

تدوین مدل علی بهزیستی ذهنی بر پایه جهت‌گیری دینی با واسطه‌گری امیدواری، اضطراب مرگ، و معنای زندگی

Constructing a Causal Model of Subjective Well-Being by Religious Orientation Through Hope, Death Anxiety, and Meaning in Life as Mediators

ناصر آقابابائی / دکترای روان‌شناسی عمومی، دانشگاه علامه طباطبائی

Naser Aghababaei (PhD in General Psychology, Allameh Tabataba'i University)

فرامرز سهرابی / استاد دانشگاه علامه طباطبائی

Faramarz Sohrabi (Professor, Allameh Tabataba'i University)

حسین اسکندری / دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی

Hossein Eskandari (Associate Professor, Allameh Tabataba'i University)

احمد برجعلی / دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی

Ahmad Borjali (Associate Professor, Allameh Tabataba'i University)

نورعلی فرخی / دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی

Noorali Farrokhi (Associate Professor, Allameh Tabataba'i University)

Abstract

Previous research has shown positive relations of religion, religiosity, and spirituality to happiness, life satisfaction, well-being and mental health. Current study investigates how religion relates to subjective well-being (SWB). This study addresses a causal model of SWB by

چکیده

پژوهش‌های پیشین گویای رابطه مثبت دین، معنویت، و دینداری با بهزیستی و سلامت روانی است. پژوهش حاضر به بررسی چگونگی رابطه دین با بهزیستی ذهنی می‌پردازد. این پژوهش به برآزش یک مدل علی بهزیستی ذهنی بر اساس دین می‌پردازد که در آن، دین از طریق امید،

religion in which religion indirectly through hope, purpose in life, and death anxiety affects indicators of SWB. 472 college students completed the following questionnaires: "Subjective Happiness Scale", "Satisfaction with Life Scale", "Rosenberg's Self-esteem Scale", "Religious Orientation Scale-Revised", "Purpose in Life Test", "Hope Scale", and "Templer's Death Anxiety Scale". Results showed that religiosity scales were positively correlated to happiness, life satisfaction, self-esteem, hope, and purpose in life. Extrinsic personal religiosity was positively related to death anxiety. Path analysis confirmed the goodness of fit of the proposed model. Particularly the mediating roles of hope and purpose in life in the relations of religion to SWB were verified. Theoretical implications of the findings were discussed.

Keywords: Religion, Subjective well-being, Hope, Purpose in life, and Death anxiety.

هدف در زندگی، و اضطراب مرگ بر شاخص‌های بهزیستی ذهنی اثر غیرمستقیم دارد. ۴۷۲ دانشجو به این پرسشنامه‌ها پاسخ دادند: «مقیاس شادی فاعلی»، «مقیاس رضایت از زندگی»، «مقیاس حرمت خود روزنبرگ»، «مقیاس تجدید نظر شده جهت‌گیری دینی»، «آزمون هدف در زندگی»، «مقیاس امیدواری»، و «مقیاس اضطراب مرگ تمپلر». یافته‌ها نشان داد شاخص‌های دینداری با شادی، رضایت از زندگی، حرمت خود، امیدواری، و هدف در زندگی رابطه مثبت دارند. رابطه دینداری برونی فردی با اضطراب مرگ مثبت بود. نتایج تحلیل مسیر، برازش مدل پیشنهادی را تأیید کرد. به طور خاص، نقش‌های واسطه‌ای دو متغیر امید، و هدف در زندگی در رابطه دین با بهزیستی ذهنی تأیید شدند. تلویحات نظری یافته‌های پژوهش به بحث گذاشته شد.

کلیدواژه‌ها: دین، بهزیستی ذهنی، هدف در زندگی، امید، و اضطراب مرگ.

مقدمه

روان‌شناس شهیر آمریکایی، ویلیام جیمز^۱ (جیمز، ۱۳۹۱: ۱۰۱) می‌گوید: «اگر بپرسیم: «مهم‌ترین دغدغه زندگی بشر چیست؟» یکی از پاسخ‌هایی که خواهیم شنید این است که «شادکامی است». چگونه رسیدن به شادکامی، و چگونه حفظ و تجدید آن، در واقع برای بیشتر انسان‌ها در تمام اعصار، انگیزه نهانی کار و رفتار و بردباری آنها در برابر مشکلات

1. James, William

است». حق با او بود؛ چراکه پژوهش‌های تجربی نشان داد مردم فرهنگ‌های مختلف، بهزیستی ذهنی^۱ (چیزی که گاهی، شادی/شادکامی/شادمانی^۲ نامیده می‌شود) را مهم‌ترین مؤلفه زندگی‌شان می‌خوانند و از همین‌رو، دانشمندان در پی شناسایی عامل‌های پرورش بهزیستی‌اند (لوکاس^۳ و دانلن، ۲۰۰۷). انسانی که از نظر روانی سالم است کسی است که نه تنها دچار اختلال روانی نیست، بلکه از هیجان‌های مثبتی برخوردار است که روحیه‌اش را از حالت یکنواخت و معمول زندگی فراتر می‌برد (کوئینگ، ۱۳۹۴). پژوهش‌ها نشان داده است افراد شاد در ابعاد مختلف زندگی همچون سلامت، ازدواج، دوستی، درآمد، تحصیل، و کار موفق‌ترند (آرگایل، ۱۹۹۷؛ لیوبومیرسکی،^۴ کینگ،^۵ و دینر،^۶ ۲۰۰۵). از این‌رو، برای جامعه‌ای پویا و خواهان پیشرفت، پرداختن به موضوع بهزیستی و مطالعه همبسته‌ها و پیش‌آیندهای آن مسئله‌ای حیاتی است. شایان ذکر است که از منظر دین نیز این تجارب مثبت مطلوب‌اند. «از نگاه قرآن، لذت‌طلبی، به خودی خود، ناپسند نیست و انسان، به صورت فطری به زندگی خویش، لذت‌گرایی و فرار از درد و رنج‌گرایی دارد و قرآن از آن برای سوق‌دادن او به ایمان و عمل صالح بهره می‌برد» (ابوترابی، ۱۳۸۶: ۲۶۲). همچنین، قرآن بر نقش مهم دینداری، به‌ویژه یاد خدا در زندگی انسان تأکید می‌کند. مثلاً در قرآن مجید آمده است: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾؛ «تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد» (رعد: ۲۸). در ادامه به توضیح چگونگی ارتباط بهزیستی با دینداری می‌پردازیم.

دین از آغاز پیدایش علم روان‌شناسی با آن قرین بوده است. این تاریخچه با مناقشه‌ای راجع به نقش دین در بهزیستی فرد و جامعه همراه است. محور نزاع یادشده، که تا امروز ادامه دارد، این مسئله است: آیا دین در سلامت روان‌شناختی سهیم است یا مانع آن می‌شود؟ فارغ

1. subjective well-being
2. happiness
3. Lucas, R. E
4. Donnellan, M. B.
5. Argyle, M.
6. Lyubomirsky, S.
7. King, L
8. Diener, E.

از تنازعات نظری، پژوهش‌های تجربی رابطه بهزیستی را با گستره وسیعی از متغیرهای دینی بررسی کرده‌اند. بیشتر پژوهش‌ها رابطه دین با رضایت از زندگی، شادی، و حرمت خود را مثبت گزارش کرده‌اند (آقابابی، ۲۰۱۴). در اینجا آنچه مهم است تبیین رابطه دین با بهزیستی ذهنی است. چه عاملی موجب می‌شود دینداری به سطوح بالاتر سلامت روانی و به طور خاص بهزیستی ذهنی بینجامد؟ گمانه‌زنی‌ها و تلاش‌هایی برای شناخت رابطه دین و بهزیستی صورت گرفته است. اما دین‌پژوهان این کوشش‌ها را برای نتیجه‌گیری بسنده نمی‌دانند. به گفته هیل^۱ و پارگمنت^۲ (۲۰۰۳: ۶۴) «بررسی‌های تجربی پیوندهایی میان دین با سلامت شناسایی کرده‌اند. اما، علل این همبندی‌ها روشن نیست». با گذشت بیش از یک دهه از اظهارنظر آن دو چهره سرشناس روان‌شناسی دین، و با وجود تلاش‌های صورت‌گرفته در این فاصله، «هنوز روشن نیست دین چگونه موجب شادی می‌شود» (سیلیک^۳ و کتکارت^۴، ۲۰۱۴: ۴۹۶). از این رو است که هنوز هم مجله‌های بین‌المللی پیشرو در روان‌شناسی، به‌ویژه در قلمرو روان‌شناسی دین، از گزارش‌ها و پژوهش‌های نو در این عرصه استقبال می‌کنند. نوشتار پیش رو به بررسی چگونگی اثر دین بر بهزیستی ذهنی می‌پردازد. بدین منظور متغیرهایی از نظر خواهند گذشت که می‌توانند در رابطه دین با بهزیستی ذهنی، نقش میانجی ایفا کنند.

