

بررسی رابطه خودشناسی با جهت گیری مذهبی

مرضیه زرگری^۱
هادی بهرامی احسان^۲
مریم سادات مدنی^۳
فاطمه فیاض^۴

چکیده

خودشناسی مهارتی اکتسابی و مؤثر بر رشد فرد است که با بسیاری از متغیرهای روان‌شناختی مرتبط است و نقش مهمی در فرایندهای درمانی ایفا می‌کند. همچنین تأکید زیادی در متون دینی به آن شده است؛ به نحوی که آن را سودمندترین شناختها دانسته‌اند. **هدف:** هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه خودشناسی و جهت‌گیری مذهبی بوده است. **روش:** شرکت‌کنندگان در پژوهش، ۲۱۴ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات بودند که تقریباً از هر دو جنس زن و مرد به نسبت مساوی با نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. مقیاس خودشناسی انسجامی (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸) و جهت‌گیری مذهبی (بهرامی احسان، ۱۳۸۰) ابزارهای سنجش در این پژوهش‌اند. تحلیل داده‌ها از طریق ضرایب همبستگی، تحلیل واریانس و تحلیل رگرسیون صورت گرفت. **یافته‌ها و نتیجه‌گیری:** یافته‌ها نشان داد که خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی و ارزش‌سازی، همبستگی مثبت و با سازمان‌نیافتگی و کامجویی، همبستگی منفی دارد. بنابر داده‌های رگرسیون سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی، قدرت پیش‌بینی خودشناسی را ۰/۳۴ نشان می‌دهند. بنابر این، خودشناسی می‌تواند به نحو مؤثری ابعاد مختلف جهت‌گیری مذهبی را پیش‌بینی کند.

واژگان کلیدی: جهت‌گیری مذهبی، سازمان‌نیافتگی، ارزش‌سازی، کامجویی، خودشناسی.

دریافت مقاله: ۹۷/۰۳/۱۷؛ تصویب نهایی: ۹۸/۰۱/۲۰

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، تهران، ایران (نویسنده مسئول). نشانی: تهران؛ امیرآباد شمالی، خیابان دانش‌ثانی، پلاک ۷۴ / شماره: ۲۲۴۸۱۶۳۴ / Email: marziezargari@yahoo.com
۲. دکتری روان‌شناسی، استاد گروه روان‌شناسی سلامت، دانشگاه تهران.
۳. دانشجوی دکتری روان‌شناسی سلامت، دانشگاه تهران.
۴. دکتری روان‌شناسی سلامت، استادیار گروه روان‌شناسی پژوهشکده زنان دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

الف) مقدمه

مذهب از مؤثرترین تکیه‌گاه‌های روانی به شمار می‌رود که قادر است معنای زندگی را در هر لحظه آن فراهم سازد (بهرامی احسان، ۱۳۸۰: ۷۰). توصیه‌ها و متون مذهبی نیز شیوه‌های زندگی و رفتار را برای افراد مشخص می‌کنند (پارکر و همکاران، ۲۰۰۳). مذهب سیستم سازمان یافته‌ای از باور شامل مشارکت، سنت، ارزش‌های اخلاقی، رسومات، مشارکت در یک جامعه دینی برای اعتقاد راسخ‌تر به خدا یا یک قدرت برتر است (کیانی، فرحبخش، اسدی و شیرعلی پور، ۹۵:۱۳۸۹).

جهت‌گیری مذهبی به منزله مرجعیت بخشیدن به ساختار روابط و مناسبات انسان در تمام ابعاد آن، در پرتو رابطه انسان با خدا تعریف شده است (بهرامی احسان و تاشک، ۱۳۸۳). پژوهش‌های فراوانی در این باره انجام شده است که نشان می‌دهد افراد مذهبی اغلب در دامنه بهنجار مقیاس‌های اضطراب و افسردگی و سایر مفاهیم مربوط به سلامت روان قرار دارند (لی و همکاران، ۲۰۱۷^۱) و حتی مذهب می‌تواند در کنار آمدن با بیماری‌های جسمانی نیز نقش مؤثری داشته باشد (پینهو و همکاران، ۲۰۱۷^۲). بنابر آنچه در مطالعات گزارش شده، گرایش‌های مذهبی می‌تواند به شکل مثبتی کیفیت زندگی را پیش‌بینی کند (ویتورینو، لاو و ویانا، ۲۰۱۶^۳). از آنجا که باورهای مذهبی شیوه‌های مؤثری برای مقابله با مصائب، تجارب دردناک و نشانه‌های بیماری است (کیانی و همکاران، ۱۳۸۹: ۹۵)، ارزیابی مجدد مذهب برای پیشگیری و درمان بیماری‌های روانی به منزله یک موضوع، اهمیت حیاتی دارد (کیولوس و برجیاناکی، ۲۰۱۴^۴). افزایش تحقیقات در زمینه‌های گوناگون، نظیر میزان مذهبی بودن، نیاز به مذهب، تأثیر دین بر افزایش سلامت جسم و بهداشت روانی، بسیار چشمگیر بوده است. (جمالی و عباسی، ۱۳۹۳: ۱۷۴)

پارگامنت و همکاران تلاش کرده‌اند بر اساس انواع راهبردهای مقابله‌ای مذهبی، اثرات مذهب را تبیین کنند؛ در حالی که دسی و رایان کوشیده‌اند مذهب را در فرایندی تحولی با استفاده از سطوح درونی‌سازی توضیح دهند (بهرامی احسان، ۱۳۸۱: ۳۳۹). کینگ در چارچوبی مفهومی بیان می‌کند که مذهب از طریق ایجاد زمینه‌های ایدئولوژیکی، اجتماعی و معنوی می‌تواند بر ابعاد اکتشاف و تعهد تأثیر بگذارد. هویت رشد یافته در چنین بافتی، باعث ارتقای خود شده، حس تعهدی را سبب می‌شود که نه تنها متضمن سلامت روانی و بهزیستی افراد است، بلکه به همان خوبی قادر است سلامت اجتماعی را تضمین کند (خلج و سلیمانپور، ۱۳۹۳). بنابر این، به نظر می‌رسد مذهبی بودن و روحیه و رفتار دینی داشتن، بخشی از ویژگی‌های شخصیتی به حساب می‌آیند و باید به مطالعه رابطه آنها با سایر سازه‌های روانی پرداخته شود (صیادی تورانلو، ۱۳۸۶: ۱۴۷). بعضی از روان‌شناسان، نقش مذهب و ایمان مذهبی در بهداشت روانی انسان را تنها در پیشگیری یا درمان

