

رابطه بین ترس از مرگ و سلامت روان در دانشجویان دختر و پسر

جهانگیر نیکدل

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد.

نام نویسنده مسئول:

جهانگیر نیکدل

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۲/۱۲

چکیده

بطور کلی انسان ها از پدیده مرگ نگرش منفی دارند و پذیرش آن برایشان مشکل است برای اینکه از مرگ نترسیم ابتدا باید چیزهایی که از عوامل ترس است از بین ببریم، یعنی اگر ریشه ترس، ناآگاهی و ضعف شناخت و خیال نابودی و سقوط است باید به دلیل عقل و راهنمایی های قرآن بدانیم که مرگ به معنای شی نیست و بدین وسیله با اولین عامل ترس از مردن مبارزه کنیم اگر ترس بخاطر دلبستگی به دنیا و جدایی از مال و همسر است باید بدانیم که اگر خداوند درآستانه مرگ ما را از خانه و مال و فرزند جدا می کند در عوض نعمت های دیگر در اختیارمان قرار می دهد. پس باید سعی کنیم که زاهد باشیم. **هدف:** بررسی رابطه بین ترس از مرگ و سلامت روان در بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد بجنورد در سال ۹۸ می باشد. **روش ها:** در این تحقیق از روش نمونه گیری تصادفی استفاده شد و همچنین دو پرسشنامه ترس از مرگ کالت-لستر و سلامت روان مورد استفاده قرار گرفت و همچنین داده های این پژوهش با استفاده از آزمون T و ضریب همبستگی پیرسون حاصل شد. **نتایج:** نتایج به این صورت بود که میانگین سلامت روانی در دانشجویان دختر بالاتر از دانشجویان پسر بوده بنابراین بین ترس از مرگ و سلامت روانی در دانشجویان رابطه معناداری وجود ندارد همچنین میانگین ترس از مرگ در دانشجویان دختر بالاتر از دانشجویان پسر بوده در نتیجه بین ترس از مرگ در دو گروه دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

واژگان کلیدی: ترس از مرگ، دانشجویان، سلامت روان.

مقدمه

انسان فطرتاً علاقه به دوام زندگی دارد یعنی هرکس از صمیم ذات خویش میل به بقا و جاودانگی خویش دارد و از آنجایی که هیچ میلی در وجود انسان عبث و بیهوده نیست و برای امیال غریزی و فطری انسانها پاسخگویی های حقیقی در عالم خلقت وجود دارد، وجود این میل بهترین دلیل بر جاودانگی انسان است. به عبارت دیگر محال است که درانسان چنین میلی وجود داشته باشد ولی هیچگاه ارضا نشود و تحقق نپذیرد اما واقعیت این است که انسان چند صباحی در دنیا به خوبی و خوشی و یا با تلخی و ناکامی (۱) و یا در اغلب موارد ترکیبی از هر دو، زندگی می کنند و پس می میرد و از این جهان خارج می شود. از دیدگاه قرآن و روایات، مرگ انسان وجهان یک سنت (۲) قطعی است و هرگز از آن رهایی نمی یابد به طور کلی می توان گفت: تولد برای مرگ است (عباس زاده، ۱۳۸۲). انسان ها از پدیده مرگ نگرش منفی دارند و پذیرش آن برایشان مشکل است برای اینکه از مرگ ترسیم ابتدا باید چیزهایی که از عوامل ترس است از بین ببریم، یعنی اگر ریشه ترس، ناآگاهی و ضعف شناخت و خیال نابودی و سقوط است باید به دلیل عقل و راهنمایی های قرآن بدانیم که مرگ به معنای شی نیست و بدین وسیله با اولین عامل ترس از مردن مبارزه کنیم. اگر ترس بخاطر دل بستگی به دنیا و جدایی از مال و همسر است باید بدانیم که اگر خداوند در آستانه مرگ ما را از خانه و مال و فرزند جدا می کند در عوض نعمت های دیگر در اختیارمان قرار می دهد. پس باید سعی کنیم که زاهد باشیم. هدف از این پژوهش بررسی رابطه بین ترس از مرگ و سلامت روان در بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد بجنورد در سال ۹۸ می باشد.

در جوامع امروزی ترس از مرگ از حقیقت بیشتری برخوردار است زیرا ما بر خلاف فروید معتقدیم که فقط غریزه حیات و زندگی وجود دارد. هرچیزی که در تضاد با یک غریزه باشد، به ویژه غریزه ای که همچون غریزه زندگی بسیار اساسی و بنیانی است، لزوماً یک حالت پر خاشگرانه به نظر می رسد و هیچ چیز عادی تر از آن نیست که باید از روحیه پر خاشگری هراس داشت. از سوی دیگر، اگر ما وجود غریزه مرگ را بپذیریم به ویژه نوعی غریزه (۲) مرگ را که اساسی تر از غریزه زندگی است، ترس از مرگ کم و بیش به صورت یک انحراف پاتولوژیک در خواهد آمد (پالیا، دیان. ای، ۱۹۹۲).

به نظر ما ترس از مرگ نه یک ضعف و نه یک صفت بد است که باید ریشه کن شود بلکه یک صفت پسندیده است که معمولاً خدمات ارزشمندی به زندگی می کند. اگر این هراس وجود نداشته باشد تلاش برای بهره بردن از شادمانی و لذت ها، شاید به مصیبتی مرگبار بیانجامد.

می توان گفت ترس از مرگ یک نقش کاملاً مثبت را ایفا می کند نه فقط به این دلیل که ما را در برابر خطر مرگ حفظ می کند بلکه همچنین به این خاطر که محرک حیات بوده و لذات زندگی را افزون می کند. همچنان که کنت فوسکا (۳) اظهار می دارد که وقتی کسی ترس از مرگ ندارد زندگیش بسیار خسته کننده و عاری از لذات خواهد بود (اینیاس لپ، ۱۳۷۵).

یافته های پژوهشی در داخل ایران:

در تحقیقی که تحت عنوان رابطه دل بستگی به خدا و ترس از مرگ در قم توسط سید حسین علی نسب انجام گرفت نتایج زیر بدست آمد:

برای انجام این بررسی ۳۴۲ نفر از دانشجویان و طلاب که در سنین بین ۱۶ تا ۵۰ سال بودند و به روش نمونه برداری تصادفی طبقه ای انتخاب شده اند که از دو پرسشنامه دل بستگی به خدا و ترس از مرگ بعنوان ابزار استفاده شد و پس از اجرای آزمون های دل بستگی به خدا و ترس از مرگ، نتیجه گرفته شد که ترس از مرگ با دل بستگی ایمن به خدا رابطه منفی معنادار شده است و با افزایش میزان دل بستگی به خدا، سطح ترس از مرگ کاهش یافت و به عکس آن، بین دل بستگی نوع اجتنابی و دوسوگرا به خدا و ترس از مرگ رابطه مثبت معنادار دیده شد. بنابراین می توان ادعا کرد که دل بستگی ایمن به خدا، در کنترل برخی مشکلات روانی از جمله اضطراب و ترس از مرگ و بیماری هایی که به هر نحو با آن رابطه دارد، موثر است. همچنین پژوهش حاضر نشان داد که بین میانگین دل بستگی اجتنابی ایمن در افراد مجرد و متاهل اختلاف معناداری وجود ندارد اما میانگین دل بستگی دوسوگرا افراد مجرد بیشتر از متاهلان است.

یافته های پژوهشی در خارج از ایران:

در پژوهشی که تحت عنوان رابطه ابعاد متفاوت دینداری با ترس از مرگ در آتلانتیک^۱ انجام گرفته نتایج زیر حاصل شد: نلسون و کانتزل^۲ (۱۹۸۰) در پژوهشی در یک جامعه نمونه، متشکل از ۱۳۷۹ مرد آتلانتیک بود نتیجه گرفتن که با بالا رفتن سطح دینداری تا یک نقطه ای، ترس از مرگ زیاد واز آن نقطه به بعد کم می شود. آنها همچنین دریافتند در حالیکه دینداری نوع بالا ترس از مرگ را کاهش می دهد، تاثیر دینداری معتدل نشان می دهد که فعالیت ها و باورهای دینی در صورتی که به طور استثنایی سخت نباشد، ترس از مرگ را کم می کنند، افرادی نیز که دینداری متوسط به نمایش می گذارند، یعنی از نظر مذهبی دوسوگرا و دمدمی مزاج اند، سطح ترس از مرگشان نسبت به کسانی که اصلا مذهبی نیستند یا سطح دینداری بالایی دارند، بالاتر بود. همینتون^۳ نیز با مطالعه افراد مریض در حال مرگ پژوهشی را در انگلیس^۴ انجام داد که در این پژوهش دریافت که افراد غیر مذهبی کمتر از افرادی که سطح پایین مذهب برخوردارند و بیشتر از افرادی که اعتقاد مذهبی راسخ داشتند از مرگ می ترسند. برخی پژوهش ها نیز به بحث درباره مفاهیم دینداری درونی و دینداری بیرونی پرداخته اند: کاهو و دان^۵ در پژوهشی دریافتند: دینداری درونی با ترس از مرگ رابطه منفی دارد اما دینداری ظاهری رابطه ای ندارد.

طرح پژوهش

طرح پژوهش تلاشی است برای رسیدن به یک جواب و پاسخی مناسب و بررسی راه حل مناسب یک فرضیه یا پرسشی که مطرح شده است. هدف اصلی طرح پژوهش سازماندهی نظامدار مشاهدات، به منظور بررسی نفوذ یک متغیر یا گروهی از متغیرها در برابر یک موقعیت معین، یا متغیرهای دیگری است. روش پژوهش حاضر از نوع همبستگی است در این نوع از پژوهش هدف بررسی رابطه بین چند متغیر است.

جامعه آماری: در این پژوهش جامعه آماری عبارت است از کلیه دانشجویان دانشگاه شاهر به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد.

نمونه آماری: به هر زیر مجموعه از جامعه آماری اطلاق می شود که حتی الامکان معرف ویژگی های جامعه باشد یا این که بیشترین شباهت را با جامعه داشته باشد.

در این پژوهش ۱۰۰ نفر از دانشجویان شامل ۵۰ نفر دختر و ۵۰ نفر پسر می باشند.

روش نمونه گیری: در این پژوهش برای تعیین حجم نمونه به این صورت عمل می شود که به طور تصادفی ۵۰ نفر از دانشجویان دختر و ۵۰ نفر از دانشجویان پسر را انتخاب و به هردو گروه پرسشنامه ترس از مرگ و سلامت روان داده شده و دو گروه را مورد بررسی قرار دادیم.

ابزار پژوهش: در این پژوهش از دو ابزار پژوهشی و پرسشنامه زیر استفاده شد:

۱. پرسشنامه سلامت روان (مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس)

۲. پرسشنامه ترس از مرگ کالت - لستر

پرسشنامه سلامت روان

معرفی مقیاس

مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس DASS در سال ۱۹۹۵ توسط لایبوند تهیه شد. این مقیاس دارای دو فرم می باشد. این فرم دارای ۴۲ سوال است که هر یک از سازه های روانی "استرس"، "اضطراب"، "افسردگی" را توسط ۱۴ سوال متفاوت مورد ارزیابی قرار می دهد. فرم کوتاه آن شامل ۲۱ سوال است که هر یک از ۷ سوال یک عامل یا سازه روانی را اندازه گیری می کند.

¹ Atlantic

² Nelson & Cantrell

³ Haminton

⁴ England

⁵ Kaho & Dan

فرم کوتاه ۲۱ سوالی توسط صاحبی و همکاران (۱۳۸۴) برای جمعیت ایرانی اعتبار یابی شده است. سه عامل اضطراب، افسردگی و استرس توسط مقیاس DASS42 اندازه گیری می شود. منظور استرس در این مقیاس شامل استرس های فیزیکی و روانی است. مطالعات انجام شده توسط لایوبوند و لایوبوند (۱۹۹۵) نشان داد که اعتبار باز آزمایی برای زیر مقیاس های فرعی به ترتیب ۰.۸۱، برای استرس ۰.۷۹، برای افسردگی ۰.۷۱، بدست آمد.

روایی مقیاس نیز مقیاس های اضطراب و افسردگی یک با ضرایب همبستگی به ترتیب ۰.۸۱ و ۰.۷۴ بدست آمد. بنابراین این مقیاس دارای اعتبار مناسب جهت به کار گیری در فعالیتهای پژوهشی و تشخیصی می باشد. مقیاس DASS 42 توانایی تشخیصی و غربالگری نشانه های اضطراب، افسردگی و استرس را در طی یک هفته گذشته دارد. کاربرد این مقیاس جهت افراد بزرگسال است. هر چند این آزمون توانایی غربالگری و تشخیص در دوره نوجوانی را نیز دارد. ولیکن بهتر است که برای افراد بالاتر از ۱۵ سال مورد استفاده قرار گیرد. نحوه پاسخ دهی به پرسش ها به صورت ۴ گزینه ای می باشد که به صورت خودسنجی تکمیل می گردد. دامنه پاسخ ها از "هیچ وقت" تا "همیشه" متغیر است.

به طوری که افراد می توانند پاسخ های خود را به صورت یکی از گزینه های مقابل پرسش مربوطه به صورت "هیچ وقت" "کمی" و "همیشه" با علامت ضربدر (x) مشخص نماید. نمره دهی از صفر تا سه می باشد و نمره صفر برای گزینه "همیشه" در نظر گرفته می شود و در نهایت نمرات را با هم جمع می کنیم.

پرسشنامه ترس از مرگ کالت-لستر

معرفی مقیاس: نسخه اصلی مقیاس ترس از مرگ کالت-لستر به منظور از بین بردن عدم تجاس محتوای گویه های آزمون هایی که تا آن زمان در مورد ترس و اضطراب مرگ وجود داشتند. در سال ۱۹۶۹ توسط کالت و لستر تهیه شد. بدین منظور آنها اولاً عباراتی را که مربوط به قبرستان و مراسم عزاداری بود به طور کامل حذف کردند و ثانیاً در مقیاس خود بین مرگ و مردن خود و دیگران تمایز قائل شدند.

بدین ترتیب مقیاس آنها دارای چهار زیر مقیاس: مرگ خود، مرگ دیگران، مردن خود و مردن دیگران بود. اما به دلیل وجود مشکلاتی کالت و لستر (۱۹۹۰) این مقیاس را مورد تجدید نظر قرار داده و تغییراتی در آن بوجود آوردند. اشکال اول این بود که تعداد عبارات ۴ زیرمقیاس در نسخه اصلی باهم برابر نبود و به همین دلیل بعضی از روان شناسان در نمره گذاری زیر مقیاس ها دچار مشکل می شدند. در نسخه تجدید نظر شده عبارات بر اساس زیرمقیاس ها مرتب شده و این مشکل مرتفع شده است. همچنین هر زیر مقیاس دارای ۸ عبارت است و سرانجام این که سیستم نمره گذاری از روش ۳- تا ۳+ به روش ۱ تا ۵ تبدیل شده که کار نمره گذاری را آسان تر کرده است.

پایایی: منظور ارزیابی آزمون-بازآزمون، این مقیاس بر روی ۲۷ دانشجوی روان شناسی در فاصله زمانی ۲ روز اجرا شد، نتایج نشان داد که ضریب همبستگی پیرسون برای زیر مقیاس مرگ خود=۰.۸۵، مردن خود=۰.۷۹، مرگ دیگران=۰.۸۶ و مردن دیگران=۰.۸۳ است. ضریب همبستگی اسپیرمن-بروان برای زیر مقیاس ها نیز به ترتیب عبارات بود: ۰.۹۱، ۰.۹۰، ۰.۷۲، ۰.۸۸.

به منظور ارزیابی پایایی حاصل از روش دونیمه کردن نیز این مقیاس به وسیله ۷۳ فرد بزرگسال که در یک مرکز بازپروری عقب افتادگان ذهنی مشغول به کار بودند، تکمیل شد.

۲۲ نفر از آزمودنی ها مرد و ۵۱ نفر زن بودند و میانگین سنی آنها ۳۵/۵ سال بود. ضریب آلفای کرونباخ ۴ زیر مقیاس به ترتیب عبارت است از: ۰.۹۱، ۰.۹۰، ۰.۷۲، ۰.۸۸.

همبستگی کل عبارات نیز در نمونه ۷۳ نفری بزرگسالان، برای عبارات موجود در هر زیر مقیاس بین ۰.۳۶ تا ۰.۷۸ متغیر بود.

اعتبار: به منظور ارزیابی محتوای مقیاس تجدید نظر شده ترس از مرگ از آزمودنی ها خواسته شد که آزمون شخصیت مادلزلی که نوروتیسم و برون گرایی را می سنجد، نیز تکمیل کنند. نتایج نشان داد که هم در آزمودنی های زن و هم در آزمودنی های مرد نمرات مقیاس ترس از مرگ با زیر مقیاس نوروتیسم آزمون شخصیت مادلزلی همبستگی مثبت معنی داری دارد، که این مطلب حاکی از اعتبار محتوای این آزمون است. همچنین همبستگی معنی دار زیر مقیاس های مقیاس ترس از مرگ با زیر مقیاس های، مقیاس چند بعدی ترس از مرگ نشان دهنده اعتبار هم زمان این آزمون است.

روش نمره گذاری: برای بدست آوردن نمره مربوطه به هر زیر مقیاس کافی است که امتیاز همه عبارات زیر مقیاس مورد نظر را با هم جمع کنید، نمرات بالاتر نشانگر ترس آزمودنی در مورد آن زیر مقیاس است. توجه داشته باشید که عبارت شماره ۸ در زیر مقیاس مرگ دیگران به صورت معکوس نمره گذاری می شود.

روش تجزیه و تحلیل داده ها:

در این پژوهش برای توصیف داده ها از شاخص های آمار توصیفی مانند فراوانی، میانگین، و انحراف استاندارد و برای استنباط داده ها از شاخص های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t استودنت برای مقایسه میانگین نمرات دو متغیر در دو گروه دختر و پسر استفاده شده است.

توصیف داده ها:

مقایسه میانگین و انحراف استاندارد ترس از مرگ در دو گروه

متغیر	دانشجویان گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
ترس از مرگ	پسران	۱۰۳/۶۲	۲۰/۵۷	۵۰
	دختران	۱۰۹/۹۸	۲۳/۹۱	۵۰

در جدول مشاهده می گردد که میانگین ترس از مرگ در دانشجویان دختر بالاتر از دانشجویان پسر است.

مقایسه میانگین و انحراف استاندارد سلامت روان در دو گروه

متغیر	دانشجویان گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
سلامت روانی	پسران	۴۷/۷۸	۱۴/۹۵	۵۰
	دختران	۵۲/۲۲	۲۱/۱۸	۵۰

در جدول مشاهده می گردد که میانگین سلامت روانی (مقایسه های افسردگی، استرس، اضطراب) در دانشجویان پسر نسبت به دانشجویان دختر پایین است که نشان می دهد سلامت روانی در دانشجویان پسر از دانشجویان دختر بالاتر است.

استنباط داده ها:

فرضیه: بین ترس از مرگ و سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد.

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل ضریب همبستگی پیرسون

گروه	فاکتورهای آنالیز ضریب همبستگی پیرسون	سلامت روان
پسران	ضریب همبستگی	۰/۱۱
	سطح معنادار	۰/۴۱
	تعداد	۵۰
دختران	ضریب همبستگی	۰/۴۱
	سطح معنادار	۰/۷۷
	تعداد	۵۰

کل	ضریب همبستگی	۰/۸
	سطح معنادار	۰/۳۹
	تعداد	۱۰۰

از جدول فوق می توان استنباط نمود که بین ترس از مرگ و سلامت روانی در دانشجویان در سطح $P < .05$ رابطه معناداری وجود ندارد پس با اطمینان ۹۵٪ فرض پژوهش رد و فرض صفر تایید می گردد.

نیز ارتباط بین ترس از مرگ و سلامت روانی یک رابطه معنادار حاصل نشده است.

فرضیه: تفاوت بین میانگین ترس از مرگ در دانشجویان دختر و پسر معنی دار است

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل آزمون + گروه های مستقل

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد	ارزش t	درجه آزادی	سطح معنادار
ترس از مرگ	پسران	۱۰۳/۶۲	۲۰/۵۷	۵۰	۱/۴۲	۹۸	۰/۱۵
	دختران	۱۰۹/۹۸	۲۳/۹۱	۵۰			

از جدول می توان استنباط نمود که بین ترس از مرگ در دو گروه دانشجویان دختر و پسر در سطح $P < .05$ تفاوت معنی داری وجود ندارد. پس با اطمینان ۹۵٪ فرض پژوهش رد و فرض صفر تایید می گردد.

به عبارت دیگر بین میانگین ترس از مرگ تفاوت معنی داری حاصل نشده است.

فرضیه: تفاوت بین میانگین سلامت روانی در دانشجویان دختر و پسر معنی دار است

جدول نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل آزمون + گروه های مستقل

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد	ارزش t	درجه آزادی	سطح معنادار
سلامت روانی	پسران	۴۷/۷۸	۱۴/۹۵	۵۰	۱/۲۱	۹۸	۰/۲۲
	دختران	۵۲/۲۲	۲۲۱/۱۸	۵۰			

از جدول ۴-۵ می توان استنباط کرد نمود که بین سلامت روانی در دو گروه دانشجویان دختر و پسر در سطح $P < .05$ تفاوت معنی داری وجود ندارد. پس با اطمینان ۹۵٪ فرض پیش پژوهش رد و فرض صفر تایید می گردد

به عبارت دیگر بین میانگین سلامت روانی تفاوت معنی داری حاصل نشده است

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش عواملی که رابطه بین ترس از مرگ و سلامت روانی را می سنجد در پرسشنامه سلامت عمومی GHQ-25 ذکر شده که از علائم جسمانی شروع شده و در پایان افسردگی را می سنجد

نتایج نشان داده که دانشجویان دختر و پسر در داده های به دست آمده از پرسشنامه مذکور تفاوت هایی را نشان داده اند که این تفاوت در جدول ۳-۴ و ۴-۴ و ۴-۵ نشان داده شده است.

دختران از نظر پذیرش ترس از مرگ آمار و ارقام بیشتری را نسبت به پسران نشان دادند یعنی اینکه دختران از مرگ ترس بیشتری را نسبت به پسران داشتند که در پژوهشی که انجام شده این موضوع تایید شده. بطور خلاصه می توان با مقایسه بین میانگین های ترس از مرگ در دو گروه دانشجویان دختر و پسر استنباط نمود که این پژوهش مانند دیگر پژوهش ها ترس از مرگ در دختران بالاتر و رابطه آن را معنادار می داند.

آزمون فرضیه: پژوهش حاضر که با هدف بررسی و مقایسه ترس از مرگ و سلامت روان در بین دانشجویان دختر و پسر شهرستان بجنورد انجام گرفت دارای نمونه ۱۰۰ نفری از دانشجویان دختر و پسر (۵۰ دختر و ۵۰ پسر) که با روش نمونه‌گیری تصادفی دست به انتخاب زده و همچنین داده‌های این پژوهش با توجه به آزمون و ضریب همبستگی پیرسون حاصل شده‌اند و دارای ۳ فرضیه می‌باشد.

۱. بین ترس از مرگ و سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد و با توجه به جدول می‌توان استنباط نمود که بین ترس از مرگ و سلامت روانی در دانشجویان در سطح $P < 0.05$

رابطه معناداری وجود ندارد پس با احتمال ۹۵٪ فرض پژوهش رد و فرض صفر تایید می‌گردد

۲. بین میانگین ترس از مرگ در دانشجویان دختر و پسر رابطه معناداری وجود دارد و با توجه به جدول می‌توان استنباط نمود که بین ترس از مرگ در دو گروه دانشجویان دختر و پسر در سطح $P < 0.05$ تفاوت معنی داری وجود ندارد. پس با احتمال ۹۵٪ فرض پژوهش رد و فرض صفر تایید می‌گردد.

۳. بین میانگین سلامت روانی در دانشجویان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد و با توجه به جدول ۴-۵ می‌توان استنباط نمود که بین سلامت روانی در دو گروه دانشجویان دختر و پسر در سطح $P < 0.05$ تفاوت معنی داری وجود ندارد پس با احتمال ۹۵٪ فرض پژوهش رد و فرض صفر تایید می‌گردد.

در صورتی که در تحقیقی تحت عنوان رابطه دلبستگی به خدا و ترس از مرگ در قم انجام گرفته نتایج به این گونه بوده که ترس از مرگ با دلبستگی ایمن به خدا رابطه منفی معنادار شده و با افزایش میزان دلبستگی به خدا سطح ترس از مرگ نیز کاهش می‌یابد. همچنین در پژوهشی که تحت عنوان رابطه ابعاد متفاوت دینداری با ترس از مرگ در خارج از ایران (آتلانتیک) انجام گرفته نتایج اینگونه بوده که با بالا رفتن سطح دینداری تا یک نقطه ای، ترس از مرگ زیاد و از آن نقطه به بعد کم می‌شود، آنها همچنین دریافتند در حالیکه دینداری نوع بالاتر ترس از مرگ را کاهش می‌دهد. بنابراین در مقایسه با این پژوهش حاضر و پژوهش‌های دیگر می‌توان نتیجه گرفت که هرچه سطح دینداری بالاتر باشد ترس از مرگ کاهش می‌یابد.
بطور کلی:

در نتیجه گیری این گونه مطرح می‌شود که با توجه به ظاهر میانگین‌ها علیرغم رد فرضیه‌های پژوهش مشاهده می‌شود که میانگین ترس از مرگ در دانشجویان دختر بالاتر و از طرفی میانگین سلامت روانی در دانشجویان دختر نسبت به دانشجویان پسر پایین بوده، شاید بتوان گفت که اگر نمونه پژوهش بیشتر بود این تفاوت‌ها بیشتر خود را نشان می‌دهد و فرضیه‌ها معنی دار می‌گردید. در هر صورت می‌توان گفت که اگر در افراد ترس از مرگ بصورت نوعی نگرش منفی نسبت به مرگ باشد و فرد آنرا باور زندگی بداند نه یک مرحله انتقال انسان به مراحل بالاتر می‌باشد، که باعث ایجاد اضطراب و ترس در فرد شده باعث افت سلامت روان می‌گردد. اما اگر با نگرش مثبتی به پدیده مرگ بنگرد و آن را دیدار خداوند بزرگ و انتقال به جهانی عالی تر و رشد یافته تر بداند. و دیگر باعث اضطراب و ترس با فرد نمی‌شود. و فرد با اعتقادات صحیح دینی و متکی به خداوند از زندگی سلامت تری برخوردار می‌شود و دیگر هراسی از مرگ ندارد.

منابع

- [۱] جمهری، فرهاد، احدی، حسن، روانشناسی رشد، تهران: انتشارات بنیاد- ۱۳۷۷.
- [۲] حسینی، سید ابوالقاسم، اصول بهداشت روانی، ج ۱ (چاپ چهارم) انتشارات دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۱۳۷۷.
- [۳] خداحیمی، سیامک. مفهوم سلامت روان شناختی، تهران: انتشارات بعثت ۱۳۷۴.
- [۴] شاملو، سعید. بهداشت و روان، ویرایش دوم، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۶۹.
- [۵] شجاعی، محمد. عروج روح، تهران: انتشارات کانون اندیشه جوان، ۱۳۸۳.
- [۶] شریعتی سبزواری، محمد باقر. معاد در نگاه عقل و دین، قم: انتشارات بوستان، ۱۳۸۰.
- [۷] صارمی، علی اکبر. بهداشت روان و شادکامی (گزارش)، مشهد: دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام، ۱۳۸۲.
- [۸] صالحی حاجی آبادی، نعمت الله. انسان از مرگ تا برزخ، قم: انتشارات گلهای بهشت، ۱۳۸۲.
- [۹] صدوق، محمدعلی. معانی الاخبار، تصحیح علی اکبر غفاری، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۶۱.
- [۱۰] عباس زاده، عباس. بعد از مرگ بر ما چه می گذرد؟ قم: انتشارات شاکر، ۱۳۸۲.
- [۱۱] فقیهی، علی نقی. بهداشت و سلامت روان در آیینه علم و دین، قم: انتشارات حیات سبز، ۱۳۸۴.
- [۱۲] فیض الاسلام، سیدعلی نقی. نهج البلاغه، نامه ها و خطبه های امیرالمومنین علیه السلام، تهران: انتشارات ارسباران، ۱۳۷۱.
- [۱۳] کریمی، رضا. سیاحت در عالم ارواح، قم: انتشارات نسیم حیات، ۱۳۸۲.
- [۱۴] کوبلر راس، الیزابت. پایان راه: پیرامون مرگ و مردن ترجمه علی اصغر بهرامی، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۶.
- [۱۵] گنجی، حمزه. بهداشت روانی، تهران: انتشارات ارسباران، ۱۳۷۶.
- [۱۶] لپ، اینیاس. روانشناسی مرگ، مترجم محمد رفیعی مهرآبادی: انتشارات خجسته، ۱۳۷۵.
- [۱۷] لورای برک، روانشناسی رشد، ج دوم، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران: انتشارات ارسباران، ۱۳۸۴.
- [۱۸] مجلسی، محمد باقر. بحار الانوار، بیروت موسسه الوفا، چاپ دوم ۱۹۸۳ م.
- [۱۹] مکارم شیرازی، ناصر. معاد و جهان پس از مرگ، قم: انتشارات سرور، ۱۳۷۶.
- [۲۰] میلانی فر، بهروز. بهداشت روان، تهران: قومیس، ۱۳۷۳.
- [۲۱] نجاریان، بهمن. تغییرات زندگی فشار روانی و شیوه های مقابله، تهران: نشر ارسباران، ۱۳۷۹.