

## بررسی رابطه توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان

علیرضا بخشایش\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی انجام شده است. بدین منظور از میان دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان یزد در سال تحصیل ۱۳۸۹-۱۳۹۰، ۳۰۵ نفر به صورت تصادفی و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده و پرسش‌نامه‌های استاندارد توکل و عزت نفس کوپر اسمیت را تکمیل نموده‌اند. معدل دانش آموزان نیز شاخص پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته شده است. طرح این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بوده است. داده‌ها با شاخص‌های آماری، چون همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس تحلیل شده‌اند. نتایج نشان می‌دهد که بین تمام مؤلفه‌های عزت نفس (خانوادگی، اجتماعی، تحصیلی و عمومی) و توکل بر خدا ارتباط معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ). همچنین رابطه مثبت معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عزت نفس به دست آمده ( $p < 0/01$ )، اما هیچ‌گونه رابطه معناداری بین پیشرفت تحصیلی و توکل بر خدا دیده نشده است. علاوه بر این، نتایج آزمون تحلیل واریانس تفاوت معناداری را بین میانگین نمره‌های توکل بر خدا و عزت نفس در دانش آموزان رشته‌های مختلف نشان نمی‌دهد.

کلید واژه‌ها: توکل بر خدا، عزت نفس، پیشرفت تحصیلی، دانش آموزان مقطع متوسطه.

## مقدمه

امروزه جدیدترین علم، یعنی روان‌پزشکی همان چیزهایی را تعلیم می‌دهد که پیامبران تعلیم می‌دادند، زیرا پزشکان روحی دریافته‌اند که دعا و نماز و ایمان محکم، نگرانی، تشویش، هیجان و ترس را که موجب بسیاری از ناخوشی‌هاست، برطرف می‌سازد.<sup>۱</sup> مطالعات تاریخی گواه آن است که نیایش و دعا به عنوان یک واقعیت موجود در جهان هستی، از بدو خلقت انسان مطرح بوده و مردم برای نیل به کمال از آن استفاده می‌کرده‌اند.<sup>۲</sup> ایمان در ارتباط مستمر با تنها منبع و مبدأ قدرت عالم هستی شکل می‌گیرد که این در مرحله فکر و روح و جان انسان است. البته این افکار، زمانی به انسان عزت و سربلندی می‌دهد که ریشه‌ای صحیح، اعمالی صالح و نیتی پاک داشته باشد.<sup>۳</sup> اصولاً ایمان تأثیر بسزایی در نفس انسان دارد، چرا که اعتماد نفس و قدرت او را بر صبر و تحمل سختی‌های زندگی افزایش داده و احساس امنیت و آرامش را در نفس او مستقر ساخته و در درونش آسودگی خاطر به وجود می‌آورد.<sup>۴</sup> ویلیام جیمز<sup>۵</sup> معتقد است در ایمان به خدا نیروی خارق العاده‌ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان می‌بخشد و در تحمل سختی‌های زندگی به او کمک می‌کند.<sup>۶</sup> داشتن معنا و هدف در زندگی، احساس تعلق به منبعی والا، امید به کمک خدا در شرایط مشکل‌زای زندگی و بهره‌مندی از حمایت‌های اجتماعی و معنوی، از جمله منابعی هستند که افراد مذهبی با بهره‌گیری از آنها می‌توانند در رویارویی با حوادث فشارزای زندگی، آسیب کمتری را متحمل شوند.<sup>۷</sup> قرآن کریم، در سوره طلاق می‌فرماید:

هر کس پرهیزکاری کند، خداوند راه خروجی برای رهایی وی از مشکلات قرار می‌دهد و از طریقی که گمان ندارد روزیش را می‌رساند، و هر کس بر خدا اعتماد کند و کار خود به وی واگذارد، خدا برای او کفایت است. همانا خدا فرمان خویش را به نتیجه می‌رساند و آنچه را که بخواهد تخلف ندارد. (طلاق: ۲ و ۳)

توکل بر خدا که منبع فناپذیر قدرت و توانایی است، موجب افزایش مقاومت انسان در برابر مشکلات و حوادث سخت زندگی می‌شود.<sup>۸</sup> توکل بر خدا، آثار فراوانی دارد، از جمله: ۱. آنکه بر خداوند توکل نماید: اولین نتیجه آن، خودکفایی و عدم نیاز به غیر است، ۲. آنکه بر خداوند توکل نماید: تنها از او درخواست چیزی می‌نماید و او نیز جواب مثبت خواهد داد، ۳. آنکه بر خداوند توکل نماید: برای برآوردن تقاضای افراد نیازمند، به خدا

قرض الحسنه می‌دهد و او آن را بهتر و بیشتر پس دهد، ۴. آنکه بر خداوند توکل نماید: شکرگذار اوست و خدا را یاور خویش می‌بیند.<sup>۹</sup>

در دیدگاه اسلام، مذهب چارچوب جهان‌بینی است که تلاش‌ها، خلاقیت‌ها و تفکرات بشری در داخل آن شکل گرفته یا باید شکل بگیرد.<sup>۱۰</sup> مذهب، سیستم سازمان‌یافته‌ای از باورها، شامل سنت، ارزش‌های اخلاقی، رسوم و مشارکت در یک جامعه دینی برای اعتقاد راسخ‌تر به خدا یا قدرت برتر است.<sup>۱۱</sup> اعتقادات مذهبی با سرنوشت انسان پیوند خورده و جوشش‌های این عقاید در قلب انسان، اصول دیگر زندگی انسان را عمیقاً تحت تأثیر قرار می‌دهد.<sup>۱۲</sup> جنبه‌های معنوی مذهب با تمرکز بر روی هیجان‌ات مثبت، ممکن است با روابط گرم و افزایش حمایت اجتماعی رابطه داشته باشد که هر دو آنها باعث افزایش سطح سلامت روانی فرد می‌شود.<sup>۱۳</sup>

قرآن، امنیت و آرامشی را که ایمان در نفس مؤمن ایجاد می‌کند چنین توصیف می‌فرماید: «آری، آنها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک نیامیختند، امنیت، مال آنهاست و آنها هدایت یافتگان‌اند». (انعام: ۸۲)

در فضیلت عظمت و قدرت نفس همین بس که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «و عزت از آن خدا و از آن پیامبر او و از آن مؤمنان است».<sup>۱۴</sup> امام صادق علیه السلام نیز در این باره فرموده است: «خداوند همه امور مؤمن را به خودش واگذار نموده، ولی به او اجازه نداده است که خودش را خوار و ذلیل گرداند. آیا به این کلام خداوند نمی‌نگرید که فرمود: «پس سزاوار است که مؤمن عزیز بوده و ذلیل نباشد».<sup>۱۵</sup> بنابراین، دین و ایمان، انسان را بر نفس مسلط می‌کند و هنگام کشمکش‌های درونی، وی را بر طبیعت خود مسلط و امیال را آرام و مهار می‌سازد.<sup>۱۶</sup>

در دهه‌های اخیر، مطالعه علمی دین و بررسی رابطه آن با متغیرهای روان‌شناختی، کانون توجه پژوهشگران مختلف قرار گرفته است. در واقع، دین نیروی روان‌شناختی است که می‌تواند روی نتایج زندگی انسانی تأثیر بگذارد.<sup>۱۷</sup> احتمال زنده ماندن افراد با سطح دین‌داری بالاتر، در هر موقعیت بیشتر از دیگران بوده و حضور مکرر در شعائر دینی با کاهش مرگ و میر همراه است.<sup>۱۸</sup> مایرز، در پژوهشی که در سال ۲۰۰۰ انجام داده، نشان داده است که مذهب در ارتقای بهداشت روانی موثر است.<sup>۱۹</sup> نتایج تحقیق پارگامنت و همکاران نشان می‌دهد افرادی که به طور مکرر دعا می‌کنند، کمتر از افسردگی و اضطراب

