

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد در رشته‌ی روانشناسی تربیتی

دلبستگی به خدا و هوش عاطفی: نقش آنها در پیش بینی سلامت روانی و رضایت از زندگی

بوسیله‌ی:

شکوفه سیمایی

استاد راهنما:

دکتر فریده یوسفی

دی ۱۳۸۸

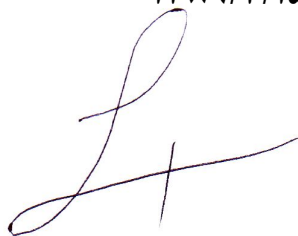
به نام خدا

اظہارنامہ

اینجانب شکوفہ سیمایی (۸۶۰۱۱۰) دانشجوی رشته ی روانشناسی گرایش تربیتی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی اظہار می کنم که این پایان نامه حاصل پژوهش خودم بوده و در جاهایی که از منابع دیگران استفاده کرده ام، نشانی دقیق و مشخصات کامل آن را نوشته ام. همچنین اظہار می کنم که تحقیق و موضوع پایان نامه ام تکراری نیست و تعهد می نمایم که بدون مجوز دانشگاه دستاوردهای آن را منتشر ننموده و یا در اختیار غیر قرار ندهم. کلیه حقوق این اثر مطابق با آیین نامه مالکیت فکری و معنوی متعلق به دانشگاه شیراز است.

نام و نام خانوادگی: شکوفہ سیمایی

تاریخ و امضا: ۱۳۸۹/۲/۱۵



به نام خدا

دلبستگی به خدا و هوش عاطفی: نقش آنها در پیش بینی سلامت روانی و رضایت از زندگی

به وسیله ی:

شکوفه سیمایی

پایان نامه:

ارائه شده به تحصیلات تکمیلی دانشگاه به عنوان بخشی از فعالیتهای تحصیلی لازم برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته ی:

روانشناسی تربیتی

از دانشگاه شیراز

شیراز

جمهوری اسلامی ایران

ارزیابی شده توسط کمیته پایان نامه با درجه: عالی

دکتر فریده یوسفی، استادیار بخش روانشناسی تربیتی (رئیس کمیته) فریده یوسفی

دکتر محمد خیر، استاد بخش روانشناسی تربیتی

دکتر راضیه شیخ الاسلامی، استادیار بخش روانشناسی تربیتی شیخ الاسلامی

دی ماه ۱۳۸۸

تقدیم به:

دانش پژوهان ایران زمین

سپاسگزاری

اینک که با لطف خدا پایان نامه ام را به اتمام رسانده ام، او را شکر می نمایم که نه تنها در این راه، بلکه در تمام مراحل زندگی با من یار و یاور بوده و بهترین ها را برایم خواسته است. از استاد دلسوز و فرهیخته ام، سرکار خانم دکتر فریده یوسفی، به خاطر راهنمایی های اندیشمندانه و بی دریغش، سپاسگزارم. از اساتید گرانقدرم، جناب آقای دکتر محمد خیر و سرکار خانم دکتر راضیه شیخ الاسلامی که در تمام مراحل از راهنمایی هایشان بهره گرفتم، متشکرم. از پدر و مادر فداکار و برادر مهربانم که همیشه مشوق و پشتیبان من بوده اند متشکرم.

از همسر عزیز و مهربانم که در لحظه لحظه ی زندگی با من همراه بوده است، متشکرم.

چکیده

دلبستگی به خدا و هوش عاطفی: نقش آنها در پیش بینی سلامت روانی و رضایت از زندگی

به کوشش:

