

بر اساس جدیدترین پژوهش‌های جامعه‌شناختی، ۹۵٪ انسان‌ها به وجود خداوند ایمان دارند. محققان هیچ قومی از اقوام بشری را نیافته‌اند که صاحب نوعی دین نباشند. قرآن کریم از این حقیقت، که تمام اقوام گذشته دارای یک رسول و طبعاً دارای دین بوده‌اند، در آیات بسیاری خبر داده است: «وَأَنَّ مِنْ أُمَّةٍ أَلَّا خَلَا فِيهَا نَذِيرٌ...» (فاطر: ۲۴)، «وَلِكُلِّ قَوْمٍ هَادٍ...» (اعراف: ۷) مذهب به عنوان مجموعه‌ای از اعتقادات، باورها و نیایدها و نیز ارزش‌های اختصاصی و تعمیم یافته، از مؤثرترین تکیه‌گاه‌های روانی به شمار می‌رود و قادر است معنای زندگی را در لحظه‌های عمر فراهم کند و در شرایط خاص نیز با فراهم‌سازی تکیه‌گاه‌های تبیینی، فرد را از تعلیق و بی‌معنایی نجات دهد. آملینگ<sup>۳</sup> از مذهب به مثابه یک مجموعه عقاید سازمان یافته یاد می‌کند که به سؤالات زندگی پاسخ می‌دهد. در قالب متون مذهبی، تشریفات و اعمال سازمان‌دهی می‌شود.<sup>۴</sup>

اسپیکلا و همکاران<sup>۵</sup> مذهب را به عنوان یک نظام مرجع برای تفسیر وقایع زندگی مورد بحث قرار می‌دهند. مذهب به عنوان یک نظام با معنا تصور می‌شود که افراد از آن برای کمک به فهم مسایل جهانی، پیش‌بینی، مهار وقایع و حفظ حرمت خود استفاده می‌کنند.<sup>۶</sup> در همین زمینه، یکی از موضوعات دینی و مذهبی، که از سوی محققان به عنوان شاخص پیروی یا تمایل به آموزه‌های دینی در پیشینه تحقیقات مطرح شده، جهت‌گیری مذهبی است.<sup>۷</sup> این مفهوم بر دلایل ابزاری و غیرابزاری بودن افراد، در گزاردن کنش‌های مذهبی دلالت دارد.<sup>۸</sup> جهت‌گیری مذهبی عبارت است از: عملکرد فرد بر اساس باورهای دینی خود.<sup>۹</sup>

جهت‌گیری مذهبی به قرار مرجعیت بخشیدن به ساختار روابط و مناسبات در تمام ابعاد آن، در پرتو رابطه انسان با خدا تعریف شده است.<sup>۱۰</sup> در حوزه روان‌شناسی، آلپورت<sup>۱۱</sup> نخستین محقق هست که جهت‌گیری مذهبی را مورد بررسی قرار داده است. مقصود آلپورت از جهت‌گیری مذهبی، ترکیبی از باورهای مذهبی، رفتارها و انگیزه بود. از دیدگاه آلپورت، این جهت‌گیری مذهبی به دو صورت جهت‌گیری مذهبی درونی و جهت‌گیری مذهبی بیرونی می‌باشد.<sup>۱۲</sup>

افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بیرونی، باورهای مذهبی را قبول دارند و به آن عمل می‌کنند. این گروه به اندازه‌ای در مراسم مذهبی شرکت می‌کنند که آنها را در رسیدن به اهداف مادی خود مانند وجهه اجتماعی، رفاه و آسایش، حمایت و تأیید یاری رسانند. اما جهت‌گیری مذهبی درونی، فراتر و متعالی‌تر از این مجموعه اهداف، در نظر گرفته می‌شود. در این جهت‌گیری، ایمان، به خاطر خود ایمان، ارزشمند و مفید است، نه به عنوان ابزاری برای رسیدن به اهداف.<sup>۱۳</sup>

## رابطه جهت‌گیری مذهبی

### سبک‌های مقابله و شادکامی در دانشجویان

فریبرز صدیقی ارفعی\* / محمدرضا تمنایی فر\*\* / عاطفه عابدین‌آبادی\*\*\*

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی در دانشجویان انجام شده است. بدین منظور، حجم ۳۸۶ نفر به عنوان نمونه آماری به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای از جامعه آماری مورد پژوهش (دانشجویان دانشگاه‌های کاشان در سال تحصیلی ۹۱-۹۰) انتخاب و به منظور جمع‌آوری داده‌ها، از پرسش‌نامه جهت‌گیری مذهبی آلپورت، پرسش‌نامه مقابله با موقعیت‌های تنیدگی زا از اندلر و پارکر و پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد استفاده شده است. داده‌ها با شاخص‌های آماری همچون همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس، آزمون t و رگرسیون تحلیل شده است. نتایج تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی و سبک مقابله مسئله محور، رابطه مثبت معنادار ( $r=0/26$ )، هم‌چنین بین جهت‌گیری مذهبی درونی و شادکامی رابطه مثبت معنادار ( $r=0/16$ ) وجود دارد. همچنین تحلیل نتایج بیانگر این است که از بین سبک‌های مقابله، سبک مسئله محور با شادکامی، رابطه مثبت معنادار ( $r=0/41$ ) دارد.

کلیدواژه‌ها: جهت‌گیری مذهبی، سبک مقابله، شادکامی، دانشجویان.

آلپورت مذهب بیرونی را به عنوان یک مذهب نابالغ یا کمتر رسش یافته نسبت به مذهب درونی توصیف می‌کرد.<sup>۱۴</sup> به عقیده وی، مذهب بیرونی کمتر از مذهب درونی، جنبه درمان‌گرانه و پیشگیرانه دارد. تنها مذهب با جهت‌گیری درونی است که سلامت روانی را تضمین می‌کند.<sup>۱۵</sup>

کازمی و فرجی، در بررسی پژوهش‌ها و مطالعات مرتبط با موضوع دین، حدود ۱۳۵ پژوهش (مقاله، کتاب و پایان‌نامه کارشناسی ارشد و دکتری) را ارزیابی و از مجموع آنها، تعداد ۷۳ مورد پژوهش تجربی مرتبط با موضوع دین و دینداری را گزارش کرده‌اند.<sup>۱۶</sup> ویتز نیز نشان داد که ۲۰ الی ۶۰ درصد متغیرهای سلامت روانی افراد بالغ، توسط باورهای مذهبی تبیین می‌شوند.<sup>۱۷</sup>

برگین<sup>۱۸</sup> در بررسی پیشینه این موضوع، دریافت که ۴۷ درصد بررسی‌های مورد مطالعه وی رابطه مثبت را میان دین و بهداشت روانی نشان می‌دهد. ۲۳ درصد دیگر بیانگر رابطه منفی است. ۳۰ درصد هم اصلاً رابطه‌ای میان این دو نشان نمی‌دهد. علت برخی از این ناهمخوانی‌ها، ممکن است نوع معیارهایی باشد که به کار می‌رود.<sup>۱۹</sup>

در سال‌های اخیر پژوهش‌های مختلفی درباره تأثیر مذهب بر سلامت روان صورت گرفته است که در بیشتر آنها، از مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت استفاده شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی درونی، با موارد زیر همبستگی مثبت داشته است: سبک دلبستگی ایمن،<sup>۲۰</sup> سبک مقابله مسئله‌مدار،<sup>۲۱</sup> سرسختی و شادکامی،<sup>۲۲</sup> سبک مقابله مذهبی مثبت،<sup>۲۳</sup> سخت‌روی،<sup>۲۴</sup> افزایش سلامت روان،<sup>۲۵</sup> سلامت معنوی.<sup>۲۶</sup> در مقابل، جهت‌گیری مذهبی بیرونی، با موارد زیر همبستگی مثبت داشته است: تنیدگی،<sup>۲۷</sup> اضطراب و به ویژه اضطراب مرگ،<sup>۲۸</sup> وسواس مرگ،<sup>۲۹</sup> افسردگی،<sup>۳۰</sup> ناپایداری هیجانی،<sup>۳۱</sup> سبک مقابله هیجان‌مدار.<sup>۳۲</sup>

به نظر می‌رسد، مذهب و بویژه جهت‌گیری مذهبی درونی برای افراد، نقش سپر دفاعی را بازی کرده، مجموعه وسیعی از آثار مثبت روان‌شناختی ایجاد می‌کند.<sup>۳۳</sup> همان‌گونه که آلپورت نیز مذهب را یکی از عوامل بالقوه برای سلامت روان می‌داندست و عقیده داشت که مذهب می‌تواند به عنوان یک اصل وحدت بخش و یک نیروی عظیم برای سلامت روان، مفید و کمک کننده باشد.<sup>۳۴</sup>

کوئینگ<sup>۳۵</sup> نیز در تحقیقی نشان داده است که سلامت روانی و جسمی انسان، با زندگی معنوی او رابطه مثبت دارد. افرادی که اعتقادات مذهبی قوی‌تری دارند، سازگاری بهتری با موقعیت‌های استرس دارند. هنگام بیماری سریع‌تر از افراد غیرمذهبی بهبود پیدا می‌کنند. میزان پایین‌تری از هیجان‌ات منفی و افسردگی را تجربه می‌کنند، از عملکرد تحصیلی و حمایت اجتماعی بالاتری برخوردارند و اضطراب

کمتری دارند.<sup>۳۶</sup> مذهب، بسیاری از نیازهای اساسی انسان را برآورده می‌کند و خلاءهای اخلاقی، عاطفی و معنوی او را پر می‌کند، امید و قدرت را در فرد تحکیم نموده و، خصوصیات اخلاقی، معنوی را در فرد و اجتماعات استحکام داده، پایگاه بسیار محکمی برای انسان در برابر مشکلات و مصائب و محرومیت‌های زندگی ایجاد می‌کند.<sup>۳۷</sup>

همان‌طور که گفته شد، در سال‌های اخیر تحقیقات زیادی در مورد مذهب و نقش آن در زندگی و سلامت روان‌شناختی و کاهش اختلالات روانی صورت گرفته است. اقبال روز افزون نسبت به این موضوع در سطح دنیا، بیانگر اهمیت مذهب و نشان دهنده بازگشت انسان به دین و معنویت. که در این میان، جهت‌گیری مذهبی می‌تواند به عنوان یک الگوی تجربی مفید برای کشف ارتباط بین متغیرهای گوناگونی به کار روند. در این پژوهش، سبک‌های مقابله با استرس و شادکامی مورد بررسی قرار گرفته است.

