

بررسی رابطه تصور از خدا و نشاط ذهنی کارمندان

مجید ناصحی^{۱*}، علیرضا اصغرزاده^۲

کاشان، شهرداری منطقه ۲

(* مجید ناصحی: P72131121@gmail.com)

چکیده

هدف این پژوهش بررسی رابطه تصور از خدا و نشاط ذهنی کارمندان بود، جامعه آماری شامل تمامی کارمندان شهرداری شهرستان کاشان بود که ۱۲۱ نفر (کارمندان منطقه دو) با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند برای جمع آوری داده ها از دو مقیاس نشاط ذهنی رایان و فردریک (۱۹۹۷) و پرسشنامه تصور از خدا (RSI) استفاده استفاده گردید، پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود، در راستای تحلیل های توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در راستای تحلیل های استنباطی و آزمون فرضیه های تحقیق نیز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. محاسبات آماری با نرم افزار آماری SPSS نسخه (۲۲) انجام گرفت. یافته های پژوهش نشان داد که رابطه بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی از نظر آماری معنی دار است بدین معنی که با افزایش نمره تصور مثبت از خدا، نمره نشاط ذهنی نیز افزایش می یابد و بالعکس، رابطه بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی از نظر آماری معنی دار ولی معکوس است بدین معنی که با افزایش نمره تصور منفی از خدا، نمره نشاط ذهنی کاهش می یابد و بالعکس.

واژه های کلیدی: تصور از خدا-نشاط ذهنی-کارمندان

۱- مقدمه

بهبودی ذهنی از شاخص های مهم سلامت روانشناختی است. از یک سو پژوهشگران تلاش کرده اند از طریق رویکردهای علمی مختلفی عوامل مهم دستیابی به بهبودی ذهنی را شناسایی کنند اما از آنجا که بهبودی ذهنی یک سازه کلی است، مطالعه آن با این کلیت، پژوهشگران را با مشکلاتی مواجه نموده است. بنابراین به منظور بررسی دقیق تر بهبودی ذهنی لازم است که ابتدا شاخص های آن به طور دقیق بررسی شوند. از جمله شاخص های بهبودی ذهنی، نشاط ذهنی است [۱]. تعریف مفهوم نشاط با آن که ساده به نظر می رسد، اما دشوار است. بسیاری از روانشناسان بر این باورند که نشاط یک هیجان مثبت است که حاوی سه عنصر اساسی لذت، کمال و رضایت از زندگی است [۲]. علاوه بر این سه عنصر، اخیراً نیز عنصر چهارمی به هیجان نشاط افزوده شده و آن، فقدان اضطراب و افسردگی است [۳].

نشاط به عنوان یکی از مفاهیم جدید در روانشناسی است که توجه بسیاری از پژوهشگران و محققان را به خود جلب نموده است، نشاط ذهنی داشتن انرژی بدنی و ذهنی است که افراد دارای نشاط ذهنی، حسی از شوق، سرزندگی و انرژی را تجربه می کنند [۴]. نشاط ذهنی یک ماهیت پرانرژی، شور و شوق، سرزندگی، عدم خستگی و ضعف است که به عنوان یک انرژی خود ساخته توصیف می شود و این انرژی از نوع درونی است و نه انرژی که به وسیله تهدیدی از محیط بیرون به وجود بیاید، نشاط ذهنی با حالت های هیجانی فرق می کند زیرا نشاط ذهنی احساس شادابی و انرژی است نه هدایت شده و ملزم

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کاشان

۲- کارشناس روانشناسی

شده. بنابراین نشاط ذهنی نمودی از بهزیستی و سرخوشی است اما هیجان شامل اختلال و گسستگی ذهنی است. نشاط ذهنی رابطه گسترده ای با خود شناسی، سلامت روانی، احساسات مثبت و خود انگیزی دارد و در نهایت اضطراب، احساسات منفی و کنترل های خارجی با آن رابطه کمتری دارد [۵].

نشاط ذهنی دارای دو بعد عاطفی و شناختی است منظور از بعد عاطفی داشتن احساس شادی، شمع، خشنودی و سایر هیجانات مثبت است و منظور از بعد شناختی نیز، دلالت بر ارزشیابی رضایت آمیز از مولفه های مختلف زندگی فردی و اجتماعی دارد [۶]. بر اساس پژوهش ها نشاط ذهنی در برگیرنده ی خودشکوفایی، خودکارآمدی، بهزیستی و سلامتی است و با عزت نفس، رضایت از زندگی، عاطفه مثبت، وظیفه شناسی، بهزیستی روانشناختی، بهزیستی هیجانی و اجتماعی رابطه ی مثبت و با پریشانی روانشناختی رابطه ی منفی دارد. وقتی نشاط ذهنی در سطح پایینی است، تحریک پذیری و خستگی ایجاد خواهد شد و امکان استفاده کامل از پتانسیل موجود برای انجام فعالیت ها کمتر می شود [۱].