1. Parker, Lee Roff & Klemmack
2. Lee, Park, Roh, Koenig & Yoo
3. Pinho, Dâmaso, Gomes, Trajano, Andrade & Valença
4. Vitorino, Low & Vianna
5. Kioulos & Bergiannaki

۳۳۴ ♦ مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی ۷۹

بعضی از آسیبها، به منزله سپر مطرح کرده‌اند (قاسمی، ۱۳۸۸: ۷۳). برخی دین را عامل اساسی در بهداشت فردی و اجتماعی معرفی کرده و معتقدند که در ایمان به خدا، نیرویی خارق‌العاده وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان دیندار می‌بخشد و در تحمل سختی‌های زندگی به او یاری می‌رساند. (همان: ۶۳)

در نگرش انسان‌شناختی قرآن، هر فرد نسبت به خودشناسی مسئول است (فقیهی و رفیعی مقدم، ۱۳۹۰: ۶) و تأکید شده که انسان خویشتر را آن چنان که هست بشناسد (مطهری، ۱۳۸۹: ۱۴۲)؛ زیرا لازمه تسلط بر چیزی، شناخت نسبت به آن است (اخوت، ۱۳۹۴: ۱۰۷). مهارت خودآگاهی یا «خودشناسی و آگاهی به خویشتن»، یکی از مهارت‌های بنیادی است (شرفی، ۱۳۹۲: ۳۰) که از آن به مثابه نوعی توانایی سطح بالا یاد شده (سرافراز و همکاران، ۱۳۸۹: ۳۴) و ارتباط مستقیم با توان عقلانی و خردورزی ما دارد (شرفی، ۱۳۹۲: ۳۰). طبق فرمایش امام علی (ع) هر که نفسش را بشناسد، به منتهای هر معرفت و علمی رسیده است (آمدی، ۱۳۸۲: ۱۴۶۲)؛ زیرا تا نفس شناخته نشود، ماهیت و استعداد و زمینه‌ها و عوامل و موانع رشد و کمال آن هم شناخته نخواهد شد (نصری، ۱۳۸۸: ۱۸۰). اگر خودشناسی به صورت همه‌جانبه تحقق نیابد، تکامل و نیل به اهداف تربیتی نیز به صورت کامل میسر نخواهد شد (فقیهی و رفیعی مقدم، ۱۳۹۰: ۵). اهمیت خودشناسی در آن است که به انسان بصیرت می‌دهد (قنبری، ۱۳۸۷: ۵۸). به گفته سقراط، خود را بشناس که شناختن نفس، بالاتر از شناختن اسرار طبیعت است (حسن‌زاده آملی؛ نقل از: اکبری، ۱۳۸۶: ۳۴). شناختن خود موجب شوق به تحصیل کمالات و تهذیب اخلاق و باعث سعی در دفع رذایل می‌شود (نراقی، ۱۳۸۹: ۴۰). انسانی که ابعاد تکوین و ارزش وجودی خود را نشناسد، حیات او دستخوش عوامل خارج از خود شده و از حرکت و تکاپو در مسیر کمال باز خواهد ماند. به علاوه، کسی که خود را نشناسد، دیگران را هم نخواهد شناخت (نصری، ۱۳۸۸: ۱۸۱). همانا آن که از شناخت قدر خویش عاجز باشد، در شناخت قدر دیگران جاهل تر است. (نهج‌البلاغه، نامه ۵۳: ۴۱۳)

با توجه به مطالب مطرح‌شده، اسلام بر خودشناسی عنایت خاصی دارد؛ زیرا می‌خواهد انسان به مقام والایی که شایسته اوست برسد (بخشی، ۱۳۷۴: ۳۲). بر پایه همین توجه است که معرفت نفس با مراقبت نفس و محاسبه نفس، قرین و رهین است تا انسان را به عالی‌ترین درجات تکاملی‌اش برساند (رودگر، ۱۳۸۸: ۶۴). بنابر این، ذاکر بودن نفس باعث فعال شدن همه قوای درونی انسان و پدیدار شدن قوه حفظ و مراقبت در فعالیت آنها می‌شود. در صورت ذاکر نبودن نفس، قوای درونی فعال نبوده و حفظ و مراقبتی در فعالیت‌های آنها صورت نمی‌پذیرد. این حالت باعث پدیداری بروزهایی ناهنجار، نامطلوب و خلاف فطرت می‌شود. (اخوت، ۱۳۹۴: ۶۰)

این در حالی است که بسیاری از پژوهشگران برای درمان بیماری‌ها، کاهش درد و کنار آمدن با وقایع تنیدگی‌زای محیطی، به فرایندهای خودشناختی توجه کرده‌اند (گورسکی، ۱۹۹۰). پژوهشها نشان داده‌اند که افراد دارای خودهوشیاری شخصی بالاتر، توجه بیشتری به واکنشهای اولیه جسمانی و روان‌شناختی خود