رنج می‌برند.<sup>۲۰</sup> در حیطه اجتماعی نیز فراتحلیلی از شصت مطالعه انجام شده نشان داده که دین‌داری با میزان پایین بزهکاری و جرم ارتباط داشته است.<sup>۲۱</sup> از طرف دیگر، پژوهش‌های موجود در حیطه شخصیت نشان می‌دهد که افراد در ابعاد شخصیتی با وجدان بودن و سازگاری بالا در حفظ اصول و قوانین برای انجام وظیفه، بهتر از دیگران ظاهر شده و در بازداری از یک پاسخ غالب و مسلط در برابر پاسخ غیر غالب، بهتر نمایان می‌شوند.<sup>۲۲</sup> در برخی از پژوهش‌ها گزارش شده است که شدت نگرش‌های مذهبی در زنان بیشتر از مردان است.<sup>۲۳</sup> بتی - هالاهمی و آرگیل، وقت بیشتری را که زنان برای انجام فعالیت‌های مذهبی در اختیار دارند، از جمله علل این امر می‌شمرند.<sup>۲۴</sup> همچنین قوی‌تر بودن نگرش‌های مذهبی در زنان در چند پژوهش داخلی نیز به دست آمده است.<sup>۲۵</sup>

یکی از مهم‌ترین عواملی که تحت تأثیر معنویات و باورهای مذهبی قرار می‌گیرد،<sup>۲۶</sup> عزت نفس<sup>۲۷</sup> است. واژه عزت نفس تعریف‌های مختلفی دارد. به عقیده برخی محققان، عزت نفس عبارت است از ارزشی که خصوصیات و صفات روانی خودپنداره برای فرد دارد و از اعتقادات فرد در مورد تمام چیزهایی که در او وجود دارد، ناشی می‌شود.<sup>۲۸</sup> عزت نفس به معنای پذیرش و ارزشمندی است که شخص در مورد خویشتن احساس می‌کند. شخصی که عزت نفس دارد خود را به گونه مثبتی ارزیابی نموده و برخورد مناسبی با خود و دیگران دارد.<sup>۲۹</sup> عزت نفس، اعتماد فرد به توانایی‌های خود در اندیشیدن و توانایی کنار آمدن با چالش‌های زندگی است.<sup>۳۰</sup>

مزلو<sup>۳۱</sup> عزت نفس را عبارت از شایستگی، توانمندی، کفایت، اطمینان، استقلال و آزادی می‌داند که اگر ارضا شود، افراد احساس ارزشمند بودن، توانا بودن، ثمربخش بودن و اعتماد به نفس و در غیر این صورت احساس حقارت، درماندگی و ضعف می‌کنند.<sup>۳۲</sup> عزت نفس از دو بخش به هم مرتبط تشکیل می‌شود: یکی، داشتن احساس اطمینان در برخورد با چالش‌های زندگی، باور خودتوانمندی، و دیگری، احساس داشتن صلاحیت برای خوشبخت شدن، احترام به خود یا حرمت نفس.<sup>۳۳</sup>

محققان مطرح می‌کنند که مطمئناً جنبه‌هایی از عزت نفس وجود دارد که افراد برای بیان آنها بی‌میل یا ناتوان هستند و رویکردی عمومی را پیشنهاد می‌کنند که ممکن است به آنها اجازه دهد تا این گونه جنبه‌های ناگفته عزت نفس را پیگیری کنند.<sup>۳۴</sup> مطالعات مختلفی

به بررسی رابطه عزت نفس و مسائل مذهبی پرداخته‌اند. تحقیقات انجام شده بر روی ۳۶۰ دانشجو در انگلستان نشان داده است که نشانه‌های افسردگی به طور معناداری با جهت‌گیری مذهبی بیرونی و سبک اسناد ارتباط دارد، اما با جهت‌گیری مذهبی درونی، خوش‌بینی و عزت نفس، ارتباط کمتری دارد.<sup>۳۵</sup> نتایج پژوهش دیگری نشان داده است که حرمت خود دانش‌آموزان مسلمان از دانش‌آموزان غیرمسلمان بالاتر است.<sup>۳۶</sup>

میتون (۱۹۸۹م) در گزارشی از پژوهش خود نشان داده است که حمایت معنوی ناشی از احساس ارتباط با خدا، آثار موقعیت‌های استرس‌آمیز اساسی، مثل مرگ فرزند را کاهش داده و به صورت مثبتی بر افسردگی، میزان سازگاری و حرمت خود، اثر می‌گذارد. جالب اینجاست که میتون در تحقیق خود، رابطه‌ای در این زمینه‌ها با رفتارهای مذهبی مبتنی بر عادت و یا افراطی‌گرایی مذهبی نیافت.<sup>۳۷</sup>

بهرامی‌احسان (۱۳۸۱) نشان داده است که رابطه مستقیمی بین جهت‌گیری مذهبی و حرمت خود، و رابطه معکوسی بین جهت‌گیری مذهبی و اضطراب، وجود دارد و با افزایش میزان جهت‌گیری مذهبی، مقدار حرمت خود نیز افزایش می‌یابد.<sup>۳۸</sup>

در یک مطالعه مداخله‌ای بالینی، نقش دعاکردن توسط خود و دیگران بر میزان اضطراب، عزت نفس و افسردگی از طریق شاخص‌های عینی و ذهنی ارزیابی شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که در همه شاخص‌های ذهنی و بیشتر شاخص‌های عینی، دعا کاهش اضطراب و افسردگی و افزایش عزت نفس را موجب شده است.<sup>۳۹</sup> مقایسه ۴۱۰ دانش‌آموز سال اول دبیرستان عمومی و ۴۹۷ دانش‌آموز دبیرستان کاتولیک نیز نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که در هر دو مدرسه از نظر مذهب نمره بالاتری آورده‌اند، در آزمون حرمت خود نیز نمره بالاتری داشته‌اند.<sup>۴۰</sup> بهره‌مندی از عزت نفس، گذشته از آنکه بخشی از سلامت روانی شمرده می‌شود، به پیشرفت تحصیلی نیز وابسته است. پژوهشگران فراوانی دریافته‌اند که عزت نفس با گرفتن نمره بالا در مدرسه رابطه دارد.<sup>۴۱</sup> کوپر اسمیت در بررسی تأثیر عزت نفس بر پیشرفت تحصیلی ۱۰۲ دانش‌آموز کلاس پنجم دبستان، دریافت که عزت نفس همبستگی معناداری با پیشرفت تحصیلی این دانش‌آموزان دارد.<sup>۴۲</sup> به طور کلی وقتی میزان عزت نفس بالا باشد، فرد فعالیت خود را افزایش داده، توانایی خود را در رویارویی با مشکلات و انجام وظایف محول شده در سطح مطلوب و بالایی ارزیابی

