

رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان

دکتر احمد عابدی*

علیرضا شواخی**

مریم تاجی***

چکیده

پژوهش حاضر تحت عنوان «بررسی رابطه بین ابعاد مختلف دینداری (بعد اعتقادی، بعد عاطفی، بعد پیامدی، بعد مناسکی) با میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان»، به دنبال تعیین رابطه و سهم نسبی ابعاد مختلف دینداری در تبیین میزان شادی دانش‌آموزان بوده است. مطالعه حاضر از نوع تحقیقات همبستگی بوده است. ۲۴۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان با روش نمونه‌گیری به شیوه تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و بررسی شدند. داده‌های بدست آمده با روش رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و مشخص شد بین ابعاد مختلف دینداری (بعد اعتقادی، بعد عاطفی، بعد پیامدی، بعد مناسکی) با میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه رابطه معنی‌دار وجود دارد. همچنین نتایج بدست آمده حاکی از آن است که بعد اعتقادی ۰/۲۲، بعد مناسکی ۰/۱۹، بعد پیامدی ۰/۱۷ و بعد عاطفی ۰/۱۵ به ترتیب پیش‌بینی‌کننده و تبیین‌کننده میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان بوده‌اند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که دینداری و ابعاد مختلف آن در تبیین سلامت روان و از جمله شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه نقش مهم و بسزایی دارد.

واژه‌های کلیدی: دینداری، شادی، دانش‌آموزان دوره متوسطه.

مقدمه

در سال‌های اخیر با کارهای مارتین سلیگمن و همکاران^۱ در روان‌شناسی، جنبشی با عنوان روان‌شناسی مثبت^۲ ایجاد شده است. در این حیطه مباحثی مثل شادی^۳، امید، سرزندگی و خوش‌بینی مورد بررسی قرار می‌گیرد (بارلو،^۴ ۲۰۰۲). یکی از مقوله‌های روان‌شناسی مثبت، شادی است که تاریخچه آن به سال‌های دهه ۱۹۶۰ میلادی برمی‌گردد. شادی به عنوان یکی از حیطه‌های روان‌شناسی مثبت، امروزه توجه زیادی را به خود جلب کرده است و معناهای گسترده‌ای را دربرمی‌گیرد. لیوبومیراسکی^۵ (۲۰۰۱)؛ به نقل از برادبرن^۶ (۱۹۶۹) شادی را تعادل بین تجربه‌های هیجانی مثبت و منفی در طول یک دوره زمانی می‌داند. وینهون^۷ (۱۹۸۸) معتقد است شادی به درجه یا میزانی اطلاق می‌گردد که شخص دربارهٔ مطلوبیت کل زندگی خود قضاوت می‌کند، به عبارت دیگر، شادی به این معناست که فرد به چه میزان زندگی خود را دوست دارد. آرگایل و همکاران^۸ (۱۹۸۹) شادی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت، عدم وجود عاطفی منفی و رضایت از زندگی می‌دانند. لیوبومیراسکی و همکاران (۲۰۰۵) شادی را تجربه احساس نشاط، خشنودی و خوشی و نیز دارا بودن این احساس که فرد زندگی خود را خوب، با معنا و با ارزش بداند، در نظر گرفته است. طبق این تعریف مشخص می‌شود که شادی یک پدیده ذهنی و درونی است. دینوکوپر^۹ (۱۹۹۸) در یک پژوهش فراتحلیل مهمترین ویژگی شخصیتی افراد شاد را عاطفه مثبت و عزت نفس گزارش نموده‌اند؛ همچنین وارت^{۱۰} (۲۰۰۱) از صاحب‌نظران روان‌شناسی شادی نیز عزت نفس را جزء جدایی‌ناپذیر شادی می‌داند. عاطفه مثبت و عزت نفس که اجزای اصلی شادی هستند

-
1. Seligman et al
 2. positive psychology
 3. Happiness
 4. Barlo
 5. Lyubomirsky
 6. Bradburn
 7. Veenhoven
 8. Argyle et al
 9. De Neve&cooper
 10. Wart