در قرن حاضر موضوع، استرس یا فشار روانی، یکی از مهم‌ترین زمینه‌های پژوهشی در علوم گوناگون بوده است. بررسی تأثیرات آن بر زندگی انسان، یکی از گسترده‌ترین قلمروهای پژوهشی در عصر حاضر می‌باشد. استرس، اضطراب و مقابله یکی از اجزاء مهم زندگی هستند. همه ما در هر لحظه با مواردی روبرو می‌شویم که ممکن است استرس‌زا باشند.<sup>۳۸</sup>

بر اساس الگوی ارزیابی لازاروس و فولکمن،<sup>۳۹</sup> تجربه استرس تنها زمانی روی می‌دهد که آن موقعیت به عنوان آسیب، از دست دادن، تهدید یا کشمکش ارزیابی شده باشد. آنچه در این میان اهمیت دارد، فرآیند مقابله افراد با این استرس‌ها است به عبارت دقیق‌تر، استفاده از سبک‌های مقابله با استرس<sup>۴۰</sup> است که می‌تواند از تأثیر استرس‌ها بر سلامت روانی فرد بکاهد. در نتیجه، به سازگاری و انطباق هر چه بیشتر بیانجامد.<sup>۴۱</sup> فرآیند مقابله، عمدتاً از فعالیت‌ها و اقدامات شناختی و رفتاری فرد برای مدیریت استرس تشکیل می‌شود. طبق تعریف لازاروس و فولکمن، مقابله مجموعه‌ای از فعالیت‌ها و فرآیندهای رفتاری و شناختی برای ممانعت، مدیریت یا کاهش استرس است. در این مقابله، پاسخ‌های رفتاری آموخته شده از طریق محدود سازی اهمیت موقعیت خطرناک یا ناخوشایند، استرس را کاهش می‌دهد.<sup>۴۲</sup>

لازاروس و فولکمن، از اولین پژوهشگرانی بودند که در یک چارچوب منسجم به موضوع مقابله پرداخته‌اند. ایشان بین مقابله مسئله‌مدار و هیجان‌مدار تمایز قایل شده‌اند. اندلر و پارکر نیز سه نوع سبک مقابله را مطرح کردند که عبارتند از: سبک مقابله مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی.<sup>۴۳</sup> در واقع،

رویکردهای اولیه به فرآیند مقابله، سه سبک اصلی را متمایز می‌کند: سبک مقابله مسئله‌مدار، که وجه مشخصه آن، عملکرد مستقیم برای کاهش فشارها یا افزایش مهارت‌های مدیریت استرس است. سبک مقابله هیجان محور، که مشخصه آن راهبردهای شناختی‌ای است که حل یا حذف عامل استرس را با دادن نام و معنی جدید به تأخیر می‌اندازد و سبک مقابله اجتنابی، که ویژگی اصلی آن پرهیز از رویارویی با عوامل استرس است.<sup>۴۴</sup>

افراد به کمک این سبک‌ها، در مقابل رویدادهای فشارزای روانی به سازگاری لازم دست می‌یابند. در واقع، پاسخ انسان به فشار روانی تحت تأثیر برداشت از رویداد فشارزای روانی قرار می‌گیرد. مقابله با فشار روانی، مستلزم این است که فرد از منابع سازش خود استفاده کند تا بتواند با خواسته‌های درونی و برونی انطباق یابد. به نظر می‌رسد، که افراد مذهبی و غیرمذهبی میزان فشار روانی مشابهی را تجربه می‌کنند. اما افراد مذهبی بهتر می‌توانند با رویدادهای منفی زندگی و عوامل فشارزای روانی مقابله کنند. باورهای مذهبی همچون یک «سپر» در برابر استرس‌های زندگی عمل می‌کنند و از این طریق به فرد در انتخاب راهبردهای مقابله‌ای مناسب و مؤثر یاری می‌رسانند.<sup>۴۵</sup>

به اعتقاد پارگامنت،<sup>۴۶</sup> مذهب نقش مهمی در رویارویی با استرس‌های زندگی دارد و می‌تواند اثر بحران‌های شدید زندگی را تعدیل کند. از نظر وی، افراد مذهبی در هنگام ارزشیابی نوع اول، یعنی آیا این رویداد به صورت بالقوه خطرناک است؟ و ارزشیابی نوع دوم، یعنی (آیا من می‌توانم با این رویداد مقابله کنم؟)، برای مقابله با فشار روانی به خوبی از مذهب استفاده می‌کنند؛ زیرا واکنش آنها به فشار روانی تحت تأثیر عواملی همچون حمایت اجتماعی، سخت‌کوشی شخصی، سبک مشکل‌گشایی و مانند آن قرار می‌گیرد. این امر در افراد مذهبی و متدین موجب کاهش فشار روانی می‌گردد. پس مهم‌ترین تأثیر مذهب برای مقابله با فشار روانی به دلیل نقشی است که در فرآیند ارزشیابی فشار روانی دارد. هم‌چنین مذهب از طریق عوامل تعدیل‌کننده، پاسخ به فشار روانی مانند ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی خود فرد، راهبردهای مقابله، منابع حمایتی و...، در سبک مقابله با فشار روانی نیز تأثیر می‌گذارد.<sup>۴۷</sup>

پارک و همکاران،<sup>۴۸</sup> به نقش تعدیل‌کننده مذهب بر موقعیت‌های استرس‌زا تأکید دارند. بر اساس یافته‌های کال،<sup>۴۹</sup> بین منابع مذهبی و چگونگی کنار آمدن با بیماری‌ها ارتباط وجود دارد. شکل‌های گوناگون مقابله مذهبی با مهارت‌های مقابله با مشکلات ارتباط پیدا می‌کند.<sup>۵۰</sup>

ابوالقاسمی در پژوهشی که با هدف بررسی نقش گرایش‌های دینی در اتخاذ شیوه‌های مقابله

با استرس، دوره سال خوردگی انجام داد، نشان داد که بیشتر سالمندان برای تقویت خود جهت حل مشکل، دعا کرده و به خدا توکل می‌کنند. سالمندانی که گرایش‌های مذهبی بیشتر و محکم‌تری دارند، از شیوه‌های مقابله مناسب‌تری استفاده می‌کنند و بسیار راحت‌تر با مسایل دوره سالمندی کنار می‌آیند.<sup>۵۱</sup>

صولتی و همکاران، رابطه بین نگرش دینی، مهارت‌های مقابله و سلامت روانی را در دانشجویان بررسی کردند. نتایج نشان داد که بین نگرش دینی و سلامت روان رابطه وجود دارد و بین نگرش دینی و پاسخ‌های مقابله نیز رابطه وجود دارد. ۷۵٪ از افراد در مقابل استرس‌های شدید، از مقابله دینی و ۳۵٪ از مقابله غیردینی استفاده کرده بودند.<sup>۵۲</sup>

نتایج مطالعه ناوارا و جیمز نیز نشان داد افرادی که در مقیاس جهت‌گیری مذهبی بیرونی نمرات بالاتری را کسب کرده بودند، استرس بیشتری داشتند. ولی افرادی که نمرات بالایی در جهت‌گیری مذهبی درونی داشتند، استرس کمتری را از خود نشان می‌دادند.<sup>۵۳</sup>

شاکری و همکاران، در پژوهشی تحت عنوان ویژگی‌های شخصیتی، استرس، شیوه‌های مقابله و نگرش‌های مذهبی در افراد اقدام‌کننده به خودکشی، نشان داد که افراد اقدام‌کننده به خودکشی، کمتر شیوه مقابله متمرکز بر حل مسئله را به کار برده‌اند و دارای نگرش‌های مذهبی ضعیف‌تری بوده‌اند.<sup>۵۴</sup>

پارک و کوهن به این نتیجه رسیدند که مذهبی بودن درونی یعنی جهت‌گیری مذهبی درونی ارتباط بیشتری با رویارویی مسئله‌مدار و در نتیجه، سلامت روانی دارد.<sup>۵۵</sup> مکی‌تاش و همکاران اشاره می‌کنند افراد مذهبی دارای جهت‌گیری درونی، دارای روان‌بنه‌های می‌باشند که نحوه ارزشیابی آنها را از رویدادهای استرس‌زا، تحت تأثیر قرار می‌دهد. این افراد، معمولاً از شیوه‌های رویارویی مسئله‌مدار، استفاده می‌کنند. از این‌رو، در موقعیت‌های مختلف سازش بهتری از خود نشان می‌دهند.<sup>۵۶</sup>

رضاپور میرصالح و همکاران، پژوهشی را با هدف بررسی همبستگی جهت‌گیری مذهبی، ابعاد شخصیت و خودکارآمدی با سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان انجام داده است. نتایج حاکی از آن است که از میان جهت‌گیری مذهبی، ابعاد شخصیت و خودکارآمدی، جهت‌گیری مذهبی بیشترین نقش را در پیش‌بینی سبک مقابله مسئله محور در دانشجویان دارد.<sup>۵۷</sup> مذهب، رفتار و باورهای مذهبی علاوه بر اینکه، در موقعیت‌های استرس‌زا و انتخاب سبک مقابله‌ای مناسب و مؤثر به فرد کمک می‌کند، به عنوان یکی از عوامل تأثیرگذار بر شادکامی افراد نیز شناخته شده است.

در سال‌های اخیر با کارهای سلینگمن<sup>۵۸</sup> و همکاران وی در روان‌شناسی، جنبشی به نام روان‌شناسی مثبت<sup>۵۹</sup> ایجاد شده است. این گرایش که به مطالعه نقاط مثبت و کمالات انسانی و به طور کلی، ابعاد مثبت وجود آدمی می‌پردازد و به دنبال آن است که از نقاط قوت انسان‌ها، به عنوان سپری علیه بیماری‌ها استفاده کند.<sup>۶۰</sup> از مفاهیم بنیادی مطرح در جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر، مفهوم شادکامی است که مطالعه علمی آن در سال‌های اخیر، توسط روان‌شناسان آغاز شده است.<sup>۶۱</sup> در مورد شادکامی، که تاریخچه آن به سال‌های دهه ۱۹۶۰ میلادی باز می‌گردد، تعاریف مختلفی ارائه شده است. برای مثال، بتنام<sup>۶۲</sup> شادکامی را ترکیبی از لذت‌ها، خوشی‌ها، آرام و دردها توصیف کرده است.<sup>۶۳</sup>

برادبرن،<sup>۶۴</sup> شادی را تعادل میان تجربه‌های هیجانی مثبت و منفی در طول یک دوره زمانی می‌داند.<sup>۶۵</sup> آرگیل و همکاران، شادی را ترکیبی از عاطفه مثبت، فقدان عاطفه منفی و رضایت از زندگی می‌دانند.<sup>۶۶</sup> با این حال، به نظر می‌رسد جامع‌ترین و در عین حال، عملیاتی‌ترین تعریف شادمانی را وینهوون ارائه می‌دهد، به نظر وی شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی وی اطلاق می‌گردد. به عبارت دیگر، شادمانی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد.<sup>۶۷</sup> برخی نظریه پردازان، رسیدن به شادکامی را از طریق توجه به ارزش‌ها و اهداف معنوی، نیازهای اساسی، معنادار بودن زندگی و عشق به خدا امکان‌پذیر می‌دانند. مالهرب<sup>۶۸</sup> با طرح این پرسش که آیا راهی وجود دارد که بفهمیم چگونه بهترین 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. افراد با گرایش دینی و این عقیده، که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقا بخشند.<sup>۶۹</sup>

نظریه‌ها بیان می‌کنند که مذهب، شادکامی را از چند طریق ارتقا می‌دهد. برای مثال، اعمال مذهبی، مانند حضور در مساجد، تعامل و حمایت اجتماعی را افزایش می‌دهد. علاوه بر این، ارتباط و رابطه فردی با خدا، شادکامی را با کاهش استرس و بهبود راهبردهای غلبه بر استرس، ارتقا می‌دهد. همچنین مذهب به زندگی شخص معنا می‌دهد.<sup>۷۰</sup>

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که زمینه‌های خلق، خو و شخصیت، فرهنگ، مذهب و گرایش‌های دینی، مهارت‌های اجتماعی، میزان خوش‌بینی و بدبینی، سرزندگی، حمایت‌های اجتماعی و شناخت‌های فرد بر میزان شادی تأثیر مستقیم دارد. افراد با خلق خوش‌بینانه، با ایمان‌تر، محبوبیت بیشتر، سازگاری بهتری با تحصیل، شغل و ورزش دارند. همچنین موقعیت‌های سیاسی و اجتماعی آنها بیشتر است.<sup>۷۱</sup>

