

بررسی مقایسه رابطه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) با سختروی در دانشجویان دختر و پسر

شیمای مهربانی طالقانی*

دکتر فرامرز سهرابی**

چکیده

پژوهش حاضر با هدف «بررسی مقایسه رابطه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) با سختروی در دانشجویان دختر و پسر» طراحی و اجرا شد. بدین منظور، از جامعه آماری، کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات در سال ۱۳۸۷ که دربرگیرنده ۹۲۱۸ نفر بود، نمونه ۱۳۲ نفری به صورت تصادفی و با روش نمونه گیری خوشه‌ای انتخاب شد؛ بدین صورت که ابتدا از بین دانشکده‌های مختلف واحد علوم و تحقیقات دو دانشکده به صورت تصادفی انتخاب و از هر دانشکده پنج کلاس به روش مذکور انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها در میان افراد حاضر اجرا شد. اطلاعات مورد نیاز با استفاده از پرسشنامه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) آلپورت و پرسشنامه بررسی دیدگاه‌های شخصی جمع آوری شد. داده‌های به دست آمده با استفاده از آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t مستقل، تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) و سختروی، رابطه معناداری وجود داشت. ضریب همبستگی به دست آمده ($r = -0.31$) نشان دهنده آن بود که بین جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) و سختروی، همبستگی منفی وجود داشت؛ به این معنا دانشجویانی که جهت گیری دینی در آنها بالاتر به عبارتی بیرونی‌تر بود، از سختروی کمتری برخوردار بودند. همچنین، نتایج نشان داد که بین جهت گیری دینی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود داشت؛ به این معنا که دختران در مقایسه با پسران، از جهت گیری دینی درونی‌تر برخوردار بودند. علاوه بر این، نتایج نشان داد که بین سختروی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود داشت؛ به این معنا که دختران در مقایسه با پسران، از سختروی بالاتری برخوردار بودند.

کلید واژه‌ها:

جهت گیری دینی (درونی - بیرونی)، سختروی.

مقدمه

پیشرفت سریع روانشناسی در زمینه دین و معنویت^۱ در دهه‌های اخیر و آشکار شدن نقش گسترده دین در همه ابعاد زندگی انسان، به خصوص نقش آن در ارتقاء آرامش، بهداشت و سلامت روانی و حتی تأثیر جدی آن در کاهش و بهبود اختلالات روانی و ناهنجاری‌های اجتماعی موجب شده تا شاهد رشد در حال گسترش مطالعات روان‌شناسی دین و معنویت در ابعاد مختلف باشیم.

از سوی دیگر، دین در عصر کنونی با چالش‌های توانمندی مواجه شده؛ به ویژه با تسلط بر طبیعت، پیشرفت زندگی و گسترش انسان‌گرایی محض، ابتدا به نظر رسید که خدا و به طور کلی ماوراء الطبیعه و متافیزیک با مفهوم نیروی برتر و دست نیافتنی، در حال از بین رفتن است و دین‌داری در زندگی به پستوهای ذهن رانده می‌شود (مونت‌گمری، به نقل از مقیمی زاده، ۱۳۸۰).

اما، مسائلی از قبیل بی‌معنی شدن زندگی، احساس خلاء اخلاقی، اسارت بشر در دست تکنولوژی، تماس غرب با مذاهب مشرق زمین، آگاهی روز افزون از وسعت جهان و افزایش یافته‌های علمی همسو با دین و معنویت، باعث شد تا شاهد گرایش روز افزون انسان معاصر به دین و معنویت باشیم.

در سال‌های اخیر، یافته‌های پژوهشی در زمینه‌های مختلف علمی به ویژه پزشکی، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی هماهنگ با گزاره‌های دینی، با یک شتاب ناگهانی در حال افزایش هستند (ناصری، ۱۳۸۶).

در همین راستا، جهت‌گیری دینی^۲ که عبارت است از عملکرد فرد بر اساس باورهای دینی خود و بر دو نوع جهت‌گیری دینی درونی و جهت‌گیری دینی بیرونی است و پژوهشگران به رابطه آن با دیگر متغیرهای شخصیتی توجه کرده‌اند.

جهت‌گیری دینی درونی عبارت است از آن نوع دینداری که در آن فرد معتقد، به تمامی اعتقادات دینی خود پایبند است و تحت هر شرایطی به فرامین دینی عمل می‌کند.

افراد دارای جهت‌گیری دینی درونی، سعی می‌کنند ارزش‌ها و باورهای دینی را درونی کرده

-
1. Spirituality
 2. Religious orientation

و به طور کامل دنبال کنند؛ بدین معنا که این افراد با دین خود زندگی می‌کنند. از آنجا که این افراد تعالیم دینی را درونی کرده‌اند، بهتر می‌توانند با دیگران مدارا و رفتار کنند (آلپورت و راس، ۱۹۶۷، به نقل از کرمی، ۱۳۸۴). در دینداری درونی، فرد تلاش می‌کند که جنبه‌های غیر الهی و سکولار زندگی را با ایمان و ابعاد روحانی خود سازگار کند. از سوی دیگر، افراد دارای جهت‌گیری بیرونی، به لحاظ نظری دارای باورهای دینی هستند که فقط نقش ابزاری دارند و دین را صرفاً وسیله‌ای برای نیل به اهداف و مقاصد دیگر در نظر می‌گیرند (کرک پاتریک و هود، ۱۹۹۰).

آلپورت معتقد بود در حالی که افراد دارای جهت‌گیری بیرونی، کاملاً مذهب اجدادی خود را به ارث می‌برند، افراد دارای جهت‌گیری دینی درونی، تعهدات مذهبی خود را بیشتر بر اساس پایه‌های شخصی شکل می‌دهند (دانلسون، ۱۹۹۹).