باعث افزایش خزانة رفتاری - شناختی و توجه فرد می‌شوند. و برعکس افسردگی باعث محدودیت خزانة رفتاری - شناختی و کاهش توجه فرد می‌شود (لیوبومیراسکی، ۲۰۰۱ و لیوبومیراسکی و همکاران، ۲۰۰۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که زمینه‌های خلق و 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 (مایرز^۱، ۲۰۰۰؛ داینر^۲، ۲۰۰۰). افراد با خلق خوش‌بینانه، با ایمان‌تر، محبوبیت بیشتر، سازگاری بهتری با تحصیل، شغل و ورزش دارند؛ همچنین موفقیت‌های سیاسی و اجتماعی آنها بیشتر است (میلیگان^۳، ۲۰۰۳). در مجموع افکار افراد با خلق خوش‌بینانه و شاد به این سو گرایش دارد که حوادث بد، مربوط به همان لحظه و همانجاست و بر سایر قسمت‌های زندگی تأثیر ندارد (چایرا^۴، ۲۰۰۲).

نتایج پژوهش‌های لارسون^۵ (۲۰۰۰) و پترسون (۲۰۰۰) نشان داده است که شادی می‌تواند سلامت جسمانی و روانی را بهبود بخشد. افرادی که شاد هستند احساس امنیت بیشتر می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند و نسبت به کسانی که با آنها زندگی می‌کنند بیشتر اظهار رضایت می‌کنند. لیوبومیراسکی و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند که هر فرد الگویی برای شادی یا ناشادی دارد که باعث می‌شود اتفاقات و تجارب خود را به گونه‌ای تعبیر کند که باعث حفظ شادی‌اش شود، به‌طور کلی به نظر آنها افراد شاد به شرایط و اتفاقات به شیوه مثبت‌تر و سازگارانه‌تری پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر و سیستم ایمنی قوی‌تر و خلاق‌تر از افراد ناشاد هستند.

یکی از عواملی که موجب شادی فرد می‌شود، ایمان مذهبی است. به نظر شواب و پترسون^۶ (۱۹۹۰) فرد با ایمانی که خداوند را حامی و مراقب خود می‌داند احساس

1. Myers
2. Diener
3. Milligan
4. chiara
5. larson
6. Schwab&peterson

رهاشدگی، پوچی و تنهایی نمی‌کند. مایرز (۲۰۰۰) یکی از عوامل ایجاد نشاط را ایمان مذهبی می‌داند. ایمانی که حمایت همگانی، هدفمندی، احساس پذیرفته بودن و امید را برای فرد به دنبال دارد. گریل^۱ (۱۹۷۵) معتقد است فعالیت‌های مذهبی دارای کارکردهایی هستند که نهایتاً موجب افزایش نشاط فرد می‌گردد. پولوما و پندلتون^۲ (۱۹۹۰) طی پژوهشی ابعاد مختلف مذهبی بودن و سلامتی کلی افراد را مورد مطالعه قرار داده‌اند؛ آنها در مطالعه خود به وجود ارتباط بین مذهبی بودن و احساس شادمانی پی بردند، ایشان دریافتند افرادی که خود را مذهبی می‌دانند (نسبت به کسانی که خود را مذهبی نمی‌دانند) سطح بالایی از نشاط سلامت جسمانی و پایین بودن افسردگی را نشان می‌دهند.

دین اسلام به عنوان آخرین برنامه الهی زندگی بشر، دینی کامل، جامع و آسمانی است و با توجه به نیازهای متفاوت انسان و زمینه‌های لازم برای کمال و تکامل او در ابعاد مختلف، نگاهی همه‌جانبه به وی داشته است، از جمله به پدیده نشاط و شادمانی توجه خاصی نموده و برای تجدید توان و کسب نشاط و طراوت روحی راهکاری بنام «ادخال سرور» یا «خرسندسازی» هم‌نوعان را ارائه کرده است و آن را از خصلت‌های خداجویان دانسته است. اسلام حضور بانشاط در عرصه‌های مختلف زندگی و بهره‌گیری از تنوع و شادی را سیره‌ای پسندیده و عبادتی بزرگ معرفی نموده است؛ همانگونه که روزه ماه رمضان را واجب نموده است، شادی و سرور مسلمانان را در عید فطر سفارش کرده است و روزه آن را حرام کرده است (لقمانی، ۱۳۸۰).