لیوبومیرسکی و همکاران معتقدند: به طور کلی، افراد شاد به شرایط و اتفاقات، به شیوه مثبت و سازگارانه‌تری پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر و سیستم ایمنی قوی‌تر و خلاق‌تری از افراد ناشاد هستند.<sup>۷۲</sup> گالوپ نشان داده است که افراد مذهبی، به طور نسبی خود را به عنوان افراد بسیار شاد ارزیابی می‌کنند.<sup>۷۳</sup>

روحانی و معنوی‌پور، پژوهشی تحت عنوان «رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشجویان» انجام دادند که نتایج آن نشان می‌دهد که بین دینداری با شادکامی و رضایت زناشویی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد.<sup>۷۴</sup> عابادی و همکاران در پژوهش خود با عنوان «رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان دختر»، به این نتیجه دست یافته که بین ابعاد گوناگون دین‌داری با میزان شادی دانش‌آموزان دختر رابطه معنی‌دار وجود دارد.<sup>۷۵</sup>

علی محمدی و آذربایجانی، در تحقیق خود در زمینه «بررسی رابطه میان شادکامی اسلامی و شادکامی روان‌شناختی» به این نتیجه رسیدند که میان شادکامی دینی با شادکامی روان‌شناختی رابطه مثبت معنادار وجود دارد.<sup>۷۶</sup>

در این میان، دانشجویان به عنوان نیروهای کارآمد و فعال کشور، با ورود به دانشگاه غالباً تغییرات زیادی را در روابط اجتماعی و فردی تجربه می‌کنند. علاوه بر این، باید به انتظارات و نقش‌های جدیدی نیز اشاره کرد که همزمان با ورود به دانشگاه در دانشجویان شکل می‌گیرد. همچنین آشنا نبودن بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه، مشکلات خانوادگی، مشکلات رفت و آمد و ناسازگاری با سایر دانشجویان در محیط خوابگاه و ناکافی بودن تسهیلات رفاهی، اقتصادی و مشکلاتی نظیر آن نیز از جمله شرایطی هستند که می‌توانند موجب ایجاد استرس در دانشجویان و در نهایت، به خطر افتادن سلامت روان آنان شوند. با توجه به اینکه، بررسی نگرش و باورهای مذهبی در دانشجویان و ارتباط آن با شیوه‌های مقابله، موضوعی است که در گستره نظری می‌تواند به چگونگی ارتباط مذهب و تأثیرگذاری آن در نوع مقابله با عوامل استرس‌زا کمک کند و از جهت عملی نیز با تشخیص این ارتباط می‌توان به ارتقا سطح مذهبی و باورهای مذهبی افراد کمک شایانی نمود و با عنایت به این موضوع که، شادکامی به عنوان یکی از مؤلفه‌های مهم زندگی دانشجویان و یکی از نشانه‌های بهداشت روانی محسوب می‌گردد و دانشجویان از حساس‌ترین اقشار جامعه و نیروی کارآمد آینده ما باید از سلامت روان برخوردار باشند، ضرورت پژوهش حاضر روشن می‌گردد.

بنابراین، فرضیه‌های پژوهش عبارتند از:

۱. بین جهت‌گیری مذهبی (درونی/ بیرونی) و استفاده از سبک‌های مقابله (مسئله محور/ هیجان محور/ اجتنابی) رابطه وجود دارد؛ ۲. بین جهت‌گیری مذهبی (درونی/ بیرونی) و میزان شادکامی رابطه وجود دارد؛ ۳. بین استفاده از سبک‌های مقابله (مسئله محور/ هیجان محور/ اجتنابی) و میزان شادکامی رابطه وجود دارد؛ ۴. بین جهت‌گیری مذهبی با سبک‌های مقابله و میزان شادکامی رابطه وجود دارد. این پژوهش در پی پاسخ‌دهی به این دو سؤال است:

۱. آیا بین جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و میزان شادکامی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد؟ ۲. آیا بین جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و میزان شادکامی دانشجویان دانشکده‌های مختلف دانشگاه کاشان تفاوت وجود دارد؟

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه‌های کاشان بود (دو دانشگاه کاشان و پیام نور به صورت تصادفی انتخاب شد). حجم گروه نمونه، با توجه به توزیع دانشجویان دختر و پسر در جامعه آماری، با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای و بر اساس فرمول کوکران ۳۸۶ نفر (به تفکیک ۲۱۰ نفر دانشجوی دختر و ۱۷۶ نفر دانشجوی پسر) انتخاب گردید.

در این پژوهش، از سه پرسش‌نامه استاندارد شده برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است:

**الف. مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت (ROS):**<sup>۷۷</sup> این پرسش‌نامه ۲۰ ماده‌ای، که ۱۱ ماده آن مربوط به جهت‌گیری مذهبی بیرونی و ۹ ماده مربوط به جهت‌گیری مذهبی درونی است. در سال ۱۹۶۳، فگین،<sup>۷۸</sup> یک نسخه ۲۱ ماده‌ای ساخت که همه گزینه‌های پرسش‌نامه آلپورت در آن انتخاب شده بود. علاوه بر این، یک گزینه دیگر نیز به آن افزود که این گزینه همبستگی بالایی (۰/۶۱) با جهت‌گیری مذهبی بیرونی داشت. از آن پس، این پرسش‌نامه بیشتر مورد استفاده قرار گرفت. برای سنجش روایی این آزمون در ایران، مقیاس جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی فگین به فارسی ترجمه شد. صحت ترجمه آن با بازخوانی توسط متخصصان دیگر و ترجمه دوباره آن به انگلیسی تصحیح گردید. سپس، با بازنویسی‌های متعدد سعی در متناسب نمودن آن با بافت فرهنگی و مذهبی ایرانی گردید. گزینه‌ها بر اساس مقیاس لیکرت تنظیم گردید. در این مقیاس، نمره‌گذاری برای سؤالات مقیاس جهت‌گیری مذهبی برونی بدین صورت می‌باشد: «کاملاً مخالفم» ۵، «تقریباً مخالفم» ۴، «تقریباً موافقم» ۲ و «کاملاً

موافقم» ۱. برای سؤالات مقیاس جهت‌گیری مذهبی درونی نمره‌گذاری بدین صورت می‌باشد: کاملاً موافقم ۱، تقریباً موافقم ۲، تقریباً مخالفم ۴ و کاملاً مخالفم ۵. اعتبار این پرسش‌نامه، توسط جان‌بزرگی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴. و توسط مختاری و همکاران ۰/۷۱ گزارش شده است.<sup>۷۹</sup>

**ب. پرسش‌نامه مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا (CISS):**<sup>۸۰</sup> این پرسش‌نامه ساخته اندلر و پارکر،<sup>۸۱</sup> دارای دو فرم کوتاه و بلند می‌باشد. فرم بلند آن ۴۸ آیتمی و فرم کوتاه آن ۲۱ آیتمی است. در این پژوهش، از فرم بلند آن استفاده شده است. این آزمون، سه سبک مقابله اصلی، یعنی مقابله مسئله‌مدار (۱۶ عبارت)، مقابله هیجان‌مدار (۱۶ عبارت) و مقابله اجتنابی (۱۶ عبارت) را می‌سنجد. اندلر و پارکر، پایایی سبک‌های مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی را برای نمونه پسران به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۸۲ و ۰/۸۵ و برای نمونه دختران ۰/۹۰، ۰/۸۵ و ۰/۸۲ به دست آوردند.<sup>۸۲</sup> ضریب پایایی را برای سبک‌های مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۷۲ به دست آورده است.<sup>۸۳</sup> در پژوهش محمدخانی و قره‌باش، پایایی کل پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بیان شده است.<sup>۸۴</sup>

**ج. پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد (OHI):**<sup>۸۵</sup> این ابزار در سال ۱۹۹۰ توسط آرگیل و لو<sup>۸۶</sup> تهیه شده است. این پرسش‌نامه ۲۹ ماده‌ای، چهارگزینه‌ای دارد که گزینه‌های آن به ترتیب، از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود. جمع نمره مواد ۲۹ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می‌دهد. نمره کل آزمودنی از ۰ تا ۸۷ در نوسان است. آرگیل و همکاران، ضریب آلفای ۰/۹۰ را با ۳۴۷ آزمودنی گزارش کردند. علی‌پور و نوربالا، در مطالعه خود نشان دادند که تمام مواد ۲۹ گانه آزمون با نمره کل، همبستگی بالایی دارند و آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و پایایی دو نیمه کردن آزمون ۰/۹۲ گزارش شد.<sup>۸۷</sup>

### یافته‌های پژوهش

به منظور تحلیل رگرسیون، ضریب همبستگی بین جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله با استرس و شادکامی در جدول شماره (۱) محاسبه شده است.

جدول شماره ۱: ماتریس همبستگی جهت‌گیری مذهبی (درونی/ بیرونی)، سبک‌های مقابله (مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی) و شادکامی

متغیرها	سبک مسئله‌مدار	سبک هیجان‌مدار	سبک اجتنابی	شادکامی
جهت‌گیری مذهبی درونی	**۰/۱۶	**۰/۱۵	۰/۰۹	**۰/۲۶
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	-۰/۰۴	**۰/۲۰	**۰/۱۹	**۰/۱۴
شادکامی	**۰/۴۱	**۰/۳۹	۰/۰۹	۱

همان‌طور که در جدول (شماره ۱) مشاهده می‌شود، جهت‌گیری مذهبی درونی با سبک مسئله‌مدار و جهت‌گیری مذهبی بیرونی با سبک هیجان‌مدار و اجتنابی رابطه مثبت و معناداری دارد. همچنین یافته‌های جدول نشان می‌دهد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی و شادکامی، رابطه مثبت و معنادار و بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی با شادکامی رابطه منفی معنادار وجود دارد. همان‌گونه که، در جدول مشاهده می‌شود: از بین سبک‌های مقابله، تنها سبک مسئله‌مدار است که رابطه مثبت و معناداری با شادکامی دارد. سبک هیجان‌مدار رابطه منفی معنادار با شادکامی دارد.

مذهبی (درونی / بیرونی)، سبک‌های مقابله (مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی) و میزان شادکامی دانشجویان دختر و پسر، تفاوت معناداری وجود ندارد. میانگین جهت‌گیری مذهبی (درونی و بیرونی) پسران، در مقایسه با دختران بیشتر است. همچنین بیشترین میانگین در بین سبک‌های مقابله مربوط به سبک مسئله‌مدار و در بین دانشجویان پسر است. در حالی که، بیشترین میانگین مربوط به سبک‌ها در بین دانشجویان دختر، سبک هیجان‌مدار بوده است. شادکامی پسران در مقایسه با دختران نیز بیشتر بوده است.

