

## مدل‌یابی ارتباط دلبستگی به خدا و اضطراب وجودی، با نقش میانجی خداآگاهی

mnoor57@gmail.com

abayat@rihu.ac.ir

java.moradi@gmail.com

مسعود نورعلیزاده میانجی / استادیار گروه روانشناسی دانشگاه شاهد

کمال علی بیات / دانشجوی دکتری روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم

جواد مرادی دهنوی / دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی، مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

دریافت: ۱۳۹۸/۰۷/۲۲ - پذیرش: ۱۳۹۸/۱۲/۲۰

### چکیده

این پژوهش، با هدف مدل‌یابی ارتباط علی دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی به خدا، با اضطراب وجودی، به واسطه نقش میانجی خداآگاهی انجام گرفت. روش پژوهش توصیفی، از نوع همبستگی است که از روش تحلیل مسیر، برای تجزیه و تحلیل داده‌های به‌دست‌آمده از اجرای هم‌زمان سه مقیاس دلبستگی به خدا، خداآگاهی و اضطراب وجودی، بر روی ۳۰۰ نفر از طلاب حوزه علمیه قم استفاده گردید. یافته‌ها حاکی از وجود رابطه معنادار و دوجه‌دو بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی به خدا، خداآگاهی و اضطراب وجودی بود. برای سنجش نقش میانجی خداآگاهی، در ارتباط میان سبک‌های گوناگون دلبستگی به خدا و اضطراب وجودی، مطابق رویکرد بارون و کنی عمل شد. نتایج پژوهش نشان داد که اثر غیرمستقیم هریک از دلبستگی‌های ایمن، اضطرابی و اجتنابی به خدا در اضطراب وجودی، از طریق میانجی‌گری خداآگاهی معنادار است. بنابراین، تأثیر دلبستگی به خدا در کاهش اضطراب وجودی از طریق میانجی‌گری فرآیند خداآگاهی، تبیین‌پذیر است.

**کلیدواژه‌ها:** دلبستگی به خدا، خداآگاهی، اضطراب وجودی، مدل‌یابی، تحلیل مسیر، نقش میانجی.

«اضطراب» عامل زیربنایی نابسامانی‌های «روان‌شناختی» و «روان‌تنی» است. بشر در قرن اخیر، به‌علت درگیری با تغییرات، پیامدهای صنعتی شدن در ابعاد روانی، اجتماعی، فرهنگی، مذهبی و فشارهای ناشی از فناوری سازمان‌یافته و رقابت‌آمیز، در احساسی از بی‌معنایی، تنهایی و ناامیدی دست‌وپا می‌زند. همین مسئله، ریشه روان‌آزردگی و اضطراب روزمره‌ای است که سلامت روانی او را تهدید می‌کند (محمدپور، ۱۳۸۵، ص ۸۵-۱۸۳؛ شفیق‌آبادی و همکاران، ۱۳۸۵). مکاتب و اندیشمندان مختلف، خاستگاه اضطراب را به عوامل متفاوتی نسبت داده‌اند. اسلام ضعف ایمان، دوری از منبع هستی‌بخش، یاد خدا و ازخودبیگانگی انسان را منشأ اصلی اضطراب و استرس معرفی می‌کند (ر.ک: رعد: ۲۸؛ بقره: ۳۸؛ طه: ۱۲۴؛ زمر: ۲۲؛ طباطبایی، ۱۳۷۱، ج ۸، ص ۳۴۶؛ مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ج ۱۳، ص ۳۲۸). رویکرد وجودگرایی، خاستگاه اضطراب را مسائل هستی‌شناختی، نیازهای پاسداشت وجود خود و نگرانی‌های نهایی تشکیل‌دهنده روان‌پویه‌های وجودی چون مرگ، تنهایی و بی‌معنایی می‌داند که اضطراب را فرامی‌خوانند (محمدپور، ۱۳۸۵، ص ۷۱-۷۷).

در میان روان‌شناسان، موضوع اضطراب وجودی، به‌گونه خاص و متمایز از اضطراب عمومی، شاید اولین بار توسط رولومی (۱۹۹۹-۱۹۹۴)، طرح و مورد تحقیق قرار گرفت. پس از آن، گروهی از روان‌شناسان همچون فرانکل، بوگنثال و یالوم، گرایش وجودی را مبنای تحلیل روان‌شناختی و روان‌درمانگری قرار دادند. این رویکرد، بر فرآیندهایی که افراد به زندگی معنا می‌دهند، تأکید دارد. آنان معتقدند: اضطراب وجودی زمانی بروز می‌کند که فرد به‌شدت در مورد وجود خود تأمل می‌کند. این تفکر، سبب افزایش مسئولیت فرد برای یافتن هدف از زندگی شده و ممکن است منجر به احساس بیگانگی، انزوا از زندگی و آگاه شدن به مرگ‌ومیر گردد (شارف، ۲۰۰۴، ص ۱۸۳).

پل تیلیچ (۱۹۵۲)، اولین منبع اضطراب را آگاهی زیاد ما نسبت به اینکه یک زمان نامعلوم باید بمیریم، می‌داند. او اضطراب وجودی را به سه نوع اضطراب مرگ یا سرنوشت، در تأیید خود وجودی انسان، اضطراب بی‌معنایی یا پوچی، در تأیید خود معنوی، و اضطراب محکومیت یا گناه، در تأیید خود اخلاقی تقسیم می‌کند. درواقع، اضطراب وجودی، نوعی تهدید برای ارزش‌های اساسی و بنیادی فرد به‌حساب می‌آید و بیشتر با مفاهیم انتزاعی از قبیل مرگ، ناامیدی، ازخودبیگانگی و بی‌معنا بودن زندگی سروکار دارد (محمدپور، ۱۳۸۵، ص ۵۴). به‌طورکلی، اضطراب وجودی به احساس نگرانی، ترس و وحشت از تفکر در مورد بزرگ‌ترین سوالات زندگی نظیر «من کی هستم»؟ و «من چرا اینجا هستم»؟ اشاره دارد.

پژوهش‌های تجربی، ارتباط معنادار اضطراب وجودی با بیماری‌های روانی، و معناداری زندگی با سلامت روانی را تأیید کرده‌اند (ماسکار و روسن، ۲۰۰۸؛ مرعشی و همکاران، ۱۳۹۰). نظریه‌پردازان هستی‌نگر، معتقدند: هراس و اختلال‌های اضطراب تعمیم‌یافته ناشی از «اضطراب هستی»، یعنی ترس همگانی از محدودیت‌ها و

مسئولیت‌های زندگی فرد است (دادستان، ۱۳۷۶، ج ۱، ص ۱۱۲). کرکیگارد (محمدپور، ۱۳۸۵، ص ۳۶)، اضطراب وجودی را خاستگاه اولیه بیماری‌های روانی می‌داندست. استرجن و حاملی (۱۹۷۹)، در پژوهش‌های خود، بین اضطراب وجودی و رگه اضطرابی رابطه معنادار یافتند (اشریو نیجر و ادلشتاین، ۲۰۰۴). برمن و همکارانش نیز در پژوهش خود، ارتباط معکوس اضطراب وجودی و سلامت روانی را یافتند (برمن و همکاران، ۲۰۰۶). نورعلیزاده میانجی و جان‌بزرگی (۱۳۸۹) نیز نشان دادند که بین اضطراب وجودی و اضطراب مرضی، رابطه معنادار بالایی وجود دارد و اضطراب وجودی، پیش‌بینی‌کننده اضطراب مرضی است.

در این میان، دین به‌عنوان هسته اصلی معنویت، از مهم‌ترین عواملی است که زندگی بشری را معنا می‌بخشد و از رنج، اضطراب و تنیدگی‌های می‌دهد. از نظر بسیاری از محققان، برجسته‌ترین عملکرد روان‌شناختی دین، ارائه حس معنا و هدف در زندگی است (مارتوس و همکاران، ۲۰۱۰). به عقیده کرکیگارد، دین راهی برای پایان دادن به دلهره و اضطراب است. در بحران وجودی، تنها پناهگاه ایمن، دین است. در این پناهگاه، شخص می‌تواند با لایزال ارتباط برقرار کند (محمدپور، ۱۳۸۵، ص ۳۷). یونگ تأکید می‌کند که دینداری و ارتباط با لایتناهی، انسان را از بیهودگی‌ها نجات می‌بخشد؛ امیال و حالات او را دگرگون می‌سازد و بیماری‌های روانی را درمان می‌کند. از نظر فرانتکل، مذهب دربرگیرنده «معنایابی نهایی» است و از ویژگی‌های مهم معنادرمانی، توجه به ناهشیار معنوی است (آذربایجانی و موسوی اصل، ۱۳۸۵، ص ۶۶-۱۳۸).

