

پیش‌بینی افسردگی بر اساس تعلق مادی، دل‌بستگی به خدا و نگرش‌های ناکارآمد

Mansurehmahdiar@yahoo.com

mgoodarzi@rose.shirazu.ac.ir

منصوره مهدی‌یار / دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز

سیدمحمد رضا تقوی / استاد روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز

محمدعلی گودرزی / استاد روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز

دریافت: ۱۳۹۴/۱۱/۱۲ - پذیرش: ۱۳۹۵/۰۵/۰۲

چکیده

شناسایی عوامل مؤثر بر افسردگی که از شایع‌ترین اختلالات روان‌پزشکی است، می‌تواند به پیشگیری و درمان آن کمک کند. از منظر اسلام، تعلق مادی و نوع رابطه با خداوند، از عوامل اثرگذار بر افسردگی هستند. از سوی دیگر، دانشمندان غربی بر نقش نگرش‌های ناکارآمد، به‌عنوان یک عامل مؤثر بر افسردگی تأکید کرده‌اند. هدف این پژوهش، پیش‌بینی افسردگی بر اساس تعلق مادی و دل‌بستگی به خدا در مقایسه با نگرش‌های ناکارآمد بود. طرح پژوهش، از نوع همبستگی و جامعه آماری دانشجویان دانشگاه شیراز بود که ۲۰۹ نفر از آنها به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های افسردگی بک، تعلق، دل‌بستگی به خدا و نگرش‌های ناکارآمد بود. نتایج نشان داد که تعلق مادی، نگرش‌های ناکارآمد و سبک دل‌بستگی اجتنابی به خدا می‌توانند افسردگی را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی کنند. تعلق مادی نیز به‌عنوان قوی‌ترین متغیر شناسایی شد. نتایج حاکی از این است که اسلام دارای پتانسیل‌های زیادی برای تعریف متغیرهای کلیدی در تبیین افسردگی است.

کلیدواژه‌ها: افسردگی، تعلق مادی، دل‌بستگی به خدا، نگرش‌های ناکارآمد.

اختلال افسردگی، به اندازه‌ای شایع است که «سرماخوردگی روان‌پزشکی» لقب گرفته است (باقری‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۲). خلق افسرده و عدم احساس لذت، نشانه‌های کلیدی افسردگی هستند که افراد زیادی را در واکنش به فقدان، شکست، ناکامی و ... درگیر می‌کنند. احتمال افسردگی عمده در طول زندگی برای زنان، ۲۵-۱۰ درصد و برای مردان، ۱۲-۵ درصد است (سادوک و سادوک، ۱۳۸۵، ص ۹۷). با توجه به شیوع زیاد و ماهیت مزمن و عودکننده افسردگی، شناخت عوامل خطرزا و پیش‌بین، برای پیشگیری و مداخله زودهنگام اهمیت دارد (همان).

علی‌رغم پتانسیل‌های زیاد دین برای تعریف متغیرهای کلیدی و زیربنایی در تبیین و پیش‌بینی پدیده‌ها (مهدی‌یار، ۱۳۹۴، ص ۹)، مطالعات کمی این موضوع را به صورت تجربی مورد بررسی قرار داده‌اند. با توجه به اینکه، نظام مفاهیم پایه در هر رشته علمی و در هر دستگاه فکری، منبعث از نگاه فلسفی آن (شامل هستی‌شناسی، انسان‌شناسی، معرفت‌شناسی و ارزش‌شناسی) می‌باشد، ساده‌انگارانه به نظر می‌رسد چنانچه محققان حوزه علوم انسانی - اسلامی که قصد تبیین پدیده‌ها از منظر اسلام را دارند، تصور کنند که می‌توانند متغیرها و نظام مفاهیم پایه علم دینی را از مفاهیم پایه علم رایج اخذ نمایند. از این‌رو، برای نظریه‌پردازی و تبیین پدیده‌ها از منظر علم دینی، باید به دنبال مفاهیم پایه با رویکرد دینی بود (تقوی، ۱۳۹۴).

یکی از مفاهیم پایه و بنیادی که می‌تواند در تبیین آسیب‌شناسی روانی از دیدگاه اسلام کارساز مطرح شود، مفهوم «تعلق» است. علی‌رغم پتانسیل این مؤلفه در توضیح پدیده‌های روانی و با وجود اهمیت بسیار زیاد آن در متون دینی، این مؤلفه تاکنون در مطالعات روان‌شناسی مورد بحث و بررسی قرار نگرفته است. «تعلق»، در لغت به معنای «آویخته شدن»، «دلبستگی داشتن به کسی یا چیزی» و «علاقه و پیوستگی داشتن» آمده است (عمید، ۱۳۷۶، ص ۴۰۴). به نظر می‌رسد، مفهوم «تعلق» به معنی وابستگی و علاقه شدید و افراطی به امور مادی و ماسوی الله (اعم از افراد، اشیاء و موقعیت‌ها) است، به گونه‌ای که امور مادی، که وسیله‌ای برای رشد و تعالی انسان بودند، خود هدف شوند و انسان را از توجه به بسیاری از امور مهم‌تر و متعالی‌تر باز دارند. احتمالاً «تعلق»، یکی از مفاهیم کلیدی است که در بحث انسان‌شناسی، به مفهوم اعم آن، می‌تواند بیانگر بسیاری از کژرفتاری‌های فردی و یا اجتماعی باشد.

