

## The Relationship between Religious Attitude and Academic Performance; the Mediating Role of Academic Stress in the Students of Guilan University

■ Ebrahim Abedi<sup>1</sup> ■ Ali-Naqi Faqih<sup>2</sup> ■ Hadi Mosadeq<sup>3</sup> ■ Hassan Ansari<sup>4</sup>

- **Objectives:** The purpose of this study was to investigate the relationship between religious attitude and academic performance in terms of the mediating role of academic stress among students of Guilan University.
- **Method:** The study population was all undergraduate students of the University of Guilan (19953) among whom the 376 subjects were selected by simple stratified random sampling method using Krejcie and Morgan table. To collect desirable data, the following questionnaires were used: Religious Attitude Questionnaire by Khodayarifard, et al (1388); Academic Performance Questionnaire by Dortaj (1382); and Academic Stress of College Students by Gadzella and Baloglu (2001). Data analysis was performed using structural equation modeling method and Amos software. The conceptual model of the research was fitted to confirmation and then the standard regression coefficients of the model were explained.
- **Finding:** The findings showed that religious attitude has a positive direct effect of 0.32 on academic performance and also an indirect positive effect of 0.048. Therefore, religious attitude, in addition to having a positive effect on academic performance, improves this performance in students by reducing academic stress.
- **Conclusion:** Therefore, the authorities are advised to make more efforts to strengthen the religious attitude of students to increase the academic performance and reduce the incidence of academic stress.





**Keywords:** religious attitude, academic performance, academic stress, Guilan University.

**Citation:** Ebrahim Abedi., & Ali-Naqi Faqih., & Hadi Mosadeq., & Hassan Ansari. (2021). The Relationship between Religious Attitude and Academic Performance; the Mediating Role of Academic Stress in the Students of Guilan University. *Applied Issues in Islamic Education*, 5(4): 83-108.

■ Ebrahim Abedi<sup>1</sup> ■ Ali-Naqi Faqih<sup>2</sup> ■ Hadi Mosadeq<sup>3</sup> ■ Hassan Ansari<sup>4</sup>

**Received:** 2020/09/07

**Accepted:** 2021/02/18

1. An MA in Educational Psychology, the Department of Educational Sciences, the Faculty of Literature and Humanities, Qom University, Qom, Iran.  
E-mail: eb.abedei@gmail.com.  0000- 0002-2333-4420
2. **Corresponding Author:** An Associate Professor in Philosophy of Education, the Department of Educational Sciences, the Faculty of Literature and Humanities, Qom University, Qom, Iran.  
E-mail: Faghihi83@yahoo.com.  0000- 0003-0483-6051
3. An Assistant Professor in Educational Management, the Department of Educational Sciences, the Faculty of Literature and Humanities, Qom University, Qom, Iran.  
E-mail: Hadimosadegh@gmail.com.  0000- 0003-4434-545X
4. An Assistant Professor of Psychology, the Department of Psychology and Counseling, Hoda Faculty of Theology and Islamic Studies, Qom, Iran.  
E-mail: hansari@rihu.ac.ir.  0000- 0001-6605-1650

Paper type:  
Research paper

Abstract





# رابطه نگرش دینی با عملکرد تحصیلی؛ نقش میانجی تنیدگی تحصیلی در دانشجویان دانشگاه گیلان

حسن انصاری\*\*\*

هادی مصدق\*\*

علی نقی فقیهی\*

ابراهیم عابدی\*

## چکیده

- هدف: هدف تحقیق حاضر، بررسی رابطه نگرش دینی با عملکرد تحصیلی با لحاظ نقش میانجی تنیدگی تحصیلی در بین دانشجویان دانشگاه گیلان بود.
- روش: جامعه مورد پژوهش کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه گیلان بود (۱۹۹۵۳ نفر) که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد نمونه ۳۷۶ نفر به دست آمد که با روش تصادفی ساده طبقه‌ای انتخاب و مورد بررسی قرار گرفت. جهت گردآوری داده‌ها، از پرسش‌نامه نگرش دینی خدایاری فرد و رحیمی نژاد (۱۳۸۸)، پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی در تاج (۱۳۸۲) و پرسش‌نامه تنیدگی تحصیلی (دوران دانشجویی) Gadzella & Baloglu (۲۰۰۱) استفاده شد. تحلیل داده‌ها با روش مدل معادلات ساختاری و از طریق نرم‌افزار Amos صورت گرفت. مدل مفهومی تحقیق به برازش تأییدی قرار گرفت و در ادامه ضرایب رگرسیونی استاندارد مدل تبیین شدند.



تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۱/۳۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۶/۱۷

\* کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه قم، قم، ایران.

Email: Eb.abedei@gmail.com [id](#) 0000-0002-2233-4420

\*\* نویسنده مسئول: دانشیار فلسفه تعلیم و تربیت، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه قم، قم، ایران.

Email: Faghihi83@yahoo.com [id](#) 0000-0003-0483-6051

\*\*\* استادیار مدیریت آموزشی، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه قم، قم، ایران.

Email: Hadimosadegh@gmail.com [id](#) 0000-0003-4434-545X

\*\*\*\* استادیار روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی و مشاوره، دانشکده الهیات و معارف اسلامی هدی، قم، ایران.

Email: hansari@rihu.ac.ir [id](#) 0000-0001-6605-1650

- یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد نگرش دینی دارای اثر مستقیم مثبت ۰/۳۲ بر عملکرد تحصیلی و همچنین اثر غیرمستقیم مثبت به میزان ۰/۴۸ می‌باشد. بنابراین نگرش دینی علاوه بر تأثیر مثبتی که بر عملکرد تحصیلی دارد، از طریق کاهش تنیدگی تحصیلی، سبب بهبود این عملکرد در دانشجویان می‌گردد.
- نتیجه‌گیری: بنابراین به مسئولان امر توصیه می‌شود که با اهتمام هر چه بیشتر به تقویت نگرش دینی دانشجویان، زمینه افزایش عملکرد تحصیلی و کاهش رخداد تنیدگی تحصیلی را فراهم آورد.

واژگان کلیدی: نگرش دینی، عملکرد تحصیلی، تنیدگی تحصیلی و دانشگاه گیلان

## مقدمه

در شبکه ارتباطات اجتماعی و در گردش عظیم چرخ‌های تحول و پیشرفت و ترقی یک کشور، دانشجویان به‌عنوان متخصصین آینده نقش قابل توجهی را ایفا می‌کنند و رشد و بالندگی هر جامعه‌ای مرهون نظام آموزشی آن جامعه است (عسکری، کهریزی و کهریزی، ۱۳۹۲). مهم‌ترین نشانه موفقیت نظام آموزشی در رسیدن به اهداف، شیوه عملکرد تحصیلی فراگیران آن است. به‌عبارت‌دیگر، عملکرد تحصیلی بیانگر این مطلب است که دانش‌آموز، معلم و نهادهای آموزشی تا چه حد به اهداف خود دست یافته‌اند. (یاراحمدی، نادری، اکبری و یعقوبی، ۱۳۹۸)

عملکرد تحصیلی شامل زیرمجموعه‌های متعدد شناختی، هیجانی و انگیزشی از جمله خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه‌ریزی، کنترل پیامد و انگیزش است (Seif, 2016). در عصر حاضر تعلیم و تربیت و به‌طور کلی تحصیل بخش مهمی از زندگی افراد را تشکیل می‌دهد. کیفیت و کمیت تحصیل نیز بازیگر نقش مهمی در آینده افراد است. نزدیک به یک قرن است که روان‌شناسان به‌صورت گسترده در تلاش برای شناسایی عوامل بهبود در عملکرد تحصیلی می‌باشند (عسکری و همکاران، ۱۳۹۲). عواملی مختلفی بر عملکرد تحصیلی اثرگذار هستند؛ که از جمله آن‌ها می‌توان به کمال‌گرایی تحصیلی (دشت‌بزرگی، ۱۳۹۵)، خودکارآمدی تحصیلی (موسوی‌نژاد، مهدی‌زاده و صالح‌آبادی، ۱۳۹۷)، خودپنداره (میکائیلی، افروز و قلی‌زاده، ۱۳۹۱)، تاب‌آوری تحصیلی (یاراحمدی

و همکاران، ۱۳۹۸)، سلامت روان (میرکمالی، خباره، مزاری و فرهادی‌امجد، ۱۳۹۴)، کیفیت و سبک زندگی (سعیدی و فرح‌بخش، ۱۳۹۵)، سازگاری تحصیلی (باقری‌چاروک، توحیدی و تجربه‌کار، ۱۳۹۸)، هیجان‌های تحصیلی (سلیمانی شبیلو، واحدی و نعمتی، ۱۳۹۸)، تنیدگی تحصیلی (آسایش، شریفی‌فرد، موسوی و طاهری‌خرامه، ۱۳۹۵) و نگرش دینی (عسگری و صفرزاده، ۱۳۹۲) اشاره کرد.

