

# بررسی رابطه پایبندی مذهبی و عزت نفس با شادکامی دانش آموزان سال سوم دوره

## متوسطه شهرستان بندرگز

فاطمه بادی<sup>۱</sup>، مهدی صالحی<sup>۲</sup>

۱. باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.
۲. باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران. (نویسنده مسئول)

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره دوم، شماره ششم، تابستان ۱۳۹۹، صفحات ۲۴-۱۳

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه پایبندی مذهبی و عزت نفس با شادکامی دانش آموزان سال سوم متوسطه در شهرستان بندرگز بوده است. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و از حیث هدف کاربردی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان پایه سوم متوسطه شهرستان بندرگز بوده که حجم نمونه از طریق جدول کرجسی مورگان برآورده شد که مقدار آن ۲۱۰ دانش آموزان به صورت روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای جهت انجام پژوهش به دست آمد. برای جمع‌آوری اطلاعات نیز از طریق پرسشنامه‌های پایبندی مذهبی جان بزرگی (۱۳۸۶) و عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) و همچنین شادکامی آکسفورد که توسط آرچی و لو (۱۹۸۹) تهیه شده است استفاده شد. روایی پرسشنامه با نظرخواهی از اساتید راهنما و مشاور و پایایی آن نیز توسط روش آلفای کرونباخ با ضریب ۰/۷۲ برای پایبندی مذهبی و ۰/۷۰ برای عزت نفس و ۰/۹۳ برای شادکامی مورد تأیید قرار گرفته است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS 20 استفاده شده است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که بین پایبندی مذهبی و شادکامی دانش آموزان سال سوم دوره متوسطه رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین عزت نفس و شادکامی دانش آموزان سال سوم دوره متوسطه رابطه معناداری وجود دارد، اما بین پایبندی مذهبی و عزت نفس دانش آموزان سال سوم دوره متوسطه رابطه معناداری وجود ندارد. میزان پایبندی مذهبی، عزت نفس و شادکامی بین دختران و پسران دانش آموز تفاوت معناداری وجود ندارد.

واژه‌های کلیدی: پایبندی مذهبی، عزت نفس، شادکامی.

## مقدمه

مذهب و معنویت یکی از مهم‌ترین عواملی است که به تجارب، رفتار و ارزش‌های انسان معنا و ساختار می‌بخشد. دین نظام اعتقادی سازمان‌یافته‌ای است که با مجموعه‌ای از آیین‌ها و اعمال تعریف‌شده، تعیین‌کننده شیوه پاسخ‌دهی افراد به تجارب زندگی است و دین‌داری، اهتمام دینی است به نحوی که نگرش، گرایش و کنش‌های فرد را متأثر سازد (قاسمی و اعتمادی، ۱۳۹۵). دین و مذهب یکی از اساسی‌ترین و مهم‌ترین نهادهایی است که جامعه بشری به خود دیده است به طوری که هیچ‌گاه بشر خارج از این پدیده زیست نکرده و دامن از آن برنکشیده است. ویل دورانت می‌نویسد دین به اندازه‌ای غنی و فراگیر و پیچیده است که جنبه‌های متفاوت و مختلف آن، برای دیدگاه‌ها و نگرش‌های مختلف به گونه‌ای جلوه می‌کند، به اعتقاد او آنچه مهم است این است که هیچ دوره‌ای در تاریخ بشری خالی از مذهب و اعتقادات دینی نبوده است؛ بنابراین مذهب واجد مؤلفه‌های مهمی برای سازش یافتگی انسان است. کسانی که ارزش‌های مذهبی را بر دیگر ارزش‌ها ترجیح می‌دهند از سلامت روان بیشتری برخوردارند (اکبری امرغان و عبدیوسفخانی، ۱۳۹۴). پابندی به ارزش‌ها و آموزه‌های دینی که مبتنی بر ویژگی‌ها و نیازهای فطری انسان است تأمین‌کننده آرامش، سلامت روان، بهزیستی و شادکامی دین‌داران خواهد بود. خدای متعال درباره‌ی اهل هدایت می‌فرماید: آنان کسانی هستند که ایمان آوردند و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن است، آگاه باشید که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد (سوره رعد، آیه ۲۸). اعتقادات دینی و مذهبی به انسان آرامش می‌دهد، امنیت فرد را تضمین می‌کند، خلأهای اخلاقی، عاطفی و معنوی را در فرد و اجتماعات استحکام داده و پایگاه محکمی برای انسان در برابر مشکلات و محرومیت‌های زندگی ایجاد می‌کند (اسدی نوقانی، امیدی و حاجی آقاجانی، ۱۳۸۴). در دو دهه‌ی اخیر رویکرد روان‌شناسی مثبت مورد توجه بسیاری از روان‌شناسان قرار گرفته است (سلیگمن، سکزنتیمیهایلی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). از مباحث مورد توجه در روان‌شناسی مثبت، مبحث شادی است که با واژه‌هایی همچون خوشحالی، شادکامی و نشاط هم‌معنا است. شادکامی یکی از هیجانات اساسی بشر است که افراد برای به وجود آوردن یک زندگی بارور و توأم با سلامت روانی و جسمی به آن نیاز مبرم دارند (نیرومند، ۱۳۹۲). برخی از پژوهشگران، شادکامی را در خوشبختی انسان‌ها دخیل می‌دانند (رایان و دسی، ۲۰۰۱؛ آرگیل و همکاران، ۱۹۸۹، به نقل از ثابت و لطفی کاشانی، ۱۳۸۹). لازاروس<sup>۲</sup> نظریه پرداز شناختی هیجان، شادکامی را به‌عنوان هیجانی تعریف کرده است که نتیجه‌ای است از به وجود آوردن پردازشی قابل استدلال در جهت فهم یک هدف افلاطون در کتاب جمهوری به سه عنصر در وجود انسان اشاره می‌کند که عبارتند از: قوه عقل یا استدلال، احساسات و امیال؛ او شادی را حالتی می‌داند که انسان بین این سه عنصر تعادل و هماهنگی برقرار کند. به عقیده ارسطو دست‌کم سه سطح شادمانی وجود دارد، در پایین‌ترین سطح عقیده مردم عادی است که شادمانی را معادل موفقیت می‌دانند و در سطح بالاتر از آن شادمانی مورد نظر ارسطو یا شادمانی ناشی از معنویت قرار می‌گیرد. روان‌شناسانی همچون آرگیل و همکاران (۱۹۹۵) اعتقاد دارند که شادکامی دارای