متون اسلامی، تعلق به این دنیا و مظاهر آن را عامل زمینه‌ساز بسیاری از مشکلات روانی دانسته‌اند. برای نمونه، حضرت علی علیه السلام فرمودند: «تعلق به دنیا کلید دشواری و مرکب رنج و گرفتاری است» (حیدری نراقی، ۱۳۸۷، ص ۹۵، ح ۳۷۱)، و یا «آن کس که به دنیا عشق ورزید، درونش پر از اندوه شد» (همان، ح ۳۶۷). در طرف مقابل، آزادی از تعلق و نداشتن وابستگی، موجب رهایی انسان از بسیاری از مشکلات روانی فرض شده است. حضرت علی علیه السلام در حکمت ۱۳۳ *نهج البلاغه* می‌فرماید: «مردم دو دسته‌اند: عده‌ای به این دنیا می‌آیند و خود را می‌فروشند و عده‌ای خود را می‌خرند و آزاد می‌کنند». بنابراین، به دست آوردن یا از دست دادن بسیاری از چیزها، نمی‌تواند زندگی آنها را تحت تأثیر قرار دهد. «لِکَيْلًا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ» (حدید: ۲۳)، بلکه حتی گاهی از دست دادن این موارد،

ظرفیت آنها را برای روبرویی با مواردی از این قبیل در آینده بالا می‌برد. اکبری و فتحی/آشتیانی (۱۳۸۸)، در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که «دنیاگرایی» (مفهومی مشابه با تعلق)، رابطه منفی با سلامت روان دارد. زیانس نیز مطرح می‌کند افراد با افسردگی بیشتر، وابستگی بیشتر و نیاز به قدرت زیادتری دارند (زیانس، ۲۰۰۵).

به نظر می‌رسد، انسان وقتی می‌تواند خود را از علاقه شدید و وابستگی به مظاهر مادی برهاند که چیزی جایگزین پیدا کند. کوانینگ و همکاران (۲۰۱۴) دریافتند که دینداری با اهداف والاتر و متعالی‌تر رابطه دارد. تحقیقات مختلف نشان داده‌اند (برای مثال روات و کرکپاتریک (kirckpatrick)، ۲۰۰۲) که برداشت اصلی افراد از دین، صرفاً مجموعه‌ای از باورها و اعمال نیست، بلکه داشتن رابطه‌ای نزدیک با خداوند است. گویی رابطه با خدا اهداف والاتر، بزرگتر و متعالی‌تری برای انسان تعریف می‌کند که سایر امور در برابر آن بسیار کوچک هستند.

در مناجات‌های محبین از مناجات‌های خمس عشر آمده است: «خدایا! کیست که شیرینی محبت تو را چشیده باشد و جز تو آهنگ دیگری را بکند» (جدا و همکاران، ۱۳۹۰). بنابراین، از عوامل دیگر اثرگذار بر اختلالات روانی، دلبستگی و رابطه نزدیک با خداست. مک‌الروی (McElroy) (۱۹۹۹) مطرح نمود، دلبستگی ایمن و ارتباط مثبت با خدا با افسردگی کمتر همراه می‌باشد. بی‌شاب (۲۰۰۸)، در پژوهش خود بیان می‌کند که دلبستگی ایمن، با خلق کمتر افسرده ارتباط دارد (چیائوئیو، ۲۰۱۰). افراد با دلبستگی ایمن به خدا، کمتر دچار فشار روانی و افسردگی می‌شوند (بک و مک‌دونالد، ۲۰۰۴). سیم و لو (۲۰۰۳) نیز بر این باورند که داشتن دلبستگی ایمن، به افزایش ویژگی‌های روان‌شناختی و عواطف مثبت مانند امید و خوش‌بینی به‌ویژه در موقعیت‌های دشوار منجر می‌شود، چون فرد احساس می‌کند تکیه‌گاه ایمن و قدرتمندی دارد که از او حمایت می‌کند. بک (۲۰۰۶)، معتقد است: افرادی که دلبستگی بیشتری به خداوند از نوع ایمن دارند، کمتر دچار افسردگی و تنش می‌شوند و از احساس رضایت و صمیمیت بیشتری برخوردارند.

از سوی دیگر، دانشمندان غربی در آخرین دستاوردهای خود، نگرش‌های ناکارآمد را یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های افسردگی می‌دانند (استالو، ۲۰۱۱). نگرش‌های ناکارآمد، ساختارهای شناختی یا باورهای کلی هستند که افراد در اثر تجربه نسبت به خود و جهان کسب می‌کنند و به‌عنوان عامل آسیب‌پذیری در برابر افسردگی در نظر گرفته شده است. بررسی پژوهش‌های گذشته، ارتباط متغیرهای موجود در مدل شناختی بک، از جمله نگرش ناکارآمد را با اختلال افسردگی مورد حمایت تجربی قرار می‌دهند (کالوی، ۲۰۱۰؛ اولیور و همکاران، ۲۰۰۷؛ بیروز و همکاران، ۲۰۰۷، هافل و همکاران، ۲۰۰۳؛ چنگ و یوسف، ۲۰۱۰؛ استالو، ۲۰۱۱).

با توجه به اینکه ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که دین نقش مهم و غیرقابل انکاری در زندگی مردم ایفا می‌کند و مفاهیم دینی، پیوند گسترده و همه‌جانبه‌ای با زندگی مردم دارد، توجه به مؤلفه‌های مذهبی ضروری می‌نماید. دانستن و آگاهی از نقش پیش‌بینی‌کنندگی این عوامل، در کاهش ابتلا به افسردگی در پاسخ به فقدان ... مؤثر می‌باشد. از این‌رو، این پژوهش درصدد است که به بررسی نقش مؤلفه‌های تعلق، دلبستگی به خدا و نگرش

ناکارآمد، در پیش‌بینی افسردگی پیردازد. هدف از گنجاندن باورهای شناختی ناکارآمد، مقایسه این متغیر، با متغیرهای مذهبی در پیش‌بینی افسردگی است. بنابراین، این پژوهش به چهار سؤال زیر پاسخ می‌دهد.