همان‌طور که اشاره شد، متغیر تنیدگی تحصیلی و نگرش دینی نیز به‌عنوان متغیرهای مؤثر بر عملکرد تحصیلی بیان شده‌اند، لکن تاکنون رابطه هم‌زمان این سه متغیر مورد بررسی قرار نگرفته و از این‌رو، پژوهش به دنبال کشف روابط معادلاتی بین نگرش دینی با عملکرد تحصیلی با لحاظ نقش میانجی تنیدگی تحصیلی بوده است.

● **تنیدگی تحصیلی:** درحالی‌که حضور در دانشگاه برای عده کثیری از دانشجویان تجارب مثبتی به همراه دارد، برای برخی دیگر مطالب تحصیلی از قبیل آزمون‌ها، مقالات، ارائه مطالب و غیره با تجربه تنیدگی<sup>۱</sup> همراه است. تجربه نقش دانشجویی، زمینه مواجهه با طیف وسیعی از تجارب تحصیلی تنیدگی‌زا را برای دانشجویان به همراه می‌آورد؛ بنابراین، مطالعه عوامل پیش‌بینی‌کننده تجارب تنیدگی‌زا و عوامل چندگانه تغییردهنده پاسخ به تجارب تنیدگی‌زا از اهمیت چشمگیری برخوردار است (Kariv & Heiman, 2005). تنیدگی تحصیلی<sup>۲</sup> به احساس نیاز فزاینده به دانش و به‌طور هم‌زمان، ادراک فرد مبنی بر نداشتن زمان کافی دستیابی به آن دانش اشاره می‌کند. در خصوص مؤلفه‌های تنیدگی تحصیلی موریس<sup>۳</sup> بر عوامل پنج‌گانه تنیدگی‌زا (ناکامی‌ها، تعارض‌ها، فشارها، تغییرات و تنیدگی خود تحمیل‌شده) و واکنش‌های چهارگانه به این عوامل (فیزیولوژیکی، رفتاری، شناختی و هیجانی) تأکید کرده است (همت‌زاده، ۱۳۹۱). دوره دانشجویی به دلیل شرایط خاص از جمله دوری از خانواده، حجم زیاد دروس، رقابت‌های فشرده و غیره، زمینه‌ساز مشکلات فردی و اجتماعی زیادی برای دانشجویان است. (دشت‌بزرگی، ۱۳۹۵) افسردگی، اضطراب، مشکلات رفتاری و تحریک‌پذیری از معدود مشکلاتی است که در فراگیران دارای تنیدگی تحصیلی بالا گزارش شده است (Deb, Strodl & Sun, 2015). پژوهش‌های مختلفی در خصوص ارتباط بین استرس‌ها و تنیدگی تحصیلی با عملکرد

1. Tension
2. Academic stress
3. Murriss

تحصیلی انجام شده و رابطه بین تنیدگی و عملکرد تحصیلی (آسایش و همکاران، ۱۳۹۵) و استرس تحصیلی با عملکرد تحصیلی (شکری، کدیور، نقش و غنایی، ۱۳۸۶) منفی ارزیابی شده است. همچنین طبق پژوهش اقدسی، اصل فتاحی و ساعد (۱۳۹۱) ایمن‌سازی در مقابل استرس اثر مثبت بر عملکرد تحصیلی دارد.

● **نگرش دینی**<sup>۱</sup>: عبارت است از اعتقادات منسجم و یکپارچه توحیدی که خداوند را محور امور می‌داند و ارزش‌ها، آداب، رسوم و رفتارهای انسان با یکدیگر، طبیعت و خویشتن را تنظیم می‌کند (علیجانی، اورنگ، نورالدینی و مصدری، ۱۳۹۷). برخی متکلمان غربی از جمله دورانت در تعریف دین گفته‌اند: دین نظام الهی است که برای صاحبان خرد وضع شده و مشتمل بر اصول و فروع است. اسپنسر می‌گوید: دین وسیله‌ای برای توضیح راز جهان و تبیین پدیده‌های دینی بر اساس حالت درونی و تحوّل زندگی اجتماعی است (باقرپور، ۱۳۹۷). طبق تعریف خدایاری فرد و رحیمی‌نژاد (۱۳۸۸) نگرش دینی عبارت است از شناخت و باور به پروردگار یکتا، انبیاء، آخرت و احکام الهی، داشتن عواطف نسبت به خدا، اولیا و بندگان خدا و التزام و عمل به وظایف دینی برای تقرب به خداوند.

در تعریفی دیگر، نعیم و رضایی‌شریف (۱۳۹۵) نگرش‌های دینی و معنوی را به معنای داشتن معنا در زندگی و احساس تعلق به منبعی والا، امید به کمک خدا در شرایط مشکل‌زای زندگی و بهره‌مندی از حمایت‌های اجتماعی و معنوی دانسته‌اند که افراد دارای این باور با بهره‌گیری از آنها می‌توانند در رویارویی با حوادث فشارزای زندگی، آسیب کمتری متحمل شوند (باقرپور، ۱۳۹۷).

به‌طور کلی دیدگاه‌های مختلفی در حوزه کارکردها و ابعاد مختلف مذهب و نگرش دینی توسط اندیشمندان ارائه شده است. در مدل کارکردی به نقش دین در سازگاری، آرامش روانی، قدرت مقاومت، رضایت خاطر، معنی زندگی، مقابله با رویدادهای خطرزا و تأثیرات آن بر سلامت روانی و به‌طور کلی مقابله دینی و کارکردهای روانی-اجتماعی پرداخته می‌شود. دانشمندان مختلف؛ از جمله:

Misiak, Ellison, Pargament, Patrick, Valeriet & Laurie, Levin, Merton و سایر اندیشمندان در این حوزه نظراتی را ارائه کرده‌اند. در مقوله ابعاد، جنبه‌های مختلف

باورها، نگرش و جهت‌گیری‌های دینی و ویژگی‌های این ابعاد مورد بررسی قرار می‌گیرد. در این حوزه نیز اندیشمندان مختلف از جمله: Allport, Erich Fromm, Gorsuch, Korniejczuk, Ganzevoort, Smart, Von Hugel و Peterson به اظهار نظر پرداخته‌اند (یزدانی و غضنفری، ۱۳۸۵). از بین اندیشمندان مسلمان نیز می‌توان به نظریه ترکیبی استاد مطهری اشاره کرد که در آن، بعد از تشریح ابعاد دین، کارکردهای سه‌گانه دین را بهجت و انبساط (شامل خوش‌بینی، روشن‌دلی، امیدواری، آرامش خاطر و لذت معنوی)، بهبود روابط اجتماعی و کاهش ناراحتی‌ها می‌داند. (مطهری، ۱۳۹۰). استاد مطهری خوش‌بینی را از آثار ایمان می‌داند. ایمان دینی از آن جهت آفرینش را هدف‌دار و هدف را خیر، تکامل و سعادت معرفی می‌کند، طبعاً دید انسان را نسبت به نظام کلی هستی خوش‌بینانه می‌سازد. فرد با ایمان قوانین، تشکیلات و نظامات جهان را صحیح و عادلانه می‌داند و قهراً زمینه ترقی و تعالی را برای خودش و همه افراد دیگر فراهم می‌بیند. این اندیشه او را به غیرت می‌آورد و با خوش‌بینی و امیدواری به حرکت و جنبش وامی‌دارد (مطهری، ۱۳۹۰). از طرفی، اضطراب از شک و تردید به وجود می‌آید. آنچه انسان را به اضطراب و نگرانی می‌کشاند و تکلیف خویش را درباره او روشن نمی‌بیند، جهان است. ایمان مذهبی از آنجا که نسبت به جهان اعتماد و اطمینان می‌بخشد، دلهره و نگرانی نسبت به رفتار جهان را در برابر انسان زایل می‌سازد و آرامش خاطر به همراه می‌آورد (مطهری، ۱۳۹۰).

