

اسلام و پژوهش های روان شناختی

سال اول، شماره اول، پیاپی ۱، تابستان ۱۳۹۴، ص ۱۱۵ - ۱۲۸

رابطه حرمت خود با خودمهارگری اسلامی؛

با توجه به جنسیت و وضعیت تأهل

The Relationship between Self-Esteem and Islamic Self-Control, Based on Gender and Marital Status

✍ حمید رفیعی هنر / دانشجوی دکتری روان شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ☞

✉ Hamid Raffiei Honar / PhD student of psychology, IKI.

Email: hamidraffii2@gmail.com

عباس آیینه چی / دانشجوی دکتری روان شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ☞

Abbas Ayne Chi / PhD student of psychology, IKI.

مریم رجبی / کارشناس روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ☞

Maryam Rajabi / BA student of General psychology, IKI.

Abstract

The present study was conducted with the aim of determining the relationship between self-esteem and self-control among women and men. Through convenient sampling, 433 students from the office of supreme leader's representative at universities were selected, and they completed self-esteem and Islamic self-control questionnaires. Data analyzed using Pearson correlation and Fisher's Z test, showed that there is a significant positive relationship between overall self-esteem and overall self-control and its components including motivation for self-control, self-monitoring, emotional-behavioral self-control, sexual self-control and goal-acceptance.

On the other hand, the difference in relationship between self-esteem and self-control among men and women is significant, but no significant

چکیده

پژوهش پیش رو، با هدف شناسایی رابطه حرمت خود و خودمهارگری در میان زنان و مردان انجام شد. تعداد ۴۳۳ نفر از دانشجویان مرتبط با نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب، و پرسش‌نامه‌های حرمت خود و پرسش‌نامه خودمهارگری اسلامی را تکمیل کردند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و Z فیشر نشان داد که بین حرمت خود کلی با خودمهارگری کلی و مؤلفه‌های آن - که شامل انگیزش خودمهارگری، خودنظارتگری، خودمهارگری هیجانی - رفتاری، خودمهارگری جنسی و هدف‌پذیری است - رابطه مثبت معناداری وجود دارد. از سوی دیگر، تفاوت رابطه بین حرمت خود و خودمهارگری در گروه مردان و زنان نیز معنادار بوده، ولی تفاوت معناداری میان افراد متأهل در قیاس با افراد مجرد دیده نمی‌شود. بنابراین با افزایش حرمت خود افراد،

difference was observed between married people compared to single ones. Therefore, with the increase of self-esteem we can expect an increase in people's self-control based on Islamic sources. In this regard, gender variable, unlike marital status, can also play a role

Key words: self-respect, self-control, virtue, self-esteem.

می‌توان انتظار داشت که خودمهارگری مبتنی بر منابع اسلامی آنها نیز افزایش یابد که در این باره، متغیر جنسیت برخلاف متغیر وضعیت تأهل نیز می‌تواند نقش داشته باشد.

کلیدواژه‌ها: حرمت خود، خودمهارگری، تقوا، کرامت نفس.

مقدمه

انسان‌ها در تمایلات و تکانه‌های زیادی با دیگر حیوانات مشترک‌اند؛ اما نوعی توانایی را در خود رشد داده‌اند که بتوانند آن تمایلات را برای انجام اخلاقی اعمال مهار نمایند. این توانایی خودمهارگری نام دارد. در یک نگاه، خودمهارگری یک توانایی روان‌شناختی جهت رساندن رفتار انسان به مرز قواعد و معیارهای معنادار است (جیبر^۱ و بامیستر^۲، ۲۰۰۵، ص ۴۱۱).

در دهه‌های اخیر پژوهش درباره خودمهارگری با رشدی باورنکردنی مواجه بوده است. با بررسی و مرور مقالات منتشرشده در زمینه خودمهارگری از سال ۲۰۰۱ تا ۲۰۱۰ درمی‌یابیم که تعداد این پژوهش‌ها بیش از مقالات منتشرشده در کل چهار دهه قبل از آن است. امروزه می‌دانیم که سطح شخصی خودمهارگری پیش‌بینی‌کننده نتایج مهم زندگی، از جمله عملکرد تحصیلی، رفتارهای سالم و سوء مصرف مواد، خواهد بود. در حوزه بالینی، خودمهارگری پایین یکی از مشخصه‌های اصلی بسیاری از اختلالات بالینی به شمار می‌آید. به‌علاوه خودمهارگری پیش‌بینی‌کننده‌ای معتبر برای رفتارهای مسئله‌ساز و آسیب‌شناسانه در کودکان محسوب می‌شود (ماگن^۳ و گراس^۴، ۲۰۱۰، ص ۳۳۵).

