

رابطه‌ی استحقاق روان‌شناختی و هویت دینی با رضایت از زندگی دانشجویان دارای

علائم اهمال‌کاری تحصیلی: نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی

ساناز دهبقان مروستی^{۱*}

اطلاعات مقاله	چکیده
تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۷/۱۰	این پژوهش با هدف تعیین نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی در رابطه‌ی هویت دینی و استحقاق روان‌شناختی با رضایت از زندگی دانشجویان دارای علائم اهمال‌کاری تحصیلی انجام گرفت. پژوهش، توصیفی-همبستگی بود. از تحلیل مسیر برای تعیین روابط بین متغیرها استفاده شد. جامعه‌ی پژوهش کلیه‌ی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های استان مازندران در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ بودند. روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود. نمونه ۳۲۶ نفر انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه‌ی اهمال‌کاری تحصیلی سولومون وراث بلوم (۱۹۸۴)، مقیاس چندبعدی رضایت دانشجویان اسکات هابنر (۲۰۰۱)، بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹)، استحقاق روان‌شناختی کمپیل و همکاران (۲۰۰۴) و جهت‌گیری مذهبی آپورت (۱۹۶۳) بود. یافته‌ها نشان داد، دانشجویان اهمال‌کاری که از زندگی خود رضایت دارند، بهزیستی روان‌شناختی بالاتری نسبت به دیگر دانشجویان تجربه می‌کنند. استحقاق روان‌شناختی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه‌ی مستقیم معنادار دارد و با رضایت از زندگی رابطه‌ی مستقیم ندارد، اما استحقاق روان‌شناختی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه‌ی غیرمستقیم معناداری دارد. جهت‌گیری بیرونی مذهب با بهزیستی روان‌شناختی رابطه‌ی مستقیم منفی دارد. همچنین، جهت‌گیری بیرونی مذهب با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه‌ی غیرمستقیم معنادار دارد. جهت‌گیری درونی مذهب با بهزیستی روان‌شناختی رابطه‌ی مستقیم مثبت معناداری دارد و جهت‌گیری درونی مذهب با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه‌ی غیرمستقیم مثبت معنادار دارد. جهت‌گیری بیرونی با رضایت از زندگی رابطه‌ی مستقیم معنادار ندارد و جهت‌گیری درونی با رضایت از زندگی رابطه‌ی مستقیم معنادار دارد. برگزاری کارگاه‌های آموزشی به منظور آشنایی با نقش باورهای مذهبی و اهمال‌کاری پیشنهاد می‌شود.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۱۲	
نوع مقاله: پژوهشی	
واژگان کلیدی	
بهزیستی روان‌شناختی، رضایت از زندگی، استحقاق روان‌شناختی، جهت‌گیری مذهبی، اهمال‌کاری، دانشجویان	

مقدمه

اهمال‌کاری تحصیلی^۱ یکی از پدیده‌های رو به رشد در محیط‌های آموزشی است که ۷۵ درصد دانشجویان را درگیر می‌کند (اسواردال، داهیل، کلوزن، کاپلبرگ و کلینزیگ، ۲۰۲۰). اهمال‌کاری، فرایندی ضد انگیزشی، ناشی از فقدان میل و رضایت برای انجام کار و تمایل غیرمنطقی یادگیرنده برای به تعویق انداختن یک تکلیف است و به دو دسته فعل و منفعل تقسیم می‌شود. اهمال‌کار فعال، چهار ویژگی تجربه فشار^۲، تصمیم ارادی^۳، توانایی رویارویی با ضرب‌العجل‌ها^۴ و رضایت‌مندی از نتایج تکالیف^۵ دارد. یادگیرندگان اهمال‌کار به دلیل نداشتن تکنیک‌های خودتنظیمی و با واسطه باورهای غیرمنطقی، در تنظیم انرژی، فرایند خودکار بودن، کنترل محرک، کنترل توجه، وسوسه و هدف دچار مشکل هستند (استیل، اسوارتال، تاندیل و بروتن، ۲۰۱۸) و این پیامدها بر رضایت از زندگی تحصیلی و متعاقب آن کاهش عملکرد تحصیلی اثر نامطلوب می‌گذارد (بالکیز، ۲۰۱۳؛ آلهی، ۲۰۱۸). از دیدگاه هابنر (۲۰۰۱) رضایت از زندگی دانشجویان^۶، رویکردی چندوجهی است و از دو مؤلفه شناختی و هیجانی و پنج حیطه خانواده، دوستان، مدرسه، خود و محیط تشکیل شده است. مؤلفه شناختی به ارزیابی‌های شناختی فرد از کیفیت زندگی در ارتباط با روابط بین فردی، کار و شغل حرفه‌ای، محیط پیرامون و اندیشه‌ها و آرمان‌های خود اشاره دارد و مؤلفه هیجانی به کیفیت هیجاناتی چون سطوح سرزندگی، اشتیاق، هدفمندی و برانگیختگی می‌پردازد. این نظریه در مقایسه با دیگر نظریه‌های حوزه رضایت از زندگی، به دلیل جامعیت و تقسیم‌بندی واضح از حوزه‌های رضایت از زندگی که هرکدام احساسات و هیجانات فرد را می‌سنجد، متمایز شده و به همین علت در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفته است (پیتمن، والوس و فارل، ۲۰۲۱). دانشجویان اهمال‌کاری که رضایت از زندگی پایینی دارند، در واقع باورهای کمال‌گرایانه دارند و تکالیف درسی را به قصد دریافت بیشترین پاداش و کسب حداکثر نتیجه مطلوب به تعویق می‌اندازند. آنها در کنار باورهای اهمال‌کاری، در مقایسه با دیگر یادگیرندگان احساس خود برتری‌بینی دارند و خود را مستحق داشتن بهترین موقعیت و کسب بیشترین پاداش می‌دانند (آلهی، ۲۰۱۸).

استحقاق داشتن بهترین‌ها در باورهای کمال‌گرایانه یادگیرندگان، معادل اصطلاح استحقاق روان‌شناختی^۷ از دیدگاه کمپیل، بوناکی، ایکسلاین، شلتون و بوشمن (۲۰۰۴) است. استحقاق روان‌شناختی به معنای انتظار پاداش در نتیجه یک قرارداد اجتماعی است. واژه استحقاق در برابر

-
1. Academic Procrastination
 2. Pressure
 3. Intentional Decision
 4. Ability To Meet Deadlines
 5. Outcome Satisfaction
 6. Life Satisfaction
 7. Psychological Entitlement

واژه شایستگی قرار می‌گیرد. استحقاق به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی خودشیفته در نظر گرفته می‌شود که با ویژگی‌های اقتدار، نمایش‌گرایی، بهره‌وری، خودکفایی، برتری، غرور و استحقاق نمایان می‌شود، در حالی که شایستگی، انتظار دریافت پاداش در ازای تلاش یا ویژگی شخصیتی است. استحقاق روان‌شناختی در سطوح شدید خود، می‌تواند به یک حلقهٔ پریشانی دائمی تبدیل شده و احساس ناراحتی و ناامیدی از زندگی ایجاد کند (کریزان و هرلاچ، ۲۰۱۷؛ پیتروسکا و همکاران، ۲۰۱۷). به بیانی دیگر، استحقاق روان‌شناختی در درازمدت بر رضایت از زندگی دانشجویان اهمال‌کار اثر نامطلوب می‌گذارد (کورتیس و ترایس، ۲۰۱۳؛ چاوانینگ، کمپبل، ۲۰۰۹؛ اندرسون، هالبرستات و آیتکان، ۲۰۱۳؛ پیتروسکا، پیتروسکی، مالتبی، ۲۰۱۷؛ لانگ، ردفورت و کروسوس، ۲۰۱۹). مکانیسم عمل آن بدین صورت است که افراد دارای استحقاق روان‌شناختی، اغلب اوقات دچار محرومیت‌های ناخواسته‌ای می‌شوند که به انتظارات آنها از زندگی آسیب می‌زند، آنها محرومیت‌ها را بی‌عدالتی‌های اجتماعی تلقی کرده، نسبت به دیگران خشمگین می‌شوند و دیگران را مقصر می‌دانند و این چرخهٔ معیوب تا جایی ادامه می‌یابد که آسیب پایدار و مقاوم شده و رضایت از زندگی کاهش می‌یابد (گرابز و ایکسلاین، ۲۰۱۶). اما گاهی محرومیت‌ها خودخواسته‌اند و دانشجویان اهمال‌کار، به دلیل حواس‌پرتی، برنامه‌ریزی معیوب و باورهای کمال‌گرایانه، انجام تکالیف درسی را عمداً به تعویق می‌اندازند تا به نتیجهٔ مطلوب مورد نظر خود برسند، عمل به تعویق انداختن، به دلیل باور و اعتقاد آنها برای رسیدن به یک موقعیت برتر است که خود را مستحق آن می‌دانند (کورتیس و ترایس، ۲۰۱۳). در واقع، دانشجویانی که استحقاق روان‌شناختی دارند، در پذیرش مسئولیت، دستیابی به اهداف (چاوانینگ، کمپبل، ۲۰۰۹)، تحمل ناامیدی (توانایی یا تمایل به ادامهٔ فعالیت در اثر احساسات ناخوشایند مرتبط با تکلیف) (وایلد، ۲۰۱۲) و مکان کنترل (درجه‌ای که فرد معتقد است محرک‌های خارجی زندگی او را کنترل می‌کنند) ضعیف عمل می‌کنند. اینها عواملی هستند که می‌توانند کاهش تلاش تحصیلی و بی‌میلی دانشجویان اهمال‌کار برای دستیابی به اهداف تحصیلی را توضیح دهند. استحقاق، به لحاظ نظری این نگرش را منعکس می‌کند که موفقیت باید از منابع خارجی به جای منابع و تلاش درونی حاصل شود و رفتار اهمال‌کارانه و لزوم اجرای آن برای دستیابی به موقعیت برتر، بدین نحو توجیه می‌شود (اندرسون، هالبرستات و آیتکان، ۲۰۱۳).

به مرور زمان، استحقاق روان‌شناختی موجب پریشانی عاطفی می‌شود و بهزیستی روان‌شناختی را به خطر می‌اندازد. گاهی استحقاق روان‌شناختی به افراد اطمینان و اعتماد به نفس کاذب می‌دهد و موقتاً از پریشانی ناشی از استحقاق کم می‌کند، اما موقتی است و نتایج درازمدت آن افسردگی، روابط بین فردی ضعیف، درگیری‌ها، تعارضات بین فردی و کاهش بهزیستی روان‌شناختی را موجب می‌شود (پریسموت و تیلور، ۲۰۱۶). البته برخی پژوهش‌ها نتایج متفاوتی ارائه داده‌اند و ادعان کرده‌اند، استحقاق روان‌شناختی سبب بهزیستی روان‌شناختی و بهبود کیفیت سلامت روان

همچون؛ پرورش اعتبار و تسلط بر موقعیت می‌شود (لانگ و همکاران، ۲۰۱۹؛ پریسموت و تیلور، ۲۰۱۶؛ تامبورسکی، براون و چاوینگ، ۲۰۱۲). در واقع، افرادی که استحقاق روان‌شناختی بالاتری دارند، انگیزه بیشتری برای کسب مقام و جایگاه اجتماعی و تحصیلی بالاتری دارند. استحقاق روان‌شناختی انگیزه‌ای برای ایجاد فرایندهای عاطفی مثبت، پرورش اعتبار، تسلط بر موقعیت و دستیابی به وضعیت مطلوب فراهم می‌کند (لانگ و همکاران، ۲۰۱۹) و سبب شکل‌گیری الگوهای رفتاری سازگار با موقعیت‌های اجتماعی شده و سلسله مراتب پیشرفت را رقم می‌زند (تامبورسکی و همکاران، ۲۰۱۲). در واقع استحقاق روان‌شناختی با ارزیابی خواسته‌ها و انتظارات بسیار زیاد در برابر تحقیر ادراک‌شده ناشی از آن، سبب تعدیل اثرات افسردگی و بهبود سلامت‌هیجانی و بهزیستی روانی می‌شود (پریسموت و تیلور، ۲۰۱۶). این پژوهش قصد دارد این تناقض و رابطه استحقاق روان‌شناختی با بهزیستی روان‌شناختی را مورد ارزیابی قرار دهد.