در خصوص تمایز نشاط و شادی می توان به این موضوع اشاره نمود که در انواع تجارب هیجانی مثبت از قبیل شادی و نشاط، تمایز معنی داری وجود دارد و با وجود اینکه شادی و نشاط هر دو حالات مثبت و خوشایندی هستند اما نشاط، تجربه ی داشتن انرژی در دسترس است که به خود شخص برمی گردد در حالی که شادی یک حالت غیر متمایز از احساس مثبت و رضایت از زندگی است، تنها نشاط است که لزوماً توسط انرژی بالا و در اختیار داشتن انرژی توصیف می شود. شادی و نشاط هر دو دارای اثر مثبت هستند اما در فعال بودن متمایز از یکدیگرند؛ در نشاط فعالیت و کنش مثبت وجود دارد ولی شادی لزوماً مستلزم فعالیت و کنش نیست [۶].

نشاط ذهنی حکایت از داشتن وضعیتی مثبت دارد و از احساساتی چون آزادی، استقلال، احساس خودکنترلی و انگیزش درونی نشات می گیرد که فرد با انجام دادن اعمالی که منجر به احساس استقلال، خودکنترلی و انگیزش درونی می شود این وضعیت را افزایش می یابد و اگر در انجام اعمال، احساس تحت کنترل دیگران بودن را تجربه نماید، نشاط ذهنی کاهش می یابد [۷]. نشاط ذهنی با کیفیت زندگی، مهارت زندگی، توانایی سازگاری و احساس شایستگی رابطه معناداری وجود دارد [۸].

از اهداف مهم پژوهش های علمی در زمینه بهزیستی ذهنی، شناسایی پیش بینی کننده های مهم نشاط ذهنی افراد است، همچنان که نتایج پژوهشی نشان داد معنویت در محل کار و ارتباط اجتماعی بر نشاط ذهنی تاثیر مثبت و معنی داری دارد [۹]. و نتایج پژوهشی دیگر نشان داد که خوش بینی هم مستقیم و هم غیر مستقیم اثر مثبتی بر نشاط ذهنی دارد [۱۰]. یکی دیگر از متغیرهایی که فرض می شود می تواند پیش بینی کننده نشاط ذهنی کارمندان باشد « تصور از خدا » است. موضوع خدا در روانشناسی با اصطلاحات مختلفی بررسی شده است. یکی از این اصطلاحات « تصور از خدا » است. تصور از خدا شیوه ای است که در آن فرد خداوند را به صورت عاطفی احساس می کند. تصور از خداوند حالتی روانشناسی است که به چگونگی احساس فرد نسبت به خداوند و برداشت و درک فرد مبنی بر چگونگی احساس خداوند نسبت به وی مربوط می شود [۱۱].

مفهوم خدا یکی از بنیادی ترین مقوله های زندگی بشری است. آدمی چه در تنهایی و چه در بطن زندگی اجتماعی خود و چه به عنوان یک دیندار یا ملحد، همواره با این مفهوم روبرو بوده و هست. می توان سراسر تاریخ تفکر بشری را، در حول و حوش "معنا و مفهوم خدا" صورت بندی کرد. این مفهوم دارای ریشه ای غنی و عمیق در تفکر بشری است و تمدن ها، فرهنگ ها، آداب و ادیان مختلف متأثر از این مفهوم در تاریخ بشر به منصف ظهور رسیده اند [۱۲]. این موضوع که خدا چیست و چگونه بر ما تاثیر می گذارد، اعتقاد و تصور ما را در مورد خداوند شکل می دهد. تصور و اعتقاد ما درباره خدا باعث می شود که ما به شکل خاصی عمل کنیم و عقاید مشخصی داشته باشیم و همچنین خصوصیات معینی را نشان دهیم [۱۳].

خداوند به عنوان مبدأ آفرینش از جنجال برانگیز ترین موضوعات ذهنی بشر بوده که دارای ابعاد مختلف فلسفی، دینی، جامعه شناختی و روانشناختی می باشد سوالات فراوانی در این باره وجود دارد چرا که خداوند به تجربه حسی بشر نمی آید اما

بشر بگونه‌ای او را درک می‌کند اعتقادات افراد در مورد زندگی از چگونگی ارتباط آنها با خدا تأثیر می‌پذیرد و بر ارتباط آنها با هر چیزی تأثیر می‌گذارد و از همه مهمتر نگرش آنها را به سوی خودشان، افراد دیگر و به طور کلی معنا و مفهوم زندگی تعیین می‌کند [۱۴]. تصور از خدا حکایت از کیفیت ارتباط با خدا دارد که یکی از مهمترین ارتباطات فرد بوده و بررسی آن می‌تواند کیفیت دیگر ارتباطات مهم زندگی روانی فرد را به ما بشناساند [۱۵].