<sup>۱</sup>- Seligman, Scikszentimihaly

<sup>۲</sup>-Lazarus

سه مؤلفه اصلی است: میزان و درجه عاطفه مثبت یا شادی، فقدان احساسات منفی مانند افسردگی و اضطراب و سطح متوسطی از رضایتمندی طی یک دوره خاص از زندگی. بررسی‌ها نشان می‌دهد افرادی که از سطوح بالای شادکامی برخوردارند خوشنودی، رضایتمندی از زندگی و هیجان‌ات مثبت مثل شادی، نشاط، خوش‌بینی و فقدان هیجان‌ات ناخوشایند همچون غمگینی، خشم، افسردگی و اضطراب را بیشتر تجربه می‌نمایند (والیوس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۴). از طرفی شواهد حاکی از آن است که عزت نفس به‌عنوان یکی از عوامل روانی-اجتماعی تأثیر بسزایی در شادکامی افراد دارد، به‌طوری‌که برخی از پژوهشگران آن را جزء جدایی‌ناپذیر شادکامی می‌دانند. عزت نفس مؤلفه‌ی ارزیابی‌کننده‌ی خودپنداره و معرف گستره خود است که شامل جنبه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری است (ژانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵). عزت نفس نقش اساسی در سلامت روان افراد دارد و آنان را قادر به انجام بهتر تکالیف و مسئولیت‌های خود می‌کند. نوجوانانی که عزت نفس بالایی دارند، در مهارت‌های اجتماعی نظیر دوست‌یابی موفق‌ترند، بر رفتارهای خودکنترل بیشتری دارند و از زندگی بیشتر لذت می‌برند (قاسمی، ۱۳۹۱). عزت نفس پایین پیش‌بینی‌کننده‌ی بسیاری از رفتارهای منفی از جمله افسردگی، اختلالات خوردن است. به مفهوم دقیق کلمه، عزت نفس عبارت است از ارزشی که افراد برای خود قائل هستند و در تمامی فعالیت‌های روزمره به‌نوعی جلوه‌گر بوده و از مهم‌ترین تعیین‌کننده‌های ویژگی رفتار انسان به شمار می‌آید (لارنس و همکاران، ۲۰۰۶). عابدی و همکاران (۱۳۸۷) پژوهش مذکور تحت عنوان بررسی رابطه بین ابعاد مذهبی و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان بود که نشان داده بین ابعاد پابندی مذهبی با میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه رابطه معناداری وجود دارد. محمدصادق (۱۳۸۷) به این نتایج رسید: بین وسایل ارتباط جمعی، خانواده، مدرسه، عام‌گرایی و روحانیت محل و میزان دین‌داری جوانان رابطه معناداری وجود دارد. طهماسبی پور و همکارش (۱۳۸۵) نیز به این نتیجه دست‌یافت که بین بهداشت روانی و نگرش مذهبی رابطه وجود دارد. جان بزرگی و محمدی (۱۳۸۷) به این نتیجه رسید که هر چه جهت‌گیری دینی درونی‌تر می‌شود سلامت روانی بالاتر می‌رود و هر چه جهت‌گیری فرد در زمینه دینی بیرونی می‌شود، احساس خستگی و نشانه‌های بیماری در بدن بیشتر شده و میزان بی‌خوابی فرد بیشتر می‌شود. احساس افسردگی و گرایش به خودکشی نیز بیشتر می‌شود. لهسایی زاده و همکاران (۱۳۸۵) نشان دادند که ضریب همبستگی به‌دست‌آمده برای جهت‌گیری درونی با سلامت روان مهاجران برابر با ۰/۷۹٪ و برای جهت‌گیری دینی بیرونی ۰/۷۵ می‌باشد. سراج زاده (۱۳۸۸) نیز نشان داد که نشانگر التزام دینی نسبتاً بالای دانش‌آموزان مورد مطالعه است، به‌طوری‌که دین داری ۴/۲ درصد پایین، ۴۵/۸ درصد متوسط و ۵۰ درصد بالا می‌باشد. همچنین در جامعه‌ایران به‌رغم کشورهای غربی، گرایش دینی طبقات پایین، قوی‌تر از طبقات بالاست.