امروزه خودمهارگری در پنج حوزه مورد مطالعه قرار می‌گیرد: تنظیم هیجانات، مهار افکار، هدایت رفتاری، کنترل توجه^۵ و غلبه بر تکانه‌های ابتدایی (واس^۶ و اسمیشل^۷،

1. Geyer, A.L.

2. Baumeister, R. F.

3. Magen, E.

4. Gross, J. J.

5. attentional control.

6. Vohs, K.D.

7. Schmeichel, B.J.

۲۰۰۷، ص ۱۴۰). با توجه به اهمیت سازه خودمهارگری و وجود حوزه‌های متنوع برای آن، چه عواملی می‌توانند در کاهش یا افزایش آن نقش داشته باشند؟ یکی از متغیرهایی که در عرصه ادبیات روان‌شناختی می‌تواند با موضوع خودمهارگری ارتباط داشته باشد «حرمت خود»^۸ است. معمولاً وقتی سخن از فرایندهای بین فردی به میان می‌آید، در کنار مفاهیم خود پنداشت و آرمان‌ها و نگرش‌ها، از دو فرایند حرمت خود و خودنظم‌بخشی (مشمتمل بر خودمهارگری) نیز یاد می‌شود (ماتساموتو^۹، ۲۰۰۹، ص ۲۶۵).

حرمت خود عبارت است از میزان نگرش، عقیده و ارزیابی مثبت فرد از بدن، تاریخچه، فرایندهای روانی و رفتار خویش. این سازه با بسیاری از جنبه‌های فکری، هیجانی و رفتاری مرتبط است و غالباً یکی از بخش‌های مرکزی فهم و درک یک شخص تلقی می‌شود (ماتساموتو، ۲۰۰۹، ص ۴۷۳). طبق نظر کوپراسمیت^{۱۰} (۱۹۶۷) توجهی که یک فرد از سایر مردم دریافت می‌کند و درجه پذیرش و احترامی که فرد احساس می‌کند، در شکل‌گیری حرمت خود نقش دارند. حرمت خود بالا فرد را هنگام تعامل با محیط، مؤثر، شاد، موفق و مطمئن می‌سازد (ارسلان^{۱۱}، ۲۰۰۹، ص ۵۵۷). پژوهشگران چند دهه است که در حال مطالعه این سازه هستند. آغاز آن در دهه‌ی ۱۹۶۰ بود، زمانی که رزنبرگ^{۱۲} مقیاس کوتاه تک‌بعدی را در زمینه حرمت خود طراحی نمود و پژوهشگران بعدی مطرح کرده‌اند که حرمت خود می‌تواند بر اساس نوع تأمل و تفکر فرد، ابعاد چندگانه به خود بگیرد (فراری^{۱۳}، استونس^{۱۴}، لگler^{۱۵} و جیسون^{۱۶}، ۲۰۱۲، ص ۲۹۸). علی‌رغم اهمیت دو سازه خودمهارگری و حرمت خود در روابط میان فردی، آن مقدار که محققان این پژوهش جست‌وجو نموده‌اند، تا به حال پژوهش‌های اندکی رابطه حرمت خود و خودمهارگری را مورد بررسی قرار داده‌اند که به برخی از تحقیقات مرتبط اشاره می‌شود.

فراری و همکاران (۲۰۱۲، ص ۲۹۳) در پژوهش خود حرمت خود و خودمهارگری را دو متغیر پیش‌بینی کننده سازه امید دانسته‌اند. از نگاه آنان سازه امید مشتمل بر هدف و موفقیت است و خودمهارگری می‌تواند یک منبع تسهیل کننده برای پیگیری

8. self-esteem.

11. Arslan, C.

14. Stevens, E.B.

9. Matsumoto, D.

12. Rosenberg.

15. Legler, R.

10. Coopersmith.

13. Ferrari, J.R.

16. Jason, L.A.

هدف و موفقیت در بین قلمروهای گوناگون از موضوعات دانشگاهی تا مدیریت برداشت قلمداد و تحقیق شود. نتایج پژوهش مذکور نشان داد روابط معناداری میان خودمهارگری، حرمت خود و امید وجود دارد. در پژوهشی دیگر هافر^{۱۷}، باخ^{۱۸} و کارتر^{۱۹} (۲۰۱۱، ص ۲۱۳) ضمن مطالعه رابطه خودنظم بخشی و بهزیستی روانی نشان دادند که نمره‌های بالاتر در کنترل توجه (یکی از حوزه‌های خودمهارگری) به‌طور معناداری با نمره‌های بالاتر در حرمت خود ارتباط دارند. در حوزه دیگری از خودمهارگری، یعنی حوزه تنظیم هیجانات، پژوهش‌ها به رابطه معنادار منفی میان حرمت خود نوجوانان و خشم خصیصه‌ای و نیز رابطه معنادار مثبت میان حرمت خود و کنترل خشم اذعان نموده‌اند. این نتیجه نشان می‌دهد که به اندازه‌ای که حرمت خود نوجوان بالا می‌رود، سطح خشم خصیصه‌ای او کاهش و کنترل خشمش افزایش می‌یابد. از این رو می‌توان گفت افرادی که حرمت خود پایین دارند بسیار آسان‌تر از کسانی که حرمت خود بالا دارند خشمگین می‌شوند (ارسلان، ۲۰۰۹، ص ۵۵۳).