شکوفه سیمایی

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش دلبستگی به خدا و هوش عاطفی در سلامت روانی و رضایت از زندگی بود. در این مطالعه ۳۶۵ دانشجوی دختر و پسر (۲۲۳ دختر و ۱۴۲ پسر) دوره کارشناسی از سال های دوم تا چهارم از پنج دانشکده از مجموع هفت دانشکده دانشگاه شیراز به روش خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند و پرسشنامه های دلبستگی به خدا (بک و مکدونالد، ۲۰۰۴)، هوش عاطفی (پترایدز و فارنهایم، ۲۰۰۱)، مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی (لاوبوند و لاوبوند، ۱۹۹۵) و مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی (هیوبنر، ۱۳۸۶) را تکمیل نمودند. نتایج حاصل از رگرسیون چندگانه نشان داد که نمره کلی دلبستگی به خدا و هوش عاطفی پیش بینی کننده معنادار سلامت روانی و همچنین پیش بینی کننده معنادار رضایت از زندگی می باشد. آزمون تی مستقل نشان داد که بین میانگین نمرات دختران و پسران در دلبستگی به خدا، هوش عاطفی، سلامت روانی و رضایت از زندگی تفاوت معناداری وجود دارد.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	۱- فصل اول: مقدمه
۱	۱-۱- کلیات
۳	۲-۱- بیان مسئله
۴	۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق
۶	۴-۱- اهداف پژوهش
۶	۱-۴-۱- اهداف اصلی
۶	۲-۴-۱- اهداف فرعی
۷	۵-۱- تعاریف مفهومی
۷	۱-۵-۱- تعریف مفهومی دل‌بستگی به خدا
۷	۲-۵-۱- تعریف مفهومی هوش عاطفی
۷	۳-۵-۱- تعریف مفهومی سلامت روانی
۷	۴-۵-۱- تعریف مفهومی رضایت از زندگی
۸	۶-۱- تعاریف عملیاتی
۸	۱-۶-۱- تعریف عملیاتی دل‌بستگی به خدا
۸	۲-۶-۱- تعریف عملیاتی هوش عاطفی
۸	۳-۶-۱- تعریف عملیاتی سلامت روانی
۸	۴-۶-۱- تعریف عملیاتی رضایت از زندگی
۹	۷-۱- سؤالات تحقیق
۹	۱-۷-۱- سؤالات اصلی
۹	۲-۷-۱- سؤالات فرعی

۲- فصل دوم: مبانی نظری و تحقیقات پیشین

- ۱-۲-۱- نظریه دلبستگی..... ۱۰
- ۱-۲-۱-۱- دلبستگی به خدا..... ۱۳
- ۱-۲-۲-۱- الگوهای دلبستگی به خدا..... ۱۵
- ۱-۲-۱-۱- الگوی تطابقی..... ۱۶
- ۱-۲-۲-۱- الگوی جبرانی..... ۱۷
- ۳-۱-۲- اجتناب از صمیمیت به خدا..... ۱۷
- ۴-۱-۲- اضطراب از طرد شدن از سوی خدا..... ۱۸
- ۲-۲-۲- هوش عاطفی..... ۱۸
- ۱-۲-۲- تاریخچه هوش عاطفی..... ۱۹
- ۲-۲-۲- هوش عاطفی: توانایی یا صفت شخصیت؟..... ۲۰
- ۱-۲-۲-۲- مدل توانایی هوش عاطفی مایر، سالووی و کارسو..... ۲۰
- ۲-۲-۲-۲- مدل شخصیت اجتماعی و هوش عاطفی بار - آن..... ۲۳
- ۳-۲-۲-۲- مدل هوش عاطفی گلن..... ۲۴
- ۴-۲-۲-۲- مدل هوش عاطفی کوپر..... ۲۵
- ۳-۲-۳- سلامت روانی..... ۲۶
- ۱-۳-۲- فشار روانی..... ۲۷
- ۲-۳-۲- اضطراب..... ۲۷
- ۳-۳-۲- افسردگی..... ۲۷
- ۴-۳-۲- تاریخچه سلامت روانی..... ۲۸
- ۵-۳-۲- نظریات متفاوت در مورد سلامت روانی..... ۲۸
- ۴-۲-۴- رضایت از زندگی..... ۲۹
- ۵-۲-۵- تحقیقات پیشین..... ۳۲
- ۱-۵-۲- دلبستگی به خدا و سلامت روانی..... ۳۲
- ۲-۵-۲- دلبستگی به خدا و رضایت از زندگی..... ۳۳
- ۳-۵-۲- هوش عاطفی و سلامت روانی..... ۳۴
- ۴-۵-۲- هوش عاطفی و رضایت از زندگی..... ۳۶
- ۵-۵-۲- دلبستگی به خدا و جنسیت..... ۳۹
- ۶-۵-۲- هوش عاطفی و جنسیت..... ۳۹
- ۷-۵-۲- سلامت روانی و جنسیت..... ۳۹