جعفری و همکاران (۱۳۸۶) در پژوهش خود نتایج نشان دادند بین کارآیی خانواده، ودینداری و سلامت روان دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد؛ اما بین این رابطه در دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود نداشت.

1- Valois

2- Zhang

پژوهش پور شافعی (۱۳۷۰) بر روی دانش آموزان شهرستان ناین نشان داد که بین میزان عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد. بیابانگرد (۱۳۷۶) در تحقیقات خود دریافتند که جامعه‌ای که افراد آن از احساس ارزشمندی و عزت نفس بالایی برخوردار باشند در مقابل انواع مشکلات و مسائل زندگی فشارهای روانی، تهدیدات و حوادث ناگوار طبیعی مثل، سیل، زلزله و... مقاومت و پایدار خواهند بود؛ که این امر شکوفایی استعدادها، نهفته خلاقیت و پیشرفت‌های فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و... به دنبال خواهد داشت. در مورد نقش مذهب بر عزت نفس، راثی (۱۳۸۴) در تحقیق خود نشان داد که بین گرایش دینی و عزت نفس رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. مجدیان (۱۳۸۳) بیان کرده است که بین سه متغیر نگرش مذهبی، عزت نفس و منبع کنترل رابطه معناداری وجود دارد. پژوهش‌های راثی (۱۳۸۴) و مجدیان (۱۳۸۳) نیز بیانگر رابطه مثبت نگرش مذهبی با عزت نفس بوده است. قمری (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان: "بررسی رابطه دین داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه دو تهران" به این نتایج دست یافت: بین دین داری و میزان شادمانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. میزان دین داری افراد مؤنث از افراد مذکر بیشتر است. دیزوتر و همکاران (۲۰۰۶، ریاحی و همکاران، ۱۳۸۷) نیز که به بررسی نگرش و رفتارهای مذهبی در رابطه با سلامت روان پرداخته بودند، به این نتیجه رسیده بودند که جهت گیری دینی رویکردهای شناختی- مذهب (نگرش مذهبی) رابطه ی معناداری با وضعیت آسایش و سلامت افراد داشتند. درحالی که بین مناسک مذهبی با سلامتی رابطه معناداری مشاهده نشد. مطالعات میث (۱۹۹۳؛ به نقل از گلزاری، ۱۳۸۹) نشان داده اند اعتقادات شخصی و درگیری در جوامع مذهبی، منابع مهم مقابله با وقایع آسیب‌زا هستند. و رابطه مثبت بین دین داری و سلامتی وجود دارد. کیم و دیگران (۲۰۰۴؛ به نقل از البرزیف، ۱۳۸۳) به این نتیجه رسیدن که دین با هیجان‌ات مثبت مانند خوش خلقی، مهربانی، اعتماد به نفس، توجه و آرامش رابطه مثبت دارد. تحقیقات مختلف نشان داده است افرادی که در فعالیت‌های مذهبی درگیر هستند، سلامت ذهنی نسبتاً بالا، افسردگی نسبتاً کمتر و زندگی نسبتاً طولانی تری از هم‌تایان کمتر مذهبی شان دارند. فرنچ<sup>۱</sup> و جوزف<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که بین مذهبی بودن و شادکامی همبستگی مثبت وجود دارد. کوهن<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسید که سازگاری مذهبی، حمایت اجتماعی، هویت مذهبی، معنویت، اعمال مذهبی و باورهای مذهبی با شادکامی همبستگی مثبت دارند.

فرانسیس<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۰۰) طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که حضور در کلیسا، تعهد مذهبی، معنویت، کسب رضایت از طریق فعالیت‌های کلیسا، باورهای مذهبی و نگرش نسبت به آیین مسیحیت به طور مثبت با شادکامی در ارتباط است. همچنین افرادی (نوجوان، جوان و مسن) که خود را مذهبی می دانند نسبت به افراد غیر مذهبی شادترند. جنسن (۱۹۹۳) نیز با تحقیق بر روی ۳۸۳۵ دانشجو بیان داشته است که افزایش اعتقادات مذهبی با احترام به نفس و بالندگی هیجانی رابطه مثبت دارد.