سؤالات پژوهش

۱. آیا تعلق مادی، پیش‌بینی‌کننده افسردگی است؟
۲. آیا سبک‌های دلبستگی به خدا، پیش‌بینی‌کننده افسردگی است؟
۳. آیا نگرش‌های ناکارآمد، پیش‌بینی‌کننده افسردگی است؟
۴. کدام‌یک از متغیرهای فوق، افسردگی را به میزان بیشتری پیش‌بینی می‌کند؟

روش پژوهش

این پژوهش با استفاده از آمار توصیفی انجام گردید. طرح پژوهش، از نوع همبستگی و جامعه آماری، دانشجویان دانشگاه شیراز بود که ۲۰۹ نفر از آنها به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارتند از: پرسش‌نامه افسردگی بک II؛ این پرسش‌نامه، دارای ۲۱ ماده است که هر ماده، نمره‌ای بین صفر تا ۳ می‌گیرد. بدین ترتیب، نمره کل پرسش‌نامه که شدت افسردگی را مشخص می‌کند، در دامنه صفر تا ۶۳ قرار می‌گیرد. نمره کمتر از ۱۰، عدم افسردگی، ۱۰-۱۹ افسردگی خفیف، ۲۰-۳۰ افسردگی متوسط و نمرات بیشتر از ۳۰، افسردگی شدید را نشان می‌دهد. بک و کلارک در سال ۱۹۸۸، همسانی درونی این مقیاس را ۰/۹۳، پایایی بازآزمایی آن را ۰/۷۵ و روایی محتوایی آن را با استفاده از تحلیل عوامل، ۰/۷۶ گزارش کردند (ر.ک: مکارم، ۱۳۸۷). آیین‌پرست و همکاران (۱۳۸۹)، پایایی پرسش‌نامه افسردگی بک II بر حسب آلفای کرونباخ را ۰/۸۴ و بر حسب روش تنصیف، برابر ۰/۷۰ گزارش نمودند. روایی همزمان و افتراقی این آزمون در ایران توسط دادستان مورد بررسی و ضرایب مربوط به ترتیب، ۰/۶۳ و ۰/۷۸ گزارش شده است (بیانی و همکاران، ۱۳۸۷).

پرسش‌نامه تعلق: پرسش‌نامه تعلق، دارای ۳۶ گویه است (مهدی‌یار و همکاران، منتشرنشده). پایایی پرسش‌نامه، از دو طریق بازآزمایی و آلفای کرونباخ بررسی گردید که به ترتیب، ضرایب پایایی ۰/۸۷ و ۰/۸۸، به دست آمد. برای مطالعه روایی این پرسش‌نامه، از چهار روش استفاده شد. روایی سازه پرسش‌نامه تعلق، از طریق تعیین ضریب همبستگی بین این پرسش‌نامه با پرسش‌نامه‌های صبر، نگرش‌های ناکارآمد و افسردگی انجام شد که به ترتیب، ضرایب همبستگی ۰/۵۸-، ۰/۶۹ و ۰/۴۲ به دست آمد. تحلیل عامل اکتشافی برای پرسش‌نامه تعلق، سه عامل را به دست داد که به ترتیب تعلق به وضع موجود، تعلق به مادیات و تعلق عاطفی نام گرفت که در مجموع، ۳۳/۴ درصد از واریانس کل را تبیین نمود. همچنین، همه گویه‌های پرسش‌نامه تعلق با نمره کل و همه خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه، با یکدیگر و با نمره کل همبستگی معناداری دارند.

پرسش‌نامه دلبستگی به خدا در اسلام: پرسش‌نامه دلبستگی به خدا، با هدف سنجش دلبستگی مسلمانان به خدا،

توسط غباری‌بناب و حدادی کوهسار (۱۳۹۰) تهیه شده است. این پرسش‌نامه، ۳۷ سؤال دارد. چهار عامل اساسی پرسش‌نامه عبارتند از: «پایگاه امن»، پناهگاه مطمئن بودن موضوع دلبستگی، «جوارجویی» به موضوع دلبستگی در مواقع استرس‌زا و «اعتراض به جدایی» موضوع دلبستگی. آلفای کرونباخ برای بُعد الگوی درونی از خدا ۰/۹۰ و برای الگوی درونی از خود ۰/۸۵ به دست آمد. همسانی درونی عامل پایگاه امن ۰/۸۸، عامل پناهگاه مطمئن ۰/۹۳، عامل اعتراض به جدایی ۰/۸۶ و عامل جوارجویی، ۰/۹ گزارش شده است (غباری‌بناب و حدادی کوهسار، ۱۳۹۰). در مجموع، می‌توان این آزمون را از لحاظ روایی و پایایی کارآمد تلقی کرد.

