

The Mediating Role of Mediator of Self-compassion in the Relationship between Psychological Vulnerability and Attachment to God in Female Students Studying at in Karaj Islamic Azad University in 2016

Maryam BagheriPanah¹ , Matin Golafruz² , Hengameh Boloorsaz-Mashhadi^{3*} ,
 Maryam Moayedimehr⁴ , Maryam Khoroshi⁵ 

1- Department of Clinical Psychology, Islamic Azad University, Kish International, Kish Iran.

2- Department of Clinical Psychology, Islamic Azad University, Sanandaj Branch, Sanandaj, Iran.

3- Department of Educational Sciences, University of Payam-e Noor, Garmsar Center, Garmsar, Iran.

4- Student of General Psychology, Islamic Azad University, UAE Branch, Iran.

5- Department of Family Counseling, Islamic Azad University, Quchan Branch, Quchan, Iran.

*Correspondence should be addressed to Ms. Hengameh Boloorsaz-Mashhadi; Email: Boloorsaz@se.pnu.ac.ir

Article Info

Received: Jan 22, 2019

Received in revised form:

Apr 4, 2019

Accepted: May 14, 2019

Available Online: Mar 20, 2020

Keywords:

Attachment to God

Girl

Psychological vulnerability

Self-compassion

Student



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.22202>

Abstract

Background and Objective: Psychological distress is one of the most common problems that students experience. The purpose of this study was to investigate the role of mediator of self-interest compassion in the relationship between psychological vulnerability and attachment to God.

Methods: The present study is descriptive and correlational. The statistical population of the study included all female students studying at in Karaj Islamic Azad University in 1395. Using simple random sampling method, 280 people were calculated selected to participate in the study. The research related data were collected by using self-compassion questionnaire, short form of depression, anxiety and stress questionnaire, and attachment to God questionnaire. To analyze the data, descriptive statistics, Pearson correlation coefficient and regression and The Baron and Kenny method was used to test the intermediate mediating effects. In this study, all the ethical considerations have been observed and no conflict of interest was reported by the authors.

Results: The results showed that there was a significant relationship between attachment to God with and self-compassion ($P < 0.05$, $r = 0.61$) and psychological vulnerability ($P < 0.05$, $r = -0.60$). Also, attachment to God could explain 52 percent of the changes in psychological vulnerability alone, but self-compassion and attachment to God can explained 61 percent of the changes in psychological vulnerability.

Conclusion: The results of this research emphasize the need to recognize the role of self-compassion and attachment to God in the reducing student's psychological vulnerability.

Please cite this article as: BagheriPanah M, Golafruz M, Boloorsaz-Mashhadi H, Moayedimehr M, Khoroshi M. The Mediating Role of Mediator of Self-compassion in the Relationship between Psychological Vulnerability and Attachment to God in Female Students Studying at in Karaj Islamic Azad University in 2016. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):74-86. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.22202>

Summary

Background and Objective

In every society, students are considered to be the most important spiritual and human forces (1). Students are very vulnerable due to being away from their family and academic and economic pressures (2). When a person becomes ill or is in difficult situations, self-compassion can be raised. Neff has proposed the concept of self-compassion in the framework of self-

sufficiency (3). Self-compassion is a loving and receptive response to its unfavorable dimensions of self and one's life, and includes self-kindness versus self-judgment, common humanity versus isolation, and mindfulness versus over-identification (3).

Self-compassion prevents a person from developing a mental illness and increases positive emotions (3). Self-compassion will satisfy the basic human needs in life. Research results have shown that there is a relationship between mental illness and attachment style and attachment to God. Among these variables

are the variables that have a mediating role. Psychological problems have several reasons. Self-compassion can play a mediating role in psychological problems (4).

Damage means the likelihood of a maladaptive response in certain situations (5). The vulnerability of biological, cognitive, emotional and social components is called Vulnerability Markers. One of the vulnerability models is the Diathesis-stress model. Vulnerability to disease refers to the inherent readiness for getting a disease. Regarding this model, people's inability to adapt to the causes of stress increases their overall vulnerability (6).

Research results have shown that self-compassion is related to anxiety and low depression (6). Self-compassion activates the self-soothing system and, thus, reduces mental problems (7-9). Therefore, psychological disorders are created when a person is unable to deal with problems (10, 11). Kirkpatrick believes that the concept of childhood attachment can turn into an attachment to God in adulthood, and research shows that compassion itself is affected by attachment to God (12-14). There is also a difference between women and men in this respect (15-17). The importance of the present research lies in addressing the psychological state of students.

Methods

Compliance with ethical guidelines: At the implementation stage of the study, the researcher, first, introduced himself to the students, and after thorough explanation of the purpose of the study as well as the scales, they were asked to read each question carefully and choose the most appropriate answer. It was also emphasized that the scales were anonymous and that their information would remain confidential, the results would be published anonymously and they could withdraw from the study at any time.

This study is descriptive and correlational. The statistical population included all female students of Islamic Azad University of Karaj Branch. Two hundred and eighty participants were selected by simple random sampling and responded to Self-Compassion Scale, Depression Anxiety Stress Scales and Appeal Style to God (10, 18-20).

In this study, attachment to God was an exogenous variable, psychological vulnerability was the endogenous variable and self-compassion was the mediating variable.

Results

Demographic data showed that the mean (and standard deviation) age of the participants (in years) (and standard deviation) was 25.73 (and 8/16). Sixty four (23%) reported psychological illness in their family history. One hundred and fifteen (42%) were married and 165 (58%) were single. The results showed that the mean (\pm standard deviation) related to self-esteem in female students was 37.86 (\pm 4.58) and in psychological vulnerability, 11.74 (\pm 3.44) and in attachment to God, it was 29.46 (\pm 4.20). Also, the results showed that the correlation coefficients ranged from -0.560 to -0.614.

Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat
(i.e., Research on Religion & Health)

and were significant in all cases at the level ($P < 0.05$). The relationship of attachment to God with the two variables of self-compassion and psychological vulnerability in the participants was 0.61 and -0.66, respectively. The results showed that there was a direct correlation between attachment to God and self-esteem, but a reverse correlation between attachment to God and psychological vulnerability in the female students. The correlation between attachment to God and psychological vulnerability ($F = 57.431$) was significant ($P < 0.005$) and this variable explained 52% of the variance in psychological vulnerability. Considering the standard coefficients derived from regression analysis (beta coefficients), it can be stated that the variable of attachment to God plays an important role in predicting psychological vulnerability and self-compassion has a mediating role in this regard.

Conclusion

In line with the findings of previous studies (5, 16, 21, 22), the results of the present study showed that there was a negative and significant correlation between psychological vulnerability and self-compassion in female students. It can be stated that self-compassion is a form of emotion regulation that transforms the feeling of loneliness and isolation into a sense of kindness and a common human concept and prevents psychological problems by increasing motivation in the students (23, 24).

In line with the results of previous studies (17, 24-27), the results of this study showed that there was a positive correlation between attachment to God and self-compassion in the female students; self-compassion as a mediator can explain the relationship between attachment to God and psychological vulnerability. Beck believes that those who are more interested in God are less likely to experience tension and depression and tend to be healthier (26). The present study was constrained by certain limitations. One of the limitations was concerned with the use of questionnaire. It is suggested that both girls and boys be investigated in future studies.

Acknowledgements

The researchers would like to sincerely thank the dear participants for their contribution to our study as well as the university officials who assisted us in the research.

Ethical considerations

The Ethics Committee in Biomedical Research of Shahid Beheshti University of Medical Sciences has confirmed this research.