شادی و شادمانی که در فرهنگ دینی، سرور نام گرفته است، صفتی پنهان و قلبی است که به خاطر دستیابی به خیر و منفعت و همراه با لذت درونی انسان خواهد بود؛ از این رو، مفهوم «سر» یا «ویژگی ناپیدا» در آن وجود دارد و صاحب‌نظران آن را شادی خالص قلبی دانسته‌اند (لقمانی، ۱۳۸۰، ص ۱۹).

روشنفکران و اسلام‌شناسان نشاط و شادمانی را پیامد ایمان به خدا می‌دانند و برای ایجاد نشاط ارزش زیادی قائل هستند؛ در این زمینه استاد مطهری (۱۳۵۸) معتقد است

1. Greely

2. poloma&pendelton

ایمان مذهبی آثار نیک فراوان دارد، چه از نظر تولید بهجت و انبساط روحی و چه از نظر نیکو ساختن روابط اجتماعی و چه از نظر کاهش و رفع ناراحتی‌های ضروری که لازمه ساختمان این جهان است؛ خوش‌بینی، روشن‌دلی، امیدواری و آرامش خاطر از آثار بهجت‌زایی و انبساط‌آفرینی ایمان مذهبی است.

حضرت امام موسی بن جعفر (ع) از پدران خویش و امام علی (ع) نقل می‌کنند که در تفسیر آیه «وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» (قصص، آیه ۷۷)؛ فرمودند: یعنی پنج چیز را فراموش مکن و بیهوده از دست نده: ۱. صحت و سلامتی ۲. نیرو و توانایی ۳. فراغت و فرصت ۴. جوانی ۵. نشاط و سرزنده بودن را تا به وسیله آنها آخرت را به دست آوری (لقمانی، ۱۳۷۹، ص ۲۲).

در قرآن کریم آمده است: «وَأَنَّ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَيْ»؛ هم اوست که می‌خنداند و می‌گریاند» (نجم، آیه ۴۳)؛ زیرا تمامی اسباب خنده و گریه همچون احساسات انسان و یا دهان، چشم و سایر اعضاء در اختیار اوست و خداوند خالق همه آنهاست (فرهادیان، ۱۳۷۵).

از آنچه در همه موارد فوق‌الذکر تصریح شده است چنین مستفاد می‌شود که غم و شادی و موجبات آن همه در دست قدرت لایزال الهی است و نحوه برخورد و مواجهه انسان با مسائل، مشکلات و موقعیت‌های مختلف زندگی است که می‌تواند میزان و نوع تأثیرپذیری آدمی را از مواجهه با آنها تعیین نماید.

از رسول اکرم (ص) نقل شده است که: «انَّ فِي الْجَنَّةِ دَارًا يُقَالُ لَهَا دَارُ الْفَرَحِ لَا يَدْخُلُهَا إِلَّا مَنْ فَرِحَ الصَّبِيانَ؛ در بهشت جایی است که به آن خانه شادی گفته می‌شود، هیچکس به آن خانه وارد نمی‌شود مگر آنکه موجب شادی کودکان شده باشد» (اصول کافی، ج ۱، ص ۲۰۴).

تعبیر پیامبر اکرم (ص) ضمن اشاره به جایگاه و اهمیت شادمانی در فرهنگ اعتقادی ما از شادمان‌سازی افراد تحت تربیت به عنوان یک رسالت تربیتی یاد می‌فرمایند که این امر نیز به نوعی نشانگر حساسیت و اهمیت والای عنصر شادمانی در فرهنگ تربیتی و دینی اسلام عزیز می‌باشد.

در حدیثی از حضرت علی (ع) در مورد نشاط و شادمانی آمده است: «السرور یبسط النفس و یشیر النشاط؛ شادمانی باعث انبساط روح و عامل برانگیختن وجد و نشاط است» (فرهادیان، ۱۳۷۵). آنچه که در قالب آیات و روایات به آن اشاره شد، بخش کوچکی است از آنچه در متون اسلامی با تعبیر متفاوت در خصوص اهمیت و تأثیرات نشاط در فرهنگ دینی ما مطرح شده است.

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی رابطه بین ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان است؛ همچنین تعیین سهم نسبی هر کدام از ابعاد مختلف دینداری (بعد اعتقادی، بعد عاطفی، بعد پیامدی، بعد مناسکی) در تبیین و پیش‌بینی میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه می‌باشد.

بنابراین، با توجه به هدف‌های یاد شده فرضیه‌های زیر مورد بررسی قرار گرفت:

۱. بین بعد اعتقادی و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه وجود دارد؛
۲. بین بعد عاطفی و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه وجود دارد؛
۳. بین بعد پیامدی و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه وجود دارد؛
۴. بین بعد مناسکی و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه وجود دارد؛
۵. تعیین سهم نسبی هر یک از ابعاد دینداری در میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان.

روش انجام پژوهش

در این پژوهش با توجه به اهداف و ماهیت آنها از روش همبستگی استفاده شده است؛ به عبارت دیگر، پژوهش حاضر از جمله بررسی‌های همبستگی چندمتغیری است که طی آن به مطالعه رابطه بین ابعاد مختلف دینداری با شادی دانش‌آموزان دوره متوسطه و تعیین سهم نسبی هر کدام از ابعاد دینداری در تبیین و پیش‌بینی میزان شادی پرداخته شده است.

متغیرهای پژوهش: شادی متغیر ملاک و ابعاد مختلف دینداری (بعد اعتقادی، بعد عاطفی، بعد پیامدی، بعد مناسکی) متغیرهای پیش‌بین می‌باشند.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۸۶ - ۸۵ بودند که تعداد آنها ۲۱۵۴۶ نفر می‌شدند. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای، ۲۴۰ نفر از آنان به عنوان نمونه انتخاب و مورد بررسی قرار گرفتند؛ بدین طریق که ابتدا شهر اصفهان را به پنج خوشه تقسیم و از هر خوشه هشت دبیرستان و از هر دبیرستان شش نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و سپس دو پرسشنامه شادی آکسفورد و سنجه دینداری مسلمانان روی آنان اجرا گردید.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه شادی آکسفورد

در این پژوهش برای اندازه‌گیری میزان شادی دانش‌آموزان، از پرسشنامه شادی آکسفورد استفاده شد. این مقیاس دارای ۲۹ سؤال چهار گزینه‌ای است که گزینه‌های آن به ترتیب نمره‌گذاری می‌شوند.

جمع نمرات مواد آزمون، نمره مقیاس را تشکیل می‌دهد که مشابه نمره‌گذاری مقیاس افسردگی بک می‌باشد.

این مقیاس در سال ۱۹۹۰ توسط آرگایل و لو^۱ ساخته شده است، آنها ضریب پایایی این مقیاس را به روش بازآزمایی ۰/۷۸ گزارش نموده‌اند، همچنین روایی سازه این مقیاس به روش واگرایی (ضریب همبستگی بین مقیاس شادی آکسفورد و مقیاس افسردگی بک) ۰/۵۲- گزارش شده است (فرانایس و همکاران^۲، ۱۹۹۸). در ایران

1. Argyle & Lu
2. Franice et al

علی‌پور و همکاران (۱۳۷۸) ضریب پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش نموده‌اند، همچنین برای بررسی روایی صوری و محتوایی این مقیاس از ۱۰ متخصص (روان‌شناس و روان‌پزشک) نظرخواهی شد، که همگی توانایی مقیاس را در اندازه‌گیری شادی آزمودنی‌ها تأیید نمودند. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۸۷ بدست آمد.

۲. پرسشنامه سنجة دینداری مسلمانان

این پرسشنامه را سراج‌زاده (۱۳۷۷) بر پایه‌الگوی گلاک و استارک (به نقل از سراج‌زاده، ۱۳۷۷) با اسلام و به‌ویژه مذهب شیعه تطبیق داده است. این پرسشنامه دارای ۲۶ پرسش است و ۴ بعد دینداری را می‌سنجد که به ترتیب عبارتند از: بعد باور دینی (دارای هفت پرسش)، بعد تجربی یا عواطف دینی (دارای شش پرسش)، بعد پیامدی یا آثار دینی (دارای شش پرسش) و بعد مناسکی یا اعمال دینی (دارای هفت پرسش). همه عبارت‌های پرسشنامه، پرسش‌های نگرشی و دارای پنج گزینه از نوع لیکرت بوده‌اند: ۱. کاملاً مخالف، ۲. مخالف، ۳. بینابین، ۴. موافق، ۵. کاملاً موافق. در بررسی روایی این پرسشنامه، سراج‌زاده (۱۳۷۹) ضریب همبستگی ۰/۶۲ تا ۰/۴۱ را گزارش نموده است. سراج‌زاده (۱۳۷۷) ضرایب آلفای چهار مقیاس مربوط به چهار بعد دینداری را ۰/۸۷ تا ۰/۹۲ گزارش نموده است. پایایی این پرسشنامه در بررسی حاضر به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۹ بدست آمد.

روش‌های تجزیه و تحلیل آماری

به منظور تعیین رابطه بین ابعاد مختلف دینداری (بعد اعتقادی، بعد عاطفی، بعد پیامدی، بعد مناسکی) و شادی از ضرایب همبستگی و آزمون‌های معنی‌داری آن و همچنین جهت تعیین سهم نسبی هر کدام از متغیرهای پیش‌بین (ابعاد مختلف دینداری) در تبیین متغیر ملاک (شادی) از آزمون استنباطی و رگرسیون استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

نتایج پژوهش و تجزیه و تحلیل آنها در دو جدول ذیل آمده است.

جدول (۱): ضریب همبستگی ابعاد دینداری با شادی دانش‌آموزان

ردیف	متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
۱	بعد اعتقادی	۰/۴۳	۰/۰۰۱
۲	بعد عاطفی	۰/۲۸	۰/۰۰۱
۳	بعد پیامدی	۰/۲۰	۰/۰۰۱
۴	بعد مناسکی	۰/۳۵	۰/۰۰۱

جدول (۲): تحلیل رگرسیون پیش‌بینی میزان شادی از روی ابعاد دینداری با روش ورود

اندازه‌ها متغیر	R	R ^۲	F	β	t	سطح معنی‌دار
بعد اعتقادی	۰/۴۷	۰/۲۲	۸/۴۲	۰/۲۲	۳/۸۷	۰/۰۰۱
بعد عاطفی				۰/۱۵	۴/۰۱	۰/۰۰۱
بعد پیامدی				۰/۱۷	۵/۶	۰/۰۰۱
بعد مناسکی				۰/۱۹	۴/۳۲	۰/۰۰۱

نتایج بدست آمده از تحلیل داده‌های پژوهش در ارتباط با فرضیه‌های اول تا چهارم که در جدول شماره (۱) آمده است، نشان می‌دهد که:

۱. بین بعد اعتقادی و شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان نمونه مورد بررسی همبستگی مثبت وجود دارد و این همبستگی از نظر آماری در سطح $P < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار بوده است؛ به عبارت دیگر، میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان با بعد اعتقادی رابطه مستقیم دارد و هرچه این رابطه قویتر باشد، شادی آنان بیشتر است. در واقع با این نتیجه می‌توان بیان داشت، چون میزان شادی

دختران مدارس دوره متوسطه شهر اصفهان و بعد اعتقادی همبستگی مستقیم وجود دارد؛ لذا از بعد اعتقادی می‌شود به عنوان یکی از مؤلفه‌های پیش‌بینی کننده میزان شادی آنان استفاده نمود.