آموزه‌های ادیان نیز به مبحث خودمهارگری پرداخته‌اند. بسیاری از ادیان با این پرسش که چگونه می‌توان هوای نفس را محدود نمود، سروکار داشته‌اند. برای مثال در سنت کاتولیک مسیحی فقدان مهار خود در برابر هوای نفس ارتباط عمیقی با مفهوم گناه و فساد دارد (هافمن^{۲۰} و فریتز^{۲۱}، ۲۰۰۹، ص ۱۶۳). در بسیاری از ادیان همچنین رفتار پرهیزکارانه یا مهار تکانه‌ها مورد تأکید قرار گرفته است. آیین یهود و مسیحیت (برای مثال ده فرمان مسیحیت) اعمال خودخواهانه را محکوم می‌نمایند و حتی می‌توان هفت گناه بزرگ، مثل شکم‌پرستی، غرور، حرص و تنبلی، در اصول مذهب کاتولیک را اشاره‌ای به کوتاهی‌ها در مسئله خودمهارگری تلقی نمود. به‌اضافه اینکه چهار فضیلت محوری، یعنی دوراندیشی^{۲۲}، عدالت^{۲۳}، بردباری^{۲۴} و اعتدال^{۲۵}، بر خودمهارگری متکی است و آن را تأیید می‌کند (جیبر و بامیستر، ۲۰۰۵، ص ۴۱۴).

17. Hofer, J.

20. Hofmann, W.

23. justice.

18. Busch, H.

21. Fritz, S.

24. fortitude.

19. Kartner, J.

22. prudence.

25. moderation.

در آموزه‌های دین اسلام تأکید ویژه‌ای بر مسئله مهار خویشتن در عرصه‌های مختلف فردی و اجتماعی شده است. این موضوع در قالب مفاهیمی اساسی، مانند تقوا، عقل، صبر، حیا و عفت، نمود یافته است (رفیعی‌هنر و جان‌بزرگی، ۱۳۸۹، ص ۳۲). رفیعی‌هنر، جان‌بزرگی، پسندیده و طباطبایی (۱۳۹۳) «سازه خودمهارگری اسلامی بر اساس اندیشه اسلامی» را تبیین نمودند. آنان با روش تحلیل محتوای منابع اسلامی نشان دادند که سازه خودمهارگری اسلامی از دو سطح تشکیل شده است. سطح اول شامل دو مؤلفه «شناخت» و «بازدارندگی» است که از دو مفهوم عقل و تقوا استنباط شده است و سطح دوم، که از ارتباط مفاهیم سطح اول با دیگر مفاهیم دینی استنباط شده، دارای هفت مؤلفه است که عبارت‌اند از: خودنظارت‌گری، هدف‌شناسی، مؤلفه انگیزشی، مهار رفتاری، مهار شناختی، مهار هیجانی و مهار تداوم‌بخش. روایی محتوای سازه مذکور نیز به تأیید خبرگان دینی رسیده است.

با توجه به مطالعات روان‌شناختی درباره رابطه حرمت خود و خودمهارگری و نیز اثبات وجود رابطه خودمهارگری اسلامی و خودمهارگری روان‌شناختی در میان دانشجویان و طلاب علوم دینی (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۰) پرسش‌های ذیل قابل بررسی هستند: آیا بین حرمت خود و خودمهارگری اسلامی رابطه مثبت معناداری وجود دارد؟ آیا بین زنان و مردان تفاوت معناداری در رابطه حرمت خود و خودمهارگری اسلامی وجود دارد؟ آیا بین افراد مجرد و متأهل تفاوت معناداری در رابطه بین حرمت خود و خودمهارگری اسلامی وجود دارد؟

روش پژوهش

جامعه و نمونه: پژوهش حاضر از روش همبستگی استفاده کرده و یک جامعه آماری ۱۸ هزار نفری متشکل از دانشجویان زن و مرد مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ عضو اداره مشاوره نهاد رهبری در دانشگاه‌ها را بررسی کرده است. در این جامعه فقط متغیرهای جنسیت و وضعیت تأهل مورد توجه قرار گرفته است. بر اساس جدول مورگان، برای جامعه مذکور تعداد ۳۷۷ نفر کفایت می‌کند؛ با این حال تعداد نمونه تحقیق حاضر شامل ۴۳۳ نفر (۲۳۷ زن با میانگین سنی ۲۴/۴۰ و انحراف استاندارد

۶/۱۹ و ۱۹۶ مرد با میانگین سنی ۲۴/۸۶ و انحراف استاندارد ۶/۵۴ از دانشجویان است که به صورت نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شده‌اند.

