

مقدمه

در دهه‌های اخیر، برخی از محققان روان‌شناسی، قلمرو تاریک بیماری‌های روانی را به شادکامی و شفای روانی تبدیل کردند. روان‌شناسان مثبت‌نگر معتقدند: علم و عمل کامل روان‌شناسی باید درک رنج کشیدن و شادکامی، تعامل آنها و مداخلات معتبری که هم رنج را کاهش دهد و هم شادمانی را افزایش دهد، دربرگیرد (قمری، ۱۳۸۹). روان‌شناسان و پژوهشگران جدید، به اشکال گوناگون شادکامی را تعریف کرده‌اند. به عنوان نمونه، *آرجیل* (۲۰۰۱ ص ۳۵۳-۳۷۳)، شادی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت، فقدان عاطفه منفی و رضایت از زندگی می‌داند. جامع‌ترین و در عین حال عملیاتی‌ترین تعریف شادکامی را *وینیهوون* (۱۹۹۸) ارائه می‌دهد. به نظر وی، شادکامی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی اطلاق می‌گردد. به عبارت دیگر، شادکامی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد. شادکامی و نشاط به عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر، به دلیل تأثیرات عمده‌ای که بر شکل‌گیری شخصیت آدمی و در یک کلام، مجموعه زندگی انسان دارد، همواره ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. مهم‌ترین نکته در این زمینه، چگونگی حصول شادکامی، تقویت آن و عوامل تأثیرگذار بر دستیابی به این نیاز حیاتی است. شخصیت، عزت نفس، اعتقادات مذهبی، سرمایه اجتماعی، فعالیت‌های اوقات فراغت و... از جمله عواملی هستند که بر این پدیده تأثیر به‌سزایی دارند (میرشاه جعفری، ۱۳۸۱).

از سوی دیگر، دین حقیقی است که در جنبه‌ها و ابعاد گوناگون زندگی انسان حضور جدی دارد. تحقیق در باب دین یا دین‌پژوهی نیز عرصه‌ها و شاخه‌های متعددی یافته است، به گونه‌ای که رشته‌های علمی بسیاری در زمینه‌های مختلف معارف بشری تدوین و تکوین پیدا کرده‌اند. در این میان، می‌توان به روان‌شناسی دینی اشاره کرد (آذربایجانی و موسوی اصل، ۱۳۸۵، ص ۳۵-۳۶). مطالعه و نظریه‌پردازی در زمینه‌های گوناگون مذهبی، قدمتی بس طولانی دارد. اما مطالعه مذهب از دیدگاه روان‌شناختی، از حدود تقریباً یکصد سال پیش آغاز شده است. توسعه مطالعات دینی-مذهبی در حوزه روان‌شناسی علمی را می‌توان محصول مطالعات *فروید* و *یونگ*، به‌عنوان روان‌تحلیل‌گر در این زمینه دانست که هر یک دید متفاوتی نسبت به دین داشته‌اند. *فروید* در اغلب آثار خود، دین را پندار یا توهم تلقی می‌کند. در صورتی که *یونگ* معتقد است: همه پدیده‌ها از جمله رؤیاها و توهمات، واقعیت هستند. به اعتقاد او، مفاهیم دینی بهترین توضیح درباره انسان است و روان‌شناسی تحقق پیدا نمی‌کرد، مگر با دین (ولف، ۱۹۹۷).

رابطه میزان عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری مذهبی با شادکامی در دانشجویان دختر

hoseinsabet@atu.ac.ir

کفریده حسین ثابت / استادیار گروه روان‌شناسی بالینی و عمومی دانشگاه علامه طباطبائی

مهرنوش مومی‌پور / کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه علامه طباطبائی

دریافت: ۱۳۹۳/۲/۸ - پذیرش: ۱۳۹۳/۶/۱۲

چکیده

هدف پژوهش، بررسی رابطه میزان عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری مذهبی، با شادکامی در دانشجویان دختر بود. برای دستیابی به اهداف پژوهش، ۲۴۷ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه‌های دولتی تهران، با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. هر دانشجو پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد، جهت‌گیری مذهبی آلپورت و راس و عمل به باورهای دینی (معبد ۱) را تکمیل کرد. بررسی رابط متغیرها با ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین شادکامی و میزان عمل به باورهای دینی و تمامی خرده‌آزمون‌های آن، بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی درونی، رابطه مثبت و معنی‌داری و بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی بیرونی، رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد. در تحلیل رگرسیون چندمتغیری، به روش ورود فقط خرده‌آزمون‌های عمل به واجبات با شادکامی رابطه مثبت و عمل به فعالیت‌های مذهبی با شادکامی رابطه منفی داشتند. به نظر می‌رسد، مذهب احساس معنی‌دار بودن زندگی را به انسان داده و مروج زندگی سالم است.

کلیدواژه‌ها: عمل به باورهای دینی، جهت‌گیری مذهبی، شادکامی.

به اعتقاد آلپورت، افرادی که فعالیت‌های دینی‌شان بیرونی است، دین را به‌عنوان ابزاری برای اهداف شخصی و اجتماعی مورد استفاده قرار می‌دهند. بنابراین، دین‌داری بیرونی «عبارت است از: دین آسایش و قرارداد اجتماعی، رویکردی خودخواهانه و ابزاری که منافی برای فرد به ارمغان می‌آورد». به‌عنوان نمونه، افراد دارای دین‌داری بیرونی ممکن است برای مشاهده شدن توسط دیگران، برای افزایش اعتبار در جامعه، یا برای انطباق با انتظارات جامعه در مراسم‌های مذهبی حاضر شوند. اما دین‌داری درونی، سبکی از دین‌داری است که فرد برای به‌دست آوردن احساس معنی و هدف در زندگی بدان تمایل دارد، بدون اینکه منافع اجتماعی را، که به واسطه دین‌داری برایش حاصل می‌شود، در نظر بگیرد. به اعتقاد آلپورت، تنها دین‌داری درونی با سلامت روانی ارتباط مثبت دارد (جان‌بزرگی، ۱۳۸۶).