مرگ یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های هستی‌شناختی است (کول،^۵ گرینبرگ^۶ و پیزینسکی^۷، ۲۰۰۶). طرفداران نظریه مدیریت وحشت^۸ می‌گویند مهم‌ترین کارکرد دین عبارت است از:

1. Hill, P. C.
2. Pargament, K. I.
3. Sillick, W. J.
4. Cathcart, S.
5. Koole, S. L.
6. Greenberg, J.
7. Pyszczynski, T.
8. terror management theory

مقابله با آگاهی از مرگ. انسان‌ها همواره با این آگاهی درگیرند که سرانجام می‌میرند. دین از این اضطراب می‌کاهد؛ چرا که می‌گوید زندگی با مرگ پایان نمی‌پذیرد. دین از این راه نوعی حس امنیت روان‌شناختی و امید به جاودانگی را فراهم می‌آورد و موجب افزایش سطح بهزیستی فرد می‌شود (ویل،^۱ راتچیلد،^۲ وایز،^۳ سولومون،^۴ و پیزینسکی،^۵ گرینبرگ،^۶ ۲۰۱۰). پژوهش‌ها نشان داده است که مواجهه با یاد مرگ موجب نیرومندتر شدن تمسک فرد به باورهایش می‌شود (کول و دیگران، ۲۰۰۶). در پژوهش موریس^۷ و مکادی^۸ (۲۰۰۹) دینداری با سلامت عمومی همبسته بود. در پژوهش آن دو، سطح اضطراب مرگ در گروه مسیحی کمتر از گروه غیرمذهبی بود، اما اضطراب مرگ گروه مسلمان بیش از گروه غیرمذهبی بود. این یافته می‌تواند نشان دهد که نتایج مطالعه پیروان یک دین را به ادیان دیگر نمی‌توان تعمیم داد؛ هر دین و فرهنگ ممکن است مسیر یگانه‌ای را برای دستیابی به بهزیستی ذهنی برای اعضای خود فراهم نکند. به هر رو، در پژوهش کوهن،^۹ پیرس،^{۱۰} چمبرز،^{۱۱} مید،^{۱۲} گوروین^{۱۳} و کوئینگ^{۱۴} (۲۰۰۵) بر روی جوانان کاتولیک و پروتستان، دینداری رضایت از زندگی را از طریق باور به زندگی پس از مرگ، و اضطراب مرگ پیش‌بینی کرد. پس، یکی از متغیرهای میانجی

1. Vail, K. E.
2. Rothschild, Z. K.
3. Weise, D. R.
4. Solomon, S.
5. Pyszczynski, T.
6. Greenberg, J.
7. Morris, G. J.
8. McAdie, T.
9. Cohen, A. B.
10. Pierce Jr., J. D.
11. Chambers, J.
12. Meade, R.
13. Gorvine, B. J.
14. Koenig, H. G.

در رابطه دین با پیامدهای مثبت روانی‌اش، کاهش اضطراب مرگ است. خاطر نشان می‌کنیم که در منابع اسلامی آمده است که انسان‌ها بر اساس میزان و نوع دینداری‌شان، نگاه متفاوتی به مرگ دارند و مبادی ترسشان از مرگ هم متفاوت خواهد بود. مثلاً موسوی خمینی متذکر شده است که علل و انگیزه‌های گوناگونی منجر به ترس مردم از مرگ و مردن می‌شود. خوف ناقصان، کاملان، و متوسطان از مرگ متفاوت است. به طور کلی، خوف اگر از جلال و عظمت خداوند باشد کمال است (موسوی خمینی، ۱۳۷۶). از رسول گرامی صلی الله علیه و آله اسلام نقل شده است که فرمود: «بسیار یاد مرگ کنید، یاد مرگ از بین برنده لذت‌ها است» (قمی، ۱۴۱۶: ۱۲۲/۸). از این سخن پیامبر برمی‌آید که یاد مرگ لازم است. لزوم این امر نشان‌دهنده کارکرد مفید آن است. بنده‌ای که بیشتر به یاد مرگ باشد نمی‌تواند از سرنوشت پس از مرگش غافل بماند. از این رو، به احتمال بیشتری خود را برای عالم دیگر مهیا می‌کند. همچنین، یاد مرگ موجب می‌شود بنده بتواند از لذت‌هایی دست بردارد که مانع سرمایه‌گذاری برای زندگی پس از مرگ می‌شود. شواهدی از این دست روایات نشان می‌دهد که ممکن است الگوی تفکر درباره مرگ در میان مسلمانان متفاوت از الگوی فکری پیروان دیگر ادیان باشد. پژوهش حاضر می‌تواند این موضوع را روشن کند.

یکی دیگر از مهم‌ترین دغدغه‌های هستی‌شناختی، هدف یا معنا است (کول و دیگران، ۲۰۰۶). شاید معنا یا هدف در زندگی^۱ مهم‌ترین سازه‌ای است که می‌توان به عنوان میانجی در رابطه دین با بهزیستی در نظر گرفت. از یک سو، یکی از چیزهایی که دین برای مردم به ارمغان می‌آورد، هدف در زندگی است. از سوی دیگر، هدف در زندگی رابطه نیرومندی با بهزیستی ذهنی دارد. به گفته ویکتور فرانکل، بنیان‌انگیزش انسان عبارت است از «خواستن معنا»^۲. هنگامی که معنا یافت نشود، فرد دچار سرخوردگی هستی‌شناختی می‌شود. این حالت، بسته به وجود دیگر عوامل پویا، ممکن است به آسیب‌شناسی بینجامد یا نینجامد (فرانکل، ۱۹۵۸، به نقل از: کرومبا^۳ و ماهولیک^۴، ۱۹۶۴). بیشتر کارهای اولیه، رابطه این سازه را با

-
1. meaning or purpose in life
 2. will to meaning
 3. Crumbaugh, J.
 4. Maholick, L.

آسیب‌شناسی روانی بررسی کرده‌اند (مانند: کرومبا و ماهولیک، ۱۹۶۴). اما پژوهش‌های اخیر بر رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا متمرکز شده‌اند تا همبسته‌های «مثبت» آن را شناسایی کنند. این پژوهش‌ها نشان داده است معنای زندگی رابطه‌ای نیرومند با عاطفه مثبت و رضایت از زندگی دارد (آردلت، ۲۰۰۳^۱؛ استگر،^۲ فریزر،^۳ اویشی^۴ و کالر،^۵ ۲۰۰۶؛ برد،^۶ هاگمان،^۷ بل‌ایل،^۸ ۲۰۰۷؛ سیلیک و کتکارت، ۲۰۱۴؛ شولنبرگ،^۹ اشتنزر^{۱۰} و بوخان،^{۱۱} ۲۰۱۱؛ هیکس^{۱۲} و کینگ،^{۱۳} ۲۰۰۸).

متألهان هم به معنای زندگی علاقه‌مندند. به گفته فیلسوف هستی‌گرا و متأله آمریکایی - آلمانی، تیلیش^{۱۴} (۱۹۵۲ به نقل از: فرانسیس،^{۱۵} جول،^{۱۶} و رایینز،^{۱۷} ۲۰۱۰) «هدف در زندگی بخش مهمی از جوهره دین است». تحلیل محتوایی دین به باورها، آموزه‌ها و تشریفات رهنمون می‌شود که آشکارا به پرسش‌هایی بنیادین درباره معنا و هدف زندگی می‌پردازند. تحلیل کارکردی دین نیز فرآیند معناسازی را بخش مهمی از علت وجودی دین و نظام‌های دینی معرفی می‌کند. معنای زندگی در منابع اسلامی مهم شمرده شده است. مثلاً امام علی علیه السلام

-
1. Ardelt, M.
 2. Steger, M. F.
 3. Frazier, P.
 4. Oishi, S.
 5. Kaler, M.
 6. Byrd, K. R.
 7. Hageman, A.
 8. Belle Isle, D.
 9. Schulenberg, S. E.
 10. Schnetzer, L. W.
 11. Buchanan, E. M.
 12. Hicks, J. A.
 13. King, L. A.
 14. Tillich, Paul
 15. Francis, L. J.
 16. Jewell, A.
 17. Robbins, M.

