





دانشگاه کاشان

دانشکده علوم انسانی

گروه روانشناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته روانشناسی تربیتی

عنوان:

رابطه بین جهت گیری مذهبی با سبک های مقابله و شادکامی در دانشجویان

دانشگاه های کاشان (91- 90)

اساتید راهنما:

دکتر فریبرز صدیقی ارفعی

دکتر محمد رضا تمنایی فر

به وسیله :

عاطفه عابدین آبادی

شهریورماه 1391

## تقدیم به

پدرم؛ کوهی استوار و حامی من در طول زندگی ، او  
که با وجود همه سختی ها، همیشه پشتیبان من  
است.

مادرم؛ سنگ صبوری که الفبای زندگی به من آموخت،  
آنکه آفتاب مهرش در آستانه قلبم، همچنان پا  
برجاست و هرگز غروب نخواهد کرد.

همسرم ؛ که در سایه همیاری و همدلی او به این  
منظور نائل شدم، آنکه سایه مهربانیش سایه سار  
زندگیمی باشد، او که مشکلات مسیر را برایم  
تسهیل نمود.

تقدیم به اساتیدم ؛ عزیزانی که آموختند مرا تا  
بیاموزم ، گرامیانی که عاشقانه سوختند تا گرما  
بخش وجود ما و روشنگر راهمان باشند.

## تشکر و قدردانی

سپاس ایزد منان که به من این فرصت را داد تا به این مرحله از علم رسیده و از هیچ محبتی دریغ نکرد و در تمام مراحل زندگی مرا قوت قلب بود.

در اینجا به مصداق «من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق» بسی شایسته و لازم است از اساتید فرهیخته و فرزانه جناب آقای دکتر فریبز صدیقی ارفعی و جناب آقای دکتر محمدرضا تمنایی فر که با کرامتی چون خورشید، سرزمین دل را روشنی بخشیدند و گلشن سرای علم و دانش را با راهنمایی های کار ساز و سازنده بارور ساختند، تقدیر و تشکر نمایم.

از داوری و نکته سنجی های اساتید محترم جناب آقای دکتر نیازی و جناب آقای دکتر گنجی نیز بسیار سپاسگذارم.

هم چنین از جناب آقای دکتر رحمتی نماینده محترم تحصیلات تکمیلی،

تشکر و قدردانی میکنم.

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی، سبک‌های مقابله و شادکامی در دانشجویان انجام شده است. بدین منظور نمونه‌ای به حجم 386 نفر به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای از جامعه آماری مورد پژوهش (دانشجویان دانشگاه‌های کاشان در سال تحصیلی 91-90) 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 چون همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس، آزمون  $t$  و رگرسیون تحلیل شده است. نتایج تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی و سبک مقابله مساله محور رابطه مثبت معنادار ( $r=0/26$ )، هم‌چنین بین جهت‌گیری مذهبی درونی و شادکامی رابطه مثبت معنادار ( $r=0/16$ ) وجود دارد. همین‌طور تحلیل نتایج بیانگر آن است که از بین سبک‌های مقابله، سبک مساله محور با شادکامی رابطه مثبت معنادار ( $r=0/41$ ) دارد.

## کلمات کلیدی:

جهت‌گیری مذهبی، سبک مقابله، شادکامی، دانشجویان

## فهرست مطالب

عنوان

صفحه

### فصل اول: کلیات پژوهش

2	1-1- بیان مساله
9	2-1- اهمیت موضوع
15	3-1- اهداف پژوهش
15	1-3-1- هدف کلی
15	2-3-1- اهداف جزئی
16	3-3-1- فرضیه های پژوهش
17	5-1- - سوالات پژوهش
18	6-1- تعریف اصطلاحات و واژه ها
20	7-1- تعاریف عملیاتی متغیرها
	8-1- جمع بندی

