

پیش‌بینی ظرفیت خودمهارگری از طریق انواع جهت‌گیری‌های مذهبی و نقش آن در کاهش بزهکاری

عباسعلی حسین خانزاده*
استادیار دانشگاه گیلان
قربان همتی علمدارلو
استادیار دانشگاه شیراز
حسین آقابابایی
دانشیار دانشگاه گیلان
اعظم مرادی
استادیار دانشگاه پیام نور بهارستان اصفهان
صدیقه رضایی
استادیار دانشگاه پیام نور شهرکرد

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۸/۲۰ - تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۰/۱۲/۲۰)

چکیده:

دین با راهنمایی‌ها و قواعد خاص اخلاقی خود فرد را مجهز می‌کند که با کنترل خویشتن از برخی از رفتارها امتناع کند. تحقیق حاضر به دنبال بررسی رابطه بین انواع جهت‌گیری مذهبی با ظرفیت خودمهارگری است. جامعه آماری پژوهش حاضر تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه گیلان در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ بودند که از بین آنها نمونه‌ای به حجم ۱۰۰ نفر (شامل ۶۵ دانشجوی دختر و ۳۵ دانشجوی پسر) به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. از مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت، برای سنجش جهت‌گیری‌های مذهبی درونی و بیرونی دانشجویان و از مقیاس خودمهارگری تانجی، برای سنجش خودمهارگری دانشجویان استفاده شد. برای توصیف داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی، مانند میانگین و انحراف استاندارد و برای آزمون سؤال‌های پژوهش، از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چندگانه، تحلیل واریانس یک‌راهه و آزمون t استفاده گردید. نتایج نشان داد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی با خودمهارگری رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد، اما بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی با خودمهارگری رابطه‌ای وجود ندارد. افزون بر این مشخص شد جهت‌گیری مذهبی مردان بیشتر بیرونی بوده ولی جهت‌گیری مذهبی زنان بیشتر درونی است، اما از نظر خودمهارگری بین دو جنس تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. جهت‌گیری دینی درونی، خودمهارگری افراد را قوی می‌کند و باعث می‌شود که افراد حتی در غیاب منبع قدرت بیرونی نیز به طور مطلوب و موآند عمل کنند. بنابراین از طریق درونی‌سازی دین و آموزه‌های دینی، می‌توان انسان‌هایی را تربیت کرد که از خودمهارگری بالایی برخوردار باشند.

کلید واژه‌ها: جهت‌گیری مذهبی، خودمهارگری، بزهکاری، دانشجویان.

مقدمه:

دین و اعتقاد مذهبی دارای نیرویی روان شناختی است که با دامنه‌ای از پیامدهای مربوط به سلامت، الگوی رفتاری و اجتماعی مرتبط است. در طی چهار دهه گذشته، جهت گیری مذهبی (Religious orientation) در روانشناسی دین، همواره به عنوان یک نقطه مرکزی به شمار رفته است (Tiliopoulos, et al, 2007: p 1609). دین به عنوان وجه اصلی امتیاز بشر، همواره در طول تاریخ به عنوان بخشی از زندگی انسانی بوده است و در همه ابعاد تاریخ انسان، قابل ردیابی است. حتی ممکن است افراد غیرمذهبی نیز در زمان‌های بحرانی به خدا یا قدرت‌های غیرطبیعی متوسل شوند.^۱ از دیدگاه روانشناسی، برخی از نظریه‌پردازان مانند آلپورت، ویلیام جیمز، استانلی هال و یونگ به پدیده دین و دین‌داری، نگرشی مثبت داشتند و آن را به عنوان یک موضوع مستقل و حائز اهمیت مورد توجه قرار دادند؛ و عده‌ای دیگر مانند فروید و واتسون با پدیده دین برخوردی منفی داشتند و اصالت آن را نادیده گرفته‌اند. در این راستا در سال‌های اخیر پژوهش‌های متعددی در ارتباط با سازه مذهب و تأثیر آن بر متغیرهای مختلف روان‌شناختی، سازمان‌یافتگی شخصیت، سازش‌یافتگی اجتماعی فردی و اجتماعی و درمان‌های مبتنی بر معنویت صورت گرفته است (حسین خانزاده، رشیدی و نیازی، ۱۳۸۹: ۳۳۷؛ Rodriguez & Henderson, 2010: p 32).

دلایل متنی و آموزه‌های غنی دینی بر آثار اخلاقی، اجتماعی، روانی، فرهنگی و نیروی مهارگری اعتقاد دینی تصریح و تأکید دارند. حجم کم اما رو به تزایدی از پژوهش‌ها نشانگر این است که عموم افراد و به ویژه جوانانی که در معرض فعالیت‌های مذهبی و معنوی قرار دارند، از یک ظرفیت بازدارندگی بالقوه در مقابل بزهکاری برخوردارند. برای مثال در جوامع مسیحی، شواهد حاکی از آن است که فراوانی شرکت در کلیسا در میان جوانان، رابطه معکوسی با دامنه‌ای از رفتارهای بزهکارانه از جمله مصرف مواد مخدر، منازعه، و انواع جرم دارد (جانسون و همکاران، ۲۰۰۱: ۵). مذهب، به طور کلی باورها و نگرش‌هایی را القا می‌کند که از خشونت شخصی، دزدی، و فریبکاری را باز می‌دارد. از سویی دیگر، مذهب تعاریفی از موقعیت‌ها، رفتارها و پیام‌های اخلاقی را منتقل می‌کند که با رفتارهای مجرمانه و بزهکاری متناقض است.^۲ در سطح وسیع‌تر، پژوهش-

۳. قرآن در این خصوص تصریح می‌کند: وَ إِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَا رَبَّهُ مُنِيبًا إِلَيْهِ ثُمَّ إِذَا خَوَّلَهُ نِعْمَةً مِنْهُ نَسِيَ مَا كَانَ يَدْعُو إِلَيْهِ مِنْ قَبْلٍ وَ جَعَلَ لَهُ آندَادًا (سوره زمر، آیه ۸) یعنی: و چون به انسان آسیبی رسد، پروردگارش را -در حالی که به سوی او بازگشت‌کننده است- می‌خواند؛ سپس چون او را از جانب خود نعمتی عطا کند، آن [مصیبتی] را که در رفع آن بیشتر به درگاه او دعا می‌کرد، فراموش می‌نماید و برای خدا همتیانی قرار می‌دهد.

۲. مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَ الْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ وَ الَّذِينَ يَمْكُرُونَ السَّيِّئَاتِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَ مَكْرٌ أُولَئِكَ هُوَ يُبَوِّرُ (سوره فاطر، آیه ۱۰) یعنی: هر کس سربلندی می‌خواهد، سربلندی یکسره از آن خداست. سخنان پاکیزه به سوی او بالا می‌رود، و کار شایسته به آن رفعت می‌بخشد. و کسانی که با حيله و مکر

های اخیر نشان می‌دهند که باورها و یا مشارکت‌های مذهبی، طرحواره‌های شناختی پایداری را فراهم می‌کنند که دامنه‌ای از نگرش‌ها و رفتارهای مرتبط با جرم و انحرافات را آگاهی می‌دهند (Unnever, Francis & John, 2006: p 835). یکی از فرایندهای زیربنایی که مذهب از طریق آن نقش بازدارندگی خود را ایفا می‌کند، ظرفیت خودمهارگری است.

