

Predicting Depression among Shiraz University Students Based on Patience and its Components

Mansoorah Mahdiyar^{1*}, Seyed Mohammad Reza Taghavi¹, Mohammad Ali Goudarzi¹

1- Department of Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran.

*Correspondence should be addressed to Mrs. Mansoorah Mahdiyar; Email: Mansurehmahdiyar@yahoo.com

Article Info

Received: Apr 4, 2017

Received in revised form:

Jun 18, 2017

Accepted: Jul 2, 2017

Available Online: Apr 6, 2017

Keywords:

Contentment

Depression

Patience

Persistence

University Students

Abstract

Background and Objective: Given the prevalence of depression in different societies, identifying its predictive factors with the purpose of prevention and early intervention is of great importance. In Islam, emphasis has been put on patience as a determining factor in preventing depression. The aim of this study was to predict depression based on patience and its components.

Method: This study adopted a correlational method. The population included Shiraz University students, from whom 209 were selected through convenience sampling. Research instruments were Patience Scale and Beck Depression II Inventory. In order to analyze the data, stepwise and enter regression were used. In this study, the ethical issues were all considered; besides, the authors declare no conflict of interest.

Results: The results showed that persistence and contentment can predict depression both significantly and negatively. Moreover, the total score of patience could also predict depression significantly and negatively.

Conclusion: Regarding the role of this religious variable in developing and prevention of depression, therapists and researchers should pay more attention to patience and its components.

Please cite this article as: Mahdiyar M, Taghavi S M R, Goudarzi M A. Predicting Depression among Shiraz University Students Based on Patience and its Components. *J Res Relig Health*. 2017; 3(4): 21- 31.

Summary

Background and Objectives: Depression has been reported to be a common disabling disorder (1). Given the prevalence of this disorder and its effect on university students, identifying its predictive factors with the purpose of prevention and early intervention seems necessary. Moreover, to achieve a comprehensive understanding of mental phenomena specifically in societies where religious concepts are highly attached to people's lives, considering religious elements will be fruitful. sss

One of the key structures emphasized in religion is patience. Here, patience refers to the use of strategies that prevent people from losing their equilibrium when confronted with inner stimuli (such as thoughts and gestures like wrath and anger) or environmental stimuli (such as dealing with adverse events, failures or extreme joys).” Patience hasa frequently been mentioned in religious texts. In Nahj al-Balagha,

patience is coping with grief (2): “remove your grief by the power of patience and certitude” (2). A large number of studies conducted on patience highlight the significance of it (3-11). This study seeks to examine the prediction of depression based on components of patience’ provided that its positive role in depression is confirmed, the mental and spiritual health of the society can be prepared by training and strengthening it.

Method: This descriptive study adopted a correlational method. The population included students at Shiraz University, from whom 209 were selected through convenience sampling. To do data analysis, means and standard deviations were utilized for descriptive statistics; further, Pearson correlation as well as simultaneous and stepwise regressions were used for inferential statistics. Research instruments were Patience Scale and Beck Depression II Inventory, which had acceptable validity and reliability.

Results: There is a significant negative relationship between the depression and patience and its

components ($p < .001$). To determine the role of patience in predicting depression, regression was used. The results show that the analysis of variance of depression based on patience's score is significant at .001. The beta coefficient is .36, which is significant at .001. Due to the fact that the coefficient is negative, it can be concluded that 13% of depression is predicted by patience in a reverse way. To investigate the role of patience in predicting depression, the stepwise regression was used in which the components of patience and the depression were entered into the regression equation as the predictive variable and criterion variable, respectively.

The results show that the F value is significant in two steps: persistence and contentment ($F = 31.35$ and $p < .001$ in the first step, and $F = 20.63$ and $P < .001$ in the second step). In other words, persistence and contentment can predict depression. The regression coefficient related to prediction is reported in Table 2. The table shows that beta coefficient is .36 in persistence variable (first step), which is significant at .001. The corresponding amount in the second step is .28. Also, according to the coefficient of determination, 16% of the variance in depression is negatively predicted by patience components.

Conclusion: The results showed that patience plays a role in predicting depression. This finding is in line with the teachings of the Quran and Traditions of the Imams (PBUT). In traditions, patience has been presented as an important factor in prevention of depression (7). These findings are also consistent with the results of Nematipour (15) and Hossein Sabet's (8) studies. Their research indicated that teaching patience can reduce depression among different groups of people.

It should be noted that when an individual manages to tolerate adversities, he would learn how to be patient; in other words, if people show patience and persistence in response to adverse events and stop resorting to behaviors such as impatience, they gradually get accustomed to hardship and their patience against hardships would increase (6).

The results regarding the role of patience in predicting depression showed that the persistence component (with the sense of stability and perseverance in accomplishing the affairs and sustainability in work and activity), and contentment (accepting the current situation in which the person is located) can negatively and significantly predict depression. This finding is explained based on a few assumptions as presented below.

1. Today, acceptance and commitment-based therapy is considered one of the third wave's treatments. The effectiveness of this treatment regarding many disorders including depression has been confirmed (16). This treatment places emphasis on elements such as having a goal, determination, and perseverance in order to achieve that goal as well as accepting the situation rather than making attempts to avoid situations. It

appears that these elements are similar to the components of patience, that is, persistence and contentment.