نیایش، آداب و مناسک دینی از مؤلفه‌های التزام عملی به دین می‌باشند. صداقت، راز و نیاز با خداوند و گریستن موجب اطمینان، آرامش و تخلیه فشار روانی می‌گردد (گودرزی، شفیع و تاریخی؛ ۱۳۹۰، غلامی، ذاکری و زینلی، ۱۳۹۸). سهم بزرگی از نمره تنیدگی تحصیلی، مربوط به واکنش‌های شناختی، رفتاری، هیجانی و فیزیولوژیکی است که در پاسخ به استرس‌های تحصیل ایجاد می‌شوند و تهدید کننده سلامت روان و عملکرد افراد می‌باشند. اضطراب، افسردگی، پرخاشگری، خودکشی، گرایش به مصرف سیگار و مواد مخدر و... بخشی از این واکنش‌ها هستند. در این راستا رابطه بین تاب‌آوری با دین مثبت ارزیابی شده است (جمشیدی، عرب‌مقدم و درخواه، ۱۳۹۲).

بر اساس پژوهش‌های عسگری و همکاران (۱۳۹۲) نگرش دینی و بهزیستی روان‌شناختی

پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای عملکرد تحصیلی هستند. پژوهش عباسی، خادمی و نقش (۱۳۹۴) نیز نشان داده است نگرش دینی از طریق افزایش خودکارآمدی، سبب افزایش انگیزش پیشرفت تحصیلی می‌گردد؛ مقوله‌هایی که از مؤلفه‌های اصلی عملکرد تحصیلی هستند. افراد با نگرش مذهبی بالا، مؤلفه‌های بیشتری از سبک زندگی اسلامی را اختیار می‌کنند؛ در پژوهش عسکری، منظری توکلی و زین‌الدینی (۱۳۹۹) اثر مستقیم سبک زندگی اسلامی بر موفقیت تحصیلی تأیید شده و متغیر سازگاری با مدرسه این رابطه را واسطه‌گری می‌کند.

نگرش دینی همچنین می‌تواند اثر کاهشی بر تنیدگی تحصیلی داشته باشد. پژوهش بشیریان، ساعتی‌عصر، براتی و شکری (۱۳۹۷) نشان داده است با افزایش نگرش دینی، سلامت روان دانشجویان نیز بهبود می‌یابد. همچنین طبق پژوهش فولادچنگ و مرحمتی (۱۳۹۶) آموزش مهارت‌های زندگی (از منظر اسلام و روان‌شناسی) موجب بهبود وضعیت بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان می‌گردد. کسانی که از اعتقادات مذهبی قوی‌تری برخوردارند، نسبت به مقابله با عوامل فشارزای روانی، شخصی و عملکرد تحصیلی از نیروی بیشتری برخوردارند و در رویارویی با این عوامل فشارزا کمتر دچار افسردگی و دیگر بیماری‌ها می‌شوند (عسکری و همکاران، ۱۳۹۲: ۱۰۷). مطابق با یافته والریت و لاری (۱۹۹۵؛ نقل از یزدانی و غضنفری، ۱۳۸۵) عقاید مذهبی دارای تأثیر بسیار در سیستم اجتماعی و پیچیده زندگی، برنامه‌ریزی، کار و حتی باعث توجه فرد به رژیم غذایی و ورزش می‌باشد. باورهای مذهبی به بهبود سلامت، کیفیت زندگی و افزایش عزت‌نفس منجر می‌گردد (نژادنادری، دیوسالار، محمودی و دره‌کردی، ۱۳۹۰: ۱۸).

همچنین پژوهش‌های مختلف نشان داده است نگرش دینی با افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و خودبیمارانگاری رابطه منفی دارد. (Trevino, Pargament, Kenneth & Cotton, 2007) بین نگرش دینی با افسردگی و استرس، همبستگی منفی مشاهده شده است (Salehi & Mosalman, 2015). چین آوه و طباطبائی (۱۳۹۵) طی بررسی خود به این نتیجه رسیدند افرادی که اعتقاد درونی به خدا و باورهای مذهبی دارند، از این اعتقادات در زندگی روزانه بهره‌برده و در سختی‌ها به خدا پناه می‌برند، از سلامت روانی بالایی برخوردارند و کمتر درگیر افکار مخرب خودکشی می‌شوند. این افراد بروز فشار روانی را به منزله فرصتی برای رشد و تقویت بعد معنوی خود می‌دانند یا آن را تقدیر الهی

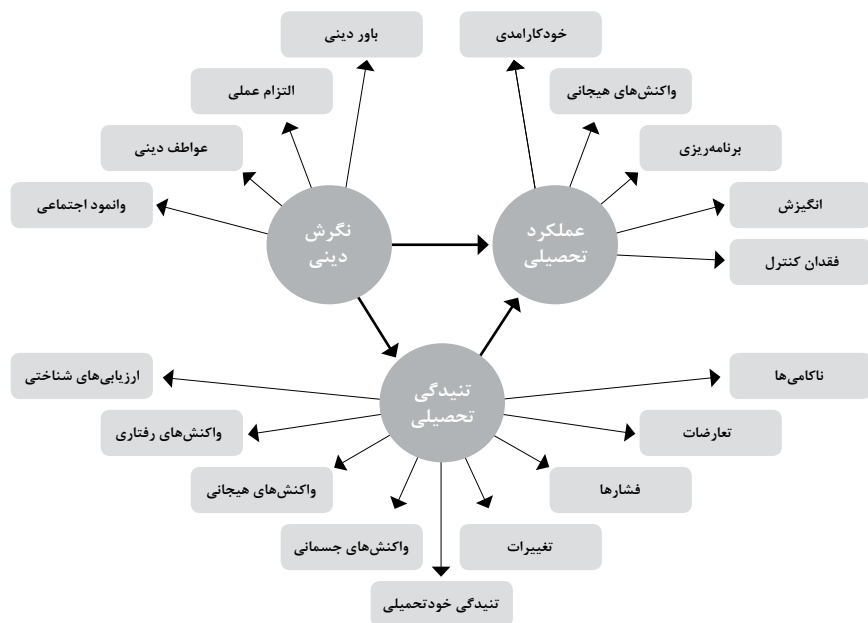


تعبیر و تفسیر می‌کنند. طبق یافته‌های (Mochon, Norton & Ariely, 2011) و غباری (۱۳۹۴) توکل به خدا و نگرش دینی و ابعاد آن سبب کاهش افکار خودکشی می‌شود. نتایج پژوهش بهامین، داوری فرد، ملکشاهی و آبی (۱۳۹۵) نیز نشان داده است افراد با گرایش مذهبی بالا، گرایش کمتری به مصرف سیگار دارند. همچنین اصغری، کردمیرزا و احمدی (۱۳۹۲) به این نتیجه رسیدند که بین گرایش دینی و سوءمصرف مواد رابطه منفی معنادار وجود دارد.

با توجه به اینکه در هر جامعه‌ای، دانشجویان قشر سرنوشت‌ساز و متخصصین آینده جامعه هستند و سلامت روانی و رضایت از زندگی اجتماعی، تحصیلی و خانوادگی آنان حائز اهمیت است و همچنین با توجه به اینکه درصد بالایی از جمعیت کشور شامل جوانان و دانشجویان است، بررسی عوامل مرتبط با تنیدگی‌هایی که هنگام تحصیل با آن روبه‌رو می‌شوند و عواملی که می‌توانند سبب بهبود عملکرد تحصیلی آن‌ها باشند، اهمیت بالایی دارد.