1 -French

2 -Joseph

3 -Cohen

4 -Fransis

فرنج و وارگو (۱۹۷۲، نقل از بیابانگرد، ۱۳۷۶) در تحقیقاتشان که درباره عزت نفس انجام داده اند به این نتیجه رسیدند که عزت نفس در مقابل اضطراب و فشار روانی به عنوان یک سپر فرهنگی عمل می کند. دنو<sup>۱</sup> و کوپر<sup>۲</sup> (۱۹۹۸) طی مطالعه ای به این نتیجه رسیدند که عزت نفس یکی از قوی ترین پیش بینی کننده های شادکامی است، عزت نفس نیز در شادکامی مؤثر است. در این زمینه داینر و داینر (۱۹۹۵) طی مطالعه ای به این نتیجه دست یافت که بین عزت نفس و شادکامی همبستگی مثبت وجود دارد. لیومیرسکی و همکاران (۲۰۰۶) نیز طی مطالعه ای با عنوان تفاوت بین عزت نفس و شادکامی به این نتیجه رسیدند که بین عزت نفس و شادکامی رابطه بالایی وجود دارد. با توجه به موارد مطرح شده به طور خلاصه می توان گفت که اگر مدارس و خانواده ها در جهت آگاهی مذهبی فرزندان به نحو احسن اقدام نمایند و نیز در مذهبی بار آوردن فرزندان خود کاستی هایی داشته باشند این امر دارای پیامدهای روانی و اجتماعی در جامعه خواهد بود که برخی از آن ها را در حال حاضر مشاهده می کنیم که عبارت اند از؛ شکاف نسلی، عدم اعتماد به نفس، روی آوری فرزندان به فرهنگ و آداب رسوم غیر اسلامی و اکثراً غربی، گسترش ناهنجاری های اخلاقی و نداشتن شادابی و شادکامی فردی و... می باشد. لذا با بررسی این موضوع و شناسایی نقش خانه و مدرسه در افزایش پابندی مذهبی دانش آموزان و نیز تأثیر آن با عزت نفس آن ها و در نهایت بررسی وضعیت شادکامی دانش آموزان و تأثیر این دو عامل بر آن می توان راهکارهای مناسبی در راستا ارائه نمود. این تحقیق با توجه به این که سه متغیر را با هم بررسی قرار می دهد جدید بوده و می تواند نواقص تحقیقات پیشین را تحت پوشش قرار دارد بر این اساس با توجه به اهمیت موضوع پابندی مذهبی و عزت نفس با شادکامی دانش آموزان مسئله اصلی تحقیق حاضر این است که آیا بین پابندی مذهبی و عزت نفس با شادکامی دانش آموزان سوم دوره متوسطه شهرستان بندرگز رابطه معناداری وجود دارد؟ پاسخگویی علمی به این مسئله هدف اصلی تحقیق است.

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و از حیث هدف کاربردی است. جامعه ی آماری این پژوهش عبارت است از ۴۶۰ نفر از دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان بندرگز که ۲۵۲ نفر از آنان پسر و ۲۰۸ نفر دختر است. روش نمونه گیری در این مطالعه تصادفی خوشه ای بوده که از طریق جدول نمونه گیری مورگان ۲۱۰ نفر به عنوان حجم نمونه تعیین گردیده است که به ترتیب برای دختران ۱۰۵ نفر و برای پسران ۱۰۵ نفر در نظر گرفته شده است. ابزار گردآوری داده ها شامل سه پرسشنامه پابندی مذهبی جان بزرگی (۱۳۸۶) و عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) و همچنین شادکامی آکسفورد که توسط آرجی و لو (۱۹۸۹) تهیه شده است استفاده شد. روایی پرسشنامه های مذکور توسط تعدادی از اساتید بررسی و مورد تأیید واقع شد و برای سنجش پایایی پرسشنامه ها از طریق ضریب آلفای کرونباخ مورد محاسبه قرار گرفت که برای پابندی مذهبی ۰/۷۲ و عزت نفس ۰/۷۰ و برای شادکامی ۰/۹۳ به دست آمد. در نهایت با استفاده از نرم افزار SPSS به تجزیه و تحلیل توصیفی و استنباطی داده ها پرداخته شد.

<sup>۱</sup> -Deneve

<sup>۲</sup> -Cooper

## یافته‌ها

پس از گردآوری داده‌های خام و استخراج آن‌ها، به منظور تجزیه و تحلیل این اطلاعات از ضریب همبستگی پیرسون برای آزمون فرضیات استفاده شد.

فرضیه اول: بین پایبندی مذهبی و شادکامی دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه معناداری وجود دارد. آزمون فرضیه فرعی اول: طبق یافته‌های جدول ۱، میزان ضریب همبستگی بین متغیر مستقل (پایبندی مذهبی) و متغیر وابسته (شادکامی) با استفاده از آزمون پیرسون ۰/۳۴۱ بوده است. با توجه به سطح معنی‌داری  $\text{Sig}=0/008$  و این مقدار کمتر از  $(\alpha = 5\%)$  یعنی  $(\text{sig} < \alpha)$  می‌توان نتیجه گرفت که در سطح اطمینان ۹۵ درصد بین پایبندی مذهبی و شادکامی دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد. این امر بیانگر آن است که هرچه پایبندی مذهبی افزایش یابد شادکامی هم افزایش می‌یابد.

