

رابطه «انگیزش دینی» و «خودشناسی» با «فضایل اخلاقی»

محمدتقی تیبک*

دکتر نیما قربانی**

دکتر سید محمدرضا رضازاده***

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی نقش فرایندهای خودشناختی و جهت‌گیری دینی در «توان‌مندی‌های خوی» بود. ۳۱۵ دانشجوی (۲۲۷ مرد و ۸۸ زن) به پرسشنامه‌های نیل پاسخ دادند: مقیاس خودشناسی انسجامی (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸)، مقیاس بهوشیاری (براون و ریان، ۲۰۰۳)، مقیاس بازنگری‌شده جهت‌گیری دینی (هیل، ۱۹۹۹) و پرسشنامه ارزش‌ها در عمل: ابراز قابلیت خود (پترسون، ۲۰۰۴). نتایج نشان داد که توان‌مندی‌های خوی با خودشناسی انسجامی، بهوشیاری و جهت‌گیری دینی درونی و جهت‌گیری دینی بیرونی فردی، همبستگی مثبت دارد. تحلیل رگرسیون نشان داد که از میان متغیرهای پیش‌بین، خودشناسی انسجامی، بیشترین نقش را در تبیین واریانس توان‌مندی‌های خوی دارد و از میان انواع دین‌داری، فقط جهت‌گیری دینی درونی توانست واریانس توان‌مندی‌های خوی را تبیین کند. پس از کنترل فرایندهای خودشناختی (از طریق رگرسیون سلسله‌مراتبی)، جهت‌گیری دینی درونی توانست مقادیر معناداری از توان‌مندی‌های خوی را تبیین کند.

واژه‌های کلیدی: خودشناسی انسجامی، بهوشیاری، جهت‌گیری دینی، توان‌مندی‌های خوی، فضایل اخلاقی، روان‌شناسی مثبت.

مقدمه

بررسی پیوند دین و اخلاق، از پرسش‌های مشترک دانش‌هایی مانند فلسفه اخلاق، فلسفه دین، الهیات، فلسفه سیاست و روان‌شناسی، به‌ویژه روان‌شناسی دین و روان‌شناسی مثبت است. رویکرد اخلاق فضیلت^۱ که پیشینه طولانی میان فلاسفه اخلاق دارد، با کوشش روان‌شناسان مثبت وارد علم روان‌شناسی شده است. جنبش روان‌شناسی مثبت، والاترین فضیلت‌های اخلاقی مورد پسند ادیان بزرگ جهان را وارد ادبیات روان‌شناسی کرد. آنها عبارتند از: حکمت، شجاعت، عدالت، انسانیت، خویش‌داری و معنویت. روان‌شناسان مثبت با اعتقاد به اینکه فضیلت‌های یاد شده انتزاعی بوده و باید به متغیرهای آزمون‌پذیر برگردانده شوند، کوشیدند با بهره‌گیری از رویکرد صفات که در نظریه‌های شخصیت مطرح است، آن فضایل را در قالب متغیرهای روان‌شناختی آزمون‌پذیر در آورند. نتایج تلاش آنها در قالب طبقه‌بندی ارزش‌ها در عمل^۲ در آمد. طبقه‌بندی ارزش‌ها در عمل به عنوان مجموعه‌ای از خصیصه‌های روان‌شناختی انگاشته می‌شود که حالت طیفی داشته و در دامنه‌ای از افکار، احساس‌ها و رفتارها بروز می‌کنند و باعث جلوه‌گر شدن فضایل بنیادین اخلاقی^۳ می‌شوند (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). طبقه‌بندی ارزش‌ها در عمل، بیست و چهار توان‌مندی را ذیل شش فضیلت اخلاقی اصلی سازمان داده است. روان‌شناسان مثبت‌نگر، برای رسیدن به این طبقه‌بندی، افزون بر مطالعه گسترده در آثار روان‌شناسان آیین‌های کنفوسیوس و تائوئیسم در چین، بودیسم و هندویسم در آسیای جنوبی، فلسفه یونان باستان و نیز ادیان یهودی- مسیحی و اسلام را بررسی کرده‌اند (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴؛ پارک^۴، ۲۰۰۹). مقیاس‌های مختلفی براساس طبقه‌بندی ارزش‌ها در عمل ساخته شد که توان‌مندی‌های خوی^۶ (اخلاقی) را در شش زمینه شناختی، هیجانی، بین‌فردی، شهروندی، اعتدال و تعالی می‌سنجد.