Funding

According to the authors, this research did not receive any specific grants from any funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Conflict of interest

The authors declared no conflict of interest.

Authors' contributions

Research Methodology and Abstract: First and Second Authors; Article Format: Third Author; Proposal and Idea of Article Writing, Problem Statement, and Statistical Analysis: Fourth Author and Writing the Discussion and Conclusion Sections: Fifth author.

References

1. McLennan JD. Video-conferencing Telehealth Linkage attempts to Schools to Facilitate Mental Health Consultation. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2018;27(2):137.
2. Voth Schrag RJ, Edmond TE. Intimate partner violence, trauma, and mental health need among female community college students. *Journal of American college health*. 2018;66(7):702-11.
3. Neff KD, Kirkpatrick KL, Rude SS. Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*. 2007;41(1):139-54.
4. Salehi S. The Relation between Self-compassion with Intensity, Catastrophizing, and Self-efficacy of Pain and affect in Women with Musculoskeletal Pain. *Anesthesiology and Pain*. 2018;8(2):72-83. (Full Text in Persian)
5. Homan KJ. A mediation model linking attachment to God, self-compassion, and mental health. *Mental Health, Religion & Culture*. 2014;17(10):977-89.
6. Garnezy N. Stressors of childhood. In N. Garnezy & M. Rutter (Eds.), *Stress, coping, and development in children* (pp. 43-84). New York: McGraw-Hill. 1983.
7. Joeng JR, Turner SL, Kim EY, Choi SA, Lee YJ, Kim JK. Insecure attachment and emotional distress: Fear of self-compassion and self-compassion as mediators. *Personality and Individual Differences*. 2017;112:6-11.
8. Zessin U, Dickhäuser O, Garbade S. The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2015;7(3):340-64.
9. Kemper KJ, Mo X, Khayat R. Are mindfulness and self-compassion associated with sleep and resilience in health professionals? *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2015;21(8):496-503.
10. Ganji H. *Mental Health*. Tehran: Arashbaran publishing house; 2015. (Full Text in Persian)
11. Rostami M, Abdi M, Heidari H. Correlation of Childhood Maltreatment, Self-Compassion and Mental Health in Married People. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2014;16(61):73-61. (Full Text in Persian)
12. Kirkpatrick LA. Attachment and religious representations and behavior.
13. Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E, Wall SN. *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*: Psychology Press; 1978.
14. Refahi Z, Bahmani B, Nayeri A, Nayeri R. The relationship between attachment to God and identity styles with Psychological well-being in married teachers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2015;174:1922-7.
15. Nayeri A, Refahi Z, Bahmani B. Comparing attachment to god and identity styles and psychological well-being in married teachers: With regard to demographic factors. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2014;152:58-64. (Full Text in Persian)
16. Salazar LR. Exploring the relationship between compassion, closeness, trust, and social support in same-sex friendships. *The Journal of Happiness & Well-Being*. 2015;3(1):15-29.
17. Zahed-Babelan A, Rezaei Jamaloei H, Sobhani-Herfati R. An investigation of the relationship between attachment to God and resilience with meaningful life among students. *Knowledge and Research in Applied Psychology*. 2012;13(49):75-85.
18. Knofczynski GT, Mundfrom D. Sample sizes when using multiple linear regression for prediction. *Educational and psychological measurement*. 2008;68(3):431-42.
19. Sahebi A, Asghari MJ, Salari R. Validation of depression anxiety and stress scale (DASS-21) for an Iranian population. 2005. (Full Text in Persian)
20. Oliaei Z, Samani S, Fani H. Investigating the Validity and Reliability of Attachment Scale to God. *Journal Management System*. 2012;2(1):65-81. (Full Text in Persian)
21. Cheraghian H, Faskhodi BZ, Heidari N, Sharifi PY. Self-compassion as a relationship moderator between academic burnout and mental health in students. *International Journal Academic Research in Progressive Education and Development*. 2016;5(2):128-38. (Full Text in Persian)
22. Saeedi Z, Ghorbani N, Sarafranz MR, Sharifian MH. The Relationship between Self-Compassion, Self-esteem and regulation of self-conscious emotions. *Research on Psychological Health*, 6(3). 2012;6:1-9. (Full Text in Persian)
23. Rajabi G, Maghami E. Self-compassion as mediator between attachment dimensions with mental well-being: a path analysis model. *Health Psychol*. 2015;4(4):83-100. (Full Text in Persian)
24. Shabani R, Mahmodi G, Ghobari-Banab B, Emami Pour S, Sepahmansor M. PishBini-ye Behzisti-ye Ravanshenakhti bar Asas-e Sabkhaye Delbastegi va Shafeghat be Khod dar Madaran-e DaneshAmoozan-e Dowre-ye Ebtedaei-ye Shahr-e Oroomiyeh. *Zan va Motaleat Khanevadeh*. 2015;8(27):73-94. (Full Text in Persian)
25. Raque-Bogdan TL, Ericson SK, Jackson J, Martin HM, Bryan NA. Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*. 2011;58(2):272.
26. Beck R. God as a secure base: Attachment to God and theological exploration. *Journal of Psychology and Theology*. 2006;34(2):125-32.
27. Bradshaw M, Ellison CG, Marcum JP. Attachment to God, images of God, and psychological distress in a nationwide sample of Presbyterians. *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2010;20(2):130-47.

دراسة دور الوسيط للتعاطف الذاتي في العلاقة بين الضعف النفسي والتعلق بالله لدى طالبات جامعة آزاد الإسلامية فرع كرج عام ٢٠١٦

مريم باقري بناه^١، متين كل افروز^٢، هنگامه بلورساز مشهدي^٣، مريم مؤيدي مهر^٤، مريم خروشي^٥

١- قسم علم النفس، جامعة آزاد الإسلامية، فرع كيش الدولي، مدينة كيش، إيران.

٢- قسم علم النفس، جامعة آزاد الإسلامية، فرع سنندج، مدينة سنندج، إيران.

٣- قسم العلوم التربوية، جامعة بيام نور، فرع كرمنشاه، كرمنشاه، إيران.

٤- قسم علم النفس العام، جامعة آزاد الإسلامية، فرع الإمارات العربية المتحدة، إيران.

٥- قسم التوجيه والإرشاد، جامعة آزاد الإسلامية، فرع قوتشاه، مدينة قوتشاه، إيران.

* المراسلات الموجهة إلى السيدة هنگامه بلورساز مشهدي؛ البريد الإلكتروني: Boloorsaz@se.pnu.ac.ir

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: إن الإنزعاجات النفسية تعد من أكثر المشاكل شيوعاً التي يواجهها معظم الطلاب. الغرض من هذا البحث، دراسة دور الوسيط للتعاطف الذاتي في العلاقة بين الضعف النفسي والتعلق بالله لدى الطلاب الجامعيين.

منهجية البحث: لقد أجريت الدراسة الوصفية هذه بطريقة ترابطية واشتمل المجتمع الإحصائي كافة الطالبات اللواتي يدرسن حالياً في جامعة آزاد الإسلامية فرع كرج عام ٢٠١٦ حيث تم اختيار ٢٨٠ طالبة بطريقة أخذ عينات عشوائية بسيطة. تم تجمع البيانات باستخدام مقاييس التعاطف الذاتي، استمارة قصيرة عن مقياس الإكتئاب والقلق والاضطراب والتعلق بالله. لقد استخدمت الإحصاءات الوصفية، معامل ارتباط بيرسون والإحذار وذلك من أجل تحليل البيانات وتجزئتها؛ كما تم استخدام طريقة "بارون" و"كيني" لإختبار التأثيرات الوسيطة. تمت مراعاة جميع الموارد الأخلاقية في هذا البحث وإضافة إلى هذا فإن مولفي البحث لم يشيروا إلى أي تضارب في المصالح.

