

دانش و پژوهش در روان‌شناسی  
دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)  
شماره شانزدهم - تابستان ۱۳۸۲  
صص ۴۶ - ۲۹

## بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و شادکامی در دختران و پسران دبیرستانی اصفهان در سال تحصیلی ۸۲-۸۱

فضل‌الله یزدانی<sup>۱</sup> - حسین آزاد<sup>۲</sup>

### چکیده

شادکامی، شامل ارزشیابی‌های شناختی و عاطفی است که افراد از خود و زندگی‌شان به عمل می‌آورند، از جمله عوامل مؤثر بر شادکامی، نگرش دینی و سبک‌های مقابله‌ای کارآمد است. هدف تحقیق حاضر، بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای (کارآمد، ناکارآمد و مراجعه به دیگران) و شادکامی است. به همین منظور یک نمونه ۳۶۱ نفری (۱۹۸ دختر و ۱۶۳ پسر) از جامعه آماری که شامل دختران و پسران دبیرستانی می‌باشند با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده و خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب گردید. برای جمع‌آوری داده‌های تحقیق از پرسشنامه‌های شادکامی، سبک‌های مقابله‌ای و نگرش دینی استفاده شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها (آزمون t، آزمون معنی‌دار بودن ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون) نشان داد که بین شادکامی با نگرش دینی و سبک‌های مقابله‌ای کارآمد و مراجعه به دیگران در سطح

۱- عضو هیأت علمی دانشگاه امام حسین (ع).  
۲- استاد روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی.

$P < 0/01$  رابطه معنی‌دار مثبت و بین شادکامی و عوامل آن با سبک مقابله‌ای ناکارآمد رابطه معنی‌دار منفی وجود دارد ( $P < 0/001$ ).  
کلید واژه‌ها: شادکامی، نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای، مقابله دینی، دانش‌آموزان دبیرستانی.

#### مقدمه

شادکامی که هدف مشترک انسانهاست و همه در تلاش برای رسیدن به آن می‌باشند (باس، ۲۰۰۰)، ارزشیابی افراد از خود و زندگیشان است. این ارزشیابی‌ها ممکن است جنبه شناختی داشته باشد مانند فضاوت‌هایی که در مورد خشنودی از زندگی صورت می‌گیرد و یا جنبه عاطفی که شامل خلق و هیجاناتی است که در واکنش به رویدادهای زندگی ظاهر می‌شود. بنابراین شادکامی از چند جزء تشکیل یافته که عبارت است از خشنودی از زندگی، خلق و هیجانات مثبت و خوشایند و نبود خلق و هیجانات منفی (داینر و همکاران؛ ۱۹۹۷).

مالرب<sup>۱</sup> با طرح این پرسش که آیا راهی وجود دارد که بفهمیم چگونه بهترین، بیشترین و پایدارترین شادکامی به دست می‌آید؟ شادکامی معنوی را یگانه شادکامی می‌داند که در همه شرایط پابرجا و زوال‌ناپذیر است. از نظر وی این احساس شادکامی با سختی‌ها و فشارهای روانی زندگی، همزیستی مطلوبی دارد (مالرب، ۱۹۹۰، ترجمه توکلی، ۱۳۷۹).  
فشار روانی و سبک مقابله با آن در دوره نوجوانی که به دوره عبور از کودکی به بزرگسالی و مقابله با چالش‌های آن تعریف شده و ارتباط آن با سلامت روانی از اهمیت خاصی برخوردار است (لاهمان و یارویس، ۲۰۰۰). روان‌شناسی سلامت اهمیت زیادی برای نقش سبک‌های مقابله‌ای در چگونگی سلامت جسمانی و روانی قایل شده و به اعتقاد شوارزور<sup>۲</sup> و چان<sup>۳</sup> به نقل از سامرفیلد و مک‌کرا (۲۰۰۰)، سبک‌های مقابله، گسترده‌ترین موضوع مطالعاتی در روان‌شناسی معاصر و یکی از مهمترین عوامل روانی - اجتماعی است که رابط بین فشار روانی و بیماری می‌باشد.

مقابله به معنی به کار بردن راهبردهای رفتاری - شناختی برای کاهش استرس و توسعه مهارت‌های دفاعی است (رپتی<sup>۴</sup>، ۱۹۹۹). نظریه‌های مقابله در رابطه با شادکامی نشان می‌دهد که افراد شادکام، افکار و رفتارهایی دارند که سازگار و کمک‌کننده

می‌باشد، با دیدگاهی روشن به امور می‌نگرند، دعا و نیایش دارند، به‌طور مستقیم برای حل مسائل از خود تلاش نشان می‌دهند و به‌موقع از دیگران کمک می‌طلبند. از طرف دیگر افراد غیر شادکام، بدبینانه فکر و عمل می‌کنند، در خیالات فرو می‌روند، خود و دیگران را سرزنش می‌کنند و از کار کردن برای حل مشکلات اجتناب می‌ورزند (مک‌کرا و کوستا، ۱۹۸۶ به نقل از داینر و همکاران، ۱۹۹۷).

