

پیش‌بینی‌پذیری احساس تنهایی بر اساس سبک دلبستگی با توجه به نقش میانجی‌گری ارتباط با خدا

فاطمه قابضی*
منصوره سادات صادقی**
لیلا مرادخانی***
ریحانه پاسبانی****

چکیده

مطالعه حاضر با هدف پیش‌بینی «احساس تنهایی» بر اساس «سبک دلبستگی»، با میانجی‌گری «نوع ارتباط با خدا» انجام شد. جامعه آماری عبارت بود از جوانان ۱۸ تا ۳۵ ساله شهر تهران؛ به این منظور، ۲۳۲ نفر، با مراجعه به اماکن عمومی سطح شهر، (نمونه‌گیری در دسترس) انتخاب شدند و به مقیاس‌های «دلبستگی» هازان و شیور (AAQ)، «احساس تنهایی» ایرانی (ILQ) و «کیفیت رابطه فرد با خدا» (بام اول) پاسخ دادند. داده‌ها از طریق تحلیل همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه تحلیل شدند؛ نتایج نشان داد که اولاً، چه در «احساس تنهایی» و چه در «نوع رابطه با خدا»، «سبک دلبستگی اضطرابی»، یک متغیر پیش‌بین مهم است ثانیاً، اهمیت این الگوی دلبستگی تا جایی است که حتی رابطه مطلوب و ایمن با خدا (که میتنی بر امید و محبت است)، نیز نمی‌تواند اثر آن بر «احساس تنهایی» را تحت تأثیر قرار دهد و حتی با وجود رابطه مطلوب با خدا، همچنان دلبستگی اضطرابی، پیش‌بین مثبت و مهمی برای احساس تنهایی به شمار می‌رود.

واژگان کلیدی: احساس تنهایی، سبک دلبستگی، دلبستگی اضطرابی، ارتباط با خدا

مقدمه

روابط اجتماعی بین فردی بخش مهمی از زندگی انسان است که تأثیر بسزایی بر سلامت جسم و روح او دارد. یکی از موضوعاتی که در زمینه روابط بین فردی در دهه‌های گذشته مورد توجه بسیاری از روان‌شناسان قرار گرفته است، احساس تنهایی^۱ است. به عقیده سادلر (۱۹۷۸) بسیاری از ما در دنیای امروز بر روی لبه‌ای از تنهایی زندگی می‌کنیم و تجربه آن را در زندگی خود داشته‌ایم و گاهی به این دلیل ناتوان و افسرده شده‌ایم. احساس تنهایی به عنوان یک تجربه ناخوشایند جهانی، زمانی اتفاق می‌افتد که فرد احساس فقدان روابط اجتماعی مناسب و مثبت را داشته باشد (هو و همکاران، ۲۰۱۳). در بسیاری از تعاریف، احساس تنهایی تجربه‌ای فاعلی و ذهنی، آزاردهنده و پریشان‌کننده و به عنوان یک مشکل اساسی در سلامت روان^۲ تلقی می‌شود (پرلمن، ۱۹۸۴؛ ریدیک و کلر، ۱۹۹۲). بوت^۳ (۲۰۰۰؛ نقل از چشمه‌علائی، ۱۳۹۰) این احساس را دربرگیرنده یک نگرانی درونی، احساس طردشدگی و ناتوانی در ایجاد، حفظ و تداوم ارتباطات مناسب می‌داند. بکت، زاسنیسکی و ناکلا (۲۰۰۸) نیز آن را ناشی از نبود مصاحبت و همراهی با دیگران و به عنوان آرزویی برای تعاملاتی متفاوت با آنچه که تاکنون تجربه شده‌اند، در نظر می‌گیرند.

همچنین احساس تنهایی را می‌توان نتیجه نقص در روابط نزدیک و عدم یکپارچگی و انسجام اجتماعی دانست که بیشتر با میزان کیفیت روابط اولیه (روابط صمیمی و خانوادگی) و ثانویه (روابط اجتماعی و شغلی) در ارتباط است؛ به گونه‌ای که فرد تنها عواطف ناخوشایندی را تجربه و تصور می‌کند که دلگرمی و تأیید احساسی در روابط او با دیگران وجود ندارد (هالورسن^۴، ۲۰۰۱؛ نقل از چلبی و امیرکافی، ۱۳۸۳). در واقع، احساس تنهایی با ارزیابی ذهنی فرد از روابط او با دیگران مرتبط است و زمانی اتفاق می‌افتد که یا تعداد روابط فرد کمتر از چیزی باشد که او تمایل دارد و یا صمیمیتی که او در این روابط احساس می‌کند، کمتر از آن چیزی باشد که انتظار دارد (لودر، مومری و شارکی، ۲۰۰۴؛ دی یانگ گروولد و وان تیلبرگ، ۲۰۱۰).

1. Loneliness

2. Mental health

3. Boot

4. Halvorsen

پژوهشگران بسیاری تأکید کرده‌اند که احساس تنهایی تأثیر عمده‌ای بر مشکلات روانی- اجتماعی فرد دارد؛ تا جایی که می‌توان آن را یک عامل تهدیدکننده برای سلامت روان و بهزیستی جسمانی^۱ فرد تلقی کرد (لودر و همکاران، ۲۰۰۴). پژوهش‌های موجود در این زمینه بیانگر آن است که احساس تنهایی به‌طور برجسته‌ای با خجالت^۲، انزوای اجتماعی^۳، روان‌رنجورخویی^۴ و کاهش تعاملات و تماس‌های اجتماعی در ارتباط است (ر.ک: هنریچ و گالون، ۲۰۰۶). هاگلی، برتسن و کاسیوپو (۲۰۰۳) دریافتند که احساس تنهایی با کاهش احساس درک شدن، صمیمیت و راحتی و افزایش تضاد و تنش در روابط همراه است. همچنین مطالعات دیگری نیز نشان می‌دهند که احساس تنهایی با اختلالات شخصیتی، خودکشی، نقص در کارکردهای شناختی و افزایش نشانه‌های افسردگی در ارتباط است (ر.ک: لوییز، هاگلی، جان و کاسیوپو، ۲۰۱۰).

اما یافته‌ها نشان داده‌اند که داشتن یک سبک دلبستگی ایمن و وجود کارآیی مناسب در خانواده می‌تواند اثر بسزایی در کاهش احساس تنهایی و گوشه‌گیری فرد داشته باشد (محمدی‌آریا و همکارانش، ۲۰۱۲). بالبی^۵ (۱۹۷۳؛ نقل از کیرک پاتریک، ۱۹۹۹) در قالب نظریه دلبستگی^۶ بیان می‌کند که دلبستگی یک تحول همیشگی و دائمی است و اگرچه رفتار دلبستگی در دوران کودکی روشن‌تر است، اما در چرخه زندگی به ویژه در مواقع اضطراری نیز مشاهده می‌شود. ویس^۷ (۱۹۸۹؛ نقل از رحیم‌زاده، ۱۳۹۰) یکی از نخستین پژوهشگرانی بود که مبانی نظری احساس تنهایی را به نظریه دلبستگی پیوند داد. بر پایه این نظریه، احساس تنهایی ناشی از یک نیاز اجتماعی است که به شکل درماندگی جدایی^۸ تجربه می‌شود و می‌تواند با الگوی کاری درونی^۹ سازش‌نا یافته مزمن شود. در واقع، افرادی که دلبستگی ناایمنی دارند، احساس تنهایی را به شکل پایداری تجربه می‌کنند (ر.ک: رحیم‌زاده، ۱۳۹۰؛ روکیچ، ۲۰۰۰). بالبی (۱۹۸۸، ۱۹۷۷) احساس

1. Physical well-being

2. Shame

3. Social isolation

4. Neuroticism

5. Bowlby

6. Attachment Theory

7. Weiss

8. Frustration of separation

9. Internal Working Modle

تنهایی را در چارچوب دلبستگی این‌گونه تبیین می‌کند که اگر مراقبت از کودک با حساسیت همراه نباشد، دلبستگی نایمن شکل می‌گیرد و الگوهای عملی درونی کودک از دیگران به عنوان افرادی دست‌نیافتنی و اعتمادناپذیر خواهد بود. چنین کودکی خود را شایسته دریافت مراقبت توأم با حساسیت و محبت در نظر نمی‌گیرد. در نتیجه این ادراکات ناسالم مانع از شکل‌گیری روابط میان‌فردی حمایت‌گرانه می‌شود و کودک را در معرض خطر برخی مشکلات عاطفی-اجتماعی، از جمله احساس تنهایی قرار می‌دهد (احدی، ۱۳۸۸).