ابزار پژوهش

الف) پرسش‌نامه حرمت‌خود کوپر اسمیت^{۲۶} (۱۹۶۷): این پرسش‌نامه ۵۸ ماده چهارگزینه‌ای دارد که مشتمل بر پنج خرده مقیاس است: ۱. مقیاس عمومی ۲۶ ماده، مقیاس اجتماعی ۸ ماده، مقیاس خانوادگی ۸ ماده، مقیاس شغلی (یا تحصیلی) ۸ ماده و مقیاس دروغ ۸ ماده. حداکثر نمره در مقیاس عمومی ۲۶ و در هر یک از سه مقیاس دیگر مساوی ۸ و حداکثر نمره کلی حرمت‌خود مساوی ۵۰ است؛ نمره مقیاس دروغ در مجموع نمرات محاسبه نمی‌شود. بررسی‌ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. هرز^{۲۷} و گولن^{۲۸} (۱۹۹۹) ضریب آلفای ۰/۸۸ را برای نمره کلی آزمون گزارش کرده‌اند. همچنین جهت سنجش روایی بین نمره کل آزمون با خرده مقیاس روان‌آزرده‌گرایی در آزمون شخصیت آیسنک، روایی واگرایی منفی و معنادار و با خرده مقیاس برون‌گرایی روایی هم‌گرایی مثبت معنادار به دست آمده است. پورشافعی (۱۳۷۰) با روش دو نیمه کردن، ضریب ۰/۸۷ را برای این پرسش‌نامه گزارش کرده است (فتوحی آشتیانی، ۱۳۹۰، ص ۱۶۱).

ب) مقیاس خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی: رفیعی هنر (۱۳۹۰) با استفاده از قرآن کریم و روایات اسلامی مؤلفه‌های سازه خودمهارگری اسلامی را تبیین و مقیاسی ۶۴ سؤالی ارائه کرده است که خودمهارگری افراد بزرگسال را اندازه‌گیری می‌کند. ضریب همبستگی نظرات کارشناسان برای بررسی روایی محتوایی این مقیاس بالاتر از ۰/۹۶ و ضریب تطابق کندال ۰/۲۵۷ بوده که در سطح ۰/۰۱ معنادار است. روایی ملاکی با محاسبه ضریب همبستگی مقیاس حاضر و دو مقیاس هم‌ارز مقیاس خودمهارگری (تانجی^{۲۹}، بامیستر^{۳۰} و بوون^{۳۱}، ۲۰۰۴) و خرده‌مقیاس اعتدال از پرسش‌نامه توانمندی خویش (پیترسون^{۳۲} و سلیگمن^{۳۳}، ۲۰۰۴) به ترتیب ۰/۵۸۷ و ۰/۴۰۳ بوده و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتیجه بررسی روایی سازه به شیوه تحلیل عاملی استخراج پنج عامل بوده که در مجموع ۳۴/۳۱۵

26. Coopersmith Self-esteem Inventory.

27. Herz, L.

28. Gullone, E.

29. Tangney, J.P.

30. Baumeister, R.F.

31. Boone, A.L.

32. Peterson, C.

33. Seligman, M.P.

درصد واریانس کل مقیاس را برآورد می‌کند. همبستگی بین عوامل و کل مقیاس در سطح ۰/۰۱ معنادار است. عوامل به ترتیب عبارت‌اند از: انگیزش خودمهارگری، خودنظارت‌گری - مهار رفتاری، خودمهارگری هیجانی - رفتاری، خودمهارگری جنسی، هدف‌پذیری. در بررسی اعتبار مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ در دو مرحله به ترتیب ۰/۹۴۲ و ۰/۹، همه ضرایب آلفای عوامل پنج‌گانه بالاتر از ۰/۶۶۶ و همبستگی بین دو نیمه مقیاس برابر با ۰/۷۵۳ بوده است. ضریب همبستگی آزمون - باز آزمون نیز برابر ۰/۶۹۲ بوده و در سطح ۰/۰۰۰۱ معنادار است. جانباز (۱۳۹۲) ضریب همبستگی آزمون خودمهارگری اسلامی را با آزمون خودشناسی اسلامی ۰/۳۰۶ به دست آورده که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنادار است و تأیید دیگری بر روایی ملاکی این آزمون به حساب می‌آید.

