

بررسی رابطه بین سبک دلبستگی به خدا با تاب آوری در همسران شاهد استان چهارمحال و بختیاری

دکتر منیژه کاوه*

تاریخ دریافت: ۹۴/۱۰/۱۳

تاریخ پذیرش: ۹۵/۰۱/۲۰

چکیده

یکی از متغیرهای روان‌شناختی که جایگاه ویژه‌ای در روان‌شناسی دینی به خود اختصاص داده، دلبستگی به خداوند است. دلبستگی یکی از عوامل اثرگذار بر تاب‌آوری افراد است. مقاومت موفقیت‌آمیز افراد در برابر موقعیت‌های چالش‌برانگیز، مانند آنچه همسران شهدا با آن مواجه هستند، مفهوم اصلی تاب‌آوری است. در نظام جمهوری اسلامی ایران با توجه به جایگاه شهادت و ایثار مسئله لزوم حفظ، توجه و احترام به خانواده‌های معظم شهدا و بررسی و پژوهش در مورد شرایط روان‌شناختی همسران شهدا از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین سبک دلبستگی به خدا با تاب‌آوری در همسران شاهد استان چهارمحال و بختیاری انجام گرفت. روش پژوهش حاضر از نوع روش همبستگی است. ابزار پژوهش شامل مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و پرسش‌نامه سبک دلبستگی به خدا بک و مک دونالد (۲۰۰۴) بود. جامعه آماری پژوهش تمام همسران شهید استان چهارمحال و بختیاری بودند که ازدواج مجدد نکرده بودند. از بین آنها ۷۵ نفر به شیوه در دسترس انتخاب و پرسش‌نامه‌ها را تکمیل کردند. به منظور تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی و روش همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد همبستگی مثبت و معناداری ($r = 0/612$) بین تاب‌آوری با سبک دلبستگی به خدا وجود دارد ($P \leq 0/01$). ضرایب همبستگی ابعاد چهارگانه دلبستگی به خدا شامل: ارتباط با خدا، اعتماد، توکل و توجه به خدا با تاب‌آوری به ترتیب ۰/۲۶، ۰/۳۹، ۰/۴۸ و ۰/۵۱ است. مطابق یافته‌های تحقیق بین سبک دلبستگی به خدا با تاب‌آوری رابطه معنادار آماری

وجود دارد. افرادی که دلبستگی ایمن نسبت به خدا دارند به دلیل پذیرش خداوند به عنوان تکیه‌گاه امن، احساس توانایی بیشتری در قبال مشکلات دارند، احساس حمایت بیشتری می‌کنند، نگرش معنادار و هدفمندی به زندگی دارند و ویژگی‌های روان‌شناختی مثبت در آنان بیشتر است.

کلیدواژه‌ها: تاب‌آوری، سبک دلبستگی، دلبستگی به خدا، همسران شاهد.

مقدمه

نظریه دلبستگی^۱ نظریه‌ای در روان‌شناسی است که سعی در توضیح دلایل دلبستگی انسان‌ها به یکدیگر دارد. مفهوم دلبستگی را نخستین بار جان بالبی مطرح کرد. از نظر بالبی دلبستگی یکی از نیازهای اساسی انسان‌هاست (قربانی، ۱۳۸۲: ۲). براساس نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰) از همان ابتدای تولد، نوعی رابطه قلبی بین نوزاد و فردی که از او مراقبت می‌کند، شکل می‌گیرد که به این رابطه که هم جنبه عاطفی دارد و هم جسمی، دلبستگی گفته می‌شود (نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶: ۱).

یکی از متغیرهای روان‌شناختی که جایگاه ویژه‌ای در روان‌شناسی دینی به خود اختصاص داده، دلبستگی به خداوند^۲ است (بابلان و همکاران، ۱۳۹۱: ۷۷). دلبستگی به خدا به این معناست که فرد در شرایط سخت خدا را در کنار خود می‌بیند و به او اتکا می‌کند؛ این اتکا او را در استفاده از روش‌های معنوی در رویارویی با مشکلات کمک می‌کند. افراد با دلبستگی ایمن در مواقع مشکلات و سختی‌ها آرامش خود را حفظ می‌کنند و خدا را تکیه‌گاهی امن و منبع آرامش می‌دانند.

در سال‌های اخیر، روان‌شناسی تحت تأثیر جریان‌های مثبت‌گرا، مانند: مفاهیم تاب‌آوری، شادکامی، خوش‌بینی و امید قرار گرفته است. هدف این رویکردها شناسایی سازه‌ها و شیوه‌هایی است که در نهایت، باعث بهزیستی انسان می‌شود. یکی از مفاهیمی که در این رویکرد مطرح شده، مفهوم تاب‌آوری است. «تاب‌آوری در واقع فرایند توانایی، یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز، با وجود شرایط چالش‌برانگیز و تهدیدکننده است» (گارمزی و ماستن^۳، ۱۹۹۱: ۴۵۹).

عوامل بسیاری تاب‌آوری افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهند. یکی از این عوامل، دلبستگی

1- Attachment theory
2- Attachment to God
3- Garnezy & Masten

است. دلبستگی می‌تواند به عنوان یکی از عوامل حفاظتی عمل کند و موجبات سازگاری بیشتر را برای افراد فراهم آورد.

جنگ عراق علیه جمهوری اسلامی ایران یکی از طولانی‌ترین جنگ‌های تحمیل شده بر کشورمان است که با توجه به ماهیت تدافعی، مردمی و اعتقادی آن جایگاه خاصی در میان سایر جنگ‌ها دارد. این جنگ باعث شهادت بسیاری از افراد این مرز و بوم شد. خانواده‌های شهدا و به‌ویژه والدین آنان، همسران و فرزندان شاهد از سرمایه‌های ارزشمند دفاع مقدس هستند. همسران شهدا نزدیک‌ترین افراد به شهدا، شاهد زندگی و همراه آنها در همه جا و همه حال بودند. آنها در واقع، شاهدان همیشگی تمامی لحظات زندگی شهدا بودند (آهنگر سلابنی، ۱۳۸۶: ۱۹۲).

با توجه به اینکه رابطه با همسر یکی از سالم‌ترین و ارضاکننده‌ترین رابطه‌هاست و همسران منابع حمایت‌کننده دوجانبه عاطفی و نفسانی برای یکدیگر هستند، شهادت همسر موقعیت دشوار و پرچالشی به وجود می‌آورد؛ زیرا همسران شهدا با از دست دادن همسر علاوه بر داشتن مسئولیت‌های خانوادگی در قبال فرزندان و بعضاً پدران و مادران شهدا، از نظر معنوی نیز بار مسئولیت خطیری به دوش می‌کشند.