در صورتی که صحبت از شناخت افراد و شخصیت ایشان به میان باشد و بخواهیم سازی روانی انتخاب کنیم تا با بررسی آن بسیاری از خصایص روانی افراد پی ببریم، آنگاه ادراک فرد از خدا و تصویری که به آن دست یافته بسیار مهم است [۱۶]. تصور از خدا، توصیف اثر عاطفی یا ارزیابی جنبه‌های مختلف بازنمایی ذهنی از خداوند است که معنا داده می‌شود. جنبه توصیفی آن با اطلاعاتی که افراد در مورد خدا می‌دهند مثل اینکه شبیه چیست و کجاست و چه کار می‌تواند بکند و یا از مردم چه می‌خواهد، بر می‌گردد، در حالی که جنبه ارزیابی آن مربوط است به ارزش‌های مثبت و منفی که به خدا نسبت داده می‌شود مثل تصور از خدای عاشق، طرد کننده یا پذیرنده [۱۷].

تصور فرد از خدا عبارت است از تجربه درونی افراد با خدا و دیگران که بصورت بازنمایی ذهنی، خود را نشان می‌دهد. رشد تصور افراد به خدا همراه با تجربیات زندگی آنان شکل می‌گیرد و از کیفیت دل‌بستگی افراد نسبت به خدا تأثیر می‌پذیرد. افراد با دل‌بستگی ایمن به خدا، تصور مثبت تری از خدا دارند و خداوند را نزدیک به خود و در دسترس می‌دانند که به هنگام درخواست کمک به یاری آنان خواهد شتافت [۱۸]. مفهوم خدا، معنای زندگی روزمره بسیاری از مردم و حمایتی برای تلاش‌های زندگی آنهاست، اما فرق است میان درک آدمی از خدا و خود واقعیت خدا. ما خدا را به اندازه وسع عقلانیت و در چارچوب ذهنیمان درک می‌کنیم. منظور از خدا وجود خارجی خداوند نیست، بلکه مفهومی است که ما از خدا در ذهن، به صورت و قامت و اندازه خودمان می‌سازیم [۱۹].

سازه تصور از خدا ریشه در کارهای ریزوتو (۱۹۷۹) دارد. ریزوتو، براساس نظریه روان‌پوشی فروید و نظریه روابط ابژه، شیوه مفهوم سازی تجربه افراد از خدا را ایجاد کرد. تصور از خدا به عنوان یک سازه روانشناختی عبارت است از اینکه فرد نسبت به خدا چه احساسی دارد و اینکه فرد احساس میکند خداوند چه احساسی نسبت به او دارد. تصور از خدا سازه‌ای متمایز از مفهوم خداست، مفهوم خدا به درک شناختی یک فرد از خدا اشاره دارد و به طور خلاصه تا حدود زیادی آگاهانه و منطقی است و مبتنی بر چیزهایی است که فرد درباره‌ی خدا آموخته و متأثر از آموزه‌های مذهبی والدین، رهبران مذهبی و متون مذهبی می‌باشد. اما مفهوم تصور از خدا، پیچیده تر بوده و ماهیتاً تجربی و ناخودآگاه است [۱۱].

بسیاری از پژوهش‌ها به بررسی ارتباط تصور از خدا با سایر متغیرهای روانشناختی پرداخته‌اند، به عنوان مثال محققان دریافته‌اند که بین تصور ذهنی مثبت از خدا و گستره‌ی وسیعی از نشانگان شامل شکایت جسمانی، وسواس-بی‌اختیاری، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، خصومت، ترس مرضی، افکار پارانوئیدی و روان‌پریشی همبستگی منفی و معناداری وجود دارد [۲۰].

پژوهشگر دیگری در پژوهش خود ارتباط بین تصویر ذهنی مثبت و سلامت روانی افراد را کشف کرده است. در این پژوهش، یافته‌ها نشان دادند افرادی که خداوند را مهربان، حمایت‌کننده و نزدیک به خود تصور می‌کنند، سلامت روانی بیشتری دارند [۲۱].

