

بررسی رابطه‌ی پابندی دینی با عوامل شخصیتی اضطراب در طلاب حوزه‌ی علمیه‌ی قم*

محمدباقر علیمردانی^۱

ابوالحسن حقانی^۲

محمد رضا سالاری فر^۳

چکیده

هر انسانی در زندگی دچار گرفتاری‌ها و فشارهایی می‌شود که گاهی رهایی از آن، خارج از توان اوست و این موجب بروز حالت اضطراب در وی می‌شود. پژوهش حاضر، تأثیر پابندی دینی بر عوامل شخصیتی اضطراب را بررسی می‌کند. روش بررسی به صورت میدانی است و با استفاده از آزمون اضطراب کتل و آزمون سنجش پابندی دینی، ارتباط سه مؤلفه‌ی پابندی دینی، ناپایبندی دینی و دوسوگرایی با پنج عامل اضطرابی بررسی شده است.

یافته‌ها: در فرآیند نمونه‌گیری تصادفی نهایتاً ۱۵۰ نفر انتخاب شدند که به هر یک از آنها یک آزمون پابندی مذهبی و یک آزمون اضطراب کتل داده شد، آنها مشخصاتی را وارد نمودند و به‌طور کامل به سؤالات پاسخ دادند، سپس پاسخ‌ها در فرم SPSS وارد شد و نتایج زیر به‌دست آمد:

مؤلفه‌ی پابندی مذهبی با پنج عامل اضطرابی رابطه‌ای معنادار دارد؛ با این توضیح که بالابودن نمره پابندی مذهبی، عامل کاهش هر پنج مؤلفه‌ی اضطرابی است و



در کاهش آن تأثیر مستقیم دارد؛ ۲. مؤلفه ناپایبندی مذهبی با پنج عامل اضطرابی رابطه معنادار دارد؛ با این توضیح که بالابودن نمره ناپایبندی مذهبی، هم عامل افزایش هر پنج مؤلفه اضطرابی است و در افزایش آن تأثیر مستقیم دارد؛ ۳. مؤلفه دوسوگرایی مذهبی با پنج عامل اضطرابی رابطه معنادار دارد؛ با این توضیح که بالابودن نمره دوسوگرایی مذهبی، هم عامل افزایش هر پنج مؤلفه اضطرابی است و در افزایش آن تأثیر مستقیم دارد.

کلیدواژه‌ها: عوامل شخصیتی اضطراب، ابعاد پایبندی دینی، کارکردهای پایبندی دینی.

مقدمه

اضطراب مفهومی است چندبُعدی و دارای سطوح مختلف که به عنوان پدیده‌ای بدنی، شناختی، عاطفی و بین فردی جلوه گر می‌شود. اضطراب، جسم فرد، ادراک او از خود، عواطف و ارتباط او با دیگران را دربرمی‌گیرد. اضطراب را نمی‌توان در قلمرو روان‌آزردگی، محدود کرد؛ چراکه چنین احساسی نه تنها در افراد بهنجار وجود دارد بلکه بیماران افسرده، روان‌گسسته و منحرفان جنسی نیز از این حالت، رنج می‌برند (ناتاز و همکاران ۱۹۸۰، به نقل از دادستان، ۱۳۷۶).

اضطراب و تنیدگی، بخشی از زندگی آدمیان است و بر حسب شدت و ضعف، موانعی در راه تحول و اداره زندگی فراهم می‌آورد. در واقع، اضطراب، پاسخ غیرارادی و درونی بدن به تغییرات خارجی است، اما این پاسخ، برای حداکثرسازی آمادگی بدن زنگ خطر است که در صورت به وقوع پیوستن بدن را به حالت آماده‌باش درمی‌آورد.

اضطراب باعث ایجاد نوعی رعب و ترس در انسان می‌شود که موجب افزایش سطح هوشیاری انسان درباره‌ی پیرامون خود می‌شود. اما این اضطراب، اگر بی‌دلیل و مستمر باشد، موجب نهاده شدن در بدن انسان می‌شود. به گونه‌ای که انسان، همواره خود را در یک حالت اضطراب دائم می‌بیند که این امر موجب آسیب‌های جدی به کیفیت زندگی انسان می‌شود.

از طرفی شفاخواهی نیز برای التیام این دردها بخش دیگری از زندگی انسان‌ها را تشکیل می‌دهد و فرآیند شفابخشی این دردها هم بر عهده علم است و هم از دیرباز به منزله‌ی یک تکلیف مقدس مذهبی بوده است. متخصصان و کارشناسان، اقدامات و تلاش‌های اساسی و پایداری را برای درمان اضطراب انجام داده‌اند؛ مثلاً



علوم روان‌شناختی و زیست‌شناختی کمک شایانی به حل معمای دردهای عاطفی انسان کرده و توانسته‌اند مداخله‌های مؤثرتری در این زمینه ارائه دهند، اما آشکار است برای شناخت چنین دردهایی، باید از تبیین‌های زیست‌شناختی و پردازش‌های عصب‌شناختی فراتر رفت (جان‌بزرگی، ۱۳۷۸).

در این میان سوسویی از وجود خداوند در نظام روان‌شناختی برخی نظریه‌پردازان به چشم می‌خورد؛ زیرا او حقیقتی انکارناپذیر است و همه‌جا هست به‌ویژه در اتاق درمان. همین حقیقت، اجازه نداد چراغ رابطه بین روان‌شناسی و مذهب به خاموشی گراید.

توجه روزافزون متخصصان بالینی به مذهب و تأکید آنها، گفتگوهای مختلفی را پیش آورده است اما کمتر درمانگری به مکتب اسلام توجه کرده است. اسلام دینی است توحیدی و متکامل، بنابراین توان وحدت‌دهندگی آن به نظام روان‌شناختی بیشتر است (جلالی‌تهرانی، ۱۹۹۶).

سراسر متون اسلامی سرشار از عناصر درمانگر، برای التیام دردهای عاطفی انسان است. وجود خداوند و یاد او موجب آرامش دل‌هاست (بقره/۶۲) و وقتی انسان بتواند به‌حدی از تقوا و ایمان برسد، ترس و اضطراب و افسردگی از او دور می‌شود.

به‌طور کلی دین اسلام چه از زوایای نظری و چه از جنبه‌های عملی دارای معارف بسیار غنی و فراگیری است و یافته‌های علمی که منافاتی با دین ندارد را می‌پذیرد، لذا تمرین‌های مذهبی که هدف آنها مهار خود است می‌توانند موضوع تمرین‌های روان‌درمانگری باشد.