پژوهش‌های بسیاری که دینداری را سلامت‌آفرین توصیف کرده‌اند، در تبیین‌های روان‌شناختی سهم بیشتر را به سبکی از دینداری، که جهت‌گیری آن خداآگاهانه (جهت‌گیری مذهبی درونی) است، قائل شده‌اند. اصولاً جهت‌گیری مذهبی درونی، بدون آگاهی و درک حضور خدا و برقراری ارتباط خالص با خدا، نمی‌تواند معنادار باشد (نورعلیزاده میانجی، ۱۳۹۴ ب). خداآگاهی اساسی‌ترین مؤلفه دین است و شاکله اصلی دینداری را تشکیل می‌دهد. اساساً دینداری، بدون خداآگاهی و ایمان و عمل توحیدمدارانه معنایی نخواهد داشت و جهت‌گیری همه آموزه‌ها و مناسک دینی، رفتن به سمت خدا و برقراری پیوند با اوست (ر.ک: طباطبایی، ۱۳۷۱، ج ۷، ص ۳۹۴). خداآگاهی، یعنی شناخت، توجه و احساس حضور خدا، پیوستگی و تعلق به او و تدوام‌بخشی به ارتباط ناگسستنی با خداست (نورعلیزاده میانجی، بشیری، و جان‌بزرگی، ۱۳۹۱). خداآگاهی، مفهومی فراتر از خداشناسی است که علاوه بر جنبه‌های شناختی به وجود خداوند، ابعاد عاطفی و رفتاری انسان درباره خداوند را نیز دربر می‌گیرد (نورعلیزاده میانجی، ۱۳۹۴ الف، ص ۳۷).

در این میان، پژوهش استرجن و حاملی (۱۹۷۹)، نشان داد که جهت‌گیری مذهبی درونی بر کاهش اضطراب وجودی و رگه اضطرابی تأثیر دارد (اشریو نیجر و ادلشتاین، ۲۰۰۴). همان‌طور که گذشت، جهت‌گیری مذهبی درونی، بدون آگاهی و درک حضور خداوند و برقراری ارتباط با او، نمی‌تواند معنایی داشته باشد. جیمز

(۱۳۷۲، ص ۱۷۷)، اتصال و ارتباط با قدرت لایزال الهی را که یکی از جنبه‌های خداآگاهی است، آرامش‌بخش و یونگ (شریفی‌نیا، ۱۳۸۸)، اعتقاد به اینکه «خداوند همه‌جا حضور دارد» را سلامت‌آفرین می‌دانند. نتایج تحقیق موسوی و شهریاری/احمدی (۱۳۹۶) نیز رابطه منفی و معنادار، میان جهت‌گیری مذهبی و اضطراب وجودی را تأیید می‌کند (موسوی و شهریاری احمدی، ۱۳۹۶ الف؛ موسوی و شهریاری احمدی، ۱۳۹۶ ب). کسبیر (۲۰۰۹)، در پژوهشی نشان داد افرادی که معتقد به یک وجود مقدس و یک حقیقت برتر در ورای ظواهر مادی و وجود غایتی برای هستی باشند، کمتر دچار اضطراب وجودی می‌شوند. یافته‌های پژوهش دلجو و همکاران (۱۳۹۲)، نشان می‌دهد بالا رفتن سطح تحول روانی-معنوی، با افزایش معنای زندگی و رها کردن فرد از باورهای مربوط به نیستی، پوچی و بی‌معنایی، می‌تواند او را از بند اضطراب وجودی رها بخشد. نتایج پژوهش مهرابی/زاده هنرمند و شفیع‌زاده (۱۳۹۳)، نشان داد بین نگرش‌های مذهبی و اضطراب وجودی در دانش‌آموزان دختر، رابطه منفی وجود دارد. زینی‌وند و همکاران (۱۳۹۴) نیز در پژوهشی نشان دادند که آموزش معنویت‌درمانی با رویکرد اسلامی، بر کاهش اضطراب وجودی تأثیر مثبت دارد.

از سوی دیگر، برخی تبیین‌های روان‌شناختی، سهمی از این تأثیر را به نحوهٔ دلبستگی به خدا « Attachment to God » نسبت داده‌اند. نظریهٔ دلبستگی، اولین بار توسط بالبی (۱۹۶۹) برای توصیف و توضیح اینکه چگونه کودک به‌طور هیجانی و عاطفی با مراقبش پیوند می‌یابد، مطرح شد. بالبی (۱۹۸۸)، کیفیت دلبستگی را به‌عنوان عامل کلیدی عملکرد مؤثر شخصیتی و سلامت روانی دانست. افرادی که پیوند عاطفی ایمن در آنها شکل می‌گیرد، می‌توانند الگوهای روانی خود (به‌عنوان افراد بالرزش برای مراقبت) و دیگران (به‌عنوان افرادی قابل اعتماد و اتکا و در دسترس و حمایت‌کننده) را شکل دهند و آنها را به‌صورت طرح‌واره‌های روانی درآورند. این پیوند عاطفی ایمن، موجب حفظ عواطف و هیجان‌های مثبت شده و در کاهش شدت هیجان‌های منفی، تأثیر گذاشته و افراد را در مقابل ناگواری‌ها مقاوم می‌سازد. طرح‌وارهٔ دلبستگی ناایمن، موجب پردازش اطلاعات سوگیرانه، تنظیم هیجان‌ات ضعیف و آسیب‌پذیری در مقابل اختلالات روانی، در ارتباط با استرس‌های محیطی می‌شود. این نوع طرح‌واره‌ها، در شکل الگوی ارزیابی خود، به‌عنوان فردی شایسته در ایجاد الگوی ارزیابی دیگران، به‌عنوان افراد در دسترس و پاسخ‌گو از نظر عاطفی، از کودکی به نوجوانی و از آن، به بزرگسالی مسیر خود را ادامه می‌دهند و به‌عنوان فیلتری شناختی، برای تعبیر و تفسیر داده‌ها عمل می‌کنند (غباری‌بناب و کوهسار، ۱۳۹۰).

این نظریه، سپس توسط برخی پژوهشگران برای بررسی هرگونه روابط بین‌فردی نزدیک و صمیمی به‌کارگرفته شد. پس از آن، به‌عنوان شیوه‌ای برای سازمان‌دهی و تفسیر رویدادهای مذهبی مورد توجه قرار گرفته است (کرکپاتریک و شیور، ۱۹۹۶؛ کرکپاتریک، ۱۹۹۹). به عقیده این محققان، نظریه دلبستگی، چارچوب مناسبی برای تفهیم و تبیین بسیاری از ابعاد اعتقادات مذهبی، به‌ویژه درک پیوند و ارتباط با خداست. به‌طور کلی، دلبستگی

به خدا تحت عنوان ارتباط و گرایش عاطفی فرد به خدا تعریف می‌شود. در این تعلق خاطر، خداوند به‌عنوان پایگاه امنی شناخته می‌شود که در همه شرایط، می‌توان او را جست‌وجو کرد (گرانکوئیست، میکولنسر و شاور، ۲۰۱۰).

کرکپاتریک (۲۰۰۵)، معتقد است: بیشتر ویژگی‌های نظام دلبستگی، در ارتباط فرد با خداوند، که به‌عنوان دلبستگی به خدا متمایز شده است، به‌روشنی دیده می‌شود. هرچند این دیدگاه، با نگرش مسیحیت تنویری شده است، اما در آموزه‌های اسلامی نیز ویژگی‌های نظام دلبستگی به‌صورت مشابه دیده می‌شود. این ویژگی‌ها، عبارتند از:

۱. جست‌وجو و حفظ قرب و مجاورت با خدا (Seeking proximity to God)؛ تا زمانی که یک فرد مذهبی، خداوند را بسیار نزدیک حتی از رگ گردن (ق: ۱۶)، و حاضر و ناظر و در دسترس (احزاب: ۹) می‌داند، می‌توان واژه دلبستگی را به کار برد؛

۲. خداوند به‌منزله پناهگاه مطمئن (Haven of safety)؛ تکیه به خداوند در همه حال، به‌ویژه در هنگام مشکلات از هر چیز دیگری کفایت می‌کند (طلاق: ۳) و انسان ناخداآگاه، در هنگامه خطر و اتفاقات هولناک، به سمت پناهگاه مطمئن، یعنی خدا روی می‌آورد (عنکبوت: ۶۵)؛

۳. خدا پایه و اساس ایمنی (God as a secure base)؛ یاد خدا بدون اختصاص به حالت گرفتاری، در همه حال آرام‌بخش است (رعد: ۲۸)؛

۴. جدایی (Separation) از خدا موجب نگرانی و اضطراب، و فقدان (Loss) او غم و اندوه را در پی دارد؛ بدین معنا که در زندگی شرایطی پیش می‌آید که برخی افراد، احساس می‌کنند خداوند آنها را رها کرده است. در چنین شرایطی، آنها احساس ناراحتی و نگرانی کرده، یا در عقاید خود به خداوند و ویژگی‌های او، به‌منزله چهره دلبستگی، دچار تزلزل می‌شوند. شباهت‌های زیادی بین گرایش‌ها و رفتارهای دلبستگی بین مسیحیان و مسلمانان وجود دارد. در هر دوی آنها، خداوند مبنای امن و پایگاه مطمئن، بخصوص در مواقع سختی به حساب می‌آید و البته پیروان این دو دین، رفتارهای جوارجویانه مخصوص به خود دارند. مؤمنان در مسیحیت و اسلام، خداوند را شنوندهٔ نجوای خود دانسته و معتقدند که به آن پاسخ می‌دهد (پاسخگویی)؛ آنان خداوند را نزدیک به خود دیده و به در دسترس بودن و حضور در کنار خودشان ایمان دارند، ولی تقرب و نزدیکی خدا به انسان، در اسلام بیشتر در بعد روانی مطرح است، نه تجسم جسمانی. در آموزه‌های اسلامی، علاوه بر کارکردهای دلبستگی، یعنی ابعاد جوارجویی، پناهگاه مطمئن، پایه و اساس ایمنی و اعتراض به جدایی و الگوهای دلبستگی، یعنی الگوی خود به‌عنوان فردی شایستهٔ دوست داشتن و الگوی دیگر (خدا)، به‌عنوان پروردگار مهربان و در دسترس، که از او حمایت می‌کند، نیز مطرح است (غباری‌بناب و حدادی کوهسار، ۱۳۹۰). شیخ و همکارانش (۱۳۹۳)، در بررسی نظریهٔ دلبستگی به خدا در بافت و فرهنگ اسلامی، به این نتیجه رسیدند که منطبق بر این نظریه، روابط مسلمانان با خدا را می‌توان براساس شاخص‌های دلبستگی مورد سنجش، ارزیابی و تبیین قرار داد.

