



رابطه بین چشم انداز زمان و عمل به باورهای دینی با تحمل ناکامی

دکتر مهدی زارع^۱

دکتر مهدی شاه نظری^۲

فاطمه حسنی عادلیان^۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه بین چشم انداز زمان و عمل به باورهای دینی با تحمل ناکامی بود. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری، کلیه پرستاران شاغل در بیمارستان های روانپزشکی رازی، نورافشار، لقمان، لبافی نژاد تشکیل می دهد بودند و نمونه آماری این پژوهش ۲۵۰ نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار پژوهش، پرسشنامه های چشم انداز زمان زیمنباردو (۱۹۹۹)، پرسشنامه تحمل ناکامی هارینگتون (۲۰۰۵) و پرسشنامه عمل به باورهای دینی معبد(گلزاری، ۱۳۷۱). بود. داده ها به روش رگرسیون چند متغیره تحلیل شدند. یافته ها نشان داد که عمل به باورهای دینی به صورت منفی و معنادار تحمل ناکامی را پیش بینی می کند، همچنین نتیجه گیری شد که بعد گذشته منفی چشم انداز زمان به صورت مثبت و بعد آینده و گذشته مثبت آن به صورت منفی تحمل ناکامی را پیش بینی می کند.

کلیدواژه ها: چشم انداز زمان، تحمل ناکامی، عمل به باورهای دینی.

^۱ نویسنده مسئول، استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج، ایران

^۲ گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهر قدس، ایران

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد شهر قدس، دانشگاه آزاد اسلامی، شهر قدس، ایران.



مقدمه

چشم انداز زمان یک بعد اساسی از ساختار روانشناسی زمان است که به صورت دسته بندی تجربه ی فرآیندهای شناختی انسان به چهارچوبهای گذشته، حال و آینده ظاهر میشود(زیمباردو و بوید^۱، ۱۹۹۹). این نگرش اغلب روند ناهشیارانه ای دارد که به موجب آن جریان مستمر تجارب شخصی و اجتماعی به مقوله های زمانی، پیوند می یابد از آن جهت که به این وقایع معنا می دهد یا به آن انسجام می بخشد. این مدل شامل گذشته، حال و آینده و ارزش های عاطفی اختصاص یافته به زمان حال حاضر (لذت گرا و جبرگرا)، گذشته (مثبت و منفی)، آینده و آینده متعالی است (زیمباردو ، اسوارد و اسوارد^۲، فراری -دیز ، مورالز^۳، ۲۰۰۷، وان بک و کایز^۴، ۲۰۱۵).

دین حقیقتی است که در جنبه های گوناگون زندگی انسان حضور جدی و قابل توجهی دارد و تحقیق در باب دین و دین پژوهشی نیز شاخه های متعددی یافته است. به گونه ای که رشته های علمی بسیاری در زمینه های مختلف معارف برای تدوین و تکوین دین به وجود آمده و دیدگاه های گوناگونی ابراز شده است برای نمونه گفته شده است که روان شناسی دین به دنبال درک رفتار دینی از طریق بکارگیری اصول و قوانین روان شناختی است که البته آن اصول از راه مطالعه رفتار غیردینی به دست آمده اند(نصیری، ۱۳۹۱).

ویلیام جیمز^۵ که پدر روان شناسی شمرده شده، معتقد است عشق و نیروی مذهبی و اعتقاد و اطمینان به احساسات مذهبی نیروی روزافزونی در کار و زندگی شخص وارد می کند وقتی دنیا به آدمی پشت می کند، احساسات مذهبی شور زندگی را زنده نگه می دارند(ارگیل^۵، ۲۰۰۰، به نقل از نصیری، ۱۳۹۱).