دین و پایبندی دینی به‌عنوان یکی از رهیافت‌های بسیار مؤثر برای درمان اضطراب است. لذا انتظار می‌رود با پذیرش مذهب به‌عنوان یک متغیر مهم در زندگی افراد، آن را به‌عنوان یک منبع مهم برای تأثیر در نفوذ باور، نگرش، رفتار و ویژگی‌های شخصیتی افراد، بررسی کرده و از آن به‌عنوان جزء جدایی‌ناپذیر تحلیل و بررسی‌های روان‌شناختی یاد کنیم.

پژوهشگران این حوزه نشان داده‌اند مذهب می‌تواند نقش تعدیل‌کننده‌ای در اثرگذاری بر موقعیت‌های اضطراب‌آور ایفاء نماید.



اسپیلکا و هود و گورساج در متون روان‌شناسی مذهبی خود، نکاتی روشنی را درباره اینکه برخی تمرین‌های مذهبی می‌توانند اثر درمانی بگذارند، بیان کرده‌اند. میدو و کاهو (۱۹۸۵) مطالبی درباره شفابخشی مذهبی نگاشته‌اند.

ازهر و دیگران (۱۹۹۴) تأثیر روان درمانگری مذهبی را برای مهار اختلال‌های اضطرابی نشان دادند. آنها روان درمانگری مذهبی را با روان درمانگری حمایتی و دارویی مقایسه کرده‌اند.

گراب و دیگران (۱۹۹۰) نشان داده‌اند نوجوان مذهبی در مقایسه با نوجوانان غیرمذهبی دارای خودمهارگری بیشتری هستند.

پارک کهن و هرب (۱۹۹۰) گزارش داده‌اند جهت‌گیری مذهبی درونی، اثرات رویدادها مهارناپذیر را کاهش داده و نتایج خود را در کاهش اضطراب و افسردگی آشکار می‌سازد.

در ایران نیز در سال‌های اخیر استقبال گسترده‌ای درخصوص بررسی ابعاد، ویژگی‌های و پیامدهای روان‌شناختی مذهب پدید آمده است و نتایج این بررسی‌ها بسیار امیدوارکننده است.

بیرشک و همکاران (۱۳۸۰) به بررسی رابطه‌ی بین تنیدگی، افسردگی، اضطراب از یک سو و مذهب از سوی دیگر پرداخته‌اند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد بین مذهبی بودن و اضطراب رابطه‌ی منفی وجود دارد.

همچنین برخی پژوهش‌ها درصدد بوده‌اند اثرات برخی آداب و اعمال مذهبی را مطالعه نمایند. در این میان امینی و ملک‌شاهی در یک پژوهش، دانشجویان آزمودنی را به دو گروه گواه و آزمایشی، تقسیم و گروه آزمایش قبل از آزمون به مدت پنج دقیقه دعای رفع هم و غم منسوب به امام علی علیه السلام را قرائت کردند، نتیجه این شد که گروه آزمایشی، اضطراب کمتری را در مقایسه با گروه گواه داشته است.

همچنین گله‌دار و ساکی (۱۳۸۰)، آثار تلاوت قرآن بر کاهش اضطراب را بررسی کرده‌اند و به‌منظور بررسی اثر تلاوت قرآن بر میزان اضطراب، گروه آزمایشی پیش از آزمون به مدت ۷ دقیقه آیاتی منتخب از قرآن را تلاوت کردند درحالی‌که گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکرد.



نتایج آزمایش، نشان داد اضطراب گروه آزمایشی کمتر از گروه گواه بود و تفاوت بین اضطراب دو گروه، معنادار بوده است.

خلاً اساسی در پژوهش‌های موجود در این موضوع این است که تاکنون پژوهشی با این جهت‌گیری که جامعه‌ی آماری آن طلاب سطح دو و سه حوزه قم باشد، دیده نشده است. لذا در پژوهش حاضر، طی فرآیند نمونه‌گیری، ۱۵۰ نفر از طلاب به‌طور تصادفی، انتخاب شدند که اثرات پایبندی دینی بر کاهش اضطراب در بین آنها سنجیده شد و ثابت شد مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با پنج عامل اضطرابی رابطه معنادار دارد؛ با این توضیح که بالابودن نمره پایبندی مذهبی، عامل کاهش هر پنج مؤلفه اضطرابی است و در کاهش آن تأثیر مستقیم دارد.

۱. روش پژوهش

۱-۱. آزمون اضطراب کتل

این مقیاس براساس پژوهش‌های گسترده‌ای فراهم شده و احتمالاً مؤثرترین ابزاری است که به‌صورت یک پرسشنامه‌ی کوتاه تنظیم شده است. مقیاس اضطراب کتل، یک پرسشنامه‌ی ۴۰ ماده‌ای است که می‌توان آن را در هر دو جنس و در همه‌ی سنین بعد از ۱۴-۱۵ سالگی و در بیشتر فرهنگ‌ها استفاده نمود.

مقیاس حاضر، نه تنها مختص یک تشخیص نخستین است، بلکه برای ترسیم نمودار تحول بیمار نیز به کار می‌رود چه می‌توان آن را پس از یک هفته یا بیشتر، دوباره به کار بست بی‌آنکه آزمودنی بخش مهمی از پاسخ‌های گذشته خود را به یاد آورد.

نمره اصلی یا کلی به‌صورت یک نمره تراز شده (اضطراب کلی) است که موضع مراجع را در پهنه‌ی یک مقیاس یازده پارکی مربوط به گروهی از آزمودنی که به آن تعلق دارد، نشان می‌دهد، اما نمرات دیگری نیز می‌توان به دست آورد:

الف. نقش ساخت‌های شخصیت و مشارکت آنها را در ایجاد اضطراب مشخص می‌کند.

ب. بین اضطراب آشکار نشانه‌دار و اضطراب پنهان که هوشیارانه به کار نمی‌افتد، تمایز ایجاد می‌کند. کتل برای ساختن این مقیاس بین عامل نوروزگرایی و عامل عمومی اضطراب، تمایز قائل شد، مقیاس حاضر دارای همبستگی قوی با عامل عمومی اضطراب است.



در چارچوب آزمون ۱۶ عاملی شخصیت کتل پاسخ‌هایی که از نقطه‌نظر روان‌پزشکی این یا آن نوع اضطراب را نشان می‌دهند در واقع بین ۱۶ عامل توزیع شده‌اند همبستگی‌ها و عاملی کردن نمرات به‌دست آمده نشان داده‌اند که اکثر این ساخت‌های شخصیت یعنی:

O گرایش به کنجکاوی؛

Q۴ (تنش ارگی)؛

Q۳ (فقدان توحید یافتگی)؛

C (ضعف من)؛

L (ناایمنی پارانویایی)؛

و با درجه‌ی کمتری (h) (کمرویی) به‌صورت یک عامل مرتبه دوم با یکدیگر وابسته‌اند و این امر به این معناست که یک عامل وسیع و منحصر به فرد اضطراب، از راه پرسشنامه‌ها و همچنین آزمون‌های عینی آزمایشگاهی، مشهود می‌شود، اما بیان این حالت از خلال پرسشنامه‌ها این نکته را نشان می‌دهد که این اضطراب مشترک را می‌توان به پنج سرچشمه یا اشکال متمایز تظاهرات نسبت داد.

