



رابطه‌ی سبک زندگی اسلامی با رضایت شغلی در معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس

حسین زینلی‌پور^۱، علی اکبر شیخی فینی^۲، صغری حیدری^{۳*}

۱. استادیار و عضو هیئت علمی دانشگاه هرمزگان

۲. دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه هرمزگان

۳. * کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی واحد بین الملل دانشگاه هرمزگان

sh.bnd22@gmail.com

چکیده

این تحقیق با هدف بررسی رابطه‌ی سبک زندگی اسلامی با رضایت شغلی در معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس انجام شد. پژوهش حاضر در زمره‌ی تحقیقات توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس به تعداد ۲۰۰۰ نفر بود. نمونه تحقیق شامل ۳۲۲ نفر بود که حجم نمونه به وسیله‌ی فرمول کوکران تعیین گردید و روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بود. در این مطالعه از پرسشنامه‌های سبک زندگی اسلامی ۷۶ ماده‌ای و رضایت شغلی بری فیلد و روث استفاده شده است. روش تجزیه و تحلیل آماری این پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل رگرسیون و ضریب همبستگی پیرسون بود. که برای این منظور نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ به کار برده شد. نتایج پژوهش نشان داد بین سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی ۰/۳۵ همبستگی وجود دارد و سبک زندگی اسلامی ۱۲ درصد از واریانس رضایت شغلی را تبیین می‌کند. بین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی ۰/۴۰ همبستگی وجود داشت و مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی ۱۵ درصد از واریانس رضایت شغلی را تبیین کرد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت افرادی که سبک زندگی اسلامی دارند رضایت شغلی بالاتری دارند. کلمات کلیدی: سبک زندگی اسلامی، رضایت شغلی، معلمان.



مقدمه

تغییر سبک زندگی را می‌توان ارمغان مدرنیته در عصر حاضر به شمار آورد. به عقیده‌ی برخی، به وجود آمدن شیوه‌های جدید زندگی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است که با حرکت جوامع به سمت پیشرفت و صنعتی شدن رخ می‌نماید؛ اما حقیقت این است که پایه و اساس سبک زندگی در جامعه‌ی سنتی ایران بر اساس اسلام بنا شده است و تغییر آن به منزله‌ی تغییر سبک زندگی اسلامی به شیوه‌های مدرن و وارداتی است که با فرهنگ اسلامی ما هیچ گونه همخوانی ندارد و در نتیجه تغییر هویت فرد مسلمان را به دنبال دارد. در حقیقت هویت و سبک زندگی با یکدیگر رابطه‌ای دوسویه دارند و بر یکدیگر تأثیر متقابل می‌گذارند (موسوی، ۱۳۹۱).

اولین بار آلفرد آدلر از بین روان‌شناسان سبک زندگی را مطرح کرد، سپس توسط پیروان او گسترش یافت. آنان سبک زندگی، شکل‌گیری آن در دوران کودکی، نگرش‌های اصلی سبک زندگی، وظایف اصلی زندگی و تعامل آنها با یکدیگر را به تفصیل بحث کرده و آن را در قالب درخت سبک زندگی نشان داده، مفاهیم ارزشی و انسان‌شناختی و فلسفی را مطرح کرده و تمام زندگی را به صورت یک پارچه به تصویر کشیدند (نوروزی، ۱۳۸۳).

یکی از متغیرهایی که ممکن است تحت تأثیر سبک زندگی افراد قرار گیرد وضعیت شغلی آنان است. کارآیی و رضایت شغلی یکی از امور مورد توجه در هر سازمان است، و از آن‌جا که هر سازمان دارای اهداف خاصی می‌باشد که برای رسیدن به آن، علاوه بر ابزارهای لازم به نیروی انسانی کارآمد نیز نیاز دارد، اداره‌ی موفق هر سازمان به روحیه‌ی بالای کارکنان و رضایت شغلی آنان بستگی دارد (جعفرزاده کرمانی و همکاران، ۱۳۸۵).

