

فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ

سال پنجم. شماره نوزدهم. بهار ۱۳۹۳

صفحات: ۵۹-۴۷

تاریخ وصول: ۱۳۹۲/۱/۲۴-تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۱/۱

## رابطه ی باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی با خوش بینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه

مرضیه نصیر\*

فرح نادری\*\*

### چکیده:

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ی باورهای مذهبی و انعطاف پذیریکنشی با خوش بینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه ی شهرستان دزفول بود. نمونه شامل ۳۰۰ نفر دانش آموز دختر بود که به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از: پرسشنامه ی باورهای مذهبی، پرسشنامه ی انعطاف پذیری کنشی کانر و دیویدسون (CD- RISC) و پرسشنامه ی خوش بینی (ASQ) که همگی از اعتبار و پایایی قابل قبولی برخوردار بودند. تحقیق حاضر از نوع همبستگی بود. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روش رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد که بین باورهای مذهبی با خوش بینی و انعطاف پذیری کنشی با خوش بینی رابطه ی مثبت معنادار وجود دارد. همچنین، نتیجه تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی به ترتیب پیش بینی کننده خوش بینی می باشند.

کلید واژگان: باورهای مذهبی، انعطاف پذیری کنشی ، خوش بینی

### مقدمه:

روانشناسی در قرن حاضر تلاش دارد تا مسیر مطالعات را به سوی مطالعه ی بیشتر جنبه های مثبت تجارب انسانی (از قبیل ویژگیهای مثبت انسانی، تجارب مثبت و همچنین جلوگیری از

\*کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، ایران. (نویسنده مسئول)؛  
marnasir2010@yahoo.com

\*\* استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات خوزستان، اهواز، ایران.

آسیبهای گوناگونی که در نتیجه‌ی احساس بی ثمری و بی معنایی در زندگی ظاهر می شوند) تغییر دهد

(سلیگمن<sup>۱</sup> و سیزنتمیهالی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲).

در این راستا، روانشناسی مثبت نگر با هدف تغییر سریع در روانشناسی، می کوشد تا به جای اشتغال صرف به درمان موارد شکست در زندگی، به ایجاد زندگی با کیفیت بهتر بپردازد و بدین منظور تلاش می کند تا ساختاری قوی را که طلایه دار درمان و پیشگیری از بیماریهای روانی است ارائه دهد. روانشناسی مثبت در سطح امور ذهنی به تجارب ذهنی مثبت از قبیل احساس بهزیستی، خشنودی، لذت بردن، لذتهای جسمانی، شادی، خوش بینی، امیدواری، ایمان و اعتقاد می پردازد. در سطح شخصیتی، روانشناسی مثبت نگر به صفات شخصیتی که در ارتباط با عشق، مهارتهای میان فردی، زیبایی شناختی، پشتکار، عفو و بخشش، ابتکار، دوراندیشی، استعداد، خرد و دانایی است، مربوط می شود، در سطح گروهی، روانشناسی مثبت نگر به موضوعاتی از قبیل مسئولیت پذیری، نوع دوستی، رفتار خوب، اعتدال و بردباری می پردازد که مردم را یاری می دهد تا به شهروندانی خوب مبدل شوند (اسنیدر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲).

روانشناسان مثبت گرا مایلند به شادتر زیستن انسانها کمک کنند، در این فرایند آنها به بررسی اینکه ماهیت شاد بودن چیست و چگونه نهادها و سازمانها می توانند به خرسندی و شادکامی افراد کمک کنند می پردازند. آنها معتقدند که خرسندی از زندگی به دنبال یافتن چالش ها، انتخاب اهداف شخصی و ایجاد معنا در زندگی ایجاد می شود (کوک<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴).

خوش بینی<sup>۵</sup> یکی از خصوصیات مثبت انسان است که طی دو دهه‌ی گذشته، توجه ویژه ای را در روانشناسی و علوم اجتماعی به خود جلب کرده است. خوش بینی به جهت گزینی اشاره دارد که در آن معمولاً پیامد های مثبت مورد انتظارند و این پیامد ها به عنوان نتایج و عوامل ثابت، کلی و درونی در نظر گرفته می شوند (پیترسون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۰).

خوش بینی و به طور کلی باور های مثبت بر بیماریها و سلامت روانی و جسمانی انسان تأثیر زیادی می گذارد. تایلر، کمنی، رید، باور و گرون والد<sup>۷</sup> (۲۰۰۰)، در این زمینه بیان می کنند که اگر ادراکات عادی انسان با یک مفهوم مثبت از خود و کنترل شخصی و یک دیدگاه خوش بینانه، حتی کاذب در مورد آینده همراه شود، نه تنها در اداره ی جزر و مد زندگی روزانه بلکه در کنار آمدن با حوادث بسیار استرس زا و تهدید زای زندگی، به افراد کمک می کند. پیترسون (۲۰۰۰) بیان می دارد که خوش بینی با خلق مثبت و اخلاق خوب رابطه دارد. خوش بینی با پشتکار، شهرت عمومی، موفقیت تحصیلی، ورزشی، نظامی، شغلی، سیاسی و سلامتی و حتی با طول عمر و فقدان ضربه های عاطفی رابطه ی مثبت نشان داده است.

در عصر حاضر دین پژوهی و پژوهش در زمینه ی دین و باور های مذهبی<sup>۸</sup> به شیوه ی عملی و با استفاده از روشهای مورد قبول در علوم انسانی، یکی از جدید ترین و مورد توجه ترین حیطه

<sup>۱</sup> - Seligman

<sup>۲</sup> - Csikszentmihaly

<sup>۳</sup> - Snyder

<sup>۴</sup> - Cook

<sup>۵</sup> Optimism

<sup>۶</sup> - Peterson

<sup>۷</sup> - Taylor, Kemeny, Reed, Brower & Gruenewald

<sup>۸</sup> Religious Beliefs

های پژوهشی در رشته های علمی و دانشگاهی است (آرگیل و هالحمی<sup>۹</sup>، ۱۹۷۵؛ برگین<sup>۱۰</sup>، ۱۹۸۳).