باور به استحقاق داشتن یک موقعیت برتر و به تعویق انداختن یک تکلیف، گاه به صورت نمادی مسلم از موفقیت درک می‌شود. گاه این باورهای برحق در قالب، باورهای دینی خود را نشان می‌دهند. نتایج پژوهش‌ها نشان داده، عامل دومی که با رضایت از زندگی اهمال‌کاران تحصیلی مرتبط است، دینداری و هویت دینی است (موچون، نورتون و آلی، ۲۰۱۱؛ آیتن و کرکماز، ۲۰۱۷؛ یو و لیم، ۲۰۱۹؛ باقرنژاد، خیر، کاظمی، سامانی، ۲۰۲۰). دینداری و هویت دینی، یک سیستم سازمان‌یافته از اعتقادات و ارزش‌ها، اعمال و رفتارها، آیین‌ها و نمادها برای تسهیل نزدیکی به امر مقدس یا متعالی (خدا، قدرت برتر، یا حقیقت/واقعیت نهایی) است و به معنای مجموعه‌ای از رفتارها و هویت فرد در نظر گرفته می‌شود که ممکن است بر جنبه‌های مقدس یا جنبه‌های عملکردی دین، تمرکز داشته باشد. رابطه فرد با مقدسات، به‌عنوان اعتقادات و اعمال عملی و فرایض و تشریفات دینی معرفی می‌شود و فرد با یک جهان‌بینی و جامعه خاص مذهبی مرتبط است (ایانلو، هاردی، موسو، کوکو و اینوگلیا، ۲۰۱۹). احساس کنترل از سوی خداوند به‌طور کامل واسطه تأثیر ایدئولوژی و عقل بر رفتار اهمال‌کاری است. اما احساس کنترل درونی، تأثیر نپایش عمومی و تجربه دینی را به تأخیر می‌اندازد و سبک منفعلانه نپایش، واسطه‌ای در رابطه بین مرکزیت دین و اهمال‌کاری است. افراد مذهبی احتمالاً کنترل درونی را کنار می‌گذارند، زیرا معتقدند راه حل مشکلات آنها در دستان خداوند است. قرار گرفتن در معرض قدرت خدا (جهت‌گیری درونی) به آنها احساس کنترل از سوی دیگری می‌دهد که منجر به کاهش مشکلات خودتنظیمی منجر می‌شود، اما در نهایت پیامد اهمال‌کاری دارد (زارزیکا، لیونسکی و مارزل، ۲۰۲۱؛ حسینی، ۲۰۱۸). یکی از نظریه‌هایی که به بحث هویت دینی پرداخته است، نظریه جهت‌گیری مذهبی^۱ آلپورت (۱۹۶۳) است که دو بعد بیرونی و درونی تقسیم می‌شود. منظور از جهت‌گیری بیرونی؛ انجام اعمال

و رفتارهای مذهبی است و جهت‌گیری درونی؛ ایمان به خدا، داشتن معنا و هدف در زندگی اشاره دارد. نتایج پژوهش‌ها نشان داده، از آنجا که جهت‌گیری درونی با خود احساس کنترل درونی به همراه می‌آورد با رضایت از زندگی همبستگی مثبت دارد و جهت‌گیری بیرونی مذهب، چون تمام کنترل خود و تصمیمات مهم زندگی را به دست خدا می‌سپارد، احساس کنترل درونی، تعهد و احساس مسئولیت شکل نمی‌گیرد و منجر به کاهش رضایت از زندگی شده و در پاره‌ای از موارد با رضایت از زندگی رابطه ندارد (رشیدی، ملک محمدی، شریفی، ۱۳۹۵؛ مؤمنی و رفیعی، ۱۳۹۶؛ کمری سنقرآبادی و فتح آبادی، ۱۳۹۶).

عامل سوم که با رضایت از زندگی اهمال‌کاران تحصیلی رابطه دارد، بهزیستی روان‌شناختی^۱ است (جایاراجا، تان و راماسامی، ۲۰۱۷؛ ساویتری، ۲۰۱۴؛ بالکیز، ۲۰۱۳؛ راجری، گارسپارگارسون و ماگوری، ماتر و هاپرت، ۲۰۲۰؛ کووان، ۲۰۱۹). دانشجویان اهمال‌کار از نظر روان‌شناختی آسیب‌پذیرند و احتمال تجربه افسردگی، اضطراب و افکار خودکشی در آنها بالاست (جایاراجا، تان و راماسامی، ۲۰۱۷؛ ساویتری، ۲۰۱۴). دانشجویان اهمال‌کار احساس کنترل کمی بر موقعیت‌های تحصیلی دارند و همین امر خودمختاری، قدرت تصمیم‌گیری و رشد فردی آنها را به خطر می‌اندازد (اصفا، ابوالمعالی حسینی و هاشمیان، ۱۳۹۶) و رضایت تحصیلی کاهش می‌یابد (هاتف نیا، درتاج، علی‌پور و فرخی، ۱۳۹۸). به تعویق انداختن، گاه به‌عنوان یک استراتژی تنظیم هیجان، باعث بهبود خلق و خو می‌شود. هنگام مواجهه با کارهای ناخوشایند، وقتی اولویت فرد آسایش فکری و عدم تحمل سختی باشد، منجر به اجتناب از انجام وظایف ناخوشایند و شکست خودکنترلی می‌شود (پیفیل و سیروس، ۲۰۱۶). از دیدگاه ریف (۱۹۸۹) بهزیستی روان‌شناختی به کارکرد روان‌شناختی بهینه، نگرش مثبت به خود، تعامل سازنده با دنیای پیرامون و داشتن هدف و امید به زندگی اشاره دارد و از ابعاد پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری یا استقلال، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند، رشد فردی^۲ تشکیل شده است. پذیرش خود، مستلزم داشتن نگرش مثبت نسبت به خود، عزت نفس، میزان افتخار مردم به خودشان، احساس اطمینان و حس مثبت نسبت به خود است. روابط مثبت با دیگران مربوط به روابط گرم و رضایت‌بخش با دیگران، اعتماد متقابل، ایجاد پیوند و همدلی است. خودمختاری شامل میل و توانایی فرد برای تصمیم‌گیری مستقل، تصمیم داوطلبانه و فردی است (گومزولوپز، ویجو و اورتگاریز، ۲۰۱۹). تسلط بر محیط، مربوط به صلاحیت مدیریت محیط و توانایی فرد برای انتخاب و ایجاد زمینه‌های مناسب برای نیازهای شخصی است. هدف در زندگی به تجربه شخصیتی از جهت‌دهی، داشتن اهداف در زندگی و برنامه‌ریزی برای آینده و لذت از کارکردن مربوط می‌شود و رشد فردی به احساس ادامه رشد

1. Psychology Well Bing (PWB)

2. Self Acceptance, Positive Relationships With Others, Autonomy, Environmental Mastery, Purpose In Life, Personal Growth

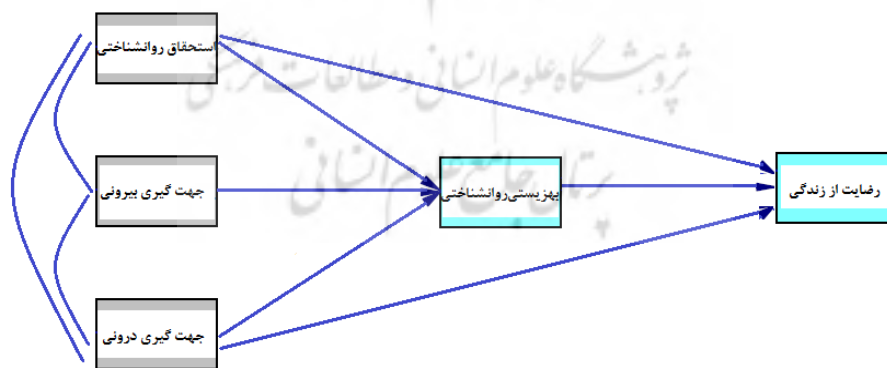


شخصی فرد، گشودگی نسبت به تجارب جدید و نزدیک شدن به خود واقعی‌سازی، به‌عنوان «روند کشف خود واقعی» تعریف شده است (ریف و سینگر، ۲۰۰۸).

نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده است، هویت دینی درمیان دانشجویان اهمال‌کار یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی روان‌شناختی است (آلانته و والرو، ۲۰۱۳؛ آلایدین زاوی، ۲۰۱۵؛ یو و لیم، ۲۰۱۹؛ ویلانی، سورگتته، ایانلو و آتونیتی، ۲۰۱۹؛ ابراهیم و تاودان، ۲۰۱۹؛ نیگن، ۲۰۲۰). هویت دینی در دو مفهوم معنویت و دینداری تعریف می‌شود. معنویت اگر به معنای داشتن هدف، آرمان، باورهای درونی شده و ذاتی، داشتن ارتباط متقابل با بشریت، ارتباط شخصی با واقعیت‌های متعالی، دستیابی به تعالی، به‌هم‌پیوستگی و جست‌وجوی معنای در زندگی باشد (کینگ و بویاتزیس، ۲۰۱۵) و دینداری در قالب سه بعد هویت دینی: تعهد مذهبی، کاوش عمیق و تجدید نظر در تعهد تعریف شود، بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مطلوبی می‌گذارد (ویلانی و همکاران، ۲۰۱۹). معنویت و دینداری باعث خودآگاهی افراد از جهان پیرامون می‌شود و در برنامه‌ریزی و صورت‌بندی اهداف نقش دارد (واندرویل، ۲۰۱۷). دینداری، سبب تعهد و مسئولیت‌پذیری، کاهش میل به انتقام، اجتناب از جرم و افزایش میل به عطوفت و بخشش می‌شود (زاوی، ۲۰۱۵؛ احمددار و اقبال، ۲۰۱۹) و افرادی که این ویژگی‌ها دارند، از بهزیستی روان‌شناختی بالاتری برخوردارند. اما در میان افراد اهمال‌کار، باورهای دینی مانعی برای استفاده از منابع و توانایی‌های شخصی برای حل مشکلات به حساب می‌آیند و آنها را وادار می‌کند که انجام کارها را به خدا بسپارند (مک کالو و کارتر، ۲۰۱۳). یکی از رایج‌ترین کلیشه‌ها این است که دین صرفاً نوعی انکار است و از نظر نحوه برخورد با موقعیت‌ها، دین منفعل یا اجتنابی است. در نتیجه، تصور می‌شود که افراد مذهبی نسبت به افراد غیرمذهبی بهره‌وری کمتری دارند و از کارایی کمتری برخوردارند؛ زیرا در انتظار دخالت خدا، از انجام برخی فعالیت‌ها کناره‌گیری کرده یا آنها را به تعویق می‌اندازند (زارزیکا و همکاران، ۲۰۲۱). این نوع کناره‌گیری، پیامدی چون اهمال‌کاری دارد و روی هم انباشته شدن وظایف در پی اعتماد بی‌چون و چرا به اعمال اراده‌پروردگار، نه تنها باعث پیشرفت امور نمی‌شود، بلکه به دلیل تقویت بعد منفیانه وجود انسان، در درازمدت بهزیستی روان‌شناختی را به خطر می‌اندازد.

