

**Receive Date:**  
12/7/2023

**Accept Date:**  
4/11/2023



**Research  
Article**

Vol.20, No.1, Serial 37

Spring & Summer  
2023

pp.: 27-37

# The Relationship between Mental Well-Being and Attitudes Toward the Hereafter and The Meaning of Life in Students

DOI: 10.22070/TLR.2023.17960.1454

**Zeinab Moghadam** <sup>1\*</sup>, **Alireza Mohamadgholi** <sup>2</sup>

1. *Assistant Professor of Educational Sciences, Department of Educational Sciences, Payam Noor University, Tehran. Iran. (Corresponding Author)*  
Email: moghadam@pnu.ac.ir
2. *MSc. Training and improvement of human resources, Department of Educational Sciences, Payam Noor University, Iran.*  
Email: ali.r.mohamadi47@gmail.com

## Abstract

The present research was conducted with the aim of investigating the relationship between mental well-being and the attitude to the hereafter and the meaning of life in students. The descriptive research method is correlation type and the statistical population includes all the students of Payam Noor University in Hamedan center in the academic year of 2021-22 with a number of 1008 people, among them 280 people were selected and analyzed based on the Karjesi and Morgan table by available sampling method. Keyes and Magyaromo questionnaire (2003), Ehsan's eschatology-Ebrahimi-Bahrani questionnaire (2009) and the meaning of life questionnaire by Kramboff and Maholik (1969) were used to collect information. The results of the research showed that the mental well-being of students can be predicted by the attitude towards the hereafter and the meaning of life ( $P < 0.01$ ). Also, there was a positive and significant relationship between mental well-being and the attitude to the hereafter, as well as between mental well-being and the meaning of students' lives ( $P < 0.01$ ).

**Keywords:** Mental well-being, Attitude to the hereafter, Meaning of Life.

# رابطه بهزیستی ذهنی با نگرش به آخرت و معنای زندگی در

## دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز همدان

DOI: 10.22070/TLR.2023.17960.1454

زینب مقدم<sup>۱\*</sup>، علیرضا محمد قلی<sup>۲</sup>

۱. استادیار علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: moghadam@pnu.ac.ir

۲. کارشناس ارشد آموزش و بهسازی منابع انسانی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، ایران.

Email: ali.r.mohamadi47@gmail.com

### چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه بهزیستی ذهنی، نگرش به آخرت و معنای زندگی در بین دانشجویان انجام شد. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز همدان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ با تعداد ۱۰۰۸ نفر است که از بین آنها براساس جدول کرجسی و مورگان تعداد ۲۸۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و مورد بررسی قرار گرفتند. برای جمع‌آوری اطلاعات از سه پرسشنامه‌ی بهزیستی ذهنی کی‌یز و ماکیارمو (۲۰۰۳)، پرسشنامه‌ی آخرت‌نگری ابراهیمی - بهرامی احسان (۱۳۸۹) و پرسشنامه‌ی معنای زندگی کرامباف و ماهولیک (۱۹۶۹) استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بهزیستی ذهنی دانشجویان، توسط نگرش به آخرت و معنای زندگی قابل پیش‌بینی است ( $P < 0/01$ ). نیز بین بهزیستی ذهنی با نگرش به آخرت و همچنین بین بهزیستی ذهنی با معنای زندگی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود داشت ( $P < 0/01$ ).

نشریه علمی

## پژوهش‌های آموزش و یادگیری

دوره ۲۰، شماره ۱، پیاپی ۳۷  
بهار و تابستان ۱۴۰۲  
صص: ۳۷-۲۷

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۴/۲۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۱۳

### مقاله پژوهشی

Journal of

## Training & Learning Researches

Vol.20, No. 1, Serial 37

Spring & Summer  
2023

pp.: 27-37

**کلیدواژه‌ها:** بهزیستی ذهنی، نگرش به آخرت، معنای زندگی.

## مقدمه

درواقع ارزیابی افراد از زندگی خودشان در حوزه‌های مختلف زندگی مانند بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی است. بهزیستی هیجانی به تعادل بین عاطفه مثبت و منفی اطلاق می‌شود. بهزیستی روان‌شناختی، عمدتاً ملاکی شخصی و خصوصی برای ارزیابی فردی از کنش‌های روانی فرد است، اما بهزیستی اجتماعی عمدتاً ملاکی عمومی و اجتماعی برای ارزیابی کنش‌های اجتماعی افراد در طول زندگی‌شان و در تعامل با دیگران محسوب می‌شود [۶].

میان عوامل متعدد و گوناگون تأثیرگذار بر موقعیت‌های تحصیلی یادگیرندگان، بهزیستی ذهنی نقش برجسته و بلکه، مهمتری را ایفا می‌نماید. لذا، شناخت و تحلیل مناسب مؤلفه‌های هیجانی و شناختی بهزیستی فراگیران و توجه به ارزش‌های فردی و اجتماعی دانشجویان در تبیین اثربخشی موقعیت‌های تحصیلی، از نقش کلانی برخوردار است. یکی از عوامل مهم و اثرگذار بر بهزیستی ذهنی، نگرش به آخرت است. معنا جویی از ویژگی‌های منحصر به فرد انسان است. انسان به‌طور ذاتی در پی یافتن معنایی برای وجود و هستی بوده و در پی آن است که بداند هدف از خلقت وی چه بوده است و پس‌از این زندگی چه سرا و منزلگاهی دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که آنچه انسان امروزی را بیشتر رنج می‌دهد خلأ وجودی و احساس بی‌هدفی و بی‌معنایی در زندگی است [۷]. دین و مذهب به‌عنوان یکی از منابع اصلی ارزش‌ها و اخلاقیات افراد جامعه در معنا بخشی به زندگی نقش اساسی ایفا می‌کند [۸]. همه ادیان الهی با ارائه مفهوم آخرت، انسان‌ها را به توجه به سرای پایدار دعوت کرده‌اند. در اندیشه اسلامی از مرگ به‌عنوان تغییر در مرتبه وجودی و انتقال یاد شده است که هماهنگ با میل انسان به بقا است. ترس از مرگ یکی از ترس‌های جدی است که در طی زندگی کم‌وبیش با انسان همراه است. بر اساس آمارهای گزارش شده در کشورهای غربی، تقریباً بین ۵۰ تا ۷۰ درصد از افراد سنین بالا، از ترس و نگرانی درباره مرگ رنج می‌برند [۹].

دیدگاه فروید با رویکردی کاملاً دین ستیزانه و با نفی مطلق زندگی پس از مرگ، تمام اندیشه‌های عاقبت‌انگاران را انکار و آن را در چارچوبی مرضی تجزیه و تحلیل می‌کند. به‌رغم اینکه پارادایم روان تحلیل‌گری در غرب به‌سرعت جای خود را به رویکردهای دیگر داد، با این حال نفی آخرت و تمام مفاهیم وابسته به آن در تمام نظام‌های روان‌شناختی کم‌وبیش وجود داشته و دارد. رفتارگراها و در کنار آن حتی دیدگاه‌های انسان‌گرایان به‌اتفاق، رویکردهای آخرت‌نگرانه را نفی و تمام روان‌شناسی را در مرزهای زندگی دنیایی ترسیم

توصیف بهزیستی در روان‌شناسی، همان عملکرد مطلوب انسان است [۱]. بهزیستی ذهنی یک اصطلاح گسترده و کلی است که علاوه بر ارزیابی‌های مثبت و منفی از زندگی فرد، لذت، عواطف، نیازهای اساسی و غیره را شامل می‌شود [۲]. نکته این است که خود شخص زندگی‌اش را ارزیابی می‌کند نه گزارشگران، کارشناسان یا معیارهای اجتماعی. بنابراین، شخص به‌عنوان یک گزارشگر از خود می‌پرسد: آیا زندگی من مطابق با استانداردهای من خوب پیش می‌رود [۳].

