

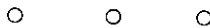
## رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود

دکتر هادی بهرامی احسان\*

### چکیده

به منظور بررسی «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود»، ۶۰ دانشجو از دانشگاه تهران انتخاب شدند. برای بررسی متغیرهای جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود، مقیاس جهت‌گیری مذهبی (بهرامی احسان، ۱۳۷۸)، سیاهه حالت - رگه اضطراب، (اشپیلبرگر، ۱۹۸۱) و سیاهه حرمت خود (کوپراسمیت، ۱۹۶۷) مورد استفاده قرار گرفت. نتایج به دست آمده از اجرای آزمونهای فوق نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی دارای رابطه‌ای مثبت با حرمت خود ( $T=0/387$  و  $p < 0/003$ ) و نیز واجد همبستگی منفی با هر دو جنبه حالت و رگه اضطراب است. تحلیل داده نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی دارای همبستگی منفی با حالت اضطراب ( $T=0/398$  و  $p < 0/001$ ) بوده و نیز مقدار همبستگی با رگه اضطراب ( $T=-0/414$  و  $p < 0/001$ ) است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مذهب قادر است تا نقشی درون روانی در تأمین سلامتی ایفا کند. چارچوب‌های مرجع مذهبی قادرند تا نظیر مکانیزمهای مقابله‌ای، حرمت خود و اضطراب را اداره کنند.

کلید واژه‌ها: جهت‌گیری مذهبی، اضطراب، حرمت خود.



## مقدمه

پژوهش‌های اخیر در حوزه روانشناسی مذهب، شواهد روزافزونی از رابطه بین سلامت روانی<sup>۱</sup> و بهزیستی<sup>۲</sup> روانشناختی با مذهب را آشکار ساخته است. اینگل هارت (۱۹۹۰) در مطالعه‌ی گسترده‌ی که بر ۱۶۰۰۰ نفر از ۱۴ کشور اروپایی انجام شد، نشان داد که ۸۵ درصد از افرادی که حداقل هفته‌ای یکبار به کلیسا می‌روند بسیار بیشتر از ۷۷ درصد افرادی که هرگز به کلیسا نمی‌روند، از زندگی خود راضی‌اند. همچنین وایترو و همکاران (۱۹۸۵) با انجام فراتحلیل<sup>۳</sup> بر ۵۶ مطالعه که رابطه بین مذهب و شادکامی<sup>۴</sup> را بررسی کرده بودند، نتایج جالبی به دست آوردند. در نتایج آنها با توجه به ۱۶٪ انحراف معیار به دست آمده، همه پژوهش‌ها اثر مثبتی را آشکار ساختند. اثرات نیرومندتر برای نمونه‌هائی با سن بالاتر آشکارتر از نمونه‌هائی با سن کمتر بود و همچنین فعالیت‌های مذهبی بیش از گرایش‌های دینی خود را نشان دادند (به نقل از هالامی و آرجیل، ۱۹۹۷).

علاوه بر مطالعات انجام شده در حوزه بهزیستی روانشناختی، پژوهش‌های انجام شده در حوزه سلامت روانی نیز نتایج قابل توجهی را در اختیار قرار داده‌اند. صرفنظر از برخی نتایج ضد و نقیض که به تعبیر برگین (۱۹۸۳) ضرورت بازنگری در روش‌های ارزشیابی مذهبی را مسجل می‌سازد، غالباً نتایج پژوهش‌ها حکایت از اثر مثبت مذهب بر سلامت روانی دارد. در پژوهشی که ایدلر (۱۹۸۴) به انجام رساند، رابطه معنی‌داری بین رفتن به کلیسا در مردان و زنان و نیز افسردگی وجود دارد. رفتن به کلیسا به شکل معنی‌داری میزان افسردگی را کاهش می‌دهد. حتی راز و نیاز کردن با خدا در خلوت نیز دارای نتایج مشابهی است. این در حالی است که برخی دیگر از پژوهش‌ها نظیر تحقیق شوماخر (۱۹۹۱) با مطالعه افراد غیر مذهبی، نتایجی عکس به دست داده‌اند. در این پژوهش نشان داده شد، افرادی که غیر مذهبی بوده‌اند، از وضعیت سلامت روانی ضعیفی نیز برخوردار بوده‌اند.

