

پیش‌بینی احساس تنهایی جوانان بر اساس کیفیت ارتباط آنها با خدا

فاطمه قابضی^{۱*}، شهلا پاکدامن^۲، ریحانه پاسبان^۳، لیلا مرادخانی^۴

- ۱- کارشناس ارشد روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران
- ۲- استادیار گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران
- ۳- کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران
- ۴- کارشناس روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی جوانان، با توجه به کیفیت ارتباط آنها با خداوند، انجام شد. جمعیت این مطالعه جوانان ۱۸ تا ۳۵ ساله شهر تهران بود که از میان آنها ۲۳۲ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به دو پرسش‌نامه احساس تنهایی ایرانی (ILQ) (رحیم‌زاده) و پرسش‌نامه کیفیت ارتباط با خدا (بام اول؛ مظاهری، پسندیده و صادقی) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها حاکی از آن بود که مؤلفه‌های بیم و یأس نسبت به خدا، پیش‌بین‌های مثبت احساس تنهایی و محبت به خدا، پیش‌بین منفی احساس تنهایی است. به طور کلی، هرچه فرد ارتباط مطلوب‌تری با خدا داشته باشد و جنبه‌های ایمان را در خود تقویت نماید، احساس تنهایی کمتری خواهد داشت و هرچه این رابطه از مطلوبیت کمتری برخوردار باشد، احساس تنهایی فرد نیز بیشتر خواهد بود.

واژه‌های کلیدی: احساس تنهایی، ارتباط با خدا، بیم، یأس، محبت

مقدمه

احساس تنهایی تجربه‌ای مشترک میان انسان‌ها است که هر فردی کم و بیش آن را تجربه کرده و با آن مواجه شده است؛ تا جایی که آمارها نشان می‌دهند که ۸۰٪ از جوانان زیر ۱۸ سال و ۴۰٪ از بزرگسالان بالای ۶۵ سال حداقل در برخی مواقع با این احساس ناخوشایند رو به رو شده‌اند (هاو کلی و کسوپو، ۲۰۱۰). دی‌یانگ گرولد و وان‌تیلبرگ (۲۰۱۰) بیان می‌کنند که احساس تنهایی ارزیابی ذهنی فرد از موقعیتی است که در آن قرار دارد، به گونه‌ای که اگر فرد تعداد روابط با دوستان و همکارانش را کمتر از حد مورد انتظار خود ارزیابی کند و یا در روابط دوستانه و صمیمانه خود به آن میزان که می‌خواهد احساس صمیمیت نکند، دچار احساس تنهایی خواهد شد. به این ترتیب می‌توان احساس تنهایی را مترادف با انزوای اجتماعی ادراک شده^۱ و نه لزوماً انزوای عینی اجتماعی^۲ دانست. به عبارتی دیگر، یک فرد می‌تواند به تنهایی زندگی کند و احساس تنهایی نداشته باشد؛ در حالی که ممکن است فردی دیگر حتی در یک محیط اجتماعی به ظاهر غنی نیز احساس تنهایی کند. به همین دلیل است که گفته می‌شود احساس تنهایی یک تجربه ذهنی منفی و برآمده از ارزیابی شناختی فرد درباره کمیت و کیفیت روابط اجتماعی خویش است؛ به گونه‌ای که هرچه فاصله میان این ارزیابی شناختی با آنچه که فرد از روابط اجتماعی خود انتظار دارد، بیشتر باشد، احساس تنهایی بیشتر خواهد بود (هاو کلی و کاسوپو، ۲۰۱۰). بنابراین، میزان احساس تنهایی فرد بستگی به انتظارات او از روابط اجتماعی دارد.

الهاگین (۲۰۰۴) نیز در تعریف احساس تنهایی بیان می‌کند که تنهایی تجربه فردی ناخوشایندی است،

مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن او از دیگران، که با مشکلات رفتاری قابل مشاهده‌ای مانند غمگینی، عصبانیت و افسردگی همراه بوده و ناهمخوانی بین توقعات و آرزوهای فرد با امکان دستیابی او به این آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می‌دهد و به صورت رفتارهایی نظیر اجتناب از تماس با دیگران مشخص می‌شود. احساس تنهایی به عنوان یکی از عوامل تهدید کننده سلامت روان در نظر گرفته می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند این تجربه منفی با افزایش افکار خودکشی (کید، ۲۰۰۴)، افسردگی (نانجیل، ارلی، نیومن، ماسون و کارپنتر، ۲۰۰۳)، اضطراب (جانسون، لوی، اسپنری و ماهونی-ورلی، ۲۰۰۱) و حتی آسیب در عملکردهای شناختی مغز مانند آلتزایمر (ویلسون، کروگر، آرنولد، اشنایدر، کلی و همکاران، ۲۰۰۷) در ارتباط است.