۳۳۵ بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی

دارند و بهتر می‌توانند برخی از اعمال ابزاری و راهبردهای مقابله‌ای فعال را به کار گیرند (ساز و فلنچر، ۱۹۸۵). از سوی دیگر، به اعتقاد وینشتاین با گسترش راهبردهای مقابله‌ای مثبت، ارتقای خودآگاهی و ایجاد تعادل هیجانی، می‌توان رویدادهای تنش‌زا را مشخص کرد و راهکارهای مناسب ارائه داد (زرگری، ۱۳۹۶: ۴). خودآگاهی باعث می‌شود انسان بین خود و دنیایی که در آن به سر می‌برد، تمیز قائل شود (رولوی، ۱۳۸۹: ۹۵). خودشناسی فرایند روان‌شناختی پویا، سازش‌یافته و انسجام‌دهنده‌ای است که در همه لحظات زندگی فعال است. خودشناسی، تجربه‌ها و اسنادهای مربوط به خود را به صورت معناداری تلفیق می‌کند؛ فرایند خودنظم‌دهی را تسهیل و احساس بهزیستی و رضایت را ارتقا می‌بخشد؛ در هر لحظه به تغییرات گوناگون موقعیتها پاسخگوست و با آگاهی از تجربه‌های جاری و گذشته، آنها را با هم مرتبط می‌سازد (شاه‌محمدی و همکاران، ۱۳۸۵: ۱۴۷) که نتیجه آن، ایجاد دید وسیع‌تر برای هدایت رفتار و تشکیل طرحواره‌های فردی پیچیده‌تر و کامل‌تر است (طهماسب و همکاران، ۱۳۸۵: ۱۰). خودشناسی بر مبنای دیدگاه خودنظم‌دهی (هیگینز، ۱۹۹۶)، کنش‌وری بی‌همتایی در بقا دارد و هر اندازه خودشناسی بیشتر باشد، سازش‌یافتگی روانی بیشتر است (قربانی و واتسن، ۱۳۸۴: ۴). خودشناسی می‌تواند یک هدف توسعه‌انضباطی و شخصی باشد (قربانی و همکاران، ۲۰۰۵). هیگینز (۱۹۹۶) آن را یک مرجع مفید برای خودنظارتی می‌داند. خودشناسی کمال مطلوب است که در روان‌شناسی، مذهب و فلسفه، دارای جایگاه مهمی است (قربانی و همکاران، ۲۰۰۳). فرایندهای خودشناختی، ظرفیت ارتقای توانمندی‌های انسانی را دارند. در کنار خودشناسی، ادعا شده است که خودمهارگری برترین فضیلت است؛ به این معنا که وجودش برای تحقق فضایل و اجتناب از رذایل ضرورت دارد. (تیک، قربانی و رضازاده، ۱۳۹۲: ۷۵)

طبق تحقیقات به عمل آمده؛ بررسی رابطه دو متغیر خودشناسی و جهت‌گیری مذهبی مشاهده نشد. اما رابطه‌های بررسی‌شده نشان می‌دهند که خودشناسی سلامت روان را پیش‌بینی می‌کند (بهجی و همکاران، ۲۰۱۱). نفس حقیقت و واقعیت انسان است که درجاتی دارد. رشد و تعالی این حقیقت، وابسته به ارتباط داشتن با خدا و توجه به مرتبه عالی آن است (علی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۳۴). به نقل از بزرگی و همکاران (۱۳۹۰: ۴). بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با از خود بیگانگی، افسردگی و اضطراب مرگ در دانشجویان دانشگاه پیام نور تهران، مؤید تأثیر جهت‌گیری مذهبی درونی بر کاهش اضطراب، احساس افسردگی و از خود بیگانگی است (علی‌اکبری دهمردی و همکاران، ۱۳۹۰). همچنین، یافته‌های پژوهشی به عنوان رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری، نشان داد که بین جهت‌گیری مذهبی و اخلاق خودمهارگری، رابطه معناداری وجود دارد. (رفعی هنر و جان‌بزرگی، ۱۳۸۹)

با توجه به تأکیدات مذهب بر خودشناسی و اهمیتی که بر سلامت روان دارد، تبیین رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و خودشناسی که زمینه‌ساز استفاده بهینه از قوای وجودی فرد است و در دین مبین اسلام و همچنین روان‌شناسی جایگاه ویژه‌ای دارد، می‌تواند مبنای تدوین برنامه‌های آموزشی در زمینه

خودشناسی برای پیشگیری، کنترل و درمان اختلالات و در نتیجه، تضمین سلامت روان شود. بنابر این، هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین خودشناسی و جهت گیری مذهبی است.

ب) روش تحقیق

این پژوهش از نوع پژوهش‌های توصیفی و همبستگی است. جامعه آماری در این تحقیق، دانشجویان مشغول به تحصیل دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ می‌باشند که بین ۲۰ تا ۴۰ سال سن دارند و از طریق نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. تعداد نمونه برای هر متغیر، ۱۵ نفر در نظر گرفته شد. از مجموع ۲۱۴ نفر پاسخگو، ۱۰۷ زن و ۱۰۴ مرد هستند که از لحاظ وضعیت تأهل، ۱۵۸ نفر مجرد، ۵۳ نفر متأهل و یک نفر مطلقه‌اند.

جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش در دو مرحله صورت گرفته است. در مرحله اول، با رجوع به منابع اطلاعاتی از قبیل کتابها، مقاله‌ها، پایان‌نامه‌ها و سایتها، مطالب نظری جمع‌آوری شد و در مرحله بعد، از شرکت‌کنندگان، شامل دانشجویان دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات، خواسته شد به ترتیب به پرسشنامه‌های مقیاس تشخیصی افسردگی مبتنی بر قرآن (فیاض و همکاران، ۱۳۹۴) و مقیاس خودشناسی (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸) پاسخ دهند و وضعیت تحصیلی و تعداد فرزندان و مدت ازدواج خود را نیز مشخص کنند. به دانشجویان گفته شد که هدف از پژوهش، ارزیابی افسردگی و ارتباط آن با میزان خودشناسی آنهاست. همچنین از دانشجویان خواسته شد کلیه ماده‌های آزمونها را به دقت بخوانند، مناسب‌ترین گزینه را انتخاب کنند و هیچ پرسشی را بدون پاسخ نگذارند.

۱. پرسشنامه جهت گیری مذهبی

این پرسشنامه ساخته بهرامی احسان (۱۳۸۰) و شامل ۶۴ ماده در چهار زیرمقیاس جهت گیری مذهبی، استقرارنایافتگی، ارزنده‌سازی و کامجویی است. پاسخها در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف نمره‌گذاری شده‌اند. نتایج تحلیل آماری با استفاده از روشهای گاتمن، اسپیرمن- براون و آلفای کرونباخ، نشان می‌دهند که آزمون از ثبات و هماهنگی درونی شایان توجهی بهره‌مند است. ضریب قابلیت اعتماد محاسبه‌شده از روشهای دو نیمه‌سازی و اسپیرمن- براون، ۰/۹۱ و با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۵ به دست آمده است (همان). همچنین بررسی‌های جدیدتر نشان می‌دهند که مقیاس از روایی محتوای، سازه، همگرا و واگرا بهره‌مند است (همان؛ نقل از: علی‌گیری دهکردی و همکاران، ۱۳۹۳). مجموعه پرسشهای موجود در مقیاس جهت گیری مذهبی، از دو عامل تشکیل شده‌اند؛ عامل نخست، به ابعاد تأمین‌کننده جهت گیری مذهبی می‌پردازد و موضوعاتی نظیر اعتقاد به خداوند و روز جزا، اعتقاد به یاری مردم و نیازمندان، اعتقاد به وظیفه کار و تلاش برای سازندگی، اعتقاد به خدمت به مردم و اعتقاد به یاری خداوند

۳۳۷ \diamond بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی

در روزهای سخت را در بر گرفته و عامل دوم، عامل منفی در جهت‌گیری مذهبی است و فقدان مهار خود در مواجهه با گناه، عدم اعتقاد به خدمت به مردم و وظیفه انسانی، ناشکیبایی در برابر نتیجه کار و تمایل به کسب فوری نتیجه (دنیاگرایی)، فقدان مراقبت از افکار و اعمال، خودخواهی و فقدان توجه به حقوق دیگران، نادیده گرفتن حریمها برای تحقق اهداف شخصی و نارضایتی از زندگی را در بر می‌گیرد (همان: ۸۰). بنابر این، جهت‌گیری مذهبی دارای چهار بعد جهت‌گیری مذهبی، سازمان‌نیافتگی، ارزش‌سازی و کامجویی است؛ جهت‌گیری مذهبی و ارزش‌سازی، ابعاد مثبت و سازمان‌نیافتگی و کامجویی، ابعاد منفی می‌باشد.

۲. پرسشنامه خودشناسی

مقیاس خودشناسی انسجامی توسط قربانی، واتسن و هارگیس (۲۰۰۸) ساخته شده است. این مقیاس ۱۲ سؤال دارد که بر اساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای پاسخ داده می‌شوند. طی چندین مطالعه، روایی و پایایی این مقیاس به تأیید رسیده است. نمره بالا در این مقیاس با ارزیابی ویژگی‌های رفتاری وابسته به خودشناسی در دگرسنجی‌ها در هر دو فرهنگ همراه بوده است. خودشناسی در پیش‌بینی سلامت روان در قیاس با پنج عامل بزرگ شخصیت دارای روایی افزایشی است و فراتر از آن، عاملهای شخصیتی توان تبیین سلامت روان را دارند. آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۳ بوده است که نشانه همسانی درونی بالای مواد این مقیاس است. (www.Master.Phd.ir)

این مقیاس برای اندازه‌گیری درک انسجام زمانی از فرایندهای خود (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸)، محصول بازنگری در نظریه دو وجه خودشناسی تجربه‌ای و تأملی است (قربانی و همکاران، ۲۰۰۳) که هر دو وجه را به صورت منسجم در ۱۲ ماده سنجش می‌کند. بررسی‌های میان‌فرهنگی در ایران و آمریکا (قربانی، ۱۳۸۵) حکایت از اعتبار و روایی سازه، ملاک و پیش‌بین این مقیاس دارد. آزمودنی به هر ماده در مقیاس پنج درجه‌ای از عمدتاً مخالف (۰) تا عمدتاً موافق (۴) پاسخ می‌دهد. (شاه‌محمدی و همکاران، ۱۳۸۵)

ج) یافته‌ها

با توجه به داده‌های موجود از تحلیلهای به دست آمده، یافته‌های توصیفی ذیل، قابل ذکر است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

انحراف استاندارد	میانگین	
۲۰/۲۷	۸۷/۴۱	جهت‌گیری مذهبی
۱۳/۱۶	۲۸/۰۰	سازمان‌نیافتگی
۷/۵۸	۱۷/۱۳	ارزش‌سازی
۵/۳۹	۱۸/۳۸	کامجویی
۷/۶۹	۲۹/۱۸	خودشناسی

۳۳۸ ♦ مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی ۷۹

یافته‌های نمایش داده شده در جدول ۲، ماتریس همبستگی بین متغیرهای اندازه‌گیری شده را نشان می‌دهد. گفتنی است که جهت‌گیری مذهبی دارای چهار زیرمقیاس است؛ دو زیرمقیاس جهت‌گیری مذهبی و ارزش‌سازی، زیرمقیاسهای مثبت و دو زیرمقیاس سازمان‌نیافتگی و کامجویی، زیرمقیاسهای منفی‌اند. برای بررسی روابط همبستگی بین جهت‌گیری مذهبی و خودشناسی، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است.

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

۴	۳	۲	۱	
			۱	جهت‌گیری مذهبی
		۱	-۰/۲۵**	سازمان‌نیافتگی
	۱	۰/۰۱	۰/۵۶**	ارزش‌سازی
۱	-۰/۳۷**	۰/۱۴*	-۰/۲۸**	کامجویی
-۰/۰۷	۰/۱۵*	-۰/۵۶**	۰/۲۷**	خودشناسی

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

از ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش مشخص است که بین خودشناسی و جهت‌گیری مذهبی ($F=0.27, P<0.01$) و ارزش‌سازی ($F=0.15, P<0.05$)، رابطه مثبت و بین خودشناسی و سازمان‌نیافتگی ($F=0.56, P<0.01$) و کامجویی ($F=0.07$) رابطه منفی وجود دارد.

برای رسیدن به این هدف که ابعاد جهت‌گیری مذهبی چگونه خودشناسی را پیش‌بینی می‌کنند، از تحلیل رگرسیون استفاده شده است. در روش رگرسیون گام به گام، متغیرهایی که واریانس کمی را تبیین می‌کنند، حذف می‌شوند. در این مرحله، متغیر ملاک، خودشناسی و متغیرهای پیش‌بین، جهت‌گیری مذهبی، سازمان‌نیافتگی، ارزش‌سازی و کامجویی‌اند که متغیر جهت‌گیری مذهبی و کامجویی حذف شده است. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۳ قابل مشاهده است.

در گام دوم، با توجه به درجه آزادی ۲ و مقدار ۵۶/۳۱ برای F سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ و معنادار است و مدل رگرسیون را تأیید می‌کند. بنابر این، متغیرهای سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی با هم قادر به پیش‌بینی خودشناسی‌اند.

جدول ۳: ضرایب تحلیل رگرسیون خودشناسی بر اساس سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی

مدل	متغیر	B	Beta	t	Sig	R	R ²	Error Std.
۲	سازمان‌نیافتگی	-۰/۳۳	-۰/۵۶	-۱۰/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۵۹	۰/۳۴	۲/۲۴
	ارزش‌سازی	۰/۱۶	۰/۱۶	۲/۹۶	۰/۰۰۳			

بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی \diamond ۳۳۹

در گام اول، سازمان‌نیافتگی وارد معادله شد؛ در این صورت، ضریب همبستگی ۰/۵۶ است و ضریب تعیین قدرت پیش‌بینی خودشناسی را ۰/۳۲ نشان می‌دهد. در گام دوم، ارزش‌سازی وارد تحلیل شد؛ در این صورت میزان همبستگی بین متغیر خودشناسی و متغیرهای سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی ۰/۵۹ است که همبستگی متوسطی را نشان می‌دهد و قدرت پیش‌بینی خودشناسی را ۰/۳۴ افزایش می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، در گام دوم، دو متغیر سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی هم‌زمان وارد معادله شدند که در این بین، ضریب تأثیر رگرسیونی استاندارد شده، میزان بتای متغیر سازمان‌نیافتگی در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵ معنادار است و با کاهش یک واحد تغییر در سازمان‌نیافتگی، میزان خودشناسی به مقدار ۰/۵۶ انحراف استاندارد تغییر افزایش می‌یابد؛ همچنین ضریب تأثیر رگرسیونی استاندارد شده، میزان بتای متغیر ارزش‌سازی در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵ معنادار است و با افزایش یک واحد تغییر در ارزش‌سازی، میزان خودشناسی به مقدار ۰/۱۶ انحراف استاندارد تغییر افزایش می‌یابد. بنابر این، سازمان‌نیافتگی سهم بیشتری در پیش‌بینی خودشناسی دارد.

(د) بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که وجوه مثبت جهت‌گیری مذهبی و ارزش‌سازی با خودشناسی دارای رابطه مثبت است و سازمان‌نیافتگی و کامجویی که وجوه منفی جهت‌گیری مذهبی را در افراد نشان می‌دهند، با خودشناسی رابطه منفی دارند. در تحلیل یافته‌ها این نتیجه حاصل شد که ابعاد سازمان‌نیافتگی و ارزش‌سازی می‌توانند به میزان ۰/۳۲ متغیر خودشناسی را تبیین کنند.

یافته‌ها در پژوهش‌های متعددی، این نتیجه را مسجل ساخته‌اند که اعتقادات مذهبی عملاً در خدمت سلامت روانی هستند (بهرامی احسان، ۱۳۸۰: ۷۲). آموزه‌های دینی، به ویژه با تفسیری که ائمه معصومین (ع) ارائه کرده‌اند، جهت‌گیری مذهبی را رویکردی عمیقاً درونی ارزیابی می‌کنند که محصول آن، تحقق نظام جامعی از مجموعه روابط انسان با خدا، آخرت، دنیا، دیگران و خود است. در صورتی که این نظام تفسیری مبنا قرار گیرد، دیگر نمی‌توان تنها به تظاهرات صوری آیینها اکتفا کرد و برای ارزشیابی آن باید ابعاد عمیق‌تر این جهت‌گیری‌ها بازشناسی شوند (همان: ۸۶). بنابر این، می‌توان گفت که میان گرایش و جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی در فرهنگها و ادیان مختلف، رابطه وجود دارد. همچنین می‌توان نتیجه گرفت که مذهب و جهت‌گیری مذهبی در افراد، نتایج مثبت و سلامت روانی را به همراه دارد؛ بدین ترتیب که هرچه جهت‌گیری مذهبی در افراد بالاتر باشد، میزان مشکلات روانی در آنها و حتی نشانگان بدنی کاهش خواهد یافت (بهرامی احسان و تاشک، ۱۳۸۳: ۵۶). ولی پژوهشی دقیقاً با همین متغیرها یافت نشد.

خودشناسی و شناخت توانمندی‌ها و نیز موانع مذکور به فرد کمک می‌کند تا چگونگی پرورش یافتن و به سوی کمال حرکت کردن را دریابد و اینکه، چگونه با موانع مواجه شود و تحت تأثیر آنها قرار نگیرد یا بر آنها فاتق آید؛ همچنین بتواند به تجهیز نیروهای مثبت و کنترل نیروهای منفی و بازدارنده انسان برای رسیدن به کمال پردازد (فقیهی و رفیعی مقدم، ۱۳۹۰: ۱۵). خودشناسی با ارزنده‌سازی نیز همبستگی مثبت دارد؛ ارزنده‌سازی مبین سود جستن فرد از رفتارهای مذهبی برای کسب وجهه اجتماعی مورد تأیید یا غلبه بر تعارضهای درونی است. بدین ترتیب در این بعد، میزان ابتلای فرد به اختلالهای روانی با احراز هویت اجتماعی مورد تأیید و کسب توانمندی در مقابله با تعارضها تغییر می‌کند (بهرامی احسان، ۱۳۸۴: ۴۰). خودآگاهی ارتباطی مستقیم با توان عقلانی و خردورزی ما دارد و هر چه به خویشتن، بصیرت بیشتری داشته باشیم، اندیشه ما بالندگی و پرورش بیشتری می‌یابد (شرقی، ۱۳۹۲: ۳۰). خودآگاهی به توانایی آدمی در درک ویژگی‌های فردی و اجتماعی‌اش گفته می‌شود؛ به گونه‌ای که وی قادر است از نقاط قوت و ضعف خویش، علایق و تمایلاتش، نیازها و احتیاجات و دیگر ابعاد وجودی‌اش، معرفت صحیحی کسب کند و در پرتو آن، به سازگاری فردی و اجتماعی دست یابد (همان). ولی با سازمان‌نیافتگی و کامجویی همبستگی منفی دارد و این همبستگی در مورد سازمان‌نیافتگی بالاتر است. خودشناسی بر مبنای دیدگاه خودنظم‌دهی (هیگنز، ۱۹۹۶) کنش‌وری بی‌همتایی در بقا دارد؛ زیرا در بین شناختهای ذخیره شده ما تنها موضوع شناختی است که فرد برای حفظ بقای خود باید به نظم‌دهی مداوم آن پردازد. بنابر این، هر اندازه خودشناسی بیشتر باشد، سازش‌یافتگی روانی بیشتر است (قربانی و واتسن، ۱۳۸۴: ۴). خودشناسی می‌تواند یک هدف توسعه انضباطی و شخصی باشد (قربانی و همکاران، ۲۰۰۵). عدم دستیابی به الگوی استقرار یافته و اطمینان‌بخش مذهبی که بر مبنای بعد سازمان‌نیافتگی مشخص می‌شود، احتمال بروز اختلال در فرد را به دلیل کاهش احساس ایمنی افزایش می‌دهد (بهرامی احسان و همکاران، ۱۳۸۴: ۴۰). نشانه‌های کامجویی می‌توانند مؤید پابندی اندک فرد به آموزه‌های دینی باشند؛ فرد کامجو به دنبال کام‌یافتگی‌های فوری بدون توجه به اصول مذهبی است (همان). یافته‌ها این مطلب را که خودکنترلی پایین برای طیف وسیعی از مشکلات فردی و درون‌فردی عامل خطر ساز مهمی است، تأیید می‌کنند. (تانگی و همکاران، ۲۰۰۴)

این پژوهش با بررسی رابطه بین خودشناسی انسجامی و جهت‌گیری مذهبی، وجود رابطه قوی بین این دو متغیر را تأیید کرد. پیشنهاد می‌شود برای پیگیری بیشتر اثر هر یک از این دو متغیر، پژوهشهایی با استفاده از مداخلات خودشناسی محور و تأثیر آن در نتایج درمان و پیش‌بینی جهت‌گیری مذهبی انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهشهایی برای افزایش سطح گرایش مردم به سمت خودشناسی صورت گیرد و نیز آموزش مهارت خودشناسی در مدارس، سازمانها، مؤسسات، دانشگاهها و مراکز نظامی گسترش یابد.



بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی ❖ ۳۴۱

منابع

- نهج البلاغه. ترجمه محمد دشتی (۱۳۸۹). قم: پیام عدالت.
- آمدی (۱۳۸۲). غررالحکم و دررالکلم، ج دوم. ترجمه سید حسین شیخ الاسلامی. [بی‌جا]: انصاریان.
- اخوت، احمدرضا (۱۳۹۴). ساختار وجودی انسان از منظر ذکر. [بی‌جا]: قرآن و اهل بیت نبوت.
- اکبری، محمود (۱۳۸۶). خود و ناخود. [بی‌جا]: مؤسسه فرهنگی سما.
- بخشی، علی‌اکبر (۱۳۷۴). «خودشناسی، درون‌مایه وجدان کاری». *ادیان، مذاهب و عرفان*، ش ۱۷.
- بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۰). «بررسی مقدماتی میزان اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس جهت‌گیری مذهبی». *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران*، ش ۶۲.
- بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۱). «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود». *روان‌شناسی*، ش ۲۴.
- بهرامی احسان، هادی و آناهیتا تاشک (۱۳۸۳). «ابعاد رابطه میان جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی و ارزیابی مقیاس جهت‌گیری مذهبی». *روان‌شناسی و علوم تربیتی*، سال سی و چهارم، ش ۶۹.
- بهرامی احسان، هادی؛ شیمایمنا، فریبا و زینب بهرامی احسان (۱۳۸۴). «رابطه بین ابعاد جهت‌گیری مذهبی با سلامت روانی و اختلالات روان‌شناختی». *روان‌شناسی تحولی*، ش ۵.
- تیکک، محمدتقی؛ نیما قربانی و سید محمدرضا رضازاده (۱۳۹۲). «نقش فرایندهای خودشناختی و عوامل بزرگ شخصیت در فضایل اخلاقی». *روان‌شناسی و دین*، سال ششم، ش ۳.
- جمالی، طیب و رضوان عباسی (۱۳۹۳). «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه پیام نور». *کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه دینی*.
- خلیج، فائزه و جواد سلیمانپور (۱۳۹۳). «طراحی مدل ساختاری خودسنجی تفکر استراتژیک و جهت‌گیری مذهبی». *اولین کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه دینی*.
- رفیعی هنر، حمید و مسعود جان‌بزرگی (۱۳۸۹). «رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری». *روان‌شناسی و دین*، ش ۹.
- رودگر، محمدجواد (۱۳۸۸). *سیر و سلوک در قرآن*، دفتر عقل. [بی‌جا]: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.
- رولومی (۱۳۸۹). *انسان در جستجوی خویش*. ترجمه سید مهدی ثریا. [بی‌جا]: دانژه.
- زرگری، مرضیه (۱۳۹۶). بررسی رابطه انواع افسردگی از منظر قرآن با ابعاد خوشناسی و جهت‌گیری مذهبی؛ پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات.
- سرافراز، مهدی‌رضا؛ هادی بهرامی احسان، علیرضا زرنندی (۱۳۸۹). «فرایندهای خودآگاهی و سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی». *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، دوره چهارم، ش ۴-۳.
- شاه‌محمدی، خدیجه؛ نیما قربانی و علی محمد بشارت (۱۳۸۵). «نقش خودشناسی در تنبیدی، سبکهای دفاعی و سلامت جسمانی». *روان‌شناسی تحولی*، ش ۱۰.
- شرفی، محمدرضا (۱۳۹۲). *مهارتهای زندگی در سیره نبوی*. مشهد: انتشارات قدس رضوی.

۳۴۲ ♦ مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی ۷۹

- صیادی تورانلو، حسین؛ رضا جمالی و سید حبیب‌الله میرغفوری (۱۳۸۶). «بررسی رابطه اعتقاد به آموزه‌های مذهبی اسلام و هوش هیجانی دانشجویان». *اندیشه نوین دینی*، ش ۱۱.
- طهماسب، علیرضا؛ نیما قربانی و رضا پورحسین (۱۳۸۵). «خودشناسی انفکاک‌ی و انسجامی در رابطه وجوه خودشناسی با پنج عامل بزرگ شخصیت». *روان‌شناسی و علوم تربیتی*، سال سی و ششم، ش ۲-۱.
- علی‌اکبری دهکردی، مهناز؛ محمد اورکی، زیبا برقی ایرانی و سیده کیاراد (۱۳۹۰). «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با از خود بیگانگی، افسردگی و اضطراب مرگ در دانشجویان دانشگاه پیام نور تهران». *مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی*، ش ۴۹.
- علی‌نژاد، نعیمه (۱۳۹۵). بررسی همگرایی و واگرایی پرسشنامه تشخیصی افسردگی از منظر قرآن کریم با پرسشنامه *MMPI* پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی پردیس البرز، دانشگاه تهران.
- فقیهی، علی‌نقی و فاطمه رفیعی مقدم (۱۳۹۰). «خودشناسی و بازتاب‌های تربیتی آن بر اساس بینش قرآنی». *اسلام و پژوهش‌های تربیتی*، ش ۹.
- فیاض، فاطمه؛ هادی بهرامی احسان؛ احمد رضا اخوت (۱۳۹۴). "ساخت مقدماتی مقیاس تشخیص افسردگی مبتنی بر بعضی سوره‌های قرآن". *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، سال نهم، ش ۱۷.
- قاسمی، سلیمان (۱۳۸۸). *بهداشت و سلامت روان*. قم: مؤسسه آموزشی و پرورشی امام خمینی.
- قربانی، نیما و پی.جی. واتسن (۱۳۸۴). «فراوندهای خودشناختی و نظامهای پردازش خبر عقلانی و تجربه‌ای در ایران و آمریکا». *روان‌شناسی تحولی*، ش ۵.
- قنبری، بخشعلی (۱۳۸۷). «اندیشه و نظر: خودشناسی در دیدگاه مولوی». *اطلاعات، حکمت و معرفت*، ش ۳۵.
- کیانی، احمدرضا؛ کیومرث فرحبخش، مسعود اسدی و اصغر شیرعلی‌پور (۱۳۸۹). «ابعاد جهت‌گیری مذهبی و مرزهای ارتباطی خانواده: یک همبستگی بنیادی». *روان‌شناسی و دین*، ش ۱۱.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۹). *سروش و سرنوشت*. تهران: دانشگاه امام صادق (ع).
- نصری، عبدالله (۱۳۸۸). *انسان الهی*. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- نراقی، ملااحمد (۱۳۸۹). *معراج السعاده*. [بی‌جا]: بهار دلها.
- *Nahj al-Balaghah. Translator Mohammad Dashti (2010). Payame Edalat.*
- *Akbari, Mahmoud. (2007). Self and Unconscious. Sama Cultural Institute Publications.*
- *Ali Akbari Dehkordi, Mahnaz; Mohammad Orki, Elegant Iranian Electric & Seyyedeh Kiarad (2011). "The Relationship between Religious Orientation and Self-Alienation, Depression and Death Anxiety in Payame Noor University Students in Tehran". Epistemological Studies at Islamic University, No. 49.*

بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی ۳۴۳

- Ali Nejad, Naima (2016). *Study of Convergence and Divergence of Diagnostic Questionnaire of Depression from Quranic Perspective with MMPI Questionnaire. Master's Thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences of Alborz Campus, Tehran University.*
- Amedi (2003). *Gorar al-Kekam Dorar Al-Kelam. Translator Seyyed Hossein Sheikholeslami. Vol. II, Ansariyan Publications.*
- Bahrami Ehsan, Hadi & Anahita Tashak (2004). "Dimensions of Relationship between Religious Orientation and Mental Health and Assessment of Religious Orientation Scale". *Psychology and Education, Vol. 34, No. 69.*
- Bahrami Ehsan, Hadi (2001). "Preliminary Examination of the Validity and Reliability of Religious Orientation". *Psychology, and Educational Sciences (University of Tehran), No. 62.*
- Bahrami Ehsan, Hadi (2002). "The Relationship between Religious Orientation, Anxiety and Self-Esteem". *Psychology, No. 24.*
- Bahrami Ehsan, Hadi; Shima Tamarani Far & Zainab Bahrami Ehsan (2005). "Relationship between Dimensions of Religious Orientation with Mental Health and Psychological Disorders". ?
- Bakhshi, Ali Akbar (1995). "Self-knowledge within Conscience". *Religions, Religions and Gnostics, No. 17.*
- Behjati, Z.; Z. Saeedi, F. Noorbala, E. Enjedani & F. Aghaie Meybo (2011). "Integrative Self-Knowledge and Mental Health". *Social and Behavioral Sciences, Vol. 30.*
- Faghihi, Ali Nagi & Fatemeh Rafiei Moghadam (2011). "Self-Knowledge and its Educational Reflections Based on Quranic Insights". *Islam and Educational Research, No. ?.*
- faryaz, fatemeh & others (2016). "Introductive criteria of depression diagnosis Based on some Quranic verses". *Islam and psychology studies, No. 17.*
- Ghanbari, Bakhshali (2008). "Thought and Opinion: Self-knowledge in Rumi's View". *Information, Wisdom and Knowledge, No. 35.*
- Ghasemi, Solomon (2009). *Mental Health. Imam Khomeini Institute of Educational Sciences.*
- Ghorbani, Nima & P.J. Watson (2005). "Self-Cognitive Processes and Rational and Experiential Processing Systems in Iran and the United States". *Developmental Psychology, No. 5.*
- Gorbani, Nima; Ahad Framarz Ghramaleki & P.J. Watson (2005). "Philosophy, Self-Knowledge, and Personality in Iranian Teachers and Students of Philosophy". *The Journal of Psychology, Interdisciplinary and Applied, Vol 139, Issue 1.*
- Gorbani, Nima; P.J. Watson & M.M. Haggis (2008). "Integrative Self-Knowledge Scale: Correlation and Incremental Validity of Cross-Cultural Measure Developed in Iran and the United States". *The Journal of Psychology, Vol. 142 (4).*

- **Gorbani, Nima; P.J. Watson, M.N. Bing, H.K. Le Davison & D.L. Berton (2003).** "Two Facts of Self-Knowledge: Cross- Cultural Development of Measures in Iran and the United States Genetic Social". *General Psychology*, 49.
- **Gorski, T.T. (1990).** "The Cenaps Model of Relapse Prevention Basic Principles and Procedures". *Journal of Psychoactive Drugs*, 22.
- **Higgins, E. Tory (1996).** "The "Self Digest": Self-Knowledge Serving Self-Regulatory Functions". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 71 (6).
- **Jamali, Tayyeb & Rezvan Abbasi (2014).** "A Study of the Relationship between Religious Orientation and Happiness in Students at Payam-e-Noor University". *International Congress of Religious Culture and Thought*.
- **Khalaj, Faezeh & Javad Soleymanpour (2014).** "Designing a Structural Model for Self-Assessment of Strategic Thinking and Religious Orientation". *The First International Congress on Religious thought and Culture*.
- **Kiani, Ahmad Reza; Kiumars Farahbakhsh, Masoud Asadi & Asghar Shiralipour (2010).** "Dimensions of Religious Orientation and Family Relation Borders: A Basic Solidarity", *Psychology and Religion*, No. 11.
- **Kioulos, K.T.; & J.D. Bergiannaki (2014).** "Religiosity, Spirituality and Depression". *Archives of Hellenic Medicine/Arheia Ellenikes Latrikes*, Vol. 31, Issue 3.
- **Lee, Y.S.; S.Y. Park, S. Roh, H.G. Koenig & G.J. Yoo (2017).** "The Role of Religiousness/Spirituality and Social Networks in Predicting Depressive Symptoms among Older Korean Americans". *Journal of Cross Cult Gerontol.* doi:10.1007/s10823-017-9317-5.
- **Motahari, Morteza (2010).** *Nature and Fiction*. Imam Sadiq University Press.
- **Naraghi, Mullah Ahmad (2010).** *Miraj al-Sa'adeh*. Bahar Ghalam Publications.
- **Nasri, Abdullah (2009).** *The Divine Mansion*. Publishing House of Islamic Culture Publishing.
- **Okhovat, Ahmad Reza (2015).** *Existential Structure of Man from the Point of View. Quran and Ahlul-Bayt Prophecy*.
- **Parker, M.; L. Lee Roff, D.L. Klemmack, H.G. Koenig, P. Baker & R.M. Allman (2003).** "Religiosity and Mental Health in Southern, Community-Dwelling Older Adults". *Aging Mental Health*, 7: 390-397. doi:10.1080/1360786031000150667
- **Pinho, C.M.; B.F. Dâmaso, E.T. Gomes, M.F. Trajano, M.S. Andrade & M.P. Valença (2017).** "Religious and Spiritual Coping in People Living with HIV/Aids". *Journal of Rev Bras Enferm*, 70(2): 392-9.
- **Rafiei Honar, Hamid & Masoud John Bazargi (2010).** "Relationship between Religious Orientation and Self-Government". *Psychology and Religion*, No. 9.

بررسی رابطه خودشناسی با جهت‌گیری مذهبی ۳۴۵

- *Rollo May (2010). Man Searching for Herself. Translator Seyyed Mehdi Soraya. Dangeh Publishing House.*
- *Rudgar, Mohammad Javad (2009). Cyruluk in the Ceremony. The Islamic Center of Sound and Television Research, the Office of Intellect.*
- *Sarafraz, Mehdi Reza; Hadi Bahrami Ehsan & Alireza Zarandi (2010). "Self-Knowledge and Physical, Psychological, Social and Spiritual Health Processes". Quarterly Journal of Psychological Health, Vol. 4, No. 3-4.*
- *Sayyadi Toranloo, Hossein; Reza Jamali & Seyed Habibollah Mirghafouri (2007). "Investigating the Relation between Religious Doctrines of Islam and Students Emotional Intelligence". Journal of Andisheh Nehyn Religious, No. 11.*
- *Shah Mohammadi, Khadijeh; Nima Ghorbani & Ali Mohammad Besharat (2006). "The Role of Self-knowledge in Tension, Defensive Styles and Physical Fitness". Transformation Psychology, No. 10.*
- *Sharafi, Mohammad Reza (2013). Life Skills in the Prophetic Family. Mashhad: Qods Razavi Publications.*
- *Suls, Jerry & Barbara Fletcher (1985). "Self- Attention, Life Stress, and Illness: A Prospective Study". Psychosomatic Medicine, Vol. 47, No. 5.*
- *Tabique, Mohammad Taghi; Nima Ghorbani & Seyyed Mohammad Reza Reza zadeh (2013). "The Role of Self-Awareness Processes and the Great Factors of Personality in Moral Virtues". Psychology and Religion, year 6, No. 3.*
- *Tahmaseb, Alireza; Nima Ghorbani & Reza Pourhossein (2006). "Self-Knowledge and Influence in the Relationship between Self-Knowledge with Five Big Personality Characters". Journal of Psychology and Education, Vol. 36, No. 1-2.*
- *Tangne, J.P.; R.F. Baumeister & A.L. Bone (2004). "High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, better Grades, and Interpersonal Success". Journal of Personality.*
- *Vitorino. L.M.; G. Low & L.A.C. Vianna (2016). "Linking Spiritual and Religious Coping With the Quality of Life of Community-Dwelling Older Adults and Nursing Home Residents". Journal of Gerontol Geriatr Med., Vol. 2: 1-9.*
- *www.Master.Ph.d.ir*
- *zargari, marzieh (2017). "Relationship between depression from Quran's view and Self-Knowledge and religious orientation " M.A. thesis, Islamic Azad University*