مذهب، مجموعه ای از اعتقادات، احساسات و اعمال فردی و جمعی است که حول مفهوم حقیقت غایی یا امر مقدس سازمان یافته است. باور مذهبی به معنای پذیرش، اقرار و تصدیق قلبی به اصول و شرایع دین است. به نظر آرگیل (۲۰۰۰)، باورهای مذهبی اغلب محوری ترین بعد دینداری محسوب می شوند و مذهبی بودن فرد را تعیین می کنند. پارگامنت<sup>۱۱</sup> (۱۹۹۷) معتقد است که افراد در خلاء و بدون منابع با رویدادهای پراسترس زندگی رو به رو نمی شوند، بلکه آنان به سیستم باورها و اعمالی همچون نماز و دعا تکیه می کنند که عواطف ناشی از موقعیتهای دشوار را کاهش می دهد ضمن آنکه فرد می تواند آنچه را در حال وقوع است به خواست خداوند که عمداً می خواهد او را مورد امتحان قرار دهد تا به او مطلبی بیاموزد نسبت دهد و یا موفقیتها و شکستهای روزمره را به عنوان پاداش و تنبیه الهی در نظر بگیرد. اسپیلکا، هود، هانسبرگر و گورساج<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۳) معتقدند این شیوه ی مقابله می تواند سودمند واقع شود و در واقع راه میانبری باشد که از طریق آن افراد می توانند راهبرد جدیدی را برای حل مسائل خویش به کار گیرند. انعطاف پذیری کنشی<sup>۱۳</sup> از جمله عوامل تأثیر گذار بر خوش بینی است. گارمزی<sup>۱۴</sup> و ماستن<sup>۱۵</sup> (۱۹۹۱)، انعطاف پذیری کنشی را یک فرایند، توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز با شرایط تهدید کننده تعریف کرده اند. انعطاف پذیری کنشی صرفاً پایداری در برابر آسیبها یا شرایط تهدید آمیز نیست (حالت انفعالی در رویارویی با شرایط خطرناک نیست) بلکه شرکت فعال و سازنده ی فرد در محیط است و می توان گفت که انعطاف پذیری کنشی توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی- روانی در شرایط خطرناک می باشد (کانرودیدسون<sup>۱۶</sup>، ۲۰۰۳).

فردی که دارای انعطاف پذیری کنشی است، چاره ساز و انعطاف پذیر بوده، مطابق تغییرات محیطی خود را وفق می دهد و بعد از برطرف شدن عوامل فشارزا به سرعت به حالت بهبود باز می گردد. افرادی که در انتهای سطح پایین پیوستار تاب آوری هستند به مقدار ناچیزی خودشان را با موقعیتهای جدید وفق می دهند، اینها به کندی از موقعیتهای فشارزا به حالت عادی و طبیعی بهبود می یابند (سیبرت<sup>۱۷</sup>، ۲۰۰۷).

به اعتقاد ارک، سیمون، وینکلمن، استین، هیتکوک و پاولس<sup>۱۸</sup> (۲۰۰۸) افرادی که دارای خودانعطاف پذیری کنشی هستند اغلب با ایجاد هیجانانگیز مثبت پس از رویارویی های فشارزا به حالت طبیعی باز می گردند. افراد دارای انعطاف پذیری کنشی بدون اینکه سلامت روانشان کاهش یابد و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشارزا را پشت سر می گذارند، همچنین به نظر می رسد در بعضی موارد با وجود تجارب سختشان پیشرفت نیز کرده و کامیاب شده اند (واف، فریدریکسون و تایلر<sup>۱۹</sup>، ۲۰۰۸).

<sup>9</sup> Argyle & Hallahmi

<sup>10</sup> Bergin

<sup>11</sup> - Pargament

<sup>12</sup> - Spilka, Hood, Hunsberger & Gorsuch

<sup>13</sup> - Resilience

<sup>14</sup> - Garmezy

<sup>15</sup> - Masten

<sup>16</sup> - Conner & Davidson

<sup>17</sup> - Siebert

<sup>18</sup> - Arce, Simmons, Winkelman, Stein, Hitckock & Paulus

<sup>19</sup> - Waugh, Fredrickson & Taylor

برخی تحقیقات به ارتباط باورهای مذهبی، و انعطاف پذیری کنشی خوش بینی اشاره کرده اند. نتایج پژوهشی که تریزا<sup>۲۰</sup> (۲۰۱۰) با عنوان خوش بینی، انعطاف پذیری کنشیو ارتباط میان آنها انجام داد، نشان داد که بین خوش بینی و انعطاف پذیری کنشیرابطه ی مثبت معنی داری وجود دارد و ارتباط بین انعطاف پذیری کنشیو خوش بینی به عنوان یک خصوصیت مهم مطرح است. همچنین در پژوهشی که ریولی<sup>۲۱</sup> (۲۰۰۶) با عنوان، انعطاف پذیری کنشی، خوش بینی و خصوصیات شخصیتی انجام داد، نتایج نشان داد که انعطاف پذیری کنشی با ترکیب خوش بینی، برون گرایی، گشودگی نسبت به تجربه ها، خودآگاهی بالاتر و روان رنجوری پایینتر رابطه معناداری دارد.