بنا بر آنچه مرور شد، دین عامل افزایش سلامت و کاهش استرس‌ها و اضطراب‌ها است و به‌نظر می‌رسد می‌تواند پیش‌بینی‌کننده کاهش تنیدگی تحصیلی و به‌صورت مستقیم یا از طریق کاهش متغیر میانجی تنیدگی تحصیلی، پیش‌بینی‌کننده عملکرد تحصیلی بهتر باشد. در پژوهش‌های گذشته تأثیرات مذهب و مقابله مذهبی از دیدگاه اندیشمندان مختلف اعم از مسلمان و غیرمسلمان بررسی شده که هر کدام به جنبه‌هایی از دین پرداخته و اثر آن را بر سلامت و عملکرد تحصیلی بررسی نموده‌اند؛ اما پژوهشی که به‌صورت جامع و خاص رابطه بین نگرش دینی با عملکرد تحصیلی را به‌طور مستقیم و همراه با نقش میانجی تنیدگی تحصیلی بررسی کند، دیده نشده است. همچنین جنبه دیگری از تازگی در این پژوهش سنجش متغیر نگرش دینی بر مبنای اندیشه‌های اسلامی، متشکل از سه زیرمؤلفه باورها، عواطف و التزام عملی می‌باشد. بنابراین پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال می‌باشد که آیا نگرش دینی می‌تواند به‌طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق کاهش تنیدگی تحصیلی، پیش‌بینی‌کننده عملکرد تحصیلی بهتر باشد؟

در نهایت بر مبنای ادبیات تحقیق بیان شده، می‌توان مدل مفهومی زیر را برای تحقیق مورد بررسی قرار داد.



نمودار ۱. مدل مفهومی پیشنهادی جهت بررسی

## روش پژوهش

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی مقطعی از نوع همبستگی است که رابطه بین عملکرد تحصیلی و نگرش دینی را با لحاظ نقش میانجی گری تئیدگی تحصیلی می‌سنجد. جامعه مورد پژوهش کلیه دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه گیلان در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ بودند (۱۹۹۵۳ نفر)؛ که بر اساس جدول کرجسی و مورگان تعداد نمونه ۳۷۶ نفر (۲۱۸ مرد و ۱۵۸ زن) به دست آمد و با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده طبقه‌ای انتخاب شدند؛ مبنای طبقه‌بندی نیز دانشکده‌های مختلف بودند که از هر دانشکده بر اساس نسبت جمعیت آن به کل دانشگاه، نمونه‌گیری تصادفی ساده در هر دانشکده به عمل آمد.

## ابزار تحقیق

پرسش‌نامه نگرش دینی که توسط خدایاری فرد و رحیمی‌نژاد (۱۳۸۸) در طرح آماده‌سازی مقیاس دین‌داری و ارزیابی سطوح دین‌داری اقشار مختلف جامعه ایران به‌منظور سنجش دین‌داری افراد مختلف طراحی شده است. این پرسش‌نامه متشکل

از ۴۰ گویه سنجش دین‌داری در سه مؤلفه باور دینی، عواطف دینی و التزام و عمل به وظایف دینی و نیز ۴ گویه اندازه‌گیری وانمود اجتماعی و تلاش برای ارائه تصویر مطلوب اجتماعی از خود از نظر مذهبی می‌باشد. مقیاس اندازه‌گیری و پاسخگویی به هر یک از عبارات مؤلفه‌ها طیف لیکرت پنج درجه‌ای است که برای گویه‌ها درجات همیشه، اکثر اوقات، معمولاً، گاهی اوقات و هرگز در نظر گرفته شده است. در نمره‌گذاری به هر یک از درجات مقیاس از ۱ تا ۵ برحسب کم به زیاد تعلق می‌گیرد. نمره هر مؤلفه بر اساس امتیاز هر عبارت مؤلفه با هم جمع می‌شود. نمره کل دین‌داری نیز از جمع نمره هر مؤلفه با هم به دست می‌آید.

روایی این آزمون از طریق روایی محتوایی (صوری و منطقی)، روایی ملاکی هم‌زمان و روایی سازه‌ای ارزیابی شده است. ضریب پایایی این آزمون از طریق همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۹۵ و برای مؤلفه‌های شناخت و باورها و گرایش و عواطف دینی ۰/۹۷ و برای مؤلفه التزام و عمل به وظایف دینی ۰/۹۶ به دست آمده؛ که نشان‌دهنده پایایی بالای این آزمون می‌باشد (خدایاری‌فرد و رحیمی‌نژاد، ۱۳۸۸). در این پژوهش نیز با محاسبه همسانی درونی با آلفای کرونباخ، پایایی باور دینی، التزام عملی و عواطف دینی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۶ و ۰/۶۴ به دست آمد.

پرسش‌نامه تنیدگی تحصیلی (دوران دانشجویی) (SLSI): این پرسش‌نامه یک ابزار خود گزارشی مداد و کاغذی است که از ۴۸ گویه در ۹ طبقه توسط (Gadzella & Baloglu, 2001) طراحی شده است. این ابزار بر مدل نظری توصیف شده به وسیله موریس (۱۹۹۰؛ نقل از Gadzella & Baloglu, 2001) مبتنی است. مدل مذکور ۵ نوع (طبقه) تنشگر (ناکامی‌ها، تعارضات، فشارها، تغییرات و تنیدگی خود تحمیلی) و ۴ نوع (بخش) واکنش به تنشگرها (جسمانی، هیجانی، رفتاری و ارزیابی شناختی) را ارزیابی می‌کند. در هر زیرمقیاس برای به دست آوردن یک نمره کل، گویه‌ها با یکدیگر جمع می‌شوند. نمرات بالاتر به ترتیب نشان‌دهنده تنیدگی تحصیلی بیشتر و واکنش‌های بیشتر تنشگرها است.

کاکابرابی، شگری، پورشهریار و تقی‌لو (۱۳۹۲) ضریب همسانی درونی جهت برآورد پایایی نمره کلی تنیدگی تحصیلی (دوران دانشجویی) و زیرمقیاس‌های ناکامی‌ها،

## 1. Student-Life Stress Inventory (SLSI)

تعارض‌ها، فشارها، تغییرها، تنیدگی خود تحمیلی، واکنش‌های جسمانی، هیجانی، رفتاری و شناختی را به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۶۸، ۰/۶۴، ۰/۷۰، ۰/۶۹، ۰/۶۱، ۰/۸۱، ۰/۷۷، ۰/۸۰ و ۰/۷۶ به دست آورده‌اند. اعتبار این پرسش‌نامه نیز توسط شکری، کدیور و دانش‌ورپور (۱۳۸۶) با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمده است. در پژوهش حاضر نیز به وسیله محاسبه همسانی درونی با آلفای کرونباخ، پایایی مؤلفه‌های ناکامی‌ها، تعارض‌ها، فشارها، تغییرات، تنیدگی خود تحمیلی، واکنش‌های فیزیولوژیک، هیجانی، رفتاری و شناختی، به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۷۴، ۰/۷۶، ۰/۸۳، ۰/۶۱، ۰/۸۳، ۰/۸۴، ۰/۸۳ و ۰/۸۰ به دست آمد.

پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی در تاج: این آزمون برداشتی از پژوهش‌های فام و تیلور که توسط در تاج (۱۳۸۲) برای جامعه ایران ساخته شده است و دارای ۴۸ گویه می‌باشد و ۵ حیطه خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه‌ریزی، فقدان کنترل پیامد و انگیزش را می‌سنجد. میزان پایایی این آزمون با روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۷۴ به دست آمد. روایی این آزمون از طریق روایی محتوا و روایی سازه ارزیابی گردید (در تاج، ۱۳۸۲). میزان پایایی هر یک از حیطه‌های خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه‌ریزی، فقدان کنترل پیامد و انگیزش به ترتیب عبارت‌اند از: ۰/۹۲، ۰/۹۳، ۰/۷۳، ۰/۶۴ و ۰/۷۲ (پاشایی، پورا ابراهیم و خوش‌کنش، ۱۳۸۸). در این پژوهش، با محاسبه همسانی درونی با آلفای کرونباخ، پایایی مؤلفه‌های خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه‌ریزی، فقدان کنترل و انگیزش، به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۸، ۰/۶۶، ۰/۴۸ و ۰/۳۱ به دست آمد. نمره‌گذاری این آزمون از طریق مقیاس لیکرت صورت می‌گیرد. برای هر یک از گویه‌ها یک طیف پنج گزینه‌ای در نظر گرفته شد که دارای نمرات ۱ تا ۵ می‌باشد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش از روش مدل معادلات ساختاری و از نرم‌افزار Amos استفاده شد. در ابتدا مدل مفهومی تحقیق به برازش تأییدی قرار گرفت و در ادامه ضرایب رگرسیونی استاندارد مدل تبیین شدند.