پرسش‌نامه نگرش‌های ناکارآمد: مقیاس نگرش ناکارآمد توسط بک و وایزمن، در سال ۱۹۸۷ تنظیم شده است (مهدی‌یار، ۱۳۹۴، ص ۶۵). این پرسش‌نامه شامل ۴۰ گویه می‌باشد که آزمودنی بر اساس مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت به آن پاسخ می‌دهد. پاسخ‌دهنده، باید باور و نگرش خود را در هر سؤال بر مقیاسی که شامل کاملاً موافق تا کاملاً مخالف است، بر روی پاسخ‌نامه مشخص کند. البته در مورد ماده‌های ۳۷، ۳۵، ۳۰، ۲۹، ۲۴، ۱۷، ۱۲، ۶، ۲، ۴۰، نمره‌گذاری ماده‌ها برعکس سایر موارد است. بنابراین، نمره آزمودنی از حداقل ۴۰ تا حداکثر ۲۸۰ خواهد بود. مطابق تحقیقات مختلف، میانگین نمرات به‌دست‌آمده برای افراد سالم، از ۱۱۹ تا ۱۲۸ گزارش شده است و نمرات بالاتر آسیب‌پذیری در برابر افسردگی و داشتن تجربیات شناختی را نشان می‌دهد. در یک روش، با استفاده از روش بازآزمایی در یک گروه ۳۰ نفری، برای این مقیاس پایایی ۰/۷۲ به دست آمد (مهدی‌یار، ۱۳۹۴، ص ۶۵). ضریب آلفای کرونباخ این آزمون در پژوهشی که کاویانی و همکاران انجام دادند، از طریق روش آزمون - بازآزمون ۰/۷۲ به دست آمد. همچنین، روایی این آزمون در پژوهش کاویانی و همکاران، با استفاده از روایی همگرا ۰/۶۵ به‌دست‌آمده است (کاویانی و همکاران، ۱۳۸۴).

برای انجام این پژوهش، نمونه‌ای به حجم ۲۰۹ نفر از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در سال ۹۳-۹۴ در کلیه مقاطع تحصیلی به روش نمونه‌گیری غیراحتمالی در دسترس انتخاب و مورد آزمون قرار گرفتند. پس از ارائه پرسش‌نامه‌ها، برای جلب همکاری دانشجویان، توضیحات لازم در مورد هدف پژوهش و چگونگی تکمیل پرسش‌نامه‌ها به صورت شفاهی ارائه گردید. تمایل به شرکت و دانشجوی دانشگاه شیراز بودن از معیارهای ورود، خستگی، عدم تمایل به پرکردن پرسش‌نامه و عدم تسلط به زبان فارسی از معیارهای خروج مطالعه حاضر بودند.

در تکمیل همزمان این چهار مقیاس، ترتیبی داده شد که ابتدا پرسش‌نامه‌های نگرش‌های ناکارآمد سپس، به صورت چرخشی پرسش‌نامه‌های تعلق و دلبستگی به خدا و در نهایت، پرسش‌نامه افسردگی به آزمودنی‌ها داده شد. این ترتیب، بدان جهت انتخاب گردید که از تأثیر خلق بر شناخت و نگرش افراد، در پاسخگویی به پرسش‌نامه‌های دیگر و از اثر ترتیب بر نتیجه‌گیری ممانعت شود (ر.ک: مک گوئیگان، ۱۹۲۴).

این پژوهش، برای پیش‌بینی افسردگی صورت گرفته است، از نوع همبستگی - توصیفی می‌باشد. در این پژوهش، متغیر افسردگی به‌عنوان متغیر ملاک و متغیرهای تعلق، دلبستگی به خدا و باورهای ناکارآمد، به‌عنوان متغیر پیش‌بین در نظر گرفته شده‌اند.

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات در این پژوهش، ابتدا شاخص‌های آمار توصیفی، اعم از جداول توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار مشخص گردید. از ضریب همبستگی پیرسون، برای تعیین رابطه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک استفاده گردید. سپس، برای پاسخ‌دهی به فرضیات مطرح شده، روش آماری رگرسیون به شیوه همزمان و گام‌به‌گام مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش

جدول ۱ به آمار توصیفی متغیرهای مورد بررسی می‌پردازد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد بررسی در پژوهش

متغیر مورد بررسی	سبک ایمن	سبک اضطرابی	سبک اجتنابی	تعلق به وضع	تعلق به مادیات	تعلق عاطفی	نگرش ناکارآمد	افسردگی
میانگین	۱۸۲/۹۶	۵۶/۵۱	۷۳/۷۵	۶۷/۸۹	۲۷/۴۵	۲۳/۳۲	۱۳۹/۶۶	۱۱/۸
انحراف	۳۹/۱۷	۶/۳۲	۹/۷	۲۲/۲۷	۱۲/۲۲	۷/۷۶	۲۸/۷۱	۹/۳۳

برای بررسی چگونگی ارتباط متغیرهای مورد پژوهش و کسب اعتبار برای انجام تحلیل‌های بعدی، همبستگی‌های آنها از طریق ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش (** $p < 0/01$ * $p < 0/05$)

افسردگی	نگرش ناکارآمد	تعلق عاطفی	تعلق به مادیات	تعلق به وضع موجود	تعلق	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی اضطرابی	دلبستگی ایمن	
	۰/۱۶*	۰/۲۲**	۰/۰۹*	۰/۲۸**	۰/۱۹**	۰/۵۰**	۰/۶۷**	۱	دلبستگی ایمن
	۰/۲۰**	۰/۱۲*	۰/۰۴*	۰/۲۷**	۰/۱۷**	۰/۳۹**	۱		دلبستگی اضطرابی
	۰/۴۴**	۰/۷۰**	۰/۲۰**	۰/۳۹**	۰/۴۴**	۱			دلبستگی اجتنابی
	۰/۶۷**	۰/۴۵**	۰/۷۶**	۰/۸۳**	۰/۹۲**	۱			تعلق
	۰/۵۲**	۰/۶۵**	۰/۵۷**	۰/۶۳**	۱				تعلق به وضع موجود
	۰/۲۵**	۰/۵۷**	۰/۵۱**	۱					تعلق به مادیات
	۰/۴۴**	۰/۲۷**	۱						تعلق عاطفی
	۰/۳۸**	۱							نگرش ناکارآمد
۱									افسردگی

چنانچه در جدول فوق مشاهده می‌شود، متغیر افسردگی با متغیر تعلق ($r=0/44$ و $p<0/001$)، متغیر نگرش ناکارآمد ($r=0/38$ و $p<0/001$) و سبک دلبستگی اجتنابی به خدا ($r=0/44$ و $p<0/001$) رابطه مثبت و معنادار دارد. این رابطه، با

سبک‌های دلبستگی ایمن ($p < 0/001$ و $r = -/16$) و اضطرابی ($p < 0/001$ و $r = -/20$) به صورت منفی و معنادار است. برای بررسی نقش تعلق در پیش‌بینی میزان افسردگی، از رگرسیون همزمان استفاده شد. نمره کل تعلق به‌عنوان پیش‌بین، و متغیر افسردگی به‌عنوان متغیر ملاک، وارد معادله رگرسیون شد. میزان F به‌دست‌آمده برای متغیر تعلق در سطح $0/0001$ معنادار می‌باشد. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی، بر مبنای تعلق در جدول آمده است.

