

# The Role of Spiritual Experiences in Predicting Hopes in Students: the Mediating Role of Resilience

Ahmad Usefynezhad<sup>1\*</sup> , Fatemeh Fathi<sup>2</sup> , Azam Mohammadifakhr<sup>3</sup> , Fateme Zohdi<sup>4</sup> 

1- Department of Psychology and Counseling Education Department, Farhangian University, Tehran, Iran..

2- Department of Psychology, Buin Zahra Branch, Islamic Azad University, Buin Zahra, Iran.

3- Department of Counseling, Payame Noor University, Qazvin, Iran

4- Department of Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

\*Correspondence should be addressed to Mr Ahmad Usefynezhad; Email: [ausefy.counseling.91@gmail.com](mailto:ausefy.counseling.91@gmail.com)

## Article Info

Received: Oct 13, 2023

Received in revised form:

Nov 25, 2023

Accepted: Jan 15, 2024

Available Online: Dec 1, 2024

## Keywords:

Life expectancy

Resilience

Spiritual experiences

Students



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i4.43547>

## Abstract

**Background and Objective:** Hope is essential for human health, so life expectancy is definitely a basic need for students. On this basis, the present study was conducted with the aim of examining the mediating role of resilience in relation to spiritual experiences in predicting hope in students.

**Methods:** The current research was descriptive-correlational. The research population included all male and female undergraduate students of Farhangian University of Qazvin province in the academic year 2021-2022 ( $n = 900$ ). Based on Morgan and Gujersi's table, 269 students were selected by available sampling method. The data collection instruments included the spiritual experiences questionnaire by Underwood and Tersey (2002), and Connor and Davidson's resilience (2003), and Snyder et al.'s (1991) life expectancy questionnaires. To analyze the data, Pearson's correlation test was used on SPSS version 24 and AMOS software was used to check the research model.

**Results:** The feeling of the presence of God both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.205$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.126$ ) had an effect on life expectancy. Positive Communication with God both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.135$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.082$ ) had a positive effect on life expectancy. The feeling of responsibility towards others both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.172$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.110$ ) had a positive effect on life expectancy.

**Conclusion:** The results of this study show the importance of paying attention to spiritual experiences and resilience as variables affecting hope in students. Therefore, such issues as supporting, facilitating and attention to people's spiritual desires and needs should be taken into consideration in the care programs.

**Please cite this article as:** Usefynezhad A, Fathi F, Mohammadifakhr A, Zohdi F. The Role of Spiritual Experiences in Predicting Hopes in Students: the Mediating Role of Resilience. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2023;10(4):16- 28. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i4.43547>

## Summary

### Background and Objective

One of the essential elements in maintaining health and safety of students is life expectancy, which is considered as an indicator of ability in the positive well-being of people (2). In general, having an optimistic attitude towards life is one of the most effective factors in health, and despair is

considered as a mental and behavioral disorder. Also hope can play a role in increasing people's ability in various aspects of life, especially in the field of education (21). Therefore, it is necessary to identify and reinforce factors such as spiritual experiences and resilience that play a role in students' life expectancy. On the one hand, considering the importance of the role of variables such as spiritual experiences and resilience and

the lack of consistent research in the form of structural equation modeling to examine the relationship between the mentioned variables in the students' community motivated the present study with the aim of studying the mediating role of resilience in relation to spiritual experiences in predicting students' life expectancy. This study seeks to answer the question whether resilience has a mediating role in to the relationship between spiritual experiences and life expectancy in the students.

## Methods

**Compliance with ethical guidelines:** After obtaining permission from the university and explaining the objectives to the participants, their consent was obtained and they were assured about the confidentiality of the information.

The present study was descriptive-correlational. The research population included all male and female undergraduate students of Farhangian University of Qazvin province in the academic year 2020-2021 ( $n = 900$ ). Based on Morgan and Gujersi's table, 269 participants were selected by available sampling method. The inclusion criteria included informed consent to participate in the study, being aged 19 to 23, desire to participate in the study, being a student at Farhangian University, membership in social networks Telegram, WhatsApp, Instagram, and having a smartphone, and the exclusion criteria included unwillingness to participate in the study, inappropriate completion of the questionnaire. Data collection tools included the spiritual experiences questionnaire by Underwood and Tersey (2002), Connor and Davidson's resilience questionnaire (2003), and Snyder et al.'s (1991) life expectancy questionnaire. To analyze the data, Pearson's correlation test was used on the SPSS software version 24 and AMOS software was used to check the research model.

## Results

According to the results, the participants included 123 boys (45.7%) and 146 girls (54.3%). Also, 55 students were married (20.4 percent) and 214 were single (79.6 percent). The majority students' ( $n = 158$ ) age range was 21-22 years accounting for 58.7% of the participants. The results showed that the correlation of spiritual experiences and resilience with life expectancy was positive and significant ( $P < 0.01$ ). The positivity of the obtained coefficients showed a direct relationship between spiritual experiences and resilience with life expectancy.

Based on the results, feeling the presence of

God ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.367$ ), relationship with God ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.239$ ) and feeling responsible toward others ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.00$ ) had a positive and direct effect on resilience. The feeling of God's presence had a positive effect on life expectancy both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.205$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.126$ ). Communication with God both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.135$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.082$ ) had a positive effect on life expectancy. The feeling of responsibility towards others both directly ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.172$ ) and indirectly with the mediation of resilience ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.110$ ) had a positive effect on life expectancy. Resilience has a direct and positive effect on life expectancy ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.342$ ).

## Conclusion

The present study was conducted with the aim of examining the mediating role of resilience in relation to spiritual experiences in predicting students' life expectancy. The results showed that spiritual experiences have a positive and direct effect on students' resilience. In other words, with an increase in spiritual experiences in life, students' resilience increases. The obtained findings are consistent with the results of the previous studies in this field including those by Soltani et al. (11) and Haqdoost et al. (12). In explanation for this finding, it can be stated that needs such as the need for purpose, meaning and hope in life, the need to go beyond the existing conditions, the need for companionship and help, the need for a positive perspective in life are among the spiritual needs that people usually have even more when facing difficulties and challenges (27).

The results showed that resilience has a direct and positive effect on the life expectancy of students, that is, with increasing resilience, the life expectancy of students improves. This result is consistent with the results of the previous studies in this field such as the studies by Shahbazi Rad et al. (17) and Bagheri Karachi and Kermani (18). In explanation for the obtained result, it can be stated that people who have high resilience in their lives have a positive approach to life and have higher hope and a high sense of sufficiency. These people usually have good physical and mental health. Therefore, it can be expected that in these conditions, people with high resilience experience a higher life expectancy.

The results showed that spiritual experiences have a positive effect on the students' life expectancy both directly and indirectly through

the mediation of resilience. Based on the findings, it can be concluded that with the increase in spiritual experiences, resilience improves and with the improvement of resilience, the level of life expectancy increases in the students. Furthermore, spiritual experiences provide the possibility of reinterpreting uncontrollable events, and as a result, the events seem less stressful and more controllable. Also, attributing negative events to factors beyond the person's control leads to the creation of an optimistic style, all of which provide the basis for people's resilience and tolerance against hardships and troubles. Accordingly, it can be said that meaningful spiritual experiences create a sense of purposefulness, self-efficacy and patience in the face of problems.