در دهه‌های اخیر در میان عواملی که پژوهشگران برای کاهش احساس تنهایی ذکر می‌کنند، نقش مذهب و معنویت به خوبی قابل مشاهده است. برخی مطالعات نشان داده‌اند که میزان احساس تنهایی فرد متأثر از کیفیت رابطه او با خداوند است. کرک پاتریک و شاور (۱۹۹۲) دریافتند که در میان افرادی که به خدا معتقد هستند، آن گروهی که دلبستگی ایمنی را میان خود و خداوند گزارش می‌دهند، نسبت به افرادی که دارای دلبستگی ناایمن به خدا هستند، کمتر دچار افسردگی و احساس تنهایی هستند. شواب و پترسون (۱۹۹۰) نیز بیان می‌کنند که احساس تنهایی با تصویری که افراد از خداوند دارند (نه صرفاً اعتقاد داشتن به وجود خدا، بلکه نوع تصور آنها از خداوند و رابطه آنها با او) در ارتباط است. آنها دریافتند افرادی که خدا در نظرشان حمایت‌گر و یاری‌دهنده است کمتر از افرادی که تصویر غضب‌ناکی از خداوند دارند، احساس تنهایی

1 perceived social isolation

2 objective social isolation

نشانه‌های نورزگرایی^۲ و عواطف منفی^۳ بیشتر است (برادشاو، الیسون و مارکوم، ۲۰۱۰؛ لو و سیم^۴، ۲۰۰۳، نقل از زاهد بابلان، رضایی جمالویی و حرفتی سبحانی، ۱۳۹۱؛ روات و کرک-پاتریک، ۲۰۰۲).

همچنین می‌توان یکی از زمینه‌های احساس تنهایی را بافت‌های فرهنگی فردگرا دانست. در بافت فرهنگی فردگرا، فرد به مثابه یک موجود مستقل و خودکفا دیده می‌شود که رفتارهای او از طریق یک مجموعه متمایز از صفات و ویژگی‌ها تعیین می‌شود. در مقابل، در بافت‌های فرهنگی جمع‌گرا، فرد در تعامل با دیگران دیده می‌شود و بر این اساس رفتار وی نتیجه پاسخ‌دهی به نقش‌های اجتماعی و روابط بین فردی است (انگ و هوان، ۲۰۰۶). از این رو فردگرایی می‌تواند با ایجاد تغییراتی در کمّ و کیف روابط اجتماعی، موجب بروز بیشتر احساس تنهایی شود. در همین راستا برخی مطالعات نشان می‌دهند که جامعه ایران که از جمله کشورهای در حال توسعه است، دچار تغییراتی در الگوهای اجتماعی- فرهنگی شده و در مسیر فردگرایی قرار گرفته است (اعظم‌زاده و توکلی، ۱۳۸۶) و برخی پژوهش‌ها مؤید افزایش فردگرایی در جامعه ایرانی و به‌ویژه در جوانان هستند (مانند معیدفر و صبوری خسروشاهی، ۱۳۸۹ و بهروان و علیزاده، ۱۳۸۷). این یافته‌ها حاکی از آن هستند که به دنبال بروز تغییرات در الگوهای اجتماعی- فرهنگی، روابط اجتماعی جوانان نیز دست‌خوش تغییراتی قرار گرفته است (مانند کاهش ارتباطات حضوری و مجازی شدن ارتباطات اجتماعی) که می‌تواند زمینه‌های بروز احساس تنهایی را در آنها افزایش دهد.

می‌کنند. همچنین عقاید مذهبی می‌تواند از طریق اثرگذاری بر حمایت اجتماعی ادراک‌شده، احساس تنهایی را کاهش دهد. روکیچ و ونگاس (۲۰۱۲) در این باره بیان می‌کنند که دین‌داری، الگوی مقابله با احساس تنهایی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند دیدگاه فرد به زندگی، رفتارها و تعاملات اجتماعی را تغییر دهد. پالوتزیان و الیسون (۱۹۸۲) نیز معتقدند که بهزیستی معنوی از یک سو باعث می‌شود که فرد احساس کند نیرویی برتر، حامی و پشتیبان او است و از سوی دیگر سبب ایجاد روابط بهتر فرد با دیگران می‌شود. به این ترتیب دین‌داری و بهزیستی معنوی می‌تواند منابع حمایت اجتماعی را برای فرد افزایش دهند. به عقیده پترسون (۲۰۰۰) دوستی با خدا و بندگی او با ایجاد این احساس در فرد که خداوند حامی و مراقب اوست، منجر به کاهش احساس رها شدگی، پوچی و تنهایی و افزایش میزان رضایت فرد از زندگی می‌شود. همچنین بنا به گفته پارگامنت، انسینگ، فالگوت، السن، ریلی و همکاران (۱۹۹۰) خدا می‌تواند به عنوان عضو دیگری از شبکه روابط اجتماعی در نظر گرفته شود. در نتیجه برقراری یک ارتباط مثبت و ایمن با خداوند می‌تواند بخشی از کاستی‌ها و خلاءهای موجود در سایر روابط اجتماعی (مانند رابطه با دوستان، خانواده و ...) و در نتیجه احساس تنهایی فرد را کاهش دهد. مطالعات دیگری نیز نشان می‌دهند که میان دلبستگی ایمن به خدا و احساس تنش در برابر حوادث استرس‌زای زندگی^۱ ارتباط معکوسی وجود دارد و تصویری که فرد از خدا دارد، می‌تواند تا حدودی تنش ناشی از این حوادث را تعدیل نماید و ویژگی‌های روان‌شناختی و عواطف مثبتی مانند امید و خوش‌بینی را افزایش دهد؛ در مقابل وجود دلبستگی اضطرابی به خدا پیش‌بینی‌کننده