به طور کلی آنچه که از نتایج اکثر مطالعات و پژوهش‌های انجام شده به دست می‌آید، مؤید اثرات سودمند معنویت و دین بر ارتقاء ویژگی‌های مثبت شخصیت افراد است. دین و معنویت، در شکل‌گیری سالم و مثبت هویت و ادراک فرد از هویت، شخصیت و نقش خود و همچنین در توانایی فرد به شکل‌دهی کمال مطلوب خود در زندگی نقش دارد. معنویت می‌تواند در به وجود آوردن ویژگی‌های تعریف شده انسانی در افراد و در تقویت رشد مثبت شخص در بخش مهمی از زندگی، یعنی جوانی، نقشی اساسی ایفاء کند. معنویت می‌تواند هویت منسجمی را در جوان پرورش دهد و افراد را در طی مسیر و فرآیند تبدیل شدن به یک بزرگسال، هدایت کند (لرنر^۱ و همکاران، ۲۰۰۵ به نقل از میرباقری، ۱۳۸۶).

سخترویی یکی از این ویژگی‌های مثبت انسانی است که می‌تواند با معنویت و دین مرتبط باشد. سخترویی^۲ مفهومی که از موضوعات مطرح در جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگری است و در سال ۱۹۷۹ کوباسا^۳ آن را مطرح کرد. این ویژگی شخصیتی که برگرفته از روانشناسی وجودی است، کیفیتی کلی از افراد است که بر طبق آن، رویدادهای استرس‌آمیز زندگی، رویدادهایی انعطاف‌پذیر تلقی می‌شوند؛ و تغییرات و دگرگونی‌ها به عنوان قسمت عادی و جالب زندگی در نظر گرفته می‌شوند (جبهارت^۴ و همکاران، ۲۰۰۱).

-
1. Lerner
 2. Hardiness
 3. Kobasa
 4. Gebhardt

کوباسا (۱۹۷۹)، ساختروبی را ترکیبی از باورها درباره‌ی خویشتن و جهان می‌داند که فرد را در برابر فشارهای درونی و بیرونی مصون می‌کند. در واقع این ویژگی توانایی پردازش مناسب محرک‌های درونی و بیرونی است. بر طبق نظر کوباسا (۱۹۷۹)، ساختروبی یک فرآیند ارزیابی شناختی است و سه مؤلفه چالش^۱، کنترل^۲ و تعهد^۳ را شامل است. منظور از چالش، توانایی مواجهه با مشکلات و نداشتن هراس از درگیری با رویدادهای زندگی است (مدی و کوباسا، ۱۹۸۴، به نقل از جمهری، ۱۳۸۰). افرادی که حس چالش دارند تغییرات زندگی را عادی می‌دانند و این تغییرات آنها را تهدید نمی‌کند؛ و فراتر اینکه، رویدادهای پر استرس زندگی را به عنوان زمینه‌هایی بالقوه برای رشد تلقی می‌کنند.

افراد برخوردار از کنترل بالا باور دارند و عمل آنها نیز حاکی از آن است که واقعاً می‌توانند بر رویدادهایی تأثیر بگذارند که با آنها مواجه می‌شوند، نه اینکه در مواجهه با نیروهای خارجی عاجز بمانند.

تعهد، نشان دهنده اعتقاد فرد به ارزشمند و معنادار بودن فعالیت‌های خود و احساس عمیق درآمیختگی با فعالیت هاست (جبهارت و همکاران، ۲۰۰۱).

بنابراین، افرادی که از سخت رویی بالا برخوردارند، به جای احساس بیگانگی، ناتوانی و تهدید، به ترتیب احساس تعهد، کنترل و چالش می‌کنند (مدی و کوباسا، ۱۹۸۴، به نقل از جمهری، ۱۳۸۰).

به نظر می‌رسد که افراد سخترو به خاطر نگرش درونی خاصی که از آن برخوردارند، شیوه‌ای خاص را در مواجهه با مسائل زندگی و اطرافیان خود اعمال می‌کنند. این افراد عمدتاً رویدادهای پر استرس زندگی را جالب، متنوع، آموزنده و چالش انگیز تلقی کرده و حوادث زندگی را به صورتی واقع بینانه یا با نوعی بلند نظری در نظر می‌گیرند (جبهارت و همکاران، ۲۰۰۱). این افراد نه تنها از وجود رویدادهای زندگی ناامید و خسته نمی‌شوند، بلکه درگیر شدن با آنها را روشی برای کسب بیشتر دانش و مهارت‌های زندگی می‌بینند (قربانی، ۱۳۷۳).

از طرف دیگر، روان‌شناسانی که در حوزه دین پژوهش انجام می‌دهند، معتقد هستند که در

-
1. Challenge
 2. Control
 3. Commitment

ایمان به خداوند، نیروی خارق العاده وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان متدین می‌بخشد و در تحمل سختی‌های زندگی او را کمک می‌کند و از نگرانی و اضطرابی دور می‌کند که بسیاری از مردم قرن ما در معرض ابتلاء به آن هستند (نجاتی، ۱۳۸۴).

یافته‌های حاصل از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که اعتقادات مذهبی با اضطراب و افسردگی رابطه منفی و با رضامندی از زندگی و سلامت روانی و تحمل فشارهای روحی بستگی مثبت دارد. گرایش‌ها و باورهای مذهبی و انجام دادن آنها می‌تواند به عنوان راهبردهای مؤثری برای مقابله با استرس و مشکلات ناشی از بیماری عمل کند. روی و پیرسون در مقاله پژوهشی خود بیان می‌کنند که ایمان به خداوند و باور مذهبی در دوره‌های سخت و دشوار و تحمل ناپذیر به انسان آرامش می‌بخشد (لوین، ۱۹۸۷، به نقل از میرباقری، ۱۳۸۶).

البته روشن است که در تمام آنچه ذکر شد، مراد از دین، جهت‌گیری دینی درونی است که با یقین و اعتقاد راسخ قلبی همراه است، نه جهت‌گیری دینی بیرونی که بر پایه‌ای سست و ناپایدار بنا شده است.

بنابراین، نقش دین و معنویت در رشد و ارتقاء ویژگی‌های شخصیتی افراد، اهمیت این پژوهش را در بررسی رابطه جهت‌گیری دینی و سخت‌رویی، نشان می‌دهد.

این پژوهش همچنین متغیرهای جهت‌گیری دینی و سخت‌رویی را در دختران و پسران مقایسه می‌کند.