به نظر بعضی از روان‌شناسان (آدامز، ۱۹۷۲) مرگ پدر در خانواده بیش از آنکه فرزندان را تحت تأثیر قرار دهد، مادر را دچار مشکل می‌کند؛ زیرا باید بار عزا را به دوش داشته باشد و رنج تنها سرپرستی کردن خانواده، مواجهه با مشکلات اقتصادی خانواده و احتمالاً دیر یا زود تن به ازدواج مجدد دادن و رویارویی با مشکلات خاص آن را به جان بخرد (مرادی و همکاران، ۱۳۸۹: ۲۰).

با وجود اینکه این قشر معمولاً برای مواجهه با چنین شرایطی، هیچ آموزش ندیده و تجربه‌ای ندارند، اکثر این زنان با حفظ وقار خود و ارزش نهادن به شخصیت شهید، با مشکلات خویش به خوبی کنار می‌آیند و مسئولیت خطیر خود را به انجام می‌رسانند (جاویدی کلاته جعفرآبادی، ۱۳۸۷: ۳۴). مقاومت موفقیت‌آمیز افراد در برابر موقعیت‌های چالش برانگیز، مانند آنچه همسران شهدا با آن مواجه هستند، مفهوم اصلی تاب‌آوری است.

در نظام جمهوری اسلامی ایران با توجه به جایگاه شهادت و ایثار و لزوم حفظ، توجه و احترام به خانواده‌های معظم شهدا بررسی و پژوهش در مورد شرایط روان‌شناختی همسران شهدا

از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. با توجه به اهمیت موضوع تاب‌آوری و همچنین زمینه مذهبی کشور ما، پژوهش حاضر به بررسی این موضوع می‌پردازد: آیا بین سبک دلبستگی به خدا و مؤلفه‌های آن با تاب‌آوری همسران شهدای استان چهارمحال و بختیاری رابطه‌ای وجود دارد؟

مبانی نظری و پژوهشی

بدون شک نظریه دلبستگی یکی از برجسته‌ترین و مهم‌ترین دستاوردهای روان‌شناسی معاصر است. برخی پژوهشگران (شاوری و میکولینسر، ۲۰۰۵، به نقل از علیایی و همکاران، ۱۳۹۰: ۶۶) نظریه دلبستگی را به عنوان رستاخیز دوباره روان‌کاوی و عامل مهم احیای دوباره این مکتب می‌دانند. دلبستگی عبارت است از پیوندهای عاطفی که با افراد خاص در زندگی خود برقرار می‌کنیم. از نظر بالبی دلبستگی ارتباط بین دو نفر است، نه صفتی که مادر به کودک اعطا کرده باشد. او این واژه را چنین تعریف می‌کند: ارتباط روانی پایدار بین دو انسان به نظر وی پیوندهای اولیه بین کودک و پرستارش تأثیر فوق‌العاده‌ای دارد و در طول زندگی ادامه می‌یابد و باعث نزدیک نگه داشتن فرزند به مادر می‌شود و به این ترتیب احتمال بقای کودک افزایش می‌یابد (نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶: ۱) و به گونه‌ای که تعامل با آنها به احساس نشاط و شغف می‌انجامد. به عقیده بالبی دلبستگی چهار ویژگی مختلف دارد:

- ۱- پناهگاه امن: بازگشت نزد فردی که به آن دلبستگی داریم به هنگام مواجه شدن با خطر.
- ۲- پایگاه مطمئن: فردی که کودکی به او دلبستگی دارد. پایگاهی مطمئن و قابل اتکا برای اوست با کشف محیط جهان و پیرامونش پردازد.
- ۳- حفظ نزدیکی: نزدیک بودن به کسانی که به آنها دلبستگی داریم سبب احساس امنیت می‌شود.

۴- اندوه جدایی: اضطراب ناشی از عدم حضور فردی که به آن دلبستگی وجود دارد.

به منظور مطالعه ابعاد دلبستگی در روابط، به بررسی سه نوع دلبستگی می‌پردازیم:

- ۱- دلبستگی ایمن: در دسترس بودن و پاسخ‌گویی عاطفی، بلوک‌های سازنده روابط ایمن هستند. برای افراد دارای این سبک برقراری ارتباط با دیگران آسان است و از اینکه به دیگران تکیه کنند و اجازه دهند دیگران هم به آنها تکیه کنند، احساس خوبی دارند.

۲- دلبستگی دوسوگرا: افرادی که دلبستگی دوسوگرا دارند از عشق و علاقه دیگران به خود مطمئن نیستند و تردید دارند که ارزش عشق‌ورزیدن یا اینکه دیگران از آنها حمایت کنند را دارند یا نه. این وضع که با تردید و هراس همراه هست، به بدگمانی و حسادت منجر می‌شود.

۳- دلبستگی اجتنابی: افراد دارای این نوع دلبستگی به سختی می‌توانند با دیگران رابطه صمیمی برقرار کنند. این افراد به شدت به خودشان متکی اند و اگر کسی به آنها نزدیک شود، برآشفته می‌شوند.

طی یک دهه گذشته، توجه بسیار زیادی به پذیرش خداوند به عنوان تکیه‌گاهی برای دلبستگی شده و تحقیقات بسیار زیادی در این زمینه صورت گرفته است. یکی از جالب‌ترین فعالیت‌هایی که در این زمینه در بین بزرگسالان به عمل آمده، پیوند دادن آن با تجارب دینی و معنوی است که افراد در زندگی خود دارند (نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶: ۳).

کرک پاتریک^۱ از حدود دهه ۹۰ میلادی، دلبستگی را چارچوبی توانمند برای درک و یک‌پارچه کردن بسیاری از جنبه‌های باور دینی اختیار کرده است. کرک پاتریک (۲۰۰۵) یک عامل عمده در دینداری را نیاز انسان به ارتباط با خدا می‌داند و معتقد است که در دینداری همین عامل ارتباط با خداست که موجب قدرتمندی و سلامت فرد دیندار می‌شود (احمدی، شیخ و سرابندی، ۱۳۹۱: ۳).

کرک پاتریک دو فرضیه برای ارتباط بین انسان و خدای خویش بیان کرده است: ۱. خداوند به عنوان چهره دلبستگی در قالب رفتارهای جبرانی به عنوان یک جایگزین برای افرادی که چهره دلبستگی‌شان بهینه نبوده است، عمل می‌کند (فرضیه جبران). ۲. دلبستگی به خدا ناشی از انطباق با مدل‌های درونی مربوط به والد است (فرضیه انطباق هم‌زمان) (خراشادی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۰: ۴۵).