خودمهارگری به عنوان عاملی مؤثر در جرم و جنایت و رفتارهای انحرافی شناسایی شده است.^۱ اگرچه که گاتفردسون و هیرشی (۱۹۹۰) خودمهارگری را یک موضوع اصلی در پژوهش‌های جرم شناسی اخیر معرفی کرده‌اند، با این حال، علائق نظری شدید در حوزه خودمهارگری، به قبل از دهه ۱۹۵۰ بر می‌گردد. پژوهش‌های روان‌شناختی اساسی در زمینه خودمهارگری نشان می‌دهند که خودمهارگری بر دامنه‌ای از رفتارها مانند رفتارهای انحرافی و لذت‌جویی درنگیده (Delayed gratification) مؤثر است (Geyer & Baumister, 1990: p 213).

شاید مشهورترین دیدگاه درباره خودمهارگری و رفتارهای انحرافی مربوط به "نظریه عمومی جرم" (General theory of crime) گاتفردسون و هیرشی است. این دو محقق معتقدند که همه انواع جرم‌ها ناشی از خودمهارگری پایین هستند. از نظر ایشان:

(۱) خودمهارگری تا حد زیادی ناشی از شیوه انضباطی والدین در دوران کودکی است،
(۲) سطوح کامل خودمهارگری می‌تواند در طول زندگی با مسئولیت‌پذیری و تغییرات شناختی تغییر کند،

(۳) سطوح سنی خودمهارگری فرد (و بنابراین زمینه‌های بزهکاری فرد) تا حد زیادی تا سن ۱۱ تا ۱۲ سالگی تعیین می‌گردد (گاتفردسون و هیرشی، ۱۹۹۰: ۱۲).

خودمهارگری برای موفقیت در بسیاری از ابعاد زندگی مهم است. نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که دانشجویان با خودمهارگری بالا، سازش‌یافتگی روان‌شناختی بهتری دارند، روابط بین فردی مطلوب‌تری دارند، و همچنین عملکرد بهتری در تکالیف مرتبط با پیشرفت تحصیلی دارند

کارهای بد می‌کنند، عذابی سخت خواهند داشت، و نیرنگشان خود تباه می‌گردد؛ وَ مَكْرَ السَّيِّئِ وَ لَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأُولِينَ فَلَنْ نَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا وَ لَنْ نَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا (سوره فاطر، آیه ۴۳) یعنی: نیرنگ زشت جز [دامن] صاحبش را نگیرد. پس آیا جز سنت [او] سرنوشت شوم [پیشینیان را انتظار می‌برند؟ و هرگز برای سنت خدا تبدیلی نمی‌یابی و هرگز برای سنت خدا دگرگونی نخواهی یافت.

۱. قرآن کریم به صورت بسیار زیبایی به نیروی ایمان در بازداری حضرت یوسف از وسوسه‌های شیطانی اشاره کرده است: وَ رَاوَدتُّهُ آلَتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَ غَلَقَتِ الْأَبْوَابَ وَ قَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ (سوره یوسف آیه ۲۳) یعنی: و آن [بانو - همسر عزیز مصر] که وی در خانه‌اش بود خواست از او کام گیرد، و درها را [پیاپی] چفت کرد و گفت: «بیا که از آن توام!» [یوسف] گفت: «پناه بر خدا، او آقای من است. به من جای نیکو داده است. قطعاً ستمکاران رستگار نمی‌شوند.

(تانجی، بامیستر و بان، ۲۰۰۴: ۲۷۱). همچنین مشخص شده است که خودمهارگری نسبت به هوش، پیش‌بینی‌کننده بهتری برای عملکرد تحصیلی می‌باشد. افزون بر این، تحقیقات نشان می‌دهد که افراد با خودمهارگری بالا از مشروبات الکلی کمتر استفاده می‌کنند، میزان پایین تری از جرم و بزهکاری در آنها مشاهده می‌گردد، و رفتارهای سالم بالاتری را بروز می‌دهند (بامیستر و ووز، ۲۰۰۴: ۴۹۹) و در مقایسه با افراد دارای خودمهارگری پایین سطوح بالاتری از جهت‌گیری مذهبی را نشان می‌دهند و با تغییر سطوح اقتصادی افراد، تفاوتی در سطح دین‌داری آنها مشاهده نمی‌شود (رفیعی هنر و جان بزرگی، ۱۳۸۹: ۳۱).

جی‌یر و بامیستر معتقدند که سازمان‌های مذهبی به عنوان یک منبع دیسیپلین بیرونی می‌توانند برای فعالیت‌های خودمهارگری شخصی افراد بسیار مفید باشند. به عبارت دیگر، مذهب ممکن است خودمهارگری را با تشویق به استفاده مکرر آن در زندگی روزانه تقویت کند (جی‌یر و بامیستر، ۲۰۰۵: ۴۱۲). همچنین، لاتیمور (Latimore) و همکارانش معتقدند که خودمهارگری تا حد زیادی بر اصول اخلاقی درونی سازی شده متکی است که به وسیله هیجان‌های گناه دردناک تقویت می‌گردد (لاتیمور و همکاران، ۲۰۰۶: ۳۴۳). همین‌طور روان‌شناسانی مانند کاپوتز و هنگ (۲۰۰۶: ۵۷۲) فرض می‌کنند که باورهای اخلاقی به خصوص باورهای مذهبی باعث ایجاد احساس گناه می‌گردند و در نتیجه باعث می‌شوند که افراد لذت‌طلبی را به تعویق بیندازند، تکانه‌ها را بازدارند، و میزان بالایی از خودمهارگری را بروز دهند (کاپوتز و هنگ، ۲۰۰۶: ۵۷۲). جی‌یر و بامیستر همسو با کاپوتز و هنگ معتقدند که مذهب استانداردهای رفتاری و نمونه‌های اخلاقی را تجویز می‌کند، انگیزه تلاش برای خودمهارگری را فراهم می‌کند، خودبازبینی را رشد می‌دهد، به افراد کمک می‌کند تا تمایلات یا آرزوهای نامناسب را مدیریت کنند و از پریشانی‌های هیجانی اجتناب کنند. در مجموع، همان‌گونه که در آموزه‌های دینی اشاره شده است، تحقیقات نیز نشان می‌دهد که مذهب، خودمهارگری را به روش‌های زیر افزایش می‌دهد: تقویت استانداردهای اخلاقی خاص، ایجاد انگیزه در افراد برای خوب بودن،^۱ ارتباط دادن افراد مذهبی با دیگر افراد معتقد به خدا،^۲ ارتقای شخصیت از طریق تمرین منظم اصول اخلاقی، افزایش خودانتقادگری، ایجاد این

۱. وَ الَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةِ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ (سوره رعد، آیه ۲۲) یعنی: کسانی که برای طلب خشنودی پروردگارشان شکیبایی کردند و نماز برپا داشتند و از آنچه روزیشان دادیم، نهان و آشکارا انفاق کردند، و بدی را با نیکی می‌زدایند، فرجام خوش سرای باقی برای ایشان است.