The current research was constrained by some limitations; the current research is correlational and it is not possible to draw cause and effect relationships from it; therefore, it is better to conduct interventional research. Due to the fact that this research was conducted on students, caution should be practiced in generalizing the results to other members of the society, and it is better to conduct more research on these variables on other populations, including women, men, the elderly, and people who have had accidents, and crisis so that the results can be compared. Also, one of the other limitations of the present study was the lack of evaluation of variables such as depression or stress during the Corona pandemic, which requires caution in generalizing the results. The results of this study point to the importance of paying attention to spiritual experiences and resilience as a variable affecting students' life expectancy; Therefore, in the care programs, things like support, facilitation and attention to the spiritual desires and needs of people should be taken into consideration. Therefore, according to the results of the study, it is suggested that in the design and formulation of educational programs priority be given to teaching resilience skills and using spiritual experiences as an efficient method to increase life expectancy, because increasing life expectancy in students can be an effective step towards improving health.

### **Acknowledgements**

We express our gratitude to all the dear students and teachers who helped us in completing the research questionnaires.

### **Ethical considerations**

This research was approved with the ethics code number IR.QUMS.REC.1400.070 by the Research

Ethics Committee of Ghazvin University of Medical Sciences.

### **Funding**

All the expenses related to this research were covered by the corresponding author.

### **Conflict of interest**

There is no conflict of interest between the authors in this research.

### **Authors' contribution**

Writing the main text of the article: first author; second author the project manager and supervisor: second author; statistical consultation and analysis: third author; and final editing of the article: fourth author.

## تأثير التجربة الروحية على التنبؤ بمتوسط العمر عند الطلاب من منظور المرونة كعامل وسيط

احمد يوسفى نجاد<sup>١\*</sup>، فاطمة فتحي<sup>٢</sup>، أعظم محمدي فخر<sup>٣</sup>، فاطمة زهدي<sup>٤</sup>

١- قسم علم النفس والإستشارة، دار المعلمين العليا، طهران، إيران.

٢- قسم علم النفس، فرع بوئين زهراء، جامعة آزاد الإسلامية، بوئين زهراء، إيران.

٣- قسم علوم الإستشارة، جامعة بيام نور، قزوین، إيران.

٤- قسم علم النفس، جامعة آزاد في طهران، جامعة آزاد الإسلامية، طهران، إيران.

\* المراسلات الموجهة إلى سيد احمد يوسفى نجاد؛ البريد الإلكتروني: [ausefy.counseling.91@gmail.com](mailto:ausefy.counseling.91@gmail.com)

### معلومات المادة

الوصول: ٢٧ ربيع الاول ١٤٤٥

وصول النص النهائي: ١١ جمادى الأولى ١٤٤٥

القبول: ٣ رجب ١٤٤٥

النشر الإلكتروني: ١٩ جمادى الثاني ١٤٤٦

### الكلمات الرئيسية:

جارب الروحية

الطلاب

متوسط العمر

المرونة

### الملخص

خلفية البحث وأهدافه: الأمل محرك الإنسان في الحياة وضرورة حيوية، وعليه، فإنّ الأمل في متوسط العمر المتوقع حاجة ماسة لكل إنسان خاصة الطلاب. وانطلاقاً من هذه القناعة، تسعى هذه الدراسة لتسليط الضوء على الدور الوسيط للمرونة في التجارب الروحية وتأثيرها في رفع متوسط العمر لدى شريحة الطلاب.

منهجية البحث: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي-الارتباطي. اما الجمعية الإحصائية فقد شملت جميع الطلاب الذكور والإناث في مرحلة البكالوريوس في دار المعلمين العليا في محافظة قزوین في العام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠م وقد اختير ٩٠٠ طلاب على أساس جدول مورغان وغجرسي، وفي المرحلة التالية اقتصر البحث على ٢٦٩ طالباً عبر منهج أخذ العينات المتاحة وقد اختيروا عبر الإنترنت. اما آلية جمع المعطيات فقد شملت استبيان التجارب الروحية لدى أندروود و ترسي (٢٠٠٢)، واستبيان كونيور وديويدسون (٢٠٠٣)، واستبيان متوسط العمر المتوقع للباحث اسنايدر والزملاء (١٩٩١). ولتحليل المعطيات اعتمدت الباحثون على اختبار معامل ارتباط بيرسون من خلال تطبيق SPSS الإصدار ٢٤ كما اعتمدوا على تطبيق AMOS لبحث نموذج الدراسة.

المعطيات: توصل الباحثون إلى أنّ الشعور بحضور الله سواء بصورة مباشرة ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.205$ ) أو بصورة غير مباشرة ومن خلال عامل المرونة الوسيط ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.126$ ) يؤثر على متوسط العمر تأثيراً إيجابياً، أنّ الارتباط بالله بصورة مباشرة ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.135$ ) وغير مباشرة ومن خلال دور المرونة الوسيط ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.082$ ) يؤثر بالإيجاب على الأمل في متوسط العمر. اما الشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين فقد يؤثر بصورة مباشرة ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.172$ ) و بصورة غير مباشرة ومن خلال دور المرونة الوسيط ( $P < .01$ ،  $\beta = 0.110$ ) يؤثر على متوسط العمر بصورة إيجابية.

الاستنتاج: نتائج هذه الدراسة تُثبت مدى أهمية الإهتمام بالتجارب الروحية والمرونة بوصفها متغيرات مؤثرة على متوسط العمر لدى الطلاب؛ إذن، يجب في الإهتمام بما في المشاريع الصحية مثل الرعاية الصحية، والإهتمام بالنزعات والحاجات الروحية لدى الأفراد ووضعها في موضع الإهتمام والدراسة.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Usefyezah A, Fathi F, Mohammadifakhr A, Zohdi F. The Role of Spiritual Experiences in Predicting Hopes in Students: the Mediating Role of Resilience. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2023;10(4):16- 28. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i4.43547>

## نقش تجارب معنوی در پیش‌بینی امید به زندگی دانشجویان با میانجی تاب‌آوری

احمد یوسفی نژاد\*<sup>۱</sup>، فاطمه فتحی<sup>۲</sup>، اعظم محمدی فخر<sup>۳</sup>، فاطمه زهدی<sup>۴</sup>

۱- گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

۲- گروه روان‌شناسی، واحد بویین زهرا، دانشگاه آزاد اسلامی، بویین زهرا، ایران.

۳- گروه مشاوره، دانشگاه پیام نور، قزوین، ایران.

۴- گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

\*مکاتبات خطاب به آقای احمد یوسفی نژاد؛ رایانامه: [ausefy.counseling.91@gmail.com](mailto:ausefy.counseling.91@gmail.com)

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۲۱ مهر ۱۴۰۲

دریافت متن نهایی: ۴ آذر ۱۴۰۲

پذیرش: ۲۵ دی ۱۴۰۲

نشر الکترونیکی: ۱ دی ۱۴۰۳

### چکیده

**سابقه و هدف:** امید برای سلامت انسان ضروری است؛ پس به‌طور حتم امید به زندگی یک نیاز اساسی برای دانشجویان است. بنابراین مطالعه‌ی حاضر با هدف نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه‌ی تجارب معنوی در پیش‌بینی امید به زندگی دانشجویان انجام شد.