یکی از سبک‌های مقابله‌ای مؤثر بر شادکامی که به‌عنوان حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی می‌باشد نگرش دینی و سبک مقابله‌ای دینی است. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقا بخشند (داینر و همکاران، ۱۹۹۷)؛ این افراد شیوه مقابله مسئله‌مدار را که یکی از ویژگی‌های سبک مقابله کارآمد است، مورد استفاده قرار می‌دهند. این شیوه یکی از مؤثرترین شیوه‌های مقابله است (بیلینگز<sup>۱</sup> و موس<sup>۲</sup>، ۱۹۸۴، به نقل از آفایوسفی، ۱۳۸۰). پارگامنت<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) معتقد است که در مواقع فشار و رویدادهای ناگوار، معنی زندگی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند و از این‌رو مقابله را به‌عنوان جست‌وجوی معنی زندگی در مواقع فشار تعریف کرده است. از نظر او، دین در فرایند مقابله شامل ارزیابی، فعالیت‌های مقابله، انگیزش، سبک زندگی، ادراک، تعریف مجدد از مشکل و تفسیر پیامدها و نتایج حاصل از عوامل فشارزا تأثیر گذارده و موجب می‌شود که افراد از نظر هیجانی خود را حفظ کنند و از طریق معناجویی و امیدواری برای برخورد مناسب با موقعیت تلاش نمایند. برای برخی از افراد و در بعضی شرایط سبک‌های منفی مقابله دینی ممکن است آثار زیان‌آوری داشته باشد. برای مثال استفاده از پاسخ‌های غیرقابل انعطاف و بیهوده و این نگرش که فشار را تنبیهی بدانند که مستحق آن می‌باشند (پارگامنت، ۱۹۹۷ به نقل از گانزبوورت، ۱۹۹۸).

به‌طور کلی نظریه‌پردازان دیگری وجود دارند که راه رسیدن به شادکامی و خوشبختی روان‌شناختی را در پرتو توجه به ارزشها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی، معنی‌دار بودن و هدفمندی زندگی، عشق و علایق دینی و الهی می‌دانند (رایس، ۲۰۰۱، راین و دسی، ۲۰۰۰؛ نیکس و همکاران ۱۹۹۹؛ مایرز<sup>۴</sup> ۱۹۹۵).

هدف از انجام این تحقیق، تعیین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و شادکامی دانش‌آموزان، رابطه این عوامل و اثر اصلی و تعاملی نگرش دینی و سبک‌های مقابله‌ای بر شادکامی دانش‌آموزان است.

شواهد تجربی فراوانی وجود دارد که حاکی از رابطه مثبت معنادار بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای کارآمد و شادکامی می‌باشد. (مالتبی و همکاران، ۱۹۹۹). ویلسون به نقل از داینر و لوکاس (۲۰۰۰) با مرور شواهد تجربی در مورد همبسته‌های شادکامی دریافت که فرد شادکام فردی است سالم، فرهیخته، برونگرا، مذهبی، خوشبین و باهوش.

فرانسیس و همکاران (۲۰۰۰) با هدف بررسی رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در نوجوانان و با استفاده از مقیاس شادکامی آکسفورد گزارش داده‌اند که بین شادکامی و نگرش دینی رابطه ضعیف، اما معنی‌داری وجود داشته است.

در مطالعه‌ای دیگر بیرد و همکاران (۲۰۰۰) چهار عامل شادکامی و رابطه آن را با تعهد دینی مورد بررسی قرار دادند. آنان دریافتند که تعهد دینی، پیش‌بینی‌کننده شادکامی است. نتیجه یک مطالعه در مورد سبک‌های مقابله‌ای دینی و روحیه بیماران (کوئینگ و همکاران، ۱۹۹۷) نشان داد ۶۰ درصد نمونه تحقیق که دارای سبک مقابله‌ای کارآمد و دینی بودند، انعطاف بیشتری برای کنار آمدن با مشکل و روحیه بهتری برای مقابله با آن داشتند. آنان نزدیک به نیمی از راهبردهای مقابله‌ای را که توصیف کرده بودند در رابطه با دین بوده است.

مطالعات بوهلین<sup>۱</sup>، (۲۰۰۰) به نقل از لوئیس، (۲۰۰۱)، هالاهمی و آرجیل<sup>۲</sup> (۱۹۹۷) به نقل از مالتبی و همکاران (۱۹۹۹)؛ کانتزارو و همکاران (۱۹۹۵). نشان‌دهنده رابطه مثبت معنی‌دار بین شادکامی و خوشبختی با نگرش و باورهای دینی است.

