

Relation of Attachment to God and Psychological Hardiness with death anxiety of Retired Elderly Men

Mohammad Javad Aghajani^{1*}, Syydi Somayi Mosavi², Bahman Akbari³, Shahnam Aboalghasimi³

- 1- Department of Psychology, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran
- 2- M.A. in Public Consultation, Faculty of Human Sciences, Roudhin Branch, Islamic Azad University, Roudhin, Iran
- 3- Assistant professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Rasht, Iran

***Corresponding Author:**
Mohammad Javad Aghajani
Department of Psychology,
Rasht Branch, Islamic Azad
University, Rasht, Iran

Email:
psy.aghajani@yahoo.com

Received: 28 Dec 2018
Revised: 01 May 2019
Accepted: 17 Jan 2019

Abstract

Background and Purpose: Aging period is a critical stage of life, and attention to the problems and needs of this life stage is a social concern. The present study aimed to determine the relationship between attachment to God and psychological hardiness and death anxiety in retired elderly men.

Materials and Methods: This research was a descriptive-correlation study carried out in Roudsar in 2017. The research population consisted of 165 old men, out of whom 88 cases were selected based on Morgan's table. Data were collected by Templer's Death Anxiety Questionnaire, Beck and McDonald's Attachment to God questionnaire, and Ahvaz psychological hardiness questionnaire. The collected data were analyzed using multivariable regression statistical methods and Pearson correlation.

Results: As evidenced by the obtained results, there was a negative significant correlation between death anxiety and attachment to God ($r = -0.883$, $P < 0.01$), including the relationship with God ($r = -0.852$, $P < 0.01$), belief in God ($r = -0.816$, $P < 0.01$), trust in God ($r = -0.834$, $P < 0.01$), and attention to God ($r = -0.836$, $P < 0.01$). In addition, a negative significant correlation was detected between psychological hardiness and death anxiety ($r = -0.851$, $P < 0.01$).

Conclusion: Based on the results of the study, death anxiety of retired elderly men showed a significant negative relationship with attachment to God and hardiness. Considering the significant relationship between attachment to God and psychological hardiness with death anxiety, we recommend taking the necessary measures to promote the spirituality and resilience of elderly men to improve their mental health.

Keywords: Attachment to God, Hardiness, Death anxiety, Retired elderly

► **Citation:** Aghajani MJ, Mosavi SS, Akbari B, Aboalghasimi S. Relation of Attachment to God and Psychological Hardiness with death anxiety of Retired Elderly Men. Religion and Health, Spring & Summer 2020; 8(1): 19-29 (Persian).

ارتباط دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته

محمدجواد آقاجانی^{۱*}، سیده سمیه موسوی^۲، بهمن اکبری^۳، شهنام ابوالقاسمی^۳

چکیده

سابقه و هدف: سالمندی دوره حساسی از زندگی است و توجه به مسائل و نیازهای این مرحله از دغدغه‌های اجتماعی محسوب می‌شود. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی-همبستگی است که سال ۹۷ در شهر رودسر انجام شده است. جامعه پژوهش شامل ۱۶۵ مرد سالمند بود که با کمک جدول مورگان، ۸۸ نفر از آنان انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه‌های جمعیت‌شناختی، دل‌بستگی به خداوند بک و مک‌دونالد (BMSGQ: Beck and McDonald's Attachment to God Questionnaire)، سرسختی روان‌شناختی اهواز (AHQ: Ahvaz Hardiness Questionnaire) و اضطراب مرگ تمپلر (TDA: Templer Death Anxiety Questionnaire) گردآوری و با استفاده از شیوه‌های آماری رگرسیون چندمتغیری و همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین اضطراب مرگ با دل‌بستگی به خداوند در سطح ۰/۴۶۳- و مؤلفه‌های آن شامل رابطه با خداوند، توکل به خداوند، اعتماد به خداوند و توجه به خداوند ارتباط منفی معنادار وجود دارد. همچنین بین اضطراب مرگ با سرسختی روان‌شناختی در سطح ۰/۳۲۹- ارتباط منفی معنادار وجود دارد.

استنتاج: نتایج این پژوهش نشان داد بین دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته ارتباط منفی معناداری وجود دارد. با توجه به ارتباط معنادار دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ، پیشنهاد می‌شود به‌منظور بهبود بهداشت روانی سالمندان، برای ارتقای باورهای معنوی و افزایش توان مقاومت آن‌ها برنامه‌ریزی شود.

واژه‌های کلیدی: اضطراب مرگ، دل‌بستگی به خداوند، سالمندان بازنشسته، سرسختی روان‌شناختی

- ۱- گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران
- ۲- کارشناس ارشد مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران
- ۳- دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران

* مؤلف مسئول:

محمدجواد آقاجانی
گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران

Email:

psy.aghajani@yahoo.com

دریافت: ۰۷ دی ۱۳۹۷

اصلاحات: ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

پذیرش: ۲۵ تیر ۱۳۹۸

◀ **استناد:** آقاجانی، محمدجواد؛ موسوی، سیده سمیه؛ اکبری، بهمن؛ ابوالقاسمی، شهنام. ارتباط دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته. دین و سلامت، بهار و تابستان ۱۳۹۹؛ ۸(۱): ۱۹-۲۹. (فارسی).

مقدمه

اضطراب مرگ در نداشتن آگاهی از مرگ ریشه دارد (۴)؛ به این معنا که انسان با سایر مخلوقات در تولد، بیماری، بلوغ، سال‌خوردگی و مرگ سهیم است، اما فقط انسان از مرگ خود آگاهی دارد و می‌داند که فرایند زندگی روزی به پایان خواهد رسید؛ بنابراین، درباره مرگ می‌اندیشد و گاهی روش‌هایی در پیش می‌گیرد که این حقیقت را سرکوب کند یا با اندیشیدن به آن، مرگ را حادثه‌ای طبیعی جلوه دهد. اضطراب مرگ، هراس از ناشناخته‌ها و اضطرابی دوردست نیست که در پایان راه به انتظار ما نشسته باشد، بلکه اضطرابی مداوم است تا جایی که طعم مرگ را در همه چیز می‌توان چشید (۵).