هچت و باوم (۱۹۸۴) بیان می‌کنند که مدت زمانی که فرد در تنهایی به سر می‌برد، تعیین‌کننده میزان احساس تنهایی در او نیست؛ بلکه تهدید جدایی و کیفیت دلبستگی که در افراد نایمن تجربه می‌شود، در احساس تنهایی نقش مهمی دارد. به بیانی دیگر در احساس تنهایی، احساس ذهنی شخص از کیفیت دلبستگی صمیمانه با چهره دلبستگی تأثیر بیشتری از عدم حضور دیگران دارد. از این‌رو، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افراد دارای سبک دلبستگی مضطرب - دوسوگرا بیش از افراد دارای دلبستگی ایمن و یا حتی دلبستگی نایمن اجتنابی احساس تنهایی می‌کنند، زیرا این افراد برای تأمین حس ارزشمند بودن خود به دیگران وابسته‌اند (احدی، ۱۳۸۸؛ محمدی‌آریا و همکاران، ۲۰۱۲).

اما افزون بر سبک دلبستگی، عامل دیگری که می‌تواند در تعیین میزان احساس تنهایی نقش مهمی داشته باشد؛ معنویت، باورهای مذهبی و به‌طور ویژه رابطه فرد با خدا و تصویری است که او از خداوند دارد. در دهه‌های گذشته، پژوهشگران مطالعات مهمی را در این زمینه انجام داده‌اند و یافته‌های قابل توجهی را به دست آورده‌اند، مبنی بر اینکه میزان احساس تنهایی فرد متأثر از کیفیت رابطه او با خداوند است.

یکی از عواملی که پژوهشگران آن را در کاهش احساس تنهایی مؤثر می‌دانند؛ مذهب، معنویت و خصوصاً کیفیت ارتباط فرد با خدا است. به عقیده پالوتزیان و جانگین (۲۰۰۸) اثری که مذهب و احساس تنهایی بر یکدیگر دارند، به نوع مذهب و شکل احساس تنهایی بستگی دارد. آنها بیان می‌کنند که مذهب^۱ یک متغیر چندبعدی است که از شبکه‌ای از ابعاد باور، تجربه و رفتار ایجاد شده است و این ابعاد می‌توانند

1. Religion

تجربه احساس تنهایی در فرد را تحت‌تأثیر قرار دهند. از این‌رو، روکیچ و ونگاس (۲۰۱۲) آن را عاملی مؤثر در تعیین الگوی مقابله فرد با احساس تنهایی می‌دانند و بیان می‌کنند که دینداری می‌تواند دیدگاه فرد به زندگی، رفتارها و تعاملات اجتماعی را تغییر می‌دهد. در واقع از آنجا که از یک‌سو گرایش‌های مذهبی با سطوح بالاتر یکپارچگی و حمایت اجتماعی در ارتباط است و از سوی دیگر، حمایت اجتماعی با سطوح پایین‌تر احساس تنهایی در نتیجه اعتقادات و گرایش‌های مذهبی می‌تواند از فرد در برابر احساس تنهایی محافظت کند (روت و همکاران، ۲۰۱۲).

افزون بر تأثیر کلی مذهب بر احساس تنهایی، مطالعات کیرک‌پاتریک و شاور (۱۹۹۲) نیز نشان می‌دهد که میزان احساس تنهایی فرد متأثر از کیفیت رابطه او با خداوند است و داشتن یک سبک دلبستگی ایمن به خداوند، با احتمال کمتر تجربه افسردگی و احساس تنهایی در فرد همراه است. جی‌باور و مایو (۲۰۱۲) نیز معتقدند که نیاز به تعلق داشتن می‌تواند موجب اعتقاد فرد به خدا شود؛ در مطالعه آنها مشخص شد افرادی که تصویری پذیرنده و حمایتگر از خدا را گزارش دادند، اعتقاد آنها به خداوند از راه نیاز به تعلق داشتن^۱ برانگیخته می‌شد. نیوتون و مکین‌تاش نیز (۲۰۱۰) دریافتند افرادی که تصور مثبتی از خداوند دارند، از مقابله روان‌شناختی بالاتری برخوردارند و موقعیت‌ها را بیشتر به صورت مثبت ارزیابی می‌کنند. همچنین پژوهش کیرک‌پاتریک و همکارانش (۱۹۹۹) نشان داد که داشتن تصور منفی از خداوند با احساس بیشتر تنهایی در فرد همراه است و در مقابل داشتن یک رابطه ایمن با خدا و باور به خدایی در دسترس، اجابت‌کننده، پذیرنده و خیرخواه موجب کاهش احساس تنهایی می‌شود. همچنین بنا به مطالعه الیسون و همکارانش (۲۰۱۱)، همان‌گونه که دلبستگی ایمن به خدا مانند سپری در برابر آثار زیان‌بار حوادث استرس‌زای زندگی است، داشتن دلبستگی ناایمن و اضطرابی به خداوند نیز این آثار مخرب را تشدید می‌کند. در واقع کیرک‌پاتریک^۲ (۲۰۰۲؛ نقل از زرین کلک، ۱۳۹۱) مطرح می‌کند که افراد با دلبستگی ایمن به خدا، بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای مشارکتی در برابر حوادث استفاده می‌کنند و معتقدند که در هنگام رویارویی با مشکلات، خدای حمایتگر و مهربان پایگاهی امن

1. belong

2. Kirkpatrick

برای آنها خواهد بود؛ اما افراد واجد دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی نسبت به خدا، این پایگاه امن را دور و غیر قابل دسترس می‌دانند و در نتیجه احساس تنهایی، افسردگی و اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند. به این ترتیب همبستگی معناداری میان پذیرش خود، پذیرش دیگران و داشتن تصور پذیرنده از خدا وجود دارد (تیزدل^۱ و همکاران، ۱۹۹۷؛ نقل از حدادی کوهسار و غباری بناب، ۱۳۹۱) و 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 و افزایش میزان رضایت فرد از زندگی می‌شود.

همان‌طور که مطرح شد، پژوهش‌های انجام شده در سال‌های اخیر بیانگر آن بوده است که باور به خدایی نزدیک به انسان و حمایت‌کننده با مشکلات کمتر روان‌شناختی و درمقابل، اعتقاد به خدایی تنبیه‌گر و طردکننده با گستره وسیعی از اختلالات روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب، پارانویا^۲ و احساس تنهایی همراه بوده است (ر.ک: حدادی کوهسار و غباری بناب، ۱۳۹۱)؛ اما مطابق با بسیاری از مطالعات انجام شده، رابطه فرد با خدا و تصویری که او از خداوند در ذهن دارد، متأثر از کیفیت رابطه او با مراقبان اولیه و والدین خود او است. کیرک‌پاتریک و همکارانش (۱۹۹۹) بیان می‌کنند که ویژگی‌های روابط نزدیک و عاطفی که فرد با چهره دل‌بستگی تجربه می‌کند در ارتباط با خدا نیز وجود دارد. بنابراین، شیوه والدگری مقتدرانه^۳ و سبک دل‌بستگی ایمن، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای تجارب معنوی و اعمال مذهبی در بزرگسالی است و بر تصور فرد از خدا و ارتباطش با او اثرگذار است (صادقی، ۱۳۸۴؛ سیم و لو، ۲۰۰۳ و کیرک‌پاتریک و همکاران، ۱۹۹۹).

در حقیقت در متون روان‌شناسی امروز، دین بیشتر به عنوان نوعی ارتباط با خدا در نظر گرفته می‌شود که منعکس‌کننده یک ساختار عمیق درون‌فردی از روابط درونی شده است؛ به این معنا که نگاه فرد به یک موجود الهی متأثر از دیدگاه او نسبت به افراد مهم زندگی وی است (اینثورث^۴ و همکاران، ۱۹۷۸؛ نقل از زرین‌کلک، ۱۳۹۱). به بیانی دیگر، معمولاً فرد ارتباط خود با مراقب اولیه را درون‌سازی^۵ می‌کند و از این رابطه

1. Tisdal

2. Paranoid disorder

3. Powerful parenting

4. Ainsworth

5. internalizing

برای شکل دادن سایر روابط و نحوه نگاه خویش به خود و دیگران استفاده می‌کند و حتی بر پایه روابط اولیه زندگی خود عقاید و باورهای دینی‌اش را اتخاذ می‌کند (زرین‌کلک، ۱۳۹۱). برخی مطالعات نشان می‌دهند که داشتن یک رابطه مثبت و ایمن با مراقبان اولیه و والدین، به طور مستقیمی با تجربه‌های معنوی، داشتن یک سبک دلبستگی ایمن به خدا و تصویری مثبت‌تر و دوست‌داشتنی‌تر از او در ارتباط است (بروکا^۱ و ادواردز^۲، ۱۹۹۴؛ نقل از مک‌دونالد همکاران، ۲۰۰۵؛ سپاه‌منصور، شهابی‌زاده و خوشنویس، ۱۳۸۷؛ زرین‌کلک و برزوقی، ۱۳۹۱). در واقع، افراد ایمن نسبت به دو گروه نایمن، خدا را بیشتر مهربان و کمتر غیرقابل دسترس، دور و کنترل‌کننده توصیف می‌کنند و تعهد مذهبی بیشتری را نشان می‌دهند، درحالی‌که افراد اجتنابی در مقایسه با دو گروه دیگر، نسبت به مذهب بی‌تفاوت و افراد دوسوگرا نسبت به خدا بی‌اعتقادتر هستند (کیرک‌پاتریک و شاور، ۱۹۹۲).