جدول ۱. ضریب همبستگی پیرسون بین پایبندی مذهبی و شادکامی

متغیر	متغیر	ضریب همبستگی (R)	سطح خطا ( $\alpha$ )	سطح معنی‌داری (sig)
پایبندی مذهبی	شادکامی	۰/۳۴۱	۰/۰۵	۰/۰۰۸

فرضیه دوم: بین عزت نفس و شادکامی دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه معنی‌داری وجود دارد. آزمون فرضیه فرعی دوم: طبق یافته‌های جدول ۲، میزان ضریب همبستگی بین متغیر مستقل (عزت نفس) و متغیر وابسته (شادکامی) با استفاده از آزمون پیرسون ۰/۴۰۷ بوده است. با توجه به سطح معنی‌داری  $\text{Sig}=0/000$  و این مقدار کمتر از  $(\alpha = 5\%)$  یعنی  $(\text{sig} < \alpha)$  می‌توان نتیجه گرفت که در سطح اطمینان ۹۵ درصد بین پایبندی مذهبی و شادکامی دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد. این امر بیانگر آن است که هرچه عزت نفس افزایش یابد و شادکامی هم افزایش می‌یابد.

جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون بین عزت نفس و شادکامی

متغیر	متغیر	ضریب همبستگی (R)	سطح خطا ( $\alpha$ )	سطح معنی‌داری (sig)
عزت نفس	شادکامی	۰/۶۲۱	۰/۰۵	۰/۰۰۰

فرضیه سوم: بین پایبندی مذهبی و عزت نفس دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه معناداری وجود دارد. آزمون فرضیه فرعی اول: طبق یافته‌های جدول ۳، میزان ضریب همبستگی بین متغیر مستقل (پایبندی مذهبی) و متغیر وابسته (عزت نفس) با استفاده از آزمون پیرسون ۰/۱۱ بوده است. با توجه به سطح معنی‌داری  $\text{Sig}=0/141$  و این مقدار بیشتر از  $(\alpha = 5\%)$  یعنی  $(\text{sig} > \alpha)$  می‌توان نتیجه گرفت که در سطح اطمینان ۹۵ درصد بین پایبندی مذهبی و عزت نفس دانش‌آموزان سوم متوسطه رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود ندارد.

جدول ۳. ضریب همبستگی پیرسون بین پایبندی مذهبی و شادکامی

متغیر	متغیر	ضریب همبستگی (R)	سطح خطا ( $\alpha$ )	سطح معنی داری (sig)
پایبندی مذهبی	عزت نفس	۰/۱۱	۰/۰۵	۰/۱۴۱

فرضیه چهارم: بین عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.

برای آزمون عزت نفس دانش آموزان برحسب جنسیت از آزمون تفاوت میانگین ها (t-test) استفاده می کنیم. در این آزمون جنسیت دارای دو سطح دختر و پسر است.

جدول ۴. نتایج آزمون t برای مقایسه دو گروه (دختر و پسر) در متغیر عزت نفس

آزمون تی برای همسانی میانگین ها						آزمون لوین برای همسانی واریانس ها		عزت نفس	
فاصله اطمینان ۹۵ درصد		خطای انحراف معیار	خطای میانگین	سطح معناداری آزمون دو دامنه ای	درجه آزادی	T	سطح معناداری		F
حد بالا	حد پایین								
۰/۴۸۶۶۳	-۰/۲۷۵۹۷	۰/۱۹۲۱۴	۰/۱۰۵۳۳	۰/۵۴۸	۹۸	۰/۵۴۸	۰/۹۸۶	۰/۰۰۴	فرض برابری واریانس ها
۰/۵۴۴۴۷	-۰/۳۳۳۸۰	۰/۱۹۹۳۱	۰/۱۰۵۳۳	۰/۶۰۸	۱۰/۹۰۸	۰/۵۲۸			فرض نابرابری واریانس ها

با توجه نتایج به دست آمده از جدول ۴ آزمون یکنواختی واریانس (levens-test) با مقدار ( $F=0/004$ ) و سطح معنی داری آن ( $sig=0/986$ ) و چون که  $sig > 0/05$  بیانگر این مطلب است واریانس نمونه ها در این تحقیق با یکدیگر برابرند؛ و همچنین در سطح معنی داری  $Sig=0/585$  و چون این مقدار بیشتر از ( $\alpha = 5\%$ ) یعنی ( $sig > \alpha$ ) می توان دریافت که فرض  $H_0$  تأیید شده و فرض  $H_1$  یا فرضیه تحقیق مورد تأیید قرار نگرفته است؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد.

فرضیه پنجم: بین پایبندی مذهبی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.

جدول ۵. نتایج آزمون t برای مقایسه دو گروه (دختر و پسر) در متغیر پایبندی مذهبی

فاصله اطمینان ۹۵ درصد		خطای انحراف معیار	خطای میانگین	سطح معناداری آزمون دو دامنه‌ای	درجه آزادی	T	آزمون لوین برای همسانی واریانس‌ها		پایبندی مذهبی
							سطح معناداری	F	
حد بالا	حد پایین								فرض برابری واریانس‌ها
۰/۲۱۲۴۲	-۰/۱۴۱۳۱	۰/۰۸۹۱۳	۰/۰۳۵۵۶	۰/۶۹۱	۹۸	۰/۳۹۹	۰/۰۹۸	۲/۷۹۴	فرض نابرابری واریانس‌ها
۰/۱۷۶۰۵	-۰/۱۰۴۹۴	۰/۰۶۵۴۲	۰/۰۳۵۵۶	۰/۵۹۵	۱۳/۸۱۷	۰/۵۴۳			فرض نابرابری واریانس‌ها