**روش کار:** پژوهش حاضر توصیفی-هم‌بستگی بود. جامعه‌ی پژوهش شامل تمامی دانشجویان دختر و پسر کارشناسی دانشگاه فرهنگیان استان قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند (۹۰۰ نفر) که براساس جدول مورگان و گجرسی تعداد ۲۶۹ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس، انتخاب شدند و به شیوه‌ی اینترنتی پاسخ دادند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های «تجارب معنوی» اندروود و ترسی (۲۰۰۲)، «تاب‌آوری» کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) و «امید به زندگی» اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱) بود. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون هم‌بستگی پیرسون با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۲۴ و بررسی مدل پژوهش از نرم‌افزار AMOS استفاده شد.

**یافته‌ها:** احساس حضور خداوند هم به‌صورت مستقیم ( $\beta=0/205, P<0/01$ ) و هم به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $\beta=0/126, P<0/01$ ) بر امید به زندگی تأثیر مثبت دارد. ارتباط با خداوند نیز، هم به‌صورت مستقیم ( $\beta=0/135, P<0/01$ ) و هم به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $\beta=0/082, P<0/01$ ) بر امید به زندگی تأثیر مثبت دارد. همچنین احساس مسئولیت در برابر دیگران به‌صورت مستقیم ( $\beta=0/172, P<0/01$ ) و هم به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $\beta=0/110, P<0/01$ ) بر امید به زندگی تأثیر مثبت دارد.

**نتیجه‌گیری:** نتایج این مطالعه اهمیت توجه به تجارب معنوی و تاب‌آوری را به‌عنوان متغیر تأثیرگذار بر امید به زندگی دانشجویان را نشان می‌دهد؛ بنابراین، در برنامه‌های مراقبتی مواردی همچون حمایت، تسهیل و توجه به تمایلات و نیازهای معنوی افراد مورد توجه قرار گیرند.

استناد مقاله به این صورت است:

Usefinezhad A, Fathi F, Mohammadifakhr A, Zohdi F. The Role of Spiritual Experiences in Predicting Hopes in Students: the Mediating Role of Resilience. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2023;10(4):16- 28. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i4.43547>.

### مقدمه

دانشجویان از ارکان اصلی سرمایه‌های انسانی کشور محسوب می‌شوند و نقش بسزایی در تحول، پیشرفت و تعالی هر کشوری دارند. لذا بررسی عوامل مؤثر در رشد ارضای نیازهای روانی و تأمین سلامت جسمانی و روان‌شناختی این قشر از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌باشد (۱). یکی از عناصر ضروری در حفظ بهداشت و سلامت، امید به زندگی است، که به‌عنوان شاخص توانمندی در بهزیستی مثبت افراد مورد توجه واقع شده است (۲). امید شامل توانایی باور داشتن و احساسی بهتر در آینده است و این امید است که پس از بحران‌ها آرامش را به فرد بازمی‌گرداند (۳). امید و امیدواری یک نگرش ذهنی و عاطفی است که بر کیفیت زندگی تمرکز داشته و شامل انتظار نتایج مثبت از تمام چالش‌ها و اتفاقات روزانه است (۴). امید به معنای انجام فعالیت و امور زندگی با چشم‌انداز مثبت است. این مفهوم لزوماً به معنای اجتناب یا نادیده گرفتن اتفاقات یا نتایج بد نیست؛ بلکه تلاش برای داشتن دید مثبت با علم به احتمال وجود موقعیت‌های بد بالقوه است (۵). امید داشتن به زندگی یک احساس، میل و انتظار است که «همه‌چیز در آینده به‌خوبی پیش خواهد رفت»، و باعث می‌شود که افراد با مشکلات مقابله کنند و برای رسیدن به اهداف خود، استراتژی‌های مختلفی را بیازمایند (۶).

توجه به متغیرهای روان‌شناختی و معنوی از جمله تجارب معنوی در روند امیدواری نقش بسزایی دارد (۷). تجارب معنوی تجاربی اصیل و درونی هستند که در ذات هر انسانی نهفته، موضوع آن ارتباط درونی فرد با ماورای هستی است، که فرد را در جهت هماهنگی با محیط اطراف و دستیابی به یکپارچگی درونی و بیرونی یاری می‌کند و در بحران‌های زندگی راهبرد سازگار محسوب می‌شوند (۸). تجربه‌ی روزانه‌ی معنویت شامل معنایابی در زندگی است که شامل درک معنای زندگی، تجربه‌ی مثبت در زندگی، احساس خوشبختی و رضایت از زندگی است (۹). از عوامل مؤثر در تجربه‌ی روزانه‌ی معنویت، رابطه با خداست که عبادت، رازونیز، رابطه‌ی صمیمانه و دوستی با خدا، احساس توجه خدا به فرد و احساس مثبت از رابطه داشتن با خدا در تکامل تجارب معنوی فرد نقش اساسی دارد (۱۰). در مطالعات ارتباط تجارب معنوی با امید به زندگی بیماران تحت جراحی بای پس عروق کرونر (۱۱) و امید به زندگی بیماران مبتلا به سوختگی (۱۲) تأیید شده است.

از طرفی تاب‌آوری از جمله عواملی است که از بروز مشکلات روانی در میان افراد جلوگیری به عمل می‌آورد، آن‌ها را از بروز اثرات روانی رویدادهای مشکل‌زا در امان نگاه می‌دارد و باعث می‌شود افراد در موقعیت‌های خطرناک، توانایی برقراری تعادل بین جنبه‌های زیستی و روانی را داشته باشند (۱۳). تاب‌آوری به‌مثابه‌ی توانایی غلبه کردن بر تنش، استفاده کردن از راهبردهای مقابله‌ای مناسب، داشتن عزت‌نفس و ثبات هیجانی در حوادث و شرایط مختلف زندگی تعریف شده است (۱۴). تاب‌آوری به‌عنوان منبعی برای تسهیل غلبه بر مصائب، مشکلات، مقاومت در برابر تنش و از بین بردن اثرات روانی آن‌ها تعریف شده است (۱۵). فرد تاب‌آور منابع درونی (شخصی) و بیرونی (محیطی) را با هم ترکیب می‌کند و به سازگاری مثبت در رویارویی با مشکلات می‌رسد. در واقع تاب‌آوری نوعی بازگشت به تعادل اولیه و حتی گاهی رسیدن به تعادل سطح بالاتر است. تاب‌آوری به رشد سالم سازگاران و میزان مقاومت فرد در برابر مشکلات فعلی و آینده اشاره دارد؛ به‌گونه‌ای که از فرد در برابر عوامل خطر، حفاظت می‌کند (۱۶). مطالعات از رابطه‌ی تجربیات معنوی با میزان تاب‌آوری دانشجویان (۱۷) و تاب‌آوری معلمان (۱۸) حکایت دارند. همچنین رابطه‌ی بین تاب‌آوری با امید به زندگی مادران کودکان ناشنوا (۱۹) و امید به زندگی سربازان (۲۰) تأیید شده است.

