

# دینداری، شادکامی می آورد؟

روانشناسی دینی

## نگرش‌های مذهبی و رابطه آن با شادکامی در نوجوانان دبیرستانی

باب‌الله بخشی پور، عضو هیئت علمی دانشگاه پیام نور ساری  
ژنیا رمضان‌زاده، کارشناس ارشد مشاوره مدرسه

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه نگرش‌های مذهبی با شادکامی در نوجوانان دبیرستانی بوده است. ۱۲۰ دانش‌آموز دختر و پسر دوره پیش‌دانشگاهی، سال تحصیلی ۸۸-۸۹ دبیرستان‌های شهرستان بهشهر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و پرسش‌نامه‌های نگرش مذهبی خدایاری فرد و همکاران (۱۳۷۸) و شادکامی اکسفورد (۱۹۸۹) را پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش آماری همبستگی و آزمون تی مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه میان نگرش مذهبی و شادکامی دختران دبیرستانی معنادار بوده ولی این رابطه در میان پسران معنی‌دار نبوده است. نتایج آزمون تی نشان می‌دهد که درصد بیشتری از دختران نسبت به پسران مذهبی‌ترند. دین نظام‌باوری ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند، بر ناملایمات و فشارهای روانی فائق آیند و به زندگی امیدواری بیشتری داشته باشند، از سوئی، زنان در هر شاخص دینداری از مردان قوی‌ترند که این به تفاوت‌های جنسی در دینداری، تفاوت در نوع جامعه و ویژگی‌های شخصیتی مربوط به جنس مرتبط است.

کلیدواژه‌ها: شادکامی، نگرش مذهبی، نوجوانان

### مقدمه

مذهب به‌عنوان یک عنصر فرهنگی و اعتقادی از ابتدایی‌ترین دوران زندگی بشریت تا به امروز همواره ذهن انسان را به خود مشغول داشته و

تأثیرات عمیق خود را در کلیه ابعاد زندگی انسان بر جای گذاشته است. پیشرفت روزافزون صنعت و فناوری در دهه‌های اخیر نه تنها انسان از معنویت و مذهب بی‌نیاز نبوده، بلکه به‌نظر می‌رسد انسان امروزی و گریزان از ایس‌م‌های مختلف اعتقادی، برای رهایی از سرگشتگی‌ها و بی‌ثباتی‌های زندگی خود و بازگشت به حقیقت، مذهب را به‌عنوان آخرین و مناسب‌ترین راه برگزیده است. در طول بحران، دین ضمن فراهم آوردن معنا، باعث ایجاد کنترل و عزت‌نفس و نیز به‌وجود آمدن دیدگاه مثبت در مورد خود می‌شود تا فرد احساس کند که مورد محبت و رحمت خداوند قرار گرفته است. احساس غلظه به منبعی والا، امیدواری به کمک و یاری از خدا از جمله منابعی هستند که افراد با نگرش دینی و برخورداری از آن‌ها می‌توانند در مواقع فشارزای زندگی آسیب کمتری متحمل شوند. در عین حال، یکی از عوامل مؤثر بر شادکامی<sup>۱</sup> به‌عنوان حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی است. شادکامی هدف نهایی و مشترک انسان‌هاست و همه در تلاش برای رسیدن به آن هستند. برخی معتقدند که اهمیت عمده زندگی در شادکامی نهفته است و انگیزه اصلی انسان‌ها در همه زمان‌ها چگونگی دستیابی، حفظ و ارتقای آن است. هر شادمانی دائمی نوعی از تجارب دینی را نشان می‌دهد که حاکی از سپاس‌گزاری از عامل شادی‌بخش است. در واقع، تجربه‌های متفاوت دینی شیوه‌های متفاوت شادکامی و راه‌های درونی شگفت‌انگیزی هستند که با نوعی از شادکامی فراسوی طبیعت، ارتباط دارد.