الكشوفات: أظهرت النتائج أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين التعلق بالله والتعاطف مع النفس ($I=0.61$ و $P<0.05$) والضعف النفسي. كما أن التعلق بالله كان وحده قادراً على تفسير ٥٢٪ من التغيرات في الضعف النفسي، بيد أن التعاطف الذاتي والتعلق بالله كانا قادرين معاً على تفسير ٦١٪ من التغيرات في الضعف النفسي.

الاستنتاج: تؤكد نتائج هذا البحث على ضرورة إعادة معرفة دور التعاطف الذاتي والتعلق بالله في الضعف النفسي لدى الطلبة الجامعية.

معلومات المادة

الوصول: ١٥ جمادى الأولى ١٤٤٠

وصول النص النهائي: ٢٨ رجب ١٤٤٠

القبول: ٨ رمضان ١٤٤٠

النشر الإلكتروني: ٢٥ رجب ١٤٤١

الكلمات الرئيسية:

التعلق بالله

الضعف النفسي

الطالب الجامعي

المتعاطفة مع ذاتها

فتاة

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

BagheriPanah M, Golafriz M, Boloorsaz-Mashhadi H, Moayedimehr M, Khoroshi M. The Mediating Role of Mediator of Self-compassion in the Relationship between Psychological Vulnerability and Attachment to God in Female Students Studying at in Karaj Islamic Azad University in 2016. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):74-86. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.22202>

بررسی نقش میانجی گر شفقت به خود در رابطه بین آسیب پذیری روان شناختی و دلبستگی به خدا در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال ۱۳۹۵

مریم باقری پناه^۱، متین گل افروز^۲، هنگامه بلورساز مشهدی^۳، مریم مؤیدی مهر^۴، مریم خروشی^۵

۱- گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بین الملل کیش، کیش، ایران.

۲- گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سنندج، سنندج، ایران.

۳- گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، مرکز گرمسار، گرمسار، ایران.

۴- گروه روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد امارات، ایران.

۵- گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان، قوچان، ایران.

*مکاتبات خطاب به خانم هنگامه بلورساز مشهدی؛ رایانامه: Boloorsaz@se.pnu.ac.ir

اطلاعات مقاله

دریافت: ۲ بهمن ۱۳۹۷

دریافت متن نهایی: ۱۵ فروردین ۱۳۹۸

پذیرش: ۲۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

نشر الکترونیکی: ۱ فروردین ۱۳۹۹

چکیده

سابقه و هدف: ناراحتی های روان شناختی از جمله مشکلات شایعی هستند که اغلب دانشجویان آن را تجربه می کنند. هدف این پژوهش بررسی نقش میانجی گر شفقت به خود در رابطه بین آسیب پذیری روانی و دلبستگی به خدا در دانشجویان بود.

روش کار: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال ۱۳۹۵ بود که با روش نمونه گیری تصادفی ساده ۲۸۰ نفر برای مطالعه انتخاب شدند. داده های پژوهش با استفاده از مقیاس های شفقت به خود؛ فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس؛ و دلبستگی به خدا جمع آوری شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون؛ و برای آزمودن اثرهای واسطه ای از روش بارون و کینی استفاده شد. در این پژوهش همه موارد اخلاقی رعایت شده است و مؤلفان مقاله تضاد منافی گزارش نکرده اند.

یافته ها: نتایج نشان داد که بین دلبستگی به خدا با شفقت به خود ($r=0/61$) و $P<0/05$ و آسیب پذیری روانی ($r=-0/60$ و $P<0/05$) رابطه معناداری وجود داشت. همچنین، دلبستگی به خدا به تنهایی توان تبیین ۵۲ درصد از تغییرات آسیب پذیری روانی را داشت؛ اما شفقت به خود و دلبستگی به خدا با هم توان تبیین ۶۱ درصد از تغییرات آسیب پذیری روانی را داشتند.

نتیجه گیری: نتایج این پژوهش ضرورت بازشناسی نقش شفقت به خود و دلبستگی به خدا را در آسیب پذیری روانی دانشجویان تأکید می کند.

استناد مقاله به این صورت است:

BagheriPanah M, Golafroz M, Boloorsaz-Mashhadi H, Moayedimehr M, Khoroshi M. The Mediating Role of Mediator of Self-compassion in the Relationship between Psychological Vulnerability and Attachment to God in Female Students Studying at in Karaj Islamic Azad University in 2016. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):74-86. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.22202>

مقدمه

دانشجویان هر جامعه در میان قشرهای مختلف آن، دسترنج معنوی و انسانی؛ و از سرنوشت‌سازان و سازمندان فردای کشور خویش هستند (۱). دانشجویان به دلیل شرایط خاص دانشجویی از جمله دوری از خانواده، وارد شدن به مجموعه‌ای بزرگ و پرتنش، مشکلات اقتصادی و نداشتن درآمد کافی، حجم زیاد دروس و رقابت‌های فشرده مستعد از دست دادن سلامت روانی هستند (۲). این قشر از جمله کسانی هستند که تحت تأثیر شرایط اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی حاکم بر جامعه قرار دارند و در بسیاری از موارد توانایی لازم را برای برخورد با مشکلات و چالش‌ها ندارند و در معرض بسیاری از آسیب‌ها و ناهنجاری‌های اخلاقی و رفتاری قرار می‌گیرند (۱).

زمانی که شرایط زندگی دردناک یا تحمل آن سخت می‌شود، شفقت شامل حال فرد می‌شود. حال آنکه به همان اندازه مناسب است شفقت به خود در موقعیت‌هایی به کار گرفته شود که واقعه ناراحت‌کننده ناشی از شکست‌ها، اعمال نابخردانه یا نواقص فردی است. با وجود آنکه اغلب افراد به گفته خودشان در برخورد با خود، رفتاری خشن‌تر و نامالایم‌تر نسبت به برخورد با دیگران نشان می‌دهند، افرادی که ویژگی «شفقت به خود»^۱ دارند، گزارش می‌کنند که با خود به همان اندازه مهربان هستند که با دیگران چنین‌اند (۳).

شفقت به خود موضعی بامحبت و پذیرا نسبت به ابعاد نامطلوب خود و زندگی خود است و سه مؤلفه اصلی ذیل را در بر دارد: مهربان بودن با خود^۲ در مقابل قضاوت کردن خود^۳، احساسات مشترک انسانی^۴ در مقابل انزوا^۵ و ذهن‌آگاهی^۶ در مقابل همانندسازی افراطی^۷ (۳).