برنات<sup>۲۲</sup> (۲۰۰۹) در نتایج تحقیق خود با عنوان انعطاف پذیری کنشی نوجوانان و نقش مدارس در افزایش امیدواری، خوش بینی و موفقیت در دانش آموزان مدارس، گزارش داد که آموزش دادن معلمان بوسیله ی امیدواری، نقش مهمی در افزایش امیدواری، خوش بینی، انعطاف پذیری کنشی و موفقیت نوجوانان در مدرسه دارد. و نیز به دلیل اینکه دانش آموزان مقدار زیادی از وقت خود را در مدرسه صرف می کنند، مدرسه نقش مهمی در افزایش انعطاف پذیری کنشی نوجوانان دارد و انعطاف پذیری کنشی هم به نوبه ی خود در موفقیت دانش آموزان نقش مهمی ایفا می کند. نتایج مطالعات وال و بیجی و ست<sup>۲۳</sup> (۲۰۰۸)، با عنوان نقش خوش بینی و بهزیستی (سلامت) بر انعطاف پذیری کنشی نوجوانان، نشان داد که خوش بینی و بهزیستی (سلامت) نقش مهمی در افزایش انعطاف پذیری کنشی نوجوانان دارد.

فریدمن امی تود<sup>۲۴</sup> (۲۰۰۷) در پژوهشی تحت عنوان، انعطاف پذیری کنشی، خوش بینی، بهزیستی معنوی، مکان کنترل، تعادل روانشناختی و حمایت اجتماعی به عنوان پیشگویی کنندگان مهم پیامدهای موفقیت و سلامت در زنان با تجربه های آسیب زا، نشان داد که خوش بینی، حمایت اجتماعی، انعطاف پذیری کنشی و بهزیستی معنوی به عنوان پیشگویی کنندگان مهم پیامدهای سلامت بودند و اینکه خوش بینی، انعطاف پذیری کنشی، بهزیستی معنوی و حمایت اجتماعی رابطه ی معناداری با پیامدهای سلامت در زنان با تجربه های آسیب زا داشتند.

پرستون لی<sup>۲۵</sup> (۲۰۰۹) در نتایج بررسی هایش با عنوان روانشناسی مثبت و خصوصیات مذهبی به عنوان میانجی کننده ی حوادث منفی زندگی و نشانگان افسردگی در دانشجویان دانشگاه، نشان داد که حوادث و رویدادهای منفی زندگی با افزایش علائم افسردگی و کاهش خوش بینی و امیدواری ارتباط دارند و اینکه بین سطوح بالای خوش بینی، امیدواری، مذهب و معنویت رابطه ی معناداری وجود دارد.

هند و فلیپ<sup>۲۶</sup> (۲۰۰۳) به بررسی تأثیر حوادث مثبت و منفی زندگی بر خوش بینی، امیدواری، انعطاف پذیری کنشی و دریافت مکان کنترل، پرداختند. آنها دریافتند که بین هر یک از این متغیرها یعنی خوش بینی، امیدواری، انعطاف پذیری کنشی و دریافت مکان کنترل رابطه ی معناداری وجود دارد.

<sup>20</sup>-Theresa

<sup>21</sup>-Rioli

<sup>22</sup>-Bernat

<sup>23</sup>-Wollwage & Seth

<sup>24</sup>-Friedman Amy Thau

<sup>25</sup>- Preston Lee

<sup>26</sup>- Hand & Philip

نتایج پژوهشی که مام فورد و رز<sup>۲۷</sup> (۲۰۰۱)، با عنوان ارتباط بینانعطف پذیری کنشی ، خوش بینی، حمایت اجتماعی و تفاوت‌های جنسی در نوجوانان روستایی انجام دادند، نشان داد که بینانعطف پذیری کنشی ، خوش بینی و حمایت اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد و به علاوه خوش بینی و دریافت حمایت خانوادگی به عنوان مهمترین پیشگویی کنندگانانعطف پذیری کنشی بودند. و نیز این کهانعطف پذیری کنشی در مردان، نسبت به زنان بیشتر است. همسو با این پژوهشها در تحقیقاتی که جنیفر<sup>۲۸</sup> (۲۰۰۸) ، سلسمن ، برون، بریچتینگ و کارلسون<sup>۲۹</sup> (۲۰۰۵)، ماتیس ، فوتنتات ، هتچرکای ، گرایمن و بیل<sup>۳۰</sup> (۲۰۰۴)، هندرسون و گیسون<sup>۳۱</sup> (۲۰۰۳) ، هال و ایموگن الیزابت<sup>۳۲</sup> (۲۰۰۱) ، ستی و سلیگمن<sup>۳۳</sup> (۱۹۹۳) ، با عنوان ارتباط بین مذهب و معنویت و خوش بینی انجام دادند ، نتایج نشان داد که بین مذهب و معنویت و خوش بینی رابطه معناداری وجود دارد.

بالدوین<sup>۳۴</sup> (۲۰۱۰) در پژوهشی به بررسی رابطه ی بین انعطاف پذیری کنشی و خوش بینی پرداختند و به این نتیجه رسید که بینانعطف پذیری کنشیو خوش بینی رابطه‌ی مثبت معناداری وجود دارد.و به علاوهانعطف پذیری کنشی بطور مثبت با خوش بینی و بطور منفی با پریشانیها مرتبط است.

باتوجه به مطالب ارائه شده واهمیت موضوع این پژوهش به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا بین باورهای مذهبی وانعطف پذیری کنشی باخوش بینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه رابطه ساده و چندگانه وجود دارد؟

### روش پژوهش:

#### نمونه و روش نمونه گیری:

جامعه ی آماری در پژوهش حاضر شامل کلیه ی دانش آموزان دختر اول تا سوم سنین ۱۸-۱۶ سال دبیرستانهای دولتی شاخه نظری آموزش و پرورش شهرستان دزفول بود که در سه رشته ی علوم تجربی، علوم انسانی و ریاضی - فیزیک در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ مشغول به تحصیل بودند.که از این تعداد ۳۰۰ نفر به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. بدین صورت که تعداد کل کلاسهای دبیرستانها ۶۰کلاس بود که از این تعداد ۱۰کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند.