ضمن بحث درباره خدا، دنیا، آخرت، و اینکه انسان برای چه آفریده شده و سرانجام به کجا می‌رود به مسئله معنای زندگی اشاره کرده است (سید رضی، ۱۳۸۳). شجاعی و همکاران (۱۳۹۱) معنای زندگی را از منظر امام علی علیه السلام مطالعه کردند و نشان دادند که می‌توان الگویی برای معنای زندگی از منابع اسلامی استخراج کرد که محتوای بسیاری از الگوهای روان‌شناختی معاصر درباره معنا و هدف زندگی را پوشش می‌دهد. بنابراین، زمینه کاملاً روشنی برای فرض رابطه‌ای مثبت میان دینداری و معنای زندگی وجود دارد. علاوه بر این، مطالعات تجربی متعددی رابطه مثبتی میان معنای زندگی و گستره متنوعی از سازه‌های دینی به دست آورده‌اند (آردلت، ۲۰۰۳؛ استگر و دیگران، ۲۰۰۶؛ بوردت^۱ و دودر،^۲ ۱۹۷۶؛ برد و دیگران، ۲۰۰۷؛ فرانسیس و دیگران، ۲۰۱۰؛ کراوزه^۳ و هیوارد،^۴ ۲۰۱۲؛ هیکس^۵ و کینگ،^۶ ۲۰۰۸). به علاوه، کشدان^۷ و نزلک^۸ (۲۰۱۲) در ایالات متحده، نقش واسطه‌ای معنای زندگی را در رابطه معنویت با حرمت خود و عاطفه مثبت تأیید کردند. آقابابایی و بلچنیو^۹ (۲۰۱۴)، نیز در گروهی از دانشجویان لهستانی کاتولیک، نقش واسطه‌ای هدف در زندگی را در رابطه دینداری درونی^{۱۰} با شادی، و رضایت از زندگی تأیید کردند.

امیدواری متغیر دیگری است که به عنوان میانجی در رابطه دین با بهزیستی، پیشنهاد شده است. درباره جایگاه امیدواری در دین گفته شده است امیدواری بخش مهمی از کار روحانیان

-
1. Bourdette, J
 2. Dodder, R. A.
 3. Krause, N.
 4. Hayward, R. D.
 5. Hicks, J. A.
 6. King, L. A.
 7. Kashdan, T. B.
 8. Nezlek, J. B.
 9. Błachnio, A.
 10. intrinsic

است. آنچه روحانیان به دیگران می‌دهند امید است (آرخونا، ۲۰۱۳^۱؛ دنتن، ۱۹۶۴^۲). کپس^۳ (۱۹۹۵، به نقل از: پمبروک، ۲۰۰۹^۴) کشیشان را «کارگزاران امید»^۵ خوانده است. پمبروک (۲۰۰۹) آنها را شاهدان^۶ امید نامیده است. در حالی که دیگر حرفه‌ها می‌توانند امید را به عنوان محصول جانبی آنچه انجام می‌دهند عرضه بدانند، عرضه امید محور کار روحانیان است. خیلی اوقات، امیدبخشیدن تنها چیزی است که روحانیان می‌توانند عرضه کنند. روحانی بودن برابر است با فراهم‌آورنده یا عامل امیدواری (آرخونا، ۲۰۱۳؛ دنتن، ۱۹۶۴). سینوال^۷ (۱۹۷۱) «مشاور روحانی»^۸ را منادی امید می‌نامد. او می‌گوید کشیش روحانی باید امیدوارترین انسان باشد. سایولی^۹ و بیلر^{۱۰} (۲۰۰۹) نیز امید را جوهر^{۱۱} دین خوانده‌اند. قرآن کریم نیز «از راه‌های گوناگون به انسان امیدواری می‌دهد و به او سفارش می‌کند که همیشه و همه حال در برابر همه مشکلات امیدوار باشد و یکی از ویژگی‌های انسان‌های مؤمن و بهنجار را امید به رحمت الهی می‌داند» (ابوترابی، ۱۳۸۶: ۲۹۷). آیات و روایات متعددی به امید و نومیادی اشاره کرده‌اند. برای نمونه، در آیه ۸۷ سوره یوسف^{۱۲} ضمن نهی از نومیادی، نومیادی از رحمت الهی را از ویژگی‌های کافران برمی‌شمارد. خداوند در قرآن کریم، هم انسان را بیم می‌دهد و هم به او امید می‌بخشد. گویا انسان باید هر دو حالت امید و ترس را تا اندازه‌ای تجربه کند و هر دوی

1. Arjona, R.
2. Denton, W.
3. Capps, D.
4. Pembroke, N.
5. agents of hope
6. witnesses
7. Synwolt, R. J.
8. pastoral counselor
9. Scioli, A.
10. Biller, H. B.
11. essence

۱۲. آیه ۸۷ سوره یوسف: «... از رحمت خدا مأیوس نشوید؛ که تنها گروه کافران از رحمت خدا مأیوس می‌شوند».

آنها برای پیشرفت و کمال انسان مفیدند. انسان باید همیشه بین خوف و رجا باشد، نه از نقص خود و کوتاهی‌هایش در محضر خداوند غافل شود و نه گستره رحمت بی‌انتهای فراگیری نعمت‌های بی‌کران او را از یاد ببرد (موسوی خمینی، ۱۳۷۶). این مطلب با صراحت بیشتری در برخی روایات معتبر اسلامی آمده است. مثلاً امام جعفر صادق علیه السلام یکی از وصیت‌های لقمان حکیم به پسرش را این‌گونه نقل می‌کند: «از خدای تعالی چنان بترس که اگر نیکی جن و انس را بیاوری تو را عذاب کند و به خدا چنان امیدوار باش که اگر گناه جن و انس را بیاوری به تو ترحم کند» (کلینی، ۱۴۱۳). پژوهش‌های تجربی رابطه امیدواری با دینداری را از یک سو (پلنته^۱ و بوگانتچینی، ۱۹۹۷^۲؛ مارکس،^۳ لویز^۴ و میچل، ۲۰۱۳^۵؛ یگانه، ۱۳۹۲)، و رابطه امیدواری با پیامدهای مثبت روانی (و به طور خاص، بهزیستی ذهنی) را از سوی دیگر تأیید کرده است (بارو،^۶ اُدل،^۷ و هیل،^۸ ۲۰۱۰؛ جوانویچ،^۹ ۲۰۱۳؛ مارکاس^{۱۰} و برازا-زاگانک،^{۱۱} ۲۰۱۱؛ نصیری و جوکار، ۱۳۸۷). گذشته از این، هاسان-اوهایان،^{۱۲} براون،^{۱۳} گالینسکی،^{۱۴} و بایدر^{۱۵} (۲۰۰۹) نقش واسطه‌ای امید را در رابطه دینداری و کنار آمدن با سرطان پستان تأیید کردند.

-
1. Plante, T. G.
 2. Boccaccini, M. T.
 3. Marques, S. C.
 4. Lopez, S. L.
 5. Mitchell, J.
 6. Burrow, A. L.
 7. O'Dell, A. C.
 8. Hill, P. L.
 9. Jovanović, V.
 10. Merkaš, M.
 11. Brajša-Žganec, A.
 12. Hasson-Ohayon, I.
 13. Braun, M.
 14. Galinsky, D.
 15. Baider, L.

شایان ذکر است که امیدواری، معنای زندگی، و اضطراب مرگ با هم مرتبط‌اند: رابطه امید و معنای زندگی با یکدیگر مثبت است و رابطه آن دو با اضطراب مرگ منفی است. مثلاً یلچین^۱ و ملک‌اچ^۲ (۲۰۱۵) نشان دادند که امیدواری رابطه معنای زندگی و بهزیستی ذهنی را به صورت کامل میانجی‌گری می‌کند. در پژوهش آردلت (۲۰۰۳) هم ترس از مرگ و پرهیز از مرگ با بهزیستی فاعلی، و معنای زندگی رابطه منفی داشتند و با دینداری برونی رابطه مثبت. با توجه به ارتباط درهم‌تنیده و تنگاتنگ این متغیرها، مدلی جامع‌تر برای پیش‌بینی بهزیستی ذهنی از طریق دینداری باید هر سه متغیر یادشده را در بر بگیرد. از این‌رو پژوهش حاضر به بررسی برآزش یک مدل می‌پردازد که در آن دینداری با واسطه امید، معنای زندگی، و اضطراب مرگ، بر بهزیستی ذهنی اثر مستقیم دارد. دو فرضیه اصلی پژوهش چنین است:

۱. دینداری بر شاخص‌های بهزیستی ذهنی (شامل رضایت از زندگی، حرمت خود، عاطفه مثبت بالا، و عاطفه منفی پایین) اثر مستقیم دارد؛
۲. دینداری بر شاخص‌های بهزیستی ذهنی از طریق معنای زندگی، امیدواری، و اضطراب مرگ اثر غیرمستقیم دارد.

