می، ۱۹۹۴، ترجمه حسینی فیاض، ۱۳۹۱).

وی خاستگاه اضطراب را نیاز شخص برای بقاء، حفظ خود و شجاعت بودن می‌داند. بر این اساس می‌اضطراب را به دو نوع تقسیم می‌کند: نخست اضطراب بهنجار که بخش جدایی‌ناپذیر حالت انسان است و دارای سه ویژگی است: الف) با موقعیت پیش‌آمده تناسب دارد، ب) نیازی به سرکوبی آن نیست، ج) می‌توان از آن به شکل خلاقانه استفاده کرد. دوم اضطراب روان‌رنجور است که آن نیز دارای سه ویژگی است: الف) متناسب با موقعیت نیست، ب) سرکوب شده است و ج) به جای آن که سازنده و محرک خلاقیت باشد، مخرب و فلج‌کننده است. نوع سوم اضطراب، اضطراب وجودی یا هستی‌شناسانه است که نمی‌توان با این نوع اضطراب کاری کرد و تنها بایستی آن را تحمل نمود. (محمدپور، ۱۳۹۰).

به عقیده می (۱۹۸۱)، به نقل از کری، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۷) آزادی و اضطراب دو روی یک سکه هستند، اضطراب با شور و هیجان همراه با تولید عقیده‌ای تازه ارتباط دارد. بنابراین زمانی دستخوش اضطراب می‌شویم که از آزادی خود برای خارج شدن از امور شناخته و وارد شدن به قلمرو ناشناخته استفاده کنیم. خیلی از ما به خاطر ترس سعی می‌کنیم از جهش به امور ناشناخته اجتناب کنیم. از نظر

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....165

پوپویک ۲۱ (۲۰۰۲) بر خلاف اضطراب معمولی که با حوادثی خاص چون (احتمال از دست دادن شغل) آغاز می‌شود، اضطراب وجودی به عدم اطمینان در مورد شرایط بشری خود «وجود» اشاره دارد. برخی مؤلفین نیز اساساً اضطراب وجودی را امری طبیعی می‌دانند. به عنوان مثال ایشی یاما ۲۲ (۱۹۸۶)، به نقل از کریری ۲۳، ۲۰۱۱) اضطراب وجودی را همان اضطراب‌های طبیعی می‌داند که در خصوص جنبه وجود انسان تجربه می‌شود. مورو ۲۴ (۲۰۰۶)، به نقل از مرعشی، ۱۳۹۰) نیز اضطراب مرگ را امری مرضی ندانسته و تمایل دارد به جای آن اصطلاح «مرگ آگاهی» را به کار برد. اضطراب پیامد تحول وجود شخصی مان نیست بلکه بعدی از خود هستی است. موضوع گریزناپذیر اضطراب وجودی به وسیله هایدگر (۱۹۶۲) و دیگر فیلسوفان هستی‌گرا به تفصیل مورد بحث قرار گرفته و به طور خلاصه شامل نتیجه‌گیری ذیل است:

۱- اضطراب ریشه در پرتاب شدن ما به درون جهانی دارد که ما خود آن را انتخاب نکرده‌ایم.
۲- اضطراب ناشی از ضرورت انتخاب کردن است (حتی انتخاب نکردن نیز یک انتخاب است). این انتخاب‌ها پیامدهایی به دنبال دارد که هرگز معلوم و مشخص نیست و همواره دلالت بر رد بدیل‌های دیگر دارد.

۳- اضطراب ریشه در واقعیت زندگی دارد که به‌طور اجتناب‌ناپذیری به سوی مرگ در حال حرکت است.

۴- اضطراب فی نفسه نه مثبت است و نه منفی. در جهانی که در آن امور غیرقابل پیش‌بینی و خارج از کنترل ما هستند، اضطراب ما را متوجه تمامی این احتمالات می‌کند (آهوفلندری، ۱۳۸۸).