بررسی‌ها نشان می‌دهد عوامل متعددی در میزان آسیب‌پذیری در مواجهه با اضطراب مرگ نقش دارند؛ مانند جنسیت، سن (۶)، هدف‌داری زندگی (۷)، ابتلا به بیماری‌ها (۸)، باورهای معنوی (۹) و خصوصیات شخصیتی (۱۰). طبق این پژوهش‌ها، زنان، سالمندان، افرادی که امید به زندگی کمی دارند، افراد بیمار، افرادی با باورهای معنوی ضعیف و کسانی که از ویژگی‌های مقاوم‌ساز شخصیتی مانند سرسختی روان‌شناختی و عزت‌نفس چندان برخوردار نیستند، بیش از دیگران در معرض آسیب‌های ناشی از اضطراب مرگ قرار دارند.

از جنبه سنی، طیف گسترده‌ای از سالمندان دچار اضطراب مرگ هستند. آن‌ها به دلیل افزایش سن احساس می‌کنند به مرگ نزدیک‌تر هستند. همچنین ممکن است مرگ همسر و دوستان خود را هم تجربه کنند. به این موارد باید ناتوانی جسمی و بهداشت ضعیف را نیز اضافه کرد، درحالی‌که جوان‌ترها خودشان را موجوداتی شکست‌ناپذیر می‌دانند (۱). همان‌طور که پیش‌تر گفته شد، برخورداری از باورهای معنوی و گرایش به انجام رفتارهای مذهبی می‌تواند تا حدود زیادی اثرات منفی اضطراب مرگ را تعدیل کند.

یکی از مفاهیم معنوی که امروزه در زمینه مقابله با مشکلات زندگی و همچنین حفظ و ارتقای سلامت و بهداشت افراد طبقات مختلف جامعه بررسی شده، مفهوم

امروزه بهبود شرایط زندگی و مراقبت‌های بهداشتی و درمانی موجب افزایش جمعیت سالمندان شده است. بر اساس قواعد سازمان جهانی بهداشت، افرادی سالمند تلقی می‌شوند که در سن ۶۵ سالگی هستند یا سن آن‌ها از مرز ۶۰ سالگی عبور کرده است. آمار نشان می‌دهد جمعیت جهان به سرعت در حال پیرشدن است و بین سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۵۰، نسبت افراد ۶۰ ساله، تقریباً ۲ برابر خواهد شد و از ۱۲ به ۲۲ درصد خواهد رسید. در ایران نیز شاهد افزایش جمعیت سالمندان از ۵ میلیون نفر در سال ۱۳۹۲، به ۲۶ میلیون نفر در سال ۱۴۲۸ خواهیم بود (۱).

همه این‌ها در حالی است که نگاهی به وضعیت زندگی سالمندان نشان می‌دهد طی این دوره، یک انسان سالم به فردی ضعیف، با کاهش ظرفیت‌های فیزیولوژیک و افزایش امکان ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها تبدیل می‌شود. سالمندان به سبب فرایند سالمندی، مشکلات متعددی مانند بیماری‌های مزمن، اختلالات روان‌شناختی، نیاز به بستری‌شدن‌های مکرر، کاهش امید به زندگی، مجموعه‌ای از کمبودها و نقص‌ها، تنزل وضعیت اقتصادی و به‌طورکلی از دست‌دادن استقلال و افزایش وابستگی فردی را تجربه می‌کنند (۲). درواقع، مجموعه تغییراتی که با نزدیک‌شدن به دوره سالمندی رخ می‌دهد به مسائل خاص این دوره تحولی منجر می‌شود که نیازمند توجه ویژه‌ای است.

این دگرگونی‌ها و نزدیک‌شدن به روزهای پایانی زندگی و مرگ، فشارهای خاصی بر فرد سالمند تحمیل می‌کند (۳) که یکی از مهم‌ترین آن‌ها، اضطراب مرگ است. اضطراب مرگ در میان سالمندان بازنشسته بیشتر است؛ زیرا به‌خاطر محرومیت از روابط اجتماعی گذشته، با مشکلات پیچیده‌تری مواجه می‌شوند. البته ترس از مرگ هیچ‌جانی ضروری است که در غیاب آن، حیات انسان به خطر می‌افتد؛ اما اگر از حد طبیعی خود خارج شود، موجب درماندگی فرد می‌شود. در چنین وضعیتی، ترس از مرگ به شکلی مداوم، غیرطبیعی و بیمارگونه ادامه می‌یابد که روی کیفیت زندگی افراد مُسن تأثیر دارد.



معنوی، ویژگی‌های شخصیتی نیز می‌تواند در حفظ سلامت افراد نقش عمده‌ای داشته باشد. در این میان، ویژگی شخصیتی سرسختی روان‌شناختی یکی از مؤثرترین عوامل مقاوم‌ساز انسان در برابر فشارها و تنش‌های مزمن و روزمره زندگی به حساب می‌آید (۱۵). سرسختی روان‌شناختی که به معنای طاقت و توانایی تحمل موقعیت‌های مشکل و سخت است، در واقع به عملکرد فرد بر اساس ارزیابی شناختی اشاره دارد. نخستین بار Kobassa (۱۹۷۹) این ویژگی را بررسی و ارزیابی کرد که شامل سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی است (۱۶). شخصی که تعهد زیادی (نقطه مقابل بیگانگی) دارد، به اهمیت ارزش و معنای این پی برده است که چه کسی است و چه فعالیت‌هایی انجام می‌دهد. افرادی که در مؤلفه کنترل (نقطه مقابل ناتوانی) قوی هستند، رویدادهای زندگی را قابل کنترل و پیش‌بینی می‌دانند و بر این باورند که می‌توانند با تلاش، آنچه را در اطرافشان رخ می‌دهد، تحت تأثیر قرار دهند. مبارزه‌جویی (نقطه مقابل احساس خطر یا ترس) نیز به این موضوع باور دارد که تغییر و نه ثبات و امنیت، جنبه طبیعی زندگی است (۱۳).