در فرهنگ و بستر ناکامی را "حالت یا حس مزمن و عمیق ناامنی و نارضایتی ناشی از مشکلات حل نشده" تعریف شده است ناکامی، به عنوان یک حالت عاطفی پیچیده، زمانی که ما در زندگی به مانعی برخورد می کنیم به وجود می آید. همه افراد در یک زمانی در طول زندگی باید کم و بیش در برابر ناکامی از خود تحمل نشان دهند. اصطلاح تحمل ناکامی اشاره دارد به میزان فشار روانی که شخص تحمل کند قبل از اینکه رفتار از حالت یکپارچگی در آمده مختل گردد(ناولس، ۲۰۰۹^۶، ترجمه بابارنئسی، ۱۳۹۳). اما آنچه که در پژوهشهای قبلی به آن بی توجهی

^۱ Zimbardo & Boyd

^۲ Sword & Sword

^۳ Ferrari & Díaz-Morales

^۴ Van Beek & Kairys

^۵ Ergil

^۶ Naves



شده است رابطه بین چشم انداز زمان و عمل به باورهای دینی با تحمل ناکامی است. که در این پژوهش به بررسی رابطه بین چشم انداز زمان و عمل به باورهای دینی با تحمل ناکامی پرداخته شده است. لذا سوال پژوهش این است که آیا بین چشم انداز زمان و عمل به باورهای دینی با تحمل ناکامی رابطه وجود دارد؟

روش

جامعه، نمونه، و روش پژوهش

روش پژوهش در این تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر را، کلیه پرستاران شاغل در بیمارستان های روانپزشکی رازی، نورافشار، لقمان، لبافی نژاد تشکیل می دهد. که از میان آنها ۲۵۰ پرستار با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند.

ابزارهای پژوهش

در این تحقیق برای اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از پرسشنامه های عمل به باور های دینی معبد، پرسشنامه تحمل ناکامی هارینگتون، چشم انداز زمان استفاده شد.

پرسشنامه چشم انداز زمان زیباردو

این پرسشنامه در سال ۱۹۹۹ توسط زیباردو و بوید ساخته شد که شامل ۵۶ عبارت در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه ای از "کاملاً موافقم" تا "کاملاً مخالفم" هست. این مقیاس، ۵ بعد زمانی گذشته منفی (۱۰ پرسش)، گذشته مثبت (۹ پرسش)، حال تقدیرگرا (جبرگرا) (۹ پرسش)، حال لذتگرا (۱۵ پرسش) و آینده گرایی هدفمند (۱۵ پرسش) را دربرمی گیرد. ضریب آلفای کرنباخ در آزمون - باز آزمون توسط زیباردو و بوید به شرح زیر اعلام گردیده است: گذشته گری منفی ۰/۷، گذشته گری مثبت ۰/۷۶، حال جبرگرا ۰/۷۶، حال لذتگرا ۰/۷۲، آینده گری هدفمند ۰/۸. نتایج روایی همگرا و افتراقی سازه با دیگر سازه های روانی مطلوب گزارش شده است. نودری، علیدوستی و خلیلیان (۱۳۹۱)، ضریب آلفای کرنباخ محاسبه شده در کل زیر مقیاس ها را ۰/۷۴ اعلام نموده است. تاج، مکرری و فتوحی (۱۳۸۴)، برای محاسبه پایایی پرسشنامه به روش باز آزمایی بافاصله دو هفته، ضرایب همبستگی زیر را به دست آورده اند: آینده ۰/۷۵، گذشته مثبت ۰/۷۹، گذشته منفی ۰/۸۰، جبرگرایی



در حال ۰/۶۶ و لذت جویی در. حال ۰/۸۶. در پژوهش حاضر نیز، آلفای کرونباخ به این صورت به دست آمد: گذشته مثبت ۰/۷۴۲، گذشته منفی ۰/۸۶۹ (بعد از حذف سؤال ۱۶)، حال لذت گرا ۰/۷۳۵، حال جبر نگر ۰/۷۷۷ و آینده ۰/۷۲۹ (بعد از حذف سؤال ۹).