همان‌سان که کنش‌های پایگاه ایمنی‌بخش، ترس و اضطراب را کاهش داده و یا از آن ممانعت می‌کند، کیفیت دلبستگی به خدا نیز سازه‌کلیدی در کاهش اضطراب وجودی است. برای نمونه، نتایج پژوهش برمن و همکاران (۲۰۰۶)، نشان داد که میزان اضطراب وجودی دانشجویان را می‌توان از روی کیفیت دلبستگی آنان به خدا پیش‌بینی کرد. دانشجویان دارای سبک دلبستگی ایمن به خدا، اضطراب وجودی کمتری داشتند. نتایج پژوهش علیان‌سب، محمدرزاده و همکاران نیز ارتباط منفی دلبستگی ایمن به خدا با اضطراب مرگ را (Death Anxiety)، که یکی از ابعاد اضطراب جدایی است، گزارش داد (علیان‌سب، ۱۳۸۹؛ محمدرزاده، جعفری، و حاجلو، ۱۳۹۴). غباری‌بناب، حدادی کوهسار و سروش (۱۳۹۰)، یافتند که هرچه دلبستگی ایمن به خدا بیشتر باشد، اضطراب وجودی افراد کمتر است. به اعتقاد تیزدل و همکاران (حدادی کوهسار و غباری‌بناب، ۱۳۹۱)، دوستی با خدا و بندگی او، با ایجاد این احساس در فرد که خداوند حامی و مراقب اوست، منجر به کاهش احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی می‌شود. پژوهش جنآبادی و سابقی (۱۳۹۳)، نشان می‌دهد که دلبستگی به خدا با معناداری زندگی والدین کودکان کم‌توان ذهنی رابطه مثبت دارد. نتایج تحقیقات دیگری نیز بیانگر رابطه مثبت بین دلبستگی به خدا و مؤلفه‌های آن، با هدف و معنا در زندگی و در نتیجه سلامت روان است.

در اینجا این سؤال مطرح است که این آثار مهم روان‌شناختی دلبستگی به خدا، به‌ویژه در معناداری و کاهش اضطراب وجودی، چگونه و با چه سازوکاری پدید می‌آید؟ دلبستگی به خدا، چه مسیری را طی می‌کند تا به کاهش اضطراب وجودی می‌انجامد؟ متغیرهای میانجی، که پل ارتباطی بین آنها می‌شوند، کدامند؟ دلبستگی به خدا، علاوه بر اثر مستقیم، احتمالاً می‌تواند به‌صورت غیرمستقیم و با تحقق عملیات سازه‌های معنوی و روان‌شناختی دیگری همچون خداآگاهی، نقش مؤثری در کاهش اضطراب وجودی ایفا کند. با مرور مبانی نظری و آموزه‌های اسلامی و پیشینه پژوهش‌های روان‌شناختی، می‌توان نقش و سازوکار میانجی‌گری سازه‌خداآگاهی را در تحلیل علی مسیر دلبستگی به خدا، تا کاهش اضطراب وجودی پیش‌بینی و مورد بررسی قرار داد؛ زیرا از یک‌سو، با مفهوم‌سازی دلبستگی به خدا از دلبستگی انسانی؛ اساساً دلبستگی کودک ابتدا کاملاً عاطفی شکل گرفته و به طرح‌واره‌های والدینی و کیفیت ارتباط با آنها و دیگر افراد کشیده می‌شود. از سوی دیگر، اساساً ارتباط با خود هرچه هست، ابتدا گرایش‌های عاطفی انسان به خداست و پس از آن، به پنداره‌ها و کیفیت ارتباط با خدا تسری می‌یابد. بر همین اساس، اندیشمندان روشن‌ضمیری چون امام خمینی (۱۳۶۸، ص ۱۵۸-۱۵۶)، اساساً ارتباط با خداوند را امری فطری و ناشی از عشق به کمال می‌دانند، نه یک امری معرفتی. شاهد این امر، پیوند عاطفی و دلبستگی ایمن بسیاری از انسان‌ها با خداوند است. درحالی‌که حتی به اولین مراتب خداآگاهی، یعنی شناخت از خداوند رسیده‌اند.

در این زمینه، کرکپاتریک و شیور (حدادی کوهسار و غباری‌بناب، ۱۳۹۰)، تصور از خداوند را تابعی از کیفیت دلبستگی آنان به خداوند می‌دانند. کرکپاتریک (۱۹۹۲)، نشان می‌دهد موضوع دلبستگی ایمن تا چه حدی در خداپنداره، که جنبه‌ای از خداآگاهی است، به چشم می‌خورد (اسپیلیکا و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۳۳۸). در تأیید این یافته، بسیاری از پژوهشگران تفاوت افراد در تصور از خداوند را ناشی از کیفیت دلبستگی آنان به خداوند می‌دانند. برای نمونه، افرادی که دلبستگی ایمن به خداوند دارند، خداوند را مهربان، دوست‌دارنده، محافظ و نزدیک به خود حس می‌کنند (حدادی کوهسار و غباری‌بناب، ۱۳۹۰). براساس پژوهش *خوانین‌زاده، اثرهای و مظاهری* (۱۳۸۴)، دلبستگی ایمن در جهت‌گیری مذهبی درونی، بیش از بیرونی و دلبستگی دوسوگرا به‌عکس است. دلبستگی اضطرابی به خدا، به‌طور معکوس و معنادار پیش‌بینی‌کننده جهت‌گیری مذهبی درونی و دلبستگی اجتنابی به خدا، به‌طور مستقیم و معنادار پیش‌بینی‌کننده جهت‌گیری مذهبی بیرونی می‌باشد.

مطالعات صورت‌گرفته در زمینه عوامل مؤثر بر کاهش اضطراب وجودی، صرفاً به بررسی ارتباط دینداری با کاهش اضطراب وجودی پرداخته است و پژوهشی که در این حوزه، با این نگاه و بررسی میانجی‌گری سازه خداآگاهی، به تحلیل مدل علی پرداخته باشد، یافت نشد. از این‌رو، ضروری است که علاوه بر بررسی رابطه ابعاد دلبستگی به خدا، با اضطراب وجودی، مدل علی و اثرهای غیرمستقیم بین دلبستگی به خدا و کاهش اضطراب وجودی، با میانجی‌گری متغیر خداآگاهی، از طریق تحلیل مسیر ترسیم و بررسی گردد. بر این اساس، با توجه به پشتیبانی پیشینه مطالعات علمی و اسلامی در حوزه ارتباط‌هایی که ۱. دلبستگی به خدا با اضطراب وجودی؛ ۲. دلبستگی به خدا با خداآگاهی؛ ۳. خداآگاهی با اضطراب وجودی دارند، می‌توان این فرضیه پژوهشی را ارائه کرد که متغیر خداآگاهی، می‌تواند به‌عنوان متغیر میانجی بین سبک‌های مختلف دلبستگی به خدا و کاهش اضطراب وجودی باشد و مسیر علی میان آنها را پیش‌بینی کند. بدین صورت که دلبستگی ایمن موجب افزایش خداآگاهی و در نتیجه، موجب کاهش اضطراب وجودی گردد. همچنین، مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم بین انواع دیگر دلبستگی با اضطراب وجودی مفروض است.