بهزیستی ذهنی نه‌تنها به سطح بالایی از احساسات مثبت یا عواطف بستگی دارد، بلکه به معیار عمیق‌تری از رضایت کلی از زندگی نیز بستگی دارد. احساسات و هیجان‌های مثبت ممکن است کوتاه‌مدت باشد، اما رضایت می‌تواند طولانی‌مدت باشد. بنابراین، می‌تواند هدف واقعی‌تری از فلسفه وجودی انسان باشد [۴].

یکی از جدیدترین شاخه‌های روان‌شناسی که بر موفقیت، خوشبختی و شادکامی انسان تأکید دارد، روان‌شناسی مثبت است. این مکتب در مقابل نظام طبقه‌بندی اختلالات روان‌شناختی بیماران، نظام طبقه‌بندی توانایی‌های انسان سالم را دارد که در آن به سرزندگی، بخشش، عشق، مهربانی، امیدواری، شوخ‌طبعی و دیگر هیجان‌های مثبت انسان می‌پردازد. تأمین سلامت روان و بهزیستی ذهنی نسل نوجوان و جوان در همه جوامع از مسائل مهم تلقی می‌شود. بهزیستی ذهنی موجب بهبود سلامت روانی و افزایش انگیزش در فرد می‌شوند که این امر باعث می‌شود فرد در رؤیایی با مشکلات با توان بیشتری به حل مسائل بپردازد و موجب موفقیت فرد شود. بهزیستی ذهنی<sup>۱</sup> نیز یکی از موضوع‌های مربوط به این حوزه است که به دلیل ارتباط با دیگر ویژگی‌های مثبت انسانی می‌تواند نقش مهم و مؤثری در بروز سایر ابعاد شناختی، عاطفی و ذهنی داشته باشد. بهزیستی ذهنی می‌تواند نشان‌دهنده ارزیابی فرد از روند و جهت زندگی خود باشد، که دربرگیرنده دیدگاه و نگرش فرد از رضایتمندی زندگی است. بهزیستی ذهنی به علت ارتباط با شیوه‌ی فکری باعث رضایت از زندگی و افزایش خودکارآمدی در مسیر زندگی می‌شود. بنابراین جهت‌گیری خوش‌بینانه و امید به موفقیت در زندگی می‌تواند حاصل کارکرد بهزیستی ذهنی و عاطفه مثبت باشد که این امر موجب افزایش و بهبود انگیزش برای تلاش بیشتر و احساس خوشبختی و موفقیت در زندگی می‌شود. بهزیستی ذهنی، به چگونگی ارزیابی افراد از زندگی خود اطلاق می‌گردد [۵].

<sup>۱</sup> Mental well-being

کرده‌اند [۱۰].

اما در سال‌های اخیر موضوع سلامت در گستره‌ای وسیع‌تر بررسی شده و روان‌شناسان به ابعاد مختلفی از سلامت توجه کرده‌اند. با افزایش شواهد در تأثیر دین و معنویت بر رفتار سالم، اوکنار<sup>۱</sup> و استرلینگ<sup>۲</sup> پیشنهاد کردند که مدل زیستی-روانی-اجتماعی<sup>۳</sup> جورج انگل<sup>۴</sup> نیازمند یک بازنگری است تا جنبه معنوی نیز به آن اضافه شود [۱۱]. از نظر کوئینگ و همکاران [۱۲]، ارتباط معنی‌داری بین دین و مذهب با بهزیستی، شادمانی و رضایت از زندگی، امید و خوش‌بینی، هدفمندی و معنا در زندگی، عزت‌نفس بالاتر، حمایت اجتماعی بالاتر و احساس تنهایی کمتر، میزان افسردگی کمتر و بهبود سریع‌تر افسردگی، میزان کمتر خودکشی، اضطراب کمتر، سایکوز و سایکوتیک پایین‌تر و ثبات زناشویی بیشتر وجود دارد. هم‌چنین مطالعات نشان داده‌اند که داشتن اعتقادات دینی قوی می‌تواند فرآیند سازش یافتگی با داغ‌دیدگی را تسهیل کند [۱۳]. بنابراین با توجه به پژوهش‌های انجام‌شده می‌توان دین را یکی از عوامل اصلی در پیش‌بینی و ارتقای سلامت روان به شمار آورد. در این راستا، باور به آخرت یکی از عناصر اصلی ادیان الهی است و عمل بر طبق این باور نیز دارای نقش مهم است [۱۱].

یکی دیگر از عوامل مرتبط با بهزیستی ذهنی، اکتساب مفهوم و معنای زندگی است. در سال‌های اخیر به سازه معنا در زندگی در پژوهش‌های روان‌شناختی توجه بیشتری شده است. این مفهوم در ابتدا به تکرار در نوشته‌های ویکتور فرانکل بنیان‌گذار مکتب معنا درمانی به چشم می‌خورد. از معنا در زندگی تعاریف متعدد و متفاوتی ارائه شده است که استیگر و همکاران تعدادی از آن‌ها را در مقاله خویش فراهم آورده‌اند. اما با وجود تنوع تعاریف بین روان‌شناسان در این زمینه توافق وجود دارد که معنا دار بودن زندگی یک سازه تأثیرگذار روان‌شناختی است که از یک طرف هم بایستی مورد توجه مریبان و درمانگران و هم پژوهشگران و نظریه‌پردازان قرار گیرد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که معنا در زندگی می‌تواند شاخصی از رفتارهای سازگارانه مقابله با استرس باشد. علیرغم اهمیت نظری و عملی معنا در زندگی در حیطه روان‌شناسی و مشاوره، هنوز ابهامات زیادی در مورد این سازه روان‌شناختی وجود دارد که بخش اعظمی از آن به شیوه‌های اندازه‌گیری این متغیر مربوط می‌شود. از نظر محققان، یکی از حوزه‌هایی که در ادبیات معنا در زندگی کمتر مورد توجه قرار گرفته شده است، چگونگی اندازه‌گیری آن

است. پرسش از معنای زندگی در فلسفه مسئله‌ای است که واقع‌گرایانی همچون جان هیک را بر آن داشته تا تبیینی از این مسئله بر اساس مبانی خود ارائه دهد وی با توجه به مؤلفه‌های کانتی و ویتگنشتاینی در شبکه تفکرات خود به «معنای عملی زندگی» تصریح کرده و معنای عملی زندگی را در گرو رابطه‌ای دوطرفه بین انسان و جهان می‌داند. بنابراین لاجرم به تأثیر جهان به‌عنوان امری که انسان زندگی خود را در آن تجربه می‌کند، پرداخته و تفسیر جهان را به خوش‌بینی کیهانی- مفهومی که دارای دو مؤلفه غایت رئوف (خیر) و ساختار متناسب با این غایت از جهان است - منوط می‌کند. وی، این خوش‌بینی کیهانی را نیز مرهون باورهای دینی می‌داند. بر این اساس، او چرخشی را در پرسش از معنای زندگی ایجاد کرده و آن‌ها به پرسش از «ماهیت جهان» و سپس از «ماهیت جهان» به پرسش از «خصوصیات دینی که قضاوت بهتری را از جهان به ما عرضه می‌کند» تبدیل می‌کند [۱۴].

داشتن معنا یا هدف در زندگی ارتباط مثبتی با عوامل روان‌شناختی دارد و منجر به سازگاری، رضایت از زندگی، احساس خوب روان‌شناختی، حمایت اجتماعی و دلیل زنده ماندن در آن‌ها می‌شود [۱۵]. قرن بیست و یکم روان‌شناسی متوجه این امر شده است که انسان باید انرژی عقلانی خود را صرف جنبه‌های مثبت تجربه‌اش کند [۱۶].