## فصل دوم: پیشینه پژوهش

24	1-2- جهت گیری مذهبی
24	1-1-2- تعاریف
33	2-1-2- ابعاد و کارکردهای روانشناختی نگرش دینی
34	1-2-1-2- دیدگاه های ابعادی
34	الف) نظریه آلپورت
36	ب) نظریه اریک فروم
37	ج) نظریه کورنیجژاک و همکاران
38	د) نظریه گانزیوورت
38	ذ) نظریه اسمارت
39	ر) نظریه وون هوگل
40	ز) نظریه گلاک
41	2-2-1-2- دیدگاه های کارکردی
41	الف) نظریه میسیاک
42	ب) نظریه الیسون
43	ج) نظریه پارگامنت
44	د) نظریه کرک پاتر
45	ذ) نظریه والریت و لاری

45	(ر) نظریه مرتون
46	(ز) نظریه ادی
47	(س) نظریه اسپیلکا و ورم
48	(ش) نظریه کوئینگ
50	2-2- سبک های مقابله با استرس
50	2-2-1- تعریف مقابله
55	2-2-2- اهمیت مقابله
61	2-2-3- منابع مقابله
62	2-2-4- کارکردهای مقابله
64	2-2-5- دیدگاه های نظری در مورد سبک های مقابله
64	(الف) دیدگاه لازاروس
65	(ب) دیدگاه موس
66	(ج) دیدگاه فیلیپس و یاریس
66	(د) دیدگاه فرایدنبرگ و لوئیس
69	(ر) دیدگاه بیلینگز و موس
70	(ز) دیدگاه موس و اسکافر
70	(س) دیدگاه آیزر
71	(ش) دیدگاه اندلر و پارکر
73	2-2-6- مدل های مربوط به راهبرد مقابله ای
73	(الف) مدل مستقل تنیدگی
73	(ب) مدل پس زننده تنیدگی



73	ج) مدل شرایطی تنیدگی
74	د) مدل عمل متقابل
75	2-3- شادکامی
76	2-3-1--تعریف شادکامی
83	2-3-2-تاریخچه
85	2-3-3-اهمیت شادکامی
91	2-3-4-عوامل مؤثر بر شادکامی
91	الف) شخصیت
94	ب) عرت نفس
95	ج) سرمایه اجتماعی
97	د) فعالیت های اوقات فراغت
98	ذ) وضعیت اقتصادی
99	ر) رضایت شغلی
99	ز) سلامت
100	س) وضعیت تأهل
101	ش) جنسیت
101	ی) اعتقادات مذهبی
104	2-3-5- دیدگاه های نظری در مورد شادکامی
104	الف)دیدگاه لذت گرایی
105	ب) دیدگاه معنوی
107	ج) نظریه دینر و همکاران

108	د) نظریه آرگیل و همکاران
108	ی) نظریه سلیگمن
111	4-2- مبانی عملی
111	4-2-1- مطالعات داخلی
136	4-2-2- مطالعات خارجی
140	2-5- جمع بندی
	<b>فصل سوم : روش پژوهش</b>
142	3-1- طرح پژوهش
142	3-2- جامعه آماری
143	3-3- گروه نمونه
143	3-4- ابزار پژوهش
151	3-5- شیوه تجزیه و تحلیل اطلاعات
152	3-6- جمع بندی
	<b>فصل چهارم :ارایه یافته های پژوهش</b>
154	یافته های پژوهش
155	الف) یافته های توصیفی
166	ب) یافته های استنباطی
	<b>فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری</b>
185	5-1- بحث
204	5-2- پیشنهادات

208

فهرست منابع

240

ضمائم

240

ضمیمه پرسش نامه جهت گیری مذهبی

243

ضمیمه پرسش نامه سبک های مقابله با استرس

247

ضمیمه پرسش نامه شادکامی

## فهرست جدول ها

صفحه	عنوان
147	جدول شماره 3-1- ماده های هریک از خرده مقیاس های سبک های مقابله
148	جدول شماره 3-2- ضرایب پایایی پرسش نامه سبک های مقابله با استرس در چند پژوهش
155	جدول شماره 4-1- توصیف فراوانی جنسیت
156	جدول شماره 4-2- توصیف فراوانی دانشکده ها
157	جدول شماره 4-3- توصیف فراوانی دانشگاه ها
158	جدول شماره 4-4- توصیف فراوانی متغیر جهت گیری مذهبی
159	جدول شماره 4-5- توصیف فراوانی متغیر سبک های مقابله