همچنین برخی پژوهش‌ها نظیر پارک، کهن و هرب (۱۹۹۰) نشان داده‌اند که مذهب می‌تواند نقشی تعدیل‌کننده در اثرگذاری بر موقعیت‌های استرس‌آمیز داشته باشد. وی گزارش کرده است که جهت‌گیری مذهبی درونی<sup>۵</sup> اثرات رویدادهای غیرقابل مهار را کاهش داده و نتایج خود را در کاهش مقدار اضطراب، افسردگی آشکار می‌سازد. همچنین میتون (۱۹۸۹) در گزارش پژوهشی خود نشان داده است که «حمایت معنوی» ناشی از احساس ارتباط با خدا، اثرات موقعیتهای

ضربه آمیز اساسی مثل مرگ فرزند را کاهش داده و به صورت مثبتی بر افسردگی، میزان سازگاری<sup>۷</sup> و حرمت خود<sup>۸</sup> اثر می‌گذارد. جالب اینجاست که میتون در تحقیق خود رابطه‌ای در این زمینه‌ها با رفتارهای مذهبی مبتنی بر عادت و یا افراطی‌گرایی مذهبی نیافت.

در ایران نیز اخیراً استقبال گسترده‌ای درخصوص بررسی ابعاد، ویژگیها و پیامدهای روانشناختی مذهب پدید آمده است و نتایج در این زمینه بسیار امیدوارکننده می‌نماید. در این میان انواع پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌های مختلف نظیر تنیدگی<sup>۹</sup>، اضطراب<sup>۱۰</sup>، افسردگی<sup>۱۱</sup> و جز آن به انجام رسیده و در هریک از این پژوهش‌ها محققین با استفاده از روش‌های مختلف کوشش کرده‌اند تا چگونگی روابط متقابل بین مذهب و این پدیده‌ها را روشن سازند. بیرشک و همکاران (۱۳۸۰) به بررسی رابطه بین تنیدگی، افسردگی و اضطراب از یکسو و مذهب از سوی دیگر پرداخته‌اند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که بین مذهبی بودن و اضطراب رابطه‌ای منفی وجود دارد.

همچنین برخی پژوهش‌ها به صورت تجربی<sup>۱۲</sup> و شبه تجربی<sup>۱۳</sup> درصدد بوده‌اند که اثرات برخی آداب و اعمال مذهبی را مورد مطالعه قرار دهد. در این میان پژوهش امینی و ملکناهی (۱۳۸۰) جالب است. در این پژوهش دانشجویان آزمودنی به دو گروه گواه و آزمایشی تقسیم و گروه آزمایشی قبل از امتحان به مدت ۵ دقیقه دعای رفع هم و غم [منسوب به حضرت علی (ع)] را قرائت کردند. نتایج به دست آمده از گروه آزمایشی در مقایسه با گروه گواه نشان داد که گروه آزمایشی اضطراب کمتری را در مقایسه با گروه گواه داشته است. همچنین گله‌دار و ساکی (۱۳۸۰) نیز با اجرای یک طرح پژوهشی با استفاده از روش شبه تجربی، به ارزیابی اثرات تلاوت قرآن بر کاهش اضطراب پرداخته‌اند. آزمودنی‌های این تحقیق دانشجویان علوم پزشکی لرستان بودند که در دو گروه آزمایشی و گواه مورد مطالعه قرار گرفتند. به منظور بررسی اثر تلاوت قرآن بر میزان اضطراب، گروه آزمایشی پیش از آزمون به مدت ۷ دقیقه آیاتی منتخب از قرآن را تلاوت کردند، در حالی که گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکردند. نتایج نشان داد که اضطراب گروه آزمایشی کمتر از گروه گواه بوده و تفاوت بین اضطراب دو گروه معنی‌دار بوده است.