۲. بین بعد عاطفی و شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان نمونه مورد بررسی همبستگی مثبت وجود دارد و این همبستگی از نظر آماری در سطح $P < 0/001$ معنی دار بوده است؛ به عبارت دیگر، میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان با بعد عاطفی رابطه مستقیم دارد و هرچه این رابطه قویتر باشد، شادی آنان بیشتر است؛ در واقع، با این نتیجه می‌توان بیان داشت، چون میزان شادی دختران مدارس دوره متوسطه شهر اصفهان و بعد عاطفی همبستگی مستقیم وجود دارد؛ لذا از بعد عاطفی می‌شود به عنوان یکی از مؤلفه‌های پیش‌بینی کننده میزان شادی آنان استفاده نمود.

۳. بین بعد پیامدی و شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان نمونه مورد بررسی همبستگی مثبت وجود دارد و این همبستگی از نظر آماری در سطح $P < 0/001$ معنی دار بوده است؛ به عبارت دیگر، میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان با بعد پیامدی رابطه مستقیم دارد و هرچه این رابطه قویتر باشد، شادی آنان بیشتر است؛ در واقع، با این نتیجه می‌توان بیان داشت، چون میزان شادی دختران مدارس دوره متوسطه شهر اصفهان و بعد پیامدی همبستگی مستقیم وجود دارد؛ لذا از بعد پیامدی می‌شود به عنوان یکی از مؤلفه‌های پیش‌بینی کننده میزان شادی آنان استفاده نمود.

۴. بین بعد مناسکی و شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان، نمونه مورد بررسی، همبستگی مثبت دارد و این همبستگی از نظر آماری در سطح $P < 0/001$ معنی دار بوده است؛ به عبارت دیگر، میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان با بعد مناسکی رابطه مستقیم دارد و هرچه این رابطه قویتر باشد، شادی آنان بیشتر است، در واقع با این نتیجه می‌توان بیان داشت که چون میزان شادی دختران مدارس دوره متوسطه شهر اصفهان و بعد مناسکی همبستگی مستقیم وجود دارد؛ لذا از

بعد مناسکی می‌شود به عنوان یکی از مؤلفه‌های پیش‌بینی‌کننده میزان شادی آنان استفاده نمود.

همچنین نتایج مربوط به آزمون فرضیه پنجم در جدول شماره (۲) آورده شده است. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد سهم هر یک از ابعاد دینداری در تبیین میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان به ترتیب عبارت است از: بعد اعتقادی ۰/۲۲، بعد مناسکی ۰/۱۹، بعد پیامدی ۰/۱۷، و بعد عاطفی ۰/۱۵.

بحث و نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت بین ابعاد مختلف دینداری با میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد و همچنین بعد اعتقادی، بعد مناسکی، بعد پیامدی، و بعد عاطفی به ترتیب پیش‌بینی‌کننده‌های میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان می‌باشند. از آنجایی که در پژوهش حاضر دینداری مسلمانان متشکل از ابعاد چهارگانه باور (اعتقاد) دینی، عواطف (تجربه‌ها) دینی، پیامد (آثار) دینی و مناسک (اعمال) دینی در نظر گرفته شده است و پژوهش نشان داد که بین ابعاد چهارگانه فوق‌الذکر و میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان رابطه مثبت وجود دارد و این رابطه در سطح $p < 0/001$ معنادار می‌باشد؛ لذا می‌توان بیان داشت که افرادی که به اصول، فروع، دستورها و احکام دینی پایبندی بیشتری دارند و در عمل به این احکام و اصول آن نیز بیشتر تأکید می‌کنند، شادی آنها نیز بیشتر است.

