



The Relationship of Meaning in Life, Spiritual Well-Being and Ego Strength with The Anxiety Related to COVID19

Ayoub Sabokzaie: M. A. Student of Educational Administration, Department of Educational Administration, Faculty of Psychology and Education, Zahedan Branch, Islamic Azad University, Zahedan, Iran.

ayoubsabokzaie14@gmail.com

Naser Nastiezaie*: Associate Professor of Educational administration, Department of Educational Administration and Planning, Faculty of Education and Psychology, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran.

n_nastie1354@ped.usb.ac.ir

Abstract

The rapid spread of the corona virus has caused a lot of anxiety for people. Therefore, it seems necessary to identify factors that reduce the anxiety related to the COVID-19. The purpose of this study was to examine the relationship between the meaning of life, spiritual well-being, and ego strength with the anxiety related to the COVID-19. The study used a descriptive-correlational design and employed stratified random sampling. A number of 330 secondary school students completed the questionnaires on the meaning in life, spiritual well-being, ego strength, and the anxiety related to the COVID-19. Pearson's correlation coefficient and stepwise regression were used to analyze the data. According to the findings, there was a negative and significant relationship between the meaning in life, spiritual well-being, and ego strength with the anxiety related to the COVID-19. The regression results also showed that meaning in life, spiritual well-being, and ego strength could significantly predict the anxiety related to the COVID-19. According to these results, it can be said that by improving the meaning in life, spiritual well-being, and making ego stronger, students' anxiety can be decreased.

Keywords: Meaning in life, Spiritual well-being, Ego strength, Anxiety related to COVID-19

Introduction

The stress and anxiety caused by the corona virus and its destructive psychosocial effects have overshadowed the health, mental well-being, and adaptability of all people, including students. As a

result of the corona virus and quarantine, students have psychological problems such as anxiety, depression, post-traumatic stress disorder, stress, failure, fear, anger, loneliness at the individual level. Moreover, at the interpersonal dimension, they may experience problems in communicating with family members, communication with friends and teachers,

*. Corresponding author



insufficient social support, and decrease in family income. In regards to the educational dimension, students experience problems such as weak cognitive and social presence in the online education process, increased cognitive load, weak motivation, problems in time management, and worry about evaluation (Abolmaali Alhosseini, 2020). Therefore, it is necessary to seek to identify the factors that reduce the anxiety related to the COVID-19 among the students. Due to the newness of the corona disease, little research has been conducted on the anxiety related to the COVID-19, and no research has been conducted on the relationship between meaning in life, spiritual well-being, and ego strength with COVID-related anxiety among students. Therefore, the main objective of this research study was to understand the relationship between the meaning in life, spiritual well-being, and ego strength with COVID-related anxiety in students. In this regard, the following research hypotheses were studied:

H1: There is a negative and significant relationship between the meaning in life and students' anxiety related to the COVID-19.

H2: There is a negative and significant relationship between students' spiritual well-being and anxiety related to the COVID-19.

H3: There is a negative and significant relationship between ego strength and

students' anxiety related to the COVID-19.

Method

The research method of this study was a descriptive correlation. The statistical population of the study involved all the second-year secondary school students of Nikshahr (Sistan and Baluchistan province), Iran in the academic year of 2020-2021, totaling 2618 students. Using random-stratified sampling and based on Cochran's sampling formula, 335 students (155 male and 180 female) were selected through the

questionnaires of COVID-related anxiety (Alipour et al., 2020), the meaning in life (Steger et al., 2006), spiritual well-being (Golparvar et al., 2015) and ego strength (Mark Strom et al., 1997). Five questionnaires were discarded due to lack of information.

Descriptive statistics (frequency, percentage, mean, standard deviation) and inferential statistics (Pearson's correlation coefficient test and stepwise multiple regression) were used for data analysis via SPSS version 21.

Results

To check the descriptive status of the research variables, the mean and standard deviation were used (Table 1). Also, Pearson's correlation coefficient was used to investigate the significant relationship between meaning in life, spiritual well-being, and ego strength with COVID-related anxiety (Table 1).

Table 1

Mean, Standard Deviation and Correlation Coefficients of Research Variables

Variables	Mean	Standard Deviation	correlation coefficients		
			Psychiatric symptoms	Physical symptoms	COVID-19-related anxiety
Meaning of Life	2.74	0.57	-0.290**	-0.249**	-0.315**
Spiritual Well-Being	2.53	0.66	-0.399**	-0.450**	-0.438**
Ego Strength	3.11	0.25	-0.300**	-0.367**	-0.346**

**P<0.01

According to the findings, there was a

significant correlation between Meaning in

Life, spiritual well-being, and ego strength with COVID-related anxiety with the indices of -0.315, -0.438, and -0.346 respectively ($p < 0.01$).

Tables 2 show the summary of

regression analysis for predicting COVID-related anxiety based on the meaningful components of meaning in life, spiritual well-being, and ego strength.

Table 2

Summary of Regression Analysis for Predicting Corona Virus Anxiety Based on Meaningful Life

Variable	R	R ²	F	B	Std. Error	Beta	T	P-value
Presence of Meaning	0.290	0.084	30.168	-0.330	0.060	-0.290	-5.49	0.001
Presence of Meaning + Search for Meaning	0.316	0.100	18.175	-0.252 -0.194	0.068 0.081	-0.222 -0.143	-3.72 -2.39	0.001 0.017

The regression results showed that the meaning of life predicted 10% of the

variance of COVID-related anxiety ($p < 0.05$).

Table 3

Summary of Regression Analysis for Predicting Corona Virus Anxiety Based on Spiritual Well-Being

Variable	R	R ²	F	B	Std. Error	Beta	T	P-value
Spiritual Well-Being	0.438	0.192	77.813	-0.548	0.062	-0.438	-8.821	0.001

The regression results also showed that the spiritual well-being have been able to

predicted 19.2% of the variance of COVID-related anxiety ($p < 0.01$).

Table 4

Summary of Regression Analysis for Predicting Corona Virus Anxiety Based on Ego Strength

Variable	R	R ²	F	B	Std. Error	Beta	T	P-value
Competence	0.341	0.116	43.058	-0.860	0.131	-0.341	-6.562	0.001
Competence+ Hope	0.372	0.138	26.235	-0.540 -0.435	0.170 0.150	-0.214 -0.196	-3.174 -2.904	0.002 0.004
Competence+ Hope + Care	0.391	0.153	19.557	-0.419 -0.378 -0.380	0.177 0.151 0.161	-0.166 -0.170 -0.137	-2.373 -2.507 -2.341	0.018 0.013 0.020

The regression results showed that the ego strength predicted 15.3% of the variance of COVID-related anxiety ($p < 0.05$).

Conclusion

The present study aimed to investigate the relationship between the meaning in life, spiritual well-being, and ego strength with COVID-related anxiety in students. The first

finding showed that there was a negative and significant relationship between the meaning in life and the anxiety related to the COVID-19. This finding is consistent with the results of Rabat Milli et al. (2015), Abdi Sadat et al. (2018), and Talebzadeh Shushtri et al. (2016). In explaining this finding, it can be said that having no meaning in life causes a person to feel empty, to be disappointed in life, and to be blamed and tired of life (Ho et al., 2010). The results also showed that there was a negative

and significant relationship between spiritual well-being and the anxiety related to the COVID-19. This finding is consistent with the results of Marashi et al. (2012), Motamedi et al. (2015), and Vakili et al. (2020). In explaining this finding, it can be said that people who have higher spiritual well-being can give meaning to problems, psychological pressures, psychological losses, physical disabilities, and psychological vulnerability, and reduce their psychological burden by dealing with these problems (Einy & Hashemi, 2020). The results also revealed that there was a negative and significant relationship between ego strength and the anxiety related to the COVID-19. This finding is consistent with the results of Azazi Bejnordi et al. (2020), Amir Fakhraei et al. (2020), and Khedmati (2020). One possible explanation can be that a person's ability to cope with life's issues and problems, that is, to have psychological balance, depends on his/her ability and strength to overcome the various stresses that are imposed on him/her

(Parviz et al., 2016). According to these results, school counselors can improve students' mental health by using meaningful therapy methods, strengthening hope, optimism, and psychological toughness, while reducing students' COVID-19-related anxiety. Finally, since this research was conducted on second-year high school students in Nikshahr, Iran, the authors suggest that the results be generalized with caution.