۲. يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ (سوره حجرات، آیه ۱۳) یعنی:

احساس در مردم، که اعمال خوب و بدشان مورد مشاهده و ثبت قرار می‌گیرد^۱ (جی‌یر و بامیستر، ۲۰۰۵: ۴۱۲).

به طور کلی، شواهد مربوط به روابط بین رفتارهای مذهبی و ظرفیت خودمهارگری را می‌توان به صورت زیر خلاصه کرد:

۱. پژوهش‌ها در زمینه شخصیت نشان می‌دهند که افراد با نمرات بالا در اندازه‌های خودمهارگری و ابعاد شخصیتی که در برگیرنده خودمهارگری هستند، تمایل دارند که مذهبی‌تر باشند. در این ارتباط بازنگری بیش از دوازده پژوهش نشان داده است که اندازه‌های مذهبی بودن با اندازه‌های کلی خودمهارگری مرتبط است (McCullough & Willoughby, 2009: p 980) و این ارتباط مثبت بوده در دامنه ۰/۲۱ تا ۰/۳۸ است. در همین راستا، عزیز و رحمن (۱۹۹۶: ۸۳) دریافتند که مذهبی بودن در میان مسلمانان با خودمهارگری ارتباط مثبت (۰/۳۵) دارد. شایان ذکر است که روابط مذهبی بودن و خودمهارگری به طور کلی در نمونه‌های نوجوانان، دانشجویان دانشگاه، بزرگسالان جامعه نیز قوی بوده است. البته در تناقض با همبستگی‌های مثبت بالا بین مذهبی بودن و خودمهارگری، فیفرام و وود (۱۹۹۴: ۲۹۵) همبستگی نزدیک به صفر (۰/۰۴) را بین این دو متغیر به دست آوردند.

در نهایت این که دو یافته استثنایی دیگر در این ارتباط قابل توجه است. برگین، ماسترز و ریچارد (۱۹۸۸: ۱۹۷) دریافتند که مذهبی بودن برون سو (Extrinsic) در تقابل با مذهبی بودن درون سو (Intrinsic) با خودمهارگری مرتبط است. بوچارد و همکاران (۱۹۹۹: ۸۸) نیز دریافتند که مذهبی بودن برون سو با اندازه خودمهارگری همبستگی ندارد. بنابراین در حالی که مذهبی بودن کلی و انگیزه مذهبی درون سو با خودمهارگری بالا مرتبط است؛ انگیزش مذهبی برون سو با خودمهارگری رابطه منفی دارد، یا با آن ارتباطی ندارد.

ای مردم، ما شما را از مرد و زنی آفریدیم، و شما را ملت ملت و قبیله قبیله گردانیدیم تا با یکدیگر شناسایی متقابل حاصل کنید. در حقیقت ارجمندترین شما نزد خدا پرهیزگارترین شماست؛ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَى وَالصَّابِئِينَ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (سوره بقره، آیه ۷۶) یعنی: در حقیقت، کسانی که [به اسلام] ایمان آورده، و کسانی که یهودی شده‌اند، و ترسایان و صابئان، هر کس به خدا و روز بازپسین ایمان داشت و کار شایسته کرد، پس اجرشان را پیش پروردگارشان خواهند داشت، و نه بیمی بر آنان است، و نه اندوهناک خواهند شد.

۱. فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ (سوره الزلزله، آیه ۷ و ۸) یعنی: پس هر که هم‌وزن ذره‌ای نیکی کند [نتیجه] آن را خواهد دید و هر که هم‌وزن ذره‌ای بدی کند [نتیجه] آن را خواهد دید

۲. در بخش دوم، نتایج نشان دهنده آن است که صفات شخصیتی سطح بالاتر که در برگیرنده جنبه های خودمهارگری هستند نیز، به طور مثبت با مذهبی بودن مرتبط می باشند. ساروگلو (Saroglou, 2002: p15) در بازنگری مطالعات مختلف نشان دادند که بین خوشایندی (Agreeableness) و وظیفه شناسی (Conscientiousness) با مذهبی بودن، همبستگی بالایی وجود دارد. این دو صفت شخصیتی شامل جنبه هایی از خودمهارگری هستند، زیرا در برگیرنده توانایی فرد برای سازش دادن رفتار خود با آرزوها و احساسات دیگران و با تقاضاهای تکلیف هستند. در واقع، خودمهارگری ممکن است بنیان ذاتی تحول خوشایندی و وظیفه شناسی در طول زندگی باشد. ارتباط بین مذهب با صفات شخصیتی خوشایندی و وظیفه شناسی بر اساس نظرات والدین و متخصصان نیز تأیید شده است. به عنوان مثال وینک و همکاران (Wink, et al, 2007: p 1051) دریافتند که صفت وظیفه شناسی درجه بندی شده توسط والدین و معلم، مذهبی بودن را در یک مطالعه طولی دراز مدت، از کودکی تا بزرگسالی اولیه پیش بینی می کند. علاوه بر این، محققان، نتایج زمینه یابی افراد پاسخ دهنده مذهبی را نسبت به همتایان غیر مذهبی، مشارکتی تر، بازرتر، و خوشایند نسبت به مصاحبه، و "با بدگمانی کمتر" درجه بندی کردند؛ که همه این صفات نشانه خوشایندی است. به نظر می رسد که میزان خوشایندی و وظیفه شناسی بالا، شکلی از شخصیت مذهبی افراد باشد. نهایت این که محققان، روابط بین صفات شخصیتی سایکوزگرایی، برون گرایی، و نوروزگرایی مدل آیزنک را با مذهبی بودن بررسی کرده اند. نتایج نشان داد که بین سایکوزگرایی با مذهبی بودن رابطه منفی قوی وجود دارد (هیلز و همکاران، ۲۰۰۴: ۶۴). همچنین لوید-اسمیت و روبرتز (۲۰۰۷: ۶۸) در فرا تحلیل ۱۹ میزان همبستگی مشخص کردند که سایکوزگرایی، همبستگی منفی (۰/۲۰-) با شاخص های مختلف مذهبی بودن دارد. این یافته هم در مسیحیان و هم در مسلمانان به دست آمد.

