



سال ششم • بهار و تابستان ۹۹ • شماره ۱۲
Biannual Journal of Islamic Psychology
Vol. 6, No. 12, Spring & Summer 2020

رابطه آرزو با رضامندی بر اساس حدیث «مَنْ كَثُرَ مَنَاهُ قَلَّ رِضَاهُ»

نجم السادات کزازی*

عباس پسندیده**

محمد رضا حسن زاده توکلی***

چکیده

در احادیث اسلامی به رابطه معکوس بین آرزو و رضامندی اشاره شده است. هدف این پژوهش بررسی تجربی و روان‌شناختی این رابطه است. روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه این پژوهش شامل ۲۰۰ نفر از دانشجویان شهر قم بود که به روش نمونه در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه‌های نمایه آرزو و رضایت از زندگی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد همبستگی بین رضایت کلی با آرزوی بیرونی، منفی و معنادار و در مقابل، همبستگی رضایت کلی با آرزوی درونی، مثبت و معنادار است. در رگرسیون آرزوهای بیرونی، خرده‌مقیاس‌های ثروت و زیبایی، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند اما خرده‌مقیاس شهرت معنادار نبوده و رضایت از زندگی را پیش‌بینی نمی‌کند. در رگرسیون آرزوهای درونی، خرده‌مقیاس‌های رشد، ارتباط و همکاری، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند و خرده‌مقیاس سلامتی معنادار نبوده و رضایت از زندگی را پیش‌بینی نمی‌کند.

واژگان کلیدی: رضامندی، آرزو، همبستگی، اسلام

* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی، دانشگاه قرآن و حدیث قم | nagme.kazazi@gmail.com

** دانشیار گروه علوم و معارف حدیث، دانشگاه قرآن و حدیث قم

*** استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه قرآن و حدیث قم

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۰/۱۴؛ ۱۴۰۰/۱۲/۰۵

رضایت از زندگی^۱ یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روانی است که امروزه توجه بسیاری از پژوهشگران را به‌ویژه در روان‌شناسی مثبت‌گرا به خود جلب کرده است. شواهد تجربی حاکی از آن است که رضایت از زندگی دارای سه بعد رضایت از گذشته، حال و آینده است (عیسی زادگان، سلمان پور، احمدی و قاسم‌زاده، ۱۳۹۵) تجربه شادکامی و رضایت از زندگی هدف برتر زندگی بشمار می‌رود و احساس غم و ناخرسندی اغلب مانعی در راه انجام وظایف فرد شمرده می‌شود (لاگلین^۲ و هیوبنر^۳ ۲۰۰۱ به نقل از زکی، ۱۳۸۶). در قرن نوزدهم پس از جدایی روان‌شناسی از فلسفه، رویکرد لذت‌گرایی در آثار روان‌شناسان به‌وضوح مشهود بود و ویترسو^۴ در این زمینه به‌ویژه به آثار جیمز^۵، ثرندایک^۶، وونت^۷ و فروید^۸ اشاره دارد. در نیمه اول قرن بیستم محققانی چون پل توماس یانگ^۹ (که با موش‌ها کار می‌کرد) و بیبه‌سنتر^{۱۰} (که با انسان‌ها کار می‌کرد) درباره نقش حیاتی لذت به بحث پرداختند. این دو سعی کردند تا بر پایه لذت، علمی را بنا نهند. اندکی بعد برلاین^{۱۱} این نظریه را طرح کرد که لذت توسط پتانسیل برانگیخته محرک^{۱۲} تعیین می‌شود. در همین سال‌ها اولدز^{۱۳} و میلنر^{۱۴} به بررسی عصب روان‌شناختی لذت پرداختند و سرانجام اولدز در ۱۹۵۶ اعلام کرد که به کشف «مراکز لذت»^{۱۵} در مغز نائل شده است. در سال

1. Life Satisfaction
2. Laughlin, E. S
3. Huebner, J. E
4. Vitterso, J
5. James, V
6. Thorndik, E. L
7. Wundt, W. M
8. Freud, S
9. Young, P. T
10. Beebe-Center, J. G
11. Berlyne, D
12. The Arousal Potential of a Stimulus
13. Olds, J
14. Milner, P
15. Pleasure Centers

۱۹۸۶ گریفین^۱، نظریه خواسته (نیاز)^۲ را ارائه کرد که مطابق این نظریه شادکامی عبارت است از به دست آوردن آنچه می‌خواهید بدون توجه به اینکه آن خواسته شامل لذت می‌شود یا نه. در سال ۱۹۹۲، نوسبام^۳ نظریه فهرست اهداف^۴ را ارائه کرد که بر اساس آن شادکامی عبارت است از دستیابی به تعدادی از اهداف حقیقتاً ارزشمند زندگی مانند شغل، دوستی، آموزش، معرفت، راحتی، رفاه مادی و سلامتی (کزازی، ۱۳۸۷) رضایت از زندگی حالتی هیجانی است که با رسیدن به یک هدف پدید می‌آید، به‌طورکلی رضایت داشتن احساسی خوشایند از حسن انجام امور پس از ارزیابی نتایج فعالیت‌ها و کارهای انجام شده است (کرمی، ۱۳۸۹). انسان موجودی هدفمند است و تا به خواسته‌های خود دست نیابد، احساس رضامندی نخواهد کرد. برعکس وقتی به خواسته‌های خود دست می‌یابد، احساس رضامندی می‌کند اما مسئله این است که این احساس پایدار نیست (رنگین‌کمان، ۱۳۸۶).

از سوی دیگر، یکی از موضوعات مهم، رابطه رضامندی با آرزوها^۵ است. همان‌طور که برخی مؤلفان مانند ویتزر^۶ اظهار می‌کنند، به نظر می‌رسد آرزوهای افراد حدّ مشخصی ندارند. ما از یک‌سو با محدودیت پردازش اطلاعات در انسان‌ها و از سوی دیگر با دنیایی پیچیده و در حال تغییر مواجهیم. از این رو، تصوّر مجموعه ثابتی از آرزوها، نمی‌تواند کارکرد مناسبی برای افراد داشته باشد، لذا انسان‌ها دائماً «آرزوهای بزرگ»^۷ را در سر می‌پروراند اما آیا همواره آرزوهای بزرگ تحقق‌بخش پیشرفت‌ها و موفقیت‌ها و پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی خواهند بود؟ (رفیعی، ۱۳۹۷) کاسر^۸ و رایان^۹ بین دو نوع هدف زندگی (ذاتی و بیرونی) تمایز گذاشتند. اهداف ذاتی شامل رشد شخصی، صمیمیت عاطفی و خدمات اجتماعی. اهداف بیرونی شامل جذابیت

1. Griffin, N
2. Desire Theory
3. Nussbaum
4. Objective List Theory
5. Aspirations
6. Weathers
7. High Aspiration
8. Kasser, T
9. Ryan, R. M



فیزیکی، موقعیت مالی، شهرت اجتماعی یا محبوبیت اجتماعی. محتویات اهداف ذاتی، با طبیعت و نیاز انسان مطابق است و از سوی دیگر آن‌ها که بیرونی‌اند با طبیعت مثبت انسانی ناسازگارند و به شدت از طریق فرهنگ منتقل می‌شوند. فرض می‌شود که اهداف ذاتی از گرایش‌های طبیعی رشد می‌کنند و افراد را به سمت افزایش دانش خود و ارتباطات عمیق با جامعه سوق می‌دهند. افرادی که عمدتاً اهداف درونی دارند، سطح بالاتری از رضایت از زندگی، خودکفایی، انعطاف‌پذیری، عزت نفس، گشودگی ذهن و تجربه‌های کمتر افسردگی، اضطراب و مشکلات بهداشت عمومی دارند (اینگرید^۱ و همکاران، ۲۰۰۹). اینگلهارت نیز به بررسی رابطه آرزو با رضامندی پرداخته و مدل آرزو-تطابق را ارائه کرده است. نظریه تطابق ذهنی اینگلهارت بیان می‌دارد که سطح آرزوهای فرد به تدریج با وضعیت عینی او تطابق پیدا می‌کند و خوشبختی همیشه بر فراز تپه‌ای دیگر است (رنگین‌کمان، ۱۳۸۶، ص ۱۹۱). وی معتقد است رضایت از زندگی بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت فعلی او است و لذا هر چه شکاف میان سطح آرزوهای فرد و وضعیت عینی وی بیشتر شود، رضایتمندی وی کاهش می‌یابد (اینگلهارت^۲، ۲۰۱۰).