با توجه نتایج به دست آمده از جدول ۵ آزمون یکنواختی واریانس (levens-test) با مقدار (F=2/794) و سطح معنی داری آن (sig=۰/۰۹۸) بیانگر این مطلب است واریانس نمونه‌ها در این تحقیق با یکدیگر برابرند؛ بنابراین با توجه به اثبات برابری واریانس‌ها داده‌ها به دست آمده در ردیف برابری واریانس معناداری آن نشان می‌دهد. سطح معنی داری Sig=0/691 و چون این مقدار بیشتر از (  $\alpha = 5\%$  ) یعنی (sig >  $\alpha$ ) می‌توان دریافت که فرض H<sub>0</sub> تأیید شده و فرض H<sub>1</sub> یا فرضیه تحقیق مورد تأیید قرار نگرفته است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین پایبندی مذهبی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد.

فرضیه ششم: بین شادکامی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.

جدول ۶. نتایج آزمون  $t$  برای مقایسه دو گروه (دختر و پسر) در متغیر شادکامی

فاصله اطمینان ۹۵ درصد		خطای انحراف معیار	خطای میانگین	سطح معناداری آزمون دو دامنه‌ای	درجه آزادی	T	سطح معناداری	F	شادکامی
حد بالا	حد پایین								
۰/۶۲۸۰۸	-۰/۶۰۱۸۶	۰/۳۰۹۸۹	۰/۰۱۳۱۱	۰/۹۶۶	۹۸	۰/۰۴۲	۰/۶۵۰	۰/۲۰۷	فرض برابری واریانس‌ها
۰/۷۱۲۸۲	-۰/۶۸۶۵۹	۰/۳۱۷۷۸	۰/۰۱۳۱۱	۰/۹۶۸	۱۰/۹۶۵	۰/۰۴۱			فرض نابرابری واریانس‌ها

با توجه نتایج به دست آمده از جدول ۶ آزمون یکنواختی واریانس (levens-test) با مقدار ( $F=0/207$ ) و سطح معنی داری آن ( $Sig=0/650$ ) بیانگر این مطلب است واریانس نمونه‌ها در این تحقیق با یکدیگر برابرند؛ بنابراین با توجه به اثبات برابری واریانس‌ها داده‌ها به دست آمده در ردیف برابری واریانس معناداری آن نشان می‌دهد. سطح معنی داری  $Sig=0/966$  و چون این مقدار بیشتر از ( $\alpha = 5\%$ ) یعنی ( $sig > \alpha$ ) می‌توان دریافت که فرض  $H_0$  تأیید شده و فرض  $H_1$  یا فرضیه تحقیق مورد تأیید قرار نگرفته است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین شادکامی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

بین میزان پایبندی مذهبی و شادکامی رابطه معنادار وجود دارد.

نتایج تجزیه و تحلیل حاکی از معنی دار بودن تفاوت بین دو گروه است. ضریب همبستگی  $0/34$  بین پایبندی و شادکامی در سطح معناداری ( $p < 0/05$ ) می‌باشد فرضیه تحقیق تأیید می‌شود. این نتیجه را می‌دهد که بین این دو متغیر همبستگی وجود دارد؛ بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که بین پایبندی مذهبی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و هرچه میزان پایبندی مذهبی برای دانش آموزان بیشتر باشد باعث افزایش شادکامی آنان می‌شود. این نتایج با تحقیقات عابدی و همکاران (۱۳۸۷)، لهسایی (۱۳۸۵)، دیزوتر (۲۰۰۶)، فرنچ و جوزف (۱۹۹۹)، مایرز (۲۰۰۰) و قمری (۱۳۸۹) همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت: باور داشتن و عمل به رهنمودهای دینی و پایبندی به متغیرهای مذهبی و دینی از مهم‌ترین عوامل پدید آورنده احساس شادکامی است. با استناد به آیات شریفه " آگاه باشید که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد (رعد: ۲۸) " و " هر که از هدایت من پیروی کند، هرگز بیمناک و اندوهگین نخواهد شد (بقره ۳۸) " و آیات مشابه دیگر و حدیث امام علی علیه السلام که فرمود: یاد خدا موجب

شادمانی هر متقی و لذت هر اهل یقینی است. می توان گفت یکی از پیامدهای ایمان به خدا متعال، آرامش درون و شادکامی مومنان است. البته با توجه به شدت و ضعف ایمان در افراد، مراتب این آرامش نیز متفاوت است. بین عزت نفس و شادکامی رابطه معنادار وجود دارد.