سالمندان سرسخت نگرش درونی خاصی دارند که به آن‌ها کمک می‌کند در رویارویی با مسائل زندگی و اطرافیان خود با شیوه‌های خاصی عمل کنند. آن‌ها عمدتاً رویدادهای زندگی را جالب، متنوع، آموزنده و چالش‌انگیز می‌دانند و در عین حال، با حوادث زندگی به صورتی کاملاً واقع‌بینانه یا با نوعی بلندنظری مواجه می‌شوند؛ به همین دلیل نسبت به کل رویدادهای محیط خود خوش‌بین‌تر هستند. شاید وجود خوش‌بینی آن‌ها را در برابر وقایع ناخوشایندی مانند اضطراب مرگ، مقاوم‌تر کند. به‌طور دقیق‌تر، سرسختی روان‌شناختی به شیوه خاص و باثبات فرد در واکنش به رویدادهای زندگی اشاره دارد که طی آن فرد به جای کنارکشیدن، احساس تعهد و به‌جای احساس ناتوانی، احساس کنترل می‌کند و مشکلات را چالش می‌داند، نه تهدید (۱).

مطالعات با محوریت بررسی سلامت روان سالمندان

دل‌بستگی به خداوند است. این مفهوم به‌شکل تاریخی درباره رابطه کودک و مراقب او به کار می‌رود؛ به دلیل تأکید بر اهمیت نقش باورهای معنوی، مفهوم دل‌بستگی در سال‌های اخیر به سطح ارتباط انسان با خداوند نیز گسترش یافته است (۱۱). دل‌بستگی از برجسته‌ترین مفاهیم روان‌شناسی معاصر است که اولین بار Bowlby (۱۹۷۰) آن را مطرح کرد. در توضیح این مفهوم گفته شد که چگونه کودک در غیاب مادر دچار اضطراب می‌شود، اما به محض دسترسی به مادر، کودک احساس امنیت و آرامش می‌کند (۱۲). دل‌بستگی از نیازهای اساسی زیستی و عاطفی انسان است که طی آن، از همان ابتدای تولد، نوعی ارتباط دوجانبه و مؤثر بین نوزاد و مراقب او شکل می‌گیرد. بر همین اساس، نظریه‌پردازان تلاش کرده‌اند طبق چارچوب نظریه دل‌بستگی، به یکی دیگر از جنبه‌های دل‌بستگی بپردازند که صرفاً جنبه فیزیولوژیکی و عاطفی ندارد، بلکه به جنبه معنوی دل‌بستگی اشاره می‌کند. آن‌ها معتقدند باورهای معنوی و رفتارهای مذهبی بخش مهمی از زندگی انسان را تشکیل می‌دهد (۱۳).

دل‌بستگی به مراقب اولیه در دوران کودکی، با گذشت زمان به‌شکل دل‌بستگی به خداوند ادامه می‌یابد. مؤمنان با خدای محبوب، دانا و نیرومند نوعی ارتباط متقابل شخصی برقرار می‌کنند که در قالب روابط دل‌بستگی در نظر گرفته می‌شود. البته روابط نزدیک و عاطفی که فرد با چهره دل‌بستگی تجربه می‌کند، با میزانی از تفاوت در ارتباط با خداوند هم وجود دارد. با این تفاوت که ارتباط بین فرد و خداوند، و رای محدودیت‌های حضور فیزیکی است (۱۱). دل‌بستگی به خداوند به این معناست که فرد در شرایط دشوار، همواره خداوند را در کنار خود می‌بیند، به او اتکا می‌کند و این اتکا در به‌کارگیری روش‌های معنوی برای مواجهه با مشکلات به انسان یاری می‌رساند. افراد با دل‌بستگی معنوی ایمن، هنگام مشکلات و سختی‌ها آرامش خود را حفظ می‌کنند و خدا را تکیه‌گاهی امن و منبع آرامش می‌یابند (۱۴).

بررسی‌های بیشتر نشان می‌دهد علاوه بر باورهای





برای جامعه‌ای به تعداد ۱۱۰ نفر، برابر با ۸۸ نفر خواهد بود؛ بنابراین، در پژوهش حاضر با حجم جامعه ۱۶۵ نفر، تعداد نمونه برابر ۸۸ نفر تعیین شد. معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از: مرد بودن، داشتن سن بالای ۶۰ سال، سپری‌شدن حداقل یک سال از دوره بازنشستگی و تمایل به شرکت در تحقیق. معیارهای خروج نیز شامل داشتن سن کمتر از ۶۰ سال و عدم پاسخ‌دهی مناسب به پرسش‌نامه‌ها در نظر گرفته شد. در ادامه و پس از ارائه توضیحات لازم در زمینه اهداف و نکات ضروری تحقیق، پرسش‌نامه‌ها به روش خودگزارش‌دهی تکمیل و جمع‌آوری شدند. سپس داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری توصیفی و استنباطی در نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۸ تجزیه و تحلیل شدند. در بخش آمار توصیفی از فراوانی و درصد فراوانی و در بخش آمار استنباطی از آزمون رگرسیون چندمتغیری و همبستگی پیرسون استفاده شد. نادری و همکاران (۲۰۱۰) پرسش‌نامه سنجش سرسختی روان‌شناختی اهواز را طراحی کردند و ۲۷ گویه دارد و طبق چهار گزینه «هرگز، به ندرت، گاهی اوقات و بیشتر اوقات» نمره‌گذاری می‌شود. برای هر ماده به ترتیب مقادیر ۰، ۱، ۲ و ۳ در نظر گرفته می‌شود. نمره کل بین ۲۷ تا ۸۱ است. همسانی درونی پرسش‌نامه با ضریب آلفای کرونباخ برای آزمودنی‌های پسر و دختر به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۷۴ به دست آمد. برای سنجش پایایی، آزمون دوباره پس از ۶ هفته به ۱۱۹ دانشجو (۶۶ دختر و ۵۳ پسر) ارائه شد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت یعنی پیش‌آزمون و پس‌آزمون دوباره برای کل آزمودنی‌ها $r=0/84$ ، آزمودنی‌های پسر $r=0/84$ و آزمودنی‌های دختر $r=0/85$ به دست آمد. برای بررسی روایی پرسش‌نامه، این مقیاس به‌طور هم‌زمان با چهار پرسش‌نامه ملاک مقیاس خودشکوفایی مزلو، مقیاس اعتبار سازه‌ای سرسختی روان‌شناختی، مقیاس افسردگی اهواز و پرسش‌نامه اضطراب به گروه‌هایی از دانشجویان داده شد و ضرایب همبستگی بین نمره‌های کل آزمودنی‌ها در مقیاس سرسختی روان‌شناختی و اضطراب برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و پسر به