معنویت که بیان‌کننده بعد جداگانه‌ای از شخصیت است (پیدمانت، ۱۹۹۹، به نقل از ناسل، ۲۰۰۴) می‌تواند از نظر قوت و ماهیت ابراز در میان افراد، متفاوت باشد. و این تفاوت با توجه به وجود برخی ویژگی‌های منحصر به فرد هر یک از دو جنس، بیشتر مورد انتظار است. به نظر می‌رسد برخی ویژگی‌ها در معنویت رشد یافته، نظیر خودآگاهی، احساس پیوند با دیگران و ظرفیت بروز رفتارهای ارزشمند مانند بخشش، فروتنی و احساس شفقت (امونز، ۲۰۰۰)، بر حسب جنسیت به صورت‌های مختلفی تجلی یابد.

همچنین برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که زنان و مردان از لحاظ صفت سخت‌رویی متفاوت هستند. از آنجا که در اکثر فرهنگ‌های جهان، زنان به ویژه در محیط خانواده در حفظ انسجام و سازگاری اعضاء نقشی مهم دارند، شیوه‌های مواجهه آنها با رویدادهای فشارزای خانواده اهمیت خاصی دارد. درعین حال به نظر می‌رسد که سخت‌رویی می‌تواند به عنوان

سپر مقاومتی در مقابل افسردگی مطرح باشد. با توجه به این نکته، نحوه واکنش زنان به موقعیت‌های فشارزا اهمیت بیشتری می‌یابد (شپرد و کاشانی، ۱۹۹۰).

به طور خلاصه، فرضیه‌های پژوهش حاضر عبارت هستند از اینکه :

- بین جهت گیری دینی بیرونی و سخت‌رویی دانشجویان همبستگی منفی وجود دارد.
- دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر، از جهت گیری دینی درونی تری برخوردار هستند.
- دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر از سخت‌رویی بالاتری برخوردار هستند.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش عبارت است از کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی - واحد علوم و تحقیقات - که در سال تحصیلی ۸۷ - ۱۳۸۶ مشغول به تحصیل بوده‌اند.

نمونه پژوهش ۱۳۲ نفر از دانشجویان (دختر و پسر) را شامل بود که به صورت تصادفی و با روش نمونه گیری خوشه‌ای انتخاب شده بودند؛ بدین صورت که از بین دانشکده‌های مختلف دانشگاه، ۲ دانشکده و از هر دانشکده، ۵ کلاس به طور تصادفی انتخاب شدند و اطلاعات مورد نیاز از تمامی دانشجویان کلاس جمع آوری شد.

با توجه به موضوع پژوهش، اطلاعات مورد نیاز با استفاده از دو پرسشنامه جمع آوری شد:

- پرسشنامه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) آلپورت

- پرسشنامه بررسی دیدگاه‌های شخصی کوباسا

پرسشنامه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) آلپورت :

روایی و اعتبار این پرسشنامه طی پژوهش‌های متعددی بررسی و سنجش شده است. مختاری اعتبار پرسشنامه را به روش آلفای کرانباخ محاسبه کرده و به ضریب آلفای معادل ۰/۷۱ دست یافت. جان بزرگی نیز اعتبار پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرانباخ در نمونه ۲۳۵ نفری از دانشجویان دانشگاه‌های استان تهران محاسبه کرد و به همسانی درونی ۰/۷۱ و پایایی بازآزمایی ۰/۷۴ دست یافت (کرمی، ۱۳۸۴).

برای سنجش روایی این آزمون در ایران، مقیاس جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) به

فارسی ترجمه شد و صحت ترجمه آن با بازخوانی توسط متخصصان دیگر و ترجمه دوباره آن به انگلیسی ثابت شد و سپس با بازنویسی های متعدد، سعی در متناسب کردن آن با بافت فرهنگی و مذهبی ایران شد.

این مقیاس که ۲۱ گزینه را شامل است، بر مبنای نمره گذاری لیکرت نمره گذاری می شود. دامنه این مقیاس از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف است و به پاسخها نمره ۱ تا ۵ تعلق می گیرد. جمع امتیازها از شماره ۱ تا ۱۲ میزان جهت گیری دینی بیرونی و جمع امتیازها از شماره ۱۳ تا ۲۱ میزان جهت گیری دینی درونی را مشخص می کند؛ که از جمع این دو نمره، میزان نمره جهت گیری دینی کل به دست می آید.

روش نمره گذاری برای سؤالات مربوط به جهت گیری دینی بیرونی بدین صورت است: کاملاً مخالفم (۱ نمره)، تقریباً مخالفم (۲ نمره)، تقریباً موافقم (۴ نمره)، کاملاً موافقم (۵ نمره) و بدون جواب (۳ نمره).

روش نمره گذاری برای سؤالات مربوط به جهت گیری دینی درونی بدین صورت است: کاملاً موافقم (۱ نمره)، تقریباً موافقم (۲ نمره)، تقریباً مخالفم (۴ نمره)، کاملاً مخالفم (۵ نمره) و بدون جواب (۳ نمره).

بعد از اجرای آزمون و محاسبه نمرات، پایین ترین نمرات مربوط به افراد دارای جهت گیری دینی درونی و بالاترین نمرات مربوط به افراد دارای جهت گیری دینی بیرونی است. یعنی هر چه میزان نمرات پایین تر باشد، شخص جهت گیری دینی درونی تر دارد و هر چه نمرات بالاتر باشد، شخص جهت گیری دینی بیرونی تر دارد.

پرسشنامه بررسی دیدگاه های شخصی کوباسا :

روایی و اعتبار این پرسشنامه در مطالعات متعددی ارزیابی شد. مدی، پایایی درونی و روایی سخترویی و مؤلفه های آن را این گونه گزارش کرد:

پایایی : (سخترویی : ۰/۸۸ تا ۰/۸۰، تعهد : ۰/۷۵ تا ۰/۷۰، کنترل : ۰/۸۴ تا ۰/۶۱، چالش : ۰/۷۱ تا ۰/۶۰)

روایی : (سخترویی : ۰/۷۷، تعهد : ۰/۶۸، کنترل : ۰/۷۳، چالش : ۰/۷۱).