داشتن نگرشی امیدوارانه به زندگی، از مؤثرترین عوامل مؤثر در سلامتی است و ناامیدی به‌عنوان یک اختلال روانی و رفتاری محسوب می‌شود. از این‌رو امید به زندگی یکی از متغیرهای تأثیرگذار بر کیفیت زندگی و سلامت روان افراد جامعه، و به‌ویژه قشر دانشجو به‌عنوان آینده‌سازان جامعه است. همچنین امید می‌تواند در افزایش توانمندی افراد در جنبه‌های مختلف زندگی به‌خصوص در زمینه‌ی تحصیلی نقش مهمی داشته باشد (۲۱)، لذا شناسایی و تقویت عواملی از جمله تجارب معنوی و تاب‌آوری که در امید به زندگی دانشجویان نقش دارند، لازم و ضروری است. از سویی نظر به اهمیت نقش متغیرهایی همچون تجارب معنوی و تاب‌آوری، و عدم پژوهشی منسجم در قالب معادلات ساختاری در زمینه‌ی ارتباط متغیرهای مذکور در جامعه‌ی دانشجویان، موجب شد تا مطالعه‌ی حاضر با هدف نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه‌ی تجارب معنوی در پیش‌بینی امید به زندگی دانشجویان انجام شود و به‌دنبال پاسخ به این سؤال باشد که آیا تاب‌آوری در رابطه‌ی تجارب معنوی با امید به زندگی دانشجویان، نقش

میانجی دارد؟

## روش کار

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** پس از کسب اجازه از دانشگاه و بیان اهداف برای شرکت‌کنندگان، رضایت از آنها کسب و درباره‌ی محرمانگی اطلاعات به آنها اطمینان خاطر داده شد.

پژوهش حاضر به‌لحاظ هدف از نوع کاربردی، و به‌لحاظ روش توصیفی-هم‌بستگی بود. جامعه‌ی آماری شامل تمامی دانشجویان دختر و پسر کارشناسی دانشگاه فرهنگیان استان قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند (۹۰۰ نفر) که براساس جدول مورگان و گجرسی تعداد ۲۶۹ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شیوه‌ی اینترنتی (عضو شبکه‌های اجتماعی تلگرام، واتساپ، اینستاگرام) پاسخ دادند. ملاک‌های ورود، شامل رضایت آگاهانه جهت شرکت در مطالعه، سن ۱۹ تا ۲۳ سال، تمایل به شرکت در پژوهش، دانشجوی دانشگاه فرهنگیان بودن، عضویت در شبکه‌های اجتماعی تلگرام، واتساپ، اینستاگرام و داشتن گوشی هوشمند بود. ملاک‌های خروج نیز شامل عدم رضایت برای شرکت در پژوهش، ناقص بودن و محدود بودن پرسش‌نامه بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های زیر بودند:

**پرسش‌نامه‌ی تجارب معنوی:** این پرسش‌نامه‌ی ۱۶ سؤالی توسط اندروود و ترسی (۲۰۰۲) طراحی شده که سه عامل احساس حضور خداوند (سؤالات ۱، ۱۰، ۱۱، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱) و ارتباط با خداوند (سؤالات ۱۵، ۱۲، ۸، ۷، ۳) و احساس مسئولیت در برابر دیگران (سؤالات ۱۳ و ۱۴) را روی طیف لیکرت ۶‌گزینه‌ای می‌سنجد («اغلب اوقات روز»، «نمره‌ی ۶» و «هرگز» یا «تقریباً هرگز» نمره‌ی یک). لذا دامنه‌ی نمرات بین ۱۶ تا ۹۶ است که نمرات بالاتر تجارب معنوی بیشتر را بیان می‌کند. اندروود و ترسی، ضمن تأیید روایی، ثبات درونی مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی و مقادیر ۰/۹۴ و ۰/۹۵ را در دو بار اجرا گزارش کرده‌اند (۲۲). در ایران تقوی و امیری (۱۳۸۹)، روایی مقیاس را با استفاده از روش‌های روایی هم‌زمان و تحلیل عوامل بررسی و ضمن تأیید روایی مقیاس، ضرایب پایایی ۰/۹۶ را برای بازآزمایی، ۰/۸۸ برای تنصیفی اسپیرمن براون و ضریب پایایی ۰/۹۱ را برای آلفای کرونباخ گزارش کرده‌اند (۲۳). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

**پرسش‌نامه‌ی تاب‌آوری:** این پرسش‌نامه‌ی ۱۰ سؤالی توسط کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) ساخته شده که در یک مقیاس لیکرتی بین یک (هرگز) تا پنج (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه‌ی نمرات ۵۰-۱۰ است و نمرات بالاتر، تاب‌آوری بیشتر را نشان می‌دهد. در مطالعه‌ی کونور و دیویدسون، روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی تأیید، و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش شد (۲۴). در مطالعه‌ی کیهانی و همکاران (۱۳۹۳) روایی محتوایی توسط اساتید تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ و دونیمه‌سازی اسپیرمن-برون، به‌ترتیب برابر با ۰/۶۶۹ و ۰/۶۶۵ به دست آمد (۲۵). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد.

**مقیاس امید:** این مقیاس ۱۲ سؤالی توسط اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱) طراحی شده که دو عامل تفکر عاملی (سؤالات ۲-۹-۱۰-۱۲) و تفکر راهبردی (سؤالات ۱-۴-۷-۸) را براساس طیف لیکرت هشت‌گزینه‌ای (کاملاً مخالف: یک، کاملاً موافق: هشت) می‌سنجد و سؤالات (۳-۵-۶-۱۱) به‌عنوان دروغ‌سنج در نظر گرفته شده‌اند. دامنه‌ی نمرات بین ۹۶-۱۲ است و نمرات بالاتر امید بیشتر را نشان می‌دهد. اسنایدر و همکاران، روایی محتوایی آن را تأیید و پایایی آن را از طریق بازآزمایی، بعد از سه هفته ۰/۸۵ و برای زیرمقیاس تفکر عامل ۰/۸۱ و برای عامل راهبردی ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند (۲۶). در مطالعه‌ی کرمانی و همکاران (۱۳۹۰) روایی سازه با استفاده از تحلیل عاملی تأیید شد و پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و از طریق بازآزمایی ۰/۸۱ به دست آمد (۲۷). در پژوهش حاضر، پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

نمونه‌گیری به شیوه‌ی در دسترس، با بهره‌گیری از یک نظرسنجی آنلاین با استفاده از گوگل فرم انجام شد. لینک فرم نظرسنجی آنلاین از طریق شبکه‌های اجتماعی مجازی (واتساپ، تلگرام و اینستاگرام) در اختیار دانشجویان قرار داده، و از دانشجویان خواسته شد تا در صورت داشتن رضایت آگاهانه و احراز معیارهای ورود به سؤالات پاسخ دهند. نمونه‌گیری در دی‌ماه الی پایان اسفندماه ۱۴۰۰ انجام شد. توضیحات لازم از جمله هدف از پژوهش، نحوه‌ی پاسخ‌دهی به سؤالات و اهمیت همکاری داوطلبان در این پژوهش، در متن تکمیلی همراه پرسش‌نامه ارائه شد و افراد به‌صورت کاملاً داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. همچنین تمامی اصول اخلاقی پژوهش از جمله محرمانه بودن پرسش‌نامه‌ها، رضایت

براساس نتایج از بین افراد شرکت‌کننده ۱۲۳ نفر پسر (۴۵/۷ درصد) و ۱۴۶ نفر دختر (۵۴/۳ درصد) بودند. همچنین ۵۵ نفر متأهل (۲۰/۴ درصد) و ۲۱۴ نفر مجرد (۷۹/۶ درصد) بودند. بیشترین دامنه‌ی سنی آزمودنی‌ها بین ۲۱-۲۲ سال با ۱۵۸ نفر (۵۸/۷ درصد) بود. در ادامه در جدول ۱. نتایج مربوط به توصیف آماری و ماتریس ضرایب هم‌بستگی متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

آگاهانه‌ی شرکت‌کنندگان در پژوهش و اختیار خروج از پژوهش، رعایت شده است. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون هم‌بستگی پیرسون با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۲۴ و بررسی مدل پژوهش از نرم‌افزار AMOS استفاده شد.