نیز نشان می‌دهد سرسختی روان‌شناختی همانند باورهای معنوی، رابطه منفی معناداری با اضطراب، مشکلات اجتماعی و اختلالات روانی دارد. همچنین تأثیر ویژگی سرسختی روان‌شناختی در کاهش فرسودگی شغلی، افزایش موفقیت ورزشی، بهبود عملکرد تحصیلی و مقاومت در برابر فشارهای روانی مورد تأیید قرار گرفته است (۱۷).

با توجه به جمعیت رو به رشد سالمندان و رواج اندیشه مرگ در میان آنان در مقایسه با دیگر گروه‌های سنی (۱) و همچنین با عنایت به تأثیرات مخرب اضطراب مرگ بر کیفیت کلی زندگی، بررسی عوامل مؤثر بر نحوه مواجهه با اضطراب مرگ در افراد سالمند ضرورت می‌یابد؛ بنابراین، باید با جدیت بیشتری موضوع اضطراب مرگ سالمندان مطالعه شود. همچنین مهم‌ترین ضرورت انجام این پژوهش این است که تاکنون در خصوص ارتباط دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ پژوهشی در ایران انجام نشده است؛ بنابراین، با توجه به پیشینه مفهومی و تحقیقاتی ذکرشده، هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط دل‌بستگی به خداوند و سرسختی روان‌شناختی با اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته شهرستان رودسر است.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی-همبستگی است. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های سرسختی روان‌شناختی اهواز کیامرثی و همکاران، اضطراب مرگ تمپلر و دل‌بستگی به خداوند بک و مک‌دونالد استفاده شد. برای انجام پژوهش حاضر از میان تمام سالمندان مراجعه‌کننده به کانون بازنشستگان شهرستان رودسر در سال ۱۳۹۷، تعداد ۱۶۵ نفر مرد سالمند وارد مطالعه شدند که ۸۸ نفر با توجه به معیارهای ورود و خروج و با کمک جدول مورگان انتخاب شدند. از این جدول می‌توان در مواقع دسترسی‌نداشتن به واریانس جامعه استفاده کرد. طبق این جدول، N حجم جامعه و S حجم نمونه محسوب می‌شود. بر این اساس، حجم نمونه تعیین‌شده



ترتیب ۰/۵۵، ۰/۷۰ و ۰/۴۴ به دست آمد (۱۸). در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ محاسبه شد.

۳۰ در نظر گرفته می‌شود (۱۹). در این پژوهش ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ برآورد شده است.

یافته‌ها

تحلیل آمار توصیفی نتایج نشان می‌دهد بیشترین درصد نمونه‌ها از نظر سنی در رده ۶۰ تا ۶۵ سال (۶۸ درصد)، از جنبه وضعیت تأهل در طبقه متأهل (۷۸ درصد) و از نظر تحصیلات در سطح کارشناسی (۶۲ درصد) قرار دارند (جدول ۱).

نتایج آماری در زمینه متغیرهای اصلی پژوهش شامل اضطراب مرگ، سرسختی روان‌شناختی و مؤلفه‌های دل‌بستگی به خداوند (توجه، توکل، اعتماد و رابطه با خداوند) نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار نمره متغیر سرسختی روان‌شناختی $۵۴/۶۴ \pm ۲۲/۶۸$ ، نمره اضطراب مرگ $۱۰/۴۷ \pm ۳/۵۶$ و دل‌بستگی به خداوند $۶۲/۶۷ \pm ۲۷/۷۵$ است. در میان ابعاد دل‌بستگی به خداوند نیز بُعد توجه به خداوند بالاترین میانگین و انحراف معیار را به خود اختصاص داده است ($۱۸/۲۶ \pm ۹/۸۳$) (جدول ۲).

جدول ۱: فراوانی نمونه‌های پژوهش برحسب مشخصات فردی

مشخصات	تعداد	درصد
رده سنی	۶۰ - ۶۵	۶۸
	۶۵ - ۷۰	۱۲
	۷۰ و بیشتر	۱۹
وضعیت تأهل	متأهل	۷۸
	مجرد	۲۱
میزان تحصیلات	فوق‌دیپلم و کمتر	۱۷
	کارشناسی	۵۵
	کارشناسی ارشد	۱۶
	دکتر	۲/۲۷

Templer (۱۹۷۰) مقیاس اضطراب مرگ را طراحی کرد که شامل ۱۵ سؤال با گزینه صحیح و غلط است. جمع امتیازات پرسش‌نامه در دامنه‌ای بین ۱ تا ۱۵ است. امتیازات بیشتر نشان‌دهنده اضطراب مرگ بیشتر است. ضریب پایایی تصنیفی در ایران ۰/۶۰ و ضریب همسانی درونی ۰/۷۳ گزارش شده است. برای بررسی روایی از دو آزمون مقیاس نگرانی مرگ و مقیاس اضطراب آشکار استفاده شد که نتیجه آن ۰/۰۴ برای ضریب همبستگی مقیاس اضطراب مرگ با مقیاس نگرانی و ۰/۳۴ برای ضریب همبستگی مقیاس اضطراب مرگ با مقیاس اضطراب آشکار بود. سه نفر از متخصصان حوزه روان‌شناسی روایی محتوای این پرسش‌نامه را بررسی و تأیید کرده‌اند (۱۹). در این پژوهش ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ برآورد شده است.