پرسشنامه عمل به باور های دینی معبد

مقیاس عمل به باورهای دینی (معبد) یکی از ابزارهای مورد استفاده در این تحقیق، مقیاس عمل به باورهای دینی (معبد) است که در آخرین فرم دارای ۶۵ سؤال است که عمل (نه اعتقاد و انگیزش) به باورهای اسلامی را اندازه گیری می کند. مواد آزمون شامل چهار حوزه می باشد، که عبارت است: از عمل به واجبات، عمل به مستحبات، فعالیت های مذهبی عضویت در گروه های مذهبی و غیره و در نظر گرفتن مذهب در تصمیم گیری ها و انتخاب های زندگی. سؤالات آزمون با توجه به رفتارهای دینی رایج در جوانان مذهبی انتخاب شده است. ضریب پایایی بازآزمون مقیاس برای دانشجویان دانشگاه صنعتی شریف ۰/۸۹ دانشجویان علوم پزشکی قزوین ۰/۸۸، و دانشجویان دانشگاه تربیت معلم ۰/۷۵ می باشد. ضریب پایایی بازآزمایی برابر با ۰/۸۳ به دست آمد. ($p < 0/01$)

برای آزمون همسانی درونی این مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد. مقدار این ضریب با ۰/۹۳ برابر بود. همچنین ضرایب پایایی این مقیاس با استفاده از روش آزمون بازآزمون به فواصل دو هفته های بر روی دانشجویان دانشگاه الزهراء ۰/۸۴، دانشجویان تربیت معلم نسیمیه ۰/۸۱ و دانشجویان دانشگاه آزاد قم ۰/۷۸ به دست آمد. نتایج تحلیل عاملی نیز نشان دهنده دو عامل واجبات محرمات (۳۴) و مستحبات مکروهات (۳۱ ماده) است. (گلزاری، ۱۳۷۷). در این مطالعه ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۱ به دست آمده است.

پرسشنامه تحمل ناکامی هارینگتون (۲۰۰۵)

هدف این مقیاس سنجش میزان تحمل ناکامی فرد نسبت به رسیدن به اهداف است. از آنجایی که مقیاسی جهت تحمل ناکامی در ایران وجود نداشت این مقیاس برای اولین بار در ایران ترجمه و ویژگیهای روانسنجی آن بررسی شد. (بابا رئیس، ۱۳۹۳). این مقیاس دارای چهار عامل که به صورت لیکرت ۵ امتیازی نمره گذاری می شود. مجموع نمرات پایین نشاندهنده تحمل ناکامی بالای آزمودنی و مجموع نمرات بالا نشان دهنده تحمل ناکامی کم آزمودنی است. این پرسشنامه شامل ۴ خرده مقیاس می باشد: عدم تحمل عاطفی، عدم تحمل ناراحتی، پیشرفت، شایستگی یا استحقاق می باشد. نتایج ضریب آلفای کرونباخ نشان می دهد که پایایی برای کل آزمودنی ها ۰/۸۴، برای مولفه عدم تحمل عاطفی ۰/۵۰، مولفه عدم تحمل ناراحتی ۰/۶۱، مولفه پیشرفت ۰/۵۲ و مولفه استحقاق ۰/۷۱ است. علاوه بر این ضرایب الفا در نمونه خارجی بالاتر از نمونه ایرانی است. که نمونه ایرانی است. که دامنه ها ۰/۸۷. (مولفه عدم تحمل ناراحتی) تا ۰/۹۴. برای کل مقیاس گزارش شده است. (هارینگتون، ۲۰۰۵).



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد زرقان

دفتر آموزش دانشجویان غیر فارغ التحصیل

96170-82201



یافته ها

۱۴۳ نفر (۵۷/۲ درصد) از شرکت کنندگان زن و ۱۰۷ نفر (۴۲/۸ درصد) از آنان مرد و ۱۲۶ نفر (۵۰/۴ درصد) از شرکت کنندگان مجرد و ۱۲۴ نفر (۴۹/۶ درصد) از آنان متأهل بودند. همچنین ، ۵۸ نفر (۲۳/۲ درصد) از شرکت کنندگان کمتر از ۳۰ سال، ۹۸ نفر (۳۹/۲ درصد) ۳۱ تا ۴۰ سال و ۹۴ نفر (۳۷/۶ درصد) ۴۱ تا ۵۰ سال داشتند.