جدول ۳. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه تعلق

P	T	Beta	B	R2	R
0/000	7/24	0/45	0/18	0/20	0/45

با توجه به میزان $R2$ ، ۲۷ درصد از واریانس افسردگی، توسط این متغیر تبیین می‌شود. ضرایب رگرسیون حاکی از این است که تعلق می‌تواند به طور معناداری افسردگی را در جهت مثبت پیش‌بینی کند.

برای بررسی سؤال دوم پژوهش، با استفاده از رگرسیون همزمان سه سبک دلبستگی، به‌عنوان متغیر پیش‌بین و متغیر افسردگی به‌عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شد. سبک ایمن و اضطرابی از معادله رگرسیون خارج شد. تحلیل واریانس سبک دلبستگی اجتنابی، در پیش‌بینی افسردگی برابر با $12/76$ می‌باشد که در سطح $0/0001$ معنادار است. برای بررسی ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی، بر اساس سبک دلبستگی اجتنابی، نتایج تحلیل در جدول زیر آمده است.

جدول ۴. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی بر اساس سبک دلبستگی اجتنابی

P	T	Beta	B	R2	R
0/0001	3/57	0/24	0/23	0/05	0/24

ضریب تعیین نشان می‌دهد که ۵ درصد از واریانس افسردگی، توسط سبک دلبستگی اجتنابی تبیین می‌شود. در بررسی بعدی، نگرش‌های ناکارآمد، به‌عنوان متغیر پیش‌بین و افسردگی به‌عنوان متغیر وابسته وارد معادله رگرسیون شد. تحلیل واریانس پیش‌بینی افسردگی بر اساس نگرش‌های ناکارآمد در سطح $0/0001$ معنادار می‌باشد.

ضریب بتا، مربوط به میزان پیش‌بینی‌کنندگی متغیر نگرش‌های ناکارآمد، $0/38$ می‌باشد که در سطح $0/0001$ معنادار است. با توجه به مثبت بودن این ضریب و با نگاهی به ضریب تعیین می‌توان گفت: ۱۲ درصد از میزان افسردگی به صورت مستقیم توسط نگرش ناکارآمد پیش‌بینی می‌شود.

برای بررسی همزمان همه متغیرها و تعیین قوی‌ترین آنها، از رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد. نمره کل متغیرها، به‌عنوان متغیر پیش‌بین و نمره افسردگی، به‌عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شد. به دلیل عدم وجود نمره کل در مقیاس سبک‌های دلبستگی، نمره هر سه سبک وارد معادله گردید. نتایج در جدول ۵ و ۶ ارائه شده است.

جدول ۵. مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و شاخص‌های آماری پیش‌بینی افسردگی بر اساس تعلق

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
رگرسیون	3764/92	1	3764/92	52/50	0/0001
باقیمانده	14448/03	207	69/79		

جدول ۶. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی بر اساس تعلق

متغیر	R	R2	B	Beta	T	P
تعلق	۰/۴۵	۰/۲۰	۰/۱۸	۰/۴۵	۷/۲۴	۰/۰۰۰۱

همان‌طور که دیده می‌شود، از بین متغیرها فقط تحلیل واریانس و شاخص‌های رگرسیون متغیر تعلق بر افسردگی معنادار است ($F=52/50$ و $P<0/0001$). با توجه به ضریب تعیین، ۲۰ درصد از واریانس افسردگی، توسط تعلق پیش‌بینی می‌شود. در نهایت، می‌توان گفت: با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، متغیر تعلق نیرومندترین متغیر برای پیش‌بینی افسردگی است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی امکان پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه‌های تعلق، سبک‌های دلبستگی به خدا و نگرش‌های ناکارآمد بود. یافته‌ها نشان داد که تعلق مادی می‌تواند به صورت مثبت و معنادار افسردگی را پیش‌بینی نماید. این یافته، همسو با آموزه‌های قرآنی و سخنان معصومان علیهم‌السلام می‌باشد. حضرت علی علیه‌السلام در حکمت ۲۲۸ **نهج‌البلاغه** می‌فرماید: «آن کس که قلب او با دنیاپرستی پیوند خورد، همواره جانش گرفتار سه مشکل است: اندوهی دائمی، حرصی مستمر، آرزو و امید برآورده نشدنی». این یافته با پژوهش و لکویتز (۱۹۸۵)، که نشان داد افسردگی با وابستگی رابطه مثبت و معناداری دارد، همخوانی دارد.