- ۲-۵-۸- رضایت از زندگی و جنسیت ۴۰
- ۲-۶- نتیجه گیری از تحقیقات ۴۰

فصل سوم: روش

- ۳-۱- روش تحقیق ۴۲
- ۳-۲- جامعه آماری ۴۲
- ۳-۳- نمونه و روش نمونه گیری ۴۲
- ۳-۴- ابزار پژوهش ۴۳
- ۳-۴-۱- پرسشنامه دل بستگی به خدا ۴۳
- ۳-۴-۲- پرسشنامه هوش عاطفی ۴۶
- ۳-۴-۳- مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی ۴۷
- ۳-۴-۵- مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی ۴۹
- ۳-۵- نحوه اجرای آزمون ۵۰
- ۳-۶- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات ۵۰

فصل چهارم: یافته‌ها

- ۴-۱- یافته های توصیفی ۵۱
- ۴-۲- یافته های مربوط به سؤالات پژوهش ۵۲

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

- ۵-۱- مقدمه ۷۸
- ۵-۱-۱- رابطه دل بستگی به خدا، هوش عاطفی، سلامت روانی و رضایت از زندگی ۷۸
- ۵-۱-۲- پیش بینی سلامت روانی توسط دل بستگی به خدا و هوش عاطفی ۸۰
- ۵-۱-۳- پیش بینی رضایت از زندگی توسط دل بستگی به خدا و هوش عاطفی ۸۱
- ۵-۱-۴- پیش بینی مؤلفه های سلامت روانی توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی ۸۲
- ۵-۱-۵- پیش بینی ابعاد رضایت از زندگی توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی ۸۴
- ۵-۱-۶- بررسی نمرات دختران و پسران در دل بستگی به خدا و سبک های آن، هوش عاطفی و مؤلفه های آن، سلامت روانی و مؤلفه های آن، رضایت از زندگی و ابعاد آن ۸۸

۹۰ ۲-۵- کاربردهای نظری
۹۰ ۳-۵- کاربردهای عملی
۹۱ ۴-۵- محدودیت های پژوهش
۹۱ ۵-۵- پیشنهادات پژوهش

فهرست منابع و مآخذ

۹۳ منابع فارسی
۹۶ منابع انگلیسی

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۲- ابعاد هوش عاطفی و عوامل آن از دیدگاه گلמן.....	۲۴
جدول ۱-۳- توزیع فراوانی آزمودنی های نمونه مورد پژوهش برحسب جنسیت و دانشگاه.....	۴۳
جدول ۲-۳- نتایج تحلیل عامل پرسشنامه دل‌بستگی به خدا.....	۴۵
جدول ۱-۴- میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات در متغیرهای مورد پژوهش	
جدول ۲-۴- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش.....	۵۱
جدول ۳-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی سلامت روانی از طریق نمره	
کلی دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی.....	۵۲
جدول ۴-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از زندگی از طریق	
نمره کلی دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی.....	۵۴
جدول ۵-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی فشار زندگی از طریق	
سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۵
جدول ۶-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی افسردگی از طریق	
سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۶
جدول ۷-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی اضطراب از طریق	
سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۶
جدول ۸-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی بعد رضایت از خانواده از	
طریق سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۷
جدول ۹-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی بعد رضایت از دانشگاه از	
طریق سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۸
جدول ۱۰-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از محیط زندگی از طریق	
سبک های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۸
جدول ۱۱-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از خود از طریق سبک	
های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....	۵۹

جدول ۴-۱۲- میانگین و انحراف معیار نمرات دل‌بستگی به خدا و سبک‌های آن و هوش عاطفی و ابعاد آن و سلامت روانی و مؤلفه‌های آن و رضایت از زندگی و ابعاد آن در دختران و پسران	۶۱
جدول ۴-۱۳- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی نمره کلی DASS توسط دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی در دختران	۶۳
جدول ۴-۱۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی نمره کلی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی در دختران	۶۴
جدول ۴-۱۵- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی فشار روانی توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۵
جدول ۴-۱۶- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی افسردگی توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۶
جدول ۴-۱۷- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی اضطراب توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۶
جدول ۴-۱۸- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی رضایت از خانواده توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۷
جدول ۴-۱۹- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی رضایت از دانشگاه توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۷
جدول ۴-۲۰- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی رضایت از محیط زندگی توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۸
جدول ۴-۲۱- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی رضایت از خود توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۶۹
جدول ۴-۲۲- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی نمره کلی DASS توسط دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی در پسران	۷۱
جدول ۴-۲۳- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی نمره کلی رضایت از زندگی توسط دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی در پسران	۷۲
جدول ۴-۲۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش‌بینی فشار روانی توسط سبک‌های دل‌بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۳