در اسلام، «رضا» از مفاهیم اساسی است که جزء بسیار مهم سعادت و شادکامی شمرده شده است (پسنیدیده، ۱۳۹۱). ترمذی در کتاب سنن خود از رسول خدا چنین نقل می‌کند که رضامندی، از سعادت و نارضایی از شقاوت است (ترمذی، بی‌تا، ج ۴، ص ۴۵۵؛ متقی هندی، ۱۴۰۹، ج ۷، ص ۸۱۴). همچنین رضامندی رابطه تنگاتنگی نیز با دین و ایمان دارد. امام علی رضامندی را یکی از ارکان چهارگانه ایمان شمرده است (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۲، ص ۵۶). در روایت دیگری از رسول خدا یکی از ده جزء ایمان (کراجکی، ۱۴۱۰، ج ۲، ص ۱۱) و در برخی دیگر از روایات، بهترین مؤلفه ایمان (آمدی، ۱۳۷۳؛ لیشی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۶۷) کمال دین (آمدی، ۱۳۷۳؛ لیشی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۶) دانسته شده است. از سوی روایات دیگری با جدیت و تأکید، از نارضایتی بر حذر داشته و آن را با خداپرستی و پذیرش ربوبیت خداوند متعال، در تضاد می‌دانند (صدوق، ۱۴۰۴، ص ۳۷۱ و ۳۷۲؛ نیشابوری، بی‌تا، ص ۴۶۰). طبق برخی روایات، کسی که راضی نباشد، کفر در دین او نفوذ کرده

1. Ingrid, B

2. Inglehart, R

است (آمدی، ۱۳۷۳؛ لثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۶۳) و باید در آخرت منتظر شدیدترین عذاب‌ها باشد (آمدی، ۱۳۷۳؛ لثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۱۵). بررسی‌ها نشان می‌دهند که «خیر»، پایه نظری رضامندی اسلامی است؛ یعنی مبتنی بودن زندگی بر خیر واقعی، عامل اساسی رضامندی است. این نکته از متونی که درباره تقدیر الهی است به دست می‌آید و سپس می‌توان آن را به حوزه‌های زندگی (معیشت، روابط و نظام سیاسی) نیز تسری داد (پسندیده، ۱۳۹۵). در این متون آمده است که تقدیرهای خداوند متعال، مبتنی بر خیر است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در بیانی عام می‌فرماید: فی کلِّ قَضَاءٍ لِلَّهِ خَيْرَةٌ لِلْمُؤْمِنِ (صدوق، ۱۳۹۱، ص ۳۷۱). هر آنچه خداوند تقدیر و حکم می‌کند، چه در تشریح باشد و چه در تکوین، جز خیر نیست^۱ (ابن حنبل، بی‌تا، ج ۴، ص ۲۳۴)، چه نعمت فراوان باشد و چه مصیبت‌های دردناک!^۲ (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۲، ص ۲۴۶ و ۲۴۲ و ۶۲). صهیب نقل می‌کند که یکی از دو نماز مغرب و عشا را با پیامبر خدا به‌جا آوردم. وقتی از نماز فارغ شد، خندید و به ما رو کرد و فرمود: «آیا از من نمی‌پرسید که چرا خندیدم؟». گفتند: خدا و پیامبرش داناترند. فرمود: «از قضای خداوند برای بنده مسلمان در شگفتم! [زیرا] همه قضا‌های خدای متعال برای او خیرند و کسی نیست که همه قضا‌های خدا برایش خیر باشد، جز بنده مسلمان» (طبرانی، ۱۴۰۴، ج ۸، ص ۴۰). بر اساس همین منطق «رضایت» نسبت به تقدیر خداوند معنا می‌یابد. باور به تقدیر الهی، انسان را از تأثیر نوسانات شدید زندگی، ایمن می‌سازد و بدین‌سان، آرامش و آسایش را به زندگی می‌آورد^۳ (دیلمی، ۱۴۰۶، ج ۲، ص ۴۱۷) و جایی برای حُزن و اندوه، باقی نمی‌ماند^۴ (صدوق، ۱۳۶۱، ص ۲۰۰ و کلینی، ۱۳۶۳، ج ۲، ص ۵۹). این بدان معناست که «خیر»، رضایت‌آور و «شر»، نارضایتی‌آور است. اگر انسان، چیزی را شر بداند، از آن ناراضی می‌شود و اگر خیر بداند، از آن راضی؛ بنابراین، «خیر» پایه نظری رضایت‌مندی و

۱. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: عَجِبْتُ لِلْمُؤْمِنِ، إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَفْضِ قَضَاءَ إِلَّا كَانَ خَيْرًا لَهُ.

۲. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَوْ أَصْبَحَ لَهُ مَا بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، كَانَ ذَلِكَ خَيْرًا لَهُ وَلَوْ أَصْبَحَ مُقَطَّعًا أَعْضَائُهُ، كَانَ ذَلِكَ خَيْرًا لَهُ؛ امام کاظم علیه السلام می‌فرماید: الْمُؤْمِنُ بَعْضُ كُلِّ خَيْرٍ، لَوْ قُطِعَ أُنْمَلَةٌ، كَانَ خَيْرًا لَهُ وَلَوْ لُئِي شَرْقًا وَغَرْبًا، كَانَ خَيْرًا لَهُ؛ امام صادق علیه السلام می‌فرماید: عَجِبْتُ لِلْمَرْءِ الْمُسْلِمِ لَا يَقْضِي اللَّهُ لَهُ قَضَاءً إِلَّا كَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ فَرَّضَ بِالْمَقَارِبِ كَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ مَلَكَ مَشَارِقَ الْأَرْضِ وَمَغَارِبَهَا كَانَ خَيْرًا لَهُ.

۳. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله: مَنْ حَمَلَ الْأَمْرَ عَلَى الْقَضَاءِ اسْتَرَاحَ.

۴. امام علی علیه السلام در تفسیر آیه شریفه ﴿وَكَانَ تَحْتَهُ وَكُنُزُهُمَا﴾ می‌فرماید: كَانَ ذَلِكَ الْكُنْزُ لَوْحًا مِنْ ذَهَبٍ فِيهِ مَكْتُوبٌ: «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ [لا إله إلا الله مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ، عَجِبْتُ لِمَنْ يَعْلَمُ أَنَّ الْمَوْتَ حَقٌّ كَيْفَ يَفْرَحُ؟! عَجِبْتُ لِمَنْ يَبُؤُنُ بِالْقَدْرِ كَيْفَ يَحْزَنُ...»؛ امام صادق می‌فرماید: إِنْ كَانَ كُلُّ شَيْءٍ بِقَضَاءِ مِنَ اللَّهِ وَقَدْرِهِ فَالْحُزْنُ لِمَاذَا؟!.

برخورداری از «زندگی خوب»، عامل اصلی آن است (پسندیده، ۱۳۹۶).

بر اساس منابع اسلامی، یکی از اموری که رضامندی را تهدید می‌کند، آرزوهای دورودراز است. آرزو میل و کششی درونی است که انسان را نسبت به تحقق رویدادی در آینده برمی‌انگیزد. آرزو در افراد، طول و وسعتی متفاوت دارد و پیوسته در حال تغییر و تحول است. برخی انسان‌ها همیشه در تلاش برای رسیدن به آرزوهای بزرگ‌اند و بعد از دستیابی به یک آرزو، آرزوی دیگری جای آن را می‌گیرد (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۷). این با آنچه در ادبیات دین به‌عنوان «طول الأمل» نامیده می‌شود، نزدیک است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ كَثُرَ مُنَاهُ قَلَّ رِضَاؤه» (آمدی، ۱۳۷۳) و امام سجاد علیه السلام می‌فرماید کسی که راضی است، آرزویی غیر از وضعیت مقدر را ندارد (حلوانی، ۱۳۸۳، ص ۹۴). این نشان می‌دهد که بین آرزو و رضامندی رابطه‌ای معکوس وجود دارد؛ یعنی هر چه آرزو افزایش یابد، رضایتمندی کاهش می‌یابد. بر اساس آنچه در منابع اسلامی آمده، آرزو سبب کوچک شماری داشته‌ها و کاهش رضامندی می‌شود (پسندیده، ۱۳۹۵). سؤالی که اینجا مطرح می‌شود این است که چه رابطه‌ای میان آرزو و رضامندی وجود دارد؟ و آیا افزایش آرزو موجب کاهش رضامندی می‌شود؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه این پژوهش، شامل ۲۰۰ نفر از دانشجویان شهر قم بود که به روش نمونه در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه‌های رضایت از زندگی و نمایه آرزو بود.