### ابزارهای پژوهش:

#### الف) پرسشنامه ی باورهای مذهبی

پرسشنامه ی سنجش نگرشهای مذهبی مسلمانان توسط (شریفی، ۱۳۸۱) با اسلام به ویژه، اسلام شیعی تطبیق داده و متناسب شده است. این پرسشنامه دارای ۲۶ ماده ی چهار گزینه ای است که

<sup>27</sup>-Mumford and Rose

<sup>28</sup>-Jenifer

<sup>29</sup>-Salsman,Brown,Brechting&Carlson

<sup>30</sup>-Mattis, Fontenot, Hatcher-Kay, Grayman & Beale

<sup>31</sup>-Henderson & Gibson

<sup>32</sup>-Hall &Imogen Elizabeth

<sup>33</sup>-Sethi & Seligman

<sup>34</sup>- Baldwin

گزینه های آن به ترتیب از ۴ تا ۰، نمره گذاری شده است. بدین صورت که به گزینه کاملاً موافق، نمره ۴، گزینه موافق، نمره ۳، گزینه بنیابین، نمره ۲، گزینه مخالف، نمره ۱ و گزینه کاملاً مخالف، نمره ۰ تعلق می گیرد و جمع نمرات مواد ۲۶ گانه، نمره ی کل مقیاس را تشکیل می دهد. (شریفی، ۱۳۸۱) روایی صوری این پرسشنامه را از طریق نظرخواهی از تعدادی دانشجویان دکترا که با اسلام آشنایی کامل داشتند بدست آورد. رابطه ی بین نمره های دینداری آنان در مقیاس گلاک و ستارک<sup>۳۵</sup> و نمره ی ارزیابی خود آنان از دینداریشان از طریق ضریب همبستگی پیرسون ۰/۶۱ گزارش شد. این میزان به عنوان روایی بیرونی در نظر گرفته شد. در پژوهشی شریفی (۱۳۸۱) نیز پایایی کل این آزمون را به روش تصنیف و آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۵ و ۰/۷۸ و روایی آن را ۰/۴۵ (از طریق سنجش همبستگی ارتباط بین نمرات این پرسشنامه و خود گزارش دهی افراد از میزان دینداری خود) برآورد کرد ( $P > 0/001$ ). لازم به ذکر است که اعتبار و پایایی همه ابعاد نیز معنادار ( $P > 0/001$ ) و در سطح رضایت بخش بود. در پژوهش حاضر اعتبار این پرسشنامه با پرسشنامه ی جهت گیری مذهبی همبسته شد و اعتبار همزمان آن برابر  $r = 0/60$  بدست آمد. همچنین پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب برابر با ۰/۷۸ و ۰/۶۵ بدست آمد.

### پرسشنامه ی انعطاف پذیری کنشی کانر و دیویدسون (CD-RISC):<sup>۳۶</sup>

پرسشنامه ی تاب آوری توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، جهت اندازه گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید، تهیه شده است که محمدی (۱۳۸۴) آن را برای استفاده در ایران انطباق داده است. این پرسشنامه دارای ۲۵ ماده پنج گزینه ای است که گزینه های آن به ترتیب از ۰ تا ۴ نمره گذاری شده است. بدین صورت که گزینه کاملاً نادرست، نمره ۰، گزینه بندرت درست نمره ۱، گزینه گاهی درست، نمره ۲، گزینه اغلب درست نمره ۳ و گزینه ی همیشه درست نمره ۴ تعلق می گیرد و جمع نمرات مواد ۲۶ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می دهد. در پژوهشی که توسط سامانی، جوکار و صحراگرد (۱۳۸۶) انجام شد، پایایی این مقیاس به کمک ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ بدست آمد. و در محاسبه ی اعتبار مقیاس، نتایج تحلیل عاملی مقیاس و مقدار ضریب (کی . ام. او) را برای این تحلیل برابر ۰/۸۹ و مقدار آزمون کرویت بارتلت را برابر با ۱۸۹۳/۸۳ برآورد کردند. محمدی (۱۳۸۴) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ضریب پایایی مقیاس را ۰/۸۹ و اعتبار مقیاس را به روش همبستگی هر گویه با نمره ی کل مقوله ی ضریبها بین ۰/۴۱ تا ۰/۶۴ بدست آورد. در پژوهش حاضر اعتبار این پرسشنامه با پرسشنامه ی سرسختی همبسته شد و اعتبار همزمان آن برابر با ۰/۴۹ بدست آمد. همچنین پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب برابر با ۰/۷۱ و ۰/۶۶ بدست آمد.

### پرسشنامه ی خوش بینی<sup>۳۷</sup> (ASQ)

این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است که توسط پیترسون و همکاران (۱۹۸۲)، به نقل از موحد، (۱۳۸۲) در سال ۱۳۸۲ تهیه و تدوین گردیده و توسط شهنی ییلاق و همکاران (۱۳۸۲) برای اولین بار در ایران به فارسی ترجمه، ویراستاری و تعیین اعتبار شده است. این پرسشنامه متشکل از دوازده موقعیت فرضی، شامل شش موقعیت خوب و شش موقعیت بد می باشد که آزمودنیها باید خود را در تک تک این موقعیتها فرض کرده و سپس به سؤالات مربوط به هر موقعیت پاسخ دهند برای