### روش پژوهش

این پژوهش توصیفی، از نوع همبستگی است که در آن به مدل‌یابی علی به شیوه تحلیل مسیر پرداخته می‌شود. تحلیل مسیر، تعمیمی از رگرسیون است که داده‌های آن به شیوه همبستگی به‌دست آمده‌اند؛ و برای سنجش آثار مستقیم و غیرمستقیم برخی متغیرهایی که به‌عنوان علت سایر متغیرها فرض می‌شوند، کاربرد دارد (میرز، گامست و گارینو، ۱۳۹۱، ص ۶۸۶). جامعه آماری این پژوهش را طلاب حوزه علمیه قم تشکیل می‌دهند که از میان آنان ۳۰۰ نفر نمونه به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردید. نمونه‌ها، از همه سطوح یک تا چهار حوزوی، با میانگین سنی ۲۸ سال و انحراف استاندارد ۵٫۴ بودند که به‌طور همزمان، به سه مقیاس زیر پاسخ دادند:

مقیاس دلبستگی به خدا: این مقیاس در سال ۲۰۰۲ توسط *روات* و *کرکپاتریک* برای سنجش کیفیت دلبستگی به خدا، در سه سبک «اجتناب» از صمیمیت با خدا، «اضطراب» از طردشدن و «ایمن» در ارتباط با خدا تهیه و به وسیله تقی‌یاره (۱۳۸۲) ترجمه شده است. این مقیاس، حاوی ۹ گویه است که هریک توصیف کوتاهی از چگونگی رابطه دلبستگی فرد به خداوند را ارائه می‌کند. شرکت‌کنندگان، هریک از این گویه‌ها را در مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۷ (کاملاً موافق) پاسخ می‌دهند. آلفای کرونباخ گزارش شده توسط *روات* و *کرکپاتریک* (۲۰۰۲)، در مورد زیرمقیاس اجتنابی ۰/۹۲ و در زیرمقیاس اضطرابی ۰/۸۰ است. *روات* و *کرکپاتریک* (۲۰۰۲) همسانی درونی دلبستگی ایمنی، اجتنابی و اضطرابی را به ترتیب، ۰/۸۵، ۰/۹۲ و ۰/۸۰ به دست آوردند. در نمونه‌های ایرانی و در پژوهش *شهابی‌زاده* (۱۳۸۳)، این مقادیر به ترتیب عبارتند از: ۰/۸۷، ۰/۷۰ و ۰/۷۶ و در پژوهش *علیناسب* (۱۳۸۷)، برای هریک از آنها به ترتیب، ۰/۷۶، ۰/۷۹ و ۰/۷۱ به دست آمد. همچنین، در تحقیق *خوانین‌زاده* و همکاران (۱۳۸۴)، ضریب اعتبار برای کل آزمون، از طریق آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۲ محاسبه شده است. روایی‌سازه، روایی درونی و روایی ملاکی آن، با مقیاس‌های زیادی از جمله جهت‌گیری مذهبی آلپورت و *راس*، انگاره خدای با محبت و کنترل‌کننده *بنسون* و *اسپلیکا* و اضطراب مرگ *تمپلر*، به دست آمده است (*روات* و *کرکپاتریک*، ۲۰۰۲).

مقیاس خداآگاهی: این مقیاس را *نورعلیزاده میانجی*، در سال ۱۳۹۰ به پشتوانه تحلیل‌های نظری و دین‌شناختی سازه خداآگاهی، در ۲۵ ماده و با پاسخ‌نامه‌ای به صورت ۴ درجه‌ای لیکرتی تهیه و در سال ۱۳۹۵ بازنگری کرده است. چهار مؤلفه خداشناسی، خداهشیاری، خدابخشی و خدایابی در تحلیل عاملی این مقیاس استخراج شد که ضریب آلفای کرونباخ آنها بین ۰/۶۹ تا ۰/۸۱ قرار دارد. این مقیاس، به سه شیوه روایی محتوایی و صوری براساس کارشناسی متخصصان در حوزه دینی و روان‌شناسی، روایی ملاکی با خرده‌مقیاس حضور خداانگاره لارنس (۱۹۹۷) و روایی سازه، با بررسی ساخت درونی آن روایی‌سنجی شد و هریک از گزاره‌ها، همبستگی معنادار و مطلوبی با نمره کل داشتند. اعتباریابی این مقیاس، به سه شیوه بازآزمایی (۰/۷۷ =  $r$ )، همسانی درونی آلفای کرونباخ (۰/۹۰) و دو نیمه‌سازی (با ضریب اسپرمن-براون و گاتمن، برابر با ۰/۹۱)، انجام گرفت و در مجموع، نشانگر این بودند که مقیاس خداآگاهی از اعتبار و روایی مطلوب و بالایی برخوردار است (*نورعلیزاده میانجی* و *بشیری*، ۱۳۹۵).

پرسش‌نامه اضطراب وجودی *گود*: این سیاهه *رالورنس* و *کاترینا گود*، در سال ۱۹۷۴ در ۳۲ ماده تهیه و توسط *گنجی*، در سال ۱۳۸۰ ترجمه شد. نمره‌گذاری این پرسش‌نامه در این پژوهش، به صورت صحیح (۲) و غلط (۱) می‌باشد. دامنه نمرات از ۳۲ تا ۶۴ می‌باشد که نمرات بالاتر، نشان‌دهنده اضطراب وجودی بالاتر است. *هالت* (۱۹۹۴)، برای مطالعه روایی مقیاس اضطراب وجودی، اقدام به پژوهشی با نمونه آماری ۴۴۷ نفر کرد.



یافته‌های این پژوهش، نشان داد که این پرسش‌نامه با آزمون‌های هدفمندی در زندگی، پیگردی اهداف معرفتی و افسردگی، روایی همگرا و واگرایی مطلوبی دارد. همبستگی کل ۰/۶۶ بود که نشان از قدرت روایی بالای این آزمون دارد. در ایران گنجی (۱۳۸۸)، اعتبار این مقیاس را حدود ۷۰٪ گزارش کرد. این آزمون در پژوهش نورعلیزاده و جان‌بزرگی (۱۳۸۹) نیز به روش آلفای کرونباخ اعتباریابی گردید که ضریب آلفای خوبی، برابر با ۰/۸۸ به‌دست آمد. همچنین، همسانی درونی این پرسش‌نامه، به روش دو نیمه‌سازی به‌دست آمد که ضریب اسپرمن-براون و گاتمن، برابر با ۰/۸۷ بود.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، در این پژوهش از روش‌های آمار توصیفی، برای به‌دست آوردن شاخص‌هایی نظیر میانگین، انحراف استاندارد، کمینه، بیشینه و برای بررسی شاخص‌های استنباطی سه مدل جداگانه از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون، سلسله مراتبی همزمان با رویکرد بارون و کنی استفاده گردید. رویکرد بارون و کنی دارای چهار مفروضه می‌باشد: ۱. همبستگی بین متغیر مستقل و میانجی؛ ۲. همبستگی بین متغیر میانجی و وابسته؛ ۳. همبستگی بین متغیر مستقل و وابسته؛ ۴. پس از ورود متغیر میانجی، به‌طور همزمان با متغیر مستقل اصلی در مدل رگرسیون، تأثیر متغیر مستقل بر وابسته، به سمت صفر یا کاهش میل پیدا کند. همچنین، جهت تحلیل‌های آماری از نرم‌افزار SPSS استفاده گردید.

## یافته‌های پژوهش

تجزیه و تحلیل داده‌های آماری براساس ضریب همبستگی پیرسون، ارتباط ساده و دوجه‌دو، بین همه متغیرهای پژوهش را در سطح  $p < 0/01$  معنادار نشان می‌دهد. ماتریس همبستگی بین متغیرها، به همراه شاخص‌های توصیفی در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش، به همراه شاخص‌های توصیفی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه	ضریب‌های همبستگی				
					۱	۲	۳	۴	۵
۱ خداآگاهی	۷۷/۰۸	۱۰/۵۳۲	۴۴	۱۰۰					
۲ دل‌بستگی ایمن	۱۶/۵۸	۳/۷۴۰	۳	۲۱	**۰/۳۱۷				
۳ دل‌بستگی اجتنابی	۶/۵۲	۴/۳۴۳	۳	۲۱	**۰/۳۷۳	**۰/۴۷۰			
۴ دل‌بستگی اضطرابی	۷/۰۷	۴/۲۳۰	۳	۲۱	**۰/۲۳۶	**۰/۴۰۰	**۰/۷۱۰		
۵ اضطراب وجودی	۳۹/۰۳	۵/۶۷۱	۳۲	۵۹	**۰/۴۷۶	**۰/۲۸۲	**۰/۴۳۰	**۰/۴۰۸	۱

\*\*  $P < 0/01$

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی با دل‌بستگی ایمن، دارای رابطه معنادار و معکوس (به ترتیب با شدت  $r = -0/40$  و  $r = -0/47$ ) و با متغیر خداآگاهی نیز دارای رابطه معنادار، معکوس و

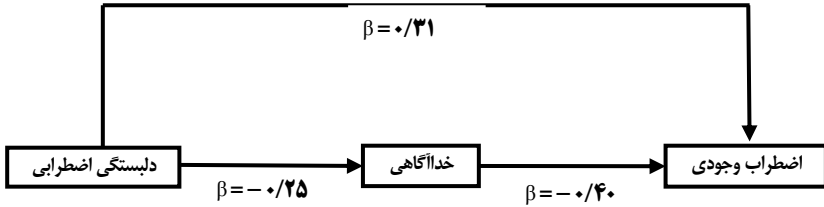
ضعیف (به ترتیب با شدت  $r = -0.25$  و  $r = -0.27$ ) می‌باشند. اما این دو متغیر با یکدیگر و با متغیر اضطراب وجودی، دارای رابطه مستقیم، معنادار و نسبتاً قوی می‌باشند (با یکدیگر  $r = 0.71$  و با متغیر اضطراب وجودی به ترتیب،  $r = 0.41$  و  $r = 0.43$ ). از سوی دیگر، دل‌بستگی ایمن، برخلاف دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی، با متغیر خداآگاهی، دارای رابطه مستقیم و معنادار (با شدت  $r = 0.32$ ) و با متغیر اضطراب وجودی، دارای رابطه ضعیف و معکوس (با شدت  $r = -0.28$ ) است. همچنین رابطه بین خداآگاهی و اضطراب وجودی نیز یک رابطه معنادار و معکوس با ضریب همبستگی  $r = -0.48$  می‌باشد.