تحقیقات دیگر حاکی از رابطه مثبت بین سبک‌های مقابله‌ای کارآمد با شادکامی است. برای مثال می‌توان به لاهمان و یارویس (۲۰۰۰)؛ پارگامنت (۱۹۹۷)، به نقل از گانزیوورت (۱۹۹۸)؛ اسپنسر و نورم<sup>۳</sup> (۱۹۹۶) به نقل از داینر و همکاران (۱۹۹۷) اشاره کرد.

## روش

### جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه مورد بررسی عبارت است از دانش‌آموزان دبیرستانی دختر و پسر نواحی پنجگانه شهر اصفهان و نمونه منتخب ۳۶۱ دانش‌آموز (۱۹۸ دختر و ۱۶۳ پسر) از ۸ دبیرستان است.

با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای ابتدا از میان پنج ناحیه، دو ناحیه (۳ و ۵) به صورت تصادفی انتخاب و سپس از هر ناحیه دو دبیرستان پسرانه و دو دبیرستان دخترانه و از هر دبیرستان سه کلاس از پایه‌های اول، دوم و سوم انتخاب گردید.

## ابزار تحقیق

در این تحقیق از سه پرسشنامه نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و شادکامی استفاده شد که هر سه به صورت مقیاس خود گزارشی مداد-کاغذی است.

پرسشنامه نگرش دینی ۴۰ سؤال دارد که ضریب آلفای آن را خدایاری فرد و همکاران (۱۳۷۸) ۹۵ درصد به دست آوردند. پیوستار پاسخ‌ها بر پنج طیف؛ کاملاً موافق، تا حدی موافق، بینابین، تا حدی مخالف و کاملاً مخالف، رتبه‌بندی شده است. ضریب آلفای محاسبه شده در این تحقیق مساوی ۹۲ درصد است. این پرسشنامه دارای پنج نگرش دینی؛ عبادات، اخلاقیات و ارزشها، اثر دین در زندگی و رفتار، عوامل اجتماعی و جهان‌بینی و باورهاست.

داعی‌پور و بیان‌زاده (۱۳۷۹) روایی سازه پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای را در مورد نوجوانان مشکل‌دار و بهنجار مورد بررسی قرار داده و تفاوت معنی‌داری را گزارش نموده‌اند که نشان‌دهنده روایی سازه رضایت‌بخش این مقیاس در جمعیت نوجوانان است.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد آرچیل و لو (۱۹۸۹)، از ۲۹ سؤال تشکیل شده و علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) ضرایب آلفا و پایایی ۹۲ و ۹۳ درصد و میانگین شادکامی ۴۵/۵ برای مردان و ۴۶ برای زنان را گزارش کرده‌اند. این پرسشنامه شامل پنج بعد است که عبارت است از: خشنودی از زندگی، سلامتی، خلق مثبت، کارآمدی و عزت نفس، ضریب آلفای این پرسشنامه مقدار ۰/۹۱ به دست آمد.

در رابطه با روایی پرسشنامه شادکامی، داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که پنج بعد شادکامی در یک عامل قابل تقلیل است و این عامل ۶۷/۰۹۷ درصد تغییرات شادکامی را تبیین می‌کند. مقدار ضریب همبستگی عامل مورد نظر با هر متغیر به ترتیب ارائه شده است.

جدول ۱- نتایج نهایی تحلیل عاملی جهت روایی سازه پرسشنامه شادکامی

متغیرها	کل	درصد واریانس	درصد تراکمی	کل	درصد واریانس	درصد تراکمی
خشنودی از زندگی	۳/۳۵۵	۶۷/۰۹۷	۶۷/۰۹۷	۳/۳۵۵	۶۷/۰۹۷	۶۷/۰۹۶
خلق مثبت	۰/۶۹۴	۱۳/۸۷۹	۸۰/۹۷۵			
سلامتی	۰/۳۹۲	۷/۸۳۷	۸۸/۸۱۲			
کارآمدی	۰/۳۳۸	۶/۷۶۳	۹۵/۵۷۵			
عزت نفس	۰/۲۲۱	۴/۴۲۵	۱۰۰/۰۰۰			

  

متغیرها	خشنودی از زندگی	خلق مثبت	سلامتی	کارآمدی	عزت نفس
بارهای عاملی:	۰/۹۰۳	۰/۸۷۴	۰/۸۴۴	۰/۷۸۱	۰/۶۷۴

جدول ۲- نتایج نهایی تحلیل عاملی برای روایی سازه پرسشنامه نگرش دینی

متغیرها	کل	درصد واریانس	درصد تراکمی	کل	درصد واریانس	درصد تراکمی
خشنودی از زندگی	۳/۷۴۳	۷۴/۸۶۵	۷۴/۸۶۵	۳/۷۴۳	۷۴/۸۶۵	۷۴/۸۶۵
اخلاقیات و ارزشها	۰/۴۵۵	۹/۰۹۶	۸۳/۹۶۱			
عوامل اجتماعی	۰/۳۳	۶/۵۶۲	۹۰/۵۵۳			
اثرگذاری در رفتار و زندگی	۰/۲۸۸	۵/۷۵۳	۹۶/۳۰۶			
جهانبینی و باورها	۰/۱۸۵	۳/۶۹۴	۱۰۰/۰۰۰			