آزمون رضایت از زندگی (راز): آزمون رضایت از زندگی را قاسمی و همکاران (۱۳۹۴) بر مبنای دیدگاه نظری «خیر» ساخته است. در مقیاس راز سه مؤلفه خیر یابی رضامندانه، عملکرد رضامندانه و واقع‌گرایی رضامندانه وجود دارد. برای بررسی روایی این مقیاس از روش وابسته به محتوا و تحلیل عاملی استفاده شده است. در تحلیل عاملی از روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش متعامد بهره برده شده است. شاخص کفایت نمونه‌برداری برابر با $0/816$ درصد است که کفایت حجم نمونه برای تحلیل عوامل را نشان می‌دهد. برای بررسی اعتبار مقیاس، آلفای کل مقیاس و میزان همسانی درونی گویه‌ها یا خرده مقیاس‌ها محاسبه شده است. اعتبار درونی پرسشنامه نیز با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ موردسنجش قرار گرفته است. آلفای کل مقیاس $0/921$ درصد است. در مجموع نمرات آلفا نشان می‌دهد که مقیاس از اعتبار بالایی برخوردار است.

نمایه آرزو: نمایه آرزو^۱ را کیسر و رایان (۱۹۹۶) ساخته‌اند. این مقیاس دارای ۱۰۵ سؤال و شامل سه مقیاس؛ اهمیت، احتمال دستیابی و میزان دستیابی به آرزوهای ذاتی و بیرونی است که ساختار عاملی، تعداد سؤالات و طیف لیکرت پاسخگویی به سؤالات، در هر سه مقیاس مشابه است. این مقیاس شامل دو عامل سطح دوم (آرزوهای ذاتی و بیرونی) است که عامل آرزوهای ذاتی، شامل ۴ عامل مرتبه اول (رشد شخصی، ارتباط صمیمانه و متعهدانه با دیگران، تعاون و همکاری اجتماعی و حفظ سلامتی بدن) و عامل آرزوهای بیرونی، شامل ۳ عامل مرتبه اول (ثروت، شهرت و زیبایی) است. برای هرکدام از این آرزوها (۴ آرزوی ذاتی و ۳ آرزوی بیرونی)، سه مؤلفه اهمیت، احتمال دستیابی و دستیابی در نظر گرفته شده است. در پژوهش کیسر و رایان، در مطالعه اول (تعداد نمونه = ۱۰۰)، آلفای کرونباخ اهمیت آرزوهای ذاتی و بیرونی ۰/۵۹ و ۰/۸۷ و آلفای کرونباخ احتمال دستیابی به آرزوهای ذاتی و بیرونی ۰/۶۸ و ۰/۸۶ به دست آمد. در مطالعه دوم (تعداد نمونه = ۱۹۲) نیز آلفای کرونباخ اهمیت آرزوهای ذاتی و بیرونی ۰/۷۲ و ۰/۸۹ و آلفای کرونباخ احتمال دستیابی به آرزوهای ذاتی و بیرونی ۰/۷۰ و ۰/۸۴ بود. در مطالعه ونستینکست، دریز، سایمنز و سننز (۲۰۰۶) و دریز، ونستینکست، سننز و دیوایت (۲۰۰۷) آلفای کرونباخ برای اهمیت آرزوهای بیرونی، به ترتیب، ثروت ۰/۷۳ و ۰/۸۴ و شهرت ۰/۹۷ و ۰/۷۵ و زیبایی ۰/۸۲ و ۰/۷۰ و برای اهمیت آرزوهای ذاتی، به ترتیب، رشد شخصی ۰/۷۰ و ۰/۷۲، همکاری اجتماعی ۰/۸۹ و ۰/۸۰ و ارتباط ۰/۸۲ و ۸۰ به دست آمد. علاوه بر تأیید روایی و پایایی این نمایه در سایر مطالعات انجام شده در زمینه آرزوهای ذاتی و بیرونی، تحلیل عامل مرتبه دوم نشان داده است که ۷ آرزوی بیان شده در دو گروه آرزوهای ذاتی و آرزوهای بیرونی قرار می‌گیرند. در مطالعه سبزه‌آرای لنگرودی (۱۳۹۲) علاوه بر تأیید ساختار عاملی نمایه در نمونه ایرانی، روایی همگرا و واگرای نمایه با استفاده از مقیاس خودشناسی انسجامی (ISK) و مقیاس حرمت خود روزنبرگ (RSES) مقیاس شفقت خود - فرم کوتاه (SCS-SF) و مقیاس خودشیفتگی مارگولیس-توماس (MTNS) بررسی و تأیید شد و نشان داد که اهمیت، احتمال دستیابی و میزان دستیابی به آرزوهای ذاتی با شفقت خود، خودشناسی انسجامی و حرمت خود، همبستگی مثبت و با خودشیفتگی همبستگی منفی دارند. در مقابل، اهمیت آرزوهای بیرونی با شفقت خود و خودشناسی انسجامی همبستگی منفی و با خودشیفتگی همبستگی مثبت داشتند. همچنین، همسانی درونی اهمیت، احتمال دستیابی و میزان



دستیابی به آرزوهای ذاتی به ترتیب، ۰/۸۶، ۰/۸۷ و ۰/۸۸ و اهمیت، احتمال دستیابی و میزان دستیابی به آرزوهای بیرونی به ترتیب، ۰/۸۷، ۰/۸۴ و ۰/۸۴ گزارش شد (فروغی، زینعلی و اکبری، ۱۳۹۶)

یافته‌های پژوهش

از مواردی که در یافته‌های استنباطی بررسی می‌شود، همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش است. نتایج همبستگی پیرسون بین متغیرهای اصلی پژوهش، در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	سن	خیریابی	عملکرد	واقع‌گرایی	رضایت (خیر)	آرزوی بیرونی	آرزوی درونی
سن	۱						
خیریابی	**۰/۲۶۵	۱					
عملکرد	*۰/۱۴۳	**۰/۵۷۸	۱				
واقع‌گرایی	*۰/۱۷۳	**۰/۶۱۵	**۰/۲۹۱	۱			
رضایت (خیر)	**۰/۲۴۲	**۰/۹۰۶	**۰/۷۱۰	**۰/۸۱۸	۱		
آرزوی بیرونی	**۰/۲۹۱	*-۰/۱۶۰	*۰/۰۷۸	**۰/۳۶۷	**۰/۲۱۱	۱	
آرزوی درونی	-۰/۰۸۵	**۰/۱۹۳	**۰/۳۵۵	*۰/۱۱۵	**۰/۲۵۲	**۰/۴۵۰	۱

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، همبستگی بین رضایت کلی با آرزوی بیرونی، منفی و معنادار (۰/۲۱۱-) و در مقابل، همبستگی آن با آرزوی درونی، مثبت و معنادار (۰/۲۵۲) است. همبستگی بین آرزوی بیرونی با واقع‌گرایی (۰/۳۶۷) و با خیریابی (۰/۱۶۰-) منفی و معنادار است ولی همبستگی آن با عملکرد، مثبت اما معنادار نیست (۰/۰۷۸). همبستگی آرزوی درونی با مؤلفه‌های رضایت، متفاوت است؛ همبستگی آن با خیریابی (۰/۱۹۳) و با عملکرد (۰/۳۵۵) مثبت و معنادار است، ولی با واقع‌گرایی مثبت اما معنادار نیست (۰/۱۱۵).