جدول ۴-۲۵- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی افسردگی توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۳
جدول ۴-۲۶- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی اضطراب توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران	۷۴
جدول ۴-۲۷- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از خانواده توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۴
جدول ۴-۲۸- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از دانشگاه توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۵
جدول ۴-۲۹- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از محیط زندگی توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۶
جدول ۴-۳۰- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از خود توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران	۷۶

فهرست شکل ها و نمودارها

صفحه	عنوان
۱۳.....	۱-۲- مدل پردازش درونی
۱۴.....	۲-۲- تجارب عاطفی اصلی در ارتباط با خدا.....
۲۲.....	۲-۳- مدل هوش عاطفی مایر، سالووی، کارسو.....
۲۳.....	۲-۴- مدل هوش عاطفی بار - آن.....
.....	۴-۱- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی سلامت روانی از طریق نمره کل دل بستگی به خدا و هوش عاطفی
۵۴.....	۴-۲- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از زندگی از طریق نمره کل دل بستگی به خدا و هوش عاطفی
.....	۴-۳- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی مؤلفه های سلامت روانی و ابعاد رضایت از زندگی از طریق نمره کل سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی.....
۶۰.....	۴-۴- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی سلامت روانی از طریق نمره کلی دل بستگی به خدا و هوش عاطفی در دختران
.....	۴-۵- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی رضایت از زندگی از طریق نمره کلی دل بستگی به خدا و هوش عاطفی در دختران.....
.....	۴-۶- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی مؤلفه های سلامت روانی و ابعاد هوش عاطفی از طریق سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در دختران
.....	۴-۷- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی کلی رضایت از زندگی توسط دل بستگی به خدا و هوش عاطفی در پسران.....
.....	۴-۸- نتایج رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی مؤلفه های سلامت روانی و ابعاد رضایت از زندگی توسط سبک های دل بستگی به خدا و ابعاد هوش عاطفی در پسران
۷۷.....

۱- کلیات

۱-۱- مقدمه

سلامت روانی^۱ را حالت سازگاری نسبتاً خوب، احساس بهزیستی و شکوفایی توان و استعدادهای شخصی تعریف کرده‌اند. این اصطلاح عموماً برای کسی بکار می‌رود که در سطح بالایی از سازگاری و انطباق رفتاری و عاطفی عمل می‌کند، نه کسی که صرفاً بیمار نیست (ساپینگتون^۲، ۱۳۸۵). به بیان دیگر سلامت روان، سلامت کامل روانی و اجتماعی است و نه فقط فقدان بیماری (بلدور^۳ و فالن^۴، ۱۹۹۵). سلامت روانی با پیشگیری از اختلال‌های روانی، حفظ شیوه‌های بهینه زندگی و بهداشت عاطفی سروکار دارد (ساپینگتون، ۱۳۸۵).

به طور کلی یکی از شاخص‌های سلامت روانی میزان رضایت از زندگی است. رضایت از زندگی بیانی کلی از احساسات و نگرش‌ها در مورد زندگی فرد، در یک دامنه مثبت تا منفی می‌باشد. بنابراین رضایت از زندگی و بهزیستی روانی با یکدیگر در ارتباط می‌باشند: احساس بهزیستی، عواطف مثبت و عواطف منفی (دینر^۵، ۱۹۷۴؛ به نقل از بیوتل^۶، ۲۰۰۶).

امروزه رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا^۷ توجه خاصی به سلامت روانی و رضایت از زندگی دارد و آن را داشتن یک وضعیت خوب و سالم جسمانی، اجتماعی و روانی می‌داند. از دیدگاه این رویکرد، از مؤلفه‌های سلامت روان، توانایی فردی برای لذت بردن از زندگی می‌باشد (استدمن^۸، ۲۰۰۵؛ به نقل از جانسون^۹، ۲۰۰۹).