جدول (۱). میانگین، انحراف استاندارد و ضریب آلفای کرونباخ ابعاد چشم انداز زمان، عمل به باورهای دینی و تحمل

ناکامی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	آلفای کرونباخ
چشم انداز زمان - گذشته منفی	۲۴/۱۱	۵/۰۸	۰/۶۴۵
چشم انداز زمان - گذشته مثبت	۲۳/۶۴	۴/۶۷	۰/۶۹۲
چشم انداز زمان - حال لذت گرایانه	۳۸/۷۲	۶/۳۱	۰/۷۵۶
چشم انداز زمان - حال قضا و قدری	۲۲/۹۰	۴/۸۵	۰/۶۷۲
چشم انداز زمان - آینده	۳۳/۷۵	۴/۷۸	۰/۷۰۹
عمل به باورهای دینی	۶۹/۹۲	۸/۵۸	۰/۸۵۱
تحمل ناکامی	۷۲/۰۹	۱۰/۰۷	۰/۸۹۳

اطلاعات به دست آمده از جدول (۱) نشان می دهد که ، ضرایب آلفای کرونباخ همه متغیرها نزدیک به یا بالاتر از ۰/۷ است. این یافته بیانگر آن است که، ابزارهای به کار گرفته شده برای سنجش متغیرهای پژوهش حاضر از همسانی درونی قابل قبولی برخوردارند.



دوره آموزش علوم انسانی

96170-82201

دانشگاه شیراز
واحد بین‌المللی



جدول (۲) : ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش شامل ابعاد چشم انداز زمان، عمل به باورهای دینی و تحمل ناکامی

۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
						-	۱. چشم انداز زمان - گذشته منفی
					-	*-۰/۱۳۳	۲. چشم انداز زمان - گذشته مثبت
				-	*-۰/۱۴۶	**۰/۲۷۳	۳. چشم انداز زمان - حالت لذت گرایانه
			-	**۰/۳۴۲	-۰/۰۸۵	**۰/۵۵۰	۴. چشم انداز زمان - حالت قضا و قدری
		-	*-۰/۱۴۳	*۰/۱۶۱	**۰/۱۸۹	-۰/۰۴۰	۵. چشم انداز زمان - آینده
	-	**۰/۲۰۹	**۰/۳۴۹	**۰/۲۳۰	۰/۰۰۴	**۰/۳۶۹	۶. عمل به باور های دینی
-	**۰/۳۵۴	**۰/۲۵۹	**۰/۲۶۹	**۰/۲۵۸	**۰/۱۸۶	*۰/۲۷۸	۷. تحمل ناکامی

* $P < 0.05$ ، ** $P < 0.01$

اطلاعات جدول (۲) نشان می دهد که گذشته منفی به صورت مثبت، گذشته مثبت به صورت منفی، حال لذت گرایانه به صورت منفی، حال قضا و قدری به صورت مثبت و بعد آینده چشم انداز زمان به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ با تحمل ناکامی همبسته بودند. عمل به باورهای دینی نیز به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ با تحمل ناکامی همبسته بود.

جدول (۳) رگرسیون چند متغیری سلسله مراتبی در پیش بینی تحمل ناکامی براساس عمل به باورهای دینی و مؤلفه های چشم انداز زمان

متغیرهای	b	SE	β	t	سطح معناداری
مرحله اول: عمل به باورهای دینی	-۰/۲۵۳	۰/۰۷۴	-۰/۲۱۵	-۳/۴۱۷	۰/۰۰۱
$R^2 = 0.125$ و $adjR^2 = 0.122$					$F(1, 248) = 35.448, P < 0.001$
مرحله دوم: چشم انداز زمان - گذشته منفی	۰/۳۳۸	۰/۱۴۰	۰/۱۷۱	۲/۴۰۸	۰/۰۱۷
مرحله دوم: چشم انداز زمان - گذشته مثبت	-۰/۳۶۷	۰/۱۲۶	-۰/۱۷۰	-۲/۹۱۱	۰/۰۰۴
مرحله دوم: چشم انداز زمان - حال لذت گرایانه	-۰/۱۴۴	۰/۰۹۸	-۰/۰۹۰	-۱/۴۶۴	۰/۱۴۴
مرحله دوم: چشم انداز زمان - حال قضا و قدری	۰/۱۲۳	۰/۱۴۶	۰/۰۶۰	۰/۸۴۱	۰/۴۰۱