Gloek & Stark-<sup>35</sup>

<sup>36</sup>-Conner- Davidson Resilience Inventory

<sup>37</sup>- Optimism Questionnaire

محاسبه‌ی نمره‌ی کلی این آزمون، ابتدا مجموع کلیه نمره‌های حوادث بد و همچنین مجموع نمره‌های حوادث خوب را بر شش تقسیم می‌کنیم که از تفاضل بین این دو نمره، نمره کلی آزمون بدست می‌آید. برای تعیین اعتبار این پرسشنامه، موحد (۱۳۸۲) پاسخهای آن را با پیش‌بینی‌های افراد از حوادثی که در طی یک سال قبل برای آنها اتفاق افتاده بود همبسته کردند. ضریب همبستگی بین این دو گروه از نمرات در مطالعات مختلف از ۰/۱۹ تا ۰/۴۱ متغیر بود. ضریب پایایی این پرسشنامه در تحقیق موحد (۱۳۸۲)، بین ۰/۴۴ تا ۰/۶۹ متغیر بوده است. شهنی ییلاق و همکاران (۱۳۸۲) ضرایب پایایی این پرسشنامه را به روشهای آلفای کرونباخ، اسپیرمن براون و گاتمن محاسبه کردند که این ضرایب به ترتیب برابر ۰/۷۵، ۰/۶۷، ۰/۶۷ بودند که نمایانگر پایایی خوب آزمون می‌باشد. در پژوهش حاضر برای بررسی اعتبار این پرسشنامه آن را با پرسشنامه‌ی امیدواری همبسته شد و اعتبار همزمان آن برابر با ۰/۶۰ بدست آمد. همچنین پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب برابر با ۰/۷۹ و ۰/۷۴ بدست آمد.

### یافته‌های پژوهش

جدول ۱: شاخصهای آماری باورهای مذهبی، انعطاف‌پذیری کنشی و خوشبینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه‌ی شهرستان دزفول

شاخصهای توصیفی	تعداد	میانگین	انحراف معیار	ضریب تغییرات
باورهای مذهبی	۳۰۰	۷۳/۶۴	۱۰/۰۸	۰/۵۸
انعطاف‌پذیری کنشی	۳۰۰	۶۱/۱۴	۱۴/۶	۰/۸۴
خوش‌بینی	۳۰۰	۳/۱۵	۳/۲	۰/۱۸

همانطوریکه در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف معیار در متغیر باورهای مذهبی برابر (۷۳/۶۴ و ۱۰/۰۸)، در متغیر انعطاف‌پذیری کنشی برابر با (۶۱/۱۴ و ۱۴/۶) و همچنین در متغیر خوش‌بینی به ترتیب برابر با (۳/۱۵ و ۳/۲) می‌باشد. در این جدول ضریب تغییرات در متغیرهای مورد نظر نیز نشان داده شده است.

فرضیه اول: بین باورهای مذهبی با خوش‌بینی دانش‌آموزان دختر رابطه مثبت وجود دارد.

فرضیه دوم: بین انعطاف‌پذیری کنشی با خوش‌بینی دانش‌آموزان دختر رابطه مثبت وجود دارد.

جدول ۲- نتایج همبستگی ساده بین باورهای مذهبی و انعطاف‌پذیری کنشی با خوشبینی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه

خوشبینی					متغیر وابسته
دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه‌ی شهرستان دزفول					متغیر مستقل
نتیجه آزمون	تعداد	سطح خطا	سطح معناداری	ضریب همبستگی پیرسون	
H. رد	۳۰۰	۰/۰۵	۰/۰۰۳*	۰/۱۷۰	باورهای مذهبی
H. رد	۳۰۰	۰/۰۵	۰/۰۱۸*	۰/۱۳۶	انعطاف‌پذیری کنشی

همانطوریکه در جدول شماره ۲ نشان داده شده است بین باورهای مذهبی با خوش‌بینی  $p$  ( $r = 0/170$ ) و بین انعطاف‌پذیری کنشی با خوش‌بینی ( $p \leq 0/003$ ,  $r = 0/136$ )

دانش آموزان رابطه ی مثبت معنادار وجود دارد. بنابراین فرضیه های اول و دوم پژوهش مورد تأیید واقع شد. به عبارت دیگر با افزایش باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی دانش آموزان دختر خوش بینی آنان نیز افزایش می یابد.

جدول ۳. ضرایب همبستگی چندگانه باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی با خوشبینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه با روش الف) ورود (Enter) ب) گام به گام (Stepwise)

شاخصهای آماری	متغیرهای پیش بین	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	نسبت F احتمال P		ضریب رگرسیون (β)
				F	P	
شاخصهای آماری	متغیرهای پیش بین	0/206	0/042	F = 6/57	P = 0/002	β = 0/156 t = 2/72 P = 0/007
				انعطاف پذیری کنشی	β = 0/117 T = 2/041 P = 0/04	
شاخصهای آماری	متغیرهای پیش بین	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	نسبت F احتمال P		ضریب رگرسیون (β)
				F	P	
شاخصهای آماری	متغیرهای پیش بین	0/170	0/029	F = 8/89	P = 0/003	β = 0/170 T = 2/98 P = 0/003
				انعطاف پذیری کنشی	β = 0/156 T = 2/72 P = 0/007	
شاخصهای آماری	متغیرهای پیش بین	0/206	0/042	F = 6/57	P = 0/002	β = 0/117 T = 2/041 P = 0/04
				β = 0/156 T = 2/72 P = 0/007		

همانطور که در قسمت الف جدول شماره ۳ نشان داده شده است، طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش ورود، ضریب همبستگی چند متغیری برای ترکیب خطی باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی با خوش بینی دانش آموزان دختر برابر با  $MR = 0/206$  و  $RS = 0/042$  می باشد که در سطح  $P < 0/001$  معنی دار می باشد. بنابراین فرضیه ی سوم تأیید شد. به عبارت دیگر بین باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی با خوش بینی دانش آموزان رابطه ی چندگانه وجود دارد. با توجه به مقدار ضریب تعیین (RS)، مشخص شد که ۴ درصد واریانس خوش بینی توسط متغیرهای پیش بین قابل تبیین می باشد. همچنین با توجه به قسمت ب جدول مذکور مشاهده می شود که از میان متغیرهای پیش بین، متغیر باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی بیش بینی کننده متغیر ملاک یعنی خوش بینی می باشند.