روش

نمونه پژوهش شامل ۴۷۲ دانشجوی رشته‌های مختلف است که با روش غیرتصادفی به شرکت در این پژوهش دعوت شدند. میانگین سنی این ۳۱۱ زن و ۱۶۱ مرد برابر با ۲۲/۶۴ سال با دامنه ۱۸ تا ۵۵ سال و انحراف استاندارد ۵/۲۵ بود. ۱۹/۹ درصد شرکت‌کنندگان متأهل بودند. ۹۱ درصد این دانشجویان در مقطع کارشناسی مشغول به تحصیل بودند و بقیه در مقاطع بالاتر.

مقیاس شادی فاعلی^۳ (لیوبومرسکی^۴ و لپر،^۵ ۱۹۹۹)؛ این مقیاس ۴ گویه دارد. دو گویه نخست

1. Yalcin, I.
2. Malkoc, A.
3. Subjective Happiness Scale
4. Lyubomirsky, S.
5. Lepper, H. S.

آن از پاسخ‌دهنده می‌خواهند شادی‌اش را به‌ترتیب به صورت مستقل و در مقایسه با همگنانش درجه‌بندی کند. دو گویه دیگر افراد شاد و غمگین را توصیف می‌کنند و از پاسخ‌دهنده می‌پرسند که این اوصاف چه اندازه درباره او درست‌اند. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس از ۰/۷۹ تا ۰/۹۴ گزارش شده است (همان؛ هولدر،^۱ کولمن،^۲ و والیس،^۳ ۲۰۱۰). ضریب آلفای کرونباخ نسخه فارسی مقیاس برابر با ۰/۷۶ و همبستگی آن با مقیاس رضایت از زندگی از ۰/۴۳ تا ۰/۴۹ گزارش شده است (آقابابایی و همکاران، ۱۳۸۸).

مقیاس رضایت از زندگی^۴ (دینر،^۵ امونز،^۶ لارسن،^۷ گریفین،^۸ ۱۹۸۵)؛ این مقیاس پنج‌گویه‌ای و تک‌عاملی برای سنجش بُعد شناختی بهزیستی ذهنی ساخته شده و از پرکاربردترین ابزارها در زمینه رضایت از زندگی است. پایایی بازآزمایی این مقیاس با فاصله دو ماه برابر با ۰/۸۲ و پایایی درونی آن با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمده است (دینر و دیگران، ۱۹۸۵). بیانی و همکاران (۱۳۸۶) این مقیاس را اعتباریابی کردند. آنها پایایی مقیاس را با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ و با روش بازآزمایی برابر با ۰/۶۹ گزارش کرده‌اند. به گفته کشدان^۹ (۲۰۰۴) برای سنجش بهزیستی ذهنی، آزمون‌هایی چون مقیاس شادی ذهنی و مقیاس رضایت از زندگی، از مناسب‌ترین مقیاس‌ها هستند؛ چراکه کوتاه، مبتنی بر نظریه، و فارغ از فشار زمانی‌اند و ویژگی‌های روان‌سنجی خوبی دارند.

مقیاس حرمت خود روزنبرگ^{۱۰} این مقیاس ۱۰ گویه‌ای برای سنجش حرمت خود به

-
1. Holder, M. D.
 2. Coleman, B.
 3. Wallace, J. M.
 4. Satisfaction with Life Scale
 5. Diener, E.
 6. Emmons, R. A.
 7. Larsen, R. J.
 8. Griffin, S.
 9. Kashdan, T. B.
 10. Rosenberg Self-Esteem Scale

عنوان شاخصی از بهزیستی به کار می‌رود. با اینکه حرمت خود به گونه‌ای ناگسستنی مرتبط با شادی است، عده‌ای آن را مستقل از شادی قلمداد کرده‌اند (لیوبومرסקی و همکاران، ۲۰۰۶). اما، دیگران (مانند کشدان و نزلک، ۲۰۱۲) صراحتاً آن را شاخصی از بهزیستی می‌دانند. از این رو، در پژوهش حاضر این مقیاس نیز به کار می‌رود تا دامنه گسترده‌تری از مفهوم بهزیستی مطالعه شود. پایایی درونی نسخه فارسی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ به دست آمده است (جوشن‌لو و قائدی، ۱۳۸۷).

مقیاس تجدیدنظرشده جهت‌گیری دینی؛^۱ (گورساج^۲ و مکفرسون،^۳ ۱۹۸۹). این پرسش‌نامه ۱۴ گویه‌ای که برگرفته از مقیاس آلپورت^۴ و راس^۵ (۱۹۶۷) است، دینداری را در چارچوب جهت‌گیری دینی درونی، برون‌فردی، و برون‌اجتماعی می‌سنجد. پایایی این پرسش‌نامه مناسب و قابل مقایسه با مقیاس اصلی است. این نسخه کوتاه، قابلیت کاربرد در افراد با سطوح مختلف تحصیلی را دارد (تیلیوپولوس،^۶ بیکر،^۷ کاتسون،^۸ و هاوکین،^۹ ۲۰۰۷). پایایی درونی خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ در ایالات متحده از ۰/۵۹ تا ۰/۸۴ و در ایران از ۰/۶۵ تا ۰/۷۴ به دست آمد (قربانی،^{۱۰} واتسون،^{۱۱} قراملکی،^{۱۲} موریس،^{۱۳} و هود،^{۱۴} ۲۰۰۲). آزمون هدف در زندگی^{۱۵} (کرومبا و ماهولیک، ۱۹۶۴)؛ این مقیاس ۲۰ گویه‌ای به وسیله کرومبا

1. Religious Orientation Scale-Revised
2. Gorsuch, R. L.
3. McPherson, S. E.
4. Allport, G. W.
5. Ross, M.
6. Tiliopoulos, N.
7. Bikker, A. P.
8. Coxon, A. P. M.
9. Hawkin, P. K.
10. Ghorbani, N.
11. Watson, P. J.
12. Gharamaleki, A. F.
13. Morris, R. J.
14. Hood, R. W.
15. Purpose in Life Test

و ماهولیک برای سنجش معنا و هدف زندگی فرانکل و با تکیه بر ادبیات هستی‌گرایی، به‌ویژه معنادرمانی، ساخته شده است (همان)، و «پرکاربردترین مقیاس هدف در زندگی است» (استگر و دیگران، ۲۰۰۶: ۸۶). بررسی‌های متعدد نشان‌دهنده روایی و پایایی این مقیاس است (بوردت^۱ و دودر^۲، ۱۹۷۶؛ هارلو و همکاران، ۱۹۸۷). کرومبا و ماهولیک (۱۹۶۴) پایایی آن را با روش دونیم‌سازی برابر با ۰/۸۱ و همبستگی این آزمون را با پرسش‌نامه فرانکل^۳ برابر با ۰/۶۸ به دست آوردند. همچنین، استگر و همکارانش (۲۰۰۶) پایایی درونی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸، و پایایی بازآزمایی آن را برابر با ۰/۸۶ به دست آوردند. آلفای کرونباخ نسخه فارسی مقیاس برابر با ۰/۹۲ گزارش شده است (چراغی و همکاران، ۱۳۸۷).

مقیاس امیدواری^۴ (اسنایدر،^۵ ایلاردی،^۶ چیونز،^۷ میشل،^۸ یامهور،^۹ و سیمپسون،^{۱۰} ۲۰۰۲)؛ این پرسش‌نامه ۱۲ گویه دارد و دو عامل را می‌سنجد. چهار گویه عاملیت^{۱۱} را می‌سنجد که عبارت است از نیروی هدف‌گرا. چهار گویه مسیره‌ها^{۱۲} را می‌سنجد که عبارت است از برنامه‌ریزی برای به انجام رساندن هدف‌ها. چهار گویه باقی‌مانده که پرکننده^{۱۳}

-
1. Bourdette, J.
 2. Dodder, R. A.
 3. The Frankl Questionnaire
 4. Hope Scale
 5. Snyder, C. R.
 6. Ilardi, S. S.
 7. Cheavens, J.
 8. Michael, S. T.
 9. Yamhure, L.
 10. Sympson, S.
 11. Agency
 12. Pathways
 13. filler

خوانده می‌شوند، برای منحرف کردن حواس پاسخ‌دهنده از محتوای واقعی پرسش‌نامه است، و نمره‌شان محاسبه نمی‌شود. در پژوهش اسنایدر و همکارانش (۲۰۰۲) آلفای کرونباخ کل مقیاس، و خرده‌مقیاس‌های عاملیت و مسیرها به ترتیب برابر با ۰/۸۶، ۰/۸۱ و ۰/۷۴ به دست آمد. نصیری و جوکار (۱۳۸۷) ساختار دو عاملی نسخه فارسی این پرسش‌نامه را تأیید کردند. آنها آلفای کرونباخ دو خرده‌مقیاس یادشده را به ترتیب برابر با ۰/۷۴ و ۰/۶۲ به دست آوردند.