2. In Khormaei et al.'s (11) study, components of persistence and contentment could predict 'hope' scores. According to the results, people who scored higher in components of contentment and persistence are more hopeful about the future. These people work towards their goals and objectives and show perseverance in achieving them. This stability, determination, and perseverance in work is one of the most important motivational factors in achieving goals (17).

There are two major styles of coping, namely problem-oriented and emotion-oriented. It appears that the component of persistence which refers to stability and perseverance in accomplishing the affairs and sustainability at work and activity is a concept similar to problem-oriented coping and the component of contentment which refers to accepting the current situation in which the person is located, is somehow close to emotion-oriented coping style. It is recommended that this issue be examined in future research. If confirmed, it would be explained that patient people try their best to modify the situation and persist in difficult circumstances; otherwise, they would accept the situation as it is.

References

1. Najafi M, Pourjam E, Jamshidi N, Karimi S, Najafi V. Survey of stress, anxiety, depression, and self-concept of students of Fasa university of medical sciences 2013. *Journal of Fasa University of Medical Sciences*. 2013; 3(3): 140-235. (Full Text in Persian)
2. Bolhari J, Mohamadpour HR, Asgharnejad Mazid AA, Taheri A. *Nahjolbalaqa and Mental Health*. Tehran: Danesh; 2011. (Full Text in Persian)
3. Hossein-Sabet F. The effect of Teaching of Patience on Anxiety, Depression and Happiness. *Study of Islamic Psychology*. 2008; 1(2): 79-92. (Full Text in Persian)
4. Izadi Tame A, Borjali A, Delavar A, Eskandari H. Patience, theoretical foundations and social-mental functions. *Mesbah*. 2009; 78: 103-30.
5. Kalantari S. The Comparison of Facets of Mindfulness and Patience among Patients with Major Depression, General Anxiety Disorder and Normal Individuals. Shiraz: University; 2010. (Full Text in Persian)
6. Haghjoo S. The predictor of Suicide Thoughts on the Basis of Patience Components and Emotional Regulation. Shiraz: Shiraz University; 2013. (Full Text in Persian)
7. Keyhanfar R. Investigating Relationships between Patience and Coping Strategies among Shiraz

University Students Shiraz: Shiraz University; 2010.
(Full Text in Persian)

8. Khormaei F, Farmani A, Soltani E. Role of patience and its components as moral construct and personality characteristics in prediction of hopelessness among university students. *Med Ethics*. 2014; 7(28): 167-99. (Full Text in Persian)

9. Baneshi F. The Relationship between Patience and General Health among Male and Female Shiraz University Students. MA thesis in clinical psychology. Shiraz: Shiraz University; 2010. (Full Text in Persian)

10. Razmzan Z. Investigating the Relationship of Patience Components and Resilience with Spiritual Transcendence among Shiraz University Students. Shiraz: Shiraz University; 2011. (Full Text in Persian)

11. Khormaei F, Zareei F, Mahdiyari M, Farmani A. Role of patience and its components as moral construct in predicting hope among university students. *Medical Ethics* 2014; 7(3): 59-68. (Full Text in Persian)

12. Aein Parast N, Pedram M, Mohamadi M, Naziri G. The influence of cognitive-behavioral group therapy on the treatment of anxiety and depression disorders and on the development of hope in women with breast cancer. *Women and Society*. 2010; 1(14): 61-75. (Full Text in Persian)

13. Bayani A, Goudarzi H, Bayani A, Mohamad Kouchaki A. Investigation of the relationship between religious direction and anxiety and depression in students. *Principles of Mental Health*. 2008; 10(3): 209-14. (Full Text in Persian)

14. Khormaei F, Farmani A, Soltani E. The construction and examining of the psychometric properties of patience scale. *Educational Measurement J*. 2015; 5(17): 83- 99. (Full Text in Persian)

15. Nematipour Z, Golzari M, Bagheri F. Investigating the effect of group patience teaching on reduction of depression symptoms and mental stress caused by bereavement in the mothers who lose their child. *Journal of Clinical Psychology*. 2013; 7: 31-60. (Full Text in Persian)

16. Zettle R. ACT for depression: A clinician's guide to using acceptance and commitment therapy in treating depression: New Harbinger Publications; 2007.

17. Le Bars H, Gernigon C, Ninot G. Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*. 2009; 19(2): 274-85.

تنبؤ الإكتئاب على اساس الصبر وعناصره بين طلاب جامعة شيراز عام ٢٠١٤- ٢٠١٥

منصوره مهدي يار^{*}، سيد محمدرضا تقوي^١، محمدعلي كودرزي^١

١- قسم علم النفس السريري، كلية علم النفس والعلوم التربوية، جامعة شيراز، شيراز، ايران.

^{*} المراسلات موجهة إلى السيدة منصوره مهدي يار؛ البريد الإلكتروني: Mansurehmahdiar@yahoo.com

معلومات المادة

الوصول: Apr ٤، ٢٠١٧

وصول النص النهائي: Jun ١٨، ٢٠١٧

القبول: Jul ٢، ٢٠١٧

النشر الإلكتروني: Apr ٦، ٢٠١٧

الألفاظ الرئيسية:

الإستقامة

الإكتئاب

الرضا

الصبر

الطالب الجامعي

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: نظرا لإرتفاع معدل انتشار الإكتئاب بين المجتمعات المختلفة، من الضروري معرفة العوامل التنبؤية للوقاية والتدخل المبكر. وقد أكد الإسلام على الصبر للوقاية من الإكتئاب. والهدف من هذه الدراسة تنبؤ الإكتئاب على اساس الصبر وعناصره.