2 neuroticism
3 negative affects
4 Loh & Sim

1 stressful life events

بنابر این، از آنجا که در سال‌های اخیر، احساس تنهایی به عنوان یکی از موضوعات مهم روانشناختی و اجتماعی در تمام جوامع و گروه‌ها و به طور خاص در میان جوانان مطرح شده است (خصوصاً در جامعه ایران که در حال گذار به سمت فردگرایی است و این به نوبه خود موجب افزایش فردیت و احساس تنهایی در جوانان می‌شود) و تأثیر و اهمیتی که برقراری یک رابطه مثبت و مطلوب با خداوند در این زمینه دارد، پژوهش حاضر بر آن است تا بر اساس نوع و کیفیت رابطه افراد با خداوند و میزان احساس نزدیکی (ایمان) یا دوری از او (کفر)، میزان احساس تنهایی آنها مورد بررسی قرار دهد. با توجه به پیشینه پژوهش، فرضیه این مطالعه این است که کیفیت رابطه فرد با خدا (در ابعاد مطلوب یا نامطلوب آن) بر میزان احساس تنهایی فرد تأثیر دارد؛ به طوری که جنبه‌های مطلوب این ارتباط موجب کاهش احساس تنهایی و جنبه‌های نامطلوب آن موجب افزایش احساس تنهایی در فرد می‌شود.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی بود که با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس کیفیت و نوع رابطه با خدا در جامعه آماری جوانان ۱۸ تا ۳۵ ساله شهر تهران صورت گرفته است که از این میان، تعداد ۲۳۲ نفر، به شیوه نمونه‌گیری در دسترس و با مراجعه با اماکن عمومی سطح شهر (مانند کتابخانه‌ها، پارک‌ها و دانشگاه‌ها) انتخاب شدند و به ابزارهای پژوهش پاسخ دادند. دلاور (۱۳۸۸) حداقل حجم نمونه لازم برای مطالعات توصیفی را ۱۰۰ نفر بیان می‌کند.

ابزار سنجش: پرسش‌نامه احساس تنهایی ایرانی^۱ (ILQ): این پرسش‌نامه به منظور شناسایی ساختار

عاملی احساس تنهایی دانشجویان ایرانی و دستیابی به تبیینی متناسب با فرهنگ و جامعه ایرانی تهیه شده است و دربرگیرنده ۴۳ گویه است که در یک مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، مخالفم و کاملاً مخالفم) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسش‌نامه شامل ۵ عامل خانواده، دوستان/همگنان، هیجانی/عاطفی، فردیت/فاصله با دیگران و معنوی/مذهبی است. عامل اول با ۱۴ گویه، کمیت و کیفیت روابط فرد با خانواده را مورد بررسی قرار می‌دهد؛ عامل دوم با ۱۲ گویه، احساس تنهایی فرد در ارتباط با دوستان، هم-کلاسی‌ها و به طور کل دیگران را اندازه‌گیری می‌کند؛ عامل سوم با ۸ گویه بیان‌گر احساس‌ها، هیجانات و عواطف فرد است؛ ۴ گویه عامل چهارم به احساس متفاوت بودن با دیگران، عدم درک شدن توسط دیگران و داشتن انتظارات بیش از حد از آنها و فقدان ادراک صمیمیت و صداقت در اطرافیان می‌پردازد و عامل پنجم نیز با ۵ گویه به ارتباط فرد با خدا توجه دارد. لازم به ذکر است که در این مطالعه از نمره کلی احساس تنهایی برای انجام محاسبات استفاده می‌شود. رحیم‌زاده (۱۳۹۰) ضریب آلفای کرونباخ را برای کل آزمون ۰/۹۴ و برای عامل اول ۰/۸۹، عامل دوم ۰/۸۲، عامل سوم ۰/۸۵، عامل چهارم ۰/۶۶ و عامل پنجم ۰/۸۶ گزارش کرده است. همچنین این پرسش‌نامه همبستگی بالا و قابل قبولی (دامنه ۰/۵۶ تا ۰/۷۸) با مقیاس‌های احساس تنهایی UCLA، مقیاس احساس تنهایی دی-یانگ گروولد (۱۹۸۵) و احساس تنهایی هیجانی-اجتماعی بزرگسالان (۲۰۰۴) نشان داده است (مراجعه شود به رحیم‌زاده، ۱۳۹۰). در پژوهش قبضی (۱۳۹۲) نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۳ و برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۶۵ تا ۰/۸۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز میزان ضریب آلفا برای کل آزمون ۰/۹۳۹، برای عامل خانواده ۰/۹۱۴، عامل