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر طرح پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش کلیه دانشجویان دختر شهر قم در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ و به تعداد ۱۳۳۵۳ نفر بودند. با توجه به حجم جامعه آماری و مراجعه به جدول مورگان تعداد ۳۲۰ نفر از دانشجویان به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای-خوشه‌ای انتخاب شد و

-
21. Popovic
 22. Eshy yama
 23. Creary
 24. Morrow

به پرسشنامه‌های تحول روانی - معنوی جان بزرگی (۱۳۹۱) اضطراب وجودی گود (۱۹۷۴)، بحران وجودی احمدی (۱۳۷۳) پاسخ دادند در. نهایت، پس‌ازاینکه حدود ۴۱۰ نفر پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند، پس از جدا کردن موارد ناقص و مشکل‌دار ۳۲۰ پرسشنامه برای انجام تحلیل‌های آماری استخراج شد. داده‌ها با استفاده از نسخه ۲۴ نرم‌افزار Amos مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در تحلیل داده‌ها از محاسبه به ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر استفاده شد. پرسشنامه بحران وجودی: این آزمون توسط (احمدی و دستغیب، ۱۳۷۳) ساخته شده است. که مشکل از ۱۴ گروه عبارت است که ابعاد مختلف بحران وجودی را ارزیابی می‌کند. نقطه برش در این آزمون نمره ۱۹ محاسبه گردید. بنابراین کسانی که در این آزمون نمره ۱۹ و بالاتر کسب کنند، دچار بحران وجودی هستند. ضریب پایایی آزمون با استفاده از روش دونیم کردن سؤالات برابر با ۰/۳۲ گزارش شده است.

مقیاس اضطراب وجودی: این مقیاس را لورنس و کاترینا گود (۱۹۷۴) در ۳۲ ماده ساخته‌اند. این آزمون در پژوهش نورعلیزاده و جان بزرگی (۱۳۸۹) به روش آلفای کرونباخ اعتباریابی گردید که ضریب آلفای خوبی برابر با ۰/۸۸ به دست آمد. همسانی درونی این پرسشنامه به روش دونیمه‌سازی نیز به دست آمد که عبارت است از: بخش اول = ۰/۷۲۱ و بخش دوم = ۰/۸۲۶.

مقیاس تحول روانی - معنوی: این پرسشنامه بر اساس معیارهای بالینی مراجعان روان‌شناختی که جنیا (۱۹۹۵) آن را گزارش کرده است، توسط جان بزرگی (۱۳۹۱) با جهت‌گیری فرهنگی و دینی تهیه شده است. این ابزار پانزده ماده دارد و هر ماده آن دارای پنج گزینه‌ای باشد که منطبق با پنج مرحله تحول روانی - معنوی جنیا (۱۹۹۵) است. پژوهشگر جهت بررسی همسانی درونی این مقیاس در جمعیت ایرانی آن را روی ۳۴۱ دانشجوی مؤنث اجرا کرد و ضریب آلفای کرونباخ را به ۰/۸۸ دست آورد. میانگین و انحراف استاندارد نمرات نیز به ترتیب ۶/۷۱۰/۴۴ گزارش شد.

یافته‌ها

در این پژوهش از نسخه بیست و چهارم نرم‌افزار آماری SPSS جهت تجزیه و تحلیل توصیفی و استنباطی استفاده شده است. ویژگی‌های توصیفی سن شرکت‌کنندگان در پژوهش نشان داد در مجموع ۳۲۰ آزمودنی با میانگین سنی ۲۲/۲ سال و انحراف استاندارد سنی ۲/۸ در این پژوهش شرکت کردند. در

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....167

جدول ۱ ویژگی‌های توصیفی نمرات شرکت‌کنندگان در متغیرهای تحول روانی-معنوی، اضطراب وجودی و بحران وجودی آن ارائه شده است.