می‌کند.<sup>۴۳</sup> موریس (۱۹۹۳م) نشان می‌دهد که عزت نفس با اعتبار دریافت شده از نمره‌های دریافت شده از یک آزمون خود تأییدی و همچنین میانگین کل نمرات نیمسال با اعتبار دریافت شده از نمره‌های کلاس در بین دانشجویان با عزت نفس بالا به طور مثبت ارتباط دارد.<sup>۴۴</sup> به نظر می‌رسد پیشرفت تحصیلی و عزت نفس، رابطه متقابلی دارند؛ یعنی از طرفی، داشتن عزت نفس موجب پیشرفت تحصیلی می‌شود، زیرا خودباوری و تلقی مثبت از خویشتن در یادگیری و ایجاد انگیزش برای تحصیل اثر می‌گذارد و موجب پیشرفت تحصیلی می‌گردد، از طرف دیگر، موفقیت‌های تحصیلی در رسیدن به مدارج بالا در کار آموزش، موجب ارتقای عزت نفس می‌شود. به طور کلی، پیشرفت‌های انسان در هر زمینه‌ای و تجربه موفقیت احساس خودباوری و ارزشمندی و توانمندی در هر موردی باعث افزایش عزت نفس در او می‌شود.<sup>۴۵</sup> درباره همبستگی بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی به وسیله اسچربیر (۱۹۹۵م) با کاربرد تکنیک‌های آرام‌سازی و عزت نفس مثبت برای بهبود پیشرفت تحصیلی دانشجویان، پژوهشی انجام گرفته و نتایج آن آشکار نموده که گروه آرام‌سازی به طور معناداری در پایه‌های امتحانی، بالاتر از گروه کنترل بوده‌اند.<sup>۴۶</sup>

### هدف پژوهش

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی رابطه توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان یزد در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۱۳۹۰ بوده است. بنابراین، با توجه به هدف پژوهش و پیشینه پژوهشی، فرضیه‌های زیر مورد آزمون قرار گرفته‌اند:

۱. رابطه معناداری بین توکل بر خدا و عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه وجود دارد.
۲. رابطه معناداری بین پیشرفت تحصیلی و توکل بر خدا توسط دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه وجود دارد.
۳. رابطه معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه وجود دارد.
۴. میزان توکل بر خدا در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه در رشته‌های تحصیلی مختلف، متفاوت است.

۵. میزان عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه در رشته‌های تحصیلی مختلف، متفاوت است.

### روش

تحقیق حاضر از نوع تحقیقات توصیفی - همبستگی است. در چنین تحقیقاتی، پژوهشگر در پی بررسی رابطه احتمالی و اندازه همبستگی بین متغیرهای ذکر شده در تحقیق است، از این رو، هدف، کشف رابطه علی نیست، بلکه تبیین رابطه برای ارتباط و معناداری آن می‌باشد. به طور کلی، رویدادها و عوامل گوناگونی می‌توانند با عزت نفس در ارتباط باشند، اما تحقیق حاضر با هدف بررسی رابطه احتمالی بین عزت نفس، توکل بر خدا و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه انجام گرفته است.

### جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان یزد در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۱۳۹۰ تشکیل داده‌اند. نمونه آماری پژوهش شامل ۳۰۵ نفر از دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه بوده که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای از ناحیه دو انتخاب شده‌اند.

### ابزار اندازه‌گیری

در این پژوهش، به منظور آزمون فرضیه‌های تحقیق، از پرسش‌نامه استاندارد توکل که توسط امام‌داد و عباس‌پور طراحی شده است، پرسش‌نامه عزت نفس کوپر/اسمیت (۱۹۶۷م) و معدل دانش‌آموزان استفاده شده است.

### الف) پرسش‌نامه استاندارد توکل

پرسش‌نامه استاندارد توکل شامل ۲۴ سؤال چهار گزینه‌ای است که از ۱-۴ نمره‌گذاری شده و آزمودنی پس از خواندن سؤال‌ها بایستی گزینه‌ای را که بیشتر با حالات و رفتارهای او منطبق است، در پاسخ‌نامه علامت بزند. شاخص میزان توکل را می‌توان برای تمامی گروه‌های سنی بین ۱۵-۷۵ سال بدون در نظر گرفتن جنسیت و به صورت فردی و گروهی اجرا کرد. زمان اجرای آزمون بین ۲۰-۳۰ دقیقه است. پایین‌ترین نمره کسب شده توسط آزمودنی ۲۴ و بیشترین آن ۹۶ می‌باشد. این آزمون برای گروه‌های زنان، میانگین ۶۵/۹۱ و

انحراف معیار ۱۵/۱۴ و برای گروه‌های مردان میانگین ۶۷/۰۹ و انحراف معیار ۱۰/۰۷ را دارد. میانگین کل امتیازات کسب شده برای گروه‌های مختلف ۶۶/۴۵ و انحراف معیار ۱۳/۰۸ است. این بدان معناست که افرادی که در فاصله بین نمره‌های ۷۹/۵۳ و ۵۳/۳۷ قرار دارند، امتیاز متوسط داشته و از ۵۳/۳۷ به پایین دارای نمره‌های پایین‌تر از هنجار بوده و افرادی که نمره‌هایی بالاتر از ۷۹/۵۳ دارند، افرادی هستند که بالاتر از گروه‌های هنجار قرار دارند. شاخص میزان توکل یک آزمون هنجار مرجع است<sup>۴۷</sup> که برای هنجاریابی آن از یک گروه ۲۷۳ نفری زن و مرد در شهر مشهد استفاده شده است.<sup>۴۸</sup>

### ب) پرسش‌نامه عزت نفس

این مقیاس، ۵۸ ماده دارد که ۸ ماده آن دروغ‌سنج می‌باشد و در مجموع، ۵۰ ماده آن به چهار خرده مقیاس عزت نفس عمومی، عزت نفس اجتماعی، عزت نفس خانوادگی و عزت نفس تحصیلی تقسیم شده است.<sup>۴۹</sup>

پایایی و روایی: تحقیقات زیادی که از زمان تهیه این آزمون توسط کوپراسمیت صورت گرفته است، ضریب اعتبار و روایی آن را تأیید نموده‌اند. کوپراسمیت اعتبار این آزمون را ۰/۸۸ و روایی آن را ۰/۷ نشان داده است. همچنین برای بررسی آزمون عزت نفس کوپراسمیت از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شده است.<sup>۵۰</sup> ضریب اعتبار با روش دو نیمه‌سازی و تصحیح اسپیرمن- براون برابر با ۰/۸۳ و در پژوهش مجدیان و همکاران از طریق آلفای کرونباخ در یک گروه ۵۰ نفری برابر با ۰/۸۱ به دست آمده است.<sup>۵۱</sup> در ایران، پژوهش شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) که روی ۳۶۰ نفر از دانش‌آموزان سال اول تا سوم دبیرستان‌های شهرستان نجف‌آباد انجام شده، ضریب روایی از طریق همبسته کردن نمره‌های آزمون عزت نفس کوپراسمیت با معدل‌های آخر سال دانش‌آموزان محاسبه شده است. ضرایب به دست آمده برای پسران ۰/۶۹ و برای دختران ۰/۷۱ است که در سطح ۰/۰۰۱ معنا بوده‌اند. همچنین ضرایب پایایی با روش بازآزمایی برای دانش‌آموزان پسر و دختر به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۲ به دست آمده است.<sup>۵۲</sup>

### ج) پیشرفت تحصیلی

در پژوهش حاضر به منظور اندازه‌گیری پیشرفت تحصیلی از نمره‌های معدل دانش‌آموزان استفاده شده است.