همچنین کرک پاتریک (۱۹۹۹، به نقل از زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱: ۷۷) به عنوان یکی از نخستین نظریه‌پردازان در زمینه دلبستگی به خدا معتقد است که دلبستگی به مراقبان اولیه در دوران کودکی با گذشت زمان در چارچوب نظام‌های دیگر، همانند دلبستگی به خدا و وطن ادامه

1- Kirkpatrick

می‌یابد. به اعتقاد وی، می‌توان از نظریه دل‌بستگی برای مطالعه و شناسایی رفتارهای مذهبی و شناخت کیفیت اعتقادات مذهبی نیز استفاده کرد. نکته دیگر اهمیت هیجان، دوست داشتن و صمیمیت در نظام اعتقادی- مذهبی است. تجربه‌های عاطفی و هیجانی که اغلب در ارتباط با مذهب مطرح می‌شوند، از لحاظ کیفی با تجربه در روابط عاطفی فرد بزرگسال متفاوت‌اند. در حقیقت، شکل تجربه عشق نسبت به خدا دقیقاً شبیه دل‌بستگی کودک- مادر است (کرک پاتریک، ۱۹۹۴: ۲۴۳). بدین ترتیب می‌توان نتیجه گرفت که دو ویژگی ارتباط با موضوع دل‌بستگی و عاطفه و هیجانی که فرد با وی تجربه می‌کند در ارتباط با خدا نیز وجود دارد. بنابراین، خدا به عنوان موضوع دل‌بستگی دارای ویژگی‌های زیر است:

- ۱- جست‌وجو و حفظ مجاورت با خدا: به نظر می‌رسد آگاهی از وجود موضوع دل‌بستگی از لحاظ روان‌شناسی، به رغم عدم حضور فیزیکی و قابلیت مشاهده، احساس ایمنی در فرد به وجود می‌آورد.
- ۲- خدا به عنوان پناهگاه مطمئن: آلپورت (۱۹۵۰) به نقل از کرک پاتریک، ۱۹۹۴ و کرک پاتریک و شیور، (۱۹۹۲) معتقد است که افراد در شرایط بحرانی به مذهب رجوع می‌کنند و به سوی خدا می‌روند.
- ۳- خدا به عنوان پایه و اساس ایمنی: فرد با اعتقاد به اینکه خدا اساس ایمنی است، احساس قدرت می‌کند و اعتماد به نفس او به هنگام اضطراب و ترس افزایش می‌یابد. این احساس ایمنی به آرامش روانی در فرد منجر می‌شود و وی را برای مقابله با مشکلات و چالش‌های زندگی آماده می‌کند. بنابراین، ایمنی همانند پادزهری در برابر ترس و اضطراب است (کرک پاتریک، ۱۹۹۴: ۲۴۴).
- ۴- جدایی و فقدان: اگرچه جدایی از خدا موجب اضطراب و فقدان او موجب غم و اندوه می‌شود، این موارد را می‌توان به راحتی از طریق آزمون‌ها سنجید (هافمن، ۱۹۸۱) به نقل از کاسیدی، (۱۹۹۹). وی خدا را یک موضوع دل‌بستگی مطلق می‌داند که به هنگام نیاز همیشه در دسترس است.
- ۵- ویژگی آشکار دیگری که کرک پاتریک (۱۹۹۴) به آن اشاره کرده است، در نظر گرفتن خدا به عنوان قادر و دانای مطلق است. در حقیقت، رابطه خدا و انسان بهتر از رابطه

مراقب- کودک، این ویژگی را آشکار می‌کند و این ویژگی در ارتباط فرد با خدا نسبت به رابطه دو فرد عاشق دائمی‌تر است و بیشتر حفظ می‌شود.

کرک پاتریک (۱۹۹۹) معتقد است که می‌توان از نظریه دلبستگی برای مطالعه و شناسایی عواطف و رفتارهای مذهبی (که معمولاً انتزاعی و غیرحسی هستند) و شناخت مذهبی- حتی موضوعات و اهداف این شناخت- استفاده کرد. به اعتقاد کرک پاتریک (۱۹۹۹)، خداوند (به معنای عام و کامل آن، نه به معنای محدود آن که در ادیان و مذاهب گوناگون معرفی می‌شود) می‌تواند یک تکیه‌گاه دلبستگی به حساب آورده شود. از چهار ملاکی که آنیسورث برای یک تکیه‌گاه دلبستگی بر می‌شمارد، دو ملاک برای انتخاب خداوند به عنوان تکیه‌گاه دلبستگی صادق است: ملاک اول اینکه خداوند به عنوان مبنا و منبع امنیت برای افراد، هنگامی که دچار استرس و آشفتگی‌های روانی عاطفی هستند. نکته جالب این است که در بیشتر مذاهب و ادیان، خداوند به عنوان منبع حیاتی و مهم برای امید و خوش‌بینی به حساب آورده می‌شود. دومین ملاک این است که می‌توان از خداوند به عنوان یک منبع حمایت‌کننده و مطمئن برای کشف و جست‌وجو در محیط اطراف (چه محیط فیزیکی چه محیط روان‌شناختی و انتزاعی) استفاده کرد. این نکته به این معنی است که خداوند باعث به وجود آمدن یک نوع حس امنیت، اعتماد به خود، رضایت، اقتناع و خرسندی در فرد می‌شود تا فرد بتواند هم با چالش‌های فعلی و هم چالش‌هایی که در آینده با آنها روبرو می‌شود، به مقابله برخیزد (نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶: ۳). بنابراین می‌توان خداوند را به عنوان تکیه‌گاه دلبستگی به حساب آورد و پذیرفت؛ زیرا همان ویژگی‌هایی را که سایر تکیه‌گاه‌های دلبستگی دارند، او نیز دارد. بر این اساس به نظر می‌رسد از دیدگاه روان‌شناسی می‌توان خدا را به عنوان موضوع دلبستگی در نظر گرفت که به انسان آرامش و ایمنی می‌بخشد (کرک پاتریک، ۱۹۹۹ و روات و کرک پاتریک، ۲۰۰۴، به نقل از زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱: ۷۷).

متغیر دیگر پژوهش، «تاب‌آوری» است که در ادامه، به این موضوع و ارتباط آن با دلبستگی و سبک دلبستگی پرداخته می‌شود.

منظور از تاب‌آوری الگوهای رفتاری مثبت و شایستگی‌های عملی است که فرد یا خانواده در موقعیت‌های استرس‌آمیز یا هنگام مواجهه با گرفتاری‌ها نشان می‌دهد (مکویین، تامپسون و

مکویین^۱، ۱۹۹۶: ۷۲۶). تاب آوری ظرفیت افراد برای سالم ماندن و مقاومت در برابر شرایط سخت و استرس زاست.