برای سنجش نقش میانجی متغیر خداآگاهی، در رابطه بین متغیرهای دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی، مطابق رویکرد *بارون* و کنی عمل شد. نتایج جدول شماره ۱ نشان می‌دهد که برخی از پیش‌نیازهای اساسی این رویکرد برآورده شده است؛ به این صورت که بین متغیرهای دل‌بستگی اضطرابی و خداآگاهی ( $r = -0.25$ ) و بین متغیرهای خداآگاهی و اضطراب وجودی ( $r = -0.48$ )، همبستگی معناداری وجود دارد. جدول ۲، گام‌های اول و دوم مراحل *بارون* و کنی را نشان می‌دهد؛ به این صورت که در گام نخست، تحلیل رگرسیون، فقط یک متغیر پیش‌بین (دل‌بستگی اضطرابی) و در گام بعدی، متغیر خداآگاهی به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم در معادله رگرسیون وارد می‌شود. براساس رویکرد *بارون* و کنی، اگر با ورود متغیر میانجی به تحلیل رگرسیون، ضریب متغیر مستقل کاهش و یا به سمت صفر میل کند، نقش واسطه‌ای متغیر میانجی مورد تأیید قرار می‌گیرد. نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که وقتی متغیر خداآگاهی، به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم، به متغیر دل‌بستگی اضطرابی اضافه می‌شود، میزان ضریب رگرسیون متغیر دل‌بستگی اضطرابی کاهش می‌یابد (از  $\beta = 0.41$  در مرحله اول، به  $\beta = 0.31$  در مرحله دوم) و این به‌معنای نقش میانجی خداآگاهی، در رابطه بین دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی است (شکل ۲). در ادامه، برای مشخص کردن معناداری نقش میانجی خداآگاهی، بین دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی (اثر غیرمستقیم دل‌بستگی اضطرابی بر اضطراب وجودی)، از آزمون *سوبل* (Sobel test) استفاده شد. این آزمون، نشان داد که نقش میانجی متغیر خداآگاهی، بین دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی، معنادار است ( $P < 0.01$  و  $Z = 3.82$ ). تأثیرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای پیش‌بین (دل‌بستگی اضطرابی) و میانجی (خداآگاهی)، بر متغیر ملاک (اضطراب وجودی) در جدول ۵ آمده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی همزمان دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی با میانجی‌گری خداآگاهی

شاخص‌ها	B	$\beta$	R2	T	P
گام ۱: دل‌بستگی اضطرابی	۰/۵۵	۰/۴۱	۰/۱۷	۷/۷۰	۰/۰۰۰
گام ۲: دل‌بستگی اضطرابی	۰/۴۱	۰/۳۱	۰/۳۲	۶/۳۴	۰/۰۰۰
خداآگاهی	۰/۲۶-	۰/۴۰-		۸/۰۷-	۰/۰۰۰

شکل ۱. مدل میانجی‌گری خداآگاهی بین دل‌بستگی اضطرابی و اضطراب وجودی

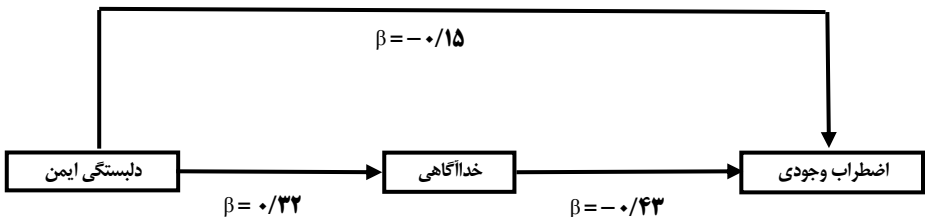


برای بررسی نقش میانجی متغیر خداآگاهی، در رابطه بین متغیرهای دل‌بستگی ایمن و اضطراب وجودی، مطابق رویکرد بارون و کنی، برخی روابط همبستگی بین متغیرها بررسی گردید. نتایج جدول شماره ۱، نشان می‌دهد که بین متغیرهای دل‌بستگی ایمن و خداآگاهی ( $r = ۰/۳۲$ )، و بین متغیرهای خداآگاهی و اضطراب وجودی ( $r = - ۰/۴۸$ ) همبستگی معناداری وجود دارد. جدول ۳، گام‌های اول و دوم مراحل بارون و کنی را نشان می‌دهد؛ به این صورت که در اولین گام، فقط متغیر پیش‌بین دل‌بستگی ایمن و در گام بعدی، متغیر خداآگاهی به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم در معادله رگرسیون وارد می‌شود. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که وقتی متغیر خداآگاهی، به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم به متغیر دل‌بستگی ایمن اضافه می‌شود، ضریب رگرسیون متغیر دل‌بستگی ایمن کاهش می‌یابد (از  $\beta = - ۰/۲۸$  در مرحله اول به  $\beta = -۰/۱۵$  در مرحله دوم) و این به‌معنای نقش میانجی خداآگاهی، در رابطه بین دل‌بستگی ایمن و اضطراب وجودی است (شکل ۲). نتایج آزمون سویل، نشان داد که نقش میانجی متغیر خداآگاهی، بین دل‌بستگی ایمن و اضطراب وجودی، معنادار می‌باشد ( $P < ۰/۰۱$ ) و  $Z = - ۴/۶۷$ ). تأثیرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای پیش‌بین (دل‌بستگی ایمن) و میانجی (خداآگاهی)، بر متغیر ملاک (اضطراب وجودی) در جدول ۵ نشان داده شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی هم‌زمان دل‌بستگی ایمن و اضطراب وجودی با میانجی‌گری خداآگاهی

شاخص‌ها	B	$\beta$	R2	t	P
گام ۱: دل‌بستگی ایمن	-۰/۴۳	-۰/۲۸	۰/۰۷	۵/۰۷-	۰/۰۰۰
گام ۲: دل‌بستگی ایمن	-۰/۲۲	-۰/۱۵	۰/۲۴	۲/۷۴-	۰/۰۰۷
خداآگاهی	-۰/۲۳	-۰/۴۳		۸/۰۸-	۰/۰۰۰

شکل ۲. مدل میانجی‌گری خداآگاهی بین دل‌بستگی ایمن و اضطراب وجودی



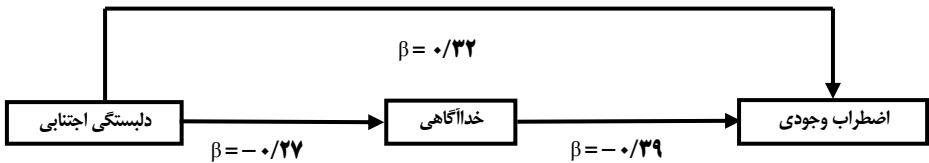
برای سنجش نقش میانجی متغیر خداآگاهی، در رابطه بین متغیرهای دل‌بستگی اجتنابی و اضطراب وجودی، مطابق

رویگر بارون و کنی، رابطه همبستگی بین متغیرهای دلبستگی اجتنابی و خداآگاهی و رابطه بین متغیرهای خداآگاهی و اضطراب وجودی بررسی گردید. بین متغیرهای دلبستگی اجتنابی و خداآگاهی ( $r = -0.27$ )، خداآگاهی و اضطراب وجودی ( $r = -0.48$ ) در جدول ۱، همبستگی معناداری وجود دارد. جدول ۴، نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی، با رویکرد بارون و کنی را نشان می‌دهد. در مرحله اول، فقط متغیر پیش‌بین دلبستگی اجتنابی و در مرحله دوم، متغیر خداآگاهی به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم در معادله رگرسیون وارد می‌شود. نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که وقتی متغیر خداآگاهی، به‌عنوان متغیر پیش‌بین دوم، به متغیر دلبستگی اجتنابی اضافه می‌شود، ضریب رگرسیون متغیر دلبستگی اجتنابی کاهش می‌یابد (از  $\beta = 0.43$  به  $\beta = 0.32$  در مرحله اول به  $\beta = 0.32$  در مرحله دوم). این به‌معنای نقش میانجی خداآگاهی، در رابطه بین دلبستگی اجتنابی و اضطراب وجودی است. آزمون سوبل نیز نشان می‌دهد که نقش میانجی متغیر خداآگاهی، بین دلبستگی اجتنابی و اضطراب وجودی، معنادار است ( $P < 0.01$ ) و  $Z = 4.10$ ). تأثیرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای پیش‌بین (دلبستگی اجتنابی) و میانجی (خداآگاهی)، بر متغیر ملاک (اضطراب وجودی) در جدول ۵ آمده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی همزمان دلبستگی اجتنابی و اضطراب وجودی با میانجی‌گری خداآگاهی