-
1. virtue ethics.
 2. Values in action.
 3. core virtues.
 4. Peterson & Seligman.
 5. Park.
 6. Character strengths.

از سوی دیگر، متخصصان حوزه روان‌شناسی دین با ساخت مقیاس‌های متعددی، رابطه دین‌داری با رفتارهای متنوع اخلاقی را مورد آزمون تجربی قرار دادند. پژوهش‌های بسیاری نشان می‌دهد که دین‌داری سالم و بالغانه با رفتارهای اخلاقی مانند کمک به دیگران (اوسلانر^۱، ۲۰۰۲؛ لم^۲، ۲۰۰۲)، گذشت (گرساچ و هائو^۳؛ مک‌الک^۴ و همکاران، ۲۰۰۵، ۱۹۹۳)، صداقت (پرین^۵، ۲۰۰۰؛ تروروت^۶ و همکاران، ۱۹۹۴)، خودمهارگری (گیر و باومایستر^۷، ۲۰۰۵) و قدردانی (آقابابائی و تیبک، زیر چاپ؛ مک‌الک و همکاران، ۲۰۰۲) رابطه مثبت دارد و با رفتارهای ضد اخلاقی مانند سوء مصرف مواد (گرساچ، ۱۹۹۵، میخالاک^۸ و همکاران، ۲۰۰۷)، رفتارهای مجرمانه و بزهکاری (بایر و رایت^۹، ۲۰۰۱)، رفتارهای جنسی خارج از چارچوب ازدواج (د ویسر^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۷)، بدرفتاری خانگی (ماهونی^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۱)، تبعیض و تعصبات نامقبول (روات و فرانکلین^{۱۲}، ۲۰۰۴) ارتباط منفی دارد.

شماری از نظریه‌های شخصیتی و بالینی همچون روان‌تحلیل‌گری (فرنچ^{۱۳}، ۱۹۵۲؛ فروید، ۱۹۱۲؛ پرلز، ۱۹۷۳، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷)، انسان‌گرایی (راجرز، ۱۹۶۱، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷)، شناختی-رفتاری (تیزدیل^{۱۴}، ۱۹۹۹، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷) و انگیزشی (کهل و کازن^{۱۵}، ۱۹۹۴، رایان و دسی^{۱۶}، ۲۰۰۰، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷) که در طیف گسترده‌ای از جهت‌گیری‌ها جای

1. Uslaner.
2. Lam.
3. Gorsuch & Hao.
4. McCullough.
5. Perrin.
6. Ter Voert.
7. Geyer & Baumeister.
8. Michalak.
9. Baier & Wright.
10. De Visser.
11. Mahoney.
12. Rowatt & Franklin.
13. French.
14. Teasdale.
15. Kuhl and Kazen.
16. Ryan & Deci.

می‌گیرند، از ارزش‌مندی آگاهی انسجامی^۱ پشتیبانی می‌کنند. اصطلاح خودآگاهی انسجامی، اشاره به توجه و آگاهی اکتشافی و بی‌پرده برای به دست آوری اطلاعات، بالا بردن بینش و در نتیجه، آسانی در بهزیستی و سازش دارد. با اینکه از خودآگاهی انسجامی، در ساختارهای مختلف توصیف‌های گوناگون می‌شود، اما می‌توان از خودآگاهی انسجامی، به کششی همگون و غیرتبعیضی نسبت به آنچه در بیرون و درون در حال وقوع است، تعبیر کرد؛ میلی که مایه سازمان‌یافتگی و انسجام است (رایان ۱۹۹۵، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷). این‌گونه کنش انسجامی، مستلزم پذیرش شیوه‌هایی است که در آنها به جای مهار فشارهای برآمده از محیط یا خودپنداره، اطلاعات جامع و کاملی از آنچه در حال وقوع است به دست می‌آید. این‌گونه از توجه برای عملکرد منسجم خود، اساسی است (دسی و رایان ۱۹۸۵؛ هاجینز و نی^۲، ۲۰۰۲، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷). براساس نظریه خودتعیین‌گری^۳، بهوشیاری^۴ بنیانی برای خودنظم‌بخشی سالم است (رایان و دسی ۲۰۰۴، به نقل از برون و همکاران، ۲۰۰۷). زمانی که آگاهی بازداری می‌شود، شخص توان کمتری برای کاربست خودنظم‌بخشی کارآمد خواهد داشت. از سوی دیگر، گیر و باومایستر (۲۰۰۵) بر مؤلفه خودنظم‌بخشی، به عنوان عاملی که در تحقق بسیاری از توان‌مندی‌های اخلاقی دخیل است پافشاری می‌کنند. آنها خودنظم‌بخشی را به عنوان فضیلت برتر در نظر می‌گیرند. براساس این نظریه‌ها می‌توان گفت فرایندهای خودشناختی از راه تأثیر بر خودنظم‌بخشی موجب شکوفایی توان‌مندی‌های خوی (اخلاقی) می‌شوند.