یافته‌های دیگری نیز نشان می‌دهند که ارتباط با خدا می‌تواند ضعف مراقبان در دوران کودکی یا روابط عاشقانه را جبران کند. کیرک‌پاتریک و همکارانش (۱۹۹۹) بیان می‌کنند که در شرایط خاصی مانند وجود تنش و اضطراب شدید و تاریخچه دلبستگی نایمن نسبت به والد، خدا می‌تواند به عنوان چهره دلبستگی جانشین انتخاب شود. در زمینه احساس تنهایی نیز می‌توان گفت زمانی که این احساس ناشی از فقدان دلبستگی ایمن باشد، یک وجود مقدس، مهربان و توانا (یعنی خداوند) می‌تواند جایگزین نقصان‌ها، شکست‌ها و آسیب‌های حاصل از دلبستگی شود و به عنوان یک موضوع و چهره دلبستگی در نظر گرفته شود (هومن و همکاران، ۱۳۸۹). در واقع شواهد پژوهشی نشان‌دهنده آن است که هم براساس فرضیه جبران^۳، ارتباط با خدا می‌تواند ضعف مراقبان در دوران کودکی یا روابط عاشقانه را جبران کند و هم براساس فرض انطباق^۴ می‌توان گفت که سبک دلبستگی شکل گرفته در کودکی یک فرد همیشه می‌تواند نوع رابطه وی با سایرین و خدا را در بزرگسالی مشخص نماید (مک‌دونالد و بک، ۲۰۰۵).

1. Brokaw

2. Edwards

3. Compensation hypothesis

4. Conjunction hypothesis

از آنجا که مطابق با مبانی نظری، نوع رابطه و تصور فرد از خداوند متأثر از تجارب اولیه زندگی اوست و همچنین می‌توان آن را جایگزینی برای دلبستگی‌های نایمن نسبت به مراقبان اولیه در نظر گرفت، در پژوهش حاضر کیفیت ارتباط فرد با خداوند به عنوان متغیر میانجی‌گر در نظر گرفته شده است. همچنین تحقیقاتی که تاکنون در زمینه احساس تنهایی و ارتباط با خدا انجام شده است، به مؤلفه‌های کلی مانند تصور از خدا، دلبستگی به خدا و اعتقاد به خدا پرداخته‌اند، در حالی که محققان در این پژوهش در نظر دارند که ارزیابی دقیق‌تری از نوع ارتباط فرد با خدا انجام دهند و میزان احساس تنهایی را در کیفیت‌های گوناگون این ارتباط (خصمانه، امیدوارانه، با محبت، بیمناک و...) بررسی کنند. تحقیقاتی که تاکنون در این زمینه انجام شده است (همان‌طور که در پیشینه پژوهش به آنها اشاره شد) به بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و ارتباط با خدا به طور مجزا با احساس تنهایی پرداخته‌اند، اما از آنجا که باورهای مذهبی و تصور فرد از خدا را هم می‌توان بازتابی از نوع رابطه فرد با مراقبان اولیه و اشخاص مهم زندگی دانست و هم می‌توان آن را جایگزین و جبرانی برای کاستی‌های موجود در سبک دلبستگی و روابط او به شمار آورد، این سؤال ایجاد می‌شود که کیفیت رابطه فرد با خدا، چگونه میزان احساس تنهایی ناشی از نوع دلبستگی را تغییر می‌دهد؟

به این ترتیب، سؤالاتی که پژوهش حاضر با آن روبه‌رو است این است که:

۱. سبک دلبستگی چگونه بر نوع رابطه فرد با خداوند و میزان احساس تنهایی اثر می‌گذارد؟

۲. آیا کیفیت رابطه فرد با خدا می‌تواند میزان احساس تنهایی ناشی از کیفیت روابط بین‌فردی (یا سبک دلبستگی) را تحت تأثیر قرار دهد؟ به عبارت دیگر آیا رابطه میان سبک دلبستگی و احساس تنهایی فرد متأثر از کیفیت رابطه او با خداوند است؟

روش

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی احساس تنهایی براساس سبک دلبستگی و با توجه به نقش میانجی‌گری نوع ارتباط با خدا صورت گرفته است. این پژوهش از نوع مطالعات توصیفی است که با استفاده از روش‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره (به روش همزمان) انجام شده است. جمعیت مورد مطالعه جوانان ۱۸ تا ۳۵ سال مجرد شهر تهران هستند که از میان آنها نمونه‌ای به حجم ۲۳۲ نفر به

شیوه نمونه‌گیری در دسترس (با مراجعه به اماکن عمومی مانند پارک‌ها، دانشگاه‌ها، کتابخانه‌ها) انتخاب شدند و پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کرده‌اند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۱ سال بود و سایر اطلاعات جمعیت‌شناختی آنها در جدول زیر آمده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه نمونه

متغیر تحصیلات			متغیر جنس		
%	N	سطح تحصیلات	%	n	جنسیت
۱۶/۴	۳۸	دیپلم	۲۳/۳	۵۴	پسر
۵۷/۸	۱۳۴	کارشناسی	۷۲/۴	۱۶۸	دختر
۲۰/۳	۴۷	کارشناسی ارشد	۴/۳	۱۰	پاسخ نداده
۲/۲	۵	دکتر	۱۰۰	۲۳۲	کل
۳/۴	۸	پاسخ نداده			
۱۰۰	۲۳۲	کل			

ابزارها

ابزارهای استفاده شده در این مطالعه شامل سه پرسشنامه زیر است:

۱. پرسشنامه احساس تنهایی ایرانی (ILQ؛ رحیم‌زاده، ۱۳۹۰): این پرسشنامه برای شناسایی ساختار عاملی احساس تنهایی دانشجویان ایرانی و دستیابی به تبیینی متناسب با فرهنگ و جامعه ایرانی تهیه شده است و دربرگیرنده ۴۳ گویه است که در یک مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، مخالفم و کاملاً مخالفم) نمره-گذاری می‌شود. این پرسشنامه شامل پنج عامل خانواده، دوستان/همگنان، هیجانی/عاطفی، فردیت/فاصله با دیگران و معنوی/مذهبی است. عامل اول با ۱۴ گویه، کمیت و کیفیت روابط فرد با خانواده را مورد بررسی قرار می‌دهد؛ عامل دوم با دوازده گویه، احساس تنهایی فرد در ارتباط با دوستان، همکلاسی‌ها و به طور کل دیگران را اندازه-گیری می‌کند؛ عامل سوم با هشت گویه بیانگر احساس‌ها، هیجان‌ها و عواطف فرد است؛ چهار گویه عامل چهارم به احساس متفاوت بودن با دیگران، درک نشدن توسط دیگران و داشتن انتظارات بیش از حد از آنها و فقدان ادراک صمیمیت و صداقت در اطرافیان می‌پردازد و عامل پنجم نیز با پنج گویه به ارتباط فرد با خدا توجه دارد. رحیم-

زاده (۱۳۹۰) ضریب آلفای کرونباخ را برای کل آزمون ۰/۹۴ و برای عامل اول ۰/۸۹، عامل دوم ۰/۸۲، عامل سوم ۰/۸۵، عامل چهارم ۰/۶۶ و عامل پنجم ۰/۸۶ گزارش کرده است. همچنین این پرسشنامه همبستگی بالا و قابل قبولی (دامنه ۰/۵۶ تا ۰/۷۸) با مقیاس‌های احساس تنهایی UCLA (راسل و همکاران، ۱۹۸۰)، مقیاس احساس تنهایی دی‌یانگ گرولد (دی‌یانگ گرولد و کمفویس، ۱۹۸۵) و احساس تنهایی هیجانی - اجتماعی بزرگسالان (دیتوماسو و همکاران، ۲۰۰۴) نشان داده است (رحیم‌زاده، ۱۳۹۰). قابضی (۱۳۹۲) نیز ضریب آلفای کرونباخ را برای کل این پرسشنامه ۰/۹۳ و برای هر یک از عامل‌ها به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۴، ۰/۸۴، ۰/۶۵ و ۰/۸۴ به دست آورده است. در پژوهش حاضر نیز میزان ضریب آلفا برای کل آزمون ۰/۹۳، برای عامل اول ۰/۹۱، عامل دوم ۰/۸۴، عامل سوم ۰/۸۳، عامل چهارم ۰/۶۵ و عامل پنجم ۰/۸۴ به دست آمد.