همچنین نتایج بررسی و آزمون فرضیه دوم تحقیق نیز نشان می دهد که؛ ضریب همبستگی  $0/62$  بین عزت نفس و شادکامی در سطح  $0/05$  معنادار است و این نتیجه را می دهد که بین این دو متغیر همبستگی وجود دارد؛ بنابراین با  $95$  درصد اطمینان می توان نتیجه گرفت که بین عزت نفس و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و هر چه میزان عزت نفس برای دانش آموزان بیشتر باشد باعث افزایش میزان شادکامی آنان می شود. این نتیجه با یافته های تحقیقات بیابانگرد (۱۳۷۶)، خورشیدی (۱۳۸۹) و جان بزرگی (۱۳۸۶)، کیم و دیگران (۲۰۰۴)، دنو و کوپر (۱۹۹۸) همخوان است. بین پایبندی مذهبی و عزت نفس رابطه معنادار وجود دارد.

با توجه به آزمون فرضیه سوم مشخص گردید که؛ ضریب همبستگی  $0/11$  بین پایبندی مذهبی و عزت نفس در سطح  $0/05$  معنادار است و این نتیجه را می دهد که بین این دو متغیر همبستگی وجود ندارد؛ بنابراین با  $95$  درصد اطمینان می توان نتیجه گرفت که بین پایبندی مذهبی و عزت نفس دانش آموزان رابطه مثبت و معنادار وجود ندارد. این نتیجه با یافته های تحقیقات راثی (۱۳۸۴)، مجدیان (۱۳۸۳)، جنسن (۱۹۹۳)، کیم (۲۰۰۴) همخوانی ندارد. میزان پایبندی مذهبی در دختران و پسران دانش آموز متفاوت است.

نتایج بررسی و آزمون فرضیه چهارم مشخص گردید که؛ چون در سطح معنی داری  $0/69$  است و این مقدار بیشتر از  $0/05$  است می توان دریافت که فرض تحقیق مورد تأیید قرار ننگرفته است؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین پایبندی مذهبی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد. این نتیجه با یافته های سراج زاده (۱۳۸۸)، جعفری (۱۳۸۶) همخوانی دارد. میزان عزت نفس در دختران و پسران دانش آموز متفاوت است.

نتایج بررسی ها نشان می دهد در آزمون فرضیه پنجم مشخص گردید که؛ چون در سطح معنی داری  $0/58$  است و این مقدار بیشتر از  $0/05$  است می توان دریافت که فرض تحقیق مورد تأیید قرار ننگرفته است؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد. این نتیجه با یافته به پژوه (۱۳۸۹) و با یافته پور شافعی (۱۳۷۰) مغایرت دارد.

میزان شادکامی در دانش آموزان دختر و پسر متفاوت است.

نتایج بررسی ها نشان می دهد در آزمون فرضیه ششم مشخص گردید که؛ چون در سطح معنی داری  $0/96$  است و این مقدار بیشتر از  $0/05$  است می توان دریافت که فرض تحقیق مورد تأیید قرار ننگرفته است؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین شادکامی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد. با یافته قمری (۱۳۸۹) همخوانی دارد.

با توجه به یافته های تحقیق که مشخص گردید بین مذهب و شادکامی رابطه معنی داری وجود دارد بنابراین پیشنهاد می گردد که به امر پایبندی به مذهب و تربیت دینی دانش آموزان توجه بیشتری نمود و در خصوص شادی و چگونگی ایجاد اوقات شاد و فرحبخش برای آنان توسط والدین و اولیای مدرسه اقدامات لازم صورت گیرد. ایجاد محیط شاد در خانه و مدرسه می تواند مهم ترین راهکار در این خصوص باشد.

توجه به امر تربیت دینی و همچنین محیط شاداب در خانه و مدرسه باعث تربیت دانش آموزانی معنوی و موفق خواهد شد. همانگونه که نتایج پژوهش ها نشان داده است. بین پایبندی به مذهب و شادکامی و عزت نفس بالا ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. به طوری که احتمالاً میتوان گفت افرادی که به مذهب تعهد بالایی دارند از شادکامی بیشتری برخوردارند. به علاوه می توان پیشنهاد کرد افرادی که شادکامی کمتری را تجربه می کنند می توانند با رجوع به دین و معنویات شادکامی بیشتری کسب کنند. باور داشتن و عمل به باورهای دینی از مهم ترین عوامل پیش بینی کننده احساس شادکامی است. لذا به متولیان امر آموزش کشور به منظور اینکه دانش آموزان شادکام تری را تربیت کنند، پیشنهاد می شود که همسو با برنامه های آموزشی خود برنامه های دینی و معنوی را نیز در برنامه های خود بگنجانند.