منهجية البحث: تمت هذه الدراسة بطريقة تضامنية وقد اشتمل المجتمع الاحصائي على طلاب جامعة شيراز الذين اخير منهم ٢٠٩ طالبا بطريقة اخذ العينة الصدفة. ويحوي اداة جمع البيانات، استبانة "بيك" للإكتئاب والصبر. وقد استخدم منهج "رغرسون" المتزامن والمتدرج لتحليل البيانات وتحزنتها. تمت مراعاة جميع الموارد الاخلاقية في هذا البحث وازضافة الى هذا فإن مؤلفي المقالة لم يشيروا الى تضارب المصالح.

الكشوفات: بناء على المكشوفات استطاعت عناصر الإستقامة والرضا وكذلك النتيجة الإجمالية للصبر ان تنبئ عن الإكتئاب بصورة سالبة وكبيرة.

النتيجة: تبين نتائج الدراسة هذه انه يجب على المعالجين والمحققين إيلاء المزيد من الأهمية لدور العناصر الدينية في تكوين وعلاج الإكتئاب.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Mahdiyar M, Taghavi S M R, Goudarzi M A. Predicting Depression among Shiraz University Students Based on Patience and its Components. J Res Relig Health. 2017; 3(4): 21- 31.

پیش‌بینی افسردگی بر اساس صبر و مؤلفه‌های آن در دانشجویان دانشگاه شیراز در سال ۹۳ - ۹۴

منصوره مهدی‌یار^{۱*}، سید محمدرضا تقوی^۱، محمدعلی گودرزی^۱

۱- گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.
مکاتبات خطاب به خانم منصوره مهدی‌یار؛ پست الکترونیک: Mansurehmahdiar@yahoo.com

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۵ فروردین ۹۴
دریافت متن نهایی: ۲۸ خرداد ۹۴
پذیرش: ۱۱ تیر ۹۴
نشر الکترونیکی: ۱۵ شهریور ۹۴

چکیده

سابقه و هدف: با توجه به شیوع فراوان افسردگی در میان جوامع مختلف، شناخت عوامل پیش‌بینی‌کننده، برای پیشگیری و مداخله‌ی زودهنگام اهمیت دارد. در اسلام برای پیشگیری از افسردگی، بر صبر تأکید بسیاری شده است. از این رو، هدف از انجام این پژوهش پیش‌بینی افسردگی بر اساس صبر و مؤلفه‌های آن است.

روش کار: این پژوهش از نوع همبستگی و جامعه‌ی آماری آن شامل دانشجویان دانشگاه شیراز است که ۲۰۹ نفر از آنان به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های افسردگی بک و صبر است و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از روش رگرسیون همزمان و گام‌به‌گام استفاده شده است. در این پژوهش همه‌ی موارد اخلاقی رعایت شده است. علاوه بر این، نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

یافته‌ها: بر اساس یافته‌ها، مؤلفه‌های استقامت و رضایت و همچنین نمره‌ی کل صبر توانسته افسردگی را به صورت منفی و معنادار پیش‌بینی کند.

نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش حاضر بیانگر این نکته است که درمانگران و پژوهشگران باید به نقش مؤلفه‌های مذهبی در شکل‌گیری و درمان افسردگی توجه بیشتری داشته باشند.

واژگان کلیدی:

استقامت
افسردگی
دانشجو
رضایت
صبر

استناد مقاله به این صورت است:

Mahdiyar M, Taghavi S M R, Goudarzi M A. Predicting Depression among Shiraz University Students Based on Patience and its Components. J Res Relig Health. 2017; 3(4): 21- 31.

مقدمه

حساسی در زندگی جوانان به حساب می‌آید که با تغییرات بسیاری همراه است و می‌تواند زمینه‌ساز مشکلات روانی بسیاری شود. از جمله‌ی این مشکلات روانی افسردگی است. افسردگی علاوه بر مشکلاتی که در طول تحصیل ایجاد می‌کند، سبب تداخل با شغل حرفه‌یی و برعهده‌گرفتن مسئولیت نیز می‌شود (۱). طبق پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، خلق افسرده و نداشتن احساس لذت، نشانه‌های کلیدی این اختلال محسوب می‌شود (۲).

جامعه‌ی دانشجویی بخش عظیمی از جمعیت کشور ما را تشکیل داده است. نقش این جامعه در اداره‌ی آینده‌ی کشور بر کسی پوشیده نیست. جامعه‌یی که به سلامت خود و نسل‌های آینده می‌اندیشد باید با بررسی و رفع عوامل زمینه‌ساز مشکل روانی یا سلامت روان آینده‌سازانش، در راه نیل به آرمان‌هایش گام بردارد. ورود به دانشگاه مقطع بسیار

افراد افسرده و مضطرب از نظر مؤلفه‌های صبر تفاوت معنی‌داری وجود دارد (۹). مؤلفه‌های صبر توانایی پیش‌بینی افکار خودکشی را دارد (۱۰). همه‌ی مؤلفه‌های صبر با راهبرد مقابله‌ی ارزیابی مجدد رابطه‌ی مثبت معنی‌دار و با راهبرد مقابله‌ی فرار - اجتناب، رابطه‌ی منفی معنی‌دار نشان داده‌است (۱۱). مؤلفه‌های شکیبایی و رضایت پیش‌بینی‌کننده‌ی منفی راهبردهای مقابله‌ی و مؤلفه‌ی استقامت پیش‌بینی‌کننده‌ی مثبت راهبردهای مقابله‌ی است.

