

## رابطه بین دینداری با رضایت از زندگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تبریز

دکتر نازی عبدالله پور\*  
میرروح الله سیدمهدوی اقدم\*\*  
حسین قلی زاده\*\*\*  
زینب علی اشرفی زکی\*\*\*\*

### چکیده

این پژوهش به بررسی رابطه بین نگرش مذهبی و رضایت از زندگی می‌پردازد. برای انجام این پژوهش ۴۰۰ دانشجو از بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز به صورت تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. در این تحقیق از پرسشنامه معبد و مقیاس رضایت از زندگی استفاده شد. تحلیل داده‌های به دست آمده نشان داد که رضایت از زندگی با هر سه بُعد نگرش دینی (انجام واجبات، انجام مستحبات و دخالت دادن دین در انتخاب‌ها و تصمیم‌ها) همبستگی مثبت معناداری دارد. تحلیل رگرسیون چندمتغیره نشان داد که ابعاد نگرش مذهبی به صورت معناداری توان پیش‌بینی تغییرات رضایت زندگی را دارند. بررسی بیشتر داده‌ها نشان داد که از میان سه بُعد نگرش مذهبی، دو بُعد انجام واجبات و دخالت دادن دین در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌ها، با اطمینان ۹۹ درصد، می‌توانند تغییرات رضایت از زندگی را پیش‌بینی کنند. نتایج این مطالعه بازگوکننده این مطلب است که علاوه بر انجام واجبات، که بیشتر بُعد فردی دین اسلام است، دخالت دادن دین در تصمیم‌ها و انتخاب‌ها که بیشتر بُعد اجتماعی است، رضایت از زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

### واژه‌های کلیدی: دینداری، رضایت از زندگی، دانشجو

Email: nazi\_sa2003@yahoo.com

Email: r.m.agdam@gmail.com

Email: hossein.gholizade@yahoo.com

Email: zam2lr@yahoo.com

\* استادیار الهیات، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز  
\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی

\*\*\* کارشناس ارشد روان‌شناس بالینی  
\*\*\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد الهیات

تاریخ دریافت: ۱۳۸۸/۱۱/۲۹ تاریخ تأیید: ۱۳۸۹/۰۸/۱۰

## مقدمه

دین یک پدیده گسترده بسیار بادوام و تأثیرگذار است و به عنوان نظام اعتقادی سازمان یافته همراه با مجموعه‌ای از آیین‌ها و اعمال تعریف شده است که تعیین کننده شیوه پاسخ‌دهی افراد به تجارب زندگی است (زولینگ<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۶). همچنین دینداری به عنوان جستجوی شخصی یا گروهی تقدس که در یک بافت مقدس سنتی ظاهر می‌شود، در نظر گرفته شده است (زینبائر<sup>۲</sup> و پارگامنت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵) که چنین تعریفی تفاوت مفهومی بین دو سازه معنویت و دینداری را روشن می‌کند، چرا که معنویت تجربه کاملاً شخصی مقدس است که برای افراد مختلف معانی گوناگونی دارد (مک‌شری و کش، ۲۰۰۴) مجموعه‌ای از معانی و اهداف را در زندگی شامل می‌شود، در حالی که دین بیشتر شامل کیفیاتی است که به بافت دینی سنتی فرد اشاره می‌کند (کلی، ۲۰۰۸). اعتقاد بر این است که هر دو سازه، یعنی دینداری و معنویت، جزء عوامل اجتماعی و روان‌شناختی مهم در زندگی انسان‌ها هستند (ساواتزکی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۵). دین در بیشتر موارد نقشی میانجی دارد و در چنین شرایطی بر فرایندهای فکری و ارزیابی رویدادهای روزمره فرد تأثیر می‌گذارد، به طوری که برخی پژوهشگران بر این باورند که به کمک باورهای دینی مقابله با هیجان‌ها و شرایط اجتماعی تسهیل می‌گردد (دینر، کوکاس و اویشی، ۲۰۰۲؛ به نقل از: هادیان‌فرد، ۱۳۸۴).