چون در آغاز روان‌شناسی بیشتر بر هیجان‌های منفی مانند اضطراب و افسردگی تمرکز داشت تا بر هیجان‌های مثبت مانند شادکامی و رضایت، متون علمی بیشتر در مورد رنج بود تا لذت، ولی امروزه پژوهش درباره بهزیستی و روان‌شناسی مثبت به‌طور روزافزون در حال رشد است [۱۷].

بهزیستی ذهنی، یک ساختار مهم در پژوهش‌های مربوط به تفسیر شخصیت است و به‌عنوان ارزیابی مثبت از زندگی و تعادل میان عاطفه مثبت و عاطفه منفی تعریف شده است [۱۸]. بهزیستی ذهنی یکی از مفاهیم مهم در کیفیت زندگی است که مرتبط با ارزیابی‌های فرد از زندگی خویش است. این ارزیابی‌ها دربرگیرنده واکنش‌های شناختی و هیجانی فرد به حوادث و قضاوت‌هایی است که وی درباره رضایت از زندگی خویش ارائه می‌دهد [۱۹].

با توجه به موارد فوق و بررسی ادبیات و مبانی نظری بهزیستی ذهنی و عوامل مؤثر بر آن لذا به نظر می‌رسد بین نگرش به آخرت یا آخرت‌نگری و معنای زندگی، با بهزیستی ذهنی رابطه‌ای منطقی وجود داشته باشد که در این تحقیق

<sup>1</sup> Onarecker

<sup>2</sup> Sterling

<sup>3</sup> biopsychosocial

<sup>4</sup> Engel

جدول ۱. مؤلفه‌ها و سؤالات سنجشگر پرسشنامه

ردیف	مؤلفه‌ها	سؤالات
۱	پذیرش خویشتن	۵، ۲، ۱
۲	هدف در زندگی	۱۰، ۷، ۳
۳	تسلط بر محیط	۹، ۸، ۴
۴	روابط با دیگران	۱۶، ۱۳، ۶
۵	رشد شخصی	۱۴، ۱۲، ۱۱
۶	خودمختاری	۱۸، ۱۷، ۱۵

### نمره‌گذاری: سؤالات قسمت احساسات مثبت با سؤالات

قسمت احساسات منفی اضافه می‌شود و نمره کل بهزیستی هیجانی به دست می‌آید. البته تمامی سؤالات قسمت هیجان‌ات منفی به جز سؤال ۵ مقیاس بهزیستی هیجانی به صورت معکوس کدگذاری شده و سپس باهم جمع می‌شوند. با توجه به رتبه‌بندی از ۱ تا ۵ برای گزینه‌های هرگز تا همیشه در این خرده مقیاس، حداقل نمره ۱۶ و حداکثر امتیاز ۵۶ است [۲۱]. در بخش بهزیستی روان‌شناختی سؤالات ۱، ۲، ۳، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۷، ۱۸ در جهت برعکس ثبت می‌شود و نمره کل مؤلفه‌ها مجموع نمرات بهزیستی روان‌شناختی است. نمره‌گذاری سؤالات ۳، ۴، ۵، ۶، ۱۱، ۱۲ و ۱۴ در مقیاس بهزیستی اجتماعی برعکس است.

**روایی و پایایی پرسشنامه بهزیستی ذهنی:** این پرسشنامه توسط گلستانی بخت (۱۳۸۶) روی ۵۷ آزمودنی اجرا و اعتبار یابی شد و ضریب همبستگی پرسشنامه بهزیستی ذهنی را ۰/۷۸ و مقیاس‌های فرعی آن شامل بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی را به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۶۴ و ۰/۷۶ گزارش کرد. ضریب همسانی درونی بر اساس آلفای کرون باخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۰ و برای مقیاس‌های فرعی آن به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰ و ۰/۶۱ به دست آمد. تمنایی فر و معتقدی فرد [۲۲] ضریب همسانی درونی بر اساس آلفای کرون باخ برای کل پرسشنامه ۰/۶۳ و برای مقیاس‌های فرعی آن به ترتیب ۰/۲۵، ۰/۷۰ و ۰/۶۱ به دست آورد.

**پرسشنامه نگرش به آخرت:** جهت سنجش این متغیر از پرسشنامه ساخته‌شده توسط ابراهیمی-بهرامی احسان [۹] استفاده گردید. این مقیاس در سال ۱۳۹۰ نیز با استفاده از آیات و روایات منابع دین اسلام ساخته شده است. هدف آن اندازه‌گیری سطح دیدگاه افراد به زندگی پس از مرگ است. فرم اولیه این پرسشنامه دارای ۷۷ سؤال بود که در فرم نهایی به ۴۴ سؤال تبدیل شد. این پرسشنامه شامل ۵ زیر مقیاس به شرح جدول زیر است:

موردبررسی قرار گرفته است. به‌طور خلاصه، مسئله تحقیق آن است که آیا بین متغیر نگرش به آخرت و متغیر معنای زندگی با بهزیستی ذهنی دانشجویان رابطه وجود دارد؟ آیا بالاتر بودن میزان نگرش به آخرت در فرد، بالاتر بودن سطح بهزیستی ذهنی را به همراه دارد؟ آیا بالاتر بودن میزان بهبود معنای زندگی در فرد، به معنای بالاتر بودن بهزیستی ذهنی خواهد بود؟ و دیگر اینکه آیا در یک مدل هم‌زمان دو متغیر نگرش به آخرت و معنای زندگی تا چه میزان توانایی پیش‌بینی بهزیستی ذهنی را دارند؟ این پژوهش به دنبال پاسخ‌گویی به سؤالات فوق است بر این اساس فرضیه‌های زیر ارائه شده است:

۱. نگرش به آخرت و معنای زندگی توانایی پیش‌بینی بهزیستی ذهنی در دانشجویان را دارند.
۲. بین بهزیستی ذهنی با نگرش به آخرت در دانشجویان رابطه وجود دارد.
۳. بین بهزیستی ذهنی معنای زندگی در دانشجویان رابطه وجود دارد.

### روش پژوهش

این تحقیق توصیفی از دسته تحقیقات کاربردی بوده و از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز همدان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود که تعداد آن‌ها ۱۰۰۸ نفر و حجم نمونه بر اساس جدول نمونه کرجسی و مورگان ۲۷۸ نفر برآورد گردید و نمونه‌ها به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این تحقیق از سه پرسشنامه استاندارد به‌منظور گردآوری داده‌ها استفاده شد:

**پرسشنامه بهزیستی ذهنی:** این پرسشنامه به‌وسیله کی-یز<sup>۱</sup> و ماگیارمو<sup>۲</sup> در سال ۲۰۰۳ طراحی شده است که شامل سه بعد بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی است. مقیاس بهزیستی ذهنی توسط کییز و ماگیارمو (۲۰۰۳) برای سنجش بهزیستی هیجانی، روانی و اجتماعی استفاده می‌شود که شامل ۴۵ سؤال است. ۱۲ پرسش اول مربوط به بهزیستی هیجانی، ۱۸ سؤال بعدی مربوط به بهزیستی روان و در نهایت ۱۵ پرسش بعدی در رابطه با بهزیستی اجتماعی است [۲۰]. اجزای پرسشنامه و سؤالات ارزشیابی آن‌ها در جداول زیر شرح داده شده است:

<sup>1</sup> Keyes

<sup>2</sup> Magyar-Mae

جدول تک‌بعدی و در بخش آمار استنباطی از آزمون رگرسیون خطی چندگانه و ضریب همبستگی پیرسون برای آزمون فرضیه‌های تحقیق استفاده شد.

### یافته‌ها

#### مشخصات جمعیت شناختی پاسخگویان

#### سن پاسخگویان

اطلاعات توصیفی مربوط به سن پاسخگویان پژوهش به صورت جدول ۴ و نمودار ۱ بوده است:

جدول ۳. توزیع فراوانی سن پاسخگویان

سن	تعداد	درصد	درصد تراکمی
تا ۲۵ سال	۳۰	۱۰/۷	۱۰/۷
بین ۲۶ تا ۳۵ سال	۱۳۶	۴۸/۶	۵۹/۳
بین ۳۶ تا ۴۵ سال	۹۶	۳۴/۳	۹۳/۶
بالاتر از ۴۵ سال	۱۸	۶/۴	۱۰۰
جمع	۲۸۰	۱۰۰	

بر اساس اطلاعات جدول ۴ سن تعداد ۱۵ نفر (۱۰/۷٪) از پاسخگویان تا ۲۵ سال، ۱۳۶ نفر (۴۸/۶٪) بین ۲۶ تا ۳۵ سال، ۹۶ نفر (۳۴/۳٪) بین ۳۶ تا ۴۵ سال و ۱۸ نفر (۶/۴٪) بالاتر از ۴۵ سال بوده است.

#### رشته تحصیلی پاسخگویان

اطلاعات توصیفی مربوط به رشته تحصیلی پاسخگویان پژوهش به صورت جدول و نمودار زیر بوده است:

جدول ۴. توزیع فراوانی رشته تحصیلی پاسخگویان

رشته تحصیلی	تعداد	درصد	درصد تراکمی
علوم انسانی	۱۴۶	۵۲/۱	۵۲/۱
علوم پایه	۴۸	۱۷/۱	۶۹/۲
ریاضی و مهندسی	۵۳	۱۹	۷۸/۲
سایر رشته‌ها	۳۷	۱۳	۹۱/۸
جمع	۲۸۰	۱۰۰	

بر اساس اطلاعات جدول ۵ رشته تحصیلی ۱۴۶ نفر (۵۲/۱٪) از پاسخگویان علوم انسانی؛ ۴۸ نفر (۱۷/۱٪) علوم پایه؛ ۵۳ نفر (۱۹٪) ریاضی و مهندسی و ۳۷ نفر (۱۳٪) سایر رشته‌ها بوده است.

جدول ۲. خرده مقیاس‌ها و سؤالات سنجشگر پرسشنامه آخرت‌نگری

ردیف	خرده مقیاس	سؤالات
۱	تکلیف‌گریزی	۴، ۹، ۱۱، ۱۵، ۱۷، ۱۸، ۲۶، ۳۱، ۴۰، ۴۱
۲	آمادگی	۵، ۸، ۱۳، ۱۴، ۲۲، ۲۷، ۳۶، ۳۹
۳	جهت‌گیری اخروی در زندگی	۳، ۶، ۷، ۱۲، ۱۶، ۱۹، ۲۰، ۲۴، ۲۵، ۳۰، ۳۷، ۳۸
۴	تعالی	۱، ۲۳، ۲۸، ۲۹، ۳۴، ۳۵، ۴۴
۵	لدت‌جویی	۲، ۱۰، ۲۱، ۳۲، ۳۳، ۴۲، ۴۳

**نمره‌گذاری:** پرسش‌ها بر اساس مقیاس لیکرت ۵ گزینه‌ای انتخاب می‌شوند.

**روایی و پایایی:** در تحقیق طراحان پرسشنامه، به منظور اطمینان و تأیید روایی محتوای آزمون آخرت‌نگرش، بر اساس بررسی ابعاد نظری موضوع و استخراج مؤلفه‌های نظری مرتبط با آن، چارچوب نظری مقیاس و بر این اساس سؤالات آزمون طراحی و تدوین می‌شود. ارزیابی نظرات کارشناسان تجربی دینی نشان داد که آزمون مربوطه از نظر محتوایی روایی معناداری دارد.

**پرسشنامه معنای زندگی:** جهت سنجش معنای زندگی از مقیاس کرامیاف و ماهولیک [۲۳] استفاده شده است. هدف اصلی این مقیاس طرح ابزاری جهت سنجش تأثیر معنا در زندگی بود. این مقیاس می‌تواند احساس پوچی وجودی یا معنا و هدف زندگی را بسنجد.

**نمره دهی:** این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال است که شرکت‌کنندگان در پاسخنامه برای افرادی که کاملاً مخالف تا کاملاً موافق گزینه‌های پاسخگویی به هر سؤال هستند عددی را از ۱ تا ۵ انتخاب می‌کنند که بیانگر دیدگاه آن‌ها نسبت به این سؤال است. نمره کل بین ۲۰ تا ۱۰۰ است که نمره بالاتر نشان‌دهنده هدف و معنای قوی‌تر در زندگی است [۲۳].

**اعتبار و پایایی:** بررسی محتوای سؤالات می‌کند پرسشنامه حاضر دارای روایی محتوا است، زیرا مفهوم و محتوای آن با مفاهیم و نظریات درمانی فراتکل همخوانی دارد. این مقیاس توسط فراهانی، عربی‌سامانی و چراغی [۲۴] بر روی ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه اصفهان که به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شده‌اند، اجرا و استانداردسازی گردیده است. ضریب پایایی مقیاس با استفاده از فرمول آلفای کرون باخ برابر با ۰/۹۲ به دست آمد که نشان‌دهنده این است که پرسشنامه پایایی بالایی دارد [۲۴].

#### روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

پس از استخراج داده‌ها از مقیاس‌ها، جهت تجزیه و تحلیل داده‌های حاضر از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و از دو روش آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از

## معنای زندگی پاسخگویان

جدول ۷. توزیع فراوانی میزان معنای زندگی پاسخگویان

معنای زندگی	تعداد	درصد	درصد تراکمی
کم	۸	۲/۹	۲/۹
متوسط	۱۵۲	۵۴/۳	۵۷/۲
زیاد	۱۰۲	۳۶/۴	۹۳/۶
خیلی زیاد	۱۸	۶/۴	۱۰۰
جمع	۲۸۰	۱۰۰	

طبق اطلاعات جدول ۸ میزان معنای زندگی در ۸ نفر (۲/۹٪) از پاسخگویان مورد مطالعه در حد کم، ۱۵۲ نفر (۵۴/۳٪) در حد متوسط؛ ۱۰۲ نفر (۳۶/۴٪) در حد زیاد و ۱۸ نفر (۶/۴٪) در حد خیلی زیاد بوده است. این نتیجه نشان می‌دهد که میزان معنای زندگی در پاسخگویان پژوهش در حد متوسط و بالاتر است زیرا میانگین نمره متغیر در پاسخگویان برابر با ۶۶/۸۵ بوده، در حالی که میانه‌ی نمره این مؤلفه در پرسشنامه سنجش گر ۶۰ است.

## تحلیل داده‌ها

پیش از آزمون فرضیه‌های تحقیق به بررسی پیش‌فرض‌های اساسی آزمون‌های پارامتریک پرداخته شده و بعد از اطمینان از وجود خصیصه‌های مورد نظر همچون کمی بودن داده‌های متغیرهای تحقیق، فاصله‌ای و نسبی بودن، طبیعی بودن پراکندگی متغیرها و برقرار بودن فرض خطی بودن روابط بین متغیرها، اقدام به آزمون فرضیه‌ها گردید. نتایج آزمون فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر بوده است:

### آزمون فرضیه‌های تحقیق

آزمون فرضیه اول: نگرش به آخرت و معنای زندگی توانایی پیش‌بینی بهزیستی ذهنی در دانشجویان را دارند.

برای آزمون این فرضیه از آزمون رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. جدول زیر نتایج به دست آمده از آزمون این فرضیه را نشان می‌دهد:

## نتیجه سنجش متغیرهای تحقیق

### بهزیستی ذهنی پاسخگویان

اطلاعات توصیفی مربوط به بهزیستی ذهنی پاسخگویان در پژوهش حاضر به صورت زیر بوده است:

جدول ۵. توزیع فراوانی بهزیستی ذهنی پاسخگویان

بهزیستی ذهنی	تعداد	درصد	درصد تراکمی
کم	۱۰	۳/۶	۳/۶
متوسط	۱۶۲	۵۷/۹	۶۱/۵
زیاد	۹۶	۳۴/۳	۹۵/۸
خیلی زیاد	۱۲	۴/۲	۱۰۰
جمع	۲۸۰	۱۰۰	

طبق اطلاعات جدول ۴-۳؛ میزان بهزیستی ذهنی در ۱۰ نفر (۳/۶٪) از پاسخگویان مورد مطالعه در حد کم، ۱۶۲ نفر (۵۷/۹٪) در حد متوسط؛ ۹۶ نفر (۳۴/۳٪) در حد زیاد و ۱۲ نفر (۴/۲٪) در حد خیلی زیاد بوده است. این نتیجه نشان می‌دهد که بهزیستی روان‌شناختی افراد مورد مطالعه در حد متوسط و بالاتر بوده است چراکه میانگین نمره این متغیر در پاسخگویان برابر با ۱۵۵/۷۳ بوده در حالی که میانه‌ی نمره این مؤلفه در پرسشنامه ۱۳۵ است.

### نگرش به آخرت پاسخگویان

جدول ۶. توزیع فراوانی میزان نگرش به آخرت پاسخگویان

نگرش به آخرت	تعداد	درصد	درصد تراکمی
متوسط	۱۴۰	۵۰	۵۰
زیاد	۱۱۰	۳۹/۳	۸۹/۳
خیلی زیاد	۳۰	۱۰/۷	۱۰۰
جمع	۲۸۰	۱۰۰	

طبق اطلاعات جدول ۷ میزان نگرش به آخرت ۱۴۰ نفر (۵۰٪) از پاسخگویان مورد مطالعه در حد متوسط، ۱۱۰ نفر (۳۹/۳٪) در حد زیاد و ۳۰ نفر (۱۰/۷٪) در حد زیاد بوده است. این نتیجه نشان می‌دهد که نگرش به آخرت افراد مورد مطالعه در حد زیاد بوده است چراکه میانگین نمره این متغیر در پاسخگویان برابر با ۱۴۸/۹۱ بوده، در حالی که میانه‌ی نمره این مؤلفه در پرسشنامه سنجش گر ۱۳۲ است.

جدول ۸. ضریب تعیین رگرسیون

مدل	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعدیل	خطای انحراف از برآورد	دوربین واتسون
۰/۷۵۵	۰/۵۷۱	۰/۵۶۴	۸/۰۶	۲/۰۶۱	

بهبودی ذهنی دانشجویان ناشی از متغیرهای پیش‌بینی کننده است.

نتایج جدول فوق با ضریب تعیین رگرسیون بین نگرش به آخرت و معنای زندگی با بهزیستی ذهنی دانشجویان ارتباط دارد. R2 مشخص می‌کند ۵۶ درصد تغییرات در

جدول ۹. تحلیل واریانس

مدل رگرسیون	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
رگرسیون	۱۱۸۳۱/۸۳۴	۲	۵۹۱۵/۹۱۷	۹۱/۰۶۷	۰/۰۰۱
باقی‌مانده	۸۸۹۹/۸۵۲	۲۷۷	۶۴/۹۶۲		
کل	۲۰۷۳۱/۶۸۶	۲۷۹			

معادله رگرسیون برای این فرضیه به شکل زیر است:

$$+ \beta_2 X_{i2} + \dots + \beta_p X_{ip} + \epsilon_i Y_i = \beta_0 + \beta_1 X_{i1}$$

نتایج تحلیل واریانس جدول ۱۱ مشخص می‌سازد که (F = ۹۱/۰۶۷) در سطح آلفای ۰/۰۰۱ درصد معنی‌دار بوده بنابراین ضریب تعیین رگرسیون قابل تأیید است.

جدول ۱۰. معادله خط رگرسیون

مدل رگرسیون	بتا		آزمون T	ناهمسانی واریانس
	استاندارد	غیراستاندارد		
	S.E	B	T	SIG
عرض از مبدأ (A)	۱۱/۳۱۸	۲۹/۷۷	۲/۶۳	۰/۰۱۰
نگرش به آخرت	۰/۰۹۲	۰/۴۵۳	۴/۹۵۱	۰/۰۰۱
معنای زندگی	۰/۱۵۷	۰/۵۴۳	۳/۴۵۹	۰/۰۰۱

نتایج فوق مشخص می‌سازد که رابطه بین هر دو متغیر پیش‌بینی کننده مورد بررسی با بهزیستی ذهنی دانشجویان مورد مطالعه قابل قبول بوده و تأثیر این متغیرها قابل پیش‌بینی است. به این ترتیب که یک واحد افزایش در نگرش به آخرت، بهزیستی ذهنی را تا ۴۲ درصد افزایش می‌دهد و برای یک واحد، افزایش معنای زندگی تا ۳۸ درصد امکان افزایش بهزیستی ذهنی دانشجویان امکان‌پذیر است. مجموع این دو متغیر ۵۶ درصد از متغیر ملاک را تبیین می‌کند و ۴۴ درصد از تبیین متغیر ملاک به مؤلفه‌های دیگر بستگی دارد. لذا، نتیجه این فرضیه را می‌توان به شکل زیر مطرح ساخت: نگرش به آخرت و معنای زندگی توانایی پیش‌بینی بهزیستی ذهنی در دانشجویان را دارند.

آزمون فرضیه دوم: بین نگرش به آخرت با بهزیستی ذهنی در دانشجویان رابطه وجود دارد.

برای آزمون این فرضیه از آزمون همبستگی پیرسان استفاده شد. جدول ۱۱ نتایج حاصل از آزمون این فرضیه را نشان می‌دهد:

جدول بالا شاخص VIF و تلورانس را نشان می‌دهد. مقدار ضریب افزایش واریانس باید بین ۵ تا ۱۰ باشد، در صورتی که از این حد بیشتر باشد، به دلیل چندخطی بودن احتمال تخمین ضعیف ضریب رگرسیون وجود دارد. با توجه به اینکه تلورانس یک نسبت است، مقدار آن بین صفر و یک است. مقدار نزدیک به یک به این معنی است که متغیر مستقل قسمت کوچکی از پراکندگی خود را با سایر متغیرهای مستقل توضیح می‌دهد و مقدار نزدیک به صفر نشان می‌دهد که متغیر تقریباً ترکیبی خطی از سایر متغیرهای مستقل است. بر اساس جدول ۱۴-۴ معادله رگرسیون تخمین زده شده به شکل زیر است:

$$Y = (\text{بهبودی ذهنی}) ۲۹/۷۷ + (\text{نگرش به آخرت}) ۰/۴۵۳ + (\text{معنای زندگی}) ۰/۵۴۳$$

که به عنوان معادله غیراستاندارد بوده و معادله استاندارد به شرح زیر شناخته می‌شود:

$$Y = (\text{بهبودی ذهنی}) ۲۹/۷۷ + (\text{نگرش به آخرت}) ۰/۴۱۶ + (\text{معنای زندگی}) ۰/۳۸۱$$



به‌دست‌آمده ۰.۴۵۰ بالاتر از ۰.۹۵ در سطح اطمینان بوده است، به این معنی که با افزایش معنای زندگی دانشجویان، سطح بهزیستی ذهنی آن‌ها نیز همین‌طور است و رابطه بین این دو متغیر یک متغیر مستقیم است. بنابراین فرضیه صفر رد و فرضیه مخالف آن تأیید شد، بنابراین این فرضیه تحقیق تأیید شد این بدان معنی است که ما باید موارد زیر را بپذیریم:

### بین معنای زندگی با بهزیستی ذهنی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

#### نتیجه‌گیری

نتیجه فرضیه اول نشان داد که نگرش به آخرت و معنای زندگی توانایی پیش‌بینی بهزیستی ذهنی در دانشجویان را دارند بر اساس این نتایج با استفاده از آزمون رگرسیون خطی چندگانه مشخص گردید که هر دو متغیر آخرت‌نگری و معنای زندگی می‌توانند بهزیستی ذهنی را در دانشجویان پیش‌بینی کنند و آخرت‌نگری متغیری قوی‌تر از معنای زندگی است. نتیجه تحقیقات میکائیلی‌منبع و صالحی [۲۵]، کیانی چلمردی و خاکدال [۲۶]، هلاکویی، مصطفوی و نسیمی [۲۷]، نجفی، مکوند حسینی، محمدی‌فر و رستمی [۲۸]، چراغیان، خانی، زارعی توپخانه و مرادیان گیزه رود [۲۹]، آقا بابایی [۳۰]، میکائیلی منبع، نوری زاد و هاشمی [۳۱]، رومرو و همکاران [۳۲]، ریجاس و همکاران [۳۳]، نیز نشان‌دهنده رابطه مثبت و معنادار بین معنای زندگی با بهزیستی می‌باشند که با نتیجه فوق همسویی دارند در تبیین نتیجه‌ای که از آزمون این فرضیه به‌دست‌آمده است می‌توان بیان نمود که هر دو متغیر آخرت‌نگری و معنای زندگی که خود از متغیرهای بسیار پیچیده و درعین‌حال ضروری در زندگی هر انسانی بشمار می‌روند، می‌توانند در حیطه زندگی فردی و بهداشت روان و بهزیستی روان‌شناختی و علی‌الخصوص ذهنی افراد نقش اساسی داشته باشند. به‌بیان‌دیگر این دو متغیر، از عوامل فردی هستند که بر بهزیستی ذهنی فرد مؤثر هستند انسانی که به آخرت باور دارد، از لحاظ ذهنی آمادگی مرگ و رجعت به دنیای دیگر را داشته و دغدغه‌های درزمینه اضطراب و ترس از مرگ ندارد بنابراین می‌تواند از ذهنی پاک و آرام برخوردار باشد و در این زمینه بهزیستی کاملی را تجربه نمایند. از سوی دیگر، انسان باهدف و به عبارتی هدفمند، قادر است با هدف‌گذاری در تمامی مراحل و شرایط، از زندگی خویش لذت برده و این لذت می‌تواند تا حدود زیادی بر بهزیستی ذهنی و بهبود وضعیت روانی وی فرد اثر بگذارد. معنای زندگی اغلب به هدف

جدول ۱۱. نتیجه سنجش ارتباط بین نگرش به آخرت با بهزیستی ذهنی در دانشجویان با استفاده از آزمون همبستگی پیرسان

بهزیستی ذهنی		متغیرها	
S.E	$\bar{x}$		
۱۲/۲۱	۱۵۵/۷۳		
P.VALUE	R		
**۰/۰۰۱	۰/۵۱۷	۱۴۸/۹۱	$\bar{x}$
		۹/۲۳۱	S.E

نتایج جدول ۱۳ که به بررسی رابطه بین دو متغیر نگرش به آخرت و بهزیستی ذهنی دانشجویان می‌پردازد، نشان می‌دهد که بین متغیر پیش‌بینی کننده که نگرش نسبت به آخرت و متغیر استاندارد که بهزیستی ذهنی آزمودنی‌های مورد مطالعه است، زیرا مقدار  $r$  به‌دست‌آمده در سطح اطمینان بالاتر از ۰.۹۵ بوده که نشان‌دهندگان است که با افزایش نگرش به آخرت، سطح بهزیستی ذهنی دانشجویان مورد مطالعه افزایش یافت و رابطه مستقیم بین این دو متغیر وجود داشت. بنابراین فرضیه صفر رد و فرضیه مخالف آن تأیید شد، بنابراین این فرضیه تحقیق تأیید شد. لذا موارد زیر قابل پذیرش است:

### بین نگرش به آخرت با بهزیستی ذهنی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

آزمون فرضیه سوم: بین معنای زندگی با بهزیستی ذهنی دانشجویان رابطه وجود دارد.

برای آزمون این فرضیه از آزمون همبستگی پیرسان استفاده شد. جدول ۱۲ نتایج کسب‌شده از آزمون این فرضیه را نشان می‌دهد:

جدول ۱۲. نتیجه سنجش ارتباط بین معنای زندگی با بهزیستی ذهنی در دانشجویان با استفاده از آزمون همبستگی پیرسان

بهزیستی ذهنی		متغیرها	
S.E	$\bar{x}$		
۱۲/۲۱	۱۵۵/۷۳		
P.VALUE	R		
**۰/۰۰۱	۰/۴۵۰	۶۶/۸۵	$\bar{x}$
		۵/۳۹۵	S.E

نتایج جدول ۱۴ که رابطه بین دو متغیر نگرش به آخرت و بهزیستی ذهنی دانشجویان را آزموده است، مشخص می‌سازد که بین متغیر مستقل معنای زندگی و متغیر وابسته یعنی بهزیستی ذهنی دانشجویان مورد مطالعه رابطه معنادار، مثبت و قوی وجود دارد، زیرا مقدار  $r$  این است که مقدار

هستی‌شناسان و انسان‌شناسان اسلام می‌تواند با کل هستی، ابدیت و ماوراء‌مادیات پیوند منطقی پیدا کند و برای زندگی خود مفهوم و غایت و به‌طور خلاصه، معنایی بیابد و از این طریق، از آسیب‌های سخت و شدید روانی مصون گردد، و همین موجب بالا رفتن بهزیستی ذهنی در او خواهد شد.

نتیجه فرضیه سوم نشان داد رابطه بین معنای زندگی با بهزیستی ذهنی دانشجویان مثبت و مستقیم و معنادار است یعنی هر چه هدفمندی زندگی در دانشجویان مورد نظر بیشتر بوده، میزان بهزیستی ذهنی آن‌ها نیز بالاتر بوده است. در تمامی پژوهش‌های پیشین که در این زمینه مورد بررسی قرار گرفته‌اند مشخص گردیده است که بین معنای زندگی با بهزیستی رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. نتایج به‌دست‌آمده در این تحقیقات با نتیجه به‌دست‌آمده در پژوهش حاضر انطباق دارد. نتایج پژوهش‌های میکائیلی‌منیع و صالحی [۲۵]، هلاکویی، مصطفوی و نسیمی [۲۷]، نجفی، مکوند حسینی، محمدی فر و رستمی [۲۸]، چراغیان، خانی، زارعی توپخانه و مرادیان گیزه رود [۲۹]، آقا بابایی [۳۰]، رومرو و همکاران [۳۲] ریجاسوس و همکاران [۳۳]، نشان‌دهنده رابطه مثبت و معنادار بین معنای زندگی با بهزیستی می‌باشند. در تبیین نتیجه به‌دست‌آمده می‌توان بیان داشت که داشتن هدف به زندگی معنا می‌دهد. داشتن هدف آرامش‌بخش زندگی است. برای داشتن آرامش در زندگی عوامل بسیاری وجود دارند که یکی از مهم‌ترین این عوامل داشتن هدف در زندگی است. روشن و واضح بودن هدف زندگی یکی از عوامل مهم آرامش، شاد زیستن و سلامتی روانی فرد است. بسیاری از سردرگمی‌ها و افسردگی‌ها در اثر این است که افراد هدف مشخص و روشنی برای زندگی خود ندارند. اگر انسان نتواند هدف زندگی خود را بیابد زندگی برای او پوچ، بی‌هدف و بی‌معنا خواهد بود. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: آن کس که بداند از کجا آمده، در کجاست، و به کجا رهسپار می‌شود، مشمول رحمت الهی خواهد شد. افراد خوش‌بین و با جهت‌گیری مثبت در زندگی، عموماً دارای بهزیستی روان‌شناختی بالاتری هستند [۳۶] و بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند کیفیت زندگی را افزایش دهد [۳۷] و در سایه امید و کیفیت زندگی، تمایل به اقدامات جدی و برنامه‌ریزی برای زندگی افزایش می‌یابد در نتیجه فرد از بهزیستی ذهنی بالاتری نیز برخوردار خواهد شد. به‌عبارت‌دیگر افرادی که اهداف معناداری را در زندگی دارند و درگیر فعالیت‌های ایجاد معنا هستند، خود هماهنگی بیشتری را تجربه می‌کنند، هر چه افراد بیشتر در این فعالیت‌ها یا دستیابی به اهداف درگیر باشند، انتظارات مثبت بیشتری خواهند داشت و درنهایت و شاید مهم‌تر از همه،

ارزش و کارکرد زندگی، تحلیل و تعبیر شده است. آدمی در صورت یافتن پاسخ مناسب در باب چرایی زیستن، ممکن است زندگی‌اش معنادار شده و از پوچی و بی‌هدفی رها شود. معنای زندگی با موضوعات متعددی همچون پرسش‌های هستی‌شناختی نظیر هدف خلقت انسان، و سرنوشتش پس از مرگ، موضوعات روان‌شناختی همچون اضطراب، دلهره، یأس، افسردگی، پوچی، تنهایی، و مسائل دینی همچون وجود یا عدم وجود خدا، جهان دیگر و سعادت نهایی مرتبط است [۳۴].

نتیجه فرضیه دوم نشان داد که بین بهزیستی ذهنی با نگرش به آخرت در دانشجویان رابطه وجود دارد. این نتیجه نشانگر آن است که با افزایش آخرت‌نگری دانشجویان، میزان بهزیستی ذهنی آنان افزایش می‌یابد و رابطه بین این دو متغیر مستقیم و مثبت است. اگرچه در زمینه رابطه بین آخرت‌نگری با بهزیستی ذهنی پژوهش‌های کاملاً منطبقی یافت نشد تا بتوان مستقیماً به نتایج آن‌ها استناد نمود، لذا به نتیجه تحقیقات مشابه در این زمینه اکتفا گردید که به‌طور ضمنی به آن‌ها اشاره می‌گردد. در این زمینه می‌توان به نتایج پژوهش‌های کیانی چلمردی و خاکدال [۲۶] و میکائیلی‌منیع، نوری زاد و هاشمی [۳۱] اشاره نمود که نشان دادند اعتقاد به آخرت می‌تواند بهزیستی را در افراد به دنبال داشته باشد که با نتیجه فوق همسویی دارد. در تبیین نتیجه به‌دست‌آمده می‌توان بیان داشت که انسانی که به آخرت ایمان دارد و آن را جزء لاینفک زندگی خود دانسته و به باور و ایمان قلبی در این زمینه رسیده، قویاً معتقد است که مرگ نیز جزئی از زندگی است و بنابراین کسانی که به آخرت نگرش مثبت دارند، می‌توانند از بهزیستی ذهنی بالاتری نیز برخوردار شوند. در آموزه‌های دینی مسئله معاد و آخرت، یکی از مسائل محوری به شمار می‌آید و می‌توان ادعا کرد که شریعت بدون اصل معاد نمی‌تواند دین الهی باشد؛ این دنیا مقدمه‌ای است برای صلاح آخرت و اصلت از آن آخرت است و دنیا هیچ اصلت و ارزش ذاتی برای خود ندارد. با توجه به این مقدمات، می‌توان گفت: انسانی که دنیای مادی انتهای زندگی او باشد و ظرف دیگری برای زندگی خود تصور نکند مرتکب یک خطای اساسی در زندگی شده است و در این صورت، فرد با کج‌فهمی نسبت به زندگی و خواسته‌های آن، زندگی و انتظارات از آن را به‌درستی درک نمی‌کند. چنین فردی از زندگی مادی انتظاراتی خواهد داشت که هیچ‌وقت عملی نیست و این خود باعث سرخوردگی و ناکامی‌های پی‌درپی می‌گردد؛ چراکه در این صورت، بین انتظارات فرد با واقعیت زندگی ناهماهنگی به وجود می‌آید و این ناهماهنگی موجب ناکامی مکرر می‌شود [۳۵]. درحالی‌که انسان با توجه به مبانی

۹- ابراهیمی، ابوالفضل. رابطه آخرت‌نگری با سلامت و ساخت مقیاس اولیه آخرت‌نگری، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، روان‌شناسی بالینی، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹.

۱۰- منظری توکلی، وحید. بررسی ویژگی‌های سنجشی مقیاس آخرت‌نگری و رابطه آن با جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه تهران. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ۱۳۹۹.

۱۱- ابراهیمی، ابوالفضل؛ بهرامی، احسان. تهیه و اعتبار مقیاس سنجش آخرت‌نگری؛ یک مطالعه مقدماتی. روان‌شناسی و دین، ۱۳۹۰؛ ۵۳(۴): ۵۳-۷۰.

12- Koenig, H.G., McCullough, M.E., & Larson, D.B. Handbook of religion and health. Oxford University Press, 2011.

13- Hart M. & Nelson, D. "Life without Afterlife: toward congruency of Belief across a gene rations". Journal for the scientific study of Religion, 2009, 20(2):278-285.

۱۴- پور قاسم شادهی، احمد؛ عظیمی، ریحانه سادات؛ علیزمانی، امیرعباس. نقش خوش‌بینی کیهانی و فرهنگ در معناداری زندگی از نظر جان هیک. پژوهشنامه فلسفه دین (نامه حکمت)، ۱۳۹۴؛ ۱۳(۲): ۷۳-۸۹.

15- Martin, A. J. School motivation of boys and girls: differences of degree, differences of kind, or both? Australian Journal of Psychology, 2004; 56: 133-146.

16- Seligman, M. E. P., Csikszentmihalyi, M. "Positive Psychology: An introduction". American Psychologist, 2000: 221-278.

۱۷- غلامعلی لواسانی، مسعود؛ ملت، ندا؛ ابراهیمی قوام، صفرا؛ سعدی پور، اسماعیل. نقش سطوح مختلف رشد شناختی، عاطفی و معنوی در بهزیستی روان‌شناختی بزرگسالان. روانشناسی شناختی، ۱۳۹۸؛ ۷(۱): ۵۸-۷۸.

۱۸- شریفی، کبیر؛ سعیدی، حمیدرضا. پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس جهت‌گیری زندگی و خوش‌بینی. رویش روان‌شناسی، ۱۳۹۴؛ ۱(۱۰): ۴۱-۵۸.