آنها نشان داد که ضریب آلفای کل برای ۶۷ گویه ۰/۸۷ و برای خرده‌مقیاس بیم ۰/۸۰، امید ۰/۷۶، محبت به خدا ۰/۸۹، عداوت ۰/۷۱، یأس ۰/۷۵ و تجری ۰/۶۴ است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کل برابر با ۰/۸۷۶ و ضریب آلفا برای هریک از خرده‌مقیاس‌های بیم ۰/۸۴۵، امید ۰/۸۰۱، محبت به خدا ۰/۹۲۴، عداوت ۰/۸۷۱، یأس ۰/۶۴۱ و تجری ۰/۸۲۹ به دست آمد که بیان‌گر اعتبار بالای این ابزار است.

یافته‌ها

در این بخش به بررسی یافته‌های پژوهش پرداخته می‌شود. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۱ سال بود و ۷۵/۴ درصد آزمودنی‌ها دختر (۱۶۸) و ۲۳/۳ درصد آنها پسر (۵۴) بودند. علاوه بر این میزان تحصیلات ۱۷٪ درصد شرکت‌کنندگان در پژوهش دیپلم (۳۸ نفر)، ۵۹/۸٪ کارشناسی (۱۳۴ نفر)، ۲۱٪ کارشناسی ارشد (۴۷ نفر) و ۲/۲٪ آنها دکترا (۵ نفر) بود. یافته‌های حاصل از این مطالعه که با استفاده از روش‌های همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد بررسی قرار گرفته‌اند، در جداول ۱ و ۲ آمده است.

دوستان/همگنان ۰/۸۴۹، عامل هیجانی/عاطفی ۰/۸۳۹، عامل فردیت/فاصله با دیگران ۰/۶۵۷ و عامل معنوی/مذهبی ۰/۸۴۶ به دست آمد.

پرسش‌نامه کیفیت رابطه فرد با خدا (بام‌اول): این پرسش‌نامه با استناد به متون اسلامی (قرآن و سنت) و بر اساس یک الگوی نظری سه بعدی (مثلث ایمان) به بررسی کیفیت رابطه انسان با خدا می‌پردازد. ابزار مذکور که دارای ۶۷ گویه است و به صورت مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است، شامل ۱۵ گویه برای اندازه‌گیری مؤلفه بیم یا ترس از خدا، ۱۵ گویه برای اندازه‌گیری مؤلفه امید یا نیاز به خدا، ۱۶ گویه برای اندازه‌گیری مؤلفه محبت به خدا است. همچنین برای سنجش هر یک از مؤلفه‌های عداوت نسبت به خدا، یأس و تجری نیز هفت ماده در نظر گرفته شده است. مظاهری و همکاران (۱۳۹۰) سه مؤلفه اول را بعد ایمان (ارتباط مطلوب با خدا) و سه مؤلفه دوم را بعد کفر (ارتباط نامطلوب با خدا) نامیده‌اند و نام این پرسش‌نامه نیز از سه مؤلفه بعد ایمان (بیم، امید و محبت - بام-) برگرفته‌اند. همچنین آنها اعتبار این پرسش‌نامه را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ روی نمونه‌ای به حجم ۸۱۰ نفر مورد بررسی قرار دادند. نتایج مطالعه

جدول (۱) ضرایب همبستگی مؤلفه‌های کیفیت رابطه با خدا و احساس تنهایی

متغیرها	بیم	امید	یأس	تجری	عداوت	احساس تنهایی
امید (نیاز به خدا)	۰/۶۶۴**	۱				
محبت	۰/۳۵۳**	۰/۷۱۰**	۱			
یأس	۰/۱۱۳	-۰/۲۷۹**	-۰/۶۱۵**	۱		
تجری	۰/۰۴۱	-۰/۱۷۹**	-۰/۵۰۰**	۰/۵۳۶**	۱	
عداوت	-۰/۰۳۸	-۰/۳۲۳**	-۰/۶۵۰**	۰/۸۰۷**	۰/۶۴۱**	۱
احساس تنهایی	۰/۱۲۲	-۰/۲۲۴**	-۰/۴۷۲**	۰/۵۴۷**	۰/۳۱۷**	۰/۴۵۵**

** p < ۰/۰۱

و محبت به خداوند، احساس تنهایی افزایش می‌یابد ($p < 0/01$). همچنین رابطه میان احساس تنهایی با هر یک از مؤلفه‌های یأس ($r^2 = 0/547$)، تجری ($r^2 = 0/317$) و عداوت ($r^2 = 0/455$) (ابعاد نامطلوب ارتباط با خدا) نیز یک رابطه مثبت و معنادار بود که نشان می‌دهد هر چه نمرات فرد در این مؤلفه‌ها افزایش یابد، احساس تنهایی او نیز افزایش خواهد یافت ($p < 0/01$).