### یافته‌ها

جدول (۱) توصیف آماری و ماتریس ضرایب هم‌بستگی متغیرهای پژوهش

میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵
۴۱/۱۸	۶/۲۲۵	۱				
۲۳/۶۹	۳/۰۳۷	**۰/۵۳۷	۱			
۹/۴۵	۱/۵۵۵	**۰/۴۹۰	**۰/۴۲۹	۱		
۶۲/۰۷	۹/۴۲۶	**۰/۶۱۲	**۰/۵۳۸	**۰/۵۷۴	۱	
۴۱/۲۶	۶/۲۸۵	**۰/۵۵۶	**۰/۴۸۹	**۰/۵۱۸	**۰/۶۳۱	۱

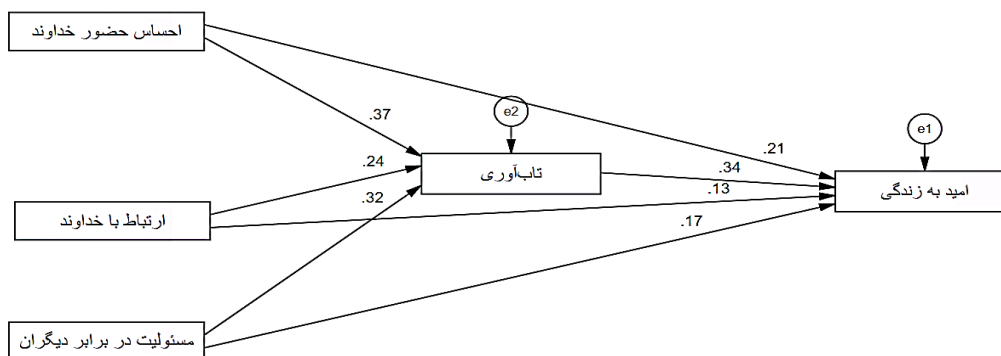
\* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵، \*\* معنی‌داری در سطح ۰/۰۱

خطاها با آماره‌ی دوربین واتسون برای محاسبه‌ی معادلات رگرسیونی مدل پژوهش بررسی شد که مقدار به‌دست‌آمده، بیانگر برقراری این مفروضه است. مفروضه‌ی هم‌خطی بین متغیرها با استفاده از هم‌بستگی پیرسون بین زوج متغیرها بررسی شد. با توجه به اینکه هم‌بستگی دومتغیری ۰/۹ و بالاتر، نشان‌دهنده‌ی هم‌خطی است، این مشکل در داده‌های پژوهش حاضر مشاهده نشد. علاوه بر آن، آماره‌ی تحمل و عامل تورم واریانس، به‌منظور بررسی هم‌خطی چندگانه محاسبه شد. نتایج نشان داد که هیچ‌کدام از مقادیر آماره‌ی تحمل، کوچک‌تر از حد مجاز ۰/۱ و هیچ‌کدام از مقادیر عامل تورم واریانس بزرگ‌تر از حد مجاز ۱۰ نمی‌باشند؛ بنابراین براساس دو شاخص ذکرشده، وجود هم‌خطی چندگانه در داده‌ها مشاهده نشد. پس از بررسی مفروضه‌ها و حصول اطمینان از برقراری آنها، به‌منظور ارزیابی مدل مورد بررسی از تحلیل مسیر استفاده شد. نتایج در شکل ۱. ارائه شده است. به‌منظور بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه‌ی بین تجارب معنوی و

براساس جدول ۱. هم‌بستگی بین تجارب معنوی و تاب‌آوری با امید به زندگی مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنی‌دار است ( $P < 0/01$ ). مثبت بودن ضرایب به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که بین تجارب معنوی و تاب‌آوری با امید به زندگی رابطه‌ی مستقیم وجود دارد.

به‌منظور آزمون مدل پژوهش از تحلیل مسیر به روش پیشینه‌ی احتمال، با بهره‌گیری از نرم‌افزار Amos استفاده شد. پیش از استفاده از تحلیل مسیر، داده‌های پرت تک‌متغیری با استفاده از نمودار جعبه‌ای، و داده‌های پرت چندمتغیری با استفاده از آماره‌ی ماهالانوبیس بررسی، و از مجموعه‌ی داده‌ها کنار گذاشته شدند. کجی و کشیدگی توزیع نمرات متغیرها با استفاده از نرم‌افزار SPSS محاسبه شد و نتایج نشان داد که هیچ‌کدام از مقادیر کجی و کشیدگی بیشتر از دامنه‌ی  $\pm 1$  نمی‌باشد. نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف بررسی شد. نتایج نشان داد که توزیع نمرات هر چهار متغیر مدل نرمال است ( $P > 0/05$ ). فرض استقلال

امید به زندگی، از تحلیل مسیر استفاده گردید. نتایج شاخص‌های مربوط به برازش مدل در ادامه ارائه شده است.



شکل ۱) ضرایب استاندارد مدل نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه‌ی بین تجارب معنوی با امید به زندگی

در شکل ۱. ضرایب استاندارد مدل پیشنهادی، به‌منظور بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه‌ی بین تجارب معنوی با امید به زندگی نشان داده شده است. شاخص‌های مربوط به برازش مدل در جدول زیر ارائه شده است.

جدول ۲) شاخص‌های نیکویی برازش الگوی آزمون‌شده‌ی پژوهش

شاخص برازش	( $\chi^2/df$ )	GFI	NFI	RMSEA	CFI	IFI	SRMR
دامنه مورد قبول	$< 5$	$> 0.9$	$> 0.9$	$< 0.08$	$> 0.9$	$> 0.9$	$< 0.08$
مقدار مشاهده‌شده	۳/۰۵۷	۰/۹۴۵	۰/۹۳۲	۰/۰۶۶	۰/۹۳۰	۰/۹۳۳	۰/۰۵۲

در جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل ارائه شده است. شاخص نسبت مجذور کای بر درجه‌ی آزادی ( $\chi^2/df$ ) برازش مدل را تایید می‌کند که این عدد در دامنه‌ی بین ۱ تا ۵ قرار دارد و به معنی برازش مدل با داده‌هاست. خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریبی (RMSEA) برابر ۰/۰۶۷ و ریشه‌ی دوم میانگین مربعات باقی‌مانده (SRMR) برابر با ۰/۰۵۴ است که از میزان ملاک (۰/۰۸) کوچک‌تر است و در نتیجه برازش مدل را تأیید می‌کند. شاخص‌های IFI، CFI، GFI و NFI نیز از ملاک مورد نظر (۰/۹) بزرگ‌تر هستند. ضرایب به‌دست‌آمده حاکی از برازش مطلوب مدل است.

در جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل ارائه شده است. شاخص نسبت مجذور کای بر درجه‌ی آزادی ( $\chi^2/df$ ) برازش مدل را تایید می‌کند که این عدد در دامنه‌ی بین ۱ تا ۵ قرار دارد و به معنی برازش مدل با داده‌هاست. خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریبی (RMSEA) برابر ۰/۰۶۷ و ریشه‌ی دوم میانگین مربعات باقی‌مانده (SRMR) برابر با ۰/۰۵۴ است که از میزان ملاک (۰/۰۸) کوچک‌تر است و در نتیجه برازش مدل را تأیید می‌کند. شاخص‌های IFI، CFI، GFI و NFI نیز از ملاک مورد نظر (۰/۹) بزرگ‌تر هستند. ضرایب به‌دست‌آمده حاکی از برازش مطلوب مدل است.

جدول ۳) اثرهای مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس‌های تبیین‌شده‌ی متغیرها

از متغیر	به متغیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	واریانس تبیین‌شده
احساس حضور خداوند	تاب‌آوری	**۰/۳۶۷	-	**۰/۳۶۷	۰/۴۲۴
ارتباط با خداوند	تاب‌آوری	**۰/۲۳۹	-	**۰/۲۳۹	۰/۴۲۴
احساس مسئولیت در برابر دیگران	تاب‌آوری	**۰/۳۲۲	-	**۰/۳۲۲	۰/۴۲۴
احساس حضور خداوند	امید به زندگی	**۰/۲۰۵	**۰/۱۲۶	**۰/۳۳۱	۰/۴۰۵
ارتباط با خداوند	امید به زندگی	**۰/۱۳۵	**۰/۰۸۲	**۰/۲۱۷	۰/۴۰۵
احساس مسئولیت در برابر دیگران	امید به زندگی	**۰/۱۷۲	**۰/۱۱۰	**۰/۲۸۳	۰/۴۰۵
تاب‌آوری	امید به زندگی	**۰/۳۴۲	-	**۰/۳۴۲	۰/۴۰۵

\* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵؛ \*\* معنی‌داری در سطح ۰/۰۱

براساس نتایج جدول ۳. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.367$ ، ارتباط با خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.239$  و احساس مسئولیت در برابر دیگران ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.322$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر تاب‌آوری تأثیر دارند. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.126$ ، ارتباط با خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.082$  و احساس مسئولیت در برابر دیگران ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.110$  به‌صورت مثبت و غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.135$  و  $\beta = 0.172$  و  $\beta = 0.172$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر امید به زندگی تأثیر دارند. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.205$  و  $\beta = 0.135$  و  $\beta = 0.172$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر امید به زندگی تأثیر دارند. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.205$  و  $\beta = 0.135$  و  $\beta = 0.172$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر امید به زندگی تأثیر دارند.

براساس نتایج جدول ۳. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.367$ ، ارتباط با خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.239$  و احساس مسئولیت در برابر دیگران ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.322$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر تاب‌آوری تأثیر دارند. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.126$ ، ارتباط با خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.082$  و احساس مسئولیت در برابر دیگران ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.110$  به‌صورت مثبت و غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.135$  و  $\beta = 0.172$  و  $\beta = 0.172$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر امید به زندگی تأثیر دارند. احساس حضور خداوند ( $P < 0.01$ )،  $\beta = 0.205$  و  $\beta = 0.135$  و  $\beta = 0.172$  به‌صورت مثبت و مستقیم بر امید به زندگی تأثیر دارند.

برابر حوادث همان تاب‌آوری افزایش می‌یابد.

نتایج نشان داد که تاب‌آوری به‌صورت مستقیم و مثبت بر امید به زندگی دانشجویان تأثیر دارد؛ یعنی با افزایش تاب‌آوری، امید به زندگی دانشجویان بهبود می‌یابد. نتیجه‌ی به‌دست‌آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه هم‌خوانی دارد. به‌عنوان مثال نتایج حاصل از پژوهش شهبازی راد و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که تجربیات معنوی و مؤلفه‌های آن با تاب‌آوری، هم‌بستگی مثبت معناداری داشتند و از میان مؤلفه‌های تجربیات معنوی، معنایابی در زندگی؛ فعالیت اجتماعی-مذهبی و تجربیات متعالی عرفانی قادر به پیش‌بینی واریانس متغیر تاب‌آوری بودند (۱۷). مطالعه‌ی باقری کراچی و کرمانی (۱۳۹۸) نشان داد که بین تجربیات معنوی روزانه با بهداشت روانی و تاب‌آوری معلمان هم‌بستگی مثبت، مستقیم و معنادار وجود دارد (۱۸). در تبیین نتیجه‌ی به‌دست‌آمده می‌توان گفت که افراد تاب‌آور از توان برنامه‌ریزی برای دستیابی به اهداف برخوردارند، نسبت به خود و زندگی دیدگاه مثبت دارند و به توانایی‌های فردی خود اطمینان و اعتماد دارند. این افراد دارای منبع کنترل درونی هستند؛ یعنی می‌توانند مسئولیت شرایط خود را بر عهده گیرند و نسبت به زندگی خویش خوش‌بین هستند. افرادی که در زندگی خود تاب‌آوری بالایی دارند رویکرد مثبتی به زندگی دارند، دارای امیدواری بالاتری هستند، از احساس کفایت بالایی برخوردارند و معمولاً از سلامت جسمی و روحی خوبی بهره‌مند هستند. پس می‌توان انتظار داشت که در این شرایط افراد با تاب‌آوری بالا امید به زندگی بالاتری را تجربه کنند (۱۹).

نتایج نشان داد که تجارب معنوی هم به‌صورت مستقیم و هم به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری بر امید به زندگی دانشجویان تأثیر مثبت دارد. از یافته‌ی فوق این‌گونه می‌توان برداشت نمود که با افزایش تجارب معنوی، تاب‌آوری ارتقا می‌یابد و با ارتقای تاب‌آوری، میزان امید به زندگی دانشجویان بهبود می‌یابد. هم‌سو با یافته‌ی فوق، پژوهشی به‌صورت مستقیم انجام‌نشده است؛ لذا در تبیین نتیجه‌ی فوق می‌توان گفت که تجارب معنوی امکان تفسیر مجدد رویدادهای کنترل‌ناپذیر را فراهم می‌سازند و در نتیجه رویدادها کم‌استرس‌تر و کنترل‌پذیرتر به نظر می‌رسند. نیز نسبت دادن رویدادهای منفی به عوامل خارج از کنترل فرد، منجر به ایجاد سبک خوش‌بینانه‌ای می‌شود که همگی این موارد زمینه را برای تاب‌آوری و تحمل افراد در برابر سختی‌ها و گرفتاری‌ها فراهم می‌سازند. لذا می‌توان گفت که تجربیات