۳. در بخش سوم بررسی تحلیلی مطالعات گوناگون در ارتباط با همبستگی بین اندازه های مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکانشان توسط برادی، استونمن و فلور (۱۹۹۶: ۶۹۶)، لیندر-جیونو، هزرینگتون، و رایز (Lindner-Gunnoe, Hetherington & Reiss, 1999: p 199)، و بارتکوسکی، ایکس یو، و لوین (Bartkowski, Xu, & Levin, 2008: p17) مشخص کرده است که بین مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکانشان روابط مثبت (البته نه همیشه از لحاظ آماری معنادار) وجود دارد. بارتکوسکی، ایکس یو، و لوین (۲۰۰۸: ۱۷) در مطالعه طولی ارتباط بین مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکان را در میان ۱۷۰۰۰ کودک (۵۷ درصد سفید، ۱۴ درصد سیاه، ۱۷ درصد اسپانیایی/ پرتغالی، ۶ درصد آسیایی، و ۵ درصد سایر موارد) بررسی کرده اند. نتایج نشان داد والدینی که به طور مکرر در کلیسا شرکت می کنند و به طور مداوم در خانه از

مذهب حرف می‌زنند، کودکانشان بر اساس درجه بندی والدین از خودمهارگری بالاتر و تکانشگری پایین تر برخوردارند. این نتایج بر اساس درجه بندی معلمان این کودکان نیز تأیید شده است. نکته شایان توجه این است که نتایج به دست آمده در این پژوهش با کنترل جنس کودکان، قومیت، پایه تحصیلی مدرسه، جنس والدین، وضعیت اشتغال، سن، سطح تحصیلات، سطح درآمد خانواده، و دامنه ای از متغیرهای مربوط به ساختار خانواده نیز به دست آمده است. در هر صورت، این نتایج بیانگر آن است که خانواده های مذهبی، گرایش دارند تا فرزندانشان را با خودمهارگری بالا تربیت کنند.

۴. در بخش چهارم وضعیت‌های علی رابطه بین مذهبی بودن و خودمهارگری مورد بحث قرار می‌گیرد. در این بخش در نظر گرفتن این نکته مهم است که نه تنها مذهبی بودن باعث تغییراتی در خودمهارگری (یا صفاتی که با خودمهارگری مرتبط هستند) می‌گردد، که همچنین ممکن است که خودمهارگری (یا صفات مرتبط با آن)، تغییرات در مذهبی بودن را دامن زند. یعنی اگر مذهبی بودن تا اندازه ای توانایی خودمهارگری را پیش بینی می‌کند، از سویی دیگر افراد با خودمهارگری پایین نیز ممکن است مشکلاتی در مشارکت کامل در باورها، فعالیت‌ها و مؤسسات مذهبی داشته باشند. در این ارتباط، مک کالوگ، و همکاران (۲۰۰۳: ۹۸۰) دریافتند که کودکان با وظیفه شناسی بالا (صفتی که در برگزیده خودمهارگری است) در بزرگسالی مذهبی تر خواهند بود؛ حتی اگر متغیرهای زمینه ای تأثیرگذار بر مذهب (مانند جنس و پرورش یافتن در خانواده مذهبی) نیز از لحاظ آماری کنترل گردد. همسو با یافته‌های مذکور، وینک و همکاران (۲۰۰۷: ۱۰۵۱) نیز در پژوهش خود دریافتند که صفات شخصیتی وظیفه شناسی و خوشایندی در دوره نوجوانی با افزایش مذهبی بودن در طول دوره بزرگسالی مرتبط است. در همین راستا، رجنرس و اسمیت (Regnerus & Smith, 2005: p 23) نیز دریافتند که دانش آموزان مذهبی با خودمهارگری بالا نسبت به دانش آموزان مذهبی با خودمهارگری پایین، در طی سال بعد مذهبی تر باقی ماندند. همه این مطالعات نشان می‌دهند که خودمهارگری و صفات مرتبط با آن باعث تغییراتی در مذهبی بودن می‌گردند.

همچنین در رابطه با تفاوت‌های جنسیتی از لحاظ جهت‌گیری‌های مذهبی مختلف و ظرفیت خودمهارگری نیز نتایج تحقیقات ضد و نقیض است. برای مثال برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند که زنان مذهبی تر از مردان هستند (لویین و تایلر، ۱۶: ۱۹۹۳؛ مک کالوگ و همکاران، ۲۰۰۰: ۲۱۱). عارفی، مرادی، و محسن زاده (۱۳۸۹: ۱۲۹) با مرور ادبیات پژوهشی بیان داشتند که زنان جهت‌گیری مذهبی قوی تری نسبت به مردان دارند؛ با این حال در تحقیق خود تفاوتی بین جهت‌گیری مذهبی دانشجویان دختر و پسر پیدا نکردند. برخلاف پژوهش‌های مذکور، برخی یافته‌ها نیز حاکی

از این است که بین زنان و مردان از لحاظ جهت گیری مذهبی تفاوت قابل ملاحظه‌ای وجود ندارد. برای مثال بیابانی و همکاران (۱۳۸۷: ۳۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که لحاظ جهت گیری مذهبی تفاوتی بین جهت گیری زن و مرد وجود ندارد. در ارتباط با رابطه جهت گیری های مذهبی و خودمهارگری تحقیقات بسیار کمی در ایران صورت گرفته است. در یک تحقیق رفیعی هنر و جان بزرگی (۱۳۸۹: ۳۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین عامل جهت گیری مذهبی و عامل اخلاق با خودمهارگری رابطه معناداری وجود دارد. در گروه مردان، عامل عقاید - مناسک و خودمهارگری دارای رابطه معناداری است. از سوی دیگر، تفاوت میانگین جهت گیری مذهبی و عامل اخلاق در دو طبقه خودمهارگری بالا و پایین معنادار است؛ اما تفاوت معناداری در عامل عقاید - مناسک مشاهده نمی شود. بین سطوح اقتصادی خانواده، در عوامل جهت گیری مذهبی افراد، تفاوت معناداری وجود ندارد؛ اما بین این سطوح در میانگین خودمهارگری تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین، با افزایش نمره مذهبی افراد، نمره های خودمهارگری آنها افزایش می یابد و هرچه تقید به اخلاق بالاتر می رود، توانایی در خودمهارگری افزایش می یابد. همچنین با افزایش تقید مردان در مناسک - عقاید اسلامی، بر میزان خودمهارگری آنها افزوده می شود. از سوی دیگر، افراد با خودمهارگری بالا، در مقایسه با افراد دارای خودمهارگری پایین سطوح بالاتری از جهت گیری مذهبی را نشان می دهند و با تغییر سطوح اقتصادی افراد، تفاوتی در سطح دین داری آنها مشاهده نمی شود. بر این اساس، با توجه به محدود بودن پژوهش های انجام شده در این حوزه و در نتیجه عدم امکان تعمیم دهی نتایج در سطح وسیع، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به سوال های زیر است:

۱. بین انواع جهت گیری مذهبی با ظرفیت خودمهارگری چه رابطه‌ای وجود دارد؟
۲. آیا بین جهت گیری های مذهبی مختلف و ظرفیت خودمهارگری در دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد؟

روش شناسی:

با توجه به موضوع پژوهش، یعنی بررسی روابط بین متغیرهای جهت گیری مذهبی، وضعیت زناشویی و سلامت روان؛ روش پژوهش از نوع همبستگی است. طرح پژوهش نیز از نوع طرح های پیش بین در مطالعات همبستگی است. انواع جهت گیری مذهبی و نگرش های مذهبی، متغیرهای پیش بین؛ و خودمهارگری متغیر ملاک می باشند.

آزمودنی‌ها:

جامعه آماری این پژوهش را تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه گیلان در سال تحصیلی ۱۳۸۷-۸۸ تشکیل می‌دهند که ۱۰۰ نفر از آنها شامل ۶۵ دانشجوی دختر و ۳۵ دانشجوی پسر از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شده‌اند.