در پژوهش‌های مختلف، نقش صبر در پیش‌بینی رضایت زناشویی (۱۲)، سلامت عمومی (۱۳) و تعالی معنوی (۱۴) بررسی شده است. خرمائی، زارعی، مهدی‌یار و فرمانی نشان داده‌اند که صبر و مؤلفه‌های آن با نمره‌ی کل امید و مؤلفه‌های آن همبستگی مثبت و معنی‌دار دارد و صبر، نمره‌ی کل امید و مؤلفه‌های آن را پیش‌بینی می‌کند (۱۵).

نکته‌ی مهم این است که صبر امری آموختنی است؛ امام علی (ع) در نامه‌ی ۳۱ نهج‌البلاغه به فرزندش می‌نویسد: «خود را برای استقامت برابر مشکلات عادت ده، که شکیبایی در راه حق عادت‌ی پسندیده است.» اگر انسان در پیشامدهای ناگوار صبر کند و از رفتارهای نامطلوب مانند بی‌تابی بپرهیزد و مقاومت نشان دهد، رفته‌رفته به سختی عادت می‌کند و تحمل او در برابر سختی‌ها افزایش می‌یابد (۵). با توجه به اینکه می‌توان این مؤلفه را آموزش داد؛ این پژوهش در صدد است که به بررسی پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه‌های صبر بپردازد تا در صورت تأیید نقششان در افسردگی، با آموزش و تقویت آنها مقدمات سلامت روانی و معنوی جامعه فراهم شود.

روش کار

این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه‌ی آماری آن را دانشجویان دانشگاه شیراز تشکیل می‌دهد. بدین صورت که نمونه‌ی به حجم ۲۰۹ نفر از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای تحلیل داده‌ها، در آمار توصیفی از میانگین و انحراف‌استاندارد؛ و در آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون همزمان و گام‌به‌گام استفاده شده است.

ابزارهای پژوهش

۱- پرسش‌نامه‌ی افسردگی بک II^۱: این پرسش‌نامه که در سال ۱۹۹۶ منتشر شده، صورت بازنگری‌شده‌ی پرسش‌نامه‌ی

در گذشته برای توضیح اختلالات روانی، از سازه‌های بسیاری استفاده شده که هرکدام از منظری خاص به تبیین موضوعات پرداخته‌است؛ اما فقط به یک جنبه از زندگی انسان معطوف شده و از ابعاد معنوی غفلت شده‌است. اخیراً اهمیت معنویت و رشد معنوی انسان به‌صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است (۳). در پژوهش‌های بسیاری ارتباط مذهب و متغیرهای مرتبط با سلامت روان نشان داده شده است (۴). بنابراین برای دستیابی به دیدی کامل و جامع به‌ویژه در جوامعی که مفاهیم دینی پیوندی گسترده و همه‌جانبه با زندگی مردم دارد، توجه به مؤلفه‌های مذهبی ضروری به‌نظر می‌رسد.

یکی از سازه‌های کلیدی که در دین تأکید بسیاری بر آن شده، صبر است. صبر در لغت به معنای شکیبایی و بردباری است. غباری بناب و خدایاری فرد (۵) نیز با توجه به گستردگی و کاربرد صبر در روان آدمی این تعریف را پیشنهاد می‌کنند: «صبر یکی از روش‌های خودتنظیمی است که موجب اعتدال روان آدمی می‌شود. منظور از خودتنظیمی قدرت استفاده از راهبردهایی است که در مقابل محرک‌های درونی (مانند افکار و حالت‌هایی مثل غضب و خشم) و یا محرک‌های محیطی (مانند رویارویی با حوادث ناگوار، ناکامی‌ها و یا خوشی‌های افراطی)، انسان را از عدول از تعادل بازمی‌دارد».

در متون دینی ما به صبر و نقش آن در احساس غم و اندوه اشاره‌های فراوانی شده است؛ برای مثال در نهج‌البلاغه صبر خط اول مقابله با اندوه به حساب می‌آید (۶)؛ «غم و اندوه را با نیروی صبر و نیکویی یقین از خود دور ساز» (۶)؛ و «روزگار دو روز است؛ روزی به سود تو و روزی به زیان تو، آنگاه که به سود توست به خوش‌گذرانی و سرکشی روی نیاور و آنگاه که به زیان توست، شکیبیا باش» (۶). باوجود تأکید دین بر این متغیر که عاملی تأثیرگذار بر افسردگی تلقی می‌شود، تاکنون هیچ پژوهشی به بررسی نقش صبر با تمامی جوانب و مؤلفه‌هایش نپرداخته است. اگر در پژوهشی مشخص شود که بعضی از مؤلفه‌های صبر در برخی از اختلالات نقش بیشتری دارد؛ شاید بتوان با تأکید بر آن موارد به کاهش و پیشگیری آن اختلال کمک کرد.