از نظر وی، مذهب طیفی است که از یک‌سو، برای افراد معنایی ابزاری دارد و از سوی دیگر، نوعی معنا و معنایابی است که خود انگیزه اصلی زندگی است و ارزش درونی دارد. برای بسیاری از مردم، مذهب عادت‌های ملال‌آور، تشریفاتی، صرفاً فرهنگی، برای جشن‌ها و مراسم سنتی می‌باشد که برای آرامش خانوادگی و شخصی و مسایلی از این قبیل، مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای برخی، دیگر مقام در پی دارد و اعتماد به نفس آنها را تقویت کرده، اهداف و نتایج آنها را به پیش می‌برد، به وسیله آن بر دوستانشان فایز می‌آیند، در دیگران نفوذ می‌کنند و قدرتی برای خود دست و پا می‌کنند. گاهی نیز در این راستا مذهب، دفاعی است در برابر واقعیت. این افراد، دارای جهت‌گیری بیرونی مذهبی هستند. کسانی که مذهب بیرونی دارند، از نظر فلسفه الهی، به خداوند روی می‌آورند، ولی از خود دور نمی‌شوند. به همین دلیل، مذهب آنها اساساً به سپری برای آنها تبدیل می‌شود. این همان خودمیان‌بینی مذهبی است که از نظر فروید، به روان‌آزردگی منتهی می‌شود. در اینجا، مذهب به عنوان دفاعی در برابر اضطراب عمل می‌کند. از نظر انگیزشی، این مذهب برانگیزاننده نیست، ولی به دیگر انگیزه‌ها مانند نیاز به امنیت، نیاز به مقام و قدرت، نیاز به حرمت خود، خدمات می‌رساند (آلپورت، ۱۹۶۸، ص ۱۲۵-۱۲۷).

مذهب درونی به‌خودی‌خود، برای فرد جنبه انگیزشی دارد و به سایر محرک‌ها نیازی ندارد. مذهب درونی، به شکل ابزاری سازمان نمی‌گیرد و وسیله‌ای برای کنترل ترس‌ها و کسب آسایش و راحتی و یا تلاشی برای والایی‌گرایی مسایل جنسی یا آرزوهای کمال‌جویانه نیست. مسایل اخیر، ممکن است در چارچوب نیازهای اولیه ما باشند، ولی مذهب وسیله‌ای برای ارضاء آنها نیست، بلکه

یک تعهد همه‌جانبه است. این تعهد، علاوه بر اینکه هوشمندانه است، اساساً انگیزشی است. چنین مذهبی هر آنچه را که در تجربه خود قرار گیرد، پوشش می‌دهد و هر آنچه که فراتر جری باشد نیز از دایره آن خارج نیست. این مذهب، خانه‌ای برای حقایق علمی و حقایق عاطفی و مشتاق تعهد به یک وحدت‌یافتگی و یکپارچگی ایده‌آل در زندگی شخصی است (همان، ص ۲۳۰-۲۳۲). بنابراین، او معتقد بود که تنها مذهب با جهت‌گیری درونی است که سلامت روانی را تضمین می‌کند.

از دیدگاه برگین (۱۹۹۱)، مذهب تأثیر مثبتی بر سلامت روانی افراد، با گرایش مذهب درونی دارد. درحالی‌که افراد با مذهب بیرونی، نه‌تنها سودی از مذهب نمی‌برند، بلکه نتایج منفی دامنگیر آنها می‌شود. به دلیل سبک زندگی خاصی که افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی دارند، آنها رویدادها را کمتر استرس‌زا ارزیابی می‌کنند، یا پس از بروز استرس، آن را به‌منزله فرصتی برای رشد و تقویت معنوی و روحی خود می‌دانند و یا آن را برنامه و تدبیر الهی گریزناپذیر تعبیر می‌کنند. می‌توان گفت: باورهای دینی می‌توانند فرد را به سوی کمال و تعالی و در نتیجه، سلامت روانی هدایت کنند، به‌گونه‌ای که فرد به‌طور خودانگیزه و با بصیرت و شناختی منطقی، به اعتقادات و باورهای دینی ملتزم گردد. اما، افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بیرونی، به علت اینکه احتمال دارد گرایش ابزاری به دین در آنها رشد نماید، استرس‌های بیشتری را در مواجهه با مشکلات تجربه می‌کنند.

عمل به باورهای دینی، اشاره به اعمال و مناسک و رفتارهایی دارد که مخصوص یک دین یا مذهب می‌باشد. برای نمونه، در مذهب شیعه و دین اسلام، خواندن نماز، گرفتن روزه، پرداخت خمس و زکات و غیره از جمله اعمال دینی می‌باشند. عمل به باورهای دینی از اعتقادات دینی جداست؛ به این معنا که فرد می‌تواند به اصولی معتقد باشد، ولی به هر دلیلی اعمال مربوط به آن اعتقاد را به انجام نرساند. چنین فردی عمل به باورهای دینی ندارد (گلزاری، ۱۳۷۷، ص ۷۵).

احتشام‌زاده و همکاران (۱۳۹۰)، در تحقیق خود در مورد بیماران مبتلا به فلج چندگانه (Multiple sclerosis)، به رابطه منفی معنی‌دار بین جهت‌گیری مذهبی درونی و افسردگی دست یافتند. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندمتغیری نیز وجود رابطه چندگانه را بین جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی و باورهای غیرمنطقی، با افسردگی در بیماران مورد تأیید قرار داد. در یک پژوهش نشان داده شد که معنویت کودکان (نه فعالیت دینی)، قویاً با شادکامی آنها رابطه داشت. کودکان معنوی‌تر شادتر بودند. *علوی و رنجبر شورآبادی (۱۳۸۹)*، پژوهشی به منظور شناسایی

میزان تأثیر دیانت (دانش، نگرش و رفتار دینی) بر شادی دانش‌آموزان انجام دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که دانش دینی بر شادی دانش‌آموزان مؤثر نیست، اما نگرش و رفتار دینی دانش‌آموزان بر شادی آنها تأثیر دارد. *حیدری رفعت و عنایتی‌نویں‌فر* (۱۳۸۹)، *صحرائیان و همکاران* (۱۳۸۹) و *کاظمیان مقدم و مهربانی‌زاده هنرمند* (۱۳۸۸)، بین نگرش دینی و شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار به دست آوردند. *قمری* (۱۳۸۹) و *روحانی و معنوی‌پور* (۱۳۸۷)، بین دین‌داری با شادکامی همبستگی مثبت معناداری به دست آوردند. *مالپر*، در پژوهش خود رابطه میان معنویت، دین و شادکامی را بررسی کرده است. نتایج نشان داد که میان معنویت، دین و سلامت روانی شخص و دین و رضایت از زندگی، رابطه معنی‌داری وجود ندارد، ولی میان رضایت از زندگی و سلامت شخص، و دین و معنویت رابطه معنادار وجود دارد (مالپر، ۲۰۱۰، ص ۱۴۸). *عقیلی و ونداش کومار* (۲۰۰۸، ص ۶۶-۶۹)، در پژوهشی گزارش نمودند که بین تمام خرده‌مقیاس‌های نگرش مذهبی و شادکامی رابطه مثبت وجود دارد.