۲. پرسشنامه سبک دلبستگی بزرگسالان (AAQ؛ هازان و شیور، ۱۹۸۷): این پرسشنامه یک ابزار اندازه‌گیری خودگزارش دهی است و بر پایه این فرض استوار است که مشابهت‌هایی از سبک‌های دلبستگی کودک - مراقب را می‌توان در روابط بزرگسالی نیز یافت. این پرسشنامه دارای دو بخش است: بخش اول شامل سه جمله توصیفی است که در هر جمله فرد میزان مطابقت آن توصیف با کیفیت روابط خود را در یک طیف لیکرت (از یک تا هفت) بیان می‌کند. این توصیف‌ها میزان راحتی، نزدیکی و صمیمیت فرد در روابط و در نهایت در سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی - دوسوگرا را نشان می‌دهند. در بخش دوم نیز فرد یکی از سه جمله توصیفی را به عنوان الگوی غالب بر روابط خویش انتخاب می‌کند.

پژوهش‌های فراوانی از این مقیاس برای ارزیابی سبک دلبستگی افراد استفاده کرده‌اند و اعتبار آن در بسیاری از مطالعات مورد تأیید بوده است. فیینی^۱ و نولر^۲ (۱۹۹۰؛ نقل از صیادپور) ضریب بازآزمایی این پرسشنامه را در فاصله زمانی یک تا هشت هفته برای بخش اول ۰/۶۰ و برای بخش دوم ۰/۴۰ گزارش کرده‌اند. پاکدامن (۱۳۸۰) نیز ضریب بازآزمایی این ابزار را با فاصله یک ماه برابر با ۰/۹۵ (۰/۷۲ برای دلبستگی اضطرابی - دوسوگرا، ۰/۵۶ برای دلبستگی اجتنابی و ۰/۳۷ برای دلبستگی ایمن) و

1. Feeney

2. Noller

ضریب آلفای کرونباخ را برابر با ۰/۷۸ گزارش کرده است. عبدی، خوش‌کنش، پورابراهیم و محمدی (۱۳۹۱) نیز در پژوهش خود ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۷۱ به دست آورده‌اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ در نمونه‌ای به حجم ۲۳۲ نفر ۰/۷۱ به دست آمد.

۳. پرسشنامه کیفیت رابطه فرد با خدا (بام اول، مظاهری و همکاران، ۱۳۹۰): این پرسشنامه با استناد به متون اسلامی (قرآن و سنت) و براساس یک الگوی نظری سه بعدی (مثلث ایمان) به بررسی کیفیت رابطه انسان با خدا می‌پردازد. ابزار مذکور که دارای ۶۷ گویه است و به صورت مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است، شامل پانزده گویه برای اندازه‌گیری بعد بیم یا ترس از خدا، پانزده گویه برای اندازه‌گیری بعد امید یا نیاز به خدا، شانزده گویه برای اندازه‌گیری بعد محبت به خدا می‌باشد. همچنین برای سنجش هر یک از ابعاد عداوت نسبت به خدا، یأس و تجرّی نیز هفت ماده در نظر گرفته شده است. مظاهری و همکاران (۱۳۹۰) اعتبار این پرسشنامه را از راه محاسبه ضریب آلفای کرونباخ بر روی نمونه‌ای به حجم ۸۱۰ نفر مورد بررسی قرار دادند. نتایج مطالعه آنها نشان داد که ضریب آلفای کل برای ۶۷ گویه ۰/۸۷ و برای خرده‌مقیاس‌های بیم، امید، محبت به خدا، عداوت، یأس و تجرّی به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۸۹، ۰/۷۱، ۰/۷۵ و ۰/۶۴ است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کل برابر با ۰/۸۷ و ضریب آلفا برای هر یک از خرده‌مقیاس‌های مذکور به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۰، ۰/۹۲، ۰/۸۷، ۰/۶۴ و ۰/۸۲ به دست آمد که بیانگر اعتبار این ابزار است.

یافته‌ها

نتایج محاسبات آماری پژوهش در جداول زیر قابل مشاهده است.

جدول ۲. میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی متقابل مؤلفه‌های سبک‌های دلبستگی،

کیفیت رابطه با خدا و احساس تنهایی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
دلبستگی اجتنابی	۳/۷۷۸	۱/۸۲۴	۱							
دلبستگی اضطرابی	۳/۳۲۲	۱/۹۵۱	۰/۰۵۷	۱						
دلبستگی ایمن	۳/۸۹۱	۱/۸۸۵	-۰/۲۵۳**	-۰/۱۵۰*	۱					

					۱	-۰/۰۷۲	۰/۱۳۶	۰/۰۳۰	۰/۶۴۰	۳/۱۸۸	بیم (ترس از خدا)
				۱	۰/۶۶۴**	-۰/۱۳۰	-۰/۰۹۴	-۰/۰۳۷	۰/۵۴۲	۳/۴۵۸	امید (نیاز به خدا)
			۱	۰/۷۱۰**	۰/۳۵۳**	-۰/۰۵۱	-۰/۱۷۷*	-۰/۰۹۵	۰/۶۶۵	۳/۹۴۴	محبت
		۱	-۰/۶۱۵**	-۰/۲۷۹**	۰/۱۱۳	۰/۰۶۹	-۰/۱۷۸*	۰/۱۲۸	۰/۷۷۴	۱/۸۶۹	یأس
	۱	۰/۵۳۶**	-۰/۵**	-۰/۱۷۹**	۰/۰۴۱	۰/۰۳۵	۰/۱۰۸	۰/۱۵۷**	۰/۵۴۷	۲/۰۵۱	تجری
	۱	۰/۶۴۱**	۰/۸۰۷**	-۰/۶۵**	-۰/۳۲۳**	-۰/۰۳۸	۰/۰۲۱	۰/۲۱۰**	۰/۶۴۴	۱/۶	عداوت
۰/۴۵۵**	۰/۳۱۷**	-۰/۵۴۷**	-۰/۴۲۷**	-۰/۲۲۴**	۰/۱۲۲	-۰/۱۶۷**	۰/۳۵۳**	۰/۱۳۰	۰/۴۵۰	۱/۹۱۵	احساس تنهایی

** p = ۰/۰۱ * p = ۰/۰۵

در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود که در میان سبک‌های دلبستگی، دلبستگی اجتنابی همبستگی مثبت معناداری با مؤلفه تجری ($r = ۰/۱۵$)، و دلبستگی اضطرابی همبستگی منفی معناداری با مؤلفه‌های محبت ($r = -۰/۱۷$) و یأس ($r = -۰/۱۷$) و همبستگی مثبت معناداری با عداوت نسبت به خدا ($r = ۰/۲۱$) و احساس تنهایی ($r = ۰/۳۵$) دارد. همچنین در میان سبک دلبستگی ایمن و احساس تنهایی رابطه منفی معناداری برقرار است ($r = -۰/۱۶$). افزون بر این، یافته‌های جدول بالا بیانگر آن است که به طور کلی، میان بعد مثبت و کیفیت مطلوب رابطه با خداوند و بعد منفی یا کیفیت نامطلوب آن ارتباط منفی معناداری وجود دارد؛ بنابراین می‌توان گفت که با تقویت جنبه‌های مثبت و مطلوب این رابطه، ابعاد منفی آن کاهش خواهد یافت. همچنین قابل توجه است که علاوه بر مؤلفه‌های امید و محبت نسبت به خدا، مؤلفه یأس نیز ارتباط منفی معناداری را با احساس تنهایی نشان می‌دهد. توجه به این نکته در تبیین و تفسیر نتایج مهم است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی احساس تنهایی

براساس سبک‌های دلبستگی

Sig	T	β	Sig	F	R ²	R	متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک
-	-	-	۰/۰۰۱*	۱۱/۱۶۵	۰/۱۲۸	۰/۳۷	ضریب ثابت	احساس تنهایی
۰/۱۸۹	۱/۳۱۹	۰/۰۸۸					دلبستگی اجتنابی	
۰/۰۰۱*	۴/۹۸۱	۰/۳۲۷					دلبستگی اضطرابی	
۰/۱۵۷	-۱/۴۲۰	-۰/۰۹۶					دلبستگی ایمن	