شاید بتوان گفت از مهم‌ترین ارکان پایداری و ثبات هر سازمانی رضایت شغلی کارکنان آن است. در حادترین شکل، پایین بودن رضایت شغلی، آمار زیادی غیبت‌ها، پایین آمدن بازده کار و جابه‌جایی و انتقال کارکنان را می‌توان مشاهده نمود. همچنین نارضایتی شغلی می‌تواند قسمتی از شکایات، کارکرد ناچیز، کالاهای تولیدی نامرغوب، اختلاس و مسائل انضباطی و دیگر مشکلات را موجب گردد. هزینه‌های نارضایتی شغلی در بعضی موارد ارقام نجومی به بار می‌آورد (شفیع آبادی، ۱۳۸۸).

رضایت شغلی مجموعه‌ای از احساسات و باورهاست که افراد در مورد مشاغل کنونی خود دارند (شفیع آبادی، ۱۳۸۸). به نظرهایاک^۱، «رضایت شغلی» مفهومی پیچیده و چندبعدی است و با عوامل روانی، جسمانی و اجتماعی ارتباط دارد. تنها یک عامل موجب رضایت شغلی نمی‌شود، بلکه ترکیب معینی از مجموعه عوامل گوناگون سبب می‌گردد که شاغل در لحظه معینی از زمان، از شغلش احساس رضایت کند و به خود بگوید که از شغلش راضی است و از آن لذت می‌برد (سفیری، ۱۳۷۷). به گونه‌ای مثبت به آن می‌نگرد و در یک کلام، از احساس خوب و مطلوبی نسبت به آن برخوردار است (محمدزاده و مهره‌زاد، ۱۳۷۵).

معلمان جزء منابع انسانی جامعه محسوب می‌شوند. عملکرد عوامل انسانی تحت تأثیر عوامل متعددی است. یکی از این عوامل سبک زندگی است. سبک زندگی هر فرد عبارت است از چهارچوب شناختی که در آن فرد رفتارهای خاصی را انتخاب می‌کند. این رفتارها به فرد کمک می‌کند تا با زندگی کنار بیاید (ماتوبا^۲ و همکاران، ۲۰۰۳).

¹ R.Hoppock

² Matoba



لازاروس و فولکمن (۲۰۱۱) طی پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که ارزش های مذهبی به فرد کمک می کنند که موقعیتی را کمتر تهدید کننده قلمداد کند و احساسش را برای رویارویی با آن تقویت کند. پارگامت و هان (۲۰۱۰) در مطالعه‌ی خود روی ۱۲۴ دانشجوی دیندار دوره‌ی کارشناسی نتیجه گرفتند که مذهب در جریان حل مسئله به ویژه در جریان دوره های تنش آمیز برای فرد، حمایت عاطفی فراهم می کند. آزمودنی‌هایی که در این مطالعه شرکت کرده بودند از خدا می پرسیدند که چرا این فاجعه اتفاق افتاد و دعا می کردند که خداوند نیروی لازم را برای مقابله به آنها بدهد. وارثینگتون (۲۰۰۹) که مقاله‌ای نتیجه گیری کرده است که دینداری ممکن است به فرد کمک نماید تا مسئله را بازتعریف کند به طوری که قابل حل شود و ممکن است از طریق فراهم ساختن معنا و امید دادن به فرد کمک کند تا در حین رویارویی با موقعیت تنش آمیز، خود را از لحاظ عاطفی مستحکم نگاه دارد.

غفاری و رضایی (۱۳۹۰) به این نتیجه رسیدند که بین متغیر عمل به باورهای دینی و متغیر ادراک منفی از استرس رابطه منفی و با متغیرهای خود کارامدی و ادراک مثبت از استرس رابطه مثبت و معنی داری وجود داشت. همچنین بین متغیر خود کارامدی با متغیر ادراک منفی از استرس رابطه منفی و با ادراک مثبت از استرس رابطه مثبت و معنی دار به دست آمد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه استاندارد نشان داد که متغیرهای خود کارامدی و عمل به باورهای دینی متغیرهای معتبری برای پیش بینی ادراک منفی و مثبت از استرس در دانشجویان می باشند. نتایج پژوهش پولادفر و احمدی (۱۳۸۵) حاکی از این مطلب بود که بین سبک زندگی و اختلالات روان شناختی رابطه معناداری وجود داشت و جهت رابطه، معکوس بود.