پیش از انجام تحلیل رگرسیون چندگانه، همگنی واریانس نمره‌های احساس تنهایی در دختران و پسران مورد بررسی قرار گرفت و از آنجا که این نمره‌ها در هر دو جنس همگن بود ($p = 0/501$)، نتایج در جدول ۲ مبتنی بر هر دو جنس ارائه شد.

پیش از آن که تأثیر کیفیت ارتباط با خدا بر مؤلفه‌های احساس تنهایی مورد ارزیابی قرار گیرد، لازم بود که در گام اول، ارتباط و همبستگی ابعاد این دو متغیر بررسی شود تا مشخص شود که به طور کلی ارتباط میان ابعاد ارتباط با خدا و احساس تنهایی چگونه است. جدول ۱ هم‌سو با فرضیه پژوهش، بیان‌گر همبستگی معنادار میان مؤلفه‌های دو متغیر کیفیت رابطه با خدا و احساس تنهایی است. نتایج این جدول نشان می‌دهد که میان هر یک از دو مؤلفه امید و محبت (ابعاد مطلوب ارتباط با خدا) با احساس تنهایی ارتباط منفی معناداری برقرار بود (به ترتیب $r = -0/224$ و $r = -0/472$)، به طوری که با کاهش نمره‌های هر یک از دو مؤلفه امید

جدول (۲) تحلیل رگرسیون چندگانه جهت پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس ابعاد کیفیت رابطه با خدا

متغیر پیش‌بین	R	R ²	F	درجه آزادی	β	T
مقدار ثابت					-	-
بیم	0/606	0/367	20/358**	211	0/262	3/218**
امید					-0/093	-0/911
محبت					-0/326	-3/015**
یأس					0/331	3/214**
تجری					-0/042	-0/588
عداوت					-0/018	-0/171

$p = 0/001$ **

مؤلفه یک متغیر بازدارنده است که به دلیل هم‌پوشی با سایر مؤلفه‌ها، همبستگی معناداری را با احساس تنهایی نشان نداده است، اما در تحلیل رگرسیون و با کنار رفتن هم‌پوشی‌ها و کاهش واریانس ناروا، به عنوان یک پیش‌بین معنادار برای احساس تنهایی مشخص شده است (هومن، ۱۳۸۵).

بنابراین فرضیه پژوهش در زمینه برخی مؤلفه‌های ارتباط با خدا مورد تأیید قرار می‌گیرد نه در ارتباط با تمام آنها. به بیان دیگر، از میان ابعاد رابطه مطلوب با خدا مؤلفه بیم، پیش‌بین مثبت ($\beta = 0/26$) و مؤلفه

اطلاعات حاصل از جدول ۲ نشان می‌دهد که مدل کلی (پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس کیفیت ارتباط با خدا) معنادار است. به علاوه یافته‌های این جدول بیان‌گر آن است که مؤلفه یأس در بعد کفر و مؤلفه‌های بیم و محبت در بعد ایمان سهمی اختصاصی در پیش‌بین احساس تنهایی دارند. میزان R^2 نشان می‌دهد که به طور کلی ۳۶/۷٪ از احساس تنهایی توسط این سه مؤلفه پیش‌بینی می‌شود ($P = 0/001$).

علاوه بر این با توجه به نتایج ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون درباره مؤلفه بیم باید گفت که این

واریانس ناروا، به عنوان یک پیش‌بین معنادار مشخص شده‌است (هومن، ۱۳۸۵).

به‌طور کلی نتایج نشان می‌دهد که مطابق با یافته‌های پژوهش‌های پیشین (به‌طور مثال شواب و پترسون، ۱۹۹۰؛ پترسون، ۲۰۰۰؛ روات و کیرک پاتریک، ۲۰۰۲ و برادشاو و همکاران، ۲۰۱۰)، هرچه فرد نسبت به خداوند محبت بیشتری داشته باشد و احساس امنیت و حمایت شدن از جانب او را داشته باشد، احساس تنهایی نیز در او کمتر خواهد بود و هرچه چهره ناایمن‌تری از خدا در ذهن داشته باشد و نسبت به او بیمناک باشد، بیشتر احساس تنهایی خواهد کرد. در حقیقت با وجود آن که بیم نسبت به خداوند، یکی از مؤلفه‌های ارتباط مطلوب با خداست، اما در هر صورت بیان‌گر ترسی است که فرد در رابطه با خدا احساس می‌کند و می‌توان آن را معادل با یک سبک دلبستگی ناایمن و اضطرابی نسبت به خدا تلقی کرد که می‌تواند به افزایش احساس تنهایی فرد منجر شود. چرا که در صورت وجود چنین رابطه‌ای، فرد به حمایت و یاری‌رسانی خداوند در مشکلات مطمئن نیست و نمی‌تواند در سختی‌ها و مواقع استرس‌زا حضور پر مهر او را در کنار خود احساس کند و آرامش یابد. این موضوع با یافته‌های برادشاو و همکاران (۲۰۱۰) و روات و کیرک پاتریک (۲۰۰۲) هم‌سو است. در متون دینی اسلام نیز، مؤمنان به داشتن حالتی میان خوف و رجاء توصیه می‌شوند تا نه در انجام معصیت جری و نه از رحمت الهی ناامید شوند. در این باره امام صادق (ع) می‌فرماید: "به خداوند امیدوار باش، امیدی که تو را بر انجام معصیتش جرأت نبخشد و از خداوند بیم داشته باش، بیمی که تو را از رحمتش ناامید نگرداند" (حرّ عاملی، ۱۳۸۰). بنابراین شاید بتوان گفت، بیمی که منجر به ناامیدی فرد از رحمت و بخشش خداوند شود و در آن نشانه‌هایی از محبت به