پژوهش‌های زیادی در زمینه تأثیر دین بر سازه‌های روان‌شناختی انجام شده است و بیشتر نشان‌دهنده تأثیر مثبت آن بر بهداشت جسمانی و روانی است. مثلاً مطالعات تأثیر مثبت آن را بر رفتارهای مقابله‌ای سالم (تورسن، هریس و اومن، ۲۰۰۱)، افسردگی (پیرس<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۳)، نگرانی (فرایدنبرگ<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۳)، عزت نفس (فری، ۲۰۰۰)، ناسازگاری و افسردگی (خدایاری‌فرد و همکاران، ۱۳۸۰)، سلامت عمومی (شریفی و همکاران، ۱۳۸۴)، کیفیت زندگی (لوین، ۱۹۹۶) و هویت (نجفی و همکاران، ۱۳۸۵) نشان داده‌اند.

باید توجه داشت که نمی‌توان نقش مذهب در سلامت روان را جدای از زمینه کلی زندگی در نظر گرفت (زولینگ و همکاران، ۲۰۰۶).

گرایش‌های مذهبی به طور مستقیم با مؤلفه‌های بهداشتی و روانی ارتباط دارند. در دین مبین اسلام نیز در مورد سلامت جسم و روان و نیز رضایت از زندگی، در قرآن کریم و نیز

1. Zulling  
3. Pargament  
5. Kelley  
7. Pearce  
9. Levin

2. Zinnbauer  
4. McSherry & Cash  
6. Sawatzky  
8. Frydenberg

احادیث ائمه معصومین (ع) به صوت واضح و یا تلویحاً اشاره‌هایی آمده است. خداوند متعال می‌فرماید: «بِقَلْبِ سَلِيمٍ» (شعراء، ۸۹). یعنی دل و اندیشه‌ای که از دغل و نادرستی عاری باشد و این سلامتی باطنی است و نیز خداوند متعال می‌فرماید: «مُسَلَّمَةً لِّأَشْيَاءِ فِيهَا» (بقره، ۷۱)، یعنی سالم است و عیب و نشانه در آن نیست که این آیه اشاره به سلامت ظاهری دارد. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «بِالْعَافِيَةِ تُوجَدُ لَكُلِّهِ الْحَيَاةُ» (آمدی و انصاری، ح ۴۲۰۷). یعنی لذت زندگی با عافیت (سلامت) به دست می‌آید. بررسی متون اسلامی به روشنی نشان می‌دهد که یکی از اهداف اصلی و حکمت‌های مهم احکام و مقررات اسلامی، پیشگیری از بیماری‌ها و تأمین سلامت انسان است. خداوند متعال تصریح می‌کند که قرآن و برنامه‌های نورانی و حیات‌بخش آن جامعه بشری را به راه‌های تأمین سلامت رهنمون می‌گردد. بر این اساس، آنچه در اسلام برای سلامت جسم و یا جان خطرناک و زیانبار است، حرام یا مکروه است و آنچه برای سلامت انسان لازم و مفید است واجب یا مستحب، و آنچه سود و زینتی برای جسم و جان ندارد، مباح شناخته شده است (محمدی ری‌شهری، ج ۱، ص ۱۱).

از سوی دیگر در مورد شادی و سرور (که با رضایت از زندگی ارتباط تنگاتنگی دارند) دین اسلام فرامینی دارد. اسلام برخلاف نظر برخی افراد نه تنها مخالف شادی نیست، بلکه شادی را ستوده و حتی روزهای خاصی را مخصوص عید و شادمانی معرفی کرده است، به عنوان مثال امام جعفر صادق (ع) روز اول هر ماه را روز شادی و عید می‌دانستند (محدث نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۸، ص ۱۵۸) حتی شادی در بیان آن بزرگواران، بخشی از کرامت انسانی معرفی شده (مجلسی، ۱۴۰۴ق، ج ۱۱، ص ۲۶۲) و توصیه‌های فراوانی برای شاد کردن دیگران شده است (محدث نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۲، ص ۴۰۰).

اسلام عوامل بسیاری را در به وجود آمدن شادی و سرور دخیل می‌داند که از آن جمله می‌توان به کار نیک اشاره نمود. اسلام عمل خیر و گره از کار مؤمنان گشودن را موجب سرور و شادمانی می‌داند (حرّ عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱، ص ۷۵). سحرخیزی (صدوق، ج ۱، ص ۵۰۱)، دعا به هنگام شب (کلینی، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۲۵۴)، استفاده از رنگ‌های شادی‌بخش مانند رنگ زرد (همان، ج ۶، ص ۴۶۶) و صبر و تسلیم در برابر رضای خداوند بزرگ (همان، ج ۶۲، ص ۲) از دیگر عوامل مؤثر در شادمانی در احکام دین مبین اسلام معرفی شده‌اند. این متغیرها می‌توانند در ادراک فرد از رضایت از زندگی دخیل باشند. همچنین این گرایش‌ها شانه‌های خود را از طریق دیگر متغیرها از جمله رضایت از زندگی