شاخص‌ها	B	$\beta$	R2	t	P
گام ۱: دلبستگی اجتنابی	۰/۵۶	۰/۴۳	۰/۱۸	۸/۲۲	۰/۰۰۰
گام ۲: دلبستگی اجتنابی	۰/۴۲	۰/۳۲	۰/۳۲	۶/۵۵	۰/۰۰۰
خداآگاهی	-۰/۲۱	-۰/۳۹		-۷/۸۱	۰/۰۰۰

شکل ۳. مدل میانجی‌گری خداآگاهی بین دلبستگی اجتنابی و اضطراب وجودی



جدول ۵. اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای پیش‌بین و میانجی بر متغیر ملاک در سه مدل (شکل‌های ۱، ۲، و ۳)

مسیر	اثر مستقیم (استاندارد)	اثر غیرمستقیم (استاندارد)	اثر کل (استاندارد)
دلبستگی اضطرابی ← خداآگاهی	-۰/۲۵	-	-۰/۲۵
اضطراب وجودی ← دلبستگی اضطرابی	۰/۳۱	۰/۱۰	۰/۴۱
اضطراب وجودی ← خداآگاهی	-۰/۴۰	-	-۰/۴۰
خداآگاهی ← دلبستگی ایمن	۰/۳۲	-	۰/۳۲
اضطراب وجودی ← دلبستگی ایمن	-۰/۱۵	-۰/۱۳	-۰/۲۸
اضطراب وجودی ← خداآگاهی	-۰/۴۳	-	-۰/۴۳
خداآگاهی ← دلبستگی اجتنابی	-۰/۲۷	-	-۰/۲۷
اضطراب وجودی ← دلبستگی اجتنابی	۰/۳۲	۰/۱۱	۰/۴۳
اضطراب وجودی ← خداآگاهی	-۰/۳۹	-	-۰/۳۹

لازم به یادآوری است تمامی تأثیرات ذکر شده در جدول ۵، در سطح  $P < 0.01$  معنادار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که میان متغیرهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی به خدا، خداآگاهی و اضطراب وجودی، رابطه معنادار و دوه‌دو حاکم است؛ یعنی دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با اضطراب وجودی، رابطه مستقیم و معنادار دارد. دلبستگی ایمن با اضطراب وجودی، رابطه معکوس و با خداآگاهی رابطه مستقیم و معنادار دارد. همچنین، میان خداآگاهی با اضطراب وجودی رابطه معکوس و معنادار برقرار است. علاوه بر این، میان سه سبک دلبستگی به خدا، خداآگاهی و اضطراب وجودی، ارتباط‌های پیچیده‌ای در قالب مدل علی با برآزش مناسب وجود دارد که با تحلیل مسیر میان آنها قابل تبیین است.

اولین نتیجه به‌دست‌آمده از ضرایب رگرسیون، حاکی از معنادار بودن پیش‌بینی‌پذیری اضطراب وجودی براساس سه متغیر دلبستگی اضطرابی، دلبستگی اجتنابی و خداآگاهی است. این یافته، با نتایج پژوهش‌های مشابه دیگری که برخی از متغیرهای موجود در این پژوهش، یا متغیرهای نزدیک به این مفاهیم را به کار گرفته‌اند، هم‌سو است. از میان این تحقیقات، می‌توان به پژوهش برمن و همکاران (۲۰۰۶)، اکیانکنده و مزیدی شرف‌آبادی (۱۳۹۵)، محمدمزاده و همکاران (۱۳۹۴)، زاهد بابالان و همکاران (۱۳۹۱)، علیانسیب (۱۳۸۹) و غباری‌ناب، حدادی کوهسار و سروش (۱۳۸۸)، اشاره کرد که نشان می‌دهد میزان اضطراب وجودی را می‌توان از روی کیفیت دلبستگی به خدا پیش‌بینی کرد. این مطالعات نیز یافتند که هرچه دلبستگی ایمن به خدا بیشتر باشد، اضطراب وجودی افراد کمتر است. پژوهش جناب‌آبادی و سابقی (۱۳۹۳) نیز نشان می‌دهد بین دلبستگی به خدا با معناداری زندگی رابطه مثبت وجود دارد؛ ابعاد جوارجویی، پایگاه و پناهگاه امن، ادراک مثبت از خود و خداوند، باور به اینکه خدایی هست که بر موقعیت‌ها مسلط و ناظر به بندگان است (ر.ک: اسراء: ۹۶) و اینکه انسان به‌عنوان بخشی از هستی و بلکه سرآمد آن، موجودی رها، عبث و بی‌هدف نیست (ر.ک: مؤمنون: ۱۱۵)، پیش‌بینی‌کننده معناداری زندگی افراد است.

در همین زمینه، مطالعه اسپنجل و بیکر (۲۰۰۶)، نشان داد افراد اغلب عقاید و تجربیات معنوی و مذهبی را به‌عنوان منبعی برای معنا در زندگی در نظر می‌گیرند (خاکشور و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۵۲). در نتیجه، اضطراب وجودی کمتری را تجربه می‌کنند. به لحاظ نظری نیز همچنان که به دیدگاه نظریه‌پردازانی چون یونگ و فرانکل نیز اشاره شد، هیل و پارکمنت (۲۰۰۳)، معتقدند: معنویت و ارتباط با خدا، به افراد احساس داشتن جهت و معنا در زندگی می‌دهد. مذهب فرصت‌هایی را در اختیار افراد برای کشف هدف و معنا در زندگی‌شان قرار می‌دهد (استیجر و فرازیر، ۲۰۰۵). به اعتقاد جان‌بزرگی (۱۳۸۶)، مذهب با تأثیر بر سبک زندگی و چگونگی حل تعارض‌های ارزش، به دو سؤال اساسی انسان درباره هدف زندگی و معنای فعالیت‌ها و استعداد‌های او پاسخ می‌دهد. بدین ترتیب، به «وحدت‌یافتگی» سازمان روان‌بخشی و معنوی و خودنظم‌دهی انسان کمک می‌کند. از میان تحقیقات در این زمینه، می‌توان مطالعه کسبیر (۲۰۰۹)، استرجن و حاملی (۱۹۷۹)، به نقل از اشریو نیجر و ادلشتاین، (۲۰۰۴)

نورعلیزاده و جان‌بزرگی (۱۳۸۹)، مرعشی و همکاران (۱۳۹۱)، دلجو و همکاران (۱۳۹۲)، مهرابی‌زاده هنرمند و شفیع‌زاده (۱۳۹۳) و موسوی و شه‌ریاری/حمیدی (۱۳۹۶) را نام برد که میان مذهب، به‌ویژه جهت‌گیری مذهبی درونی، اعتقاد به وجود خداوند و یک حقیقت برتر در زندگی، با اضطراب وجودی رابطه منفی یافته‌اند. یافته‌های پژوهش خوانین‌زاده و همکاران (۱۳۸۴) و تقی‌یاره و همکاران (۱۳۸۴)، نشان می‌دهد جهت‌گیری مذهبی درونی، نوعی دیدگاه مطمئن و خودباور به زندگی می‌پروراند که به‌نظر می‌رسد، خدا به‌منزله پایگاهی ایمنی‌بخش آن را مهیا می‌کند. انسان وقتی به چنین پایگاه مطمئنی تکیه می‌کند، دیگر اضطراب وجودی در آن رخنه نمی‌کند. چنانچه عبائی کویائی و سرآبادی تفرشی (۱۳۹۴)، رابطه منفی توکل و اعتماد به خدا را با اضطراب وجودی نشان دادند. دوستی با خدا و بندگی او، با ایجاد این احساس در فرد، که خداوند حامی و مراقب اوست، منجر به کاهش احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی می‌شود. در نتیجه، روش‌های درمانی مبتنی بر چنین سازوکارهایی، اثر کاهشی برای اضطراب وجودی خواهد داشت. چنانچه زینی‌وند و همکاران (۱۳۹۴)، نیز در پژوهشی نشان دادند که آموزش معنویت‌درمانی با رویکرد اسلامی، بر کاهش اضطراب وجودی تأثیر مثبت دارد.