جدول شماره 4-6- میانگین و انحراف استاندارد جهت گیری مذهبی درونی در نمونه کل به  
نفسیک جنسیت  
160

جدول شماره 4-7- میانگین و انحراف استاندارد جهت گیری مذهبی بیرونی در نمونه کل به  
نفسیک جنسیت  
161

جدول شماره 4-8- میانگین و انحراف استاندارد سبک مقابله مساله مدار در نمونه کل به نفسیک  
جنسیت  
162

جدول شماره 4-9- میانگین و انحراف استاندارد سبک مقابله هیجان مدار در نمونه کل به نفسیک  
جنسیت  
163

جدول شماره 4-10- میانگین و انحراف استاندارد سبک مقابله اجتنابی در نمونه کل به نفسیک  
جنسیت  
164

جدول شماره 4-11- میانگین و انحراف استاندارد شادکامی در نمونه کل به نفسیک جنسیت  
165

جدول شماره 4-12- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی درونی و سبک مقابله مساله مدار  
166

جدول شماره 4-13- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی درونی و سبک مقابله هیجان مدار  
166

جدول شماره 4-14- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی درونی و سبک مقابله اجتنابی  
167

جدول شماره 4-15- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی بیرونی و سبک مقابله مساله مدار  
167

جدول شماره 4-16- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی بیرونی و سبک مقابله هیجان مدار  
168

جدول شماره 4-17- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی بیرونی و سبک مقابله اجتنابی  
168

- جدول شماره 4-18- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی درونی و شادکامی  
169
- جدول شماره 4-19- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی بیرونی و شادکامی  
169
- جدول شماره 4-20- ضریب همبستگی بین سبک مقابله مساله مدار و شادکامی  
170
- جدول شماره 4-21- ضریب همبستگی بین سبک مقابله هیجان مدار و شادکامی  
170
- جدول شماره 4-22- ضریب همبستگی بین سبک مقابله اجتنابی و شادکامی  
171
- جدول شماره 4-23- ماتریس همبستگی جهت گیری مذهبی (درونی/بیرونی)، سبک های مقابله  
(مساله مدار، هیجان مدار و اجتنابی) و شادکامی  
172
- جدول شماره 4-24- بررسی نتایج رگرسیون (تک متغیره) جهت گیری مذهبی بر اساس سبک های  
مقابله و شادکامی  
173
- جدول شماره 4-25- نتایج آزمون t جهت بررسی تفاوت جهت گیری مذهبی ، سبک های مقابله و  
شادکامی در دانشجویان ، به تفکیک جنسیت  
175
- جدول شماره 4-26- نتایج آزمون تحلیل واریانس جهت بررسی تفاوت جهت گیری مذهبی  
در دانشجویان، به تفکیک دانشکده  
177
- جدول شماره 4-27- آزمون تعقیبی LSD ، تفاوت میانگین های جهت گیری مذهبی (بیرونی) در بین  
دانشکده های مختلف  
177
- جدول شماره 4-28- نتایج آزمون تحلیل واریانس جهت بررسی تفاوت سبک های مقابله در دانشجویان  
به تفکیک دانشکده  
179

جدول شماره 4-29- نتایج آزمون تحلیل واریانس جهت بررسی تفاوت میزان شادکامی در دانشجویان  
به تفکیک دانشکده

180

جدول شماره 4-30- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی درونی و میزان حضور در مراسم  
مذهبی

181

جدول شماره 4-31- ضریب همبستگی بین جهت گیری مذهبی بیرونی و میزان حضور در مراسم  
مذهبی

181

جدول شماره 4-32- ضریب همبستگی بین سبک مقابله مساله مدار و میزان حضور در مراسم مذهبی