در پژوهش حاضر، رابطه فرایندهای خودشناختی و دین‌داری با توان‌مندی‌های خوی بررسی خواهد شد. از آنجا که بخش چشم‌گیری از آموزه‌های دینی درباره فضیلت‌های اخلاقی و راه‌های رسیدن به آنهاست، فرضیه پژوهش حاضر این است که دین‌داری، حتی پس از کنترل عامل خودشناسی می‌تواند توان‌مندی‌های خوی را تبیین کند.

-
1. Integrative awareness.
 2. Hodgins & Knee.
 3. Self-determination theory.
 4. Mindfulness.

روش

جامعه آماری این پژوهش، دانشجویان دانشگاه‌های تهران، صنعتی شریف، و شاهد در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۹ بود. ۳۱۵ دانشجو (۲۲۷ پسر، ۸۸ دختر) با روش نمونه‌برداری غیرتصادفی، انتخاب شدند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۴ سال و چهار ماه بود. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. برای این مدل‌ها تعداد نمونه دست کم ۱۰ تا ۲۰ برابر تعداد متغیرهای مستقل تعیین شده است (فراهانی و عریضی، ۱۳۸۴؛ هومن، ۱۳۸۶)؛ بدین ترتیب با وجود ۵ متغیر مستقل (خودشناسی انسجامی، بهوشیاری و عامل‌های سه‌گانه جهت‌گیری دینی)، حجم نمونه این پژوهش بسنده است. در این پژوهش مقیاس‌های زیر کار بسته شد:

پرسشنامه ارزش‌ها در عمل: ابراز قابلیت خود^۱ (پترسون، ۲۰۰۴): این پرسشنامه توان‌مندی‌های انسانی را در شش زمینه شناختی، هیجانی، بین‌فردی، شهروندی، اعتدال و تعالی می‌سنجد. برای هر شرکت‌کننده، افزون بر شش زیرمقیاس گفته شده، یک نمره کلی در زمینه توان‌مندی‌های خوی بدست می‌آید. این پرسشنامه براساس دسته‌بندی «ارزش‌ها در عمل» ساخته شده است. مطالعات آغازین نشان داده است که این پرسشنامه دارای روایی و اعتبار رضایت بخشی است. برای مثال، نمره خودگزارش دهی و دیگرگزارش دهی همبستگی بالایی داشت (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). در نمونه حاضر، پایایی درونی پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمد. نسخه فارسی این پرسشنامه برای انجام این پژوهش، طی فرایند استاندارد ترجمه و ترجمه برگردان تهیه شد. شرکت‌کنندگان در یک مقیاس شش درجه‌ای، به گویه‌های ۲۴ گانه این پرسشنامه پاسخ دادند.

مقیاس خودشناسی انسجامی (قربانی و دیگران، ۲۰۰۸): این مقیاس، برآیند بازنگری در نظریه دو وجه خودشناسی تجربه‌ای و تأملی است (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸، ۱۳۸۵)، که هر دو وجه خودشناسی تجربه‌ای و تأملی را به صورت منسجم با ۱۲ گویه می‌سنجد. بررسی‌های میان‌فرهنگی در ایران و آمریکا از اعتبار و روایی سازه، ملاک و پیش‌بین این مقیاس حکایت می‌کند (قربانی، ۲۰۰۸). برای نمونه، پایایی درونی آن با