افزون بر آن، واقعیت وحدت ساختاری این پنج سرچشمه را می‌توان از طریق ۱. همبستگی کامل بین مجموع پنج عامل یادشده در آزمون ۱۶ عاملی شخصیت و عامل عمومی اضطراب؛ ۲. تغییر هم‌زمان این پنج عامل بر اثر سن؛ ۳. تغییر هم‌زمان این پنج عامل در موقعیت‌های تجربی و ۴. وجود همبستگی‌های مشابه با ضوابط روانی، حرفه‌ای نشان داد (همان).

در نتیجه، مقیاس اضطراب، از راه گردآوری مواد این پنج عامل و ضرایب به‌دست آمده برای آنها و به‌منظور تعیین این عامل مرتبه دوم اضطراب به شکل عامل واحدی درآمده و ساخته شده است و به ما اجازه می‌دهد تعیین کنیم کدام یک از پنج عامل شخصیت بیشتر مسئول ایجاد اضطراب در یک شخص‌اند.

خلاصه‌ای از ساخت‌های شخصیت که بر اثر تحلیل عوامل به‌دست آمده‌اند در حد پنج عامل مورد نظر به شرح زیر است:

۱. تحول هشیاری نسبت به خود (Q۳)



این عامل، درجه‌ی انگیزشی است برای یکپارچه کردن رفتارهای فردی در حول وحوش مفهومی از خویشتن که پذیرفته شده و هشیار است و ضوابطی که از نظر اجتماعی مورد تایید است.

فقدان این توحید یافتگی رفتار، در حول وحوش مفهوم روشنی از خود، یکی از علل عمده‌ی گسترش اضطراب است.

۲. نیروی من (C)

این عامل، نشان دهنده‌ی مفهوم شناخته شده‌ی نیروی من است یعنی ظرفیت مهار کردن بلافاصله و بیان تنش‌ها به طور سازش یافته و واقع‌نگر.

۳. گرایش پارانویایی (I)

نمره‌ای که آزمودنی در این عامل به دست می‌آورد ممکن است معرف مشارکت ناایمنی اجتماعی در اضطراب باشد که به موازات گسترش دفاع‌های پارانویایی آشکار می‌شود.

۴. گرایش به گنه کاری (O)

در سطح توصیفی، عامل O به منزله‌ی گنه کاری اضطراب آمیز افسرده وار محسوب شده است. این عامل می‌تواند به منزله تمایل سرشتی به اضطراب باشد.

۵. تنش ارگی (Q۴)

این عامل به دلیل درجه‌ی همبستگی‌اش، یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌هاست و به نظر می‌رسد می‌تواند نشانگر درجه اضطرابی باشد که بر اثر فشار (بن) یعنی به واسطه کشاننده‌های بیدار شده و نیازهای کام‌نیافته‌ی گوناگونی، به وجود آمده است. این مقیاس در سال ۱۳۶۸ اولین بار توسط دکتر دادستان و دکتر منصور برای جامعه ایرانی هنجارگزینی شده است و تا کنون در تحقیقات فراوانی به کار رفته است (کراز، ژ، ۱۳۹۴).

۱-۲. آزمون سنجش پایبندی مذهبی

این پژوهش در چارچوب پژوهش‌های زمینه‌یابی و همچنین پژوهش روش شناختی است که هدف آن، ساخت ابزار سنجش مذهبی بوده است.

این پژوهش دو مرحله اصلی دارد:



مرحله نخست: بررسی مدارک

مرحله دوم: اجرای میدانی

در سطح نخست، آیات قرآن کریم درباره پابندی مذهبی جمع آوری شده و محتوای نهج البلاغه به عنوان دو منبع معتبر مذهبی بررسی شده اند. همه ی آیاتی که در قرآن کریم در توصیف مؤمنان بیان شده است، گردآوری گردید و از نهج البلاغه نیز ویژگی های پرهیزگاران را که در خطبه ای با نام خطبه همام (خطبه ۱۹۳) آمده بودند، استخراج شد (حدود ۱۲۰ از ۲۰۰ عبارت). این ابزار با ۲۶۸ آزمودنی دانشجو برای استفاده با آلفای کرون باخ ۷۷ درصد مورد استفاده قرار گرفت (جان بزرگی، ۱۳۸۷).

جامعه ی آماری این پژوهش (در مرحله تولید آزمون) برای سنجش مذهبی همه ی دانشجویان دانشگاه های استان تهران است که در مقطع لیسانس و ترجیحاً سال آخر مشغول تحصیل بوده اند.

برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش تحلیل عاملی و نیز روش همبستگی برای تعیین اعتبار ملاک و برای محاسبه ضریب همسانی درونی یا اعتبار از محاسبه آلفای کرون باخ و روش دونیمه سازی آزمون استفاده شده است.

۲. متغیرهای پژوهش

۲-۱. اضطراب (متغیر ملاک)

اضطراب و تنیدگی، متغیر وابسته و ملاک این تحقیق است. هرچند برای سنجش اضطراب و تنیدگی در این پژوهش، از ابزارهای متفاوتی استفاده شده است، ولی تنیدگی و اضطراب را به عنوان یک متغیر در نظر گرفته ایم. اضطراب در بزرگ سالی، پدیده ای فراگیر و شناخته شده است. گذشته از اینکه ممکن است اضطراب در حدی اعتدال آمیز، سازندگی و خلاقیتی برای فرد به دنبال داشته باشد.

اضطراب در سطح مرضی می تواند به منزله ی منبع شکست و سازش نیافتگی به شمار آید و به طیف گسترده ای از اختلال ها پوشش دهد (دادستان، ۱۳۷۶).

اضطراب را می توان هم یک حالت آموخته شده و هم رگه ای از شخصیت دانست. از سال های دهه ی ۱۹۶۰ مؤلفان به این نتیجه رسیدند تعیین سطح کلی اضطراب نمی تواند به شناخت دلایل مؤثر کاهش کارآمدی برخی افرادی که دارای سطح



بالایی از اضطراب‌اند، منتهی شود و بر این اساس، کوشش کردند به مؤلفه‌های اضطراب، دست یابند و تحقیقات این دهه توانست اضطراب را به مؤلفه‌های رگه (Trait anxiety) و حالت (anxiety State) تقسیم کند (موریس و فالمه، ۱۹۷۶؛ اسپیل برگر، ۱۹۶۶؛ به نقل از دادستان، ۱۳۷۶).