پرسش‌نامه های مذکور، همراه با توضیحات لازم، برای ۵۰۰ دانشجوی انتخاب‌شده بر اساس نمونه‌گیری تصادفی ساده ارسال شد. تعداد ۴۳۳ نفر به صورت کامل به آن پاسخ دادند و پاسخ‌نامه را ارسال کردند. داده‌ها با نرم افزار SPSS و با استفاده از مدل‌های آماری همبستگی پیرسون و Zr فیشر تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌های پژوهش

با توجه به شیوه نمره‌گذاری آزمون حرمت خود کوپراسمیت، در صورتی که نمرات مؤلفه دروغ‌سنج بیش از چهار باشد، آن تست اعتبار لازم را نخواهد داشت. بعد از بررسی نتایج شرکت‌کنندگان در تست مذکور معلوم شد که تعداد ۹۹ نفر از آنان در آیتم دروغ‌سنج نمره ۵ و بیشتر را کسب کرده‌اند؛ از این رو تعداد مذکور از محاسبه همبستگی حذف شدند و تعداد نمونه‌ها برای بررسی همبستگی دو متغیر حرمت خود و خودمهارگری اسلامی از ۴۳۳ نفر به ۳۳۴ نفر کاهش یافت. نتایج این محاسبه در جدول ۳ مشاهده می‌شود.

جدول ۱- همبستگی بین حرمت‌خود و خودمهارگری اسلامی و مؤلفه‌های آن‌ها

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. حرمت‌خود کلی										
۲. خودمهارگری کلی	.۴۱۴**									
۳. انگیزش خودمهارگری	.۲۹۰**	.۸۶۱**								
۴. خودنظارت‌گری	.۳۳۲**	.۷۸۵**	.۶۱۵**							
۵. خودمهارگری هیجانی - رفتاری	.۱۳۵*	.۴۰۵**	.۰۱۳*	.۲۲۰**						
۶. خودمهارگری جنسی	.۵۳۷**	.۷۱۲**	.۴۱۹**	.۵۴۳**	.۳۵۳**					
۷. هدف‌پذیری	.۱۸۷**	.۶۵۴**	.۵۳۸**	.۳۸۰**	.۲۳۰**	.۳۱۰**				
۸. حرمت‌خود عمومی	.۹۴۰**	.۴۰۶**	.۲۵۶**	.۳۴۲**	.۱۶۹**	.۵۵۱**	.۱۵۱**			
۹. حرمت‌خود خانوادگی	.۵۸۹**	.۲۸۹**	.۲۱۱**	.۱۷۱**	.۱۹۹**	.۲۸۲**	.۱۵۷**	.۴۳۲**		
۱۰. حرمت‌خود شغلی - تحصیلی	.۷۵۸**	.۲۹۷**	.۲۳۲**	.۲۵۴**	.۰۱۸*	.۴۱۲**	.۱۴۲**	.۶۵۰**	.۲۵۲**	
۱۱. حرمت‌خود اجتماعی	.۶۹۹**	.۲۲۵**	.۲۰۰**	.۱۸۶**	.۰۱۶*	.۲۴۴**	.۱۴۲**	.۵۴۸**	.۲۵۶**	.۴۸۶**

**P.<۰/۰۱, *P.<۰/۰۵

چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود، حرمت‌خود به همراه خرده مقیاس‌هایش با اکثر عوامل خودمهارگری، با ۹۹ درصد اطمینان، همبستگی مثبت و معنادار دارد؛ بنابراین پاسخ سؤال اول پژوهش مبنی بر وجود رابطه مثبت معنادار بین حرمت‌خود و خودمهارگری تأیید می‌شود.

برای بررسی سؤال دوم و سوم پژوهش، ابتدا باید میزان همبستگی بین دو متغیر حرمت‌خود و خودمهارگری اسلامی را به تفکیک جنسیت و وضعیت تأهل محاسبه نمود.

جدول ۲- همبستگی حرمت‌خود و خودمهارگری اسلامی بر اساس جنسیت

جنسیت	تعداد	متغیرها	همبستگی پیرسون
مردان	۱۴۸	حرمت‌خود کلی خودمهارگری کلی	.۵۲۰**
زنان	۱۸۶	حرمت کلی خود خودمهارگری کلی	.۳۱۳**

**P.<۰/۰۱

بر اساس جدول ۲ میزان همبستگی دو متغیر حرمت‌خود و خودمهارگری اسلامی در میان مردان و زنان به ترتیب ۰/۵۲ و ۰/۳۱۳ است که در هر دو جنس این همبستگی معنادار است؛ اما آیا بین این دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد؟ بدین منظور لازم است نتایج r (همبستگی) را به Zr (فیشر) تبدیل نمود و بر اساس فرمول مخصوص، نسبت مورد نظر را به‌دست آورد و جهت تعیین معناداری تفاوت بین دو ضریب همبستگی برای نمونه‌های مستقل، آن را با نمره‌های معیار مقایسه نمود (فرگوسن و تاکنه، ۱۳۸۹، ص ۲۶۰). بر اساس