Beck و McDonald (۲۰۰۶) پرسش‌نامه دل‌بستگی به خداوند را تدوین کردند. این مقیاس ۲۴ گویه و ۴ خرده‌مقیاس دارد. افراد باید بین دو گزینه بله و خیر یکی را انتخاب کنند؛ بنابراین، این مقیاس به ترتیب چهار عامل ارتباط با خدا (۸ سؤال)، توکل (۵ سؤال)، اعتماد به خداوند (۵ سؤال) و توجه به خداوند (۶ سؤال) را ارزیابی می‌کند. طبق این توضیح، علاوه بر بیشترین نمره کل یعنی ۱۲۰ و کمترین نمره کل یعنی ۲۴، به ترتیب کمترین و بیشترین نمره در بُعد ارتباط ۸ و ۴۰، در بُعد توکل ۵ و ۲۵، در بُعد اعتماد ۵ و ۲۵ و در بُعد توجه ۶ و

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیرهای اضطراب مرگ، سرسختی روان‌شناختی و مؤلفه‌های دل‌بستگی به خداوند (توجه، توکل، اعتماد و رابطه با خداوند)

متغیرها	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
دل‌بستگی به خداوند	۸۸	۲۴	۱۱	۶۲/۶۷	۲۷/۷۵
رابطه با خداوند	۸۸	۸	۳۵	۱۶/۱۷	۶/۹۲
توکل به خداوند	۸۸	۵	۲۵	۱۳/۸۲	۶/۱۳
اعتماد به خداوند	۸۸	۵	۲۵	۱۳/۸۸	۶/۲۰
توجه به خداوند	۸۸	۶	۳۵	۱۸/۲۶	۹/۸۳
سرسختی روان‌شناختی	۸۸	۲۸	۸۹	۵۴/۶۴	۲۲/۶۸
اضطراب مرگ	۸۸	۳	۱۸	۱۰/۴۷	۳/۵۶

جدول ۳: همبستگی متقابل متغیرهای اضطراب مرگ، سرسختی روان‌شناختی و ابعاد دل‌بستگی به خدا (توجه، توکل، اعتماد و رابطه با خدا)

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱ رابطه با خداوند	-	**۰/۸۱۳	**۰/۸۶۰	**۰/۸۶۰	**۰/۹۰۴	**۰/۸۵۲
۲ توکل به خداوند	-	-	**۰/۹۶۳	**۰/۸۶۵	**۰/۸۳۲	**۰/۸۱۶
۳ اعتماد به خداوند	-	-	-	*۰/۸۹۵	*۰/۸۵۶	**۰/۸۳۴
۴ توجه به خداوند	-	-	-	-	**۰/۹۵۳	**۰/۸۳۶
۵ سرسختی روان‌شناختی	-	-	-	-	-	**۰/۸۵۱
۶ اضطراب مرگ	-	-	-	-	-	-

** $p < 0.01$; * $p < 0.05$

است که ایمان در برابر عوامل ناراحتی روانی، زره محکمی را برای روح می‌سازد و مصونیت خاصی در انسان به وجود می‌آورد. از این رو، با تکیه بر ایمان می‌توان ذهن و روح را از غم آزاد ساخت و نقش رنج‌ها را از لوح دل زدود (۲۲).

دومین تبیین به این نکته اشاره دارد که در متون دینی همواره انسان از اضطراب مرگ و سرکوب اندیشه مرگ بازداشته شده و در مقابل به اندیشیدن درباره مرگ دعوت شده است؛ چراکه اضطراب مرگ موجب بازداشتن انسان از توجه به روند زندگی می‌شود و سرکوب اندیشیدن درباره مرگ هم در نهایت به زندگی به دور از معنویت منجر خواهد شد. طبق نظریه خودمختاری، پرداختن به امور دنیا و غفلت از حقایقی مانند مرگ، به دلیل ارضانداختن مناسب نیازهای روانی، پیامدهایی منفی به دنبال دارند (۲۳). در مقابل، توجه و یاد مرگ موجب برخورداری از زندگی مسئولانه و کاهش اضطراب مرگ می‌شود. خداوند نیز می‌فرماید: «همان‌ها که فرشتگان (قبض ارواح) روحشان را می‌گیرند درحالی‌که پاک و پاکیزه‌اند، به آن‌ها می‌گویند: سلام بر شما باد، وارد بهشت شوید به‌خاطر اعمالی که انجام می‌دادید» (نحل/۳۲). در واقع، مرگ‌آگاهی همان‌طور که از یک‌سو، موجب برانگیختن اضطراب می‌شود، از سوی دیگر، به‌صورت تجربه‌ای برانگیزاننده سبب می‌شود فرد در پی یافتن معنایی در زندگی خود باشد و شیوه‌های اصیل زندگی را در پیش گیرد؛ چراکه مادی‌گرایی و گریز از اندیشیدن درباره مرگ، راهبرد مقابله‌ای مؤثری برای کاهش اضطراب مرگ نیست. پیامبر اسلام می‌فرماید: «همچنان که آهن زنگ می‌زند، دل انسان نیز زنگار می‌بندد و صیقل‌دهنده آن تلاوت قرآن و به یاد مرگ

طبق نتایج، همبستگی متقابل متغیرهای سرسختی روان‌شناختی و اضطراب مرگ ($r = -0.851, P < 0.01$) منفی معنادار بود. بررسی همبستگی متقابل بین اضطراب مرگ و دل‌بستگی به خداوند نشان داد اضطراب مرگ با همه ابعاد متغیر دل‌بستگی به خداوند شامل رابطه با خداوند ($r = -0.852, P < 0.01$)، توکل به خداوند ($r = -0.816, P < 0.01$)، اعتماد به خداوند ($r = -0.834, P < 0.01$) و توجه به خداوند ($r = -0.836, P < 0.01$) ارتباط آماری معناداری داشت (جدول ۳).