در اکثر مطالعات انجام‌شده، بین مذهب و شادکامی رابطه مثبت معناداری گزارش شده است. دیدگاه‌های متناقض و متعارض در ادبیات نظری و تجربی در زمینه «تأثیر مذهب بر سلامت روان»، بسیار رایج است. برخی تحقیقات، حامی ارتباط بین پیامدهای مثبت روانی و مذهب می‌باشد. برخی دیگر، در اثبات وجود ارتباط بین «مذهب» و «سلامت روانی» شکست خورده‌اند. برای نمونه، *نوذری و غلامی* (۱۳۸۹)، بین التزام عملی به اعتقادات و سلامت روان رابطه منفی و معنی‌داری را گزارش کردند. همین نتایج ضد و نقیض در زمینه ارتباط بین مذهب و شادکامی پیدا شده است. برای نمونه، *پولوما و بانالتون* (۱۹۹۰)، یک ارتباط مثبت را بین مذهبی بودن و شادکامی فراگیر پیدا کردند. *امالویس و همکاران* (۱۹۹۷)، هیچ ارتباطی بین مذهبی بودن و شادکامی نیافتند. یکی از دلایل این یافته‌های متفاوت، می‌تواند علاوه بر شرایط فرهنگی و ارزشی متفاوت در جوامع مختلف، استفاده از ابزارهای گوناگون توسط محققان جهت سنجش شادکامی و نیز مذهب باشد.

استاوروا و همکاران (۲۰۱۲)، در پژوهش خود، شادکامی افراد مذهبی را براساس هنجارهای اجتماعی در کشورهای مختلف بررسی کرده‌اند. آنها به این نتیجه رسیده‌اند در صورتی که دین در بافت ملی کشوری باشد، دین‌داری موجب افزایش سلامت روانی می‌شود؛ زیرا در چنین کشورهایی که دین ارزش به حساب می‌آید، به کسانی که مسایل دینی را رعایت می‌کنند، احترام بیشتری گذاشته می‌شود. این امر، موجب شادکامی بیشتر آنهاست.

شناخت رابطه میزان عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری مذهبی با شادکامی، می‌تواند به اولیا، مربیان، روان‌شناسان و مشاوران در حوزه‌های بالینی، رفتاری، دینی، اجتماعی و فرهنگی یاری رساند (روحانی و معنوی‌پور، ۱۳۸۷). اثرات دین در زندگی موجب گشته تا عده‌ای از روان‌شناسان به این نتیجه‌گیری برسند که برای تشخیص و ارزیابی دقیق‌تر بیماران، بهتر است یک طبقه تشخیص جدید به فهرست راهنمای تشخیص و آماری اضافه گردد. در این طبقه جدید، مسایل و مشکلات دینی از قبیل استرس ناشی از فقدان ایمان، تغییر فرقه دینی، افراط در باورها و اعمال دینی، پیوستن به یک جریان دینی جدید و مسایل معنوی دیگر مطرح شود (آزموده و همکاران، ۱۳۸۶). به‌رغم پژوهش‌های بسیار زیاد و شناسایی بسیاری از همبسته‌ها و تعیین‌کننده‌های شادکامی، به نظر می‌رسد انجام پژوهش‌های بیشتر در این حوزه لازم و ضروری است. بنابراین، با توجه به پژوهش‌های قبلی و نیز نقش گسترده مذهب در زندگی بشر و نیز آنچه که در مورد رابطه مهم بین مذهب و شادکامی بیان شد، مسئله اصلی این تحقیق این است که چه رابطه‌ای بین میزان عمل به باورهای دینی و اجزای آن و جهت‌گیری مذهبی با شادکامی در دختران وجود دارد؟

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانشجویان دانشگاه‌های وابسته به وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در شهر تهران می‌باشند که در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است؛ بدین صورت که از میان دانشگاه‌های مختلف شهر تهران، چهار دانشگاه علامه طباطبایی تهران، شهید بهشتی و الزهراء به صورت تصادفی انتخاب شدند. پرسش‌نامه‌ها در بین دانشجویان دختر خوابگاهی و همچنین در محیط دانشگاه پخش شد. افراد به صورت داوطلبانه به پرسش‌نامه پاسخ دادند. برای انجام این پژوهش، هر دانشجو پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد، جهت‌گیری مذهبی (درونی و بیرونی) آلپورت و راس و عمل به باورهای دینی (معبد ۱) گلزاری را تکمیل کرد. در مجموع ۲۴۷ نفر پرسش‌نامه را تکمیل کردند.