جدول شماره ۳: مقایسه میانگین خرده مقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی دانشجویان پسر و دختر

متغیرها	جنسیت	میانگین	انحراف معیار	مقدار F	درجه آزادی	سطح معناداری دو طرفه
جهت‌گیری مذهبی درونی	پسر	۳۳/۲۲	۶/۵۹	۰/۵۰	۳۸۴	P=0/۶۱
	دختر	۳۲/۹۱	۵/۴۰			
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	پسر	۳۳/۶۲	۶/۶۴	۰/۶۵	۳۸۴	P=0/۵۱
	دختر	۳۳/۱۷	۶/۷۸			
سبک مسئله‌مدار	پسر	۵۶/۲۲	۹/۵۵	۱/۸۵	۳۸۴	P=0/۶۵
	دختر	۵۴/۳۲	۱۰/۴۹			
سبک هیجان‌مدار	پسر	۴۶	۱۱/۰۶	-۱/۵۶	۳۸۴	P=0/11
	دختر	۴۷/۸۳	۱۱/۷۲			
سبک اجتنابی	پسر	۴۴/۲۴	۱۰/۰۱	-۰/۲۳	۳۸۴	P=0/81
	دختر	۴۴/۴۷	۹/۹۷			
شادکامی	پسر	۴۲/۹۳	۱۱/۴۶	۰/۷۸	۳۸۴	P=0/43
	دختر	۴۱/۹۱	۱۳/۵۱			

\*P<0/05      \*\*P<0/01

جدول شماره ۴: مقایسه میانگینی جهت‌گیری مذهبی در سه دانشکده علوم انسانی، مهندسی و علوم پایه

متغیرها	دانشکده	میانگین	انحراف معیار	F مقدار	درجه آزادی	سطح معناداری
جهت‌گیری مذهبی درونی	انسانی	۳۳/۴۱	۶/۰۴	۲/۲۸	۳۸۳	P=0/10
	مهندسی	۳۲/۱۲	۵/۶۷			
	علوم پایه	۳۳/۸۲	۵/۳۲			
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	انسانی	۳۴/۱۱	۶/۶۳	**۴/۷۹	۳۸۳	P=0/009
	مهندسی	۳۱/۸۳	۶/۸۹			
	علوم پایه	۳۱	۶/۰۹			
سبک مسئله‌مدار	انسانی	۵۴/۹۶	۱۰/۷۵	۰/۲۰	۳۸۳	P=0/81
	مهندسی	۵۵/۲۵	۸/۷۲			
	علوم پایه	۵۶	۱۰/۶۱			
سبک هیجان‌مدار	انسانی	۴۷/۲۱	۱۲/۱۸	۰/۸۰	۳۸۳	P=0/92
	مهندسی	۴۶/۷۰	۱۰/۴۴			
	علوم پایه	۴۶/۸۷	۱۰/۶۰			
سبک اجتنابی	انسانی	۴۵/۳۱	۱۰/۱۳	۲/۲۳	۳۸۳	P=0/10
	مهندسی	۴۳/۱۱	۹/۳۸			
	علوم پایه	۴۳/۲۷	۱۰/۵۰			
شادکامی	انسانی	۴۳/۱۶	۱۳/۱۹	۱/۱۷	۳۸۳	P=0/31
	مهندسی	۴۱/۷۷	۱۱/۹۱			
	علوم پایه	۴۰/۳۴	۱۱/۶۶			

\*\*P<0/01

با توجه به رابطه خرده مقیاس‌های سبک‌های مقابله و همچنین متغیر شادکامی، با جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی، با اجرای هشت رگرسیون ساده، به بررسی سهم هر یک از زیر مقیاس‌های سبک‌های مقابله و نیز شادکامی در تبیین جهت‌گیری مذهبی پرداخته شده است (جدول شماره ۲). سبک مسئله‌مدار به ترتیب ۰/۰۲ و ۰/۰۲ از واریانس (R2) جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی را پیش‌بینی کرده است. به همین ترتیب، سبک هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۰۲ و ۰/۰۴ از واریانس جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی را پیش‌بینی کرده است. سبک اجتنابی ۰/۰۸ و ۰/۰۳ از واریانس جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی را پیش‌بینی کرده است. شادکامی نیز ۰/۰۶ از واریانس جهت‌گیری مذهبی درونی و ۰/۰۲ از واریانس جهت‌گیری مذهبی بیرونی را پیش‌بینی کرده است. بنابراین، از بین سبک‌های مقابله سبک مسئله‌مدار، بیشترین سهم را در تبیین جهت‌گیری مذهبی درونی و سبک هیجان‌مدار، بیشترین سهم را در تبیین جهت‌گیری مذهبی بیرونی دارد. شادکامی نیز در پیش‌بینی جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی، بیشترین سهم را در تبیین جهت‌گیری مذهبی درونی دارد.

جدول شماره ۲: رگرسیون سبک‌های مقابله و شادکامی بر روی جهت‌گیری مذهبی

متغیر	یش بین	متغیر ملاک											
		جهت‌گیری مذهبی بیرونی					جهت‌گیری مذهبی درونی						
		Sig	β	B	SE	F	R2	Sig	β	B	SE	F	R2
سبک مسئله‌مدار	۰/۰۲	**۱۰/۴۸	۵/۸۹	۰/۰۹	۰/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲	۰/۰۸۹	۰/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲
سبک هیجان‌مدار	۰/۰۲	**۹/۹۹	۵/۸۹	-۰/۰۸	-۰/۱۵	۰/۰۰۲	۰/۰۰۴	۶/۵۸	۰/۱۲	۰/۱۲	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
سبک اجتنابی	۰/۰۰۸	۳/۱۹	۵/۹۴	۰/۰۵	۰/۰۹	۰/۷۵	۰/۰۳	۶/۵۹	۰/۱۳	۰/۱۹	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
شادکامی	۰/۰۶	**۲۷/۸۶	۵/۷۶	۰/۱۲	۰/۲۶	۰/۰۰۰	۰/۰۲	۶/۶۶	-۰/۰۷	-۰/۱۴	۰/۰۰۵	۰/۰۰۵	۰/۰۰۵

در جدول (شماره ۳)، با اجرای آزمون t مستقل، به بررسی مقایسه میانگین خرده مقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی پرداخته شده است. با توجه به جدول، بین جهت‌گیری

در جدول ( شماره ۴)، با اجرای آزمون تحلیل واریانس، میانگین خرده مقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی دانشجویان، در سه دانشکده انسانی، مهندسی و علوم پایه مورد بررسی قرار گرفته است. جهت‌گیری مذهبی بیرونی با اطمینان ۰/۹۹ درصد در بین دانشجویان سه دانشکده تفاوت معنادار ایجاد کرده است. بالاترین میانگین مربوط به دانشکده انسانی بوده است که با انجام پس آزمون LSD (جدول شماره ۵) نیز مشخص شد که بین میانگین جهت‌گیری مذهبی بیرونی دانشکده علوم انسانی و مهندسی در سطح ۰/۹۹ درصد تفاوت معنادار وجود دارد. اما بین میانگین جهت‌گیری مذهبی بیرونی دانشکده علوم انسانی و علوم پایه و مهندسی تفاوت معنادار وجود ندارد.

جدول شماره ۵: آزمون تحلیل واریانس، مقایسه میانگین خرده مقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی دانشجویان دانشکده‌های مختلف

\*\* P<0/0۱

جدول شماره ۵: آزمون تعقیبی LSD، تفاوت میانگین‌های جهت‌گیری مذهبی (بیرونی) در بین دانشکده‌های مختلف

دانشکده	تفاوت میانگین دانشکده‌ها	خطای انحراف استاندارد	sig
انسانی مهندسی	۲/۲۷	۰/۷۵	**۰/۰۰۳
انسانی علوم پایه	۰/۱۱	۱/۷	۰/۹۱
مهندسی علوم پایه	-۲/۱۶	۱/۱۴	۰/۰۶

\*\* P<0/0۱

یافته‌های پژوهش شاکری و همکاران،<sup>۸۸</sup> جعفری،<sup>۸۹</sup> نصیرزاده و رسول‌زاده طباطبایی،<sup>۹۰</sup> رضاپورمیرصالح و همکاران،<sup>۹۱</sup> بخشی‌پور،<sup>۹۲</sup> مکیتاش و همکاران،<sup>۹۳</sup> پارک و کوهن<sup>۹۴</sup> و کروک<sup>۹۵</sup> هم‌خوانی دارد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت: همان گونه که مکیتاش و همکاران اشاره می‌کنند، افراد مذهبی، دارای روان‌بنه‌های مذهبی هستند که می‌تواند آنها را در پردازش شناختی کمک کند. بر اساس این نظریه، می‌توان گفت: روان‌بنه‌های مذهبی می‌توانند ارزیابی ما را از رویدادهای استرس‌زا تحت تأثیر قرار دهند. بنابراین، این روان‌بنه‌ها می‌توانند هم بر ارزیابی ما از رویدادها و هم بر شیوه‌های مقابله با آنها و حتی بر چگونگی وقوع رویدادها اثر بگذارند. و افراد مذهبی دارای جهت‌گیری مذهبی درونی، دارای روان‌بنه‌هایی می‌باشند که چگونگی ارزیابی آنها را از رویدادهای استرس‌زا، تحت تأثیر قرار می‌دهد. این افراد، معمولاً از شیوه‌های رویارویی مسئله‌مدار، استفاده می‌کنند. از این رو، در موقعیت‌های مختلف سازش بهتری از خود نشان می‌دهند. در واقع، مذهبی بودن می‌تواند آثار بحران‌های شدید زندگی را تعدیل کند. مذهب تأثیر مثبت بر سلامت روان، به ویژه سلامت روان افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی دارد. در حالی که، افراد دارای جهت‌گیری بیرونی، نه تنها سودی نمی‌برند، بلکه به دلیل باورهای ناپایدار و نگاه ابزاری و سودمندانه به دین، نتایج منفی دامن‌گیر آنها خواهد شد. برای مثال، جهت‌گیری مذهبی درونی ارتباط متوسطی با کاهش اضطراب و افسردگی، افزایش سلامت روانی، عزت نفس، بردباری و جهت‌گیری مذهبی بیرونی، با اضطراب و افسردگی ارتباط مثبت و با مسئولیت‌پذیری و حرمت خود ارتباط معکوس دارد.<sup>۹۶</sup>

از آنجا که نموده‌های عینی سبک هیجان‌مدار خشمگین شدن، احساس تنهایی، افسرده شدن، اضطراب و سبک اجتنابی، فرار از موقعیت فشارزا است، روشن است که افراد واجد جهت‌گیری مذهبی بیرونی، به استفاده از این دو سبک گرایش داشته باشند.<sup>۹۷</sup>

از سوی دیگر، به عقیده کاتز،<sup>۹۸</sup> باورها و اعتقادات مذهبی ممکن است کارکردهای زیادی در بهبود زندگی ما ایفا نماید: ۱. کارکرد ابزاری، که در حصول پاداش‌ها و اجتناب از تنبیه‌ها یاری می‌رساند؛ ۲. کارکرد خود - دفاعی، که برای اجتناب از تضادهای شخصیتی و پریشانی نقش مهمی ایفا می‌نماید؛ ۳. کارکرد شناختی، که در جهت نظم‌بخشی و همسان‌سازی اطلاعات پیچیده تأثیرگذار است؛ ۴. کارکرد نمایشی - ارزشی، که در انعکاس ارزش‌ها و آرمان‌های عمیق بی‌تأثیر نیست.<sup>۹۹</sup>

با توجه به این کارکردها به نظر می‌رسد، از آنجایی که افراد دارای مذهب درونی، کسانی هستند که اعتقادات و نگرش‌های مذهبی قویتری داشته و به خدا و نیروی ایمان خود اعتماد واقعی دارند و دارای

پژوهش حاضر، با هدف بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی انجام شده است. پیش از بحث در مورد نتایج به دست آمده باید به این نکته اشاره کرد که پژوهش‌هایی که تاکنون در زمینه رابطه بین مذهب و مقابله با استرس انجام شده است، عمدتاً بر شیوه‌های مقابله مذهبی تأکید داشته و کمتر به بررسی سبک‌های مقابله عمومی افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بخصوص جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی پرداخته‌اند. بنابراین، شواهد پژوهشی کافی برای مقایسه نتایج این پژوهش در زمینه رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های مقابله با یافته‌های پژوهش‌های گذشته در دست نیست. به هر حال، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی درونی با سبک مسئله‌مدار و جهت‌گیری مذهبی بیرونی با سبک هیجان‌مدار و اجتنابی رابطه مثبت و معناداری دارد. این یافته، با