پژوهش‌های مختلفی درباره‌ی صبر صورت گرفته است که بر اهمیت آن صحنه می‌گذارد. برای مثال، اهمیت و فایده‌ی این سازه‌ی دینی - اخلاقی - روان‌شناختی در کاهش اضطراب و افسردگی (۷)، کاهش پرخاشگری و همچنین انتخاب راهبردهای مقابله‌ی (۸) تأیید شده است. علاوه‌براین، بین

^۱ Beck Depression Inventory II

به پرسش‌نامه‌ها فرم رضایت را مشاهده و امضا کنند. در تکمیل همزمان این دو مقیاس ترتیبی داده شد که آزمودنی‌ها ابتدا مقیاس صبر و سپس پرسش‌نامه‌ی افسردگی را تکمیل کنند تا از تأثیر خلق فرد بر پاسخگویی به پرسش‌نامه‌ی دیگر جلوگیری شود. معیار ورود به مطالعه اشتغال به تحصیل در دانشگاه شیراز؛ و معیار خروج از مطالعه نداشتن تسلط کامل به زبان فارسی بود.

یافته‌ها

جدول شماره‌ی ۱ آمار توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

| متغیر | میانگین | انحراف معیار |
|------------|---------|--------------|
| افسردگی | ۱۱/۸۹ | ۹/۳۳ |
| صبر | ۶۰/۱۱۸ | ۱۲/۳۸ |
| متعالی‌شدن | ۲۰/۹۶ | ۵/۳۰ |
| شکیبایی | ۱۴/۵۷ | ۴/۴۰ |
| رضایت | ۹/۵۱ | ۲/۶۴ |
| استقامت | ۷/۷۸ | ۲/۱۳ |
| درنگ | ۷/۳۳ | ۲/۴۹ |

برای بررسی برقرار بودن پیش‌فرض‌های رگرسیون، به بررسی خطی بودن رابطه‌ی متغیرهای پژوهش، همگنی واریانس‌ها و نرمال بودن پرداخته شد. پس از به‌دست آوردن اعتبار، برای انجام تحلیل‌های بعدی، برای فهم چگونگی ارتباط متغیرهای مورد پژوهش همبستگی‌های آنها از راه ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شد.

افسردگی بک است که برای سنجش شدت افسردگی تدوین شده است. این پرسش‌نامه که می‌تواند برای جمعیت بالای ۱۳ سال استفاده شود، در مقایسه با فرم اولیه، با DSM-IV همخوانی بیشتری دارد. ۲۱ ماده‌ی این مقیاس علائم جسمانی، رفتاری و شناختی افسردگی را اندازه‌گیری می‌کند. آزمودنی برای هر ماده یکی از چهار گزینه‌ی را که نشان‌دهنده‌ی شدت علائم افسردگی در مورد خویش است، برمی‌گزیند. هر ماده نمره‌ی بین ۰ تا ۳ به‌دست می‌دهد. بدین ترتیب، نمره‌ی کل پرسش‌نامه که شدت افسردگی را مشخص می‌کند در دامنه‌ی ۰ تا ۶۳ قرار می‌گیرد. نمره‌ی کمتر از ۱۰ نداشتن افسردگی، ۱۰ - ۱۹ افسردگی خفیف، ۲۰ - ۳۰ افسردگی متوسط و نمره‌های بیشتر از ۳۰ افسردگی شدید را نشان می‌دهد. بک و کلارک^۱ 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 کرده‌اند (۱۶). در ایران پایایی این پرسش‌نامه، از راه ضریب همبستگی درونی بر حسب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و همبستگی به‌دست آمده با روش تصنیف بر اساس پرسش‌های زوج و فرد، ۰/۷۰ گزارش شده است (۱۶). دادستان، روایی همزمان و افتراقی این آزمون را در ایران بررسی کرده و ضرایب مربوط به آن را به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۷۸ گزارش کرده است (۱۷).

۲- مقیاس صبر: خرماهی، فرمانی و سلطانی این مقیاس را در قالب ۲۵ گویه و با مقیاس لیکرت پنج درجه‌ی از کاملاً درست تا کاملاً نادرست ساخته‌اند که از پنج تا یک نمره‌گذاری می‌شود (۱۸). برای تعیین روایی آن از روش تحلیل عاملی استفاده شده است. نتایج تحلیل عاملی نشان‌دهنده‌ی وجود پنج مؤلفه‌ی صبر است که به ترتیب متعالی‌شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ نام‌گذاری می‌شود و این پنج مؤلفه ۵۲ درصد از واریانس کل نمونه را تبیین می‌کند. برای سنجش پایایی مقیاس صبر از روش محاسبه‌ی ضرایب آلفای کرونباخ استفاده شده است. ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۶۰ تا ۰/۸۴ و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۶ گزارش شده است.