نتایج پژوهشی در افراد سالخورده نشان داد که احساس نارضایتی از خدا با ناامیدی، احساس افسردگی، احساس گناه و همچنین با نشانگان افسردگی ارتباط معناداری داشته است. در این پژوهش تصویر منفی از خدا (باور به خداوند تنبیه‌کننده) با احساس گناه افراد شرکت‌کننده در پژوهش توأم بوده است. علاوه بر این، پژوهش‌ها نشان دادند روان‌آزرده‌خویی با احساس ترس از خدا، اضطراب و نارضایتی از او همراه بوده است؛ درحالی‌که همسازگی با تصویر ذهنی حمایتگر از خدا توأم بوده است [۲۲].

نتایج پژوهش دیگری نشان داد که بین تصویر ذهنی از خدا و اضطراب و افسردگی همبستگی معناداری وجود دارد و تصویر ذهنی مثبت از خدا با نشانگان رفتاری رابطه منفی داشته است. پژوهشگران همچنین به این نتیجه رسیدند که تصویر ذهنی بیماران روانی در مقایسه با تصویر ذهنی افراد عادی منفی تر بوده است [۲۳].

در پژوهشی رابطه اضطراب و افسردگی با تصویر ذهنی از خدا در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران و علوم پزشکی ایران را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که اضطراب و افسردگی دانشجویان را به طور کلی می توان از روی تصویر ذهنی شان از خدا پیش بینی کرد. همچنین نتایج پژوهش نشان داد دانشجویانی که تصویر پذیرنده و مثبتی از خدا داشتند، از اضطراب و افسردگی کمتری برخوردار بودند؛ ولی دانشجویانی که تصویر ذهنی منفی و تعارض آمیزی از خدا داشتند، اضطراب و افسردگی بیشتری از خود نشان می دادند [۲۴]. از سویی تصور وجود لایتناهی، نیکخواه و ارزشمند از خداوند با افسردگی رابطه منفی و ادراک خدای نامربوط و خدای تنبیه گر با افسردگی رابطه مثبت داشت [۲۵].

نتایج پژوهشی نشان داد بین تصور از خدای افراد سالم و افسرده تفاوت چشمگیری وجود دارد. تصور غالب افراد افسره از خدا منفی و شامل مقوله های خدای ترسناک، غیر قابل اعتماد، بی محبت و غیر قابل دسترس بود، در حالیکه تصور غالب افراد سالم از خدا مثبت و شامل مقوله های خدای قابل اعتماد و امنیت بخش، بخشنده و پذیرا، دارای رحمت و عطف، و خدای حکیم بود [۲۶].

نتایج پژوهش دیگری روی دانشجویان علوم پزشکی نشان داد که روان پریشی دانشجویان را به طور کلی می توان از روی نوع تصورشان از خدا پیش بینی کرد، دانشجویانی که تصور پذیرنده و مثبتی از خدا داشتند از روان پریشی کمتری برخوردار بودند ولی دانشجویانی که تصور منفی از خدا داشتند از روان پریشی بیشتری برخوردار بودند [۲۷]. همچنین نتایج پژوهشی تحت عنوان خدا؛ و تصور مثبت و منفی از او و رابطه آن با عزت نفس و سلامت روانی دانش آموزان، نشان داد بین تصور مثبت از خدا با سلامت روان و عزت نفس، همبستگی مثبت وجود داشت [۲۸].

تحقیق حاضر قصد پاسخگویی به این فرضیه ها را دارد که بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معناداری وجود دارد، و بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معناداری وجود دارد.

۲- روش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف، جزو تحقیقات کاربردی بوده و به لحاظ شیوه گردآوری اطلاعات به بررسی رابطه بین متغیرها می پردازد بر این اساس یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه کارمندان کلیه مناطق شهرداری شهرستان کاشان است که ۱۲۱ نفر (کارمندان منطقه دو) با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند برای جمع آوری داده ها از دو پرسشنامه استفاده شده است که در ادامه معرفی می گردند.

ابزارهای پژوهش

به منظور اندازه گیری نشاط ذهنی از مقیاس نشاط ذهنی حالتی رایان و فردریک، (۱۹۹۷) استفاده شد، که انرژی و نشاط کنونی فرد را اندازه گیری می کند. این مقیاس دارای ۷ گویه است و بصورت مقیاس لیکرت ۵ درجه ای از بسیار مخالفم (۱) تا بسیار موافقم (۵) نمره گذاری می شود. دامنه نمرات این مقیاس از ۷ تا ۳۵ است. آزمودنی هایی که در این مقیاس نمرات بیشتری کسب کنند، به معنای آن است که نشاط ذهنی بیشتری دارند. میزان پایایی مقیاس نشاط ذهنی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شد [۲۹].