همچنین، همبستگی آرزوی درونی و بیرونی و مؤلفه‌های سه‌گانه آن (اهمیت، احتمال و دستیابی) با رضامندی و مؤلفه‌های سه‌گانه آن (خیریابی، عملکرد و واقع‌گرایی) در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲: همبستگی پیرسون رضایت با مؤلفه‌های سه‌گانه آرزو و دو مؤلفه آن

متغیرها	خیریابی	عملکرد	واقع‌گرایی	رضایت (کل)
بیرونی - اهمیت	** ۰/۲۵۱ -	۰/۰۱۹ -	** ۰/۳۶۶ -	** ۰/۲۸۲ -
بیرونی - احتمال	۰/۱۳۳ -	۰/۰۴۹	** ۰/۳۲۵ -	** ۰/۱۹۰ -
بیرونی - دستیابی	۰/۰۳۸ -	** ۰/۱۹۱	** ۰/۲۹۷ -	۰/۰۸۹ -
درونی - اهمیت	۰/۰۹۰	۰/۰۸۱	* ۰/۱۴۴	۰/۱۳۱
درونی - احتمال	۰/۱۳۱	** ۰/۲۶۷	۰/۰۳۷	* ۰/۱۶۱
درونی - دستیابی	** ۰/۲۰۷	** ۰/۴۱۳	۰/۱۰۳	** ۰/۲۷۰
آرزوی بیرونی (کل)	* ۰/۱۶۰ -	۰/۰۷۸	** ۰/۳۶۷ -	** ۰/۲۱۱ -
آرزوی درونی (کل)	** ۰/۱۹۳	** ۰/۳۵۵	۰/۱۱۵	** ۰/۲۵۲



همبستگی رضایت با دو مؤلفه از مؤلفه‌های سه‌گانه، همانند همبستگی با مؤلفه اصلی آن‌ها یعنی آرزوی درونی/بیرونی است و فقط یکی از آن‌ها متفاوت است. البته دو مؤلفه‌ای که همانند در آرزوی درونی و بیرونی تفاوت دارند؛ همبستگی احتمال دستیابی در آرزوی بیرونی (** ۰/۱۹۰) و آرزوی درونی (* ۰/۱۶۱). مؤلفه اهمیت در آرزوی بیرونی، همانند مؤلفه اصلی، همبستگی منفی و معنادار با رضامندی دارد (** ۰/۲۸۲ -) اما در آرزوی درونی، همبستگی معنادار ندارد (۰/۱۳۱). برعکس، مؤلفه دستیابی در آرزوی بیرونی همبستگی معنادار با رضایت ندارد (۰/۰۸۹) اما در آرزوی درونی همبستگی معنادار دارد (** ۰/۲۷۲). همبستگی همه مؤلفه‌های سه‌گانه در آرزوی بیرونی با مؤلفه واقع‌گرایی در رضایت، منفی و معنادار است اما در آرزوهای بیرونی، فقط اهمیت، همبستگی مثبت و معنادار با واقع‌گرایی دارد. در مؤلفه خیریابی، اهمیت آرزوی بیرونی با خیریابی همبستگی منفی و معنادار و دستیابی به آرزوی درونی همبستگی مثبت و معنادار دارد.

علاوه بر این، همبستگی مصادیق آرزوهای درونی/بیرونی با رضامندی و مؤلفه‌های آن در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳: همبستگی پیرسون رضایت با خرده‌مقیاس‌های آرزو

متغیرها	خیربایی عملکردواقعی‌گرایی رضایت (کل)		
ثروت - اهمیت	۰/۲۸۳**	۰/۰۲۹	۰/۳۲۵**
ثروت - احتمال	۰/۱۱۵۰*	۰/۰۸۰	۰/۲۸۵**
ثروت - دستیابی	۰/۱۲۰	۰/۲۴۳**	۰/۱۶۲*
شهرت - اهمیت	۰/۱۳۸	۰/۰۰۸	۰/۳۵۱**
شهرت - احتمال	۰/۰۴۳	۰/۰۶۲	۰/۳۵۷**
شهرت - دستیابی	۰/۰۲۳	۰/۲۰۴**	۰/۲۴۸**
زیبایی - اهمیت	۰/۲۱۴**	۰/۰۶۴	۰/۳۳۶**
زیبایی - احتمال	۰/۱۴۳**	۰/۰۱۱	۰/۳۰۲**
زیبایی - دستیابی	۰/۱۱۷	۰/۰۷۸	۰/۳۲۰**
رشد - اهمیت	۰/۰۹۵	۰/۰۳۷	۰/۱۷۱*
رشد - احتمال	۰/۱۱۷	۰/۲۳۷**	۰/۰۳۵
رشد - دستیابی	۰/۲۳۳**	۰/۴۲۵**	۰/۱۱۸
ارتباط - اهمیت	۰/۰۹۹	۰/۰۰۴	۰/۱۱۹
ارتباط - احتمال	۰/۱۱۹	۰/۲۳۱**	۰/۰۴۲
ارتباط - دستیابی	۰/۱۹۶**	۰/۳۴۵**	۰/۱۶۱*
همکاری - اهمیت	۰/۱۱۹	۰/۱۳۵	۰/۰۶۴
همکاری - احتمال	۰/۱۷۳**	۰/۲۷۴**	۰/۰۴۵
همکاری - دستیابی	۰/۲۴۳**	۰/۴۲۱**	۰/۰۴۵
سلامتی - اهمیت	۰/۰۳۹	۰/۰۳۲	۰/۱۲۵
سلامتی - احتمال	۰/۰۴۲	۰/۱۷۷*	۰/۰۰۷
سلامتی - دستیابی	۰/۰۴۲	۰/۲۲۷**	۰/۰۳۶

همبستگی ثروت در آرزوی بیرونی با رضایت، به‌جز در دستیابی، منفی و معنادار است. در شهرت، فقط مؤلفه اهمیت، همبستگی منفی و معنادار با رضایت دارد و بقیه موارد معنادار نیست. همبستگی همه مؤلفه‌های زیبایی در آرزوی بیرونی، با رضایت منفی و معنادار است. در آرزوهای درونی، مؤلفه‌های رشد، ارتباط و همکاری، به‌جز اهمیت، همبستگی مثبت و معنادار با رضایت دارد اما سلامتی در هیچ‌یک از موارد خود، همبستگی معنادار با رضایت ندارد. همبستگی

متغیرهای آرزو با مؤلفه‌های واقع‌گرایی و خیریابی رضایت نیز مهم است. هر ۹ متغیر آرزوی بیرونی با واقع‌گرایی، همبستگی منفی و معنادار دارند. از ۱۲ متغیر آرزوی درونی، فقط اهمیت رشد و دستیابی به ارتباط رابطه مثبت و معنادار با واقع‌گرایی دارد و بقیه موارد خنثی است. در آرزوهای بیرونی، مؤلفه‌های اهمیت و احتمال ثروت و اهمیت و احتمال زیبایی همبستگی منفی و معنادار دارند و بقیه موارد همبستگی ندارند. فقط دستیابی به رشد، همکاری و ارتباط و نیز احتمال همکاری، همبستگی مثبت و معنادار با خیریابی دارند و بقیه موارد، همبستگی ندارند. در ادامه ضریب رگرسیون رضایت بر آرزوهای بیرونی و درونی بررسی می‌شود. نخست ضریب رگرسیون رضایت به صورت کلی بررسی شده و در صورت معنادار بودن، به صورت جزئی‌تر در خرده مقیاس‌های آن بررسی می‌شود. ضریب رگرسیون رضایت بر آرزوی ثروت، در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: رگرسیون رضایت از زندگی بر ثروت

معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	معناداری
۰/۰۰۱	۵/۸۴۷	۱۱/۲۷۵	۳	۳۳/۸۲۶	رگرسیون
		۱/۹۲۸	۱۸۷	۳۶۰/۶۱۶	باقی مانده
			۱۹۰	۳۹۴/۴۴۲	کل

همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های ثروت به‌طور معناداری ($p=0/001$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند. لذا برای بررسی بهتر این رابطه، ضرایب رگرسیون مربوط به این پیش‌بین‌ها در جدول ۵ گزارش شده است.