  

متغیرها	اثرگذاری در رفتار و زندگی	عوامل اجتماعی	جهانبینی و باورها	اخلاقیات و عبادات ارزشها
بارهای عاملی	۰/۸۱	۰/۸۳۶	۰/۸۸۷	۰/۹۱۷

از نظر روایی سازه پرسشنامه نگرش دینی، داده‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که نتایج بعد نگرش دینی در یک عامل قابل تقلیل است و این عامل ۷۴/۸۶۵ درصد تغییرات نگرش دینی را تبیین می‌کند. مقدار ضریب همبستگی عامل مورد نظر با هر متغیر به ترتیب ارائه شده است. در ضمن مقادیر ویژه آزمون بسیار رضایت‌بخش است.

پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای فرایدنبرگ<sup>۱</sup> و لوئیس (۱۹۹۳)، دارای ۷۹ سؤال با طیف پنج درجه‌ای است که ضریب پایایی آن را داعی‌پور (۱۳۷۹) ۸۸ درصد گزارش کرده است. این پرسشنامه شامل سه مقیاس فرعی سبک‌های مقابله‌ای کارآمد، ناکارآمد و مراجعه به دیگران می‌باشد. سبک مقابله کارآمد از هشت راهبرد مقابله‌ای تشکیل شده که عبارت‌اند از: حمایت اجتماعی، تمرکز بر حل مشکل، سختکوشی و موفقیت، تفریحات فیزیکی، راههای آرامش‌بخش، حفظ تعلق خاطر، تقویت رابطه با دوستان و تمرکز بر جنبه‌های مثبت. سبک مقابله ناکارآمد نیز هشت راهبرد مقابله‌ای شامل نگرانی، حفظ تعلق خاطر، تفکر آرزومندانه، کنار نیامدن، نادیده گرفتن مشکلات، کاهش تنش، خودداری و سرزنش خود می‌باشد. سبک مقابله‌ای مراجعه به دیگران دارای چهار راهبرد جست‌وجوی حمایت اجتماعی، حمایت معنوی، کمک حرفه‌ای و اقدام اجتماعی است. ضریب آلفای آن در این تحقیق برابر با ۰/۸۵ محاسبه گردید.

یافته‌ها

۱- یافته‌های توصیفی

جدول ۳- توزیع فراوانی وضعیت شادکامی دانش‌آموزان بر حسب جنسیت و پایه تحصیلی

کل	پایه‌های تحصیلی			جنسیت		وضعیت شادکامی						
	سوم	دوم	اول	پسر	دختر							
درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی						
۱۲/۹	۴۵	۱۷/۸	۸	۲۴/۴	۱۱	۵۷/۸	۲۶	۳۷/۸	۱۷	۶۲/۲	۲۸	کم
۶۹/۳	۲۴۲	۲۱/۹	۵۳	۲۴/۸	۶۰	۵۳/۳	۱۲۹	۴۶/۷	۱۱۳	۵۳/۳	۱۲۹	متوسط
۱۷/۸	۶۲	۱۹/۳	۱۲	۶/۴	۴	۷۴/۲	۴۶	۴۰/۳	۲۵	۵۹/۷	۳۷	زیاد
۱۰۰	۳۴۹	۲۰/۹	۷۳	۲۱/۵	۷۵	۵۷/۶	۲۰۱	۴۴/۴	۱۵۵	۵۵/۶	۱۹۴	کل

جدول ۳ نشان می‌دهد که ۵۹/۷ درصد دختران دارای سطح شادکامی زیاد و ۴۰/۳ درصد پسران از این سطح شادکامی برخوردارند. همین‌طور ۶۹/۳ درصد از آزمودنیها از نظر سطح شادکامی در حد متوسط و ۱۲/۹ درصد در حد کم و ۱۷/۸ درصد در حد زیاد قرار دارند.

جدول ۴- توزیع فراوانی سبک‌های مقابله‌ای بر حسب جنسیت و پایه‌های تحصیلی

کل	پایه‌های تحصیلی			جنسیت		وضعیت شادکامی						
	سوم	دوم	اول	پسر	دختر							
درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی						
۲۸/۷	۹۷	۲۱/۶	۲۱	۱۶/۵	۱۶	۶۱/۸	۶۰	۳۱/۳	۴۷	۲۶/۷	۵۰	سبک کارآمد
۳۱/۹	۱۰۸	۲۵/۹	۲۸	۱۸/۵	۲۰	۵۵/۵	۶۰	۲۱/۸	۳۳	۴۰/۱	۷۵	سبک ناکارآمد
۳۹/۳	۱۳۳	۱۷/۳	۲۳	۲۶/۳	۳۵	۵۶/۴	۷۵	۴۷	۷۱	۳۳/۱	۶۲	سبک مراجعه به دیگران
۱۰۰	۳۳۸	۲۱/۳	۷۲	۲۱	۷۱	۵۷/۵	۱۹۵	۴۴/۷	۱۵۱	۵۵/۳	۱۸۷	کل