ابزار

۱. مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت:

آلپورت و راس این مقیاس را برای سنجش جهت‌گیری‌های درونی و بیرونی مذهب تهیه کردند. بر اساس نظریه آلپورت، مذهب درونی، مذهبی فراگیر و دارای اصول سازمان‌یافته و درونی شده است و عبارت از یک تعهد انگیزشی فراگیر است که غایت هدف است نه وسیله‌ای برای دستیابی به هدف‌های فردی؛ در حالی که مذهب بیرونی ابزاری است برای ارضای نیازهای فردی از قبیل مقام و امنیت. این آزمون دارای ۲۱ گویه است که گویه‌های ۱ تا ۱۲ جهت‌گیری مذهبی بیرونی و گویه‌های ۱۳ تا ۲۱ جهت‌گیری مذهبی درونی را می‌سنجند. بر اساس مطالعات اولیه توسط آلپورت و راس، همبستگی جهت‌گیری بیرونی با درونی ۰/۲۱ است (جان بزرگی، ۱۳۷۷: ۱۶). همسانی درونی این آزمون توسط جان بزرگی، ۰/۷۱ و پایایی بازآزمایی آن ۰/۷۴ گزارش شده است. همچنین مختاری و همکاران (۱۳۸۰) پایایی ۰/۷۱ را در تحقیق خود به دست آوردند.

۲. مقیاس خودمهارگری تانجنی:

این آزمون در سال ۲۰۰۴ توسط تانجنی و همکاران با الهام از ابزارهای قبلی و برای برطرف کردن نواقص پرسش‌نامه‌هایی که برای سنجش خودمهارگری ساخته شده‌اند در ۳۶ گویه تهیه شده است. رفیعی هنر و جان بزرگی (۱۳۸۹: ۳۱) برای بررسی اعتبار و روایی با اجرای این آزمون بر روی دو گروه از دانشجویان، ضریب آلفای کرنباخ هر دو مطالعه را ۰/۸۹ به دست آوردند. در تحقیق حاضر نیز ضمن تأیید پرسشنامه از دیدگاه متخصصان، شاخص‌های روانسنجی آن با اجرای مقدماتی در دو مرحله و به دست آوردن ضریب بازآزمایی و آلفای کرنباخ (به ترتیب برابر با ۰/۸۸ و ۰/۸۰) محاسبه گردید.

روند اجرای پژوهش:

بعد از انتخاب افراد مورد مطالعه و جلب رضایت و اطمینان خاطر آنان از نظر هدف پژوهش، پرسشنامه‌های جهت‌گیری مذهبی، نگرش‌های مذهبی و خودمهارگری به آنان داده شده و

توضیحات لازم درباره چگونگی تکمیل و تحویل آن ارائه شده است. بنابراین اجرای پرسشنامه‌ها به صورت انفرادی بوده است و برای ایجاد اطمینان در افراد نمونه و جلوگیری از هر گونه سوگیری از افراد نمونه خواسته شد تا پرسشنامه‌ها را بدون نوشتن نام پس از تکمیل در صندوق خاصی که بدین منظور تعبیه شده بود قرار دهند.

یافته‌ها:

برای بررسی روابط بین انواع جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری از همبستگی پیرسون استفاده شد که ماتریس همبستگی مرتبه صفر متغیرهای پژوهش در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: ماتریس همبستگی مرتبه صفر متغیرهای پژوهش

متغیر	جهت‌گیری مذهبی بیرونی	جهت‌گیری مذهبی درونی	خودمهارگری
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۱	-۰/۱۳	-۰/۱۰
جهت‌گیری مذهبی درونی	-۰/۱۳	۱	۰/۴۰**
خودمهارگری	-۰/۱۰	۰/۴۰**	۱

**p<0.01

با توجه به ماتریس همبستگی فوق رابطه جهت‌گیری مذهبی درونی با خودمهارگری (۰/۴۰) در سطح ۰/۰۱ مثبت و معنی‌دار است، اما رابطه جهت‌گیری مذهبی بیرونی (-۰/۱۰) با خودمهارگری معنی‌دار نیست.

برای تعیین سهم جهت‌گیری‌های مذهبی در پیش‌بینی خودمهارگری از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام استفاده شد. با توجه به معنی‌دار نبودن رابطه جهت‌گیری بیرونی با خودمهارگری، فقط در یک گام متغیر جهت‌گیری مذهبی درونی وارد معادله شد. در جدول ۲ نتایج این تحلیل نشان داده شده است.

جدول ۲: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام خودمهارگری از روی جهت‌گیری مذهبی درونی

T	Beta	B	F	df	SE	R ² تعدیل یافته	R ²	R
۴/۳۷	۰/۴۰***	۱/۰۴	۱۹/۱۳***	۱۰۹۸	۱۵/۰۷	۰/۱۵	۰/۱۶	۰/۴۰

***p<0.001

با توجه به جدول بالا، جهت‌گیری مذهبی درونی، ۱۶ درصد از تغییرات خودمهارگری را پیش‌بینی می‌کند. همچنین نتایج تحلیل واریانس نشان می‌دهد که این متغیر، اثر معنی‌داری بر خودمهارگری دارد.

برای بررسی و مقایسه جهت‌گیری‌های مذهبی در دو دسته دانشجویان دختر و پسر، از تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد. در جدول ۳ شاخص‌های توصیفی، متغیرهای مورد بررسی و همچنین نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس‌ها گزارش شده است.

جدول ۳: شاخص‌های توصیفی متغیرهای مورد بررسی به تفکیک جنسیت

متغیر	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین	آزمون لوین	سطح معنی داری
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	مرد	۳۵	۳۶/۰۹	۶/۳۱	۱/۰۱	۰/۰۷	۰/۷۹
	زن	۶۵	۳۲/۹۵	۶/۴۴	۰/۸۰		
	کل	۱۰۰	۳۴/۰۵	۶/۵۴	۰/۶۵		
جهت‌گیری مذهبی درونی	مرد	۳۵	۲۹/۲۹	۵/۸۳	۰/۹۸	۰/۲۴	۰/۶۲
	زن	۶۵	۳۱/۹۴	۶/۴۶	۰/۸۰		
	کل	۱۰۰	۳۱/۰۱	۶/۳۵	۰/۶۳		

با توجه به جدول بالا و معنی دار نبودن نتایج آزمون لوین، واریانس متغیرها، همگن است، بنابراین می‌توان از آزمون تحلیل واریانس استفاده کرد. در جدول ۴، نتایج تحلیل واریانس متغیرها گزارش شده اند.

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل واریانس یک راهه جهت بررسی جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی بر

حسب جنسیت

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میلگین مجذورات	مقدار (F)	سطح معنی داری
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	بین گروهی	۱	۲۲۳/۱۵	۵/۴۵	۰/۰۲
	درون گروهی	۹۸	۴۰۰۹/۶۰		
	مجموع	۹۹	۴۰/۹۱		
جهت‌گیری مذهبی درونی	بین گروهی	۱	۱۶۰/۰۹	۴/۱۰	۰/۰۵
	درون گروهی	۹۸	۳۸۲۶/۹۰		
	مجموع	۹۹	۳۹/۰۵		

بر اساس یافته‌های جدول فوق میانگین زنان و مردان در متغیرهای جهت‌گیری بیرونی و درونی تفاوت معنی‌داری دارد (در سطح ۰/۰۵). مقایسه میانگین‌ها با توجه به جدول ۴ نیز نشان می‌دهد که جهت‌گیری مردان بیرونی بوده ولی جهت‌گیری زنان درونی است. برای بررسی و مقایسه خودمهارگری در دو دسته دانشجویان دختر و پسر از آزمون t استفاده شد. نتایج آزمون لوین (f=2.16, sig= 0.14) نشان می‌دهد که واریانس خودمهارگری، در بین دو گروه همگن است، بنابراین از آزمون تی، با فرض برابری واریانس‌ها استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ نشان داده شده است.