Ethical Consideration

Compliance with Ethical Guidelines: All ethical issues such as informed consent and confidentiality of participants' identity were respected.

Funding: This study was conducted with no financial support.

Conflict of Interest: There is no conflict of interest in this study.

Acknowledgment: The author thanks all participants in the study

رابطه معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا ویروس

ایوب سابکزئی: دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، گروه مدیریت آموزشی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه

آزاد اسلامی، واحد زاهدان، زاهدان، ایران

ayoubsabokzaie14@gmail.com

ناصر ناستی‌زایی*: دانشیار مدیریت آموزشی، گروه مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه

سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران

n_nastie1354@ped.usb.ac.ir

چکیده

شیوع سریع ویروس کرونا نگرانی‌های زیادی را برای مردم ایجاد کرده است؛ بنابراین، باید به دنبال شناسایی عواملی بود که اضطراب ویروس کرونا را کاهش می‌دهد. هدف این مطالعه، بررسی رابطه معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا ویروس بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. به شیوه نمونه‌گیری تصادفی-طبقه‌ای تعداد ۳۳۰ دانش‌آموز دوره دوم متوسطه از طریق پرسشنامه‌های معنا در زندگی، بهزیستی معنوی، نیرومندی من و اضطراب کرونا ویروس مطالعه شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد. براساس یافته‌ها بین معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا ویروس رابطه منفی و معنی‌داری وجود داشت. نتایج رگرسیون هم‌نشان دادند معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من به‌طور معناداری می‌توانند اضطراب کرونا ویروس را پیش‌بینی کنند. با توجه به این نتایج، با ارتقای معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من می‌توان ساختن من می‌توان اضطراب کرونا ویروس دانش‌آموزان را کاهش داد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب کرونا ویروس، معنا در زندگی، بهزیستی معنوی، نیرومندی من



مقدمه

اضطراب کرونا به معنای اضطراب ناشی از مبتلا شدن به ویروس کرونا است که غالباً به علت ناشناخته بودن و ابهام شناختی رخ می‌دهد (Amirfakhraei et al., 2020). اگرچه افراد دارای اضطراب کرونا معمولاً می‌دانند ترس و اضطراب آنها بیش از حد زیاد یا غیرمنطقی است، مجموعه‌ای از باورهای ذهنی سبب شده است تا کنترلی بر ترس و اضطراب خود نداشته باشند (American Psychiatric Association, 2013). چنین افرادی به‌طور دائم و همیشگی نگران و دلواپس سلامتی خود هستند و به‌طور مستمر سلامت جسمانی و علائم حیاتی خود را بررسی می‌کنند (Stuart et al., 2019). در مطالعه‌ای در چین بیش از نیمی از پاسخ‌دهندگان تأثیر روانشناختی ویروس کرونا را متوسط تا شدید گزارش کردند (Wang et al., 2020). در مطالعه‌ای در هند نیز میزان اضطراب بیماری کرونا بالا بود و بیش از ۸۰ درصد مشغول تفکر کرونا و ویروس، ۱۲/۵ درصد مشکلات خواب، ۳۷/۸ درصد پارانویا در زمینه ابتلا به ویروس و ۳۶/۴ درصد اضطراب و پریشانی را گزارش کردند (Roy et al., 2020). در مطالعاتی دیگر، پیامدهای ویروس کرونا از قبیل شیوع استرس، افسردگی، اضطراب عمومی و بی‌خوابی گزارش شده است (AI- Rabiiah et al., 2020, Lai et al., 2020, Liu et al., 2020, Rajkumar, 2020). این یافته‌ها بخشی از روند نگران‌کننده اضطراب کرونا است؛ بنابراین، باید به دنبال بررسی عوامل احتمالی کاهش‌دهنده اضطراب کرونا و ویروس بود که این مطالعه عوامل معنای زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من را مدنظر قرار داده است.

معنا در زندگی یکی از مهم‌ترین عواملی است که در بهزیستی افراد نقش مثبت دارد (Sadoughi & Hesampour, 2018). هنگامی که انسان مشغول امورات مورد علاقه‌اش می‌شود، تعاملات اجتماعی با دیگران برقرار می‌کند، نظاره‌گر آثار هنری - ادبی

می‌شود یا به طبیعت و تماشای آن روی می‌آورد، وجود معنا را در خود احساس می‌کند (Dahderi et al., 2013). معنا در زندگی از سه جزء زندگی منسجم، زندگی هدفمند و اهمیت قائل شدن برای خویشتن تشکیل شده است (Martela & Steger, 2016). بهزیستی معنوی یکی دیگر از مفاهیمی است که به‌عنوان یکی از راهبردهای مؤثر مقابله با بحران‌ها و پریشانی‌ها مورد توجه روانشناسی مثبت‌گرا قرار گرفته است. بهزیستی معنوی به میزان درک فرد از معنویت و حس خوب داشتن اشاره دارد که از نگرش و عزم معنوی سرچشمه می‌گیرد. این بهزیستی دارای دو عنصر بهزیستی مذهبی و بهزیستی وجودی است که بهزیستی مذهبی بیان‌کننده ارتباط با یک قدرت برتر، یعنی خدا است و بهزیستی وجودی بیان‌کننده احساس فرد است که چه کسی است، چه کاری و چرا انجام می‌دهد و به کجا تعلق دارد (Kazemi Majd et al., 2019). بهزیستی معنوی از دو بُعد عمودی (ارتباط با خدا) و افقی (احساس هدفمندی در زندگی و رضایت از آن بدون در نظر گرفتن مذهب خاصی) تشکیل شده است (Mozaffari & Hejazi, 2019). مطالعات نشان می‌دهد بهزیستی معنوی با کاهش اضطراب مرگ (Moetamedi et al., 2015)، کاهش اضطراب فراگیر (Koopani & Taghavi, 2015)، افزایش سلامت عمومی (Broumandzadeh & Karimi Sani, 2015, Einy & Hashemi, 2020)، کاهش اضطراب وجودی (Marashi et al., 2012) و کاهش اضطراب کرونا (Vakili et al., 2020) رابطه دارد.

توانمندی من یکی دیگر از توانمندی‌های افراد در مقابله با اضطراب و پیامدهای ناگوار است. اصطلاح توانمندی من به توانایی فرد برای برخورد مؤثر با خواسته‌های رقابت‌آمیز، موقعیت‌های توان‌فرسا و برای عملکرد مؤثر با وجود خواسته‌ها و توقعات این نیروهای متعارض به کار می‌رود (Besharat et al., 2018). افراد دارای من نیرومند کمتر دچار آسیب‌های روانی

پژوهش این است که چه رابطه‌ای بین معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا و ویروس در دانش‌آموزان وجود دارد.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این مطالعه از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش پژوهشی توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری پژوهش تمامی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه نیکشهر (استان سیستان و بلوچستان) در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ به حجم ۲۶۱۸ نفر (۱۲۱۱ دختر و ۱۴۰۷ پسر) بودند. به شیوه نمونه‌گیری تصادفی - طبقه‌ای (بر حسب جنسیت و رشته تحصیلی) و براساس فرمول نمونه‌گیری کوکران تعداد ۳۳۵ دانش‌آموز (۱۵۵ دختر و ۱۸۰ پسر) از طریق پرسشنامه مطالعه شدند که ۵ پرسشنامه به علت نقص اطلاعات کنار گذاشته شد. براساس وضعیت دموگرافیکی ۱۵۳ دانش‌آموز (۴۶/۳۶٪ دختر و ۱۷۷ دانش‌آموز (۵۳/۶۴٪) پسر، ۲۵۳ نفر (۷۶/۶۶٪) در رشته علوم انسانی، ۳۳ نفر (۱۰٪) در رشته علوم تجربی و ۴۴ نفر (۱۳/۳۴٪) در رشته ریاضی - فیزیک و ۹۵ دانش‌آموز (۲۸/۷۸٪) در پایه اول، ۱۰۹ دانش‌آموز (۳۳/۰۳٪) در پایه دوم و ۱۲۶ دانش‌آموز (۳۸/۱۹٪) در پایه سوم مشغول به تحصیل بودند.

ابزار سنجش: پرسشنامه اضطراب کرونا و ویروس!
علی‌پور و همکاران (۲۰۲۰) این پرسشنامه را طراحی کردند که در قالب ۱۸ گویه و دو بعد علائم روانی (گویه‌های ۱ تا ۹) و علائم جسمانی (گویه‌های ۱۰ تا ۱۸) به بررسی اضطراب کرونا و ویروس می‌پردازد. پرسشنامه براساس طیف ۴ گزینه‌ای لیکرت از هرگز تا همیشه تنظیم شده و نمره‌گذاری آن از ۱=هرگز تا ۴=همیشه است. حداقل و حداکثر میانگین نمرات در این پرسشنامه به ترتیب ۱ و ۴ خواهد بود. هرچه میانگین

می‌شوند، به راحتی تعارض‌های بین فردی را مدیریت می‌کنند و پرخاشگری کمتری را از خود به نمایش می‌گذارند (Basharpoor & Einy, 2017). سایر مطالعات نشان می‌دهد توانمندی من با کاهش اضطراب کرونا (Ezazi Bojnourdi et al., 2020)، کاهش اضطراب مرگ (Khedmati, 2020)، کاهش اضطراب عمومی (Shafaghdoost & Shahamat Dehsorkh, 2019, Durmaz & Unsal, 2019)، سلامت روان (Jamil et al., 2015)، آسیب‌پذیری روانی (Abdoulmaleki et al., 2020) و افزایش مقاومت در برابر تعارضات بیرونی یا درونی (Parviz et al., 2016) رابطه دارد.

استرس و اضطراب ناشی از ویروس کرونا و اثرات مخرب روانی-اجتماعی آن، سلامت، بهزیستی روانی و سازگاری همه مردم از جمله دانش‌آموزان را تحت الشعاع قرار داده است. دانش‌آموزان در نتیجه ویروس کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، اختلال استرس پس از آسیب، استرس، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و بی‌حوصلگی، در بعد بین‌فردی، مشکل در ارتباط با اعضای خانواده، محدودیت ارتباطی با دوستان و معلمان، حمایت‌های اجتماعی ناکافی، کاهش درآمد خانواده، در بعد آموزشی مشکلاتی مانند حضور شناختی و اجتماعی ضعیف دانش‌آموزان در فرآیند آموزش آنلاین، افزایش بار شناختی، ضعف انگیزه، مشکلاتی در مدیریت زمان و نگرانی از ارزشیابی را تجربه می‌کنند (Alhosseini, 2020 Abolmaali). از این رو، لازم است به دنبال شناسایی عوامل کاهش‌دهنده اضطراب کرونا و ویروس بر دانش‌آموزان بود. به دلیل جدید بودن بیماری کرونا پژوهش‌های اندکی درباره اضطراب کرونا انجام شده است و هیچ پژوهشی درباره رابطه معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا و ویروس به ویژه در دانش‌آموزان یافت نشد؛ از این رو، سؤال اصلی این

پرسشنامه بهزیستی معنوی^۴: گل‌پرور و همکاران (۲۰۱۵) این پرسشنامه را طراحی کردند که در قالب ۱۰ گویه و به صورت تک‌مؤلفه‌ای به بررسی بهزیستی معنوی می‌پردازد. پرسشنامه براساس طیف ۴ گزینه‌ای لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد تنظیم شده و نمره‌گذاری آن از ۱=خیلی کم تا ۴=خیلی زیاد است. حداقل و حداکثر میانگین نمرات در این پرسشنامه به ترتیب ۱ و ۴ خواهد بود. هرچه میانگین نمره به ۴ نزدیک‌تر باشد، نشانه بالاتر بودن بهزیستی معنوی فرد است و برعکس. سازندگان پرسشنامه در گام اول با استفاده از نظر متخصصان روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه بررسی و تأیید کردند. در گام دوم و به منظور بررسی روایی سازه این پرسشنامه تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش از نوع واریماکس انجام گرفت. در این تحلیل عاملی مشخص شد ۱۰ گویه پرسشنامه از بار عاملی مطلوبی برخوردارند. همچنین، سازندگان مقدار پایایی پرسشنامه را آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۷۹ بود.

پرسشنامه نیرومندی من^۵: مارک استروم و همکاران این پرسشنامه را در سال ۱۹۹۷ طراحی کردند که در قالب ۶۴ گویه و هشت زیر مقیاس امید (گویه‌های ۸، ۱۵، ۲۶، ۳۲، ۳۹، ۴۲، ۴۴، ۵۸)، خواسته (گویه‌های ۲، ۴، ۱۹، ۲۷، ۳۳، ۳۶، ۵۴ و ۶۳)، هدف (گویه‌های ۱۶، ۲۴، ۲۵، ۲۸، ۴۰، ۴۵، ۵۱ و ۶۲)، شایستگی (گویه‌های ۳، ۱۱، ۱۳، ۲۹، ۳۵، ۵۹، ۶۱ و ۶۴)، وفاداری (گویه‌های ۶، ۱۰، ۱۸، ۲۰، ۳۷، ۴۱، ۴۸ و ۵۳)، عشق (گویه‌های ۱، ۷، ۱۴، ۲۳، ۳۴، ۳۸، ۵۷ و ۶۰)، مراقبت (گویه‌های ۹، ۱۷، ۲۱، ۳۰، ۴۶، ۴۷، ۵۲ و ۵۵) و خرد (گویه‌های ۵، ۱۲، ۲۲، ۳۱، ۴۳، ۴۹، ۵۰ و ۵۶) به بررسی نیرومندی من می‌پردازد. پرسشنامه براساس طیف ۴ گزینه‌ای لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد تنظیم شده و نمره‌گذاری آن

نمره به ۴ نزدیک‌تر باشد، نشانه اضطراب بیشتر کرونا ویروس است و برعکس. سازندگان پرسشنامه برای بررسی روایی^۱ سازه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده کردند که تمامی بارهای عاملی در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار بودند. همچنین، سازندگان مقدار پایایی^۲ پرسشنامه را آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برای علائم روانی، ۰/۸۶ برای علائم جسمانی و ۰/۹۲ برای کل پرسشنامه گزارش کردند. آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۸۹ بود.

پرسشنامه معنا در زندگی^۳: استگر و همکاران این پرسشنامه را در سال ۲۰۰۶ طراحی کردند که در قالب ۱۰ گویه و دو مؤلفه حضور معنا (گویه‌های ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹) و جستجوی معنا (گویه‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰) به بررسی معنای زندگی می‌پردازد. پرسشنامه براساس طیف ۴ گزینه‌ای لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد تنظیم شده و نمره‌گذاری آن از ۱=خیلی کم تا ۴=خیلی زیاد است. حداقل و حداکثر میانگین نمرات در این پرسشنامه به ترتیب ۱ و ۴ خواهد بود. هرچه میانگین نمره به ۴ نزدیک‌تر باشد، نشانه معنادار بودن زندگی فرد است و برعکس. سازندگان آزمون روایی همگرا (با آزمون‌های رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و عوامل شخصیتی برون‌گرایی و توافق‌پذیری) و واگرا (با آزمون‌های افسردگی، عاطفه منفی، نوززگرایی) را بررسی کرده و روایی خوبی برای آن گزارش داده‌اند. همچنین، در بررسی اعتبار آن، ضریب همسانی درونی برای هر دو زیر مقیاس بالای ۰/۸۰ به دست آمد. مقدار پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ در مطالعه اسکندری و همکاران (۲۰۱۹) ۰/۷۲ گزارش شده است. آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۸۸ بود.

4 . spiritual well-being
5 . ego strength

1. validity
2. reliability
3. the meaning in life questionnaire

از ۱=خیلی کم تا ۴=خیلی زیاد است. حداقل و حداکثر میانگین نمرات در این پرسشنامه به ترتیب ۱ و ۴ خواهد بود. هرچه میانگین نمره به ۴ نزدیک‌تر باشد، نشانه نیرومندی بیشتر من در فرد است و برعکس. سازندگان پرسشنامه روایی صوری، محتوا و سازه این پرسشنامه را تأیید و همچنین، همسانی درونی آن را با روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۸ گزارش کردند. الطافی (۲۰۱۰) این پرسشنامه را به فارسی برگرداند و در ایران، هنجاریابی و همسانی درونی این آزمون را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ در نمونه ایرانی ۰/۹۱ و ثبات با روش دو نیمه‌سازی را ۰/۷۷ گزارش کرد. آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۹۳ بود.

روش اجرا و تحلیل: روش اجرا به این گونه بود که پس از هماهنگی با سازمان آموزش و پرورش نیکشهر محقق به مدارس مراجعه می‌کرد. پژوهشگر هدف مطالعه را به اطلاع دانش آموزان می‌رساند و به آنها اطمینان داده می‌شد که اطلاعاتشان محرمانه باقی

جدول ۱

میانگین و انحراف معیار و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

خواهند ماند. همچنین، به آزمودنی‌ها اختیار داده شد که داوطلبانه به سؤالات پرسشنامه‌ها جواب دهند و هر زمان که تمایل داشتند می‌توانند از پاسخگویی به سؤالات بپرهیزند. آزمودنی‌ها به صورت انفرادی به سؤالات پرسشنامه پاسخ می‌دادند. حداکثر زمان پاسخگویی به سؤالات ۳۵ دقیقه بود. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه گام به گام) با کمک نرم‌افزار SPSS21 استفاده شد.

یافته‌ها

برای بررسی وضعیت توصیفی متغیرهای پژوهش از میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد (جدول ۱). همچنین، برای بررسی رابطه معناداری زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا و ویروس از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول ۱ ارائه شده‌اند:

Table 1
Mean, Standard Deviation and Correlation Coefficients of Research Variables

ضرایب همبستگی			انحراف معیار	میانگین	متغیر
اضطراب کرونا و ویروس	علائم جسمانی	علائم روانی			
** -۰/۳۰۱	** -۰/۲۲۳	** -۰/۲۸۹	۰/۷۲	۲/۷۳	حضور معنا
** -۰/۳۱۳	** -۰/۲۵۸	** -۰/۲۷۸	۰/۶۱	۲/۷۶	جستجوی معنا
** -۰/۳۱۵	** -۰/۲۴۹	** -۰/۲۹۰	۰/۵۷	۲/۷۴	معناداری زندگی
** -۰/۴۳۸	** -۰/۴۵۰	** -۰/۳۹۹	۰/۶۶	۲/۵۳	بهزیستی معنوی
** -۰/۳۳۴	** -۰/۳۵۵	** -۰/۲۹۰	۰/۳۷	۳/۵۰	امید
** -۰/۳۰۴	** -۰/۳۰۶	** -۰/۲۸۴	۰/۴۱	۳/۶۱	خواسته
** -۰/۲۵۹	** -۰/۲۸۸	** -۰/۲۰۹	۰/۳۹	۳/۷۵	هدف
** -۰/۳۴۱	** -۰/۳۴۰	** -۰/۳۲۳	۰/۳۲	۳/۲۰	شایستگی
** -۰/۱۹۵	** -۰/۲۰۴	** -۰/۱۷۴	۰/۲۸	۲/۷۳	وفاداری
** -۰/۱۶۹	** -۰/۱۸۹	** -۰/۱۳۴	۰/۳۴	۲/۶۶	عشق
** -۰/۲۸۶	** -۰/۲۹۰	** -۰/۲۶۴	۰/۳۰	۲/۶۱	مراقبت
* -۰/۱۱۳	** -۰/۱۵۷	-۰/۰۵۲	۰/۲۸	۲/۸۰	خرد
** -۰/۳۴۶	** -۰/۳۶۷	** -۰/۳۰۰	۰/۲۵	۳/۱۱	نیرومندی من

*P<۰/۰۵ , **P<۰/۰۱

و وروس به ترتیب برابر با $-۰/۳۴۶$ ، $-۰/۳۳۴$ ، $-۰/۳۰۴$ ، $-۰/۲۵۹$ ، $-۰/۳۴۱$ ، $-۰/۱۹۵$ ، $-۰/۱۶۹$ ، $-۰/۲۸۶$ و $-۰/۱۱۳$ بود که همه ضرایب در سطح کمتر از $۰/۰۰۱$ معنی دارند.

به منظور پیش‌بینی اضطراب کرونا و وروس براساس معناداری زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من از رگرسیون چندگانه گام به گام استفاده شد که نتایج آن در جدول‌های ۲ تا ۴ آمده‌اند:

براساس یافته‌های جدول ۱ مقدار ضریب همبستگی حضور معنا، جستجوی معنا و معناداری زندگی دانش‌آموزان با اضطراب کرونا و وروس به ترتیب برابر با $-۰/۲۹۰$ ، $-۰/۲۴۹$ و $-۰/۳۱۵$ ، مقدار ضریب همبستگی بهزیستی معنوی با علائم روانی، علائم جسمانی و اضطراب کرونا و وروس به ترتیب برابر با $-۰/۳۹۹$ ، $-۰/۴۵۰$ و $-۰/۴۳۸$ و مقدار ضریب همبستگی نیرومندی من (مقیاس کل) و زیرمؤلفه‌های امید، خواسته، هدف، شایستگی، وفاداری، عشق، مراقبت و خرد با اضطراب کرونا

جدول ۲

خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی اضطراب کرونا و وروس براساس مؤلفه‌های معناداری زندگی

Table 2
Summary of Regression Analysis to Predict Coronavirus Anxiety Based on Meaningful Life Components

P-value	T	ضرایب استاندارد		F	R ²	R	مؤلفه	گام
		Beta	Std. Error B					
۰/۰۰۱	-۵/۴۹	-۰/۲۹۰	۰/۰۶۰	۳۰/۱۶۸	۰/۰۸۴	۰/۲۹۰	حضور معنا	اول
۰/۰۰۱	-۳/۷۲	-۰/۲۲۲	۰/۰۶۸	۱۸/۱۷۵	۰/۱۰۰	۰/۳۱۶	حضور معنا	دوم
۰/۰۱۷	-۲/۳۹	-۰/۱۴۳	۰/۰۸۱				جستجوی معنا	

وارد مدل شده و مقدار R به $۰/۳۱۶$ و R^2 به $۰/۱۰۰$ افزایش یافته است و به این معناست که مؤلفه‌های حضور معنا و جستجوی معنا توانسته‌اند ۱۰ درصد از واریانس اضطراب کرونا و وروس دانش‌آموزان را پیش‌بینی بکنند که سهم پیش‌بینی مؤلفه جستجوی معنا $۱/۶$ درصد بوده است.

براساس جدول ۲ در گام اول، مؤلفه حضور معنا وارد مدل رگرسیون شده است. مقدار R برابر با $۰/۲۹۰$ و R^2 برابر با $۰/۰۸۴$ است که به این معناست مؤلفه حضور معنا توانسته است $۸/۴$ درصد از واریانس اضطراب کرونا و وروس دانش‌آموزان را پیش‌بینی بکند. در گام دوم، مؤلفه جستجوی معنا

جدول ۳

خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی اضطراب کرونا و وروس براساس مؤلفه بهزیستی معنوی

Table 3
Summary of Regression Analysis for Predicting Coronavirus Anxiety Based on Spiritual Well-Being Component

P-value	T	ضرایب استاندارد		F	R ²	r	مؤلفه
		Beta	Std. Error B				
۰/۰۰۱	-۸/۸۲۱	-۰/۴۳۸	۰/۰۶۲	۷۷/۸۱۳	۰/۱۹۲	۰/۴۳۸	بهزیستی معنوی

بهزیستی معنوی توانسته است $۱۹/۲$ درصد از واریانس اضطراب کرونا و وروس دانش‌آموزان را پیش‌بینی کند.

براساس جدول ۳، مقدار R برابر با $۰/۴۳۸$ و R^2 برابر با $۰/۱۹۲$ است و به این معناست که متغیر

جدول ۴

خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی اضطراب کرونا و ویروس براساس مؤلفه های نیرومندی من

Table 4
Summary of Regression Analysis for Predicting Coronavirus Anxiety Based on Ego Strong Component

P-value	T	ضرایب غیر استاندارد			F	R ²	R	مؤلفه	گام
		ضرایب استاندارد	Std. Error	B					
		Beta							
۰/۰۰۱	-۶/۵۶۲	-۰/۳۴۱	۰/۱۳۱	-۰/۸۶۰	۴۳/۰۵۸	۰/۱۱۶	۰/۳۴۱	شایستگی	اول
۰/۰۰۲	-۳/۱۷۴	-۰/۲۱۴	۰/۱۷۰	-۰/۵۴	۲۶/۲۳۵	۰/۱۳۸	۰/۳۷۲	شایستگی	دوم
۰/۰۰۴	-۲/۹۰۴	-۰/۱۹۶	۰/۱۵۰	-۰/۴۳۵				امید	
۰/۰۱۸	-۲/۳۷۳	-۰/۱۶۶	۰/۱۷۷	-۰/۴۱۹				شایستگی	سوم
۰/۰۱۳	-۲/۵۰۷	-۰/۱۷۰	۰/۱۵۱	-۰/۳۷۸	۱۹/۵۵۷	۰/۱۵۳	۰/۳۹۱	امید	
۰/۰۲۰	-۲/۳۴۱	-۰/۱۳۷	۰/۱۶۱	-۰/۳۸۰				مراقبت	

دانش آموزان بود. یافته اول نشان داد بین معنا در زندگی و اضطراب کرونا و ویروس رابطه منفی و معنی داری وجود دارد و مؤلفه های حضور معنا و جستجوی معنا از توان پیش بینی اضطراب کرونا و ویروس دانش آموزان برخوردار بودند. این یافته با یافته های مطالعات رباط میلی و همکاران (۲۰۱۵)، عبدی سادات و همکاران (۲۰۱۸)، طالب زاده شوشتری و همکاران (۲۰۱۶)، وزیری و لطفی عظیمی (۲۰۱۷) که نشان دادند بین معنای زندگی و اضطراب رابطه منفی وجود دارد، همخوان است. در تبیین این یافته می توان گفت نداشتن معنا در زندگی موجب می شود احساس پوچی به فرد دست دهد، از زندگی ناامید شود و ملامت و خستگی از زندگی تمام وجودش را فرا گیرد. هرچند الزاماً این حس منجر به بیماری روانی در فرد نمی شود، اثبات شده است که پیشاین بدی برای مبتلا شدن به اختلالات روانی است (Ho et al., 2010). معناداری زندگی با هدف مداری موجب احساس خوش بینی و آرامش خاطر بیشتر در فرد و سبب پایین آمدن سطح عواطف منفی مانند اضطراب و افسردگی و در نهایت، سبب

براساس جدول ۴، در گام اول مؤلفه شایستگی وارد مدل رگرسیون شده است. مقدار R برابر با ۰/۳۴۱ و R² برابر با ۰/۱۱۶ است که به این معناست مؤلفه شایستگی توانسته است ۱۱/۶ درصد از واریانس اضطراب کرونا و ویروس دانش آموزان را پیش بینی بکند. در گام دوم، مؤلفه امید وارد مدل شده و مقدار R به ۰/۳۷۲ و R² به ۰/۱۳۸ افزایش یافته و به این معناست که مؤلفه های شایستگی و امید توانسته اند ۱۳/۸ درصد از واریانس اضطراب کرونا و ویروس دانش آموزان را پیش بینی کنند که سهم پیش بینی مؤلفه امید ۲/۲ بوده است. در گام سوم، مؤلفه مراقبت وارد مدل شده و مقدار R به ۰/۳۹۱ و R² به ۰/۱۵۳ افزایش یافته و به این معناست که مؤلفه های شایستگی، امید و مراقبت توانسته اند ۱۵/۳ درصد از واریانس اضطراب کرونا و ویروس دانش آموزان را پیش بینی کنند که سهم پیش بینی مؤلفه مراقبت ۱/۵ درصد بوده است.

بحث

هدف مطالعه بررسی رابطه معنا در زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا و ویروس در

کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های روانی می‌شود. یافته دوم نشان داد بین بهزیستی معنوی و اضطراب کرونا ویروس رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد و متغیر بهزیستی معنوی توانسته است اضطراب کرونا ویروس دانش‌آموزان را پیش‌بینی بکند. این یافته با یافته‌های مطالعات برومندزاده و کریمی ثانی (۲۰۱۵)، کوپانی و تقوی (۲۰۱۵)، مرعشی و همکاران (۲۰۱۲)، معتمدی و همکاران (۲۰۱۵)، و کیلی و همکاران (۲۰۲۰) که نشان دادند بین بهزیستی معنوی و اضطراب رابطه منفی وجود دارد، همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت بهزیستی معنوی از طریق شکل‌دهی یک نظام ارزشی و معنایی هدفمند مبتنی بر اعتماد و پذیرش تقدیر الهی، نوعی مقابله معنوی/مذهبی به راه می‌اندازد و از این طریق منجر به افزایش توان مقابله‌ای و سرسختی روانشناختی فرد می‌شود؛ بنابراین، بهزیستی معنوی فرد را قادر می‌سازد که به ناملایمات، استرس‌های روانی معنا بدهند. افرادی که از بهزیستی معنوی بالاتری برخوردارند، این توانایی را دارند که به مشکلات، فشارهای روانی، فقدان‌های روانی، ناتوانایی‌های جسمی و آسیب‌پذیری روانشناختی معنا بدهند و از طریق مقابله با این مشکلات از بار روانی آن بکاهند (Einy & Hashemi, 2020)؛ بنابراین، با افزایش بهزیستی معنوی، اضطراب کروناویروس کاهش خواهد یافت.