اما علیرغم آن که تاکنون درخصوص پیامدهای مذهب و پیامدهای روانشناختی آن نتایج پژوهشی کافی منتشر شده است، هنوز تبیین ساختارهای روانشناختی مذهب و نیز چگونگی اثرگذاری مذهب بر سلامت روانی، بهزیستی روانشناختی و جز آن بسیار محدودند و در این

حوزه فقری نسبی وجود دارد. بررسی های انجام شده در این زمینه نشان می‌دهد که برخی از محققان نظیر پارگامنت و همکاران (۱۹۸۸، ۱۹۹۰) برای مذهب الگویی متناسب با بحث های نوینی که در زمینه مکانیزم های مقابله‌ای<sup>۱۴</sup> مطرح است، فراهم ساخته‌اند. وی در تلاش است تا برای مذهب کنشی مقابله‌ای تعریف و براساس انواع راهبردهای مقابله‌ای مذهبی، اثرات مذهب را در این چارچوب تبیین نماید. این در حالی است که دسی و رایان (۱۹۸۵) کوشیده‌اند تا مذهب را در فرایندی تحولی با استفاده از سطوح درونی‌سازی<sup>۱۵</sup> توضیح دهند. آنها می‌گویند تا از این طریق، الگویی فراهم سازند که با استفاده از آن بتوان انواع ساختارهای روانشناختی به وجود آمده از سبک های مختلف درونی سازی را توضیح دهند. پیشتر نیز آپورت و راس (۱۹۶۷) کوشیده بودند تا با بهره گیری از نوع جهت‌گیری مذهبی، دو صورت کاملاً متمایز از رفتارهای مذهبی را متمایز سازد. وی دو الگوی درونی و بیرونی<sup>۱۶</sup> را توصیف کرده است. الگوی درونی، مذهب را در چارچوب خود مذهب مورد توجه دارد، در حالی که الگوی بیرونی، مذهب را عمدتاً به خاطر دستاوردهای مذهبی بودن تأکید می‌کند. به هرحال علیرغم این دیدگاه‌ها، به نظر می‌رسد ضروری است تا این بخش از روانشناسی مذهب بیش از گذشته مورد توجه پژوهشگران قرار گیرد.

از دیگر مشکلاتی که در بحث روانشناسی مذهب به ویژه در ایران وجود دارد، موضوع با اهمیت آزمون سازی و فراهم‌سازی ابزارهای مناسب پژوهشی است. علیرغم آن که در جامعه ایران خوشبختانه اقبال چشمگیری در مطالعه روانشناسی مذهب وجود دارد، اما هم‌اینک با جرات می‌توان گفت که هیچ آزمون استاندارد شده‌ای در این زمینه وجود ندارد. امید است تلاش های در حال انجام در این زمینه موفق باشد.

پژوهش حاضر نیز با توجه به ملاحظه پایانی سازمان یافته است. آیا می‌توان درخصوص نتایج پژوهش های حاضر به تبیین فراگیر و نوین دست یافت. آیا می‌توان برای تبیین روابط متقابل بین مذهب و برخی ویژگیهای شخصیتی یا چگونگی اثرات این متغیرها تفسیری جدید ارائه کرد. در این خصوص تلاش شده است تا با استفاده از مقیاس جهت‌گیری مذهبی (بهرامی ۱۳۷۸، ۱۳۸۰) چگونگی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با اضطراب در دو بعد رگه<sup>۱۷</sup> و حالت<sup>۱۸</sup> و حرمت خود بررسی گردد.