## بیان مسئله

روان‌شناسان در سال‌های آخر قرن ۲۰ توجه به احساسات مثبت را آغاز کردند و روز به روز به این توجه افزودند (ارجیل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). روان‌شناسان و پژوهشگران جدید به اشکال گوناگون به تعریف مفهوم شادکامی پرداخته‌اند. به‌عنوان مثال، آرجیل (۲۰۰۱) در تعریف شادکامی، به بررسی زمینه‌یابی که روی نمونه‌های فراوانی انجام شده اشاره کرده و معتقد است که شادکامی شامل حالت خوشحالی یا سرور

انسان امروزی و گریزان از ایسم‌های مختلف اعتقادی، برای رهایی از سرگشتگی‌ها و بی‌ثباتی‌های زندگی خود و بازگشت به حقیقت، مذهب را به‌عنوان آخرین و مناسب‌ترین راه برگزیده است

(هیجان‌ات مثبت)، راضی بودن از زندگی و فقدان افسردگی و اضطراب (عواطف منفی) است. این تعریف، شاید جامع‌تر از سایر تعاریف باشد؛ زیرا مجموعه‌ی عواطف مثبت و منفی را که امری درونی هستند؛ در نظر گرفته شده است و در بُعد بیرونی نیز به رضایت از زندگی اشاره دارد. فرد شادکام فردی سالم، فرهیخته، برون‌گرا، مذهبی و خوش‌بین است (دینر و لوکاس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰).

پژوهش‌های بسیاری نشان می‌دهد که مذهب عاملی اساسی است که شادی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. فعالیت‌های بسیاری به‌عنوان نگرش مذهبی در نظر گرفته می‌شود (مانند اعتقاد به پروردگار) یا فرقه



خاصی که شخص به آن تعلق دارد. متأسفانه در بسیاری از نقاط جهان، تعلق به مذهب می‌تواند منجر به تبعیض یا آزار و اذیت شود. با وجود اثر مثبتی که ایمان فی‌نفسه بر سعادت فرد دارد، عضویت در گروه تبعیض می‌تواند منبع ناخشنودی باشد. (میکلی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹)

میزان دینداری و جهت‌گیری مذهبی به‌عنوان یک متغیر و منبع مهم برای ایجاد تغییرات روانشناختی در افراد قابل توجه است. بنابراین، انتظار می‌رود با پذیرش «مذهب» به‌عنوان یک متغیر مهم در زندگی افراد، آن را به‌عنوان یک منبع برای تأثیر در نفوذ باور، نگرش، رفتار و ویژگی‌های شخصیتی افراد مورد بررسی قرار دهند و از آن به‌عنوان جزء جدایی‌ناپذیر تحلیل و بررسی‌های روانشناختی یاد کنند.

به‌طور کلی نظریه‌پردازانی وجود دارند که راه رسیدن به شادکامی و خوشبختی روانشناختی را در پرتو توجه به ارزش‌ها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی و معنادار بودن و هدفمندی زندگی، عشق و علائق دینی و الهی می‌دانند. شواهد تجربی فراوانی وجود دارد که حاکی از رابطه مثبت و معنادار بودن بین نگرش دینی و شادکامی است.

نتایج پژوهش حیدری و عنایتی نوین (۱۳۸۹) در بررسی رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس حاکی از آن است که بین نگرش دینی و شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ اما بین دانشجویان دختر و پسر در نگرش دینی و شادکامی تفاوت معناداری وجود نداشت. به‌علاوه، بین دانشجویان مجرد و متأهل در نگرش دینی و شادکامی تفاوت معناداری وجود داشت و دانشجویان متأهل شادکام‌تر و نگرش دینی بیشتری داشتند. همچنین بین دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد و دکتری در نگرش دینی تفاوت معناداری وجود داشت و دانشجویان مقطع دکتری از نگرش دینی بیشتری برخوردار بودند.

