

پیش‌بینی رضایت از زندگی با تاکید بر هویت دینی، با قدرت تاب‌آوری و امید به زندگی در کارکنان یک واحد نظامی و انتظامی

Predict of life satisfaction with an emphasis on religious identity, the power of resiliency and hope to the lives of in military and police personnel

تاریخ پذیرش: ۹۴/۱۲/۲۴

تاریخ دریافت: ۹۴/۱۱/۲۰

Arzany GH. MSc[✉], Basari A.PhD

غلامحسین ارزانی[✉]، احمد باصری^۱

Abstract

Introduction: The aim of this study was to compare the predicted life satisfaction with an emphasis on religious identity with the power of resiliency and hope to the lives of military personnel and police.

Method: This study was conducted using correlation methods. For this purpose Diener's Satisfaction with Life Scale, and Davidson Resilience Scale, a questionnaire life expectancy Snyder, religious identity tender questionnaire village on the sample size of 240 people (120 employees of the police and 120 military personnel) who were selected by multistage cluster sampling method was implemented.

Results: The results showed that life expectancy 0.10 percent, rocking Vry 0.12 percent and 0.10 percent of religious identity regression to explain life satisfaction. Also noteworthy is that all variables simultaneously (life expectancy, resiliency and religious identity), 0.20 percent of regression to explain life satisfaction. devoted people of the society.

Discussion: According to the results, It is recommended that individuals and officials with training in life expectancy, resiliency and religious identity. Provide the conditions that make life more satisfying and leads to better mental health in society devoted people.

Keywords: life satisfaction, resilience, life expectancy, religious identity, military personnel and law enforcement

چکیده

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی و مقایسه رضایت از زندگی با تاکید بر هویت دینی با قدرت تاب‌آوری و امید به زندگی کارکنان نظامی و انتظامی بود.

روش: این پژوهش با استفاده از روش توصیفی همبستگی انجام گرفت. برای این منظور پرسشنامه مقیاس رضایت از زندگی داینر، پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون، پرسشنامه امید به زندگی اسنایدر، پرسشنامه هویت دینی لطیف آبادی بر روی نمونه‌ای به حجم ۲۴۰ نفر (۱۲۰ نفر از کارکنان انتظامی و ۱۲۰ نفر از کارکنان نظامی) که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده بودند، اجرا شد.

نتایج: نتایج نشان داد که امید به زندگی ۰/۱۰ درصد، تاب‌آوری ۰/۱۲ درصد و هویت دینی ۰/۱۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. همچنین قابل ذکر است که تمام متغیرها به‌طور همزمان (امید به زندگی، تاب‌آوری و هویت دینی)، ۰/۲۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند.

بحث: با توجه به نتایج به دست آمده، پیشنهاد می‌شود افراد و مسئولان با آموزش امید به زندگی، تاب‌آوری و هویت دینی شرایطی را فراهم آورند که باعث رضایت از زندگی بیشتر شده و منجر به سلامت روانی بهتر این قشر فداکار از جامعه شود.

کلیدواژه‌ها: رضایت از زندگی، تاب‌آوری، امید به زندگی، هویت دینی، کارکنان نظامی و انتظامی

[✉] Corresponding author: Department of Clinical Psychology, University of Science and Research, Tehran, Iran.
E-mail: Arzani.Hosein@gmail.com

[✉] گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، ایران
۱- گروه روانشناسی دانشگاه جامع امام حسین (ع)، تهران، ایران

مقدمه

امروزه نیازهای روانشناسی عمده به سمت دیدگاهی نوین مبتنی بر پرورش نقاط قوت تغییر مسیر داده‌اند و موضوعات روانشناسی مطرح شده در آغاز قرن بیست و یکم، عمدتاً بر تجربه مثبت انسانی و آنچه لحظه‌ای را بهتر از لحظه دیگر می‌کند تمرکز کرده‌اند (هادیان فرد و مظفری، ۱۳۸۳، به نقل از نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱). یکی از ابعادی که رویکردهای انسان‌گرا در سال‌های اخیر بر آن تاکید می‌ورزند، بعد بهزیستی است. این بعد خود شامل عاطفه مثبت، عاطفه منفی و رضایت از زندگی است. دو مورد اول به مراتب بیشتر مورد توجه بوده، ولی در مورد رضایت از زندگی که بیشتر از لحاظ قضاوت شناختی مورد نظر است، کمتر مورد توجه بوده است (شهبان و یوسفی، ۱۳۸۶، به نقل از نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱). رضایت از زندگی به شناخت و فرایند قضاوت ذهنی برمی‌گردد و مراد از آن نگرش فرد، ارزیابی عمومی نسبت به کلیت زندگی خود و یا برخی از جنبه‌های زندگی خانوادگی و تجربه آموزش است (دینر، سان، لوکاس، اسمیت، ۱۹۹۹، به نقل از نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱). رضایت از زندگی زمینه تسری افراد به حوزه‌های گوناگون اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و... است و کاهش آن آثار فراوانی در سطح خرد و کلان دارد (شغابی، ۱۳۸۹، به نقل از نظری چگنی و همکاران، ۱۳۹۱).

از جمله متغیرهایی که می‌تواند بر روی رضایت از زندگی تاثیر گذار باشد می‌توان به امید به زندگی، تاب‌آوری و هویت دینی اشاره کرد. امید، یکی از ویژگی‌های زندگی است که ما را به جستجوی فردای بهتر و امیدوارتر می‌دارد. یعنی موفقیت و آینده بهتر و دلیلی برای زیستن. وقتی امید وجود داشته باشد شادی و سرور در زندگی حضور خواهد داشت، به همین دلیل روانشناسان در سال‌های اخیر به موضوع

نیروهای مسلح مؤلفه‌های تاثیرگذار در توسعه امنیتی، فرهنگی و سیاسی هر جامعه بشری محسوب می‌شوند. در حال حاضر بدون داشتن نیروی آموزشی متعهد و متخصص قادر به پاسخگویی نیازهای فزاینده جامعه نظامی نخواهیم بود لذا پرداختن به سلامت روانی این قشر قابل توجه و بررسی عوامل مؤثر بر آن تاثیر بسزایی در بهبود روند سلامتی و نشاط و رضایت جامعه دارد. چنانچه براتی سده معتقد است، امروزه سلامت روان یک سازه روانشناختی محض نیست بلکه یک سازه روانی-اجتماعی است و احساس شادی و رضایت از زندگی از شاخص‌های اصلی سلامت روان محسوب می‌شود (براتی سده، ۱۳۸۸، به نقل از فرجی و خادمیان، ۱۳۹۲). بهروزی و نیکبختی متاعی است که همواره انسانها به دنبال آن هستند و هر کسی تعبیر خویش را از آن دارد اما روانشناسان ثابت کرده‌اند، معنای مشترکی برای خوشبختی در میان مردم نیست، بلکه همه حس خوشایند رضایت از شرایط را خوشبختی می‌نامند. امروز با تغییر شکل زندگی، گسست روابط، جانشینی رسانه‌های ارتباط جمعی به جای روابط خانوادگی و گروهی افراد، فقدان محیط‌های فرح بخش، افزایش مصرف گرایی، ترویج و تبلیغ شادی‌های کاذب، گسترش خشونت و نداشتن تعریف درستی از شادی و مشکلات عدیده‌ای از قبیل فقر، نداشتن امید به شغل آتی، عدم رضایت از وضعیت موجود، فقدان رفاه نسبی، ... پرداختن به نشاط را به صورت یک اصل انکارناپذیر درآورده است. جهت دستیابی به سلامت عمومی افراد جامعه و رهایی از برخی معضلات جامعه و تنش‌های اجتماعی باید به نشاط و شادابی به عنوان متغیر تعیین کننده بر میزان رضایت و خرسندی افراد جامعه بها داد. (براتی سده، ۱۳۸۸، به نقل از فرجی و خادمیان، ۱۳۹۲).

طی تحقیقی نشان داد سبک تبیین و رضایت از زندگی، شادی و امید باهم رابطه دارند. کسانی که سبک تبیین مثبت دارند در مجموع شادی، امید و رضایت بیشتری از زندگی دارند، در نتیجه بین امید و رضایت از زندگی رابطه مثبت وجود دارد (برونک، هیل، لاپلی، تالیب و نیچ، ۲۰۰۹). در مطالعه‌ای دیگر، یافته‌ها نشان داد مشخص کردن هدف در زندگی، رضایت از زندگی و امیدواری را افزایش می‌دهد. ولز (۲۰۰۵) پی برده است که ۲۷ درصد واریانس افسردگی توسط امید پایین، تبیین می‌شود و آموزش امید، منجر به کاهش افسردگی در افراد شده و باعث می‌شود آنها از زندگی خود رضایت بیشتری داشته باشند. جورج (۲۰۱۰) در پژوهشی تحت عنوان احساس ذهنی بهزیستی در آخر عمر، نشان داد که رضایت از زندگی می‌تواند سبب افزایش شادی و امید در سال‌های آخر عمر باشد. بنابراین بین امیدواری و رضایت از زندگی رابطه مثبت معنا داری وجود دارد. آدامز و جاکسون (۲۰۰۰)، در پژوهشی به این نتیجه رسید که میزان امید، تغییرات رضایت از زندگی افراد را در سال‌های بعدی زندگی پیش‌بینی می‌کند. بایلی و همکاران (۲۰۰۷)، دیویس (۲۰۰۵)، اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱)، اسنایدر و تسوکاسا (۲۰۰۵)، لونگ و همکاران (۲۰۰۶)، در پژوهش‌های مختلف به این نتایج دست یافتند که بین امید و رضایت از زندگی رابطه وجود دارد.

متغیر دیگری که با رضایت از زندگی ارتباط دارد، تاب‌آوری^۴ است. کنار آمدن موفقیت آمیز فرد با عوامل استرس‌زا و موفقیت‌های دشوار، تاب‌آوری نامیده می‌شود (مک کوپین، ۱۹۹۶، خسروشاهی، هاشمی، ۱۳۹۰). تاب‌آوری به انطباق موفقیت یافته می‌شود که درآوردگاه مصایب و استرس‌های توان‌کاه و ناتوان‌ساز، آشکار می‌شود. این تعریف از تاب‌آوری، بیانگر سازه‌ای

جدیدی تحت عنوان روان‌شناسی مثبت پرداخته‌اند. اسنایدر^۱ بنیان‌گذار نظریه امید و درمان مبتنی بر آن، امید را به عنوان سازه‌ای شامل دو مفهوم این‌گونه تعریف می‌کند، توانایی طراحی گذرگاه‌هایی^۲ به سوی اهداف مطلوب به رغم موانع موجود و کارگذار^۳ یا عامل انگیزش لازم برای استفاده از این گذرگاه اسنایدر و پترسون (۲۰۰۰)، به نقل از خلعتبری و عاشوری، (۱۳۹۱). امید یکی از ویژگی‌های زندگی است که ما را به جستجوی فردای بهتر و امیدوار می‌دارد. امید یعنی موفقیت به آینده بهتر و دلیلی برای زیستن، هنگامی که امید در دل و ذهن وجود داشته باشد، شادی و سرور در زندگی حضور خواهد داشت. امید نیرویی هیجانی است که تخیل را به سمت موارد مثبت هدایت می‌کند. امید، به انسان‌ها انرژی می‌دهد و آنها را مجهز می‌کند تا برای کار و فعالیت آماده شوند. امید، به ما انعطاف‌پذیری نشاط و توانایی خلاصی از ضرباتی می‌دهد که زندگی به ما تحمیل می‌کند و باعث افزایش رضایت از زندگی می‌شود. امید یک انگیزش و هیجان معنا دار و امید داشتن انتظار مثبت برای رسیدن به هدف است. بر اساس این تعریف فرد امیدوار کسی است که در زندگی هدف یا اهدافی دارد، انتظار دارد به آنها برسد و برای رسیدن به هدف تلاش می‌کند. امید، باور داشتن به تحقق هدف را القا می‌کند و با پیش‌بینی و اعتماد مترادف است، امید به افراد کمک می‌کند تا خود را برای دنبال کردن هدف‌هایشان برانگیزانند و گذرگاه‌های فراوان در جهت دستیابی به هدف و موانع را شناسایی کرده و برای رسیدن به هدف با موانع مقابله کنند. در واقع امید، کلیدی برای یافتن راه حل مسئله در موقعیت‌های سخت زندگی است (سنتانی، ۲۰۰۸، کیورال، ۲۰۱۲).

تحقیقات نشان می‌دهد که بین امیدواری با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد. رودریگز (۲۰۰۶)

قومیت و... توجه داریم و هرگاه از هویت اجتماعی سخن می‌گوییم، منظور مشابهت‌ها و همسانی‌هایی است که میان یک جمع یا گروه وجود دارد (عاملی، ۱۳۸۳، به نقل از رفعت جاه، روح افراز، ۱۳۹۱). با توجه به آنچه گفته شد، هویت دینی را در دو سطح می‌توان مشاهده کرد. اول سطح فردی و شخصی که تقریباً مترادف با دینداری فردی است و سطح جمعی که با اجتماع دینی تقارن دارد (دوران، ۱۳۸۲، به نقل از رفعت جاه، روح افراز، ۱۳۹۱)، سطح جمعی هویت دینی به معنای احساس تعلق و تعهد به جامعه دینی است.

انسان فطرتاً می‌خواهد خود را بیابد. در دوران نوجوانی و جوانی، فرد درصدد پاسخ‌گویی به پرسش‌های حساس و سرنوشت‌ساز "من کیستم؟" است. پرسشی که پاسخ‌گویی به آن می‌تواند جایگاه فرد را در عرصه زندگی تعیین نماید و جهت‌گیری‌های فرد در طول زندگی، چه در عرصه فردی و چه در عرصه اجتماعی را روشن سازد و با توجه به هویت شکل گرفته، به رفتار و اعمال و افکار فرد رنگ و بوی ویژه‌ای ببخشد. هویت در ابعاد مختلف (خویش‌شناسی، دیگرشناسی، اجتماعی، فرهنگی، دینی، ملی و... شرط لازم زندگی است و انسان نخواهد توانست بدون داشتن چارچوبی برای تعیین هویت خود به صورت مناسب زندگی کند و به شکلی با معنا و پایدار با دیگران ارتباط برقرار کند (احدی، ۱۳۸۵، به نقل از شریفی و همکاران، ۱۳۸۹). متأسفانه، همه نوجوانان و جوانان به طور کامل، موفق به کسب هویت با همه اهمیت آن نمی‌شوند و به همین دلیل اغلب این افراد در زندگی فعلی و آینده خود با مشکلات متعدد فردی، اجتماعی و واکنش‌های منفی از سوی اطرافیان روبه‌رو می‌شوند. در مطالعه شخصیت انسان به ویژه بعد روانی وی، هویت یک جنبه اساسی و درونی است که به

است که مستلزم تعادل پیچیده بین عوامل خطر ساز و محافظت‌کننده است (برودریک و ساویر، ۲۰۰۳). گارمزی و ماستن (۱۹۹۱) تاب‌آوری را یک فرآیند، توانایی، یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده، تعریف نموده‌اند. به بیان دیگر تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (والر، ۲۰۰۱) البته تاب‌آوری تنها پایداری در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست و حالتی انفعالی در رویارویی با شرایط خطرناک نمی‌باشد، بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامونی خود است. می‌توان گفت تاب‌آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی-روانی، در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). افزون بر این، پژوهشگران بر این باورند که تاب‌آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی است. (گارمزی، ۱۹۹۱، ماستن، ۲۰۰۱، لوتار، سیچتی و بکر، ۲۰۰۰) کامپفر (۱۹۹۹) باور داشتند که تاب‌آوری، بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر (در شرایط تهدیدکننده) است. خلعتبری، بهاری، (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان ارتباط بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی به این نتایج دست یافتند که بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی رابطه مثبت وجود دارد. بین مردان و زنان از نظر رضایت از زندگی تفاوت وجود دارد. بین زنان و مردان در متغیر تاب‌آوری تفاوتی وجود ندارد. در واژه هویت دو معنای اصلی و عمده وجود دارد. اولین معنای آن ناظر بر مفهوم تشابه و همسانی است و معنای دوم آن به مفهوم تفاوت و تمایز است، به این معنی که ما به وسیله تشابهات و تفاوت‌هایی که با هم داریم شناخته می‌شویم (چنکینز، ۱۳۸۱، به نقل از رفعت جاه، روح افراز، ۱۳۹۱). با توجه به تعریف بالا هرگاه از هویت فردی صحبت می‌کنیم بیشتر به تفاوت‌ها و تمایزهای افراد به لحاظ اسم، ملیت و