باورهای مذهبی عمیق‌تر و درونی‌تر شده‌ای هستند. مذهب برای ایشان به هنگام مواجهه با رویدادهای استرس‌زا زندگی، دارای کارکرد شناختی و ارزشی - نمایشی می‌باشد. از آنجایی که استفاده از سبک مسئله‌مدار مستلزم استفاده از توانایی شناختی برای جمع‌آوری اطلاعات و منسجم کردن آن به منظور حل مشکل می‌باشد، افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی، به استفاده از این سبک گرایش بیشتری نشان می‌دهند. در مقابل، انگیزه مذهبی بودن، در افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بیرونی، به ارزش‌ها و عقاید اجتماعی تکیه دارد و مذهب به معنای ابزاری است که از آن به عنوان وسیله‌ای برای تحقق اهداف و آمال مادی استفاده می‌شود. گاهی در این زمینه، مذهب دفاعی در برابر واقعیت است. در واقع، کسانی که مذهب بیرونی دارند، از نظر فلسفه الهی به خدا روی می‌آورند، ولی از خود دور نمی‌شوند. به همین دلیل مذهب، به طور اساسی به سپری برای خود میان‌بینی<sup>۱۱۱</sup> آنان تبدیل می‌شود. این همان مذهبی است که از نظر فروید،<sup>۱۱۲</sup> به روان آزرده‌گی منجر می‌شود. در اینجا مذهب در برابر اضطراب عمل می‌کند. به همین دلیل، این افراد در رؤیاریی با مشکلات، بیشتر از سبک هیجان‌مدار و اجتنابی سود می‌جویند که آنها را - هرچند کوتاه مدت - از روبرو شدن با واقعیت و برخورد منطقی با مسایل دور می‌کند.<sup>۱۱۳</sup>

به هر حال، جهت‌گیری مذهبی ممکن است در کمک به افراد در درک و مقابله با حوادث زندگی، از طریق ارائه راهنمایی، حمایت و دادن امید نقش مهمی ایفا نماید. اسپیکلا و همکاران، نشان دادند که مذهب در فرایند مقابله با حوادث و مشکلات دارای سه نقش است: ۱. فراهم کردن معنایی برای زندگی؛ ۲. کمک به افراد برای داشتن احساسی از کنترل، به ویژه هنگام مواجهه با موقعیت‌های مختلف؛ ۳. ایجاد حسی از اعتماد به نفس برای افراد.<sup>۱۱۴</sup>

همچنین نتایج این پژوهش بیانگر این است که، بین جهت‌گیری مذهبی درونی و شادکامی رابطه مثبت و معنادار و بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی با شادکامی، رابطه منفی معنادار وجود دارد. این امر، با یافته‌های پژوهش قادری،<sup>۱۱۵</sup> آزموده و همکاران،<sup>۱۱۶</sup> الوئیس و همکاران،<sup>۱۱۷</sup> همخوانی دارد. همچنین این یافته، با نتایج تحقیقات عابدی و همکاران،<sup>۱۱۸</sup> علی‌محمدی و آذربایجانی،<sup>۱۱۹</sup> قمری،<sup>۱۲۰</sup> حیدری‌رفعت و عنایتی نوین‌فر،<sup>۱۲۱</sup> صحرا بیان و همکاران،<sup>۱۲۲</sup> ملتفت و همکاران،<sup>۱۲۳</sup> که بیانگر این است که داشتن نگرش مذهبی قوی با شادکامی رابطه معنادار دارد، به طور تلویحی همخوانی دارد.

در توجیه این یافته می‌توان گفت: به طور کلی مذهب و داشتن نگرش مذهبی به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر شادمانی افراد شناخته شده است. تحقیقات در زمینه رابطه مذهب و سلامت روانی،

اغلب بیانگر رابطه مثبت بین این دو متغیر بوده است. باور به اینکه خدایی هست، که موقعیت‌ها را کنترل می‌کند و ناظر بر بندگان خویش است، تا حد زیادی اضطراب را کاهش می‌دهد. به طوری که اغلب افراد مؤمن، رابطه خود با خداوند را مانند یک دوست بسیار صمیمی، توصیف می‌کنند و معتقدند که می‌توان از طریق توسل به خداوند، موقعیت‌های غیرقابل کنترل را به طریقی کنترل نمود. به نظر می‌رسد، جهت‌گیری مذهبی می‌تواند موجب احساس شادکامی گردد. در واقع، رابطه شخصی با وجودی برتر، سبب چشم انداز مثبتی در زندگی می‌شود.<sup>۱۱۳</sup>

همچنین با توجه به نتایج پژوهش‌های انجام شده، زمانی مذهب در ایجاد شادکامی مؤثر است که معنادهنده باشد. با در لحاظ این امر که مذهب درونی معنا دهنده می‌باشد، می‌توان گفت: افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی نسبت به افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بیرونی، از شادکامی بیشتری برخوردارند.<sup>۱۱۴</sup>

یافته دیگر این پژوهش حاکی از آن است که از بین سبک‌های مقابله، تنها سبک مسئله‌مدار رابطه مثبت و معناداری با شادکامی دارد. سبک هیجان‌مدار رابطه منفی معنادار با شادکامی دارد که با یافته پژوهش نوری و محمودی اقدم،<sup>۱۱۵</sup> علیپور و همکاران،<sup>۱۱۶</sup> نظر بلند و ابوالی،<sup>۱۱۷</sup> و باباپور خیرالدین و عابدی<sup>۱۱۸</sup> و یزدانی و آزاد<sup>۱۱۹</sup> همخوانی دارد. وجه مشخصه سبک مسئله‌مدار عملکرد مستقیم برای کاهش فشارها و افزایش مهارت‌های مدیریت تنیدگی است. این افراد، سعی می‌کنند اطلاعات مرتبط با رویدادهای تنیدگی‌زا را به گونه‌ای پردازش کنند که به کمترین میزان تجربه‌های ناخوشایند در ایشان منتهی گردد. از سوی دیگر، افراد شادکام کسانی هستند که اطلاعات را به گونه‌ای پردازش می‌کنند که به خوشحالی آنها منجر می‌شود. همچنین این افراد، دارای احساس کنترل زندگی، خلق مثبت و رویکرد فعال در موقعیت‌های تنیدگی‌زا هستند. این دریافت، با مشخصه‌های سبک مقابله مسئله‌مدار مطابقت می‌کند. بر این اساس، می‌توان گفت: سبک مقابله مسئله‌مدار از طریق افزایش مهارت‌های فرد برای مدیریت تنیدگی، احتمال موفقیت وی را برای کاهش فشارها افزایش می‌دهد و منجر به تجربه بیشتر شادکامی می‌گردد و از طریق تمرکز بر توانمندی‌های شناختی، عاطفی، اجتماعی و رفتاری فرد برای حل مسئله و نیز از طریق برخورد و مواجهه فعال با موقعیت تنیدگی‌زا بیشتر با شادکامی مرتبط می‌شود. وجه مشخصه سبک مقابله هیجان‌مدار این است که فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند و تعدیل و کاهش هیجانات منفی خویش می‌باشد. توانمندی فرد شادکام از جمله خلق مثبت، شناخت مثبت و رضایت از خویش، آشکارا با ویژگی‌های راهبردی هیجان‌مدار در



تعارض قرار می‌گیرد. ضرورت استفاده از این راهبرد را کاهش داد. یا منفی می‌سازد. استفاده از سبک مقابله هیجان‌مدار ناشی از عدم کنترل و یا ضعف کنترل در رفتارهای تکانشی در آنان است. همین امر مقابله مؤثر فرد با مسئله و به دنبال آن احساس شادکامی را کاهش می‌دهد.<sup>۱۲۰</sup>

از سوی دیگر، به طوی کلی می‌توان درباره روش‌های مقابله گفت که اشخاص رشد یافته، منطقی و متعادل معمولاً در برخورد با مشکلات و استرس‌ها، بیشتر به روش‌های مسئله‌مدار متوسل می‌شوند. در مقابل، افراد حساس، رشد نیافته و (غیر متعادل) به لحاظ روانی، معمولاً در برخورد با مشکلات و عوامل استرس‌زا از روش‌های مقابله هیجان‌مدار استفاده می‌کنند.<sup>۱۲۱</sup>

در این تحقیق، به موضوع جنسیت نیز پرداخته شده است که تفاوت معناداری بین جهت‌گیری مذهبی (درونی / بیرونی) دانشجویان دختر و پسر یافت نشد. این موضوع با یافته پژوهش‌های حبیب‌وند،<sup>۱۲۲</sup> غرابی و همکاران،<sup>۱۲۳</sup> محمدزاده و نجفی<sup>۱۲۴</sup> و صحرائیان و همکاران<sup>۱۲۵</sup> همخوانی داشت. همچنین یافته‌ها نشان داد که تفاوت معناداری در استفاده از سبک‌های مقابله (مسئله‌مدار/ هیجان‌مدار/ اجتنابی) بین دانشجویان دختر و پسر وجود ندارد. این یافته با پژوهش‌های فیض و همکاران،<sup>۱۲۶</sup> حسن‌شاهی و دارابی<sup>۱۲۷</sup> شاکری و همکاران،<sup>۱۲۸</sup> بشارت و همکاران،<sup>۱۲۹</sup> بنزور و زندر<sup>۱۳۰</sup> و بخشی از یافته‌های پژوهش یزدانی و آزاد<sup>۱۳۱</sup> همسو بود. علاوه بر این، بین میزان شادکامی دختران و پسران نیز تفاوت معناداری مشاهده نشد. این امر با نتایج پژوهش صحرائیان و همکاران، یعقوبی،<sup>۱۳۲</sup> امیدیان،<sup>۱۳۳</sup> آزموه و همکاران،<sup>۱۳۴</sup> یزدانی و آزاد<sup>۱۳۵</sup> همخوانی دارد.

ممکن است این عدم تفاوت، به دلیل تغییرات اجتماعی در نقش‌ها و محدودیت‌های جنسیتی باشد، یا ناشی از این واقعیت باشد که شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر دانشجو بوده و از نظر فرهنگی و اجتماعی، شباهت‌های زیادی با یکدیگر دارند. همان‌گونه که در پژوهش‌های ذکر شده در فوق نیز بسیاری از پژوهشگران به این نکته دست یافتند که جنسیت عامل مؤثری در جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی نیست. همان‌گونه که در این میان، برخی از یافته‌های متناقض نیز دیده می‌شود. به هر حال، تبیین دقیق اثر جنسیت بر جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی، با توجه به این یافته‌ها بسیار دشوار می‌باشد.

همچنین از بین متغیرهای مورد پژوهش، فقط جهت‌گیری مذهبی بیرونی در بین دانشجویان سه دانشکده تفاوت ایجاد کرده است که بیشترین میانگین نیز مربوط به دانشکده علوم انسانی بوده است.

بین میانگین جهت‌گیری مذهبی بیرونی دانشکده علوم انسانی و مهندسی در سطح ۰/۹۹ تفاوت معنادار وجود داشت. پژوهشی که با این یافته همسو باشد، یافت نشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت: با توجه به اینکه رشته‌های علوم انسانی، متنوع‌تر و ناهمگن‌تر (ادبیات، الهیات، زبان خارجه، جامعه‌شناسی، فلسفه، ادبیات عرب، ادیان و...) از رشته‌های علوم مهندسی و پایه است، ممکن است این تفاوت بیانگر این نکته باشد که به دلیل آشنایی بیشتر دانشجویان دانشکده علوم انسانی با مفاهیم دینی و گزاره‌های مذهبی، ایشان بهتر می‌توانند برای مشاهده شدن توسط دیگران، افزایش اعتبار در جامعه، یا برای انطباق با انتظارات جامعه یا جهت‌دستی به اهداف شخصی و منافع اجتماعی از دین استفاده ابزار مدارانه داشته باشند. البته، فقدان پژوهش‌های مشابه در این زمینه، امکان تبیین این یافته را تا حد زیادی سخت و دشوار می‌نماید.