بارون<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) در پژوهشی درباره‌ی رابطه میان مذهب، شادی، سلامتی و اضطراب میان دانشجویان کویته پرداخت. تحلیل پژوهش نشان داد که نمره متوسط پسران در همه متغیرها به‌جز اضطراب - که در میان دختران به‌طور معنی‌داری بالاتر است - بالا بوده است و ارتباط معنادار و مثبتی میان تمامی متغیرها جز اضطراب در آن‌ها وجود دارد. در پژوهش هولدر<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۰) در تحقیقی با عنوان معنویت، مذهب و شادکامی در کودکان ۸ تا ۱۲ ساله، نشان دادند که خلق‌وخو پیش‌بینی‌کننده شادی است؛ اما معنویت عامل قابل توجهی در شادی حتی بعد از حذف واریانس خلق‌وخو است. در دامنه شخصی (معنی و ارزش در زندگی) و جمعی (با کیفیت و عمق روابط بین شخصی) معنویت عامل پیش‌بینی‌کننده شادی به‌خصوص در کودکان است. در الجزیره، عبدالخالق و ناسور<sup>۶</sup> (۲۰۰۷) یک نمونه دانش‌آموزان کالج را، که همگی مسلمان بودند، انتخاب کردند و به این نتیجه دست یافتند که در زنان مذهب همبستگی مثبت و معناداری با شادکامی و همبستگی منفی با اضطراب دارد.

برخی از نظریه‌پردازان رسیدن به شادکامی را از طریق توجه به ارزش‌ها و اهداف معنوی، نیازهای اساسی، معنادار بودن زندگی و عشق به خدا امکان‌پذیر می‌دانند. مالهرب<sup>۷</sup> با طرح این پرسش که آیا راهی وجود دارد که بفهمیم چگونه بهترین و پایدارترین شادکامی به‌دست می‌آید، شادکامی معنوی را یگانه شادکامی‌ای می‌داند که در همه شرایط پابرجا و زوال‌ناپذیر است. از نظر وی این احساس شادکامی با سختی‌ها و فشارهای روانی زندگی، هم‌زیستی مطلوبی دارد. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقا بخشند (یزدانی و آزاد<sup>۸</sup>، ۲۰۰۳)

توجه به مفهوم شادکامی و رابطه آن با نگرش‌های دینی در نوجوانان



ضروری است. در واقع، توجه محققان بیشتر به عوامل منفی شخصیت از جمله افسردگی و اضطراب جلب شده و عنایت کمتری به حوزه شادکامی شده است. اهمیت تحقیق، بررسی نگرش دینی از زاویه ارتباط آن با شادکامی است. شناخت نگرش‌های دینی و رابطه آن با شادکامی نوجوانان می‌تواند به اولیا، مربیان، روان‌شناسان و مشاوران در حوزه‌های مختلف بالینی، رفتاری، دینی، اجتماعی، فرهنگی یاری رساند. نظر به اهمیت دوره نوجوانی و بلوغ و مطالعه فرایند تحول در این دوره، در این پژوهش موضوع نگرش دینی مورد بررسی قرار می‌گیرد که رابطه مستقیمی با شادکامی نوجوانان و جوانان و در نهایت، جامعه دارد.

### روش پژوهش

#### جامعه آماری، نمونه و روش آماری

جامعه مورد بررسی این پژوهش، دانش‌آموزان دختر و پسر دوره پیش‌دانشگاهی شهرستان بهشهر، سال تحصیلی ۸۸-۸۹ بوده است. از ۱۲۰ نفر نمونه شرکت‌کننده ۶۰ نفر پسر و ۶۰ نفر دختر از دبیرستان‌های شهرستان بهشهر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری بدین ترتیب بود که از دبیرستان‌های شهرستان بهشهر، دو دبیرستان به تصادف انتخاب شدند. بعد از نمونه‌گیری و مراجعه حضوری در هر یک از مدارس پرسش‌نامه‌ها در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و بعد از تجزیه و تحلیل آماری دسته‌بندی شد.