## یافته‌ها

همان‌طور که بیان شد مسئله پژوهش این است که آیا نگرش دینی می‌تواند به‌طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق کاهش تنیدگی تحصیلی، پیش‌بینی‌کننده عملکرد

### تحصیلی بهتر باشد؟

بر اساس مدل مفهومی تحقیق که در نمودار ۱، به آن اشاره شده است، نگرش دینی به صورت مستقیم و با نقش میانجیگری تنیدگی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی اثر گذار می‌باشد. برای سنجش این مدل بر اساس داده‌های میدانی، لازم است در گام اول، مدل مفهومی تحقیق مورد بررسی و برازش تأییدی قرار بگیرد؛ از این رو مدل مفهومی با کمک نرم افزار Amos تحلیل گردید که نتایج برازش مدل در جدول ۱. بیان شده است.

جدول ۱. مقدار شاخص‌های برازش تحلیل مدل ساختاری

شاخص‌ها	نام شاخص	حد قابل قبول	مقدار برای مدل نهایی	وضعیت
شاخص‌های برازش مطلق	نسبت مجذور خی به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ )	$X^2 / df \leq 0.03$	۱/۶۳	مطلوب
	حد معناداری (Sig)	$P > 0.05$	۰/۰۰۰	مطلوب
	ریشه میانگین مجذور باقیمانده (RMR)	$RMR < 0.05$	۰/۰۱	مطلوب
شاخص‌های برازش نسبی	شاخص نکویی برازش (GFI)	$90/GFI \geq 0$	۰/۹۳	مطلوب
	شاخص تعدیل‌شده‌ی نکویی برازش (AGFI)	$90/AGFI \geq 0$	۰/۹۲	مطلوب
	شاخص برازش فزاینده (IFI)	$90/IFI \geq 0$	۰/۹۶	مطلوب
	شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)	$90/CFI \geq 0$	۰/۹۵	مطلوب
شاخص برازش مقتصد (RMSEA)	جذر برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA)	$RMSEA \leq 0.08$	۰/۰۴۶	مطلوب

منابع مورد استناد در خصوص شاخص‌های برازش مدل‌های معادلات ساختاری از جمله قاسمی (۱۳۹۲) شاخص‌های بیان شده در ستون سوم جدول ۱ را مورد اشاره قرار داده‌اند که حد قابل قبول هر کدام از شاخص‌ها را نیز بیان کرده‌اند و در جدول مورد اشاره قرار گرفته است. نتایج جدول ۱، نشان می‌دهد که تمام شاخص‌های برازش در سطح قابل قبولی هستند؛ بنابراین داده‌های این پژوهش در تحلیل مدل معادلات ساختاری، برازش مدل مفهومی پژوهش را نشان داد. در ادامه ضرایب رگرسیونی استاندارد مدل تبیین شده در جدول ۲ تا جدول ۵ ارائه شده است.

ابتدا در جدول ۲، به بررسی ضرایب رگرسیونی بین شاخص‌های اصلی پرداخته شده است.

جدول ۲. ضرایب رگرسیونی بین شاخص‌های اصلی

فکتورها	وزن رگرسیونی استاندارد	سطح معناداری به دست آمده (sig)	واریانس تبیین شده
رابطه نگرش دینی و عملکرد تحصیلی	۰/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۱۰
رابطه نگرش دینی و تنیدگی تحصیلی	-۰/۱۸	۰/۰۰۹	۰/۰۳۲
رابطه تنیدگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی	-۰/۲۷	۰/۰۰۰	۰/۰۷۲

همان‌طور که در جدول ۲، بیان شده است، بین سه شاخص مورد بررسی رابطه‌های معنادار، ولی ضعیفی برقرار است؛ که بین شاخص «نگرش دینی» و «عملکرد تحصیلی» رابطه مثبت و ضعیف با تبیین واریانس ۱۰ درصد برقرار است و بین شاخص «نگرش دینی» و «تنیدگی تحصیلی» رابطه معنادار ضعیف و منفی با تبیین واریانس تقریباً ۳۱ درصد برقرار است و بین «تنیدگی تحصیلی» و «عملکرد تحصیلی» رابطه منفی و ضعیف معنادار است با تبیین واریانس تقریباً ۷ درصد.

یافته‌های تحقیقات نشان داد که شاخص نگرش دینی دارای اثر مستقیم مثبت ۰/۳۲ بر عملکرد تحصیلی و همچنین اثر غیرمستقیم مثبت به میزان ۰/۰۴۸ می‌باشد. یافته‌های جدول ۲، به نحو بهتری در نمودار ۲. ترسیم شده است.

در ادامه به بررسی وزن‌های رگرسیونی هر یک از مؤلفه‌های شاخص‌های مورد بررسی پرداخته شده است.

### جدول ۳. وزن‌های رگرسیونی استاندارد مؤلفه‌های نگرش دینی

فاکتورها	وزن رگرسیونی استاندارد	سطح معناداری به دست آمده (sig)	واریانس تبیین شده
باور دینی	۰/۸۴۱	۰/۰۰۰	۰/۷۱
التزام و عمل به وظایف دینی	۰/۸۵	۰/۰۰۰	۰/۷۲
عواطف دینی	۰/۳۱	۰/۰۰۰	۰/۰۹۶
وانمود اجتماعی	۰/۳۸	۰/۰۰۰	۰/۱۴۴

بر اساس نتایج جدول ۳، وزن رگرسیونی استاندارد مؤلفه‌های نگرش دینی بیان شده است که همگی از رابطه مثبت بالا و معناداری برخوردار می‌باشند و میزان تبیین واریانس آن‌ها نیز بیان شده است. همان‌طور که در جدول ۳، بیان شده، بیشترین میزان تبیین واریانس متعلق به مؤلفه‌های «باور دینی» و «الزام و عمل به وظایف دینی» می‌باشد و کمترین میزان مربوط به مؤلفه‌های «عواطف دینی» و «وانمود اجتماعی».

یافته‌های جدول ۳، به نحو بهتری در نمودار ۲، ترسیم شده است.

### جدول ۴. وزن‌های رگرسیونی استاندارد مؤلفه‌های تنبیدگی تحصیلی

فاکتورها	وزن رگرسیونی استاندارد	سطح معناداری به دست آمده (sig)	واریانس تبیین شده
ناکامی	۰/۴۶	۰/۰۰۰	۰/۲۱
تعارضات	۰/۳۵	۰/۰۰۰	۰/۱۲
فشارها	۰/۴۵	۰/۰۰۰	۰/۲۰
تغییرات	۰/۳۴	۰/۰۰۰	۰/۱۱

## جدول ۴. (ادامه)

فاکتورها	وزن رگرسیونی استاندارد	سطح معناداری به دست آمده (sig)	واریانس تبیین شده
تنیدگی خود تحمیلی	۰/۵۶	۰/۰۰۰	۰/۳۱
واکنش های جسمانی	۰/۷۹	۰/۰۰۰	۰/۶۲
واکنش های هیجانی	۰/۸۰	۰/۰۰۰	۰/۶۴
واکنش های رفتاری	۰/۷۹	۰/۰۰۰	۰/۶۲
ارزیابی شناختی	۰/۳۳	۰/۰۰۰	۰/۱۱

۱۰۲

بر اساس نتایج جدول ۴، وزن رگرسیونی استاندارد مؤلفه های تنیدگی تحصیلی بیان شده است که همگی از رابطه مثبت بالا و معناداری برخوردار می باشند و میزان تبیین واریانس آن ها نیز بیان شده است. همان طور که در جدول ۴، بیان شده، بیشترین میزان تبیین واریانس متعلق به مؤلفه های واکنش های «هیجانی»، «رفتاری» و «جسمانی» می باشد و کمترین میزان مربوط به مؤلفه های «تغییرات» و «ارزیابی شناختی» و «تعارضات» می باشد.

یافته های جدول ۴، به نحو بهتری در نمودار ۲، ترسیم شده است.