یافته‌های بدست آمده از این پژوهش نیز تائید دیگری بر پژوهش‌های قبلی بود؛ از جمله این پژوهش‌ها می‌توان به آرگایل (۱۹۸۹)، لیوبومیراسکی و همکاران (۲۰۰۵)، مایزر (۲۰۰۰)، داینر (۲۰۰۰)، پترسون (۲۰۰۰)، احمدی ابهری (۱۳۷۵)، و مضائی فرای و بوالهیری (۱۳۷۴)، نجفی و همکاران (۱۳۷۷)، شریفی و همکاران (۱۳۸۴)، و چراغی و مولوی (۱۳۸۵) اشاره نمود که با نتایج پژوهش فعلی همسو و هماهنگ می‌باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر مبنی بر وجود رابطه مثبت بین ابعاد دینداری و شادی، گویای آن است که هرچه فرد از درجه ایمان بالاتری برخوردار باشد، همچنین به اعمال

دینی همچون خواندن نماز، دعا، روزه گرفتن، قرآن خواندن، شرکت در نماز جمعه و جماعت و سایر مراسم دینی مبادرت می‌ورزد، از شادی بیشتری برخوردار است.

در تبیین این یافته‌ها شاید بتوان گفت همان‌طور که رمضان فرانی و بوالهروی (۱۳۱۴) بیان نموده‌اند، قرآن مجید راهبردها و توصیه‌های عملی سازنده‌ای را در برخورد با فشارهای روانی و افزایش نشاط و شادکامی به مسلمانان توصیه می‌نماید که عبارتند از: نماز (بقره، آیات ۴۵ و ۱۵۳)، توکل (نحل، آیه ۴)، دعا و نیایش (فرقان، آیات ۷۰ و ۷۱)، فراخواندن انسان به آرامش (ابراهیم، آیه ۴۵، توبه، آیه ۱۰۳، فتح، آیه ۴).

شرکت در مراسم دینی و به طور کلی التزام عملی به احکام و دستورات دینی به هنگام رخداد سختی‌ها و استرس‌های روانی باورها، کردار و آیین‌ها و همچنین مجموعه نهادهای مذهبی همه با هم باعث ایجاد امنیت و اطمینان اساسی می‌شوند که در نجات و رهایی فرد کمک می‌کنند.

در نهایت می‌توان گفت که دین از عوامل مهم و تأثیرگذار در سلامت ذهن است، دین چهره جهان را در نظر فرد دیندار دگرگون می‌سازد و طرز تلقی او را از خود، خلقت و رویدادهای پیرامون تغییر می‌دهد. فرد دیندار خود را سخت در حمایت و لطف همه‌جانبه خداوند، بزرگترین نیروی موجود می‌بیند و بدین ترتیب احساس اطمینان و آرامش و لذت معنوی عمیقی به وی دست می‌دهد. چنین فردی به واسطه ناملايمات و ناکامیهای زندگی دچار ناامیدی و اضطراب نمی‌گردد؛ زیرا خداوند را حامی خویش می‌داند، او اطمینان دارد که این حوادث و رویدادها گذرا هستند و او پاداش صبر خود را خواهد گرفت (کروز، ۲۰۰۳، به نقل از چراغی و مولوی، ۱۳۸۵).