۱۹- تبریزی، نرگس؛ وحیدی، زهره. مقایسه تنظیم هیجان، ذهن آگاهی و بهزیستی روان‌شناختی در مادران دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. نشریه: ناتوانی‌های یادگیری، ۱۳۹۴؛ ۴(۴): ۲۱-۳۵.

اینکه هر چه افراد انتظارات بیشتری داشته باشند، از بهزیستی بالاتری برخوردارند.

با توجه به یافته‌ها می‌توان اجرای تحقیقات مشابهی در بین دانشجویان سایر دانشگاه و مقایسه نتایج با یکدیگر، انجام پژوهش به صورت آزمایشی جهت رسیدن به پاسخ دقیق‌تر به طور مثال پژوهشی تجربی با عنوان تأثیر نگرش نسبت به زندگی پس از مرگ و معنا درمانی برای ارتقای بهزیستی ذهنی دانشجویان انجام شود. نیز بر اساس یافته‌های پژوهش به سازمان آموزش عالی پیشنهاد می‌گردد جهت ارتقای سطح بهزیستی ذهنی دانشجویان در قالب کلاس‌های آموزشی و دوره‌های فعال در زمینه نگرش به آخرت و معنای زندگی برگزار نمایند.

### منابع

- 1- Neil R, Hanton S, Mellalieu, S.D, Fletcher, D. Competition stress and emotions in sport performers: The role of further appraisals, Psychol Sport Exerc. 2016. 12(4): 460-70.
- 2- Turkdogan, T. & Dura, E. The role basic needs fulfillment in prediction of subjective well-being among university students. Journal Educational Sciences: Theory & Practice, 2020; 12 (4): 2440-2446.
- 3- Diener E, Oishi S. & Tay L. Advances in subjective well-being research. Nature Human Behaviour, 2018; 2(4): 253-260.
- ۴- آیزنک، مایکل. روان‌شناسی شادی (حقایق و افسانه‌ها). ترجمه خشایار بیگی و مهرداد فیروز بخت. تهران: انتشارات بدر، ۱۹۹۰.
- 5- Diener, E., Oishi, S. and Lucas, R. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.), The Oxford Handbook of Positive Psychology, 2012.
- 6- Keyes, C. L. M. The mental Health continuum: from languishing to flourishing in life. Journal of health and social research, 2002. (43):207-222.
- ۷- ابراهیمی، ابوالفضل. باورهای آخرت‌نگرانه و رابطه آن‌ها با سلامت روان. مجله روانشناسی و دین، ۱۳۹۷؛ ۱۰(۱۵).
- 8- Deneulin, S. "Revisiting religion: development studies thirty years on". World Development, 2011;39, (۱), 45-54.

- ۲۹- چراغیان حدیث، خانی محمدحسین، زارعی توپخانه محمد، مرادیان گیزه رود سیده خدیجه. رابطه بهزیستی معنوی باهوش اخلاقی و هدف در زندگی. اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۳۹۴؛ ۱(۲): ۱۰۷-۱۲۰.
- ۳۰- آقا بابایی، ناصر. نقش واسطه‌ای هدف در زندگی در رابطه جهت‌گیری دینی با شادی و رضایت از زندگی. مقاله علمی-ترویجی (حوزوی). اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۳۹۴؛ (۲).
- ۳۱- میکائیلی‌منیع، فرزانه؛ نوری زاد، نرگس؛ هاشمی، سهیلا. بررسی رابطه نگرش به آخرت، معنای زندگی، امید و انگیزش تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانشجویان دوره کارشناسی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۱۳۹۳؛ (۳۶): ۱۸۱-۲۰۷.
- 32- Romero, E., Gomez-Fraguela, A., Paula, V. Life aspirations, personality traits and subjective well-being in Spanish sample European. *J Pers*, ۲۰۲۰; 26: 45-55.
- 33- Rijaus, M.N., Ingrid, B., Majda, R., Dubravka, M. Life goals and well-being: Are extrinsic aspirations always detrimental to well-being?, *Psychol Topic*, 2018; 18(2): 317-34.
- ۳۴- هاشمی، سیدجلال. بررسی تحلیلی مبانی نظری مفهوم معنای زندگی و تبیین نقش تعلیم و تربیت در راستای درک آن. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، ۱۳۹۸.
- ۳۵- پسندیده، عباس. روش مفهوم‌شناسی موضوعات اخلاقی و کاربرت آن در مفهوم حیا. نشریه اخلاق و حیانی، ۱۳۹۶؛ ۵(۲): ۶۷-۹۶.
- ۳۶- شریفی، کبیر، سعیدی، حمیدرضا. پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس جهت‌گیری زندگی و خوش‌بینی. رویش روان‌شناسی، ۱۳۹۴؛ ۱(۱۰): ۴۱-۵۸.
- ۳۷- پورعبدل، سعید؛ عباسی، مسلم. مقایسه اهمال‌کاری تحصیلی و سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان با و بدون اختلال یادگیری خاص. ناتوانی‌های یادگیری، ۱۳۹۴؛ ۴(۳): ۲۲-۳۸.
- 20- Keyes, C. L. M. & Magyar-Moe, J. L. The Measurement and Utility of Adult Subjective Well-Being. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.). *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures*, Washington DC: American Psychological Association, 2003: 411-425.
- ۲۱- گلستانی بخت، طاهره؛ هاشمیان، کیانوش؛ پور شهریاری، مه‌سیما و بنی‌جمالی، شکوه السادات. بررسی رابطه بین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با میزان به - زیستی ذهنی و شادمانی در جمعیت شهر تهران. مطالعات روان‌شناختی، ۱۳۸۶؛ ۳(۳): ۱۶۳-۱۶۳.
- 22- Tamannaefar, M.R., & Motaghdifard, M. Subjective well-being and its sub-scales among students: The study of role of creativity and self-efficacy. *Thinking Skills and Creativity*, 2014; (12):37-42.
- 23- Crumbaugh, J. C. & Maholick, L. T. *Manual of instructions for the Purpose in Life Test*. Saratoga, CA: Viktor Frankl Institute of logotherapy, 1969.
- ۲۴- چراغی، مونا؛ عربی‌سامانی، سید حمیدرضا؛ فراهانی، حجت‌الله. بررسی اعتبار، روایی، تحلیل عوامل و هنجاریابی پرسشنامه هدف در زندگی گرامباف و ماهولیک. مجله روانشناسی، ۱۳۸۷؛ ۱۲(۴): ۳۹۶-۴۱۳.
- ۲۵- میکائیلی‌منیع، فرزانه و صالحی، شبنم. بررسی رابطه هدف در زندگی با تکیه بر اسلام با بهزیستی معنوی در دانشجویان دانشگاه ارومیه اولین اجلاس بین‌المللی دین، معنویت و کیفیت زندگی، ۱۳۹۸؛ مشهد.
- ۲۶- کیانی چلمردی، احمدرضا؛ خاکدال، سعید. رابطه بین بهزیستی معنوی و نگرش به آخرت با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی. فصلنامه اخلاق پزشکی، ۱۳۹۷؛ ۴۳.
- ۲۷- هلاکویی، هدی؛ مصطفوی، محمد؛ نسیمی، منیره. رابطه معنی زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با تمایل به ازدواج در دانشجویان. پژوهش‌های مشاوره، ۱۳۹۷؛ ۱۷(۶۶): ۱۷۷-۱۶۰.
- ۲۸- نجفی، محمود؛ مکوندحسینی، شاهرخ؛ محمدی فر، محمدعلی؛ رستمی، مریم. رابطه‌ی اهداف زندگی و ویژگی‌های شخصیتی با بهزیستی ذهنی بزرگسالان. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۳۹۷؛ ۱۷(۶): ۳۲۵-۳۳۳.