مدی همچنین همسانی درونی بین مؤلفه های سخترویی و نمره کل سخترویی را بین ۰/۶۸

تا ۸۹٪ گزارش کرده است (مدسی و کوباسا، ۱۹۸۴ به نقل از جمهری، ۱۳۸۰) پژوهش مدی و کوشابا (۲۰۰۲) نیز نشان داد که سخترویی و مؤلفه‌های تعهد، کنترل و چالش به ترتیب از نمرات پایایی ۰/۸۸، ۰/۷۵، ۰/۸۴، ۰/۷۱ برخوردار است (قربانی، ۱۳۷۳). مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که آزمون سخترویی از همسانی درونی کافی برخوردار است و ارتباط درونی ملاحظه‌پذیری بین مقیاس‌های تعهد، کنترل و چالش، استنباط یک نمره کلی از سخترویی را ممکن می‌کند.

طرح پژوهش: پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. لذا به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها و تعیین رابطه بین متغیرها، علاوه بر آمار توصیفی، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. همچنین از آزمون t مستقل نیز به منظور مقایسه میانگین‌ها استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

با بررسی‌های انجام شده و تجزیه و تحلیل آماری داده‌های پژوهش، نتایج ذیل به دست آمد: - به منظور بررسی رابطه جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) با سخترویی، از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. در جدول ۱، نتایج میزان همبستگی نمرات جهت گیری دینی (درونی - بیرونی) و سخترویی دانشجویان ارائه شده است.

جدول ۱: ماتریس ضرایب همبستگی بین جهت گیری دینی و سخترویی

عوامل	جهت گیری دینی	سخترویی
جهت گیری دینی	۱	* ۰/۳۱-
سخترویی		۱

* در سطح اطمینان ۹۹٪ معنادار است.

بر اساس نتیجه مندرج در جدول ۱، ضریب همبستگی پیرسون ($r = -0.31$)، بیان‌کننده آن است که بین جهت گیری دینی و سخترویی، در سطح اطمینان ۹۹٪، رابطه معناداری وجود دارد.

بنابراین، می‌توان گفت بین جهت گیری دینی و سخترویی دانشجویان همبستگی منفی وجود دارد. به این معنا که دانشجویانی که نمره جهت گیری دینی در آنها پایین تر و به عبارتی، اعتقادات مذهبی در آنها درونی تر است، از سخترویی بالاتری برخوردارند. بنابراین،

فرضیه اول پژوهش تأیید می شود.

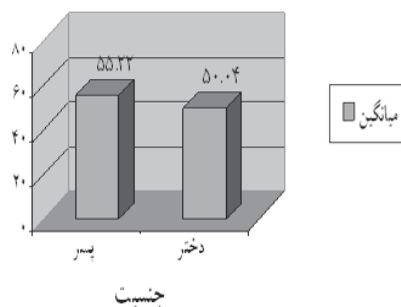
به منظور بررسی مقایسه ای جهت گیری دینی در دانشجویان دختر و دانشجویان پسر، علاوه بر آمار توصیفی، از روش آماری آزمون t مستقل استفاده شد. در جدول ۲، نتایج آزمون t مستقل بین میانگین های دانشجویان دختر و دانشجویان پسر در عامل جهت گیری دینی آورده شده است.

جدول ۲: جدول آزمون t مستقل میان دانشجویان دختر و دانشجویان پسر در عامل جهت گیری دینی

جنسیت	شاخص های آماری	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد
دختر		۴۴	۵۰/۰۴	۱۲/۹۵	۱/۹۵
پسر		۸۸	۵۵/۲۲	۸/۳۷	۰/۸۹

$$t = ۲/۴۱ \quad d.f = ۶۲ \quad p \leq ۰/۰۱$$

بر اساس داده ها و نتایج مندرج در جدول، مقدار t محاسبه شده ($t = ۲/۴۱$) در درجه آزادی ($d.f = ۶۲$) از مقدار t جدول ($t = ۲$)، بزرگتر است، بنابراین، فرض صفر رد می شود و با اطمینان ۹۵٪ نتیجه می گیریم که بین میانگین های دانشجویان دختر و دانشجویان پسر در عامل جهت گیری دینی، تفاوت معناداری وجود دارد و با توجه به میانگین های موجود برای دختران و پسران در عامل جهت گیری دینی و مقایسه آنها می توان دریافت که جهت گیری دینی در دختران درونی تر از پسران است. به عبارت دیگر، دختران در مقایسه با پسران، از جهت گیری دینی درونی تری برخوردارند. بنابراین، فرضیه دوم پژوهش تأیید می شود. نمودار ۱، میانگین نمرات جهت گیری دینی در دانشجویان دختر و پسر را نشان می دهد.



نمودار ۱: نمودار میانگین های جهت گیری دینی در دانشجویان دختر و پسر

به منظور بررسی مقایسه ای سخترویی در دانشجویان دختر و پسر، علاوه بر آمار توصیفی،

از روش آماری آزمون t مستقل استفاده شد.
در جدول ۳، نتایج آزمون t مستقل بین میانگین‌های دانشجویان دختر و پسر در عامل
سخترویی آورده شده است.

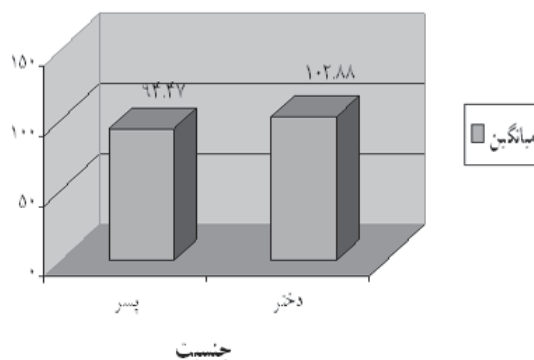
جدول ۳: جدول آزمون t مستقل میان دانشجویان دختر و پسر در عامل سخترویی

جنسیت	شاخص‌های آماری	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد
دختر		۴۴	۱۰۲/۸۸	۱۴/۲۲	۲/۱۴
پسر		۸۸	۹۴/۴۷	۱۲/۵۴	۱/۳۳

$t = ۳/۴۶$ $d.f = ۱۳۰$ $p \leq ۰/۰۰۱$

بر اساس داده‌ها و نتایج مندرج در جدول، مقدار t محاسبه شده ($t = ۳/۴۶$) در درجه آزادی ($d.f = ۱۳۰$) از مقدار t جدول ($t = ۱/۹۶$)، بزرگتر است بنابراین، فرض صفر رد می‌شود و با اطمینان ۹۵٪ نتیجه می‌گیریم که بین میانگین‌های دانشجویان دختر و دانشجویان پسر در عامل سخترویی، تفاوت معناداری وجود دارد و با توجه به میانگین‌های موجود برای دختران و پسران در عامل سخترویی و مقایسه آنها می‌توان دریافت که سخترویی در دختران بالاتر از پسران است. به عبارت دیگر، دختران در مقایسه با پسران، از سخترویی بالاتری برخوردارند. بنابراین، فرضیه سوم پژوهش تأیید می‌شود.