### یافته‌های توصیفی

جدول ۱:

میزان فراوانی و درصد فراوانی همه اعضای گروه نمونه بر حسب رشته تحصیلی و میزان تحصیلات پدر و مادر

| درصد | فراوانی | متغیرهای جمعیت‌شناختی |              |
|------|---------|-----------------------|--------------|
| ۶۳/۳ | ۱۹۳     | عمومی                 | رشته تحصیلی  |
| ۱۰/۲ | ۳۱      | ریاضی                 |              |
| ۱۴/۷ | ۴۵      | تجربی                 |              |
| ۱۱/۸ | ۳۶      | انسانی                | تحصیلات پدر  |
| ۳۱/۱ | ۹۵      | زیر دیپلم             |              |
| ۳۵/۷ | ۱۰۹     | دیپلم                 |              |
| ۳۳/۱ | ۱۰۱     | بالای دیپلم           | تحصیلات مادر |
| ۳۹   | ۱۱۹     | زیر دیپلم             |              |
| ۳۶/۴ | ۱۱۱     | دیپلم                 |              |
| ۲۴/۶ | ۷۵      | بالای دیپلم           |              |

جدول ۲:

داده‌های توصیفی مربوط به متغیرهای توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی

| انحراف معیار | میانگین | شاخص‌ها<br>مؤلفه‌ها |
|--------------|---------|---------------------|
| ۸/۶۸         | ۷۰/۲۰   | توکل بر خدا         |
| ۱/۸          | ۴/۸۹    | عزت نفس خانوادگی    |
| ۱/۵۹         | ۴/۹۲    | عزت نفس اجتماعی     |
| ۱/۴۵         | ۴/۴۱    | عزت نفس تحصیلی      |
| ۴/۳۷         | ۱۵/۳۷   | عزت نفس عمومی       |
| ۷/۱۹         | ۲۹/۶    | عزت نفس کلی         |
| ۱/۱۱         | ۱۸/۶۷   | پیشرفت تحصیلی       |

### یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش

به منظور بررسی رابطه بین توکل بر خدا، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی از آزمون همبستگی استفاده شده است.

جدول ۳: ضریب همبستگی پیرسون به منظور بررسی رابطه بین نمرات توکل بر خدا، سطوح عزت نفس و پیشرفت تحصیلی

| پیشرفت تحصیلی | عزت نفس کلی | عزت نفس عمومی | عزت نفس تحصیلی | عزت نفس اجتماعی | عزت نفس خانوادگی | توکل بر خدا |                  |
|---------------|-------------|---------------|----------------|-----------------|------------------|-------------|------------------|
|               |             |               |                |                 |                  | -           | توکل بر خدا      |
|               |             |               |                |                 | -                | ۰/۲۷**      | عزت نفس خانوادگی |
|               |             |               |                | -               | ۰/۲۹**           | ۰/۱۷**      | عزت نفس اجتماعی  |
|               |             |               | -              | ۰/۲۸**          | ۰/۲۸**           | ۰/۲۳**      | عزت نفس تحصیلی   |
|               |             | -             | ۰/۴۷**         | ۰/۵۲**          | ۰/۴۵**           | ۰/۴۱**      | عزت نفس عمومی    |
|               | -           | ۰/۹۰**        | ۰/۶۴**         | ۰/۶۳**          | ۰/۶۲**           | ۰/۳۸**      | عزت نفس کلی      |
| -             | ۰/۲۲**      | ۰/۱۵**        | ۰/۲۱**         | ۰/۰۵            | ۰/۲۲**           | ۰/۰۳۵       | پیشرفت تحصیلی    |

$p < 0.01$ \*\*

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، رابطه مثبت معناداری بین توکل بر خدا و تمام سطوح عزت نفس دانش‌آموزان وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بنابراین، فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. به عبارت دیگر، با افزایش توکل بر خدا، عزت نفس دانش‌آموزان نیز افزایش یافته است. بیشترین میزان همبستگی بین توکل بر خدا و عزت نفس عمومی مشاهده می‌شود ( $r = 0/41$ ). اما رابطه معناداری بین توکل بر خدا و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مشاهده نشده است ( $r = 0/35, p = 0/537$ ). بنابراین، فرضیه دوم پژوهش، تأیید نمی‌شود. این در حالی است که رابطه مثبت و معناداری بین سه سطح از عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان وجود داشته است ( $p < 0/01$ )؛ به این معنا که با افزایش نمره‌های عزت نفس خانوادگی، تحصیلی و عمومی دانش‌آموزان، پیشرفت تحصیلی آنها نیز افزایش یافته است. در نتیجه، فرضیه سوم پژوهش، تأیید می‌شود.

با توجه به نتایج به دست آمده که نشان می‌دهد رابطه مثبت و معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عزت نفس، و همچنین بین توکل بر خدا و عزت نفس وجود دارد، اما رابطه معناداری بین توکل بر خدا و پیشرفت تحصیلی وجود ندارد، به نظر می‌آید که رابطه بین این سه متغیر به صورت نمودار زیر باشد:

توکل بر خدا ← عزت نفس ← پیشرفت تحصیلی

به منظور بررسی صحت مدل پیشنهادی از روش تحلیل مسیر با به کارگیری نرم‌افزار آموس ۱۶ استفاده شده است. نتایج این تحلیل نشان می‌دهد که میزان تأثیر متغیر توکل بر خدا بر عزت نفس ۰/۱۵ است. به بیان دیگر، با افزایش توکل بر خدا، عزت نفس دانش‌آموزان افزایش می‌یابد. اما میزان تأثیر عزت نفس بر پیشرفت تحصیلی ۰/۰۵ است؛ یعنی تنها ۵ درصد از تغییرات در معدل دانش‌آموزان تحت تأثیر عزت نفس قرار دارد. به منظور بررسی تفاوت نمره‌های توکل بر خدا و عزت نفس دانش‌آموزان با رشته‌های تحصیلی مختلف، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شده است. نتایج این آزمون نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین نمره‌های توکل بر خدا و همچنین سطوح مختلف عزت نفس در بین رشته‌های تحصیلی مختلف، وجود ندارد ( $p > 0/05$ ). بنا براین، فرضیه‌های چهارم و پنجم پژوهش، تأیید قرار نمی‌شود.

### نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از تحلیل داده‌های این پژوهش نشان می‌دهد که رابطه مثبت و معناداری بین

توکل بر خدا و عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان یزد وجود دارد؛ این بدان معناست که، هرچه نمره‌های توکل افراد بالاتر باشد، نمره‌های عزت نفس آنها نیز بیشتر است. همچنین رابطه مثبت و معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عزت نفس تحصیلی، خانوادگی و عمومی وجود دارد. یافته‌های حاصل از تحقیق حاضر در این زمینه، با نتایج تعدادی از تحقیقات انجام شده همسو و هماهنگ است.

در مطالعه‌ای که با هدف بررسی رابطه بین توکل بر خدا و عزت نفس انجام گرفت، ۱۵۵ دانشجو به وسیله روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از مؤسسه آموزش و پژوهشی شهر قم انتخاب شده و پرسش‌نامه‌های توکل بر خدا و عزت نفس کوپراسمیت را تکمیل نموده‌اند. آنالیز داده‌ها نشان می‌دهد که توکل بر خدا همبستگی معناداری با عزت نفس دارد ( $p < 0/05$ )<sup>۵۳</sup>.