جدول ۵: نتایج آزمون t جهت مقایسه میانگین زنان و مردان در خودمهارگری

گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین	T	درجه آزادی	سطح معنی داری
مردان	۳۵	۱۲۰/۳۴	۱۴/۱۹	۲/۳۹	-۱/۲۳	۹۸	۰/۲۲
زنان	۶۵	۱۲۴/۵۶	۱۷/۳۸	۲/۱۵			

با توجه به نتایج جدول بالا، تفاوت میانگین‌های زنان و مردان در متغیر خودمهارگری معنی‌دار نیست. بنابراین تفاوت معناداری بین مردان و زنان از لحاظ خودمهارگری وجود ندارد.

نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سوال بود که بین انواع جهت‌گیری‌های مذهبی با ظرفیت خودمهارگری چه رابطه‌ای وجود دارد؟ برای پاسخگویی به این سوال، داده‌های گردآوری شده با استفاده از روش ضریب همبستگی پیرسون مورد تحلیل قرار گرفت و نتایج نشان داد که رابطه جهت‌گیری مذهبی درونی با خودمهارگری (۰/۴۰) در سطح ۰/۰۱ مثبت و معنادار است اما رابطه جهت‌گیری مذهبی بیرونی (۰/۱۰-) با خودمهارگری معنی‌دار نمی‌باشد. همچنین برای تعیین سهم جهت‌گیری‌های مذهبی در پیش‌بینی خودمهارگری از تحلیل رگرسیون چندگانه، به روش گام به گام استفاده شد. با توجه به معنی‌دار نبودن رابطه جهت‌گیری بیرونی با خودمهارگری، فقط در یک گام متغیر جهت‌گیری مذهبی درونی وارد معادله شد. نتایج نشان داد که جهت‌گیری مذهبی درونی ۱۶ درصد از تغییرات خودمهارگری را پیش‌بینی می‌کند. همچنین نتایج تحلیل واریانس نشان داد که این متغیر، اثر معنی‌داری بر خودمهارگری دارد. این یافته با یافته‌های عزیز و رحمن (۱۹۹۶)، بوچارد و همکاران (۱۹۹۹)، ساروگلو (۲۰۰۲) و لوید-اسمیت و روبرتز (۲۰۰۷)، هیلز و همکاران (۲۰۰۴)، و بارتکوسکی و همکاران (۲۰۰۸) همسو است.

در تأیید یافته‌های مذکور، عزیز و رحمن (۱۹۹۶: ۸۳) دریافتند که مذهبی بودن در میان مسلمانان با خودمهارگری ارتباط مثبت (۰/۳۵) دارد. در همین راستا، بوچارد و همکاران (۱۹۹۹: ۸۸) نیز دریافتند که مذهبی بودن کلی و انگیزه مذهبی درون سو با خودمهارگری بالا ارتباط دارد، اما انگیزه مذهبی برون سو با خودمهارگری رابطه منفی دارد یا با آن ارتباطی ندارد. همسو با یافته‌های مذکور، ساروگلو (۲۰۰۲: ۱۵) و لوید-اسمیت و روبرتز (۲۰۰۷: ۶۸) و هیلز و همکاران (۲۰۰۴: ۶۱) به این نتیجه رسیده‌اند که بین جهت‌گیری مذهبی درونی با خودمهارگری رابطه بالایی وجود دارد و از سویی بین سایکوزگرایی با مذهبی بودن رابطه منفی قوی وجود دارد.

همچنین مطالعات گوناگون در ارتباط با همبستگی بین اندازه‌های مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکانشان توسط برادی، استونمن و فلور (۱۹۹۶: ۶۹۶)، لیندر-جیونو، هزرینگتون و رایس (۱۹۹۹: ۱۹۹۹)، و بارتکوسکی، ایکس یو، و لوین (۲۰۰۸: ۱۸) مشخص کرده است که بین مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکانشان روابط مثبت (البته نه همیشه از لحاظ آماری معنادار) وجود دارد. این محققان در مطالعه طولی خود ارتباط بین مذهبی بودن والدین و خودمهارگری کودکان را در میان ۱۷۰۰۰ کودک (۵۷ درصد سفید، ۱۴ درصد سیاه، ۱۷ درصد اسپانیایی/پرتغالی، ۶ درصد آسیایی، و ۵ درصد سایر موارد) بررسی کرده‌اند. نتایج نشان داد والدینی که به طور مکرر در کلیسا شرکت می‌کنند و به طور مداوم در خانه از مذهب حرف می‌زنند، کودکانشان از خودمهارگری بالاتر و تکانشگری پایین‌تر برخوردارند.

به طور کلی یافته‌های این تحقیق حاکی از این است که جهت‌گیری مذهبی با خودمهارگری رابطه بالایی دارد چنان که خودمهارگری نیز پیش‌بینی کننده بسیار خوبی برای سازش‌یافتگی روان‌شناختی و سلامت روان است. بر این اساس می‌توان گفت که اگر تعالیم مذهبی به افراد جامعه به درستی منتقل شود، نقش کنترل درونی برای امنیت اجتماعی خواهد داشت. در واقع یک فرد آشنا با تعالیم دینی به خود اجازه تعدی به ناموس یا مال یا جان دیگران را نمی‌دهد^۱ که نوعی خودمهارگری است. یعنی دین و مذهب، غرایز را به صورت صحیح هدایت می‌کند و افراد را از گناه، که نوعی کجروی اجتماعی است باز می‌دارد.^۲

۱. به عنوان نمونه خداوند در قرآن کریم در خصوص اهمیت و آثار بر پاداشتن نماز می‌فرماید: و اقم الصلوه ان الصلوه تنهی عن الفحشاء و المنکر. (سوره عنکبوت، آیه ۴۵) و یا در خصوص علت تشریح روزه و آثار آن می‌فرماید: کتب علیکم الصیام ... لعلکم تتقون (سوره بقره، آیه ۱۸۸)

۲. در قرآن کریم در ذکر اوصاف مومنان آمده است: إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُ زَاثِرِهِمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (سوره حج، آیه ۳۵) یعنی: مومنان کسانی هستند که چون [نام] خدا یاد شود، دل‌هایشان خشیت یابد و [آنان که] بر هر چه برسرشان آید صبر پیشه‌کنند و برپا دارندگان نمازند، و از آنچه روزیشان داده‌ایم انفاق می‌کنند.