محبت پیش‌بین منفی ($\beta = -0/32$) و معنادار احساس تنهایی بودند و از میان ابعاد رابطه نامطلوب با خدا نیز تنها مؤلفه یأس پیش‌بین مثبت و معنادار ($\beta = -0/33$) احساس تنهایی بود و سایر مؤلفه‌های امید (در بعد ارتباط مطلوب) و تجری و عداوت (در بعد ارتباط نامطلوب) نقش معناداری در پیش‌بینی میزان احساس تنهایی نداشتند.

بحث

نتایج پژوهش حاکی از آن است که در بعد ارتباط مطلوب با خدا، دو مؤلفه بیم و محبت می‌توانند به‌طور معناداری احساس تنهایی را پیش‌بینی نمایند. همان‌طور که در بخش یافته‌ها بیان شد، با اینکه مؤلفه بیم همبستگی معناداری را با متغیر احساس تنهایی نشان نداد، در تحلیل رگرسیون با کنار رفتن واریانس‌های ناروا، به عنوان یک پیش‌بین معنادار مشخص شد. در مقابل مؤلفه امید که همبستگی معناداری را با این متغیر نشان داده‌بود، به عنوان یک پیش‌بین معنادار برای احساس تنهایی به دست نیامد. در حقیقت مؤلفه امید با وجود مؤلفه بیم و به دلیل هم‌پوشی آن با این مؤلفه ($r = 0/66$)، اطلاعاتی بیش از آنچه که مؤلفه بیم ارائه می‌دهد، ارائه نمی‌دهد و در کنار این مؤلفه یک پیش‌بین معنادار محسوب نمی‌شود. به بیان دیگر می‌توان گفت که هرچند مؤلفه بیم در رابطه عمومی میان بعد ایمان و احساس تنهایی نقشی ندارد (بر اساس عدم معناداری ضریب همبستگی)، اما می‌توان آن را یک متغیر بازدارنده دانست که در کنار سایر مؤلفه‌های بعد ایمان و هم‌پوشی با آنها، رابطه معناداری را با احساس تنهایی نشان نداده است و در تحلیل رگرسیون، با کنار رفتن ناخالصی‌ها و هم‌پوشی‌ها و کاهش

خدا و امید به او وجود نداشته باشد، موجب افزایش احساس تنهایی خواهد شد.

در مقابل، محبت به خدا موجب کاهش احساس تنهایی شده است. به عبارت دیگر، مطابق با یافته‌های لو و سیم (۲۰۰۳؛ نقل از زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱) و کرک پاتریک و شاور (۱۹۹۲)، هرچه فرد احساس صمیمیت و نزدیکی بیشتری را نسبت به خدا داشته باشد و بر این باور باشد که خداوند بندگان خود را دوست دارد و آنها را مورد عنایت و رحمت خویش قرار می‌دهد و در سختی‌ها به آنها یاری می‌رساند، احساس آرامش بیشتری دارد و هیجان‌ات منفی مانند احساس تنهایی در او کاهش خواهد یافت. از سویی دیگر محبت به خدا و داشتن یک رابطه ایمن با او سبب شکل‌گیری رفتارهای دلبستگی مآبانه مانند در جست‌وجوی دیگران بر آمدن و نزدیک شدن به آنها می‌شود (زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱) که این نیز به نوبه خود می‌تواند احساس تنهایی را در ابعاد مختلف آن کاهش دهد؛ چرا که یکی از جلوه‌های محبت به خدا، داشتن الفت و دوستی با خلق او است.

در بعد ارتباط نامطلوب با خدا نیز یافته‌ها نشان داد که مهمترین مؤلفه برای تبیین احساس تنهایی، مؤلفه یأس است که احساس تنهایی را به طور مثبتی پیش‌بینی می‌کند. به بیان دیگر، یأس را می‌توان جلوه‌ای از یک دلبستگی نایمن و اجتنابی نسبت به خدا دانست، به طوری که در چنین حالتی فرد خود را از رحمت الهی دور می‌بیند و هیچ امیدی به یاری خداوند در مشکلات زندگی ندارد و این موجب می‌شود که در رابطه با سایر افراد و مواجهه با مشکل در دیگر زمینه‌ها نیز خود را تنها و بی‌پناه ببیند. این موضوع با نتایج پژوهش‌های بک و مکدونالد (۲۰۰۴) و روات و کرک پاتریک (۲۰۰۲) مطابقت می‌کند. در حقیقت همانطور که این