و اجتماعی متفاوت موجب تفاوت در نحوه شکل‌گیری دیدگاه‌های افراد می‌شوند. در جریان سال‌های نوجوانی، همسالان و موسسه‌های خارج از خانواده (مثل مدرسه) به صورت فزاینده‌ای برای فرد اهمیت پیدا می‌کند و از قدرت اثر والدین و دیگر عناصر قدرتمند بزرگسالان کاسته می‌شود. مرور ادبیات مربوط به هویت نشان می‌دهد که سال‌های دانشکده به ویژه برای رشد هویت یک دوره حساس می‌باشد (مارسیا ۱۹۸۰، واترمن، ۱۹۸۸، به نقل از شریفی و همکاران، ۱۳۸۹). پژوهشگران دریافته‌اند که انجام اعمال مذهبی نظیر نماز، روزه و سایر عبادات در فاصله‌های زمانی تکرار شونده، همگی با متوجه کردن افراد به سوی خداوند باعث ایجاد نوعی آرامش روحی و روانی در انسان می‌شوند که می‌توانند در خودسازی و روش‌های مقابله با استرس و در نتیجه کاهش اختلالات روانی موثر باشند.

همان‌طور که بواله‌ری، رضانی فراوانی و نوابی‌نژاد (۱۳۷۷)، به نقل از شریفی و همکاران، (۱۳۸۹) معتقدند، یکی از عواملی که تاثیر فشارزاهای زندگی را به کمترین سطح می‌رساند، اعتقادات مذهبی و دینی است. کسی که قرآن را هدایتگر و راهنمای زندگی خویش می‌داند در تمامی شئون زندگی آن را ناظر بر زندگی خود می‌داند. بنابراین به پیشواز مشکلات رفته و انتظار رخداد آنها را دارد. مصائب و مشکلات و ناگواری‌ها را به عنوان امتحان، خواست، قضا و صلاح‌دید الهی تلقی کرده، بدین وسیله آنها را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. در برابر عوامل فشارزا، امید به گشایش و حل آنها در وجودش باقی است و آینده را روشن می‌بیند. قرآن کریم با تشویق، تمجید و تحکیم روابط اجتماعی و خانوادگی، مسلمانان در برابر افراد آسیب‌پذیر جامعه همچون سالمندان، کودکان یتیمیان، اسیران و در راه ماندگان مسئول می‌داند و

کمک آن یک فرد با گذشته اش مرتبط می‌شود و در زندگی احساس تداوم و یکپارچگی می‌کند. به سخن دیگر، هویت مفهوم ذهنی یک فرد از خودش به عنوان یک فرد بی نظیر و دارای ثبات است (برزونسکی، ۲۰۰۵). در دنیای کنونی و عصر ارتباطات، به دلیل وجود تجهیزات پیشرفته ارتباطی که از جمله مهمترین آنها اینترنت است، جوانان با انبوهی از اطلاعات گوناگون مواجه اند که گاهی باهم در تناقض و تضاد نیز می‌باشند. جوان عصر حاضر ناچار است برای اتخاذ تصمیم مناسب در زندگی فردی و اجتماعی خویش از جمله تحصیل، اشغال، ازدواج و... اطلاعات گوناگونی را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد و در این مسیر گاه دچار سردرگمی و تردید می‌گردد که این موضوع می‌تواند کل زندگی فرد را تحت تاثیر قرار دهد همچنین، پیچیدگی‌هایی که در نظام‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و... ایجاد شده است نیز به این امر مهم دامن می‌زنند (امیدیان، ۱۳۸۷، به نقل از شریفی و همکاران، ۱۳۸۹). روشن است که با وجود این مسائل در عصر تکنولوژی و ارتباطات، یافتن هویتی منسجم، سالم و کارآمد برای جوانان کاری سخت و دشوار است و مطمئناً برای دست‌یابی به این امر مهم و سرنوشت‌ساز، نیازمند کمک و راهنمایی بزرگسالان صاحب نظر و ذی صلاح هستند (غضنفری، ۱۳۸۵، به نقل از شریفی و همکاران، ۱۳۸۹). بخشی از هویت شخصی افراد، با توجه به تعامل افراد یاد می‌گیرند که دیگران در مورد آن‌ها چه فکر می‌کنند و از آنها چه انتظاراتی دارند. بخشی از فرایند تشکیل هویت مستلزم آن است تا افراد ضمن آزمون موضوع‌های مختلف و انتخاب موارد مناسب، نحوه جلوه خود را در نظر دیگران به صورتی موجه تعیین کنند. از نظر اریکسون (۱۹۶۸، ۱۹۸۰) و مارسیا (۱۹۶۶، ۱۹۸۰)، به نقل از شریفی و همکاران، (۱۳۸۹)، محیط‌های فرهنگی

فرمان حمایت از آنان را می دهد (شریفی و همکاران، ۱۳۸۹).

روش

طرح کلی این پژوهش باتوجه به وجود سازه رضایت از زندگی، هویت دینی، تاب آوری، امید به زندگی که سنجیده می شود، از نوع همبستگی است که در زمره تحقیقات توصیفی به شمار می رود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه کارکنان نظامی و انتظامی یکی از استانهای کشور تشکیل می دهند. تعداد ۲۴۰ نفر (۱۲۰ نفر از کارکنان انتظامی و ۱۲۰ نفر از کارکنان نظامی)، به طور تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل:

مقیاس تاب آوری کونرو و دیویدسون (۲۰۰۳)، (CD_RTS9): ۲۵ گویه دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست)، تا پنج (همیشه درست)، نمره گذاری می شود. این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴)، هنجار یابی شده است. برای تعیین روایی این مقیاس نخست همبستگی هر گویه با نمره کل به جز گویه ۳ ضرایبی بین ۰/۴۱ تا ۰/۶۴ را نشان داد. برای تعیین پایایی این مقیاس از آلفای کرونباخ بهره گرفته شد و ضریب پایایی ۰/۸۹ به دست آمد (محمدی، ۱۳۸۴، به نقل از میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۱).