از سویی دیگر، این تفاوت می‌تواند ناشی از محدودیت ابزار سنجش جهت‌گیری مذهبی باشد. در این راستا، می‌توان به در هم آمیختگی تعهد مذهبی و پیامدهای مذهبی و نیز ضعیف بودن چارچوب مبدا جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی در نظریه آلپورت اشاره کرد.



۲۴. شیما مهربانی طالقانی و فرامرز سهرابی، همان، ص ۱۵۵.
۲۵. بنفشه غرابی و همکاران، « بررسی ارتباط سلامت روان با مذهب درونی و بیرونی در شهر کاشان»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۱۰، ص ۶۵.
26. V, Genia, " Quest, and fundamentalism as predictor of psychological and spiritual well – being", *Journal for the scientific of Religion*, v 35, p: 56.
۲۷. عباس مختاری، « رابطه جهت‌گیری مذهبی با میزان تنیدگی»، *مجله روان‌شناسی*، ش ۱۷، ص ۵۶.
۲۸. زهرامنصورنژاد و همکاران، « بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی (درونی، بیرونی) و جنسیت با اضطراب مرگ در بین دانشجویان»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش ۵، ص ۱۳۳.
۲۹. علی محمدزاده و محمود نجفی، «پیش‌بینی وسواس مرگ بر اساس سوگیری‌های مذهبی، بررسی نقش جنسیت»، *روان‌شناسی بالینی*، ش ۳، ص ۶۵.
۳۰. فاضل بهرامی و عباس رضانی فرانی، « نقش باورهای مذهبی درونی و بیرونی در سلامت روان و میزان افسردگی سالمندان»، *توانبخشی*، ش ۱، ص ۴۲.
۳۱. مهدی عباسی و مسعود جان‌بزرگی، « رابطه ابعاد جهت‌گیری مذهبی با پایداری هیجانی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۵.
۳۲. علیرضا جعفری، همان، ص ۹۱.
۳۳. طاهره حسینی و حسین سلیمی، همان، ص ۳۲.
۳۴. محمد کریم خداپناهی و محمد علی خاکساربلداجی، « رابطه جهت‌گیری مذهبی و سازگاری روان‌شناختی در دانشجویان»، *روان‌شناسی*، ش ۳، ص ۳۱۱.
35. Koenig.
۳۶. پرویز عسگری و همکاران، «تأثیر آموزش شیوه‌های تربیتی سیره عملی پیامبر اکرم (ص) بر تفکر دینداری، اعتقادات و باورهای مذهبی و سلامت روان دانش‌آموزان دوره متوسطه»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ش ۴۰ (۱۱)، ص ۱۶.
۳۷. علیرضا حیدرئی و همکاران، « رابطه فشار زوایای تحصیلی، تفکرات مذهبی و سلامت روان با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش ۵، ص ۳۰.
۳۸. علیرضا جعفری، همان، ص ۹۲.
39. R. S. Lazarus, & S.Folkman, " Stress, appraisal and coping", *From Spinger Publishing Company*, p : 44- 234.
40. Coping Styles.
۴۱. جلال شاکری و خیراله صادقی، « بررسی نقش رویدادهای استرس‌زای زندگی و روش‌های مقابله با عود PTSD در نمونه‌ای از جانبازان جنگ تحمیلی»، *طب نظامی*، ش ۵، ص ۱۱۲.
۴۲. محمدعلی بشارت و همکاران، « هوش هیجانی و سبک‌های مقابله با استرس»، *مطالعات آموزش و یادگیری*، ش ۱، ص ۳۵.
43. Avoidanc.
۴۴. محمدعلی بشارت، « رابطه نارسایی هیجانی و سبک‌های مقابله با استرس»، *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ش ۴، ص ۱۲.
۴۵. محبوبه دافد، « بررسی نقش دین در بهداشت روانی و فرایندهای روان‌درمانی»، *مجله نقد و نظر*، ش ۳ و ۴، ص ۹۲.
46. K. L. Pargament, " God help me: Toward a theoretical framework of coping for the psychology of religion", *Research in the Social Scientific Study of Religion*, v 2, p: 195- 224.

۱. محمدرضا کیومرثی، « رابطه جهت‌گیری مذهبی با عوامل شخصیت»، *معرفت*، ش ۷۵، ص ۵۹.
۲. زهرا کرمانی مامازندی و عصمت دانش، « تأثیرنگرش مذهبی و هیجان‌خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متأهل شهرستان پاکدشت»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲، ص ۱۳۰.
3. Ameling.
4. Cf. I. Thompson, " Mental health and spiritual care: Proquest Nursing", *Journals art & science*, v 17(9), p: 33- 38.
5. B. Spikla ,et al, " A general attribution theory for the psychology of religion", *Journal for the Scientific Study of Religion*, v 24, p: 3.
6. B. Spikla ,opcit.
۷. محسن گل پرور و سروره خاکسار، «سلامت عمومی دانشجویان تابعی از جهت‌گیری مذهبی، پای‌بندی مذهبی و باورهای دنیای عادلانه توزیعی و رویه‌ای»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۴، ص ۴۵.
۸. محبوبه البرزی و بهرام جوکار، « مقایسه خودگردانی مذهبی دانش‌آموزان تیزهوش با دانش‌آموزان عادی در شهرستان شیراز»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲ و ۳، ص ۸۴.
۹. شیما مهربانی طالقانی و فرامرز سهرابی، « بررسی مقایسه رابطه جهت‌گیری مذهبی (درونی-بیرونی) با سخت‌رویی در دانشجویان دختر و پسر»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲، ص ۱۵۶.
۱۰. احمدرضا کیانی و همکاران، « ابعاد جهت‌گیری مذهبی و مرزهای ارتباطی خانواده»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۹۵.
11. Allport.
12. J. McCormick, etal " Religious orientation and locus of control", presented at the *Australian Association for Research in Education Annual Conference*, p: 22.
13. G. S, Navara & S, James" Acculturative stress of missionaries: Does religious orientation affect religious coping andadjustment?", *International Journal of Intercultural Relations*, v 29, p: 39- 45.
14. S, Quackenbush, "Relioious Orientation and Meaning in Life", *Journal of Community Psychology*, v 28, p: 36.
۱۵. مسعود جان‌بزرگی، « جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان»، *پژوهش در پزشکی*، ش ۴، ص ۳۴۶.
۱۶. مهرداد نوابخش و همکاران، « بررسی میزان پایبندی مذهبی دانشجویان دانشگاه آزاداسلامی واحد گرمسار»، *پژوهش‌نامه علوم اجتماعی*، ش ۳، ص ۶۹.
17. M. M .Wlitter, " The effects of pray and prayer experiences of mersures of general (well-being)", *Journal of psychology and theology*,v 18, p: 120.
18. A. E. Bergin, " Religiosity and Mantal Health: A critical reevaluation and meta-analysis", *Journal of Professional Psychology: Research and Practice*, v 14, p: 20- 30.
۱۹. طاهره حسینی و حسین سلیمی، « رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا به بیماری»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۷۰.
۲۰. مرجان خوانین‌زاده و همکاران، « مقایسه سبک دل‌بستگی دانشجویان دارای جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی»، *روان‌شناسی*، ش ۳، ص ۲۲۷.
۲۱. علیرضا جعفری، « بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با شیوه‌های مقابله با استرس»، *علوم رفتاری*، ش ۱، ص ۹۱.
۲۲. پیمان آزموده و همکاران، « رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با سرسختی و شادکامی»، *روان‌شناسی*، ش ۱، ص ۶۰.
23. CH. A, Lewies .etal, " Religious orientation, religious coping and happiness", *Journal of personality and individual differences*, V 38, p: 1193.

۴۷. مجوبه دادفر، همان، ص ۹۳
۴۸. به نقل از طاهره حسینی و حسین سلیمی، همان، ص ۷۳.
49. T. L. Cal, " The role of religious resources for older adults coping with illness", *Journal of Pastoral Care & Counseling*, v 57(2), p: 21-24.
۵۰. طاهره حسینی و حسین سلیمی، همان، ص ۷۳
۵۱. عباس ابوالقاسمی، «نقش گرایش‌های دینی در اتخاذ شیوه‌های مقابله با استرس در سالمندان تهرانی»، *ارائه شده در اولین همایش نقش دین در بهداشت روانی*، ص ۳۰۲.
۵۲. علی صولتی و همکاران، « بررسی رابطه بین نگرش مذهبی، مهارت‌های مقابله و سلامت روانی در دانشجویان»، *ارائه شده در اولین همایش نقش دین در بهداشت روانی*، ص ۱۱۰.
53. G. S, Navarra & s., James" opcit, p: 39.
۵۴. جلال شاکری و همکاران، «ویژگی‌های شخصیتی، استرس، شیوه‌های مقابله و نگرش‌های مذهبی در افراد اقدام کننده به خودکشی»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ش ۱۲، ص ۲۴۴.
55. C. L, Parkand, L. H, Cohen," Religious and nonreligious coping with the death of friend", *Journal of cognitive therapy and research*, v 17, p: 40.
56. D. N, Macintosh, etal," Religious role in adjustment to a negative life event: Coping with the lost of a child ", *Journal for the Scientific Study of Religion*, v 30, p: 100.
۵۷. یاسر رضاپورمیر صالح و همکاران، «بررسی همبستگی جهت‌گیری مذهبی، ابعاد شخصیت و خودکارآمدی با سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان»، *پژوهش پرستاری ایران*، ش ۲۲، ص ۵۳.
58. Seligman.
59. positive psychology.
60. CH, Multafet, et., "Personality traits , religious orientation and Happiness", *Journal of Social and behavioral sciences*, V 9, p: 64.
۶۱. محمد قمری، «بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۷۶.
62. Bentham.
63. Cf. R., Veenhoven, " Happines", *The Psychology of Studies*, v 16(3), p: ۱۲۰.
64. Bradburn.
65. Cf. S, Lyubomirsky, " Why are som people happier then others?" *Journal of American psychologist*, v 5, p: 240.
66. Cf. H, Cheng & A. Furnham," Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression", *Journal of Personality and Individual Differences*, V 34, P: 922.
67. R, Veenhoven." The utility of happiness", *Journal of Social Indicators Research*, v 20, p: ۳۳۵
68. Malherbe.
۶۹. علی صحراييان و همکاران، «رابطه نگرش مذهبی و شادکامی»، *افق دانش*، ش ۱، ص ۷۰.
۷۰. ابوذر حیدری رفعت و علی عنایتی نوین‌فر، «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۴، ص ۶۲.
۷۱. احمد عابدی و همکاران، «رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان دوره متوسطه»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۲، ص ۴۷.
۷۲. به نقل از محمدباقر کجباف و همکاران، « بررسی تأثیر آموزش شادکامی بر کیفیت زندگی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان»، *خانواده پژوهی*، ش ۲۵(۷)، ص ۷۱.
73. G.G. Gallup, " Commentary on the stage of religion", *Journal of Religion in American: The Gallup Report*, No 222 p: 256.
۷۴. عباس روحانی و داود معنوی پور، « رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، ش ۳۵ و ۳۶، ص ۱۸۹.
۷۵. احمد عابدی و همکاران، همان، ص ۴۵.
۷۶. کاظم علی محمدی و مسعود آذربایجانی، « بررسی رابطه بین شادکامی اسلامی و شادکامی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه قم»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۷.
77. Religious Orientation Scale.
78. Fegean.
۷۹. علیرضا جعفری، همان، ص ۹۱.
80. Coping Inventory for Stressful Situations.
81. N. D. Endler, & J. D. A Parker, " Multidimensional assessment of coping:A critical evaluation". *Journal of Personality and Social Psychology*, v 58(5), p: 844- 854.
۸۲. به نقل از شهرام محمدخانی و رقیه باش قره، « رابطه هوش هیجانی و سبک‌های مقابله‌ای با سلامت عمومی دانشجویان»، *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ش ۲(۱)، ص ۴۱.
- ۸۳ همان.
- ۸۴ همان.
85. Oxford Happiness Inventory.
86. M. Argyle, & L. Lu, " The happiness of extraverts", *Personality and Individual Difference*, v 11, p: 1011- 1017.
۸۷. احمد علی‌پور و ناهید نوری، «بررسی پایایی و روایی مقیاس افسردگی - شادکامی»، *اصول بهداشت روانی*، ش ۳۱ و ۳۲، ص ۸۹.
۸۸. جلال شاکری و همکاران، همان، ص ۲۴۴.
۸۹. علیرضا جعفری، همان، ش ۱، ص ۹۲.
۹۰. راضیه نصیرزاده و کاظم رسول‌زاده طباطبایی، « بررسی رابطه باورهای مذهبی با راهبردهای مقابله با تنیدگی در دانشجویان»، *افق دانش*، ش ۲، ص ۳۶.
۹۱. یاسر رضاپورمیر صالح و همکاران، همان، ص ۵۳.
۹۲. عباس بخشی‌پور، «رابطه رضایت از زندگی، سبک مساله‌گشایی و نگرش مذهبی با سلامت روانی»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۹، ص ۸.
93. D. N, Macintosh, etal, opcit, p: 100.
94. C. L, Park and, L. H, Cohen, opcit, p: 40.
95. G. Crook, " The negative relationship between religion and substance use/abus", *Guliford press*, v 66, p: 127.
۹۶. عباس مختاری، همان، ص ۵۶.
۹۷. جلال شاکری و خیراله صادقی، « بررسی نقش رویدادهای استرس‌زای زندگی و روش‌های مقابله با عود PTSD در نمونه‌ای از جانبازان جنگ تحمیلی»، ص ۱۱۲.