و رفتارهای مقابله سالم تسهیل و تسریع می‌کنند (تورسن و همکاران، ۲۰۰۱). رضایت از زندگی به یک فرایند قضاوتی - شناختی اشاره دارد (دینر و همکاران، ۱۹۸۵)، که در آن افراد کیفیت زندگی خود را براساس مجموعه‌ای از ملاک‌ها ارزیابی می‌کنند (پاوت و دینر، ۱۹۹۳). اگرچه اشخاص مختلف در مؤلفه‌های مهم یک زندگی خوب از قبیل سلامت و روابط موفق با یکدیگر توافق دارند، اما به این مؤلفه‌ها وزن‌های متفاوتی می‌دهند (دینر و همکاران، ۱۹۸۵). عوامل بسیاری با رضایت از زندگی ارتباط دارد که از آن جمله می‌توان به نقش میانجی باورهای مذهبی اشاره کرد. عده‌ای از روان‌شناسان بر این باورند که نیمی از متغیرهای سلامت روان به وسیله باورهای مذهبی تبیین می‌شود. آنها معتقدند مذهب به انسان کمک می‌کند تا معنای حوادث زندگی به‌ویژه حوادثی را که دردناک و اضطراب‌انگیز هستند را بفهمد و موجب دلگرمی و خرسندی مطبوعی در روان و روحیه او بشود (سواتزکی و همکاران، ۲۰۰۵).

نتایج مطالعات نشان‌دهنده این است که رضایت از زندگی با حالت‌های مختلف سلامت اعم از جسمانی و روانی در ارتباط است به گونه‌ای که تحقیقات بازگوکننده این است که رضایت از زندگی می‌تواند به وسیله متغیرهای معنویت و مذهبی بودن تحت تأثیر قرار گیرد (زولیک و همکاران، ۲۰۰۶).

نگرش مذهبی مثبت موجب رضایت از زندگی می‌گردد و رضایت از زندگی یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روانی است (فوردایس،<sup>۱</sup> ۱۹۹۷؛ پاوت و دینر،<sup>۲</sup> ۱۹۹۳؛ پاوت، دینر و سو،<sup>۳</sup> ۱۹۹۸؛ کروس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ سویدمر،<sup>۲۰۰۴</sup>؛ گرابر،<sup>۲۰۰۵</sup>؛ للکیز، ۲۰۰۶). در مطالعات مختلفی این رابطه را در جوامع و قشرهای مختلف نشان داده‌اند. مثلاً مایرز،<sup>۵</sup> (۲۰۰۰) در یک زمینه‌یابی گسترده بر روی ۳۵۰۰ نفر آمریکایی نشان داد که رابطه مثبتی بین شرکت در مراسم مذهبی و رضایت از زندگی وجود دارد. اسوین یارد<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۱) نیز نشان دادند که شرکت در مراسم مذهبی یکی از عوامل تأثیرگذار بر رضایت از زندگی است. همچنین پژوهشی که در ژاپن بر روی جمعیت سالمندان صورت گرفت نیز نشان داد که بین سطوح بالای رضایت از زندگی و میزان شرکت در مراسم تشریفات مذهبی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (کروز، ۲۰۰۳). دیویس و همکاران (۲۰۰۳) به نقل از: بروان و ترینی، (۲۰۰۹) نیز در مطالعه‌ای بر روی ۴۵ نفر از نوجوانان ۱۴ تا

1. Fordyce  
3. Suh  
5. Myers

2. Pavot & Diener  
4. Krause  
6. Swin Yard

۱۷ ساله به این نتیجه رسیدند که بین اعتقادات مذهبی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

در ایران نیز هادیان فرد (۱۳۸۴) در پژوهشی اقدام به بررسی ارتباط بین احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت‌های مذهبی در گروهی از مسلمانان انجام داده است که نتایج به دست آمده نشان داد، رابطه معناداری بین باورها و اعتقادات مذهبی و رضایت از زندگی وجود دارد. در پژوهشی دیگر بخشی پور رودسری (۱۳۸۷) نشان داد که بین سلامت روانی و نگرش مذهبی، رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین یافته‌های پژوهش کشاورز و همکاران (۱۳۸۸) بیانگر آن بود که رضایت از زندگی همبستگی مثبت معنادار با باور به اصول دین، انجام مناسک مذهبی، دوستی و بندگی خدا دارد.