جدول ۴ نشان می‌دهد که ۳۹/۳ درصد دانش‌آموزان دارای سبک مراجعه به دیگران و ۳۱/۹ درصد سبک ناکارآمد و ۲۸/۷ درصد دارای سبک کارآمد می‌باشند. دختران بیشتر از سبک ناکارآمد و پسران بیشتر از سبک مراجعه به دیگران استفاده کرده‌اند. با افزایش پایه تحصیلی استفاده از سبک ناکارآمد و مراجعه به دیگران کاسته می‌شود.

جدول ۵ نشان می‌دهد که ۴۹/۳ درصد پسران و ۲۷/۲ درصد دختران از نظر سطح نگرش دینی در حد خیلی زیاد قرار دارند. در هر سه پایه تحصیلی درصد بیشتری از دانش‌آموزان در حد متوسط و بالاتر قرار دارند. ۵۶/۵ درصد پایه اول و ۴۲/۲ درصد پایه سوم در سطح زیاد و ۵۴ درصد پایه دوم در سطح خیلی زیاد قرار دارند.



بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و ... / ۳۷

جدول ۵- توزیع فراوانی سطوح نگرش دینی بر اساس جنسیت و پایه‌های تحصیلی

کل	پایه‌های تحصیلی						جنسیت		سطوح نگرش دینی			
	سوم	دوم	اول	پسر	دختر	فراوانی درصد	فراوانی درصد					
خیلی کم	۰/۳	۱	۰	۰	۰	۰/۵	۱	۰/۶	۱	۰	۰	
کم	۱/۲	۴	۱/۴	۱	۱/۳	۱	۱	۲	۰/۶	۱	۱/۷	۳
متوسط	۱۱/۹	۴۱	۱۶/۹	۱۲	۶/۷	۵	۱۲/۱	۲۴	۹/۹	۱۵	۱۳/۶	۲۶
زیاد	۴۹/۶	۱۷۰	۴۲/۲	۳۰	۳۷/۸	۲۸	۵۶/۵	۱۱۲	۳۹/۵	۶۰	۵۷/۶	۱۱۰
خیلی زیاد	۳۷	۱۲۷	۳۹/۴	۲۸	۵۴	۴۰	۲۹/۸	۵۹	۴۹/۳	۷۵	۲۷/۲	۵۲
کل	۱۰۰	۳۴۳	۲۰/۷	۷۱	۲۱/۶	۷۴	۵۷/۷	۱۹۸	۴۴/۳	۱۵۲	۵۵/۷	۱۹۱

جدول ۶- آمارهای توصیفی شادکامی دانش‌آموزان

متغیرها	شاخص‌های آماری	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
خلق مثبت	۳۰/۰۹	۵/۳۵	۱۲	۴۲	۳۴۹	
سلامتی	۲۷/۱۹	۱۶/۶	۱۱/۱	۴۴/۴	۳۴۹	
کارآمدی	۲۵/۵	۶/۴۷	۱۱	۴۴	۳۴۹	
هزت نفس	۲۵/۶۳	۸/۹۴	۱۱/۱	۴۴/۴	۳۴۹	

جدول ۶ نشان می‌دهد که میانگین خلق مثبت از میانگین سایر متغیرها بیشتر و میانگین کارآمدی از همه کمتر است.

جدول ۷- آمارهای توصیفی نگرش دینی دانش‌آموزان

متغیرها	شاخص‌های آماری	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
عبادات	۴۵/۳۷	۵/۴۱	۱۴/۴	۵۴	۳۴۳	
اخلاقیات و ارزشها	۳۶/۹۸	۸/۵۸	۱۰/۸	۵۴	۳۴۳	
اثرگذاری در زندگی و رفتار	۴۴/۲	۸/۱۱	۱۰/۸	۵۴	۳۴۳	
عوامل اجتماعی	۴۴/۰۹	۶/۶۶	۲۲	۵۵	۳۴۳	
جهانبینی و باورها	۴۴/۵	۶/۱۱	۱۸	۵۵	۳۴۳	

جدول ۷ نشان‌دهنده آن است که میانگین نمرات عبادات و میانگین نمرات اخلاقیات و ارزشها به ترتیب از سایر میانگین‌ها بیشتر و کمتر است.