خودشفقت‌گری بر پذیرش خود یا پذیرش تجربه خود در چارچوب مهربانی با خویشتن و با هوشیاری (ذهن‌آگاهی) تأکید دارد (۴، ۵). مهربانی با خود، درک خود به جای قضاوت خود و نوعی حمایت نسبت به کاستی‌ها و بی‌کفایتی‌های خود است. اعتراف به اینکه همه انسان‌ها دارای نقص هستند، اشتباه می‌کنند و درگیر رفتارهای ناسالم می‌شوند؛ ویژگی احساسات مشترک انسانی است (۴). ذهن‌آگاهی در مقابل همانندسازی

^۱) Self-compassion

^۲) Self-kindness

^۳) Self-judgment

^۴) Common humanity

^۵) Isolation

^۶) Mindfulness

^۷) Over-identification

افراطی در شفقت به خود، به آگاهی متعادل و روشن از تجارب زمان حال می‌انجامد و موجب می‌شود جنبه‌های دردناک یک تجربه نادیده گرفته نشود و مکرراً ذهن را اشغال نکند (۵). شفقت به خود علاوه بر اینکه از فرد در مقابل حالات روانی منفی محافظت می‌کند، در تقویت حالات هیجانی مثبت نیز نقش دارد. برای مثال شفقت به خود با احساساتی چون پیوند اجتماعی و رضایت از زندگی (که از مؤلفه‌های زندگی معنی‌دارند) مرتبط است (۳). پاسخ حاکی از شفقت به خود به جای سرزنش کردن خود یا نشخوار کردن درباره بی‌کفایتی ادراک شده شامل تعمیم دادن مهربانی می‌شود. بنابراین، تأثیر تجربه‌های هیجانی منفی از قبیل افسردگی و اضطراب به حداقل می‌رسد (۶).

در ادبیات پژوهش به‌راحتی می‌توان درباره ارتباط آسیب‌های روان‌شناختی با سبک دلبستگی (۷) و بعضاً دلبستگی به خدا بحث کرد (۸) ولی برای ارتباط متقابل بین آنها می‌توان واسطه‌هایی فرض کرد. یافته‌ها در زمینه سبب‌شناسی آسیب‌های روان‌شناختی نشان می‌دهد که این مشکلات چندعاملی؛ و مستلزم تلاش‌هایی بر اساس الگوی زیستی-روانی-اجتماعی-معنوی هستند (۹). با این حال به نظر می‌رسد شفقت به خود جایگاه ویژه‌ای در این مورد داشته باشد؛ چون بسیاری از پژوهش‌ها همسو با هم نشان داده است که شفقت به خود بر شدت علائم در بیماران مزمن طبی و روان‌شناختی و بهبود سریع‌تر آنها مرتبط است (۱۰). دو مفهوم آسیب‌پذیری و آسیب‌ناپذیری همواره برای تجسم بخشیدن به مفهوم رشد آسیب‌های روانی به کار رفته‌اند. مقصود از آسیب‌پذیری احتمال بروز پاسخ ناسازگارانه در موقعیت‌های معین است (۱۱). آسیب‌پذیری از مؤلفه‌های زیستی، شناختی، عاطفی و اجتماعی به نام نشانگرهای آسیب‌پذیری^۸ تشکیل می‌شود. یکی از مدل‌های آسیب‌پذیری، مدل بیماری‌پذیری-استرس^۹ است که مدلی تلفیقی است و عوامل عصبی-زیستی، روان‌شناختی و محیطی را به هم پیوند می‌دهد و بر تعامل بین آمادگی برای بیماری (آسیب‌پذیری) و آشفتگی محیطی (استرس) تأکید می‌کند. بیماری‌پذیری به آمادگی ذاتی برای ابتلا به بیماری اشاره دارد. با توجه به مدل بیماری‌پذیری-استرس، ناتوانی افراد برای سازگاری با موقعیت و عوامل استرس‌زا آسیب‌پذیری کلی فرد را افزایش می‌دهد (۱۲).

^۸) Vulnerability markers

^۹) Diathesis-stress model

در چارچوب نظام‌های دیگر همانند دلبستگی به خدا و وطن ادامه می‌یابد. به اعتقاد وی می‌توان از نظریه دلبستگی برای مطالعه و شناسایی رفتارهای مذهبی و شناخت کیفیت اعتقادات مذهبی نیز استفاده کرد (۲۰، ۲۱). علاوه بر این، آینسورث^۴ چهار ملاک برای تکیه‌گاه دلبستگی برمی‌شمارد که از این میان دو ملاک برای خداوند صدق می‌کند. یکی اینکه وقتی افراد دچار آشفتگی روانی می‌شوند خدا منبع و مبنای امنیت قرار می‌گیرد؛ و دیگر اینکه، خدا منبع حمایت‌کننده و مطمئن برای کشف و جست‌وجو در محیط اطراف است (۲۲). بنابراین، می‌توان خداوند را تکیه‌گاه دلبستگی به حساب آورد، زیرا همان ویژگی‌هایی را که سایر تکیه‌گاه‌های دلبستگی دارند، او نیز دارد. بر این اساس به نظر می‌رسد از دیدگاه روان‌شناسی می‌توان خدا را موضوع دلبستگی در نظر گرفت که به انسان آرامش و ایمنی می‌بخشد و سبب می‌شود بتواند موقعیت‌های مہارنشدنی را در اختیار خود درآورد (۲۳، ۲۴).

نتایج مطالعه سالازار^۵ نشان داده که بین زنان و مردان در میزان شفقت به خود تفاوت وجود دارد. علاوه بر این، بین شفقت به خود با دریافت حمایت اجتماعی بالاتر در بین گروه همسالان نیز رابطه وجود دارد (۲۵). زسین^۶ و همکاران در پژوهشی به بررسی رابطه بین شفقت به خود با سلامت روانی پرداخته‌اند. نتایج نشان داده بین شفقت به خود با نمرات پایین‌تر در اضطراب، افسردگی و کاهش استرس رابطه معناداری وجود دارد (۱۵).

نتایج مطالعه هومن حاکی از آن است که میزان بالای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با افسردگی و اضطراب زیاد و میزان رضایت از زندگی پایین ارتباط دارد و شفقت به خود میانجی این روابط است (با جهت‌گیری معکوس با اضطراب و افسردگی) (۱۱). همچنین، افرادی که دلبستگی نایمن به خدا دارند یا از نپذیرفتن و طرد خدا هراس دارند، در زمینه شفقت نسبت به خود با اشکال روبه‌رو می‌شوند. زاهد بابلان و همکاران نیز نشان داده‌اند که دلبستگی به خدا با معناداری زندگی (۰/۴۸) و تاب‌آوری (۰/۴۰)؛ و معناداری زندگی با تاب‌آوری (۰/۳۹) در دانشجویان همبستگی مثبت معناداری دارد (۲۵).

اهمیت پژوهش حاضر را می‌توان از چند بُعد بررسی کرد: از یک سو ضرورت توجه به شفقت به خود که یکی از سازه‌های اساسی در بحث پیشگیری از آسیب‌های متعدد

بالا بودن شفقت به خود، به مرور زمان ارتقای سلامت روانی را پیش‌بینی می‌کند (۹، ۱۳). یکی از یافته‌های قوی در ادبیات پژوهشی، ارتباط بین شفقت به خود، اضطراب و افسردگی است. نمرات بالاتر در پرسش‌نامه شفقت به خود با اضطراب و افسردگی پایین‌تر مرتبط است (۱۳). شفقت به خود به فعال‌سازی نظام تسکین خود^۱ (که از نظر فیزیولوژیک با مراقبت‌دهی والدینی^۲ مرتبط است) کمک می‌کند و بنابراین، به کاهش احساسات ترس و کناره‌گیری در افراد منجر می‌شود (۳). چندین مطالعه نشان داده است که شفقت به خود، پیشگوی قدرتمندی برای سلامت روانی است (۱۴، ۱۵). مثلاً، شفقت به خود رابطه‌ای منفی با انتقاد از خود، افسردگی، اضطراب، اندیشناکی، سرکوب افکار و تکامل‌گرایی عصبی دارد اما رابطه‌ای مثبت با رضایت از زندگی و پیوند اجتماعی دارد (۱۵).