مقیاس اضطراب مرگ^۱ این مقیاس ۱۵ گویه‌ای را تمپلر^۲ (۱۹۷۰) برای سنجش میزان افکار مرتبط با ترس و اضطراب مرگ ساخته است. پایایی بازآزمایی آن برابر با ۰/۸۳ و پایایی درونی آن با روش کودر-ریچاردسون^۳ برابر با ۰/۷۶ به دست آمده است (کوهن و دیگران، ۲۰۰۵). توکلی و احمدزاده (۲۰۱۱) پایایی و روایی نسخه فارسی این پرسش‌نامه را بررسی کردند. به گزارش آن دو، پایایی درونی مقیاس با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۵ بود.

یافته‌ها

در جدول ۱ آلفای کرونباخ مقیاس‌های پژوهش، و ضرایب همبستگی متقابل متغیرهای پژوهش به تصویر کشیده شده است. همان‌گونه که پیش‌بینی می‌شد، رابطه شاخص‌های بهزیستی ذهنی (شادی، رضایت از زندگی، و حرمت خود) با امید، معنای زندگی، و دینداری مثبت بود و با اضطراب مرگ منفی بود. روابط میان امید، معنای زندگی، و شاخص‌های بهزیستی ذهنی نیز با یکدیگر مثبت به دست آمدند. رابطه اضطراب مرگ با معنای زندگی، و شادی منفی بود. گرچه روابط اضطراب مرگ با رضایت از زندگی، حرمت خود، و امید منفی بود، این روابط معنادار نبودند.

-
1. Death Anxiety Scale
 2. Templer, D. I.
 3. Kuder-Richardson

جدول ۱: همبستگی‌های متقابل متغیرهای پژوهش

آلفا	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
	۰/۷۷									
۱. شادی										
۲. رضایت از زندگی	۰/۴۳**									
۳. حرمت خود	۰/۴۲**	۰/۵۴**								
۴. امید (مسیرها)	۰/۲۷**	۰/۳۴**	۰/۴۳**							
۵. امید (عاملیت)	۰/۳۲**	۰/۵۴**	۰/۵۵**	۰/۵۶**						
۶. امید (کل)	۰/۳۲**	۰/۴۹**	۰/۵۵**	۰/۸۸**	۰/۸۸**					
۷. معنای زندگی	۰/۵۱**	۰/۵۵**	۰/۶۹**	۰/۴۸**	۰/۵۶**	۰/۵۹**				
۸. اضطراب مرگ	۰/۰۹*	۰/۰۱	۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۱۰*				
۹. دینداری درونی	۰/۰۴	۰/۲۱**	۰/۱۶**	۰/۱۷**	۰/۲۳**	۰/۲۳**	۰/۲۲**			
۱۰. دینداری برونی فردی	۰/۱۰*	۰/۳۶**	۰/۲۱**	۰/۲۵**	۰/۳۳**	۰/۳۲**	۰/۳۴**	۰/۱۲**		
۱۱. دینداری برونی اجتماعی	۰/۱۰*	۰/۲۱**	۰/۰۲	۰/۱۱*	۰/۱۵**	۰/۱۵**	۰/۱۲**	۰/۰۱	۰/۳۹**	۰/۳۳**

** $p < 0/01$; * $p < 0/05$

برای بررسی برازش مدل پیشنهادی از روش تحلیل مسیر استفاده شد. تحلیل مسیر این مدل را آزمون که دینداری، بهزیستی ذهنی را از طریق سه متغیر واسطه‌ای پیش‌بینی می‌کند: امید، معنای زندگی، و اضطراب مرگ. مدل پیشنهادی بر اساس ملاک بزرگ‌تر بودن CFI از ۰/۹۵، و کوچک‌تر بودن SRMR از ۰/۰۸ (هو^۱ و بنتلر، ۱۹۹۹^۲) برازش قابل قبولی داشت. نتایج نشان داد که اثر غیرمستقیم دینداری بر بهزیستی ذهنی ناشی از سه متغیر یادشده (امید، هدف، و اضطراب) معنادار بود. این بدان معنا است که متغیرهای یادشده به عنوان میانجی بین دینداری و بهزیستی ذهنی عمل می‌کنند. به طور خاص، امید و معنای زندگی

1. Hu, L.

2. Bentler, P. M.

میانجی‌های معناداری در مدل پیشنهادی بودند، اما اضطراب مرگ نتوانست میانجی‌گری کند. شاخص‌های برازش مدل، در جدول شماره ۲ نشان داده شده‌اند.

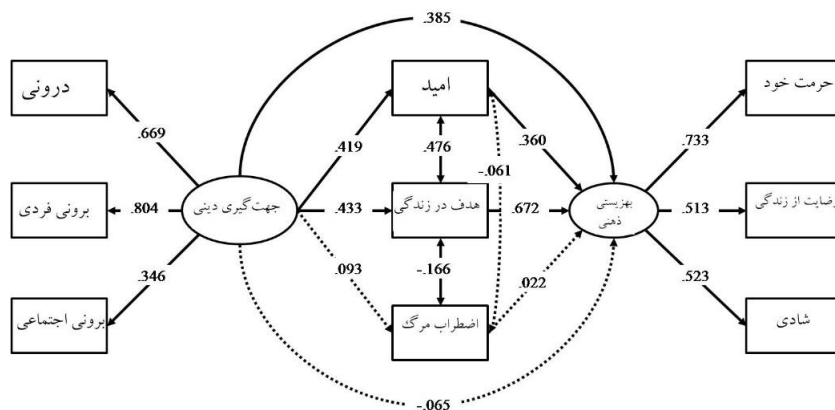
جدول ۲: شاخص‌های آماری برازش مدل بهزیستی ذهنی ناشی از دینداری با واسطه‌گری امید، معنای زندگی و اضطراب مرگ

χ^2	df	RMSEA	CFI	SRMR	کل اثر غیرمستقیم	اثر امید	اثر معنای زندگی	اثر اضطراب مرگ
۸۸/۸۹	۲۰	۰/۰۹۰	۰/۹۲۷	۰/۰۴۷	۰/۴۴۴*	۰/۱۵۱*	۰/۲۹۱*	۰/۰۰۲

* $p < 0/01$

شکل شماره ۱ نشان‌دهنده روابط میان دینداری و بهزیستی ذهنی از طریق امید، معنای زندگی، و اضطراب مرگ است. همه اعداد این شکل عبارت‌اند از ضرایب تأثیر استانداردشده. خطوط نقطه‌چین معنادار نیستند، در حالی که خطوط توپر گویای معناداری در سطح ۰/۰۵ است. منحنی بالایی متغیرهای واسطه‌ای عبارت است از اثر مستقیم دینداری بر بهزیستی ذهنی بدون متغیرهای واسطه‌ای. منحنی زیرین عبارت است از اثر مستقیم دینداری بر بهزیستی ذهنی، هنگامی که متغیرهای واسطه‌ای وارد مدل شدند. همچنان که در تصویر شماره ۱ نشان داده شده است، مدل پیشنهادی، گویای میانجی‌گری کامل است؛ یعنی اثر مستقیم دینداری بر بهزیستی، وقتی متغیرهای میانجی وارد معادله می‌شوند دیگر معنادار نیست.

شکل شماره ۱: نمودار رابطه دینداری با بهزیستی ذهنی از طریق امید، معنای زندگی، و اضطراب مرگ. همه ارقام عبارت‌اند از ضرایب استانداردشده.



بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به بررسی اثر مستقیم و غیرمستقیم دینداری بر بهزیستی ذهنی پرداخت. نتایج نشان داد که معنا یا هدف در زندگی با بهزیستی ذهنی و دینداری رابطه دارد. نیز، معنای زندگی رابطه دینداری و بهزیستی ذهنی را میانجی‌گری می‌کند. پژوهشگران متعددی مدعی‌اند یکی از کارکردهای اصلی دین عبارت است از: کمک به مردم برای یافتن نوعی حس معنا در زندگی. این تأکید بر معنا مهم است. زیرا پژوهش‌ها نشان می‌دهد داشتن حس نیرومند از معنای زندگی با دامنه‌ای از پیامدهای سلامت، از جمله بهزیستی ذهنی، هم‌ایند است (کراوزه^۱ و هیوارد،^۲ ۲۰۱۲). وایتیکر^۳ (۱۹۸۶) می‌گوید بنیانی‌ترین ادعاهای ادیان ادعاهایی درباره هدف‌اند. ادعاهایی که ادراک‌ها از نظام عالم وجود را می‌سازند به گونه‌ای که معنا، ارزش، و هدف زندگی ما روشن می‌شوند. او می‌گوید بیشتر ادعاهای دینی، درباره موضوع‌های متعالی یا واقعیت‌های فراطبیعی نیستند، بلکه درباره هدف‌ها هستند. مقصود چنین ادعاهایی این است که شیوه‌های غایت‌شناسانه^۴ قضاوت را تقویت کند، جایی که می‌توان به درک ارزش زندگی، دورنمای شادی، علت وجودی دنیا، و سرنوشت نامشخص محیطمان اندیشید و درباره‌شان قضاوت کرد. معناسازی^۵ تکلیف هستی‌شناختی زندگی است، که مخصوصاً برای کنارآمدن و نمو معنوی در اواخر بزرگسالی اهمیت حیاتی دارد. معنای هستی‌شناختی می‌تواند به وسیله رخدادهای زندگی به چالش کشیده شود، به گونه‌ای که مجبور می‌شویم در اوایل عمرمان معنای زندگی را تغییر دهیم و از نو بسازیم. اما سال‌خوردگی خودش را با شکنندگی، ناپایداری، پیش‌بینی‌ناپذیری، و تباهی جسمی و ذهنی بر ما عرضه می‌کند که فرآیند تأمل و پیکربندی دوباره معنای زندگی فرد را ضروری می‌سازد. پس، یافتن

1. Krause, N.

2. Hayward, R. D.

3. Whittaker, J. H.

4. teleological

5. meaning-making

معنای وجود خود، پایه تحول انسان است، اما شاید اهمیت بیشتری برای سال‌خوردگان داشته باشد؛ چراکه فرآیند پیرشدن پرسش‌هایی مرتبط با فناپذیری و میرایی ما به وجود می‌آورد. معنا را باید خود فرد بسازد و چیزی نیست که فرد آن را به ارث ببرد. معناسازی هنگامی رخ می‌دهد که فرد رخدادهای خاص را در پرتو سیستم معنای کلی‌اش بررسی و ارزیابی می‌کند. باورهای کلی^۱ ساختارهای شناختی بنیادی هستند که افراد درباره ماهیت جهان می‌سازند. این ساختارها افراد را در سراسر زندگی‌شان با اثرگذاری بر شیوه‌های اصلی ساختن واقعیت و با سازمان‌بندی هدف‌های کلی‌شان هدایت می‌کنند. در صورتی که رخداد خاصی، سیستم معنای کلی فرد را به چالش بکشد، فرد باید یا آن رخداد را با ارزیابی کند یا سیستم کلی معنا را تغییر دهد؛ هر یک از این دو گزینه می‌تواند موجب پریشانی فرد شود. افراد بسیار مذهبی به احتمال بیشتری اهمیت رخدادهای با ارزیابی می‌کنند (تا اینکه سیستم دینی از معنای کلی^۲ را رها کنند). به هر حال، با ارزیابی رخدادهای خاص، برای معناسازی و کنارآمدن سالم با تجارب معمولی و آسیب‌زای زندگی اهمیت دارد (اسندگراس^۳ و سوراجاکول^۴، ۲۰۱۱). پژوهش‌های آینده می‌توانند با ارزیابی را در رابطه با متغیرهای دینی مطالعه کنند.

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش حاضر، رابطه مثبت امید با بهزیستی ذهنی و دینداری بود. نیز، امید رابطه دینداری و بهزیستی ذهنی را میانجی‌گری کرد. جهان‌بینی دینی معمولاً نوعی جهان‌بینی امیدواری و خوش‌بینی است. بسیاری از ادیان جهان با نگاهی ویژه به مرد و زن آنها را آفریدگانی می‌دانند که هدفی الهی دارند و پس از مرگ نیز آینده‌ای در انتظارشان است. مرگ پایان زندگی نیست، بلکه رفتن به جایگاهی برتر است که در آن درد و رنجی نیست. مثلاً در آیین مسیحیت انسان‌ها آفریدگانی هستند که هرگز از هم یا از عزیزان از دست رفته خود واقعاً جدا نمی‌شوند، بلکه روزی دوباره به هم می‌پیوندند. حتی این دیدگاه که خداوند عاشق

-
1. global beliefs
 2. religious system of global meaning
 3. Snodgrass, J.
 4. Sorajjakool, S.

انسان‌ها است و جز خیر و نیکی برای آنها چیزی نمی‌خواهد موجب می‌شود وضعیت‌های دشوار زندگی را مثبت تصور کنند و آن را مایه رشد و بالندگی بدانند. از این‌رو هر کسی ممکن است چنین فکر کند که انسان‌های متدین به آینده خوش‌بین‌تر و امیدوارترند (کوئینگ، ۱۳۹۴). پیام‌های فرهنگی امید می‌توانند از طریق توصیف‌های دین و هویت گروهی انتقال یابند که برای اعضای آن دین یا گروه، هدف و معنایی هم‌سنخ با ارزش‌های گروه و فرهنگ فراهم می‌آورد (الیوت^۱ و کریلو،^۲ ۲۰۰۰). ادیان دنیا راه‌های متفاوتی از اندیشیدن درباره تجربه امید نشان می‌دهند. به گفته سیولی^۳ و بیلر^۴ (۲۰۰۹) این تنوع معنوی را می‌توان به سطوح متفاوت سرمایه‌گذاری این ادیان بر انگیزه‌های تسلط، دل‌بستگی، و بقا اسناد داد. به گزارش سیولی و بیلر (۲۰۰۹) در اسلام هر سه وجه امید ابراز شده‌اند. به صورت خاص، ۲، ۹، و ۹ آیه از قرآن به ترتیب به تسلط، دل‌بستگی، و بقا پرداخته است. مثلاً امیدبخش‌ترین فقره قرآن کریم، به گفته امام محمد باقر (ع)، آیه ۵ سوره ضحی است: ﴿وَلَسَوْفَ يَعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَى﴾؛ «و به زودی پروردگارت آن قدر به تو عطا خواهد کرد که خشنود شوی». به گفته آن امام، این آیه مربوط به شفاعت است (مجلسی، ۱۴۰۳).

در پژوهش حاضر، روابط اضطراب مرگ با شادی و معنای زندگی منفی بود. اما برخلاف انتظار ما، رابطه اضطراب مرگ با یکی از شاخص‌های دینداری (یعنی دینداری برون‌فردی) مثبت بود، و رابطه‌اش با دینداری درونی و برون‌اجتماعی معنادار نبود. این یافته برخلاف پیش‌بینی «نظریه مدیریت وحشت» است و می‌تواند به عنوان شاهدهی در رد آن نظریه، دست‌کم در جامعه شرقی - اسلامی ایران، قلمداد شود. ولی یافته‌های ما می‌تواند در حمایت از نظریه‌ای دیگر به نام «نظریه بیم مرگ»^۵ تفسیر شود. نظریه اخیر تصریح می‌کند که داشتن