جدول ۸- خلاصه نتایج مقایسه متغیرهای تحقیق در دختران و پسران

متغیرها	شاخص‌ها	پسر		دختر		t	p
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار		
سبک کارآمد	۱۱۲/۶۴	۱۶/۵۴	۱۱۱/۱۹	۱۶/۳۰	۰/۸۲۷	۰/۴۰۹	
سبک ناکارآمد	۱۰۴/۱۶	۱۵/۷۴	۱۱۲/۳۴	۱۵/۴۷	۴/۸۷	۰/۰۰۰	
سبک مراجعه به دیگران	۵۶/۸۸	۹/۹۲	۵۵/۷۱	۹/۹۵	۱/۰۹۳	۰/۲۷۵	
نگرش دینی	۱۶۳/۷۴	۲۲/۹۵	۱۵۵/۱۰۶	۲۰/۳	۳/۷۰۹	۰/۰۰۰	
شادکامی	۷۹/۱۱	۱۴/۱۸	۷۷/۷۹	۱۴/۷۳	۰/۸۳۹	۰/۴۰۲	

جدول ۸ نشان‌دهنده آن است که بین دختران و پسران از نظر استفاده از سبک ناکارآمد و نگرش دینی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. به عبارت دیگر سبک ناکارآمد در دختران و نگرش دینی در پسران سطح بالاتری داشته است.



در تحقیق حاضر از سه مدل تحلیل رگرسیون استفاده شده است. در مدل اول سه سبک مقابله مطرح است. در مدل دوم علاوه بر سه سبک به نگرش دینی نیز توجه شده است. در مرحله سوم شش متغیر مورد نظر بوده‌اند که عبارت‌اند از سه سبک مقابله، نگرش دینی، جنس و پایه‌های تحصیلی.

جدول ۱۰- مدل رگرسیون تأثیر سبک‌های مقابله‌ای  
برای پیش‌بینی شادکامی

مراحل	متغیر وارد شده در معادله رگرسیون	R چندگانه	R <sup>2</sup> ۲	سطح معنی‌داری F
اول	سبک کارآمد	۰/۴۰۸	۰/۱۶۷	۰/۰۰۱
دوم	سبک کارآمد سبک ناکارآمد	۰/۵۲۷	۰/۲۷۷	۰/۰۰۱
سوم	سبک کارآمد سبک ناکارآمد	۰/۵۷۳	۰/۲۸۸	۰/۰۰۱

سبک مراجعه به دیگران

جدول ۱۰ نشان می‌دهد که در مرحله اول سبک کارآمد، در مرحله دوم سبک ناکارآمد و در مرحله آخر سبک مراجعه به دیگران، پیش‌بینی‌کننده شادکامی است و هر سه سبک به‌طور هم‌زمان ۰/۲۸ تغییرات شادکامی را تبیین می‌کند.

جدول ۱۱- ضرایب رگرسیون پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان

متغیرها	B	بتا	t	سطح معنی‌داری
سبک کارآمد	۰/۳۴۲	۰/۳۸۸	۵/۸۰۹	۰/۰۰۱
سبک کارآمد	-۰/۳۰۲	-۰/۳۳۶	-۷/۱۰۸	۰/۰۰۱
سبک ناکارآمد				
سبک کارآمد				
سبک ناکارآمد	۰/۲۱۹	۰/۱۵۰	۲/۳۱۲	۰/۰۰۱
سبک مراجعه به دیگران				

معادله رگرسیون پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان:

$$Y = 60/769 + 0/342X_1 - 0/302X_2 + 0/219X_3$$

$Y =$  شادکامی  $X_1 =$  سبک کارآمد

$X_2 =$  سبک ناکارآمد  $X_3 =$  سبک مراجعه به دیگران

جدول ۱۲- مدل رگرسیون تأثیر نگرش دینی و سبک‌های مقابله‌ای

برای پیش‌بینی شادکامی

مراحل	متغیر وارد شده در معادله رگرسیون	R چندگانه	R2	سطح معنی‌داری F
اول	سبک کارآمد	۰/۴۱۱	۰/۱۶۹	۰/۰۰۱
	سبک کارآمد			
دوم	سبک ناکارآمد	۰/۵۳۲	۰/۲۸۳	۰/۰۰۱
	سبک کارآمد			
سوم	سبک ناکارآمد	۰/۵۴۱	۰/۲۹۳	۰/۰۰۱
	سبک مراجعه به دیگران			

جدول ۱۳- ضرایب رگرسیون پیش‌بینی نگرش دینی و سبک‌های مقابله‌ای

متغیرها	B	بتا	t	سطح معنی‌داری
سبک کارآمد	۰/۳۴۴	۰/۳۹۲	۵/۷۹۲	۰/۰۰۱
سبک کارآمد	-۰/۳۰۵	-۰/۳۴۱	-۷/۱۸۷	۰/۰۰۱
سبک ناکارآمد				
سبک کارآمد				
سبک ناکارآمد	۰/۲۱۵	۰/۱۴۹	۲/۲۵۵	۰/۰۰۱
سبک مراجعه به دیگران				

معادله رگرسیون پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان:

$$Y = 61/13 + 0/344X_1 - 0/305X_2 + 0/215X_3$$

$Y =$  شادکامی  
 $X_1 =$  سبک کارآمد  
 $X_2 =$  سبک مراجعه به دیگران  
 $X_3 =$  سبک ناکارآمد

در مدل دوم متغیر خارج شده از مدل: نگرش دینی. در مدل سوم نتایج با مدل دوم یکسان است و متغیرهای خارج شده در این مدل عبارت‌اند از: نگرش دینی، جنس و پایه‌های تحصیلی.