منابع

- آرگایل، م. (۲۰۰۱). *روان‌شناسی شادی*، ترجمه م. گوهری و همکاران (۱۳۸۲)، اصفهان: جهاد دانشگاهی واحد اصفهان.
- احمدی ابهری، سیدعلی (۱۴۷۵). «نقش ایمان و اعتقاد مذهبی در درمان بیمارها و معرفی سه مورد درمان با روان‌درمانی مذهبی»، *فصلنامه اندیشه و رفتار*، سال دوم، ش ۴.
- چراغی، مونا و مولوی، حسین (۱۳۸۵). «رابطه بین ابعاد مختلف دینداری و سلامت عمومی دردانشجویان دانشگاه اصفهان»، *مجله پژوهش‌های تربیتی و روانشناختی*، ش ۶.
- خدایاری فرد، محمد؛ غباری بناب، باقر و شکوهی یکتا، محسن (۱۳۷۹). «آماده‌سازی مقیاس نگرش مذهبی دانشجویان»، *مجله روانشناسی*، سال چهارم، شماره ۳۰.
- رضائی فرانی، عباس و بوالهروی، جعفر (۱۳۷۴). «قرآن و راه‌های مقابله با فشارهای روانی»، مقاله ارائه شده در سومین سمپوزیوم سراسری استرس، تهران: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
- سراج‌زاده، سیدحسین (۱۳۷۷). «نگرش‌ها و رفتارهای دینی نوجوانان تهرانی و دلالت‌های آن بر نظریه سکولارشدن فصلنامه اطلاع‌رسانی پژوهشی»، *نمایه پژوهش*، ش ۱۰ و ۱۱.
- شریفی، طیبیه؛ محرابی‌زاده هنرمند، مهناز و شکرکن، حسین (۱۳۸۴). «نگرش دینی و سلامت عمومی و شکیبایی در دانشجویان دانشگاه آزاد اهواز»، *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ش ۴۰.
- علی‌پور، نوربالا؛ اژه‌ای، ج و مطیعیان، ح. (۱۳۷۹). «شادکامی و عملکرد ایمنی بدن»، *مجله روان‌شناسی*، سال چهارم، شماره ۳.
- فرهادیان، محمد (۱۳۷۵). *اساس التریبه والتعلیم فی القرآن والحديث*، قم: مکتب الاعلام الاسلامی مرکز نشر.
- لقمانی، احمد (۱۳۷۹). *شیوه جذب جوانان در تبلیغ*، قم: انتشارات پارسیان.
- کلینی، محمد بن یعقوب (بی‌تا). *اصول کافی*، تهران: اهل‌البیت (ع).
- مطهری، مرتضی (۱۳۵۸). *انسان و ایمان*، تهران: انتشارات صدرا.
- نجفی، مصطفی؛ صولتی دهکردی، سیدکمال و نوری قاسم‌آبادی، ربابه (۱۳۷۷). «بررسی رابطه نگرش مذهبی، پاسخ‌های مقابله‌ای و سلامت روانی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد»، *طرح تحقیقاتی دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد*.

- Argyle, M., Martin, M, & Crossland, J.(1989). Happiness as a function of personality and social encounters. IN J. P. Forgas, JM. Innes, *Recent Advances in Social psychology: An Interantinal Perspective*, pp.189-203.
- Balow, J.P(2002). The measurment of optimism and hope in relation to college student retention and academic Success. *PhD dissertation. Iowa State University*.
- Chiara, M.A. (2002). Multidimensional optimism and well-being: A prospective study of multiple concents of optimism as protective factor following high stress. *Phd dissertation. Temple University*.
- DeNeve, K. M & Cooper, H.(1998). The happy personality:A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *psychological Bulletin*, 124, pp, 197-229.
- Diener,E.(2000). Subjective well-being. *American Psychologist*. 55(1), 34-43.
- Franice, L.J., Lester, D. & Philipchalk, R(1998). Happiness stable Extraversion: A cross Examination of The Reliability and validity oxford Happiness Inventory Among Students in Theuk,ESA, Australia and Canada, *Personality and Individual Differrnces*, 24.(2), 164-171.
- Larson, R.W.(2000). Toward a psychology of positive youth development. *American psychologisst*, 55.(1), pp,170-183.
- Lu, L&Argyle, M.(1991). Happiness and cooperation. *personality and Individual Difference*, 12(10), pp,1019, 1030.
- Lyubomirsky, S.Sheldon, K.M & Schkad, D. (2005) pursuing happiness: *The General Psychology 9*, PP.111-131.
- Lyubomirsky,S.(2001). Why are some people happier than others? *American psychologist*. 5.(2) 6,239-249.
- Meyers, D.(2000).The friends, funds, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55.(1), pp, 56-57.
- Milligan,M.(2003).Optimism and five-factor model of personality, Coping and health, Behavior. *Phd dissrtaion psychology, personality. Aburn university*.
- Peterson,C.(2000).The futur of optimism. *American psychologist*. 55(1), pp,44-55.
- Veenhoven,k.(1988).The utility of happiness. *Social Indicators Research*. 20, pp, 333-254.