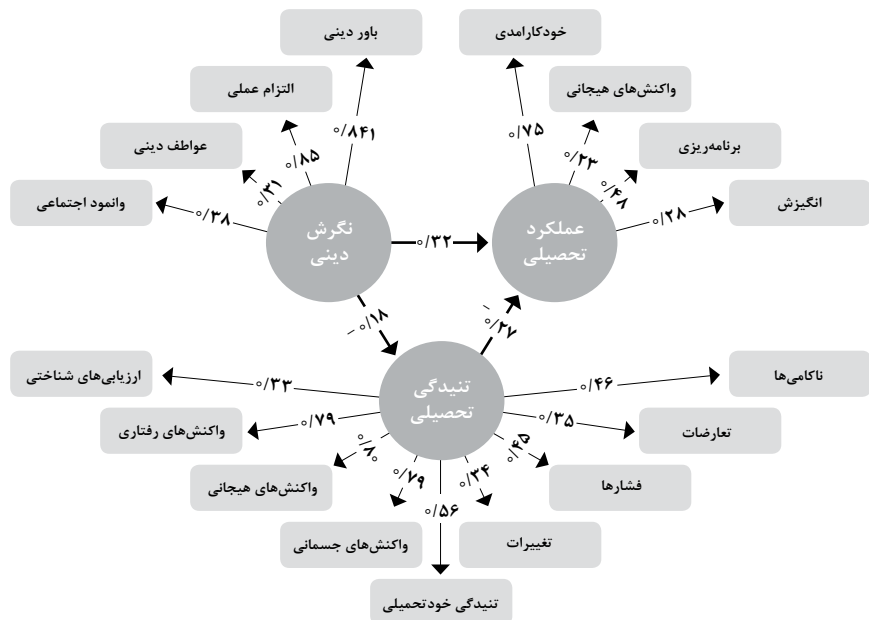
## جدول ۵. وزن های رگرسیونی استاندارد مؤلفه های عملکرد تحصیلی

فاکتورها	وزن رگرسیونی استاندارد	سطح معناداری به دست آمده (sig)	واریانس تبیین شده
خودکارآمدی	۰/۷۵	۰/۰۰۰	۰/۵۶
تأثیرات هیجانی	۰/۲۳	۰/۰۰۰	۰/۰۵
برنامه ریزی	۰/۴۸	۰/۰۰۰	۰/۲۳
انگیزش	۰/۲۸	۰/۰۰۰	۰/۰۷



بر اساس نتایج جدول ۵، وزن رگرسیونی استاندارد مؤلفه‌های عملکرد تحصیلی بیان شده است که به استثناء مؤلفه «فقدان کنترل» همگی از رابطه مثبت و معناداری برخوردار می‌باشند و میزان تبیین واریانس آن‌ها نیز بیان شده است. همان‌طور که در جدول بیان شده، بیشترین میزان تبیین واریانس متعلق به مؤلفه‌های «خودکارآمدی» می‌باشد. رابطه مؤلفه «فقدان کنترل» نیز به دلیل اینکه معنادار نشد، از تحلیل‌ها و جدول حذف شد.

یافته‌های جدول ۵، به نحو بهتری در نمودار ۲، ترسیم شده است.



نمودار ۲. مدل برازش

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش در پی پاسخ به این سؤال بود که آیا نگرش دینی پیش‌بینی‌کننده عملکرد تحصیلی بهتر می‌باشد؟ طبق یافته پژوهش، نگرش دینی دارای اثر مستقیم مثبت بر عملکرد تحصیلی است و افرادی که نگرش دینی بالاتری دارند، از عملکرد تحصیلی بهتری برخوردار هستند. این یافته همسو با پژوهش‌های عسگری و صفرزاده (۱۳۹۲) و عباسی و همکاران (۱۳۹۴)، (Salehi & Mosalman, 2015)، (Trevino & etal, 2007) و عسگری

و همکاران (۱۳۹۲) می‌باشد. نگرش دینی طبعاً با اثر بر روی مؤلفه‌های مختلف عملکرد تحصیلی، سبب افزایش آن می‌گردد؛ که از جمله این مؤلفه‌ها خودکارآمدی است. در این جا شایسته است به بیان استاد مطهری اشاره شود که «ایمان مذهبی از آن جهت که تلقی انسان را نسبت به جهان، شکل خاص می‌دهد؛ آفرینش را هدف‌دار و هدف را خیر و تکامل و سعادت معرفی می‌کند، طبعاً دید انسان را نسبت به نظام کلی هستی و قوانین حاکم بر آن خوش‌بینانه می‌سازد» (مطهری، ۱۳۹۰: ۳۹). فرد خوش‌بین، برای موفقیت تلاش می‌کند و از آنجایی که تلاش‌ها عموماً به موفقیت [در تحصیل] منجر می‌شوند، منطقی است که فرد مذهبی و پرتلاش در اثر موفقیت‌های روزافزون، خودکارآمدی بهتری را نیز پرورش خواهد داد. برنامه‌ریزی از مؤلفه‌های مهم در عملکرد تحصیلی بهتر می‌باشد. از آن جا که آموزه‌های دینی آفرینش و عمر انسان را مسئله‌ای جدی و دارای هدف بلند و با اهمیت معرفی می‌کند، چهره یک انسان مسلمان و موحد، اساساً چهره یک انسان جدی است. او زندگی خود را جدی می‌گیرد و در تمام عرصه‌های زندگی خود، به تبع دین داری که بزرگترین و مهمترین برنامه برای سعادت او است، بدون اهمال کاری، کم‌توجهی و بی‌دقتی، برنامه‌ریزی و حرکت به سوی اهداف را سرلوحه کارهای خود قرار می‌دهد. به‌عنوان مؤلفه‌ای دیگر از عملکرد تحصیلی، نگرش دینی می‌تواند با کاهش تأثیرات هیجانی (که هیجان‌ات منفی در طول تحصیل هستند) منجر به عملکرد تحصیلی بهتر شود. افراد با عقاید مذهبی، نسبت به فشارزاهای روانی، شخصی و عملکرد تحصیلی، از نیروی بیشتری برخوردارند و در رویارویی با آن‌ها کمتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند.

سؤال بعدی پژوهش این بود که آیا نگرش دینی می‌تواند با کاهش تنیدگی تحصیلی، عملکرد تحصیلی بهتر را پیش‌بینی کند؟ در ابتدا به رابطه معکوس نگرش دینی با تنیدگی تحصیلی اشاره می‌شود؛ که بر اساس یافته پژوهش، نگرش دینی باعث کاهش تنیدگی تحصیلی می‌شود. این یافته همسو با پژوهش‌های بشیریان و همکاران (۱۳۹۷)، نژادنادری و همکاران (۱۳۹۰)، عسگری و همکاران (۱۳۹۲)، گودرزی و همکاران (۱۳۹۰)، چین‌آوه و طباطبائی (۱۳۹۵)، (Mochon & etal, 2011) و بهامین و همکاران (۱۳۹۵) می‌باشد. در تبیین این یافته، به بیان استاد مطهری اشاره می‌کنیم که «اضطراب از شک و تردید و حالتی از بی‌اعتمادی ایجاد می‌شود. آنچه انسان را به اضطراب و نگرانی می‌کشاند و تکلیف خویش را درباره آن روشن نمی‌بیند، جهان و محیط بیرونی است.

ایمان مذهبی از آنجا که نسبت به جهان اعتماد و اطمینان می‌بخشد، دلهره و نگرانی نسبت به رفتار جهان را در برابر انسان زایل می‌سازد و آرامش خاطر به همراه می‌آورد» (مطهری، ۱۳۹۰). از طرف دیگر افرادی که نگرش مذهبی بالاتری دارند، به خاطر عملکرد تحصیلی بهتر، تنیدگی و استرس کمتری را احساس خواهند کرد و اگر هم دچار تنش و فشار شوند، واکنش‌های منفی کمتری بروز خواهند داد. اعتقادات، عواطف و رفتارهای برخاسته از دین مانند مناجات با خدا و دل بستگی به منبع لایزال قدرت الهی، توان انسان مؤمن را افزایش داده و برای مقابله با فشارها مسلح می‌نماید. باورهای دینی به اصلاح افکار آسیب‌زا و شیوه‌های اسنادی غلط می‌پردازد و روان‌بنه‌های سالم را جایگزین آن‌ها می‌کند و در مواجهه با تنش‌گراها، تکیه به خداوند متعال، عواطف دینی و رفتارهای آئینی، قوت و نیرو به ارمغان می‌آورد. آن‌ها بروز فشار روان را به منزله فرصتی برای رشد و تقویت بعد معنوی خود می‌دانند یا آن را تقدیر الهی تعبیر و تفسیر می‌کنند. هر چه فرد دارای نگرش مثبت فعال‌تری باشد، خودکارآمدتر، خودباورانه‌تر و سازش‌یافته‌تر می‌تواند در زمان‌های سخت در برابر مشکلات مقابله کند. بنابراین واکنش‌های نامناسب به فشارهای روانی مانند پر خاشگری، استرس، افسردگی، اسنادهای اشتباه، مصرف مواد، خودکشی و... در افراد مذهبی کمتر به چشم می‌خورد.