روش

نمونه

در پژوهش حاضر ۶۰ دانشجوی دانشگاه تهران به عنوان نمونه انتخاب شدند. شیوه انتخاب به صورت نمونه برداری اتفاقی و در دسترس بوده است. دانشجویان در مقطع کارشناسی مشغول به تحصیل بوده و دربرگیرنده هر دو جنس مذکر و مونث بودند. پس از بررسی پاسخنامه‌ها، چهار پاسخنامه به دلیل مخدوش بودن کنار گذاشته شد و عملاً تمام تحلیل‌ها بر ۵۶ نفر به انجام رسیده است.

ابزار

#### ● مقیاس جهت‌گیری مذهبی

این مقیاس توسط بهرامی در سال ۱۳۷۸ طراحی و مراحل بررسی روایی و اعتبار آن ادامه دارد. این آزمون دارای ۴۵ سؤال است که بررسی‌های اولیه دو عامل<sup>۱۱</sup> اساسی را متمایز ساخته است. عامل نخست جهت‌گیری مثبتی بر سازمان‌یافتگی مذهبی است که منعکس‌کننده استقرار نسبی رابطه فرد با مذهب است و عامل دوم، عدم سازمان‌یافتگی مذهبی را منعکس می‌سازد. نمره بالا در این عامل نشان‌دهنده آن است که فرد هنوز موفق به ایجاد رابطه‌ای پایدار با مذهب نشده است.

این آزمون که هم‌اینک اعتباریابی آن ادامه دارد، با استفاده از یک الگوی منسوب به امام صادق (ع) که انواع حقوق و وظایف انسان را تعریف می‌کند، طراحی شده است. براساس این الگو، مذهب نظام تفسیری است که چگونگی رابطه انسان را با خود، با انسانهای دیگر، و با کل پدیده‌های جهان هستی تبیین می‌کند. در قلب این الگو، خداوند قرار دارد و بدین ترتیب جهت‌گیری مذهبی با مرجعیت بخشیدن به خداوند در تمام سطوح مناسبات انسانی تحقق می‌یابد.

اعتبار این آزمون در بررسی انجام شده بالاست و مقدار ثبات درونی<sup>۱۲</sup> که توسط آلفای کرونباخ محاسبه شده، بین ۰/۸۵ تا ۰/۹۳ گزارش گردیده است. روایی این مقیاس با تأکید بر روایی سازه<sup>۱۱</sup> و روایی محتوایی<sup>۱۲</sup> بررسی شده و این دونوع روایی تأمین شده است (بهرامی، ۱۳۷۸ و ۱۳۸۰). به منظور بررسی‌های بیشتر به ویژه در بعد روایی و اعتبار<sup>۱۳</sup>، مطالعات کماکان ادامه دارد.

این آزمون در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم تنظیم شده است.

### ● سیاهه حالت - رگه اضطراب<sup>۲۴</sup> اشپلیبرگر

این آزمون شامل دو مؤلفه جداگانه و در عین حال وابسته به یکدیگر است که بر مبنای خودگزارش دهی<sup>۲۵</sup> تنظیم گردیده است (اشپلیبرگر، گارساخ و لاشن، ۱۹۷۰ به نقل از پناهی شهری، ۱۳۷۲). این پرسشنامه از ۴۰ ماده تشکیل شده است که ۲۰ سوال آن حالت اضطراب و ۲۰ سوال دیگر رگه اضطرابی را می‌سنجد. حالت اضطراب، احساس هیجانی<sup>۲۶</sup> زودگذر فاعلی وابسته به شرایط اختصاصی است. در چنین شرایطی فرد به صورت هشیار احساس های ناشی از تنش را درک کرده، بیمناک است و برانگیختگی در سیستم خودمختار از خود نشان می‌دهد. این در حالی است که رگه اضطرابی به تفاوت‌های نسبتاً پایدار فرد در تمایل به اضطراب، تمایل به ارزیابی موقعیت‌های تنیدگی‌زا به عنوان تهدید یا خطر شخص و نیز پاسخ به چنین موقعیت‌هایی با حالت اضطرابی بالا اطلاق می‌گردد.