به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $P < 0/01$ )،  $\beta = 0/082$ ) بر امید به زندگی تأثیر مثبت دارد. احساس مسئولیت در برابر دیگران هم به‌صورت مستقیم ( $P < 0/01$ )،  $\beta = 0/172$ ) و هم به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری تاب‌آوری ( $P < 0/01$ )،  $\beta = 0/110$ ) بر امید به زندگی تأثیر مثبت دارد. تاب‌آوری به‌صورت مستقیم و مثبت بر امید به زندگی ( $\beta = 0/342$ )،  $P < 0/01$ ) تأثیر دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

امید برای سلامت انسان ضروری است؛ پس به‌طور حتم امید به زندگی یک نیاز اساسی برای دانشجویان است. بنابراین مطالعه‌ی حاضر با هدف بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه با تجارب معنوی در پیش‌بینی امید به زندگی دانشجویان انجام شد. نتایج نشان داد که تجارب معنوی به‌صورت مثبت و مستقیم بر تاب‌آوری دانشجویان تأثیر دارند. به عبارتی دیگر می‌توان گفت که با افزایش تجارب معنوی در زندگی، تاب‌آوری دانشجویان افزایش می‌یابد. یافته‌ی به‌دست‌آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه هم‌سو است. به‌طور مثال مطالعه‌ی سلطانی و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد که بین تجارب معنوی و امید به زندگی بیماران تحت جراحی بای پس عروق کرونر ارتباط مثبت و معنی‌دار وجود دارد (۱۱). همچنین در یافته‌های پژوهش حق‌دوست و همکاران (۱۳۹۹) بین تجارب معنوی و امید به زندگی بیماران مبتلا به سوختگی، ارتباط معنی‌دار و مثبتی مشاهده شد؛ به‌نحوی که بیماران با تجارب معنوی قوی‌تر، امید به زندگی بالاتری را نشان دادند (۱۲). در تبیین یافته‌ی به‌دست‌آمده می‌توان گفت که نیازهایی همچون نیاز به هدف، معنا و امید در زندگی، نیاز به فراتر رفتن از شرایط موجود، نیاز به همراهی و یاری، نیاز به چشم‌انداز مثبت در زندگی از جمله نیازهای معنوی هستند که معمولاً افراد در زمان مواجهه با سختی‌ها و چالش‌ها آن‌ها را بیشتر احساس می‌کنند (۲۷). از طرفی داشتن تجارب و اعتقادات معنوی، موجب اتصال به یک قدرت معنوی، داشتن هدف در زندگی، آرامش درونی، ارتباط با دیگران و کنترل زندگی می‌شود. این امر باعث می‌شود افراد در برخورد با مسائل استرس‌زا، حمایت بیشتری احساس کنند و خود را در برخورد با مشکلات آماده نمایند. با افزایش تجربه‌ی معنوی، همدلی و درک بالا می‌رود، هیجانانگیز منفی از قبیل ناامیدی، خشم و احساس پوچی به میزان قابل توجهی کاهش می‌یابد (۲۸) و در نتیجه، میزان مقاومت‌پذیری در

حمایت، تسهیل و توجه به تمایلات و نیازهای معنوی افراد مورد توجه قرار گیرند. در همین راستا و با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود که در طراحی و تدوین برنامه‌های آموزشی، آموزش مهارت تاب‌آوری و به‌کارگیری تجارب معنوی به‌عنوان روشی کارآمد برای افزایش امید به زندگی در اولویت قرار گیرد؛ زیرا با افزایش امید به زندگی در دانشجویان، می‌توان گامی مؤثر در جهت ارتقای بهداشت و سلامت آنان برداشت.

### قدردانی

از تمامی دانشجو-معلمان عزیز که در تکمیل پرسش‌نامه‌های پژوهش ما را یاری کردند، تشکر و قدردانی می‌نماییم.

### ملاحظات اخلاقی

این پژوهش دارای کد اخلاق به شماره‌ی IR.QUMS.REC.1400.070 از کمیته‌ی اخلاق در پژوهش دانشگاه علوم پزشکی قزوین است.

### حامی مالی

تمامی هزینه‌های این پژوهش توسط نویسنده‌ی مسئول تأمین شده است.

### تضاد منافع

نتایج پژوهش حاضر با منافع هیچ ارگان و سازمانی در تعارض نیست. در ضمن نویسندگان تعارض منافی را گزارش نکرده‌اند.

### مشارکت مؤلفان

نوشتن متن اصلی مقاله: نویسنده‌ی اول؛ مسئول و ناظر پروژه؛ نویسنده‌ی دوم؛ مشاوره‌ی آماری و انجام تحلیل: نویسنده‌ی سوم؛ ویراستاری نهایی مقاله: نویسنده‌ی چهارم.

### References

1. Seghati T, Shafiabadi A, Sodani M, Gholamzadeh jofreh M. The Comparison of the effectiveness group counseling through group therapy with group cognitive-behavioral therapy on the feeling of loneliness and life expectancy among students suffering from depression disorder at Islamic Azad University of Rasht. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2022;23(2):25-39. (Full Text in

معنوی با معناآفرینی برای افراد، احساس هدفمندی، خودکارآمدی و صبوری در مشکلات را به وجود می‌آورد (۲۹). همچنین افراد با ویژگی تاب‌آوری، در مورد هرآنچه انجام می‌دهند معنایی می‌یابند، کنجکاوی خود را برمی‌انگیزند، رویدادهای زندگی را قابل پیش‌بینی و کنترل می‌دانند و باور به این امر دارند که تغییر (و نه ثبات) واقعیت جنبه‌ی طبیعی زندگی است. این ویژگی شخصیتی، این توان را به آنان می‌دهد تا در مقابله با مشکلات زندگی به‌صورت مثبت برخورد کنند و راحت‌تر بتوانند ناملازمات و فشارها را بپذیرند (۳۰). ازسویی دیگر می‌توان گفت افرادی که تاب‌آوری بیشتری دارند، در مقابله با مشکلات مقاوم‌تر هستند، کمتر تحت تأثیر مشکلات قرار می‌گیرند و چنین چیزی باعث می‌شود که پستی‌وبلندی‌های زندگی تأثیر کمتری روی آن‌ها بگذارد. تاب‌آوری به‌عنوان مقاومت موفقیت‌آمیز فرد در برابر موقعیت‌های تهدیدآمیز و چالش‌برانگیز عمل می‌کند و افراد تاب‌آور افرادی هستند که علی‌رغم مواجهه با استرس‌های مزمن و تنیدگی‌ها از آثار نامطلوب آن‌ها می‌کاهند، سلامت روانی خود را حفظ می‌کنند و در نتیجه امید به زندگی بیشتری را تجربه می‌کنند.