اهمیت و ضرورت انجام این پژوهش این است که بهزیستی روان‌شناختی با سطوح کیفیت مطلوب زندگی و امید به زندگی رابطه مستقیمی دارد (فیتزجرالد و همکاران، ۲۰۱۹؛ تاموسیناس، ساپرانایوکوت و لاکسین، ۲۰۱۹). از آنجا که کیفیت زندگی تحصیلی دانشجویان اهمال‌کار پایین‌تر از حد مطلوب است و تعداد کثیری از دانشجویان اهمال‌کار محسوب می‌شوند، مطالعه ابعاد مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی ضروری به نظر می‌رسد (هابری و هیکز، ۲۰۱۵). روان‌شناسی مثبت‌گرا به دنبال مطالعات بهزیستی روان‌شناختی، قصد دارد، زندگی دانشجویان را بهبود بخشد، اما این فرض را نیز می‌پذیرد که دانشجویان تنها عامل مسئول چنین تغییراتی هستند. در حقیقت، با استفاده از منابع و امکانات جامعه و نهادهای زیربنا به‌طور فزاینده‌ای می‌کوشد با در دسترس قرار دادن

راهبردهای متنوع و متناسب برای گروه‌های مختلف، زمینه ارتقای بهزیستی روان‌شناختی نه تنها یادگیرندگان بلکه آحاد جامعه را فراهم کند. روان‌شناسی مثبت‌گرا، به دنبال یک راهکار مداخله‌گرانه از طریق اقدامات عمدی هدفمند و فعالیت‌های ساخت‌یافته، به منظور بهبود و ایجاد تجارب احساسی مثبت، از جمله خوش‌بینی، قدردانی، هدف/رضایت از زندگی (کاکسی، کریز، سامرز، بوهلیجر و همکاران، ۲۰۱۸؛ گورلین، لی و اتو، ۲۰۱۸)، بهبود خلق و خو، آرامش روان‌شناختی (اولیور و مک لوند، ۲۰۱۸؛ کاکسی و همکاران، ۲۰۱۸)، ایجاد تعادل در زندگی کاری و شخصی، حمایت‌های اجتماعی، روابط اجتماعی مطلوب، حس اعتماد به محیط اطراف و انجام فعالیت‌های مثبت و معنا دار است. مزایای بالقوه چنین مداخلاتی در سلامت‌روان و جسم، به‌ویژه در میان دانشجویان قابل توجه است (گوئنزل، رامر، هالینگو و فالین، ۲۰۱۸). برای طراحی چنین مداخلاتی، ارزیابی همه‌جانبه ابعاد مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی که شامل راهکارهایی باشد که نسل جوان دانشجویان را هدف قرار دهد، حیاتی‌تر به نظر می‌رسد. بنابراین، پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا بهزیستی روان‌شناختی در رابطه جهت‌گیری مذهبی و استحقاق روان‌شناختی با رضایت از زندگی دانشجویان اهمال کار نقش میانجی دارد؟ و آیا خرده‌مقیاس‌های رضایت از زندگی با بهزیستی روان‌شناختی، جهت‌گیری مذهبی و استحقاق روان‌شناختی رابطه دارد؟ تصویر شماره ۱. نتایج این پژوهش می‌تواند در طراحی مداخلات آموزشی-درمانی به منظور ارتقای بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان اهمال‌کار تحصیلی مورد استفاده قرار گیرد.



تصویر شماره ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه پژوهش کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های استان مازندران در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ بودند. در مرحله غربالگری پرسشنامه اهمال‌کاری سولومون و راث بلوم (۱۹۸۴) روی ۶۶۶ دانشجو اجرا شد که کلاً ۶۶۰ نفر به پرسشنامه به‌صورت کامل پاسخ دادند. از میان ۶۶۰ نفر، ۳۲۶ نفر جزء ۲۵ درصد بالای نمره

اهمال‌کاری تحصیلی بودند (نمره ۹۰ تا ۱۳۵) و به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. برای اجرای پژوهش، ابتدا فهرستی از دانشگاه‌های استان مازندران تهیه شد. سپس، تعدادی دانشگاه به روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ملاک‌های ورود آزمودنی‌ها؛ تمام شرکت‌کنندگان، دانشجویان مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه‌های استان مازندران (آزاد، پیام نور و وزارت علوم) بودند و ملاک‌های خروج آزمودنی‌ها، عدم تمایل دانشجویان به پاسخگویی و پرسشنامه‌های ناقص بود. قبل از توزیع پرسشنامه و پاسخگویی به سؤالات برای رفع ابهام و نگرانی، به دانشجویان هر کلاس موارد؛ خودداری از نوشتن نام، محرمانه بودن اطلاعات هر فرد، ارزیابی نتایج پژوهش به صورت کلی، مختار بودن دانشجویان برای انصراف از ادامه همکاری و روان‌شناختی بودن محتوای پژوهش توضیح داده شد و تأکید شد در صورتی که دانشجویان مایل‌اند از نتایج پژوهش مطلع شوند با نوشتن نام مستعار با شماره تلفنی که به آنها داده شده بود، تماس بگیرند. سپس از دانشجویان خواسته شد، چهار پرسشنامه؛ مقیاس چندبعدی رضایت از زندگی دانشجویان، مقیاس استحقاق روان‌شناختی، بهزیستی و سلامت هیجانی ادینبورگ - وارویک و آزمون جهت‌گیری مذهبی را به مدت ۳۵ دقیقه تکمیل کنند. نرم افزار آماری، لیزرل ورژن ۷/۱/۸ و روش آماری تحلیل مسیر بود و تکمیل پرسشنامه‌ها به مدت دو ماه به طول انجامید.

ابزار پژوهش در مرحله غربالگری

پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی

پرسشنامه ۲۷ سؤالی اهمال‌کاری تحصیلی توسط سولومون و راث بلوم در سال (۱۹۸۴) در سه مولفه، آماده شدن برای امتحانات، آماده شدن برای تکالیف و آماده شدن برای مقاله‌های پایان‌ترم در یک مقیاس ۵ لیکرتی «هرگز»، «به ندرت»، «گاهگاهی»، «اکثر اوقات»، و «همیشه» طراحی شد. کمترین و بیشترین نمره ۲۷ تا ۱۳۵ بود. ۲۵ درصد بالای نمرات به‌عنوان اهمال‌کار بالا در نظر گرفته شد. نامیان و حسین چاری (۱۳۹۰) روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آوردند. روایی پرسشنامه در پژوهش جوکار و دلاورپور (۱۳۸۶) با استفاده از روش تحلیل عاملی محاسبه شد که یافته‌ها بیانگر روایی مطلوب پرسشنامه بود. آلفای کرونباخ در این پژوهش، ۰/۷۵، ۰/۷۸ بود.

ابزارهای پژوهش در مرحله اجرای پژوهش

مقیاس چندبعدی رضایت دانشجویان^۱

مقیاس چندبعدی رضایت از زندگی دانشجویان، توسط اسکات هابنر (۲۰۰۱) در ۴۰ گویه، پنج خرده‌مقیاس و در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) تهیه شده

است. آلفای کرونباخ نمونه خارجی از ۰/۷۰ تا ۰/۸۵ (هابنر، ۲۰۰۱) می‌باشد. آلفای کرونباخ پژوهش حاضر، برای خرده‌مقیاس‌های خانواده، دوستان، مدرسه، خود و محیط به ترتیب؛ ۰/۸۶۴، ۰/۷۸۳، ۰/۶۸۱، ۰/۷۷۷، ۰/۶۴۱ و در کل ۰/۸۸ می‌باشد. نمونه‌ای از سؤالات پرسشنامه از این قرارند: «دوستانم با من مهربان هستند.» و «با دوستانم اوقات بانشاطی را می‌گذرانم.» و «در دانشگاه احساس بدی دارم.»

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی^۱

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی، توسط ریف^۲ (۱۹۸۹) در یک فرم اصلی ۱۲۰ سؤالی طراحی شد و در بررسی‌های بعدی فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴، ۵۴ ماده‌ای و ۱۸ سؤالی در شش خرده‌مقیاس ساخته شدند. در پژوهش اوپری، بونجن و ریچمردال^۳ (۲۰۱۸) آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۷۵ تا ۰/۸۴ گزارش شده است. هنجاریابی و اعتباریابی در ایران توسط فیروزآبادی و ملتفت انجام شده و آلفای کرونباخ آن، ۰/۸۹ تا ۰/۹۲ گزارش شده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری یا استقلال، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد فردی به ترتیب؛ ۰/۶۳۵، ۰/۶۱۸، ۰/۶۶۹، ۰/۶۸۹، ۰/۶۷۹ و نمره کل؛ ۰/۷۴۲ است. نمونه‌ای از سؤالات پرسشنامه عبارتند از: «به‌طور کلی، احساس می‌کنم در موقعیت زندگی مسئول هستم.» و «زمانی که به داستان زندگی‌م نگاه می‌کنم، احساس می‌کنم از آنچه از کار درآمده، خشنود هستم.»

مقیاس استحقاق روان‌شناختی^۴

مقیاس ۹ سؤالی کمپبل، بوناکی، ایکسلاین، شلتون و بوشمن (۲۰۰۴) در مقیاس ۷ درجه‌ای از نوع لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) ساخته شده است که بیشترین و کمترین امتیاز در مقیاس به ترتیب ۶۳ و ۹ است و یک نمره کلی دارد و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۷ گزارش شده است. این مقیاس در ایران هنجاریابی و اعتباریابی نشده است. در این پژوهش، ابتدا، مقیاس زیر نظر چهار تن از متخصصان حوزه روان‌شناسی و مسلط به زبان انگلیسی، به فارسی ترجمه شد و مجدد زیر نظر همان متخصصان و یک متخصص زبان انگلیسی، برگردان انگلیسی شد و مورد ارزیابی قرار گرفت. سپس در اجرای مقدماتی (پایلوت) روی ۴۰ نفر از دانشجویان آلفای کرونباخ آن ۰/۷۹۸ به دست آمد و در اجرای اصلی پژوهش، آلفای کرونباخ، ۰/۸۳۶ بود. نمونه‌ای از سؤالات پرسشنامه عبارتند از: «من صادقانه احساس می‌کنم، سزاوارتر از دیگران هستم.» و «چیزهای عالی باید نصیب من شود.» و «بهترین‌ها را می‌خواهم، چون من ارزشش را دارم.»

1. Psychological Well Being Scale
2. Ryff
3. Oprea, Buijzen, Reijmersdal
4. The Psychological Entitlement Scale (PES)

آزمون جهت‌گیری مذهبی^۱

این پرسشنامه توسط آلپورت (۱۹۶۳) ساخته شده است و ۲۰ سؤال دارد که در مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) رتبه‌بندی می‌شوند. پرسشنامه توسط جان بزرگی (۱۳۸۶) اعتباریابی شده و آلفای کرونباخ آن ۰/۷۴ گزارش شده است. آلفای کرونباخ در این پژوهش برای دو خرده‌مقیاس جهت‌گیری بیرونی و جهت‌گیری درونی به ترتیب؛ ۰/۷۱، ۰/۸۲۲، می‌باشد. نمونه‌ای از سؤالات پرسشنامه عبارتند از: «اگرچه به دین خود ایمان دارم، اما احساس می‌کنم مسائل مهم‌تری در زندگی من وجود دارد.» و «تا زمانی که یک زندگی اخلاقی داشته باشم، مهم نیست که چه اعتقادی داشته باشم.»

یافته‌های پژوهش

تحلیل داده‌های آماری به کمک دو نرم‌افزار SPSS و لیزرل و دو روش آماری همبستگی و تحلیل مسیر انجام شد. ابتدا یافته‌های توصیفی و جمعیت‌شناختی گزارش می‌شود. مقادیر پرت و گم‌شده^۲، وجود نداشت و کلیه مفروضه‌های همبستگی و تحلیل مسیر، شامل؛ خطی بودن، نرمال بودن به کمک آزمون بوت استرپ و رسم نمودار و مقادیر کشیدگی و چولگی که در فاصله (۲ و ۲-) قرار دارند، تأیید شد. آزمون هم‌خطی چندگانه از آزمون آماره تحمل^۳ استفاده شد که مقادیر در محدوده ۰/۷۵۱ تا ۰/۹۰۵ قرار داشت و استقلال خطاها به کمک آزمون دوربین واتسون محاسبه شد و مقدار آن ۲/۰۹۴، برقرار بود.

توصیف جمعیت‌شناختی

دانشجویان شرکت‌کننده در این تحقیق از مقطع کارشناسی و رشته‌های مختلف و تعداد ۲۱۷ دانشجوی دختر و ۱۰۹ دانشجوی پسر بودند. برخی از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول شماره ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

متغیر	فراوانی	درصد
جنسیت	دانشجوی دختر	۲۱۷
	دانشجوی پسر	۱۰۹
مقطع تحصیلی	کارشناسی	۲۱۸
	کارشناسی ارشد	۱۰۸
سن	کارشناسی	۱۸ - ۲۶
	کارشناسی ارشد	۲۵ - ۴۵
تعداد نمونه	۳۲۶	۱۰۰

1. The Religious Orientation Scale (ROS)

2. Missing

3. Collinearity Statistics

جدول شماره ۱، ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه پژوهش را گزارش می‌دهد.