راتر^۲ (۱۹۸۵) تاب آوری را تظاهری از تنوع افراد در پاسخ به مشکلات و عوامل خطر آفرین می‌داند. او بیان کرده است که تاب آوری از اعتقاد به خود کفایی شخصی، توانایی مواجهه با چالش‌ها و خزانه مهارت‌های حل مسئله ریشه می‌گیرد. برای برخی افراد استرس و شرایط ناگوار باعث بروز احساس درماندگی و تسلیم شدن در برابر شرایط می‌شود، ولی در برخی دیگر توانایی حل مسئله، چالش طلبی، یادگیری و رشد ایجاد می‌کند. راتر (۱۹۹۰) بر این باور است که افراد تاب آور لزوماً با چالش‌های کمتری مواجه نمی‌شوند، بلکه آنها وقتی با این تغییرات برخورد می‌کنند، تعادلشان را سریع‌تر به دست می‌آورند؛ کارایی خود را بهتر حفظ می‌کنند، از لحاظ جسمی و روانی سالم‌تر هستند و سریع‌تر به حالت اولیه خود باز می‌گردند و حتی نسبت به قبل قوی‌تر می‌شوند.

تاب آوری ریشه در برخی از نظریه‌های روان‌شناسی دارد. توجه فروید به توانایی انسان برای تفوق بر شرایط ناگوار، مفهوم دلبستگی بالبی، مدل «تاب آوری من^۳» بلاک^۴ و سازوکارهای دفاعی وایلانت^۵، مفاهیمی مانند علاقه اجتماعی، اشتباه‌های اساسی، شجاعت ناکامل بودن و دلگرم‌سازی در نظریه آدلر و همکار او، درایکورس^۶، جایگاه انتظارات خود کارآمدی در تعیین رفتارهای انطباقی و میزان تلاش و مقاومت فرد در مواجهه با موانع و شرایط ناگوار در نظریه بندورا، نقش نظام باورها و نگرش‌های فرد از نظر الیس و بک، همچنین نقش ارزیابی‌های شناختی در کنار آمدن فرد از دیدگاه لازاروس و فولکمن، دیدگاه سیستم‌های بوم‌شناختی برونفن برنر و روشی که در آن عوامل و لایه‌های مختلف بر فرد و به‌ویژه کودک تأثیر می‌گذارند، سبک تفکر و تبیین افراد از دیدگاه سلیگمن و در نهایت، نقش معنا دادن به زندگی برای باقی ماندن در شرایط ناگوار براساس نظر فرانکل نقطه پیوند این نظریه‌ها با مفهوم تاب آوری است (کاوه و همکاران، ۱۳۹۰: ۱۲۱).

1- McCubin, Thompson & McCubin
2- Rutter
3- Ego-resilience
4- Block
5- Vaillant
6- Driekurs

تاب‌آوری معمولاً سه نوع پدیده را توصیف می‌کند (ماستن، بست و گارمزی، ۱۹۹۰؛ ورنر، ۱۹۹۷): ۱. پیامدهای رشدی خوب به رغم وضعیت پرخطری که فرد با آن مواجه است (مانند وضعیت اجتماعی اقتصادی پایین، تحصیلات پایین مادر و فقر)؛ ۲. حفظ شایستگی و صلاحیت در شرایط تهدیدآمیز و استرس‌زا (مانند طلاق و بیماری یکی از اعضای خانواده)؛ ۳. برگشت به حالت اولیه پس از تجربه ضایعه‌های روانی (مثل بدرفتاری و سوءاستفاده).

عوامل بسیاری تاب‌آوری افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهند. یکی از این عوامل دلبستگی است. دلبستگی می‌تواند به عنوان یکی از عوامل حفاظتی عمل کند و موجبات سازگاری بیشتر را برای افراد فراهم آورد.

همان‌طور که ایجاد رابطه دلبستگی ایمن در کودکان برای رشد و ارتقای سلامت آنان اهمیت دارد، شکل‌گیری و تحول دلبستگی ایمن به خدا نیز در سلامت و بهزیستی انسان نقش مهمی ایفا می‌کند. دلبستگی به خدا به این معناست که فرد در شرایط سخت خدا را در کنار خود می‌بیند و به او اتکا می‌کند و این اتکا او را در استفاده از روش‌های معنوی برای رویارویی با مشکلات کمک می‌کند. افراد با دلبستگی ایمن در مواقع مشکلات و سختی‌ها آرامش خود را حفظ می‌کنند و خدا را تکیه‌گاهی امن و منبع آرامش می‌دانند.

ریشه‌های دلبستگی ایمن به خدا در دوران کودکی شکل می‌گیرد و ارتباط تنگاتنگی با رفتارهای معنوی و روش‌های تربیت والدین دارد. در خانواده‌هایی که والدین برای کودکان پایگاهی امن هستند، اعتقاد کودکان به آنها افزایش می‌یابد و این اعتقاد به خدا نیز انتقال پیدا می‌کند.

به طور کلی سبک دلبستگی عامل مهم و مؤثری در سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی و توانایی مقابله با بیماری‌هاست (تقی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۲: ۱۰).

کرک پاتریک (۱۹۹۹) بر این باور است که دلبستگی مضطرب اجتنابی با خدا در نهایت سبب بی‌اعتقادی، لامذهب شدن و ارتداد می‌شود (زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱: ۷۷). بک^۱ معتقد است افرادی که دلبستگی بیشتری به خدا دارند و این دلبستگی نیز از نوع ایمن است، کمتر دچار تنش و افسردگی می‌شوند و از احساس رضایت و صمیمیت بیشتری برخوردارند (بک، ۲۰۰۶: ۱۲۶).

تحقیقات اندکی درباره دل‌بستگی به خدا انجام شده است. نیوتون و مکینتاش (۲۰۱۰) در پژوهشی که بر روی والدین کودکان استثنایی درباره ارتباط بین تصور والدین از خدا و میزان مقابله‌های آنان در برابر استرس‌ها انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که والدین کودکان استثنایی با تصور مثبت از خدا از مقابله‌های روان‌شناختی مؤثرتری برخوردار هستند و در برابر فشارهای روانی مقاوم‌ترند.

اکبری، وفاپی و خسروی (۱۳۸۹) در پژوهشی دریافته‌اند که بین سبک دل‌بستگی ایمن به والدین و میزان تاب‌آوری در همسران جانبازان رابطه وجود دارد.

نتایج چندین پژوهش نیز نشان می‌دهد که روابط دل‌بستگی انسانی و دل‌بستگی ایمن به خدا با شاخص‌های سلامتی و بهزیستی از قبیل: خوش‌بینی، رضایت از زندگی، کاهش اضطراب، افسردگی و کاهش در نشانگان بیماری‌های جسمانی همراه است (کرک پاتریک و شیور، ۱۹۹۲). افزون بر این، دل‌بستگی نا ایمن به خدا با سلامت روانی پایین و مشکلات سازگاری، کاهش در سلامت و بهزیستی مذهبی و وجودی و افزایش هیجان‌های منفی توأم است (بک و مک دونالد، ۲۰۰۴).

نتایج مطالعه کرک پاتریک و شیور (۱۹۹۲) نشان دادند که بزرگسالان با سبک دل‌بستگی ایمن نسبت به دو گروه نا ایمن خدا را بیشتر مهربان و کمتر غیرقابل دسترس توصیف کردند. همچنین افرادی که دل‌بستگی ایمن به خدا دارند، در مقایسه با افراد دارای دل‌بستگی دوسوگرا از زندگی رضایت بیشتری دارند و کمتر بیمار می‌شوند.