رگه‌ی اضطرابی به منزله بُعد پایدار شخصیت را هنگامی بر کارآمدی فرد مؤثر دانستند که شرایط ارزشیابی تهدیدآمیز به تجلی حالت اضطرابی (بروز هیجانی شدید) منجر می‌شد. بعدها پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که باید بین حالت اضطرابی و رگه اضطرابی تمایز قائل شوند و دخالت هم‌زمان مؤلفه‌های انگیزشی و شناختی را در نظر بگیرند.

اما علاوه بر تعیین سطح اضطراب، توجه به عوامل خاص اضطراب برای برنامه‌ریزی درمانگری و نیز ارزیابی آن لازم به نظر می‌رسد، بنابراین در تعریف اضطراب، به عوامل اضطرابی شخصیت نیز توجه شد.

گاهی اضطراب به دو قسمت اضطراب آشکار و پنهان تقسیم می‌شود و پنج عامل اضطرابی شخصیت عوامل خاص و جزئی هستند که این اضطراب کلی را پوشش می‌دهند:

۱. عامل تنش ارگی؛
 ۲. احساس گنه‌کاری (O)؛
 ۳. ناپایداری هیجانی (C)؛
 ۴. بی‌اعتمادی (L)؛
 ۵. فقدان تصویر روشن از خود Q۳.
- برای سنجش اضطراب آزمودنی‌ها ۱۵۰ نفر از طلاب ساکن قم در سطح کارشناسی به بالا به شکل تصادفی انتخاب شدند و یک آزمون سنجش اضطراب کتل را تکمیل نمودند.

۲-۲. پابندی دینی (متغیر پیش‌بین)

به‌طور کلی میزان پابندی مذهبی، متغیر مستقل و پیش‌بین تحقیق پیش‌روست.



شیوه‌های درمانگری در قلمرو اضطراب و تنیدگی بسیار متنوع‌اند، ولی بیشتر آنها از یک روش مشخص استفاده می‌کنند. منظور از جهت‌گیری مذهبی در درمانگری اضطراب و تنیدگی این است که علاوه بر آموزش مهارت‌هایی در چارچوب روش درمانگری چندبُعدی به مراجعان، برخی مهارت‌های مذهبی (در حوزه‌ی تفکر، تجسم، رفتار یا عواطف) از منابع معتبر اسلامی استخراج و به همان شکل به آنها آموزش داده می‌شود.

برای سنجش میزان پابندی دینی آزمودنی‌ها علاوه بر آزمون اضطراب کتل، یک آزمون سنجش پابندی دینی جان‌بزرگی را تکمیل نمودند.

۲-۳. متغیر کنترل

سطح مذهبی افراد با یکدیگر یکسان شده‌اند. کنترل متغیر مذهب به ما کمک می‌کند تا نتوانیم نتیجه تغییرات در گروه‌ها را به تفاوت سطح مذهبی افراد نسبت دهیم و تاثیر تفاوت سطح مذهبی افراد، نتواند نتایج تحقیق را تحت نفوذ خود قرار دهد.

در این قسمت، نخست به ارائه‌ی اطلاعات جمعیت‌شناختی و توصیف داده‌ها از طریق به‌کارگیری روش‌های آمار توصیفی مانند جداول توزیع فراوانی، شاخص‌های مرکزی و شاخص‌های پراکندگی پرداخته می‌شود. سپس تجزیه و تحلیل داده‌ها در ارتباط با فرضیه این پژوهش ارائه شده است.



۳. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و توصیف داده‌ها

۱-۳. سن

در جدول ۱-۳، فراوانی، درصد فراوانی نسبی و درصد فراوانی تجمعی مربوط به آزمودنی‌های پژوهش به تفکیک سن آزمودنی‌ها ارائه شده است.

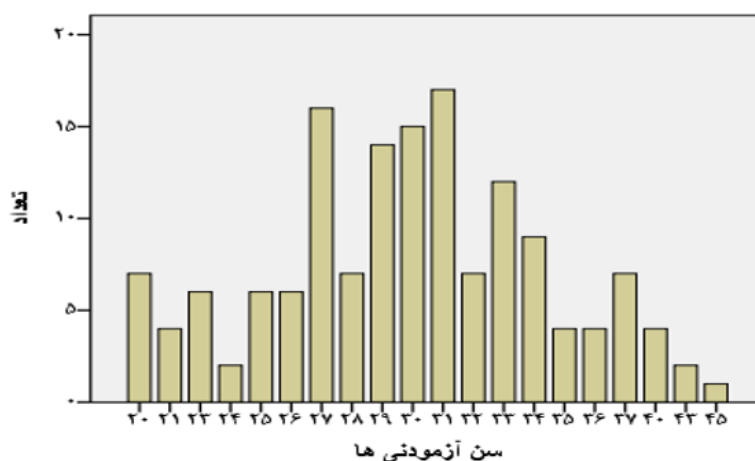
سن	فراوانی	درصد فراوانی نسبی	درصد فراوانی تجمعی
۲۰	۷	۴/۷	۴/۷
۲۱	۴	۲/۷	۷/۳
۲۳	۶	۴/۱۰	۱۱/۳
۲۴	۲	۱/۳	۱۲/۷
۲۵	۶	۴/۱۰	۱۶/۷
۲۶	۶	۴/۱۰	۲۰/۷
۲۷	۱۶	۱۰/۷	۳۱/۳
۲۸	۷	۴/۷	۳۶/۱۰
۲۹	۱۴	۹/۳	۴۵/۳
۳۰	۱۵	۱۰/۱۰	۵۵/۳
۳۱	۱۷	۱۱/۳	۶۶/۷
۳۲	۷	۴/۷	۷۱/۳
۳۳	۱۲	۸/۱۰	۷۹/۳
۳۴	۹	۶/۱۰	۸۵/۳
۳۵	۴	۲/۷	۸۸/۱۰
۳۶	۴	۲/۷	۸۸/۱۰
۳۷	۷	۴/۷	۹۵/۳
۴۰	۴	۲/۷	۹۸/۱۰
۴۳	۲	۱/۳	۹۹/۳
۴۵	۱	۰/۷	۱۰۰/۱۰
مجموع	۱۵۰	۱۰۰/۱۰	

جدول ۱-۳. داده‌های توصیفی مربوط به سن آزمودنی‌ها

براساس داده‌های جدول ۱-۳، از مجموع ۱۵۰ آزمودنی حاضر در گروه نمونه، همان‌گونه که مشاهده می‌شود، سن آزمودنی‌ها بین ۲۰ تا ۴۵ سال است و بیشترین فراوانی در آزمودنی‌ها ۳۱ ساله (۱۷ نفر) و کمترین فراوانی در بین آزمودنی‌ها ۴۵ ساله (۱ نفر) دیده می‌شود.