جدول شماره ۲. یافته‌های توصیفی

کشیدگی (kurtosis)	کجی (Skewness)	انحراف استاندارد	میانگین	ساختارهای توصیفی متغیر
۰/۳۹۵	-۱/۰۴۵	۶/۹۲۳	۳۴/۴۰۱	خانواده
-۰/۱۳۲	-۰/۵۸۷	۶/۹۹۵	۴۳/۸۹	دوستان
-۰/۱۵۵	-۰/۴۴۴	۶/۸۲۱	۳۳/۹۴	دانشگاه
-۰/۵۰۹	-۰/۲۹	۹/۳۷۲	۳۶/۱۸	محیط
۱/۱۱۳	-۰/۷۰۵	۵/۱۹۵	۳۲/۸۳	خود
-۰/۳۱۷	-۰/۲۸۸	۲۴/۳۰۸	۱۸۲/۴۹	رضایت از زندگی
-۰/۸۹۷	-۰/۱۶۹	۱۰/۴۰۱	۴۱/۹۵	استحقاق روان‌شناختی
۰/۰۸۶	-۰/۳۳	۴/۸۳۵	۲۶/۲۲	خوش‌بینی
-۰/۱۶۸	۰/۰۲۹	۲/۱۹۲	۱۰/۳۴	روابط مثبت بادیگران
۰/۲۳۲	-۰/۴۷۱	۲/۴۸۱	۱۴/۸۵	پرانرژی بودن
-۰/۱۳۷	-۰/۴۵۳	۱۰/۶۸۷	۴۱/۵۷۱	بهزیستی روان‌شناختی
-۰/۱۱۸	-۰/۴۸۸	۶/۹۷۱	۳۳/۳۸	جهت‌گیری درونی
-۰/۳۴۹	-۰/۰۷۵	۶/۸۶۹	۲۹/۲۰۹	جهت‌گیری بیرونی

جدول شماره ۲، میانگین‌های بهزیستی روان‌شناختی، رضایت از زندگی، سلامت هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی و جهت‌گیری مذهبی و خرده‌مقیاس‌های آنها را گزارش می‌دهد.

جدول شماره ۳. ماتریس همبستگی

استحقاق روان‌شناختی	بهزیستی روان‌شناختی	جهت بیرونی	خانواده دوستان دانشگاه محیط خود	رضایت خود				
۱								
	۱							
		۱						
			۱					
				۱				
					۱			
						۱		
							۱	
								۱

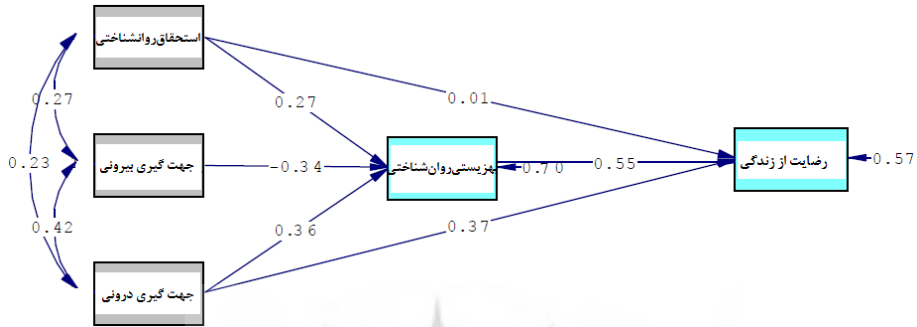
** همبستگی در سطح $P < 0/01$ معنادار است.



* همبستگی در سطح $P < 0/05$ معنادار است.

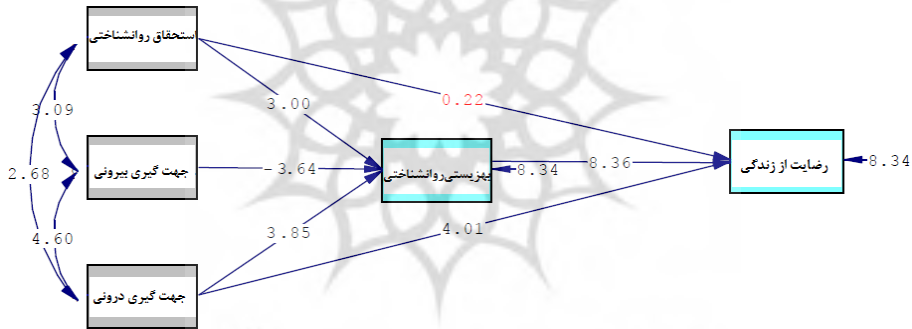
جدول شماره ۳، همبستگی‌های متغیرهای پژوهش را گزارش می‌دهد.

بررسی مدل ساختاری (تحلیل مسیر)



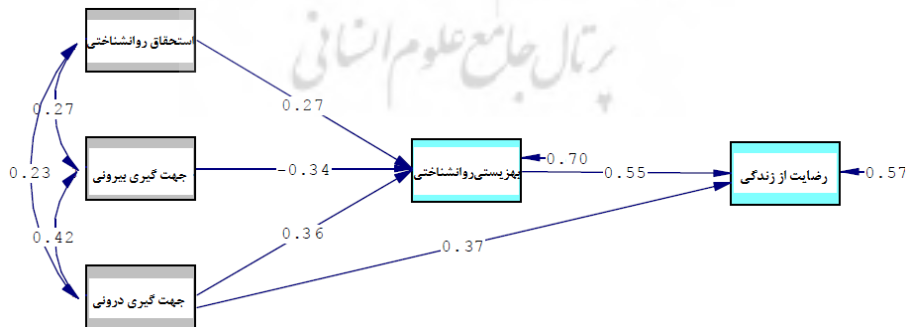
Chi-Square=7.85, df=1, P-value=0.77244, RMSEA=0.189

نمودار ۱. مدل آزمون شده پژوهش در حالت استاندارد



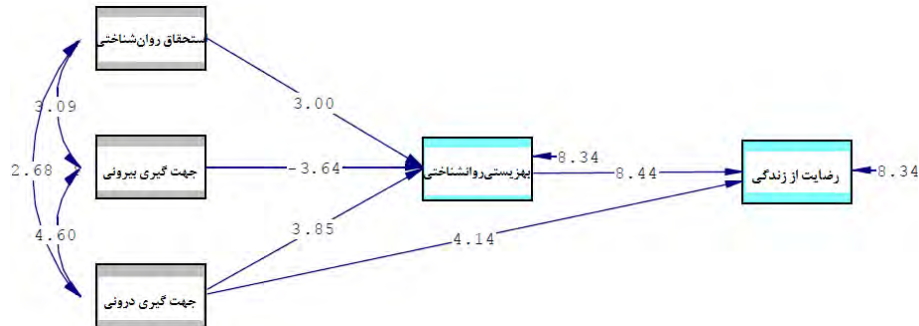
Chi-Square=7.85, df=1, P-value=0.77244, RMSEA=0.189

نمودار ۲. مدل آزمون شده پژوهش در حالت معناداری



Chi-Square=2.14, df=2, P-value=0.03415, RMSEA=0.086

نمودار ۳. مدل اصلاح شده پژوهش در حالت استاندارد



Chi-Square=2.14, df=2, P-value=0.03415, RMSEA=0.086

نمودار ۴. مدل اصلاح شده پژوهش در سطح معناداری

جدول شماره ۴. اثرات مستقیم و کل واریانس تبیین شده متغیرها

متغیر	اثرات مستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
بهبودی روان‌شناختی			۰/۲۹۸**
استحقاق روان‌شناختی	۰/۲۷**	۰/۲۷**	
جهت‌گیری بیرونی	-۰/۳۴**	-۰/۳۴**	
جهت‌گیری درونی	۰/۳۶**	۰/۳۶**	
رضایت از زندگی			۰/۳۸**
بهبودی روان‌شناختی	۰/۵۳**	۰/۵۳**	
استحقاق روان‌شناختی	۰/۰۱	۰	
جهت‌گیری بیرونی	۰	۰	
جهت‌گیری درونی	۰/۳۷**	۰/۳۷**	

در جدول شماره ۴. اثرات مستقیم و کل واریانس تبیین شده متغیرها، ارائه شده است. ضمناً آزمون سوبل^۱ برای آزمون معناداری تأثیر میانجی متغیر بهبودی روان‌شناختی در رابطه میان استحقاق روان‌شناختی و رضایت از زندگی، ۲/۰۱۶ بود و برای آزمون معناداری تأثیر میانجی متغیر بهبودی روان‌شناختی در رابطه میان جهت‌گیری بیرونی و رضایت از زندگی، ۲/۶۵ و آزمون سوبل برای آزمون معناداری تأثیر میانجی متغیر بهبودی روان‌شناختی در رابطه جهت‌گیری درونی و رضایت از زندگی، ۲/۷۱ محاسبه شد و از آنجا که هر سه مقدار Z -value بزرگتر از ۱/۹۶ بود، معناداری تأثیر متغیر میانجی تأیید می‌شود.

برای تعیین شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی از آماره‌ای به نام VAF استفاده می‌شود. شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی‌گری بهبودی روان‌شناختی با استفاده از شاخص

VAF مقدار ۰/۳۴۸ محاسبه شد. بنابراین، ۳۵ درصد واریانس رضایت از زندگی از طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی بهزیستی روان‌شناختی تبیین می‌شود.

جدول شماره ۵. نتایج بوت استرپ

متغیر	داده‌ها بوت سوگیری	خطای حد بالا	حد پایین
استحقاق روان‌شناختی	۳۳/۵	۲/۱۴۴	۲۹/۷۵
رضایت از زندگی	۷/۵	-۰/۱۷۱	۳۷/۲۵
جهت‌گیری بیرونی مذهب	۳۵	۱/۷۱۵	۳۲
رضایت از زندگی	۶	-۰/۰۸۵۷	۳۸
جهت‌گیری درونی مذهب	۲۸/۵	۲/۱۴۴	۲۴/۷۵
رضایت از زندگی	۷/۵	-۰/۱۰۷	۳۲/۲۵

سطح اطمینان ۹۵ و اندازه نمونه ۱۰۰۰ است. فاصله‌های اطمینان (حد بالا و پایین) حاکی از آن است که صفر در فاصله‌های اطمینان مسیرهای غیرمستقیم قرار نمی‌گیرد و هر سه رابطه واسطه‌ای معنادار هستند.

جدول شماره ۶. شاخص‌های برازش مدل

شاخص‌های برازندگی الگو	df	X ² /df	GFI	AGFI	IFI	NNFI	CFI	NFI	RMSEA
مدل آزمون شده	۱	۵/۸۵	۰/۹۰	۰/۸۳	۰/۸۶	۰/۸۹	۰/۹۰	۰/۸۹	۰/۱۸۹
مدل اصلاح شده نهایی	۲	۲/۱۴	۰/۹۵	۰/۸۷	۰/۹۲	۰/۸۹	۰/۹۱	۰/۹۰	۰/۰۸۶

شاخص‌های برازندگی الگو در جدول شماره ۶، نمایش داده شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی در رابطه جهت‌گیری مذهبی و استحقاق روان‌شناختی با رضایت از زندگی دانشجویان اهمال‌کار و تعیین رابطه خرده‌مقیاس‌های رضایت از زندگی با بهزیستی روان‌شناختی انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد، رضایت از زندگی دانشجویان اهمال‌کار تحصیلی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مستقیم دارد. این یافته با پژوهش‌های (جایاراجا، تان و راماسامی، ۲۰۱۷؛ ساویتری، ۲۰۱۴؛ بالکیز، ۲۰۱۳؛ راجری و همکاران، ۲۰۲۰؛ کووان، ۲۰۱۹) همخوان است و خرده‌مقیاس دوستان و دانشگاه با بهزیستی روان‌شناختی رابطه دارند و مؤلفه‌های خانواده، محیط زندگی و خود با بهزیستی روان‌شناختی رابطه ندارند. این یافته با نتایج (توماس، لیو و آمبرسون، ۲۰۱۷؛ واهانوگیش، کاسومانینگروم و نوویتاساری، ۲۰۲۰؛ استنسکو و رامر، ۲۰۱۱) ناهمسو است.