جدول ۱. ویژگی‌های توصیفی نمرات متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
تحول روانی معنوی	۴۹/۷۹	۹/۲۹	۲۸	۷۲
اضطراب وجودی	۱۰/۴۴	۶/۷۰	۰	۲۸
بحران وجودی	۱۸/۸	۳/۰۹	۶	۳۶

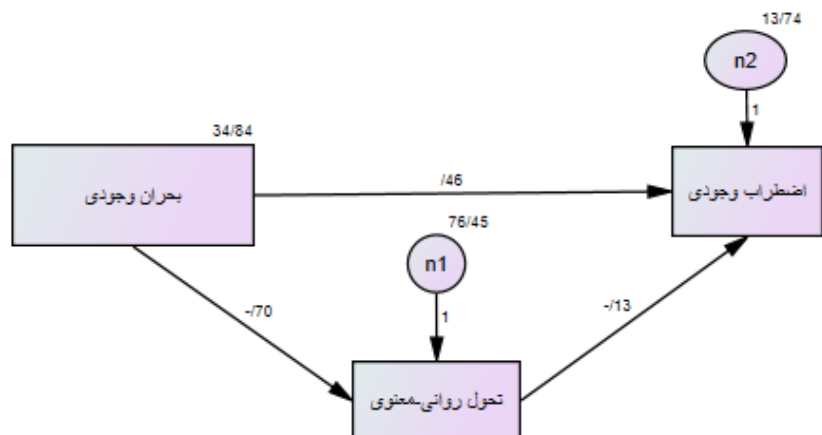
یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که اضطراب وجودی بر سطح تحول روانی-معنوی تأثیر مستقیم دارد و همچنین اضطراب وجودی از طریق سطح تحول روانی-معنوی می‌تواند بر بحران وجودی اثر غیرمستقیم داشته باشد. این امر نشان‌دهنده این است که هرچه سطح اضطراب وجودی کمتر باشد، تحول روانی-معنوی بالاتر و بحران وجودی کمتر است. در جدول ۱ ضرایب همبستگی پیرسون جهت بررسی ارتباط میان متغیرهای پژوهش (تحول روانی-معنوی، اضطراب وجودی و بحران وجودی) ارائه شده است.

جدول ۱: ضرایب همبستگی پیرسون برای تعیین ارتباط میان متغیرهای پژوهش

شاخص	۱	۲	۳
تحول روانی-معنوی	۱		
بحران وجودی	-۰.۴۲ ^{**}	۱	
اضطراب وجودی	-۰.۴۷ ^{**}	۰.۶۴ ^{**}	۱

P<0.05**

همان‌گونه که جدول فوق نشان می‌دهد تمامی ضرایب همبستگی معنی‌دار هستند. نتایج مربوط به شاخص‌های برازش و ضرایب استاندارد مستقیم در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱: شاخص برازش مدل مفهومی پژوهش

همان‌گونه که مشاهده می‌شود بحران وجودی بر اضطراب وجودی (۰/۵۴) و تحول روانی-معنوی (۰/۷) اثر مستقیم دارد. در جدول ۲ برآورد ضرایب تأثیر غیرمستقیم و کل گزارش شده است:

جدول ۲: برآورد ضرایب تأثیر مدل میانجی روابط بین بحران وجودی، تحول روانی-معنوی و اضطراب وجودی

پیش‌بین	ملاک	غیرمستقیم	کل
بحران وجودی	تحول روانی-معنوی	-----	۰/۷
بحران وجودی	اضطراب وجودی	۰/۱۰۳	۰/۴۶
تحول روانی-معنوی	اضطراب وجودی	-----	۰/۱۲۶

همان‌گونه که جدول فوق نشان می‌دهد نتایج حاصل از روش خودگردان‌سازی با سطح فاصله اطمینان ۹۵ درصد، نشان داد که معنایابی معنوی و شخصی بین استرس‌های روزانه و افسردگی میانجی است. در زمانی که معنایابی معنوی کم است رابطه بین استرس‌های زندگی و افسردگی بالاست. ضرایب تأثیر غیرمستقیم بحران وجودی بر اضطراب وجودی با میانجی‌گری سطح تحول روانی-معنوی (۰/۱۰۳)

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....169

، $P=0/001$) معنی دار بود. مدل مذکور ۳۴ درصد واریانس اضطراب وجودی را از طریق بحران وجودی تبیین نمود.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر باهدف تبیین نقش سطح تحول روانی - معنوی در ارتباط با اضطراب وجودی و بحران وجودی انجام شد. نتایج پژوهش حاکی از آن است که اضطراب وجودی بر سطح تحول روانی-معنوی تأثیر مستقیم دارد و همچنین اضطراب وجودی از طریق سطح تحول روانی-معنوی می تواند بر بحران وجودی اثر غیرمستقیم داشته باشد. این امر نشان دهنده این است که هرچه سطح اضطراب وجودی کمتر باشد، تحول روانی - معنوی بالاتر و بحران وجودی کمتر است. این یافته با نتایج مطالعات گذشته از جمله یافته های هولزر (۲۰۱۱)، ماسکار و روسن (۲۰۰۸)، کسبیر (۲۰۰۹)، دلجو، جان بزرگی، بزازیان و همکاران (۱۳۹۲)، مرعشی (۱۳۹۰)، معینی (۱۳۸۹)، غباری بناب و همکاران (۱۳۹۰) و نورعلیزاده و جان بزرگی (۱۳۸۹) همسو است.

در مطالعه جان بزرگی و نورعلیزاده (۱۳۸۹) مشخص شد که اضطراب وجودی پیش بینی کننده اضطراب مرضی است و دین داری و تحصیلات سهم زیادی در کاهش اضطراب، به ویژه اضطراب وجودی دارد. از دیگر پژوهش هایی که هم راستا با نتیجه پژوهش حاضر می باشد می توان به مطالعه کراسو (۲۰۰۴)، به نقل از حسینیان، شعاع کاظمی و چابکی نژاد، (۱۳۸۹) اشاره کرد. طبق یافته های او بزرگ سالانی که معنای زندگی خود را از مذهب استخراج کرده اند سطوح بالاتری از رضایت از زندگی، عزت نفس و خوش بینی را گزارش می کنند. هولزر (۲۰۱۱) بین بهزیستی معنوی از یک سو و اضطراب (شامل همه انواع آن) از سوی دیگر رابطه معکوس معناداری به دست آورد.

در مطالعه ای دیگر ماسکارو و روسن (۲۰۰۸) همبستگی مثبت و معناداری بین مقیاس امیدواری و مقیاس آشکار و نا آشکار معنایابی در زندگی نشان دادند. از دیگر نتایج این پژوهش آن بود که معنایابی معنوی و شخصی بین استرس های روزانه و افسردگی میانجی است در زمانی که معنایابی معنوی کم بود رابطه بین استرس های زندگی و افسردگی بالا می رفت. در مطالعه سالمن و همکاران (۲۰۰۵)، به نقل از چابکی نژاد، (۱۳۸۹) رابطه مثبت معناداری بین مذهب و معنویت و سازگاری روان شناختی با خوش بینی