هرچند بسیاری از تحقیقات صورت گرفته، رابطه مثبت بین باورهای مذهبی و رضایت از زندگی را گزارش کرده‌اند (لوین، ۱۹۹۶؛ میرز، ۲۰۰۰؛ دوالمن، ۲۰۰۴؛ سیدمر، ۲۰۰۴؛ گرابر، ۲۰۰۵؛ للکیز، ۲۰۰۶) اما برخی از تحقیقات صورت گرفته رابطه منفی بین این دو متغیر گزارش کرده‌اند (ولاتز و کریدر، ۱۹۸۸؛ جی و ویورز، ۱۹۹۰؛ براون و تیرنی، ۲۰۰۹). علاوه بر این، بیشتر مطالعات انجام گرفته در بافت ادیان دیگری غیر از اسلام صورت گرفته است، در حالی که با توجه به تفاوت‌های موجود بین ادیان و اینکه دین اسلام آیین‌ها و رهنمودهای زیادی برای خوشبختی انسان دارد که با سایر ادیان الهی متفاوت است، ممکن است تأثیرات ناشی از آن نیز بر زندگی انسان با دیگر ادیان متفاوت باشد. با توجه به مطالب گفته شده هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط دینداری با رضایت از زندگی در بین دانشجویان است.

### روش

**جامعه و نمونه:** جامعه آماری این پژوهش دربرگیرنده همه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز می‌باشد. نمونه مورد مطالعه نیز شامل ۴۰۰ دانشجوی (۲۶۱ دختر، ۱۳۹ پسر) با میانگین سنی ۲۱/۳ است، که در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ مشغول به تحصیل بودند. برای انتخاب نمونه، از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شده است. برای این کار ابتدا چهار دانشکده انتخاب شدند و سپس در هر دانشکده دو رشته به صورت تصادفی انتخاب شدند. با توجه به اینکه واحد نمونه‌گیری

1. Brown & Tiereny

کلاس بود، در هر رشته فقط دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب شده و همه دانشجویان ابزارهای مورد نظر را تکمیل نمودند.

### ابزارهای پژوهش

مقیاس رضایت از زندگی (SWLS)<sup>۱</sup>: این مقیاس که توسط دینر و همکاران در سال ۱۹۸۵ تهیه شده متشکل از مجموعه‌ای از جمله‌هاست که رضایت فرد از زندگی‌اش را می‌سنجد. هر گزاره دارای هفت گزینه است که در مقیاس لیکرت از ۱ تا ۷ نمره‌گذاری می‌شود. تحقیقات انجام شده اعتبار افتراقی و همسانی درونی این آزمون را تأیید کرده‌اند (دینر و همکاران، ۱۹۸۵). این آزمون توسط بیانی و همکاران (۱۳۸۶) به فارسی ترجمه شده است و اعتبار آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳، و با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۶۹ تعیین شده است.

آزمون معبد: این آزمون توسط گلزاری (۱۳۷۹) برای سنجش عمل به باورهای دینی تهیه شده است و دارای ۲۵ آیتم می‌باشد. مواد آزمون در سه حوزه عمل به مستحبات، انجام واجبات و دوری از محرمات، در نظر گرفتن دین در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌های زندگی و جنبه‌های اجتماعی دین قرار دارد. این آزمون بر روی ۹۴۴ نفر که شامل ۸۹۴ دانشجو و ۵۲ جوان زندانی (۲۵ دختر و ۲۷ پسر) هستند اجرا شده است. پایایی این آزمون از طریق بازآزمایی و دو نیمه کردن به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۹۱ به دست آمده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ این آزمون ۰/۹۴ است. اعتبار وابسته به ملاک این آزمون از طریق مقایسه افراد مذهبی و غیر مذهبی با ضریب اعتبار ۰/۸۴ و ۰/۷۸ به دست آمده است (گلزاری، ۱۳۷۹؛ به نقل از: نجفی و همکاران، ۱۳۸۵).

برای تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد.

### نتایج

جدول شماره ۱ همبستگی رضایت زندگی را با ابعاد نگرش مذهبی نشان می‌دهد.