جدول تبدیل r به Zr به ترتیب نمره $0/52$ برابر است با $0/5763$ و نمره $0/313$ برابر است با $0/324$ و بر اساس فرمول تقسیم تفاوت بین دو ارزش Zr بر خطای معیار، تفاوت نسبت مورد نظر $2/28$ خواهد بود. این نمره از ارزش $1/96$ بالاتر است؛ بنابراین تفاوت ضریب همبستگی بین زنان و مردان در سطح 5 درصد معنادار است. پاسخ سؤال دوم پژوهش حاضر مثبت است و تفاوت معنادار رابطه حرمت خود و خودمهارگری بین زنان و مردان تأیید می‌شود.

جدول ۳- همبستگی حرمت خود و خودمهارگری اسلامی بر اساس وضعیت تأهل

وضعیت تأهل	تعداد	متغیرها	همبستگی پیرسون
مجرد	۲۴۵	حرمت خود کلی خودمهارگری کلی	$0/383^{**}$
متأهل	۸۹	حرمت کلی خود خودمهارگری کلی	$0/487^{**}$

$**P < 0/01$

با تبدیل ضرایب همبستگی به Z فیشر و محاسبه نسبت مورد نظر برای تعیین معناداری، تفاوت بین ضرایب ارزش به دست آمده برابر با $1/084$ است که از نمره $1/96$ پایین‌تر و نشان‌دهنده عدم وجود تفاوت معنادار بین افراد مجرد و متأهل در همبستگی بین حرمت خود و خودمهارگری اسلامی است. از این رو سؤال سوم پژوهش مورد تأیید قرار نمی‌گیرد و تفاوت معناداری بین افراد مجرد و متأهل در رابطه حرمت خود و خودمهارگری اسلامی وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس پژوهش‌های انجام شده شواهدی مبنی بر وجود رابطه مثبت و معنادار بین دو متغیر حرمت خود و خودمهارگری وجود دارد. پرسش این پژوهش درباره وجود رابطه معنادار بین حرمت خود و خودمهارگری اسلامی بود. طبق تحقیق حاضر بین حرمت خود و خودمهارگری اسلامی رابطه مثبت برقرار است؛ بدین معنا که هرچه نمره حرمت خود افراد افزایش می‌یابد به نمرات خودمهارگری اسلامی افراد نیز افزوده می‌شود. این نتایج با تحقیقات فراری و همکاران (۲۰۱۲) و هافر و همکاران (۲۰۱۱) هم‌سو است. پژوهش‌های دیگری نیز رابطه مثبت بین حرمت خود و جهت‌گیری مذهبی را به اثبات رسانده‌اند

(مارکسترام^{۳۴}، ۱۹۹۹ به نقل از ویلیامز^{۳۵}، ۲۰۱۲ و جانز^{۳۶} و فرانسس^{۳۷}، ۱۹۹۶). همچنین بین حرمت خود کلی و تمام مؤلفه‌های آن و مؤلفه‌های خودمهارگری (به جز رابطه بین حرمت خود اجتماعی و خودمهارگری هیجانی-رفتاری) رابطه مثبت و معناداری مشاهده می‌شود. پژوهش ارسلان (۲۰۰۹) مبنی بر وجود رابطه مثبت بین حرمت خود و کنترل خشم، بخشی از نتایج حاضر را تأیید می‌کند. در تبیین این روابط مثبت از چند جهت می‌توان بحث کرد:

الف) حرمت خود از نگاه روان‌شناسان به معنای درجه پذیرش و احترامی است که فرد احساس می‌کند (ارسلان، ۲۰۰۹) و مبتنی بر ارزیابی مثبت فرد از تاریخچه زندگی، فرایندهای روانی و رفتار خویش است (ماتساموتو، ۲۰۰۹)؛ از این رو فرد به اهداف از پیش تعیین شده خود دست یافته است و از شرایط موجود خود ارزیابی مثبت دارد. بنابراین، اهداف و برنامه‌های آینده نیز برای فرد با حرمت خود بالا مهم تلقی خواهند شد و برای دستیابی به آن‌ها قادر خواهد بود که در برابر تکانه‌های معارض با هدف مقاومت و خود را مهار کند؛ موضوعی که یکی از هسته‌های اصلی خودمهارگری به‌شمار می‌آید (تانجی و همکاران، ۲۰۰۴). همچنین با توجه به اینکه یکی از مؤلفه‌های اصلی خودمهارگری اسلامی انگیزش خودمهارگری است، افراد با حرمت خود بالا، به دلیل اهمیتی که برای اهداف خود قائل‌اند، در مقایسه با افراد با حرمت خود پایین انگیزه بالاتری برای مهار خویش خواهند داشت و به خودنظارت‌گری بالاتری دست خواهند زد.