یافته‌های محققان و صاحب‌نظران نیز حاکی از این است که دین و مذهب خودمهارگری را تقویت می‌کند و فرد با خودمهارگری بالا، از تعهد افزونتری نیز برخوردار است. همان طور که گفته شد اعتقادات مذهبی درونی، به عنوان یک عامل مهم خودمهارگری، باعث کاهش و مهار انواع آسیب‌های اجتماعی می‌شود.^۱ به عبارتی دین با راهنمایی‌ها و قواعد خاص اخلاقی خود، فرد را مجهز می‌کند که با مهار خویشتن از برخی از رفتارها امتناع کند (اسمیت، ۲۰۰۳: ۱۷). در واقع باورهای شناختی افراد متدین نظیر اعتقاد به این که خداوند در سختی‌ها به انسان کمک می‌کند، اعتقاد به این که خداوند انسان را آزاد آفریده است و او را مسئول رفتار خودش قرار داده است^۲ و احساس اطمینان و آرامش از طریق نیایش،^۳ بر واکنش فرد متدین در مقابله با عوامل تنیدگی‌زا تأثیر می‌گذارد. همان طور که ملاحظه می‌شود جهت‌گیری دینی درون‌سو، خودمهارگری افراد را افزایش می‌دهد و خودمهارگری نیز به نوبه خود افراد را قادر می‌سازد تا به خاطر رفتارشان، به خودشان پشخوراند ارائه کنند. آنها یاد می‌گیرند تا اعمالشان را مورد ارزیابی و نظارت قرار داده به خاطر رفتار مطلوب و موثر، به طور نظام دار به خودشان پاداش دهند. آنها یاد می‌گیرند حتی در غیاب منبع قدرت بیرونی نیز به طور مطلوب و مؤد عمل کنند. بنابراین با توجه به موارد مذکور، نقش شخصیت‌های مذهبی که عامل انتقال ارزش‌های دینی به افراد هستند مشخص می‌شود. متصدیان امور دینی و فرهنگی باید با تمام وجود، ارزش‌ها و هنجارهای صحیح را که مبتنی بر دین و اخلاق هستند تشریح نمایند تا از طریق درونی سازی دین و آموزه‌های دینی، انسان‌های خودمهارگری را تربیت نمایند که خودشان را مسئول اعمال و رفتار خودشان بدانند.

نتایج پژوهش حاضر در بخش مقایسه جهت‌گیری‌های مذهبی مختلف و ظرفیت خودمهارگری در دانشجویان دختر و پسر نشان داد که میانگین زنان و مردان در متغیرهای جهت‌گیری برون‌سو و درون‌سو تفاوت معنی‌داری دارد (در سطح ۰/۰۵). بدین صورت که جهت‌گیری مردان، بیرونی بوده ولی جهت‌گیری زنان، درونی است. این یافته با یافته‌های لوین و تایلر (۱۹۹۳: ۱۶)، مک کالوگ و همکاران (۲۰۰۰: ۲۱۱) همسو است و یافته‌های یکدیگر را تأیید می‌کنند. برای مثال لوین

الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ عَلَى مَا أَصَابَهُمْ وَالْمُقِيمِي الصَّلَاةِ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ (۳۵)

۱. به عنوان نمونه در خصوص تأثیر نیروی ایمان بر بازداری از ناامیدی و آثار روانی آن: قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ (سوره زمر، آیه ۵۳)

۲. إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا (سوره انسان، آیه ۳) یعنی: ما راه را بدو نمودیم؛ یا سپاسگزار خواهد بود و یا ناسپاسگزار؛ كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ (سوره مدثر، آیه ۳۸) یعنی: هر کسی در گرو دستاورد خویش است.

۳. الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (سوره رعد، آیه ۲۸) یعنی: کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد. آگاه باش که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.

و تایلر (۱۹۹۳) و مک کالوگ و همکاران (۲۰۰۰) نیز در تحقیق خود دریافتند که زنان مذهبی تر از مردان هستند. برخلاف پژوهش‌های مذکور، برخی یافته‌ها نیز حاکی از این است که بین زنان و مردان از لحاظ جهت‌گیری مذهبی تفاوت قابل ملاحظه‌ای وجود ندارد. برای مثال بیابانی و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که لحاظ جهت‌گیری مذهبی تفاوتی بین جهت‌گیری زن و مرد وجود ندارد. در همین راستا، عارفی، مرادی و محسن زاده (۱۳۸۹: ۱۲۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تفاوتی بین جهت‌گیری مذهبی دانشجویان دختر و پسر وجود ندارد. با توجه به ضد و نقیض بودن یافته‌های مذکور در فرهنگ‌های گوناگون می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت‌های مذهبی زن و مرد بیش از آن که منعکس‌کننده تفاوت‌های ناشی از جنس باشد، مسئله‌ای اجتماعی - فرهنگی است.

همچنین یافته‌های این تحقیق نشان داد که تفاوت معناداری بین مردان و زنان از لحاظ خودمهارگری وجود ندارد. این یافته با یافته‌های (های، ۲۰۰۱: ۷۰۷) که نشان می‌دهد بین زنان و مردان از لحاظ خودمهارگری تفاوتی وجود ندارد، همسو است. اگرچه در این تحقیق و تحقیقات دیگر تفاوتی بین خودمهارگری از نظر جنسیت مشاهده نشد اما یافته‌های برخی تحقیقات حاکی از این است که خودمهارگری زنان به طور قابل ملاحظه‌ای بالاتر از مردان است (برت و همکاران، ۲۰۰۶: ۳۵۳؛ کاپل و همکاران، ۲۰۰۵: ۱۷). بالا بودن خودمهارگری زنان نسبت به مردان، می‌تواند ناشی از تفاوت برخورد والدین با توجه به نوع جنسیت فرزندشان باشد. در واقع والدین بر عملکرد دختران نظارت بیشتری دارند و نه تنها فرصت و شرایط ریسک‌پذیری را برای آنها فراهم نمی‌کنند بلکه تا حد امکان آنان را از چنین تجربی بر حذر می‌دارند. به عبارتی دیگر خودمهارگری، پیامد اجتماعی شدن جنسیتی است که به نوبه خود باعث تفاوت خودمهارگری دختران و پسران می‌شود. از آن جایی که خودمهارگری، پیش‌بینی‌کننده قوی برای سلامت روانشناختی است، پیشنهاد می‌شود با بهره‌گیری از ابزارهای مناسب در دانشگاه‌ها، باورها، اعتقادات و جهت‌گیری مذهبی دانشجویان تقویت شود. زیرا این امر به نوبه خود ظرفیت خودمهارگری دانشجویان را افزایش می‌دهد و افزایش ظرفیت خودمهارگری نیز زمینه سلامت روانی و جسمانی آنان را بهبود بخشیده از بروز بسیاری از آسیب‌های فردی و ناامنی‌ها و ناهنجاری‌های اجتماعی می‌کاهد. همچنین پیشنهاد می‌شود رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری در دین‌های مختلف، مذهب‌های گوناگون و نمونه‌های دیگر نیز مورد مطالعه قرار گیرد.

منابع و مأخذ:

الف. فارسی:

- قرآن کریم.