از دیدگاه روان‌شناختی توجه به سلامت روانی و رضایت از زندگی، امری مهم است و شناخت

^۱ - Mental health

^۲ - Sappington

^۳ - Boldero

^۴ - Fallon

^۵ - Deiner

^۶ - Butell

^۷ - Positive psychology

^۸ - Stedman

^۹ - Johnson

عوامل مؤثر بر آن‌ها حائز اهمیت است. بنابراین این دو مقوله مورد توجه بسیار روان‌شناسان و محققان قرار گرفته‌اند. عوامل مختلفی این دو مفهوم را تحت تأثیر قرار می‌دهد که از جمله آن‌ها می‌توان به دلبستگی به خدا^۱ و هوش عاطفی^۲ اشاره نمود. بررسی نقش دین‌داری در افزایش ظرفیت‌های آدمی همواره مورد تأکید رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا بوده است (کار^۳، ۲۰۰۴). باورهای معنوی و دلبستگی به یک وجود متعالی در ارتقای سلامت روانی و افزایش بهزیستی روانی افراد نقش بسزایی دارد (شالون^۴، ۲۰۰۷). افرادی که دارای دلبستگی ایمن به خدا می‌باشند، کمتر دچار فشار روانی و افسردگی می‌شوند و همچنین رضایت بیشتری از زندگی دارند (بک^۵ و مک‌دونالد^۶، ۲۰۰۶). افراد دین‌دار، به سه دلیل روان‌شناختی دارای شایستگی‌های بیشتری می‌باشند:

اول اینکه، دین یک سامانه باور منسجم ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی معنا پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند (سلیگمن^۷، ۲۰۰۲؛ به نقل از کار، ۲۰۰۴). باورهای معنوی به آدمی امکان می‌دهد که به ناملایمات، فشارهای روانی و فقدان‌های گریز ناپذیر که در زندگی رخ می‌دهند معنا دهند و به زندگی بعدی که همراه با آرامش است امیدوار و خوش‌بین باشند.

دوم اینکه، حضور در امور مذهبی، برای افراد حمایت اجتماعی فراهم می‌آورد. سوم اینکه، دلبستگی به یک وجود متعالی و باورهای دینی اغلب با سبک زندگی سالمتر همراه است (کار، ۲۰۰۴).

آرگیل^۸ (۲۰۰۰؛ به نقل از کار، ۲۰۰۴)، با مطالعه پژوهش‌های انجام شده در زمینه دین‌داری به این نتیجه رسید که برداشت اکثر افراد از دین، داشتن رابطه‌ای نزدیک با خداست و نه صرفاً مجموعه‌ای از باورها و اعمال. به همین دلیل در سال‌های اخیر مفهوم دلبستگی به خدا به عنوان یکی از نمادهای دین‌داری که در بهبود زندگی افراد مؤثر است، مطرح شده است.

هوش عاطفی، نیز به عنوان یکی از توانایی‌های کلیدی انسان، مورد توجه رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌باشد (کار، ۲۰۰۴). هوش عاطفی دارای نقشی مهم در حیطه‌های گوناگون زندگی مثل روابط بین فردی، سلامت روانی، جهت‌گیری مذهبی و معنوی، رضایت از زندگی و کیفیت

1- Attachment to God

2- Emotional Intelligence

3- Carr

4- Shaalon

5- Beck

6- Mcdonald

7- Seligman

8- Argyl

زندگی است (سیاروچی^۱، فورگاس^۲، مایر^۳، ۲۰۰۱).

تحقیقات متعددی ارتباط مثبت و معناداری بین هوش عاطفی و سلامت روان را تأیید کرده‌اند (سلاسکی^۴ و کاراترایت^۵، ۲۰۰۲؛ سومرفیلدت^۶ و کلوسترمن^۷، ۲۰۰۶). همچنین تحقیقات نشان داده‌اند که افراد دارای هوش عاطفی بالاتر، رضایت از زندگی بیشتری دارند (اکستروما^۸ و دوران^۹، ۲۰۰۷).

این یافته‌ها پایه شکل‌گیری پژوهش حاضر بوده است. از آنجا که دانشجویان از باهوش‌ترین و با استعدادترین گروه‌های جامعه هستند و بدون شک سلامت روانی و جسمانی آن‌ها نقش مهمی در رشد و پویایی جامعه ایفا می‌کند، همچنین رضایتمندی آن‌ها از زندگی، سبب تلاش بیشتر آن‌ها شده و به پیشرفت جامعه کمک می‌کند، بررسی عوامل تأثیرگذار بر سلامت روانی و رضایت از زندگی آنان ضروری است.