افرادی که از نظر روانی بهنجارند، کسانی هستند که با خود و محیطشان هماهنگ‌اند (۴). افراد برخوردار از سلامت عاطفی با احساسات و حالات درونی خود در تماس هستند و می‌توانند به وجود آنها اذعان کنند یا آن را بروز دهند (۱۶). سلامت روانی به ما کمک می‌کند تا اهدافمان را ارتقا دهیم و با دیگران با احترام تعامل برقرار کنیم. سلامت روانی تأثیری مثبت بر زندگی ما می‌گذارد و حساسیت ما را نسبت به تنش، اضطراب و برخی از اشکال افسردگی کاهش می‌دهد. بنابراین، شفقت به خود بیشتر به سبب سلامتی خود فرد صورت می‌گیرد (۹). تحمل فشار روانی می‌تواند موجب هیجانات ناگواری مثل افسردگی یا اضطراب شود. به علاوه فشار روانی ممکن است بیماری‌های جسمی خفیف یا شدیدی را هم سبب شود اما واکنش انسان‌ها به وقایع پرفشار به هیچ وجه یکسان نیست. عده‌ای بر اثر این وقایع دچار مشکلات روانی و جسمی جدی می‌شوند درحالی‌که برای عده‌ای دیگر مشکلی پیش نمی‌آید و حتی ممکن است تجارب برایشان جالب و هیجان‌انگیز باشد. به‌طور کلی آسیب‌پذیری روانی وقتی ایجاد می‌شود که افراد با وقایعی روبه‌رو می‌شوند که آنها را تهدیدکننده سلامت روانی یا جسمی خود می‌یابد (۱۷، ۱۸).

شواهد محکمی وجود دارد که دلبستگی ایمن به خدا، شفقت به خود را تسهیل می‌کند (۱۹). کرک پاتریک^۳، یکی از نخستین نظریه‌پردازان در زمینه دلبستگی به خدا، معتقد است دلبستگی به مراقب اولیه در دوران کودکی با گذشت زمان و

^۴ Ainsworth

^۵ Salazar

^۶ Zessin

^۱ Self-soothing system

^۲ Parental caregiving system

^۳ Kirkpatrick

روش کار

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: در مرحله اجرای پژوهش، پژوهشگر ابتدا خود را به دانشجویان معرفی کرد و پس از توضیحات کامل درباره هدف پژوهش و همچنین مقیاس‌ها، از آنان درخواست کرد که هر سؤال را به دقت بخوانند و پاسخی را که مناسب‌تر به نظر می‌رسد، انتخاب کنند. همچنین، تأکید کرد که مقیاس‌ها بی‌نام است و اطلاعات افراد محرمانه باقی خواهد ماند؛ و نتایج پژوهش بدون نام و نشان منتشر می‌شود و هر زمان که مایل باشند، می‌توانند از مطالعه خارج شوند.

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال ۱۳۹۵ به تعداد ۱۲۷۱ نفر بود. تعداد نمونه مورد نیاز در این پژوهش با توجه به مکفی بودن حجم نمونه در طرح‌های همبستگی از نوع رگرسیون چندمتغیره، جدول کرجسی و مورگان^۱ و با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده، ۲۸۰ نفر محاسبه شد (۲۶). تعداد نمونه در این پژوهش با توجه به نسبت تعداد موجود در جامعه آماری انتخاب شده است.

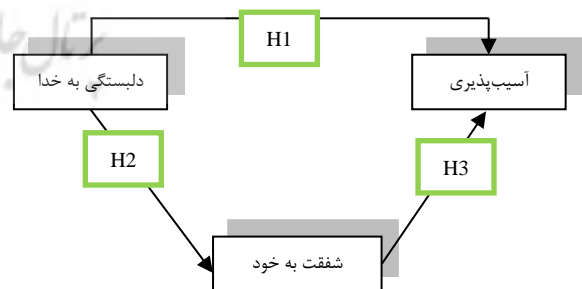
داده‌های پژوهش با استفاده از مقیاس‌های زیر جمع‌آوری شده است:

الف) مقیاس شفقت به خود: نف این مقیاس خودگزارشی را در سال ۲۰۰۳ تدوین کرده و شامل ۲۶ سؤال با ۶ زیرمقیاس مهربانی به خود (سوالات شماره ۵، ۱۲، ۱۹، ۲۳ و ۲۶)، خودداوری (سوالات شماره ۲، ۶، ۲۰ و ۲۴)، انسانیت عمومی (سوالات شماره ۱، ۸، ۱۱، ۱۶ و ۲۱)، انزوا (سوالات شماره ۳، ۷، ۱۰ و ۱۵)، ذهن‌آگاهی (سوالات شماره ۴، ۱۳، ۱۸ و ۲۵) و همدردی بیش از حد (سوالات شماره ۹، ۱۴، ۱۷ و ۲۲) است. نمره‌گذاری مقیاس به صورت طیف لیکرت پنج درجه‌ای از صفر (تقریباً هرگز) تا ۴ (تقریباً همیشه) است. ضریب همسانی درونی این مقیاس ۰/۹۲ و پایایی بازآزمایی آن نیز ۰/۹۳ گزارش شده است (۱۷). خسروی، صادقی و یابنده این مقیاس را در سال ۱۳۹۲ هنجاریابی؛ و پایایی مقیاس را با روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و زیرمقیاس‌های آن را در دامنه‌ای بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند (۲۷). در پژوهش حاضر نیز پایایی کل مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و زیرمقیاس‌های آن دامنه بین ۰/۶۸ تا ۰/۷۳ محاسبه شده

روان‌شناختی محسوب می‌شود؛ و از سوی دیگر لزوم توجه به دلبستگی به خدا و ارتقای سلامت روانی افراد جامعه به‌ویژه دختران دانشجو.

حمایت نظری و تجربی برای رابطه بین شفقت به خود و سلامت روانی وجود دارد. از لحاظ نظری، عمل شفقت به خود موجب افزایش رفتارهای پیشگیرانه برای ارتقا و حفظ سلامت روانی می‌شود (۵). درمان خود با شفقت موجب آشکار شدن محدودیت‌ها و شناسایی رفتارهای ناسالم می‌شود که فرد را برای اقدام به تحول قادر می‌سازد و تغییر برای ارتقای سلامت روان را تشویق می‌کند. از این‌رو، شفقت به خود می‌تواند منبعی بادوام برای دستیابی به توان بالقوه انسانی باشد (۹). این در حالی است که در مطالعات صورت گرفته در داخل کشور با وجود اینکه به بحث سلامت روانی مکرر توجه شده است اما همواره جای خالی سازه شفقت به خود و دلبستگی به خدا احساس و دیده می‌شود. از این‌رو، این پژوهش با هدف «بررسی نقش میانجی‌گر شفقت به خود در رابطه بین آسیب‌پذیری روان‌شناختی و دلبستگی به خدا در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال ۱۳۹۵» انجام شده است.

فرضیه اول: بین دلبستگی به خدا با آسیب‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. **فرضیه دوم:** بین دلبستگی به خدا با شفقت به خود در دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. **فرضیه سوم:** بین شفقت به خود با آسیب‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان دختر رابطه وجود دارد. شکل شماره ۱ انگاره مفروض درباره روابط بین این متغیرها را نشان می‌دهد.



شکل ۱) انگاره مفروض درباره نقش واسطه‌ای شفقت به خود در رابطه بین آسیب‌پذیری روانی و دلبستگی به خدا

^۱) Krejcie & Morgan

^۲) Self-Compassion Scale (SCS)

است.