به منظور بررسی نوع تصور از خدا، از پرسشنامه تصور از خدا (RSI) استفاده شد، که شامل ۲۷ سوال و سه خرده آزمون، حضور خدا در زندگی، مراقبت خداوند و تصور منفی از خداوند می باشد. خرده آزمونهای حضور خدا در زندگی و مراقبت خداوند با هم ترکیب شده و مقیاس تصور مثبت از خدا را تشکیل داده اند. بنابراین در نهایت پرسشنامه از دو مقیاس اصلی

تصور مثبت از خدا و تصور منفی از خدا تشکیل شده است و بصورت مقیاس لیکرت ۵ درجه ای نمره گذاری می شود. پایایی این آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ در مورد عامل حضور خدا در زندگی ۰/۶۰، مراقبت خداوند ۰/۶۴، تصور مثبت از خدا ۰/۶۱ و تصور منفی از خدا ۰/۵۸ بدست آمد، در ضمن همبستگی عامل حضور خدا در زندگی و مراقبت از خداوند (زیر مقیاس های تصور مثبت از خدا) با تصور مثبت از خدا به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۷۲ بدست آمد [۲۸].

روش تجزیه و تحلیل داده ها

پرسشنامه ها پس از تکمیل، نمره گذاری و کدبندی گردید اطلاعات به دو صورت توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در راستای تحلیل های توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در راستای تحلیل های استنباطی و آزمون فرضیه های تحقیق نیز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. محاسبات آماری با استفاده از نرم افزار آماری spss نسخه ۲۲ انجام گرفته است.

۳- یافته ها

نتایج حاصل از میانگین و انحراف استاندارد هریک از مقیاس های به کار رفته در پژوهش برای کل نمونه در جدول شماره ۱ آمده است.

جدول شماره ۱: شاخص های آمار توصیفی

متغیر	میانگین	انحراف معیار
تصور مثبت از خدا	۸۲/۴۲	۱۶/۶۳
تصور منفی از خدا	۱۳/۱۱	۳/۸۴
نشاط ذهنی	۲۳/۲۵	۵/۰۹

طبق جدول و نمودار شماره ۱، میانگین نمرات کل آزمودنی ها در متغیر تصور مثبت از خدا ۸۲/۴۲ و انحراف معیار نیز ۱۶/۶۳ و در متغیر تصور منفی از خدا میانگین ۱۳/۱۱ و انحراف معیار نیز ۳/۸۴ و در متغیر نشاط ذهنی میانگین ۲۳/۲۵ و انحراف معیار نیز ۵/۰۹ گزارش شده است.

نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی پیرسون در خصوص رابطه بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان در جدول شماره ۲ آمده است.

جدول شماره ۲: نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در خصوص رابطه بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان

متغیر	ضریب همبستگی (r)	معنی داری (sig)	شدت رابطه	جهت رابطه

تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی	۰/۶۳	۰/۰۰	قوی	مثبت
------------------------------------	------	------	-----	------

همانگونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود، رابطه بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان بوسیله ضریب همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان می دهد که ضریب همبستگی پیرسون برابر $r = 0/63$ می باشد که از نظر آماری معنی دار است ($p = 0/00$). همچنین شدت و جهت رابطه، قوی و مثبت (مستقیم) است بدین معنی که با افزایش نمره تصور مثبت از خدا، نمره نشاط ذهنی نیز افزایش می یابد. بنابراین می توان گفت بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی رابطه معنی داری وجود دارد در نتیجه فرضیه صفر رد می شود لذا فرضیه پژوهش در سطح اطمینان ۹۹ درصد پذیرفته می شود.

نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی پیرسون در خصوص رابطه بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی کارمندان در جدول شماره ۳ آمده است.

جدول شماره ۳: نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در خصوص رابطه بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی کارمندان

متغیر	ضریب همبستگی (r)	معنی داری (sig)	شدت رابطه	جهت رابطه
تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی	-۰/۴۱	۰/۰۰۴	متوسط	منفی

همانگونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می شود، رابطه بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی کارمندان بوسیله ضریب همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان می دهد که ضریب همبستگی پیرسون برابر $r = -0/41$ می باشد که از نظر آماری معنی دار است ($p = 0/004$). همچنین شدت و جهت رابطه، متوسط و منفی (معکوس) است بدین معنی که با افزایش نمره تصور منفی از خدا، نمره نشاط ذهنی کاهش می یابد و بالعکس. بنابراین می توان گفت بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی رابطه معنی داری وجود دارد در نتیجه فرضیه صفر رد می شود لذا این فرضیه پژوهش در سطح اطمینان ۹۵ درصد پذیرفته می شود.