دوره آموزش علوم انسانی

96170-82201

دانشگاه شیراز، آژانس بین‌المللی
و امور فرهنگی



۰/۰۰۶	۲/۷۷۲	۰/۱۶۶	۰/۱۲۶	-۰/۳۴۹	مرحله دوم: چشم انداز زمان - آینده
$\Delta R^2 = 0/112$		$R^2 = 0/238$ و $adjR^2 = 0/219$			$F(6, 243) = 12/618, P < 0/001$ $\Delta F = 8/03, P = 0/001$

همچنان که جدول (۳) نشان می دهد، متعیر عمل به باورهای دینی که در مرحله اول وارد معادله پیش بینی شد، در سطح معناداری ۰/۰۱ تحمل ناکامی را پیش بینی نمود ($p < 0/01$)، $F(248, 1) = 35/448$ ، بررسی مجذور همبستگی چندگانه بدست آمده نشان داد که ارزش ضریب همبستگی های چند گانه (R^2) برابر با ۰/۱۲۵ است. این موضوع نشان می دهد که متعیر عمل به باورهای دینی ۱۲/۵ درصد از واریانس تحمل ناکامی را تبیین نموده است. ضریب رگرسیون بین دو متعیر عمل به باورهای دینی و تحمل ناکامی منفی و در سطح ۰/۰۱ معنادار بود (۰/۰۱ $p < -0/215$)، بدین ترتیب در آزمون فرضیه اول چنین نتیجه گیری شد که عمل به باورهای دینی به صورت منفی و معنادار تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. با توجه به این که در پرسشنامه تحمل ناکامی نمره بالا بیانگر تحمل ناکامی پایین است. بنابراین جهت ضریب رگرسیون منطقی و معقول است. همچنین ، با ورود مؤلفه های چشم انداز زمان به معادله پیش بینی تحمل ناکامی در مرحله دوم، ارزش R^2 به ۰/۲۳۸ رسید. این یافته بدان معناست که ورود مؤلفه های چشم انداز زمان به معادله پیش بینی، باعث شده تا ۴۰/۵ درصد از واریانس تحمل ناکامی تبیین شود. ارزش تغییرات R^2 (ΔR^2) برابر با ۰/۱۱۲ بود. این یافته بدان معناست که با ورود مؤلفه های چشم انداز زمان در معادله پیش بینی و با کنترل عمل به باورهای دینی، مقدار واریانس تبیین شده تحمل ناکامی ۱۱/۲ درصد افزایش یافته است که به لحاظ آماری در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($p < 0/01$)، $\Delta F = 8/03$ ، بررسی ضرایب رگرسیون نیز نشان داد که گذشته منفی ($p < 0/05$)، $\beta = 0/171$ به صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. همچنین بعد آینده چشم انداز زمان ($p < 0/01$)، $\beta = -0/166$ و بعد گذشته مثبت (۰/۰۱ $p < -0/170$) آن به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. بدین ترتیب در آزمون فرضیه دوم چنین نتیجه گیری شد که بعد گذشته منفی چشم انداز زمان به صورت مثبت و بعد آینده و گذشته مثبت آن به صورت منفی تحمل ناکامی را پیش بینی می کند.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج تعیین شد که، که عمل به باورهای دینی به صورت منفی و معنادار تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. با توجه به این که در پرسشنامه تحمل ناکامی نمره بالا بیانگر تحمل ناکامی پایین است. بنابراین جهت ضریب رگرسیون منطقی و معقول است. نتیجه بدست آمده با تحقیقات، پرویزی ، افشاری نیا، (۱۳۹۴)، میمندی و برآمدی (۱۳۸۹)، کشاورز، شاه نظری و کلانتر (۱۳۸۸)، روحانی و معنوی پور (۱۳۸۷)، وینک و سیولا و تریسی (۲۰۰۷)، میستر تا (۲۰۰۶)، که نتیجه گرفتند بین عمل به باورهای دینی به صورت معنادار تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. می توان گفت ، باور های دینی مجموعه اقدامات ، رفتارها ، باورها و نگرش هایی است که در ارتباط با اصول دین ، فروع دین و دیگر حیطه های