همان‌طور که ذکر گردید، عواملی چون دلبستگی به خدا و هوش عاطفی در سلامت روانی افراد و رضایت آن‌ها از زندگی نقش مهمی دارند. این پژوهش به دنبال این موضوع می‌باشد که نقش این عوامل را در سلامت روانی و رضایت از زندگی دانشجویان تعیین نماید و همچنین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی هر کدام از این عوامل را در سلامت روانی و رضایت از زندگی آنان مقایسه کند.

۱-۲- بیان مسئله

امروزه توجه به سلامت روانی، بیش از هر دوره دیگری اهمیت یافته است. پیشرفت علم و تکنولوژی، از یک طرف باعث تسهیل شرایط زندگی شده و از طرف دیگر، همین تحولات سریع اجتماعی و تغییر سبک زندگی، سلامت و بهداشت روانی انسان‌ها را تهدید می‌کند (گابی^{۱۰} و کوریچ^{۱۱}، ۲۰۰۴). افرادی که سلامت روانی مطلوبی ندارند، همزمان دارای رضایت کم‌تری از

^۱- Ciarruchi

^۲- Forgas

^۳- Mayer

^۴- Slaski

^۵- Cartwright

^۶- Summerfeldt

^۷- Kloosterman

^۸- Extrema

^۹- Duran

^{۱۰}- Gobby

^{۱۱}- Courage

زندگی نیز می‌باشند، به عبارتی رضایت از زندگی با سلامت جسمانی و روانی در ارتباط می‌باشد (بیوتل^۱، ۲۰۰۶).

از آنجا که مسئله سلامت روانی و رضایت از زندگی، بخصوص در دوران دانشجویی از اهمیت زیادی برخوردار است، بررسی عوامل تأثیرگذار بر آن حائز اهمیت می‌باشد. یکی از عواملی که ممکن است بر سلامت روانی، مؤثر باشد، دلبستگی به خدا می‌باشد. افراد دارای یک ارتباط عاطفی و صمیمانه با خدا با وجود مشکلات فراوان، دارای آرامش خاطر و ارتباط مثبت با دیگران هستند (بک و مک دونالد، ۲۰۰۶). دلبستگی به خدا، سبب خوش‌بین شدن افراد به آینده و نیز سبب برخورد مؤثر با موانعی که در زندگی با آن مواجه می‌گردند، می‌شود (کار، ۲۰۰۴). با توجه به اینکه ما در یک جامعه اسلامی زندگی می‌کنیم، بررسی این موضوع که در جامعه ما دلبستگی به خدا دارای چه نقشی در سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی است، یکی از دلایل شکل‌گیری پژوهش حاضر بوده است.

سلامت روانی و رضایت از زندگی همچنین تحت تأثیر عواطف و احساسات می‌باشند. از آنجا که هوش عاطفی، شایستگی‌های احساسی و عاطفی افراد را می‌سنجد، بررسی نقش آن در سلامت روانی و رضایت از زندگی ضروری به نظر می‌رسد. پس این پژوهش درصدد تعیین این موضوع است که آیا دلبستگی به خدا و هوش عاطفی پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی و رضایت از زندگی است. همچنین پژوهش حاضر به دنبال این موضوع است که کدامیک از عوامل دلبستگی به خدا و هوش عاطفی دارای نقش بیشتری در سلامت روانی و رضایت از زندگی می‌باشد.

۱-۳- ضرورت و اهمیت تحقیق

ارتقای سلامت روانی و رضایت از زندگی دانشجویان، از اهمیت بسزایی برخوردار است. به نظر می‌رسد که در برخی از ادیان به خصوص در دین ما (اسلام) که تقرب به خدا، انگیزه اصلی تمام اعمال مذهبی است (طالقانی، ۱۳۵۶؛ به نقل از نصیری، ۱۳۸۷)، دلبستگی ایمن نسبت به خدا و احساس صمیمیت با او می‌تواند اثر مطلوبی بر سلامت روانی و رضایت از زندگی داشته باشد. برخی مطالعات نشان داده‌اند، افرادی که امور مذهبی را به جا می‌آورند شادی و رضایت بیشتری را نسبت به سایر افراد تجربه می‌کنند. حضور در امور مذهبی، برای افراد حمایت اجتماعی فراهم می‌آورد. همچنین پرداختن به مذهب، اغلب با سبک زندگی جسمانی و روانی سالم‌تر همراه است (کار، ۲۰۰۴).