جدول ۱: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	انجام واجبات	انجام مستحبات	تصمیم‌گیری و انتخاب
رضایت از زندگی	۴۰۰	*.۰/۳۹	*.۰/۲۳	*.۰/۴۳

\* p<0/01

#### 1. Satisfaction With Life Scale

همان‌طور که در جدول شماره ۱ نشان داده شده، همبستگی رضایت از زندگی با انجام واجبات، انجام مستحبات و تصمیم‌گیری و انتخاب به ترتیب ۰/۳۹، ۰/۲۳ و ۰/۴۳ است، که هر سه در سطح  $p < 0/01$  معنادار هستند. برای پیش‌بینی تغییرات رضایت زندگی براساس ابعاد نگرش مذهبی از تحلیل رگرسیون چندمتغیره استفاده شد. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون این پیش‌بینی در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: خلاصه تحلیل رگرسیون چندمتغیره و تحلیل واریانس رضایت زندگی براساس نگرش مذهبی

SE	R <sup>2</sup>	R	P	F	Ms	df	SS	
۶/۰۳۳	۰/۲۳	۰/۴۸	۰/۰۰۰	۴۱/۱۴۵	۱۴۹۷/۷۵	۳	۴۴۹۳/۲۶	رگرسیون
					۳۶/۴۰۲	۳۹۶	۱۴۴۱۵/۰۳	باقیمانده

مندرجات جدول شماره ۲ نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین (انجام واجبات، انجام مستحبات و دخالت دادن دین در انتخاب‌ها و تصمیم‌ها) ۰/۲۳ از تغییرات رضایت شغلی را پیش‌بینی می‌کنند و با توجه به میزان F محاسبه شده ( $F=41/14$  و  $p < 0/01$ ) این پیش‌بینی معنادار است. جدول شماره ۳، ضرایب تأثیر رگرسیون و t مربوط به متغیرهای پیش‌بین را نشان می‌دهد.

جدول ۳: ضرایب تأثیر، بتا و t رگرسیون متغیرهای پیش‌بین

P	T	BETA	SEB	B	
۰/۰۰۰	۵/۰۱۱	۰/۲۶	۰/۲۲	۱/۱۱	واجبات
۰/۳۲	-۰/۹۸	-۰/۰۵	۰/۱۱	-۰/۱	مستحبات
۰/۰۰۰	۶/۴۳	۰/۳۳	۰/۰۳	۰/۲۴	تصمیم‌گیری

برابر این جدول، ضرایب تأثیر و t متغیرهای پیش‌بین نشان می‌دهند که از میان سه بُعد نگرش مذهبی، دو بُعد واجبات و تصمیم‌گیری و انتخاب می‌توانند واریانس رضایت از زندگی را به صورت معنادار تبیین کنند. ضرایب تأثیر واجبات ( $B=1/11$ ) و انتخاب و تصمیم‌گیری ( $B=0/24$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهد که این دو متغیر با اطمینان ۹۹ درصد می‌توانند تغییرات مربوط به علایم رضایت زندگی را پیش‌بینی کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر تعیین رابطه نگرش مذهبی و رضایت از زندگی و پیش‌بینی رضایت از زندگی براساس ابعاد نگرش مذهبی دانشجویان است. نتایج نشان داد که ابعاد نگرش مذهبی با میزان رضایت از زندگی در بین دانشجویان رابطه مثبت دارد که از میان

این ابعاد تصمیم‌گیری و انتخاب، بیشترین و انجام مستحبات کمترین همبستگی را با رضایت از زندگی دارند، که این رابطه برای هر سه بُعد معنادار است. همچنین یافته دیگر مطالعه حاضر، بازگوکننده این بود که از بین سه بُعد نگرش مذهبی، انجام واجبات و دخالت دادن دین در تصمیم‌گیری و انتخاب‌ها می‌تواند رضایت از زندگی را به صورت معناداری پیش‌بینی کند. به دیگر سخن، بالا بودن این دو بُعد نگرش مذهبی همراه با رضایت از زندگی بیشتر می‌باشد. این یافته به‌طور تلویحی با یافته‌های ماهونی و پارگامنت (۲۰۰۲) هماهنگ است که مهمترین عامل را در شادکامی روان‌شناختی انتخاب داوطلبانه مذهب می‌دانند. همچنین یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های تحقیقات متعدد صورت گرفته همسو می‌باشد (اینگل هارت، ۱۹۹۰؛ مایرز، ۲۰۰۰؛ اسوین یارد و همکاران، ۲۰۰۱؛ کروز، ۲۰۰۳؛ دینر و همکاران، ۲۰۰۲؛ پوستون و تورنبال، ۲۰۰۴<sup>۱</sup>؛ سوید مر و همکاران، ۲۰۰۴؛ گرابر، ۲۰۰۵؛ للکیز، ۲۰۰۶؛ هادیان‌فرد، ۱۳۸۴).