* P < ۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۳ نشان می‌دهد که به طور کلی، سبک دلبستگی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای میزان احساس تنهایی است و در انواع سبک دلبستگی، سبک دلبستگی اضطرابی، احساس تنهایی را به طور معناداری پیش‌بینی می‌کند. براساس میزان R^2 می‌توان گفت که به طور کلی ۱۲٪ از تغییرات میزان احساس تنهایی از راه سبک‌های دلبستگی قابل پیش‌بینی است و میزان ضریب بتا نشان می‌دهد که ۳۲٪ از این تغییرات براساس دلبستگی اضطرابی قابل پیش‌بینی است؛ به طوری که هرچه الگوی دلبستگی فرد به سبک اضطرابی نزدیک‌تر باشد، تنهایی بیشتری را احساس خواهد کرد.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی کیفیت ارتباط با خدا

براساس سبک‌های دلبستگی

Sig	T	β	Sig	F	R^2	R	متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک
-	-	-	۰/۲۵۱	۱/۳۷۸	۰/۰۰۶	۰/۱۴۳	ضریب ثابت	بیم
۰/۸۶۷	۰/۱۶۸	۰/۰۱۲					اجتنابی	
۰/۰۹۵	۱/۶۷۸	۰/۱۱۹					اضطرابی	
۰/۴۲۱	-۰/۸۰۷	-۰/۰۵۹					ایمن	
-	-	-	۰/۰۴۰*	۲/۸۲۰	۰/۰۲۶	۰/۲۰۲	ضریب ثابت	امید
۰/۲۵۱	-۱/۱۵۱	-۰/۰۸۳					اجتنابی	
۰/۰۹۹	-۱/۶۶۰	-۰/۱۱۷					اضطرابی	
۰/۰۱۳*	-۲/۵۰۹	-۰/۱۸۳					ایمن	
-	-	-	۰/۰۲۱*	۳/۳۲۷	۰/۰۳۳	۰/۲۱۹	ضریب ثابت	محبت
۰/۱۱۸	-۱/۵۷۱	-۰/۱۱۲					اجتنابی	
۰/۰۱۰*	-۲/۶۰۲	-۰/۱۸۲					اضطرابی	
۰/۱۵۵	-۱/۴۲۷	-۰/۱۰۳					ایمن	
-	-	-	۰/۰۱۰*	۳/۸۸۱	۰/۰۴۱	۰/۲۳۵	ضریب ثابت	یأس
۰/۰۴۱*	۲/۰۶۱	۰/۱۴۶					اجتنابی	
۰/۰۱۱*	۲/۵۷۱	۰/۱۷۹					اضطرابی	
۰/۱۲۴	۱/۵۴۶	۰/۱۱۱					ایمن	
-	-	-	۰/۰۴۹*	۲/۶۵۸	۰/۰۲۴	۰/۱۹۶	ضریب ثابت	تجرّی
۰/۰۲۰*	۲/۳۴۵	۰/۱۶۸					اجتنابی	
۰/۱۵۲	۱/۴۳۷	۰/۱۰۱					اضطرابی	
۰/۲۲۶	۱/۲۱۵	۰/۰۸۸					ایمن	
-	-	-	۰/۰۰۸*	۴/۰۱۸	۰/۰۴۳	۰/۲۴۰	ضریب ثابت	عداوت
۰/۰۸۷	۱/۷۱۹	۰/۱۲۳					اجتنابی	
۰/۰۰۴*	۲/۹۵۲	۰/۲۰۶					اضطرابی	
۰/۳۰۵	۱/۰۲۹	۰/۰۷۴					ایمن	

* $P < ۰/۰۵$

یافته‌های جدول ۴ نشان می‌دهد که جز در مؤلفه بیم، سبک دلبستگی، پیش‌بینی‌کننده معناداری برای تمام مؤلفه‌های ارتباط با خدا است. همچنین در مؤلفه‌های امید و

محبت، به ترتیب دل‌بستگی‌های ایمن و اضطرابی و در مؤلفه‌های یأس و تجری و عداوت، دل‌بستگی‌های اجتنابی و اضطرابی، پیش‌بین‌های معناداری هستند. نکته قابل توجه این است که با توجه به ضریب بتا، سبک‌های دل‌بستگی ایمن و اضطرابی، به‌طور منفی ارتباط مطلوب با خدا را پیش‌بینی می‌کنند، برای مثال در مؤلفه امید، دل‌بستگی ایمن موجب امید کمتری به خدا شده است ($\beta = -0/183$) که این موضوع در تبیین یافته‌ها مورد توجه قرار خواهد گرفت.

براساس یافته‌های جداول قبل، از آنجا که سبک‌های دل‌بستگی پیش‌بینی‌کننده معناداری هم برای احساس تنهایی و هم برای کیفیت ارتباط با خدا هستند و نیز داده‌های جدول همبستگی نیز ارتباط معناداری را میان کیفیت ارتباط با خدا و احساس تنهایی نشان داد؛ در ادامه این موضوع بررسی خواهد شد که با وجود متغیر میانجی‌گر کیفیت ارتباط فرد با خدا، رابطه میان سبک دل‌بستگی و احساس تنهایی به چه صورت خواهد بود؛ بدین ترتیب متغیر احساس تنهایی به عنوان متغیر ملاک و کیفیت ارتباط با خدا، به عنوان متغیر واسطه‌ای در نظر گرفته شده و نتایج به تفکیک مطلوب یا نامطلوب بودن ارتباط افراد با خداوند ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی احساس تنهایی براساس سبک‌های

دل‌بستگی با توجه به نقش واسطه‌ای ارتباط مطلوب با خدا

متغیر ملاک	متغیر واسطه‌ای	متغیر پیش‌بین	R	R ²	F	Sig	β	T	sig
احساس تنهایی	بیم	ضریب ثابت	۰/۳۸۶	۰/۱۳۲	۸/۶۵۶	۰/۰۰۱*	-	-	-
		اجتنابی					۰/۲۵۷	۱/۱۳۸	۰/۰۷۷
		اضطرابی					۰/۰۰۱*	۴/۹۸۰	۰/۳۳۲
		ایمن					۰/۱۵۶	-۱/۴۲۳	-۰/۰۹۷
	امید	ضریب ثابت	۰/۴۳۶	۰/۱۷۳	۱۱/۵۴۵	۰/۰۰۱*	-	-	-
		اجتنابی					۰/۲۸۲	۱/۰۷۹	۰/۰۷۲
		اضطرابی					۰/۰۰۱*	۴/۸۱۵	۰/۳۱۴
		ایمن					۰/۰۶۶	-۱/۸۴۸	-۰/۱۳۶
	محبت	ضریب ثابت	۰/۵۶۰	۰/۲۹۹	۲۲/۵۵۹	۰/۰۰۱*	-	-	-
		اجتنابی					۰/۶۱۷	۰/۵۰۱	۰/۰۳۱
		اضطرابی					۰/۰۰۱*	۴/۳۲۲	۰/۲۶۲
		ایمن					۰/۰۲۳**	-۲/۳۱۷	-۰/۱۴۳

* $P < 0/001$ ** $P < 0/05$

جدول ۶. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای پیش‌بینی احساس تنهایی براساس سبک‌های

دلبستگی با توجه به نقش واسطه‌ای ارتباط نامطلوب با خدا

Sig	t	β	Sig	F	R ²	R	متغیر پیش‌بین	متغیر واسطه‌ای	متغیر ملاک
-	-	-	۰/۰۰۱*	۳۶/۹۸۱	۰/۴۱۵	۰/۶۵۳	ضریب ثابت	یأس	احساس تنهایی
۰/۹۸۶	-۰/۰۱۷	-۰/۰۰۱					اجتنابی		
۰/۰۰۱*	۴/۱۹۴	۰/۲۳۲					اضطرابی		
۰/۰۱۰**	-۲/۶۱۱	-۰/۱۴۷					ایمن		
-	-	-	۰/۰۰۱*	۱۳/۱۷۷	۰/۱۹۴	۰/۴۵۹	ضریب ثابت	تجری	
۰/۶۰۴	۰/۵۲۰	۰/۰۳۴					اجتنابی		
۰/۰۰۱*	۴/۸۵۹	۰/۳۱۲					اضطرابی		
۰/۰۶۵	-۱/۸۵۶	-۰/۱۲۲					ایمن		
-	-	-	۰/۰۰۱*	۲۳/۶۷۰	۰/۳۱۲	۰/۵۷۱	ضریب ثابت	عداوت	
۰/۷۰۹	۰/۳۷۳	۰/۰۲۳					اجتنابی		
۰/۰۰۱*	۴/۱۳۹	۰/۲۵۰					اضطرابی		
۰/۰۲۷**	-۲/۲۲۷	-۰/۱۳۶					ایمن		