۴- بحث و نتیجه گیری

در این مقاله به یکی از محوری ترین و مهمترین سازه های روانی در حوزه روانشناسی دین، یعنی تصور از خدا و یکی از مفاهیم جدید در روانشناسی یعنی نشاط ذهنی پرداخته شده است. هدف این پژوهش بررسی رابطه تصور از خدا و نشاط ذهنی در کارمندان بود که نتایج آن را در قالب دو فرضیه بشرح ذیل بیان می نماییم:

فرضیه اول: بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معناداری وجود دارد.

همانگونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می شود، رابطه بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی بوسیله ضریب همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان می دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی از نظر آماری معنی دار است بدین معنی که با افزایش نمره تصور مثبت از خدا، نمره نشاط ذهنی نیز افزایش می یابد و بالعکس. بنابراین می توان گفت بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معنی داری وجود دارد در نتیجه فرضیه صفر رد می شود لذا فرضیه اول پژوهش در سطح اطمینان ۹۹ درصد پذیرفته می شود.

با توجه به این که پژوهشی با این موضوع یافت نشد، در مقایسه نتایج این فرضیه، از پژوهش هایی که مشابه با این پژوهش بودند استفاده نمودیم. یافته های حاصل از این پژوهش با پژوهش های زیر همسو است: سیلواستر (۲۰۱۱)، براد شاو و همکاران (۲۰۰۸)، کرکپاتریک (۲۰۰۵)، محمدعلی پورثانی (۱۳۹۹)، خلیلی تجره و احمدیان (۱۳۹۸)، حدادی کوهسار و غباری بناب (۱۳۹۱)، خاکساری و خسروی (۱۳۹۱).

در تبیین این نتایج می توان به این موضوع اشاره کرد، هر انسانی از خدا تصویری دارد بنابر شخصیت او، در افرادی که تصویری مثبت از خداوند دارند و او را در همه امور پشتوانه خود دانسته و از او مدد می جویند و زمینه برای ابتلا به افسردگی و سایر بیماری های روانی و انحرافات اجتماعی در آنها کمتر است. در این بین گروهی دیگر هستند که تصویری منفی از خداوند دارند، آنها همه امور را جبری دانسته و هیچ اختیاری برای خود قائل نیستند (زارعی، ۱۳۸۵). در مورد رابطه مثبت تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی می توان گفت افرادی که تصور مثبت از خدا دارند او را مهربان، حمایت کننده، قابل اعتماد و امنیت بخش، بخشنده و پذیرا، دارای رحمت و عطوفت، پذیرنده و نزدیک به خود تصور می کنند و در همه امور از او یاری می جویند، در نتیجه سلامت روان و نشاط ذهنی بیشتری را تجربه می کنند.

بنابراین افرادی که احساس نشاط بیشتری دارند کنترل شخصی بیشتری بر توانائی های خود داشته، درماندگی و افسردگی را از خود دور می کنند، احساس امنیت بیشتری می کنند، آسان تر تصمیم می گیرند، دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند و در ابعاد گوناگون شناختی، اجتماعی، هیجانی و جسمانی رشد کرده، از ویژگی های خوش بینی، هدف مندی، کنترل درونی، خلاقیت، نوع دوستی، رضایت از زندگی، انرژی مثبت، سلامت شخصیت و ... برخوردار می شوند (مرادی، ۱۳۹۸).

به طور کلی یافته های به دست آمده در این مطالعه نشان از نقش غیر قابل انکار تصور از خدا بر نشاط ذهنی دارد، بنابراین لازم است مشاوران و روانشناسانی که در حوزه سلامت روان فعالیت می کنند این سازه مهم روانشناختی را در مداخلات و ارزیابی های روانشناختی خود مد نظر قرار دهند.

فرضیه دوم: بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معناداری وجود دارد

همانگونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می شود، رابطه بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی بوسیله ضریب همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان می دهد که ضریب همبستگی پیرسون بین تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی از نظر آماری معنی دار ولی معکوس است بدین معنی که با افزایش نمره تصور منفی از خدا، نمره نشاط ذهنی نیز کاهش می یابد و بالعکس. بنابراین می توان گفت بین تصور مثبت از خدا و نشاط ذهنی کارمندان رابطه معنی داری وجود دارد در نتیجه فرضیه صفر رد می شود لذا فرضیه دوم پژوهش در سطح اطمینان ۹۵ درصد پذیرفته می شود.