182

جدول شماره 4-33- ضریب همبستگی بین سبک مقابله هیجان مدار و میزان حضور در مراسم مذهبی

182

جدول شماره 4-34- ضریب همبستگی بین سبک مقابله اجتنابی و میزان حضور در مراسم مذهبی

183

جدول شماره 4-35- ضریب همبستگی بین میزان شادکامی و میزان حضور در مراسم مذهبی

183

## فهرست نمودارها

	عنوان	صفحه
155	نمودار شماره 4-1- توصیف فراوانی جنسیت	
156	نمودار شماره 4-2- توصیف فراوانی دانشکده ها	
157	نمودار شماره 4-3- توصیف فراوانی دانشگاه ها	
158	نمودار شماره 4-4- توصیف فراوانی جهت گیری مذهبی	
159	نمودار شماره 4-5- توصیف فراوانی متغیر سبک های مقابله	



## پیشگفتار

دین برای آدمی موهبتی است که او را به یک فلسفه حیات مسلح می کند؛ به عقل وی روشنگری می بخشد؛ بر اراده تاکید دارد و آن را می پرورد؛ به آدمی کمک می کند تا به فرمان های عقل گردن نهد؛ نیاز های اساسی روح، به ویژه نیاز به عشق و جاودانگی را تحقق می بخشد.

از این روست که تار و پود زندگی انسان با باورهای دینی تنیده شده است. گواه این مطلب آن است که با مطالعه جوامع انسانی و تاریخ تمدن ها، همواره با رگه هایی از دین و باورهای دینی مواجه می شویم. این باورهای دینی در هر دوره ای به شکلی متجلی شده اند. زمانی دین و دینداری در قامت باورها و اعمال جادویی و زمانی تحت پوشش پنداشت های اسطوره ای جلوه می نمود. هر از چندگاهی نیز ادیان الهی و توحیدی سایه خود را بر سر جوامع می گستراندند. گستردگی و عمومیت نگرش دینی

از توحیدی تا شرک آمیزترین صورت آن ، یعنی از پرستش یگانه هستی تا تجسم نیروی ماورایی در قالب انسانی، همگی حکایت از اصیل ترین نیاز درونی انسان یعنی خدا جویی دارد. از این روست که نیاز به دین و مذهب در شمار اصیل ترین نیازهای انسانی تلقی می شود که از دیر باز در تمام جوامع بشری مطرح بوده است. (خدایاری فرد و همکاران، 1378)

روانشناسی دین<sup>1</sup> که عبارت است از مطالعه و پدیده های مذهبی با استفاده از مفاهیم روانشناسی، اشاره به این دارد که مذهب و واقعیات روانشناسی از یکدیگر تاثیر می پذیرند. در حیطه روانشناسی دین، تمایل فزاینده ای وجود دارد که چشم اندازهای تئوریک، به واسطه پژوهش های تجربی حمایت شوند. از این رو افزایش تحقیقات در زمینه های گوناگون نظیر میزان مذهبی بودن، نیاز به مذهب تاثیر دین در سلامت جسم و روان و غیره بسیار به چشم می خورد. (صحراپیان و همکاران، 1390)

آلپورت<sup>2</sup> (1950)، مذهب را به عنوان فلسفه وحدت بخش زندگی توصیف می کند و آن را یکی از عوامل بالقوه ی مهم برای سلامت روان دانسته و معتقد است نظام ارزشی مذهبی، بهترین زمینه را برای یک شخصیت سالم آماده می کند. اما به این نکته نیز توجه دارد که اینطور نیست که تمامی افرادی که ادعای مذهبی بودن دارند، دارای شخصیت سالم هستند. (خوانین زاده و همکاران، 1384)

از دیدگاه آلپورت این جهت گیری مذهبی به دو صورت جهت گیری مذهبی درونی<sup>3</sup> و جهت گیری مذهبی بیرونی<sup>4</sup> می باشد. جهت گیری مذهبی درونی، مذهبی فراگیر،