در تبیین نتایج می‌توان گفت، دانشجویان اهمال‌کار تحصیلی معمولاً ذهن‌آگاهی پایینی دارند. آنها کمتر از دیگران قادرند لحظات ناخوشایند و استرس‌زای دوران تحصیل را تشخیص دهند و به جای مبارزه با آن از موقعیت‌های چالش‌برانگیز فرار می‌کنند. این یادگیرندگان نسبت به آنچه در اطرافشان اتفاق می‌افتد هوشیار نیستند و نمی‌توانند ترس‌ها را بپذیرند و تشخیص دهند. آنها به دلیل ذهن‌آگاهی پایین نمی‌توانند استرس خود را در موقعیت‌های مختلف تحصیلی و در رقابت با دیگر هم‌کلاسی‌های خود کاهش دهند. دانشجویان اهمال‌کاری که ذهن‌آگاهی بالایی دارند، در تشخیص موقعیت‌های تحصیلی، هوشمندانه عمل می‌کنند و با تمرکز بر موقعیت، اهداف و اولویت‌های تحصیلی را بهتر سازماندهی می‌کنند و به احساس شایستگی می‌رسند. احساس شایستگی این دانشجویان، کارایی، عملکرد تحصیلی و ارتباط آنها با تکالیف درسی را موجب می‌شود. این عوامل (ذهن‌آگاهی، شایستگی و ارتباط) انگیزه انجام تکلیف موردنظر را افزایش داده و در نتیجه اهمال‌کاری کاهش می‌یابد. برعکس، زمانی که ذهن‌آگاهی (خودمختاری)، شایستگی و ارتباط وجود نداشته باشد، انگیزه برای انجام تکلیف کاهش یافته و کار به تعویق می‌افتد و بهزیستی روان‌شناختی به خطر می‌افتد.

یکی دیگر از علل بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت روابط دانشجویان با دوستان و محیط دانشگاه است. اگرچه در پژوهش حاضر، این روابط معنادار نیستند، اما رابطه منفی با بهزیستی روان‌شناختی دارند. دانشجویان در یک دوره سنی نوجوانی قرار دارند و گاه از نظر نگرش‌ها، سبک زندگی، باورها و عقاید خود با خانواده اختلاف نظر دارند و دچار چالش‌های عدیده می‌شوند که با گذشت زمان، شکاف عمیقی در روابط بین دانشجو و خانواده ایجاد می‌کند. اینگونه خانواده‌ها، پاسخگویی نیازهای عاطفی دانشجویان نیستند و آنها به ناچار به محیط دانشگاه و دوستان خود پناه می‌برند. دانشجویان اهمال‌کار معمولاً در خانه مسئولیت‌پذیر نیستند و قوانین را زیر پا می‌گذارند. آنها در روابط بین فردی نیز همچون تکالیف درسی اهمال‌کارند. در واکنش به اهمال‌کاری دانشجویان، خانواده‌های آنها نیز معمولاً روابط سازنده‌ای با فرزندان خود ندارند و این روند، موجب اختلال در عملکرد خانواده، طرد فرزندان و ناسازگاری با آنها می‌شود. بی‌نظمی عمده دانشجویان اهمال‌کار در انجام کارهای روزمره و فعالیت‌های درسی، موجب افزایش چشمگیر تنش‌های عاطفی بین اعضای خانواده می‌شود. افت سطح عملکرد تحصیلی دانشجویان، علائم روان‌شناختی آنها را پیش‌بینی می‌کند. در واقع، مشکلات دانشجویان اهمال‌کار، از جایی شروع می‌شود که انتظارات خانواده‌ها از رفتار و عملکرد تحصیلی فرزندان‌شان برآورده نمی‌شود که پیامد آن عدم مشارکت عاطفی، شکل‌گیری الگوهای ارتباطی ناسازگار و عدم بروز احساسات آشکار اعضای خانواده است.

همچنین نتایج نشان داده، مؤلفه خود در میان دانش‌آموزان اهمال‌کار تحصیلی، با بهزیستی روان‌شناختی رابطه ندارد. در تبیین نتایج می‌توان گفت، احساسی که دانشجوی اهمال‌کار نسبت

به خودش دارد، در درجه اول در محیط خانواده و در ارتباط با اعضای خانواده و بعد اقوام نزدیک و بر اساس قضاوت‌ها، انتظارات، ارزیابی‌ها و الگوهای موجود شکل می‌گیرد، هرگونه ارتباط منفی و ناهنجار منجر به ادراک منفی از خود و از دست دادن معنا و هدف زندگی می‌شود. دانش‌آموزان اهمال‌کار در خودآگاهی ضعیف‌اند، آنها نسبت به آنچه در اطرافشان می‌گذرد، هوشیار نیستند و نمی‌توانند ترس‌ها را بپذیرند و تشخیص دهند. به همین دلیل در موقعیت‌های مختلف تحصیلی و اجتماعی دچار استرس می‌شوند که منجر به کاهش سلامت روان می‌گردد. این نتیجه یافته‌های گذشته را تقویت می‌کند. پس، کیفیت مناسب روابط درون خانوادگی، یک حلقه مهم گمشده در سازوکار بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان است و ترمیم آن مستلزم بررسی ساختار خانواده، حد و مرزهای تعیین شده در روابط، بررسی نقش‌های جنسیتی، شرکت در جلسات آموزشی و درمانی است؛ اما قبل از آن دانشجویان برای ترمیم روابط عاطفی خود به دوستان و دانشگاه پناه می‌برند و زمان زیادی را در کنار آنها سپری می‌کنند. پس، برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های فرهنگی دانشگاه و ایجاد زمینه مناسب برای رشد و تکامل همه جانبه شخصیت، هویت، رشد عاطفی، شناختی، فرهنگی، اخلاقی و اجتماعی دانشجویان ضروری است.

نتایج پژوهش نشان داد، استحقاق روان‌شناختی دانش‌آموزان اهمال‌کار با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مستقیم دارد. استحقاق روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه مستقیم ندارد اما استحقاق روان‌شناختی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه غیرمستقیم دارد. این یافته‌ها با پژوهش‌های (کریزان و هرلاچ، ۲۰۱۷؛ زیتک و جوردن، ۲۰۱۹؛ لی، ۲۰۲۱؛ نویل و فیسک، ۲۰۱۹) همخوان و با نتایج (پیتروسکا و همکاران، ۲۰۱۷؛ تامبورسکی و همکاران، ۲۰۱۲؛ گرابز و ایکسلاین، ۲۰۱۶؛ کورتیس و ترایس، ۲۰۱۳؛ چااونینگ، کمپیل، ۲۰۰۹؛ وایلد، ۲۰۱۲؛ اندرسون، هالبرستات و آیتکان، ۲۰۱۳) ناهمخوان است. در تبیین نتایج می‌توان گفت، پژوهش‌های گذشته، افراد دارای استحقاق روان‌شناختی را افرادی با شخصیت‌های خوشبخته، تحریف‌های شناختی فراگیر، انتظارات غیر واقع‌بینانه و ناقص قوانین معرفی کرده‌اند که احساس مسئولیت‌پذیری ندارند و مایوس و ناامیدند؛ اما در پژوهش حاضر به نظر می‌رسد، استحقاق روان‌شناختی نوعی رفتار منصفانه یا سبک مقابله با استرس است. دانشجویان اهمال‌کاری که استحقاق روان‌شناختی بالایی دارند، به صورت واقع‌بینانه‌ای خود را سزاوار امکانات و موقعیت‌های اجتماعی خاصی می‌بینند، این نوع واقع‌بینی، رفتار منصفانه‌ای را به دنبال دارد که موجب می‌شود دانشجو از هر نوع یک‌جانبه‌نگری و پیش‌داوری در مورد عملکرد خود بپرهیزد. در واقع این رفتار بین استحقاق روان‌شناختی و پایبندی به محدودیت‌های قانونی همچون واسطه‌ای عمل کرده و رفتارهای نافرمانی را در این گروه تعدیل می‌کند. پس استحقاق روان‌شناختی به ویژه برای اهمال‌کاران فعال، رفتار منصفانه و عادلانه است و با وجودی که خانواده، دانشگاه و اجتماع پیرامون، از اهمال‌کاران فعال انتظار فرمان‌برداری و تابعیت دارند، اما

آنها مصرانه در مقابل آن مقاومت کرده و از بهزیستی روانی خود مراقبت می‌کنند. همچنین، استحقاق بالا، یادگیرندگان را به سوی دلیل تراشی و فرصت‌طلبی سوق می‌دهد و در روابط بین فردی به فکر چانه‌زنی و ایجاد و حفظ رابطه در گروهی منافع شخصی می‌افتند. دانشجویان اهمال‌کاری که استحقاق روان‌شناختی بالایی دارند، شکست‌های تحصیلی و رفتار اهمال‌کاری خود را به کمک استحقاق روان‌شناختی توجیه می‌کنند و احساس ناکامی ناشی از آن را التیام می‌بخشند. در واقع استحقاق روان‌شناختی همچون یک سبک مقابله با استرس وارد عمل شده و با توجیه موقعیت‌های استرس‌زا و رفتار اهمال‌کارانه سعی دارد با تعارضات بین خواسته‌های خود و اجتماع پیرامونشان مقابله کرده و آن دو را با هم هماهنگ سازد. در حقیقت، استحقاق روان‌شناختی نوعی سبک مقابله با بی‌عدالتی‌های اجتماعی، نبود رابطه مناسب با خانواده و برآورده نشدن خواسته‌ها و نیازهای روان‌شناختی است، هرچند که این مکانیسم دفاعی به‌طور کاملاً سازگارانه و کارآمد عمل نکرده و نتوانسته است، به بهبود بهزیستی روان‌شناختی کمک کند اما به آن صدمه نیز نزده است.

نتایج پژوهش نشان داد، جهت‌گیری بیرونی مذهب دانشجویان اهمال‌کار با بهزیستی روان‌شناختی آنها رابطه مستقیم منفی دارد. همچنین، جهت‌گیری بیرونی مذهب با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه منفی غیرمستقیم دارد. این یافته با نتایج (راجری، گارسیار-گارسون و ماگوری، ماتز و هاپرت، ۲۰۲۰؛ مک کالو و کارتر، ۲۰۱۳؛ مداحی، صمدزاده و کیخای فرزانه، ۱۳۹۰؛ صادقی، خدادادی، توکل‌زاده، تولیدهای، ۱۳۹۳؛ فراست کیش، پیرانی، خدابخشی، ۱۳۹۵؛ صدری، محمدی، فیاضی و افسر، ۱۳۹۶) همسو و با نتایج پژوهش (سلیم و سلیم، ۲۰۱۷) ناهمسو است. جهت‌گیری درونی مذهب دانش‌آموزان اهمال‌کار با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مستقیم مثبت دارد و جهت‌گیری درونی مذهب با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه غیرمستقیم مثبت دارد. این یافته همسو با نتایج پژوهش‌های (زارزیکا و همکاران، ۲۰۲۱؛ جاشی، کوماری و جین، ۲۰۰۸؛ سلیم و سلیم، ۲۰۱۷؛ ویلت، استانر و ایکسلاین، ۲۰۱۸؛ یو و لیم، ۲۰۱۹؛ راجری و همکاران، ۲۰۲۰؛ پیلدریم، کیزیلگزیک و سکر و همکاران، ۲۰۲۱؛ فراست کیش و همکاران، ۱۳۹۵؛ صدری و همکاران، ۱۳۹۶) و ناهمسو با پژوهش (صادقی و همکاران، ۱۳۹۳) قرار می‌گیرد. جهت‌گیری مذهبی بیرونی با رضایت از زندگی رابطه مستقیم ندارد و جهت‌گیری مذهبی درونی با رضایت از زندگی رابطه مستقیم دارد. این یافته‌ها با نتایج (رشیدی، ملک محمدی، شریفی، ۱۳۹۵؛ مؤمنی و رفیعی، ۱۳۹۶؛ کمری سنقرآبادی و فتح آبادی، ۱۳۹۶) همخوان است.