جدول ۵: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های ثروت

پیش‌بین‌ها	ضریب رگرسیون	ضریب رگرسیون استاندارد شده	T	معناداری	همبستگی با رضایت
مقدار ثابت	۱۳/۲۸۴	-	۲۵/۵۷۹	۰/۰۰۰	-
ثروت - اهمیت	-۰/۲۸۷	-۰/۲۵۲	-۳/۰۵۲	۰/۰۰۳	-۰/۲۶۳**
ثروت - احتمال	۰/۱۴۴	-۰/۱۱۲	-۱/۱۷۹	۰/۲۴۰	-۰/۱۵۹*
ثروت - دستیابی	۰/۲۰۵	۰/۱۵۴	۱/۸۲۵	۰/۰۷۰	۰/۰۱۱

در رگرسیون، وضعیت متغیر «دستیابی به ثروت» نسبت به همبستگی پیرسون تغییر نکرده و همچنان معنادار نیست ($p=0/070$). متغیر «احتمال ثروت» که قبلاً همبستگی مثبت داشت، از



معناداری خارج شده ($p = 0.070$) و تنها متغیر «اهمیت ثروت» دارای همبستگی منفی و معنادار باقی مانده است ($p = 0.003$). در گام بعدی، ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های شهرت در جدول ۶ آمده است.

جدول ۶: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های شهرت

معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منع واریانس
۰/۰۸۷	۲/۲۲۷	۴/۵۳۵	۳	۱۳/۶۰۵	رگرسیون
		۲/۰۳۷	۱۸۷	۳۸۰/۸۳۷	باقی مانده
			۱۹۰	۳۹۴/۴۴۲	کل

همان‌طور که در جدول ۶ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های شهرت معنادار نبوده ($p = 0.078$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی نمی‌کنند. لذا نیاز به بررسی بیشتر ضرایب رگرسیون خرده‌مقیاس‌های شهرت نیست. در نهایت، ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های زیبایی در جدول ۷ آمده است.

جدول ۷: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های زیبایی

معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منع واریانس
۰/۰۰۲	۵/۳۳۳	۱۰/۳۶۳	۳	۳۱/۰۹۰	رگرسیون
		۱/۹۴۳	۱۸۷	۳۶۳/۳۵۳	باقی مانده
			۱۹۰	۳۹۴/۴۴۲	کل

همان‌طور که در جدول ۷ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های زیبایی به‌طور معناداری ($p = 0.002$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند. لذا برای بررسی بهتر این رابطه، ضرایب رگرسیون مربوط به این پیش‌بین‌ها در جدول ۸ گزارش شده است.

جدول ۸: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های زیبایی

همبستگی با رضایت	معناداری	T	ضریب رگرسیون استاندارد شده	ضریب رگرسیون	پیش‌بین‌ها
۰/۲۶۷**	۰/۰۰۶	-۲/۷۵۵	۰/۴۲۱	۰/۴۲۸	زیبایی - اهمیت
۰/۲۰۳**	۰/۶۸۰	۰/۴۱۳	۰/۰۳۷	۰/۰۷۶	زیبایی - احتمال
۰/۱۷۱*	۰/۴۵۲	۰/۷۵۳	۰/۱۰۹	۰/۱۱۴	زیبایی - دستیابی

در این ضریب رگرسیون، فقط اهمیت زیبایی معنادار باقی مانده و در سطح ($p=0/002$) می‌تواند رضایت از زندگی را پیش‌بینی کند اما دو متغیر احتمال و دستیابی که همبستگی معنادار داشتند، از معناداری خارج شده‌اند.

ضرایب رگرسیون رضایت بر آرزوی رشد، در جدول ۹ آمده است.

جدول ۹: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر رشد

معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منبع واریانس
۰/۰۰۰	۷/۴۷۷	۱۴/۰۸۲	۳	۴۲/۲۴۷	رگرسیون
		۱/۸۸۳	۱۸۷	۳۲۵/۱۹۶	باقی مانده
			۱۹۰	۳۹۴/۴۴۲	کل

همان‌گونه که در جدول ۹ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های رشد به‌طور معناداری ($p=0/000$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند. لذا برای بررسی بهتر این رابطه، ضرایب رگرسیون مربوط به این پیش‌بین‌ها در جدول ۱۰ گزارش شده است.

جدول ۱۰: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های رشد

پیش‌بین‌ها	ضریب رگرسیون	ضریب رگرسیون استاندارد شده	t	معناداری	همبستگی با رضایت
رشد - اهمیت	۰/۲۸۳	۰/۱۴۵	۱/۸۴۸	۰/۰۶۶	۰/۱۳۱
رشد - احتمال	-۰/۲۶۶	-۰/۱۷۴	-۱/۶۹۲	۰/۰۹۲	۰/۱۴۴*
رشد - دستیابی	۰/۵۲۱	۰/۳۸۶۶	۴/۱۰۷	۰/۰۰۰	۰/۲۹۴**

در همبستگی پیرسون، فقط اهمیت رشد معنادار نبود اما ضریب رگرسیون نشان می‌دهد که فقط دستیابی به رشد به‌طور معناداری رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند ($p=0/000$) و احتمال رشد از معناداری خارج می‌شود. ضرایب رگرسیون رضایت بر آرزوی ارتباط، در جدول ۱۱ آمده است.

جدول ۱۱: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر ارتباط

معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منبع واریانس
۰/۰۰۱	۵/۸۵۰	۱۱/۲۸۱	۳	۳۳/۸۴۲	رگرسیون
		۱/۹۲۸	۱۸۷	۳۶۰/۶۰۰	باقی مانده
			۱۹۰	۳۹۴/۴۴۲	کل



همان‌گونه که در جدول ۱۱ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های ارتباط به‌طور معناداری ($p=0/001$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند. لذا برای بررسی بهتر این رابطه، ضرایب رگرسیون مربوط به این پیش‌بین‌ها در جدول ۱۲ گزارش شده است.

جدول ۱۲: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های ارتباط

پیش‌بین‌ها	ضریب رگرسیون	ضریب رگرسیون استاندارد شده	t	معناداری	همبستگی با رضایت
ارتباط - اهمیت	۰/۲۳۱	۰/۱۲۸	۱/۴۸۵	۰/۱۳۹	۰/۱۳۱
ارتباط - احتمال	-۰/۲۳۵	-۰/۱۳۹	-۰/۲۷۰	۰/۲۰۶	۰/۱۴۶*
ارتباط - دستیابی	۰/۴۱۲	۰/۳۳۰	۳/۵۳۰	۰/۰۰۱	۰/۲۷۱**

در همبستگی پیرسون، فقط اهمیت ارتباط معنادار نبود اما ضریب رگرسیون نشان می‌دهد که فقط دستیابی به ارتباط به‌طور معناداری رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند ($p=0/000$). ضرایب رگرسیون رضایت بر آرزوی همکاری، در جدول ۱۳ آمده است.

جدول ۱۳: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر همکاری

منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
رگرسیون	۳۰/۰۰۲	۳	۱۰/۰۰۱	۵/۱۳۱	۰/۰۰۲
باقی مانده	۳۶۴/۴۴۰	۱۸۷	۱/۹۴۹		
کل	۳۹۴/۴۴۲	۱۹۰			

همان‌گونه که در جدول ۱۳ آمده است، همکاری به‌طور معناداری ($p=0/002$) رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند. لذا جا دارد برای بررسی بهتر این رابطه به ضرایب رگرسیون مربوط به این پیش‌بین‌ها رجوع شود. ضرایب رگرسیون خرده‌مقیاس‌های همکاری در جدول زیر گزارش شده است:

جدول ۱۴: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده‌مقیاس‌های همکاری

پیش‌بین‌ها	ضریب رگرسیون	ضریب رگرسیون استاندارد شده	t	معناداری	همبستگی با رضایت
همکاری - اهمیت	-۰/۱۴۶	-۰/۰۸۱	-۰/۹۴۹	۰/۳۴۴	۰/۱۲۵
همکاری - احتمال	-۰/۰۰۱	-۰/۰۰۱	-۰/۰۰۶	۰/۹۹۵	۰/۱۸۵°
همکاری - دستیابی	۰/۲۸۸	۰/۲۵۰	۰/۸۷۷	۰/۰۰۴	۰/۲۶۴**

در همبستگی پیرسون، فقط اهمیت همکاری معنادار نبود اما ضریب رگرسیون نشان می‌دهد که فقط دستیابی به همکاری به‌طور معناداری رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند ($p=0/000$) و احتمال رشد از معناداری خارج می‌شود. ضرایب رگرسیون رضایت بر آرزوی سلامتی، در جدول ۱۵ آمده است.