گزارش شد. همچنین جان بزرگی (۱۳۸۶)، رفیعی‌هنر و جان‌بزرگی (۱۳۸۹) و جان‌بزرگی و همکاران (۱۳۹۰) در مطالعات خود رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان، جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری و نیز رابطه تحول روانی- معنوی با سلامت روان را بررسی کردند. نتایج هر سه پژوهش نشانگر رابطه مثبت جهت‌گیری مذهبی درونی با سلامت روان و خودمهارگری بود. بدین شکل که هرچه جهت‌گیری مذهبی فرد درونی‌تر می‌شود، نمره سلامت روان بالاتر می‌رود و هرچه جهت‌گیری مذهبی بیرونی‌تر می‌شود، احساس خستگی و نشانه‌های بدنی، میزان اضطراب، بی‌خوابی و افسردگی و گرایش به خودکشی در افراد بیشتر می‌گردد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که اگر هسته مرکزی حالات روان آزرده‌گی را اضطراب بدانیم (شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۸۵) و طبق نظر روان‌درمانگران وجودی بپذیریم که اضطراب «روان آزرده‌گی» از اضطراب وجودی منشعب می‌شود، آن وقت است که می‌توانیم رابطه سلامت روان با معنویت و مذهب را به‌روشنی دریابیم. همان‌گونه که در تعاریف اضطراب وجودی آمده است، این اضطراب در پاسخ به نگرانی‌های نهایی و غایی زندگی هر فرد سر برمی‌آورد. از طرف دیگر مذهب، چارچوبی از یک حس غایت‌گسترده فراهم می‌کند که می‌تواند هدف‌های کوتاه‌مدت هر فرد را در درون خود جای‌داده و به آن معنا دهد و بدین‌سان انسان را از خطر پوچی، بی‌معنایی و... رهایی بخشد. همچنین در تبیین تأثیر غیرمستقیم اضطراب وجودی بر بحران وجودی می‌توان گفت به عقیده کرکگارد، دین راهی برای پایان دادن به دلهره و اضطراب یا آشوب درونی است. در بحران وجودی، تنها پناهگاه ایمن، دین است. در این پناهگاه شخص می‌تواند بالا‌یزال ارتباط برقرار کند. یونگ تأکید می‌کند که دین‌داری و ارتباط با لایتنهای است که انسان را از بیهودگی‌ها نجات می‌بخشد، امیال و حالات او را دگرگون می‌سازد، و بیماری‌های روانی را درمان می‌کند. از نظر فرانکل، مذهب در برگیرنده «معنایابی نهایی» است و از ویژگی‌های مهم معنادرمانی، توجه به «ناهشیار معنوی» است. از نظر او، سرکوب احساس مذهبی، عامل روان آزرده‌گی است: «نه تنها لیبدو و یا انرژی جنسی ناهشیار و سرکوب شده وجود دارد، بلکه احساس مذهب سرکوب شده و ناهشیار نیز وجود دارد. راه درمان خلاء وجودی نیز هشیار کردن احساس‌های سرکوب شده مذهبی است؛ و وظیفه معنادرمانگر این است که به بیمار کمک کند تا هسته معنوی شخصی خود را به یاد بیاورد (نورعلیزاده میانچی و جان‌بزرگی، ۱۳۸۹).

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....171

از جمله محدودیت‌های این پژوهش اجرای آن بر روی یک جنسیت یعنی دختران بود. پژوهش حاضر با استفاده از پرسشنامه انجام گرفته و محدودیت تمامی تحقیقات پرسشنامه‌ای از جمله درجه اعتماد به پاسخ آزمودنی‌ها را دارد. با توجه به انجام این پژوهش در شهر قم، نمونه مورد بررسی معرف دانشجویان کل کشور نیست؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی، نمونه مورد بررسی متشکل از دو جنس باشد. برای مطالعه‌تر دقیق روابط حاکم بر این متغیرها، بهتر است در پژوهش‌های آینده مجموع بزرگتری از متغیرهای مربوطه به‌طور همزمان مورد بررسی قرار گیرند تا بتوان تبیین‌های دقیق‌تری از میزان و نوع رابطه بین آنها ارائه داد. همچنین، با توجه به اینکه اضطراب وجودی مسئله‌ای شایع است و تاکنون مطالعات اندکی در مورد آن انجام شده است، یافتن راه‌های تازه برای مهار آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و در نهایت، آنچه که در روند درمان مراجعان به‌خصوص مراجعان مذهبی بسیار تأثیرگذار است توجه به سطوح تحول روانی معنوی آنان است که می‌تواند پیش‌بینی کنند موفقیت در درمان و ماندگاری آثار آن باشد.

منابع

- بهرامی احسان، هادی؛ تاشک، آناهیتا. (۱۳۸۳). ابعاد رابطه میان جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی و ارزیابی مقیاس جهت‌گیری مذهبی، *روانشناسی و علوم تربیتی*: (۲) ۳۴: ۴۱-۶۳
- تیلیچ، پل. (۱۹۵۲). شجاعت بودن، ترجمه فرهاد مرادپور، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۹۰). ارزیابی تحول روانی-معنوی در درمان‌گری مراجعان مذهبی، *مطالعات اسلام و روانشناسی*، (۸) ۴۹-۷۰
- جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۶). جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان. *مجله پژوهش در پزشکی*، ۴(۳۱)، ۳۴۵-۳۵۰.
- جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۶). دین در خلال تحول و شیوه‌های درمان‌گری مبتنی بر مذهب. *روان‌شناسی، عرصه‌ها و دیدگاه‌ها*. تهران: سمت.
- حسینیان، سیمین؛ شعاع کاظمی، مهرانگیز و چابکی‌نژاد، زهرا. (۱۳۸۹). بررسی رابطه هوش معنوی با هوش هیجانی در بین دختران دانشجوی دانشگاه الزهرا. *فصلنامه فرهنگی-دفاعی زنان و خانواده*، (۱۷) ۵: ۷-۳۵
- خسروی، زهره؛ برجلی، زهرا. (۱۳۹۵). رابطه میان مؤلفه‌های هوش معنوی و هویت فردی، *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*، (۱) ۱۲: ۲۳-۳۳
- رفیعی هنر، حمید؛ جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۹). رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری، *روانشناسی و دین*، (۵) ۱: ۳۱-۴۲