نمودار ۲، میانگین نمرات سخترویی در دانشجویان دختر و پسر را نشان می‌دهد.



نمودار ۲: دانشجویان دختر و پسر نمودار میانگین‌های سخترویی

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده‌ها، ضریب همبستگی ($r = -0.31$) را نشان می‌دهد.

ضریب همبستگی به دست آمده، علاوه بر معنادار بودن رابطه، نشان دهنده آن است که بین جهت‌گیری دینی و ساختاروی همبستگی منفی وجود دارد؛ به این معنا که دانشجویانی که نمره جهت‌گیری دینی در آنها پایین‌تر و به عبارتی، اعتقادات مذهبی در آنها درونی‌تر است، از ساختاروی بالاتری برخوردارند.

شایان ذکر است ضریب رابطه به دست آمده ($r = -0.31$) تقریباً ۱۰ درصد تغییر پذیری متغیرهای مورد بررسی را تبیین می‌کند و ۹۰ درصد باقیمانده می‌تواند تحت تأثیر عوامل دیگری از قبیل ویژگی‌های شخصیتی، سطح خودآگاهی، رضامندی از زندگی، احساس پیوند با دیگران، سلامت جسمی - روانی یا اضطراب و افسردگی باشد که بررسی عمیق‌تری را می‌طلبد.

در تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد که بنا بر نظر روان‌شناسان، افراد به هر نسبت که از اعتقادات و ایمان قوی‌تری برخوردار باشند، از سلامت و قدرت روانی بالاتری بهره‌مند هستند. دین و اعتقادات دینی یکی از مؤلفه‌هایی است که در ارتقاء ظرفیت‌های مثبت روانی و پرورش استعدادهای بالقوه روانی نقش مهمی دارد. دلبستگی و ایمان واقعی به خدا، به انسان نیروی باور نکردنی و عظیم، منبع همیشگی انرژی معنوی و انرژی جوانی می‌دهد که در جلوگیری از حمله‌های مخرب و سخت محیط و جهت‌گیری‌های مادی گرایانه آن و همچنین اغتشاش‌های اجتماعی و روانی، انسان را یاری می‌دهد.

بنیامین راش، روانشناس مشهور، می‌نویسد: مذهب به انسان کمک می‌کند تا فضای حوادث زندگی، مخصوصاً حوادث دردناک و اضطراب‌انگیز را بفهمد (ویلیام جیمز، ۱۳۷۶). ایمان، اعتماد به نفس و قدرت انسان را بر صبر و تحمل سختی‌های زندگی افزایش می‌دهد و احساس امنیت و آرامش را در نفس او مستقر می‌کند و در درون او آسودگی خاطر به وجود می‌آورد (نجاتی، ۱۳۸۴).

ویلر^۱ (۱۹۹۸)، اظهار می‌کند که فرد مذهبی از طریق اعتقادات دینی بر مشکلات چیره

1. Willer

می‌شود و با اعمال مذهبی و شرکت در مراسم دینی به حمایت‌های اجتماعی متصل می‌شود (به نقل از نوربالا، ۱۳۸۰).

دین و معنویت به عنوان یک بخش درونی از خویشتن، در جهت توانایی به کارگیری اصول اخلاقی - معنوی در رفتار و زندگی، ضروری است (لوین، ۲۰۰۰). تعالیم و باورهای دینی و اعتقادات مذهبی قوی می‌تواند فرد را در جهت کسب کمال و تعالی و ارتقاء ویژگی‌های مثبت روانی و شخصیتی، هدایت کند.

سین تر (۲۰۰۰) نیز معتقد است یکپارچگی و انسجام شخصی در افراد دارای معنویت رشد یافته، آنها را قادر می‌کند تا اعمال آنها بر اساس اهداف والاتر، استوار شود.

از طرفی، یکی از عوارض همراه با ضعف ایمان، که در عصر ما به چشم می‌خورد، فقدان مقاومت، شکیبایی و توانمندی در مواجهه با رویدادهای زندگی است که سلامت شخصیت افراد را با خطر مواجه کرده است.

دین به مؤمنان و معتقدان خود می‌آموزد که چگونه با مجموعه عظیم جهان سازگاری یابد مجموعه‌ای که پیش از فرد شکل گرفته و قوانین خود را بر او تحمیل می‌کند. این سازگاری، دلگرمی و خرسندی مطبوعی را در روان و روحیه فرد ایجاد می‌کند (میرباقری، ۱۳۸۶).

مشکلات و مسائل دشوار که آرامش را در زندگی افراد به مخاطره می‌اندازد، برای همه در طی زندگی وجود دارد. در واقع می‌توان گفت همه افراد در زندگی درجاتی از استرس را تجربه می‌کنند، اما مذهب می‌تواند به افراد کمک کند تا از عهده استرس‌ها برآیند (شافر و کینگ، ۱۹۹۰).

در مجموع، افراد دارای جهت‌گیری دینی درونی، به جهت سبک زندگی خاصی که دارند، رویدادها را کمتر آسیب‌زا و تحمل‌ناپذیر ارزیابی می‌کنند و هنگام بروز مشکلات خود را نمی‌بازند و سعی می‌کنند به طور صحیح با آن مقابله کنند. درونی شدن دین باعث می‌شود تا افراد احساس کنند که از تکیه‌گاه و مأمونی والا برخوردار هستند و همین امر باعث می‌شود آنها احساس آرامش و تسکین کنند.