جدول ۱۴ - ضرایب همبستگی سبک‌های مقابله‌ای با شادکامی

با توجه به نگرش دینی

سبک‌های مقابله‌ای	R	R با توجه به نگرش دینی
سبک کارآمد	۰/۴۱۱	۰/۳۹۱
سبک مراجعه به دیگران	۰/۳۸۴۸	۰/۳۵۳۸
سبک ناکارآمد	-۰/۲۱۸۹	-۰/۲۱۸۲

جدول ۱۵- ضرایب همبستگی نگرش دینی با شادکامی با توجه به سبک‌های مقابله‌ای

سبک‌های مقابله	سبک کارآمد	سبک ناکارآمد	سبک مراجعه به دیگران
R	۰/۰۹۰۸	۰/۱۶۴۲	۰/۰۳۳
P	۰/۰۹۴	۰/۰۰۲	۰/۵۴۳

جدول ۱۵ نشان می‌دهد که با وجود سبک مقابله کارآمد و مراجعه به دیگران، رابطه میان نگرش دینی و شادکامی معنی‌دار نخواهد بود.

### بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به یافته‌های حاصل از پژوهش، بین شادکامی و نگرش دینی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. این بدان معنی است که هر چه نمرات نگرش دینی بیشتر باشد، نمرات شادکامی نیز بیشتر است. (جدول ۹).

این نتیجه‌گیری با نتایج تحقیقات فرانسیس و همکاران (۲۰۰۰) و بیرد و همکاران (۲۰۰۰) هماهنگ است. نگرش دینی با همه عوامل شادکامی بجز کارآمدی رابطه مثبت معنی‌دار داشته است. ضمن اینکه میانگین عامل کارآمدی نیز نسبت به بقیه عوامل شادکامی کمتر بوده است. داده‌ها همچنین حاکی از آن است که شادکامی با سبک مقابله‌ای کارآمد و سبک مراجعه به دیگران نیز رابطه معنی‌دار مثبت دارد. این رابطه در خصوص شادکامی با سبک مقابله‌ای ناکارآمد معنی‌دار نمی‌باشد. (جدول ۹).

این یافته در راستای یافته‌های لاهمان و یارویس (۲۰۰۰) و کاتزارو و همکاران (۱۹۹۵) می‌باشد.

در این تحقیق بین سبک مقابله‌ای مراجعه به دیگران و نگرش دینی رابطه مثبت معنی‌دار بوده و حاکی از آن است که یکی از راهبردهای مقابله‌ای سبک مراجعه به دیگران، جست‌وجوی حمایت معنوی است. رابطه این سبک با شادکامی نیز رابطه مثبت معنی‌دار است که نشان می‌دهد افراد شادکام از نظر سبک مقابله‌ای دارای چهار راهبرد مقابله‌ای حمایت اجتماعی، حمایت معنوی، کمک حرفه‌ای و اقدام اجتماعی می‌باشند. این یافته با یافته‌های کوئینگ و همکاران (۱۹۹۷) هماهنگ است.

در خصوص سبک مقابله‌ای کارآمد و رابطه مثبت معنی‌دار آن با شادکامی و نگرش دینی می‌توان گفت که هر چه نگرش دینی بالاتر باشد، افراد از سبک مقابله‌ای کارآمد شامل خوشبینی، سلامت، آرامش، تمرکز بر جنبه‌های مثبت، حفظ تقویت رابطه با دوستان و تعلق خاطر برای حل مسأله برخوردارند و شیوه مقابله آنها مسأله‌مدار می‌باشد که یکی از ویژگیهای سبک مقابله‌ای کارآمد است. این شیوه بر طبق نظر بیلینگز و موس (۱۹۸۴)، از مؤثرترین شیوه مقابله می‌باشد.

نتیجه‌گیری دیگر تحقیق هماهنگ با یافته‌های علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) و فرانسیس و همکاران (۱۹۹۸)، به نقل از علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) عدم تأثیر جنسیت در میزان شادکامی است و همین‌طور در استفاده از سبک مقابله‌ای کارآمد و سبک مراجعه به دیگران، تفاوتی بین دختران و پسران وجود نداشته، اما در سبک ناکارآمد تعداد بیشتری از دختران در این نوع سبک قرار می‌گیرند. در این رابطه نتایج تحقیقات ضد و نقیض است، اما این یافته با نتایج تحقیق داعی‌پور (۱۳۷۹) هماهنگی دارد. به طور کلی بیشتر آزمودنیها در سبک مراجعه به دیگران قرار دارند و برتری نگرش دینی مربوط به پسران است. (جدول ۸).