یافته سوم نشان داد بین نیرومندی من و اضطراب کرونا ویروس رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد و مؤلفه‌های شایستگی، امید و مراقبت توانسته‌اند اضطراب کرونا ویروس دانش‌آموزان را پیش‌بینی کنند. این یافته با یافته‌های مطالعات اعزازی بجنوردی و همکاران (۲۰۲۰)، امیرفخرایی و همکاران (۲۰۲۰)، جمیل و همکاران (۲۰۱۵)، خدمتی (۲۰۲۰)، شفق‌دوست و

شهامت ده سرخ (۲۰۱۹)، عبدالملکی و همکاران (۲۰۲۰) که نشان دادند بین نیرومندی من و اضطراب رابطه منفی وجود دارد، همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت وظیفه من مدیریت سیستم روانی است و مشکلات روانی، زمانی آشکار می‌شوند که من نتواند به مسئولیتش عمل کند. با بالارفتن توانمندی من، فرد می‌تواند از مهارت‌ها و توانایی‌های طبیعی‌اش برای تأثیرپذیرفتن از نیروها و عوامل ناراحت‌کننده بهره ببرد. وقتی این کار به‌نحو صحیحی صورت پذیرد، قدرت تحمل فرد بالا می‌رود. تحمل یک توانایی تکاملی است که نجات‌یافتن از شرایط سخت و بهبودی پس از آن را تسهیل می‌کند. همچنین، هنگامی که افراد به‌طور مناسبی از منابع درونیشان برای مقابله با تعارضات بیرونی یا درونی استفاده می‌کنند، از درون قوی‌تر می‌شوند (Parviz et al., 2016). از آنجایی که من به‌طور مستقیم از دنیای بیرونی تأثیر می‌پذیرد، در شرایط تروماتیک، کارکرد حفظ تعادل آن در واکنش به این وضعیت مختل می‌شود؛ در نتیجه، تضعیف کنترل تکانه‌ها، مختل شدن قضاوت و واقعیت‌سنجی، امکان تظاهر نشانگان گسست از جمله مسخ شخصیت و واقعیت، ضعف در تأخیر نیازها، اختلال در روابط با دیگران و فرایند تفکر از جمله تمرکز، توجه و حافظه، احتمال درآمیختگی مرزهای من و ناتوانی فرد در ایجاد مرز بین خود و دیگری از جمله پیامدهای کارکرد ضعیف من است (Durmaz & Unsal, 2019)؛ بنابراین، زندگی در شرایط قرنطینه و داشتن اضطراب کرونا ویروس، با افزایش مسئولیت مراقبت‌گیری و کاهش کیفیت زندگی زمینه‌ساز کاهش استحکام و توانمندی من شود. در نهایت اینکه توانایی فرد برای کنارآمدن با مسائل و مشکلات زندگی، یعنی داشتن تعادل روانی، به توانایی و قدرت من در جهت غلبه بر

استرس‌های متنوعی که بر آن وارد می‌شود، بستگی دارد (Parviz et al., 2016).

با توجه به اینکه مطالعه حاضر از نظر مکانی صرفاً محدود به بخش خاصی از ایران است، بدیهی است نظرات دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر نیکشهر نمی‌تواند نماینده کاملی از نظرات دانش‌آموزان در کل ایران و جهان باشد و این مسئله تعمیم مکانی پژوهش را با محدودیت مواجه می‌سازد. برای افزایش قدرت تعمیم‌دهی نتایج باید پژوهش‌های مشابهی در سایر شهرها و نقاط جهان و درباره سایر دانش‌آموزان نیز انجام شود. با توجه به یافته‌هایی این مطالعه که نشان داد معناداری زندگی، بهزیستی معنوی و نیرومندی من با اضطراب کرونا و ویروس رابطه منفی معنی‌داری دارند، طراحی برنامه‌های آموزشی در مدارس برای افزایش معناداری زندگی، بهزیستی معنوی و توانمندسازی من و اجرای آنها از طریق کارگاه‌های آموزشی مجازی می‌تواند در کاهش اضطراب کرونا و ویروس دانش‌آموزان نقش داشته باشد. همچنین، مشاوران مدارس می‌توانند با استفاده از روش‌های معنادرمانی، تقویت امید، خوش‌بینی و سرسختی روانشناختی، ضمن کاهش اضطراب کرونا و ویروس دانش‌آموزان، سلامت روان آنان را بهبود ببخشند.

سپاسگزاری

این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان است. نویسندگان بر خود لازم می‌بینند از همه کسانی که با ما در انجام هرچه بهتر این مطالعه همکاری داشتند، به‌ویژه از دانش‌آموزان مورد مطالعه تشکر کنند.

منابع

ابوالمعالی الحسینی، خ. (۱۳۹۹). پیامدهای روانشناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش‌آموزان و

راهکارهای مقابله با آنها. *روانشناسی تربیتی*، ۱۶(۵۵)، ۱۹۳-۱۵۷.

اسکندری، ا.، جلالی، ا.، موسوی، م.، اکرمی، ن. (۱۳۹۸). پیش‌بینی تاب‌آوری روانشناختی براساس حمایت اجتماعی و سبک دلبستگی با میانجی‌گری خودکارآمدی و معنا در زندگی. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۵(۲)، ۳۰-۱۷.

اعزازی بجنوردی، ا.، قدم‌پور، س.، مرادی شکیب، آ.، غضبان‌زاده، ر. (۱۳۹۹). پیش‌بینی اضطراب کرونا براساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، سرسختی سلامت و اضطراب مرگ در بیماران دیابتی. *روان پرستاری*، ۸(۲)، ۴۴-۳۴.

الطافی، س. ح. (۱۳۸۹). *بررسی و مقایسه نیرومندی ایگو و ویژگی‌های شخصیتی افراد وابسته به مواد و غیر وابسته*. [پایان‌نامه منتشر نشده]، دانشگاه شاهد.

امیرفخرایی، آ.، معصومی‌فرد، م.، اسماعیلی‌شاد، ب.، دشت‌بزرگی، ز.، درویش باصری، ل. (۱۳۹۹). پیش‌بینی اضطراب کرونا و ویروس براساس نگرانی سلامتی، سرسختی روانشناختی و فراهیجان مثبت در بیماران دیابتی. *پرستاری دیابت*، ۸(۲)، ۱۰۸۳-۱۰۷۲.

برومندزاده، ن.، کزیمی ثانی، پ. (۱۳۹۴). تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های معنوی بر سلامت عمومی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر تبریز. *آموزش و ارزشیابی*، ۸(۳۱)، ۲۳-۹.

بشرپور، س.، عینی، س. (۱۳۹۶). پیش‌بینی اختلالات شخصیت بر پایه مدل پنج‌عاملی جایگزین زاگرمین - کلمن و قدرت ایگو. *مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد*، ۱۹(۵)، ۹۳-۸۴.