هر سال نظام آموزشی و خانواده ها سرمایه و هزینه‌های زیادی را جهت تحصیل موفق دانش آموزان صرف می کنند. پرورش درست دانش آموزان از نظر روانی و تحصیلی باعث می شود که فارغ التحصیلانی کارآمد تحویل جامعه داده شوند که دارای بنیه‌ی علمی و توان عملی لازم هستند و سرمایه و هزینه به کار رفته به شکل بهینه‌ای بازدهی خواهد شد. نتایج پژوهش حاضر همچنین می تواند مورد استفاده دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی و آموزش و پرورش و سایر سازمان‌های دولتی و غیردولتی قرار گیرد. تا در صورت وجود مشکل در این زمینه اقدامات لازم را جهت حل مشکلات انجام دهند.

بنابراین با توجه به آن چه گفته شد پژوهش حاضر در صدد است تا به این مسأله پاسخ گوید که آیا بین سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی در معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس رابطه وجود دارد؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر در زمره‌ی تحقیقات توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس به تعداد ۲۰۰۰ نفر بود. نمونه تحقیق شامل ۳۲۲ نفر بود که حجم نمونه به وسیله‌ی فرمول کوکران تعیین گردید و روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بود. در این مطالعه از پرسشنامه های سبک زندگی اسلامی ۷۶ ماده‌ای و رضایت شغلی بری فیلد و روث استفاده شده است.

پرسشنامه سبک زندگی اسلامی ۷۶ ماده‌ای:

پرسشنامه سبک زندگی اسلامی شامل ۷۶ ماده می باشد که توسط صادقی و همکاران (۱۳۸۵) تهیه و هنجاریابی شده است. این پرسشنامه شامل سه خرده مقیاس می باشد. خرده مقیاس مسائل اخلاقی، خرده مقیاس مسائل مذهبی و



خرده‌مقیاس مسائل مالی در کنار هم پرسشنامه‌ی سبک زندگی اسلامی را می‌سنجند. صادقی و همکاران پایایی این آزمون را از طریق تنصیف ۰/۸۸ و از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آوردند که قابل قبول می‌باشد. روایی محتوایی پرسشنامه را نیز تأیید نمودند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. پرسشنامه رضایت شغلی بری فیلد و روث:

این پرسش نامه در سال ۱۹۵۱ توسط بری فیلد و روث به منظور سنجش میزان رضایت شغلی افراد ساخته شده است و شامل ۱۹ سوال ۵ گزینه ای است. در این پرسش نامه از پاسخ دهندگان خواسته می شود تا احساس و نگرش های خود را نسبت به شغلشان بر روی مقیاس ۵ درجه ای مشخص کنند. پایایی پرسش نامه رضایت شغلی بری فیلد و روث توسط مختاری (۱۳۷۳) به روش دونیمه کردن ۰/۷۸ و عبدالله زاده و کرمودی (۱۳۷۳)، با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضریب پایایی آن را معادل ۰/۹۳ گزارش کرده اند. همچنین مختاری (۱۳۷۳) روایی محتوایی پرسشنامه را مورد تأیید دانست. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۷۶ به دست آمد. روش تجزیه و تحلیل آماری این پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل رگرسیون و ضریب همبستگی پیرسون بود که جهت تحلیل داده ها از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۸ استفاده شد.

نتایج و بحث

جدول شماره‌ی ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی را برای شرکت‌کنندگان در پژوهش نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
رضایت شغلی	۳۲۲	۵۸/۱۰	۹/۹۹
سبک زندگی اسلامی	۳۲۲	۱۰۵/۸۱	۱۱/۳۴
مسائل اخلاقی	۳۲۲	۳۵/۴۱	۳/۸۵
مسائل مذهبی	۳۲۲	۳۲/۴۰	۴/۰۵
مسائل مالی	۳۲۲	۳۸/۰۰	۳/۴۱

همان گونه که در جدول مشاهده می‌شود میانگین متغیر رضایت شغلی ۵۸/۱۰، استرس شغلی ۷۲/۷۱، سبک زندگی اسلامی ۱۰۵/۸۱، مسائل اخلاقی ۳۵/۴۱، مسائل مذهبی، ۳۲/۴۰، مسائل مالی ۳۸/۰۰ به دست آمده است.

جدول ۲: تحلیل رگرسیون رضایت شغلی بر حسب سبک زندگی اسلامی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده
۱	۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۱۲

نتایج جدول نشان داد که بین سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی ۰/۳۵ همبستگی وجود دارد و سبک زندگی اسلامی ۱۲ درصد از واریانس رضایت شغلی را در کل گروه پژوهش تبیین می‌کند.



جدول ۳: ضریب حاصل از تحلیل رگرسیون رضایت شغلی بر حسب سبک زندگی اسلامی

مدل	B	خطای معیار	β	t	p
عدد ثابت	۱۵۵/۶۸	۳/۹۴	-	۳۹/۵۱	۰/۰۰۱**
سبک زندگی اسلامی	۰/۵۱	۰/۰۷	۰/۳۵	۶/۸۷	۰/۰۰۱**

نتایج مندرج در جدول نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون سبک زندگی اسلامی معادل با $\beta=0/35$ به دست آمده است. که معنادار می‌باشد علامت مثبت بتا نشان دهنده‌ی این است که هر چه سبک زندگی اسلامی بهتر باشد رضایت شغلی افزایش می‌یابد.

به منظور آزمون نقش مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی بر رضایت شغلی از تحلیل رگرسیون چندمتغیری استفاده گردید.

جدول ۴: تحلیل رگرسیون رضایت شغلی بر متغیرهای پیش‌بین (مسائل اخلاقی، مسائل مذهبی، مسائل مالی)

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده
۱	۰/۴۰	۰/۱۶	۰/۱۵

نتایج جدول نشان می‌دهد که بین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی $0/40$ همبستگی وجود دارد و مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی ۱۵ درصد از واریانس رضایت شغلی را در کل گروه پژوهش تبیین می‌کنند.

جدول ۵: ضریب حاصل از تحلیل رگرسیون رضایت شغلی بر حسب مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی

مدل	B	خطای معیار	β	t	p
عدد ثابت	۱۶۰/۰۰	۴/۱۲	-	۳۸/۸۰	۰/۰۰۱**
مسائل اخلاقی	۰/۳۱	۰/۳۵	۰/۰۷	۰/۸۸	۰/۳۸۰
مسائل مذهبی	۰/۹۳	۰/۳۳	۰/۲۲	۲/۷۴	۰/۰۰۶**
مسائل مالی	۱/۶۰	۰/۳۲	۰/۳۰	۴/۹۴	۰/۰۰۱**

نتایج نشان می‌دهد که ضریب رگرسیون مسائل اخلاقی معادل با $\beta=0/07$ بود و معنادار نبود. ضریب رگرسیون مسائل مذهبی معادل با $\beta=0/22$ و ضریب رگرسیون مسائل مالی $\beta=0/30$ به دست آمده است. که هر دو معنادار می‌باشند علامت مثبت بتا نشان دهنده‌ی این است که هر چه مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی بالاتر باشد رضایت شغلی افزایش می‌یابد. همچنین مقدار بتای متغیرها نشان می‌دهد که هر چند هر دو متغیر به طور معنادار رضایت شغلی را پیش‌بینی می‌کنند اما قدرت پیش‌بینی مسائل مالی بیشتر است.



نتیجه‌گیری

- ۱- نتایج پژوهش حاکی از این مطلب بود که بین سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی در معلمان مقطع دبیرستان شهر بندرعباس رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین سبک زندگی اسلامی قادر به پیش‌بینی رضایت شغلی می‌باشد. همچنین نتایج پژوهش نشان داد که از بین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی (مسائل اخلاقی، مسائل مذهبی، مسائل مالی)، دو مؤلفه‌ی مسائل مذهبی و مسائل مالی می‌توانند رضایت شغلی را پیش‌بینی نمایند.
- ۲- این نتایج با نتایج به دست آمده در پژوهش‌های داخل ایران از جمله پولادفر و احمدی (۱۳۸۵) همخوانی دارد. پولادفر و احمدی (۱۳۸۵) پژوهشی با هدف بررسی رابطه بین سبک زندگی و اختلالات روان‌شناختی دبیران دوره متوسطه شهر اصفهان انجام دادند. نتایج نشان داد که سبک زندگی دبیران در حد مطلوب بود. بالاترین اختلال در دبیران، حساسیت در روابط متقابل و اختلال وسواس- اجبار بود. بین سبک زندگی و اختلالات روان‌شناختی رابطه معناداری وجود داشت و جهت رابطه، معکوس بود، که با نتایج پژوهش حاضر هماهنگ می‌باشد.
- ۳- در مقایسه با پژوهش‌های انجام شده در خارج از ایران نیز نتایج به دست آمده در این پژوهش با نتایج به دست آمده در پژوهش وارثینگتون (۲۰۰۹) همسو می‌باشند. وارثینگتون (۲۰۰۹) که مقاله‌ای تحت عنوان ایمان مذهبی در طول زندگی، دلالت‌ها برای مشاوره و تحقیق؛ نوشته است نتیجه‌گیری کرده است که دینداری ممکن است به فرد کمک نماید تا مسئله را بازتعریف کند به طوری که قابل حل شود و ممکن است از طریق فراهم ساختن معنا و امید دادن به فرد کمک کند تا در حین رویارویی با موقعیت تنش‌آمیز، خود را از لحاظ عاطفی مستحکم نگاه دارد. و در حین کار نیز به افراد کمک می‌کند و رضایت شغلی آنان را بهبود می‌بخشد که با نتایج به دست آمده در این فرضیه همسو می‌باشد.
- ۴- در واقع، عقاید و باورهای مذهبی فاکتورهای حمایتی هستند که با امید دادن، قدرت و معنی بخشی به زندگی، از استرس‌های زندگی می‌کاهند و باعث سلامتی بیش‌تر افراد در زندگی می‌شوند. در واقع، احساس تعلق داشتن به منبعی والا، امیدواری به یاری خداوند در شرایط استرس‌زای زندگی منابعی هستند که افراد دیندار با استعانت از آن و در مواجهه با مشکلات کاری آسیب کم‌تری را متحمل می‌شوند و رضایت شغلی بیشتری را تجربه می‌کنند. هم‌چنین، نگرش مذهبی می‌تواند در تمام مراحل زندگی، نقش مؤثری در استرس‌زایی داشته باشد و در ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی فرد، فعالیت‌های مقابله، منابع حمایتی و... سبب افزایش رضایت شود. از سویی، مذهب با نگرش مثبتی که به فرد می‌دهد، به حوادث زندگی معنا می‌بخشد و این معناداری باعث می‌شود که افراد مذهبی مشکلات روانی کم‌تری را تجربه کنند و از رضایت شغلی بیشتری برخوردار باشند.
- ۵- برخلاف آنچه به صورت متعارف درباره‌ی مذهب و کنش‌های آن، بیان شده، نظام‌های اعتقادات مذهبی از نظر محتوا و عملکرد، بسیار گسترده‌تر از آن چیزی است که پیش از این توصیف شده است. اعتقادات مذهبی خاص، در بخش قابل توجهی از مسائل، در چارچوب انتقالی فرهنگی استقرار یافته‌اند و تداوم خود را در گرو انتقال از نسلی به نسل دیگر دارند و بدین ترتیب اعضای یک اجتماع، مذهب را به عنوان پدیده‌ای کاملاً شخصی و از آن خود، به نسل جدید منتقل می‌کنند. با این توصیف ضرورتاً مذهب برای تداوم و ایفای نقش خود نیازمند آن است که تا به عنوان یک پدیده فرهنگی درونی سازی شود. زمانی که از درونی سازی بحث می‌شود، همواره فرآیندهایی مورد توجه است که بر اساس آن فرد تغییراتی عمیق در ساختارهای روانی خویش به وجود می‌آورد. در درونی سازی، سخن از وارد شدن یک



پدیده یا موضوع برونی در ساختارهای روانی و افزودن یک عنصر به مجموعه عناصر موجود در روان انسان نیست. درونی سازی به معنای وارد ساختن عناصر و موضوعات بیرونی در ساخت های روانشناختی به گونه ای است که این ورود منجر به تغییرات ساختاری گردد و یا خود با ساخت های موجود توحید یابد (بهرامی احسان، ۱۳۷۸). اما در برخی تحقیقات، ارتباطی مبهم و نامفهوم، بین جنبه های مختلف دینداری و سازش روانشناختی گزارش شده است. به نظر می رسد، اعتقادات مذهبی می توانند اثرات مثبت و منفی بر سلامت روان و استرس داشته باشند و بسته به دیدگاههای مذهبی شخص، رویدادهای مشابه در زندگی افراد می تواند به شیوه ای کاملاً متفاوت مدنظر قرار گیرند. این مطالب را می توان به عنوان تبیینی برای رابطه ی بین سبک زندگی و رضایت شغلی مد نظر قرار داد.