میه و فلک (۱۹۸۰)، دریافتند کسانی که جهت‌گیری مذهبی درونی دارند، تمرکز محوری

معنادارتری بر زندگی خود دارند و خود را با محیط اطراف یکپارچه و کلی می‌دانند؛ اما افراد بیرونی بین خود و محیط اطراف یک تعارض احساس می‌کنند (به نقل از میرباقری، ۱۳۸۶). برگین (۱۹۹۱) نیز دریافت که جهت‌گیری دینی درونی همبستگی متوسطی با خودنگری، تندرستی، مسئولیت‌پذیری، مهار خود و موقعیت و کارآمدی هوش دارد.

لذا همان‌طور که پژوهش‌ها نشان داده است، افراد دارای جهت‌گیری دینی درونی، به طور واقع‌بینانه تری با استرس و تهدید مواجه می‌شوند و مشکلات را با واژه‌های سازنده تری ارزیابی می‌کنند (پارگامنت^۱ و همکاران، ۱۹۹۲).

از طرف دیگر، به نظر می‌رسد، افراد با جهت‌گیری دینی بیرونی، یک روال عادی دفاعی‌تر و حتی ناامیدانه‌تر در سازگاری دارند (پارگامنت و همکاران، ۱۹۹۲)؛ چرا که این افراد با انگیزه کسب امتیازات اجتماعی، سودجویی و ترس از نكوهش دیگران تن به اعمال دینی می‌دهند. در نتیجه آنها در مقابله با مشکلات و مسائل زندگی، سازگاری کمتری از خود نشان داده و از آرامش کمتری بهره می‌برند و دین کمترین تأثیر مثبت و سازنده را در آنها خواهد داشت.

ایمان به انسان امید می‌دهد و تسلط او بر خود را باعث می‌شود و این هر دو، توانایی مقابله با فشارهای عصبی را تقویت می‌کند. مردمی که پایبندی مذهبی آنها بیشتر است، کمتر مستعد افسردگی، خودکشی، اعتیاد به الکل یا سایر مواد مخدر هستند (کرمی، ۱۳۸۴). یونگ معتقد بود که دین اطمینان و امید را در شخص قوت بخشیده، خصوصیات اخلاقی و معنوی را در فرد و اجتماعات استحکام می‌بخشد و برای انسان پایگاه بسیار مهمی در مقابل مشکلات، مصائب و محرومیت‌های زندگی ایجاد می‌کند (شاملو، ۱۳۸۵).

مارک استروم^۲ (۱۹۹۹) دریافت، دانش‌آموزانی که در فعالیت‌های دینی درگیر هستند و در گروه‌های مذهبی مشارکت می‌کنند، بیشتر از احساس امیدواری، عشق و هدف‌مندی در زندگی خود برخوردارند. نقش دین به عنوان وسیله‌ای برای سازگاری بهتر نوجوانان (شافر و کینگ^۳، ۱۹۹۰) و همچنین رابطه دین و مذهب با عزت‌نفس (مارک استروم، ۱۹۹۹) نیز به خوبی، روشن شده است. مقالاتی که در زمینه رشد و تکامل هویت ارائه شده، نشان داده است

1. Pargamen
2. Markstrom
3. Schafer & King

که نوجوانان معتقد به عقاید و باورهای مذهبی به احتمال زیاد، از وضعیت هویتی متعهدانه تری برخوردارند (هانس برگر^۱، ۲۰۰۱، مارک استروم-آدامز و اسمیت^۲، ۱۹۹۶، به نقل از مری گود و تینا ویلوگی، ۲۰۰۵).

از تحلیل‌های به دست آمده می‌توان نتیجه گرفت که تعالیم و باورهای دینی و اعتقادات مذهبی قوی می‌تواند فرد را به سوی کمال و تعالی و در نتیجه ارتقاء سلامت هدایت کند و بهره‌مندی فرد از ویژگی‌های مثبت روانی، مانند سخت‌رویی را افزایش دهد.

متقابلاً، این تعالی، فرد را بر آن می‌دارد تا به صورت خود انگیزه و با بصیرت و آگاهی و شناختی منطقی، نسبت به اعتقادات دینی ملتزم شود و تکالیف الهی را انجام دهد.

بنابراین، می‌توان دریافت که هرچه اعتقادات دینی در افراد درونی‌تر شود، بهره‌مندی آنها از ملاک‌های مثبت شخصیت و معیارهای سلامت روان بیشتر می‌شود.

نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده‌ها، که به روش آماری آزمون t مستقل انجام شده است، بیان می‌کند که بین جهت‌گیری دینی دانشجویان دختر و دانشجویان پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

نتایج حاصل از داده‌های پژوهش درباره این فرضیه با نتایج حاصل از پژوهش‌های میرهاشمیان (۱۳۷۸)، قسوری (۱۳۸۰)، دهکردی (۱۳۸۰) و پرسمن (۱۹۹۰)، مبنی بر اینکه بین جهت‌گیری دینی دختران و پسران تفاوت معناداری وجود دارد، هماهنگ و همسوست (میرباقری، ۱۳۸۶).

به طور کلی، تجربه‌های معنوی به گونه‌ای یگانه و فردی عمل می‌کند و به‌رغم هدایت انسان‌ها برای عمل، برای مسائل، به شیوه‌هایی خاص و در سبک‌های مختلف و متناسب با موقعیت افراد، راه حل پدید می‌آورد (صمدی، ۱۳۸۵). متفاوت بودن تجربه‌های دینی در افراد، با توجه به تفاوت در نقش‌ها و موقعیت‌ها، تفاوت جلوه‌ها و گرایش‌های دینی را در دو جنس زن و مرد، تبیین می‌کند.

معنویت رشدیافته، با ویژگی‌هایی مانند درجه بالای خودشناسی، ابراز احساس شفقت و مهربانی، توانایی توجه به پیوند بین رویدادها، یافتن معنا در تجربه‌ها و ظرفیت الهام بخش

1. Hunsberger
2. Smith

بودن برای دیگران، اگرچه ویژگی‌هایی انسانی هستند، اما لطیفی را شامل است که بر اساس نوع خلقت، بیشتر در زنان مورد انتظار است.