غباری بناب و همکاران (۱۳۹۰) دریافته‌اند که تصویر ذهنی از خدا در دانشجویان را به طور کلی می‌توان از روی کیفیت دل‌بستگی آنان پیش‌بینی کرد. غباری بناب و همکاران (۱۳۹۱) دریافتند سلامت روانی والدین کودکان استثنایی، از روی نوع دل‌بستگی به خدا و تصور فرد از خدا قابل پیش‌بینی است. آن دسته از والدین کودکان استثنایی که تصور مثبتی از خدا داشتند و سبک دل‌بستگی به خدا در آنان ایمن بود، از سلامت روانی بیشتری برخوردار بودند.

رحیمیان بوگر و اصغر نژاد فرید (۱۳۸۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تاب‌آوری، سبک دل‌بستگی اجتنابی، سبک دل‌بستگی دوسوگرا و سرسختی روان‌شناختی پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی هستند و از میان این متغیرهای پیش‌بینی‌کننده، تاب‌آوری میزان بالایی از

تغییرپذیری در سلامت روان را تبیین می‌کند.

در ادامه مبحث به موضوع ادبیات مرتبط با شهادت پرداخته می‌شود. در منابع خارجی واژه شهادت به آن معنی که در فرهنگ اسلامی یافت می‌شود، وجود ندارد، بلکه کشته شدن در جنگ طرح می‌شود. به همین دلیل، پیشینه‌هایی که با مفهوم فرهنگ اسلامی جامعه ما انطباق داشته باشد، یافت نشد.

پژوهش‌های چندی در ایران در ارتباط با خانواده شهدا (همسران و فرزندان شاهد) صورت گرفته است که در ادامه به برخی از آنها اشاره می‌شود.

تحقیق فاتحی‌زاده و همکاران (۱۳۹۰) نشان داده است که زوج‌درمانی به شیوه آموزش خودتنظیمی بر سلامت روان زوجین شاهد و ایثارگر تأثیر دارد.

کرامتی، مرادی و کاوه (۱۳۸۴) در پژوهشی با نام «بررسی و مقایسه کارکرد خانواده و سیمای روان‌شناختی فرزندان شاهد» دریافته‌اند که میانگین عملکرد خانواده در همسران شاهدی است که ازدواج کرده‌اند پایین‌تر از همسران شاهدی است که ازدواج مجدد نکرده‌اند، ولی عملکرد تحصیلی فرزندان در گروه دوم بهتر از گروه اول است.

اژدری (۱۳۷۳) در پژوهش دیگری نشان داد فرزندان شاهدی که مادرانشان پس از شهادت پدر ازدواج کرده‌اند در مقایسه با دانش‌آموزان شاهدی که مادرانشان ازدواج نکرده‌اند، از نظر تحصیلی در سطح پایین‌تری هستند.

روش پژوهش

روش مطالعه حاضر از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل تمام همسران شهید استان چهارمحال و بختیاری بودند که ازدواج مجدد نکرده بودند و تعداد آنها ۲۹۷ نفر بود. از بین آنها ۷۵ نفر به شیوه در دسترس انتخاب شدند. شیوه انتخاب به این صورت بود که آزمودنی‌ها از بین همسران شاهدی که در نیمه اول سال ۱۳۹۴ در برنامه‌های برگزار شده توسط بنیاد شهید شرکت کرده یا به بنیاد شهید مراجعه کرده بودند، انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. تعداد ۲۵ آزمودنی به علت مغشوش بودن پرسش‌نامه کنار گذاشته شدند.

ابزار پژوهش

ابزار به کاررفته در پژوهش شامل: مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و پرسش‌نامه دل‌بستگی به خدا بک و مک دونالد (۲۰۰۴) بود.

۱. مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون

به منظور سنجش میزان تاب‌آوری، مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون^۱ مورد استفاده قرار گرفت. این پرسش‌نامه را کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی ۱۹۷۹-۱۹۹۹ حوزه تاب‌آوری تهیه کردند. ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در شش گروه، جمعیت عمومی، مراجعه‌کنندگان به بخش مراقبت‌های اولیه، بیماران سرپایی روان‌پزشکی، بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر و دو گروه از بیماران مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه مورد بررسی قرار گرفته است. تهیه‌کنندگان این مقیاس بر این عقیده‌اند که این پرسش‌نامه به خوبی قادر به تفکیک افراد تاب‌آور از افراد غیرتاب‌آور در گروه‌های بالینی و غیربالینی بوده است و می‌تواند در موقعیت‌های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرد. این پرسش‌نامه ۲۵ گویه دارد که در یک مقیاس لیکرت بین صفر (کاملاً نادرست)، و پنج (کاملاً درست)، نمره‌گذاری می‌شود. محمدی (۱۳۸۴) پایایی^۲ این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ به دست آورد که ضریب پایایی حاصله برابر با ۰/۸۹ بود. در مورد اعتبار^۳ آن با استفاده از روش تحلیل عاملی محاسبه همبستگی هر نمره با نمره کل نشان داد که به جز ۳ سؤال، ضرایب بین ۰/۱۴ تا ۰/۶۴ بودند. بدین ترتیب ۲۱ گویه در تحلیل نهایی مورد استفاده قرار گرفتند.

در پژوهش سامانی، جوکار و صحراگرد (۱۳۸۶) پایایی این مقیاس در دانشجویان به کمک ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ به دست آمد و نتایج آزمون تحلیل عاملی بر روی این مقیاس بیانگر وجود یک عامل عمومی در مقیاس بود. مقدار ضریب KMO برای این تحلیل برابر ۰/۸۹ و مقدار آزمون کرویت بارتلت برابر با ۶/۶۴ بود. این عامل ۲۶/۶٪ از واریانس کل مقیاس را تعیین می‌کرد. به منظور به دست آوردن اعتبار هم‌زمان آزمون تاب‌آوری، بین نمرات این آزمون با

1- Conner- Davidson Resilience Scale

2- Reliability

3- Validity

نمرات آزمون سرسختی روان‌شناختی در یک گروه بررسی مقدماتی همبستگی گرفته شد و ضریب همبستگی حاصل معادل $0/53$ به دست آمد.