بحث و نتیجه گیری:



طبق یافته های حاصل از این تحقیق بین باورهای مذهبی با خوشبینی دانش آموزان رابطه ی مثبت معنادار وجود دارد که این نتایج با یافته های پژوهش جنیفر (۲۰۰۸)، سلسمن و همکاران (۲۰۰۵)، ماتیس و همکاران (۲۰۰۴)، هندرسون و گیسون (۲۰۰۳)، هال وایموگن الیزابت (۲۰۰۱) همخوانی دارد. در تبیین رابطه ی بدست آمده می توان به نظر تریدوی (۱۹۹۶) اشاره کرد که از نقش مذهب در خوشبینی دفاع کرده و بیان می کند که یک جهت گزینی مذهبی درونی می تواند سبب خوشبینی شود، چرا که یک رابطه ی شخصی با وجودی برتر، سبب پیدایش چشم انداز مثبتی در زندگی می شود. مذهب و باورهای مذهبی باعث می شود که افراد احساس کنند به یک منبع قدرت و وجودی برتر تکیه دارند که در شرایط سخت و دشوار می تواند به آنها کمک کند. و در نتیجه این اعتماد و اتکا به خداوند باعث می شود که افراد به مسائل و مشکلات زندگی با دید مثبت و همراه با خوشبینی نگاه کنند به عبارت دیگر، افرادی که از روی علاقه، اوقاتی را به نماز و عبادت می گذرانند، چشم انداز مثبت تری نسبت به جهان، زندگی و گذر زمان دارند.

از سوی دیگر در تحقیق حاضر مشاهده شد، بین انعطاف پذیری کنشی با خوشبینی دانش آموزان رابطه ی مثبت معناداری وجود دارد. که این نتایج با یافته های پژوهش تریزا (۲۰۱۰)، ریولی (۲۰۰۶) و وال ویجی و ست (۲۰۰۸) همخوانی دارد. در تبیین این یافته ها خزائلی پارسا (۱۳۸۶) معتقد است که افراد دارای انعطاف پذیری کنشی از احساس اعتماد به نفس و کار آمدی برخوردارند که به آنها اجازه می دهد با موفقیت چالشهای زندگی را پشت سر بگذارند. این افراد احساس ناامیدی و تنهایی کمتری داشته و از این مهارت برخوردارند که به یک مشکل به عنوان مسئله ای که می توانند آن را کندوکاو کنند، تغییر دهند، تحمل کنند و یا به طرق دیگر حل کنند، نگاه کنند و همین موضوع و توان تحمل آنها در برابر مشکلات سبب چشم انداز مثبت و آنها به زندگی می شود. خوشبینی یکی از ویژگیهای افراد دارای انعطاف پذیری کنشی است. این گونه افراد با وجود قرار گرفتن در محیطهای پرخطر و آسیب زا روانشان آسیبی نمی بیند و با مسائل و مشکلات زندگی به دید مثبت و همراه با خوشبینی نگاه می کنند و همین نگرش مثبت سبب افزایش میزان تحمل آنان در برابر مشکلات می شود. اینگونه افراد برای آینده شان هدف و برنامه داشته و زندگی برایشان معنادار است. افرادی که از انعطاف پذیری کنشی بالاتری برخوردارند به دلیل میزان بالای خوشبینی و باورهای مثبت در آنان پس از شکست، ناامید و دلسرد نشده و بر میزان تلاشهای خود می افزایند به همین دلیل است که بین انعطاف پذیری کنشی با خوشبینی رابطه ی مثبت وجود دارد.

همچنین براساس یافته های حاصل از این پژوهش، بین باورهای مذهبی و انعطاف پذیری کنشی با خوشبینی رابطه ی چندگانه ی وجود دارد. نتایج حاصل از این فرضیه با یافته های تحقیقات پژوهشگرانی همچون تریزا (۲۰۱۰)، ریولی (۲۰۰۶)، برنات (۲۰۰۹)، وال ویجی و ست (۲۰۰۸)، فریدمن امی تود (۲۰۰۷)، هند و فیلیپ (۲۰۰۳)، پرستون لی (۲۰۰۹)، سلسمن و همکاران (۲۰۰۵)، جنیفر (۲۰۰۸)، ماتیس و همکاران (۲۰۰۴)، مام فورد و رز (۲۰۰۱) همخوانی دارد.