بحث

همان‌طور که یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد، بین اضطراب مرگ با همه چهار بُعد دل‌بستگی به خداوند در مردان سالمند بازنشسته رابطه منفی معناداری وجود دارد؛ به این معنی که برخورداری از خصوصیت توجه به خداوند، توکل، اعتماد و رابطه با خداوند، سطح اضطراب مرگ فرد کاهش می‌دهد. این یافته‌ها در راستای نتایج پژوهش مهری‌نژاد و همکاران (۲۰)، جانی و همکاران (۲۱) و بی‌طرفان و همکاران (۱۸) است.

در تبیین نتیجه به‌دست‌آمده، ابتدا می‌توان گفت که افراد برخورداری از باورهای معنوی نگرش ویژه‌ای نسبت به مرگ و هراس ناشی از اندیشیدن درباره آن دارند. این نگرش ویژه از آنجایی نشئت می‌گیرد که همه اتفاقات و پدیده‌های اضطراب‌انگیز زندگی و از جمله مرگ، برای آنان در بستر ایمان و باور به حمایت‌های الهی، معنایی دیگر می‌یابد. همان‌گونه که خداوند در آیه ۱۳۸ سوره آل‌عمران می‌فرماید: «اگر ایمان داشته باشید، نباید ترس و اندوه به خود راه دهید...». در این آیه خاطر نشان شده



هر انسانی پدید می‌آورد، به این واقعیت هم باور دارند که خداوند انسان را می‌بخشد و این موجب می‌شود اضطراب مرگ کمتری را تجربه کنند (۲۷). به نظر می‌رسد نزدیکی به خداوند و دل‌بستگی به او باعث می‌شود فرد به سختی‌ها و مشکلات به‌عنوان وسیله‌ای برای نزدیکی به خداوند و جلب رضایت او بنگرد و راحت‌تر با آن‌ها کنار بیاید و صبر داشته باشد (۲۸).

از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر، وجود رابطه معنادار بین سرسختی روان‌شناختی با سطح اضطراب مرگ در مردان سالمند بازنشسته بود. به‌عبارت‌دیگر، با افزایش نمره سرسختی روان‌شناختی، میزان نمرات اضطراب مرگ افراد کاهش می‌یابد که این یافته با نتایج مطالعات ورابی و همکاران (۲۹)، نصیری و همکاران (۳۰) و پوراکیبری و همکاران (۳۱) هماهنگ است.

در تبیین این نکته که ویژگی سرسختی روان‌شناختی چه ارتباطی با سطح اضطراب مرگ افراد دارد، می‌توان به چند دلیل اشاره کرد: به نظر می‌رسد برخورداری از این خصوصیت شخصیتی به این دلیل که بینشی واقع‌بینانه به افراد می‌بخشد، می‌تواند مرگ را با همه ویژگی‌های سازنده و اضطراب‌انگیز در نظر فرد مجسم سازد و این توانایی را بدهد که به‌محض مواجهه‌شدن با یک رویداد یا فکر تنش‌زا، به جنبه‌های مختلف آن به‌شکل واقع‌بینانه بنگرند (۳۱). این در حالی است که پذیرش واقعیت مرگ یکی از مهم‌ترین شیوه‌های کاهش اضطراب مرگ است (۲۲).

در وهله دوم، اعتقاد بر این است که سالمندان سرسخت‌قادرند در زمان مواجهه با افکار و اتفاقات تنش‌زایی مانند اضطراب مرگ، از منابع حمایتی کمک بگیرند. به‌ویژه اینکه آنان به دلیل رشدیافتگی سنی، نسبت به منابع حمایتی معنوی و معناگرایانه تعلق خاطر ویژه‌ای دارند (۳۲). واضح است که کاهش اضطراب مرگ تا حدود زیادی در اعتقاد فرد نسبت به معنویت موجود در واقعه مرگ و هدفمندی زندگی پس از مرگ نهفته است (۳۳)؛ بنابراین، می‌توان انتظار داشت که تفکر و هراس از مرگ برای افراد سرسخت، موقعیتی را برای

بودن است» (۲۴). درواقع، ادراک ناقص انسان از مذهب، خدا و آموزه‌های نادرست سبب می‌شود او مرگ را به‌منزله ورود به دنیایی پر از درد و رنج تصور کند و به این دلیل از یاد مرگ دچار اضطراب شود؛ اضطرابی که به‌عنوان مانعی برای رشد معنوی و هدفمندی زندگی عمل می‌کند (۵)؛ بنابراین، باورهای معنوی از یک‌طرف، اندیشیدن درباره مرگ را تأیید و از طرفی دیگر، گریز از آن را رد می‌کنند. در مقابل، افرادی که از ویژگی دل‌بستگی به خداوند محروم هستند، در پذیرش خداوند به‌عنوان پایه و اساس ایمنی و تکیه‌گاه مطمئن در سختی‌ها دچار شک و تردید هستند و ممکن است حضور خداوند را در جای‌جای زندگی خود احساس نکنند و همواره از حضورنداشتن خداوند در مسائل و مشکلات سخت و مهم زندگی خود در اضطراب باشند. چنین افرادی همیشه از نوعی اضطراب رنج می‌برند که نشانه دوری از خداوند است (۱۹).