در مطالعه دیگری که به منظور بررسی رابطه بین عزت نفس و دین‌داری در دانش‌آموزان ۱۳ - ۱۵ سال در مدارس عادی و کاتولیک کشور کانادا انجام گرفته، پرسش‌نامه‌های عزت نفس و شرکت در مراسم مذهبی توسط ۴۱۰ دانش‌آموز از مدارس عادی و ۴۹۴ دانش‌آموز از مدارس کاتولیک تکمیل شده است. نتایج نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین نمره‌های عزت نفس در مدارس عادی و کاتولیک وجود ندارد. اما میزان عزت نفس ارتباط معناداری با شرکت در مراسم مذهبی داشته است.<sup>۵۴</sup> همچنین یافته‌های تحقیقی که توسط بهرامی‌احسان به منظور بررسی روابط بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود انجام گرفته، با یافته‌های حاصل از تحقیق حاضر همخوانی دارد. در این مطالعه، شصت دانشجو از دانشگاه تهران انتخاب شده‌اند. برای بررسی متغیرهای جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود، به ترتیب از مقیاس جهت‌گیری مذهبی، سیاهه حالت - رگه اضطراب اشپیلبرگر و سیاهه حرمت خود کوپراسمیت مورد استفاده شده است. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی، رابطه‌ای مثبت با حرمت خود دارد.<sup>۵۵</sup>

پژوهش دیگری به منظور بررسی رابطه بین سه متغیر گرایش دینی، عزت نفس و خودکارآمدی در بین دانش‌آموزان سال دوم دبیرستان شهر تبریز انجام گرفته است. نتایج این پژوهش نیز نشان می‌دهد که رابطه مثبت و معناداری بین گرایش دینی و عزت نفس

وجود دارد؛ به این معنا که هر قدر گرایش دینی در دانش‌آموزان بالا باشد، عزت نفس نیز بالا خواهد بود. رابطه بین گرایش دینی و خودکارآمدی نیز مثبت و معنادار بوده است؛ بدین معنا که هر قدر گرایش دینی دانش‌آموزان در سطح بالاتری باشد، میزان خودکارآمدی آنان نیز بالاتر خواهد بود.<sup>۵۶</sup>

همین‌طور مطالعه‌ای که با هدف بررسی رابطه بین افسردگی و سطح توکل بر خدا در دانشجویان شهر بیرجند انجام گرفته است، چهارصد نفر از دانشجویان توسط پرسش‌نامه افسردگی بک و پرسش‌نامه استاندارد توکل بررسی شده‌اند. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که بین میزان افسردگی و سطح توکل دانشجویان ارتباط معناداری وجود داشته، به طوری که هر چه میزان توکل دانشجویان بیشتر بوده از نمره‌های افسردگی کاسته می‌شده است.<sup>۵۷</sup> در پژوهش دیگری نیز که با هدف بررسی رابطه بین دین‌داری با اختلالات روانی دانشجویان انجام گرفته است، ۱۷۹ دانشجو با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شده‌اند و پرسش‌نامه‌های دین‌داری و سلامت روان را تکمیل کرده‌اند. نتایج آزمون همبستگی نشان می‌دهد که روابط معناداری بین دین‌داری و اختلالات روانی وجود دارد.<sup>۵۸</sup>

در مجموع، این یافته‌ها تأییدکننده این مسئله است که افرادی که سطوح بالاتری از توکل و اعتقادات مذهبی دارند از نظر متغیرهای مختلف روان‌شناختی در وضعیت بهتری قرار دارند. همان‌طور که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: "ذکر خدا آرامبخش و شفا دهنده دل‌های شماس است"<sup>۵۹</sup>، افرادی که توکل بالاتری دارند از عزت نفس بالاتری نیز بهره‌مندند. در جای دیگر خداوند می‌فرماید: «هر کس بر خداوند توکل نماید خدا او را کفایت می‌کند». (طلاق: ۳) توکل بر خدا، بر آن منبع فنا ناپذیر قدرت و توانایی، سبب افزایش مقاومت انسان در برابر مشکلات و حوادث سخت زندگی است، از این رو اشخاص متوکل، اعتماد به نفس بیشتری برای اقدام و کار داشته، خسته نمی‌شوند و از راهی که می‌روند باز نمی‌گردند و کوتاه نمی‌آیند.<sup>۶۰</sup>

امام جوادی<sup>۶۱</sup> نیز می‌فرماید: «عزت مؤمن در بی‌نیازی او از مردم است.»<sup>۶۱</sup> البته این سخن به معنای بی‌نیازی انسان‌ها از یکدیگر نیست، بلکه نشان‌دهنده آن است که آدمی در روابط اجتماعی و رفع نیازها، همواره باید حفظ عزت نفس خود را در نظر داشته باشد. به بیان دیگر، عزت نفس به معنای بی‌نیازی کامل از خلق خدا نیست، چرا که خداوند انسان را

موجودی اجتماعی آفریده که به تنهایی و بدون کمک هم‌نوعان، قادر به رفع همه نیازهای مادی خود نیست و در سایه جامعه باید ادامه حیات دهد. اگر آدمی به لطف پروردگار خویش امیدوار بوده و به او توکل کند، هرگز برای رفع نیاز سراغ غیر خدا نمی‌رود، بلکه مخلوقات را فقط وسیله برآورده شدن نیازها می‌شمارد و حلال اصلی مشکلات خود را خداوند می‌انگارد؛ بدین معنا که ابتدا با دعا و توکل عرض حاجت به خدا می‌کند، آنگاه به خلق خدا روی می‌آورد، در نتیجه، عزت نفس خود را حفظ می‌کند.

همچنین پژوهش حاضر رابطه مثبت معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عزت نفس دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه نشان می‌دهد. در تحقیقی که توسط سید داوود حسینی‌نسب و حسین وجدان‌پرست روی ۴۹۷ دانشجوی علوم پایه و علوم انسانی مراکز تربیت معلم انجام شده، نشان می‌دهد که رابطه معناداری بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانشجویان مراکز تربیت معلم وجود دارد. این نتیجه با یافته‌های حاصل از تحقیق حاضر در این زمینه، همسو و هماهنگ است.<sup>۶۲</sup>

در پژوهشی که بیابانگرد در سال ۱۳۸۴ به منظور بررسی رابطه میان عزت نفس، انگیزه پیشرفت، و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان‌های تهران انجام داده، ۸۵۶ دانش‌آموز را از مناطق ۱، ۸، ۱۲، و ۱۷ آموزش و پرورش شهر تهران با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب کرده است. آزمودنی‌ها به پرسش‌نامه‌های عزت نفس آیزنک و انگیزه پیشرفت هرمنس پاسخ داده‌اند و میانگین نیم سال درسی گذشته آنها، نمره پیشرفت تحصیلی آنان دانسته شده است. پس از گردآوری داده‌ها، بررسی آنها با روش‌های آماری توصیفی و استنباطی نشان می‌دهد که همبستگی معناداری میان عزت نفس، انگیزه پیشرفت، و پیشرفت تحصیلی، میان عزت نفس و انگیزه پیشرفت، میان عزت نفس و پیشرفت تحصیلی، و میان انگیزه پیشرفت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان وجود دارد.<sup>۶۳</sup>

پورشافعی همبستگی معناداری بین میزان عزت نفس و پیشرفت تحصیلی به دست آورده است، اما تفاوت معناداری بین میزان عزت نفس دانش‌آموزان دختر و پسر مشاهده نکرده است.<sup>۶۴</sup> همچنین ترخان به این نتیجه رسیده است که عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تیزهوش، از عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان عادی بالاتر است.<sup>۶۵</sup>