یافته دیگر پژوهش، نشان داد که می‌توان سهمی از تأثیر سطوح دلبستگی بر اضطراب وجودی را به خدا آگاهی نسبت داد. افراد مؤمنی که دلبستگی ایمن به خدا دارند، نوعی پیوند عاطفی قوی بین خود و خدا تجربه می‌کنند؛ پیوند عاطفی که در این ارتباط تجربه می‌شود، نوعی عشق شبیه ارتباط نوزاد و مادر است. همان‌طور که خداوند می‌فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ (بقره: ۱۶۵)؛ آنها که ایمان دارند، عشقشان به خدا شدیدتر است». این‌گونه افراد در محیط و خانواده‌ای که بزرگ می‌شوند، با شناخت‌ها و احساس‌های خاصی درباره خدا رشد می‌کنند و به‌طور طبیعی، انگاره‌های مثبتی از خدا در ذهنشان شکل می‌گیرد. با این خداانگاره و ایمان و اعتقادی که به خدا دارند، میزان عشق و محبت آنها نیز به خدا افزون‌تر شده و رفتارهای دلبستگی چون جست‌وجوی قرب و مجاورت در قالب ذکر و یاد خدا، دعا و نیایش و سایر اعمال مذهبی و مناسک دینی از خدا نشان می‌دهند (ر.ک: کرکپاتریک، ۲۰۰۵؛ هاردینگ و همکاران، ۲۰۰۵ به نقل از زینی‌وند و همکاران، ۱۳۹۴؛ هافمن و همکاران، ۲۰۰۴؛ زارعی، ۱۳۸۸؛ غباری‌بناب، حدادی‌کوهسار، مظاهری و حمدیه، ۱۳۸۶). بنابراین، به‌نظر می‌رسد افرادی که دلبستگی ایمن به خدا داشته و به تبع آن، تصور مثبتی از خدا دارند و خداوند را حمایت‌کننده، مهربان، مراقب، قادر و توانا تصور می‌کنند و خدا را پشتیبان خود و او را همیشه در کنار خود احساس می‌کنند و احساس هدفمندی و معنا در زندگی خویش دارند. چنین افرادی، وجود خدا و حضور الهی در زندگی خود را بیش از پیش احساس کرده، زندگی او از معنای متعالی برخوردار می‌شود. در مقابل، افرادی که از سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی به خدا برخوردارند، تصورات منفی از خدا داشته، ارتباط ضعیفی با خدا دارند و در نتیجه، از یک اضطراب عمیق وجودی رنج می‌برند. اساساً از اهداف بسیار مهم دین، رها ساختن انسان از چنگال پوچ‌گرایی (ر.ک: مؤمنون: ۱۱۵؛ ص: ۲۷)، گرداب

ترس از تنهایی (نهج‌البلاغه، خطبه ۲۲۷، ص ۳۴۹)، راهنمایی در گام برداشتن در مسیر زندگی هدفمند، بامعنا، رساندن به تعالی و خوشبختی است (ر.ک: انشقاق: ۶). مرگ در نظر افراد باایمان، پایان زندگی نیست (ر.ک: جمعه: ۸)، بلکه وسیله‌ی بازگشت به سوی آفریدگار و رسیدن به رستگاری است (ر.ک: عنکیوت: ۵۷). در واقع انسانی که به مرحله شناخت خداوند رسیده است، می‌یابد از کجا آمده، مبدأ هستی‌بخش او کجاست، در حال حاضر در چه وضعیتی قرار دارد و به کجا می‌رود و مقصدش کجاست.

بنابراین، داشتن دل‌بستگی ایمن و تصویر مثبت از خدا، تقرب‌جویی و ارتباط صمیمی و نزدیک با خدا، از پایه‌های اساسی برای شناخت و احساس حضور خداوند می‌باشد. افرادی که معتقدند: خداوند در آن واحد می‌تواند همه‌جا باشد، همیشه با ما و از همه‌چیز به ما نزدیک‌تر است، به همه‌چیز علم دارد و قادر مطلق است، در افزایش درک آنها از خداوند تأثیر گذاشته و بهتر آمادگی دارند که به خدا تکیه و اعتماد کنند (کرکپاتریک، ۱۹۹۹). به عقیده‌ی ری‌ان، افرادی که خداوند را موجود ترسناک، خشن، زورگو، نامهربان، انتقام‌جو و تنبیه‌گیر تصور می‌کنند، نمی‌توانند با او رابطه‌ای عاطفی و صمیمی برقرار کنند. این افراد، در سراسر زندگی‌شان خواهند کوشید که خود را از خدا پنهان کنند؛ از او بگریزند یا با اضطراب و نگرانی شدید به انجام اعمال و عبادات بپردازند. شاید به همین دلیل، در این پژوهش نشان داده شد که افراد با دل‌بستگی اجتنابی و اضطرابی به خدا، به صورت مستقیم از اضطراب وجودی برخوردار می‌شوند.

## منابع

- نهج البلاغه، ۱۴۱۴ق، شریف رضی، محمد بن حسین، قم، هجرت.
- آذربایجانی، مسعود؛ موسوی اصل، سیدمهدی، ۱۳۸۵، *درآمدی بر روان‌شناسی دین*، تهران، سمت و پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- احیاء‌کننده، منیژه؛ مزیدی شرف‌آبادی، محمد، ۱۳۹۵، «رابطهٔ دلبستگی به خدا با سلامت روان و هدف در زندگی دانشجویان پسر»، *روان‌شناسی و دین*، (۱)۹، ص ۶۹-۸۴.
- اسپیلیکا، برناد؛ هود، رالف دلبیو؛ هونسبرگر، بروس و گرساچ، ریچارد، ۱۳۹۰، *روان‌شناسی دین بر اساس رویکرد تجربی*، ترجمه محمد دهقانی، تهران، رشد.
- تقی‌یاره، فاطمه، ۱۳۸۲، *بررسی ارتباط سطح تحول من، دلبستگی به خدا و جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- تقی‌یاره، فاطمه؛ مظاهری، محمدعلی؛ و پرویز آزاد فلاح، ۱۳۸۴، «بررسی ارتباط سطح تحول من، دلبستگی به خدا و جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان»، *روان‌شناسی*، سال نهم، ش ۱، ص ۳-۲۱.
- تیلیچ، پل، ۱۹۵۲، *شجاعت بودن*، ترجمه فرهاد مرادپور، تهران، علمی و فرهنگی.
- جان بزرگی، مسعود، ۱۳۸۶، «جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان»، *پژوهش در پرتو*، (۴)۳۱، ص ۳۴۵-۳۵۰.
- جان‌آبادی، حسین؛ سابقی، فرامرز، ۱۳۹۳، «رابطه دلبستگی به خدا با معناداری زندگی والدین کودکان کم توان ذهنی شهر زاهدان»، *طلوع بهداشت*، (۲)۴۴، ص ۹۹-۱۱۲.
- جیمز، ویلیام، ۱۳۷۲، *دین و روان*، ترجمه مهدی قائنی، تهران، سازمان انتشارات و آموزش انقلاب اسلامی.
- حدادی کوهسار، علی‌اکبر؛ غباری‌بناب، باقر، ۱۳۹۰، «رابطهٔ تصور فرد از خدا و کیفیت دلبستگی در دانشجویان»، *علوم روان‌شناختی*، ش ۳۹، ص ۳۶۹-۳۵۸.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۹۱، «رابطه تصور فرد از خدا و روان‌پریشی»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، (۶)۱۱، ص ۵۹-۷۴.
- خاکشور، فاطمه؛ غباری‌بناب، باقر؛ و فاطمه شهبازی‌زاده، ۱۳۹۲، «نقش تصور از خدا و هویت مذهبی در معنای زندگی»، *روان‌شناسی و دین*، (۶)۲۲، ص ۴۴-۵۸.
- خمینی، روح‌اله، ۱۳۶۸، *چهل حدیث*، تهران، رجا.
- خوانین‌زاده، مرجان؛ ازهای، جواد؛ و محمدعلی مظاهری، ۱۳۸۴، «مقایسه سبک دلبستگی دانشجویان دارای جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی»، *روان‌شناسی*، (۹)۳، ص ۲۲۷-۲۴۷.
- دادستان، پریخ، ۱۳۷۶، *روان‌شناسی مرضی تحولی*، تهران، سمت.
- دلجو، زهرا؛ جان‌بزرگی، مسعود؛ سعیده، بزازیان؛ و الهام موسوی، ۱۳۹۲، «رابطه سطح تحول روانی-معنوی و احساس تنهایی با اضطراب وجودی در دانشجویان»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، (۷)۱۳، ص ۵-۲۴.
- زارعی، اقبال، ۱۳۸۸، «بررسی رابطه بین تصور از خدا و سلامت روان در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های پیام نور و آزاد اسلامی شهر میناب»، *روان‌شناسی و دین*، (۲)۲، ص ۹۳-۱۰۶.
- زاهد بابلان، عادل؛ رضایی، حسن؛ و رعنا حرفتی سبحانی، ۱۳۹۱، «رابطهٔ دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، (۳)۱۳، ص ۷۵-۸۵.
- زینی‌وند، زهرا؛ امینی جاوید، لیلا؛ و جهانگیر کرمی، ۱۳۹۴، «کارآمدی آموزش معنویت با رویکرد اسلامی در کاهش اضطراب وجودی»، *روان‌شناسی و دین*، (۴)۳۳، ص ۹۳-۱۰۶.
- شارف، ریچارداس، ۲۰۰۴، *نظریه‌های روان‌درمانی و مشاوره*، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران، رسا.
- شریفی‌نیا، محمدحسین، ۱۳۸۸، «درمان یکپارچه توحیدی رویکردی دینی در درمان اختلالات روانی»، *مطالعات اسلامی و روان‌شناسی*، (۳)۴، ص ۸۲-۶۵.