پژوهشگران بیان می‌کنند، دلبستگی نایمن و اجتنابی نسبت به خدا مشکلاتی را در سازگاری و بهزیستی روانی فرد ایجاد می‌کند که یکی از آنها می‌تواند افزایش احساس تنهایی در فرد باشد. این موضوع یادآور این سخن امام علی (ع) است که "بالاترین گناه، یأس و ناامیدی از رحمت الهی است" (ری شهری، ۱۳۷۷). چرا که وقتی فرد از لطف و رحمت خالق توانا و مهربان خویش ناامید باشد، هیچ امیدی به آرزویش و دستگیری او از خویش نخواهد داشت و تمام راه‌های رسیدن به او را در برابر خود بسته و مسدود می‌پندارد. چنین فردی چگونه می‌تواند به محبت و یاری رسانی مخلوقات (اطرافیان خویش) مطمئن باشد و در کنار آنها به آرامش دست یابد و یا در مواقع مختلف زندگی به حضور و همراهی آنها مطمئن باشد؟! به این ترتیب، با توجه به نتایج مطالعه حاضر و با در نظر گرفتن روند افزایشی احساس تنهایی در جوانان، به نظر می‌رسد یکی از راه‌هایی که می‌تواند به خوبی، این احساس ناخوشایند را در جوانان و سایر افراد کاهش دهد، برقراری یک رابطه محبت آمیز و ایمن با خدا و سایر موضوعات دینی و معنوی است، چرا که چنین رابطه‌ای از یک سو با تغییر در نگرش‌های فرد به او کمک می‌کند تا در سختی‌ها و مشکلات زندگی، خود را در پناه امن الهی احساس کند و آسیب کمتری، حداقل به لحاظ روحی، ببیند و از سوی دیگر با برقراری پیوندهای جدید اجتماعی (به تبع قرار گرفتن در گروه‌های دینی) و ایجاد یک رابطه مثبت با دیگران (با توجه به دستورات الهی و آموزه‌های دینی) احساس فردیت و تنهایی در فرد کاهش می‌یابد و احساس نزدیکی بیشتری را با اطرافیان خود ادراک می‌کند. شاید از این رو است که امام صادق (ع) می‌فرماید

مراکز خرید، به نمونه معرف تری از جامعه دسترسی پیدا کرد. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود که در مطالعات بعدی میزان اعتقاد افراد به خدا و یا پایبندی آنها به دین نیز سنجیده شود تا بر این اساس، نتایج با ظرافت بیشتری تبیین شوند.

منابع

- اعظم‌زاده، م. و توکلی، ع. (۱۳۸۶). فرد گرایی، جمع‌گرایی و دینداری. *فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات*، ۳ (۹)، ۱۰۱-۱۲۵.
- بهروان، ح. و علیزاده، ا. (۱۳۸۷). بررسی فرد گرایی و عوامل مؤثر بر آن در بین دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. *مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد*، ۲، ۲۶-۱.
- حرّ عاملی، م. (۱۳۸۰). *جهاد النفس وسائل الشیعه* (چاپ اول). ترجمه ع. افراسیابی. قم: نهانندی.
- دلاور، ع. (۱۳۸۸). *روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی*. تهران: ویرایش.
- رحیم‌زاده، س. (۱۳۹۰). *ساختار عاملی و مدل برای احساس تنهایی در دانشجویان*. پایان‌نامه دکتری، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی.
- زاهد بابلان، ع.، رضایی جمالویی، ح. و حرفتی سبحانی، ر. (۱۳۹۱). رابطه دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۳ (۴۹)، ۷۵-۸۵.
- فیض کاشانی، م. (۱۳۸۴). *المحجّه البیضاء فی تهذیب الأحياء*. قم: مؤسسه المحبین.

که "حب خداوند برتر از ترس از اوست" (کلینی، ۱۳۸۸؛ ج. ۱، ص. ۱۲۹).

همچنین با تلاش برای بالا بردن معرفت افراد و خصوصاً جوانان نسبت به خداوند، می‌توان محبت آنها را نسبت به خدا افزایش داد؛ چرا که در روایات و احادیث نیز آمده‌است که هر کس خدا را بشناسد، او را دوست خواهد داشت^۱. همچنین از پیامبر اکرم (ص) نقل است که فرمودند: "خداوند به حضرت داود (ع) وحی فرمود که مرا دوست بدار و مرا محبوب خلق ساز. حضرت داود عرض کرد: چگونه تو را محبوب خلق سازم؟ خداوند فرمود: به نزد آنان مرا به نیکی یاد کن و نعمت‌ها و احسان‌هایی را که من به آنها نمودم به آنها یادآوری کن" (فیض کاشانی، ۱۳۸۴؛ ج. ۷، ص. ۲۵۴).