تعلق به مظاهر مادی، دل بستن به چیزهایی است که زوال، فنا و اضمحلال در ذات آنها نهفته است. امام علی علیه‌السلام در این زمینه می‌فرماید: «از دگرگونی‌های عالم آن است که آن کسی که دیروز مورد ترحم بود، امروز مورد غبطه واقع می‌شود و آن کس که مورد غبطه بود، مورد ترحم قرار می‌گیرد و این نیست مگر به دلیل نعمت‌هایی که به سرعت دگرگون می‌شوند» (نهج‌البلاغه، خ ۱۱۴). این تغییرات و تحولات در دنیا موجب می‌شود انسان آرامش پیدا نکند و همواره با فانی شدن و از دست رفتن نعمت‌هایی که در اختیار دارد، ناراحت و افسرده شود (اکبری و فتحی‌آشتیانی، ۱۳۸۸)؛ برای فردی که مرتب در پی حفظ داشته‌ها است، از دست دادن، ناپودی تدریجی است. او در پی از دست دادن هر چیزی، به چیز دیگری چنگ می‌زند که او نیز خود نابودشدنی است. به صورت ضرب‌المثل گفته شده که انسان غرق شده به هر گیاهی و خاشاکی تکیه می‌کند و دست می‌اندازد تا نجات پیدا کند؛ زیرا خیال می‌کند آن گیاه در دریا ریشه دارد و قوی است، ولی غافل از اینکه آن گیاه بسی سست است و کمکی نمی‌کند. بنابراین، درپی هر فقدان و شکستی، افسرده می‌شود. چون پس از، از دست دادن چیز مورد علاقه‌اش دوباره به چیز فانی دیگری دلبسته می‌شود که او نیز ممکن است از بین برود. چنان که حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: «اعتقاد و دل‌خوشی و دلبستگی به دنیا و مظاهر آن، با دگرگونی‌ها و حوادث تلخ آن، که هر فرد مشاهده شود، جهل است» (نهج‌البلاغه، ن ۴۹). به نظر می‌رسد، هنگامی که فرد به امور، پدیده‌ها و اشخاص احساس تعلق، دلبستگی و وابستگی می‌نماید، از دست دادن این امور را به مفهوم از دست دادن بخشی از خود تلقی می‌کند و افسرده می‌شود. از سوی دیگر، به نظر می‌رسد علاقه شدید و

افراطی به مظاهر مختلف همه منابع شناختی محدود، انسان را به خود مشغول می‌کند و انسان را از سایر مواردی که می‌تواند پتانسیل آرام‌بخشی داشته باشد (مانند رابطه با خداوند)، محروم می‌کند. به نظر می‌رسد، ارتباط منفی تعلق با دلبستگی ایمن به خداوند، گواهی بر این نظر باشد.

علاوه بر این، بُعد طبیعی (در مقابل بُعد فطری) انسان، همانند حس گرسنگی و تشنگی و خواب تا نیاز به محبویت و غیره، باید با پاسخ مناسب روبرو شوند. اگر انسان از آنها غفلت کند، زندگی‌اش را از دست خواهد داد. اما از سوی دیگر، ماهیت طبیعت زیاده‌خواه است؛ و در صورت توجه زیاد از حد و دلبستگی مفرط به آن، نه تنها سیر نمی‌شود، بلکه هرچه تغذیه شود، تشنه‌تر می‌گردد. به تعبیر امام علی علیه السلام: «دنیازده سیر نمی‌شود، بلکه هر اندازه از دنیا بهره‌مند شود، معادل یا بیشتر از آن درهای حرص و ولع بر روی او باز می‌شود» (نهج‌البلاغه، ح ۳۶۷). الیوت (۱۹۹۲)، در این باره می‌نویسد: آنچه به آسیب‌پذیری به افسردگی می‌انجامد، استفاده از دارایی‌ها، پول، منابع عاطفی بیرونی، موفقیت‌ها و دستاوردها، مشخصه یا ویژگی برجسته بدنی و یا شخصی مثل IQ و یا حافظه خوب، برای داشتن احساس خوب نیست، بلکه تکیه بیش از حد به آنها یا به عبارتی، اعتیاد به آنهاست که با این عقیده همراه است که استفاده از این موارد، تنها راه داشتن احساس خوب است. اطلاق واژه «اعتیاد» به آن، دلیل است که تلاش برای به دست آوردن یا حفظ این موارد، خیلی زیاد دنبال می‌شود. دست کشیدن از آن، خیلی سخت است و فرد هر روز مقدار بیشتری از آن را می‌خواهد (الیوت، ۱۹۹۲). بنابراین، یکی از دلایل رنج زیاد افرادی که تعلق زیاد دارند، حرص دائمی در به دست آوردن چیزها همراه با ترس از دست دادن داشته‌هاست که به افسردگی و اضطراب آنها دامن می‌زند.

در بررسی سؤال دوم پژوهش، مربوط به بررسی قدرت پیش‌بینی‌کنندگی سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی افسردگی، یافته‌ها نشان داد که سبک اجتنابی می‌تواند به صورت مثبت و معنادار افسردگی را پیش‌بینی کند. این یافته، همسو با نتایج کرک‌پاتریک و شاور (۱۹۹۲) و مک‌الروی (۱۹۹۹) می‌باشد. در این پژوهش، سبک دلبستگی اضطرابی نتوانست افسردگی را پیش‌بینی نماید؛ هرچند که بر خلاف پژوهش‌های پیشینی که در بالا مطرح شد، جدول همبستگی نیز رابطه منفی و معناداری را بین این سبک از دلبستگی و افسردگی نشان می‌دهد.

در توجیه رابطه منفی دلبستگی اجتنابی با افسردگی، به نظر می‌رسد، افرادی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی به خدا هستند، از هرگونه صمیمیت و نزدیکی به خدا اجتناب می‌کنند (کرک‌پاتریک و شاور، ۱۹۹۲). درحالی که سیم و لو (۲۰۰۳) معتقدند: افرادی که همواره با خدا احساس صمیمیت می‌کنند، تکیه‌گاه ایمن و قدرتمندی دارند که همواره از آنها حمایت می‌کند. بنابراین، امید و خوش‌بینی بیشتری را در زندگی تجربه می‌کنند. این مسئله از افسردگی آنها پیشگیری می‌کند. آنها حتی در حوادث و مشکلات، دچار آشفتنگی کمتری می‌شوند؛ زیرا این حوادث را خواست خدا می‌بینند (لارین و همکاران، ۲۰۰۸).