غباری‌بناب، محمدباقر؛ حدادی کوهسار، علی‌اکبر؛ سروش، مریم. (۱۳۹۰). *رابطه سبک دل‌بستگی به خدا و اضطراب وجودی در دانشجویان، چکیده مقالات نخستین کنگره بین‌المللی روانشناسی دین و فرهنگ*، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

محمدزاده، علی؛ جمهری، سیدرحیم. (۱۳۹۵). *مقایسه صفات شخصیت، اضطراب صفت - حالت و اضطراب وجودی در بیماران مبتال به اختلال اضطراب فراگیر و افراد عادی، مجله روانشناسی بالینی*، ۸(۱): ۹۳-۸۳
 مرعشی، سیدعلی. (۱۳۹۰). *تاثیر آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روانشناختی، اضطراب وجودی و هوش معنوی در دانشجویان دانشکده صنعت نفت اهواز*، رساله دکترای تخصصی روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز

معینی، زهره. (۱۳۸۹). *آموزش مؤلفه‌های هوش معنوی بر مهارت‌های مقابله‌ای و کاهش اضطراب وجودی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه بجنورد.
 منصور، محمود. (۱۳۸۵). *روان‌شناسی ژنتیک، تحول روانی از تولد تا پیری*. تهران: سمت.

نورعلیزاده، مسعود؛ جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۹). *رابطه اضطراب وجودی و اضطراب مرضی و مقایسه آنها در سه گروه افراد بزه‌کار، عادی و مذهبی، فصلنامه روان‌شناسی و دین*، ۳(۲): ۲۹-۴۴

هراتیان، عباسعلی. (۱۳۹۳). *رابطه روان‌بینه‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی با تعارض زناشویی با توجه به پابندی مذهبی زوجین*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی، قم، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی

Abu-Raiya, H, & Pargament, K. I. (2009). Empirically based psychology of Islam: Summary and critique of the literature, *Mental Health, Religion & Culture*, v. 14 (2): 93-11

Genia, V. (1995). *Counseling and Psychotherapy of Religious Clients: A Developmental Approach*; Praeger

Heidegger, Martin. (1999). *Contributions to philosophy (from Enowning)*, Trans by P. Emad and K. Maly. Indiana: Indiana University Press

Holzer, K. (2011). *Spiritualwell-Being and Anxiety: The Relationship and Underlying Constructs*, Dissertation, Doctor of Psychology, Alder School of Professional Psychology.

Kesebir, P. (2009). *Pereiving the World in Sacred Terms: It's Buffering Function Against Death Anxiety*, Dissertation, Doctor of Philosophy, University of Illinois at Urbana-champaign.

Joshanloo, M, & Daemi, F, (2014). *Self-esteem mediates the relationship between spirituality and subjective well-being in Iran*, *International Journal of Psychology*: 1-6.

Joshanloo, M. (2011). *Investigation of the contribution of spirituality and religiousness to hedonic and eudaimonic well-being in Iranian young adults*, *Journal of Happiness Studies*, v. 12 (6): 915-930

ارزیابی مدل علی تحول روانی-معنوی جامعه دانشجویی با تأکید بر بحرانهای انسان معاصر.....173

Mascara, N. & D. H. Rosen. (2008). "Assessment of Existential Meaning and its Longitudinal Relations with Depressive Symptoms", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(6): 576-599.

Young, J. E, & et al. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*, Guilford Press.