دانشگاه شیراز
واحد پژوهش

دوره نهم، شماره دوم، زمستان ۱۳۹۶

96170-82201



مرتبط با مذهب عنوان می شود. مذهب به مجموعه ای از جهان بینی و ایدئولوژی اطلاق می شود که تلقین آنها می تواند شیوه زندگی فرد را تعیین کند. بنابراین، افراد ناتوان در تحمل ناکامی به اشتفتگی روانی و ناسازگاری و ناتوان در روابط بین فردی هستند. افرادی که تحمل ناکامی کمی دارند، باورهای انعطاف ناپذیری دارند، غمگین هستند. عمل به باورهای دینی و مذهبی از عوامل پیش بینی کننده سلامت روانی و بهزیستی و تحمل ناکامی می باشد. رفتارهای مذهبی باعث کاهش استرس روانی و بالا رفتن سرعت بهبودی اختلالات هیجانی و خلقی می شود. باورهای دینی اشباع شده از عواطف و احساسات تعریف کرد. الپورت اظهار می دارد که ایمان مذهبی بالغانه و به رغم ماهیتی تقلیدی و اقتباسی، خصلتی پویا دارد. البته به رغم همه دینداری ها از عدم بلوغ روانشناختی، یعنی مشکلات جسمی، تمایلات خود محورانه، تفسیرهای کودکانه و... ریشه گرفته اند؛ اما این احساسات دینی می توانند در فرایند تحول خود، بر چنین ریشه های نا بالغانه ای غلبه و بر انگیزه هایی که از آن سرچشمه گرفته اند، چیره شوند. با وقوع چنین پدیده ای، دین انگیزه برتر در زندگی فرد می شود. در فرهنگ و بستر ناکامی را حالت یا حس مزمن عمیق نا امنی و نارضایتی ناشی از مشکلات حل نشده تعریف شده است. ناکامی به عنوان یک حالت عاطفی پیچیده، زمانی که ما در زندگی به مانعی بر خورد می کنیم به وجود می آید. همه افراد در یک زمانی در طول زندگی باید کم یا بیش در برابر ناکامی از خود تحمل نشان دهند. اصطلاح تحمل ناکامی اشاره دارد به میزان فشار روانی که شخص می تواند تحمل کند قبل از اینکه رفتار از حالت یکپارچگی در آمده مختل گردد. بنابراین افرادی که باورهای دینی عمیقی دارند، در برابر ناکامی های بوجود آمده دچار استرس و اضطراب نمی شوند و از استانه تحمل بالایی برخوردارند. همچنین، با توجه به نتایج مشخص شد که، که بعد گذشته منفی چشم انداز زمان به صورت مثبت و بعد آینده و گذشته مثبت آن به صورت منفی تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. نتیجه بدست آمده با تحقیقات، محمدی (۱۳۹۴)، لطیفی (۱۳۹۳)، آقاجانی، حقیقت گو و زبردست (۱۳۹۲)، روزنواپگ (۱۹۹۴)، که نتیجه گرفتند، مؤلفه های چشم انداز زمان به صورت معنادار تحمل ناکامی را پیش بینی می کند. می گفت که، چشم انداز زمان سازهای روان شناختی است که شامل ۵ بعد گذشته مثبت، گذشته منفی، حال جبر نگر، حال لذت گرا و آینده می شود. طبق نظر زیمباردو و بوید، حالت مطلوب چشم انداز زمانی فرد، بالا بودن نمرات مربوط به ابعاد گذشته مثبت، حال لذت گرا و آینده به صورت متعادل و هم زمان و نیز پایین بودن نمرات ابعاد حال جبر گرا و گذشته منفی است. چشم انداز زمان باعث شکل دادن به اهدافمان می شود و این اهداف به نوبه خود، رفتار ما را تعیین میکند و نقش مهمی در شکل دادن به رفتار فعلی ما بازی می کند. گذشته منفی، منعکس کننده چشم انداز منفی و آزارنده از رویداد های گذشته است که ممکن است مبتنی بر تجربیات منفی واقعی و یا بازسازی های منفی از رویداد های گذشته باشد. بنابراین با توجه به اینکه تجربه این رویدادها باعث می شوند که، ما در برابر ناملایمات زندگی از استانه تحمل بالایی برخوردار باشیم. بعد گذشته-مثبت منعکس کننده یک چشم انداز گرم و عاطفی نسبت به گذشته است. جهت گیری آینده نشان دهنده دغدغه نسبت به تحقق اهداف، به تأخیر انداختن لذت ها و اجتناب از اتلاف زمان است. همه افراد در یک زمانی در طول زندگی باید کم یا بیش در برابر ناکامی از خود تحمل نشان دهند. ناتوانی در تحمل ناکامی به اشتفتگی روانی و ناسازگاری و مشکلات در روابط بین اشخاص می انجامد. ناکامی به عنوان یک حالت عاطفی پیچیده، زمانی که ما در زندگی به مانعی بر خورد می کنیم به وجود می آید. همه افراد در یک زمانی