۱. بیابانی، علی اصغر و همکاران (۱۳۸۷) رابطه جهت‌گیری مذهبی با اضطراب و افسردگی در دانشجویان، **مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی**، سال دهم، شماره ۳، ۲۱۴-۲۰۹.
۲. جان بزرگی، مسعود (۱۳۷۷) بررسی اثربخشی روان درمانگری با و بدون جهت‌گیری مذهبی اسلامی بر اضطراب و تنیدگی. **مجله روانشناسی**، سال دوم، شماره ۸، ۳۴۵-۳۵۰.
۳. حسین‌خانزاده، عباسعلی؛ رشیدی، نورالدین؛ و نیازی، ایل امان (۱۳۸۹) بررسی نقش دین در تبیین سلامت روانی و روابط زناشویی. **مجله علوم روانشناختی**، دوره نهم، شماره ۳۵، ۳۵۶-۳۳۷.
۴. رفیعی هنر، حمید و جان بزرگی، مسعود (۱۳۸۹) رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری. **مجله روانشناسی و دین**، شماره ۱، پیاپی ۹، ۴۲-۳۱.
۵. عارفی، مختار؛ مرادی، امید و محسن زاده، فرشاد (۱۳۸۹) جهت‌گیری مذهبی، سلامت روان، جنسیت. **اولین همایش منطقه ای جوان و معنویت در عصر ارتباطات**، معاونت آموزشی و پژوهشی سازمان سما (واحد سندج).
۶. مختاری، عباس؛ اللهیاری، عباسعلی و رسول زاده طباطبایی، سید کاظم (۱۳۸۰) رابطه جهت‌گیری مذهبی با میزان تنیدگی. **مجله روانشناسی**، سال پنجم، شماره ۱۷، ۶۷-۵۶.

ب. خارجی:

1. Aziz, S, & Rehman, G (1996) self control and tolerance among low and high religious groups. **Journal of Personality and Clinical Studies**, 12, 83-85.
2. Bartkowski, J. P., Xu, X., & Levin, M. L (2008) Religion and child development: Evidence from the early childhood longitudinal study. **Social Science Research**, 37, 18-36.
3. Baumeister, R. F., & Vohs, K. D (2004) Self-regulation. In C. Peterson & M. E. P. Seligman (Eds.) **Character strengths and virtues: A handbook and classification** (pp.499-516). Washington, DC/New York: American Psychological Association / Oxford Press.
4. Bergin, A.E., Masters, K.S. & Richards, P. S (1988) Religiousness and mental health reconsidered: A Study of an intrinsically religious sample. **Journal of Counseling psychology**, 42, 2, 197-204.
5. Bouchard, T. J., MaGue, M., Lykken, D., & Tellegen, A (1999) Intrinsic and extrinsic religiousness: Genetic and environmental influences and personality correlates. **Twin Research**, 2, 88-98.
6. Brody, G. H., Stoneman, Z., & Flor, D (1996) Parental religiosity, family processes, and youth competence in rural, two-parent African American families. **Developmental Psychology**, 32, 696-706.

7. Burt, Callie. H., Ronald L. Simons and Leslie G. Simons (2006) "A Longitudinal Test of the Effects of Parenting and the Stability of Self-Control: Negative Evidence for the General Theory of Crime." **Criminology**, 44:353-396.
8. Chapple, Constance L., Trina L. Hope, and Scott W. Whiteford (2005) "The Direct and Indirect Effects of Parental bonds, Parental Drug Use, and Self-Control on Adolescent Substance Use." **Journal of Child and Adolescent Substance Use**, 14:17-38.
9. Geyer, A., & Baumeister, R.F (2005) Religion, mortality, and self concept.pp 412-432 in **Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality**, edited by R.F.Palutzian and C.L.Park. New York: Guilford Press.
10. Gottfredson, M., & Hirschi, T (1990) **A General Theory of Crime**. Stanford, CA: Stanford University Press.
11. Hay, C (2001) "Parenting, Self-Control, and Delinquency: A Test of Self-Control Theory." **Criminology**, 39:707-736.
12. Hills, P., Francis, L. J., Argyle, M., & Jackson, C. J (2004) Primary personality trait correlates of religious practice and orientation. **Personality and Individual Differences**, 36, 61-73.
13. Kivetz, R., & Yuhuang, Z (2006) "Determinants of Justification and Self Control." **Journal of Experimental Psychology**, 135:572-587.
14. Latimore, T. Lorraine, Charles Tittle, and Harold Grasmick (2006)"Childrearing, Self Control, and Crime: Additional Evidence." **Sociological Inquiry**, 76:343-371.
15. Levin, J.S. & Taylor, R.J (1993) Gender and age differences in religiosity among Black Americans. **The Gerontologist**, 33: 16-23.
16. Linder-Gunnoe, M., Hetherington, E.M., & Reiss, D (1999) Parental religiosity, parenting style, and adolescent social responsibility. **Journal of Early Adolescence**, 19, 199 -225.
17. Lodi-Smith, J., & Roberts, B. W (2007) Social investment and personality: A meta-analysis of the relationship of personality traits to investment in work, family, religion, and volunteerism. **Personality and Social Psychology Review**, 11, 68-86.
18. McCullough, M. E. Hoyt, W. T., Larson, D.B. Koenig, H. G., & Thoresen, C.E (2000) Religious involvement and mortality: A Meta analytic review. **Health Psychology**, 19,211-222.
19. McCullough, M. E., Tsang, J., & Brion, S. L (2003) Personality traits in adolescence as predictors of religiousness in early adulthood: Findings from the Terman Longitudinal Study. **Personality and Social Psychology Bulletin**, 29, 980-991.
20. McCullough, M.E., & Willoughby, B.L.B (2009) Religion, self-regulation, and self control: association, explanations, and implications. **Psychological Bulletin**, 29, 980-991.
21. Pfefferbaum, B., & Wood, P.B (1994) Self-report study of impulsive delinquent behavior in college students. **Journal of Adolescent Health**, 15, 295-302.

22. Regnerus, M. D., & Smith, C (2005) Selection effects in studies of religious influences. **Review of Religious Research**, 47, 23-50.
23. Rodriguez, C. M., & Henderson, R.C (2010) Who spares the road? Religious orientation, social conformity, and child abuse potential. **Child Abuse & Neglect**, 34, 84-94.
24. Saroglou, V (2002) Religion and the five factors of personality: A meta-analytic review. **Personality and Individual Differences**, 32, 15-25.
25. Smith, C (2003) Theorizing religious effects among American adolescents. **Journal for the scientific study of religion**, 42, 17-30.
26. Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L (2004) High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. **Journal of Personality**, 72, 271-322.
27. Tiliopoulos, N., Bikker, A., Coxon, A., & Hawkin, P.K (2007) The means and ends of religiosity: A fresh look at Gordon Allport's religious orientation dimensions. *Personality and Individual Differences*, 42, 1609-1620.
28. Unnever, J. D., Francis T. C., & John, B (2006) "Images of God and Public Support for Capital Punishment: Does a Close Relationship with a Loving God Matter?" **Criminology**, 44:835-866.
29. Wink, P., Ciciolla, L., Dillon, M., & Tracy, (2007) Religiousness, spiritual seeking and personality: Findings from a longitudinal study. **Journal of Personality**, 75, 1051-1070.