پرویز، ک.، آقامحمدیان، ح.، قنبری هاشم‌آبادی، ب.، دهقانی، م. (۱۳۹۵). رابطه توانمندی ایگو و

ب.، افشاری‌نیا، ک. (۱۳۹۸). نقش خودشفقتی و نیرومندی ایگو در اختلال استرس تروماتیک ثانویه همسران جانبازان جنگ. *علوم مراقبتی نظامی*، ۶(۴)، ۲۶۷-۲۷۵.

عبدی سادات، س. ح.، ابوالقاسمی، ع.، طاهری فرد پيله‌رود، م. (۱۳۹۷). رابطه سبک زندگی اسلامی، معنای زندگی و هوش هیجانی با سلامت روان دانشجویان. *روانشناسی و دین*، ۱۱(۳)، ۱۱۸-۱۰۳.

علیپور، ا.، قدمی، ا.، علیپور، ز.، عبدالله‌زاده، ح. (۱۳۹۸). اعتباریابی مقدماتی مقیاس اضطراب بیماری کرونا در نمونه ایرانی. *روانشناسی سلامت*، ۱(۳۲)، ۱۷۵-۱۶۳.

عینی، س.، هاشمی، ز. (۱۳۹۹). نقش مقابله مذهبی، هوش معنوی و بهزیستی معنوی در پیش‌بینی استرس ادراک شده بیماران مبتلا به سرطان. *علوم اعصاب شفای خاتم*، ۱(۳)، ۷۹-۷۰.

کاظمی مجد، ز.، کاظمی مجد، س.، علی محمدی، غ.، جباری، ن. (۱۳۹۷). بررسی تأثیر بهزیستی معنوی بر عزت نفس و شادکامی دانشجویان (مورد مطالعه دانشگاه فرهنگیان گرگان-۱۳۹۶). *روانشناسی*، ۷(۱۲)، ۱۲۸-۱۱۵.

کوپانی، س.، تقوی، س. م. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی گروه درمانی معنوی - مذهبی با تأکید بر آموزه‌های اسلام بر کاهش اضطراب فراگیر دانشجویان. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۵(۱۵)، ۲۰۰-۱۸۳.

گل‌پرور، م.، دارایی، ن.، خیاطان، ف. (۱۳۹۴). ساخت مقیاس فرم کوتاه سرمایه معنوی و بهزیستی معنوی اسلامی. *انسان‌پژوهی دینی*، ۱۱(۳۲)، ۱۸۸-۱۶۷.

مرعشی، س. ع.، نعامی، ع.، بشلیده، ک.، زرگر، ی.، غباری بناب، ب. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روان‌شناختی، اضطراب وجودی،

فراشناخت در دانشجویان دختر و پسر. *راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۹(۲)، ۱۱۸-۱۲۶.

جمیل، ل.، عاطف وحید، م. ک.، دهقانی، م.، حبیبی، م. (۱۳۹۴). سلامت روان از دیدگاه روان‌پویشی: رابطه توانمندی ایگو، سبک‌های دفاعی و روابط ابژه با سلامت. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۲۱(۲)، ۱۵۴-۱۴۴.

خدمتی، ن. (۱۳۹۹). رابطه احساس پیوستگی و توانمندی ایگو با اضطراب مرگ سالمندان. *رویش روانشناسی*، ۹(۳)، ۵۸-۵۱.

دهداری، ط.، یاراحمدی، ر.، تقدیسی، م. ح.، دانشور، ر.، احمدپور، ج. (۱۳۹۲). ارتباط بین داشتن معنا در زندگی با وضعیت استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۱۳۹۲. *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*، ۱(۳)، ۸۳-۹۲.

شفق‌دوست، م.، شهامت ده سرخ، ف. (۱۳۹۸). نقش میانجی روابط موضوعی و کارکردهای ایگو در رابطه بین عملکرد خانواده و سلامت روان دانشجویان. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۱۳(۳)، ۴۶-۳۱.

صدوقی، م.، حسام‌پور، ف. (۱۳۹۶). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان براساس بخشودگی و معنا در زندگی با توجه به نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی. *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۲(۴۸)، ۱۹۶-۱۶۷.

طالب‌زاده شوشتری، ل.، منادی، م.، خادمی اشکذری، م.، خامسان، ا. (۱۳۹۵). شناسایی معنای زندگی در دانشجویان: یک مطالعه پدیدارشناسی. *مشاوره کاربردی*، ۶(۱)، ۷۶-۵۹.

عبدالملکی، ل.، امیری، ح.، حسینی، س. س.، امیرپور،

- Abdollahzadeh, H. (2020). Preliminary validation of the Corona Disease Anxiety Scale (CDAS) in the Iranian sample. *Health Psychology, 8*(32), 163-175. [In Persian]
- Al-Rabiaah, A., Temsah, M. H., Al-Eyadhy, A. A., Hasan, G. M., Al-Zamil, F., Al-Subaie, S., Alsohime, F., Jamal, A., Alhaboob, A., Al-Saadi, B., & Somily, A. M. (2020). Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus (MERS-CoV) associated stress among medical students at a university teaching hospital in Saudi Arabia. *Journal of Infection and Public Health, 13*(5), 687-691.
- Altafi, S. H. (2010). *Study and Comparison of Ego-strength and Personality Characteristics of Substance-Dependent and Non-Dependent Individuals*. [Unpublished thesis], Shahed University, Tehran. [In Persian]
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. American Psychiatric Publishing.
- Amirfakhraei, A., Masoumifard, M., Esmailshad, B., DashtBozorgi, Z., & Darvish Baseri, L. (2020). Prediction of Corona virus Anxiety based on Health Concern, Psychological Hardiness, and Positive Meta-emotion in Diabetic Patients. *Journal of Diabetes Nursing, 8*(2), 1072-1083. [In Persian]
- Basharpoor, S., & Einy, S. (2017). Predicting personality disorders based on Zuckerman's alternative five-factor model and ego strength. *Journal of Shahrekord University of Medical Sciences, 19*(5), 84-93. [In Persian]
- Besharat, M. A., Ramesh, S., & Moghimi, E. (2018). Spiritual health mediates the relationship between ego-strength and adjustment to heart disease. *Health Psychology Open, 5*(1), 1-8.
- Broumandzadeh, N., & Karimi Sani, P. (2015). Determining the Effectiveness of Spiritual Skills Training On General Health and Anxiety of Female High School Students in Tabriz. *Journal of Instruction and Evaluation, 8*(31), 9-23. [In Persian]
- Dahderi, T., Yarahmadi, R., Taghdisi, M. H., Daneshvar, R., & Ahmadpour, J. (2013). The Relationship between Meaning in Life and Depression, Anxiety and Stress Status among College Students of Iran University of Medical Sciences. *Journal of Health Psychology, 12*(1), 1-10. [In Persian]
- و هوش معنوی، در دانشجویان دانشکده نفت اهواز. دست‌آوردهای روانشناختی، ۱۹(۱)، ۶۳-۸۰.
- مظفری، ف.، حجازی، م. (۱۳۹۸). نقش بهزیستی معنوی و بهزیستی روانی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر جوانان زندانی شهر زنجان. پژوهش در دین و سلامت، ۵(۳)، ۳۲-۴۴.
- معتمدی، ع.، پژوهی‌نیا، ش.، فاطمی اردستانی، س. م. (۱۳۹۴). تأثیر بهزیستی معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب مرگ در میان سالمندان در شهر تهران. علوم اعصاب شفای خاتم، ۳(۲)، ۱۹-۲۶.
- وزیری، ش.، لطفی عظیمی، ا. (۱۳۹۶). سهم معنای زندگی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در راهبردهای مقابله با درد. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۳(۵۲)، ۳۷۵-۳۸۲.
- و کیلی، س.، ریاضی، ز.، صفرپور دهکردی، س.، ثناگوی محرر، غ. (۱۳۹۹). نقش فراهیجان‌های مثبت و منفی، باورهای مذهبی و تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب کرونا مبتلایان به بیماری دیابت نوع دو. پژوهش پرستاری، ۱۵(۴)، ۸۳-۹۲.