ب. پژوهشگران (بنیانی، ۱۳۹۱) رابطه حرمت خود در روان‌شناسی و کرامت نفس در آموزه‌های اسلامی را به اثبات رسانده‌اند و تأثیر کرامت و عزت نفس در افزایش مقاومت در برابر وسوسه‌ها و خواهش‌های نفسانی در نگاه اسلامی نیز امری پذیرفته شده است؛ در آیه ۱۳ سوره مبارکه حجرات خداوند می‌فرماید: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقَاكُمْ؛ همانا بزرگوارترین شما نزد خداوند خویشتن‌دارترین شماست» و در روایتی از حضرت علی علیه‌السلام آمده است: «مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ هَانَتْ عَلَيْهِ شَهْوَاتُهُ؛ هر کس خویشتن خویش در نزدش بزرگ باشد شهوات در نزد او خوار خواهند شد» (شریف رضی، ۱۳۷۹).

34. Markstrom, C.A.

35. Williams, E.

36. Jones, S.H.

37. Francis, L.J.

بزرگواری که خدای متعال در اختیار فرد قرار داده است» معنا نمود. این احساس فرد را قادر می‌سازد که برای دستیابی به اهداف عالی‌تر از اهداف سطحی و زودگذر دست بکشد و در برابر کشش‌های شدید اهداف سطحی مقاومت نماید (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۰). آموزه‌های مربوط به کرامت نفس نشان‌دهنده آن است که با افزایش احساس بزرگواری درونی انسان‌ها اولاً انگیزه مهار و ثانیاً مهارگری در برابر هیجان‌ات و تکانه‌های متعارض با هدف متعالی انسان‌ها افزایش خواهد یافت.

نتایج پژوهش حاضر تفاوت معناداری در همبستگی بین حرمت‌خود و خودمهارگری بین مردان و زنان را نشان داد. بر اساس این نتایج مردان در مقایسه با زنان از همبستگی قوی‌تری در متغیرهای مذکور برخوردار بودند. مک مولین^{۳۸} و کرنی^{۳۹} (۲۰۰۴) و نادری، روحانی، آیزان^{۴۰}، شریر^{۴۱} و کامر^{۴۲} (۲۰۰۹) نیز تفاوت معنادار بین جنسیت و حرمت‌خود را نشان داده‌اند. در تبیین وجود تفاوت معنادار در میان مردان و زنان شاید بتوان گفت که مردان، به دلیل شرایط بدنی مقاوم‌تر (مؤلفه‌ای در ارزیابی مثبت بدنی)، در موقعیت‌های خانوادگی، اجتماعی و شغلی موفق‌تر عمل بوده‌اند (مک مولین و کرنی، ۲۰۰۴) و در نتیجه تشویق‌ها، تأییدها و توجهات مثبت‌تری را از فضاهای مذکور دریافت کرده‌اند. این موضوع باعث افزایش حرمت‌خود آنان در دیگر بخش‌های روانی و شرایط زندگی گشته و به‌نوبه خود، در افزایش خودمهارگری فکری، هیجانی و رفتاری آنان مؤثر واقع شده و یا با آن همراه شده است.

نتایج تحقیق حاضر تفاوت معناداری بین افراد مجرد و متأهل در زمینه ارتباط حرمت‌خود و خودمهارگری اسلامی را تأیید نکرد. پژوهش‌هایی که رابطه مذکور را با در نظر گرفتن متغیر تأهل بررسی نموده باشند به چشم نمی‌خورد و تحقیقات بیشتری در این زمینه نیاز است؛ اما بر اساس نتیجه پژوهش حاضر می‌توان این‌گونه توجیه نمود که حرمت‌خود در مراحل تحول و قبل از ورود فرد در نقش‌های ازدواج شکل می‌گیرد. به‌عبارت دیگر، سازه حرمت‌خود پیشینی است (اورث^{۴۳} و رایبیز^{۴۴}، ۲۰۱۴) و به تبع رابطه آن

38. McMullin, J.A.

41. Sharir, J.

43. Orth, U

39. Cairney, J.

42. Kumar, V.

44. Robins, R.W.

40. Aizan, H.

با خودمهارگری، قبل از تحقق متغیر تأهل شکل می‌گیرد؛ بنابراین طبیعی خواهد بود که متغیر تأهل نقش تأثیرگذاری در رابطه دو سازه مذکور نخواهد داشت. نتایج پژوهش حاضر را، به دلیل محدودیت جامعه آماری دانشجویان و عضویت آنان در یک نهاد خاص، نمی‌توان به جامعه‌های دیگر تعمیم داد. پیشنهاد می‌شود محققان ضمن اجرای پژوهش حاضر در جامعه‌های دیگر، رابطه متغیرهای مذکور را با متغیرهای متناسب بررسی کنند و کارآمدی بسته‌های آموزشی ارتقای حرمت خود برای افزایش خودمهارگری افراد در جامعه را به آزمون بگذارند.