سومین تبیین ارتباط دل‌بستگی به خداوند بر کاهش اضطراب مرگ، به این نکته می‌پردازد که هراس و اضطراب مرگ به‌عنوان رخدادی تنش‌زا می‌تواند اثراتی منفی بر شیوه زیستن و امید به زندگی افراد مُسن داشته باشد، درحالی‌که دل‌بستگی به خداوند و برخورداری از ویژگی‌های معنوی و رفتارهای مذهبی در پژوهش‌های مختلف همواره به‌عنوان منبع مقاومت ارزشمند در برابر مشکلات زندگی مطرح بوده است (۲۵). همچنین سالمندانی که به نیرو یا موجودی عالی ایمانی راسخ دارند و با آگاهی از این موضوع که زندگی در آینده اینزودیک به پایان می‌رسد، معنای عالی‌تری را در آن می‌جویند و اضطراب مرگ کمتری تجربه می‌کنند.

سالمندان معنوی این توانایی را دارند که به مشکلات روانی و جسمی و مهم‌تر از همه کمبودهای طبیعی نظیر مرگ همسر و افراد نزدیک که در چرخه زندگی رخ می‌دهد، معنی بدهند و از طریق تغییر نگرش خود، از بار روانی منفی مشکلات بکاهند (۲۶). درعین‌حال که سالمندان معنوی می‌پذیرند که مرگ، واقعیتی اجتناب‌ناپذیر است که اضطراب زیادی در دل



نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج، مشاهده می‌شود که تعدیل‌کننده‌های معنوی مانند دل‌بستگی به خداوند و خصوصیات شخصیتی مانند سرسختی روان‌شناختی بر اضطراب مرگ اثرگذار است و می‌تواند موجب تغییر نگرش و ارتقای مقاومت مردان سالمند بازنشسته شود؛ بنابراین، آشناسازی این قشر با مؤلفه‌های معنوی-شخصیتی در برنامه‌ریزی مناسب از سوی مسئولان ضرورت دارد.

پیشنهادات

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده پیشنهاد می‌شود مطالعات مشابهی با حجم نمونه بیشتر، در زنان سالمند و در صورت امکان، در سطح ملی انجام شود.

حمایت مالی

این پژوهش بدون هیچ‌گونه حمایت مالی انجام شده است.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی مرتبط از جمله محرمانه‌بودن نتایج پرسش‌نامه‌ها، رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان و اختیار خروج از پژوهش رعایت شده است.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که در این تحقیق تضاد منافع وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله مراتب قدردانی خود را از سالمندان شرکت‌کننده در مطالعه و افراد همراه اعلام می‌داریم که در انجام این پژوهش یاریگر محققان بودند.

برقراری ارتباط و جست‌وجوی حمایت‌های اجتماعی و معنوی تازه ایجاد می‌کند. همچنین افراد سرسخت به‌طور مداوم در برابر مشکلات زندگی مقاومت و معنای مشکلات را به نحو مثبتی تفسیر می‌کنند. چنین افرادی با وجود تلاش فراوان برای پیروزی، این نکته را درک می‌کنند که موفقیت همواره با غلبه بر مشکلات به دست نمی‌آید، بلکه گاهی با کنارآمدن، پذیرش و سازگاری با دشواری‌ها به سطحی از موفقیت دست پیدا می‌کنیم؛ بنابراین، سرسخت‌بودن به معنای حل‌وفصل تمام مشکلات نیست (۳۱). واقعیت مرگ برای سالمندان سرسخت نیز در همین چارچوب قابل توجیه است. سالمندان سرسخت ضمن تلاش برای حفظ توان و مهارت‌های جسمی، روانی و اجتماعی خود، واقعیت مرگ را می‌پذیرند. پذیرش واقعیت مرگ عاملی برای کاهش اضطراب مرگ آنان تلقی می‌شود.

علاوه بر این‌ها، هنگامی که افراد سرسخت به واقعه مرگ خود می‌اندیشند، آن را تنبیهی برای خود از جانب خداوند در نظر نمی‌گیرند و طبق دیدگاه مثبت و متعهدانه‌ای که نسبت به پدیده‌های هستی دارند، تلاش می‌کنند ضمن اصلاح نگاه منفی نسبت به مرگ، سطح تعهد خودشان را در مواجهه با مشکلات زندگی افزایش دهند. اصولاً سالمندان سرسخت به اندیشیدن به مرگ به‌عنوان فرصت مقاوم‌ساز می‌نگرند که نحوه زیستن صحیح را به انسان یادآور می‌شود (۱).

ازجمله محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که برخی از مردان سالمند در رابطه با پرسش‌نامه اضطراب مرگ و سؤالات مربوط به آن واکنش نشان می‌دادند و پژوهشگر پس از توضیحات فراوان، به‌سختی آن‌ها را در رابطه با تکمیل پرسش‌نامه اضطراب مرگ قانع می‌کرد. دشواری در اقناع افراد در رابطه با محرمانه‌ماندن اطلاعات نیز از دیگر محدودیت‌های این مطالعه بود.

References

1. Aghajani MJ. Developmental psychology of the elderly. Tehran: Sarva; 2017 (Persian).
2. Gharanjik A, Mohammadi Shahbolaghi F, Ansari G, Najafi F, Ghaderi S, Ashrafi K, et al. The prevalence of depression in older Turkmen adults in 2011. Iranian Journal of