در خصوص رابطه معکوس تنیدگی تحصیلی، با عملکرد تحصیلی، یافته پژوهش این رابطه را مورد تأیید قرار داد. این یافته همسو با پژوهش‌های آسایش و همکاران (۱۳۹۵)، شکری و همکاران (۱۳۸۶) و اقدسی، اصل‌فتاحی و ساعد (۱۳۹۱) می‌باشد. هرچقدر دانشجویان در طول دوره تحصیل، احساس استرس و فشار بیشتری از ناکامی‌ها، تغییرات، تعارضات و تنش‌گرهای تحصیلی داشته باشند و واکنش‌های منفی بیشتری به این فشارها از خود نشان دهند، رفتارهای درست تحصیلی‌شان با چالش بیشتری مواجه شده و دچار افت عملکرد خواهند شد. بنابراین نگرش دینی از طریق کاهش تنیدگی تحصیلی؛ یعنی کاهش فشارها و واکنش‌های منفی و غیر انطباقی به آن‌ها، می‌تواند سبب بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان گردد.

**پیشنهاد‌های پژوهش:** با لحاظ یافته‌های به‌دست‌آمده بین مؤلفه‌ها، به مسئولین آموزش عالی پیشنهاد می‌گردد جهت بهبود عملکرد تحصیلی و کاهش تنیدگی‌ها، اهتمام جدی در نشر معارف الهی و تقویت ایمان مذهبی داشته باشند. اثرات مثبت دینداری بر زندگی

فردی و اجتماعی در مجموعه‌های آموزشی و اجتماعات دانشجویان، مورد بحث و بررسی قرار گیرد، تا دانشجویان با آگاهی بیشتر، گرایش بالاتری نسبت به دین و آموزه‌های آن پیدا کنند. همچنین مسئولین مجموعه‌های آموزشی خود باید به‌عنوان الگوهای موفق باشند که دانشجویان افزایش عملکرد و کاهش تنیدگی‌ها در عرصه‌های مختلف زندگی را در آن‌ها به‌عنوان دینداران واقعی مشاهده کنند. اگر در این جهت تلاش صورت گیرد، فضای روشن یک زندگی با اعتقادات دینی، دلبستگی‌ها و عواطف پاک به خداوند سبحان و اولیای الهی در دل آن‌ها روشن می‌شود و با التزام عملی به دستورات خداوند متعال که بر اساس لطف الهی است، علاوه بر افزایش توان و انگیزه انسان، او را از تنشها و اضطراب‌های توان فرسا جدا می‌کند. بنابراین کاهش تنیدگی تحصیلی و افزایش مستقیم و غیرمستقیم عملکرد تحصیلی از نتایج این تلاش‌ها خواهد بود. البته با لحاظ روابط نسبتاً ضعیف بین مؤلفه‌های سه‌گانه بیان شده، برای اطمینان از وجود و قدرت این رابطه، لازم است که تحقیقات در جوامع دیگر و با ابزارهای تکمیلی از جمله ابزار مصاحبه و یا مشاهده انجام پذیرد، یافته‌های این تحقیقات می‌تواند یافته‌های تحقیق کنونی را تکمیل و اصلاح کند.

### تشکر و قدردانی:

از معاونت محترم پژوهشی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه قم به‌خاطر فراهم کردن زیرساخت‌های آموزشی و پژوهشی در اجرای پژوهش حاضر سپاسگزاری می‌شود. و همچنین از داوران محترم به‌خاطر ارائه نظرهای ساختاری و علمی سپاسگزاری می‌شود.

- آسایش، حمید؛ شریفی فرد، فاطمه؛ موسوی، مجتبی؛ طاهری خرامه، زهرا؛ علی اکبرزاده آرانی، زهرا؛ شعوری بیدگلی، علیرضا (۱۳۹۵). همبستگی تنیدگی، فرسودگی و عملکرد تحصیلی دانشجویان پرستاری و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قم. *مجله دانشگاه علوم پزشکی قم*، ۱۰ (۷)، ۷۴-۸۳.
- اصغری، فرهاد؛ کردمیرزا، عزت‌الله؛ و احمدی، لیلا. (۱۳۹۲). رابطه نگرش مذهبی، منبع کنترل و گرایش به سوء مصرف مواد در دانشجویان. *فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد*، ۷ (۲۵)، ۱۰۳-۱۱۲.
- اقدسی، علی‌نقی؛ اصل‌فلاحی، بهرام و ساعد، مه‌لقا (۱۳۹۱). تأثیر آموزش ایمن‌سازی در مقابل استرس بر اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *فصلنامه علوم تربیتی*، ۵ (۲۰)، ۳۳-۴۸.
- باقرپور، معصومه (۱۳۹۷). تأثیر آموزش ذهنیت فلسفی بر نگرش دینی و مهارت‌های زندگی معلمان. *فصلنامه مسائل کاربردی در تعلیم و تربیت اسلامی*، ۳ (۲)، ۷-۲۸.
- باقری چاروک، آتنا؛ توحیدی، افسانه و تجربه کار، مهشید (۱۳۹۸). تأثیر خودتعیین‌گری، سازگاری تحصیلی و مثبت‌اندیشی بر عملکرد تحصیلی با میانجیگری اهداف پیشرفت. *نشریه پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۵ (۲)، ۶۵-۸۴. [10.22108/PPLS.2019.117257.1748]
- بشیریان، سعید؛ ساعتی‌عصر، محمدحسن؛ براتی، مجید؛ شکری، زلیخا؛ امدادی، شهره؛ فلاح، فاطمه و احمدی، خدیجه (۱۳۹۷). ارتباط نگرش مذهبی و سلامت روانی دانشجویان دانشگاه‌های شهر همدان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه*، ۶ (۱)، ۳۷-۴۵.
- بهامین، قباد؛ داوری فرد، فروزان؛ ملک‌شاهی، مریم؛ آبی، رضا و دوستی، رضا (۱۳۹۵). بررسی تأثیر باورهای فراشناختی و نگرش مذهبی، بر گرایش به مصرف سیگار در نوجوانان. *مجله پژوهش در دین و سلامت*، ۲ (۳)، ۳۵-۴۵.
- پاشایی، زهرا؛ پوراابراهیم، تقی و خوش‌کنش، ابوالقاسم (۱۳۸۸). تأثیر آموزش مهارت‌های مقابله با هیجان‌ها در اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی دختران دبیرستانی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۳ (۴)، ۷-۲۰.
- جمشیدی، بهنام؛ عرب‌مقدم، نرگس و درخواه، فریده (۱۳۹۲). رابطه دین‌داری و تاب‌آوری در دانش‌آموزان راهنمایی و دبیرستان شهر شیراز. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۰ (۱)، ۱۴۲-۱۶۲.
- چین‌آوه، محبوبه و طباطبائی، سیده فاطمه (۱۳۹۵). پیش‌بینی افکار خودکشی بر اساس نگرش مذهبی و توکل به خدا. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۶ (۱)، ۸۱-۹۶.
- خدایاری‌فرد، محمد و رحیمی‌نژاد، عباس (۱۳۸۸). *آماده‌سازی مقیاس دینداری و ارزیابی سطوح دینداری اقشار مختلف جامعه ایران (مراکز استان‌ها)*. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، مؤسسه روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- درتاج، فریبرز (۱۳۸۲). بررسی تأثیر شبیه‌سازی ذهنی فرایندی و فرآورده‌ای بر بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان، ساخت و اعتباریابی آزمون عملکرد تحصیلی. رساله دکترای روان‌شناسی تربیتی. تهران، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی (ره).
- دشت‌بزرگی، زهرا (۱۳۹۵). رابطه تعلل‌ورزی و کمال‌گرایی تحصیلی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان پزشکی. *مقاله پژوهشی دوم‌هفته راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۹ (۲)، ۳۴-۴۱.
- سعیدی، زهرا و فرح‌بخش، کیومرث (۱۳۹۵). رابطه کیفیت زندگی، سبک زندگی، عملکرد تحصیلی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه اصفهان. *دوماهنامه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۹ (۳)، ۱۷۶-۱۸۵.
- سلیمانی شبیلو، ناهید؛ واحدی، شهرام و نعمتی، شهرزاد (۱۳۹۸). رابطه هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان، معلمان و والدین با عملکرد تحصیلی درس علوم. *نشریه سلامت روان کودک (روان کودک)*، ۶ (۱)، ۱۸۸-۱۹۹.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین؛ نقش، زهرا؛ غنای، زیبا؛ دانش‌ورپور، زهره و مولای، محمد (۱۳۸۶). صفات شخصیت، استرس تحصیلی و عملکرد تحصیلی. *نشریه مطالعات روان‌شناختی*، ۳ (۳)، ۲۵-۴۸.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین و دانش‌ورپور، زهره (۱۳۸۶). نقش سبک‌های مقابله در تنیدگی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی. *فصلنامه روان‌شناسان ایرانی*، ۳ (۱۱)، ۲۴۹-۲۵۷.
- عباسی، معصومه؛ خادمی، ملوک و نقش، زهرا (۱۳۹۴). رابطه نگرش مذهبی و انگیزش پیشرفت تحصیلی دانشجویان به واسطه نقش خودکارآمدی. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۵ (۴)، ۵۵۹-۵۷۲.
- عسکری، سمیه؛ کهریزی، سمیه و کهریزی، مریم (۱۳۹۲). نقش خودکارآمدی و رضایت از زندگی در پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر سال سوم دوره متوسطه شهر کرمانشاه. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۲ (۲)، ۱۰۷-۱۲۳.
- عسکری، فهیمه؛ منظری‌توکلی، علیرضا؛ منظری‌توکلی، حمداالله و زین‌الدینی، زهرا. روابط ساختاری سبک زندگی اسلامی و موفقیت تحصیلی با واسطه‌گری سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم. *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۵ (۳)، ۱۰۱-۱۲۶.
- عسکری، پرویز و صفرزاده، سحر (۱۳۹۲). رابطه نگرش مذهبی، بهزیستی روان‌شناختی و افسردگی با عملکرد تحصیلی دانشجویان. *نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۴ (۱)، ۹۲-۹۹.
- علیجانی، حوری؛ اورنگ، بهناز؛ نورالدینی، فاطمه‌سادات؛ مصدری، بی‌بی‌مریم؛ عربیان، مهلا و رجنی، امیرعلی (۱۳۹۷). پژوهشی بر مطالعات نگرش مذهبی و رضایت از زندگی ناشویی. *دومین همایش علوم اجتماعی، روان‌شناسی و علوم تربیتی، حیرفت*، <https://civilica.com/doc/786672/>