این سیاهه دارای ضریب اعتبار و روایی قابل قبول و بالایی است. ضریب آلفا برای سیاهه حالت و رگه اضطراب معادل ۰/۹۰ گزارش شده است. همبستگی این سیاهه با مقیاس اضطراب کتل نیز نشان‌دهنده روایی قابل قبولی است. این آزمون در سال ۱۳۷۳ توسط پناهی شهری در ایران هنجاریابی شده و روایی و اعتبار آن به صورت جامع گزارش گردیده است.

### پرسشنامه حرمت خود کوپراسمیت<sup>۲۷</sup>

این آزمون توسط کوپراسمیت در سال ۱۹۶۷ (به نقل از ذوالفقاری، ۱۳۷۶) آماده و اجرا شده است. پرسشنامه حرمت خود شامل ۵۸ ماده است که احساسات، عقاید و واکنش های فرد را توصیف کرده و آزمودنی به صورت بلی یا خیر به آن‌ها پاسخ می‌دهد. این پرسشنامه دربرگیرنده مؤلفه عمومی با ۲۶ ماده، مؤلفه اجتماعی با ۸ ماده، مؤلفه خانوادگی ۸ ماده و مؤلفه آموزشی ۸ ماده و اجد ۸ ماده است. ۸ ماده نیز برای دروغ‌سنج وضع شده است. این سیاهه نیز در ایران در سال ۱۳۷۶ توسط ذوالفقاری هنجاریابی شده و مقدار روایی و اعتبار آن مطلوب گزارش گردیده است. میزان هماهنگی درونی این سیاهه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ گزارش شده است.

سایر شاخصهای اعتبار و روایی نیز در گزارش‌های پژوهشی مطلوب و قابل اعتماد گزارش شده است.

### یافته‌ها

به منظور بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با حالت و رگه اضطراب و نیز میزان حرمت خود، پس از جمع‌بندی نتایج هر آزمون، با استفاده از ضریب همبستگی پیرسن، داده‌ها تحلیل شد.

جدول ۱- ویژگیهای آماری متغیرهای مورد بررسی

متغیرها	شاخصها	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین	جولگی	کشدگی
حرمت خود	۳۲/۰۳	۹/۰۳	۱/۲۱	-۰/۱۴	-۰/۱۷	
اضطراب (حالت)	۲۲/۱۶	۱۴/۰۰	۱/۸۹	-۰/۰۳	-۱/۰۹	
اضطراب (صفت)	۲۳/۰۹	۱۲/۳۰	۱/۶۴	-۰/۱۴	-۰/۸۸	
اضطراب (کل)	۲۵/۳۰	۲۵/۲۹	۳/۴۱	-۰/۰۱	-۱/۱۲	
جهت‌گیری مذهبی	۹۱/۲۵	۱۰/۲۸	۱/۳۷	-۰/۴۶	-۰/۲۴	

همچنین ویژگیهای آماری متغیرهای مورد بررسی محاسبه گردیده است. نتایج به دست آمده از این تحلیل را می‌توان در جدولهای ۱ و ۲ مشاهده نمود.

جدول ۲- ماتریس همبستگی بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود

متغیرها	جهت‌گیری مذهبی	حالت اضطراب	صفت اضطراب	کل اضطراب	حرمت خود
جهت‌گیری مذهبی	۱/۰۰۰	-۰/۲۰	-۰/۴۱۴	-۰/۴۴	۰/۳۹
حالت اضطراب	-۰/۴۰	۱/۰۰۰	۰/۸۴۱	۰/۹۶	-۰/۷۵
صفت اضطراب	-۰/۴۱۴	۰/۸۴۱	۱/۰۰۰	۰/۹۵	-۰/۸۶
کل اضطراب	-۰/۴۴	۰/۹۶	۰/۹۵	۱/۰۰۰	-۰/۸۵
حرمت خود	۰/۳۹	-۰/۷۵۳	-۰/۸۶۲	-۰/۸۵	۱/۰۰۰