#### منابع

- اسدی نوقانی، احمد علی؛ امید، شیماء؛ حاجی آقاجانی، سعید (۱۳۸۴). روان پرستاری، تهران: بشری: ۷۴۳.
- اکبری امرغان، حسین و عبدیوسفخانی، زینت (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین پایبندی مذهبی و رضایت از زندگی، فصلنامه علمی-پژوهشی پژوهشنامه تربیتی، سال دهم، شماره ۴۳، صص ۴۸-۳۷.
- بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۶). روش های ایجاد عزت نفس در کودکان و نوجوانان. تهران: انجمن اولیا و مربیان.
- پورشافعی، احمد (۱۳۷۰). بررسی رابطه عزت نفس با پیشرفت تحصیلی، پایان نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشکده روانشناسی دانشگاه تربیت معلم تهران.
- ثابت، مهرداد و لطفی کاشانی، فرح (۱۳۸۹). هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد، فصلنامه اندیشه و رفتار، ۱۵ و ۱۸-۷۰.
- جعفری، اصغر؛ صدری، جمشید؛ فتحی اقدم، قربان (۱۳۸۶). رابطه بین کارایی خانواده و دینداری و سلامت روان در دانشجویان و مقایسه آن بین گروه های دختر و پسر. نشریه پژوهش های مشاوره، دوره ۶، شماره ۲۲، صص ۱۰۷-۱۱۵.
- راثی، مهدی (۱۳۸۲). بررسی رابطه گرایش دینی با عزت نفس و خودکارآمدی در بین دانش آموزان سال دوم دبیرستان شهر تبریز در سال تحصیلی ۸۱-۸۰. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشگاه تبریز.
- سراج زاده، سید حسین (۱۳۸۸). مقایسه تجربی سنجش های دین داری: دلالت های روش شناسانه کاربرد سه سنجش در یک جمعیت. جامعه شناسی ایران، ۸(۴)، ۷۰-۳۷.
- سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس؛ حجازی، الهه (۱۳۸۷). روش های تحقیق در علوم رفتاری، انتشارات آگاه.
- طهماسبی پور، نجف و کمانگری، مرتضی (۱۳۸۵). بررسی ارتباط نگرش مذهبی با میزان افسردگی و سلامت روان، فصلنامه تعلیم و تربیت.

- عابدی، احمد وشواخی، علیرضا و تاجی، مریم (۱۳۸۷). رابطه بین ابعاد دین‌داری با شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان. نشریه مطالعات اسلام و روانشناسی، شماره ۲، ۴۵-۵۸.
- علی محمدی، کاظم و جان بزرگی، مسعود (۱۳۸۷). بررسی رابطه میان شادکامی باجهت‌گیری مذهبی و شادکامی روانشناختی و افسردگی در دانش‌پژوهان موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی قم در سال تحصیلی ۸۶-۱۳۸۵، فصلنامه روان‌شناسی در تعامل با دین، سال اول، شماره دوم، ۱۳۱-۱۴۶.
- قاسمی، سیمین و اعتمادی، عذرا (۱۳۹۵). رابطه بین پایبندی مذهبی و بخشش با کیفیت روابط زوجین و خانواده همسر در زنان، مجله روان‌شناسی و دین، سال نهم، شماره دوم، بیابنی ۳۴، ص ۹۷-۱۰۹.
- قدم پور، عزت‌اله؛ خلیلی گشنیگانی، زهرا؛ چهری، پرستو (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و عزت‌نفس با شادکامی دانشجویان دختر دانشگاه لرستان، هفتمین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، شرکت همایشگران مهر اشراق.
- قمری، محمد (۱۳۸۹). بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان. روانشناسی و دین، سال سوم، شماره سوم، ۹۲-۷۵.
- مجدیان، محمد (۱۳۸۳). بررسی نگرش مذهبی دانشجویان ورودی به دانشگاه تربیت معلم و رابطه آن با عزت‌نفس و منبع کنترل در سال تحصیلی ۷۹-۸۰، پایان‌نامه کارشناسی ارشد.
- محمدصادق، مهدی (۱۳۸۷). سنجش دینداری جوانان و عوامل مؤثر بر آن (دانش‌آموزان سال سوم و پیش‌دانشگاهی شیراز)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه شهید بهشتی.
- قاسمی، محمد (۱۳۹۱). نقش واسطه‌گری شادکامی در ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان پسر پایه اول متوسطه شهر نورآباد، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- لهسایی‌زاده، عبدالعلی؛ آذرگون، زهره و مرادی، گلرمد (۱۳۸۵). بررسی جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی مهاجران براساس مدل آلپورت و راس: نمونه مورد مطالعه قصرشیرین، مجله علوم اجتماعی، سال سوم شماره ۲، ۱۴۹-۱۶۹.
- نیمند، حسین (۱۳۹۲). رابطه سبک‌های دلبستگی و شادکامی با واسطه‌گری سبک‌های پردازش هویت، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز، ۱۳۹۲.
- Denny, G., Steiner, Hans. (2009). External and Internal factors Influencing Happiness Collegiate Athletes. *Child Psychology and Human Development*, 40, 1.
- Lawrence, J. Ashford, K. Dent, P. (2006). Gender differences in coping strategies of undergraduate students and their impact on self-esteem and attainment. *Learning in Higher Education*, 7(3):81-273.
- Lyubomirsky, S. Tkach, Chris, Dimatteo, M. R. (2006). What are the difference between happiness & self-esteem-?. *Social Indicators Research*, 78: 363-404.
- Seligman, M., Csikszentmihaly, M. (2001). Positive Psychology. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S. (2004). Drane JW Physical activity behaviors and perceived life satisfaction among public high school adolescents. *J Sch Health*, 74, 59-65.
- Zhang, L., W. (2005). Prediction of Chinese life satisfaction: Contribution of collective self-esteem. *International Journal of Psychology*, 40 (3), 189-200.