از آنجا که یکی از پرسشهای تحقیق آن است که آیا رابطه بین نگرش دینی و شادکامی تحت تأثیر متغیر سومی به نام سبک‌های مقابله‌ای می‌باشد یا خیر؟ تجزیه و تحلیل و محاسبات آماری نشان داد که چنانچه این متغیر سوم، سبک مقابله‌ای کارآمد و یا سبک مراجعه به دیگران باشد، رابطه بین نگرش دینی و شادکامی معنی‌دار نمی‌باشد. در صورتی که متغیر سوم، سبک ناکارآمد باشد، این رابطه معنی‌دار است و آنرا تحت تأثیر قرار نمی‌دهد (جدولهای ۱۰ تا ۱۵).

رابطه منفی معنی‌دار بین سبک مقابله ناکارآمد با شادکامی و ابعاد آن شامل خشنودی از زندگی، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس، هماهنگ با تحقیقات هالاومی و آرجیل (۱۹۹۷) به نقل از مالتبی و همکاران (۱۹۹۹) و دایتر و همکاران (۱۹۹۷) می‌باشد. با اینکه بین سبک ناکارآمد با نگرش دینی و ابعاد آن شامل ارزشها و اخلاقیات، عوامل اجتماعی، اثرگذاری در رفتار و زندگی و جهان‌بینی و باورها رابطه منفی وجود دارد، اما این رابطه معنی‌دار نیست. (جدول ۹).



## منابع

- آقایوسفی، ع. (۱۳۸۰)، نقش عوامل شخصیتی بر راهبردهای مقابله‌ای، رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس - دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- خدایاری فرد و همکاران. (۱۳۷۸)، تهیه مقیاس اندازه‌گیری اعتقادات و نگرش مذهبی دانشجویان، دانشگاه صنعتی شریف، تهران.
- داعی پور، پروین و سید اکبر بیان‌زاده. (۱۳۷۹)، «راهبردهای کنارآمدن در نوجوانان شهر تهران»، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره ۴.
- علی پور، احمد و احمدعلی نوربالا. (۱۳۷۸)، «بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران»، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره ۱ و ۲.
- BUSS, D.M. (2000), The evolution of happiness. *American Psychologist*, 55(1), 15-23.
- BYRD, K.R., LEAR, D. & SCHWENKA, S. (2000), Mysticism as a predictor of subjective well-being. *International journal for the psychology of Religion*, 10(4) 259-269.
- CARNZARO, S.J. HORANEY, F. & CREASY, G. (1995). Hassels, Coping and Depressive symptoms in an elderly community sample. *Journal of Counseling psychology*, 3 , 259-365.
- DIENER, E. & LUCAS, E.R. (2000). Subjective Emotional well - being. *Handbook of Emotions* (2 nd Ed) New York: Guilford. PP. 325-337.
- DIENER, E. , SUH, E., & OISHI, S. (1997). Recent Finding on subjective well being. *indian journal of clinical psychology*, March, 1997.
- FRANCIS, L. J., JONES, S.H. & WILCOX, C. (2000). Religiosity and Happiness: during adolescence, young adulthood and later life. *journal of psychology and christianity*, 19, 245-257.
- GANZEVOORT, R. (1998). Religious coping Reconsidered I. *journal of psychology and theology* 10(3), 260-275.
- KOEING. G.H. ETAL. (1997). Religiou coping in the Nursing House: A Biopsychosocial Model. *Psychology in Medicine*, 27, No. 4. pp.363-376.

- LEWIS, C. A. (2001). Cultural stereotype of the effects of religion on mental health. *British Journal of Medical psychology*, 74, 359-367.
- LOHMAN, B. J. & JARVIS, P. A. (2000). Adolescent stressors, coping strategies, and psychological Health studied in the family context. *Journal of youth and Adolescence* Vol. 29 No. 1. 15-43.
- MALTBY, J. LEWIS, C. A. & DAY. L. (1999). Religious orientation and psychological well-being. *British Journal of Health psychology*, 4, 363-378.
- NIX, G., RYANE. R. M., MANLY. J. B., & DECI, E. L. (1999). Revitalization through self-regulation: the effects of outonomous versus controlled motivation on Happiness and vitality. *Journal of EXP. Soc. Psychol*, 35, 265-84.
- REPETTI, R. (1999). *Handbook of pediatric and Adolescent health psychology daily stress and coping in childhood and adolescence Americans. Ally and Bacom.*
- REISS, S. (2001). Secrets of Happiness. *Psychology today*, 34. 50-55.
- RYAN, R. M., & DECI, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, Social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- SAMERFIELD, M. R. & MCCRAE. R. (2000). Stress and coping. *American Psychological Association*. 55. 620-625.

وصول: ۸۲/۴/۲۵

پذیرش: ۸۲/۶/۱۶