ابزار پژوهش

مقیاس عمل به باورهای دینی (معبد ۱)

آزمون معبد توسط گلزاری (۱۳۷۷) هنجار شده، دارای ۲۵ ماده است که عمل به باورهای دینی را اندازه می‌گیرد. آزمون معبد در آخرین فرم خود، دارای ۶۵ سؤال است که عمل و نه

اعتقاد و انگیزش، به باورهای اسلامی را اندازه می‌گیرد. مواد آزمون در چهار حوزه عمل به واجبات (خواندن نمازهای واجب و گرفتن روزه‌های واجب)، به مستحبات (خواندن نماز در مسجد، خواندن نمازهای مستحبی، مطالعه در مورد موضوعات دینی)، فعالیت‌های مذهبی (عضویت در گروه‌های مذهبی، مخالفت جدی با کسی که علیه دین و مذهب فرد مبارزه کند، پرداخت کمک‌های مالی منجر به پیشرفت دین و...) و در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌های زندگی (اهمیت دادن به مذهبی بودن همسر و پایبندی او به اعتقادات دینی، اهمیت دادن به مذهبی بودن دوستان صمیمی، تربیت فرزندان پایبند دین) قرار دارد. سؤالات آزمون با توجه به رفتارهای دینی رایج در جوانان متدین در اسلام انتخاب شده است. هر سؤال پنج گزینه دارد که از صفر تا چهار نمره‌گذاری می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ این آزمون، توسط مؤلف ۰/۹۴ گزارش شده است. در این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ آزمون معبد در حالت کلی ۰/۹۶۵ به دست آمد. ضریب آلفای هر یک از مؤلفه‌ها به ترتیب عبارتند از: مؤلفه عمل به واجبات ۰/۷۷۰، عمل به مستحبات ۰/۷۴۸، فعالیت‌های مذهبی (عضویت در گروه‌های مذهبی و...) ۰/۸۴۲ و در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌های زندگی ۰/۹۴۰ به دست آمد.

مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت و راس

این مقیاس دارای ۲۰ سؤال می‌باشد که ۱۲ سؤال آن به جهت‌گیری بیرونی و ۹ سؤال آن به جهت‌گیری درونی اشاره می‌کند (دوناو، ۱۹۸۵). در تحقیقات انجام گرفته در ایران، پایایی این آزمون (آلفای کرونباخ) حدود ۰/۷ بوده است (جان‌بزرگی، ۱۳۸۶؛ مختاری و همکاران، ۱۳۷۹). در این پژوهش، اعتبار این مقیاس به روش آلفای کرونباخ محاسبه گردید که ضریب آلفای معادل ۰/۷۰۲ به دست آمد.

مقیاس شادکامی

این ابزار در ۱۹۸۹ توسط آرجیل و لو تهیه شده است. این پرسش‌نامه، دارای ۲۹ ماده می‌باشد. مؤلفان ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰/۹ گزارش کردند (علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸). در ایران تحقیقات انجام گرفته نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه، بیش از ۰/۹ می‌باشد (علی‌پور و نوربالا، ۱۳۷۸؛ ثابت و لطفی کاشانی، ۱۳۸۹). در این پژوهش، اعتبار این مقیاس به روش آلفای

کرونباخ محاسبه گردید که ضریب آلفا معادل ۰/۹۲۷ به دست آمد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS۱۸ و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری، به روش ورود مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش

میانگین سن نمونه حاضر، ۲۷/۲۷ ± ۳/۳۶ بود. همچنین ۲۲۴ نفر (۹۰/۷ درصد)، از نمونه مجرد و ۲۳ نفر (۹/۳ درصد) متأهل بودند. میانگین و انحراف معیار آزمون‌های انجام گرفته در جدول ۱ نشان داده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات جهت‌گیری درونی و بیرونی، عمل به باورهای دینی و شادکامی

شاخص‌های آماری متغیرها	میانگین	انحراف معیار
جهت‌گیری درونی	۲۹/۷۸	۷/۰۶
جهت‌گیری بیرونی	۳۷/۲۴	۸/۲۸
عمل به باورهای دینی	۴۳/۳۷	۲۲/۰۵
شادکامی	۴۲/۲۳	۱۳/۵

نتایج بررسی ارتباط بین متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین شادکامی و عمل به باورهای دینی ($r = ۰/۲۳$, $p < ۰/۰۵$) و بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی درونی ($r = ۰/۲۷$, $p < ۰/۰۵$)، ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد و بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی بیرونی، ارتباط معنی‌دار و منفی وجود دارد ($r = -۰/۲۰$, $p < ۰/۰۵$). بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی و عمل به باورهای دینی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد ($r = -۰/۵۳۷$, $p < ۰/۰۵$). بین جهت‌گیری مذهبی درونی با میزان عمل به باورهای دینی ارتباط معنی‌داری دیده نشد. بین کلیه مؤلفه‌های عمل به باورهای دینی و شادکامی، ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد (جدول ۲).

جدول ۲. ماتریس همبستگی میزان مؤلفه‌های عمل به باورهای دینی با شادکامی

متغیرها	عمل به واجبات	عمل به مستحبات	عمل به فعالیت‌های مذهبی	در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها	شادکامی
عمل به واجبات	۱	**، ۰/۷۱۶	**، ۰/۷۶۶	**، ۰/۸۲۳	**، ۰/۲۳۶
عمل به مستحبات		۱	**، ۰/۷۳۲	**، ۰/۷۱۴	**، ۰/۲۸۹
عمل به فعالیت‌های مذهبی			۱	**، ۰/۸۶۱	**، ۰/۱۶۵
در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها				۱	*، ۰/۱۵۰
شادکامی					۱

* ۰/۰۵P< ** ۰/۰۱P<

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه مؤلفه‌های چهارگانه عمل به باورهای دینی با شادکامی. با استفاده از روش ورود

متغیر ملاکی	شاخص‌های آماری	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضرایب رگرسیون			F	P
				β	t	P		
شادکامی	عمل به واجبات	۰/۲۸۹	۰/۰۸۴	۰/۳۵۹	۳/۱۵۳	۰/۰۰۲	۷/۰۰۸ ۰/۰۰۱	
	عمل به مستحبات	۰/۲۹۶	۰/۰۸۷	-۰/۰۳۵	-۰/۳۶۴	-۰/۰۲۳		
	عمل به فعالیت‌های مذهبی	۰/۳۱۱	۰/۰۹۷	-۰/۲۳۷	-۲/۰۹۶	-۰/۱۳۴		
	در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها	۰/۳۲۲	۰/۱۰۴	۰/۱۹۴	۱/۴۰۱	۰/۰۹۰		
						۰/۱۹۲		

حضور عمل به واجبات پیش‌بینی‌کننده مستقل شادکامی نیستند. عمل به باورهای مذهبی در حضور عمل به واجبات پیش‌بینی‌کننده مستقل، معنادار و منفی شادکامی است، بدین‌معنا که با افزایش عمل به فعالیت‌های مذهبی، میزان شادکامی در افراد کاهش می‌یابد. متغیر در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌های مذهبی رابطه معناداری با شادکامی ندارد.

بر اساس آنچه که در جدول ۴ دیده می‌شود، متغیر جهت‌گیری بیرونی و درونی مذهبی در حضور عمل به باورهای دینی به‌طور مثبت و معنادار شادکامی را پیش‌بینی می‌کنند دارد و عمل به باورهای دینی در حضور جهت‌گیری بیرونی و درونی به صورت منفی و معنادار شادکامی را پیش‌بینی می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی رابطه میزان عمل به باورهای دینی و اجزای آن و جهت‌گیری مذهبی (درونی و بیرونی) با شادکامی در دانشجویان دختر بود. این تحقیق نشان داد که در تحلیل دو متغیری بین میزان عمل به باورهای دینی و شادکامی، ارتباط معنادار و مثبتی وجود دارد. همچنین کلیه خرده‌آزمون‌های عمل به باورهای دینی با شادکامی ارتباط در بررسی دو متغیری ارتباط مثبت و معناداری دارند. این نتایج، با تحقیقات قمری (۱۳۸۹)، علوی و رنجبر شوش‌آبادی (۱۳۸۹)، حیدری رفعت و عنایتی‌نوین‌فر (۱۳۸۹)، صحرائیان و همکاران (۱۳۸۹)، روحانی و معنوی‌پور (۱۳۸۷)، استاوروا (۲۰۱۳)، استینر و همکاران (۲۰۱۰)، مالپر (۲۰۱۰)، علی (۲۰۱۰)، هولدر و همکاران (۲۰۱۰) و ناهمسو بانوذری و غلامی (۱۳۸۹) است. به‌طورکلی، با توجه به یافته‌های این پژوهش و پژوهش‌های پیشین، به نظر می‌رسد که باورهای مذهبی یکی از عوامل تأثیرگذار بر احساس شادکامی است. در تبیین این رابطه، چندین امکان را باید مورد توجه قرار داد: ۱. مذهب احساس معنی‌دار بودن زندگی را به انسان می‌دهد و موجب امیدواری می‌شود؛ ۲. مذهب به عنوان مروج رفتار مثبت، یک سبک سالم برای زندگی پیشنهاد می‌کند، هنجارهای شایسته اجتماعی را تشویق و رفتارهای ناپسند را زشت می‌شمرد؛ ۳. از آنجاکه بسیاری از آیین‌های مذهبی در گردهمایی‌های مذهبی رخ می‌دهند، مذهب موجب پدیدآمدن روابط نزدیک و صمیمی با افراد دیگر می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فراوانی روابط نزدیک با دیگران، یکی از همبسته‌های احساس شادکامی است (سلیگمن و کیکزنت میهالی، ۲۰۰۰).

حضور و شرکت در امور مذهبی، می‌تواند برای افراد حمایت اجتماعی ایجاد می‌کند. این خود بر خوشحالی و روحیه و خلق بالای افراد اثر دارد. ضمن اینکه، تجربه و اعمال دینی می‌تواند موجب

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه جهت‌گیری بیرونی و درونی مذهبی و عمل به باورهای دینی با شادکامی. با استفاده از روش ورود

متغیر ملاکی	شاخص‌های آماری	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضرایب رگرسیون			F	P
				β	t	P		
شادکامی	جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۰/۲۷۳	۰/۰۷۴	۰/۳۰۵	۵/۱۱۳	۰/۰۰۱	۱۴/۶۴۲ ۰/۰۰۱	
	جهت‌گیری مذهبی درونی	۰/۳۷۰	۰/۱۳۷	۰/۱۶۹	۲/۴۰۸	۰/۰۱۷		
	عمل به باورهای دینی	۰/۳۹۱	۰/۱۵۳	-۰/۱۵۳	-۲/۱۷۰	-۰/۱۳۸		

بر اساس آنچه که در جدول ۳ نشان داده شده است، متغیر عمل به واجبات پیش‌بینی‌کننده مستقل، معنادار و مثبت شادکامی است؛ متغیر عمل به مستحبات و در نظر گرفتن مذهب در تصمیم‌گیری‌ها در

ایجاد احساس ارتباط فرد با خدا می‌شود. این ارتباط از جهاتی شبیه ارتباط با انسان‌هاست که موجب خشنودی از زندگی زناشویی می‌شود. از این‌رو، کسانی که در زمینه دین به اعتقاد رسیده باشند و در عمل به باورهای دینی خود موفق باشند، ممکن است در همدلی، مسئولیت‌پذیری و انعطاف‌پذیری توفیق بیشتری داشته باشند. به همین دلیل، چنین افرادی احتمالاً توانایی بالایی برای بهبود در روابط و تعاملات خود دارند. در نتیجه، سازگاری و رضایت‌مندی بیشتری از زندگی خود داشته و افرادی شادکام هستند.

بسیاری از مطالعات، شواهدی برای رابطه مثبت بین دین‌داری و سلامتی فراهم کرده‌اند. بیشتر مطالعات موجود در ادبیات جامع، دست‌کم یک ارتباط مثبت بین درگیری مذهبی و شاخص‌های سلامتی (شادکامی، رضایت از زندگی و...) گزارش کرده‌اند (آزموده و همکاران ۱۳۸۶؛ احتشام‌زاده و همکاران ۱۳۹۰؛ جان‌بزرگی، ۱۳۸۶؛ صادقی، ۱۳۸۸، ص ۱۰۶). مذهب، نظام‌های معنا و ساختارهای اجتماعی فراهم می‌کند و رفتار را تنظیم می‌کند. مذهب با نسبت دادن ارزش به رفتارهای خاص به مردم کمک می‌کند تا اهدافی را برای درگیر شدن در رفتارهای خاص (مانند کم کردن وزن) و اجتناب از رفتارهای دیگر (مانند مصرف الکل) ایجاد کنند که می‌تواند سلامت جسمانی و روانی را ارتقا دهد. در حقیقت، به نظر می‌رسد دین‌داری، درگیر شدن در رفتارهای ارتقادهنده سلامتی، مانند ورزش و غیره را افزایش می‌دهد. درگیری مذهبی، تعداد رفتارها و نگرش‌هایی را که تأثیر مثبتی بر سلامتی دارند، ارتقا می‌دهد. افراد مذهبی، در مقایسه با افراد غیرمذهبی، از نظر اجتماعی فعال‌تر هستند و سطوح بالای حمایت اجتماعی را دارند. همچنین مذهبی بودن، با سطوح بالای خوش‌بینی و امید همراه است که هر دو ویژگی اشخاص دارای سلامتی و رضایت از زندگی است. بنابراین، ارتباط بین مذهبی بودن و سلامتی به نظر می‌رسد، هم توسط منابع روانی اجتماعی میان‌فردی محور، مانند حمایت اجتماعی، و منابع روانی اجتماعی درون‌فردی محور، مانند امید و خوش‌بینی تعدیل می‌شود (کوئینگ و لارسون، ۲۰۰۱؛ میلر و تورسن، ۲۰۰۳؛ میرز، ۲۰۰۰).

اما در تحلیل رگرسیون چندمتغیری تنها خرده‌آزمون‌های عمل به فعالیت‌های مذهبی و عمل به واجبات، به طور مستقل شادکامی را پیش‌بینی می‌کردند. عمل به واجبات، به‌طور مثبت و عمل به فعالیت‌های مذهبی، به‌طور منفی شادکامی را پیش‌بینی می‌کردند. عمل به واجبات، معیار معتبری برای دین‌ورزی است. از این‌رو، می‌توان گفت: تنها پیش‌بینی‌کننده آماری مثبت شادکامی این خرده‌آزمون می‌باشد. به عبارت دیگر، در حضور خرده‌آزمون عمل به واجبات سایر خرده‌آزمون‌ها (عمل به

مستحبات و در نظر گرفتن مذهب در فعالیت‌های مذهبی)، به‌طور مستقل نمی‌تواند میزان شادکامی را تبیین نمایند. با توجه به اینکه در روش آماری رگرسیون چندمتغیری، همبستگی بین ماده‌ها موجب می‌شود تنها موادی وارد تحلیل شوند که پس از حذف اثر سایر متغیرهای پیش‌بین قبلی با متغیر وابسته، هنوز همبستگی نشان می‌دهند، از این‌رو، حذف شماری از مواد در نتایج همبستگی چندمتغیری بدین معنا نیست که این مواد با احساس شادکامی همبستگی ندارند، بلکه به این معناست که آنها قدرت پیش‌بینی بیشتری، افزون بر متغیرهای پیش‌بین ندارند. در این پژوهش، در تحلیل رگرسیون چندمتغیری میزان عمل به فعالیت‌های مذهبی به‌طور مستقل و منفی شادکامی را پیش‌بینی می‌کند. به عبارت دیگر، در حضور خرده‌آزمون‌هایی چون عمل به واجبات این خرده‌آزمون، به‌طور منفی شادکامی پیش‌بینی می‌کند. درحالی‌که در تحلیل دومتغیری آن ارتباط مثبت و معنی‌دار می‌باشد.

به نظر می‌رسد، با توجه به توضیحات داده‌شده، آنچه مهم است این است که متغیر عمل به باورهای دینی ارتباط معنی‌دار و مثبتی با شادکامی، در حضور متغیر عمل به واجبات ندارد. بررسی مواد خرده‌آزمون عمل به فعالیت‌های مذهبی، نشان می‌دهد که حدود ۴۰٪ موارد مطرح‌شده مربوط به پرداخت‌های مالی دینی می‌باشد که در جامعه ما بانوان دانشجوی، کمتر درگیر آن می‌باشند. از سوی دیگر، پژوهش ما اولین پژوهشی بود که به واریس ارتباط خرده‌آزمون‌های عمل به باورهای دینی با شادکامی پرداخت. از این‌رو، برای تفسیر نتایج آن لازم است مطالعات بیشتری در این‌باره صورت گیرد. بنابراین، تحقیق ما نشان داد که بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی درونی، ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. نتایج تحقیق ما با نتایج تحقیق ملتفت و همکاران (۲۰۱۰)، احتشام‌زاده و همکاران (۱۳۹۰)، آزموده و همکاران (۱۳۸۶) و عقیلی و کومار (۲۰۰۸) همسو می‌باشد. همچنین نتایج تحقیق ما نشان داد که بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی بیرونی، ارتباط منفی و معناداری وجود دارد که با تحقیقات وارد (۲۰۱۰، ص ۱۱۵)، بیانی و همکاران (۱۳۸۷) همسو و با تحقیق عقیلی و کومار (۲۰۰۸) ناهمسو می‌باشد.

دین‌داری درونی، سبکی از دین‌داری است که فرد برای به‌دست آوردن احساس معنی و هدف در زندگی بدان تمایل دارد. بدون اینکه منافع اجتماعی را - که به واسطه دین‌داری برایش حاصل می‌شود- در نظر بگیرد. این افراد، به دین نگاه ابزاری ندارند و وسیله‌ای برای ارضای نیازهای آنها نمی‌باشد. به اعتقاد آلپورت، تنها دین‌داری درونی با سلامت روانی ارتباط مثبت دارد. برای افرادی که جهت‌گیری مذهبی آنها بیرونی است، به مذهب به‌عنوان عادت‌ی تشریفاتی می‌نگرند که برای آرامش شخصی،

خانوادگی و غیره مورد استفاده قرار می‌گیرد. دین برای این افراد مقام، اعتماد به نفس، نفوذ و قدرت را به همراه می‌آورد. این افراد، به خدا روی می‌آورند، ولی از خود دور نمی‌شوند (جان‌بزرگی، ۱۳۸۶). از دیدگاه برگین نیز، همچنان‌که در مقدمه به آن اشاره شد، افرادی که جهت‌گیری مذهبی درونی دارند، به علت نوع تعبیر و تفسیری که از وقایع دارند استرس کمتری را تجربه می‌کنند، اما افرادی که جهت‌گیری مذهبی بیرونی دارند، به علت نگاه ابزاری به دین، استرس بیشتری را تجربه می‌کنند.

نتایج این پژوهش، نشان می‌دهد که بین عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری بیرونی ارتباط معنی‌داری دیده نشد و بین عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری درونی ارتباط معنی‌دار و منفی دیده شد. در تبیین یافته‌های فوق می‌توان گفت: عمل به باورهای دینی از اعتقادات دینی جدا می‌باشد؛ به این معنا که فرد می‌تواند به اصولی معتقد باشد، اما به هر دلیلی اعمال مربوط به این اعتقاد را به انجام نرساند. این فرد اعتقاد دینی دارد، ولی عمل به باورهای دینی ندارد (گلزاری، ۱۳۷۷، ص ۷۵). به عبارت دیگر، بسیاری از افراد اعتقادات دینی دارند، اما این اعتقاد در سطح شناختی باقی مانده است و به سطح رفتاری آنان سرایت نکرده است.

از سوی دیگر، با توجه به اینکه هر دو آزمون مورد اشاره، درصد سنجش دینداری می‌باشند، ارتباط منفی و معنی‌دار بین عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری درونی، می‌تواند به صورت عدم ارتباط مثبت و معنی‌دار تعبیر شود. با توجه به آنچه گفته شد و نتایج تحقیق ما، می‌توان گفت: عمل به باورهای دینی و جهت‌گیری مذهبی جنبه‌های متفاوتی از دین‌داری را تحلیل می‌کنند.

تحلیل رگرسیون چندمتغیری، نشان داد که جهت‌گیری درونی و بیرونی به‌طور مستقل و مثبت، و باورهای دینی به صورت منفی و مستقل شادکامی را تبیین می‌کنند. در توضیح نتایج فوق، می‌توان گفت: جهت‌گیری مذهبی و عمل به باورهای دینی، به جنبه‌های متفاوتی از دینداری توجه می‌کنند و آنها را مورد سنجش قرار می‌دهند. از این رو، به نظر می‌رسد، در حضور جهت‌گیری درونی و بیرونی مذهبی، که صورت مثبت شادکامی را پیش‌بینی می‌کنند، عمل به باورهای دینی تعدیل‌کننده این پیش‌بینی می‌باشد.

از سوی دیگر، افرادی وجود دارند که هم با جهت‌گیری مذهبی بیرونی و هم با جهت‌گیری مذهبی درونی موافق هستند. به عبارت دیگر، مذهبشان هم جهت‌گیری بیرونی دارد و هم درونی. این افراد از نظر جهت‌گیری مذهبی، نامتمایز می‌باشند (هود، ۱۹۷۶). به نظر بعضی از محققان، داشتن همراه بودن هر دو جهت‌گیری بیرونی و درونی در فرد، دارای مزایای بیشتری نسبت به جهت‌گیری درونی صرف می‌باشد؛ زیرا فرد از مزایای ترکیب این دو جهت‌گیری مذهبی بهره‌مند می‌شود (میلوسکی، ۲۰۰۲).

محدودیت‌های پژوهش

۱. پژوهش حاضر به ابزارهای مورد استفاده در این تحقیق وابسته بود. از این رو، کیفیت نتایج تابع ویژگی‌های پرسش‌نامه‌های عمل به باورهای دینی *گلزاری*، جهت‌گیری مذهبی (درونی و بیرونی) *آلپورت* و شادکامی *آکسفورد* می‌باشد.

۲. نتایج این پژوهش، منوط به پاسخ‌های آزمودنی‌ها می‌باشد؛ چراکه ممکن است آزمودنی در پاسخ‌گویی به سؤالات اصل صداقت را رعایت نکرده باشد. چه بسا پاسخ‌گویان، به صراحت باورهای خویش را نگویند یا بکشند خود را بهتر از آنچه هستند نشان دهند. این امر، می‌تواند بر یافته‌های به دست آمده در این پژوهش تأثیر بگذارد. از این رو، تعمیم یافته‌ها باید با احتیاط انجام شود.

۳. چون طرح مطالعه حاضر از نوع همبستگی است، نه آزمایشی، ادعای روابط علی در میان متغیرهای مورد مطالعه ممکن نیست؛ زیرا می‌توان گفت: بین دین‌داری و میزان شادکامی رابطه وجود دارد، اما نمی‌توان ادعا کرد دین‌داری علت شادکامی است. این محدودیت‌ها ارزش یافته‌های فعلی را نمی‌کاهد، اما نتایجی را که می‌توان درباره متغیرهای مورد مطالعه گرفت، محدود می‌کند.

منابع

- آزموده، پیمان و همکاران، ۱۳۸۶، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با سرسختی و شادکامی در دانشجویان»، *روان‌شناسی*، سال یازدهم، ش ۱، ص ۶۰-۷۴.
- احتشام‌زاده، پروین و همکاران، ۱۳۹۰، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و باورهای غیرمنطقی با افسردگی بیماران MS»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، سال پنجم، ش ۲۰، ص ۵۵-۶۷.
- آذربایجانی، مسعود و سیدمهدی موسوی اصل، ۱۳۸۵، *درآمدی بر روان‌شناسی دین*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- بیانی، علی‌اصغر و همکاران، ۱۳۸۷، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با اضطراب و افسردگی در دانشجویان»، *اصول بهداشت روانی*، سال دهم، ش ۳، ص ۲۰۹-۲۱۴.
- ثابت، مهرداد و فرح لطفی کاشانی، ۱۳۸۹، «هنجاریابی آزمون شادکامی آکسفورد»، *اندیشه و رفتار*، دوره چهارم، ش ۱۵، ص ۷-۱۸.
- جان‌بزرگی، مسعود، ۱۳۸۶، «جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان»، *پژوهش در پزشکی*، دوره سی‌ویکم، ش ۴، ص ۳۴۵-۳۵۰.
- حیدری‌رفعت، ابوذر و علی عنایتی‌نوین‌فر، ۱۳۸۹، «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس»، *روان‌شناسی دین*، سال سوم، ش ۴، ص ۶۱-۷۲.
- روحانی، عباس و داود معنوی‌پور، ۱۳۸۷، «رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، ش ۳۵ و ۳۶، ص ۱۸۹-۲۰۶.
- صادقی، سمیه، ۱۳۸۸، *رابطه عمل به باورهای دینی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان شهر قم*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، تهران، دانشگاه علامه طباطبائی.
- صحرائیان، علی و همکاران، ۱۳۸۹، «رابطه نگرش مذهبی و شادکامی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز»، *افتخ دانش*، دوره هفدهم، ش ۱، ص ۶۹-۷۵.
- علوی، سیدحمیدرضا و زهرا رنجبر شورآبادی، ۱۳۸۹، «تأثیر دیانت بر شادی دانش‌آموزان مدارس دخترانه مقاطع راهنمایی و دبیرستان ناحیه ۲ شهر کرمان»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، سال چهارم، ش ۷، ص ۶۵-۷۸.
- علی‌پور، احمد و احمدعلی نوربالا، ۱۳۷۸، «بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران»، *اندیشه و رفتار*، سال پنجم، ش ۱ و ۲، ص ۵۵-۶۵.
- علی‌محمدی، کاظم و مسعود جان‌بزرگی، ۱۳۷۸، «بررسی رابطه بین شادکامی با جهت‌گیری مذهبی و شادکامی روان‌شناختی و افسردگی در دانش‌پژوهان مؤسسه امام خمینی قم سال تحصیلی ۸۶-۸۵»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۲، ص ۱۳۱-۱۴۶.
- قمری، محمد، ۱۳۸۹، «بررسی رابطه دین‌داری و میزان شادمانی در بین دانشجویان به تفکیک جنسیت و وضعیت تأهل»، *روان‌شناسی و دین*، سال سوم، ش ۳، ص ۷۵-۹۱.
- کاظمیان‌مقدم، کبری و مهناز مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۸۸، «بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *روان‌شناسی و دین*، سال دوم، ش ۴، ص ۱۵۷-۱۷۴.

- گلزاری، محمود، ۱۳۷۷، *ساخت و اعتباریابی مقیاس عمل به باورهای دینی*، پایان‌نامه دکتری روان‌شناسی، تهران، دانشگاه علامه طباطبائی.
- مختاری، عباس و همکاران، ۱۳۷۹، «رابطه جهت‌گیری مذهبی با میزان تنبیدگی»، *روان‌شناسی*، ش ۱۷، ص ۵۶-۶۷.
- میرشاه جعفری، ابراهیم و همکاران، ۱۳۸۱، «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، *تازه‌های علوم شناختی*، سال چهارم، ش ۳، ص ۵۰-۵۸.
- نوذری، جمشید و یونس غلامی، ۱۳۸۹، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و التزام عملی به اعتقادات اسلامی با سلامت روان دانشجویان»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، سال چهارم، ش ۷، ص ۲۵-۴۲.
- Aghili, M, & Kumar, GV, ۲۰۰۸, Relationship between religious attitudes and happiness among professional employees, *Journal of Indian Academy of applied psychology*, v. ۳۴ (Special issue), p. ۶۶-۶۹.
- Allport, G, ۱۹۶۸, *The person in psychology*, Boston, Beacon Press.
- Aly, HA, ۲۰۱۰, *Spirituality and psychological well-being in muslim community: an exploration study*, PH.D dissertation, University of LA verna.
- Argyl, M, ۲۰۰۱, *Causes and correlates of happiness, The foundation of hedonic psychology*, New York: Russell Sage Foundation.
- Bergin, AE, ۱۹۹۱, Values and Religious Issues in Psychotherapy and Mental Health, *American Psychologist*, v. ۴۶(۴), p. ۳۹۴-۴۰۳.
- Donahue, MJ, ۱۹۸۵, Intrinsic and extrinsic religiousness: Review and meta analysis, *Journal of personality and Social psychology*, v. ۴۸, p. ۲۲۴-۲۳۵.
- Holder, MD, & et al, ۲۰۱۰, Spirtudity, Religiousness and Happiness in Children aged ۸-۱۲ years, *The journal of Happiness Studies*, v. ۱۱, p. ۱۳۱-۱۵۰.
- Hood, RW, ۱۹۷۶, The usefulness of indiscriminately pro and anticategories of religious orientation, *Journal of scientific study of religion*, v. ۱۷, p. ۴۱۹-۴۳۱.
- Koenig, HG, & Larson, D, ۲۰۰۱, Religion and mental health: evidence for an association, *International review of psychiatry*, v. ۱۳(۲), p. ۶۷-۷۸.
- Lewis, C.A, & et al, ۱۹۹۷, Religiosity and happiness: No evidence for an association among undergraduates, *Personality & Individual Differences*, v. ۲۲, p. ۱۱۹-۱۲۲.
- Malpere, S, ۲۰۱۰, *The correlation between religion, spirituality and happiness*, M.S, Thesis, Kean University.
- Miller, W. R, & Thoresen, C. E, ۲۰۰۳, Spirituality, religion, and health: An emerging research field, *American psychologist*, v. ۵۸, p. ۳۴-۳۵.
- Milevsck, A, ۲۰۰۲, *Religion well being in adult and older adults*, Florida internatinal university. WWW.flu.edu.
- Myers, D. G, ۲۰۰۰, The funds, friends, and faith of happy people, *American psychologist*, v. ۵۵(۱), p. ۵۶-۶۷.
- Moltafet, G, & et al, ۲۰۱۰, Personality traits, Religion Orientation and happiness, *Social and Behavioural Science*, v. ۹, p. ۶۳-۶۹.

- Paloma, MM, & Pendleton, BF, ۱۹۹۱m, The effects of prayer and prayer experiences on measures of general well-being, *Journal of Psychology and Theology*, v.۱۹, p. ۷۱-۸۳.
- Seligman, MEP, & Csikszentmihalyi, M, ۲۰۰۰, Positive psychology: An introduction, *American Psychologist*, v. ۵۵, p. ۵-۱۴.
- Steiner, L, & et al, ۲۰۱۰, Economics, Religion and Happiness, *Journal for business, economics & ethics*, v. ۱۱(۱), p. ۹-۲۴.
- Stavrova, O, & et al, ۲۰۱۳, Why are religious people happy? The effect of the social norm of religiosity across countries, *Social Science Research*, v. ۴۲(۱), p. ۹۰-۱۰۵.
- Ward, AM, ۲۰۱۰, *The relationship between religiosity and religious coping to stress reactivity and psychological well being*, PH.D. dissertation, Georgia State University.
- Wulff, DM, ۱۹۹۷, *Psychology of religion*, ۲th, Jhon wiley&sons Inc, p. ۵۶-۶۷.
- Veenhoven, R, ۱۹۸۴, *Conditions of happiness*, Kluwer Academic.