* $P < ۰/۰۰۱$ ** $P < ۰/۰۰۵$

همان‌طور که در جداول ۵ و ۶ مشاهده می‌شود، در تمام سطوح ارتباط با خدا (مطلوب و نامطلوب)، الگوی دلبستگی اضطرابی، متغیر پیش‌بین معناداری برای احساس تنهایی است و درصد قابل توجهی از احساس تنهایی در هر یک از مؤلفه‌های ارتباط با خدا، تحت‌تأثیر این سبک از دلبستگی است. افزون بر این در مؤلفه‌های محبت، یأس و عداوت نسبت به خداوند، علاوه بر دلبستگی اضطرابی، الگوی ایمن دلبستگی نیز به طور منفی و معناداری احساس تنهایی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته بیانگر آن است که در صورتی که ارتباط فرد با خدا مبتنی بر محبت، یأس و یا عداوت نسبت به او باشد، الگوی دلبستگی ایمن می‌تواند موجب کاهش احساس تنهایی شود. به بیان دیگر، برای نمونه می‌توان گفت فردی که دارای عداوت نسبت به خداوند است، اگر دارای سبک دلبستگی اضطرابی باشد، احساس تنهایی او بیشتر خواهد شد، اما اگر در روابط میان‌فردی خود از سبک دلبستگی ایمن برخوردار باشد، با وجود عداوت نسبت به خدا، احساس تنهایی او کاهش خواهد یافت. همچنین اگر ارتباط فردی با خداوند مبتنی بر محبت باشد، چنین فردی در صورت داشتن سبک دلبستگی اضطرابی، احساس تنهایی بیشتری را در روابط خود با سایرین احساس خواهد کرد، اما اگر از سبک دلبستگی ایمن برخوردار باشد، احساس تنهایی او در روابط بین‌فردی کاهش خواهد یافت. تبیین بیشتر این یافته به قسمت نتیجه‌گیری موکول می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های مطالعه حاضر نشان می‌دهد که همبستگی مثبت و معناداری میان سبک دلبستگی اجتنابی با تجربی و سبک دلبستگی اضطرابی با عداوت وجود دارد و همچنین سبک دلبستگی اضطرابی، همبستگی منفی و معناداری نیز با یأس نسبت به خداوند دارد؛ اما هیچ ارتباط معناداری میان الگوی دلبستگی ایمن با جنبه‌های مطلوب و نامطلوب رابطه با خدا مشاهده نشد. مظاهری و همکاران (۱۳۹۰) یأس را حالت افراطی بیم از خداوند، یعنی درماندگی و مأیوس شدن از رحمت بیکران الهی می‌دانند. در این پژوهش مشخص شد که هرچه نمره فرد در الگوی اضطرابی دلبستگی بیشتر باشد، یعنی از دریافت محبت، توجه و حمایت دیگران نامطمئن‌تر باشد، یأس او نسبت به خداوند کمتر است و خدا را جایگزین چهره ناایمن دلبستگی خود می‌کند؛ اما از سوی دیگر، همین دلبستگی اضطرابی با عداوت که بیانگر فقدان محبت نسبت به خدا، دوست داشتن غیر او و یا خصومت نسبت به اوست، ارتباط مثبتی دارد. این امر نشان می‌دهد که درحالی‌که دلبستگی ناایمن اضطرابی می‌تواند با جایگزین کردن خدا به عنوان یک چهره ایمن به جای چهره‌های ناایمن منجر به کاهش یأس و درماندگی شود، همچنین می‌تواند احساس ناامنی فرد در روابط بین‌فردی را به رابطه او با خدا نیز تسری دهد و با تصور اینکه خدا نیز مانند سایر افراد، مطمئن و پاسخگو نیست، خشم فرد را نسبت به خدا برانگیزد. تجربی نیز حالت افراطی امید به خداست که با نوعی گستاخی و بی‌باکی و نافرمانی در برابر خدا همراه است و نتایج حاصل از تحلیل همبستگی نشان می‌دهد فردی که در روابط بین‌فردی خود دارای سردی، بی‌تفاوتی و اجتناب از صمیمیت و محبت است، نسبت به خدا نیز نافرمانی و جسارت بیشتری را نشان می‌دهد.

بنابراین، همان‌طور که اینثورت و همکارانش (۱۹۷۸؛ نقل از زرین‌کلک، ۱۳۹۱) بیان می‌کنند، نگاه فرد به یک موجود الهی متأثر از دیدگاه او نسبت به افراد مهم زندگی وی است. همچنین شهابی‌زاده (۱۳۸۳؛ نقل از صادقی، ۱۳۸۷) نیز بیان می‌کند که افرادی که در دوران کودکی دلبستگی ناایمن نسبت به والدین دارند، افزون بر دلبستگی ناایمن در بزرگسالی، دلبستگی ناایمن نیز به خدا دارند.

همچنین یافته‌های مربوط به تحلیل همبستگی، ارتباط مثبت معناداری را میان الگوی

دلبستگی اضطرابی، تجرّی و عداوت نسبت به خدا با احساس تنهایی نشان می‌دهد و در مقابل، میان الگوی ایمن و امید و محبت نسبت به خداوند (مؤلفه‌های ارتباط مطلوب با خدا) همبستگی منفی معناداری به دست آمد. این یافته همسو با پژوهش‌های روکیچ (۲۰۰۰)، احدی (۱۳۸۸) و محمدی‌آریا و همکاران (۲۰۱۲) نشان می‌دهد که سبک دلبستگی نایمن و به‌ویژه اضطرابی با تجربه بیشتر احساس تنهایی همراه است. همچنین مطابق با پژوهش‌های کیرک‌پاتریک و شاور (۱۹۹۲)، نیوتون و مکین‌تاش (۲۰۱۲) و کیرک‌پاتریک و همکاران (۱۹۹۹)، مطالعه حاضر نیز نشان می‌دهد که هرچه فرد ارتباط مطلوب‌تری با خداوند داشته باشد، میزان احساس تنهایی در او کمتر است؛ زیرا از یک‌سو بنا به گفته پارگامنت (نقل از قابضی و همکاران، ۱۳۹۴) خدا را می‌توان عضوی از شبکه اجتماعی روابط فرد در نظر گرفت و از سوی دیگر، باور به خدایی نزدیک و پاسخ‌دهنده در الگوی مقابله افراد با مشکلات زندگی از جمله احساس تنهایی (روکیچ و ونگاس، ۲۰۱۲) اثرگذار خواهد بود.

اما نکته قابل توجه این است که احساس یأس نسبت به خدا به طور معکوسی با احساس تنهایی در ارتباط است. به بیانی دیگر، هرچه یأس و ناامیدی فرد از خدا بیشتر باشد و فرد خود را از رحمت الهی دور بیند، احساس تنهایی در او کمتر است. این یافته با پژوهش قابضی و همکاران (۱۳۹۴) ناهمخوان است؛ زیرا آنها در پیش‌بینی احساس تنهایی براساس کیفیت ارتباط فرد با خدا دریافتند که مؤلفه یأس، پیش‌بین مثبت احساس تنهایی است. پیش از این نیز بیان شد که مظاهری و همکاران (۱۳۹۰) یأس را حالت افراطی بیم و ترس از خداوند می‌دانند که این حالت درماندگی و مأیوس شدن از رحمت الهی می‌تواند موجب بی‌عملی (در حیطه دینداری) شود؛ زیرا چنین فردی دلیلی برای خویشتنداری و بازداری خواسته‌ها، امیال و رفتارهای خود نخواهد داشت. این موضوع در کنار تفسیر روت و همکارانش (۲۰۱۲) درباره نحوه اثرگذاری باورهای مذهبی بر تعاملات اجتماعی و احساس تنهایی به تبیین این یافته کمک می‌کند. در واقع، می‌توان گفت که یأس نسبت به خداوند، ارتباط او با دیگران را نیز به سمت نوعی سردی، بی‌تفاوتی و اجتناب‌گری سوق می‌دهد و فرد احساس تعلق کمتر و در پی آن احساس تنهایی کمتری را گزارش می‌دهد.

نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی احساس تنهایی براساس سبک‌های دلبستگی

نیز نشان می‌دهد که ۳۲٪ از میزان تغییرات (واریانس) احساس تنهایی از راه سبک دلبستگی اضطرابی قابل پیش‌بینی است. در واقع، بنا بر نظر هچت و باوم (۱۹۸۴) آنچه که در ایجاد و تشدید احساس تنهایی نقش مهم‌تری دارد، تهدید جدایی و کیفیت دلبستگی نایمن است و از آنجا که در الگوهای نایمن دلبستگی نیز افراد اضطرابی نه می‌توانند نسبت به چهره دلبستگی خود بی‌تفاوت باشند و نه می‌توانند به پاسخگو بودن و حمایتگری او مطمئن باشند، حتی در مقایسه با افراد اجتنابی نیز هراس بیشتری از جدایی و طرد شدن از جانب چهره دلبستگی خود دارند و این موجب می‌شود که نتوانند در روابط خود به سطح صمیمیت مورد انتظارشان برسند و احساس تنهایی بیشتری می‌کنند؛ در حالی که افراد اجتنابی، دست‌کم خود نیز تمایلی به ایجاد صمیمیت با دیگران ندارند و در نتیجه نگرانی کمتری نیز برای جدایی و تنها ماندن دارند.

افزون بر این، در جدول شماره ۴ در بخش یافته‌ها مشاهده می‌شود که مطابق با پیشینه پژوهش، دلبستگی نایمن با تصور نامطلوب و منفی نسبت به خدا همراه است. همان‌طور که در این جدول قابل مشاهده است، دلبستگی‌های اضطرابی و اجتنابی، پیش‌بین‌های مثبت و معناداری برای ارتباط نامطلوب فرد با خدا (یأس، تجرّی و عداوت) هستند، به طوری که مؤلفه یأس با الگوهای اضطرابی و اجتنابی، مؤلفه تجرّی توسط الگوی اجتنابی و مؤلفه عداوت توسط الگوی اضطرابی قابل پیش‌بینی است. توجه شود که در پیش‌بینی عداوت نسبت به خدا، تنها الگوی اضطرابی دلبستگی مهم است و ۲۰٪ از میزان واریانس این مؤلفه با الگوی دلبستگی تبیین‌پذیر است. در واقع، فردی که از طرد شدن، نادیده گرفته شدن و حمایت نشدن از جانب اطرافیان خود نگران است و نمی‌تواند آنها را به عنوان منابع ایمن و در دسترس محبت و توجه در نظر گیرد، شاید خشم و ناراحتی را که از چهره دلبستگی خود دارد؛ به یکی از دلایل زیر به رابطه خود با خدا منتقل می‌کند: نخست آنکه در شرایط عادی فرد با الگوی مضطرب دلبستگی از طرد شدن و تنها ماندن می‌هراسد و اگر خشم و ناراحتی ناشی از این ارتباط نایمن یا پاسخگو نبودن چهره دلبستگی به نیازهای خود را در رابطه‌اش وارد کند، این ترس از طرد شدن (و احتمال واقعی طرد شدن) بیشتر می‌شود. در نتیجه فرد خشم ناشی از این ارتباط را به رابطه خود با خدا سرایت می‌دهد. دوم اینکه ممکن است فرد، خدا را (به عنوان خالق خود) مقصر این رابطه بداند و چنین تصویری داشته

باشد که «چرا من؟»؛ در نتیجه از خدا به دلیل اینکه او را از روی جبر در چنین موقعیتی قرار داده است، خشمگین است. مطابق با همین تفسیر مشاهده می‌شود که در الگوی اضطرابی، محبت فرد نسبت به خدا نیز کمتر می‌شود و الگوی اضطرابی، پیش‌بین منفی محبت به خداست. این یافته همسو با یافته‌های صادقی (۱۳۸۴)، سیم و لو (۲۰۰۳)، شهابی‌زاده (۱۳۸۳؛ نقل از صادقی، ۱۳۸۷)، کیرک‌پاتریک و همکاران (۱۹۹۹)، مک‌دونالد و بک (۲۰۰۵) و زرین‌کلک و برزوکی (۱۳۹۱) نشان می‌دهد که کیفیت ارتباط فرد با خدا متأثر از کیفیت رابطه او با مراقبان اولیه خویش است و فرد با درونی کردن الگوهای ارتباطی اولیه، الگوی ارتباطی‌اش با خود، دیگران و حتی خدا و سایر باورهای دینی شکل می‌دهد.

اما نکته قابل توجه دیگر این است که در مؤلفه امید یا نیاز به خدا، دلبستگی ایمن به صورت منفی و معکوس این مؤلفه را پیش‌بینی می‌کند. به بیان دیگر، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد در صورتی که رابطه فرد با دیگران مبتنی بر یک الگوی ایمن باشد، او نیاز کمتری را نسبت به خداوند ابراز می‌کند. در واقع، می‌توان در تبیین این یافته چنین گفت که هرچه ارتباط فرد با چهره‌های دلبستگی‌اش از کیفیت مطلوب‌تری برخوردار باشد، او کمتر از خدا به عنوان یک چهره جایگزین استفاده می‌کند و روی آوردن او به سوی خدا ناشی از جبران یک خلاء درونی و یک نیاز تأمین نشده نیست. در تحلیل نهایی یافته‌ها که به منظور بررسی نقش واسطه‌ای ارتباط فرد با خدا در پیش‌بینی احساس تنهایی براساس سبک دلبستگی صورت گرفت، مشخص شد که هم‌چنان در تمام کیفیت‌های مطلوب یا نامطلوب ارتباط با خدا، الگوی دلبستگی اضطرابی پیش‌بین مثبت و معنادار احساس تنهایی است. در واقع این یافته نشان می‌دهد که حتی اگر فرد ارتباط مطلوبی با خدا نیز داشته باشد (مثلاً ارتباط مبتنی بر محبت)، اما دارای سبک دلبستگی اضطرابی باشد از احساس تنهایی رنج خواهد برد. در واقع این یافته‌ها نه تنها با فرض جبران کیرک‌پاتریک (که بیان می‌کند خداوند می‌تواند به عنوان یک چهره دلبستگی ایمن، جایگزین چهره دلبستگی ناایمن شود) مطابقت ندارد، بلکه چیزی فراتر از فرضیه تطابق (که در آن بیان می‌شود که دلبستگی و ارتباط فرد با خدا، انعکاس سبک دلبستگی او با مراقبان اولیه‌اش است) را نیز مطرح می‌کند. به عبارت دیگر، مطابق با این یافته‌ها می‌توان گفت که اهمیت و نقش سبک دلبستگی و کیفیت

ارتباط فرد با مراقبان اولیه به اندازه‌ای مهم و اثرگذار است که حتی ارتباط مطلوب با خدا نیز نمی‌تواند آثار آن را خنثی کند.

تأیید دیگر این تبیین این است که مطابق با جدول شماره ۵ در صورتی که فرد دارای سبک دلبستگی ایمن باشد، احساس تنهایی او صرف‌نظر از کیفیت رابطه‌اش با خدا کاهش می‌یابد؛ یعنی همان‌طور که داده‌های جدول مذکور نشان می‌دهد، چه رابطه فرد با خدا مبتنی بر محبت و چه مبتنی بر یأس و عداوت باشد، دلبستگی ایمن می‌تواند موجب کاهش احساس تنهایی شود. به این ترتیب می‌توان گفت که نقش دلبستگی ایمن در کاهش احساس تنهایی، از نقش واسطه‌ای رابطه با خدا مهم‌تر و مؤثرتر است و نمی‌توان انتظار داشت که اگر فردی دارای دلبستگی نایمن بود، اما در عوض رابطه‌اش با خدا خوب بود، احساس تنهایی نمی‌کند و یا کمتر آن را تجربه می‌کند.

به این ترتیب در یک جمع‌بندی در پاسخ به سؤالات پژوهش می‌توان گفت که چه در نوع رابطه فرد با خدا و چه در میزان احساس تنهایی، سبک دلبستگی اضطرابی نقش مؤثرتری از سایر الگوهای دلبستگی دارد و زمانی که فرد در ارتباطش با مراقبان اولیه و چهره دلبستگی امنیت و اطمینان خاطر را به دست نیآورد (حال چه در جهت پاسخگو بودن و یک الگوی ایمن و چه در جهت پاسخگو و در دسترس نبودن و یک الگوی اجتنابی) و همواره در یک حالت دوسوگرایی و تردید میان پذیرفته‌شدن یا طرد شدن بماند، خطر بیشتری متوجه سلامت روان او، احساس تنهایی و نحوه ارتباطش با خداوند است. افزون بر این، اهمیت این الگوی دلبستگی در احساس تنهایی تا جایی است که حتی یک رابطه مطلوب و ایمن با موجودی الهی و فرامادی، یعنی خداوند نیز نمی‌تواند جایگزین آن شود.

پیشنهاد‌های کاربردی

مطالب بالا نشان می‌دهد که ارتباط فرد با مراقبان اولیه خود به اندازه‌ای مهم است که می‌تواند دیگر ابعاد ارتباطی، اجتماعی و حتی اعتقادی زندگی او را نیز تحت‌الشعاع قرار دهد و تصویری که والدین در انتقال آموزه‌های دینی خود به فرزندان‌شان از خدا در ذهن آنها می‌سازند، به نوعی انعکاس دنیای ذهنی رابطه آنها با فرزندشان است. از این‌رو، یکی از مسائلی که می‌تواند موضوعی برای مطالعات آتی باشد این است که کیفیت دلبستگی افراد به جای آنکه در قالب کلی ایمن یا نایمن بودن ارزیابی شود، به

صورت جزئی‌تر و در قالب تصویری که فرزندان از والدین خود دارند بررسی شود. همچنین جنسیت، سطح تحول ساختار روان‌شناختی (سطح تحول «من») و میزان مذهبی بودن فرد نیز می‌تواند از جمله عوامل اثرگذار در این زمینه باشد که ارزیابی آنها نیازمند انجام پژوهش‌های دیگری است.