از جمله محدودیت‌های مطالعه حاضر نیز می‌توان به کم بودن شرکت‌کنندگان پسر، در مقایسه با دختران، اشاره کرد. هرچند که تفاوت‌های جنسی در این پژوهش معنادار نبود، اما چنان‌چه که تعداد آزمودنی‌های پسر بیشتر بود، ممکن بود که تفاوتی میان دو جنس مشاهده شود. همچنین شیوه نمونه‌گیری در دسترس نیز یکی دیگر از محدودیت‌های این مطالعه به شمار می‌رود که امکان تعمیم‌دهی نتایج را به سایر گروه‌های جامعه محدود می‌نماید. به علاوه، با وجود آن که تلاش پژوهشگران در این پژوهش، دسترسی به گروه‌های مختلف و عموم جوانان شهر تهران بود، اما بیشتر افراد نمونه در این پژوهش را جوانان تحصیل کرده (جوانان دانشجوی و حاضر در محیط کتابخانه‌ها) تشکیل داده‌اند که می‌تواند نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار داده باشد. بنابراین می‌توان در مطالعات بعدی، با مراجعه به اماکنی مانند مساجد و یا

۱ امام حسن (ع): من أعرف الله أحبه. تنبیه الخواطر، ج. ۱، ص. ۵۲.

- for emotional and social loneliness: Tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European Journal of Ageing*, 7 (2), 121-130.
- Elhageen, A. (2004). *Effect of interaction between parental treatment style and peer relations in classroom on the feeling of loneliness among deaf children in Egyptian schools*. PhD Dissertation, Egypt University.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40, 218-227.
- Johnson, H. D., Lavoie, J. C., Spenceri, M. C., & Mahoney-Wernli, M. A. (2001). Peer conflict avoidance: Associations with loneliness, social anxiety, and social avoidance. *Psychological Reports*, 88 (1), 227-235.
- Kidd, S. A. (2004). The walls were closing in, and we were trapped: A qualitative analysis of street youth suicide. *Youth Society*, 36 (1), 30-55.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18 (3), 266-275.
- Nangle, D. W., Erdley, C. A., Newman, J. E., Mason, C. A., & Carpenter, E. M. (2003). Popularity, friendship quantity, and friendship quality: Interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 32 (4), 546-555.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). *Loneliness, spiritual well-being, and the quality of life*. In L. A. Peplau & Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley Interscience. Retrieved August, 2013, from <http://www.books.google.com>.
- Pargament, K. I., Ensing, D. S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Van Haitsma, K., & Warren, R. (1990). God help me (I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events. *American Journal of Community Psychology*, 18 (6), 793-824.
- قابضی، ف. (۱۳۹۲). تأثیر زیارت بر ابعاد مثبت و منفی احساس تنهایی دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی.
- کلینی، م. (۱۳۸۸). *فروع کافی*. ویرایش م. ح. رحیمیان. قم: قدس.
- محمدی ری شهری، م. (۱۳۷۷). *میزان الحکمه*. ترجمه ح. ر. شیخی. قم: دارالحديث.
- مظاهری، م.، پسندیده، ع. و صادقی، م. (۱۳۹۰). *مثلث ایمان: الگوی ابعادی رابطه انسان با خدا*. قم: دارالحديث.
- معیدفر، س. و صبوری خسروشاهی، ح. (۱۳۸۹). بررسی میزان فردگرایی فرزندان در خانواده. *پژوهش نامه علوم اجتماعی*، ۴، ۹۳-۱۱۰.
- ابن ابی فراس، و. (۱۴۱۰ هـ ق). *تنبيه الخواطر ونزهة النواظر، مجموعه ورام: نرم افزار جامع الأحادیث نور (۳)*، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی، قم: مکتبه فقیه.
- هومن، ح. (۱۳۸۵). *تحلیل داده های چند متغیری در پژوهش رفتاری (چاپ دوم)*. تهران: پیک فرهنگ.
- Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Academic expectations stress inventory: Development, factor analysis, reliability, and validity. *Educational and Psychological Measurement*, 66 (3), 522-539.
- Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to God: The attachment to God inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of Psychology and Theology*, 32 (2), 92-103.
- Brdshaw, M., Ellison, C. G., & Marcum, G. P. (2010). Attachment to God, images of God, and psychological distress in a nationwide sample of Presbyterians. *International Journal for the Psychology of Religion*, 20 (2), 130 - 147.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. (2010). The De Jong Gierveld short scales

- Schwab, R., & Peterson, K. (1990). Religiousness: It's relation to loneliness, neuroticism and subjective well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29 (3), 335-345.
- Wilson, R. S., Krueger, K. R., Arnold, S. E., Schneider, J.A., Kelly, J. F., Barnes, L., Tang, Y., & Bennett, D. A. (2007). Loneliness and risk of Alzheimer disease. *Arch Gen Psychiatry*, 64 (2), 234-240.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *Journal of American Psychologist*, 55 (1), 44-55.
- Rokach, A., & Venegas, G. (2012). Can religiosity affect how we cope with loneliness? *European Psychiatry*, 27 (1).
- Rowatt, W. C., & Kirkpatrick, L. A. (2002). Two dimensions of attachment to God and their relation to affect, religiosity, and personality constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41 (4), 637-651.