برای چگونگی تأثیر مذهب در زندگی چندین دیدگاه اصلی ارائه شده است، که یکی از آنها بر نقش مذهب در مقابله با عوامل فشارزا تأکید می‌کند. پارگامنت از جمله پژوهشگران این دیدگاه معتقد است که مذهب به سه طریق در جریان مقابله با فشارهای گوناگون روانی و محیطی تأثیرگذار است. نخست آنکه به عنوان بخشی از فرایند مقابله تلقی شده و بر چگونگی ارزیابی فرد تأثیر می‌گذارد؛ دوم آنکه می‌تواند در فرایند مقابله مداخله کند، بدین طریق که در تعریف مجدد از مشکل یاری می‌کند؛ و درنهایت، مذهب می‌تواند روی نتایج و پیامدهای زندگی تأثیر بگذارد (به نقل از: خدایاری‌فرد و همکاران، ۱۳۸۰). با توجه به چندبُعدی بودن دین اسلام و توجه به همه ویژگی‌های انسان می‌توان گفت که رضایت از زندگی تحت تأثیر این مکانیزم‌ها که ناشی از مذهب است، افزایش می‌یابد.

علاوه بر این، شاید دلیل اینکه افراد دارای نگرش مذهبی بالا رضایت از زندگی بیشتری را نشان می‌دهند، به دلیل متغیرهای میانجی دیگری باشد که از جمله آنها می‌توان به امیدواری اشاره کرد. به‌طوری که کینگ<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۶) نیز اشاره کرده‌اند افراد امیدوار از این اعتقاد برخوردارند که می‌توانند با چالش‌هایی که ممکن است در زندگی با آنها روبه‌رو شوند، سازگار شوند، شادی بیشتری را تجربه کنند و از زندگی‌شان رضایت بیشتری دارند. البته در متون دینی آیین مقدس اسلام، به‌ویژه قرآن کریم نیز چندین بار به این مورد اشاره شده است که مؤمنان به الطاف الهی امیدوارند و هرگز ناامید نمی‌شوند.

1. Poston & Turnbull

2. King

علاوه بر این، بیان این نکته لازم است که دین در جامعه ما به عنوان پایگاهی اجتماعی برای افراد نیز به شمار می‌رود. به این ترتیب افراد به هنگام روبه‌رو شدن با مشکلات نه تنها از منابع دینی که بر صبر و پایداری تأکید کرده‌اند، الهام می‌گیرند، بلکه با دیگر افراد مذهبی (از جمله خانواده و دوستان) نیز به مشورت و تبادل نظر می‌پردازند، که این به نوبه خود حمایت اجتماعی آنها را افزایش می‌دهد. تحقیقات نیز حاکی از این هستند که فراوانی رابط نزدیک با دیگران یکی از همبسته‌های رضایت از زندگی است (سلیگمن و کیکزننت میهالی،<sup>۱</sup> ۲۰۰۰؛ واتسون،<sup>۲</sup> ۲۰۰۲). احتمالاً افزایش رضایت از زندگی در این زمینه، بیشتر تحت تأثیر بُعد دخالت دادن دین در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌ها میسر می‌گردد.

نتایج مطالعه ما به صورت تلویحی به این مسئله نیز اشاره دارد که دین اسلام هم دارای رهنمودهای فردی و هم اجتماعی است، که در برخی از تعاریف دین (مثل پیترسون و همکاران، ۱۹۹۱؛ به نقل از: فقیهی و همکاران، ۱۳۸۵) بر آن تأکید شده است.