۶- می توان گفت که افرادی که دارای نظام ارزشی قوی هستند، اعتقاد دارند که خداوند حامی آن ها است و آن ها را دوست دارد. این احساس به افراد مذهبی نوعی احساس کنترل و کارامدی می بخشد، که این احساس خود کارامدی ریشه خدایی دارد و می تواند کاهش یافتگی کنترل شخصی آن ها را جبران کنند. بنابراین به نظر می رسد که افراد پایبند به برنامه های دین و دستورات آن به بسیاری از بیماری های روانی مبتلا نشوند. هر چند این نتیجه گیری از دیدگاه متفکرین اسلامی به طور کامل منطقی است، ولی مقبولیت عام نیافته است و بعضی از مردم معتقدند که افراد غیر مذهبی، شاداب تر و با نشاط تر از افراد مذهبی هستند. امروزه بسیاری از روان شناسان و روان پزشکان دریافته اند که دعا، نماز و داشتن ایمان محکم می تواند، نگرانی، تشویش یأس و ترس را که موجب بسیاری از بیماری هاست را بر طرف سازد (مصباح یزدی و همکاران، ۱۳۸۴). این ها را می توان به منزله ی تبیینی در جهت ارتباط بین سبک زندگی اسلامی و رضایت شغلی در معلمان دانست.

منابع

- ۱- بهرامی احسان، هادی (۱۳۷۸). بررسی مؤلفه های بنیادین سازشی در آزادگان ایرانی، پایان نامه دکتری، تهران، دانشگاه تربیت مدرس.
- ۲- پولادفر، راضیه؛ احمدی، سیداحمد (۱۳۸۵). رابطه بین سبک زندگی و اختلالات روان شناختی دبیران دوره متوسطه شهر اصفهان، مجله مطالعات روان شناختی، بهار و تابستان ۱۳۸۵، ۲(۱-۲): ۷-۱۸.
- ۳- جعفرزاده کرمانی، زهرا، فتاحی، رحمت الله (۱۳۸۵). بررسی عوامل مؤثر بر رضایت شغلی اعضای هیئت علمی در ایران، فصلنامه کتابداری و اطلاع رسانی. شماره نشریه: ۲۵ _ شماره اول، جلد ۷.
- ۴- سفیری، خدیجه (۱۳۷۷). جامعه شناسی اشتغال زنان، ۱۳۷۷. تبیان.
- ۵- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۸۸). راهنمایی و مشاوره شغلی، ۱۳۸۸. انتشارات رشد، چاپ هفتم.
- ۶- غفاری، مظفر؛ رضایی، اکبر (۱۳۹۰). بررسی عمل به باورهای دینی و خود کارامدی در پیش بینی میزان و نوع استرس ادراک شده در دانشجویان، مجله تحقیقات علوم رفتاری، شماره ۲۰.
- ۷- مصباح یزدی، محمد تقی (۱۳۸۴). اخلاق در قرآن، قم، مؤسسه امام خمینی.
- ۸- محمدزاده، عباس و مهرهوزان، آرمن (۱۳۷۵). رفتار سازمانی نگرش اقتضایی. انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی.



۹- موسوی، بتول؛ (۱۳۹۱). بررسی اشتغال زنان متأهل و مشکلات آنان با نگاهی به تأثیرات اشتغال در خانواده. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء.

۱۰- نوروزی، عفت (۱۳۸۳). بررسی مقایسه شیوه زندگی دانشجویان دختر جدیدالورود دو ترم آخر کارشناسی پرستاری دانشکده‌های پرستاری و مامایی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران.

11- Lazarus R, Folkman S. 2011. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer; 2011: 77.

12- Matoba, T., Ishitake, T., & Noguchi, R. 2003. A 2-year follow-up survey of health and life style in Japanese unemployed persons. International Archives of Occupational and Environmental Health, 76(4), 302-308.

13- Pargament KI, Hahn J. 2010. God and the just world: Causal and coping attributions in health situations. J Sci Study Relig 2010; 25: 193-207.

14- Worthington EL. 2009. Religious faith across the life span: Implications for counseling and research. Couns Psychologist 2009; 17: 555-612.