در مورد سبک دلبستگی اضطرابی و رابطه منفی آن با افسردگی که با نتایج پژوهش‌های پیشین (بک، ۲۰۰۶؛

بیشاب، ۲۰۰۸ نقل از چیائوئیو، ۲۰۱۰) مطابقت ندارد، می‌توان گفت: با توجه به اینکه این افراد دید مثبتی به خداوند دارند (کرک‌پاتریک و شاور، ۱۹۹۲)، تا حدی خوش‌بینی و امید (هر چند نه به اندازه افرادی با دلبستگی ایمن) را تجربه می‌کنند که خود بر روی احساس افسردگی آنها اثر معکوس می‌گذارد. احتمالاً تفاوت در ساختار پرسش‌نامه سبک‌های دلبستگی استفاده شده در این پژوهش، با پرسش‌نامه‌های استفاده شده در سایر پژوهش‌ها، بتواند تا حدودی تفاوت در نتایج را تبیین کند.

در مورد نقش نگرش‌های ناکارآمد در پیش‌بینی افسردگی نیز یافته‌ها نشان داد که این متغیر، می‌تواند به صورت مثبت و معنادار افسردگی را پیش‌بینی کند. این یافته، همسو با پژوهش‌های کالوی (۲۰۱۰)، اولیور و همکاران (۲۰۰۷)، بیورز و همکاران (۲۰۰۷)، هافل و همکاران (۲۰۰۳)، چنگ و یوسف (۲۰۱۰)، استالو (۲۰۱۱) است. آنها در پژوهش خود، به نقش نگرش‌های ناکارآمد در افسردگی اشاره نموده‌اند. در توجیه این یافته، باید گفت: اگر فرد بیش از حد انعطاف‌ناپذیر باشد و عقاید کمال‌گرایانه‌ای نسبت به محیط و اطرافیان داشته باشد، زمانی که با موقعیتی مواجه می‌شود، ممکن است راهبردهای ناسازگار، مانند انکار را به‌عنوان مقابله با عوامل فشارزا به کاربرد و از راهبردهای جبرانی که غیرواقعی‌اند نیز استفاده کند. این مسئله موجب می‌شود بیشتر در معرض آسیب قرار گیرند (مه‌دی‌یار، ۱۳۹۴، ص ۸۷).

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده در میان همه متغیرها، متغیر تعلق قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده افسردگی می‌باشد. این نتیجه، می‌تواند شاهدی دال بر کلیدی بودن این سازه باشد. این امر نشان می‌دهد که این سازه، زیربنای دیگر سازه‌ها است. به نظر می‌رسد، این سازه با جهان‌بینی افراد پیوند خورده است و می‌تواند علاوه بر اینکه سایر سازه‌ها را پوشش دهد، چیز دیگری به آنها اضافه کند. به عبارتی، با حذف همپوشانی متغیرها با متغیر تعلق در هر گام در رگرسیون گام‌به‌گام، این متغیرها دیگر نقشی در پیش‌بینی ایفا نمی‌کنند. راجع به حذف متغیر دلبستگی به خدا نیز می‌توان گفت: شاید پرسش‌نامه دلبستگی به خدا که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفته است، دقیقاً مفهوم مورد نظر ما از دلبستگی به خدا را دربر ندارد.

نتایج این پژوهش، بیانگر این نکته است که اسلام دارای پتانسیل‌های زیادی برای تعریف متغیرهای کلیدی، در تبیین اختلالات می‌باشد. لذا متخصصان تعلیم و تربیت و درمانگران، باید نقش این مفاهیم را در شکل‌گیری و درمان اختلالات مورد مذاقه بیشتری قرار دهند. تعدد پرسش‌نامه‌ها و طولانی بودن پرسش‌نامه‌ها، استفاده از ابزارهای خودگزارشی و عدم کنترل متغیرهایی مانند وضعیت فرهنگی، اجتماعی، مذهبی و... و عدم وجود پیشینه کافی، درباره سازه تعلق از محدودیت‌های این پژوهش بود. در نهایت، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، به بررسی بیشتر این سازه‌ها و ارتباط آن با سایر اختلالات پرداخته شود.

