

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران مرکزی

دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی، گروه روانشناسی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش: روانشناسی تربیتی

عنوان پایان نامه:

رابطه‌ی التزام به عبادت (نماز و روزه)، التزام به اخلاق

و آگاهی برای خودتنظیمی با عزت نفس دانشجویان

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر مرجان جعفری روشن

استاد مشاور:

سرکار خانم دکتر پریسا تجلی

پژوهش‌گر:

میثم آشوری

زمستان ۱۳۹۲

تقدیم به

اسوهی تقوا، اخلاق و عبادت

امام المتقین، سیدالساجدین و زین العابدین

امام علی بن الحسین علیهم السلام

و روح پرفتح پدرم که همیشه همراهم بود...

تشکر و قدردانی

... بی‌شک، بدون استعانت از خداوند متعال
هیچ آغازی به انجام نخواهد رسید...

بر خود لازم می‌دانم از زحمات فراوان و
راهنمایی‌های بی‌دریغ استاد بزرگوارم، سرکار
خانم دکتر جعفری روشن، و همچنین مشاوره‌های
ارزشمند استاد گرامی، سرکار خانم دکتر تجلی،
خالصانه تشکر نمایم...

سپاس بی‌پایان من تقدیم به بهترین و اولین
معلمم، مادرم، و هزاران درود به همراه مهربانم،
همسرم...

بسم الله الرحمن الرحيم

تعهدنامه‌ی اصالت پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد

اینجانب میثم آشوری دانش‌آموخته‌ی مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته به شماره‌ی دانشجویی ۸۹۰۶۶۲۲۶۹۰۰ در رشته‌ی روانشناسی تربیتی که در تاریخ ۱۳۹۲/۱۱/۲۷ از پایان‌نامه‌ی خود تحت عنوان رابطه‌ی التزام به عبادت (نماز و روزه)، التزام به اخلاق و آگاهی برای خودتنظیمی با عزت نفس دانشجویان با کسب نمره‌ی به عدد ۱۹/۵ به حروف نوزده و نیم و درجه‌ی الف دفاع نموده‌ام؛ بدینوسیله متعهد می‌شوم:

- ۱- این پایان‌نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان‌نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده‌ام، مطابق ضوابط و رویه‌های موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده‌ام.
- ۲- این پایان‌نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم‌سطح، پایین‌تر یا بالاتر) در سایر دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است.
- ۳- چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هرگونه بهره‌برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از این پایان‌نامه داشته باشم، از حوزه‌ی معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.
- ۴- چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی‌ام هیچ‌گونه ادعایی نخواهم داشت.

میثم آشوری

۱۳۹۲/۱۲/۱

بسم الله الرحمن الرحيم

در تاریخ ۱۳۹۲ / ۱۱ / ۲۷ دانشجوی کارشناسی ارشد، آقای میثم آشوری، از
پایان نامه‌ی خود با عنوان رابطه‌ی التزام به عبادت (نماز و روزه)، التزام به اخلاق و
آگاهی برای خودتنظیمی با عزت نفس دانشجویان دفاع نموده و با نمره‌ی به عدد
۱۹/۵ به حروف نوزده و نیم و با درجه‌ی الف مورد تصویب قرار گرفت.

استاد راهنما: دکتر مرجان جعفری روشن

تاریخ: / / ۱۳۹۲

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۱	فصل اول: مقدمه‌ی پژوهش
۲	۱-۱- بیان مساله
۵	۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش
۶	۳-۱- پرسش‌های پژوهش
۶	۴-۱- فرضیه‌های تحقیق
۷	۵-۱- تعاریف مفاهیم و اصطلاحات
۷	۱-۵-۱- التزام به عبادت
۷	۱-۱-۵-۱- تعریف نظری
۷	۲-۱-۵-۱- تعریف عملیاتی
۸	۲-۵-۱- التزام به اخلاق
۸	۱-۲-۵-۱- تعریف نظری
۸	۲-۲-۵-۱- تعریف عملیاتی
۸	۳-۵-۱- آگاهی برای خود تنظیمی
۸	۱-۳-۵-۱- تعریف نظری
۹	۲-۳-۵-۱- تعریف عملیاتی
۹	۴-۵-۱- عزت نفس
۹	۱-۴-۵-۱- تعریف نظری
۹	۲-۴-۵-۱- تعریف عملیاتی