روش اجرای پرسش‌نامه‌ها

پس از نمونه‌گیری و پیش از دادن پرسش‌نامه‌ها به دانشجویان، برای جلب رضایت آنان توضیحات لازم در مورد هدف پژوهش و نحوه‌ی تکمیل پرسش‌نامه‌ها و ماهیت محرمانه‌ماندن پاسخ‌ها به‌صورت شفاهی داده شد. از افراد خواسته شد پیش از پاسخ

^۱ Beck and Clark

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

| افسردگی | درنگ | استقامت | رضایت | شکیبایی | متعالی‌شدن | صبر |
|---------|--------|---------|-------|---------|------------|------------|
| ۰/۳۶** | ۰/۵۸** | ۰/۵۸** | ۰/۷۵* | ۰/۷۵* | ۰/۸۲ | ۱ |
| ۰/۲۶** | ۰/۳۶** | ۰/۳۵** | ۰/۵۱* | ۰/۴۳* | ۱ | متعالی‌شدن |
| ۰/۲۳** | ۰/۲۴** | ۰/۳۳** | ۰/۴۷* | ۱ | | شکیبایی |
| ۰/۳۱** | ۰/۳۸** | ۰/۴۰** | ۱ | | | رضایت |
| ۰/۳۶** | ۰/۳۱** | ۱ | | | | استقامت |
| ۰/۱۹** | ۱ | | | | | درنگ |
| ۱ | | | | | | افسردگی |

* p<0.01 ** p<0.001

پیش‌بینی و افسردگی (متغیر ملاک) وارد معادله‌ی رگرسیون شد. نتایج نشان داده که تحلیل واریانس افسردگی بر اساس نمره‌ی صبر در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. به عبارت دیگر این مسئله حاکی از آن است که صبر می‌تواند در میزان افسردگی نقش داشته باشد. جدول ذیل نتایج بررسی میزان پیش‌بینی‌کنندگی متغیر صبر را نشان می‌دهد.

چنانکه در جدول فوق مشاهده می‌شود متغیر افسردگی با متغیرهای صبر و مؤلفه‌های آن ($p<0.001$) رابطه‌ی منفی و معنادار دارد. بدین معنا که با افزایش این مؤلفه‌ها، افسردگی کاهش می‌یابد و برعکس. برای بررسی نقش صبر در پیش‌بینی افسردگی از رگرسیون همزمان استفاده شده است. سپس نمره‌ی کل صبر (متغیر

جدول ۳. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی بر اساس متغیر نگرش ناکارآمد

| میزان معناداری | T | ضریب رگرسیون استاندارد B | ضریب تعیین | ضریب همبستگی |
|----------------|-------|--------------------------|------------|--------------|
| ۰/۰۰۱ | -۵/۶۷ | -۰/۳۶ | ۰/۱۳ | ۰/۳۶ |

رگرسیون شد. از میان مؤلفه‌های صبر؛ مؤلفه‌های درنگ، شکیبایی و متعالی‌شدن از معادله خارج شد. نتایج نشان می‌دهد که مقدار F در دو گام استقامت و رضایت معنادار است (در گام اول $F=۳۱/۳۵$ و $p<۰/۰۰۱$ و در گام دوم $F=۲۰/۶۳$ و $P<۰/۰۰۱$). به عبارت دیگر استقامت و رضایت می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی در جدول ذیل گزارش شده است.

در این مورد نیز همان‌طور که جدول شماره‌ی ۳ نشان می‌دهد، ضریب رگرسیون استاندارد ۰/۳۶ به دست آمده که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. با توجه به منفی بودن این ضریب و با نگاهی به ضریب تعیین می‌توان گفت که صبر ۱۳ درصد از میزان افسردگی را به صورت معکوس پیش‌بینی می‌کند. یعنی ۱۳ درصد از تغییرات افسردگی به میزان صبر بستگی دارد. برای بررسی نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی افسردگی نیز از رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد و مؤلفه‌های صبر در قالب متغیر پیش‌بین و متغیر افسردگی در قالب متغیر ملاک وارد معادله‌ی

جدول ۴. ضریب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه‌های صبر

| میزان معناداری | T | ضریب رگرسیون استاندارد B | ضریب تعیین | ضریب همبستگی | متغیر |
|----------------|-------|--------------------------|------------|--------------|---------------|
| ۰/۰۰۱ | -۵/۶۰ | -۰/۳۶ | ۰/۱۳ | ۰/۳۶ | استقامت |
| ۰/۰۰۱ | -۴/۰۳ | -۰/۲۸ | ۰/۱۶ | ۰/۴۰ | استقامت رضایت |

جهت اهداف خود به کار و فعالیت مشغولند و در راه اهدافشان استقامت می‌ورزند. این پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت، یکی از مهم‌ترین عوامل انگیزشی برای دستیابی به اهداف است که نقطه‌ی مقابل افسردگی محسوب می‌شود (۲۱).

۳. دو سبک عمده‌ی کنارآمدن شامل کنارآمدن مسئله‌مدار و کنارآمدن هیجان‌مدار وجود دارد که در سبک کنارآمدن مسئله‌مدار تمرکز بر موقعیت و تلاش برای تغییر شرایط است؛ درحالی‌که در سبک کنارآمدن هیجان‌مدار تمرکز بر تغییر هیجانات است. این دو سبک در کنار یکدیگر به افراد کمک می‌کنند تا با شرایطشان سازگار شوند. به نظر می‌رسد مؤلفه‌ی استقامت که به معنای پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت است، مفهومی مشابه با کنارآمدن مسئله‌مدار دربردارد و مؤلفه‌ی رضایت که پذیرش وضع موجود و قبول آنچه فرد در آن قرار دارد، معنا شده است نیز تا حدودی شبیه به سبک کنارآمدن هیجان‌مدار است.