جدول ۱۵: ضرایب معادله رگرسیون رضایت از زندگی بر مؤلفه سلامتی

منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
رگرسیون	۴/۷۱۹	۳	۱/۵۷۳	۰/۷۵۵	۰/۵۲۱
باقی‌مانده	۳۸۹/۷۲۴	۱۸۷	۲/۰۸۴		
کل	۳۹۴/۴۴۲	۱۹۰			

همان‌طور که در جدول ۱۵ ملاحظه می‌شود، خرده‌مقیاس‌های سلامتی معنادار نبوده ($p=0/521$) و رضایت از زندگی را پیش‌بینی نمی‌کنند. لذا به بررسی بیشتر ضرایب رگرسیون خرده‌مقیاس‌های سلامتی نیاز نیست. در همبستگی پیرسون نیز هیچ‌یک از متغیرهای سلامتی، معنادار نبودند.

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش سه یافته مطرح شد که به بحث درباره آن می‌پردازیم. اولین یافته این پژوهش آن است که بین رضایت کلی با آرزوی بیرونی، رابطه منفی و معنادار و در مقابل، با آرزوی درونی، رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این نشان‌گر آن است هرچه آرزوهای بیرونی افزایش یابد، رضایتمندی کاهش می‌یابد و در مقابل، هرچه آرزوهای ذاتی افزایش یابد، رضایتمندی نیز افزایش می‌یابد. از آنجاکه مؤلفه رضایتمندی، چه در مطالعات اسلامی و چه در مطالعات تجربی، داوری درباره داشته‌ها و دستاوردهای زندگی (خیر ادراک‌شده) است، می‌توان نتیجه گرفت کسانی که آرزوهای بیرونی دارند، داشته‌های موجود را کمتر ادراک می‌کنند و برعکس، کسانی که آرزوی درونی دارند، داشته‌های موجود را نیز ادراک می‌کنند. مدل «آرزو-تطابق» اینگلهارت به خوبی می‌تواند این وضعیت را تفسیر می‌کند. نظریه تطابق ذهنی اینگلهارت بیان می‌دارد که سطح آرزوهای فرد به تدریج با وضعیت عینی او تطابق پیدا می‌کند و خوشبختی همیشه بر فراز تپه‌ای دیگر است (رنگین گمان، ۱۳۸۶، ص ۱۹۱). به بیان دیگر، رضایت از زندگی بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت فعلی او است و لذا هر چه شکاف میان سطح آرزوهای فرد و وضعیت



عینی بیشتر شود، رضایتمندی وی کاهش می‌یابد (اینگله‌هارت، ۱۳۷۳). استواترر^۱ (۲۰۰۴) معتقد است شواهدی وجود دارد مبنی بر اینکه آرزوهای بیشتر درآمد، رضایت از زندگی را کاهش می‌دهد. دو فرآیند به لحاظ نظری این موضوع را تبیین می‌کند: اولاً انطباق افراد با رفاه بیشتر مطرح است که به خاطر عادت مصرف‌کنندگان به وجود می‌آید. درحالی‌که کالاها و خدمات در ابتدا لذت بیشتری را به همراه می‌آورد اما اثرات آن در طول زمان از بین می‌رود و خسته می‌شوند و به این ترتیب مردم به مصرف و سطح درآمد خود می‌رسند. ثانیاً تمثیل‌ها و مقایسه‌های اجتماعی مطرح است. این سطح مطلق درآمد شخصی نیست که تعیین‌کننده به‌باشی فرد باشد بلکه جایگاه فرد نسبت به دیگر افراد است نتایج نشان می‌دهد که میانگین درآمد متوسط در جامعه باعث افزایش سطح آرزومندی افراد می‌شود. در کل می‌توان گفت وقتی که آرزوهای فزاینده، به‌باشی فردی را کاهش می‌دهد، رضایت از زندگی افراد کاهش می‌یابد. انسان‌ها نمی‌توانند و نمی‌خواهند به‌صورت کلی قضاوت و داوری کنند، بلکه آن‌ها به‌طور مداوم بین محیط زیست خود، گذشته و یا انتظارات خود از آینده مقایسه می‌کنند. مردم مقایسه‌های اجتماعی را که ارمغانی جز نگرانی‌های موقعیتی برای درآمد خود ندارد، هنگام مقایسه به سمت بالا نگاه می‌کنند.

این تفاوت بین آرزوی بیرونی و درونی می‌تواند مفهوم «طول الامل» در احادیث اسلامی را تفسیر کند. بر این اساس دست‌کم یکی از مؤلفه‌های طول الامل، بیرونی بودن یا مادی بودن آرزو است. این دو یافته، با فرضیه پژوهش هماهنگ است؛ با این بیان که آرزوهای بیرونی همان «مُنی» و آرزوی منفی‌اند که رضایت را کاهش می‌دهند اما آرزوهای درونی، آرزوی مثبت‌اند که رضایتمندی را افزایش می‌دهند. بر اساس نظریه کاسر و رایان دو نوع هدف زندگی (ذاتی و بیرونی) وجود دارد. افرادی که عمدتاً اهداف درونی دارند، سطح بالاتری از رضایت از زندگی دارند سرمایه‌گذاری در اهداف درونی یا موفقیت در اهداف درونی و ذاتی، با رفاه و به‌باشی بیشتر همراه است. درحالی‌که سرمایه‌گذاری و یا موفقیت در اهداف بیرونی منجر به افزایش به‌باشی نمی‌شود. ارزش گذاشتن به اهداف ذاتی یا دستیابی به اهداف ذاتی یا انتظار کشیدن برای دستیابی اهداف ذاتی منجر به رضایت از نیازهای روانی می‌شود و به به‌باشی روانی کمک می‌کند. اگرچه اهداف بیرونی می‌تواند برای رضایت از نیازهای اساسی مهیج باشد اما آن‌ها کمتر رضایت‌بخش‌اند. اگر

1. Stutzer, A

آن‌ها به‌ویژه قوی و بدون تعادل به اهداف ذاتی تبدیل شوند، به‌باشی منفی را به همراه دارند (اینگرید و همکاران ۲۰۰۹).

همبستگی کلی آرزو با خرده‌مقیاس‌های رضایتمندی از دیگر یافته‌های این پژوهش بود. همبستگی بین آرزوی بیرونی با واقع‌گرایی معنادار و منفی بود. در مقیاس راز، مؤلفه واقع‌گرایی بیشتر متمرکز بر شناخت واقعیت‌های وضع موجود و پذیرش آن و نداشتن آرزویی غیر از وضع موجود است (قاسمی، ۱۳۹۴) اما آرزوی بیرونی، متوقف بر احساس محرومیت و فقدان است زیرا چیزی آرزو می‌شود که وجود ندارد و احساس نیاز به آن می‌شود. از این رو، طبیعی است که واقع‌گرایی با آرزوی بیرونی که متمرکز بر احساس محرومیت و فقدان و آرزوی امور مادی است، همبستگی منفی داشته باشد. همبستگی بین آرزوی بیرونی با خیریابی منفی و معنادار است. از آنجاکه آرزوی بیرونی بر نداشته‌ها متمرکز است، طبیعی است با خیریابی که یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تئوری خیر و مبتنی بر کشف داشته‌های موجود است (پسنیدیه، ۱۳۹۶)، همبستگی منفی داشته باشد. همچنین چنانچه پیشتر بحث شد، در نظریه‌های روان‌شناختی نیز رضامندی مبتنی بر ادراک داشته‌هاست و لذا طبیعی است که آرزوی بیرونی که مبتنی بر احساس محرومیت است با خیریابی رابطه منفی داشته باشد. همبستگی آرزوی درونی با خیریابی مثبت و معنادار بود. افرادی که به ارزش‌های درونی اهمیت می‌دهند در یافتن خوبی‌ها و نکات مثبت زندگی خود موفق‌ترند. شاید به این دلیل که حساسیت نسبت به وضع مادی ندارند و تمرکز آن‌ها بر ارزش‌های درونی است و لذا بهتر می‌توانند خیرهای موجود زندگی را دریابند و همین امر موجب رضامندی می‌شود چرا که رضامندی مبتنی بر درک داشته‌های موجود است. پیش‌تر در رابطه آرزو با رضامندی نیز به دست آمد که رضامندی با آرزوی درونی همبستگی مثبت و معنادار و با آرزوی بیرونی، همبستگی منفی و معنادار دارد. همبستگی آرزوی درونی با عملکرد در سطح مثبت و معنادار بود. مؤلفه عملکرد که به‌عنوان عملکرد مؤمنانه نامیده شده، به عملکرد فرد در حوزه ایمان و دین‌داری متمرکز است و بخشی از آن نیز مربوط به امور فردی و اجتماعی و خانوادگی فرد است که خود وی در خیربودن آن‌ها نقش داشته است (قاسمی، ۱۳۹۴) و لذا با آرزوی درونی همبستگی مثبت دارد. بخشی از این عملکرد مؤمنانه مربوط به خیرباوری در تقدیرات الهی است و بخشی دیگر مربوط به خیرآوری است که هر دو از مؤلفه‌های اصلی تئوری خیر در رضامندی اسلامی‌اند (قاسمی، ۱۳۹۴).