افزون بر این موارد، از یک سو آنچه در آموزش‌های تربیتی می‌تواند بیشتر مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان قرار گیرد، آگاهی بخشی به والدین در زمینه برقراری یک رابطه ایمن با فرزندان و پیامدهای بلندمدت آن است تا خلأهای هیجانی آنها جبران شود و از سوی دیگر در آموزش‌های دینی و اعتقادی لازم است که جنبه‌های ارتباط خدا و بندگان توسط متخصصان این حوزه با دقت و ظرافت بیشتری تبیین گردد تا جنبه‌های نامطلوب ارتباط با خدا کاهش یابد و افراد بتوانند از لذت برقراری یک رابطه معنوی و پیامدهای مثبت آن بر سلامت روان بهره‌مند شوند.

منابع

- احدی، بتول (۱۳۸۸)، «رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبک‌های دلبستگی دانشجویان»، مطالعات روان‌شناختی، دوره ۵، ش ۱، ص ۹۵-۱۱۲.
- پاکدامن، شهلا (۱۳۸۰)، بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه‌طلبی در نوجوانی، پایان‌نامه دکتری روان‌شناسی، دانشگاه تهران.
- چشمه‌علایی، مریم (۱۳۹۰)، اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی به دو گروه کودکان و کودکان و مادران در کاهش احساس تنهایی و افزایش پذیرش همسالان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.
- چلبی، مسعود و امیرکافی، مهدی (۱۳۸۳)، «تحلیل چندسطحی انزوای اجتماعی»، مجله جامعه‌شناسی ایران، دوره ۵، ش ۲، ص ۳-۳۱.
- حدادی‌کوهسار، علی‌اکبر و غباری‌بناب، باقر (۱۳۹۱)، «رابطه تصور فرد از خدا و روان‌پریشی»، فصلنامه مطالعات اسلام و روان‌شناسی، دوره ۶، ش ۱۱، ص ۵۹-۷۴.
- رحیم‌زاده، سوسن (۱۳۹۰)، ساختار عاملی و مدلی برای احساس تنهایی در دانشجویان، پایان‌نامه دکتری دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.
- زرین‌کلک، حمیدرضا و برزوکی، سعید (۱۳۹۱)، «رابطه سبک دلبستگی و شیوه‌های والدگری ادراک شده با تجربیات معنوی و اعمال مذهبی»، فصلنامه روان‌شناسی تحولی (روان‌شناسان ایرانی)، دوره ۸، ش ۳۱، ص ۳۰۵-۳۱۳.
- صادقی، منصوره سادات (۱۳۸۷)، «والدین، خود و دیگران مهم: منابع تصور از خدا»، مجله علوم رفتاری، دوره ۲، ش ۱، ص ۸۳-۹۶.
- صیادپور، زهره (۱۳۸۶)، «ارتباط بین حرمت خود و سبک دلبستگی»، فصلنامه روان‌شناسی تحولی (روان‌شناسان ایرانی)، دوره ۳، ش ۱۲، ص ۳۱۱-۳۲۱.
- عبدی، محمدرضا؛ خوش‌کنش، ابوالقاسم؛ پورابراهیم، تقی و محمدی، روح‌الله (۱۳۹۱)، «بررسی سبک دلبستگی و رضایت زناشویی افراد متأهل درگیر خیانت اینترنتی»، فصلنامه مطالعات روان‌شناختی، دوره ۸، ش ۳، ص ۱۳۵-۱۵۸.

قابضی، فاطمه (۱۳۹۲)، تأثیر زیارت بر ابعاد مثبت و منفی احساس تنهایی دانشجویان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.

قابضی، فاطمه؛ پاکدامن، شهلا؛ پاسبانی، ریحانه و مرادخانی، لیلا (۱۳۹۴)، «پیش‌بینی احساس تنهایی جوانان بر اساس کیفیت ارتباط آنها با خدا»، پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت، س ۱، ش ۱، بهار، ص ۸۱-۹۲.

مظاهری، محمدعلی؛ پسندیده، عباس و صادقی، منصوره سادات (۱۳۹۰)، مثلث ایمان: الگوی ابعادی رابطه انسان با خدا، قم: سازمان چاپ و نشر دارالحدیث.

هومن، حیدرعلی؛ احدی، حسن؛ سپاه منصور، مژگان و شیخی، منصوره (۱۳۸۹)، «مدل‌یابی احساس تنهایی بر پایه ساختار بهزیستی معنوی، خودکارآمدی و رضایت از زندگی»، مجله تحقیقات روان‌شناختی، دوره ۲، ش ۷، ص ۱۹-۳۲.

- Bekhet, A. k; Zauszniewski, J. A. & Nakhla, W. E. (2008), Loneliness: A Concept Analysis. *Journal Compilation*, Vol.43(4), 207-213.
- De Jong Gierveld, J. & Van Tilburg, T. (2010), The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness : tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European Journal of Agein*, Vol.7(2), 121-130.
- Gebauer, J.E & Maio, G.R. (2012), The need to belong can motivate belief in God. *Journal of*
- Hawkey, L. C; Burleson, M. H; Berntson, G. G. & Cacioppo, J. T. (2003), Loneliness in everyday life: Cardiovascular activity, psychosocial context, and health behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 85(1), 105-120.
- Hechet, D. T. & Baum, S. K. (1984), Loneliness and attachment patterns in young adults. *Journal of Clinical Psychology*, Vol.40(1), 193-197.
- Heinrich, L. M. & Gullon, E. (2006), The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, Vol.26, 695-718.
- Hu, Y; Jin, Y; Hu, C. & He, H. (2013). Loneliness and Their Relationship to Explicit and Implicit Self-Esteem. *Psychology*, Vol.4(5), 455-458.
- Kirkpatrick, L. A. & Shaver, P. R. (1992), An attachment-theoretical approach to romantic love and religious beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol.18 (3), 266-275.
- Kirkpatrick, L.A; Shillito, D.J. & Kellas, S.L. (1999), Loneliness, Social

- Support, and Perceived Relationships with God. *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol.16(4), 513-522.
- Louise C. Hawkey, Ph.D. John T. & Cacioppo, Ph.D. (2010), Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*. 40:218-227
- McDonald, A; Beck, R; Allison, S & Norsworthy, L. (2005), Attachment to God and Parents: Testing the Correspondence vs. Compensation Hypotheses. *Journal of Psychology and Christianity*, Vol.24 (1) : 21-28.
- Mohammadiarya, A; Mirzaei, S; Dousti, S; Ghasemzadeh, A; Lachinani, F; Karimzadeh, M. & Goodarzi, A. (2012), Relationship between attachment styles and solitude feeling in runaway and non-runaway girls in Tehran. *Social and Behavioral Sciences*, Vol.46, 570-574.
- Newton, A.T & McIntosh, D.N. (2010), Specific Religious Beliefs in a Cognitive Appraisal Model of Stress and Coping *The International Journal for the Psychology of Religion*, Vol.20:39-58
- Paloutzian, R.F & Janigian, A.S. (2008), Interrelationships Between Religiousness and Loneliness. *The Psychotherapy Patient*, Vol.2 (3), 3-14
- Perlman, D. (1984), Recent Developments in Personality and Social Psychology: A Citation Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol.10(4), 493-501.
- Personality, "Accepted Article", undergo copy-editing, doi: 10.1111/j.1467-6494.2011.00730.x
- Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *Journal of American Psychologist*, Vol.55(1). 44-55.
- Riddick, C.C. & Keller, M.J. (1992), Efficacy of recreation on influencing the social psychological health of elders, *Parks & Recreation*, Vol.27(3):20-24.
- Rokach, A. (2000). Loneliness and the life cycle. *Psychological Reports*, Vol.86, 629-642.
- Rokach, A. & Venegas, G. (2012), Can religiosity affect how we cope with loneliness? *European Psychiatry*, Vol.27(1).
- Rote, S; Hill, T.D & Ellison, C.G. (2012), Religious Attendance and Loneliness in Later Life. *The Gerontologist (Oxford Journals)*, Vol.53(1): 39-50.
- Sadler, W.A. (1978), Dimensions in the problem of loneliness: A phenomenological approach in social psychology, *Journal of Phenomenological Psychology*, Vol.9(1-2), 157-187.
- Sim, T.N & Loh, B.S.M. (2003), Attachment to God: Measurement and Dynamics, *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol.20(3):373-389.