همانند بیشتر پژوهش‌ها این تحقیق نیز شامل برخی از محدودیت‌ها بود که می‌تواند تعمیم آن را با مشکل مواجه سازد. اول آنکه این تحقیق بر روی جمعیت دانشجویی انجام گرفته است. بدیهی است که تحصیلات دانشگاهی می‌تواند بر اندیشه و عقاید افراد تأثیر بگذارد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی از جمعیت عمومی نیز استفاده شود. محدودیت دیگر این پژوهش استفاده از پرسشنامه برای جمع‌آوری داده‌ها بود که آن نیز به دلیل حجم بالای نمونه مورد مطالعه بود. در تحقیقات بعدی استفاده از مصاحبه برای جمع‌آوری اطلاعات در کنار پرسشنامه، به‌ویژه در زمینه عقاید و باورهای مذهبی روشنگر مسائل بسیاری خواهد بود.

1. Seligman & Csikszent Mihalyi  
2. Watson

## منابع

- قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای.
- بخشی پور رودسری، عباس (۱۳۸۷)، «رابطه رضایت از زندگی، سبک مسئله‌گشایی و نگرش مذهبی با سلامت روانی»، فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ش ۳، ص ۱-۱۹.
- بیانی، علی‌اصغر؛ عاشور محمد کوچکی و حسنیه گودرزی (۱۳۸۶)، «اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی (SWLS)»، فصلنامه روان‌شناسان ایرانی، ش ۱۱، ص ۲۵۹-۲۶۵.
- حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹)، وسائل الشیعه، ج ۱، قم: مؤسسه آل‌البیت لإحیاء التراث.
- خدایاری‌فرد، محمد؛ باقر غباری بناب و محسن شکوهی یکتا (۱۳۸۰)، «گستره پژوهش‌های روان‌شناختی در حوزه دین»، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال ششم، ش ۴، ص ۴۳-۵۳.
- شریفی، طیبه؛ مهناز مهربابی‌زاده هنرمند و حسین شکرکن (۱۳۸۴)، «نگرش دینی و سلامت عمومی و شکیبایی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز»، فصلنامه اندیشه و رفتار، سال یازدهم، ش ۱، ص ۸۹-۹۹.
- شیخ صدوق (بی‌تا)، من لا یحضره الفقیه، [بی‌جا: بی‌نا].
- آمدی، عبدالواحد بن محمد و محمدعلی انصاری (۱۳۸۶)، غرر الحکم، قم: امام عصر (عج).
- فقیهی، علی‌نقی؛ محمد خدایاری‌فرد؛ باقر غباری بناب و محسن شکوهی یکتا (۱۳۸۵)، «بررسی الگوی دینداری از منظر قرآن و سنت»، فصلنامه اندیشه دینی دانشگاه شیراز، شماره پیاپی ۱۹، ص ۴۱-۷۰.
- کشاوری، امیر؛ حسینعلی مهربابی و محمد سلطانی‌زاده (۱۳۸۸)، «پیش‌بینی‌کننده‌های روان‌شناختی رضایت از زندگی»، روان‌شناسی تحولی، ش ۲۲، ص ۱۵۹-۱۶۸.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۷۸)، اصول کافی، ترجمه و شرح فارسی شیخ محمدباقر کمره‌ای، ج ۶، [بی‌جا]: اسوه.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۴)، بحارالانوار، بیروت: مؤسسه الوفا.
- محدث نوری، میرزا حسین (۱۴۰۸)، مستدرک الوسائل، ج ۱، قم: مؤسسه آل‌البیت لإحیاء التراث، مؤسسه انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

محمدی ری شهری، محمد و همکاران (۱۳۸۷)، دانشنامه احادیث پزشکی، قم: دارالحدیث.  
 نجفی، محمود؛ حسن احدی و علی دلاور (۱۳۸۵)، «بررسی رابطه کارآیی خانواده و دینداری با بحران هویت»، مجله دانشور رفتار، س ۱۳، ش ۱۶، ص ۱۷-۲۶.  
 هادیان فرد، حبیب (۱۳۸۴)، «احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت‌های مذهبی در گروهی از مسلمانان»، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)، ش ۱۱، ص ۲۲۴-۲۳۲.

Brown, P. H & B. Tierney (2009), "Religion and Subjective Well-Being among Elderly in China", *Journal of Socio-Economics* 38, pp.310-319.

Diener, E. R.; A. Emmons; R. J. Larsen & S. Griffin (1985), "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality and Social Psychology* 69, pp.71-75.

Fordyce, M. W. (1977), "The Happiness Measure: A Sixty Second Index Of Emotional Well", *Being and Mental Health*, USA: Edison Community Press.