منابع

- اکبری، الله رضا و علی فتحی‌آشتیانی، ۱۳۸۸، «بررسی رابطه دنیاگرایی و سلامت روانی»، *روان‌شناسی و دین*، سال سوم، ش ۲، ص ۱۰۵-۱۴۳.
- آیین‌پرست، ندا و همکاران، ۱۳۸۹، «اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری بر درمان اختلال اضطراب و افسردگی و ایجاد امیدواری در زنان مبتلا به سرطان سینه»، *زن و جامعه*، سال اول، ش ۴، ص ۶۱-۷۵.
- باقری‌نژاد، مینا و همکاران، ۱۳۸۲، «رابطه بین نشخوار فکری و افسردگی در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی»، *پژوهش‌نامه مبانی تعلیم و تربیت*، ش ۱۱، ص ۲۱-۳۸.
- بیانی، علی اصغر و همکاران، ۱۳۸۷، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با اضطراب و افسردگی در دانشجویان»، *اصول بهداشت روانی*، سال دهم، ش ۳، ص ۲۰۹-۲۱۴.
- جدا، نرگس و همکاران، ۱۳۹۰، «جایگاه صبر در تعلیم و تربیت قرآنی»، در: سومین همایش به سوی راهبردهای قرآنی در تربیت انسان، مؤسسه فرهنگی قرآن و عترت صابره.
- حیدری نراقی، علی محمد، ۱۳۸۷، *صبر کیمیای سعادت*، قم، هدی نراقی.
- سادوک، ویرجینیا و بنیامین سادوک، ۱۳۸۵، *خلاصه روان‌پزشکی*، ترجمه حسن رفیعی و خسرو سبحانین، تهران، ارجمند.
- عمید، حسن، ۱۳۷۶، *فرهنگ عمید*، تهران، امیرکبیر.
- غباری‌ناب، باقر و علی اکبر حدادی کوهسار، ۱۳۹۰، «دلبستگی به خدا در بافت فرهنگ اسلامی: پایه‌های نظری ساخت و رواسازی ابزار اندازه‌گیری»، *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، سال اول، ش ۴، ص ۸۱-۱۰۶.
- کلوانی، حسین و همکاران، ۱۳۸۴، «اثربخشی شناخت درمانی بر ذهن آگاهی در کاهش افکار خودآیند منفی، نگرش ناکارآمد، افسردگی و اضطراب: پیگیری ۶۰ روزه»، *تازه‌های علوم شناختی*، ش ۱، ص ۴۹-۹۵.
- کوبانی، سمیه، ۱۳۹۳، *اثربخشی گروه درمانی معنوی - مذهبی با تأکید بر آموزه‌های اسلام بر کاهش اضطراب فراگیر دانشجویان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، شیراز، دانشگاه شیراز.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۹۱، *انسان کامل*، قم، صدرا.
- مک گوئیگان، فرانک، ۱۹۲۴، *روان‌شناسی آزمایشی*، ترجمه امیر خطیبی، تهران، نشر دانشگاهی.
- مکارم، سپیده، ۱۳۸۷، *انسجام فضایی - زمانی در بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی، افسردگی اساسی و افراد بهنجار*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، شیراز، دانشگاه شیراز.
- مهدی‌یار، منصوره، ۱۳۹۴، *پیش‌بینی افسردگی بر اساس تعلق مادی، دلبستگی به خدا، صبر و نگرش ناکارآمد*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، شیراز، دانشگاه شیراز.
- 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*, v. 32(2), p. 92-103.
- Beck, R, 2006, Communion and complaint: Attachment, object- relations, and triangular love perspectives on relationship with God, *Journal of Psychology and Theology*, v. 32, p. 92-103.
- Beevers, C. G, et al, 2007, Efficiently assessing negative cognition in depression: An item response theory analysis of the Dysfunctional Attitudes Scale, *Psychological Assessment*, v. 19, p. 199-209.
- Calloway, C. S, 2010, *Cognitive Vulnerabilities, Negative Life Events, and Depressive*

Symptoms in Young Adolescents, ProQuest Dissertations & Theses (PQDT).

- Cheng, S.K, & Yusoooff, F, 2010, Investigating the Moderating and Mediating Effects of Dysfunctional Attitudes and Self-Esteem on the Relationship between Social Support and Depression among Late Adolescents in Klang Valley Malaysia: A Moderated Mediation Model, *International Journal of Education and Information Technologies*, v. 2(4), p. 73-82.
- Chiao Yeo, J, 2010, *The psychometric study of the attachment to God inventory and the brief religious coping scale in a taiwonese Christian sample*, A Dissertation Proposal, Liberty University.
- Eliot, J. E, 1992, Compensatory buffers, depression, and irrational beliefs, *Journal of Cognitive Psychotherapy*, v. 6(3), p. 175-184.
- Haëffel, G. J, et al, 2003, Cognitive Vulnerability to Depression and Lifetime History of Axis I Psychopathology: A Comparison of Negative Cognitive Styles (CSQ) and Dysfunctional Attitudes (DAS), *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, n. 17, v. 1, p. 3-22.
- Kirkpatrick, L. A, & Shaver, P. R, 1992, An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief, *Personality and Social Psychology Bulletin*, v. 18(3), p. 266-275.
- Koenig, H, et al, 2014, Religious involvement is associated with greater purpose, optimism, generosity and gratitude in persons with major depression and chronic illness, *Journal of Psychosomatic Research*, v. 77, p. 135-143.
- Laurin, K, et al, 2008, On the belief of God: Towards on understanding of the emotional substrates of compensatory control, *Journal of Experiential Social Psychology*, v. 6, p. 1559-1562.
- Mahdiyar, M, et al, (not published), Construction and validation of Attachment Questionnaire.
- McElroy, E. M, 1999, *The effect of God image and religious coping on depression*, well-being and alcohol use in college students, Fordham University. AAT 9926893.
- Oliver J. M, et al, 2007, Contributions of the Cognitive Style Questionnaire and the Dysfunctional Attitude Scale to Measuring Cognitive Vulnerability to Depression, *Cognitive therapy research*, v. 31, p. 51-69.
- 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*, v. 41(4), p. 637-651.
- Stolow, D, 2011, *A Prospective Examination of Beck's Cognitive Theory of Depression in University Students in Mailand China*, For the degree of Master of Science, Proquest, Umi Dissertation Publishing.
- Welkowitz, J, et al, 1985, The depressive experiences questionnaire: Revision and validation, *Journal of Personality Assessment*, v. 49, p. 89-94.
- Yaillanta, G. J, et al, 2008, The natural history of male mental health and religious involvement, *Social Science & Medicine*, v. 66, p. 221-231.
- Zians, J, 2005, *A comparison of trait anger and depression on several variables: Attribution styles*, dominance, submissiveness, "need for power", efficacy and dependency, A doctoral dissertation, California school of professional psychology.