۲. پرسش‌نامه دل‌بستگی به خدا بک و مک دونالد

این پرسش‌نامه توسط بک و مک دونالد (۲۰۰۴) تهیه شده است که دارای ۲۴ سؤال پنج‌گزینه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) است که محتوای سؤالات درباره ارتباط فرد با خدا و هر شخص یا توجه به نوع ارتباط خودش با خداست و باید به یکی از گزینه‌ها پاسخ دهد. این پرسش‌نامه چهار عامل توجه به خدا، اعتماد در مقابل عدم اعتماد، توکل و ارتباط با خدا را ارزیابی می‌کند. روایی فرم اصلی پرسش‌نامه دل‌بستگی به خدا توسط سازندگان آن به روش همبستگی هر سبک با نمره کلی مقیاس، روایی سبک‌های اجتناب از صمیمیت و اضطراب از طرد با کل مقیاس به ترتیب $0/86$ و $0/84$ گزارش شده است. نصیری (۱۳۸۷) میزان همبستگی سبک اضطراب از طرد و سبک اجتناب از صمیمیت را با کل مقیاس به ترتیب برابر $0/68$ و $0/74$ به دست آورد. همچنین برای محاسبه پایایی این پرسش‌نامه، نصیری (۱۳۸۷) ضریب آلفای کرونباخ برای ابعاد اجتناب از صمیمیت و اضطراب از طرد را به ترتیب برابر با $0/84$ و $0/84$ گزارش کرد. در پژوهش علیایی و همکاران (۱۳۹۰) پایایی و روایی مورد قبولی برای این پرسش‌نامه گزارش شده است.

برای تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی و روش همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

تعداد افراد شرکت‌کننده در پژوهش حاضر ۷۵ نفر از همسران شاهد بودند. در ادامه، به بیان متغیرهای جمعیت‌شناختی و یافته‌های توصیفی مربوط به پژوهش پرداخته می‌شود.

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد سن گروه نمونه

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۷۵	۴۹/۶۲	۷/۸۳

طبق جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد سن گروه نمونه به ترتیب برابر با ۴۹/۶۲ و ۷/۸۳ است.

جدول ۲- وضعیت گروه نمونه از نظر سطح تحصیلات

سطح تحصیلات	فراوانی	درصد فراوانی
ابتدایی	۱۶	۲۱
سیکل	۱۵	۲۰
دیپلم	۲۷	۳۶
کارشناسی و بالاتر	۷	۹/۳
بی پاسخ	۱۰	۱۳/۳
جمع کل	۷۵	۱۰۰

همان گونه که در جدول (۲) مشخص است، اکثریت افراد گروه نمونه یعنی حدود ۳۶ درصد دارای دیپلم بودند.

طبق جدول (۳) ضریب همبستگی پیرسون نشان می دهد که تاب آوری دارای رابطه ۰/۶۱۲ با سبک دل بستگی به خدا است. این ضریب همبستگی از لحاظ آماری معنادار است ($P < 0/01$)؛ لذا می توان گفت که با بالا رفتن نمره دل بستگی به خدا (کاهش نمره دو بعد اجتناب از صمیمیت و اضطراب از طرد)، نمره تاب آوری افزایش می یابد. بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر وجود رابطه بین تاب آوری و سبک دل بستگی به خدا تأیید می شود. چهار خرده مقیاس پرسش نامه سبک دل بستگی به خدا شامل: ارتباط با خدا، اعتماد، توکل و توجه به خداست. در جدول (۳) ضرایب همبستگی این چهار بعد با تاب آوری نشان داده شده است.

همان گونه که جدول (۳) نشان می دهد ضریب همبستگی بعد ارتباط با خدا با تاب آوری ۰/۲۶ است. این ضریب همبستگی از لحاظ آماری معنادار است ($P < 0/05$)؛ لذا می توان گفت که با بالا رفتن نمره ارتباط با خدا، نمره تاب آوری نیز افزایش می یابد.

جدول ۳- ضریب همبستگی بین تاب‌آوری و دل‌بستگی به خدا و ابعاد دل‌بستگی به خدا

معناداری	ضریب همبستگی	تعداد	آماره
۰/۰۰۱	۰/۶۱۲	۷۵	تاب‌آوری و دل‌بستگی به خدا (نمره کل)
۰/۰۲	۰/۲۶۸	۷۵	تاب‌آوری و بعد ارتباط با خدا
۰/۰۰۱	۰/۳۹۴	۷۵	تاب‌آوری و بعد توکل
۰/۰۰۱	۰/۴۸	۷۵	تاب‌آوری و بعد اعتماد
۰/۰۰۱	۰/۵۱۲	۷۵	تاب‌آوری و بعد توجه به خدا

همچنین طبق جدول (۳) ضریب همبستگی بعد توکل با تاب‌آوری ۰/۳۹ است. این ضریب همبستگی از لحاظ آماری معنادار است ($P < ۰/۰۱$)؛ بنابراین می‌توان اظهار داشت با افزایش نمره توکل به خدا، نمره تاب‌آوری نیز افزایش می‌یابد.

همان‌گونه که جدول فوق نشان می‌دهد ضریب همبستگی بعد اعتماد با تاب‌آوری ۰/۴۸ است. این ضریب همبستگی از لحاظ آماری معنادار است ($P < ۰/۰۱$)؛ لذا با بالا رفتن نمره اعتماد به خدا، نمره تاب‌آوری نیز افزایش می‌یابد.

مطابق یافته‌های جدول (۳) ضریب همبستگی بعد توجه به خدا با تاب‌آوری ۰/۵۱۲ است. این ضریب همبستگی از لحاظ آماری معنادار است ($P < ۰/۰۱$)؛ لذا می‌توان گفت با افزایش نمره توجه به خدا نمره تاب‌آوری هم افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

طبق نتایج پژوهش حاضر بین تاب‌آوری و دل‌بستگی به خدا رابطه معنادار آماری وجود دارد. همچنین بین ابعاد دل‌بستگی به خدا شامل: ارتباط با خدا، اعتماد، توکل و توجه به خدا با تاب‌آوری همبستگی وجود دارد. این یافته‌ها همسو با پژوهش زاهد بابلان و همکاران (۱۳۹۱) است. احمدی، شیخ و سرابندی (۱۳۹۱) نیز دریافته‌اند که سبک دل‌بستگی به خدا در بعد ایمن می‌تواند ۷۰ درصد متغیر تاب‌آوری را تبیین کند.

در تبیین این نتایج که همسو با یافته‌های برخی تحقیقات مشابه انجام گرفته است، در این

زمینه در فرهنگ‌های مختلف نیز می‌باشد، می‌توان گفت؛ هر چهار بعد دل‌بستگی به خدا یعنی توکل، اعتماد، ارتباط با خدا و به‌ویژه توجه به خدا نقش مهمی در افزایش تاب‌آوری دارند. در این راستا می‌توان گفت افراد با دل‌بستگی بالا به خدا بویژه **توجه به خدا**، احساس می‌کنند توانایی بیشتری برای مقابله با مشکلات دارند، یعنی در بین این افراد خدا به عنوان منبع دل‌بستگی زمینه‌ای فراهم می‌کند که شخص احساس ایمنی بیشتری بکند و از این طریق توان مقابله بالاتری با مشکلات داشته باشد. باور به اینکه خدایی هست که بر موقعیت‌ها مسلط و ناظر بر بندگان است، تا حد بسیار زیادی، اضطراب مرتبط با موقعیت‌ها را کاهش می‌دهد. به عبارت دیگر، این افراد معتقدند از طریق اتکای به خداوند می‌توان موقعیت‌های غیرقابل کنترل را در اختیار خود درآورد.

دیگر اینکه توجه به خدا سبب می‌شود افراد از راهبردهای مقابله‌ای مناسب‌تری در مواجهه با شرایط دشوار استفاده کنند. دیدگاه افراد نسبت به خداوند مبنایی برای تعیین مثبت یا منفی بودن سبک‌های کنار آمدن و مقابله آنان با مشکلات است (نلسون، ۲۰۰۸: ۲۷).

به نظر می‌رسد دین و ارتباط با خدا بر جریان‌های شناختی فرد تأثیر می‌گذارد و مذهب فرایندی است که بدین وسیله افراد می‌توانند پیامدهای آینده را موفقیت‌آمیز در نظر بگیرند؛ یعنی ایمان و اعتقاد به خدا و اینکه هر کاری با **توکل** به او به خوبی شروع می‌شود و خدا تمام امور را کنترل می‌کند، باعث ایجاد حس خوش‌بینی و اطمینان در مورد عملکردهای آینده فرد می‌شود (خراشادی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۰: ۵۲).

از سوی دیگر، **اعتماد به خدا** و ایمان به او موجب نگرش معنادار و هدف‌دار فرد به کل هستی می‌شود، در واقع، خداوند به عنوان تکیه‌گاه و منبع دل‌بستگی دارای شرایطی است که اجازه می‌دهد او را موضع دل‌بستگی به حساب آوریم. این منبع دل‌بستگی، پناهگاهی مطمئن است که فرد در مشکلات زندگی می‌تواند به آن رجوع کند، همیشه در دسترس و در کنار انسان است و به رغم عدم حضور فیزیکی همیشه می‌شود حضور او را احساس کرد. دیگر اینکه فرد معتقد خداوند را اساس ایمنی می‌داند، چون او را قادر به همه کارها و آگاه به همه امور می‌داند. بنابراین، فرد معتقد از وجود او احساس قدرت و امنیت می‌کند (احمدی، شیخ و سرابندی، ۱۳۹۱: ۷).

ارتباط با خدا سبب می‌شود که افراد احساس تنش، استرس و اضطراب کمتری را در مواجهه با دشواری‌های زندگی تجربه کنند. برخی از مطالعه‌های حیطه تاب‌آوری اهمیت ایمان معنوی و شرکت در جوامع مذهبی را یادآور شده‌اند (برای مثال ورنر، ۱۹۹۳). در مطالعات مختلف نشان داده شده که معنویت به افراد کمک می‌کند تا مشکلات زندگی‌شان را مدیریت کنند، با استرس و افسردگی کنار بیایند و در عین حال سلامت جسمی و روانی خودشان را حفظ کنند (گریف و لوبسر^۱، ۲۰۰۸) و اینها از ویژگی‌های افراد تاب‌آور هستند. اوکازی (۲۰۱۰) بر این باور است که خدا به عنوان چهره دلبستگی، پایگاه امنی برای رفتارهای کاوش و پناهگاهی ایمن در زمان پریشانی یا تهدید برای مؤمنان در نظر گرفته می‌شود و زمانی که مؤمنان از خدا دور یا جدا می‌شوند، احساس اضطراب می‌کنند. مؤمنان خواستار نزدیکی به خدا هستند و این تماس برای آنان در میان ارتباط با خدا در شکل‌های دعا و مشارکت در فعالیت‌های مذهبی دلپذیر است. همچنین زمانی که مؤمن خبرهایی در مورد مرگ و از دست دادن عزیز خود دریافت می‌کند، تمایل دارد که به خدا به عنوان پناهگاه امن، نزدیک شود تا دوباره حس امنیت و آرامش را به دست آورد (خراشادی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۰: ۴۶).

لو و سیم (۲۰۰۳) معتقدند که داشتن سبک دلبستگی ایمن به افزایش ویژگی‌های روان‌شناختی و عواطف مثبت مانند: امید و خوش‌بینی به‌ویژه در موقعیت‌های دشوار منجر می‌شود، چون احساس می‌کند تکیه‌گاه ایمن و قدرتمندی دارد که از او حمایت می‌کند (نصیری و لطیفیان، ۱۳۸۶: ۲). معنویت یک عامل کلیدی در ایجاد تاب‌آوری و افزایش آن است (مکی^۲، ۲۰۰۳؛ والش، ۲۰۰۶).

افرادی که دلبستگی ایمن نسبت به خدا دارند، به دلیل پذیرش خداوند به عنوان تکیه‌گاه امن، احساس می‌کنند توانایی بیشتری در قبال مشکلات دارند و همین توانایی رویارویی، به تعامل مثبت بین خدا و فرد می‌انجامد (زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۱: ۸۳). دلبستگی یک عامل مهم در به حداقل رساندن خطر و به حداکثر رساندن عامل تاب‌آوری است که در نتیجه این تأثیرگذاری، نقش بسیار مهمی در افزایش سلامت روان، به‌ویژه در شرایط سخت و طاقت‌فرسای زندگی دارد (احمدی، شیخ و سرابندی، ۱۳۹۱: ۷).

1- Greeff & Loubser
2- Mackay

افراد تاب آور به احتمال زیاد در مواجهه با شرایط ناگوار در جست و جوی معنا هستند (پولک^۱، ۱۹۹۷). داشتن ایمان، تحمل افراد را در برابر سختی‌ها افزایش می‌دهد و آنها را برای غلبه بر چالش‌ها یاری می‌کند (ورنر و اسمیت، ۲۰۰۱). همچنین ارتباطات فرامعنوی (یعنی به قدرت برتری ایمان داشتن) جزء عوامل فردی ایجادکننده یا تسهیل‌گر تاب‌آوری است و معنویت عامل کلیدی برای پرورش تاب‌آوری دانسته شده است (حسینی قمی و سلیمی بجستانی، ۱۳۹۰: ۷۷). از نظر والش (۲۰۰۶) افراد تاب‌آور در رویدادها و بحران‌های شکننده بعد اخلاقیشان گسترده‌تر می‌شود و در زندگی احساس هدفمندی بیشتری می‌کنند.

شواهد نشانگر این است که همسران شاهدهی که زمینه مذهبی قوی‌تری دارند، پذیرش شرایط برای آنان [راحت‌تر] است (جاویدی کلاته جعفرآبادی، ۱۳۸۷: ۸).