1. Values in Action Rising to the Occasion Inventory.

روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ و همبستگی آن با مقیاس بهوشیاری^۱ بین ۰/۶۲ و ۰/۶۸ به دست آمده است (آقابابائی، قربانی و خدابخش، ۱۳۹۰). شرکت کنندگان به هر گویه، در مقیاس پنج درجه‌ای از عمدتاً مخالف (۰) تا عمدتاً موافق (۴) پاسخ می‌دهند. مقیاس بهوشیاری (براون و ریان، ۲۰۰۳) این آزمون شامل ۱۵ سؤال است. آزمودنی به هر سؤال در مقیاس شش درجه‌ای از تقریباً همیشه (۰) تا تقریباً هیچ وقت (۵) پاسخ می‌دهد. این مقیاس توسط براون و رایان ساخته شده است. روایی و پایایی این آزمون براساس نمونه‌ها و پژوهش‌های متعدد (برون و رایان، ۲۰۰۳) بالا گزارش شده است. مقیاس بازنگری شده جهت‌گیری دینی (هیل، ۱۹۹۹): مقیاس بازنگری شده جهت‌گیری دینی، جهت‌گیری درونی و بیرونی (فردی و اجتماعی) دینی را می‌سنجد. این مقیاس شامل ۱۴ گویه است و در مقیاس پنج درجه‌ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) فراهم شده است. ۸ گویه جهت‌گیری درونی، ۳ گویه جهت‌گیری بیرونی فردی، و ۳ گویه جهت‌گیری بیرونی اجتماعی را می‌سنجد (هیل، ۱۹۹۹). پایایی درونی عامل‌های سه‌گانه این مقیاس در گروهی از دانشجویان ایرانی با روش آلفای کرونباخ از ۰/۷۵ تا ۰/۸۵ بدست آمده است (آقابابائی، ۲۰۱۳).

یافته‌ها

در جدول ۱ میانگین نمرات آزمودنی‌ها به تفکیک جنسیت و همچنین آلفای کرونباخ مقیاس‌های پژوهش ارائه شده است. بررسی تفاوت‌های جنس نشان داد که میانگین نمره دانشجویان دختر در مقیاس توان‌مندی‌های خوی از دانشجویان پسر بیشتر است (به ترتیب ۴/۳۵ و ۴/۲۷). نتایج آزمون t به منظور میزان معنادار بودن این تفاوت نشان دادند که تفاوت معناداری بین نمره دانشجویان دختر و پسر در مقیاس توان‌مندی‌های خوی مشاهده نمی‌شود ($p=0/31$, $t=-1/01$). نتایج آزمون t در مورد سایر متغیرها نشان دادند که تنها تفاوت در بهوشیاری و جهت‌گیری بیرونی فردی در دو جنس معنادار است. با توجه به اینکه تفاوت دو گروه دختر و پسر در مورد دو متغیر فوق تأثیری بر معناداری نتایج همبستگی و تحلیل واریانس نداشت، ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش برای آزمون‌های دختر و پسر روی هم انجام شد. همچنین،

1. Mindfulness scale.

داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد آلفای به‌دست آمده در این نمونه، برای تمام مقیاس‌های به‌کاربرده شده در پژوهش، در سطح مطلوبی است.

جدول ۱: مقایسه مردان و زنان در فرایندهای خودشناختی، جهت‌گیری دینی، و توان‌مندی‌های خوی

ت	دانشجویان دختر	دانشجویان پسر	آلفا	گروه
	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)		متغیرها
-۱/۰۱	۴/۳۵ (۰/۵۹)	۴/۲۷ (۰/۶۸)	۰/۸۷	۱- توان‌مندی‌های خوی
-۰/۶۶	۳/۶۹ (۰/۶۹)	۳/۶۳ (۰/۶۴)	۰/۸۱	۲- خودشناسی انسجامی
-۳/۰۵**	۴/۳۰ (۰/۶۲)	۴/۰۲ (۰/۷۳)	۰/۸۰	۳- بهوشیاری
-۱/۸۳	۳/۷۸ (۰/۸۲)	۳/۵۸ (۰/۹۲)	۰/۸۳	۴- جهت‌گیری دینی درونی
-۵/۸۲**	۳/۹۶ (۰/۸۵)	۳/۲۱ (۱/۱۰)	۰/۸۰	۵- جهت‌گیری دینی بیرونی فردی
۱/۱۷	۲/۰۲ (۰/۸۶)	۲/۱۶ (۰/۹۵)	۰/۷۲	۶- جهت‌گیری دینی بیرونی اجتماعی

**p<۰/۰۱ *p<۰/۰۵

نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که متغیرهای خودشناسی انسجامی، بهوشیاری و جهت‌گیری دینی درونی و بیرونی فردی با توان‌مندی‌های خوی همبستگی مثبت دارند، و تنها بین توان‌مندی‌های خوی و جهت‌گیری دینی بیرونی اجتماعی همبستگی منفی بود.

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون بین فرایندهای خودشناختی، جهت‌گیری دینی، و توان‌مندی‌های خوی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱- توان‌مندی‌های خوی					
۲- خودشناسی انسجامی	۰/۴۰**				
۳- بهوشیاری	۰/۳۶**	۰/۵۸**			
۴- جهت‌گیری دینی درونی	۰/۲۸**	۰/۲۹**	۰/۳۳**		
۵- جهت‌گیری دینی بیرونی فردی	۰/۱۸**	۰/۰۴	۰/۲۰**	۰/۵۰**	
۶- جهت‌گیری دینی بیرونی اجتماعی	-۰/۰۵	-۰/۰۳	-۰/۰۲	۰/۲۶**	۰/۲۱**

**p<۰/۰۱ *p<۰/۰۵

سپس فرایندهای خودشناختی و جهت‌گیری دینی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و توان‌مندی‌های خوی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج تحلیل و ضریب رگرسیون در جدول ۳ آمده است. نتایج تحلیل واریانس و شاخص‌های آماری رگرسیون نشان دادند که توان‌مندی‌های خوی توسط خودشناسی انسجامی (ضریب بتا = ۰/۲۷)، بهوشیاری (ضریب بتا = ۰/۱۲)، و جهت‌گیری دینی درونی (ضریب بتا = ۰/۱۳) پیش‌بینی می‌شوند ($P < ۰/۰۰۱$ و $F=۱۷/۵۷$). این متغیرها قادرند حدود ۰/۲۲ از پراکندگی نمره‌های توان‌مندی‌های خوی را پیش‌بینی کنند ($R^2 = ۰/۲۲$). این یافته‌ها گویای این نکته‌اند که هرچه نمره در فرایندهای خودشناختی و جهت‌گیری دینی درونی بالاتر باشد در مقیاس توان‌مندی‌های خوی نیز نمره بالاتری به دست می‌آید.

جدول ۳: نتایج ضرایب رگرسیون هم‌زمان پیش‌بینی توان‌مندی‌های خوی
براساس فرایندهای خودشناختی و جهت‌گیری دینی

متغیرهای پیش‌بین	ضریب b	β	R^2	R
خودشناسی انسجامی	۰/۲۷	۰/۲۷**	۰/۲۲	۰/۴۷
بهوشیاری	۰/۱۱	۰/۱۲*		
جهت‌گیری دینی درونی	۰/۱۰	۰/۱۳*		
جهت‌گیری دینی بیرونی فردی	۰/۰۶	۰/۰۹		
جهت‌گیری دینی بیرونی اجتماعی	-۰/۰۷	-۰/۰۹		

** $p < ۰/۰۱$ * $p < ۰/۰۵$

باتوجه به اینکه هدف اصلی پژوهش حاضر این بود که مشخص کند «آیا با کنترل فرایندهای خودشناختی و فراسوی سهم این فرایندها، متغیر جهت‌گیری دینی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده معناداری برای توان‌مندی‌های خوی باشد؟»، تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی به کار گرفته شد.

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی در جدول ۴ آمده است. در گام اول فرایندهای خودشناختی به عنوان متغیر مستقل وارد معادله شدند که حدود ۰/۴۳ ($R^2 = ۰/۴۳$) از واریانس نمره‌های توان‌مندی‌های خوی را تبیین کردند ($P < ۰/۰۰۱$). از آنجا که فقط جهت‌گیری دینی درونی توانسته بود واریانس توان‌مندی‌های خوی را به

طور معنادار پیش‌بینی کند، در گام دوم فقط جهت‌گیری دینی درونی به عنوان متغیر مستقل وارد معادله شد. میزان تغییر در واریانس توجیه (ΔR^2) برابر با ۰/۰۲ به دست آمد که از لحاظ آماری معنادار بود ($P < ۰/۰۰۱$). بنابراین، جهت‌گیری دینی درونی از اعتبار افزایشی برخوردار است و افزون بر فرایندهای خودشناختی می‌تواند توان‌مندی‌های خوی را پیش‌بینی کند.

جدول ۴: نتایج ضرایب رگرسیون چندمتغیره پیش‌بینی توان‌مندی‌های خوی براساس فرایندهای خودشناختی و جهت‌گیری دینی

شاخص	B	SE	β	R^2	ΔR^2
متغیر پیش‌بین					
گام اول				۰/۴۳**	
خودشناسی انسجامی	۶/۹۶	۱/۵۱	۰/۲۹**		
بهوشیاری	۴/۱۱	۱/۳۷	۰/۱۹**		
گام دوم					۰/۰۲**
خودشناسی انسجامی	۶/۴۰	۱/۵۰	۰/۲۶**		
بهوشیاری	۳/۲۷	۱/۳۸	۰/۱۵*		
جهت‌گیری دینی درونی	۲/۷۴	۰/۹۴	۰/۱۵**		۰/۴۵**

** $p < ۰/۰۱$ * $p < ۰/۰۵$

بحث و نتیجه‌گیری

رشد و ارتقای ساحت اخلاقی زندگی بشر دغدغه همه اندیشمندان از جمله روان‌شناسان است. روان‌شناسان باور دارند که زندگی اخلاقی مایه پیشرفت سلامت روانی جامعه و بازدارنده از دچار شدن به بیماری‌های روانی است. در پژوهش حاضر سطح زندگی اخلاقی افراد و رابطه آن با دین‌ورزی و سطح خودشناسی افراد آزموده شدند. نتایج نشان داد که توان‌مندی‌های خوی (اخلاقی) با خودشناسی انسجامی، بهوشیاری و جهت‌گیری دینی درونی و جهت‌گیری دینی بیرونی فردی همبستگی مثبت دارد. نیز فرایندهای خودشناختی (خودشناسی انسجامی و بهوشیاری)، و جهت‌گیری دینی درونی می‌توانند به گونه معناداری توان‌مندی‌های خوی را پیش‌بینی کنند، اما هیچ کدام از جهت‌گیری‌های دینی بیرونی (فردی و اجتماعی) نتوانستند به نحو معناداری توان‌مندی‌های خوی را پیش‌بینی کنند و در نهایت، جهت‌گیری دینی درونی توانست

فراتر از عامل‌های خودشناسی واریانس توان‌مندی‌های خوی را تبیین کند. همان‌طور که انتظار می‌رفت، بین فرایندهای خودشناختی و توان‌مندی‌های خوی همبستگی مثبت برقرار شد. این یافته‌ها، همسو با یافته‌های کاپرارا و سرون^۱ (۲۰۰۳)، برون و همکاران (۲۰۰۷)، لاکی^۲ و همکاران (۲۰۰۷)، برون و رایان (۲۰۰۳)، برون و ریان (۲۰۰۴) بود. نظریه اندیشمندان مسلمان (مطهری، ۱۳۸۰) که خودشناسی را مبنای فضایل اخلاقی می‌دانستند نیز موافق با پژوهش‌های تجربی تحقیق حاضر است. نیز، این یافته منطبق با پژوهش‌های قربانی و همکاران (۲۰۰۵ و ۲۰۰۸) است که دریافتند بین خودشناسی و توان‌مندی‌های شناختی، هیجانی و تعالی همبستگی وجود دارد.

درباره چگونگی تأثیر بهوشیاری بر فضایل اخلاقی می‌توان گفت که بهوشیاری از طریق تأثیر بر خودنظم‌بخشی موجب ارتقای فضایل اخلاقی می‌شود. به باور گیر و بامیستر (۲۰۰۵) برای تحقق فضایل اخلاقی، نیازمند خودنظم‌بخشی به مثابه اصلی‌ترین فضیلت هستیم. از طرف دیگر، برون و رایان (۲۰۰۴) اعتقاد دارند که حمایت اجتماعی به عنوان عامل بیرونی و بهوشیاری به عنوان عامل بیرونی در پیدایی خودنظم‌بخشی دخالت دارند. بهوشیاری، میان محرک‌های محیطی و پاسخ‌های رفتاری میانجی‌گری می‌کند و رفتارهای خودکار را کاهش می‌دهد و موجب می‌شود تا فرد بر رفتارهای خود کنترل بیشتری داشته باشد. و هر چه کنترل فردی بالا رود، احتمال بروز فضیلت‌های اخلاقی بیشتر می‌شود.

یافته دیگر این مقاله این بود که دین‌ورزی می‌تواند اخلاقی بودن را پیش‌بینی کند. دین از راه‌های گوناگونی به اخلاقی شدن و اخلاقی ماندن مؤمنان کمک می‌کند. در مجموع می‌توان گفت دین از چهار طریق این نقش را ایفا می‌کند: ۱) کارکرد هنجاری دین: هر دینی، ملاک‌هایی را به پیروان خود ارائه می‌دهد که براساس آنها اعمال شایسته و ناشایسته از هم تمییز داده می‌شوند. در واقع، آموزه‌های ادیان بزرگ دنیا، به‌طور شگفت‌انگیزی، درباره خوبی و بدی به‌ویژه درباره قتل، دزدی، و زنا با هم یک‌صدا هستند. ده فرمان دین یهود، تعلیمات مسیح در «موعظه بر فراز کوه» و تعلیمات پولس در رسایل، احکام سادهارانا یا دارمای جهانی در آیین هندو (قوانین

1. Caprara, cervone.

2. Lakey.

مانو، ۱۰.۶۳)، احکام پنج‌گانه بودایی، و احکام (ده‌گانه) اسلام در قرآن (اسراء، ۲۲-۳۹)، مجموعه کاملاً مشترکی از احکام ارزشی را تشکیل می‌دهند. این احکام، قتل، جرح، اغفال، شکستن قسم شرعی را منع می‌کنند. سی. اس. لویس، این‌گونه قواعد اخلاقی بنیادی را «نهایی‌ترین بدیهیات عقل عملی» خوانده است؛ وجود این قواعد و مسلم بودنشان در چنین سنت‌های متفاوتی، توصیف لویس را تأیید می‌کند (گرین، ۱۳۷۴)؛ ۲) کارکرد انگیزشی دین: دین، به پیروان خود انگیزه می‌دهد. دین، مجموعه‌ای از دلایل قانع‌کننده برای انجام رفتار اخلاقی ارائه می‌دهد. این اعتقاد که مشیت خدا به انجام فعل خاصی تعلق گرفته، دلیل اساسی برای انجام آن کار است (باومایستر، ۱۹۹۱ و امونز، ۱۹۹۹؛ به نقل از گیر و بامیستر، ۲۰۰۵). یکی دیگر از محرک‌های قوی که دین برای انجام یا عدم انجام کارها ارائه می‌دهد، سعادت و شقاوت اخروی است. تعداد زیادی از افراد متدین، فضایل اخلاقی را با پیامدهای مثبت پس از مرگ گره می‌زنند. مثل اعتقاد به اینکه رفتار اخلاقی موجب رستگاری می‌شود. تفکر درباره این اهداف بنیادی، به انسان کمک می‌کند تا از محرک‌های محیطی خودشان فراتر روند و به اهدافی والاتر و بزرگ‌تر بیاندیشند (گیر و باومایستر، ۲۰۰۵)؛ ۳) خدا به عنوان ناظر آرمانی: دین نظارت افراد بر رفتارهایشان را تقویت می‌کند. نظارت، مؤلفه‌ای اساسی در موفقیت اعمال خودمهارگرانه است. ادیان، پیروان خود را دعوت به مراقبه و محاسبه روزانه اعمال خویش می‌کند. افزون بر آن، خداوند را نیز ناظر و شاهد بر اعمال آنها می‌دانند (گیر و بامیستر، ۲۰۰۵). ۴) نقش مناسک در اخلاق مؤمنان: از حکمت‌های عبادت‌های دینی پرورش دادن بعد اخلاقی وجود آدمی است. همه عبادت‌ها به نوعی در خدمت اخلاقی شدن و اخلاقی ماندن انسانند. عبادت چیزی نیست مگر اظهار خضوع و خشوع و بندگی در پیشگاه خداوند و چون خدا تجسم فضایل اخلاقی است، پرستش او به معنای مدح و ستایش این فضایل است (فناپی، ۱۳۸۴).

پژوهش حاضر محدود به یک استفاده از نمونه دانشجویی با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی و استفاده از مقیاس‌های خودگزارشی است. در پژوهش حاضر از مقیاس کوتاه ارزش‌ها در عمل استفاده شد. شایسته است پژوهش‌های آینده به ساخت پرسشنامه ارزش‌ها در عمل براساس آموزه‌های دینی بپردازند.