### ابزار پژوهش

#### الف. پرسش‌نامه سنجش نگرش مذهبی<sup>۱۰</sup>

این پرسش‌نامه که توسط خدایاری فرد و همکاران در خرداد ۱۳۷۸ تهیه شده، نگرش سنجش از نوع لیکرت و مشتمل بر ۴۰ سؤال است که آزمودنی باید به هر سؤال بر روی یک مقیاس ۵ گزینه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» پاسخ دهد. البته در پایان، پرسش‌نامه خودسنجی کلی اضافه شده است که در آن آزمودنی میزان مذهبی بودن خود را از نظر خانواده، همکلاسی‌ها، سایر آشنایان، معلمان، افراد

شادکامی شامل حالت خوشحالی یا سرور (هیجانان مثبت)، راضی بودن از زندگی و فقدان افسردگی و اضطراب (عواطف منفی) است

پرسش‌نامه شادکامی اکسفورد در میان سایر پرسش‌نامه‌های شادکامی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است که در سال ۱۹۸۹ توسط آرجیل لو پس از رایزنی با «بک» تهیه شده است. او جملات مقیاس افسردگی را معکوس کرد و بدین ترتیب ۲۱ ماده سؤال تهیه شد و ۱۱ ماده سؤال دیگر به آن افزود تا سایر جنبه‌های شادکامی را اندازه‌گیری کند. پس از اجرا بر روی دانشجویان، در نهایت ۲۹ ماده سؤال تهیه شد که در سال ۱۳۷۸ توسط علی‌پور و نوربالا به فارسی ترجمه شده‌اند. این پرسش‌نامه ۲۹ ماده ۴ گزینه‌ای دارد که گزینه‌های آن به ترتیب از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شوند و جمع نمرات مواد ۲۹ گانه نمره کل مقیاس را تشکیل می‌دهد. درستی برگردان پرسش‌نامه توسط ۸ نفر متخصص (روان‌شناس و روان‌پزشک) تأیید شد. سپس پرسش‌نامه به صورت مقدماتی روی تعدادی از دانشجویان اجرا شد و اصلاحاتی روی آن انجام گردید. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ درصد گزارش شده است.

### یافته‌های پژوهش

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین نگرش مذهبی و شادکامی در دانش‌آموزان دبیرستانی بوده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. داده‌ها با آزمون همبستگی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. جدول شماره ۱ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای شادکامی و نگرش مذهبی را در دختران نشان می‌دهد.

رابطه بین نگرش مذهبی و شادکامی دختران دبیرستانی در این پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون معنادار گزارش شده است ( $r = -0.881$ ,  $n = 60$ ,  $p < 0.005$ ) (جدول شماره ۲).

غریبه و خودش در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای (مشابه ۴۰ سؤال اصلی) ارزیابی می‌کند. روش نمره‌گذاری: نمره‌گذاری بر اساس پاسخ‌های آزمودنی به مواد مختلف آن و در مقیاس ۵ تایی از ۱ (برای گزینه «کاملاً مخالفم») تا ۵ (برای «کاملاً موافقم») انجام می‌شود. پایایی و اعتبار: تهیه‌کننده پرسش‌نامه، شاخص‌های پایایی و اعتبار پرسش‌نامه در دو مطالعه مقدماتی اول و دوم محاسبه شده و در هر دو نوبت ضرایب شاخص‌های پایایی و اعتبار پرسش‌نامه در سطح مطلوب و بالایی گزارش شده است (خدایاری فرد، ۱۳۸۵). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ درصد گزارش شده است.

ب- پرسش‌نامه شادکامی اکسفورد<sup>۱۱</sup>

آزمون تی مستقل در متغیر نگرش مذهبی میان پسران و دختران در سطح  $P < 0/05$  معنادار است.