بر اساس نتایج به دست آمده از جداول ۱ و ۲، ابتدا یافته‌ها توصیف و در بخش بعدی به تبیین

این نتایج خواهیم پرداخت:

۱- همبستگی بین جهت‌گیری مذهبی و حالت اضطراب  $r = -0/4$  است که این مقدار در سطح

$p < 0/003$  معنی‌دار است. بر اساس این نتیجه می‌توان گفت که رابطه‌ای معکوس بین حالت

اضطراب و جهت‌گیری مذهبی وجود دارد. با افزایش میزان جهت‌گیری مذهبی حالت اضطراب

کاهش می‌یابد و برعکس با کاهش میزان جهت‌گیری مذهبی، حالت اضطراب افزایش می‌یابد.

۲- همبستگی بین صفت اضطراب و جهت‌گیری مذهبی  $r = -0/414$  است که این مقدار نیز

در سطح  $p < 0/001$  معنی‌دار است. به عبارت دیگر با استناد به همبستگی منفی بین این دو متغیر

می‌توان گفت رابطه معکوس بین رگه اضطراب و جهت‌گیری مذهبی وجود دارد. به عبارت

دیگر با افزایش میزان جهت‌گیری مذهبی، نمره رگه اضطراب کاهش یافته و با افزایش نمره

رگه اضطراب، نمره جهت‌گیری مذهبی کاهش می‌یابد.

۳- همبستگی بین دو متغیر جهت‌گیری مذهبی و اضطراب (کل)  $r = -0/444$  در سطح  $p < 0/001$

معنی‌دار است. این بدان معناست که بین متغیر جهت‌گیری مذهبی و اضطراب (نمره کل و

صرفنظر از حالت یا رگه آن) رابطه‌ای معکوس وجود دارد. با افزایش جهت‌گیری مذهبی میزان

اضطراب کاهش و با کاهش میزان اضطراب، میزان جهت‌گیری مذهبی افزایش می‌یابد.

۴- همبستگی بین جهت‌گیری مذهبی و حرمت خود نیز با  $r = 0/39$  در سطح  $p < 0/003$

معنی‌دار است. بر اساس نتایج بدست آمده رابطه بین این دو متغیر مثبت است و به عبارت دیگر

رابطه‌ای مستقیم بین دو متغیر وجود دارد. با افزایش میزان جهت‌گیری مذهبی، مقدار حرمت

خود افزایش یافته و برعکس با کاهش حرمت خود میزان جهت‌گیری مذهبی نیز کاهش می‌یابد.

بر اساس نتایج به دست آمده سطوح معناداری روابط این متغیرها در سطح بسیار مطلوبی بوده

و همبستگی‌های به دست آمده از مقادیر متوسطی برخوردارند. مهمترین نکته قابل تأمل رابطه

معکوس بین جهت‌گیری مذهبی و ابعاد اضطراب از یکسو و رابطه مستقیم جهت‌گیری مذهبی با

حرمت خود از سوی دیگر است. نکته‌ای که تبیین ابعاد آن در بخش جمع‌بندی و تفسیر نتایج،

بصیرت ما را در خصوص مناسبات بین جهت‌گیری مذهبی در سطح کنش و یا ساخت افزایش

خواهد داد.



## بحث و نتیجه‌گیری

● نتایج به دست آمده از این پژوهش با تحقیقاتی که در زمینه رابطه بین مذهب و اضطراب یا مذهب و حرمت خود انجام شده، همسویی دارد. به ویژه نتایج این پژوهش با یافته‌های پارک و همکاران (۱۹۹۰) که از مذهب به عنوان یک عامل تعدیل کننده در حالت‌های اضطرابی سخن گفته است هماهنگ است. همچنین نتایج این پژوهش با آنچه که میتون (۱۹۸۹) به دست آورده است، هماهنگ است. میتون «حمایت معنوی» ناشی از ارتباط با خداوند را عاملی مهم در کاهش افسردگی، افزایش میزان سازگاری و نهایتاً بهبود حرمت خود به حساب می‌آورد.