- ۲- فصل دوم: مطالعات نظری ۱۰
- ۲-۱- عبادت ۱۱
- ۲-۱-۱- نماز ۱۲
- ۲-۱-۱-۱- سابقه‌ی تاریخی نماز ۱۳
- ۲-۱-۱-۲- نماز در آیین زرتشت ۱۵
- ۲-۱-۱-۳- نماز در آیین یهودیت ۱۷
- ۲-۱-۱-۴- نماز در آیین مسیحیت ۱۸
- ۲-۱-۱-۵- نماز در آیین اسلام ۱۹
- ۲-۱-۲- روزه ۲۱
- ۲-۱-۲-۱- روزه در آیین یهود ۲۲
- ۲-۱-۲-۱-۱- فلسفه‌ی روزه در آیین یهود ۲۴
- ۲-۱-۲-۱-۲- آداب روزه‌داری در آیین یهود ۲۵
- ۲-۱-۲-۲- روزه در آیین مسیحیت ۲۶
- ۲-۱-۲-۲-۱- فلسفه‌ی روزه در آیین مسیحیت ... ۲۸
- ۲-۱-۲-۲-۲- آداب روزه‌داری کاتولیک‌ها ۳۰
- ۲-۱-۲-۲-۳- آداب روزه‌داری ارتدوکس شرق ... ۳۰
- ۲-۱-۲-۲-۴- آداب روزه‌داری پروتستان‌ها ۳۰
- ۲-۱-۲-۳- روزه در برخی فرق دیگر ۳۱
- ۲-۲- اخلاق ۳۳
- ۲-۲-۱- نظام اخلاقی در آیین یهود ۳۴
- ۲-۲-۱-۱- منابع اخلاق در آیین یهود ۳۵

- ۳۸ ۲-۲-۲ - نظام اخلاقی در آیین مسیحیت
- ۳۹ ۱-۲-۲-۲ - منابع اخلاق در آیین مسیحیت
- ۳۹ ۱-۱-۲-۲-۲ - کتاب مقدس
- ۴۰ ۲-۲-۲-۱-۲ - حقوق طبیعی
- ۴۱ ۲-۲-۲-۱-۳ - تشخیص موردی
- ۴۲ ۳-۲-۲ - نظام اخلاقی در آیین اسلام
- ۴۶ ۳-۲ - خودتنظیمی
- ۴۹ ۱-۳-۲ - آگاهی برای خودتنظیمی
- ۴۹ ۴-۲ - عزت نفس
- ۵۴ ۱-۴-۲ - نظریه‌های مربوط به عزت نفس
- ۵۵ ۱-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه کوپراسمیت
- ۵۹ ۲-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه آدلر
- ۶۳ ۳-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه مزلو
- ۶۶ ۴-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه راجرز
- ۷۱ ۵-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه آلپورت
- ۷۳ ۶-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه ایس
- ۷۴ ۷-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه بندورا
- ۷۶ ۸-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه هورنای
- ۷۷ ۹-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه فروید
- ۷۸ ۱۰-۱-۴-۲ - عزت نفس از دیدگاه روزنبرگ
- ۷۹ ۵-۲ - پیشینه‌ی پژوهش

- ۸۰ ۲-۵-۱ - پژوهش‌های داخل کشور
- ۸۱ ۲-۵-۲ - پژوهش‌های خارج از کشور
- ۸۲ ۳- فصل سوم: روش‌شناسی تحقیق
- ۸۳ ۳-۱ - روش تحقیق
- ۸۴ ۳-۲ - جامعه‌ی آماری
- ۸۴ ۳-۳ - حجم نمونه و روش اندازه‌گیری
- ۸۵ ۳-۴ - ابزارهای مورد استفاده و اعتبار و روایی آن
- ۸۶ ۳-۴-۱ - پرسش‌نامه‌ی عزت نفس روزنبرگ
- ۸۶ ۳-۴-۲ - پرسش‌نامه‌ی التزام به نماز و روزه
- ۸۷ ۳-۴-۳ - پرسش‌نامه‌ی التزام به اخلاق
- ۸۷ ۳-۴-۴ - پرسش‌نامه‌ی آگاهی برای خودتنظیمی
- ۸۷ ۳-۵ - شیوه‌ی اجرای پرسش‌نامه‌ها
- ۸۸ ۳-۶ - روش تجزیه و تحلیل داده‌ها
- ۸۹ ۴- فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها
- ۹۰ ۴-۱ - توصیف داده‌ها
- ۹۰ ۴-۱-۱ - توصیف ویژگی‌های شخصی آزمودنی‌ها
- ۹۰ ۴-۱-۱-۱ - بررسی وضعیت سن پاسخ‌گویان
- ۹۲ ۴-۱-۱-۲ - بررسی وضعیت تاهل پاسخ‌گویان
- ۹۳ ۴-۱-۱-۳ - بررسی وضعیت فرزند داشتن پاسخ‌گویان
- ۹۴ ۴-۱-۱-۴ - بررسی وضعیت تحصیلات پاسخ‌گویان
- ۹۵ ۴-۱-۱-۵ - بررسی وضعیت گروه آموزشی پاسخ‌گویان