- غباری، باقر (۱۳۹۴). «توکل به خدا». سایت کتابخانه دیجیتال تبیان، باز یابی شده از: <http://library.tebyan.net/fa/Viewer/Text/74094/1/>
- غلامی، سمیه، ذاکری، مختار، زینلی، فاطمه (۱۳۹۸). مطالعه چگونگی نهادینه کردن نمازخوانی فرزندان نوجوان توسط والدین: ارائه مدل مطلوب با رهیافت گراند تئوری. *فصلنامه مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۱۱۹: (۳) ۴-۱۴۲-۱۴۲ کاکابرای، کیوان؛ شکری، امید؛ پورشهریار، حسین؛ تقی‌لو، صادق و باقری، مریم (۱۳۹۲). روابط ساختاری بین فشارهای عینی، تنیدگی تحصیلی، سبک‌های مقابله، پاسخ به تنش‌گرها و رضایت تحصیلی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۷ (۲)، ۱۱۱-۱۲۸.
- فولادچنگ، محبوبه و مرحمتی، زهرا (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی از منظر اسلام و روان‌شناسی بر بهزیستی روان‌شناختی. *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۲ (۲)، ۹۱-۱۱۲.
- قاسمی، وحید. (۱۳۹۲). مدل‌سازی معادله ساختاری در پژوهش‌های اجتماعی با کاربرد *Amos Graphics*. تهران: جامعه‌شناسان، ۲.
- گودرزی، محمدعلی؛ شفیع، فائزه و تاریخی، علیرضا (۱۳۹۰). رابطه نگرش مذهبی و علائم اختلال استرس پس از سانحه در زلزله‌زدگان شهرستان بم. *مقاله پژوهشی مجله اصول بهداشتی*، ۱۳ (۲)، ۹۳-۱۸۲.
- مطهری، مرتضی (۱۳۹۰). *مقدمه‌ای بر جهان‌بینی اسلامی (۱): انسان و ایمان*. تهران: انتشارات صدرا.
- موسوی‌نژاد، سیدحسین؛ مهدی‌زاده، ایرج و صالح‌آبادی سروش (۱۳۹۷). مقایسه خودکارآمدی تحصیلی، درگیری تحصیلی و عملکرد تحصیلی بین دانشجویان دانشگاه فرهنگیان و علوم پزشکی شهر بیرجند. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند*، ۲۵، ۱۲۶-۱۳۴.
- میرکمالی، سیدمحمد؛ خیاره، کبری؛ مزاری، ابراهیم و فرهادی امجد، فرهاد (۱۳۹۴). نقش سلامت روان بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، با میانجی‌گری انگیزش پیشرفت تحصیلی. *نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶ (۲)، ۱۰۹-۱۰۹.
- میکائیلی، نیلوفر؛ افروز، غلامعلی و قلی‌زاده، لیلا (۱۳۹۱). ارتباط خودپنداره و فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *نشریه روان‌شناسی مدرسه*، ۱ (۴)، ۹۰-۱۰۳.
- نژادناردی، سمیرا؛ دیوسالار، کورس؛ محمودی، مجید و دره‌کردی، علی (۱۳۹۰). بررسی مقایسه‌ای نگرش مذهبی و سلامت عمومی در دانشجویان سیگاری و غیرسیگاری. *طب و تزکیه*، ۲ (۲)، ۱۸-۲۴.
- نعم، مهدی و رضایی شریف، علی (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری زناشویی و کاهش خشونت خانگی علیه زنان. *مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۳ (۲)، ۲۱-۳۲.
- همت‌زاده، سمیه (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین هوش عاطفی و استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی تربیتی، واحد بین‌المللی دانشگاه شیراز.
- یاراحمدی، یحیی؛ نادری، ناهید؛ اکبری، مریم و یعقوبی، ابوالقاسم (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر تاب‌آوری تحصیلی در تعلق‌ورزی تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان. *فصلنامه علمی-پژوهشی تدریس پژوهی*، ۷ (۱)، ۲۲۶-۲۴۳. [J. ۱۲, ۲۰۱۹, ۳۳۰/۱۰, ۳۴۷۸۵]
- یزدانی، فضل‌الله و غضنفری، احمدی (۱۳۸۵). ابعاد و کارکردهای رواشناختی نگرش دینی. *مجله علوم انسانی، تعلیم و تربیت اسلامی*، ۶۲، ۶۹-۹۸.

## REFERENCES

- Deb, S. Strodl, E. & Sun, J. (2015). Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among Indian high school students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 5(1), 26-34.
- Gadzella, B.M. Baloglu, M. (2001). *Confirmatory Factor Analysis and Internal Consistency of Student Life Stress Inventory*.
- Kariv, D. & Heiman, T. (2005). Stressors, stress and coping in dual-demand environments: The case of working 'back to schoolers'. *Journal of Adult and Continuing Education*, 11 (10), 91-110.
- Mochon, D.; M.I. Norton & D. Ariely (2011). «Who Benefits from Religion?». *Social Indicators Research*, 101 (1), 1-15.
- Salehi I, Mosalman M (2015). Evaluation of the relationship between religious attitude and depression, anxiety and stress in students of guilan university. *Religion & Health*, 3 (1), 57-64. (Full Text in Persian).
- Seif, A. (2016). *Modern Psychology: Psychology of Learning and Education*. Tehran: Publishing duran. [In Persian]
- Trevino, Kelly M. Pargament, Kenneth I. Cotton, Sian. Leonard, Anthony C. Hahn, June. Caprini-Faigin, Carol Ann. Tsevat, Joel. (2007). *Religious coping and physiological, psychological, social, and spiritual outcomes in patients with HIV/AIDS: Cross-sectional and longitudinal findings, AIDS and Behavior* (online).