ب) فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس^۱: لایبوند و لایبوند^۲ این مقیاس خودگزارشی را در سال ۱۹۹۵ تدوین کرده‌اند و شامل ۲۱ سؤال برای افسردگی (سؤالات شماره ۳، ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۶، ۱۷ و ۲۱)، اضطراب (سؤالات شماره ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۵، ۱۹ و ۲۰) و استرس (سؤالات شماره ۱، ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۴ و ۱۸) است. نمره‌گذاری مقیاس به صورت طیف لیکرت چهار درجه‌ای (کاملاً شبیه من = ۳، تا کاملاً متفاوت از من = ۰) است. این مقیاس دارای پایایی درونی ۰/۸۱ برای افسردگی، ۰/۸۲ برای اضطراب، ۰/۹۰ برای استرس و ۰/۹۳ برای مقیاس کلی است و اعتبار سازه، همگرا و واگرایی آن بالا؛ و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۶ گزارش شده است. صاحبی، اصغری و سالاری نیز این مقیاس را در سال ۱۳۸۴ هنجاریابی کرده‌اند (۲۸). در پژوهش صاحبی و همکاران اعتبار بازآزمایی برای افسردگی ۰/۸۱، اضطراب ۰/۷۸، استرس ۰/۸۰ و برای کل مقیاس ۰/۸۲ گزارش شده است. همچنین، همسانی درونی (ضریب آلفا) برای استرس، افسردگی و اضطراب به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۵ و ۰/۷۵ گزارش؛ و روایی افتراقی و تحلیل عاملی آن نیز تأیید شده است (۲۷). در پژوهش حاضر پایایی مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و زیرمقیاس‌های آن در دامنه بین ۰/۷۵ تا ۰/۷۷ محاسبه شده است.

پ) مقیاس دلبستگی به خدا^۳: بک و مک‌دونالد^۴ این مقیاس خودگزارشی را در سال ۲۰۰۴ تدوین کرده‌اند و شامل ۲۴ سؤال با چهار زیرمقیاس توجه به خدا (سؤالات شماره ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳ و ۲۴)، اعتماد در مقابل بی‌اعتمادی (سؤالات شماره ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷ و ۱۸)، توکل (سؤالات شماره ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲ و ۱۳) و ارتباط با خدا (سؤالات شماره ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶ و ۷ و ۸) است. نمره‌گذاری مقیاس به صورت طیف لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) است. بک و مک‌دونالد پایایی کل مقیاس را با روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴؛ روایی آن را ۰/۸۶ و پایایی زیرمقیاس‌ها را بین ۰/۷۱ تا ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند. علیانی، سامانی و فانی نیز این مقیاس را در سال ۱۳۹۰ هنجاریابی کرده‌اند (۲۹). در پژوهش علیانی و همکاران پایایی مقیاس با روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و زیرمقیاس‌های آن در دامنه‌ای بین ۰/۶۳ تا ۰/۷۶ گزارش شده است. در پژوهش حاضر پایایی مقیاس با ضریب آلفای

کرونباخ ۰/۸۱ و زیرمقیاس‌های آن در دامنه بین ۰/۶۶ تا ۰/۷۰ محاسبه شده و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از روش‌های آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شده است.

یافته‌ها

داده‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین (و انحراف معیار) سنی دانشجویان دختر ۲۵/۷۳ (و ۸/۱۶) بود. ۲۳ درصد (۶۴ نفر) از آنان بیماری روان‌شناختی را در سابقه خانوادگی خود گزارش کرده بودند. ۴۲ درصد (۱۱۵ نفر) از افراد شرکت‌کننده متأهل و ۵۸ درصد (۱۶۵ نفر) نیز مجرد بودند. داده‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) متغیرهای پژوهش به تفکیک در جدول شماره ۱ ارائه شده است. نتایج این جدول نشان می‌دهد که میانگین (±انحراف معیار) شفقت به خود در دختران دانشجو ۳۷/۸۶ (±۴/۵۸)، در آسیب‌پذیری روانی ۱۱/۷۴ (±۳/۴۴) و در دلبستگی به خدا ۲۹/۴۶ (±۴/۲۰) بود. همچنین، نتایج نشان داد که قد مطلق ضرایب همبستگی دامنه‌ای بین ۰/۵۶۰- تا ۰/۶۱۴ را در برمی‌گرفت و در تمام موارد در سطح $P < 0.05$ معنی‌دار بود. همان‌گونه که این جدول نشان می‌دهد رابطه دلبستگی به خدا با دو متغیر شفقت به خود و آسیب‌پذیری روانی در آزمودنی‌های پژوهش به ترتیب ۰/۶۱ و ۰/۶۰- بود که در سطح $P < 0.05$ معنی‌دار بود. این نتایج نشان می‌دهد که بین متغیر دلبستگی به خدا با شفقت به خود در دانشجویان دختر همبستگی مستقیم وجود داشت اما بین دلبستگی نسبت به خدا با آسیب‌پذیری روانی در دانشجویان دختر همبستگی معکوس وجود داشت.

جدول ۱) داده‌های توصیفی و ماتریس ضریب همبستگی متغیرهای پژوهش در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی کرج

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳
۱) شفقت به خود	۳۷/۸۶	۴/۵۸	۱		
۲) آسیب‌پذیری روانی	۱۱/۷۴	۳/۳۸	**۰/۵۶۰-	۱	
۳) دلبستگی به خدا	۲۹/۴۶	۴/۲۰	**۰/۶۱۴	**۰/۶۰۳-	۱

** $P < 0.05$

^۱ Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)

^۲ Lovibond & Lovibond

^۳ Appeal Style to God (ASG)

^۴ Beck & McDonald

جدول ۲) ضرایب رگرسیون دل‌بستگی به خدا و آسیب‌پذیری روانی

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		F	P-value
	B	N معیار خطا	B	T		
ثابت	۴۹۰/۲۷	۵/۳۲۵	-	۸۵/۲۳۶		
دل‌بستگی به خدا	۶/۱۹۱	۱/۰۹۸	۰/۵۲۸	۵/۹۹۵	۵۷/۴۳۱	۰/۰۰۱

*متغیر وابسته: آسیب‌پذیری روانی

همان‌گونه که مندرجات جدول شماره ۲ نشان می‌دهد، همبستگی دل‌بستگی به خدا با آسیب‌پذیری روانی با $F=۵۷/۴۳۱$ در مقدار $P<۰/۰۰۵$ معنادار بود؛ و این متغیر ۵۲ درصد واریانس آسیب‌پذیری روانی را تبیین کرد. با ملاحظه ضرایب استاندارد حاصل از تحلیل رگرسیون (ضرایب بتا) نیز می‌توان مشاهده کرد که متغیر دل‌بستگی به خدا از نقش مهمی در پیش‌بینی آسیب‌پذیری روانی برخوردار بوده است. برای بررسی رابطه واسطه‌ای از روش بارون و کینی استفاده شد. شرایط اساسی بارون و کینی می‌تواند با توجه به همبستگی‌های ساده بین سه متغیر موجود در رابطه آزمون شود. با مشاهده ماتریس ضرایب همبستگی موجود در جدول شماره ۱ می‌توان دریافت که دل‌بستگی به خدا با شفقت به خود و آسیب‌پذیری روانی و همچنین شفقت به خود با آسیب‌پذیری روانی دارای روابط معناداری هستند ($P<۰/۰۰۵$). این روابط پیش‌نیازهای اساسی مورد نظر بارون و کینی را برآورده می‌سازند. گام بعدی استفاده از دل‌بستگی به خدا و شفقت به خود به‌عنوان

پیش‌بین‌های آسیب‌پذیری روانی است. جداول شماره ۲ و ۳ گام دوم را نشان می‌دهد. در جدول شماره ۲ دل‌بستگی به خدا تنها متغیر پیش‌بین آسیب‌پذیری روانی نشان داده شده است. همان‌گونه که مندرجات این جدول نشان می‌دهد ضریب مسیر دل‌بستگی به خدا به آسیب‌پذیری روانی در مقدار $P<۰/۰۰۵$ معنادار بود. جدول شماره ۳ نیز موقعیتی را نشان می‌دهد که هر دو متغیر دل‌بستگی به خدا و شفقت به خود به‌طور هم‌زمان متغیرهای پیش‌بین آسیب‌پذیری روانی در معادله رگرسیون قرار گرفتند.