جدول شماره ۵. آزمون تی مستقل برای مقایسه گروه‌ها در متغیر نگرش مذهبی میان دختر و پسر دبیرستانی

| متغیرها    | T     | F    | درجه آزادی | سطح معناداری | تفاوت میانگین‌ها |
|------------|-------|------|------------|--------------|------------------|
| نگرش مذهبی | ۰/۰۲۵ | ۶/۵۰ | ۱۱۸        | ۰/۰۱۲        | ۰/۲۳۳            |

همان‌گونه که در جدول شماره ۵، ملاحظه می‌شود، نتایج آزمون تی مستقل در متغیر شادکامی میان پسران و دختران در سطح  $P < 0/05$  معنادار نیست.

جدول شماره ۶. آزمون تی مستقل برای مقایسه گروه‌ها در متغیر شادکامی میان دختر و پسر دبیرستانی

| متغیرها | T      | F    | درجه آزادی | سطح معناداری | تفاوت میانگین‌ها |
|---------|--------|------|------------|--------------|------------------|
| شادکامی | -۰/۱۸۷ | ۰/۶۶ | ۱۱۸        | ۰/۴۱         | -۳/۶             |

### بحث و نتیجه‌گیری

شادکامی، که هدف مشترک انسان‌هاست و همه در تلاش برای رسیدن به آن می‌باشند، ارزشیابی افراد از خود و زندگی‌شان است. این ارزشیابی‌ها ممکن است جنبه شناختی داشته باشند؛ مانند قضاوت‌هایی که در مورد خشنودی از زندگی صورت می‌گیرد یا جنبه عاطفی داشته باشند که شامل خلق و هیجان‌هایی است که در واکنش به رویدادهای زندگی ظاهر می‌شود. این‌گونه افراد با دیدگاهی روشن به امور می‌نگرند.

یکی از موارد مؤثر بر شادکامی، که حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی است، نگرش دینی می‌باشد

به‌طورمستقیم برای حل مسائل تلاش می‌کنند و به‌موقع از دیگران کمک می‌گیرند. یکی از موارد مؤثر بر شادکامی، که حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی است، نگرش دینی می‌باشد. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقا بخشند.

داشتن هدف‌های معنوی، هدفمند بودن زندگی، عشق و علاقه به خدا یکی از راه‌های اصلی برای رسیدن به شادکامی است. به‌علاوه، دین نظام باور منسجمی ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند و بر ناملایمات و فشارهای روانی فائق آیند و به زندگی امیدواری بیشتری داشته باشند. بنابر یافته‌های پژوهش، بین شادکامی و نگرش دینی دختران دبیرستانی همبستگی معنادار و مثبت وجود دارد که فرضیه وجود رابطه میان این متغیرها را در دختران تأیید می‌کند.

نیز نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های بارون (۲۰۰۶)، هولدر و همکاران (۲۰۱۰)، که آن‌ها نیز رابطه مثبت و معنادار را بین شادکامی و مذهب به‌دست آورده‌اند، همسو بوده است. بارون<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۶) در پژوهشی

جدول شماره ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای شادکامی و نگرش دینی در پسران دبیرستان

| متغیر     | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد |
|-----------|-------|---------|------------------|
| شادکامی   | ۶۰    | ۴۹/۷    | ۲۲/۳۰۴           |
| نگرش دینی | ۶۰    | ۹۶/۵    | ۴۵/۹۶            |

جدول شماره ۲. همبستگی پیرسون میان متغیرهای نگرش مذهبی و شادکامی دختران دبیرستانی

| نگرش مذهبی   | شادکامی | همبستگی پیرسون | تعداد |
|--------------|---------|----------------|-------|
| شادکامی      | ۱       | ۰/۸۸۱          | ۶۰    |
| سطح معناداری |         | ۰/۰۰۰          |       |
| نگرش مذهبی   | ۰/۸۸۱   | ۱              | ۶۰    |
| سطح معناداری | ۰/۰۰۰   |                |       |
| تعداد        | ۶۰      | ۶۰             | ۶۰    |

جدول شماره ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای شادکامی و نگرش مذهبی را در پسران نشان می‌دهد.