همان‌طور که گفته شد توجه به سلامت دانشجویان که در آینده عهده‌دار مسئولیت‌های گوناگون هستند بسیار مهم و ضروری به نظر می‌رسد. یکی از ابعاد مهم سلامت دانشجویان که سرمایه‌های یک کشور محسوب می‌شوند، سلامت روان آنان است (۱). با توجه به اینکه این گروه به دلیل شرایط سنی و موقعیت خاص اجتماعی در معرض اختلالاتی مانند افسردگی هستند (۱)، شناسایی عوامل مؤثر در این اختلال‌ها می‌تواند به ما در پیشگیری و درمان کمک کند. از آنجایی‌که ما مسلمانان معتقدیم دین اسلام دین کاملی است، در متون دینی خود به دنبال این عوامل گشته‌ایم و به مفهوم صبر که عاملی مؤثر محسوب می‌شود، رسیده‌ایم. بنابراین بر آن شدیم برای تأیید این نقش و شناسایی مؤلفه‌هایی از صبر که می‌توانند نقش بیشتری داشته باشند، به این پژوهش بپردازیم. با توجه به نتایج شاید بتوان گفت افراد صبور در شرایط سخت و در صورت امکان تغییر شرایط، تمام تلاش خود را به کار می‌گیرند و پیوسته استقامت می‌ورزند (استقامت) و در صورتی‌که تغییر شرایط امکان‌پذیر نباشد آن را همان‌گونه که است می‌پذیرند (رضایت) و این‌گونه کنارآمدن منطقی با شرایط سخت از افسرده‌شدن آنان جلوگیری می‌کند. بنابراین شاید بتوان با آموزش این الگوی رفتاری به افراد، در جهت کاهش افسردگی گام برداشت. همچنین با توجه به تأیید نقش صبر و به‌ویژه مؤلفه‌های استقامت و رضایت می‌توان نتیجه گرفت که دین ما دارای توان قوی برای تعریف مؤلفه‌هایی در تبیین اختلالات

نتایج جدول شماره‌ی ۴ نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون متغیر استقامت (گام اول) ۰/۳۶- به‌دست آمده که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. این مقدار در گام دوم ۰/۲۸- به‌دست آمده است. همچنین با توجه به ضریب تعیین، می‌توان گفت مؤلفه‌های صبر، ۱۶ درصد از واریانس افسردگی را در جهت منفی پیش‌بینی می‌کند. یعنی هر چه میزان این مؤلفه‌ها بیشتر باشد، افسردگی به مقدار مشخصی کاهش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش بررسی امکان پیش‌بینی افسردگی بر اساس صبر و مؤلفه‌های آن است که برای اجرای آن، در ابتدا از ضریب رگرسیون همزمان استفاده شده است. نتایج نشان می‌دهد که صبر می‌تواند در پیش‌بینی افسردگی نقش داشته باشد. این یافته با آموزه‌های قرآنی و سخنان معصومان (ع) نیز همسو است. در روایات، صبر عامل مهمی در پیشگیری از افسردگی معرفی شده است (۶). در واقع افراد صبور قادرند نگرشی مثبت داشته باشند، مشکلات را به‌صورت سازنده حل کنند و با چالش‌های زندگی به‌صورت مؤثر ارتباط برقرار کنند. داشتن این مهارت‌ها خطر عامل‌های شناخته‌شده را برای افسردگی کاهش می‌دهد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های نعمتی‌پور و حسین ثابت همخوانی دارد. آنان در پژوهش خود نشان دادند که آموزش صبر موجب کاهش افسردگی در گروه‌های مختلف می‌شود (۷ و ۱۹). نتایج یافته‌ها درباره‌ی نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی افسردگی نشان داده که مؤلفه‌های استقامت (به‌معنای پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت) و رضایت (پذیرش وضع موجود و قبول آنچه فرد در آن قرار دارد)، می‌تواند در افسردگی نقش داشته باشد. این مسئله بر حسب چند احتمال به شرح زیر تبیین می‌شود.

۱. اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، بر اختلالات بسیاری از جمله افسردگی تأیید شده است (۲۰). این درمان بر عناصری مانند داشتن هدف، پایداری و مداومت در جهت رسیدن به آن هدف و همچنین پذیرش موقعیت به‌جای تلاش برای اجتناب از موقعیت‌ها تأکید دارد. به نظر می‌رسد این عناصر با مؤلفه‌های استقامت و رضایت صبر شباهت داشته باشد.