### محدودیت‌های پژوهش

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بود؛ از جمله این که پژوهش حاضر از نوع هم‌بستگی است، نمی‌توان از آن نتایج علت‌ومعلولی گرفت و لذا بهتر است پژوهش‌های مداخلاتی انجام شود. با توجه به اینکه این پژوهش بر روی دانشجویان صورت گرفته است، لذا باید جانب احتیاط را در تعمیم نتایج به سایر افراد جامعه رعایت کرد. بهتر است پژوهش‌های بیشتری در زمینه‌ی بررسی این متغیرها بر روی جمعیت‌های دیگر اعم از زنان، مردان، سالمندان، افراد دچار سانحه و بحران و... صورت بگیرد و نتایج حاصله با هم مقایسه شوند. همچنین از دیگر محدودیت‌های مطالعه‌ی حاضر، می‌توان به عدم ارزیابی متغیرهایی مانند افسردگی یا استرس‌های دوران کرونا اشاره نمود و در نتیجه باید در تعمیم نتایج احتیاط کرد.

### پیشنهاد‌های پژوهش

نتایج این مطالعه، اهمیت توجه به تجارب معنوی و تاب‌آوری را به‌عنوان متغیر تأثیرگذار بر امید به زندگی دانشجویان نشان می‌دهد؛ بنابراین، در برنامه‌های مراقبتی، باید مواردی همچون

Persian)

2. Lohne V. 'Hope as a lighthouse' A meta-synthesis on hope and hoping in different nursing contexts. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. 2022;36(1):36-48.
3. Akbari A, Sobhi A, Yazdi M, Shirkanloo A. Prediction of life expectancy in students with the experience of being infected with Covid-19 based on anxiety sensitivity and experiential avoidance. *Journal of School Counseling*. 2022;2(3):1-14. (Full Text in Persian)
4. Majer IM, Stevens R, Nusselder WJ, Mackenbach JP, van Baal PH. Modeling and forecasting health expectancy: theoretical framework and application. *Demography*. 2013;50(2):673-97.
5. Guzman-Castillo M, Ahmadi-Abhari S, Bandosz P, Capewell S, Steptoe A, Singh-Manoux A, et al. Forecasted trends in disability and life expectancy in England and Wales up to 2025: a modelling study. *The Lancet Public Health*. 2017;2(7):e307-e13.
6. Canudas-Romo V, DuGoff E, Wu AW, Ahmed S, Anderson G. Life expectancy in 2040: What do clinical experts expect? *North American Actuarial Journal*. 2016;20(3):276-85.
7. Khodabakhshi-Koolae A, Farhangi D. Relationship of Spiritual Experiences and Hope with Living in Present among Men with Cancer in Tehran. *Journal of Pizhūhish dar dīn va Salāmat*. 2019;5(2):75-88. (Full Text in Persian)
8. Rezaei SM, Mosavinezhad SM, Khakshoor- Shandiz F. The Relationship between Infertility Stress and the Quality of the Marital Relationship of Infertile Women: The Mediating Role of Spiritual Experiences. *Journal of Pizhūhish dar dīn va Salāmat*. 2022;8(2):103-17. (Full Text in Persian)
9. Heidari F, Narimani M, Aghajani S, Basharpour S. The mediating role of moral apathy in the relationship between childhood maltreatment and peer rejection with conduct disorder symptoms in adolescents. *Journal of police medicine*. 2022;11(1):1-17. (Full Text in Persian)
10. Hajilo J, Davalagh AS, Khademi A. Designing the ethical behavior model of employees based on spiritual experiences with the mediation of perceived justice. *Journal of Applied Educational Leadership*. 2022;3(4):25-36. (Full Text in Persian)
11. Soltani F, Hosseini F, Arab M. Relationship of daily spiritual experiences with life expectancy and death anxiety in patients undergoing coronary artery bypass surgery. *Cardiovascular Nursing Journal*. 2016;5(2):6-13. (Full Text in Persian)
12. Haghdoost Z, Mobayen M, Omidi S. The Relationship between Spiritual Experiences with Hope to be Alive and Death Anxiety in Burned Patients. *Journal of Isfahan Medical School*. 2020;38(598):811-7. (Full Text in Persian)
13. Pahwa S, Khan N. Factors affecting emotional resilience in adults. *Management and Labour Studies*. 2022;47(2):216-32. (Full Text in Persian)
14. Baker DA, Caswell HL, Eccles FJ. Self-compassion and depression, anxiety, and resilience in adults with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*. 2019;90:154-61.
15. Mao X, Wang Z, Hu X, Loke AY. A scoping review of resilience scales of adults to develop a prototype disaster resilience tool for healthcare rescuers. *International Journal of Disaster Risk Reduction*. 2020;49:101678.
16. Veismoradi M, Borjali A, Rafezi Z. Predicting Resilience in nurses based on Corona Anxiety and Cognitive Flexibility. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*. 2023;12(4):25-32. (Full Text in Persian)
17. Shahbazirad A, Sepahvandi MA, Radmehr P. The relationship between spiritual experience and its components with resilience in students of Razi University (2013). *Religion and Health*. 2015;2(2):10-8. (Full Text in Persian)
18. Bagherikerachi A, Kermani M. Investigating the relationship between daily spiritual experiences and mental health and resilience teachers. *Islamic Studies in Health*. 2019;3(4):39-48. (Full Text in Persian)
19. Karimian B, Karimi Afshar E. The relationship of resilience with quality of life and life expectancy of the mothers of deaf children in Shahrabak. *Nursing and Midwifery Journal*. 2022;19(11):888-96. (Full Text in Persian)
20. Mohammadzadeh M, jahandari P. The Relationship of Resilience and Emotional Regulation with Life Expectancy among Soldiers. *Military Caring Sciences*. 2019;6(3):198-206. (Full Text in Persian)
21. Ghomi M, Moslemi Z, Mohammadi SD. The Relationship between the Quality of Learning Experiences and self -regulation with Hope Beliefs among Students. *Educational Development of Judishapur*. 2019;10(4):320-34. (Full Text in Persian)
22. Underwood LG, Teresi JA. The daily spiritual experience scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data. *Annals of Behavioral Medicine*. 2002;24(1):22-33.
23. Taghavi SHR, Amiri H. Psychoanalysis Characteristic Investigation Daily Spiritual Experience Scale (DSES). *Journal of Islamic Education*. 2010;5(10):149-65. (Full Text in Persian)
24. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*. 2003;18(2):76-82.

25. Keyhani M, Taghvaei D, Rajabi A, Amirpour B. Internal Consistency and Confirmatory Factor Analysis of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (among Nursing Female. Iranian Journal of Medical Education. 2015;14(10):857-65. (Full Text in Persian)

26. Snyder CR, Harris C, Anderson JR, Holleran SA, Irving LM, Sigmon ST, et al. The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. Journal of personality and social psychology. 1991;60(4):570.

27. Lotfian L, Asadzandi M, Javadi M, Sepandi M. Correlation between Daily Spiritual Experience and Spiritual Health of Military University Professors (Daily Spiritual Experience and Spiritual Health) Military Caring Sciences. 2021;7(4):330-9. (Full Text in Persian).

28. Suls J, Wheeler L. Handbook of social comparison: Theory and research: Springer Science & Business Media; 2013.

29. Aukst-Margetić B, Margetić B. Religiosity and health outcomes: review of literature. Collegium antropologicum. 2005;29(1):365-71.

30. Azadi R, Ahadi H, Hatami HR. The Relationship of Psychological Wellbeing and Psychological Hardiness With the Mediating Role of Social Support in Women With Breast Cancer. Internal Medicine Today. 2020;27(1):18-33. (Full Text in Persian)