۶۱. محمد قمری، «بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۷۶.
62. Bentham.
63. Cf. R., Veenhoven, " Happines", *The Psychology of Studies*, v 16(3), p: ۱۲۰.
64. Bradburn.
65. Cf. S, Lyubomirsky, " Why are som people happier then others?" *Journal of American psychologist*, v 5, p: 240.
66. Cf. H, Cheng & A. Furnham," Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression", *Journal of Personality and Individual Differences*, V 34, P: 922.
67. R, Veenhoven." The utility of happiness", *Journal of Social Indicators Research*, v 20, p: ۳۳۵
68. Malherbe.
۶۹. علی صحراييان و همکاران، «رابطه نگرش مذهبی و شادکامی»، *افق دانش*، ش ۱، ص ۷۰.
۷۰. ابوذر حیدری رفعت و علی عنایتی نوین‌فر، «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۴، ص ۶۲.
۷۱. احمد عابدی و همکاران، «رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان دوره متوسطه»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۲، ص ۴۷.

۱۲۵. علی صحرائیان و همکاران، همان، ص ۷۲.
۱۲۶. عبدالله فیض و همکاران، « رابطه سرسختی روان‌شناختی و روش‌های مقابله با تنیدگی»، *روان‌شناسی*، ش ۵، ص ۳۰۳.
۱۲۷. محمدمهدی حسن شاهی و مریم دارابی، «تأثیر راهبردهای مقابله بر سلامت روان دانشجویان: اثر تعدیل کننده سرسختی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناختی*، ش ۲۶، ص ۹۵.
۱۲۸. جلیل شاکری و همکاران، «ویژگی‌های شخصیتی، استرس، شیوه‌های مقابله و نگرش‌های مذهبی در افراد اقدام کننده به خودکشی»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ش ۱۲، ص ۲۴۴.
۱۲۹. محمدعلی بشارت و همکاران، همان، ص ۳۵.
130. H. Ben-Zur and M. Zeidner, "Gender differences in coping reactions under community crisis and daily routine conditions", *Journal of Personality and Individual Differences*, v 20, P: 331.
۱۳۱. فضل‌الله یزدانی و حسین آزاد، همان، ص ۱۶.
۱۳۲. ابوالقاسم یعقوبی، « بررسی رابطه هوش معنوی با میزان شادکامی دانشجویان»، پژوهش در نظام‌های آموزشی، ش ۴، ص ۹۸.
۱۳۳. مرتضی امیدیان، «بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان»، *مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی*، ش ۱، ص ۱۱۱.
۱۳۴. پیمان آزموده و همکاران، همان، ص ۶۰.
۱۳۵. فضل‌الله یزدانی، و حسین آزاد، همان، ص ۱۶.

98. Katz.

۹۹. مهرداد نوابخش و همکاران، «نقش دین و باورهای مذهبی بر سلامت روان» *پژوهش دینی*، ش ۱۴، ص ۸۹.

100. Ego- centic.

101. Freud.

۱۰۲. مسعود جان‌بزرگی، همان، ص ۳۴۶.

۱۰۳. یاسر رضاپور میر صالح و همکاران، همان، ص ۵۵.

۱۰۴. داود قادری، « رابطه جهت‌گیری مذهبی و شادکامی سالمندان»، *سالمندی ایران*، ش ۱۸، ص ۶۴.

۱۰۵. پیمان آزموده و همکاران، « رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با سرسختی و شادکامی»، *روان‌شناسی*، ش ۱، ص ۶۰.

106. CH. A. Lewies , etal, opcit, p: 1193- 1202.

۱۰۷. احمد عابدی و همکاران، همان، ص ۴۷.

۱۰۸. کاظم علی محمدی و مسعود آذربایجانی، همان، ص ۷.

۱۰۹. محمد قمری، «بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳(۳)، ص ۷۶.

۱۱۰. ابوذر حیدری رفعت و علی عنایتی نوین‌فر، «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۴، ص ۶۲.

۱۱۱. علی صحرائیان و همکاران، همان، ص ۷۲.

112. CH, Moltafet, etal, opcit, p: 64.

۱۱۳. علی صحرائیان و همکاران، همان، ص ۷۲ و ۷۳.

۱۱۴. پیمان آزموده و همکاران، همان، ص ۶۳.

۱۱۵. ربابه نوری و معصومه محمودی اقدم، « رابطه بین راهبردهای مقابله، شادکامی و کیفیت»، *مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ص ۳۸۶.

۱۱۶. احمد علیپور و همکاران، «رابطه‌ی بین راهبردهای مقابله‌ای و شادکامی دانشجویان»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۱۸، ص ۷۱.

۱۱۷. ندا نظربند و زهرا ابوالی، « بررسی رابطه احساس شادکامی با راهبردهای مقابله‌ای»، *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ص ۴۸۰.

۱۱۸. جلیل باباپورخیرالدین و سلمان عبدی، « رابطه بین راهبردهای مقابله‌ای و شادکامی»، *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ص ۶۵.

۱۱۹. فضل‌الله یزدانی و حسین آزاد، « بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و شادکامی در دختران و پسران دبیرستانی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ش ۴۶، ص ۱۶.

۱۲۰. ندا نظربند و زهرا ابوالی، همان، ص ۴۸۲.

۱۲۱. جلال شاکری و خیراله صادقی، همان، ص ۱۱۲.

۱۲۲. علی‌مراد حبیب‌وند، « رابطه جهت‌گیری مذهبی با اختلالات روانی و پیشرفت تحصیلی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، ص ۷۹.

۱۲۳. بنفشه غرابی و همکاران، همان، ص ۷۲.

۱۲۴. علی محمدزاده و محمود نجفی، همان، ص ۶۵.



- آزموده، پیمان و همکاران، « رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با سرسختی و شادکامی»، *روان‌شناسی*، ش ۱، بهار ۱۳۸۶، ص ۶۰-۷۴.
- ابوالقاسمی، عباس، «نقش‌گرایی‌های دینی در اتخاذ شیوه‌های مقابله با استرس در سالمندان تهرانی»، ارائه شده در اولین همایش نقش دین در بهداشت روانی، تهران ۲۷-۲۴ آذر، ۱۳۷۶، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
- البرزی، محبوبه و بهرام جوکار، «مقایسه خودگردانی مذهبی دانش‌آموزان تیزهوش با دانش‌آموزان عادی در شهرستان شیراز»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲ و ۳، بهار و تابستان ۱۳۸۴، ص ۸۴-۹۶.
- امیدیان، مرتضی، «بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان»، *مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی*، ش ۱، ۱۳۸۸، ص ۱۰۱-۱۱۶.
- بابا پورخیرالدین، جلیل و سلمان عبدی، «رابطه بین راهبردهای مقابله‌ای و شادکامی»، مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، او ۲ خرداد ۸۷، ص ۶۵-۶۹.
- بشارت، محمدعلی و همکاران، «هوش هیجانی و سبک‌های مقابله با استرس»، *مطالعات آموزش و یادگیری*، ش ۱، بهار و تابستان ۱۳۸۹، ص ۳۳-۴۷.
- بشارت، محمدعلی، «رابطه نارسایی هیجانی و سبک‌های مقابله با استرس»، *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ش ۴، بهار و تابستان ۱۳۸۸، ص ۹-۲۷.
- بهرامی، فاضل و عباس رضائی فرانی، «نقش باورهای مذهبی درونی و بیرونی در سلامت روان و میزان افسردگی سالمندان»، *توانبخشی*، ش ۱، بهار ۱۳۸۴، ص ۴۲-۴۷.
- بخشی‌پور، عباس، «رابطه رضایت از زندگی، سبک مساله‌گشایی و نگرش مذهبی با سلامت روانی»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۹، بهار ۱۳۸۷، ص ۸-۲۶.
- پورقانع، پرند و همکاران، «بررسی ارتباط اعتقادات مذهبی و میزان استرس دانشجویان»، *دو فصلنامه دانشکده‌های پرستاری و مامایی استان گیلان*، ش ۶۳(۲۰)، بهار و تابستان ۱۳۸۹، ص ۱۰-۱۵.
- جان‌بزرگی، مسعود، «جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان»، *پژوهش در پزشکی*، ش ۴، زمستان ۱۳۸۶، ص ۳۴۵-۳۵۰.
- حبیب‌وند، علی‌مراد، «رابطه جهت‌گیری مذهبی با اختلالات روانی و پیشرفت تحصیلی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۷، ص ۸۰-۱۰۰.
- جعفری، علیرضا، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با شیوه‌های مقابله با استرس»، *علوم رفتاری*، ش ۱، ۱۳۸۸، ص ۹۱-۱۱۴.
- حسینی، طاهره و حسین سلیمی، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا به بیماری»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، پاییز ۱۳۹۰، ص ۶۹-۸۲.
- حسن‌شاهی، محمدمهدی و مریم دارایی، «تأثیر راهبردهای مقابله بر سلامت روان دانشجویان: اثر تعدیل‌کننده سرسختی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناختی*، ش ۲۶، زمستان ۱۳۸۴، ص ۷۷-۹۸.
- حیدری رفعت، ابودر و علی عنایتی نوین‌فر، «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۴(۳)، زمستان ۱۳۸۹، ص ۶۱-۷۲.