با ملاحظه جدول شماره ۳ می‌توان دریافت که وقتی متغیر شفقت به خود به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم به متغیر دل‌بستگی به خدا اضافه شد، مقدار ضریب رگرسیون متغیر پیش‌بین اول (دل‌بستگی به خدا) کاهش یافت، با وجود اینکه هنوز معنادار بود. این حالت اثر واسطه‌ای جزئی شفقت به خود را در رابطه بین دل‌بستگی به خدا و آسیب‌پذیری روانی تأیید می‌کند.

جدول ۳) ضرایب رگرسیون دل‌بستگی به خدا با شفقت به خود و آسیب‌پذیری روانی

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		F	P-value
	B	N معیار خطا	B	T		
ثابت	۲۱۲/۸۷	۳/۱۰۵	-	۶۷/۱۲۵		
دل‌بستگی به خدا	۶/۱۷۷	۰/۰۹۸	۰/۵۲۶	۵/۹۹۰	۵۲/۱۱۸	۰/۰۰۱
شفقت به خود	۴/۰۹۳	۰/۵۹۴	۰/۶۱۷	۳/۶۲۰		

*متغیر وابسته: آسیب‌پذیری روانی

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی‌گر شفقت به خود در رابطه بین آسیب‌پذیری روانی و دل‌بستگی به خدا انجام شده است. نتایج نشان می‌دهد که بین متغیر آسیب‌پذیری روانی با شفقت به خود در دانشجویان دختر، همبستگی منفی و معناداری وجود داشت ($P<۰/۰۰۵$). این یافته از پژوهش

حاضر با نتایج پژوهش چراغیان و همکاران (۳۰)، سالازار (۲۵)، زسین و همکاران (۱۵) و سعیدی و همکاران (۳۱) همسو است. همسو با این یافته از مطالعه حاضر، رستمی و همکاران در پژوهشی به پیش‌بینی سلامت روانی بر مبنای شفقت به خود، هویت و خودشناسی در دانشجویان پرداخته‌اند (۱۸). نتایج پژوهش آنان نشان می‌دهد که بین شفقت به خود، هویت و خودشناسی با سلامت روانی رابطه منفی معناداری

دوره ۶، شماره ۱، بهار ۱۳۹۹

نتایج پژوهش مت برادزهاو^۲ و همکاران که دربارهٔ اعضای کلیسا صورت گرفته، نشان داده است که دلبستگی ایمن به خدا به‌طور معکوس با ناراحتی ارتباط دارد؛ در صورتی که دلبستگی اضطرابی به خدا و وقایع استرس‌آور زندگی به‌طور مثبت با ناراحتی ارتباط دارد (۳۶).

محدودیت‌های پژوهش

محدودیت‌های این پژوهش عبارت است از اینکه برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های خودگزارشی استفاده شد که احتمال تحریف در پاسخ‌گویی به سؤالات وجود دارد. از آنجا که ابراز کردن و فروبردن بسیاری از ناراحتی‌های رفتاری و هیجانی به ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی مربوط می‌شود، در تعمیم یافته‌ها به فرهنگ‌های دیگر باید جانب احتیاط را رعایت نمود.

پیشنهاد‌های پژوهش

با توجه به همپوشانی بالای سایر سازه‌های روان‌شناختی مانند سبک‌های مقابله‌ای و کیفیت زندگی با آسیب‌پذیری روانی در دانشجویان، لحاظ نمودن این موارد در مطالعات آتی و همچنین انجام این مطالعه در سطح وسیع‌تر و شهرهای مختلف کشور پیشنهاد می‌شود.

قدردانی

پژوهشگران از زحمات یکایک عزیزان شرکت‌کننده در پژوهش و همچنین مسئولان محترم دانشگاه که در انجام این پژوهش یاریگرشان بوده‌اند، صمیمانه تشکر و سپاسگزاری می‌نمایند.

ملاحظات اخلاقی

کمیتهٔ اخلاق در پژوهش‌های زیست پزشکی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید بهشتی این پژوهش را تأیید کرده است.

حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی ندارد.

وجود دارد. تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می‌دهد که مقیاس‌های شفقت به خود ($P < 0.001$)، هویت ($P < 0.001$) و خودشناسی ($P < 0.05$) توانسته‌اند متغیر سلامت روان را پیش‌بینی کنند. همچنین، بین سلامت روان، شفقت به خود، هویت و خودشناسی در دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری به دست آمده است ($P < 0.01$). در تبیین این یافته می‌توان گفت شفقت به خود سازه‌ای جدید است که با سلامت افراد به‌طور کلی و کاهش احساس تنهایی به‌طور خاص رابطه دارد. در واقع می‌توان گفت شفقت به خود نوعی راهبرد تنظیم هیجانات است که احساسات منفی مانند احساس تنهایی و انزوا را به احساس مهربانی و مفهوم مشترک انسانی تبدیل می‌کند و با ایجاد انگیزه در جوانان برای برقراری تعاملات اجتماعی و حفظ روابط مثبت و اجتماعی، آنان را از انزوا و پیامدهای منفی آن دور می‌کند و در نتیجه به سلامت روانی بیشتر و پیشگیری از آسیب‌های روانی منجر می‌شود (۳۲).

دیگر یافتهٔ پژوهش حاضر حاکی از آن است که بین دلبستگی نسبت به خدا با شفقت به خود در دانشجویان دختر همبستگی مثبت وجود داشت ($P < 0.005$)؛ و شفقت به خود به‌عنوان میانجی توانست تبیین‌گر رابطهٔ بین دلبستگی به خدا و آسیب‌پذیری روانی باشد. همسو با این یافته شبانی و همکاران (۳۳)، زاهد بابلان و همکاران (۲۶) و هومن (۱۱) در مطالعات جداگانه‌ای نشان داده‌اند که بین دلبستگی به خدا با شفقت به خود رابطه وجود دارد.

راگیو-بوگدان^۱ و همکاران در پژوهشی به بررسی رابطهٔ شفقت به خود با سبک دلبستگی و اضطراب پرداخته‌اند (۳۴). نتایج پژوهش آنان نشان داده که بین کسب نمرات بالا در مقیاس شفقت به خود با دلبستگی ایمن و اضطراب پایین‌تر رابطه وجود دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت کرک پاتریک بر این باور است که دلبستگی مضطرب-اجتنابی با خدا در نهایت سبب بی‌اعتقادی، لامذهب شدن و ارتداد فرد می‌شود و داشتن دلبستگی ایمن به افزایش ویژگی‌های روان‌شناختی و عواطف مثبت مانند امید و خوش‌بینی به‌ویژه در موقعیت‌های دشوار منجر می‌شود، چون احساس می‌کند تکیه‌گاه ایمن و قدرتمندی دارد که از او حمایت می‌کند. بک نیز معتقد است افرادی که دلبستگی بیشتری به خدا دارند و این دلبستگی نیز از نوع ایمن است، کمتر دچار تنش و افسردگی می‌شوند و احساس رضایت و صمیمت بیشتری دارند (۳۵). همچنین،

^۲ Matt Bradshaw

^۱ Raque-Bogdan

تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده اند.