در نمودار ۱-۳، نیز تفکیک آزمودنی‌ها بر اساس سن و فراوانی به همراه مجموع آنها (۱۵۰ نفر) نشان داده شده است.



نمودار ۱-۳. توصیف آزمودنی‌ها بر اساس سن

۲-۳. جنسیت

در جدول ۲-۳، ویژگی‌های توصیفی (فراوانی و درصد فراوانی نسبی) آزمودنی‌های پژوهش بر حسب جنسیت ارائه شده است.

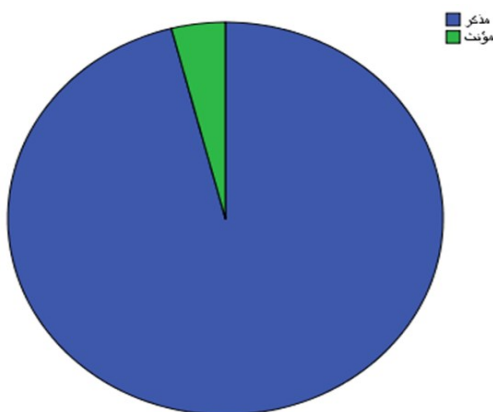
جنسیت	فراوانی	درصد	درصد تجمعی
مذکر	۱۴۴	۹۶/۰	۹۶/۰
مؤنث	۶	۴/۰	۱۰۰/۰
مجموع	۱۵۰	۱۰۰/۰	

جدول ۲-۳. داده‌های توصیفی مربوط به جنسیت آزمودنی‌ها

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود، از مجموع ۱۵۰ آزمودنی حاضر در این پژوهش، تعداد آزمودنی‌ها مذکر، ۱۴۴ نفر که ۹۶/۰ درصد از مجموع را تشکیل دادند و همچنین تعداد آزمودنی‌ها مؤنث، ۶ نفر که ۴/۰ درصد از مجموع را شامل می‌شوند. از این میان بیشترین فراوانی مربوط به آزمودنی‌ها مذکر، ۱۴۴ نفر است.



نمودار ۲-۳. نیز فراوانی و درصد فراوانی آزمودنی‌ها به تفکیک جنسیت را نشان می‌دهد.



نمودار ۲-۳. فراوانی و درصد فراوانی آزمودنی‌ها بر حسب جنسیت

۳-۳. تحصیلات آزمودنی‌ها

جدول ۳-۳، ویژگی‌های توصیفی (فراوانی و درصد فراوانی نسبی) آزمودنی‌های پژوهش بر حسب تحصیلات را ارائه کرده است.

تحصیلات	فراوانی	درصد	درصد تجمعی
سطح ۱	۵۷	۳۸٪	۳۸٪
سطح ۲	۴۸	۳۲٪	۷۰٪
سطح ۳	۴۵	۳۰٪	۱۰۰٪
مجموع	۱۵۰	۱۰۰٪	

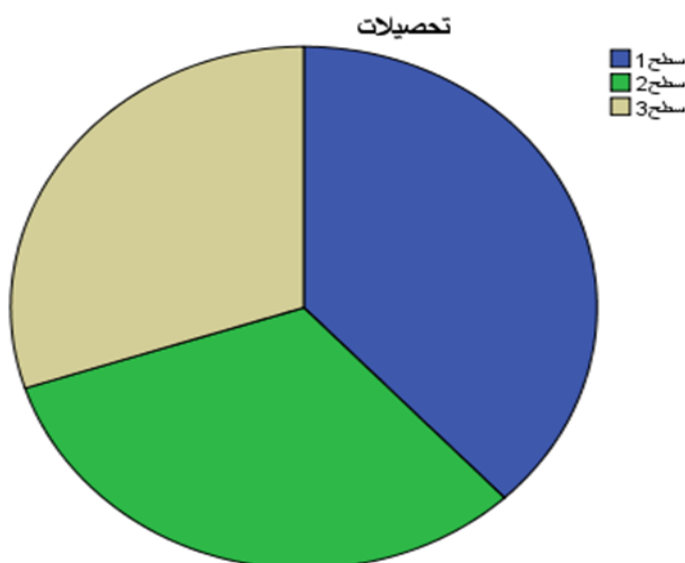
جدول ۳-۳. داده‌های توصیفی مربوط به تحصیلات آزمودنی‌ها

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود، از مجموع ۱۵۰ آزمودنی حاضر در این پژوهش، تعداد آزمودنی‌ها محصل در سطح ۱، ۵۷ نفر که ۳۸٪ درصد از مجموع را تشکیل دادند و همچنین تعداد آزمودنی‌ها محصل در سطح ۲، ۴۸ نفر که ۳۲٪ درصد از مجموع و تعداد آزمودنی‌ها محصل در سطح ۳، ۴۵ نفر که ۳۰٪ درصد از مجموع



را شامل می‌شوند. از این میان بیشترین فراوانی مربوط به آزمودنی‌ها محصل در سطح ۱، ۵۷ نفر است.

در نمودار ۳-۳، نیز فراوانی و درصد فراوانی آزمودنی‌ها به تفکیک تحصیلات نمایش داده شده است.



نمودار ۳-۳. فراوانی و درصد فراوانی آزمودنی‌ها برحسب تحصیلات

۴-۳. پابندی مذهبی

جدول ۳-۴، ویژگی‌های توصیفی مربوط به ویژگی‌های آماری پابندی آزمودنی‌ها را به تفکیک ارائه کرده است.

متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
پابندی	۱۵۰	۳۱	۶۱	۴۸/۵۵	۶/۱۵
دوسوگرا	۱۵۰	۴	۴۸	۲۹/۹۰	۱۱/۳۹
ناپابندی	۱۵۰	۲	۳۹	۲۱/۱۰	۱۱/۷
پابندی کلی	۱۵۰	۷۰	۱۶۳	۱۱۱/۵۵	۲۷/۰۶

جدول ۳-۴. ویژگی‌های آماری پابندی مذهبی آزمودنی‌ها



همان گونه که مشاهده می‌شود، در پژوهش حاضر میانگین پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها ۴۸/۵۵ با انحراف استاندارد ۶/۱۵ است، میانگین نمره دوسوگرایی آزمودنی‌ها ۲۹/۹۰ با انحراف استاندارد ۱۱/۳۹ است، میانگین نمره ناپایبندی آزمودنی‌ها ۲۱/۱۰ با انحراف استاندارد ۱۱/۷ است و میانگین پایبندی کلی مذهبی آزمودنی‌ها شرکت کننده در آزمون، ۱۱۱/۵۵ با انحراف استاندارد ۲۷/۰۶ است.

۵-۳. اضطراب

جدول ۵-۳، ویژگی‌های توصیفی مربوط به ویژگی‌های آماری اضطراب آزمودنی‌ها را ارائه کرده است.

متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
مؤلفه Q۳	۱۵۰	۰	۱۶	۸/۵۰	۵/۰۸
مؤلفه C	۱۵۰	۰	۱۷	۸/۵۷	۵/۵۵
مؤلفه L	۱۵۰	۰	۸	۴/۶۳	۱/۵
مؤلفه O	۱۵۰	۲	۳۳	۱۵/۸۵	۸/۸۳
مؤلفه Q۴	۱۵۰	۲	۲۷	۱۳/۶۴	۸/۰۰

جدول ۵-۳. ویژگی‌های آماری مؤلفه‌های اضطراب آزمودنی‌ها

همان گونه که مشاهده می‌شود، در پژوهش حاضر از میان مؤلفه‌های اضطراب شرکت کننده در آزمون، میانگین مؤلفه Q۳، ۸/۵۰ با انحراف استاندارد ۵/۰۸، میانگین مؤلفه C، ۸/۵۷ با انحراف استاندارد ۵/۵۵، میانگین مؤلفه L، ۴/۶۳ با انحراف استاندارد ۱/۵، میانگین مؤلفه O، ۱۵/۸۵ با انحراف استاندارد ۸/۸۳ و میانگین مؤلفه Q۴، ۱۳/۶۴ با انحراف استاندارد ۸/۰۰ است. کمترین میانگین مربوط به مؤلفه Q۳ و بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه O است.

۴. داده‌های استنباطی

در این بخش، آزمون همبستگی پیرسون برای سنجش رابطه‌ی پایبندی مذهبی با اضطراب آزمودنی‌ها و نتایج آزمون‌های رگرسیون گام به گام به منظور پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها با توجه به پایبندی مذهبی آنها ارائه خواهد شد.

* براساس فرضیه‌ی اصلی پژوهش، بین پایبندی به آداب و ارزش‌های اسلامی و اضطراب، رابطه‌ای معنادار است.



بحث و بررسی

برای پاسخ به فرضیه پژوهش در جدول ۴-۶، ضرایب همبستگی پایدنی مذهبی آزمودنی‌ها و اضطراب آزمودنی‌ها به همراه سطوح معناداری ارائه شده است.

اضطراب کلی	پایدنی مذهبی کلی	
	۱	پایدنی مذهبی کلی
۱	**۰/۵۴۲	اضطراب کلی

جدول ۴-۶. ضرایب همبستگی پیرسون بین پایدنی مذهبی با اضطراب

آزمودنی‌ها (n=۱۵۰)

ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار هستند (دو دانه). *ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار هستند (دو دانه).

همان‌گونه که مشاهده می‌شود، پایدنی مذهبی کلی با اضطراب کلی آزمودنی‌ها (۰/۵۴۲) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست که هر چه پایدنی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، اضطراب‌شان کمتر است.

*میان مؤلفه‌های پایدنی مذهبی و عوامل شخصیتی اضطراب، رابطه‌ای معنادار وجود دارد. برای پاسخ به این فرضیه پژوهش در جدول ۴-۷، ضرایب همبستگی مؤلفه پایدنی مذهبی آزمودنی‌ها و عوامل شخصیتی اضطراب آزمودنی‌ها به همراه سطوح معناداری ارائه شده است.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱						
عامل Q۳ اضطراب	۱					
عامل C اضطراب	**۰/۸۸۹	۱				
عامل I اضطراب	**۰/۶۷۵	**۰/۶۹۹	۱			
عامل O اضطراب	**۰/۸۷۰	**۰/۶۲۹	**۰/۶۹۶	۱		
عامل Q۴ اضطراب	**۰/۸۹۴	**۰/۹۳۰	**۰/۶۸۴	**۰/۹۵۹	۱	
مؤلفه پایدنی مذهبی	**۰/۵۶۳	**۰/۵۷۳	**۰/۲۹۸	**۰/۵۵۰	**۰/۵۸۰	۱
مؤلفه دوسوگرایی	**۰/۷۷۴	**۰/۸۲۳	**۰/۶۷۳	**۰/۸۴۶	**۰/۸۴۹	**۰/۵۶۹
مؤلفه ناپایدنی مذهبی	**۰/۸۴۹	**۰/۸۴۹	**۰/۶۶۶	**۰/۸۸۲	**۰/۸۹۷	**۰/۶۷۰

جدول ۴-۷. ضرایب همبستگی پیرسون بین مؤلفه‌های پایدنی مذهبی با عوامل شخصیتی اضطراب آزمودنی‌ها (n=۱۵۰)



****ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار هستند (دو دامنه).** *ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار هستند (دو دامنه).

همان گونه که مشاهده می شود، مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با عامل شخصیتی Q۳ آزمودنی‌ها (۰/۵۶۳) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست که هر چه مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۳ آنها کمتر است.

مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با عامل شخصیتی C آزمودنی‌ها (۰/۵۷۳) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی C آنها کمتر است.

مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با عامل شخصیتی L آزمودنی‌ها (۰/۲۹۸) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی L آنها کمتر خواهد بود.

مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با عامل شخصیتی O آزمودنی‌ها (۰/۵۵۰) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی O آنها کمتر است.

مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی با عامل شخصیتی Q۴ آزمودنی‌ها (۰/۵۷۰) همبستگی معنادار و معکوس در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۴ آنها کمتر است.

مؤلفه‌ی دوسوگرایی با عامل شخصیتی Q۳ آزمودنی‌ها (۰/۷۷۴) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی دوسوگرایی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۳ آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی دوسوگرایی با عامل شخصیتی C آزمودنی‌ها (۰/۸۲۳) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی دوسوگرایی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی C آنها بیشتر است.



مؤلفه‌ی دوسوگرایی با عامل شخصیتی L آزمودنی‌ها (۰/۶۷۳) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی دوسوگرایی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی L آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی دوسوگرایی با عامل شخصیتی O آزمودنی‌ها (۰/۸۴۶) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی دوسوگرایی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی O آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی دوسوگرایی با عامل شخصیتی Q۴ آزمودنی‌ها (۰/۸۴۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی دوسوگرایی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۴ آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی با عامل شخصیتی Q۳ آزمودنی‌ها (۰/۸۴۹) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۳ آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی با عامل شخصیتی C آزمودنی‌ها (۰/۸۹۴) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی C آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی با عامل شخصیتی L آزمودنی‌ها (۰/۶۶۶) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی L آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی با عامل شخصیتی O آزمودنی‌ها (۰/۸۸۲) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی O آنها بیشتر است.

مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی با عامل شخصیتی Q۴ آزمودنی‌ها (۰/۸۹۷) همبستگی معنادار در سطح معناداری آلفا برابر ۰/۰۱ دارد. این بدان معناست هر چه مؤلفه‌ی ناپایندی مذهبی آزمودنی‌ها بیشتر باشد، عامل شخصیتی Q۴ آنها بیشتر است.

***پایندی مذهبی می‌تواند اضطراب آزمودنی‌ها را پیش‌بینی کند.**

برای پاسخ به این فرضیه پژوهش در جدول ۸-۴ تحلیل رگرسیون اینتر برای اضطراب براساس نمره پایندی مذهبی را بررسی می‌شود.



متغیر پیش‌بین	مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P
پایبندی مذهبی کلی	۱ رگرسیون	۲۶۲۴/۰۱۴	۱	۲۶۲۴/۰۱۴	۴۰/۷۲۹	۰/۰۰۰
	باقیمانده	۶۳۱۳/۶۹۶	۱۴۸	۶۴/۴۲۵		

جدول ۸-۴. تحلیل رگرسیون اینتر برای پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها براساس نمره پایبندی مذهبی کلی

متغیر ملاک: اضطراب آزمودنی‌ها

متغیر پیش‌بین مدل: پایبندی مذهبی کلی

جدول ۸-۴ نتایج تحلیل رگرسیون نمره پایبندی مذهبی کلی با اضطراب آزمودنی‌ها را ارائه کرده است. در این تحلیل، براساس رگرسیون خطی اینتر، اضطراب آزمودنی‌ها به‌عنوان متغیر ملاک و پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله شدند.

همان‌گونه که در جدول نیز مشاهده می‌شود، پایبندی مذهبی کلی توانایی پیش‌بینی پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها را دارد. نسبت‌های معنادار F بیان می‌کند متغیرهای پیش‌بین از قدرت تبیین خوبی برخوردارند ($P < ۰/۰۰۱$, $P (۰/۵)$)

مدل	B	B	T	P	R	R ^۲	SE
۱ پایبندی مذهبی کلی	-۰/۳۱۴	-۰/۵۴۲	-۶/۳۸۲	۰/۰۰۰	۰/۵۴۲	۰/۲۹۴	۸/۰۲۶۵۵

جدول ۹-۴. ضرایب تعیین و ضرایب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها براساس پایبندی مذهبی کلی

در جدول ۹-۴ ضرایب تعیین و نسبت‌های تحلیل (رگرسیون ارائه شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود پایبندی مذهبی کلی در آزمودنی‌ها توانایی تبیین ۲۹/۴ درصد از واریانس تغییرات اضطراب آزمودنی‌ها را به‌صورت معنادار دارد.

ضرایب رگرسیون متغیرهای پیش‌بین نیز نشان می‌دهد در بین آزمودنی‌ها در این مدل پایبندی مذهبی آزمودنی‌ها ($\beta = -۰/۵۴۲$) با توجه به آماره T می‌توان تغییرات مربوط به اضطراب آزمودنی‌ها را با اطمینان ۹۵ درصد پیش‌بینی کرد.

*مؤلفه‌های پایبندی مذهبی توانایی پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها را دارند.



برای پاسخ به این فرضیه پژوهش در جدول ۱۰-۴ تحلیل رگرسیون خطی گام به گام برای اضطراب براساس مؤلفه‌های پایداری مذهبی را بررسی خواهیم کرد.

متغیر پیش‌بین	مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	P
پایداری	رگرسیون	۳۷۵۹/۴۵۵	۳	۱۲۵۳/۱۵۲	۲۳/۲۳۲	۰/۰۰۰
دوسوگرایی	باقیمانده	۵۱۷۸/۲۵۵	۱۴۷	۵۳/۹۴۰		
ناپایداری						

جدول ۱۰-۴. تحلیل رگرسیون خطی اینتر به منظور پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها براساس مؤلفه‌های پایداری مذهبی

متغیر ملاک: اضطراب آزمودنی‌ها

متغیر پیش‌بین: پایداری، دوسوگرایی، ناپایداری

در جدول ۱۰-۴ نتایج تحلیل رگرسیون پایداری، دوسوگرایی و ناپایداری با اضطراب آزمودنی‌ها ارائه شده است. در این تحلیل، براساس رگرسیون خطی اینتر، اضطراب آزمودنی‌ها به عنوان متغیر ملاک، پایداری، دوسوگرایی و ناپایداری به عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله شدند.

همان گونه که در جدول نیز مشاهده می‌شود، پایداری، دوسوگرایی و ناپایداری توانایی پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها را دارند. نسبت‌های معنادار F بیان می‌کند متغیرهای پیش‌بین از قدرت تبیین خوبی برخوردارند ($P < ۰/۰۰۱$, $P (۰/۵)$).

مدل	B	B	T	P	R	R ^۲	SE
پایداری	-۰/۰۹۳	۰/۰۵۹	-۰/۶۶۹	۰/۵۰۵	۰/۶۹۴	۰/۴۲۱	۹/۳
دوسوگرایی	۰/۷۹۸	۰/۶۹۷	۶/۶۰۸	۰/۰۰۰			
ناپایداری	-۰/۱۵۸	-۰/۱۰۰	-۰/۸۷۰	۰/۳۸۷			

جدول ۱۱-۴. ضرایب تعیین و ضرایب رگرسیون مربوط به پیش‌بینی اضطراب آزمودنی‌ها بر اساس پایداری، دوسوگرایی و ناپایداری مذهبی

در جدول ۱۱-۴، ضرایب تعیین و نسبت‌های تحلیل رگرسیون ارائه شده است. همان گونه که مشاهده می‌شود دوسوگرایی در آزمودنی‌ها توانایی تبیین ۴۲/۱ درصد از واریانس تغییرات اضطراب آزمودنی‌ها را به صورت معنادار دارد.



همچنین در بین آزمودنی‌ها ابعاد پایبندی و ناپایبندی مذهبی توانایی تبیین واریانس تغییرات اضطراب آزمودنی‌ها را به صورت معنادار ندارند.

ضرایب رگرسیون متغیرهای پیش‌بین نیز نشان می‌دهد در بین آزمودنی‌ها در دوسوگرایی ($\beta = ۰/۶۹۷$) با توجه به آماره T می‌توان تغییرات مربوط به اضطراب آزمودنی‌ها را با اطمینان ۹۵ درصد پیش‌بینی می‌کند.

نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از این پژوهش، ضمن تأیید مبانی نظری و پژوهش‌های تجربی پیشین، رابطه معنادار و منفی میان پایبندی دینی و مؤلفه‌های مختلف اضطراب را در میان جامعه آماری طلاب (سطح دو و سه حوزه علمیه قم) آشکار ساخت. بررسی‌ها نشان داد که اضطراب، به عنوان یک واکنش طبیعی اما بالقوه مخرب، در صورت مزمن شدن، می‌تواند سلامت روان و کیفیت زندگی فرد را به شدت تحت تأثیر قرار دهد. در مقابل، دین اسلام، با ظرفیت‌های نظری و عملی خود در حوزه‌هایی چون توکل، دعا، یاد خدا و خودمهارگری، سازوکارهای مؤثری را برای تعدیل هیجانات، افزایش تاب‌آوری و در نهایت کاهش اضطراب فراهم می‌آورد. شواهد تجربی این مطالعه نشان داد که پایبندی عمیق و منسجم به آموزه‌های دینی، نه تنها به عنوان یک پدیده باورمحور، بلکه به مثابه یک عامل فعال و محافظت‌کننده روانی عمل کرده و مؤلفه‌های اضطرابی را به طور قابل توجهی کاهش می‌دهد. در مقابل، ناپایبندی مذهبی و تعارضات درونی مرتبط با آن، می‌تواند زمینه‌ساز تشدید اضطراب و کاهش ثبات روانی گردد. این یافته‌ها مؤید آن است که ابعاد معنوی و مذهبی، بخشی جدایی‌ناپذیر از سلامت جامع روان را تشکیل می‌دهند.

بهره‌گیری در مداخلات درمانی: با توجه به نقش اثبات‌شده پایبندی دینی در کاهش اضطراب، پیشنهاد می‌شود مراکز مشاوره و روان‌درمانی، به ویژه مراکز اسلامی و حوزوی، از رویکردهای درمانی مبتنی بر اصول دینی در کنار سایر روش‌های روان‌شناختی بهره‌گیرند. تدوین و اجرای پروتکل‌های درمانی تلفیقی که سازوکارهای دینی را در خود بگنجانند، می‌تواند اثربخشی درمان اضطراب را افزایش دهد.

ارتقای سلامت روان در نهادهای دینی: نظام آموزشی حوزه‌های علمیه و مراکز فرهنگی دینی، باید به مقوله سلامت روان و نقش دین در مدیریت اضطراب توجه ویژه‌ای مبذول دارند. برگزاری کارگاه‌های آموزشی، جلسات مشاوره و ترویج



مناسک و اعمال مذهبی آرامش‌بخش، می‌تواند به پیشگیری و کاهش اضطراب در میان طلاب و عموم مؤمنان کمک شایانی نماید.

منابع

- * قرآن کریم، ترجمه‌ی ناصر مکارم شیرازی، قم، مدرسه امام علی بن ابی‌طالب (ع)، ۱۳۸۶.
- * نهج‌البلاغه، ترجمه‌ی محمد دشتی، قم، امیرالمومنین (ع)، ۱۳۹۳.
۱. اتکینسون، ریئا. آل، زمینه‌ی روان‌شناسی هیلگارد، ترجمه‌ی محمدتقی براهنی، تهران، رشد، ۱۳۹۰.
 ۲. بک، آرون، شناخت درمانی و مشکلات روانی، ترجمه‌ی مهدی قراچه‌داغی، تهران، درس، ۱۳۹۰.
 ۳. پروچسکا، جیمز و نورکراس، جان، نظریه‌های روان‌درمانی (نظام‌های روان‌درمانی)، ویراست ششم ۲۰۰۷، ترجمه‌ی یحیی سیدمحمدی، تهران، روان، ۱۳۸۹.
 ۴. جان‌بزرگی، مسعود، پایان‌نامه‌ی بررسی اثربخشی روان‌درمانگری کوتاه‌مدت آموزش خودمهارگری با و بدون جهت‌گیری مذهبی (اسلامی) بر مهار اضطراب و تنیدگی، تهران، ۱۳۸۷.
 ۵. جلالی‌تهرانی، سیدمحمدمحسن، توحید درمانی، ترجمه‌ی علی‌رضا شیخ‌شعاعی، مجله‌ی نقد و نظر، شماره ۳۵، ۱۳۸۳.
 ۶. دادستان، پریخ، روان‌شناسی مرضی تحولی؛ از کودکی تا بزرگسالی، تهران، سمت، ۱۳۸۷.
 ۷. ربر، آرتور اس، فرهنگ روان‌شناسی (توصیفی)، ترجمه‌ی یوسف کریمی، تهران، رشد، ۱۳۹۰.
 ۸. کراز، ژ، بیماری‌های روانی، ترجمه‌ی پریخ دادستان، تهران، رشد، ۱۳۹۴.
 ۹. نیکولز، مایکل پی، شوارتز، ریچارد سی، خانواده‌درمانی؛ مفاهیم و روش‌ها، ترجمه‌ی محسن دهقانی، تهران، دانژه، ۱۳۸۷.
 ۱۰. هالچین، ریچارد پی و ویتبورن، سوزان کراس، آسیب‌شناسی روانی؛ دیدگاه‌های بالینی درباره اختلال‌های روانی براساس TR-IV-DSM، ترجمه‌ی یحیی سیدمحمدی، تهران، روان، ۱۳۸۹.





Investigating the Relationship Between Religious Commitment and Personality Factors of Anxiety Among Students of the Qom Seminary

Mohammad Bagher Alimardani ¹

Abolhassan Haghani ²

Mohammad Reza Salarifar ³

Every human being experiences hardships and pressures in life that sometimes exceed their coping capacity, leading to states of anxiety. The present study investigates the impact of religious commitment on the personality factors of anxiety. This research employs a field study method, utilizing the Cattell Anxiety Scale and a Religious Commitment Assessment to examine the correlation between three components—religious commitment, religious non-commitment, and religious ambivalence—with five anxiety factors.

Findings: Through a random sampling process, 150 participants were selected. Each participant completed a religious commitment questionnaire and the Cattell Anxiety Scale. After data entry and analysis using SPSS, the following results were obtained:

Religious commitment has a significant relationship with all five anxiety factors; specifically, higher religious commitment scores directly correlate with a reduction in all five anxiety components.

Religious non-commitment shows a significant relationship with the five anxiety factors, where higher non-commitment scores directly contribute to an increase in all anxiety components.

Religious ambivalence also demonstrates a significant relationship with the five anxiety factors, such that higher scores in religious ambivalence directly lead to an increase in all five components of anxiety.

Keywords: Personality Factors of Anxiety, Dimensions of Religious Commitment, Functions of Religious Commitment.

1. Level 4 Graduate in Jurisprudence and Principles of Islamic Law, Qom Seminary, Qom, Iran. (j.alimardani2017@gmail.com)

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Imam Khomeini Education and Research Institute, Qom, Iran. (haghani@qabas.net)

3. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Behavioral Sciences, Research Institute of Hawzah and University, Qom, Iran. (msalarifar@rihu.ac.ir)