- حیدرئی، علیرضا و همکاران، «رابطه فشارزاهای تحصیلی، تفکرات مذهبی و سلامت روان با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش ۵، پاییز ۱۳۸۸، ص ۳۰-۴۲.
- خداپناهی، محمد کریم و محمدعلی خاکسار بلداجی، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و سازگاری روان‌شناختی»، *روان‌شناسی*، ش ۳ (۹)، پاییز ۱۳۸۴، ص ۳۱۰-۳۲۰.
- خوانین‌زاده، مرجان و همکاران، «مقایسه سبک دل‌بستگی دانشجویان دارای جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی»، *روان‌شناسی*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۴، ص ۲۲۷-۲۴۷.
- دادفر، محبوبه، «بررسی نقش دین در بهداشت روانی و فرایندهای روان‌درمانی»، *نقد و نظر*، ش ۳ و ۴، ۱۳۸۳، ص ۸۴-۱۲۱.
- دفاعی، مریم و علی دهقانی، «بررسی ارتباط روش‌های مقابله‌ای با اعتقادات مذهبی و فعالیت‌های اجتماعی در زوج‌های ناباور»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد*، ش ۳(۱۰)، پاییز ۱۳۸۱، ص ۸۰-۸۶.
- روحانی، عباس و داود معنوی‌پور، «رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت ناشی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، ش ۳ و ۳۶، بهار و تابستان ۱۳۸۷، ص ۱۸۹-۲۰۶.
- رضایپور میر صالح، یاسر و همکاران، «بررسی همبستگی جهت‌گیری مذهبی، ابعاد شخصیت و خودکارآمدی با سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان»، *پژوهش پرستاری ایران*، ش ۲۲، پاییز ۱۳۹۰، ص ۵۲-۶۴.
- شاکری، جلال و همکاران، «ویژگی‌های شخصیتی، استرس، شیوه‌های مقابله و نگرش‌های مذهبی در افراد اقدام‌کننده به خودکشی»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ش ۱۲، پاییز ۱۳۸۵، ص ۲۴۴-۲۵۰.
- شاکری، جلال و خیراله صادقی، «بررسی نقش رویدادهای استرس‌زای زندگی و روش‌های مقابله با عود PTSD در نمونه‌ای از جانبازان جنگ تحمیلی»، *طب نظامی*، ش ۵، تابستان ۱۳۸۲، ص ۱۱۱-۱۱۶.
- صحرائیان، علی و همکاران، «رابطه نگرش مذهبی و شادکامی»، *افق دانش*، ش ۱(۱۷)، بهار ۱۳۹۰، ص ۶۹-۷۴.
- صولتی، علی و همکاران، «بررسی رابطه بین نگرش مذهبی، مهارت‌های مقابله و سلامت روانی در دانشجویان»، *ارائه شده در اولین همایش نقش دین در بهداشت روانی*، تهران ۲۷-۲۴ آذر، ۱۳۸۰ دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
- عابدی، احمد و همکاران، «رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان دوره متوسطه»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۱(۲)، بهار و تابستان ۱۳۸۷، ص ۴۵-۵۸.
- عباسی، مهدی و مسعود جان‌بزرگی، «رابطه ابعاد جهت‌گیری مذهبی با پایداری هیجانی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۹، ص ۵-۱۸.
- عسگری، پرویز و همکاران، «تأثیر آموزش شیوه‌های تربیتی سیره عملی پیامبر اکرم (ص) بر تفکر دینداری، اعتقادات و باورهای مذهبی و سلامت روان دانش‌آموزان دوره متوسطه»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ش ۴۰ (۱۱)، تابستان ۱۳۸۸، ص ۱۳-۲۵.
- علیپور، احمد و ناهید نوری، «بررسی پایایی و روایی مقیاس افسردگی - شادکامی»، *اصول بهداشت روانی*، ش ۳۱ و ۳۲، پاییز و زمستان ۱۳۸۸، ص ۸۷-۹۶.
- علیپور، احمد و همکاران، «رابطه‌ی بین راهبردهای مقابله‌ای و شادکامی دانشجویان»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۱۸، تابستان ۱۳۸۹، ص ۷۱-۸۶.

- علی محمدی، کاظم وآذربایجانی مسعود، « بررسی رابطه بین شادکامی اسلامی و شادکامی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه قم»، *روان‌شناسی و دین*، ۳(۲)، پاییز ۱۳۸۸، ص ۷-۲۸.
- غرابی، بنفشه و همکاران، « بررسی ارتباط سلامت روان با مذهب درونی و بیرونی در شهر کاشان»، *روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ش ۱۰، تابستان ۱۳۸۷، ص ۶۵-۸۸.
- فیض، عبدالله و همکاران، « رابطه سرسختی روان‌شناختی و روش‌های مقابله با تنیدگی»، *روان‌شناسی*، ش ۵، ۱۳۸۰، ص ۳۰۳-۳۱۵.
- قادر، داود، « رابطه جهت‌گیری مذهبی و شادکامی سالمندان»، *سالمنندی ایران*، ش ۱۸، زمستان ۱۳۸۹، ص ۶۴-۷۱.
- قمری، محمد، « بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳(۳)، پاییز ۱۳۸۹، ص ۷۵-۹۱.
- کجباف، محمداقبر و همکاران، « بررسی تأثیر آموزش شادکامی بر کیفیت زندگی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان»، *خانواده پژوهی*، ش ۲۵(۷)، بهار ۱۳۹۰، ص ۶۹-۸۱.
- کرمانی مامازندی، زهرا و عصمت دانش، « تأثیر نگرش مذهبی و هیجان‌خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متأهل شهرستان پاکدشت»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲، تابستان ۱۳۹۰، ص ۱۲۹-۱۵۴.
- کیانی، احمدرضا و همکاران، « ابعاد جهت‌گیری مذهبی و مرزهای ارتباطی خانواده»، *فصلنامه روان‌شناسی و دین*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۹، ص ۹۴-۱۰۶.
- کیومرثی، محمدرضا، « رابطه جهت‌گیری مذهبی با عوامل شخصیت»، *معرفت*، ش ۷۵، اسفند ۱۳۸۲، ص ۵۹-۷۷.
- گل پرور، محسن و سرور خاکسار، « سلامت عمومی دانشجویان تابعی از جهت‌گیری مذهبی، پای‌بندی مذهبی و باورهای دنیای عادلانه توزیعی و رویه‌ای»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۴، بهار و تابستان ۱۳۸۸، ص ۴۵-۵۵.
- مهرابی طالقانی، شیما و فرامرز سهرابی، « بررسی مقایسه رابطه جهت‌گیری مذهبی (درونی- بیرونی) با سخت رویی در دانشجویان دختر و پسر»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۲، تابستان ۱۳۹۰، ص ۱۵۵-۱۷۳.
- منصورنژاد، زهرا و همکاران، « بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی (درونی، بیرونی) و جنسیت با اضطراب مرگ در بین دانشجویان»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش ۵، تابستان ۱۳۸۹، ص ۱۳۵-۱۴۳.
- محمدرضایی، شهرام و رقیه باش‌قره، « رابطه هوش هیجانی و سبک‌های مقابله‌ای با سلامت عمومی دانشجویان»، *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ش ۱، بهار ۱۳۸۷، ص ۳۷-۴۷.
- محمدرزاده علی و محمود نجفی، « پیش‌بینی وسواس مرگ بر اساس سوگیری‌های مذهبی: بررسی نقش جنسیت»، *روان‌شناسی بالینی*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۹، ص ۶۵-۷۲.
- نصیرزاده، راضیه و کاظم رسول‌زاده طباطبایی، « بررسی رابطه باورهای مذهبی با راهبردهای مقابله با تنیدگی در دانشجویان»، *افتق دانش*، ش ۲(۱۵)، تابستان ۱۳۸۸، ص ۳۶-۴۴.
- نوری، ربابه و معصومه محمودی اقدم، « رابطه بین راهبردهای مقابله، شادکامی و کیفیت»، *مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ۲۳ و ۲۲ اردیبهشت ۸۹، ص ۳۸۶-۳۸۷.
- نظربلند، ندا و زهرا ابوالی، « بررسی رابطه احساس شادکامی با راهبردهای مقابله‌ای»، *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ۲۰ خرداد ۸۷، ص ۴۸۰-۴۸۴.

- نوابخش، مهرداد و همکاران، « بررسی میزان پایبندی مذهبی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار»، *پژوهش‌نامه علوم اجتماعی*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۸، ص ۶۱-۹۱.
- نوابخش، مهرداد و حمید پوریوسفی، « نقش دین و باورهای مذهبی بر سلامت روان»، *پژوهش دینی*، ش ۱۴، زمستان ۱۳۸۵، ص ۷۱-۹۴.
- یعقوبی، ابوقاسم، « بررسی رابطه هوش معنوی با میزان شادکامی دانشجویان»، *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ش ۴، تابستان ۱۳۸۹، ص ۸۵-۹۵.
- یزدانی، فضل‌الله و حسین آزاد، « بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای و شادکامی در دختران و پسران دبیرستانی»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ش ۴۶، تابستان ۱۳۸۲، ص ۱۶-۴۶.
- Argyle, M., & Lu, L., "The happiness of extraverts", *Personality and Individual Difference*, 1990, v 11, p: 1011- 1017.
- Ben-Zur, H , and. Zeidner, M., "Gender differences in coping reactions under community crisis and daily routine conditions", *Journal of Personality and Individual Differences*, v 20, 1996, p: 331- 340.
- Bergin, A. E., " Religiosity and Mental Health: A critical reevaluation and meta-analysis", *Journal of Professional Psychology: Research and Practice*, v 14, 1983, p: 20- 30.
- Cheng, H., & Furnham, A., " Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression", *Journal of Personality and Individual Differences*, V 34, 2003, P: 921- 942.
- Call, T. L., "The role of religious resources for older adults coping with illness", *Journal of Pastoral Care & Counseling*, v 57(2), 2003, p: 21-24.
- Crook, G, "Theneegative relationship between religion and substance use/abus", *Guliford, press*, v 66, 2003, p: 122- 129.
- Endler, N. D., & Parker, J. D. A., " Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation". *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, v 58(5), p: 844- 854.
- Gallup, G. G., "Commentary on the stage of religion", *Journal of Religion in American: The Gallup Report*, No 222, 1984, p: 255- 263
- Genia, V" Quest, and fundamentalism as predictor of psychological and spiritual well – being", *Journal for the scientific of Religion*, v 35, 1996, p: 64- 56.
- Lyubomirsky, s., "Why are som people happier than others?" *Journal of American psychologist*, v 5(2), 2001, p: 239- 249.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S., " Stress, appraisal and coping", *From Spinger Publishing Company*, NewYork: USA, 1984, p : 44- 234.
- Lewies, CH. A.etal., " Religious orientation, religious coping and happiness", *Journal of personality and individual differences*, V 38(1), 2005, p: 1193- 1202.
- Moltafet , CH. etal., " Personality traits, religious orientation and Happiness", *Journal of Social and behavioral sciences*, V 9, 2010, p: 63- 69.
- Macintosh, D. N.etal., " Religious role in adjustment to a negative life event: Coping with the lost of a child", *Journal for the Scientific Study of Religion*, v 30, 1993, p: 100- 120.
- McCormick, J.etal., " Religious orientation and locus of control", *presented at the Australian Association for Research in Education Annual Conference*, Sydney, 2009, p: 22- 24.
- Navara, G. S., & James, S., " Acculturative stress of missionaries: Does religious orientation affect religious coping and adjustment?", *International Journal of Intercultural Relations*, v 29, 2005, p: 39- 45.
- Pargament, K. L., "God help me: Toward a theoretical framework of coping for the psychology of religion" , *Resarch in the Social Scientific Study of Religion*, 1990, v 2, p: 195- 224.