۲. در پژوهش خرمایی و همکاران، مؤلفه‌های استقامت و رضایت نمره‌ی امید افراد را پیش‌بینی می‌کند (۱۵). طبق نتایج این پژوهش، افرادی که نمره‌ی بالاتری در مؤلفه‌ی رضایت و استقامت صبر به‌دست آوردند، به آینده امیدوارترند. این افراد در

5. Ghobari Bonab B, Khodayarifard M. The relationship between God, anxiety, patience and hope in adverse conditions. The First International Conference on Religion and Mental Health; Tehran, Iran: Iran Medical Sciences University; 2000.(Full Text in Persian)
6. Bolhari J, Mohamadpour HR, Asgharnejad Mazid A.A, Taheri A. Nahjolbalaqa and Mental Health. Tehran: Danesh; 2011.(Full Text in Persian)
7. Hossein-Sabet F. The effect of Teaching of Patience on Anxiety, Depression and Happiness. Study of Islamic Psychology. 2008;1(2):79-92. (Full Text in Persian)
8. Izadi Tame A, Borjali A, Delavar A, Eskandari H. Patience, theoretical foundations and social-mental functions. Mesbah. 2009;78:103-30.
9. Kalantari S. The Comparison of Facets of Mindfulness and Patience among Patients with Major Depression, General Anxiety Disorder and Normal Individuals. Shiraz: University; 2010.(Full Text in Persian)
10. Haghjoo S. The predictor of Suicide Thoughts on the Basis of Patience Components and Emotional Regulation. Shiraz: Shiraz University; 2013.(Full Text in Persian)
11. Keyhanfar R. Investigating Relationships between Patience and Coping Strategies among Shiraz University Students Shiraz: Shiraz University; 2010. (Full Text in Persian)
12. Khormaei F, Farmani A, Soltani E. Role of patience and its components as moral construct and personality characteristics in prediction of hopelessness among university students. Med Ethics. 2014; 7(28): 167- 99. (Full Text in Persian)
13. Baneshi F. The Relationship between Patience and General Health among Male and Female Shiraz University Students. MA thesis in clinical psychology. Shiraz: Shiraz University; 2010.(Full Text in Persian)
14. Razmzan Z. Investigating the Relationship of Patience Components and Resilience with Spiritual Transcendence among Shiraz University Students. Shiraz: Shiraz University; 2011.(Full Text in Persian)
15. Khormaei F, Zareei F, Mahdiyar M, Farmani A. Role of patience and its components as moral construct in predicting hope among university students. Medical Ethics 2014;7(3):59-68.(Full Text in Persian)
16. Aein Parast N, Pedram M, Mohamadi M, Naziri G. The influence of cognitive-behavioral group therapy on the treatment of anxiety and depression disorders

گوناگون است که درمانگران و پژوهشگران باید به نقش آنها توجه داشته باشند.

در نهایت پیشنهاد می‌شود تحقیقات آتی به سنجش نقش مؤلفه‌های این فضیلت اخلاقی در اختلالات عاطفی دیگر بپردازد تا شناسایی شود چه مؤلفه‌هایی در چه اختلالاتی نقش بیشتری دارد. همچنین با توجه به نقش این مفهوم در افسردگی، شاید بهتر باشد در حوزه‌ی تعلیم و تربیت برای آن نقش ویژه‌ی قائل شد.

استفاده‌ی آزمودنی‌ها از ابزارهای خودگزارشی که می‌تواند موجب تحریف اطلاعات شود و کنترل‌نشدن متغیرهایی مانند وضعیت فرهنگی، اجتماعی و مذهبی و همچنین استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس از محدودیت‌های این پژوهش بود.

قدردانی

از تمامی شرکت‌کنندگان این پژوهش که با پاسخگویی خود یاریگر ما بوده‌اند، تقدیر و تشکر می‌شود.

تضاد منافع

نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره‌ی این پژوهش ندارند.

References

1. Najafi M, Pourjam E, Jamshidi N, Karimi S, Najafi V. Survey of stress, anxiety, depression, and self-concept of students of Fasa university of medical sciences 2013. Journal of Fasa University of Medical Sciences. 2013;3(3):140-235.(Full Text in Persian)
2. Rezaie F, Fakhraei A, Farmand A, Niloufari A, Hashemiazar J, Shamloo FT. Diagnostic and Stastical Manual of Mental Health. 5 ed. Tehran: Arjmand; 2013.(Full Text in Persian)
3. Koupani S. The efficacy of spiritual-religious group therapy on the decrease of general anxiety in students, with emphasis on Islam teachings. Shiraz: Shiraz University; 2014.(Full Text in Persian)
4. Vaillant G, Templeton J, Ardel M, Meyer SE. The natural history of male mental health: Health and religious involvement. Social Science & Medicine. 2008;66(2):221-31.
and on the development of hope in women with breast cancer. Women and Society. 2010;1(14):61-75.(Full Text in Persian)

17. Bayani A, Goudarzi H, Bayani A, Mohamad Kouchaki A. Investigation of the relationship between religious direction and anxiety and depression in students. *Principles of Mental Health*. 2008;10(3):209-14. (Full Text in Persian)
18. Khormaei F, Farmani A, Soltani E. The construction and examining of the psychometric properties of patience scale. *Educational Measurement J*. 2015; 5(17): 83- 99. (Full Text in Persian)
19. Nematipour Z, Golzari M, Bagheri F. Investigating the effect of group patience teaching on

- reduction of depression symptoms and mental stress caused by bereavement in the mothers who lose their child. *Journal of Clinical Psychology*. 2013;7:31-60. (Full Text in Persian)
20. Zettle R. *ACT for depression: A clinician's guide to using acceptance and commitment therapy in treating depression*: New Harbinger Publications; 2007.
21. Le Bars H, Gernigon C, Ninot G. Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*. 2009; 19(2): 274- 85.