لازم به ذکر است که فطرت خداجوی انسان و زمینه و بافت مذهبی و فرهنگی قومی در کشور ما و وجود ریشه‌های عمیق معنویت و باورهای مذهبی و همچنین وجود سنبل‌ها و نمونه‌های صبر و استقامت مانند حضرت زهرا(س) و حضرت زینب(س)، و احادیث و آیه‌های مختلف در این زمینه، را می‌توان منابع حمایتی مهمی به‌شمار آورد که تأمین‌کننده سلامت روان و حفظ آرامش فردی است و توانایی افراد را برای مقابله با شرایط سخت زندگی افزایش می‌دهد. دینداری پایه‌ای اساسی برای مقاومت در برابر مشکلات زندگی بشر است (حسینی قمی و سلیمی بجستانی، ۱۳۹۱: ۷۸).

پیشنهاد می‌شود در کار با خانواده شهدا و یا انجام دادن مشاوره‌های روان‌شناختی با آنها به زمینه‌های معنوی، مانند ارتباط با خدا و عوامل افزایش‌دهنده تاب‌آوری در آنها تأکید بیشتری صورت گیرد.

فهرست منابع

۱. آهنگر سلابنی، اعظم (۱۳۸۶). «همسران شهدا، مروجان اصلی فرهنگ ایثار و شهادت». مجموعه مقالات همایش آسیب‌شناسی ترویج فرهنگ و شهادت. دانشگاه مازندران.
۲. احمدی، خدابخش؛ شیخ، مهدی و سرابندی، حسن (۱۳۹۱). «نقش دلبستگی به خدا در تاب‌آوری و سلامت روان والدین کودکان عقب مانده ذهنی آموزش‌پذیر». فصلنامه علمی- پژوهشی پژوهش در سلامت روان‌شناختی. ۶(۱)، ۹-۱.
۳. اکبری، زهرا؛ وفايي، طیبه و خسروی، صدرالله (۱۳۸۹). «بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و میزان تاب‌آوری همسران جانبازان». مجله علمی- پژوهشی طب جانباز. ۳(۱۰)، ۱۷-۱۲.
۴. تقی‌زاده، محمداحسان و میرعلایی، مرضیه‌السادات (۱۳۹۲). «مطالعه اثربخشی معنویت درمانی گروهی بر تاب‌آوری زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس شهر اصفهان». روان‌شناسی سلامت. ۲(۲).
۵. تقی‌یاره، فاطمه؛ مظاهری، محمدعلی و آزاد فلاح، پرویز (۱۳۸۴). «بررسی ارتباط با سطح تحول من، دلبستگی به خدا و جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان». فصلنامه روان‌شناسی. ۳۳، ۲۱-۳.
۶. جاویدی کلاته جعفرآبادی، طاهره (۱۳۸۷). «جایگاه اجتماعی همسران شاهد». مجموعه مقالات همایش ملی ایثار و شهادت. دانشگاه مازندران.
۷. حدادی کوهسار، علی‌اکبر و غباری‌بناب، باقر (۱۳۸۹). «رابطه تصویر ذهنی از خدا با کیفیت دلبستگی در دانشجویان». اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت.
۸. حسینی‌قمی، طاهره و سلیمی بجستانی، حسین (۱۳۹۰). «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا بیماری». روان‌شناسی و دین. ۴(۳)، ۸۲-۶۹.
۹. خراشادی‌زاده، سمیه؛ شهابی‌زاده، فاطمه و دستجردی، رضا (۱۳۹۰). «بررسی نقش دلبستگی دوران کودکی، دلبستگی به خدا و سبک‌های اسنادی بر اضطراب اجتماعی دانشجویان شهر بیرجند». فصلنامه روان‌شناسی و دین. ۴(۴)، ۵۹-۴۳.

۱۰. زاهد بابلان و همکاران (۱۳۹۱). «رابطه دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با معنی در زندگی دانشجویان». *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۱۳(۳)، ۷۵-۸۵.
۱۱. علیایی، زهرا؛ سامانی، سیامک و فانی، حجت‌الله (۱۳۹۰). «بررسی روایی و پایایی مقیاس دلبستگی به خدا». *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*. ۲، ۶۵-۸۱.
۱۲. غباری بناب و همکاران (۱۳۹۱). «رابطه کیفیت دلبستگی به خدا و تصور فرد از خدا با سلامت روانی در والدین کودکان استثنایی». *فصلنامه ایرانی کودکان استثنایی*. ۱۲(۳)، ۵-۱۴.
۱۳. قربانی، نیما (۱۳۸۲). دیدگاه اتولوژیک رشد کودک. *گزارش درس روان‌شناسی رشد*. چاپ نشده.
۱۴. کاوه، منیژه؛ علیزاده، حمید؛ دلاور، علی و برجعلی، احمد (۱۳۹۰). «تدوین برنامه افزایش تاب‌آوری در برابر استرس و تأثیر آموزش آن بر مؤلفه‌های کیفیت زندگی والدین دارای کودک کم‌توان ذهنی خفیف». *فصلنامه کودکان استثنایی*. ۴۰، ۱۱۹-۱۴۰.
۱۵. نصیری، حبیب‌الله و لطیفیان، مرتضی (۱۳۸۶). «دلبستگی به خدا، عواطف مثبت و رضایت از زندگی». *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*. ۴۵۹-۴۶۲.
16. Beck, R. (2006). God As A Secure Base: Attachment To God And Theological Exploration. *Journal of Psychology and Theology*. La Mirada: Summer, 34, 2: 125-132.
17. Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to God: The attachment to God inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 92-103.
18. Garnezy, N. & Masten, A. S. (1991). The protective role of competence indicators in children at risk. In: E. M. Cummings, A. L. Greene, K. H. Karrakei (Eds.), *Perspectives on stress and coping*. (pp. 151-174). Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.
19. Greef, A. P. & Loubser, K. (2008). Spirituality as a Resiliency Quality in Xhosa-speaking Families in South Africa. *Journal of religion and health*, 47, 288-301.
20. Kirkpatrick, L. A. (1994). the role of attachment in religious belief and behavior. *Advances in personal relationship* , 5, 239-256.
21. Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment theoretical approach to love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 266-275.
22. Mackay, R. (2003). Family Resilience and Good Child Outcomes: an Overview of the Research Literature. *Social Policy Journal of New Zealand*. 20, 98-118.

23. Nelson, N. (2008). Religion, Coping, and Marital Satisfaction, unpublished Honors Thesis.
24. Newton, A. T. & McIntosh, D. N. (2010). Specific religious beliefs in a cognitive appraisal model of stress and coping. **International Journal for the Psychology of Religion**, 20(1), 39-58.
25. Polk, L. (1997). Toward a middle-range theory of resilience. **Journal of Advances in nursing science**, 19(3), 1-13.
26. Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. **British Journal of Psychiatry**, 147, 598-611.
27. Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. **American psychologist**, 55, 5-14.
28. Walsh, F. (2006). *Strengthening Family Resilience*. New York: The Guilford Press.
29. Werner, E. E., & Smith, R. S. (2001). **Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience and recovery**. Ithaca: Cornell University Press.