1. Elliott, T. R.

2. Kurylo, M.

3. Scioli, A.

4. Biller, H. B.

5. Death Apprehension Theory

دست‌کم مقدار متوسطی ترس از مردن اساساً گریزناپذیر است. زیرا: ۱. مردن غالباً همراه با درد در خور توجه است؛ و ۲. مرگ به لذت‌های زندگی (شامل همه لذت‌های برآمده از روابط اجتماعی، جنسی، و خانوادگی) پایان می‌دهد. این نظریه تأکید می‌کند که همچنان‌که درد و بیماری فرد افزایش، و لذت‌های زندگی‌اش کاهش می‌یابد، ترس او از مرگ کاهش خواهد یافت. نظریه یادشده می‌گوید این «جنبه‌های این جهانی مرگ»^۱ مستقل از دینداری فرد است. اما درباره نقش دین، این نظریه می‌گوید در حالی که تمایلی ناآموخته و مبتنی بر تکامل برای نمردن وجود دارد، باورهای خاص افراد درباره زندگی پس از مرگ عمدتاً از طریق آموزه‌های دینی کسب می‌شود. هنگامی که وجود نوعی زندگی پس از مرگ به عنوان واقعیت پذیرفته شد، این پذیرش خودش به ترس فرد از مرگ می‌انجامد. زیرا به گفته تقریباً همه آموزه‌های دینی پیامد مرگ می‌تواند یا خیلی خوب باشد (جاودانگی در بهشت) یا فوق‌العاده بد (جاودانگی در جهنم)، و فرصت دوباره‌ای هم در کار نیست. چون فقط تعداد اندکی از افراد متعهد به دین می‌توانند با رعایت همه واجبات و محرمات دینشان زندگی را به انجام برسانند. لذا نگرانی درباره سرنوشت فرد نگران‌کننده خواهد بود؛ به‌ویژه اگر این افراد خدا را بسیار سخت‌گیر و انتقام‌جو (نه آسان‌گیر و باگذشت) تصور کنند. در حالی که «نظریه مدیریت وحشت» پیش‌بینی می‌کرد که افراد بسیار مذهبی کمتر از همه از مرگ بترسند، «نظریه بیم مرگ» می‌گوید آنها معمولاً بیش از همه می‌ترسند. هر اندازه فردی مؤمن به واقعیت زندگی پس از مرگ یقین داشته باشد و متقاعد شده باشد که خدا سخت‌گیر و آماده مجازات گناهان است (یعنی عفو را به‌سختی می‌توان به دست آورد) رابطه مثبت دینداری با ترس از مرگ نیرومندتر باید باشد. طبق این نظریه، در: ۱. کسانی که همه دستوره‌های دینی را در سراسر عمرشان رعایت می‌کنند، یا ۲. کسانی که مطمئن‌اند گناهانشان عفو خواهد شد باید اضطراب و ترس از مرگ کاهش یابد (آلیس^۲ و وهاب،^۳ ۲۰۱۳). یافته‌های ما می‌تواند به نفع نظریه اخیر

1. mundane aspects of death

2. Ellis, L.

3. Wahab, E. A.

تعبیر شود.

محدودیت اصلی پژوهش حاضر مربوط به نمونه است. شرکت‌کنندگان دانشجوی بودند و نمونه‌گیری به صورت غیردسترس انجام شد. پژوهش‌های آینده می‌توانند نقش سایر متغیرهایی را بررسی کنند که احتمالاً در رابطه دینداری با بهزیستی دخیل اند. همچنین، پژوهش حاضر از جهت‌گیری دینی به عنوان شاخص دینداری استفاده کرد؛ پژوهش‌های دیگر می‌توانند سایر متغیرهای دینی را بررسی کنند. در پژوهش پیش رو، به بهزیستی ذهنی به عنوان «بعد مثبت» سلامت روانی پرداخته شد. پژوهش‌های آینده می‌توانند به بررسی سایر ابعاد مثبت سلامت روانی و حتی ابعاد منفی آن بپردازند. چنین پژوهش‌هایی ضمن تعمیم یافته‌های پژوهش حاضر، به غنای ادبیات روان‌شناسی دین، و روان‌شناسی مثبت‌گرا خواهد انجامید.

منابع

- قرآن کریم (۱۳۷۸). ترجمه: ناصر مکارم شیرازی، قم: انتشارات ناصر، چاپ دوم.
- آقابابایی، ناصر؛ فراهانی، حجت‌الله؛ رحیمی‌نژاد، عباس؛ فاضلی مهرآبادی، علی‌رضا (۱۳۸۸). «معنویت و احساس شخصی روان‌درستی در دانشجویان و طلاب»، در: مجله علوم روان‌شناختی، ش ۳۱، ص ۳۶۰-۳۷۲.
- ابوترابی، علی (۱۳۸۶). نقد ملاک‌های بهنجاری در روان‌شناسی: با نگرش به منابع اسلامی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- بیانی، علی‌اصغر؛ کوچکی، عاشور محمد؛ گودرزی، حسنیه (۱۳۸۶). «اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی»، در: روان‌شناسان ایرانی، ش ۳ (۱۱)، ص ۲۵۹-۲۶۵.
- جوشن‌لو، محسن؛ قانندی، غلام‌حسین (۱۳۸۷). «بررسی مجدد پایایی و اعتبار مقیاس حرمت خود روزنبرگ در ایران»، در: دانشور رفتار، ش ۳۱، ص ۴۹-۵۶.
- جیمز، ویلیام (۱۳۹۱). تنوع تجربه دینی، ترجمه: حسین کیانی، تهران: حکمت.
- چراغی، مونا؛ عریضی، حمیدرضا؛ فراهانی، حجت‌الله (۱۳۸۷). «بررسی اعتبار، روایی، تحلیل عوامل و هنجاریابی پرسش‌نامه هدف در زندگی کرامباف و ماهولیک»، در: روان‌شناسی، ش ۴۸، ص ۳۹۶-۴۱۳.
- سید رضی (۱۳۸۳). نهج البلاغه، ترجمه: محمد دشتی، قم: مؤسسه فرهنگی-تحقیقاتی امیرالمؤمنین علیه السلام.

شجاعی، محمدصادق؛ غروی، سید محمد؛ جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۹۱). «معنای زندگی در نهج‌البلاغه»، در: مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ش ۱۱، ص ۳۷-۵۷.

قمی، شیخ عباس (۱۴۱۶). سفینه البحار، قم: اسوه، چاپ دوم.

کلینی، محمد (۱۴۱۳). الکافی، بیروت: دار الاضواء.

کوئینگ، هارولد (۱۳۹۴). ایمان و سلامت روان: منابع مذهبی جهت شفاجستن، ترجمه: نجف طهماسبی پور و محمد شعبانی، تهران: آوای نور.

مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳). بحار الانوار الجامعة لدرر اخبار الائمة الاطهار، بیروت: دار احیاء التراث، الطبعة الثالثة.

موسوی خمینی، سید روح‌الله (۱۳۷۶). چهل حدیث، قم: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، چاپ چهاردهم.

نصیری، حبیب‌الله؛ جوکار، بهرام (۱۳۸۷). «معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی، و سلامت روان در زنان»، در: پژوهش زنان، ش ۶ (۲)، ص ۱۵۷-۱۷۶.

یگانه، طیبه (۱۳۹۲). «بررسی نقش جهت‌گیری‌های مذهبی در تبیین امید و بهزیستی روان‌شناختی زنان مبتلا به سرطان پستان»، در: فصل‌نامه بیماری‌های پستان ایران، ش ۶ (۳)، ص ۴۷-۵۶.

Aghababaei, N. (2014). "God, the Good Life, and HEXACO: The Relations among Religion, Subjective Well-being and Personality", in: *Mental Health, Religion & Culture*, 17 (3): 284-290.

Aghababaei, N.; Błachnio, A. (2014). "Purpose in Life Mediates the Relationship between Religiosity and Happiness: Evidence from Poland", in: *Mental Health, Religion & Culture*, 17 (8): 827-831.

Allport, G. W.; Ross, M. (1967). "Personal Religious Orientation and Prejudice", in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4): 432-443.

Ardelt, M. (2003). "Effects of Religion and Purpose in Life on Elders'

- Subjective Well-being and Attitudes toward Death", in: *Journal of Religious Gerontology*, 14 (4): 55-77.
- Argyle, M. (1997). *Psychology and Religion: An Introduction*, London: Routledge.
- Arjona, R. (2013). "A Time to Sing and a Time to Dance: Activating Hope and Wisdom", in: *Pastoral Psychology*, 62 (6): 781-790.
- Bourdette, J.; Dodder, R. A. (1976). "The Purpose in Life Test: What Does it Measure?", in: *Free Inquiry in Creative Sociology*, 4: 83-85.
- Burrow, A. L.; O'Dell, A. C.; Hill, P. L. (2010). "Profiles of a Developmental Asset: Youth Purpose as a Context for Hope and Well-being", in: *Journal of Youth and Adolescence*, 39: 1265-1273.
- Byrd, K. R.; Hageman, A.; Belle Isle, D. (2007). "Intrinsic Motivation and Subjective Well-being: The Unique Contribution of Intrinsic Religious Motivation", in: *The International Journal for the Psychology of Religion*, 17 (2): 141-156.
- Cohen, A. B.; Pierce Jr., J. D.; Chambers, J.; Meade, R.; Gorvine, B. J.; Koenig, H. G. (2005). "Intrinsic and Extrinsic Religiosity, Belief in the Afterlife, Death Anxiety, and Life Satisfaction in Young Catholics and Protestants", in: *Journal of Research in Personality*, 39: 307-324.
- Crumbaugh, J.; Maholick, L. (1964). "An Experimental Study of Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis", in: *Journal of Clinical Psychology*, 20: 200-207.
- Denton, W. (1964). "Hope and its Relevance to Pastoral Counseling", in: *Pastoral Psychology*, 15 (1): 31-35.