Frydenberg, E.; R. Lewis & G. Kennedy et al. (2003), "Coping With Concerns, an Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents", *J. Youth Adolesc*, 32(1): 59-66.

Gee, E. M.; & J. E. Veivers (1990), "Religious Involvement and Life Satisfaction In Canad", *Sociological Analysis* 51, pp.387-394.

Gruber, J. (2005), "Religious Market Structure, Religious Participation, and Outcomes: Is Religion Good for You?", *NBER Working Paper*, no.11377.

Inglehart, R. (1990), *Cultural Shift In Advanced Industrial Society*, Princeton: Princeton University Press.

Kelley, B. S. (2008), "Life Satisfaction, Religiosity/Spirituality and Relationship with Parents in Adolescents and Young Adults", *Submitted Thesis in Partial Fulfillment of the Equipments for The Degree of Doctor of Philosophy*, Columbia University.

King, A. et al. (2006), "Positive Affect and the Experience of Meaning of Life", *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1): 179-196.

Krause, N. (2003), "Religious Meaning and Subjective Well-Being in Late Life", *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 58(3): 160-170.

- Lelkes, O. (2006), "Tasting Freedom: Happiness, Religion and Economic Transition", *Journal of Economic Behavior and Organization* 59, pp.173-194.
- Levin, J. S.; K. S. Markides & L. A. Ray (1996), "Religious Attendance and Psychological Well-Being in Mexican Americans: A Panel Analysis of Three-Generations Data", *The Gerontologist* 36, pp.454-463.
- Mahoney, A.; K. Pargament; A. Swank & N. Swank (2003), "Religion and the Sanctification of Family Relationship", *Review of Religious Research*, 44(3): 220-236.
- McSherry, W. & K. Cash (2004), "The Language of Spirituality: An Emerging Taxonomy", *International Journal of Nursing Studies* 41, pp.151-161.
- Myers, D. G. (2000), "The Funds, Friends, and Faith of Happy People", *American Psychologist*, 55(1): 56-67.
- Pavot, W. & E. Diener (1993), "The Affective and Cognitive Context of Self-Reported Measures of Subjective Well-Being", *Social Indicators Research* 28, pp.1-20.
- & E. Suh (1998), "The Temporal Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment* 70, pp.340-354.
- Pearce, M. J.; T. D. Little & J. E. Perez (2003), "Religiousness and Depressive Symptoms Among Adolescents", *Child Adolesc Psychol* 2, pp.267-276.
- Poston, D. J. & A. P. Turnbull (2004), "Role of Spirituality and Religion in Family Quality of Life for Families of Children with Disabilities", *Education and Training in Developmental Disabilities*, 39(2): 95-108.
- Sawatzky, R.; P. A. Ratner & L. Chiu (2005), "A Metaanalysis of Relationship between Spirituality and Quality of Life", *Social Indicators Research* 72, pp.153-188.
- Seligman, M. E. & M. Csikszentmihalyi (2000), "Positive Psychology: An Introduction", *American Psychologist* 55, pp.5-14.
- Soydemir, G. A.; E. Bastida & G. Gonzalez (2004), "The Impact of Religiosity on

Self-Assessments of Health and Happiness: Evidence from the U.S. Southwest", *Applied Economics* 36, pp.665-672.

Swinyard, W. R.; A. K. Kau & H. Y. Phua (2001), "Happiness, Materialism, and Religious Experience in the U.S. and Singapore", *Journal of Happiness Studies* 2, pp.13-32.

Thoresen, C. E.; A. H. Harris & D. Oman (2001), *Spirituality, Religion and Health: Evidence, Issues, and Concerns*, New York & London: The Guilford Press.

Watson, D. (2002), *Positive Affectivity: Handbook of Positive Psychology*, R. Synder & S. J. Lopez (eds.), Oxford: Oxford University Press.

Willits, F. K. & D. M. Crider (1988), "Religion and Well-Being: Men and Women in the Middle Years", *Review of Religious Research*, 29(3): 281-294.

Zinnbauer, B. J. & K. Pargament (2005), "Religious and Spirituality", *Handbook for the Psychology of Religion*, New York: Guilford Press.

Zulling, K. J.; R. M. Ward & T. Horn (2006), "The Association between Perceived Spirituality, Religiosity and Life Satisfaction: the Mediating Role of Self-Rated Health", *Social Indicators Research* 79, pp.255-274.