رابطه بین نگرش مذهبی و شادکامی پسران دبیرستانی در این پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون معنادار گزارش نشده است ( $r = -0.16, n = 60, p < 0.005$ ) (جدول شماره ۴).

جدول شماره ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای شادکامی و نگرش دینی در پسران دبیرستان

| متغیر     | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد |
|-----------|-------|---------|------------------|
| شادکامی   | ۶۰    | ۴۶/۱۰   | ۲۲/۶۱            |
| نگرش دینی | ۶۰    | ۹۶/۷۸   | ۵۷/۵۶            |

جدول شماره ۴. همبستگی پیرسون میان متغیرهای نگرش مذهبی و شادکامی پسران دبیرستانی

| نگرش مذهبی   | شادکامی | همبستگی پیرسون | تعداد |
|--------------|---------|----------------|-------|
| شادکامی      | ۱       | ۰/۱۶           | ۶۰    |
| سطح معناداری |         | ۰/۲۱۸          |       |
| نگرش مذهبی   | ۰/۱۶    | ۱              | ۶۰    |
| سطح معناداری | ۰/۲۱۸   |                |       |
| تعداد        | ۶۰      | ۶۰             | ۶۰    |

می‌توان گفت میزان همبستگی نمره شادکامی و نگرش مذهبی در دانش‌آموزان دختر در مقایسه با دانش‌آموزان پسر بیشتر است.

برای محاسبه معناداری تفاوت میان متغیرهای شادکامی و نگرش مذهبی میان پسران و دختران دبیرستانی از آزمون تی مستقل استفاده شده است. همان‌گونه که در جدول شماره ۵، ملاحظه می‌شود، نتایج



- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| 11. Oxford Happiness Inventory | 5. Baroun                    |
| 12. Baroun                     | 6. Holder, M. D              |
| 13. Holder, M. D               | 7. Abdel-Khalek & Naceur     |
| 14. Stark                      | 8. Malherbe                  |
| 15. Walter & Davie             | 9. Yazdani F, Azad H         |
|                                | 10. Religious Attitude Scale |

#### منابع

۱. خدایاری فرد و همکاران، «طرح آماده سازی و هنجاریابی مقیاس سنجش دینداری در جامعه دانشجویان کشور»، دانشگاه تهران، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، ۱۳۸۵.
۲. حیدری، رفعت و علی عنایتی نوین فر. «رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس». *روان شناسی و دین*، سال سوم، شماره چهارم، ۱۳۸۹.
۳. علی پور، احد و احمدعلی نوربالا. «بررسی مقدماتی و پایایی و روایی پرسش نامه شادکامی آکسفورد در دانشگاه های تهران». *فصل نامه اندیشه و رفتار*، سال پنجم، شماره ۱ و ۲، ۱۳۷۸.
۴. قمری، محمد. «بررسی رابطه دینداری و میزان شادمانی در بین دانشجویان»، *روان شناسی و دین*، سال سوم، شماره سوم، ۱۳۸۹.
5. Abdel-Khalek, Naceur (2007) Religiosity and its association with positive and negative emotions among college students from Algeria, *Mental Health, Religion & Culture*, v 10, p 159-170.
6. Abdel-Khalek. (2006) Happiness, health, and religiosity: significant relations. *Mental Health*; 9(1): 85-97.
7. Argyle, M (2001) *the Psychology of Happiness*, Usa & Canada: Rutledge, Taylor & Francis Group.
8. Baroun, K, A (2006) Relation among religiosity, health, happiness, and anxiety for Kuwaiti adolescents. *Psychological Reports: Volume 99, Issue*, pp. 717-722. doi: 10.2466/PRO.99.3.717-722
9. Diener E, Lucas ER (2000) Subjective emotional well-being. *Handbook of emotions*, 2nd Ed. New York: Guilford; 325-337.
10. Holder, M. D (2010) Spirituality, Religiousness, and Happiness in Children Aged 8-12 Years. *Journal of Happiness Studies*, Volume 11, Number 2 (2010), 131-150, DOI: 10.1007/s10902-008-9126-1
11. Khader, A. B (2006) Relations among religiosity, health, happiness, and anxiety for Kuwaiti adolescents. *Psychological Reports: Volume 99, Issue*, pp. 717-722. doi: 10.2466/PRO.99.3.717-722
12. Migheli, Matteo (2009). Religiosity and Happiness: an ever-Winning Couple? An answer from India
13. Yazdani F, Azad H (2003) Relationship between religious attitude, coping strategies and happiness among high school boys and girls of Isfahan in 2002-2003. *Journal of knowledge and Research in Psychology*; 5(16): 29-46. [In Persian]