در تبیین نتایج می‌توان گفت، برای کسانی که جهت‌گیری درونی مذهب دارند و ایمان به خدا و مرکزیت دین، جزء اهداف و معنای زندگی آنها قرار می‌گیرد، اثرات کنترل درونی، اعمال قدرت دیگران و کنترل شانس/سرنوشت کاهش می‌یابد، در حالی که حس کنترل از سوی خدا تقویت



شود، پیامد آن کاهش اهمال‌کاری است. ابعاد شناختی دین‌داری که شامل ایدئولوژی و کاریست خرد و عقل است، تمایل به اهمال‌کاری را کاهش می‌دهد؛ زیرا این باور را تقویت می‌کند که رویدادها بخشی از برنامه خدا و تحت کنترل او هستند. بعد ایدئولوژیکی مذهب، که شامل اعتقادات و باورهای فردی می‌شود و اعتقادات بی‌چون و چرا در مورد وجود و ماهیت یک واقعیت متعالی (هابنر و هابنر، ۲۰۱۲) را دربرمی‌گیرد، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده احساس کنترل از سوی خداوند است. بعد فکری مذهب که شامل تفکر یا یادگیری مسائل مذهبی است، تمایل به اهمال‌کاری را کاهش می‌دهد، نه تنها به این دلیل که این باور را تقویت می‌کند که خداوند حوادث را کنترل می‌کند، بلکه به این دلیل است که این اعتقاد را که رویدادها یک شانس یا سرنوشت هستند، تضعیف می‌کند. اعتقاد قوی مبنی بر اینکه خدا «از جهان هستی مراقبت می‌کند»، همان‌طور که به‌عنوان مشیت الهی در نظر گرفته می‌شود، این اعتقاد را تقویت می‌کند که زندگی انسان‌ها بخشی از برنامه خداست و انگیزه‌ای برای انجام فعالانه مسئولیت‌های فردی (به‌ویژه در ارتباط خدا) ایجاد می‌کند. در واقع، احساس عاملیت و کنترل ارائه شده توسط دین با سطوح همکاری با خدا رابطه دارد (کراوز، ۲۰۰۵) و دامنه تفکر افراد در مورد میزان اعمال کنترل خدا در حوادث زندگی نقش مهمی در شکل‌گیری فرایندهای خودتنظیمی ایفا می‌کند (اسپیلکا و لاد، ۲۰۱۳).

جهت‌گیری بیرونی مذهب و شرکت در مراسم‌های مذهبی عمومی و تجربیات دینی، باعث افزایش احساس کنترل از سوی خداوند نمی‌شود، اما در عوض کنترل درونی را تضعیف می‌کند. در نتیجه، تمایل به اهمال‌کاری را تقویت می‌کند. مراسم‌های مذهبی و تشریفات دینی، جنبه‌های اجتماعی دین را دربرمی‌گیرند. میزان شرکت در این فعالیت‌ها، بیانگر این است که میزان دینداری فرد ریشه در قراردادهای اجتماعی دارد (هابنر و هابنر، ۲۰۱۲). آیین‌های مذهبی طبق قوانینی انجام می‌گیرند که توسط دیگران در گذشته وضع شده‌اند و به هیچ‌وجه برای اراده خودگردان افرادی که آنها را انجام می‌دهند، روشن و واضح نیستند (ایدلر، ۲۰۱۳). شرکت در آیین‌ها می‌تواند فرد را به احساس عدم تمایز یا از دست دادن حس فردیت و احساس وحدت همزمان با گروه سوق دهد. تجارب دینی جنبه اجتماعی دین را نیز دربرمی‌گیرند (مارشال، ۲۰۰۲). شرکت در مراسم‌های مذهبی جزء جنبه اجتماعی دین هستند و با احساس عدم تمایز خاص خود و کناره‌گیری از کنترل شخصی مرتبط‌اند. در واقع، شرکت در مراسم مذهبی نشان‌دهنده تسلیم شدن در برابر مقام بالاتر است و با احساس عدم تمایز خود در میان گروه همراه می‌شود، با این حال، یادگیرندگان اهمال‌کار به احساسات رضایت‌بخشی همچون؛ احاطه شدن، محافظت و آرامش گرفتن دست می‌یابند. یافته‌ها این امکان را فراهم می‌کنند که بتوانیم نتیجه بگیریم که ریشه‌های عمیق در جنبه‌های اجتماعی دین (جهت‌گیری بیرونی) ممکن است حس کنترل شخصی را تضعیف کرده و در نتیجه، اهمال‌کاری را تقویت کند. پس، جنبه‌های شناختی دین،

احساس کنترل از سوی خدا را تقویت می‌کند و جنبه‌های اجتماعی دین، کنترل درونی را کاهش می‌دهد، یادگیرندگان اهمال‌کار پیامدهای عملکرد تحصیلی و احساس کنترل و کارایی شخصی در فعالیت‌های تحصیلی را به خدای خود واگذار می‌کنند. در واقع اهمال‌کاران تحصیلی، با همسویی با قدرت خدا به نوعی از کنترل جانشین دست می‌یابند. اعتقاد به کنترل خیرخواهانه خدا، ممکن است معادل احساس کنترل شخصی در نظر گرفته شود (اسپیلکا و لاد، ۲۰۱۳). کناره‌گیری از کنترل شخصی، سبب به تعویق افتادن فعالیت‌ها و اهمال‌کاری تحصیلی می‌شود و قرار گرفتن در معرض قدرت خدا، حسی از کنترل جایگزین را فراهم می‌کند که از دیدگاه خودتنظیمی تا حدی مشکلات را کاهش می‌دهد. در حقیقت، زمانی که یادگیرندگان انتظار دارند با دعای مکرر و مشارکت فعال در فعالیت‌های مذهبی به مقاصد و موفقیت‌های مذهبی دست یابند، اگر این انتظار محقق نشود، به اهمال‌کاری آنها دامن می‌زند. انجام تشریفات مذهبی به شرطی که یادگیرنده، فرض کند که در حل مشکلات خود با خدا همکاری کرده یا مشکل را با خدا حل می‌کند و همچنان معتقد باشد که خود آنها باید در حل مشکلاتشان، مشارکت داشته باشند، مانع از اهمال‌کاری می‌شود.

در تبیین این نتیجه که جهت‌گیری بیرونی مذهب با بهزیستی روان‌شناختی رابطه منفی دارد، می‌توان گفت، از آنجا که دین، نقش اساسی در رفتار اجتماعی، رهبری، شکل‌دهی و پایه‌ریزی در سطوح سبک زندگی و هویت فردی و گروهی افراد دارد، موضوعی است که مورد توجه روان‌شناسان و دانشمندان علوم اجتماعی قرار گرفته و تحقیقات زیادی در این حوزه انجام شده است که عمدتاً به دو دسته تقسیم می‌شوند. برخی مطالعات (سلیم و سلیم، ۲۰۱۷؛ راجری، و همکاران، ۲۰۲۰) نشان داده‌اند، بعد بیرونی مذهب، یعنی؛ زیارت، دعاء، شرکت در مراسم‌های مذهبی، شرکت در محیط‌ها و گردهمایی‌های مذهبی سبب حمایت‌های اجتماعی، همپاری و همفکری بین اعضای عضو می‌شود و انجام فرایض مذهبی، تعهد مذهبی، توسعه روابط اجتماعی و تشریک مساعی را در پی دارد و سبب بهبود بهزیستی روان‌شناختی و متعاقباً رضایت از زندگی در روابط با خانواده، دوستان، حضور در اجتماع، پذیر و تصور مثبت در مورد خود می‌شود. در مقابل، برخی پژوهش‌ها (مداحی و همکاران، ۱۳۹۰؛ صادقی و همکاران، ۱۳۹۳؛ فراست‌کیش و همکاران، ۱۳۹۵)، جهت‌گیری بیرونی و تشریفات مذهبی را وسیله‌ای برای رسیدن به خواسته‌ها و تمایلات شخصی می‌دانند و زمانی که مذهب ابزاری در دست بشر برای رسیدن به نیازها باشد، معنا و هدفی که در زندگی می‌سازد، سراسر تناقض‌گویی، فرصت‌طلبی، تحریف‌های شناختی، خشم نسبت به خدا، عدم تعهد و مسئولیت‌پذیری، افکار روان‌پریشی و وسواس‌های فکری شدید است و بر بهزیستی روان‌شناختی اثر معکوس دارد و متعاقباً رضایت از زندگی را به خطر می‌اندازد و بر روابط بین فردی با خانواده، دوستان، تصور در مورد خود، پذیرش شرایط اجتماعی و میزان رویارویی با مشکلات تأثیر منفی می‌گذارد.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، وجود رابطه منفی بین جهت‌گیری بیرونی مذهب و بهزیستی روان‌شناختی به این علت است که انجام تشریفات مذهبی، نوعی معامله و قرارداد با خدا و به‌عنوان ابزاری برای رسیدن به خواسته‌ها و رفع نیازهاست که در صورت برآورده نشدن، خشم و قضاوت منفی نسبت به خدا را در پی دارد. در پژوهش حاضر، به‌نظر می‌رسد، پایبندی به دین برای دانشجویان، بر شخصیت، آداب، نگرش و چشم‌انداز آنها از آینده بی‌تأثیر است و مفاهیم و آموزه‌های دینی بر اصلاح باورها، نگرش‌ها، کاهش تحریک‌پذیری، کاهش پشیمانی، اضطراب و شکل‌گیری انگیزه و فرایندهای فکری سازنده، اثربخش نیست؛ چرا که به واسطه آموزه‌های دینی، معنا و هدف متعالی از زندگی در ذهن دانشجویان درونی‌سازی نشده است و برنامه زندگی و اساس بهزیستی روان‌شناختی و پذیرش خود تحت تأثیر آموزه‌های دینی و انجام فرایض مذهبی قرار ندارند. به بیان دیگر، برای دانشجویان معنویت و اعتقادات مذهبی از عوامل حیاتی در معنادار کردن زندگی نیستند و احتمالاً عوامل دیگری بر معنا و اهداف زندگی و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان اثر می‌گذارند. به نظر می‌رسد، جهت‌گیری بیرونی مذهب، دانشجویان را به سمت بینش جدید به زندگی و داشتن زندگی هدفمند، ایجاد روابط مثبت با دیگران و سبک زندگی کارآمد، رشد فردی و رهایی از خودمحوری، پذیرش خود و رسیدن به خودشکوفایی هدایت نکرده است. احتمالاً وجود الگوهای ناکارآمد و نامناسب مذهبی، تبعیض‌ها و بی‌عدالتی‌های اجتماعی، آموزش‌های غلط در حیطه باور و ایمان به خدا و مفاهیم پیرامون آن سبب شده، مذهب، آموزه‌های دینی به‌عنوان عاملی در بهزیستی روانی دانشجویان نقش نداشته باشد.

در تبیین این نتیجه که جهت‌گیری درونی مذهب با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت دارد و تنها با تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد فردی همبستگی ضعیف و با پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران و خودمختاری همبستگی ندارد. باید اذعان کرد، مطالعات گذشته (سلیم و سلیم، ۲۰۱۷) نشان داده، جهت‌گیری درونی مذهب که شامل باور و ایمان به خداست، سبب تسلط و کنترل مؤثر بر تصمیمات و رویدادهای زندگی و محیط اطراف می‌شود، به زندگی افراد هدف و معنا می‌بخشد و سبب رشد همه‌جانبه شخصیت فرد از جنبه‌های عاطفی، هیجانی، شناختی، اجتماعی، اخلاقی فردی می‌شود و وجود معنا و هدف، نوعی نقشه شناختی و مسیر روشنی در زندگی ترسیم می‌کند که موقعیت‌های زندگی را تحت کنترل و اراده یادگیرندگان قرار می‌دهد. از دیدگاه منبع کنترل راتر، احساس کنترل بر موقعیت‌ها و قابل پیش‌بینی بودن شرایط، یکی از راهکارهای ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی است. در واقع، جهت‌گیری درونی (ایمان به خدا) مذهب به‌عنوان یک راهبرد مقابله مذهبی، در کنار آمدن با رویدادهای منفی زندگی و ایجاد منبع کنترل درونی و سبک هدایت خود، کارآمد بوده است و با دیگر عوامل روان‌شناختی مانند عزت نفس، خودکارآمدی و قدرت اراده، که در برخی از مطالعات با تعهد مذهبی مرتبط بوده‌اند، رابطه

داشته است. معنای زندگی از طریق "باور به خدا" به "باور به خود" تبدیل می‌شود و "معنا" مفهوم مهمی در شکل‌گیری بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان است. همان‌طور که (چاری و همکاران، ۲۰۲۰) در پژوهش خود به این نکته اشاره می‌کند که بهزیستی روان‌شناختی متأثر از باور به خود، خودسازماندهی^۱ و تفکر انتقادی^۲، تجربه آزادی و خودمختاری، کیفیت زندگی و تعاملات بین فردی، خودمختاری نسبت به اهداف ذهنی است و گارسینیا-آلاندت، مارتینز، نوهالت و لوزانو (۲۰۱۸) عوامل مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی را، خودارزشی مثبت و خودپذیرشی، درک و تجربه آزادی، حس مسئولیت و خودتعیین‌گری، دیدگاه مثبت به زندگی در کل و نسبت به آینده، داشتن هدف و تعهد به اهداف مهم وجودی، خودبرتری و گشودگی نسبت به دیگران، کنار آمدن یکپارچه اما بدون کناره‌گیری از ناملايمات، رضایت از زندگی و خودتحقیق می‌دانند و در پژوهش حاضر نیز، معنا و هدف از این مفاهیم اقتباس شده و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان از این عوامل تأثیر می‌پذیرد.