در تبیین این یافته ها باید گفت که یک جهت گزینی مذهبی درونی می تواند سبب خوشبینی شود، چرا که یک رابطه ی شخصی با وجودی برتر، سبب پیدایش چشم اندازی مثبت در زندگی می شود. به عبارت دیگر، افرادی که از روی علاقه، اوقاتی را به نماز و عبادت می گذرانند، چشم انداز مثبت تری نسبت به جهان و زندگی دارند. خوشبینی یکی از ویژگیهای افراد دارای انعطاف پذیری کنشی است. این گونه افراد نسبت به مسائل و مشکلات زندگی نگرشی مثبت و خوشبینانه دارند و همین نگرش مثبت سبب افزایش میزان تحمل آنان در برابر مشکلات می شود. افراد

دارای انعطاف پذیری کنشی به دلیل میزان بالای خوشبینی و باورهای مثبت در آنان پس از شکست، ناامید و دلسرد نشده و بر میزان تلاشهای خود ادامه می دهند به همین دلیل است که باورها و اعتقادات مذهبی و داشتن رابطه ی مثبت با خداوند و همچنین دارا بودن انعطاف پذیری کنشی و توان تحمل در برابر مشکلات سبب افزایش خوشبینی می گردد. بر همین اساس دانش آموزانی که دارای اعتقادات و باورهای مذهبی باشند این اعتقادات به آنان کمک می کند که به هنگام مشکلات زندگی، امید و روحیه خود را حفظ کنند و به جای تسلیم شدن به مقابله فعال بپردازند و به علاوه دانش آموزانی که تاب آوری و توان تحمل بالایی در برابر مشکلات دارند این خصیصه به آنها کمک می کند که در برابر شکست های تحصیلی و زندگی توان بالایی داشته و به رویارویی موثر در برابر ناکامیها بپردازند در نتیجه این دو خصیصه تاب آوری و باورهای مذهبی سبب موفقیت بیشتر دانش آموزان و بهبود و ارتقای کیفیت زندگی آنان می گردد.

بنابراین انعطاف پذیری کنشی از ایستار نظری و عملی، خوش بینی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد. آنچه به دانش آموزان دختر در مدارس کمک می کند تا بعد از یک شکست تحصیلی یا شکست در موارد دیگر زندگی، به موقعیت نخستین برگردند، توانایی بالای آنها در ویژگی انعطاف پذیری کنشی است. چرا که انعطاف پذیری کنشی، توانایی در ترمیم خویشتن است. این ظرفیت انسان میتواند باعث شود که تا او پیروز مندانه از رویدادهای ناگوار بگذرد و علیرغم قرار گرفتن در معرض تنش های جدید، شایستگی تحصیلی و اجتماعی و و شغلی او ارتقا یابد و زمانی که توان تحمل و مقابله افراد با مشکلات و رویدادهای استرس زا بالا باشد سبب افزایش چشم انداز مثبت آنان به زندگی شده و باعث می شود که افراد به لحاظ خلقی، هیجانی و شناختی از زندگی رضایت داشته باشند. از طرف دیگر مذهب و اعتقاد به باورهای مذهبی و ترغیب دختران به شرکت در مناسک دینی نظیر روزه، نماز، عزاداری ها و غیره نیز می تواند خوشبینی دانش آموزان را تحت تاثیر قرار دهد. در نتیجه زمانی که با مشکلات و استرس های زندگی روبه رو می شوند مذهب به آنان کمک می کند تا دید مثبت نسبت به مشکلات داشته و سلامت جسمانی و روانی آنان افزایش یافته و ترس و اضطراب و افسردگی کمتری را تجربه کنند. در نتیجه تقویت روحیه مذهبی و آموزش انعطاف پذیری کنشی در تعامل با هم سبب افزایش خوش بینی و ارتقای کیفیت زندگی و پیشرفت تحصیلی و رشد اخلاقی در دانش آموزان دختر می شود.

### پیشنهاد کاربردی:

پیشنهاد می شود در مدارس با استفاده از پرسشنامه های موجود میزان انعطاف پذیری کنشی و خوش بینی و باورهای مذهبی دانش آموزان مشخص گردد سپس با برگزاری کلاسهای مشاوره در جهت رفع مشکلات نوجوانان، اقدامات لازم صورت گیرد.

### منابع

سامانی، سیامک، جوکار، بهرام، صحراگرد، نرگس (۱۳۸۶). تاب آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی. مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی ایران، سال ۱۳، شماره ۳، صفحه ۲۹۰.

شریفی، طیبه (۱۳۸۱). بررسی رابطه نگرش دینی با سلامت عمومی، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و شکیبایی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. رساله کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی.

شهنی ییلاق، منیجه و همکاران (۱۳۸۲). رابطه ی علی بین نگرشهای مذهبی، خوشبینی، سلامت روانی و سلامت جسمانی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله ی علوم تربیتی و روانشناسی، دوره ی سوم، سال یازدهم، شماره ی ۲ و ۱.

موحد، احمد (۱۳۸۲). رابطه ی علی بین نگرشهای مذهبی، خوشبینی، سلامت روان و سلامت جسمانی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. پایان نامه ی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

محمدی، مسعود، جزایری، علیرضا، رفیعی، میرحسین، جوکار، بهرام، پورشهناز، عباس (۱۳۸۴). بررسی عوامل مؤثر بر تاب آوری در افراد در معرض سوء مصرف مواد مخدر. فصلنامه ی علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز، سال اول، شماره ۳ و ۲، تابستان و پاییز ۱۳۸۴.

-Argyle, M. (2000). *Psychology and religion. An introduction*. London and New York, Routledge.

-Argyle, M., & Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London: University Press.

-Arce, E., Simmons, A.W., Winkielman, P., Stein, M.B., Hitckock, C., & Paulus, M. P. (2008). Association between individual differences in self-reported emotional resilience and the affective-perception of neutral faces. *Journal of Affective Disorders*, 25, 210-222.

-Bernat, M., Frances, P. (2009). *Youth Resilience: can schools Enhance youth Factors for Hope, optimism, and success* publisher title: Women & criminal justice, Binghamton: vol. 19, Iss.3, pg 251.

-Bergin, A.E. (1983). *Religiosity and mental health: A critical re-evaluation and meta-analysis*. *Professional Psychology: research and practice*. 14(2), 170-184.

-Baldwin, D. (2010). *Resiliency and optimism. An African American senior Citizen, s perspective*. University of Tennessee, Knoxville, TN, USA, *The journal of Black psychology*.

-Conner, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Conner-Davidson Resilience scale (CD-RISC) *Depression and Anxiety*. 18, 76-82.

-Cook, M. (2004). *positive psychology: Making the most of our lives*. [www.positivepsychology.com](http://www.positivepsychology.com).

-Friedman, A. T. (2007). *Resiliency in women with early traumatic experiences: An examination of level of secure attachment, optimism, spiritual well-being, locus of control, psychological equilibrium, and social support as potential predictors of successful outcomes*. Proquest, New York University, 134 pages: AAT 3259711.

-Garmezy, N., & Masten, A. S. (1991). The protective role of competence indicators in children at risk. In E.M. Cummings, A. L. Greene, & K.H. Karraker (Eds.), *life-span developmental psychology: perspectives on stress and coping*.

-Henderson, G., & Gibson, K. (2003). *Optimism and spirituality: predictors of subjective well-being in breast cancer patients*. Loyola College in Maryland, 153 pages. AAT 3108872, Proquest.

- Hand , M.,& Philip, M. (2003). Psychological resilience: The influence of positive and negative life events upon optimism, hope, and perceived locus of control. Proquest, Walden university,243 pages; AAT 3099937.
- Hall,N.,& Imogen Elizabeth,L. (2001). Dimensions of religiosity and spirituality and their relation with optimism. University of Windsor (canada), 88 pages; AAt MQ62219, proquest.
- Jenifer, Tanner. M. S. (2008). Peer socialization of religion and spirituality, prosocial behavior, and optimism among college students. Journal personality and social psychology, California state university, Fullerton, 75 pages; AAt 145 4817, proquest.
- Mattis, Jacqueline. S., Fontenot. Dwight.L ., Hatcher-kay.Carri,A ., Grayman, Nyasha.A.,& Beale,Ruby.L. (2004). Religiosity, optimism, and pessimism among African Americans. Journal of Black psychology, Washington: vol. 30, lss. 2, pg 187, proquest.
- Mumford, Tusaie., & Rose, Kathleen. (2001). Psychosocial resilience in rural adolescents: optimism, perceived social support and gender differences. Proquest, university of pittsburgh, 132 pages; AAT 303829.
- Peterson,C.(2000).the future of optimism . American psychologist, 55(1).
- Pargament , K.I. (1997). The psychology of religion and coping. New youk: Guil ford press.
- Preston Lee, Visser . M.A. (2009). Positive psychological and religious characteristics as moderators of negative life events and depressive symptoms: A multiethnic comparison. Journal clinical psychology, East Tennessee state university, 124 pages; AAT 1478445, proquest.
- Riolli, laura. (2006). Resilience in the Face of catastrophe: optimism, personality, and coping, in the Kosovo crisis. Journal of Applied social psychology, volume 32, Issue 8, pages 1604-1627. Department of organizational Behavior and Environment California state university- sacramento western Oregon un Economic university of Tirana.
- Seligman, M.E.P.,& csikszentmilhaly, C. (2002). Positive psychology:an introduction.www.positive psychology.com.
- Snyder,C.R.(2002).handbook of positive psychology.NEW YORK:oxford university press.
- Siebert, A.I. (2007). How to Develop Resiliency Stregths. Available: [www.resiliencycenter.com](http://www.resiliencycenter.com).
- Spilk, B., Hood, j. r.RW., Hunsberger, B., Gorsuch, R. (2003). The psychology of Religion.3<sup>rd</sup> ed. Newyork: the Guilford press.
- Salsman ,J., Brown, T., Brechting,E.,& Carlson ,C. (2005) The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support. Journal personality and social psychology Bulletin, vol. 31, lss. 4; pg, 522, proquest.
- Sethi, S.,& Seligman, M.E.P. (1993). Optimism and Fundamentalism. University of Pennsylvania, psychological science, American psychological society, Association for psychological science,4(14) ,pp256-259.
- Taylor,S.E., Kemeny,M.E.,Reed,G.M.,Brower,J.E.,&Gruenewald,T.L. (2000). Psychological resources,positive illusions,andhealth.american psychologist,955(1).

- Theresa.M. N. (2010). Optimism, Resilience and leadership-3 qualities to help move you Toward Greatness. [http:// ezinearticles. Com/ expert/](http://ezinearticles.com/expert/) = Theresa, Ezine@rticles.
- Wollwage, M.,&Seth, D. (2008). Resilience: An examination of well-being and optimism of youth: ph.D., Loyola university Chicago, proquest, 116 pages; AAT 3313171.
- Waugh, C.E., Fredrickson , B.L.,Taylor, S.F.(2008). Adapting to lifsslings and arrows: Individual differences in resilience when recovering from an anticipated threat: journal of Research in personality.

## **The Relationship Religious Beliefs, and Resilience with optimism in female high school students**

**\*M. Nasir, M.A.**

**\*\*F. Naderi, Ph.D.**

### **Abstract:**

This study reviews the relationship between religious beliefs, and resiliency with optimism of students. The statistical community consisted of high school students were Dezful city. of which 300 cluster sampling method chosen. Tools used in this study included a questionnaire of beliefs religious, resiliency questionnaire Conner and Davidson (CD-RISC), and the Optimism Questionnaire (ASQ). all of the validity and reliability had acceptable. And correlation study. To analyze data from multiple regression method was used. Results showed that among religious beliefs with optimism and resiliency with optimism positive relationship exists. Also, the result of multiple regression analysis showed that religious beliefs and resiliency are respectively anticipator of optimism.

**Keywords:** religious beliefs, resiliency, optimism

---

\*M.A. in Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.  
(Corresponding Author) Email: marnasir2010@yahoo.com.

\*\*Department of Psychology, Islamic Azad University, Khuzestan Science and Research Branch, Ahvaz, Iran.