همچنین با اجرای ضریب رگرسیون رضایت از زندگی بر خرده مقیاس‌های آرزوی بیرونی، مشخص شد رابطه رضامندی فقط با اهمیت ثروت و اهمیت زیبایی منفی و معنادار است اما رابطه معناداری با هیچ‌کدام از خرده مقیاس‌های شهرت ندارد. این نشان می‌دهد که در آرزوهای بیرونی، آنچه رضامندی را کاهش می‌دهد میزان اهمیت دادن به ثروت و زیبایی است. این بدان معناست که اهمیت دادن، نداشتن ثروت و زیبایی را بزرگ‌تر جلوه داده و موجب کاهش رضامندی می‌شود. در روایات اسلامی تأکید شده است که دنیا نباید مهم‌ترین و بزرگ‌ترین دغدغه انسان باشد. در منابع اسلامی تصریح شده است اگر دنیا بزرگترین دغدغه انسان باشد، موجب احساس نیازمندی می‌شود و برعکس اگر آخرت دغدغه او باشد، موجب احساس بی‌نیازی می‌شود^۱ (کلینی، ۱۴۲۹، ج ۳ ص ۷۷۶). و نیز تصریح شده که موجب احساس افسوس و حسرت هنگام فقدان^۲ (همان، ص ۷۷۷) و آرزوی دست‌نیافتنی^۳ (همان) می‌شود. نتایج تحقیقات نیز نشان داده که اهمیت دادن به آرزوهای بیرونی با به‌باشی روانی رابطه منفی دارد (اینگرید و همکاران، ۲۰۰۹). سولبرگ و همکاران (۲۰۰۴) معتقدند اولویت دادن به اهداف بیرونی می‌تواند برای شادی مضر باشد تلاش برای متاع مادی می‌تواند بر روابط اجتماعی تأثیر منفی داشته باشد و در نتیجه سطح شادی را کاهش می‌دهد. آرزوهای مادی هدفی فریبنده است. فرد ماتریالیست می‌تواند خوشحال باشد زمانی که استاندارد ما شادی باشد نه متاع مادی که به دنبال آن است. به گزارش لارسن و رایت (۱۹۹۳)، فراتحلیل مطالعات مادی‌گرایی نشان می‌دهد که رابطه کلی منفی بین به‌باشی و مادی‌گرایی وجود دارد. ثروت باعث افزایش رفاه در افراد فقیر می‌شود ولی هنگامی که نیازهای اساسی آن‌ها برآورده می‌شود، تأثیر چندانی در به‌باشی ندارد؛ یعنی رابطه پول و به‌باشی چندان واضح نیست. تحقیقات نشان می‌دهد که درآمد حتی پس از کنترل تمام منافع درآمد می‌تواند تا حدودی اثرات مضر مادی‌گرایی به‌ویژه در افراد پول‌دوست را جبران کند. تحقیقات دیگر نشان داد که مادی‌گرایی اثر منفی بر سلامت روان دارد و افرادی که در تلاش برای موفقیت مالی‌اند کیفیت زندگی پایین‌تری

۱. عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام، قَالَ: مَنْ أَصْبَحَ وَأَمْسَى وَالْدُّنْيَا أَكْبَرُ هَيْبَةٍ، جَعَلَ اللَّهُ تَعَالَى الْفَقْرَ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَشَتَّتْ أَمْرَهُ، وَ لَمْ يَبْلُ مِنْ الدُّنْيَا إِلَّا مَا قَسَمَ لَهُ؛ وَمَنْ أَصْبَحَ وَأَمْسَى وَالْآخِرَةُ أَكْبَرُ هَيْبَةٍ، جَعَلَ اللَّهُ الْغِنَى فِي قَلْبِهِ، وَ جَمَعَ لَهُ أَمْرَهُ.
۲. عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام، قَالَ: «مَنْ كَثُرَ أَشْتَبَاكُهُ بِالدُّنْيَا، كَانَ أَشَدَّ لِحَسْرَتِهِ عِنْدَ فِرَاقِهَا».
۳. عَنْ ابْنِ أَبِي يَعْقُوبٍ، قَالَ: سَمِعْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام يَقُولُ: «مَنْ تَعَلَّقَ قَلْبُهُ بِالدُّنْيَا تَعَلَّقَ قَلْبُهُ بِتَلَاثِ خِصَالٍ: هَيْبَ لَافِتْنِي، وَأَمَلٍ لِأَيْدِيكَ، وَرَجَاءٍ لِأَيْنَالٍ».

دارند. در بالاتر از سطح فقر، افزایش درآمد فقط به افزایش حداقل به‌باشی ذهنی کمک می‌کند. افرادی که دارای جهت‌گیری مادی‌اند به‌باشی کمتری دارند. باین‌حال این اثر برای افرادی که درآمد بالایی را به دست آورده‌اند کوچک‌تر است (کزازی، ۱۳۹۸، ص ۶۷). ضریب رگرسیون در آرزوی درونی متفاوت است. در ضریب رگرسیون، رضامندی با «دستیابی» به رشد، ارتباط و همکاری، رابطه مثبت و معنادار دارد. نتیجه تحقیقات این‌گراید و همکاران نشان داد اگر انسان‌ها اهداف ذاتی خود را ارزش‌گذاری و پیگیری کنند، شانس افزایش به‌باشی روانی بیشتر است. البته این تحقیق نشان داده بین کشورهای فقیر و غنی در این‌باره تفاوت وجود دارد؛ برای کشورهای فقیر، مال و آرزوهای بیرونی، فرصتی برای رشد و اثبات خود است. در این فرهنگ‌ها انگیزه بقاء قوی‌تر از شادکامی فردی است (این‌گراید و همکاران، ۲۰۰۹). همچنین این یافته با برخی تئوری‌های رضامندی هماهنگ است. بر اساس برخی تئوری‌ها، رضامندی در گرو ارزیابی مثبت از زندگی یا خیر ادراک‌شده است (پسنیدیه، ۱۳۹۶). وقتی فرد داشته‌های خود را ادراک کرد به احساس رضامندی دست می‌یابد. در این پژوهش بین شهرت در آرزوهای بیرونی و سلامتی در آرزوهای درونی ارتباطی با رضامندی به دست نیامد. این شاید دلیل فرهنگی داشته باشد. اهداف زندگی در فرهنگ‌های انسانی تفاوت دارند. در کل، فردگرایی در کشورهای ثروتمند غالب است، درحالی‌که کشورهای فقیرتر نسبت به کالج‌گرایی تمایل دارند. در فرهنگ‌های فردگرا روابط بین افراد کم‌رنگ شده است و همه از خود و خانواده مراقبت می‌کنند و از سوی دیگر در فرهنگ‌های همگرا افراد از زمان تولد در گروه‌های قوی منسجم‌اند و در طول زندگی در برابر وفاداری بدون اظهار حمایت از آن‌ها محافظت می‌کنند. عناصر اصلی فردگرایی، منحصر به فرد بودن و استقلال فردی است، ولی در درون‌گروهی، حفظ هماهنگی اجزای اصلی حمایت‌گرایی است. پژوهش کاسر نشان داد که دنبال کردن اهداف ذاتی از انگیزه ذاتی به‌باشی ذهنی بالاتری را به همراه دارد. به نظر می‌رسد فرهنگ‌های فردگرا به افراد اجازه می‌دهند که آزادانه به دنبال اهداف ذاتی خود و پایبندی به آن‌ها با توجه به ترجیحاتشان و توانایی‌هایشان باشند. در جوامع انسانی بخصوص فرهنگ‌های شرق آسیا، افراد اهداف شخصی خود را با اهداف جمعی تثبیت می‌کنند درحالی‌که خود مستقل، نشانه روان‌شناختی فرهنگی فردگراست (کزازی، ۱۳۹۸). همچنین تحقیقات نشان داد که اهمیت نسبی به اهداف بیرونی باعث نارضایتی می‌شود. معنای موفقیت مالی در کشورهای در حال گذار و فقیر، ممکن است با خرید و مصرف نباشد. برعکس ممکن است فرصت‌های خود مراقبتی و رشد خود