همچنین نتایج این پژوهش با یافته‌های بیرشک و همکاران (۱۳۸۰)، امینی و ملکناهی (۱۳۸۰) و گله‌دار و ساکی (۱۳۸۰) هماهنگی دارد. در این پژوهش بر نقش مذهب در کاهش اضطراب تأکید شده است.

● اما سخن پایانی این است که نهایتاً در نقش مذهب برای اضطراب و یا افزایش حرمت خود، چه توضیحی می‌توان ارائه کرد. آیا مذهب نقشی ساختاری در سطح شخصیت به عهده دارد و بدین ترتیب می‌تواند به ایجاد تغییرات ساختاری در شخصیت منجر گردد. موضوعی که به ویژه در صورت تایید شواهد آن، قادر خواهد بود تا تأملات جدی‌تری در تبیین نقش مذهب برانگیزد. آیا مذهب، تنها در سطح یک کنش مطرح است و به عنوان یک مجموعه مرجع تنها اثرات خود را به عنوان یک عامل عمومی تعدیل‌کننده فرایندهای روانشناختی نظیر شناخت‌ها یا هیجان‌ها ظاهر می‌سازد. آیا مذهب نقشی مقابله‌ای به عهده دارد و سبکی است که فرد با آموختن آنها می‌تواند از آن به عنوان یک رفتار موقعیتی با دوام بهره‌گیرد.

● نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی نه تنها با حالت اضطراب به صورت معکوس رابطه دارد و افزایش جهت‌گیری مذهبی با کاهش حالت اضطراب همراه است، اما مهمتر این که جهت‌گیری مذهبی با رگه اضطراب نیز رابطه عکس دارد. به عبارت دیگر جهت‌گیری مذهبی به نوعی به تغییرات عمیق ساختاری منجر می‌گردد که براساس آن یک صفت شخصیتی (رگه اضطراب) تعدیل شده و تغییر می‌یابد. علاوه بر آن نتایج این پژوهش همبستگی مثبت بین جهت‌گیری مذهبی و حرمت خود را نیز نشان داده است. حرمت خود به عنوان یک احساس عمیق و زیربنایی نسبت به خود محصول یک فرایند تحولی است و معمولاً از آن به عنوان یک خصیصه دیرپا و ماندگار یاد می‌شود. تغییرات حرمت خود در کنار

جهت‌گیری سازمان‌یافته مذهبی حکایت از تعاملات عمیق‌تر بین ویژگی‌های شخصیتی است. افزایش جهت‌گیری مذهبی که عملاً تحقق خود را در بزرگسالی نشان می‌دهد، می‌تواند این فرض اساسی را مطرح سازد که ایجاد رابطه‌ای صمیمانه با مذهب و خداوند، قادر است تا تغییرات عمیق شخصیتی پدیدار ساخته و شکل متفاوتی از شخصیت را سازماندهی کند. نکته‌ای که البته برای تایید آن سازماندهی پژوهش‌های بیشتر ضروری است.