دانشگاه شیراز

96170-82201

دانشگاه شیراز
واحد بین‌المللی



در طول زندگی باید کم یا بیش در برابر ناکامی از خود تحمل نشان دهند. اصطلاح تحمل ناکامی اشاره دارد به میزان فشار روانی که شخص می تواند تحمل کند قبل از اینکه رفتارش از حالت یکپارچگی در آمده مختل گردد.

تعداد سؤالات زیاد پرسشنامه‌ها که این موضوع ممکن است منجر به خستگی پاسخ‌دهندگان شده باشد و بدین گونه نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار دهد. سختی نمونه‌گیری و افت نمونه (۳۲۰ نمونه بود که ۷۰ نمونه افت داشتیم) محدودیت نوع پژوهش، که به صورت مقطعی انجام شده محدودیت‌هایی را در زمینه تفسیرها و اسناد علت‌شناسی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کنند که باید در نظر گرفته شوند. پژوهش فقط محدود به پرستاران بیمارستانهای تهران هست، بنابراین تعمیم آن به جامعه پرستاران سایر بیمارستان‌ها و جوامع دیگر با مشکل مواجه است. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی مشابه با این طرح پژوهشی، در مورد پرستاران سایر بیمارستان‌ها و اقشار دیگر به‌غیر از پرستاران و در نقاط دیگر کشور نیز صورت گیرد. تحمل ناکامی را، با متغیرهای دیگری به‌غیر از چشم‌انداز زمان و عمل به باورهای دینی، نظیر ذهن آگاهی، بهداشت روان، سلامت عمومی، سلامت روان، شادکامی، تاب‌آوری، رضایت شغلی، رضایت زناشویی، جهت‌گیری زندگی و جز آن، موردسنجش و آزمون قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود، از نمونه بزرگ‌تر استفاده شود. طراحی برنامه‌های آموزشی جهت ارتقاء تحمل ناکامی پرستاران بر اساس مولفه‌های عمل به باورهای دینی ابعاد مثبت چشم‌انداز زمان شامل گذشته‌ی مثبت حال لذت‌گرا و آینده و بررسی تأثیر متغیرهای دیگری چون سبک زندگی، سبک‌های مقابله با استرس و غیره بر روی تحمل ناکامی، بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی سایر متغیرها با تحمل ناکامی. همچنین در نمونه‌های دیگر همراه با بررسی تأثیر متغیرهای دیگر اجرا شود.

منابع

بابا رییسی، محمد. (۱۳۹۳). پرسشنامه تحمل ناکامی. انتشارات: ازمون یار پویا.

ناوس، ولیلیام جی. (۲۰۱۴). *تحمل ناکامی*. (ترجمه محمد بابا رییسی، ۱۳۹۴). تهران، انتشارات نظری.

نصیری، منصوره. (۱۳۹۱). بررسی رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در زنان متأهل،

پایان‌نامه کارشناسی/ارشد، رشته روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه

طباطبایی.

Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Procrastination: Different time orientations reflect different motives. *Journal of Research in Personality*, 41(3), 707-714.

Harrington, N. (2005). The frustration discomfort scale: Development and



96170-82201



دانشگاه شیراز
واحد بین‌المللی



psychometric properties. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(5), 374-

387.

zimbardo time perspective inventory in a brazilian sample. *Interamerican*

Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid,

Zimbardo, P. G., Sword, R., & Sword, R. (2012). *The time cure: Overcoming PTSD*

with the new psychology of time perspective therapy. San Francisco:

- Van Beek, W., & Kairys, A. (2015). *Time Perspective and Transcendental* 145-

158. 3514.77.6.1271.