در مطالعه حاضر، رابطه معناداری بین پیشرفت تحصیلی و توکل بر خدا یافت نشده است. همچنین هیچگونه تفاوت معناداری بین رشته‌های تحصیلی از نظر سطوح عزت نفس و توکل بر خدا وجود نداشته است. پژوهش مشابهی با هدف تعیین همبستگی عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی تهران انجام شده است. این پژوهش از نوع مطالعات همبستگی بوده است. کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی توان بخشی در رشته‌های کاردرمانی، فیزیوتراپی و گفتاردرمانی دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی تهران (۸۸ نفر) شرکت داشته‌اند. عزت نفس دانشجویان با آزمون ۵۸ گزینه‌ای کوپر / سمیت اندازه‌گیری و رابطه آن با نمره‌های پایان ترم دانشجویان بررسی شده است. ضریب همبستگی پیرسون رابطه معناداری بین عزت نفس و وضعیت تحصیلی دانشجویان توان بخشی نشان می‌دهد ( $r=0/36$ )، ولی پیشرفت تحصیلی با رشته و ترم تحصیلی و جنسیت و وضعیت تأهل و محل زندگی ارتباط نداشته است.<sup>۶۶</sup>

این یافته‌ها نشان می‌دهد که تنها وجود توکل بر خدا نمی‌تواند با پیشرفت تحصیلی ارتباط داشته باشد، چرا که وجود متغیرهای دیگر، از جمله مطالعه، عزت نفس، وجود شرایط عاطفی، اقتصادی و اجتماعی خانواده و بسیاری از عوامل دیگر با پیشرفت تحصیلی ارتباط دارند. همچنین نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که توکل بر خدا با رشته تحصیلی ارتباطی ندارد، چرا که در واقع، رشته تحصیلی فرد به تنهایی نمی‌تواند نشان‌دهنده وضعیت مذهبی فرد و توکل او بر خدا باشد.

## پی‌نوشت‌ها

۱. دیل کارنگی، آیین زندگی، ترجمه: جهانگیر افخمی، ص ۱۸۱.
۲. کبری کاظمیان مقدم و مهناز مهربابی‌زاده هنرمند، «بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *روانشناسی و دین*، ش ۸، ص ۱۵۸.
۳. محمد محتشمی، *نقش ایمان در تکامل انسان*، ص ۱۳۳.
۴. محمد عثمان نجاتی، *قرآن و روان‌شناسی*، ترجمه: عباس عرب، ص ۳۳۶.
5. William James
۶. دیل کارنگی، آیین زندگی: چگونه اضطراب و نگرانی را از خود دور کرده و زندگی آرامی آغاز کنیم، ترجمه: سوسن اردکانی، ص ۳۱.
۷. علی‌مراد حبیب‌وند، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و اختلالات روانی با پیشرفت تحصیلی»، *روانشناسی و دین*، ش ۳، ص ۷.
۸. آل عمران: ۱۷۳
۹. نصر... شاملی و علی بنائیان اصفهانی، «تبیین میدان معناشناسی واژه "توکل" در نهج البلاغه»، *فصلنامه علوم اسلامی*، ص ۱۲.
۱۰. سید حسین نصر، *اسلام: مذهب، تاریخ و تمدن*، ترجمه: عباس گیلوری، ص ۳۱.
11. F. Walsh, *Spirituality in Family Therapy*, Guilford Press, p 15.
۱۲. واخ یواخیم، *جامعه‌شناسی دین*، ترجمه: جمشید آزادگان، ص ۱۰۵.
13. G. Vaillat et al., "The natural history of male mental health: Health and religious involvement", *Journal of Social Science & Medicine*, v 66, p 221.
۱۴. منافقون: ۸۰
۱۵. احمد دیلمی و مسعود آذربایجانی، *اخلاق اسلامی*، ص ۱۳۵.
۱۶. جمعی از نویسندگان، «دین و دین‌داری در عصر حاضر»، مجموعه سخنرانی‌ها و مقالات دومین و سومین همایش نیایش، ص ۱۵۳.
۱۷. حمید رفیعی‌هنر و مسعود جان‌بزرگی، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری»، *روانشناسی و دین*، ش ۹، ص ۳۲.
18. E. M. McCullough & L. B. Willoughby, "Brian, Religion, Self- Regulation, and Self- Control: Associations, Explanations, and Implications", *Psychological Bulletin*, v 135, p 86.
19. D. G. Myers, "The funds, friends, and faith of happy people", *American Psychologist*, v 55, p 56.
20. K. Pargament et al., "Patterns of Positive and Negative religious coping with major life stressors", *Journal for the Scientific of Religion*, v 37(4), p 710.
21. E. M. McCullough & L. B. Willoughby, "Brian, Religion, Self- Regulation, and Self- Control: Associations, Explanations, and Implications", *Psychological Bulletin*, v 135, p 86.
22. L. A. Jensen- Campbell et al., "Agreeableness, conscientiousness and effortful control Processes", *Journal of Research in Personality*, v 36, p 476.
23. B. Beti- Hallahme & M. Argyle, *The Psychology of Religious Behavior, Belief and Experience*, p 149.
24. Ibid
۲۵. کبری کاظمیان مقدم و مهناز مهربابی‌زاده هنرمند، «مقایسه نگرش مذهبی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *روانشناسی و دین*، ش ۸، ص ۱۷۵.
۲۶. مریم جوان‌بخت و همکاران، «بررسی تأثیر روزه‌داری در ماه رمضان بر عزت نفس و سلامت روانی دانشجویان»، *اصول بهداشت روانی*، ش ۴(۱۱)، ص ۲۶۸.
27. Self-Esteem