### یادداشت‌ها

- |                        |                                     |
|------------------------|-------------------------------------|
| ۱- Mental health       | ۲- Well-being                       |
| ۳- Meta-analysis       | ۴- Happiness                        |
| ۵- Intrinsic           | ۶- Spiritual support                |
| ۷- Adjustment          | ۸- Self-esteem                      |
| ۹- Stress              | ۱۰- Anxiety                         |
| ۱۱- Depression         | ۱۲- Experimental                    |
| ۱۳- Quasi-experimental | ۱۴- Coping                          |
| ۱۵- Internalization    | ۱۶- Extrinsic                       |
| ۱۷- Trait              | ۱۸- State                           |
| ۱۹- Factor             | ۲۰- Consistency                     |
| ۲۱- Construct validity | ۲۲- Content validity                |
| ۲۳- Reliability        | ۲۴- State, Trait, Anxiety Inventory |
| ۲۵- Self-report        | ۲۶- Emotional                       |
| ۲۷- Cooper Smith       |                                     |

### منابع

- امینی، فریبا. و ملکشاهی، فرید. (۱۳۸۰). بررسی تأثیر دعا بر کاهش اضطراب قبل از امتحان در دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی خرم‌آباد در سال ۱۳۷۹. چکیده مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، سال پنجم، شماره ۱۹.
- بهرامی‌احسان. هادی. (۱۳۷۸). بررسی مؤلفه‌های بنیادین سازش یافتگی در آزادگان ایرانی. رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
- بهرامی‌احسان. هادی. (۱۳۸۰). بررسی مقدماتی میزان اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس جهت‌گیری مذهبی، مجله

- روانشناسی و علوم تربیتی، سال ششم، شماره ۱، (دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی تهران).
- بیرشک، بهروز؛ بخشایش، نورمحمد؛ بیان‌زاده، سیداکبر. و آذربایجانی، طیبه. (۱۳۸۰). بررسی نقش مذهب در تجربه و رتبه‌بندی استرس‌های زندگی، افسردگی و اضطراب. چکیده مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، سال پنجم، شماره ۱۹.
- پناهی شهری، محمود. (۱۳۷۲). بررسی مقدماتی روانی و اعتبار و نرم‌یابی سیاهه حالت - صفت اضطراب، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
- ذوالفقاری، اکرم‌السادات. (۱۳۷۶). بررسی روانی و اعتبار و نرم‌یابی پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت در دبیرستانهای اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- گله‌دار، نسرين. و ساکی، ماندانا. (۱۳۸۰). تأثیر آوای قرآن بر کاهش اضطراب پیش از آزمون دانشجویان، چکیده مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین و بهداشت روان، سال پنجم، شماره ۱۹.
- Allport, G. W. & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 432-443.
- Bergin, A. E. (1983). Religiosity and mental health: A critical reevaluation and meta- analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, 14: 170-184.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Hallahme, B. B. & Argyle, A. (1997). *The psychology of Religious Behavior, Belief and Experience*: Routledge.
- Idler, E. L. (1984). Religious involvement and the health of the elderly: Some hypotheses and an initial test. *Social Force*, 60, 226-238.
- Inglehart, R. (1990). Culture shift in advanced industrial society. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Maton, K. I. (1989). The stress-buffering role of spiritual support: Cross-sectional and prospective investigations. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 310-323.
- Pargament, K. I. ; Kennell, J. ; Hathaway, W. ; Grerengood, N. ; Newman, J. & Jones, W. (1988). Religion and the problem solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24, 90-194.
- Pargament, K. I. (1990). God help me (1): Religious coping efforts as predictors of the out comes to significant negative life events. *American Journal of Community Psychology*, 18: 793-824.

- Park, C. ; Cohen, L. M. & Herb, L. (1990). Intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for catholics versus protestants. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 562-574.
- Schumacher, J. F. (1991). *The adaptive value of suggestibility and dissociation*. In J.F schumaker (ed). Human suggestibility. New York: Routledge.
- Spielberger, C. D. ; Gorsuch, R. L. & Lushene, R. E.(1970). *Manual for the State - Trait Anxiety inventory (Self-Evaluation Questionnaires)*. Palo-Alto, CA:Consulting Psycholoists Press.
- Witter, R. A. ; Stock, W. A. ; Okun, M. A. & Haring, M. J. (1985). Religion and subjective well-being in adulthood: A quantitative synthesis. *Review of Religiouis Research*, 26, 332- 342.