شفیع‌آبادی، عبدالله؛ دلاور، علی؛ و نجمه سدروپوشان، ۱۳۸۵، «تأثیر شیوه واقعیت‌درمانی گروهی بر کاهش اضطراب دانش‌آموزان نوجوان دختر»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، (۲۵) (۱۴)، ص ۲۱-۳۴.

شهبازی زاده، فاطمه، ۱۳۸۳، *بررسی رابطه بین دلبستگی دوران کودکی و دلبستگی به خدا در بزرگسالی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه شهید بهشتی.

شیخ، مهدی و همکاران، ۱۳۹۳، «سنجش، ارزیابی و تبیین دلبستگی به خدا در بافت و فرهنگ اسلامی»، *روان‌شناسی نظامی*، (۲۰۵)، ص ۱۷-۳۳.

طباطبایی، سیدمحمدحسین، ۱۳۷۱، *المیزان*، قم، اسماعیلیان.

عبائی کوپائی، محمود؛ سرآبادانی تفرشی، لیلا، ۱۳۹۴، «رابطه بین توکل و اعتماد به خدا، با اضطراب وجودی در میان مدرسان دانشگاه»، *مدیریت منابع در نیروی انتظامی*، (۴) (۳)، ص ۱۰۵-۱۲۶.

علیانسب، سیدحسین، ۱۳۸۷، *بررسی رابطه کیفیت دلبستگی به خدا، تصویر ذهنی از خدا و اضطراب مرگ*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) قم.

\_\_\_\_\_، ۱۳۸۹، «بررسی رابطه دینداری و اضطراب مرگ در بین دانشجویان و طلاب شهر قم»، *روان‌شناسی و دین*، (۳) (۱)، ص ۵۵-۶۸.

غباری‌بناب، محمداققر؛ کوهسار، علی‌اکبر؛ و مریم سروش، ۱۳۸۸، «رابطه سبک دلبستگی به خدا و اضطراب وجودی در دانشجویان»، چکیده مقالات نخستین کنگره بین‌المللی روان‌شناسی دین و فرهنگ، تهران، دانشگاه تهران.

غباری‌بناب، باقر؛ حدادی کوهسار، علی‌اکبر؛ مظاهری، محمدعلی؛ و مصطفی حمیدیه، ۱۳۸۶، «رابطه سلامت روانی با تصویر ذهنی از خدا و کیفیت دلبستگی در دانشجویان»، چکیده مقالات دومین همایش سراسری نقش دین در بهداشت روانی، تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران.

غباری‌بناب، باقر؛ حدادی کوهسار، علی‌اکبر، ۱۳۹۰، «دلبستگی به خدا در بافت فرهنگ اسلامی: پایه‌های نظری، ساخت و رواسازی ابزار اندازه‌گیری»، *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، (۴) (۱)، ص ۸۱-۱۰۶.

گنجی، حمزه، ۱۳۸۸، *ارزیابی شخصیت*، ویرایش دوم، تهران، ساوالان.

محمدپور، احمدرضا، ۱۳۸۵، *ویکتور امیل فرانکل بنیانگذار معنادرمانی*، تهران، دانژه.

محمدزاده، علی؛ جعفری، عیسی؛ و نادر حاجلو، ۱۳۹۴، «رابطه اضطراب مرگ با روش‌های مقابله مذهبی، سبک‌های دلبستگی به خدا و عمل به باورهای دینی»، *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، (۱۵) (۵)، ص ۲۵۹-۲۷۲.

مرعشی، سیدعلی؛ نعمانی، عبدالزهرا؛ بشلیده، کیومرث؛ ورزگر، یدالله؛ و باقر غباری‌بناب، ۱۳۹۱، «تأثیر آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روان‌شناختی، اضطراب وجودی و هوش معنوی»، *دستاورد‌های روان‌شناختی*، (۳) (۱)، ص ۶۳-۸۰.

مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۴، *تفسیر نمونه*، تهران، دار الکتب الاسلامیه.

موسوی، مریم؛ شهریار احمدی، منصوره، ۱۳۹۶ الف، «رابطه اضطراب وجودی و نیاز به تأیید خویشتن با جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان»، مقاله ارائه شده در کنگره بین‌المللی مدیریت بهداشت روان و علوم روان‌شناختی، تهران، دانشگاه تهران.

موسوی، مریم؛ شهریار احمدی، منصوره، ۱۳۹۶ ب، «رابطه اضطراب وجودی با جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان»، مقاله ارائه شده در پژوهش‌های جدید ایران و جهان در روان‌شناسی و علوم اجتماعی، شیراز، دانشگاه شیراز.

مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز؛ شفیع‌زاده، مینا، ۱۳۹۳، «بررسی رابطه نگرش‌های مذهبی و مؤلفه‌های آن با اضطراب وجودی در دانش‌آموزان دختر»، *روان‌شناسی اجتماعی*، (۳۳) (۱۰)، ص ۳۱-۴۵.

میرز، لاورنس اس؛ گاهست، گلن؛ اجی. گارینو، ۱۳۹۱، *پژوهش چندمتغیری کاربردی* (طرح و تفسیر)، ترجمه حسن پاشاشریفی، ولی‌الله فرزند سیمین‌دخت رضاخانی، حمیدرضا حسن‌آبادی، بلال ایزانلو و مجتبی حبیبی، تهران، رشد.

نورعلیزاده میانجی، مسعود، ۱۳۹۴ الف، *از خداآگاهی تا خودآگاهی و آثار روان‌شناختی آن*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).

\_\_\_\_\_، ۱۳۹۴، «از خداآگاهی تا سلامت روان: آزمون یک مدل با کاربرد تحلیل مسیر»، *اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*، (۱) (۱)، ص ۵-۴۲.

- نورعلیزاده میانجی، مسعود؛ بشیری، ابوالقاسم؛ و مسعود جان بزرگی، ۱۳۹۱، «رابطه خداآگاهی با خودآگاهی»، *روان‌شناسی و دین*، (۳)۵، ص ۵-۲۴.
- نورعلیزاده میانجی، مسعود؛ بشیری، ابوالقاسم، ۱۳۹۵، «ساخت مقیاس خداآگاهی و بررسی ویژگی‌های روان‌شناختی آن»، *اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*، (۳)۲، ص ۷-۲۸.
- نورعلیزاده میانجی، مسعود؛ جان بزرگی، مسعود، ۱۳۸۹، «رابطه اضطراب وجودی و اضطراب مرضی و مقایسه آنها در سه گروه افراد بزهکار، عادی و مذهبی»، *روان‌شناسی و دین*، (۲)۳، ص ۲۹-۴۴.
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Clinical applications of attachment theory. In London: Tavistock/Routledge.
- Berman, S. L; Weems, C. F; & Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, (35(2)), 303-310.
- Granqvist, P., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Religion as attachment: Normative processes and individual differences. *Personality and Social Psychology Review*, 14 (1):49-59.
- Hill, P.C; & Pargament, K.I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality, Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58, 64-74.
- Hoffman, L.; Jones, T. T; Williams, F; & Dillard, K. S. (2004). The God image, the God concept, and attachment. Presented at the Paper presented at the Christian Association for Psychological Studies International Conference, FL: St. Petersburg.
- Hullett, Michael, A. (1994). A Validation Study of the Existential Anxiety scale. In Middle Tennessee Psychological Association Nashville. Tennessee: April 30.
- Kesebir, P. (2009). Perceiving the world in sacred terms: its buffering function against death anxiety. University of Illinois at Urbana- Champaign.
- Kirkpatrick, L. A. (1999). Attachment and religious representations and behavior. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.). In *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 803-822). New York: Guilford Press.
- Kirkpatrick, L. A.; & Shaver, P. R. (1996). Attachment theory and religion: Childhood attachments, religious beliefs, and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, (18), 266-275.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). Attachment, evolution, and the psychology of religion. New York: Guilford Press.
- Martos, T; Konkoly Thege, B; & Steger, M. (2010). It's not only what you hold, it's how you hold it: Dimensions of religiosity and meaning in life. *Personality and Individual Differences*, (49), 863-868.
- Mascara, N; & Rosen, D. H. (2008). Assessment of Existential Meaning and its Longitudinal Relations with Depressive Symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, (27(6)), 576-599.
- Rowatt, W.C; & Kirkpatrick, L. (2002). Tow Dimension of attachment to God and their relation to affect and personality constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, (41).
- Steger, M.F; & Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of counseling psychology*, (52(4)), 574-582.
- Shreve-Neiger, A. K, & Edelstein, B, A, 2004, Religion and anxiety: A critical review of the literature, In Sturgeon, R. S & Hamley, R.W, Religiosity and anxiety, *Journal of Social Psychology*, v. 108, p. 379-397.