رابطه میان مذهب، شادی، سلامتی و اضطراب میان دانشجویان کویتی را نشان داد.

هولدر<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که خلق و خو پیش بینی کننده شادی است اما معنویت عامل قابل توجهی از شادی حتی بعد از حذف واریانس در ارتباط خلق و خوی است. معنویت عامل پیش بینی کننده شادی به خصوص در کودکان است. نتیجه این فرضیه با نتیجه تحقیق استارک<sup>۱۴</sup> (۲۰۰۲) همخوان است که مردان و زنان ۴۹ ملت را از لحاظ تفاوت های جنسیتی در دینداری بررسی کرد و گزارش کرد که در هر مورد درصد بیشتری از زنان نسبت به مردان مذهبی ترند. مطالعه والتر و داوی<sup>۱۵</sup> (۱۹۹۸) نیز نشان داد زنان در هر شاخص دینداری از مردان قوی ترند. از جمله فرضیه های آن ها برای توجیه این تفاوت های جنسی در دینداری، تفاوت در نوع جامعه پذیری و ویژگی های شخصیتی مربوط به جنس بود (به نقل از قمری، ۱۳۸۹).

اما این با پژوهش عبدال خالک (۲۰۰۶)، ناهمسوست که می تواند به دلیل شرایط مختلف اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی حاکم بر جوامع مورد مطالعه باشد.

نتایج پژوهش حیدری و عنایتی نوین (۱۳۸۹) در بررسی رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس حاکی از آن است که بین نگرش دینی و شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد اما بین دانشجویان دختر و پسر در نگرش دینی و شادکامی تفاوت معناداری وجود ندارد. در تبیین این موضوع می توان چنین بیان کرد که برداشت و تحلیل زنان و مردان از دین و شادی ناشی از آن متفاوت است. مذهب، زن را مانند بسیاری از مکاتب ناتوان از ارضای نیازهای بشری، در حاشیه گذاشته و در معرض تبعیض های جنسیتی نیز قرار نداده است. از این رو برای زنان خواستنی و قابل توجه بوده است و می تواند یکی از دلایل توجه بیشتر زنان به دین باشد. به ویژه هنگامی که زنان احساس میکنند تحت فشارند، معتقدند که مناسک و آیین های دینی احساس توانمندی در غلبه بر مشکلات را به آن ها می دهد. دینداری حقیقی و پایبندی به ارزش های دینی، گرچه برخی شادی های مادی و طبیعی را محدود می کند؛ در عوض، لذت ها و شادی های ارزشمند و متعادلی را برای فرد و جامعه دیندار به ارمغان می آورد و این نتیجه را می توان در مورد دختران و پسران ایرانی با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش تعمیم داد.

#### پی نوشت ها

- |                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 3. Diener E, Lucas ER | 1. Happiness |
| 4. Migheli, M         | 2. Argyle M  |