محدودیت‌ها

این پژوهش، در یک شرایط زمانی (قبل از کرونا) و در میان دانشجویان دانشگاه‌های مازندران انجام گرفته و ممکن است قابلیت تعمیم به دیگر شرایط زمانی و دانشجویان دانشگاه‌های دیگر را نداشته باشد. به دلیل شروع کرونا امکان ادامه پژوهش و بررسی روابط بین فردی در خانواده‌های دانشجویان فراهم نشد. نقش خانواده، ویژگی‌هایی چون کمال‌گرایی، الگوهای ارتباطی، فرزندپروری و دلایل اهمال‌کاری تحصیلی به‌ویژه در ارتباط با ذهن‌آگاهی و ارزیابی نیازهای روان‌شناختی (خودپیروی، شایستگی و پیوند) مجال برای مطالعه در این پژوهش نیافت. باورهای مذهبی از دیدگاه ساختاری (نظریه آلپورت) بررسی شد و احتمالاً محتوای مذهب، نقش متفاوتی بر اهمال‌کاری و بهزیستی روان‌شناختی دارد.

پیشنهاد‌های کاربردی

مشکلات اقتصادی و تفاوت نگرش‌های والدین و فرزندان، همراه با پیری جمعیت والدین، موجب تغییر چشم‌انداز خانواده‌ها شده چالش‌ها و فشارهای منحصر به فردی به خانواده‌ها و روابط با نوجوانان و دانشجویان وارد می‌کند. برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای خانواده‌ها، جهت آشنایی با نیازهای روان‌شناختی فرزندان‌شان و آموزش مهارت‌های ارتباطی مؤثر، آموزش مهارت‌های کنترل هیجان و فرزندپروری و ایجاد جوامع تفریحی و مسکونی بزرگسالان مسن‌تر که تعاملات اجتماعی و ساختارهای پشتیبانی اجتماعی را تسهیل می‌کند، می‌تواند در این زمینه مؤثر باشد.

پیشنهاد‌های پژوهشی

تحقیقات آینده باید پیچیدگی بیشتر در روابط خانوادگی، ساختارهای متنوع خانواده و تقاطع موقعیت‌های اجتماعی را ارزیابی کنند. استفاده بیشتر از تحقیقات طولی که نسل‌ها را به هم پیوند می‌دهد و کسب اطلاعات از چندین عضو خانواده به محققان کمک می‌کند تا به درک عمیق‌تری از روابط پیچیده خانوادگی و ارتباط آن با بهزیستی روان‌شناختی در طول زندگی آشکار شود. همچنین، بررسی عوامل مربوط به "باور به خود" همچون، خودتعیین‌گری، خودسازماندهی، خودانتقادی، خودارزشی، خودتحقیقی، خودپذیرشی، خودبرتری و تأثیر آن بر بهزیستی روان‌شناختی مورد مطالعه قرار گیرد. مطالعه نقش ذهن‌آگاهی و ارزیابی نیازهای روان‌شناختی (خودپیری، شایستگی و پیوند) با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان اهمال‌کار تحصیلی، مجالی برای مطالعه در این پژوهش نیافت که ارزیابی آنها می‌تواند در طراحی پروتکل آموزشی جهت ارتقای بهزیستی روان‌شناختی مؤثر باشد.

موازین اخلاقی:

از دانشجویان خواسته شد بدون ذکر نام خود و با انتخاب خود در تکمیل پرسشنامه‌ها شرکت کنند و در هر زمان که احساس کردند که مایل به شرکت و یا ادامه همکاری نیستند، انصراف دهند. ضمناً به آنها اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه می‌ماند و هیچ‌یک از استادان و مسئولان موسسه رحمان از نتایج فردی آنها مطلع نخواهند شد و گزارش نهایی به صورت گروهی در چند مقاله ارائه خواهد شد. هر دانشجویی می‌توانست در صورت تمایل با ذکر نام مستعار در پرسشنامه، با شماره همراهی که جهت راهنمایی داده شده بود تماس بگیرد و از نتایج پرسشنامه مطلع شود.

فهرست منابع

- Alshehri, A. S. (2018). Perfectionism: Relationship With Anxiety, Academic Procrastination, And Satisfaction With Life Among International Saudi Arabian Students Studying In United States Universities, A Dissertation Submitted To The Faculty Of The Graduate School, In Partial Fulfillment Of The Requirements For The Degree Of Doctor Of Philosophy, Howard University.
- Alaedein-Zawawi, J. (2015). RELIGIOUS COMMITMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: FORGIVENESS AS A MEDIATOR. *European Scientific Journal, ESJ*, 11(5). Retrieved from <https://eujournal.org/index.php/esj/article/view/5180>.
- Ahmad Dar And Iqbal. (2019). Stress and coping in relation to gender and domicile among college students in Kashmir. *Sri Lanka journal of social sciences*, 42(2):127-136. DOI: [10.4038/sljss.v42i2.7796](https://doi.org/10.4038/sljss.v42i2.7796).
- Amirsardari, L., Azari, S., & Kooraneh, E. A. (2014). The Relationship Between Religious Orientation, And Gender With A Cognitive Distortion. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 8(3), 84-9. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4359730/>. (Text in Persian)
- Asfa, A., & ABOLMAALI ALHOSSEINI, K., & HASHEMIAN, K. (2018). Structural Modeling for prediction of Academic Procrastination Based on Psychological Capital with Mediation of Psychological, Emotional and Social



- Well-being in University Students. *JOURNAL OF RESEARCH IN EDUCATIONAL SYSTEMS*, 11(39), 25-46. <https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=657988>.
- Anderson, D., Halberstadt, J & Aitken, R. (2013). Entitlement Attitudes Predict Students' Poor Performance In Challenging Academic Conditions. *International Journal Of Higher Education*, 2(2), 151-158.
- Ayten, A & Korkmaz, S. (2020). The Relationships Between Religiosity, Prosociality, Satisfaction With Life And Generalised Anxiety: A Study On Turkish Muslims, Mental Health, Religion & Culture. *Spiritual Psychology And Counseling*, 6(1): 980-993. [Doi: 10.1080/13674676.2019.1695246](https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1695246).
- Azmoudeh, P., And Shahidi, Sh., And Danesh, A. (1386). The Relationship Between Religious Orientation And Stubbornness And Happiness In Students. *Journal Of Psychology*, 11 (1 (41 In A Row)), 60-74. <https://www.sid.ir/Fa/Journal/Viewpaper.aspx?Id=93762> (Text in Persian)
- Balkis. M. (2013). Academic Procrastination, Academic Life Satisfaction And Academic Achievement: The Mediation Role Of Rational Beliefs About Studying. *Journal Of Cognitive And Behavioral Psychotherapies* 13(1), 57-74.
- Bagherinejad, F., Khayyer, M., Kazemi, S & Samani, S. (2020). Investigating The Role Of Religious Orientation In Mental Health: A Review Of Educational Studies. *Iranian Evolutionary And Educational Psychology Journal*, 301-308. [DOI: 10.29252/ieepj.2.4.301](https://doi.org/10.29252/ieepj.2.4.301). (Text in Persian)
- Chakhssi, F., Kraiss, J, T., Sommers-Spijkerman, M., & Bohlmeijer, E, T. (2018) The Effect Of Positive Psychology Interventions On Well-Being And Distress In Clinical Samples With Psychiatric Or Somatic Disorders: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Bmc Psychiat*. 18(1), 211. <https://doi.org/10.1186/S12888-018-1739-2>.
- Chowning, K., & Campbell, N. J. (2009). Development And Validation Of A Measure Of Academic Entitlement: Individual Differences In Students' Eternalized Responsibility And Entitled Expectations. *Journal Of Educational Psychology*. 101(4), 982-997. <http://dx.doi.org/10.1037/A0016351>.
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why Not Procrastinate? Develop Ment And Validation Of A New Active Procrastination Scale. *The Jour Nal Of Social Psychology*, 149, 195-211. [Doi:10.3200/Socp.149.2.195-212](https://doi.org/10.3200/Socp.149.2.195-212).
- Cowan, H. R. (2019). Can A Good Life Be Unsatisfying? Within-Person Dynamics Of Life Satisfaction And Psychological Well-Being In Late Midlife. *Psychol Sci*. 30(5), 697-710. <https://doi.org/10.1177/0956797619831981>.
- Curtis, N, A., & Trice, A, D. (2013). A Revision Of The Academic Locus Of Control Scale For College Students. *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 3(116), 817-829.
- Dar, K. A., & Iqbal, N. (2019). Religious Commitment And Well-Being In College Students: Examining Conditional Indirect Effects Of Meaning In Life. *J Relig Health* 58, 2288–2297. <https://doi.org/10.1007/S10943-017-0538-2>.
- Farasatkish, F., & Pirani, Z., & Khodabakhshi Koolae, A. (2016). Relationship Of Psychological Well-Being And Happiness With Religious Orientation Among Female Students. *Religion And Health*, 4(1), 36-46. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=605611>. (Text in Persian)
- García-Alandete, J., Rosa Martínez, E., Sellés Nohales, P., & Soucase Lozano, B. (2018). Meaning In Life And Psychological Well-Being In Spanish Emerging Adults. *Acta Colombiana De Psicología*, 21(1), 196-205. <https://doi.org/10.14718/Acp.2018.21.1.9>
- Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Psychological Well-Being During Adolescence: Stability And Association With Romantic Relationships. *Front. Psychol*. 10:1772. [Doi: 10.3389/Fpsyg.2019.01772](https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2019.01772).