مقیاس رضایت از زندگی داینر: مقیاس رضایت از زندگی توسط داینر و همکاران (۱۹۸۵) ساخته و توسط پاوت و داینر (۱۹۹۳)، تجدیدنظر شده است. این مقیاس از ۵ آیتم تشکیل شده و رضایت کلی از زندگی را می سنجد. این مقیاس در طیف لیکرت یک (کاملاً مخالف)، تا هفت (کاملاً موافق) نمره گذاری می شود. بنابراین کمترین نمره در این مقیاس پنج و

بیشترین نمره آن سی و پنج خواهد بود. پایایی مقیاس رضایت از زندگی توسط بیانی و همکاران (۱۳۸۶)، در جامعه آماری متشکل از ۱۰۹ نفر از دانشجویان مورد بررسی قرار گرفت. در این مطالعه، پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و با روش بازآزمایی ۰/۶۹ به دست آمد (شیرمحمدی و همکاران ۱۳۸۹). در پژوهشی که توسط حسین زاده و همکاران صورت گرفت آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد (حسین زاده و همکاران، ۱۳۹۲).

آزمون امید به زندگی میلر (MHS): این پرسشنامه شامل ۴۸ جنبه از حالت های امیدواری و درماندگی می باشد که ماده های قید شده در آن بر مبنای تظاهرات آشکار یا پنهان رفتاری در افراد امیدوار یا نا امید برگزیده شده اند. در برابر هر جنبه که نماینده یک نشانه رفتاری است جملاتی بدین شرح نوشته شده اند (بسیار مخالف = ۱، مخالف = ۲، بی تفاوت = ۳، موافق = ۴، بسیار موافق = ۵)، هر فرد با انتخاب جمله هایی که در رابطه با او صدق می کند، امتیاز کسب می کند. ارزش های نمره ای هر جنبه از ۱ تا ۵ تغییر می کند. جمع امتیاز کسب شده مبین امیدواری یا نا امیددی است. در آزمون میلر دامنه امتیازات کسب شده از ۴۸ تا ۲۴۰ متغیر می باشد و چنانچه فردی امتیاز ۴۸ را کسب کند کاملاً درمانده تلقی می شود و نمره ۲۴۰ حداکثر امیدواری را نشان می دهد. ۱۲ جمله از پرسشنامه میلر از ماده های منفی تشکیل شده که این شماره ها عبارتند از: ۱۱، ۲۸، ۲۷، ۳۹، ۳۸، ۳۴، ۳۳، ۳۱، ۲۵، ۱۸، ۱۶ در ارزشیابی و نمره گذاری این شماره ها بر عکس نمره می گیرند. حسینی (۱۳۸۵) برای تعیین روایی این پرسشنامه از نمره سؤال ملاک استفاده کرد. به این ترتیب که نمره کل پرسشنامه با نمره سؤال ملاک همبسته شده است

و مشخص شد که بین این دو رابطه معنا دار وجود دارد. حسینیان (۱۳۸۶) پایایی پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و روش دو نیمه کردن به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۹۰ گزارش کرده است.

مقیاس هویت دینی لطیف آبادی: برای سنجش میزان هویت دینی استفاده شده است. پرسشنامه هویت دینی لطیف آبادی به منظور سنجش دیدگاه شما در مورد ویژگی های فرهنگ دینی و ملی ایرانی طراحی شده است. در این پرسشنامه پاسخ درست و

غلط وجود ندارد. این مقیاس از ۲۲ آیتم تشکیل شده و هویت ملی و دینی را می سنجد. این مقیاس در طیف لیکرت، یک (کاملاً موافق)، تا شش (کاملاً مخالف) نمره گذاری می شود. بنابراین کمترین نمره در این مقیاس ۲۲ و بیشترین نمره آن ۱۳۲ خواهد بود. روایی پرسشنامه توسط لطیف آبادی (۱۳۸۲) به دو شیوه تحلیل عاملی و داوری تخصصی مطالعه شده که تایید روایی آن گزارش شده است.

یافته ها

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار نمرات آزمودنی های در متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
امید به زندگی	۱۲۹/۲۱	۴۹/۲۵	۱۵	۲۲۲
رضایت از زندگی	۱۶/۴۷	۷/۲۴	۶	۳۴
تاب آوری	۴۱/۹۵	۲۷/۱۲	۹	۹۲
هویت دینی	۶۸/۹۰	۲۲/۷۱	۳۴	۱۲۴

جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کارکنان انتظامی (تعداد ۱۲۰ نفر)

متغیرها	رضایت از زندگی	امید به زندگی	تاب آوری	هویت دینی
رضایت از زندگی	۱			
امید به زندگی	۰/۳۷	۱		
تاب آوری	۰/۳۷	۰/۴۶	۱	
هویت دینی	۰/۳۳	۰/۴۲	۰/۱۲	۱

$p < ۰/۰۱$ **

همان گونه که از جدول ۲ استنباط می شود دامنه همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کارکنان انتظامی، از ۰/۱۲ تا ۰/۴۶ متغیر بوده است. به عبارت دیگر نتایج جدول نشان می دهد بین رضایت از زندگی با امید به زندگی در سطح ($r=۰/۳۷, p<۰/۰۰۱$) و بین رضایت از زندگی با هویت دینی در سطح ($r=۰/۳۳, p<۰/۰۰۱$) رابطه معناداری وجود دارد.

همان گونه که از جدول ۲ استنباط می شود دامنه همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کارکنان انتظامی، از ۰/۱۲ تا ۰/۴۶ متغیر بوده است. به عبارت دیگر نتایج جدول نشان می دهد بین رضایت از زندگی با امید به زندگی در سطح ($r=۰/۳۷, p<۰/۰۰۱$)، بین

جدول ۳- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کارکنان نظامی (تعداد ۱۲۰ نفر)

متغیرها	رضایت از زندگی	امید به زندگی	تاب آوری	هویت دینی
رضایت از زندگی	۱			
امید به زندگی	۰/۲۶**	۱		
تاب آوری	۰/۳۲**	۰/۳۲**	۱	
هویت دینی	۰/۳۱**	۰/۴۸**	۰/۲۰*	۱

$(p < ۰/۰۱$ **) * $p < ۰/۰۵$

رضایت از زندگی با سبک تاب آوری در سطح (۰/۰۰۱ p،) و بین رضایت از زندگی با هویت دینی در سطح (۰/۰۰۱ p،) رابطه معناداری وجود دارد.

همان گونه که از جدول ۳ استنباط می‌شود دامنه همبستگی بین متغیرهای پژوهش در کارکنان نظامی، از ۰/۲۰ تا ۰/۴۸ متغیر بوده است. به عبارت دیگر نتایج جدول نشان می‌دهد بین رضایت از زندگی با امید به زندگی در سطح (۰/۰۰۱ p،)، بین

جدول ۴- ضرایب و مدل پیش بینی رضایت از زندگی بر مبنای امید به زندگی

Sig	T	B	F	R ²	R	شاخص ها متغیر ملاک و پیش بین
۰/۰۰۱	۵/۱۹	۰/۳۱۹	۲۷/۰۱	۰/۱۰	۰/۳۱۹	رضایت از زندگی امید به زندگی

نتایج جدول نشان می‌دهد امید به زندگی ۰/۱۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند.

جدول ۵- ضرایب و مدل پیش بینی رضایت از زندگی بر مبنای تاب آوری

Sig	T	B	F	R ²	R	شاخص ها متغیر ملاک و پیش بین
۰/۰۰۱	۵/۷۸	۰/۳۵۱	۳۳/۵۱	۰/۱۲	۰/۳۵۱	رضایت از زندگی تاب آوری

نتایج جدول نشان می‌دهد تاب آوری ۰/۱۲ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند.

جدول ۶- ضرایب و مدل پیش بینی رضایت از زندگی بر مبنای هویت دینی

Sig	T	B	F	R ²	R	شاخص ها متغیر ملاک و پیش بین
۰/۰۰۱	۵/۱۳	۰/۳۱۶	۲۶/۳۸	۰/۱۰	۰/۳۱۶	رضایت از زندگی هویت دینی

نتایج جدول نشان می‌دهد هویت دینی ۰/۱۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند.

جدول ۷- تحلیل رگرسیون گام به گام برای تبیین متغیر ملاک بر اساس متغیرهای پیش بین در کارکنان نظامی و انتظامی

Sig	T	Beta	B	F	R ²	R	مدل متغیرها
۰/۰۰۱	۵/۷۸	۰/۳۵۱	۰/۰۹۴	۳۳/۵۱	۰/۱۲۳	۰/۳۵	گام اول تاب آوری
۰/۰۰۱	۵/۲۶	۰/۳۱۱	۰/۰۸۳	۲۸/۵۴	۰/۱۹۴	۰/۴۴	گام دوم تاب آوری
۰/۰۰۱	۴/۵۶	۰/۲۶۹	۰/۰۸۶				هویت دینی

زندگی کارکنان نیروی نظامی و انتظامی است. در گام دوم با ورود هویت دینی ۰/۱۹۴ درصد از رضایت زندگی کارکنان را پیش بینی می‌کند.

بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که امید به زندگی

مندرجات جدول شماره ۷ نشان می‌دهد که طی دو گام، دو مولفه تاب‌آوری و هویت دینی و امید به زندگی، دارای همبستگی چندگانه است که براساس اهمیت ترتیب متغیرهای پیش‌بین در تحلیل رگرسیون گام به گام، در اولین گام، تاب آوری با ضریب تعیین ۰/۱۲۳ درصد قادر به پیش بینی رضایت از

دو یا یکی از این دو، منجر به افزایش میزان اضطراب و افسردگی می‌گردد.

همچنین در تبیین دیگر می‌توان گفت که امید نیروی مثبتی است که انگیزش، پیشبرد اهداف و سازگاری را افزایش می‌دهد و قدرت نگهداری انرژی افراد در زندگی و ایجاد آن، جزء طبیعت امید می‌باشد. افرادی که خیلی امیدوار هستند ممکن است محرک‌های قوی تر و انرژی بیشتری برای پیگیری اهداف خود داشته باشند و این به انگیزش آنها برای شرکت فعالانه در فرایند حل مسئله و رفتارهایی که موجب رشد و بالندگی می‌شود، برمی‌گردد. در واقع می‌توان گفت که امید منبع مهمی برای انعطاف پذیری افراد در زندگی می‌باشد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که، تاب‌آوری پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی است. نتایج نشان داد که تاب‌آوری ۰/۱۲ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. این پژوهش با نتایج پژوهش توسط خلعتبری و بهاری (۱۳۸۹)، همسو می‌باشد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که در سال‌های اخیر روان‌شناسی مثبت‌گرا با شعار توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان مورد توجه حوزه‌های مختلف روان‌شناسی قرار گرفته است. این رویکرد هدف نهایی خود را شناسایی سازه‌ها و شیوه‌هایی می‌داند که بهزیستی و شادکامی انسان را فراهم می‌کند. از این رو عواملی که موجبات تطابق هرچه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی را سبب گردند بنیادی‌ترین سازه‌های مورد پژوهش این رویکرد می‌باشند. در این میان تاب‌آوری جایگاه ویژه‌ای مخصوصاً در حوزه‌های روان‌شناسی تحولی، روان‌شناسی خانواده و بهداشت و سلامت روانی به خود اختصاص داده است (کمپل، سلیس، کوهان و استین، ۲۰۰۶). تاب‌آوری فرایند

پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی است. نتایج نشان داد که امید به زندگی ۰/۱۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. این یافته با پژوهش‌های انجام شده توسط جوکار و نصیری (۱۳۸۷)، جمال زاده و گلزاری (۱۳۹۳)، شیرمحمدی و همکاران (۱۳۸۹)، کمری و سنقرآبادی و فتح‌آبادی (۱۳۹۱)، آدامز و جاکسون (۲۰۰۰)، باریلی و همکاران (۲۰۰۷)، ولز (۲۰۰۵)، رودریگز (۲۰۰۶)، همخوان و همسو است. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که سطح رضایت هر فرد از زندگی را کیفیت امید او از جریان کلی زندگی تعیین می‌کند، یعنی هرچه انسان از زندگی و اتفاق‌های آن امیدوارتر باشد، رضایتمندتر خواهد بود و اگر اتفاق‌های گوناگون موجب از بین رفتن امیدواری فرد شود، همین قدر نیز موجب پایین رفتن سطح کلی رضایت وی خواهد شد و نکته قابل توجه این است که واقعیت‌های موجود موجب رضایت یا ناراضی‌تی ما نمی‌شود بلکه دآوری در مورد این واقعیت‌ها تعیین کننده رضایت یا ناراضی‌تی است.

همچنین قابل ذکر است که بر اساس نظریه امید اسنایدر، این یافته‌ها را می‌توان این گونه تبیین نمود که برخوردار بودن از یک تفکر امیدوارانه و داشتن منابع کافی برای تفکر هدف مدار و آشنایی با مسیرهای لازم برای رسیدن به اهداف، سبب رضایت زندگی می‌شود. به عبارت دیگر بین این دو یک رابطه تعاملی به وجود می‌آید. یعنی افزایش امید منجر به افزایش رضایت می‌گردد و افزایش رضایت هم سبب افزایش امید یا تفکر هدف مدار می‌گردد که بر اساس یافته‌های این پژوهش و پژوهش‌های اسنایدر و فلدمن (۲۰۰۵)، افزایش رضایت از زندگی و امید به صورت تعاملی منجر به افزایش شادی و عواطف مثبت (کینگ و همکاران، ۲۰۰۶)، و رضایت از زندگی و کاهش هر

(۱۳۹۱)، همسو می‌باشد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که آموزه‌های دینی می‌تواند در فراهم کردن رضایت زندگی مؤثر باشد. در واقع هنگامی که شخص به مفاهیم دین و هدف حقیقی آفرینش پی می‌برد، راحت‌تر با مشکلات کنار می‌آید و سختی‌ها را جزء جدایی ناپذیر این دنیا می‌بیند و با توکل بر خدای هستی به مقابله با مشکلات می‌پردازد و کمتر دچار اختلالات روح روانی می‌شود. انسانی که با سرمشق قرار دادن معصومین (ع) فلسفه زندگی و هدف خلقت را درک کند، در زندگی فردی و اجتماعی نیز در مواجهه با موانع و مشکلات منطقی و عقلانی برخورد می‌کند و با تکیه بر الطاف الهی و حفظ ایمان و آرامش خود راه‌هایی را نیز برای مقابله با این ناملایمات می‌یابد. چنین فردی دریافته است که قرآن یاد خدا را مایه آرامش می‌داند (الابدکرالله تطمئن القلوب)، پس سعی می‌کند با تکیه بر پشتوانه و قدرت لایزال الهی به انبساط خاطر برسد و حتی به نقطه ای که مشکلات را وسیله ای برای آزمایش بندگان از سوی خداوند و تکامل خود می‌داند، امروزه درمان از طریق هدایت معنوی یک اصل شناخته شده است.

پی نوشت

- 1-Snyder
- 2-Pathways
- 3-Agency
- 4-Resiliency

منابع

- ۱- بهادری خسروشاهی، جعفر، هاشمی نصرت آباد، تورج (۱۳۹۰)، رابطه امیدواری و تاب‌آوری با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان، مجله اندیشه و رفتار، دوره ۱ ششم، شماره ۲، زمستان ۱۳۹۰، صص ۴۱-۵۰
- ۲- چگنی، اکرم، و بهروزی، ناصر، مهرابی هنرمند، مهناز، هاشمی شیخ شبانی، اسماعیل (۱۳۹۱)، رابطه دلبستگی ایمن، خوش بینی و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی

توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز، علیرغم شرایط چالش برانگیز و تهدیدکننده تعریف شده است. تاب‌آوری با در نظر داشتن توام شرایط استرس‌زا و توانایی ذاتی افراد برای پاسخگویی، دوام آوردن و رشد نرمال در حضور شرایط استرس‌زا مطرح می‌شود. مفهوم تاب‌آوری یک راه حل امید بخش و خوشایند است (کاظمی، ۱۳۸۸ به نقل از خلعتبری و بهاری، ۱۳۸۹). هیچ انسانی در گذر زندگی از آسیب پذیری روانی مصونیت ندارد. عوامل استرس‌زای شدید که معمولاً غیر قابل پیش بینی اند تهدیدکننده سلامت روانی می‌باشند و انسان‌ها در شرایط استرس‌زای یکسان واکنش نشان نمی‌دهند. تحقیقات نشان داده است که یکی از دلایل این واکنش‌های متفاوت مفهوم تاب‌آوری است. مدارکی وجود دارند که نشان می‌دهد رضایت از زندگی یک راه مهم برای اهداف معتبر است. وقتی مردم شاد هستند به نظر می‌رسد که تفکرشان بیشتر فراخ اندیش و خلاق است. در مقابل افرادی که شاد نیستند مضطرب می‌باشند. به نظر می‌رسد دید تونلی و تفکر خشک را به نمایش بگذارند. از طرفی مهمترین تفاوت احساسی بین زن و مرد این است که زنان تغییر پذیری بیشتری دارند. زنان ۵۰ درصد بیشتر از مردان از اضطراب و روان رنجوری رنج می‌برند و هیجان منفی بیشتری در زندگی روزمره دارند و دو برابر مردان دچار افسردگی می‌شوند. شاید این مهمترین دلیل کم بودن رضایت از زندگی زنان نسبت به مردان باشد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که، هویت دینی پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی است. نتایج نشان داد که تاب‌آوری ۰/۱۰ درصد از رگرسیون رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش توسط کمری و سنقرآبادی و فتح‌آبادی

- 13- Conner. K. M & Davidson, j.r.t. (2003). Development of a new resilience scale: The Conner- Davidson resilience scale(CD- RISC). *Depression and Anxiety* 18, 76-82.
- 14- Davis, B., (2005). Mediators of the Relationship between Hope and Wellbeing in Older Adults, *Clinical Nursing Research*, Vol. 14, No. 3, pp. 253-272
- 15- Greenhaus, J.H., Collins, K.M., & Shaw, J. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63, 510-531.
- 16- Garmezy, N. (1991) Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associate with poverty. *American Behavioral Scientist*. 34, 416-430.
- 17- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562.
- 18- Ong, A.D., Edwards, L.M., & Bergeman, C.S., (2006). Hope as A source of Resilience in Later Adulthood, *Journal of Personality and Individual Differences*, Vol.41, pp.1263-1273
- 19- Sanatani, M., G. Schreier, et al. (2008). "Level and direction of hope in cancer patients: an exploratory longitudinal study." *Supportive Care in Cancer* 16(5): 493-499 .
- 20- Stress.Counseling and Values, 46(1), Berzonsky. M and Kuk. (2005). Identity style , psychosocial mairurity and academic performance; *Personality and Individual Differences*, 30 (1) 235-247.
- 21- Snyder, C.R., Tsukasa, K. (2005). The Relationship between Hope and Subjective Well-being: Reliability and Validity of the Dispositional Hope Scale, Japanese Version, *Japanese Journal of Psychology*, Vol. 76, No.3. pp 227-23
- 22- Werner E & Smith R S. *Overcoming the odds.High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University.2001.
- در دانشجویان دختر، فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ، سال چهارم، شماره پانزدهم، بهار ۱۳۹۲، صص ۴۵-۵۷
- ۳- خلعتبری، جواد، عاشوری، آلاله (۱۳۹۱)، بررسی رابطه بین هویت کسب شده، شیوه فرزند پروری ادراک شده و میزان امید به زندگی با استرس ادراک شده، در دانش‌آموزان دختر دوره متوسط دبیرستان های سما استان گیلان، فصلنامه روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال سوم، شماره اول، بهار ۱۳۹۱، صص ۹۹-۱۰۸
- ۴- خلعتبری، جواد، بهاری، صونا (۱۳۸۹)، ارتباط بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی، فصلنامه روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال اول، شماره دوم، بهار ۱۳۸۹، صص ۸۳-۹۴
- ۵- رفعت جاه، مریم، روح افراز، فائزه (۱۳۹۱) مطالعه عوامل اجتماعی و فرهنگی موثر بر نگرش به هویت دینی زن مسلمان، مسائل اجتماعی ایران، سال سوم، شماره دوم، زمستان ۱۳۹۱، صص ۶۱-۹۲
- ۶- شریفی، طاهّا، و همکاران (۱۳۸۹) بررسی رابطه بین هویت دینی و ملی با سلامت روانی دانشجویان، یافته‌های نوروانشناسی، صص ۱۲۵-۱۴۲
- ۷- طوبی فرجی، طلیعه خادیمان (۱۳۹۲)، بررسی نقش رضایت از زندگی بر میزان نشاط اجتماعی، فصلنامه مطالعات جامعه شناختی جوانان، سال چهارم، شماره دهم، تابستان ۱۳۹۲، صفحات ۸۷-۱۰۲
- ۸- لطف آبادی، حسین (۱۳۸۲)، ساخت مقیاس سنجش هویت نوجوانان و جوانان ایرانی، پژوهش، سازمان ملی جوانان
- ۹- میکاییلی، نیلوفر، و همکاران (۱۳۹۱)، مقایسه تاب‌آوری، رضایت زناشویی و سلامت روان در والدین با کودکان دارای ناتوانی یادگیری و عادی، مجله ناتوانی یادگیری، دوره دوم، شماره ۱، پاییز ۹۱، صص ۱۲۰-۱۳۷
- 10- Adams, V.H., & Jackson, J.s., (2000). The Contribution of Hope to the Quality of Life among Aging African Americans: 1980-1992, *The International Journal of Aging and Human Development*, Vol.30, No.4, pp. 279-295
- 11- Bailey, T., Winnieeng, Frisch, M.B., & Snyder, C.R., (2007). Hope and Optimism as Related to Life Satisfaction, *The Journal of Positive Psychology*, Vol .2, No.3, pp. 168-175.
- 12- Caboral, M. F., L. S. Evangelista, et al. (2012). "Hope in elderly adults with chronic heart failure. Concept analysis." *Investigación y Educación en Enfermería* 30(3): 406-411.