۲۸. فضل‌ا... باقرزاده و همکاران، «بررسی اثر برد و باخت و جهت‌گیری هدفی بر میزان عزت‌نفس در فوتبالیست‌های لیگ کشور»، حرکت، ش ۲۳، ص ۴۲.
۲۹. علی انصاری جابری و همکاران، «تأثیر روزه رمضان بر عزت‌نفس دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان»، اندیشه و رفتار، ش ۲۵ و ۲۶، ص ۶۳ و ۶۴.
۳۰. نیت ال گیج و دیوید سی برلاینر، روان‌شناسی تربیتی، ترجمه: غلامرضا خوی‌نژاد، ص ۲۴۵.
31. Maslow
32. R.S. Maddi, *Personality Theories*, p 273.
۳۳. ناتانیل براندن، روان‌شناسی عزت‌نفس، ترجمه: مهدی قراچه‌داغی، ص ۵۱.
34. M. D. Buhrmester et al., "Implicit self-esteem: Nature, Measurement, and New way forward", *Journal of Personality and Social Psychology*, v 100, p 365.
35. J. Maltby & L. Day, "Depressive symptoms and religious orientation: examining the relationship between religiosity and depression within the context of other correlates of depression", *Personality and Individual Differences*, v 28, p 383.
36. L. Cristillo, "Religiosity, education and civic belonging: Muslim youth in New York City Public Schools", Presented at the Muslim Youth in NYC Public Schools Conference, Teachers College, Columbia University, p 6.
37. K. I. Maton, "The Stress-buffering role of spiritual support: Cross-sectional and prospective investigation", *Journal for the Scientific Study of Religion*, v 28, p 310.
۳۸. هادی بهرامی‌احسان، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود»، مجله روان‌شناسی، ۲۴، ش ۴(۶)، ص ۳۴۳.
39. S. Olaoire, "An experimental study of the effects of distant, intercessory prayer on self-esteem, anxiety, and depression", *Alter the Health Med*, v 3, p 38.
40. C. Bagley & K. Mallick, "Self- esteem and religiosity: Comparison of 13 to 15 year old students in catholic and public junior high school", *Canadian Journal of Education*, v 22, p 89.
۴۱. به نقل از اسماعیل بیابانگرد، «رابطه میان عزت‌نفس، انگیزه پیشرفت، و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان‌های تهران»، مطالعات روان‌شناختی، ش ۴ و ۵، ص ۱۳۳.
42. S. Coopersmith, "A Method for determining types of self esteem", *Journal of Abnormal Psychology*, v 59, p 91.
۴۳. داوود حسینی‌نسب، و حسین وجدان‌پرست، «بررسی رابطه عزت‌نفس با پیشرفت تحصیلی دانشجویان علوم پایه و علوم انسانی مراکز تربیت معلم»، نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی تبریز، ش ۴۵ (۱۸۴-۱۸۳)، ص ۱۰۶.
44. M. O. Morris & M. F. Lee, "Academics Self-esteem and perceived validity grades a test of Self-verification Theory", *The Journal of contemporary Educational Psychology*, v 18, p 414.
۴۵. داوود حسینی‌نسب و حسین وجدان‌پرست، همان، ص ۱۰۳.
46. E. H. Schreiber & K. N. scheiber, "Using relaxation techniques and positive self-esteem to improve academic achievement of college students", *Psychological Reports*, v 76, p 929-930.
۴۷. رضا نجاتیان، «بررسی رابطه توکل بر خدا و سطح اضطراب در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۸۵»، پایان‌نامه پزشکی عمومی، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ص ۵۶.
۴۸. محمدرضا میری و همکاران، «بررسی رابطه افسردگی و سطح توکل بر خدا در دانشجویان شهر بیرجند»، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ش ۳۳، ص ۵۴.
۴۹. هادی بهرامی‌احسان همان، ص ۳۴۱.
۵۰. ایمان نظری و محمد حسین‌پور، «اثر بخشی مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب و عزت‌نفس دانش‌آموزان دختر دبیرستان باغملک»، یافته‌های نو در روان‌شناسی، ش ۶، ص ۹۹.

۵۱. محمد مجدیان و همکاران، «بازخورد مذهبی، حرمت خود و مسند مهارگری»، *روانشناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ش ۲۲(۶)، ص ۱۵۳.
۵۲. منیجه شهنی بیلاق و همکاران، «بررسی شیوع کودک‌آزاری و پیش‌بینی این متغیر از طریق سلامت عمومی والدین، سازگاری، عزت نفس و عملکرد تحصیلی دانش‌آموز و متغیرهای جمعیت‌شناختی در دانش‌آموزان دختر آزر دیده و عادی دوره راهنمایی شهر اهواز»، *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، ش ۱۴(۲)، ص ۱۷۵-۱۷۴.
53. B. Ghobari & M. Shojaei, "Relationship between Reliance on God and Self-Esteem", Beijing Congress, p 302.
54. C. Bagley & K. Mallick, "Self- esteem and religiosity: Comparison of 13 to 15 year old students in catholic and public junior high school", *Canadian Journal of Education*, v 22, p 89.
۵۵. هادی بهرامی احسان، همان، ص ۳۴۱.
۵۶. مهدی راثی، «بررسی رابطه گرایش دینی با عزت‌نفس و خودکارآمدی در بین دانش‌آموزان سال دوم دبیرستان شهر تبریز در سال تحصیلی ۸۱-۸۰»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، ص ۳۸.
۵۷. محمدرضا میری و همکاران، همان، ص ۵۲.
۵۸. ذبیح‌الله بهرامی چگینی، «بررسی رابطه بین دین‌داری با اختلالات روانی دانشجویان دانشگاه آزاد خرم‌آباد»، *روانشناسی و دین*، ش ۱۰، ص ۱۰۲.
۵۹. رعد: ۲۸
۶۰. اعراف: ۸۸ و ۸۹
۶۱. محمدباقر مجلسی، *بحارالأنوار*، ج ۷۵، ص ۱۰۹، ح ۱۲.
۶۲. داوود حسینی نسب، و حسین وجدان‌پرست، همان، ص ۱۰۲.
۶۳. اسماعیل بیابانگرد، «رابطه میان عزت‌نفس، انگیزه پیشرفت، و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان‌های تهران»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۴ و ۵، ص ۱۳۱.
۶۴. به نقل از داوود حسینی نسب، و حسین وجدان‌پرست، همان، ص ۱۰۸.
۶۵. همان، ص ۱۰۸.
۶۶. محمدعلی حسینی و همکاران، «همبستگی عزت‌نفس و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان توان‌بخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران»، *آموزش در علوم پزشکی*، ش ۱۷، ص ۱۳۷.

## منابع

- انصاری جابری، علی و همکاران، «تأثیر روزه رمضان بر عزت نفس دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان»، *اندیشه و رفتار*، ش ۲۵ و ۲۶، تابستان و پاییز ۱۳۸۰، ص ۶۷-۶۳.
- باقرزاده، فضل‌ا... و همکاران، «بررسی اثر برد و باخت و جهت‌گیری هدفی بر میزان عزت نفس در فوتبالیست‌های لیگ کشور»، *حرکت*، ش ۲۳، بهار ۱۳۸۴، ص ۵۰-۴۱.
- براندن، ناتانیل، *روان‌شناسی عزت نفس*، ترجمه: مهدی قراچه‌داغی، چ پنجم، تهران، نخستین، ۱۳۸۵.
- بهرامی احسان، هادی، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود»، *مجله روان‌شناسی* ۲۴، ش ۶، زمستان ۱۳۸۱، ص ۳۳۶-۳۴۷.
- بهرامی چگینی، ذبیح‌الله، «بررسی رابطه بین دین‌داری با اختلالات روانی دانشجویان دانشگاه آزاد خرم‌آباد»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۱۰، تابستان ۱۳۸۹، ص ۱۰۲-۹۱.
- بیابانگرد، اسماعیل، «رابطه میان عزت نفس، انگیزه پیشرفت و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان‌های تهران»، *مطالعات روان‌شناختی*، ش ۴ و ۵، پاییز و زمستان ۱۳۸۴، ص ۱۴۴-۱۳۱.
- جمعی از نویسندگان، «دین و دین‌داری در عصر حاضر»، *مجموعه سخنرانی‌ها و مقالات دومین و سومین همایش نیایش*، چ اول، تهران، دانشگاه امام حسین (ع)، مرکز آموزش و پژوهش علوم اسلامی، مؤسسه چاپ و انتشارات، ۱۳۸۱.
- جوان‌بخت، مریم و همکاران، «بررسی تأثیر روزه‌داری در ماه رمضان بر عزت نفس و سلامت روانی دانشجویان»، *اصول بهداشت روانی*، ش ۴۴، زمستان ۱۳۸۸، ص ۲۷۳-۲۶۶.
- حبیب‌وند، علی مراد، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و اختلالات روانی با پیشرفت تحصیلی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۳، پاییز ۱۳۸۷، ص ۹۳-۷۹.
- حسینی، محمدعلی و همکاران، «همبستگی عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان توان‌بخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران»، *آموزش در علوم پزشکی*، ش ۱۷، بهار ۱۳۸۶، ص ۱۴۲-۱۳۷.
- حسینی نسب، داوود، وجدان‌پرست، حسین، «بررسی رابطه عزت نفس با پیشرفت تحصیلی دانشجویان علوم پایه و علوم انسانی مراکز تربیت معلم»، *نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی تبریز*، ش ۴۵، تابستان و پاییز ۱۳۸۱، ص ۱۲۶-۱۰۱.
- دیلمی، احمد، آذربایجانی، مسعود، *اخلاق اسلامی*، چ سی و هشتم، قم، دفتر نشر معارف، ۱۳۸۴.
- رائی، مهدی، «بررسی رابطه گرایش دینی با عزت نفس و خودکارآمدی در بین دانش‌آموزان سال دوم دبیرستان شهر تبریز در سال تحصیلی ۸۱-۸۰»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، ۱۳۸۲.
- رفیعی هنر، حمید، جان‌بزرگی، مسعود، «رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۹، بهار ۱۳۸۹، ص ۴۲-۳۱.