- Goetzl, R. Z., Roemer, E. C., Hologue, C., Fallin, M. D., McCleary, K., Eaton, W., & Et Al. (2018). Mental Health In The Workplace: A Call To Action Proceedings From The Mental Health In The Workplace - Public Health Summit. *J Occup Environ Med*, 60(4):322–30. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5891372/>.
- Gorlin, E. I., Lee, J., & Otto, M. W. (2018). A Topographical Map Approach To Representing Treatment Efficacy: A Focus On Positive Psychology Interventions. *Cogn Behav Ther*, 47(1), 34–42. <https://doi.org/10.1080/16506073.2017.1342173>.
- Grubbs, J. B., & Exline, J. J. (2016). Trait Entitlement: A Cognitive-Personality Source Of Vulnerability To Psychological Distress. *Psychological Bulletin*, 142(1): 1204-1226. [Doi:10.1037/Bul0000063](https://doi.org/10.1037/Bul0000063).
- Habelrih, E. A., & Hicks, R. E. (2015). Psychological Well-Being And Its Relationships With Active And Passive Procrastination. *International Journal Of Psychological Studies*, 7(3), 25–34. <https://doi.org/10.5539/Ijps.V7n3p25>.
- Hatefnia, F., Dortaj, F., Alipour, A., & Farrokhi, N. (2019). Effect Of Procrastination On Psychological Well Being: Mediating Role Of Flow Experience, Positive-Negative Affective And Life Satisfaction. *Social Psychology Research*, -(33), 53-76. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=740436>. (Text in Persian)
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724.
- Hosseinaei A. (2018). Prediction Of Academic Procrastination Based On Religious Orientation And Communication Technology Overuse Among Students. *Jrh*. 6 (1), 54-61. Url: <http://jrh.mazums.ac.ir/article-1-506-en.html>.
- Iannello, N.M., Hardy, S.A., Musso, P., Lo Coco, A., & Inguglia, C. (2019). Spirituality And Ethnocultural Empathy Among Italian Adolescents: The Mediating Role Of Religious Identity Formation Processes. *Psychol. Relig. Spiritual*, 11, 32–41. [Doi: 10.1037/Rel0000155](https://doi.org/10.1037/Rel0000155).
- Ibrahim, S. M., & Thavudan, A. (2019). Religious Commitment And Psychological Well-Being. *Trans Asian Research Journals*, 8(2): 260 – 267. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5289650/>.
- Idler, E. L. (2013). Rituals and practices. In K. I. Pargament, J. J. Exline, & J. W. Jones (Eds.), *APA handbooks in psychology*. APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Vol. 1): Context, theory, and research (pp. 329–347). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Jayaraja Ar, Tan Sa, Ramasamy Pn. (2017). Predicting Role Of Mindfulness And Procrastination On Psychological Well-Being Among University Students In Malaysia. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 31(2): 29-36.
- Joshi, S., Kumari, S., & Jain, M. (2008). Religious Belief And Its Relation To Psychological Well-Being. *Journal Of The Indian Academy Of Applied Psychology*, 34(2), 345–354. <https://psycnet.apa.org/record/2008-10783-019>.
- Kamari Sonqorabadi, S., & Fathabadi, J. (2017). The Role Of Religious Orientation And Life Expectancy In Life Satisfaction. *Journal Of Psychology (Tabriz University)*, 7(28), 159-178. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=503037>. (Text in Persian)
- Krys, K., Capaldi, C. A., Zelenski, J. M., Kuba Krys, Capaldi, C. A., Zelenski, J. M., Park, J., Nader, M., Kocimska-Zych, A., Kwiatkowska, A., Michalski, P., & Uchida, Y. (2019). Family Well-Being Is Valued More Than Personal Well-Being: A Four-Country Study. *Curr Psychol*. <https://doi.org/10.1007/S12144-019-00249-2>.
- Krizan, Z., & Herlache, A. D. (2017). The Narcissism Spectrum Model: A Synthetic View Of Narcissistic Personality. *Personality And Social Psychology Review*, 22(1), 3-31. [Doi:10.1177/1088868316685018](https://doi.org/10.1177/1088868316685018).



- Lange, J., Redford, L., & Crusius, J. (2019). A Status-Seeking Account Of Psychological Entitlement. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 45(7): 1113-1128. <https://doi.org/10.1177/0146167218808501>.
- Liu, B., Floud, S., Pirie, K., Green, J., Peto, R., & Beral, V. (2016). Does Happiness Itself Directly Affect Mortality? The Prospective Uk Million Women Study. *Lancet*. 387(10021):874-81. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01087-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01087-9).
- Li, H. (2021). Follow Or Not Follow?: The Relationship Between Psychological Entitlement And Compliance With Preventive Measures To The Covid-19. *Personality And Individual Differences* 174(10228):110678. [Doi: 10.1016/J.Paid.2021.110678](https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110678).
- Maddahi, M., & Samadzadeh, M., & Keikhayfarzaneh, M. (2011). The Relationship Between Religious Orientation And Psychological Well-Being Among University Students. *Journal Of Educational Psychology*, 2(1), 53-63. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=267146>. (Text in Persian)
- Mccullough, M. E., & Carter, E. C. (2013). Religion, Self-Control, And Self-Regulation: How And Why Are They Related? In K. I. Pargament, J. J. Exline, & J. W. Jones (Eds.), *APA Handbooks In Psychology. APA Handbook Of Psychology, Religion, And Spirituality (Vol. 1): Context, Theory, And Research* (Pp. 123-138). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Momeni, K., & Rafiee, Z. (2018). Correlation Of Social Support And Religious Orientation With Life Satisfaction In The Elderly. *Iranian Journal Of Ageing*, 13(1), 50-60. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=574744>. (Text in Persian)
- Mochon, D., Norton, M. I., & Ariely, D. (2011). Who Benefits From Religion? *Social Indicators Research*, 101(1): 1-15.
- Oliver, J. J., & Macleod, A. K. (2018). Working Adults' Well-Being: An Online Self-Help Goalbased Intervention. *J Occup Organ Psychol*. 91(3):665-80. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6099417/>.
- Piotrowska, M, A, Z., Piotrowski, J, P & Maltby, J. (2017). Agentic And Communal Narcissism And Satisfaction With Life: The Mediating Role Of Psychological Entitlement And Self-Esteem. *International Journal Of Psychology*, 52(5), 420-424. [Doi: 10.1002/ijop.12245](https://doi.org/10.1002/ijop.12245).
- Pittman, S, K., Valois, p & Farrell, A. (2021). Evaluation of the Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale in a Diverse Sample of Rural Early Adolescents. [Journal of Psychoeducational Assessment](https://doi.org/10.1177/07342829211049684). DOI:10.1177/07342829211049684.
- Priesemuth, M And Taylor, P, M . (2016). The More I Want, The Less I Have Left To Give: The Moderating Role Of Psychological Entitlement On The Relationship Between Psychological Contract Violation, Depressive Mood States, And Citizenship Behavior. *Journal Of Organizational Behavior*, 37(7), 18 _ 34. <https://doi.org/10.1002/job.2080>.
- Post, M. (2014). Definitions Of Quality Of Life: What Has Happened And How To Move On. *Top Spinal Cord Inj Rehabil*, 20(3), 167-180. <https://doi.org/10.1310/Sci2003-167>.
- Priesemuth, M., and Taylor, R. M. (2016). The more I want, the less I have left to give: the moderating role of psychological entitlement on the relationship between psychological contract violation, depressive mood states, and citizenship behavior. *J. Organ. Behav.* 51, 1-4. doi: 10.1002/job.2080.
- Pychyl, T. A., & Sirois, F. M. (2016). Procrastination, Emotion Regulation, And Well-Being. In F. M. Sirois & T. A. Pychyl (Eds.), *Procrastination, Health, And Well-Being* (Pp. 163-188). Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-802862-9.00008-6>.
- Rashidi, Alireza; Malek Mohammadi, Fatemeh; Sharifi, Sarah. (1395). Investigating the relationship between religious orientation and happiness and quality of life.

- Psychology and Religion, 9 (1): 143-154. (text in persian)
- Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, A., Matz, S & Huppert, F, A. (2020). Well-Being Is More Than Happiness And Life Satisfaction: A Multidimensional Analysis Of 21 Countries. *Health And Quality Of Life Outcomes*, 18(1): 192. [Doi: 10.1186/S12955-020-01423-Y](https://doi.org/10.1186/S12955-020-01423-Y).
- Sadeghi, S., & Sadeghi, O., & Tavakolizadeh, J., & Tohidi Nik, H., & Khodadadi, Z. (2015). The Relationship Between Religious Orientation And Psychological Well-Being Among Gonabad Medical Sciences In The Academic Year Of 2011-2012. *Islam And Health Journal*, 1(4), 57-63. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=605920>. (text in persian)
- Sadati Firoozabadi, S., & Moltafet, G. (2017). Investigate Psychometric Evaluation Of Ryff's Psychological Well-Being Scale In Gifted High School Students: Reliability, Validity And Factor Structure. *Training Measurement*, 7(27), 103-119. <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=606753>. (Text in Persian)
- Steel, P., Svartdal, F., Thundiyil, T., & Brothen, T. (2018). Examining Procrastination Across Multiple Goal Stages: A Longitudinal Study Of Temporal Motivation Theory. *Frontiers In Psychology*, 9, Article 327. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00327>.
- Savithri, J. J., (2014). Interactive effect of academic procrastination and academic performance on life satisfaction. *International Journal of Science and Research*, 3(3), 377-381.
- Svartdal F, Dahl TI, Gamst-Klaussen T, Koppenborg M And Klingsieck KB (2020) How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview And Recommendations. *Front. Psychol.* 11:540910. [Doi: 10.3389/fpsyg.2020.540910](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910).
- Sadri Damirchi E, Mohammadi N, Fayazi M, Afsar E. (2017). The Relationship Between Religious Orientation And Forgiveness With Psychological Well-Being Among Students. *J Res Relig Health*, 3(2), 20- 30. <https://journals.sbmu.ac.ir/jrrh/article/view/13551>.
- Saleem, S., Saleem, T. (2017). Role Of Religiosity In Psychological Well-Being Among Medical And Non-Medical Students. *J Relig Health* 56, 1180-1190. <https://doi.org/10.1007/S10943-016-0341-5>.
- Stanescu, D. & Romer, G. (2011). Family Functioning And Adolescents' Psychological Well-Being In Families With A Tbi Parent. *Psychology*, 2, 681-686. <https://doi.org/10.4236/psych.2011.27104>.
- Spilka, B. & Ladd, K. L. (2013). *The psychology of prayer. A scientific approach*. New York: The Guilford Pres.
- Tamosiunas, A., Sapranaviciute-Zabazlajeva, L., Luksiene, D. & Et Al. (2019). Psychological Well-Being And Mortality: Longitudinal Findings From Lithuanian Middle-Aged And Older Adults Study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 54, 803-81. <https://doi.org/10.1007/S00127-019-01657-2>.
- Tamborski, M., Brown, R. P., & Chowning, K. (2012). Self-Serving Bias Or Simply Serving The Self? Evidence For A Dimensional Approach To Narcissism. *Personality And Individual Differences*, 52(1), 942-946. [Doi:10.1016/J.Paid.2012.01.030](https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.030).
- Thomas, P, A., Liu, H., & Umberson, D. (2017). Family Relationships And Well-Being. *Innovation In Aging Cite As: Innovation In Aging*. 1(3), 1-11. <https://doi.org/10.1093/geroni/igx025>.
- Trudel-Fitzgerald, C., James, P., Kim, E. S., Zevon, E. S., Grodstein, F., & Kubzansky, L.D. (2019). Prospective Associations Of Happiness And Optimism With Lifestyle Over Up To Two Decades. *Prev Med*. 126:105754. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6697576/>.
- Trudel-Fitzgerald, C., Millstein, R.A., Von Hippel, C., & Et Al. (2019). Psychological

- Well-Being As Part Of The Public Health Debate? Insight Into Dimensions, Interventions, And Policy. *Bmc Public Health* 19, 1712. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-8029-X>.
- Vanderweele, T. J. (2017). Religious Communities And Human Flourishing. *Curr. Dir. Psychol. Sci.* 26, 476–481. <https://doi.org/10.1177/0963721417721526>.
- Wahyuningsih, H., Kusumaningrum, F. A., & Novitasari, R. (2020). Parental Marital Quality And Adolescent Psychological Well-Being: A Meta-Analysis, *Cogent Psychology*, 7:1819005. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1819005>.
- Wilt, J. A., Stauner, N., & Exline, J. J. (2018). Religion, Spirituality, And Well-Being. In J. E. Maddux (Ed.), *Subjective Well-Being And Life Satisfaction* (Pp. 337–354). Routledge/Taylor & Francis Group. <https://psycnet.apa.org/record/2017-47527-017>.
- Wilde, J. (2012). The Relationship Between Frustration Intolerance And Academic Achievement In College. *International Journal Of Higher Education*, 1(2). <http://dx.doi.org/10.5430/Ijhe.V1n2p1>.
- Yıldırım, M., Kızılgöçit, M., Seçer, İ. *Et Al.* (2021). Meaning In Life, Religious Coping, And Loneliness During The Coronavirus Health Crisis In Turkey. *J Relig Health*. <https://doi.org/10.1007/S10943-020-01173-7>.
- You, S., & Lim, S. A. (2019). Religious Orientation And Subjective Well-Being: The Mediating Role Of Meaning In Life. *Journal Of Psychology And Theology*, 47(1), 34-47.
- Zarzycka, B., Liszewski, T. & Marzel, M. (2021). Religion And Behavioral Procrastination: Mediating Effects Of Locus Of Control And Content Of Prayer. *Curr Psychol* 40, 3216–3225. <https://doi.org/10.1007/S12144-019-00251-8>.



This article is an open_access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons AttributionNoncommercial 4.0 International (CC BY_NC_ND 4.0) (https://creativecommons.org/licenses/by_nc_nd/4.0/).

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی