

اثربخشی آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت بر گرایش به نوع‌دوستی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر

زینب صاکی^۱

سحر صفرزاده^۲

کیهان فتحی^۳

چکیده

مسئله اصلی پژوهش حاضر این است که نوجوانی، مهم‌ترین دوره زندگی بشر است که به دلیل تغییرات سریع در ابعاد مختلف وجودی، فرد را با چالش‌های مختلفی روبه‌رو می‌کند. هدف از انجام این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت بر میزان گرایش به نوع‌دوستی و بهزیستی روان‌شناختی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر اهواز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. روش پژوهش حاضر، از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با مرحله پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شهر اهواز بود. برای تعیین نمونه با به‌کارگیری روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند از بین جامعه آماری، ۳۲ نفر انتخاب شدند و با گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (در هر گروه شانزده نفر) تقسیم شدند. ابزار پژوهش، شامل پرسش‌نامه نوع‌دوستی احمدی (۱۳۸۸) و پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹) بود. گروه آزمایش، تحت دوازده جلسه آموزش بسته انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت قرار گرفت، ولی آموزشی به گروه کنترل داده نشد. برای تحلیل داده‌ها در پژوهش حاضر، از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، بر نوع‌دوستی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم مؤثر بود ($p < 0/05$). در نتیجه، متخصصان فعال در حوزه کار با نوجوان می‌توانند در کنار سایر مداخلات روان‌شناختی، از آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت به‌منظور افزایش گرایش به نوع‌دوستی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی در گروه نوجوانان بهره ببرند.

واژگان کلیدی: آموزش روان‌شناختی انتظارمحور، آموزه‌های مهدویت، نوع‌دوستی، بهزیستی روان‌شناختی، دانش‌آموزان دختر.

۱. کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی عمومی، مؤسسه آموزش عالی جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران؛ saky46.z@gmail.com.

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران (نویسنده مسئول)؛ safarzadeh1152@yahoo.com.

ORCID: 0000-0002-6571-1829.

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، مؤسسه آموزش عالی جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران؛ keihan.fathi99@gmail.com.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۶/۰۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۱/۰۷.

۱. مقدمه

در اعصار مختلف تاریخ بشر، تربیت از بُعد معنوی، در همه جوامع، مؤلفه‌ای بسیار باارزش به شمار می‌آید و از این رو جامعه‌ای که فرزندان سالم، بانشاط و سعادت‌مند می‌خواهد، باید تربیتی برگرفته از دین، مذهب و معنویت را در پیش گیرد. در همه زمان‌ها، تأمین سلامت از اهمیت و حساسیت بالایی برخوردار است (میرهاشمی^۱ و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۵۱)؛ اما در این میان، سلامت معنوی می‌تواند بر سلامت جسم افراد (نورمحمدی، ۲۰۲۲، ص ۶۳)، سلامت شغلی و تحصیلی (اصلانی^۳ و همکاران، ۲۰۲۲، ص ۵۶) و سلامت دوران سالمندی (سلمانی و ذوقی، ۲۰۲۲، ص ۵۸) نیز مؤثر باشد. ازجمله مؤلفه‌های سلامت، رشد و بالندگی در طول عمر فرد، داشتن حس نوع‌دوستی^۵ نسبت به اطرافیان است که باتوجه به اینکه در دوران نوجوانی، روابط با همسالان بیشتر می‌شود، نوع‌دوستی شکلی متفاوت به خود می‌گیرد و از نشانه‌های مهم رشد اخلاقی نیز به شمار می‌آید (کریمی و همکاران، ۱۳۹۶، ص ۱۵۵). چنان‌که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «پس از ایمان به خدا و دین، سرآمد عقل بشر، دوستی و نیکی به مردم است» (محدث نوری طبرسی، ۱۳۶۶، ج ۲۹، ص ۱۶۷). لذا نوع‌دوستی که با دین‌داری و جهت‌گیری درونی مذهبی رابطه مثبتی دارد (مردانی و ولدانی و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۱۷۸ و ۱۷۹)، زمینه‌ساز قرب هرچه بیشتر به خداوند است (رازقی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۲۲). در همین راستا یافته‌های پژوهش‌های نعامی و همکارانش (۱۳۹۸) نشان داده است که نگرش دینی، اثر مستقیم و مثبتی بر متغیرهای رفتار جامعه‌پسند، نوع‌دوستی و همدلی دارد. همچنین همدلی و نوع‌دوستی بین مؤلفه نگرش دینی و رفتار جامعه‌پسند، نقش واسطه‌ای دارند.

از سوی دیگر، بهزیستی روان‌شناختی^۶ که ساختاری چندبعدی و پویا دارد و به عنوان لذت بردن از تجربیات مثبت و برآوردن نیازهای اساسی، ضروری تلقی می‌شود، در بالندگی روان‌شناختی دوران نوجوانی نقش مهمی ایفا می‌کند (ریف، ۲۰۱۸^۷) و با مؤلفه‌های نگرانی و اضطراب رابطه معکوس نشان می‌دهد (الماسی‌راد^۸ و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۸۰). این ویژگی که از دیدگاه‌های مختلف

1. Mirhashemi
2. Noormohammadi
3. Aslani
4. Salmani & Zoghi
5. Altruism
6. Psychological well-being
7. Ryff
8. Almasi Rad

مورد بررسی قرار گرفته است، مؤلفه‌های ذهنی، اجتماعی و روان‌شناختی و رفتارها و اعمال مربوط به سلامتی را دربرمی‌گیرد (لان و باند، ۲۰۱۶). همچنین از دیدگاه اکثر محققان، نشانه عملکرد روان‌شناختی، مطلوبی است که سبب بهبود تجربه زندگی فرد می‌گردد و ضمن معنابخشی به زندگی وی، این مجال را به فرد می‌دهد که به حداکثر پتانسیل خود دست یابد (ریف، ۲۰۱۴). نتایج پژوهش مفتاح و محمدی (۱۳۹۷) مشخص کرد باور به مهدویت از این جهت که جهان، رو به خیر حرکت می‌کند و بر عدالت‌گستری و مبارزه با ظلم و فساد تأکید می‌نماید، در معنابخشی زندگی افراد مؤثر است.

در اکثر تحقیقات مربوط به بهزیستی روان‌شناختی، عامل اعتقادات دینی و مسائل مذهبی، مورد بی‌توجهی و غفلت قرار گرفته است (محمودی تبار و درگاهی، ۱۴۰۰، ص ۹۹). این در حالی است که پژوهش‌های بسیاری، تأثیر مثبت دین‌داری و عوامل آن را در افزایش طول عمر، نشاط و بهزیستی روان‌شناختی و سلامت معنوی و جسمانی، مقاوم نمودن افراد در برابر اضطراب و افسردگی و ایجاد آرامش، امید، معناداری و شادکامی (چری^۲ و همکاران، ۲۰۱۵ و گیوردانا^۳ و همکاران، ۲۰۱۵) و هدایت فرد به سوی کمال و در نتیجه، سلامت روان نشان می‌دهد (رشیدزاده و همکاران، ۱۳۹۷، ص ۶۴). آموزه‌های دین اسلام، از مهم‌ترین تکیه‌گاه‌های سلامت روانی هستند که به زندگی انسان معنا می‌دهند (همان). در این میان، یکی از مهم‌ترین آنها که در واقع، جلوه‌گری غایت‌مندی تاریخ است، نظریه جامع و کامل «نجات‌گرایانه» دین، یعنی آموزه مهدویت است (جمعی از نویسندگان، ۱۳۹۹، ج ۲، ص ۸۵) و پایه تربیت مهدوی، پرورش شناخت است. شناختی که انگیزه و گرایش ایجاد می‌کند و در نتیجه به رفتار مهدوی ختم می‌شود و انتظار ظهور منجی^۴ که از اصول پیوسته با تربیت مهدوی است (همان، ۱۳۹۸، ج ۱، ص ۸۶)، اعتقادی است که نه تنها در همه ادیان و مذاهب، بلکه در همه فرق اسلامی، غیر قابل خدشه است (معین‌الاسلام و غلامی، ۱۳۸۹، ص ۹۵-۹۶). لازمه این رویکرد خاص، در پیش گرفتن سبک خاصی از زندگی است که به نوعی خلاصه و عصاره همه ویژگی‌های مثبت مطرح شده در آموزه‌های اسلامی است (احمدی، ۱۳۹۲، ص ۲۰). این مسئله، مستند به آیه ۱۱ سوره مبارکه رعد در قرآن کریم است که می‌فرماید: «خداوند سرنوشت هیچ قوم و ملتی را تغییر نمی‌دهد،

1. Lun & Bond
2. Cherry
3. Giordano
4. Waiting for the emergence of the savior

مگر آنها خود را تغییر دهند» و از این رو تلاش برای تربیت نسلی مهدی باور و منتظر ضرورت می یابد (مرزوقی و راضی، ۱۳۹۸، ص ۹۸). لذا متولیان تربیت باید هنرمندانه، با آمیختن عقل و احساس و گره زدن اندیشه، عاطفه و محبت، در پی عمق بخشی به محبت و عشق نوجوانان نسبت به امام زمانشان باشند (معین الاسلام و غلامی، ۱۳۸۹، ص ۱۳۶). محققین در این راستا دریافتند آموزش دوره سبک زندگی منتظرانه می تواند در افزایش فرهنگ اعتقاد به مهدویت دانش آموزان متوسطه دوم تأثیرگذار باشد (سلیمان پور عمران و همکاران، ۱۴۰۰، ص ۱۰۵). حال با توجه به خلأ پژوهشی در زمینه اثرات مهدویت و به ویژه به دلیل عدم انجام پژوهشی با عنوان اثربخشی بسته انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت بر میزان گرایش به نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی دانش آموزان دختر متوسطه دوم، تحقیق حاضر به دنبال پاسخ علمی به این سؤال است که آیا آموزش روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت، بر میزان گرایش به نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر اهواز اثربخش است؟

۲. پیشینه پژوهش

در خصوص پیشینه پژوهش این موضوع می توان به نظریه آگوست کنت^۱ (۱۷۹۸-۱۸۵۸م) اشاره کرد که نوع دوستی را شالوده زندگی در جامعه می داند (اسکات و سگلو، ۲۰۰۷). اینولف^۳ (۲۰۰۶) نیز معتقد است دین داری و احساس رستگاری، تأثیر معناداری بر حس نوع دوستی دارد. آگوست کنت نوع دوستی را مبنای تشکیل جامعه مدنی و خانواده می دانست و در نظریه رهنمودی خویش بر این باور بود که مردم مقرب کسانی هستند که به ممنوع خود خدمت می کنند. این مؤلفه، یا به شکل رفتار بروز می کند و یا صفت شخصیتی (منشی) است که از پرداختن فرد به آن رفتارها شکل می گیرد و می تواند بر اثر عواملی مانند توجه به الگوی خانوادگی یا تقویت اعتقادات مذهبی، رشد یابد و بالنده شود (اولیویرا^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). درواقع، نوع دوستی رفتاری است نشئت گرفته از انگیزه ای ذاتی که با هدف غیرخودخواهانه، رفتارهای داوطلبانه را بدون داشتن انتظار پاداش و نه به دلیل اجتناب از تنبیه، و در راستای کمک به دیگران برمی انگیزاند (ایرانی^۵، ۲۰۱۸، ص ۴۱). دین اسلام فارغ

1. Auguste Comte
2. Scott & Seglow
3. Einolf
4. Olivier
5. Irani

از مسائل جغرافیایی، نژادی، قومی، زبانی و حتی اعتقادی، انسان بودن را زمینه نوع دوستی و محبت ورزی می‌داند (رازقی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۱۵). در پژوهشی موسوی و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان می‌دهند که یادآورنده‌های ظریف دینی که آستانه شناختی و هیجانی را فعال می‌کنند، می‌توانند بر رفتار بخشش افراد مذهبی تأثیری مثبت بگذارند. نتایج پژوهش احمدشیرخ^۱ و همکاران (۲۰۲۳) نیز نشان داد که دین‌داری، بر نوع دوستی و رضایت از زندگی تأثیر مثبت دارد. همچنین این مطالعه به این نتیجه رسید که نوع دوستی، عامل واسطه‌ای جهت اثر دین‌داری بر رضایت از زندگی است.

همچنین در پیشینه موضوع حاضر مشخص شده است بهزیستی به عنوان مجموعه‌ای از عواملی درک می‌شود که افراد را برای پیگیری و ارضای انتظارات خود برمی‌انگیزاند و با مذهب و باورها و اعتقادات عمیق فرد رابطه دارد (کروس،^۲ ۲۰۱۷). بیسون^۳ (۲۰۰۸) نیز بر این باور است که بهزیستی روان‌شناختی، مفهومی وسیع است که به شرایط زندگی خوب یا رضایت بخش مربوط می‌شود؛ حالتی است که با سلامتی، شادی و موفقیت مشخص می‌گردد. این موضوع، به عملکرد نوجوانان در سطح بالایی از سازگاری عاطفی و رفتاری بازمی‌گردد. البته مشخص شده است که می‌تواند این مؤلفه، تحت تأثیر وابستگی دینی باشد. سلیمی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در پژوهشی نشان دادند ایمان به رحمت الهی، از دیدگاه قرآن، بر کاهش جنبه‌های شناختی فشارهای روانی اثربخش است.

در پیشینه پژوهش‌ها، در رابطه با اثر مداخله روان‌شناختی در بهبود نوع دوستی و احساس بهزیستی روان‌شناختی، پژوهش‌های مستقیمی وجود ندارد، ولی به صورت غیرمستقیم به این مسئله پرداخته شده است. ایلامی^۴ و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی گزارش دادند روان‌درمانی مذهبی با تأکید بر اهمیت نماز، بر سلامت روان و کاهش درد در بیماران مبتلا به سرطان اثربخش است. همچنین قاسمی و همکاران (۱۳۹۸) طی پژوهشی گزارش دادند آموزش سبک زندگی مبتنی بر مهدویت توانسته است منجر به بهبود بهزیستی روان‌شناختی و کاهش پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شود. یافته‌های پژوهش سیدکلان و شریف (۱۳۹۵)

1. Ahmed Shaikh
2. Crous
3. Basson
4. Eilami

مشخص کرد آموزش سبک زندگی مبتنی بر مهدویت، منجر به افزایش بهزیستی روان شناختی و بهزیستی معنوی دانش آموزان پسر دوره متوسطه اول می شود. در تحقیق سپاه منصور و مهدوی نجم آبادی (۱۳۹۶) نیز یافته ها نشان داد که هرگونه بهبود در معنویت می تواند بهبود ارزش های نوع دوستانه را در پی داشته باشد. با توجه به موارد بیان شده درباره نقش دین، مذهب و به ویژه آموزه های مهدویت، به نظر می رسد که الگوی اسلامی- ایرانی و مبتنی بر فرهنگ و مذهب تشیع که ریشه عمیق در باورهای مردم ایران دارد (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸، ص ۱۴) بتواند در افزایش میزان نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی در آنها تأثیرگذار باشد. حال با توجه به اینکه در پژوهش های پیشین، تحقیقات مستقیمی در خصوص اثربخشی آموزش روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت بر ابعاد روان شناختی نوجوانان پرداخته نشده است، در پژوهش حاضر به این مهم و بررسی اثر این مداخله بر میزان گرایش به نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم پرداخته می شود.

۳. روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی، با طرح پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. جامعه آماری این پژوهش، دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر اهواز در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ است. برای انتخاب نمونه پژوهش، ۳۲ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه با روش نمونه گیری هدفمند و بر اساس معیارهای ورود و خروج، انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه شانزده نفری آزمایش و کنترل گمارش شدند. بدین صورت که ابتدا از میان چهار ناحیه آموزش و پرورش شهر اهواز، ناحیه یک، انتخاب گردید و سپس یک مدرسه دخترانه مقطع متوسطه دوم که امکان همکاری داشتند مشخص شد. در ادامه، ابتدا پرسش نامه ها در بین دانش آموزان پنج کلاس حدوداً ۲۳ نفره از این مدرسه اجرا شد و دانش آموزانی که در پرسش نامه گرایش به نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی، نمرات پایین تری کسب نمودند، مشخص شدند. سپس از میان این افراد، ۳۲ نفر که تمایل به همکاری داشتند، مشخص و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (در هر گروه شانزده نفر) تقسیم شدند. برای گروه آزمایش طی دوازده جلسه، به صورت هفته ای یک جلسه ۷۵ دقیقه ای، آموزش بسته روان شناختی

انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت (اقتباس از قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸) اجرا گردید، ولی مداخله‌ای برای گروه کنترل انجام نشد. پس از اتمام آموزش، از دو گروه آزمایش و کنترل، پس‌آزمون به عمل آمد. دو ماه بعد، برای مشخص کردن میزان ماندگاری اثر مداخله، پرسش‌نامه‌ها در مرحله پیگیری اجرا شد. معیارهای ورود به پژوهش حاضر، شامل تمایل به حضور در پژوهش، نداشتن سابقه شرکت در کارگاه‌های آموزشی با رویکرد معنوی و مهدویت، عدم وجود اختلالات روان‌شناختی تشخیص داده‌شده مانند افسردگی، وسواس و... بود و معیارهای خروج نیز غیبت بیش از دو جلسه و عدم تمایل به ادامه شرکت در پژوهش بود. به منظور جمع‌آوری داده‌ها، از ابزار زیر استفاده شد:

الف) پرسش‌نامه رفتار نوع‌دوستانه: احمدی (۱۳۸۸) این پرسش‌نامه را در سیزده سؤال و با هدف ارزیابی رفتار نوع‌دوستانه ارائه نمود. نمره‌گذاری پرسش‌نامه به صورت طیف لیکرت پنج گزینه‌ای (کاملاً مخالفم=۱، مخالفم=۲، نظری ندارم=۳، موافقم=۴، کاملاً موافقم=۵) است. برای به دست آوردن امتیاز مربوط به پرسش‌نامه، مجموع امتیازات سؤالات با هم جمع می‌شود. در پژوهش احمدی (۱۳۸۸)، امتیازات کلی بالاتر نشان‌دهنده رفتار نوع‌دوستانه بالاتر فرد پاسخ‌دهنده است. روایی صوری این پرسش‌نامه را اساتید دانشگاه، مورد بررسی قرار داده و تأیید کردند. همچنین روایی سازه پرسش‌نامه، با استفاده از آزمون تحلیل عاملی تأیید شد. پایایی این پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب این ابزار است. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسش‌نامه از روش آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۵ به دست آمد.

ب) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی: مقیاس بهزیستی روان‌شناختی توسط ریف^۱ در سال ۱۹۸۹ تهیه شد و دارای هجده سؤال است. مقیاس بهزیستی روان‌شناختی دارای شش خرده‌مقیاس پذیرش خود، هدف و جهت‌گیری در زندگی، رشد شخصی، تسلط بر محیط، خودپیروی و روابط مثبت با دیگران است. در فرم کوتاه‌شده این مقیاس، برای هریک از مقیاس‌های بالا، سه سؤال وجود دارد و پاسخ‌ها بر اساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۷) درجه‌بندی شده است. در پژوهش حاضر، از نمره کل آن استفاده شده است. ریف و کیز^۲

1. Ryff

2. Ryff & Keyes

(۱۹۹۵) مقدار آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و هریک از خرده مقیاس‌ها را بین ۰/۴۰ تا ۰/۵۲ گزارش کرده‌اند. جوشن‌لو و همکاران (۱۳۸۵) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که مقدار این خرده مقیاس با نمره کل، مطلوب و معنی‌دار است. در پژوهش حاضر نیز پایایی مقیاس از روش آلفای کرونباخ برای نمره کل، ۰/۹۳ به دست آمد.

روش اجرا

برای اجرای پژوهش، پس از هماهنگی‌های لازم با اداره مربوطه و مدیر آموزشگاه متوسطه دوم مورد نظر، اطلاع‌رسانی به دانش‌آموزان مدرسه جهت شرکت در پژوهش انجام شد. سپس دانش‌آموزانی که به حضور در این تحقیق و همخوانی با معیارهای آن تمایل داشتند مشخص شدند و پس از بیان اصل رازداری و محرمانه بودن اطلاعات و هویت شخصی آنان و رعایت نکات اخلاقی در پژوهش، مورد بررسی قرار گرفتند و فرایند نمونه‌گیری به صورت هدفمند از بین دانش‌آموزان پنج کلاس انجام شد. ۳۲ نفر از دانش‌آموزان منتخب، به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند. سپس گروه آزمایش طی دوازده جلسه ۷۵ دقیقه‌ای، تحت آموزش بسته روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت قرار گرفتند. اما گروه کنترل، مداخله‌ای را دریافت نکرد. در پایان آموزش، پس از آزمون اجرا گردید و دو ماه پس از اتمام جلسات، برای بررسی ماندگاری اثربخشی، مرحله پیگیری اجرا شد.

بسته روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، نخستین بار توسط قاسمی (۱۳۹۸) در رساله دکتری تدوین گردید و در مقاله مستخرج از رساله دکتری قاسمی و همکاران (۱۳۹۸) استفاده شد. شرح تدوین بسته روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت بدین شکل بوده است که در فاز اول، قسمت کیفی مطالعه، با استفاده از روش تحلیل مضمون قیاسی و مبتنی بر نظریه آرتزاید-استرلینگ (۲۰۰۱)، توسط پژوهشگران انجام گرفت و مراحل آن بدین صورت بود که پس از شناسایی مضامین پایه، سازمان‌دهنده و فراگیر، شبکه مضامین تشکیل شد و اعتبار شبکه بر اساس فرمول هولستی محاسبه، و مضامین فراگیر و سازمان‌دهنده محتوای جلسات بسته آموزشی تدوین و آماده شد. پس از انجام فاز اول پژوهش و شناسایی مؤلفه‌ها، بسته آموزشی مبتنی بر مضامین استخراج شده تدوین گردید. در فاز دوم، به منظور تعیین اعتبار بسته آموزشی این فاز دارای مرحله تأیید روایی محتوایی بود. به این صورت که برای

بررسی روایی درونی پژوهش، بسته آموزشی تدوین شده، به ده متخصص آشنا به این حوزه ارائه شد و ضمن درخواست مطالعه و اظهارنظر درباره ساختار، فرایند و محتوای هریک از جلسات، در قالب پرسش نامه نظرسنجی، به همراه بسته آموزشی تدوین شده فوق الذکر، در اختیار هریک از متخصصان قرار گرفت. علاوه بر این، در این مرحله، کاربرگ اظهارنظر بازپاسخ به منظور ارائه پیشنهادها و نظرات اصلاحی هریک از متخصصان در راستای ارتقای محتوا، ساختار و فرایند بسته روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت ارائه گردیده است. در گام بعد، نظرات تخصصی متخصصان جمع آوری و نظرات اصلاحی آنها درباره بسته روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت اعمال گردید. پس از این فرایند، بسته آموزشی به همراه کاربرگ نظرسنجی نهایی و محاسبه ضریب توافق متخصصان درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت، مجدداً به متخصصان تحویل و پس از انجام اصلاحات نهایی، بسته روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت تدوین گردیده است (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸، ص ۱۵-۱۶). برنامه آموزشی پژوهش حاضر، با اقتباس از بسته فوق الذکر، به مدت دوازده جلسه ۷۵ دقیقه ای، به صورت هفته ای یک بار، برای گروه آزمایشی اجرا شد. در آموزش مورد نظر، هر جلسه، محتوی بحث، توصیه و فعالیت بود.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های

مهدویت (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸)

جلسات	شرح جلسات
اول	معارفه، آشنایی و برقراری ارتباط با اعضای گروه، تبیین اهداف و قوانین، برگزاری پیش آزمون: توضیح در مورد خودآگاهی، آشناسازی مخاطبین با مفهوم هویت، ارتباط دادن مفهوم هویت به اعتقاد به مهدویت و بیان احادیثی در این مورد، ارائه تکلیف.
دوم	معنای زندگی و هدفمندی: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنا نمودن مخاطبین با مفهوم انتظار، بیان احادیثی در مورد ویژگی های منتظران، ازجمله داشتن هدف و معنا در زندگی، توضیح در مورد معنای زندگی، بیان داستانی در مورد یافتن معنا در زندگی، بیان مؤلفه های معناداری، ارائه تکلیف در منزل.
سوم	زمینه سازی و آمادگی: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنا نمودن دانش آموزان با مفهوم زمینه سازی برای ظهور، آشنایی با انواع آمادگی های قبل از ظهور (آمادگی فکری و فرهنگی، آمادگی اجتماعی، آمادگی تکنولوژیکی و ارتباطی و خودسازی)، بیان احادیث مرتبط، ارائه تکلیف در منزل.

جلسات	شرح جلسات
چهارم	برنامه‌ریزی و تنظیم وقت: بررسی تکلیف جلسه قبل، بیان احادیثی در مورد داشتن نظم و ترتیب در کارها و ارتباط آن با برنامه‌ریزی، آشنا نمودن دانش‌آموزان با مفهوم برنامه‌ریزی، توضیح در مورد نحوه هدف‌گذاری، تبدیل اهداف بلندمدت به اهداف کوچک‌تر، ارائه تکلیف در منزل.
پنجم	اصول برنامه‌ریزی: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنا نمودن دانش‌آموزان با نکات لازم برای برنامه‌ریزی (ارائه اصول برنامه‌ریزی مانند مکتوب کردن برنامه، برنامه‌ریزی روزانه، ضمانت اجرای برنامه، پاداش دهی به خود، توجه به آمادگی خود، استفاده از وقت‌های سوخته، پیگیری و ...)، بیان حدیث مرتبط با موضوع، ارائه تکلیف در منزل.
ششم	تلاشگری و پویایی: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنا نمودن دانش‌آموزان با مفهوم تلاشگری با توجه به احادیث مرتبط، توضیح در مورد انگیزه، انگیزه درونی و بیرونی، تأثیر انگیزه درونی بر رفتارهای اجتماعی و پیشرفت تحصیلی، تأثیر موفقیت در ایجاد سرزندگی و نشاط، آشنایی با مفهوم نشاط و شادی، ارائه راهکارهایی جهت افزایش شادمانی، ارائه احادیثی در مورد تلاشگری، انگیزه درونی و بیرونی، ارائه تکلیف در منزل.
هفتم	تاب‌آوری: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنا نمودن دانش‌آموزان با مفهوم تاب‌آوری با بیان حدیث در این مورد، بیان ویژگی‌های افراد تاب‌آور، مانند رفتار آگاهانه و هوشیارانه، پذیرش موانع زندگی، منبع کنترل، داشتن ارتباطات اجتماعی و...، برخورداری از مهارت حل مسئله، توضیح در مورد حل مسئله و مراحل آن، ارائه تکلیف در منزل.
هشتم	خوش‌بینی و راه‌های مقابله خوش‌بینانه در رابطه با وقایع: بررسی تکلیف جلسه قبل، ارتباط دادن خوش‌بینی با ویژگی منتظران ظهور، آشنایی با مفهوم خوش‌بینی، ارتباط خوش‌بینی با عملکرد تحصیلی، ارتباط خوش‌بینی با مثبت‌اندیشی و مهارت‌های مرتبط با آن، ارائه روش‌های مقابله افراد خوش‌بین، تبیین پیامدهای خوش‌بینی و مثبت‌نگری، ارائه تکلیف در منزل.
نهم	آموزش امید و امیدواری: بررسی تکلیف جلسه قبل، بیان حدیثی در مورد امید، آشنایی با مفهوم امید، توضیح در مورد انواع امید، ارتباط امید با زمان، توضیح در مورد مؤلفه‌های امید (ایمان، شکیبایی و صبر، حرکت و تلاش)، تأثیر امید در زندگی تحصیلی، ارائه تکلیف در منزل.
دهم	ثبات هیجانی و پرهیز از شتاب‌زدگی: بررسی تکلیف جلسه قبل، بیان احادیثی در مورد پرهیز از شتاب‌زدگی، توضیحاتی در مورد مفهوم ثبات هیجانی، ارتباط داشتن ثبات هیجانی با صبر، بیان مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی و ارتباط آن با صبر و شکیبایی، ارائه تکنیک‌هایی برای دستیابی به ثبات هیجانی، ارائه تکلیف در منزل.
یازدهم	صمیمیت و مهربانی: بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنایی دانش‌آموزان با مفهوم صمیمیت و مهربانی، تبیین مهارت‌های ارتباطی به منظور ایجاد صمیمیت، برقراری ارتباط صمیمیت، ارائه تکلیف در منزل.

جلسات	شرح جلسات
دوازدهم	نوع دوستی و خیرخواهی: بررسی تکلیف جلسه قبل، بیان حدیثی در مورد خیرخواهی، آشنایی دانش آموزان با مفهوم نوع دوستی و خیرخواهی، آشنایی با ویژگی های افراد خیرخواه و ناصح واقعی، توضیح در مورد رفتارهای نوع دوستانه، ارتباط رفتارهای نوع دوستانه با هنجارهای تقابل، انصاف و مسئولیت اجتماعی، بیان حدیثی در مورد ارتباط با امام زمان علیه السلام از طریق دعا، تأثیرات دعا بر جامعه و بر ظهور امام زمان علیه السلام . خواندن دعای فرج، جمع بندی جلسات قبل.

داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ و با استفاده از روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر انجام گرفت.

۴. یافته های پژوهش

بر اساس اطلاعات جمعیت شناختی در هر گروه آزمایش و کنترل، شانزده نفر شرکت کننده حضور داشت. میانگین سنی آزمودنی های گروه آزمایش، ۱۶/۲۵ و گروه کنترل، ۱۶/۱۳ سال بود که تفاوت معناداری با یکدیگر نداشتند ($p > 0/05$, $t = 0/75$). همچنین در گروه آزمایش، ده نفر و کنترل، هشت نفر فرزند اول بودند. استفاده از آزمون کای اسکور پیرسون نشان داد که بین دو گروه به لحاظ ترتیب تولد، تفاوت معناداری وجود ندارد ($p = 0/620$, $\chi^2 = 1/89$).

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
نوع دوستی	آزمایش	۳۳/۳۱	۶/۵۴	۴۶/۳۶	۶/۳۶۵۸	۴۴/۱۹	۷/۵۰
	کنترل	۳۱/۹۳	۷/۷۳	۳۱/۸۱	۵/۱۲	۳۲/۰۰	۵/۶۴
بهزیستی روان شناختی	آزمایش	۴۵/۲۵	۷/۵۹	۶۳/۹۳	۹/۴۶	۶۰/۱۳	۸/۹۸
	کنترل	۴۷/۵۶	۸/۱۲	۴۹/۱۲	۷/۳۲	۴۸/۲۵	۷/۲۹

جدول ۲ نشان می دهد که میانگین تاب آوری و بهزیستی روان شناختی در گروه آزمایش، در مقایسه با گروه کنترل، در مراحل پس آزمون و پیگیری افزایش یافته است. در مقابل، تغییرات مشابهی در مراحل یاد شده در گروه کنترل مشاهده نشد. قبل از استفاده از روش تحلیل واریانس، اندازه گیری مکرر مفروضه های تحلیل واریانس محاسبه شد.

جدول ۳. مقادیر شاپیرو- ویک (سطح معناداری) نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی

متغیر	گروه	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری
نوع دوستی	آزمایش	۰/۹۵۷ (۰/۶۰۸)	۰/۹۶۹ (۰/۸۲۳)	۰/۹۲۳ (۰/۱۸۹)
	کنترل	۰/۹۴۸ (۰/۴۶۵)	۰/۹۴۳ (۰/۳۹۱)	۰/۹۲۰ (۰/۱۶۷)
بهزیستی روان شناختی	آزمایش	۰/۹۷۱ (۰/۸۵۴)	۰/۹۲۸ (۰/۲۲۴)	۰/۹۷۳ (۰/۸۹۰)
	کنترل	۰/۹۱۱ (۰/۱۲۱)	۰/۹۷۵ (۰/۹۰۶)	۰/۹۲۸ (۰/۲۲۶)

جدول ۳ نشان می دهد باتوجه به ارزش شاپیرو- ویک در متغیرهای نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی، مفروضه نرمال بودن توزیع داده ها تأیید می شود. همچنین برای ارزیابی مفروضه همگنی واریانس های خطای نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی در بین گروه ها، از آزمون لون^۱ استفاده شد.

جدول ۴. آزمون لون برای آزمون همگنی واریانس های خطای متغیرهای پژوهش

متغیر	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
	P	F	P	F	P	F
نوع دوستی	۰/۴۱۳	۰/۶۹	۰/۱۶۹	۱/۹۹	۲/۶۹	۰/۱۱۲
بهزیستی روان شناختی	۰/۴۵۸	۰/۵۶	۰/۵۸۳	۰/۳۱	۰/۵۶	۰/۴۶۰

نتیجه آزمون لون در جدول ۴ نشان می دهد که تفاوت واریانس خطای نمرات مربوط به هیچ یک از متغیرهای وابسته در گروه ها و در سه مرحله پژوهش، معنادار نیست. این یافته نشان می دهد که مفروضه همگنی واریانس های خطا در بین داده های مربوط به متغیرهای پژوهش برقرار است.

جدول ۵. نتایج آزمون مفروضه برابری ماتریس های کوواریانس و تست موخلی

آزمون ام باکس				آزمون موخلی			
متغیر	M.Box	F	P	شاخص موخلی	χ^2	Df	p
نوع دوستی	۸/۵۸	۱/۲۷	۰/۲۶۶	۰/۹۱۰	۱/۱۷	۲	۰/۵۷۱
بهزیستی روان شناختی	۳/۰۷	۰/۴۶	۰/۹۴۲	۰/۹۲۶	۱/۲۹	۲	۰/۶۴۷

منطبق بر جدول ۵، نتایج تحلیل نشان داد که ارزش شاخص آماره ام.باکس برای هیچ یک

1. Even

از متغیرهای وابسته، معنادار نیست. این یافته، بیانگر برقراری مفروضه همگنی ماتریس‌های کوواریانس متغیرهای وابسته در بین داده‌هاست. همچنین تست موخلی نشان داد که ارزش مجذور کای مربوط به متغیرها، اجازه استفاده از روش تحلیل واریانس را می‌دهد.

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل چندمتغیری در ارزیابی اثر متغیر

مستقل بر نوع دوستی و بهزیستی روان‌شناختی

متغیر	لامبدای ویلکز	F	df	p	η^2	توان آزمون
نوع دوستی	۰/۷۲۲	۵/۵۸	۲ و ۲۹	۰/۰۰۹	۰/۲۷۸	۰/۸۱۷
بهزیستی روان‌شناختی	۰/۶۰۱	۹/۶۳	۲ و ۲۹	۰/۰۰۱	۰/۳۹۹	۰/۹۶۹

منطبق بر نتایج جدول ۶، اثر اجرای متغیر مستقل بر نوع دوستی ($\lambda = ۰/۷۲۲$) = لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۸۱۷$ (س)، $F = ۵/۵۸$ ، $P = ۰/۰۰۹$ و بر بهزیستی روان‌شناختی ($\lambda = ۰/۶۰۱$) = لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۳۹۹$ (س)، $F = ۹/۶۳$ ، $P = ۰/۰۰۱$ معنادار بود.

جدول ۷. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر در تبیین اثر

متغیر مستقل بر نوع دوستی و بهزیستی روان‌شناختی

متغیر	اثرات	مجموع مجذورات	مجموع مجذورات خطا	F	P	η^2 (س)
نوع دوستی	اثر گروه	۲۱۰۹/۳۸	۸۴۶/۲۶	۷۴/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۷۱۴
	اثر زمان	۴۷۸/۵۲	۱۹۱۱/۳۴	۷/۵۱	۰/۰۰۸	۰/۲۰۰
	اثر تعاملی گروه $\times$ زمان	۷۹۰/۵۶	۳۰۵۸/۷۵	۷/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۵
بهزیستی روان‌شناختی	اثر گروه	۱۴۵۷/۰۴	۲۰۴۸/۷۹	۲۱/۳۴	۰/۰۰۱	۰/۴۱۶
	اثر زمان	۹۶۸/۷۷	۱۲۲۷/۵۹	۲۳/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۴۴۱
	اثر تعاملی گروه $\times$ زمان	۱۲۴۰/۱۵	۳۹۶۱/۵۸	۹/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۲۳۸

جدول ۷ نشان می‌دهد اثر تعاملی گروه $\times$ زمان برای نوع دوستی ($\eta^2 = ۰/۲۰۵$) (س)، $P = ۰/۰۰۱$ ، $F = ۷/۵۴$ و بهزیستی روان‌شناختی ($\eta^2 = ۰/۲۳۸$) (س)، $P = ۰/۰۰۱$ ، $F = ۹/۳۹$ معنادار است و اجرای متغیر مستقل نوع دوستی و بهزیستی روان‌شناختی را به صورت معنادار تحت تأثیر قرار داده است.

جدول ۸. نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی برای نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی

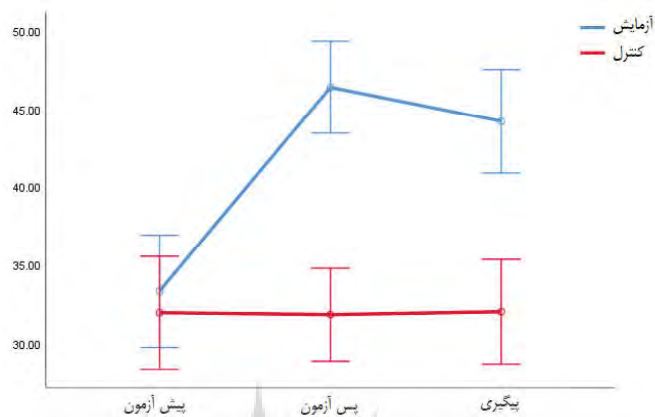
متغیر وابسته	زمان ها	تفاوت میانگین	خطای معیار	مقدار احتمال
نوع دوستی	پیش آزمون	پس آزمون	۶/۴۷-	۱/۹۴
	پیش آزمون	پیگیری	۵/۴۷-	۲/۰۰
	پس آزمون	پیگیری	۱/۰۰	۱/۳۴
بهزیستی روان شناختی	پیش آزمون	پس آزمون	۹/۶۳-	۲/۴۹
	پیش آزمون	پیگیری	۷/۷۸-	۱/۶۰
	پس آزمون	پیگیری	۱/۸۴	۱/۹۱

نتایج آزمون بن فرونی در مقایسه اثرات گروه در جدول ۸ نشان می دهد مداخله انجام گرفته باعث شده تا میانگین نمرات نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی در مراحل پس آزمون و پیگیری در مقایسه با مرحله پیش آزمون افزایش یابد. مقایسه گروه های آزمایش و کنترل در جدول ۹ نشان داده می شود.

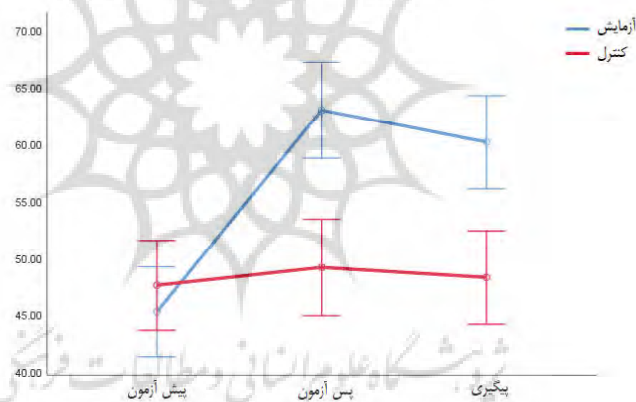
جدول ۹. نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی برای نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی

متغیر وابسته	تفاوت گروه ها	تفاوت میانگین	خطای معیار	مقدار احتمال
نوع دوستی	آزمایش	کنترل	۹/۳۸	۱/۰۸
بهزیستی روان شناختی	آزمایش	کنترل	۷/۷۹	۱/۷۰

نتایج آزمون بن فرونی در مقایسه اثرات گروه در جدول ۹ نشان می دهد که تفاوت میانگین نمرات نوع دوستی در دو گروه آزمایش و کنترل، به لحاظ آماری معنادار است. در مقابل، تغییرات مشابهی در دوره اجرای پژوهش در گروه کنترل مشاهده نشد. همچنین روند تغییر میانگین نمرات نوع دوستی در نمودار شکل ۱ نشان داده شده و این تغییرات، طی دوره پیگیری نیز باقی مانده است؛ پس فرضیه اول تأیید می شود. همچنین مشخص شد تفاوت میانگین نمرات بهزیستی روان شناختی در دو گروه آزمایش و کنترل، به لحاظ آماری معنادار است. در مقابل، تغییرات مشابهی در دوره اجرای پژوهش در گروه کنترل مشاهده نشد. همچنین روند تغییر میانگین نمرات بهزیستی روان شناختی در نمودار شکل ۲ نشان داده شده و این تغییرات طی دوره پیگیری نیز باقی مانده است؛ پس فرضیه دوم تأیید می شود.



شکل ۱. نمودار مربوط به نوع دوستی در دو گروه آزمایش و کنترل



شکل ۲. نمودار مربوط به بهزیستی روان شناختی در دو گروه آزمایش و کنترل

۵. بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی آموزش روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت بر گرایش به نوع دوستی و بهزیستی روان شناختی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم انجام شد. نتایج آزمون بن فرونی نشان داد که آموزش روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت باعث شده است تا میانگین نمرات نوع دوستی در مراحل پس آزمون و

پیگیری، در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون، افزایش یابد. براین اساس در آزمون فرضیه اول چنین نتیجه‌گیری شد که آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، گرایش به نوع‌دوستی را در دانش‌آموزان دختر افزایش می‌دهد. یافته حاضر، با نتایج تحقیقات احمدشیخ و همکاران (۲۰۲۳)، نعامی و همکاران (۱۳۹۸) و موسوی و همکاران (۱۳۹۸) همسو است.

در تبیین یافته حاضر می‌توان بیان کرد که آموزه‌های مهدوی و مکتب مهدویت، اعتقاد به حضرت مهدی علیه السلام است و باور به اینکه او فردی است که در آخرالزمان ظهور می‌کند و جهان پرشده از ظلم و جور را سرشار از عدل می‌نماید (کلانتری^۱ و همکاران، ۲۰۱۴، ص ۱۴۲-۱۴۳). لذا در زیارت امام زمان علیه السلام این گونه آمده است: «السَّلامُ عَلَى مَهْدِيِّ الْأُمَمِ؛ سلام بر تَوای امامی که هدایتگر همه امت‌ها هستی» (مجلسی، ۱۳۹۶، ج ۹۹، ص ۱۰۱)؛ نه فقط مسلمان‌ها، بلکه همه امت‌ها. اگرچه در ادیان مختلف، نامی از آن حضرت برده نشده است، ولی همه آنها می‌گویند: باید نجات‌دهنده‌ای ظهور کند و برای نجات انسان‌ها قیام نماید (قرائتی، ۱۳۹۲، ص ۱۵). تأمل در اوضاع جهان کنونی نشان می‌دهد جنگ‌های سرد و گرم، مسابقه‌های تسلیحاتی، صف‌گرایی قدرتمندان و...، جهانیان را خسته و فرسوده کرده و محرومیت روزافزون طبقه ضعیف، استمداد گرسنگان جهان و گسترش فقر، وجدان‌های زنده و دل‌های حساس را پریشان نموده است. در این میان، مسلمانان به‌ویژه شیعیان، به واسطه آموزه‌های مهدوی، از یأس و ناامیدی دوری گزیده و در انتظار روز موعود اسلام و مدینه فاضله آن روزشماری می‌کنند (حسین‌زاده و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۱۳۰). مسئله و استراتژی دوری از ناامیدی، همراه با تلاش است و این خود بر حالات روان‌شناختی افراد، به‌ویژه نوجوانان و جوانان که با بحران‌های هویت و ناکامی‌های دنیای بیرون مانند مشکلات شغلی و تحصیلی روبه‌رو می‌شوند، اثر مطلوب دارد. این در حالی است که صدری محمدی و معصومی^۲ (۲۰۱۰) طی پژوهشی نشان دادند وجود مهدویت، بر رضایت از زندگی و سلامت روان دانشجویان، دارای اثربخشی است. کمری و فولادچنگ (۱۳۹۳) نیز آموزش معنویت‌درمانی را بر میزان امید به زندگی و رضایت از زندگی در نوجوانان مؤثر دانسته و این روند را حتی منجر به درمان بیماری‌های روان‌شناختی ذکر نموده‌اند. اکنون اندیشه پیروزی حق بر باطل و وجود پشتمانه‌ای عادل در دنیا، در آموزه‌های مهدویت که بیش از هر چیز مشتمل بر عنصر خوش‌بینی نسبت به جریان کلی

1. Kalantari

2. Sadr Mohammadi & Masoumi

طبیعت و سیر تکاملی تاریخ است، منجر به پرورش مفهوم امید به دستیابی به دنیایی پر از عدل و حل مشکلات بشری است و برای نوجوانان، در کنار تنش‌های محیطی موجود، سلامت روان را به ارمغان می‌آورد (سعدی‌پور و همکاران، ۱۳۹۴، ص ۲۲). براین اساس انتقال آموزه‌های مهدویت به نوجوانان، مخصوصاً دختران که مادران نسل آینده می‌باشند و تأکید بر دستیابی به دنیایی سراسر عدل و حق در آینده و همچنین حمایت فردی عادل و قدرتمند از انسان‌ها در دوران سختی‌ها، می‌تواند میزان تاب‌آوری نوجوانان را در مقابل سختی‌های زندگی افزایش دهد و بر میزان امید به زندگی ایشان برای دستیابی به آینده‌ای بهتر بیافزاید.

همچنین نتایج آزمون بن فرونی نشان داد که آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت باعث شده است تا میانگین نمرات بهزیستی روان‌شناختی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری، در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون افزایش یابد. براین اساس در آزمون فرضیه اول چنین نتیجه‌گیری شد که آموزش روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، میزان بهزیستی روان‌شناختی را در دانش‌آموزان دختر افزایش می‌دهد. یافته حاضر، با نتایج تحقیقات ایلامی و همکاران (۲۰۱۹)، قاسمی و همکاران (۱۳۹۸)، سلیمی و همکاران (۱۳۹۹) و سیدکلان و شریف (۱۳۹۵) همسو است.

در تبیین یافته حاضر به نظر می‌رسد باتوجه به اینکه در دوران نوجوانی، شناخت فرد از دنیای بیرون اندک است و در اثر هر ناکامی و شکست، احساس ناتوانی در مقابل ناملایمات می‌کند و معنای زندگی را از دست می‌دهد، درک و آگاهی از وجود منجی موعود، به عنوان حامی همیشگی آنها، می‌تواند اثری مطلوب بر احساس بهزیستی روان‌شناختی ایشان بگذارد و این نوع زندگی معنوی، عاملی برای مقابله با اضطراب‌ها و استرس‌های محیطی در زندگی‌شان است (شریفانی و علوی‌نیا، ۱۴۰۳، ص ۱۲۲-۱۲۳). درواقع، داشتن پشتوانه، معنا و هدف در زندگی، به سازگاری روان‌شناختی در مراحل حاد و عواقب ناشی از شرایط چالش‌برانگیز کمک می‌کند. در دوره آموزش مفاهیم روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، اعتقاد بر این است که آموزه‌های الهی و مبانی مهدویت، به‌ویژه مؤلفه اساسی انتظار و باور به یاری پروردگار و ارتباط عمیق و صمیمانه با خداوند متعال سبب می‌شود تا فرد خوش‌بینی بیشتری نسبت به آینده به دست آورد و پیامزد که در مقابله با مشکلات تنها نیست. همچنان‌که یکی از مبانی آموزشی بسته روان‌شناختی

انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت نیز تمرکز بر خوش بینی است (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸). بنابراین، باور به موعود و منجی عادل و معنایابی زندگی ناشی از دریافت آموزه‌های مهدوی، سبب اصلاح افکار و یافتن راهی برای حل مشکلات و یا سازگاری فعال و همراه با تلاش می‌شود که این مبانی، خود عاملی بر افزایش بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان دختر است. در همین راستا، قاسمی و همکاران (۱۳۹۸) نیز طی مطالعه‌ای نشان دادند اجرای بسته روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت، بر بهزیستی روان‌شناختی و پریشانی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم اثربخش است. سعدی‌پور و همکاران (۱۳۹۴) نیز در پژوهشی گزارش کردند آموزش معارف مهدوی، بر بهزیستی روان‌شناختی و جهت‌گیری زندگی دانش‌آموزان پایه اول دبیرستان اثربخش است.

در پایان لازم به توضیح است پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی بود؛ ازجمله اینکه اجرای پژوهش حاضر، بر روی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم دختر شهر اهواز صورت گرفت و ازاین‌رو تعمیم نتایج بر دانش‌آموزان پسر و نیز دانش‌آموزان مقاطع دیگر و شهرها و فرهنگ‌های دیگر باید با احتیاط صورت گیرد. همچنین در پژوهش حاضر، برخی از متغیرهای جمعیت‌شناختی، نظیر تعداد فرزندان خانواده، میزان دسترسی به فضای آموزشی در خانه و وضعیت اقتصادی خانواده کنترل نشد و این موارد می‌تواند بر یافته‌های پژوهش و تعمیم نتایج مؤثر باشد. ازاین‌رو پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی، این پژوهش بر روی گروه نوجوانان پسر و همچنین دیگر مقاطع تحصیلی و فرهنگ‌ها و شهرهای دیگر صورت گیرد و نتایج آن، با یافته‌های پژوهش حاضر مقایسه گردد. پیشنهاد می‌شود برای کنترل متغیرهای مزاحم و افزایش تعمیم‌پذیری یافته‌های پژوهش، متغیرهای جمعیت‌شناختی مختلف، مانند تعداد فرزندان خانواده و میزان غنی بودن محیط آموزشی در خانه و وضعیت اقتصادی خانواده بررسی شود.

فهرست منابع

قرآن کریم

الف) فارسی

۱. احمدی، حسین (۱۳۹۲)، «زندگی به سبک مهدوی در گفتگو با دکتر ابراهیم شفیع‌ی سروستانی»، ماهنامه معارف، ش ۹۷، ص ۲۰.
۲. احمدی، سیروس (۱۳۸۸ش)، «بررسی نوع دوستی در روابط روزمره اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن»، مجله جامعه شناسی ایران، دوره دهم، ش ۲، ص ۸۷-۱۰۸.
۳. جمعی از نویسندگان (۱۳۹۸ش)، مسیر یاری، معاونت فرهنگ، آموزش و پژوهش بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام: قم: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام.
۴. جمعی از نویسندگان (۱۳۹۹ش)، مسیر یاری ۲، معاونت فرهنگ، آموزش و پژوهش بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام: قم: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام.
۵. جوشن‌لو، محسن؛ رستمی، رضا و نصرت‌آبادی، مسعود (۱۳۸۵ش)، «بررسی ساختار عاملی مقیاس بهزیستی جامع»، روان‌شناسی تحولی (روان‌شناسان ایرانی)، سال سوم، ش ۹، ص ۳۵-۵۱.
۶. حسین‌زاده، اکرم؛ تقی‌زاده، محمد احسان و همایی، رضا (۱۳۸۸ش)، «بررسی باور به مهدویت در میان جوانان پانزده تا ۲۹ ساله تهرانی»، فصلنامه علمی پژوهشی مشرق موعود، سال سوم، ش ۱۲، ص ۱۲۹-۱۵۰.
۷. رازقی، علیرضا؛ ولوی، پروانه؛ مرعشی، سید منصور و صفایی مقدم، مسعود (۱۳۹۵ش)، «بررسی تحلیلی مبانی اسلامی نوع دوستی به عنوان یک هدف تربیتی»، اسلام و پژوهش‌های تربیتی، سال هشتم، ش ۱، ص ۵-۲۴.
۸. رشیدزاده، عبدالله؛ بدری گرگری، رحیم و واحدی، شهرام (۱۳۹۷ش)، «تأثیر آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی باتکیه بر منابع معنوی و اعتقادات دینی اسلامی در تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی مادران دارای فرزند اوتیسم»، فصلنامه مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی، سال سوم، ش ۲، ص ۵۹-۸۶.
۹. سپاه‌منصور، مژگان و مهدوی نجم‌آبادی، زهرا (۱۳۹۶ش)، «مدل سازی معادلات ساختاری در بررسی ارتباط بین نوع دوستی و همدلی با گرایش به معنویت دانشجویان»، پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، سال هفتم، ش ۲۶، ص ۷۸-۵۹.
۱۰. سعدی‌پور، اسماعیل؛ دلاور، علی؛ چیناوی، علی و سلم‌آبادی، مجتبی (۱۳۹۴ش)، «اثربخشی آموزش معارف مهدوی بر بهزیستی روان‌شناختی و جهت‌گیری زندگی»، مجله دین و سلامت، سال سوم، ش ۲، ص ۱۹-۲۸.
۱۱. سلیمان‌پور عمران؛ محبوبه، قلی‌پور، مریم و سیاح، مجتبی (۱۴۰۰ش)، «بررسی تأثیر آموزش دوره سبک زندگی منتظرانه بر فرهنگ اعتقاد به مهدویت دانش‌آموزان متوسطه»، پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، سال بیست و نهم، ش ۵۲، ص ۱۰۵-۱۲۸.
۱۲. سلیمی، سعید؛ حاجی بابایی، حمیدرضا و رضا زاده عسگری، زهرا (۱۳۹۹ش)، «تأثیر ایمان به رحمت الهی از دیدگاه قرآن بر کاهش جنبه‌های شناختی فشارهای روانی»، نشریه پژوهش در دین و سلامت، سال ششم، ش ۳، ص ۱۵۷-۱۶۹.

۱۳. سیدکلان، سیدمحمد و رضایی شریف، علی (۱۳۹۵ش)، «اثربخشی آموزش سبک زندگی مبتنی بر مهدویت در بهزیستی روان شناختی و معنوی دانش آموزان»، فصلنامه علمی پژوهشی مشرق موعود، سال دهم، ش ۴۰، ص ۱۷۵-۱۹۰.
۱۴. شریفانی، محمد و علوی نیا، نسرین (۱۴۰۳ش)، «نقش دینداری زنان در اشاعه فرهنگ اسلامی، سلامت خانواده و بهبود اختلالات روان شناختی»، مجله روان شناسی فرهنگی زن، سال ۱۵، ش ۶۰، ص ۱۱۵-۱۲۵.
۱۵. قاسمی، زهرا؛ سجادیان، ایلناز؛ نادری، محمدعلی و ذوالفقاری، شهاب الدین (۱۳۹۸ش)، «اثربخشی بسته روان شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه های مهدویت بر بهزیستی روان شناختی و پریشانی روان شناختی دانش آموزان دختر متوسطه دوم»، فصلنامه علمی - پژوهشی سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت، سال سوم، ش ۲، ص ۱۳-۲۱.
۱۶. قرائتی، محسن (۱۳۹۲ش)، جهت نما (۴۰ پرسش و پاسخ مهدوی)، قم: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام.
۱۷. کریمی، ناهید؛ مهرافزون، داریوش و جعفری، علیرضا (۱۳۹۶ش)، «بررسی تأثیر مهارت های زندگی به روش قصه گویی بر مؤلفه های خلاقیت دانش آموزان ابتدایی»، فصلنامه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، دوره ۷، ش ۲، ص ۱۴۹-۱۶۶.
۱۸. کمری، سامان و فولادچنگ، محبوبه (۱۳۹۳ش)، «اثربخشی آموزش معنویت درمانی مبتنی بر مثبت نگری بر میزان امید به زندگی و رضایت از زندگی نوجوانان»، پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، سال ششم، ش ۱، ص ۵-۲۳.
۱۹. محمودی تبار، مینا و درگاهی، زهرا (۱۴۰۰ش)، «کاربست تئوری انتخاب بر امیدواری، تاب آوری و بهزیستی روان شناختی در زنان مطلقه»، مجله روان شناسی فرهنگی زن، سال ۱۳، ش ۵۰، ص ۹۵-۱۱۰.
۲۰. مردانی ولندانی، مریم؛ کجباف، محمدباقر؛ قضایی، مریم و داوودی، ایران (۱۳۹۴ش)، «رابطه نوع دوستی با دینداری و جهت گیری مذهبی»، اخلاق، سال ۵، ش ۱۷، ص ۱۶۵-۱۸۲.
۲۱. مرزوقی، رحمت الله و راضی، الهام (۱۳۹۸ش)، «فلسفه تربیتی انتظار: رویکردی به نقش مدارس در تربیت نسل منتظر»، پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، سال بیست و هفتم، ش ۴۳، ص ۹۷-۱۱۲.
۲۲. معین الاسلام، مریم و غلامی، علی (۱۳۸۹ش)، زن منتظر و منتظرپروری، قم: نشر مؤلف (مؤسسه علمی- فرهنگی زنان منتظر).
۲۳. مفتاح، احمدرضا و محمدی، ناصر (۱۳۹۷ش)، «نقش باور به مهدویت در معنابخشی زندگی فردی»، ماهنامه مشرق موعود، سال ۱۲، ش ۴۶، ص ۲۰۹-۲۲۸.
۲۴. موسوی، زهرا؛ محمود علیلو، مجید؛ بخشی پور رودسری، عباس؛ فاطمی، سیدفرشاد و فیضی، مهدی (۱۳۹۸ش)، «دین و رفتار نوع دوستانه: شواهدی از یک مطالعه آزمایشگاهی»، فصلنامه پژوهش های نوین روان شناختی، ویژه نامه اولین کنگره دوسالانه تازه های روان شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز، ۱۶ و ۱۷ مهر ماه، ص ۱-۱۱.
۲۵. نعمی، عبدالزهر؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ بساک نژاد، سودابه؛ حسونند عموزاده، مهدی؛ اسدی، ایوب و سنایی نسب، نعمت الله (۱۳۹۸ش)، «رابطه نگرش مذهبی با رفتار جامعه پسند با توجه به نقش میانجی همدلی و نوع دوستی در دانشجویان پرستاری و پزشکی»، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره ۲۹، ش ۱۸۲، ص ۷۳-۸۱.

ب) عربی

۱. مجلسی، محمدباقر (۱۳۹۶ش)، بحار الانوار: تهران، انتشارات دار الکتب الاسلامیه (کتابخانه الکترونیکه گیسوم).
۲. محدث نوری طبرسی، حسین (۱۳۶۶ش)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، بیروت- لبنان، انتشارات مؤسسه آل البيت ﷺ لاحیاء التراث.

ج) انگلیسی

1. Ahmed Shaikh, T. A., Putranta, M. P., & Ellyawati, J. (2023). The effect of religiosity on life satisfaction with altruism as a mediating variable. In *Proceeding of The International Conference on Business and Economics*, 1(1), 54-72.
2. Almasi Rad, N., Taghipuor, B., & Serajmohamadi, P. (2023). The efficacy of self-compassion oriented mindfulness training on worry and resilience in the sexually abused girls (with emphasis on culture). *Journal of Women Cultural Psychology*, 15(57), 75-90.
3. Aslani, F., Zamanian, A., & Bahmani, A. (2022). Effect of spiritual health on the reduction of Covid-19-induced stress in cemetery staff with the mediating role of workplace spirituality. *Journal of Religion and Health*, 9(2), 50-58.
4. Basson, N. (2008). *The influence of Psychological Factors on the subjective well-being of adolescents*. Doctoral dissertation, University of the Free State.
5. Cherry, K. E., Sampson, L., Nezat, P. F., Cacamo, A., Marks, L. D., & Galea, S. (2015). Long-term psychological outcomes in older adults after disaster: relationships to religiosity and social support. *Aging & Mental Health*, 19(5), 430-443.
6. Crous, G. (2017). Child psychological well-being and its associations with material deprivation and type of home. *Children and Youth Services Review*, 80, 88-95.
7. Eilami, Owrang., Moslemirad, Moslem., Naimi, Ebrahim., Babuei, Amin & Rezaei, Karim. (2019). The Effect of Religious Psychotherapy Emphasizing the Importance of Prayers on Mental Health and Pain in Cancer Patients. *Journal of Religion and Health*, 58(2), 444-451.
8. Einolf, C. J. (2006). *The roots of altruism: A gender and life course perspective*. University of Virginia.
9. Giordano, A.L., Prosek, E.A., Daly, C.M., Holm, J.M., Ramsey, Z.B., Abernathy, M.R., & Sender, K.M. (2015). Exploring the relationship between religious coping and spirituality among three types of collegiate substance abuse. *Journal of Counseling & Development*, 93, 70-79.
10. Irani, A. S. (2018). *Positive Altruism: Helping that Benefits Both the Recipient and Giver*. Master of Applied Positive Psychology (MAPP) Capstone Projects. 152.
11. Kalantari, M., Roshan Chelsi, R., & Sadr Mohammadi, R. (2014). Impact of Imam Mahdi's Expectation on the mental Health and Quality of Life in Students'. *Journal of Promised Eastern*, 8(30), 1-12.
12. Lun, V. M. C., & Bond, M. H. (2016). Achieving subjective well-being around the world: The moderating influence of gender, age and national goals for socializing children. *Journal of Happiness Studies*, 17, 587-608.
13. Mirhashemi, Z. S., Samani, L., & Nademi, H. (2023). The Conflict of Custom Culture with Jurisprudence Associated with Women and Its Effect on the Family Lifestyle. *Journal of Woman Cultural Psychology*, 14(56), 47-59.

14. Noormohammadi, G. (2022). The Role of Religious Spirituality on Physical Health. *Qur'an va tib (Quran and Medicine)*, 6(4), 62-71.
15. Oliveira, S., Roberto, M. S., Pereira, N. S., Marques-Pinto, A., & Veiga-Simão, A. M. (2021). Impacts of social and emotional learning interventions for teachers on teachers' outcomes: A systematic review with meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 677217.
16. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081.
17. Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother. Psychos.* 83, 10-28.
18. Ryff, C. D. (2018). "Eudaimonic Well-being," in *Diversity in Harmony – Insights from Psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology*. (New York, NY: John Wiley and Sons), 375.
19. Ryff, C.D & Keyes, C.L.M (1995). The Structure of psychological well- being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
20. Sadr Mohammadi, R., & Masoumi, F. (2010). *Investigating the Impact of Mahdaviat Existence on Satisfaction of Life and Mental Health in Student*. The First National Student Conference on Health Effective Social Factors, Tehran, Iran University of Medical Sciences.
21. Salmani, M., & Zoghi, L. (2022). The Relationship Between Loneliness, Spiritual Intelligence and General Health with Death Anxiety in the Elderly: The Mediating Role of Mindfulness. *Journal of Psychology of Aging*, 14(1), 54-69.
22. Scott, N., & Seglow, J. (2007). *Altruism*. New York: McGraw- Hill Education. Seddiq Sarvestani, R., & Anbari, M. (2004). Subcultural beliefs and relief participation in Iran. *Journal of Social Science Letter*, 24(24), 81-116.