---

<sup>1</sup>. Psychology of Religion

<sup>2</sup> Allport

<sup>3</sup>. Religious orientation intrinsic

<sup>4</sup>. Religious orientation extrinsic

دارای اصول سازمان یافته و درونی شده است که خود غایت و هدف است نه وسیله ای برای رسیدن به هدف. افراد با جهت گیری مذهبی درونی برآورده شدن نیازهای خود را در گروه اجرای عقاید مذهبی، ممکن می دانند. آن ها سعی دارند دین خود را درونی سازند، آن را تمام و کمال در زندگی خود به عمل در آورند، همه دستورات دینی را هر چه کامل تر انجام دهند و با الگوی رفتاری و اعتقادی دینی زندگی کنند. برعکس، افراد با جهت گیری مذهبی برونی، دین را وسیله ای برای رسیدن به هدف هایی که واجد ارزش های بیرونی هستند، تلقی می کنند. این افراد با استناد به دلایلی مانند به دست آوردن آرامش، ایمنی روانی، کسب مقام و موقعیت یا تحکیم وضعیت اجتماعی و شخصی، دین را سودمند می دانند. (آلپورت و راس<sup>1</sup>، 1967)

در این میان استرس<sup>2</sup> و شیوه های مقابله<sup>3</sup> با آن و شادکامی از جمله مفاهیم روانشناختی هستند که مذهب، داشتن جهت گیری مذهبی یا نگرش مذهبی بر آن ها تاثیر گذار است.

در واقع استرس عبارت است از عدم تناسب بین تقاضاهای ما و منابعی که برای برآوردن آن ها داریم که این امر باعث اختلال در سلامتی فرد می شود. به طور کلی استرس توسط همه ی افراد تجربه می شود اما درجات بالای استرس عواقب متعددی از جمله ابتلا به بیماری های جسمانی، روانی، کاهش حل مساله، تغییر در خلق و خو و میزان شادمانی و رضایت فراد از زندگی می شود. (پور قانع و همکاران، 1389)

آنچه در این میان اهمیت فراوانی دارد شیوه ها یا راهبرد هایی است که فرد در مقابله با موارد استرس زا به کار می برد که به طور مسلم نقش اساسی در سلامت جسم و

---

<sup>1</sup>. Ros

<sup>2</sup>. stress.

<sup>3</sup>. Coping styles

روان وی ایفا می کند. فرآیند های ارزیابی و مقابله تلاش های شناختی و رفتاری افراد هستند که در تفسیر و غلبه بر مشکلات زندگی موثر می باشند. (جعفری، 1388)

لازاروس و فولکمن<sup>1</sup> (1992) معتقدند مقابله با استرس عبارت است از تلاش های فکری و رفتاری مستمری که برای برآوردن نیازهای خاص درونی، بیرونی به کار رود، این احتیاجات ممکن است مطابق یا افزون بر منابع و امکانات فرد باشد. (خسروی و آقاجانی، 1382)

در چندین تحلیل، شیوه های مقابله ای در سه طبقه بزرگ گروه بندی می شوند:

1- مقابله مثبت (حل مسئله دقیق و روشن، جستجوی اطلاعات).

2- مقابله معمولی یا عادی (ارزیابی، حل مسئله مبهم و غیردقیق و پذیرش کنترل هیجان درونی).

3- مقابله منفی (عدم آگاهی، فقدان یک راهبرد مناسب، فرار، تخلیه هیجان نامناسب).

نتایج نشان می دهد که حل مسئله دقیق پیامد های بهتری به دنبال دارد در حالی که پاسخ های مقابله هیجانی با نتایج نامطلوبی در ارتباط است. بنابر این باید بر آموزش مهارت های مقابله ای موثر و مثبت تاکید کرد. (عسگرزاده، 1390)

در واقع شیوه های مقابله توانایی های شناختی و رفتاری هستند که توسط فرد در معرض استرس به منظور کنترل استرس به کار گرفته می شوند و یکی از عواملی که

---

<sup>1</sup>. Lazarus & Folkman