یافته های حاصل از این پژوهش با پژوهش های زیر غیر مستقیم همسو است: برام و همکاران (۲۰۰۸)، شاپ-جانکر و همکاران (۲۰۰۸)، احمدبزابادی، (۱۳۹۴)، نصیرزاده و همکاران (۱۳۹۳)، غباری بناب و حدادی کوهسار (۱۳۸۸).

در تبیین این نتایج و رابطه معکوس تصور منفی از خدا و نشاط ذهنی می توان گفت افرادی که تصور منفی از خدا دارند او را خدای ترسناک، طرد کننده، تنبیه کننده، غیر قابل دسترس، غیر قابل اعتماد، بی محبت تصور می کنند و ناراضی، اضطراب، افسردگی و در نتیجه سلامت روان و نشاط ذهنی کمتری دارند. یکی از مشکلات هر جامعه، غفلت از نشاط و در

نتیجه، افزایش بیماری های روانی از قبیل اضطراب و افسردگی است. با نشاط، زندگی معنی پیدا می کند. همچنین جامعه ی زنده و پویا، جامعه ای است که عناصر نشاط آفرین در آن فراوان باشد. و در محیط پر نشاط، ذهن انسان پویا، زبان او گویا و استعداد وی شکوفا می گردد. در واقع توجه به تمام عوامل موثر بر نشاط، توجه به تمامی ارزش ها، خوبی ها و شایستگی ها است (علوی، ۱۳۷۹).

تصور فرد از خدا که بر مبنای تجربیات فرد در دوران تحول شکل می گیرد و تابعی از تجربیات اساسی با والدین و دوستان نزدیک می باشد می تواند نقش اساسی در سلامت روان و نشاط ذهنی افراد بازی کند پژوهش های تجربی همانطور که در فوق اشاره شد به این نکته تاکید می کنند و هماهنگ با یافته های پژوهش حاضر می باشند در این گونه پژوهش ها کشف رابطه علت و معلولی کار دشواری است و فقط به همبستگی و ارتباط متغیرها می توان اشاره کرد بدون اینکه تقدم و تاخر آنان دقیقاً در این ارتباط مشخص شود مثلاً می توان بحث کرد که تصور مثبت از خدا موجب می شود که نشاط ذهنی افراد افزایش یابد، یا تصور منفی از خدا موجب کاهش نشاط ذهنی می گردد، لذا انجام پژوهش های آزمایشی در این راستا می تواند پاسخگوی سوالات بیشتری باشد.

مراجع

- 1- Ryan, R. M., & Frederick, C., "On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being", *Journal of Personality*, 65(3), 529-565, 1997.
- ۲- فرهادی، ع، جواهری، ف، غلامی، ی. و فرهادی، پ.، "میزان نشاط و ارتباط آن با اعتماد به نفس در دانشجویان علوم پزشکی لرستان"، *مجله اصول بهداشت روانی*، دوره ۷، شماره ۲۵-۲۶، بهار و تابستان ۱۳۸۴.
- ۳- شجاعی، ف، ابراهیمی، س.م، پارسا یکتا، ز. و نیکبخت نصرآبادی، ع، "بررسی وضعیت شادمانی به عنوان یکی از شاخص های سلامت روان در دانشجویان پرستاری"، *پژوهش پرستاری*، دوره ۷، شماره ۲۴، بهار ۱۳۹۱.
- 4- Ryan, R.M., & Deci, E.L., "From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self", *Social and Personality Psychology Compass*, 2(2), 702-717, 2008.
- 5- Ryan R.M., Deci E.L., "On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being", *Ann Rev Psych* 2001; 52: 141-166, 2000.
- 6- Argyle, M., "Is happiness a cause of health?", *Psychology and Health*, 12(6), 769-781.2001.
- 7- Nix, G.A., Ryan, R.M., Manly, J.B., & Deci, E.L., "Revitalization through self-regulation: The effects of autonomous and controlled motivation on happiness and vitality", *Journal of Experimental Social Psychology*, 35(3), 266-284, 1999.
- 8- Sylvester, B, D., "well- being in valleyball players", *Psychology of Sport and Exercise*, XXX.1-7, 2011.
- ۹- محمدعلی پورثانی، ف، "بررسی تاثیر معنویت در محل کار و ارتباط اجتماعی برنشاط ذهنی با متغیر میانجی تنهایی ذهنی (مورد مطالعه: کارکنان دانشگاه فردوسی مشهد)"، پایان نامه دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۹.
- ۱۰- خلیلی تجربه، ر. و احمدیان، ح، "رابطه بین خوش بینی و نشاط ذهنی با نقش واسطه ای تاب آوری در سالمندان"، *روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، دوره ۶، شماره ۲، ۱۳۹۸.
- 11- Hill, P.C., & Hall, T.W., "Relational schemas in processing one's image of God and self", *Journal of Psychology and Christianity*, 31, 365-375, 2002.
- ۱۲- عبدالکریمی، ب، "خدا در اندیشه غرب"، *نشریه اینترنتی درگاه پاسخگویی به سؤالات دینی*، شماره ۱۴۱، ۱۳۸۱.
- 13- Froese, P., & Bader, Ch., Does God Matter? Retrieved April10, 2005, from: <https://hds.harvard.edu/news/bulletin/articles/does-god-%20matter.html>, 2005.