منابع

- بنیانی، محمدرضا (۱۳۹۱)، ساخت مقیاس حرمت خود مبتنی بر منابع اسلامی، پایان نامه کارشناسی ارشد، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، گروه روان شناسی.
- جانباز، نوید (۱۳۹۲)، خودشناسی از دیدگاه اسلام و روان شناسی و ساخت آزمون آن با نگرش به منابع اسلامی، پایان نامه کارشناسی ارشد، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، گروه روان شناسی.
- الشریف الرضی، محمد بن حسین الطاهر (۱۳۷۹)، نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم: دفتر نشر الهادی، چاپ سوم.
- فتحی آشتیانی، علی (۱۳۹۰)، آزمون های روان شناختی، ارزشیابی شخصیت و سلامت روان، تهران: انتشارات بعثت، چاپ ششم.
- فرگوسن، جرج ا. و تاکانه، یوشیو، تحلیل آماری در روان شناسی و علوم تربیتی، ترجمه علی دلاور و سیامک نقشبندی (۱۳۸۹)، تهران: انتشارات ارسباران، چاپ هشتم.
- رفیعی هنر، حمید و جان بزرگی، مسعود (۱۳۸۹)، «رابطه جهت گیری مذهبی و خودمهارگری»، فصل نامه روان شناسی و دین، سال سوم، شماره ۹، ۳۱-۴۲.
- رفیعی هنر، حمید (۱۳۹۰)، ساخت مقیاس خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی، پایان نامه کارشناسی ارشد، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، گروه روان شناسی.
- رفیعی هنر، حمید، جان بزرگی، مسعود، پسندیده، عباس و رسول زاده طباطبایی، کاظم (۱۳۹۳)، «تیین سازه خودمهارگری بر اساس اندیشه اسلامی»، فصل نامه روان شناسی و دین، سال هفتم، شماره ۲۷، ۵-۲۶.
- Arslan, C. (2009), "Anger, Self-esteem, and Perceived Social Support in Adolescence", *Social Behavior and Personality*, 37 (4), 555-564.
- Ferrari, J.R., Stevens, E.B., Legler, R. and Jason, L.A. (2012), "Hope, self-esteem, and self-regulation: Positive characteristics among men and women in recovery", *Journal of Community Psychology*, 40 (3), 292-300.
- Hofer, J., Busch, H., and Kärtner, J. (2011), "Self-regulation and Well-being: The Influence of Identity and Motives", *European Journal of Personality*, 25, 211-224.
- Hofmann, W., and Fritz, S. (2009), "Impulse and Self-Control From a Dual-Systems", *Perspectives on Psychological Science*, 4 (2), 162-176
- Geyer, A.L., and Baumeister, R.F. (2005), "Religion, Morality, and Self-Control: Values, Virtues, and Vices. In R.F. Paloutzian, and C.Park (Eds.)", *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp412-434), New York: Guilford Press.
- McMullin, J.A. and Cairney, J. (2004), "Self-esteem and the intersection of age, class, and gender", *Journal of Aging Studies*, 18, 75 - 90.
- Magen, E. and Gross, J.J. (2010), "Getting Our Act Together: Toward a General Model of Self-Control, In R. Hassin, K. Ochsner, and Y. Trope (Eds.)", *Self Control in Society, Mind, and Brain* (pp. 335-353), New York: Oxford University Press.

- Matsumoto, D. (2009), *The Cambridge Dictionary of Psychology*, London: Cambridge University Press.
- Naderi, H., Rohani. A., Tengku Aizan, H., Sharir, J. and Kumar, V. (2009), "Self Esteem, Gender and Academic Achievement of Undergraduate Students", *American Journal of Scientific Research*, 3, 26-37.
- Orth, U. and Robins, R.W. (2014), "The Development of Self-Esteem", *Current Directions in Psychological Science*, 23 (5), 381-387.
- Peterson, C. and Seligman, M.P. (2004), *Character strengths and virtues: a handbook and classification*, Oxford: University Press, Published by American Psychological Association.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., and Boone, A.L. (2004), "High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success", *Journal of Personality*, 72 (2), 271-324
- Vohs, K.D. and Schmeichel, B.J. (2007), "Self-regulation: How and why people reach (and fail to reach) their goals. In C. Sedikides and S. J. Spencer (Eds.)", *Frontiers in social psychology: The self* (pp. 139-162), New York: Psychology Press.
- Williams, E. (2012), "Religious affect and self-esteem: An analysis among teenagers in Wales", *The Welsh Journal of Psychology*, 1 (1), 11-17.