مثل ابراز وجود و بیان خود را به ارمغان بیاورد. جوامع فردگرا به افراد اجازه می‌دهند اهداف ذاتی خود را دنبال کنند، درحالی‌که فرهنگ‌های همگانی بر اضطراب می‌افزایند؛ گرچه این جهت‌گیری بیرونی ممکن است سطح بهباشی آن‌ها را پایین بیاورد. روانشناسان هدف را به‌عنوان عامل حیاتی برای به‌باشی و زندگی خوب می‌بینند (اینگرید و همکاران ۲۰۰۹).

فهرست منابع

- ابن حنبل، احمد بن محمد الشیبانی (بی‌تا). مسند الإمام أحمد بن حنبل، بیروت: دار صادر.
- آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۷۳). غررالحکم و درر الکلم، ترجمه و شرح: آقا جمال خوانساری، تهران: دانشگاه تهران.
- پسنیدیه، عباس (۱۳۹۱). پایه نظری رضامندی از دیدگاه اسلام، روان‌شناسی و دین. ۲۰، ۸۵ - ۱۰۴.
- پسنیدیه، عباس (۱۳۹۶). الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا، ویراست دوم، قم: دارالحدیث.
- پسنیدیه، عباس، (۱۳۹۵). پایه نظری رضامندی بر اساس منابع اسلامی؛ بازسازی و بسط نظریه پیشین، پژوهشنامه روان‌شناسی اسلامی. ۳، ۴۰ - ۷۷.
- ترمذی، محمد بن عیسی (بی‌تا). سنن الترمذی (الجامع الصحیح). تحقیق: احمد محمد شاکر، بیروت: دار احیاء التراث.
- حلوانی، الحسین بن محمد (۱۳۸۳). نزهة الناظر. تحقیق: عبدالهادی مسعودی، قم: دار الحدیث.
- دیلمی، شیرویه بن شهردار (۱۴۰۶). الفردوس بمأثور الخطاب، تحقیق: محمد السعید بسیونی زغلول، بیروت: دار الکتب العلمیه.
- رفیعی هنر، حمید (۱۳۹۷). روان‌شناسی آرزوها، قم: دارالحدیث.
- رنگین‌کمان، امیر، (۱۳۸۶). رضایت از زندگی، راهبرد. ۴، ۱۸۹ - ۲۰۸.
- زکی، محمدعلی (۱۳۸۶). اعتبار مقیاس چندبعدی رضایت از زندگی دانش‌آموزان، مجله روانپزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، ۱، ۴۹ - ۵۷.
- شیخ صدوق، محمد بن علی ابن بابویه القمی (۱۳۶۱). معانی الأخبار، تحقیق: علی‌اکبر الغفاری، قم: مؤسسه النشر الإسلامی.

شیخ صدوق، محمد بن علی ابن بابویه القمّی (۱۳۹۸). التوحید، تحقیق: السید هاشم الحسینی الطهرانی، قم: مؤسسة النشر الإسلامی.

شیخ صدوق، محمد بن علی ابن بابویه القمّی (۱۴۰۴). کتاب من لا یحضره الفقیه، قم: مؤسسة النشر الاسلامی، ۱۴۰۴.

طبرانی، سلیمان بن أحمد اللخمی (۱۴۰۴). المعجم الکبیر، تحقیق: حمدی عبد المجید السلفی، بیروت: دار احیاء التراث العربی.

عیسی زادگان، علی؛ سلمان پور، حمزه؛ احمدی، عزت الله و قاسم زاده، ابوالفضل (۱۳۹۵). نقش تمایل به بخشش، قدردانی، امید و بهزیستی ذهنی در رضایت از زندگی، فصلنامه پژوهش های نوین روان شناختی. شماره ۴۲.

فروغی، زهرا؛ زینعلی، شینا و اکبری، بهمن (۱۳۹۶). نقش آرزوها، نیازهای روان شناختی بنیادین، خودشناسی انسجامی، شفقت خود در پیش بینی اضطراب مرگ. پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، ۱۳، ۴۸-۳۱.

قاسمی، سلمان؛ دلاور، علی و پسندیده، عباس (۱۳۹۴). ساخت و هنجاریابی مقیاس رضایت از زندگی از منظر اسلام بر اساس نظریه خیرباوری، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه قرآن و حدیث قم.

کراچکی الطرابلسی، محمد بن علی (۱۴۱۰). کنز الفوائد، تصحیح: عبد الله نعمة، قم: دار الذخائر. کرمی، ابوالفضل (۱۳۸۹). بررسی رابطه رضایت از زندگی با سلامت عمومی و سازگاری، فرهنگ مشاوره و روان درمانی. ۴، ۷۳ - ۹۰.

کزازی، نجم السادات و آقاییوسفی، علیرضا (۱۳۸۷). بررسی رابطه جهت گیری مذهبی با بهزیستی روانی دانشجویان دانشگاه علامه طباطبایی تهران. دانشگاه پیام نور قم.

کلینی رازی محمد بن یعقوب (۱۳۶۳). الکافی. تهران: دار الکتب الإسلامیة. اللیثی الواسطی، علی بن محمد (۱۳۷۶). عیون الحکم و المواعظ. تحقیق: حسین الحسنی البیرجندی، قم: دارالحدیث.

متقی هندی، بن حسام الدین (۱۴۰۹). کنز العمال. بیروت: مؤسسة الرسالة.



۱۳۴

نیشابوری، محمد بن الحسن (بی تا)، روضۃ الواعظین. قم: الشریف الرضی.

- Inglehart, R (2010). Faith and freedom: Traditional and modern ways to happiness. International differences in well-being, 351, 397.
- Ingrid, B.; et al (2009). "Life Goals and Well Being: Are Extrinsic Aspirations Always Detrimental to Well _ Being?", in: Psychological Topics, 18 (2): 317-334.
- Krizan, Z., & Windschitl, P. D (2009). Wishful thinking about the future: Does desire impact optimism?. Social and Personality Psychology Compass, 3(3), 227-243.
- Peterson, C., & Seligman, M. E (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification (Vol. 1). Oxford University Press.
- Sheldon, K. M., Kashdan, T. B., & Steger, M. F (Eds.) (2011). Designing positive psychology: Taking stock and moving forward. Oxford University Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J (Eds.) (2001). Handbook of positive psychology. Oxford university press.
- Stutzer, A (2004). The role of income aspirations in individual happiness. Journal of Economic Behavior & Organization, 54(1), 89-109.
- Yildirim, M., & Alanazi, Z. S (2018). Gratitude and life satisfaction: Mediating role of perceived stress. International Journal of Psychological Studies, 10(3), 21-28.



۱۳۴

پژوهش‌های روان‌شناسی اسلامی | بهار و تابستان ۱۳۹۹