نتایج پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد که زنان در قرون گذشته، مذهبی‌تر از مردان بوده‌اند؛ و امروزه نیز نسبت به مردان، بیشتر در فعالیت‌های مذهبی شرکت می‌کنند. البته، اعتقاد به تساوی جنسیت، با کاهش اهمیت و اعتقاد فردی نسبت به دین و مذهب در زنان، همراه شده است. بعضی معتقد هستند، زنان در مقایسه با مردان، نگاه بهتری نسبت به دین دارند، بیشتر در مراسم و فعالیت‌های مذهبی شرکت می‌کنند و احساس نزدیکی بیشتری به خداوند دارند (فلتی و پولوما، ۱۹۹۱) و این در حالیست که مردان بیشتر به منظور برآورده شدن نیاز خود، از دین بهره می‌برند و دین را بستری برای نیل به اهداف و رسیدن به فوائد اجتماعی می‌دانند و بیشتر به منظور کسب آرامش، امنیت، رفاه فردی و اجتماعی از دین بهره می‌برند.

در حالی که پژوهش‌هایی تفاوت زنان و مردان را در امر دین‌مداری از لحاظ برگزاری تشریفات دینی، التزام به شرکت در مراسم مذهبی و بروز رفتارهای دینی متفاوت بررسی کرده‌اند، پژوهش حاضر به این مسأله توجه می‌کند که آیا التزام به امور فوق‌الذکر ناشی از گرایش درونی به دین است یا با انگیزه و جهت‌گیری بیرونی انجام می‌شود.

پژوهش میرباقری (۱۳۸۶) نیز نشان داده است که زنان در مقایسه با مردان، آمادگی بیشتری دارند تا گرایش‌های دینی خود را درونی کنند. در واقع این پژوهش نشان می‌دهد که جهت‌گیری دینی در دانشجویان پسر بیرونی‌تر از دانشجویان دختر است.

نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده‌ها که به روش آماری آزمون t مستقل انجام شده است، بیان می‌کند که بین سختروی دانشجویان دختر و دانشجویان پسر، تفاوت معناداری وجود دارد که با توجه به میانگین‌های موجود برای دختران و پسران و مقایسه آنها می‌توان دریافت که سختروی در دختران بالاتر از پسران است. به عبارت دیگر، دختران در مقایسه با پسران، از سختروی بالاتری برخوردارند.

در اکثر فرهنگ‌های جهان، زنان به ویژه در محیط خانواده، در حفظ انسجام و سازگاری اعضاء نقشی مهم دارند و شیوه‌های مواجهه آنها با رویدادهای فشارزای خانواده اهمیت خاصی دارد (شپردو کاشانی، ۱۹۹۰). در فرهنگ ایرانی - اسلامی نیز همواره بر اهمیت نقش محوری

زنان در خانواده تأکید شده است. ویژگی‌هایی نظیر صبر و استقامت در شرایط دشوار، احساس تعهد و مسئولیت، حمایت افراد خانواده در مواجهه با مسائل و حل آنها، ایجاد بستری مناسب برای موفقیت دیگر اعضا، مدیریت داخلی و پیشبرد خانواده به سمت اهداف متعالی، که از خصوصیات مطلوب و ایده آل برای نقش زنان محسوب می‌شود، مؤلفه‌های سخت‌رویی شامل تعهد، کنترل و چالش را تداعی می‌کند. طبیعی است که این نگرش بنیادی نسبت به نقش زنان، روش‌ها و اهداف تربیتی را در دو جنس دختر و پسر متفاوت می‌کند. انتظار چنین نقشی از زنان، زمینه اکتساب و تقویت این نقش را در دختران، ایجاد می‌کند. برخی پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که زنان و مردان از لحاظ صفت سخت‌روی متفاوت هستند. درعین حال به نظر می‌رسد که سخت‌روی می‌تواند به عنوان سپر مقاومتی در مقابل افسردگی مطرح باشد. با توجه به این نکته نحوه واکنش زنان به موقعیت‌های فشارزا اهمیت بیشتری می‌یابد، چرا که این عامل می‌تواند در گرایش آنها به افسردگی نقش داشته باشد (شپرد و کاشانی، ۱۹۹۰).

سخت‌رویی، نحوه واکنش به موقعیت‌های فشارزا را تغییر داده و به عنوان سپر مقاومتی در برابر ابتلا به بیماری‌ها، مطرح است. افراد سخت‌روتر نسبت به افراد با سخت‌رویی کمتر، از عادت‌های سالم تری پیروی می‌کند (کلارک، ۱۹۹۵، به نقل از جمهوری، ۱۳۸۰). سخت‌رویی گاهی در تعامل با برخی ویژگی‌ها از جمله جنسیت، نقش‌های فعال تری ایفاء می‌کند. بنابراین، از آنجا که میزان ابتلاء به برخی بیماری‌ها از جمله افسردگی در زنان بیشتر است، سخت‌رویی و ارتقاء آن در آنها از اهمیت خاصی برخوردار است.

در مجموع، یافته‌های پژوهش از این موضوع حمایت می‌کند که ارتقاء معنویت و دین‌مداری و پایبندی به اعتقادات دینی و درونی کردن دین، با مؤلفه‌های مثبت شخصیتی مانند سخت‌رویی رابطه دارد.

در نهایت شایان ذکر است که فقدان دستیابی به پژوهش‌هایی با موضوع همانند در پیشینه مطالعاتی و حتی محدودیت در دستیابی به منابع پژوهشی، مقالات و یافته‌های علمی مشابه، محدودیت‌هایی را در روند پژوهش ایجاد کرد.

همچنین در برخی موارد، شرایط و موقعیت حاکم بر جامعه ممکن است باعث شود تا افراد مایل به بیان صریح اعتقادات و باورهای دینی خود نبوده و آن را همراه با سوگیری بیان کنند؛ از جمله در جامعه اسلامی ما گاهی آزمودنی‌ها، نوع و شکل حاکمیت را در پاسخ به

برخی سئوالات پرسشنامه جهت‌گیری دینی، لحاظ کرده و حتی از پاسخ دادن به برخی سئوالات شانه خالی می‌کنند که این مسأله نیز روند پژوهش را با دشواری‌هایی همراه کرد. علاوه بر این، از آنجا که انتخاب جامعه پژوهش بزرگتر، افزایش تعمیم‌پذیری نتایج را باعث می‌شود، و پژوهشگر بنا به شرایط مقتضی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات را به عنوان جامعه آماری انتخاب کرد، لذا تعمیم نتایج این پژوهش به جوامع دیگر باید با احتیاط انجام شود.