- Diener, E.; Emmons, R. A.; Larsen, R. J.; Griffin, S. (1985). "The Satisfaction with Life Scale", in: *Journal of Personality Assessment*, 49 (1): 71-75.
- Elliott, T. R.; Kurylo, M. (2000). "Hope over Acquired Disability: Lessons of a Young Woman's Triumph", in: C. R. Synder, *Handbook of Hope: Theory, Measures, and Applications*, California: Academic Press.
- Ellis, L.; Wahab, E. A. (2013). "Religiosity and Fear of Death: A Theory-Oriented Review of the Empirical Literature", in: *Review of Religious Research*, 55: 149–189.
- Francis, L. J.; Jewell, A.; Robbins, M. (2010). "The Relationship between Religious Orientation, Personality, and Purpose in Life among an Older Methodist Sample", in: *Mental Health, Religion & Culture*, 13: 777–791.
- Ghorbani, N.; Watson, P. J.; Gharamaleki, A. F.; Morris, R. J.; Hood, R. W. (2002). "Muslim-Christian Religious Orientation Scales: Distinctions, Correlations, and Cross-Cultural Analysis in Iran and the United States", in: *The International Journal for the Psychology of Religion*, 12 (2): 69–91.
- Gorsuch, R. L.; McPherson, S. E. (1989). "Intrinsic/Extrinsic Measurement: I/E-revised and Single-item Scales", in: *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28 (3): 348–354.
- Harlow, L. L.; Newcomb, M. D.; Bentler, P. M. (1987). "Purpose in Life Test Assessment Using Latent Variable Methods", in: *British Journal of Clinical Psychology*, 26: 235-236.

- Hasson-Ohayon, I.; Braun, M.; Galinsky, D.; Baider, L. (2009). "Religiosity and Hope: A Path for Women Coping with a Diagnosis of Breast Cancer", in: *Psychosomatics*, 50 (5): 525-533.
- Hicks, J. A.; King, L. A. (2008). "Religious Commitment and Positive Mood as Information about Meaning in Life", in: *Journal of Research in Personality*, 42: 43-57.
- Hill, P. C.; Pargament, K. I. (2003). "Advances in the Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality: Implications for Physical and Mental Health Research", in: *American Psychologist*, 58 (1): 64-74.
- Holder, M. D.; Coleman, B.; Wallace, J. M. (2010). "Spirituality, Religiousness, and Happiness in Children Aged 8-12 Years", in: *Journal of Happiness Studies*, 11: 131-150.
- Hu, L.; Bentler, P. M. (1999). "Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives", in: *Structural Equation Modeling*, 6: 1-55.
- Jovanović, V. (2013). "Evaluation of the Children's Hope Scale in Serbian Adolescents: Dimensionality, Measurement Invariance across Gender, Convergent and Incremental Validity", in: *Child Indicators Research*, 6 (4): 797-811.
- Kashdan, T. B. (2004). "The Assessment of Subjective Well-being (Issues Raised by the Oxford Happiness Questionnaire)", in: *Personality and Individual Differences*, 36: 1225-1232.
- Kashdan, T. B.; Nezlek, J. B. (2012). "Whether, when, and how is Spirituality Related to Well-being? Moving beyond Single Occasion

- Questionnaires to Understanding Daily Process", in: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38 (11): 1523-1535.
- Koole, S. L.; Greenberg, J.; Pyszczynski, T. (2006). "Introducing Science to the Psychology of the Soul: Experimental Existential Psychology", in: *Current Directions in Psychological Science*, 15: 212-216.
- Krause, N.; Hayward, R. D. (2012). "Religion, Meaning in Life, and Change in Physical Functioning During late Adulthood", in: *Journal of Adult Development*, 19: 158-169.
- Lucas, R. E.; Donnellan, M. B. (2007). "How Stable is Happiness? Using the STARTS Model to Estimate the Stability of Life Satisfaction", in: *Journal of Research in Personality*, 41: 1091-1098.
- Lyubomirsky, S.; King, L.; Diener, E. (2005). "The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?", in: *Psychological Bulletin*, 131 (6): 803-855.
- Lyubomirsky, S.; Lepper, H. S. (1999). "A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation", in: *Social Indicators Research*, 46 (2): 137-156.
- Lyubomirsky, S.; Tkach, C.; Dimatteo, M. R. (2006). "What Are the Differences between Happiness and Self-esteem?", in: *Social Indicators Research*, 78: 363-404.
- Marques, S. C.; Lopez, S. L.; Mitchell, J. (2013). "The Role of Hope, Spirituality and Religious Practice in Adolescents' Life Satisfaction: Longitudinal Findings", in: *Journal of Happiness Studies*, 14: 251-261.

- Merkaš, M.; Brajša-Žganec, A. (2011). "Children with Different Levels of Hope: Are There Differences in Their Self-esteem, Life Satisfaction, Social Support, and Family Cohesion?", in: *Child Indicators Research*, 4: 499–514.
- Morris, G. J.; McAdie, T. (2009). "Are Personality, Well-being and Death Anxiety Related to Religious Affiliation?", in: *Mental Health, Religion & Culture*, 12 (2): 115–120.
- Pembroke, N. (2009). "Witnessing to Hope in the Christian Community through Irony", in: *Pastoral Psychology*, 58: 433–443.
- Plante, T. G.; Boccaccini, M. T. (1997). "The Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire", in: *Pastoral Psychology*, 45 (5): 375-387.
- Schulenberg, S. E.; Schnetzer, L. W.; Buchanan, E. M. (2011). "The Purpose in Life Test-Short Form: Development and Psychometric Support", in: *Journal of Happiness Studies*, 12: 861–876.
- Scioli, A.; Biller, H. B. (2009). *Hope in the Age of Anxiety*, Oxford: Oxford University Press.
- Sillick, W. J.; Cathcart, S. (2014). "The Relationship between Religious Orientation and Happiness: The Mediating Role of Purpose in Life", in: *Mental Health, Religion & Culture*, 17 (5): 494–507.
- Snodgrass, J.; Sorajjakool, S. (2011). "Spirituality in Older Adulthood: Existential Meaning, Productivity, and Life Events", in: *Pastoral Psychology*, 60: 85–94.
- Snyder, C. R.; Ilardi, S. S.; Cheavens, J.; Michael, S. T.; Yamhure, L.; Sympson, S. (2000). "The Role of Hope in Cognitive-Behavior

- Therapies", in: *Cognitive Therapy and Research*, 24 (6), 747–762.
- Steger, M. F.; Frazier, P.; Oishi, S.; Kaler, M. (2006). "The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life", in: *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1): 80–93.
- Synwolt, R. J. (1971). "Pastoral Counselor-Harbinger of Hope", in: *Pastoral Psychology*, 22 (5): 5-13.
- Tavakoli, M. A.; Ahmadzadeh, B. (2011). "Investigation of Validity and Reliability of Templer Death Anxiety Scale", in: *Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 6 (21): 72-80.
- Templer, D. I. (1970). "The Construction and Validation of a Death Anxiety Scale", in: *The Journal of General Psychology*, 82 (2): 165-177.
- Tiliopoulos, N.; Bikker, A. P.; Coxon, A. P. M.; Hawkin, P. K. (2007). "The Means and Ends of Religiosity: A Fresh Look at Gordon Allport's Religious Orientation Dimensions", in: *Personality and Individual Differences*, 42: 1609–1620.
- Vail, K. E.; Rothschild, Z. K.; Weise, D. R.; Solomon, S.; Pyszczynski, T.; Greenberg, J. (2010). "A Terror Management Analysis of the Psychological Functions of Religion", in: *Personality and Social Psychology Review*, 14 (1): 84–94.
- Whittaker, J. H. (1986). "Religious Beliefs as Purpose Claims", in: *Philosophy of Religion*, 20: 17-30.
- Yalcin, I.; Malkoc, A. (2015). "The Relationship between Meaning in Life and Subjective Well-being: Forgiveness and Hope as Mediators", in: *Journal of Happiness Studies*, 16 (4): 915-929.