شاملی، نصر...، بنائیان اصفهانی، علی، «تبیین میدان معناشناسی واژه "توکل" در نهج البلاغه»، فصلنامه علوم اسلامی، ش ۱۵، پاییز ۱۳۸۸، ص ۲۰-۱.

شهنی بیلاق، منیجه و همکاران، «بررسی شیوع کودک‌آزاری و پیش‌بینی این متغیر از طریق سلامت عمومی والدین، سازگاری، عزت نفس و عملکرد تحصیلی دانش‌آموز و متغیرهای جمعیت‌شناختی در دانش‌آموزان دختر آزاردیده و عادی دوره راهنمایی شهر اهواز»، مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، ش ۱۴، بهار و تابستان ۱۳۸۶، ص ۱۹۴-۱۶۷.

کارنگی، دیل، آیین زندگی، ترجمه: جهانگیر افخمی، چ سوم، تهران، انتشارات ارمغان، ۱۳۸۵.  
کارنگی، دیل، آیین زندگی: چگونه اضطراب و نگرانی را از خود دور کرده و زندگی آرامی آغاز کنیم، ترجمه: سوسن اردکانی، چ دوم، تهران، بدرقه جاویدان، ۱۳۸۵.

کاظمیان مقدم، کبری، مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز، «بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، روان‌شناسی و دین، ش ۸، زمستان ۱۳۸۸، ص ۱۷۴-۱۵۷.

گیج، نیت ال، برلاینز، دیوید سی، روان‌شناسی تربیتی، ترجمه: غلامرضا خوی‌نژاد، چ دوم، تهران، انتشارات حکیم فردوسی، ۱۳۷۴.

مجدیان، محمد و همکاران، «بازخورد مذهبی، حرمت خود و مسند مهارگری»، روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ش ۲۲، زمستان ۱۳۸۸، ص ۱۵۷-۱۵۱.

مجلسی، محمدباقر، بحارالأنوار، بیروت، مؤسسه‌الوفاء، ۱۴۰۴ ق.  
محتشمی، محمد، نقش ایمان در تکامل انسان، چ اول، بوشهر، شروع، ۱۳۸۶.

میری، محمدرضا و همکاران، «بررسی رابطه افسردگی و سطح توکل بر خدا در دانشجویان شهر بیرجند»، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ش ۳۳، زمستان ۱۳۸۶، ص ۵۸-۵۲.

نجاتی، محمدعثمان، قرآن و روان‌شناسی، ترجمه: عباس عرب، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۶۷.

نجاتیان، رضا، «بررسی رابطه توکل بر خدا و سطح اضطراب در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۸۵»، پایان‌نامه پزشکی عمومی، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۳۸۵.

نصر، سیدحسین، اسلام: مذهب، تاریخ و تمدن، ترجمه: عباس گیلوری، چ اول، تهران، روزبهان، ۱۳۸۵.  
نظری، ایمان، حسین‌پور، محمد، «اثر بخشی مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب و عزت نفس دانش‌آموزان دختر دبیرستان باغملک»، یافته‌های نو در روان‌شناسی، ش ۲، بهار ۱۳۸۷، ص ۱۱۶-۹۵.

یوآخیم، واخ، جامعه‌شناسی دین، ترجمه: جمشید آزادگان، تهران، سمت، ۱۳۸۲.

Allport, G. W., Ross, G. M., "Personal religious and prejudice", *Journal of Personality and Social Psychology*, v 5, 1967, p 432-443.

Bagley, C., Mallick, K., "Self- esteem and religiosity: Comparison of 13 to 15 year old students in catholic and public junior high school", *Canadian Journal of Education*, v 22(1), p 89-92.

Beti- Hallahme, B., Argyle, M., *The Psychology of Religious Behavior, Belief and Experience*, New York, Routledge, 1997.

- Coopersmith, S., "A Method for determining types of self-esteem", *Journal of Abnormal Psychology*, v 1, 1959, 87-94.
- Cristillo, L., "Religiosity, education and civic belonging: Muslim youth in New York City Public Schools", Presented at the Muslim Youth in NYC Public Schools Conference, Teachers College, Columbia University, 2008.
- Ghobari, B., Shojaei, M., *Relationship between Reliance on God and Self-Esteem*, Beijing Congress, 2004.
- Jensen- Campbell, L. A. et al., "Agreeableness, conscientiousness and effortful control Processes", *Journal of Research in Personality*, v 36, 2002, p 476-489.
- Maddi, R. S., *Personality Theories*, Third Edition, Belmont, Dorsey press, 1976.
- Maltby, J., Day, L., "Depressive symptoms and religious orientation: examining the relationship between religiosity and depression within the context of other correlates of depression", *Personality and Individual Differences*, v 28(2), 2000, p 383-393.
- Maton, K. I., "The Stress-buffering role of spiritual support: Cross-sectional and prospective investigation", *Journal for the Scientific Study of Religion*, v 28, 1989, p 310-323.
- Buhrmester, M. D. et al., "Implicit self-esteem: Nature, Measurement, and New way forward", *Journal of personality and social psychology*, v 100(2), 2011, p 365-385.
- McCullough M. E., Willoughby, L. B., "Brian, Religion, Self- Regulation, and Self- Control: Associations, Explanations, and Implications", *Psychological Bulletin*, v 135(1), 2009, p 69-93.
- Morris, M. O., Lee. M. F., "Academics Self-esteem and perceived validity grades a test of Self-verification Theory", *The Journal of Contemporary Educational Psychology*, v 18, 1993, p 414-426.
- Myers, D. G., "The funds, friends, and faith of happy people", *American Psychologist*, v 55(1), 2000, p 56-67.
- Pargament, K. et al., "Patterns of Positive and Negative religious coping with major life stressors", *Journal for the Scientific of Religion*, 1998, v 37(4), p 710-724.
- Rew, L., Wong, J., "A systematic review of associations among religiosity/spirituality and adolescent health attitudes and behaviors", *Journal of Adolescent Health*, v 38, 2006, p 433-442.
- Schreiber, E. H., Scheiber, K. N., "Using relaxation techniques and positive self-esteem to improve academic achievement of college students", *Psychological Reports*, v 76(3), 1995, p 929-930.
- Vaillat, G. & et al., "The natural history of male mental health: Health and religious involvement", *Journal of Social Science & Medicine*, v 66, 2008, p 221-231.
- Walsh, F., *Spirituality in Family Therapy*, London, Guilford Press, 2009, p 5-20.
- Yong, D., Rebecca, F., "Religion and adolescent self-esteem: Youth ministry experts comment", From Science and Religion Information Service, 2008