References

- Abdi Sadat, S. H., Abolghasemi, A., & Taherifard Pile roud. (2018). The relationship between Islamic lifestyle, meaning of life and emotional intelligence with students' mental health. *Psychology and Religion, 11*(3), 103-118. [In Persian]
- Abdoulmaleki, L., Amiri, A., Hosseini, S. S., Amirpor, B., & Afshariniya, K. (2020). The Role of Self-Compassion and Ego Strength on Secondary Post-Traumatic Stress Disorder in Wives of War Veterans. *Military Caring Sciences Journal, 6*(4), 267-275. [In Persian]
- Abolmaali Alhosseini, K. (2020). Psychological and Instructional consequences of Corona disease (Covid-19) and coping strategies with them. *Educational Psychology, 16*(55), 157-193. [In Persian]
- Alipour, A., Ghadami, A., Alipour, Z.,

- (12), 115-128. [In Persian]
- Khedmati, N. (2020). The relationship between sense of coherence and ego strength with death anxiety in elderly. *Rooyesh*, 9(3), 51-58. [In Persian]
- Koopani, S., & Taghavi, M. (2015). The Effectiveness of Spiritual- Religious Group Therapy Based on Islamic Viewpoints on Reducing Generalized Anxiety in University Students. *Culture in Islamic University*, 5(15), 183-200. [In Persian]
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., Wu, J., Du, h., Chen, T., Li, R., Tan, H., Kang, L., Yao, L., Huang, M., Wang, H., Wang, G., Z, L., & Hu, S. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network Open*, 3(3), e203976.
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y-T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 17-28.
- Marashi, S., Naami, A., Beshlideh, K., Zargar, Y., Ghobari Bonab, B. (2012). The Impact of Spiritual Intelligence Training on Psychological Well-Being, Existential Anxiety, and Spiritual Quotient among the Students of Ahvaz Faculty of Petroleum. *Journal of Psychological Achievements*, 19(1), 63-80. [In Persian]
- Markstrom, C. A., Sabino, V. M., Turner, B. J., & Berman, R. C. (1997). The psychosocial inventory of ego strengths: Development and validation of a new Eriksonian measure. *Journal of Youth and Adolescence*, 26(6), 705-732.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545.
- Moetamedi, A., Pajouhinia, S., Fatemi Ardestani, M. H. (2015). The Impact of Spiritual Wellbeing and Resiliency in Predicting Death Anxiety among Elderly People in Tehran. *Shefaye Khatam*, 3(2), 19-26. [In Persian]
- Mozaffari, F., & Hejazi, M. (2019). The Role of Spiritual and Psychological Well-being in Predicting High-risk Behaviors of Young Prisoners in Zanjan. *Journal of Pizhūhish dar Dīn va Salāmat*, 5(3), 32-44. [In Persian]
- of Medical Sciences In 2013. *Iran J Health Educ Health Promot*, 1 (3), 83-92. [In Persian]
- Durmaz, Y. C., & Unsal, G. (2019). Study of validity, reliability in accordance with Turkey conditions in ego functions assessment scale. *Perspect Psychiatry Care*, 55(3), 509-516.
- Einy, S., & Hashemi, Z. (2020). The Role of Religious Coping, Spiritual Intelligence, and Spiritual Well-being in Predicting the Perceived Stress of Patients with Cancer. *Shefaye Khatam. The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam*, 8(3), 70-79. [In Persian]
- Eskandari, E., Jalali, A., Moosavi, M., & Akrami, N. (2019). Predicting Psychological Resilience based on Social Support and Attachment Style mediated by Self-efficacy and Meaning in Life. *Positive Psychology Research*, 5(2), 17-30. [In Persian]
- Ezazi Bojnourdi, E., Ghadampour, S., Moradi Shakib, A., & Ghazbanzadeh, R. (2020). Predicting Corona Anxiety based on Cognitive Emotion Regulation Strategies, Health Hardiness and Death Anxiety in Diabetic Patients. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 8(2), 34-44. [In Persian]
- Golparvar, M., Darayi, N., & Khayyatan, F. (2015). Construt Islamic Spiritual Capital and Spiritual Wellbeing Short-Form Scales. *Religious Anthropolgy*, 11(32), 167-188. [In Persian]
- Ho, M. Y., Cheung F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting subjective well-being. *Personality and Individual Difference*, 48(5), 658-663.
- Jamil, L., Atef Vahid, M., Dehghani, M., & Habibi, M. (2015). The Mental Health Through Psychodynamic Perspective: The Relationship between the Ego Strength, The Defense Styles, and the Object Relations to Mental Health. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 21(2), 144-154. [In Persian]
- Kazemi Majd, Z., Kazemi Majd, S., Ali Mohammadi, G., & Jabari, N. (2019). Study on the effect of spiritual well-being on the self-esteem and happiness of student-teachers (teacher training university in Gorgan-2017). *Rooyesh*, 7

- Health in Student. *Research in psychological Health*, 13(3), 31-46. [In Persian]
- Stuart, B., Leydon, G., Woods, C., Gennery, E., Else, C., Summers, R., & et al. (2019). The elicitation and management of multiple health concerns in GP consultations. *Patient Education and Counseling*, 102(4), 687-693.
- Talebzadeh Shoushtari, L., Monadi, M., Khademi Ashkzari, M., & Khamesan, A. (2016). Identifying students' meaning in life: A phenomenological study. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 6(1), 59-76. [In Persian]
- Vakili, S., Riazi, Z., Safarpour Dehkordi, S., & Sanagouye Moharer G. (2020). The Role of Positive and Negative Meta-emotions, Religious Beliefs and Resilience in Predicting Corona Anxiety of Patients with Type 2 Diabetes. *Iranian Journal of Nursing Research*, 15(4), 83-92. [In Persian]
- Vaziri, S., & Lotfi Azimi, A. (2017). Contributing Allocation of Meaning of Life and Perceived Social Support in Coping with the Pain. *Developmental Psychology: Iranian Psychologists* 13(52), 375-382. [In Persian]
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 17-29. [In Persian]
- Parviz, K., Aghamouhamadian Sharbaf, H., Ghanbarihasemabadi, B., & Deghani, M. (2016). The relationship between ego strength and metacognition among male and female students. *Education Strategies in Medical Sciences*, 9(2), 118-126. [In Persian]
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52(2020), 102066.
- Robatmili, S., Sohrabi, F., Shahrak, M. A., Talepasand, S., Nokani, M., & Hasani, M. (2015). The Effect of Group Logotherapy on Meaning in Life and Depression Levels of Iranian Students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(1), 54-62.
- Roy, D., TripathyaSujita, S., Kumar Kara, S., Sharma, N., KumarVerma, S., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(2020), 102083.
- Sadoughi, M., Hesampour, F. (2018). Predicting Students' Psychological Well-Being Based on Forgiveness and Meaning in Life: The Mediating Role of Positive and Negative Affects. *Journal of Modern Psychological Researches*, 12(48), 167-196. [In Persian]
- Shafaghdoost, M., & Shahamat Dehsorkh F. (2019). Mediating Role of the Object Relations and the Ego Function in Relation between Family Function and Mental