لذا بر این اساس به منظور افزایش اعتبار، گسترش و تعمیم نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابه در جوامع آماری دیگر انجام شود.

همچنین پیشنهاد می‌شود تا در پژوهش‌هایی گسترده‌تر بر گروه‌های سنی مختلف و در دو گروه جنسی دختر و پسر، در جهت گسترش و تکمیل نتایج پژوهش در روند تحولی انسان و همچنین نقش جنسیت در رابطه بین ساختاری و جهت‌گیری دینی (درونی - بیرونی)، در سطحی وسیع‌تر اقدام شود.

با توجه به سازگاری مفهوم جهت‌گیری دینی با اصول و اعتقادات دینی ما، امید است درباره ویژگی‌ها، مؤلفه‌ها و کارکرد جهت‌گیری دینی (درونی - بیرونی)، از دیدگاه اسلام و منابع دینی پژوهش شود.

از آنچه بیان شد بر می‌آید که رابطه معنویت-شکوفایی در برنامه‌ها و خط مشی‌هایی که قصد بهبود تحول مثبت در میان جوانان را دارند، در برگیرنده مفاهیم مهمی است (لرنر و همکاران، ۲۰۰۵ به نقل از میرباقری، ۱۳۸۶)؛ لذا پیشنهاد می‌شود مسئولان و برنامه‌ریزان فرهنگی و اجتماعی، با ایجاد برنامه‌های صحیح در جهت تقویت انگیزه‌های معنوی، التزام عملی به عقاید و درونی کردن دین در افراد، خصوصاً جوانان، در تقویت و رشد ابعاد و مؤلفه‌های شخصیتی سالم در افراد و متعاقباً ارتقاء جامعه سعی کنند.

منابع

- جمهری، فرهاد، (۱۳۸۰). بررسی رابطه سخت‌رویی و گرایش به اضطراب و افسردگی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- جیمز، ویلیام، (۱۳۷۶). دین و روان، تهران، آموزش انقلاب.
- شاملو، سعید، (۱۳۸۵). بهداشت روانی، تهران، رشد.
- صمدی، پروین، (۱۳۸۵). هوش معنوی، مجله اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره ۲، شماره ۳ و ۴، ص ۹۹-۱۱۴. دانشگاه الزهراء (س).
- کرمی، فریبا، (۱۳۸۴). بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی، (درونی بیرونی) با افسردگی و اضطراب، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- قربانی، نیما، (۱۳۷۳). بررسی رابطه سخت‌رویی با الگوی رفتاری تیپ A و رفتار مستعد بیماری‌های کرونری (تیپ ۲)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس.
- مقیم‌زاده، آناهیتا، (۱۳۸۰). اسلام درمانی و بررسی وضعیت مذهبی بیماران افسرده بیمارستان روزبه و نواب تهران، مجموعه مقالات اولین همایش بین‌المللی دین در بهداشت روان.
- میرباقری، فاطمه، (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین جهت‌گیری دینی، (درونی - بیرونی) و سلامت روان در دانشجویان، (دختر و پسر)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات.
- ناصری، اسماعیل، (۱۳۸۶). بررسی مفهوم و مؤلفه‌های هوش معنوی و ساخت ابزار برای سنجش آن در بین دانشجویان دانشگاه علامه طباطبایی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- نجاتی، عثمان، (۱۳۸۴). قرآن و روان‌شناسی، ترجمه عباس عرب، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی.

نور بالا، احمد، (۱۳۸۰). شواهد پژوهشی در رابطه بین وابستگی مذهبی و افسردگی، مجموعه مقالات اولین همایش بین‌المللی دین در بهداشت روان.

- Bergin. A. E, (1991).** values and religious issues in psychotherapy and mental health , *American psychologist* , 46 , (394 - 403).
- Donelson. E, (1999).** psychology of religion and adolescent in the united states : past to present, *Journal of Adolescent*, 22(2) : (187 - 204).
- Emmons, R. A, (2000).** spirituality and intelligence : Problems and Prospects, *The International Journal for The Psychology of religion*, 10(1), 57 - 64.
- Feltey, K. M & poloma . M. M, (1991),** From sex differences to gender role beliefs : exploring effects on dimensions of religiosity, *sex roles*, 25.
- Gebhardt, W. A, Vander doef, M. P & paul, L. B, (2001).** The Revised Health Hardiness Inventory (RHHI - 24), *psychometric properties and relationship with self reported health behavior in two dutch samples*, oxford University Press.
- Good, Marie & Willoughby, Teena, (2005).** The Role of Spirituality in Adolescent Psychology Adjustment, *Journal of youth and Adolesence*, Vol. 35, No.1. 2006.
- Kirkpatrick, L.A & hood, R. A , (1990).** Intrinsic, extrinsic religious orientation. The boon or bane of cotemporary of religion of religion, *Journal for the scientific study of Religion*, 29, (315 - 334).
- Levin, M, (2000).** *Spiritual Intelligence : Awakening the power of your spirituality and intuition*, London, Hodder & Stoughton.
- Nasel, d. d, (2004).** *Spiritual Orientation in Relation to Spiritual Intelligence : A concideration of traditional Christianity and New Age / individualistic spirituality*, Thesis submitted for the degree of doctor of Philosophy in The University of South Australia, Division of Education, Arts and Social Sciences, School of Psychology . Submitted on the 11 of March.
- Pargament. K. I. Olsen. H, Ensing . D. S & van Haitsman. K, (1992).** The relationship of religious orientations to religious coping with negative life events , *Journal for the scientific study of religion* , 31, (504 - 513).
- Schafer. W. E & king. M, (1990).** Religiousness and stress among college students: a survey report, *Journal of college students developments*, 34, (336 - 341).
- Sheppard, James.A & Kashani, Javad. h, (1990).** The relationship of hardiness, gender, and stress to health outcomes in adolescents, *Journal of personality*, vol. 5 N (4) : 761-763.
- Sinotar, M, (2000).** *Spiritual Intelligence : What we can learn from the early awakening child*, New York, Orbis Books.