- Ageing. 2011; 6(3):34-9 (Persian).
3. Aghajani MJ, Mirarzgar AB. The relationship of praying and hardeniss with mental health. 2th International Congress on Religious culture and Thought, Qom, Iran; 2016. P. 1-12 (Persian).
 4. Khaki S, Khesali Z, Farajzadeh M, Dalvand S, Moslemi B, Ghanei Gheshlagh R. The relationship of depression and death anxiety to the quality of life among the elderly population. *Journal of Hayat*. 2017; 23(2): 152-61 (Persian).
 5. Naderi F, Roushani KH. The relations between spiritual intelligence, social intelligence and death anxiety in Ahwaz womanseniles. *Woman and Culture*. 2010; 2(6):55-67 (Persian).
 6. Chan LC, Yap CC. Age, gender, and religiosity as related to death anxiety. *Sunway Academic Journal*. 2009; 6:1-6.
 7. Yüksel MY, Güneş F, Akdağ C. Investigation of the death anxiety and meaning in life levels among middle-aged adults. *Spiritual Psychology and Counseling*. 2017; 2(2):165-81.
 8. Şahan E, Eroğlu MZ, Karataş MB, Mutluer B, Uğurpala C, Berkol TD. Death anxiety in patients with myocardial infarction or cancer. *The Egyptian Heart Journal*. 2018; 70(3): 143-7.
 9. Dadfar M, Lester D. Religiosity, spirituality and death anxiety. *Austin Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*. 2017; 4(1):1061.
 10. Jastrzebski SŚ, Slaski S. Death anxiety, locus of control, and big five personality traits in emerging adulthood in Poland. *Psychology and Education an Interdisciplinary Journal*. 2011; 48(4):1-17.
 11. Bradshaw M, Ellison CG, Marcum JP. Attachment to God, images of God, and psychological distress in a nationwide sample of Presbyterians. *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2010; 20(2):130-47.
 12. Aghajani MJ. *Psychology of child rearing*. Tehran: Royanpajhoh; 2014 (Persian).
 13. Aghahani MJ, Moghtadir L. *Mental health*. Tehran: Sarva; 2014 (Persian).
 14. Kaveh M. Investigating the relationship between attachment styles to God with resonance. *Journal of Islamic Revolutionary Cultural Conservation*. 2016; 6(13):33-53 (Persian).
 15. Desai Rahul B. Psychological hardiness among college students. *The International Journal of Indian Psychology*. 2017; 4(3):80-4.
 16. Hanton S, Neil R, Evans L. Hardiness and anxiety interpretation: an investigation into coping usage and effectiveness. *European Journal of Sport Science*. 2013; 13(1):96-104.
 17. Paleologou AM, Dellaporta A. Hardiness vs alienation personality construct essentially explains burnout proclivity and erroneous computer entry problems in rural Hellenic hospital labs. *International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering*. 2009; 3(4): 282-97.
 18. Basharpour S, Porzoor P, Moazedi K. The role of psychological hardiness, patience and Islamic optimism in predicting marital satisfaction of nurses (based on Islamic attitude). *Journal of Health*. 2017; 8(2):191-203 (Persian).
 19. Bitarafan L, Kazemi M, Yousefi Afrashte M. Relationship between styles of attachment to god and death anxiety resilience in the elderly. *Iranian Journal of Ageing*. 2018; 12(4):446-57 (Persian).
 20. Mehri Nejad SA, Ramezan Saatchi L, Paydar S. Death anxiety and its relationship with social support and adherence to religion in the elderly. *Iranian Journal of Ageing*. 2017; 11(4):494-503 (Persian).
 21. Jani S, Molae M, Jangi S, Pouresmali A. Effectiveness of cognitive therapy based on religious believes on death anxiety, social adjustment and subjective well-being in the cancer patients. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2014; 22(5):94-103 (Persian).
 22. Mohammadizadeh A, Askarizadeh G, Bagheri M. The relationship between spiritual health and death anxiety in patients with multiple sclerosis. *Journal of Religion and Health*. 2017; 4(2):20-8 (Persian).
 23. Jonas E, Sullivan D, Greenberg J. Generosity, greed, norms, and death differential effects of mortality salience on charitable behavior. *Journal of Economic Psychology*. 2013; 35(14):47-57.
 24. SabzehAra Langaroudi M, Hajloo N, Basharpour S, Abolghasemi A. Death awareness an awakening experience: two studies on death anxiety and valuation of extrinsic aspirations. *Journal of Research in Psychological Health*. 2017; 10(4):19-29 (Persian).
 25. Wong LP, Fung HH, Jiang D. Associations between religiosity and death attitudes:

- different between Christians and Buddhists. *Journal of Psychology of Religion and Spirituality*. 2015; 7(1):70-9.
26. Daaleman TP, Dobbs D. Religiosity, spirituality and death attitudes in chronically III older adults. *Journal of Research Aging*. 2010; 32(2):224-43.
27. Mohammadzade A, Jafari E, Hajlou N. Relationships of death anxiety with religious coping, attachment to god and acting on religious beliefs. *Journal of Culture in the Islamic University*. 2015; 5(15):259-72 (Persian).
28. Mahdiyar M, Taghavi SM, Goodarzi M. Predicting patience based on the worldly and divine attachments among the students. *Journal of Religion and Health*. 2017; 4(2):29-38 (Persian).
29. Varaee P, Momeni K, Moradi A. Prediction of psychological well-being based on attitude toward religion and death anxiety in the elderly men of Kermanshah's part-time elderly care center. *Journal of Research on Religion & Health*. 2018; 4(2):54-68.
30. Askarizadeh G, Fazilatpoor M. The role of cognitive regulation strategies of emotion, psychological hardiness and optimism in the prediction of death anxiety of women in their third trimester of pregnancy. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2017; 4(6):50-8 (Persian).
31. Aghajani MJ, Akbari B, Khalatbari J, Sadighi A. Effectiveness of group logo therapy on feeling loneliness and psychological hardiness of the girls suffering from love trauma syndrome. *Armaghane Danesh*. 2018; 23(5):559-76 (Persian).
32. Ahmadi A, Abdi Parija H, Habibi M, Sadeqi E. The relation between the life meaningfulness and the level of perceived social support among elderly people living in nursing homes in Isfahan. *Iranian Journal of Ageing*. 2016; 1(4):118-25 (Persian).
33. Sartipzadeh A, Aliakbari M, Tabanian SR. The effect of therapeutic spirituality on anxiety in death elderly. *Journal of Psychology and Religion*. 2017; 9(4):58-70 (Persian).