منابع

- فراهانی، ح. و عریضی، ح. (۱۳۸۴). *روش‌های پیشرفته پژوهش در علوم انسانی (رویکردی کاربردی)*، اصفهان، جهاد دانشگاهی.
- فناپی، ا. (۱۳۸۴). *دین در ترازوی اخلاق: پژوهشی در باب نسبت میان اخلاق دینی و اخلاق سکولار*، تهران، مؤسسه فرهنگی صراط.
- گرین، م. رونالد (۱۹۸۷). *اخلاق و دین در میرچا الیاده (ویراستار)*، فرهنگ و دین: برگزیده مقالات دایره المعارف دین، ترجمه لاریجانی، صادق، (۱۳۷۴)، ویراستاری بهاء‌الدین خرمشاهی، تهران، طرح نو.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۰). *تعلیم و تربیت در اسلام*، تهران، انتشارات صدرا.
- هومن، ح. ع. (۱۳۸۶). *شناخت روش علمی در علوم رفتاری*، تهران، سمت.
- Aghababaei, N. (2013). Between you and God, where is the general factor of personality? Exploring personality-religion relationships in a Muslim context. *Personality and Individual Differences*, 55, 196-198.
- Aghababaei, N., & Tabik, M. T. (2013). Gratitude and mental health: Differences between religious and general gratitude in a Muslim context. *Mental Health, Religion & Culture*, 16, 761-766.
- Argyle, M. (2000). *Psychology of religion: An introduction*. London: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Baier, C. J., & Wright, B. R. E. (2001). "If you love me, keep my commandments": A meta-analysis of the effect of religion on crime. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 38, 3-21.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822-848.
- Brown, K. W., Ryan, R. M. & Creswal, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18 (4), 211 -237.
- Brown, K. W., Ryan, R. M. (2004). Fostering healthy self-regulation from within and without: A self-determination theory perspective. In P. A. Linley and S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice (PP.105-126)*. New York: Wiley & Sons.
- Caprara, G. V., & Cervone, D. (2003). A conception of personality for a psychology of human strengths: Personality as an agentic, self-regulating system. In L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths* (pp. 61-74). Washington, DC: American

- Psychological Association.
- De Visser, R. O., Smith, A. M. A., Richters, J., & Rissel, C. E. (2007). Associations between religiosity and sexuality in a representative sample of Australian adults. *Archives of Sexual Behavior*, 36, 33-46.
- Geyer, A. L., & Baumeister, R. F. (2005). Religion, morality, and self-control: Values, virtues, and vices. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion & Spirituality*. (PP. 412-432). New York: The Guilford Press.
- Ghorbani N., Ghramaleky, A. F., & Watson, P. J. (2005). Philosophy, self-knowledge, and personality in Iranian high school teachers and students. *Journal of psychology: Interdisciplinary and Applied*, 139, 81-59.
- Ghorbani N., Watson, P. J., & Hargis, M. B. (2008). Integrative Self-Knowledge Scale : Correlations and incremental validity of cross-cultural measure developed in Iran and the United States . *The Journal of Psychology*, 142(4), 395-412.
- Gorsuch, R. L. (1995). Religious aspects of substance abuse and recovery. *Journal of Social Issues*, 51, 65-83.
- Gorsuch, R. L., & Hao, J. Y. (1993). Forgiveness: An exploratory factor analysis and its relationship to religious variables. *Review of Religious Research*, 34, 333-347.
- Hill, P. C. (1999). Religious orientation scale-revised. In P. C. Hill., & R. W. Hood, jr. (Eds.), *Measures of Religiosity*. Birmingham: Religious Education Press.
- Lakey, C. E., Campbell, W. K., & Goodie, A. S. (2007). Dispositional mindfulness as a predictor of the severity of gambling outcomes. *Personality and Individual Differences*, 43, 1698-1710.
- Lam, P.Y. (2002). As the flocks gather: How religion affect voluntary association participation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41, 405-422.
- Mahoney, A., Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B. (2001). Religion in the home in the 1980s and 1990s: A meta-analytic review and conceptual analysis of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology*, 15, 559-596.
- McCullough, M.E., Bono, G., & Root, L.M. (2005). Religion and forgiveness. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion & Spirituality*. (PP. 394-411). New York: The Guilford Press.
- McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- Michalak, L., Trocki, K., Bond, J. (2007). Religion and alcohol in the U.S National Alcohol Survey: How important is religion for abstention and drinking? *Drug and Alcohol Dependence*, 87, 268-280.
- Park, N. (2009). Character strengths (VIA). In J. Lopez (Ed.), *The*

- encyclopedia of positive psychology*. (pp.135-140). New York: Wiley-Blackwell.
- Perrin, R. D. (2000). Religiosity and honesty: Continuing the search for the consequential dimension. *Review of Religious Research*, 41, 534-544.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Rowatt, W. C., & Franklin, L. (2004). Christian orthodoxy, religious fundamentalism, and right-wing authoritarianism as predictors of implicit racial prejudice. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14, 125-138.
- ter Voert, M., Felling, A., & Peters, J. (1994). The effect of religion on self-interest morality. *Review of Religious Research*, 35, 302-323.
- Uslaner, E.M. (2002). Religion and civic engagement in Canada and the United States. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41, 239-254.