- 14- Kirkpatrick, L.A., "God as a substitute attachment figure: A longitudinal study of adult attachment style and religious change in college students", *Personality and Social Psychology Bulletin*. 24: 961-973, 1998.
- ۱۵- لاندین، ر.، نظریه ها و نظا مه‌های روانشناسی، ترجمه یحیی سید محمدی، چاپ سیزده، انتشارات ویرایش، تهران، ۱۳۹۷.
- 16- Rizzuto, A., "Psychoanalytic considerations about spiritually oriented psychotherapy", In L. Sperry & E. Shafranske (Ed.), *Spiritually oriented psychotherapy* (pp. 31-50). Washington, DC: American Psychological Association, 2005.
- 17- De Roos, S.A., Summey, W., "A child's concept of God", In Ratchiff, D., *Children's spirituality: Christian perspective, research, and application* (3th. Pp. 201-218). Eugen, O.R: Cascade Books, 2004.
- 18- Peloso, J.M., "Adult images of God: Implications for pastoral counseling", *Journal of Pastoral Counseling*, 43, 15-31, 2008.
- ۱۹- سروش، ع.، صراط های مستقیم، چاپ هشتم، انتشارات صراط، تهران، ۱۳۸۷.
- 20- Bradshaw, M., Ellison, CG., Flannelly, KJ., "Prayer, God imagery, and symptoms of psychopathology", *Journal for the Scientific Study of Religion*. 2008; 47(4): 644-59. doi: 10.1111/j.1468-5906, 2008.
- 21- Kirkpatrick, L.A., "Attachment, evolution, and the psychology of religion", New York, The Guilford Press, 2005.
- 22- Braam, A.W., Hanneke Schaap-Jonker, B., Bianca Mooi, C., Dineke de Ritter, D., Aartjan, T.F., Beekman A., Dorly, J.H. Deeg., "God image and mood in old age: Results from a community based pilot study in the Netherlands", *Health, Religion & Culture*. 11(2), 221-237, 2008.
- 23- Schap Jonker, H., Elisabeth, H.M., Eurelings-Bontekoe, Zock, H., & Jonker, E., "Development and validation of the Dutch Questionnaire God Image: Effects of mental health and religious culture", *Mental Health, Religion & Culture*, 11(5), 501-515, 2008.
- ۲۴- غباری بناب، ب. و حدادی کوهسار، ع.ا.، "رابطه اضطراب و افسردگی با تصویر ذهنی از خدا در دانشجویان"، *علوم روانشناختی*، دوره ۱، شماره ۱، ۱۳۸۸.
- ۲۵- نصیرزاده، ر.، رسول زاده طباطبایی، ک. و عرفان منش، ن.، "بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه مفهوم خداوند"، *روانشناسی و دین*، دوره ۷، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۳.
- ۲۶- احمدبرآبادی، حسین.، "مقایسه کیفیت تصور از خدا در بیماران افسرده و افراد سالم"، *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی (فرهنگ مشاوره)*، دوره ۶، شماره ۲۳، پاییز ۱۳۹۴.
- ۲۷- حدادی کوهسار، ع.ا. و غباری بناب، ب.، "رابطه «تصور فرد از خدا» و «روان پریشی»"، *مطالعات اسلام و روانشناسی*، دوره ۶، شماره ۱۱، پاییز و زمستان ۱۳۹۱.
- ۲۸- خاکساری، ز. و خسروی، ز.، "خدا؛ و تصور مثبت و منفی از او و رابطه آن با عزت نفس و سلامت روانی دانش‌آموزان"، *روانشناسی و دین*، سال پنجم، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۱.
- ۲۹- قنبری طلب، م. و شیخ الاسلامی، ر.، "رابطه بین هوش هیجانی و نشاط ذهنی با خودکارآمدی دانشجویان دانشگاه پیام نور"، *رویش روان‌شناسی*، سال چهارم، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۴.