مشارکت مؤلفان

نگارش روش پژوهش و چکیده: مؤلفان اول و دوم؛ قالب بندی مقاله: مؤلف سوم؛ پیشنهاد عنوان و ایده نگارش مقاله، بیان مسئله و تحلیل آماری: مؤلف چهارم و نگارش بحث و نتیجه گیری: مؤلف پنجم.

References

10. Salehi S. The Relation between Self-compassion with Intensity, Catastrophizing, and Self-efficacy of Pain and affect in Women with Musculoskeletal Pain. *Anesthesiology and Pain*. 2018;8(2):72-83. (Full Text in Persian)
11. Homan KJ. A mediation model linking attachment to God, self-compassion, and mental health. *Mental Health, Religion & Culture*. 2014;17(10):977-89.
12. Garnezy N. Stressors of childhood. In N. Garnezy & M. Rutter (Eds.), *Stress, coping, and development in children* (pp. 43-84). New York: McGraw-Hill. 1983.
13. Eskandari H, Pajouhinia S, Abavisani Y. Explanation of Psychological Problems Based on Cognitive Flexibility and Self Differentiation. *The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam*. 2016;4(3):18-27. (Full Text in Persian)
14. Joeng JR, Turner SL, Kim EY, Choi SA, Lee YJ, Kim JK. Insecure attachment and emotional distress: Fear of self-compassion and self-compassion as mediators. *Personality and Individual Differences*. 2017;112:6-11.
15. Zessin U, Dickhäuser O, Garbade S. The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2015;7(3):340-64.
16. Kemper KJ, Mo X, Khayat R. Are mindfulness and self-compassion associated with sleep and resilience in health professionals? *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2015;21(8):496-503.
17. Ganji H. *Mental Health*. Tehran: Arashbaran publishing house; 2015. (Full Text in Persian)
18. Rostami M, Abdi M, Heidari H. Correlation of Childhood Maltreatment, Self-Compassion and Mental Health in Married People. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2014;16(61):73-61. (Full Text in Persian)
19. Muris P. A protective factor against mental health problems in youths? A critical note on the assessment of self-compassion. *Journal of child and family studies*. 2016;25(5):1461-5.
20. Farnsworth JK, Mannon KA, Sewell KW, Connally ML, Murrell AR. Exploration of caregiver behavior on fear of emotion, spirituality, and self-compassion. *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2016;5(3):160-8.
21. Granqvist P, Kirkpatrick LA. Attachment and religious representations and behavior. In J. Cassidy & P. R. 2010.
22. Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E, Wall SN. *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*: Psychology Press; 1978.
23. Refahi Z, Bahmani B, Nayeri A, Nayeri R. The relationship between attachment to God and identity styles with Psychological well-being in married
1. McLennan JD. Video-conferencing Telehealth Linkage attempts to Schools to Facilitate Mental Health Consultation. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2018;27(2):137.
2. Voth Schrag RJ, Edmond TE. Intimate partner violence, trauma, and mental health need among female community college students. *Journal of American college health*. 2018;66(7):702-11.
3. Hatamkhani S. *The Relationship between Mindfulness Skills, Psychological Flexibility and Psychopathology Symptoms*. Tehran, Iran: Tarbiat Modares University; 2010. (Full Text in Persian)
4. Neff KD. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*. 2003;2(3):223-50.
5. Neff KD, Kirkpatrick KL, Rude SS. Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*. 2007;41(1):139-54.
6. Neff KD. The role of self-compassion in development: A healthier way to relate to oneself. *Human development*. 2009;52(4):211.
7. Peivastegar M, Besharat M, Pajouhinia S, Seifi M. Explanation of psychological vulnerability based on the attachment styles in students of mixed-state universities of Tehran. *Knowl Res Appl Psychol*. 2012;13(1):29-31. (Full Text in Persian)
8. Bitarafan L, Kazemi M, Yousefi Afrashte M. Relationship between styles of attachment to god and death anxiety resilience in the elderly. *Iranian Journal of Ageing*. 2018;12(4):446-57. (Full Text in Persian)
9. Desai S, Arias I, Thompson MP, Basile KC. Childhood victimization and subsequent adult revictimization assessed in a nationally representative sample of women and men. *Violence and victims*. 2002;17(6):639.

teachers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2015;174:1922-7.

24. Nayeri A, Refahi Z, Bahmani B. Comparing attachment to god and identity styles and psychological well-being in married teachers: With regard to demographic factors. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2014;152:58-64. (Full Text in Persian)

25. Salazar LR. Exploring the relationship between compassion, closeness, trust, and social support in same-sex friendships. *The Journal of Happiness & Well-Being*. 2015;3(1):15-29.

26. Zahed-Babelan A, Rezaei Jamaloei H, Sobhani-Herfati R. An investigation of the relationship between attachment to God and resilience with meaningful life among students. *Knowledge and Research in Applied Psychology*. 2012;13(49):75-85.

27. Knofczynski GT, Mundfrom D. Sample sizes when using multiple linear regression for prediction. *Educational and psychological measurement*. 2008;68(3):431-42.

28. Sahebi A, Asghari MJ, Salari R. Validation of depression anxiety and stress scale (DASS-21) for an Iranian population. 2005. (Full Text in Persian)

29. Oliaei Z, Samani S, Fani H. Investigating the Validity and Reliability of Attachment Scale to God. *Journal Management System*. 2012;2(1):65-81. (Full Text in Persian)

30. Cheraghian H, Faskhodi BZ, Heidari N, Sharifi PY. Self-compassion as a relationship moderator between academic burnout and mental health in students. *International Journal Academic Research in Progressive Education and Development*. 2016;5(2):128-38. (Full Text in Persian)

31. Saeedi Z, Ghorbani N, Sarafranz MR, Sharifian MH. The Relationship between Self-Compassion, Self-esteem and regulation of self-conscious emotions. *Research on Psychological Health*, 6(3). 2012;6:1-9. (Full Text in Persian)

32. Rajabi G, Maghami E. Self-compassion as mediator between attachment dimensions with mental well-being: a path analysis model. *Health Psychol*. 2015;4(4):83-100. (Full Text in Persian)

33. Shabani R, Mahmodi G, Ghobari-Banab B, EmamiPour S, Sepahmansor M. Pishbini-ye Behzisti-ye Ravanshenakhti bar Asas-e Sabkhaye Delbastegi va Shafeghat be Khod dar Madaran-e DaneshAmoozan-e Dowre-ye Ebtadaei-ye Shahr-e Urmia. *Zan va Motaleat Khanevadeh*. 2015;8(27):73-94. (Full Text in Persian)

34. Raque-Bogdan TL, Ericson SK, Jackson J, Martin HM, Bryan NA. Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*. 2011;58(2):272.

35. Beck R. God as a secure base: Attachment to God and theological exploration. *Journal of Psychology and*

Theology. 2006;34(2):125-32.

36. Bradshaw M, Ellison CG, Marcum JP. Attachment to God, images of God, and psychological distress in a nationwide sample of Presbyterians. *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2010;20(2):130-47.