^۱ - Beutell

یکی دیگر از عوامل مهم و تأثیرگذار بر افزایش سلامت روانی و رضایت از زندگی، هوش عاطفی است. هر چه فرد توانایی بیشتری در، درک، بیان عواطف و تنظیم عواطف داشته باشد و همچنین دارای عواطف مثبت بیشتر و خوشبینی باشد و بتواند ارتباط مؤثری با دیگران برقرار نماید، بهتر می‌تواند با چالش‌ها و مشکلات زندگی سازگار گردد و به گونه‌ای مؤثر به کنترل عواطف بپردازد و بدین ترتیب موجب بهبود و افزایش سلامت روانی و نیز افزایش رضایت از زندگی می‌شود. از طرفی هوش عاطفی پایین، می‌تواند یک عامل بالقوه تهدید کننده سلامت روانی باشد. به بیان دیگر هوش عاطفی، لذت و رضایتمندی از زندگی و امید و خوشبینی را به دنبال می‌آورد (اینیل^۱، ۱۹۹۶). امروزه روان‌شناسان مثبت‌گرا توجه روزافزونی به افزایش لذت بردن از زندگی و رضایت و خرسندی از زندگی دارند. روان‌شناسی مثبت‌گرا بر فهم و تبیین شادمانی و رضایت و سلامت روانی و ذهنی و به طور دقیق به پیش‌بینی عواملی تمرکز دارد که بر چنین حالت‌هایی تأثیر می‌گذارند. هدف اصلی روان‌شناسی مثبت‌گرا، فهم و تسهیل سلامت روانی است. در این حیطه، خورسندی و سلامت هر دو به احساسات مثبت، مانند آرامش خیال و عواطف مثبت و حالات مثبت مثل آنچه سبب دل‌بستگی می‌شود و نبودن اختلالات روانی دلالت دارد (کار، ۲۰۰۴). هنوز بیش از دو دهه از زمانی که کریک پاتریک (۱۹۹۲)، براساس نظریه بالبی، نظریه دل‌بستگی به خدا را مطرح نمود، نمی‌گذرد. هوش عاطفی نیز سازه‌ای بسیار جدید در روان‌شناسی مثبت‌گرا است و می‌توان آن را جدیدترین تحول در زمینه فهم ارتباط میان تفکر و عاطفه دانست (مالف و شوت، ۱۹۹۸؛ به نقل از کوهسار، ۱۳۸۵). طی سال‌های اخیر، روان‌شناسان به این سازه توجه بسیار نموده‌اند و تحقیقاتی پیرامون آن انجام داده‌اند (کالاهان^۲، ۲۰۰۸).

بنابراین از آنجا که این مفاهیم (دل‌بستگی به خدا و هوش عاطفی) مفاهیمی جدید هستند، پژوهش‌ها و مطالعات تجربی زیادی راجع به چگونگی ارتباط آن‌ها با سلامت روانی و رضایت از زندگی بخصوص در بین دانشجویان صورت نگرفته است. بر این اساس، آگاهی از این روابط، به مسئولان کمک می‌کند تا بتوانند بطور علمی و نه به صورت سنتی و عامیانه، دل‌بستگی ایمن به خدا و هوش عاطفی را در دانشجویان افزایش دهند و در نتیجه منجر به افزایش سلامت روانی و رضایت آن‌ها از زندگی شوند تا بتوانند زندگی شادتری داشته باشند و به زندگی همراه با آرامش در این دنیای پر از استرس و فشار دست یابند. همچنین از آنجا که امروزه، دانشجویان با مسائل و مشکلات متعددی روبه‌رو می‌شوند که ممکن است سلامت روانی آن‌ها را کاهش دهد، تمایل به مشاوره توسط آن‌ها روزبه‌روز افزایش می‌یابد. روان‌شناسان و مشاوران می‌توانند از نتایج حاصل از این پژوهش در جلسات مشاوره و روان‌درمانی استفاده کنند. بنابراین از آنجا که

¹-O· Neini

²- Callahan