- ۹۶-۲-۱-۴- توصیف نمرات آزمودنی‌ها ۹۶
- ۹۶-۱-۲-۱-۴- نمرات آگاهی برای خودتنظیمی ۹۶
- ۹۸-۲-۲-۱-۴- نمرات التزام به اخلاق ۹۸
- ۹۹-۳-۲-۱-۴- نمرات التزام به عبادت ۹۹
- ۱۰۱-۴-۲-۱-۴- نمرات عزت نفس ۱۰۱
- ۱۰۲-۲-۴- بررسی سوالات و فرضیه‌های پژوهش ۱۰۲
- ۱۰۲-۱-۲-۴- تعیین سهم متغیرهای پیش‌بین عزت نفس ۱۰۲
- ۱۰۲-۱-۱-۲-۴- بررسی مفروضه‌های رگرسیون ۱۰۲
- ۱۰۲-۲-۱-۱-۱-۴- همبستگی بین متغیرهای مستقل و وابسته ۱۰۲
- ۱۰۳-۲-۱-۱-۲-۴- همبستگی بین متغیرهای مستقل ۱۰۳
- ۱۰۴-۳-۱-۱-۲-۴- خطی بودن ۱۰۴
- ۱۰۵-۴-۱-۱-۲-۴- پرت‌ها ۱۰۵
- ۱۰۶-۲-۱-۲-۴- انجام تحلیل رگرسیون ۱۰۶
- ۱۰۹-۲-۲-۴- تعیین رابطه‌ی بین التزام به عبادت و عزت نفس ۱۰۹
- ۱۱۰-۳-۲-۴- تعیین رابطه‌ی بین التزام به اخلاق و عزت نفس ۱۱۰
- ۱۱۱-۴-۲-۴- تعیین رابطه‌ی بین آگاهی برای خودتنظیمی و عزت نفس ۱۱۱
- ۱۱۲-۵- فصل پنجم: نتیجه‌گیری و پیشنهادات ۱۱۲
- ۱۱۳-۱-۵- مرور اهداف و فرضیه‌ها ۱۱۳
- ۱۱۴-۲-۵- بحث و نتیجه‌گیری ۱۱۴

- ۱۱۴ فرضیه‌ی اول پژوهش ۱-۲-۵
- ۱۱۶ فرضیه‌ی دوم پژوهش ۲-۲-۵
- ۱۱۷ فرضیه‌ی سوم پژوهش ۳-۲-۵
- ۱۱۸ پیشنهاد‌های پژوهشی ۳-۵
- ۱۱۹ محدودیت‌ها و مشکلات پژوهش ۴-۵
- ۱۲۰ پیوست‌ها
- ۱۲۱ پرسش‌نامه‌ی آگاهی برای خودتنظیمی جعفری روشن (۲۰۱۱)
- ۱۲۲ پرسش‌نامه‌ی التزام به اخلاق جعفری روشن (در دست انتشار)
- ۱۲۲ پرسش‌نامه‌ی التزام به عبادت جعفری روشن (در دست انتشار)
- ۱۲۳ پرسش‌نامه‌ی عزت نفس روزنبرگ (۱۹۷۶)
- ۱۲۴ منابع

فهرست جداول

صفحه

عنوان

- ۴-۱- توزیع فراوانی پاسخ گویان بر حسب وضعیت سن ۹۰
- ۴-۲- توزیع فراوانی پاسخ گویان بر حسب وضعیت تاهل ۹۲
- ۴-۳- توزیع فراوانی پاسخ گویان بر حسب وضعیت فرزند داشتن ۹۳
- ۴-۴- توزیع فراوانی پاسخ گویان بر حسب وضعیت تحصیلات ۹۴
- ۴-۵- توزیع فراوانی پاسخ گویان بر حسب وضعیت گروه آموزشی ۹۵
- ۴-۶- توزیع نمرات آگاهی برای خودتنظیمی ۹۶
- ۴-۷- توزیع نمرات التزام به اخلاق ۹۸
- ۴-۸- توزیع نمرات التزام به عبادت ۹۹
- ۴-۹- توزیع نمرات عزت نفس ۱۰۱
- ۴-۱۰- نتایج همبستگی بین متغیرهای مستقل و متغیر وابسته در بررسی تبیین سهم متغیرهای پیش بین عزت نفس ۱۰۳
- ۴-۱۱- نتایج همبستگی بین متغیرهای مستقل در بررسی تبیین سهم متغیرهای پیش بین عزت نفس ۱۰۴
- ۴-۱۲- نتایج تحلیل واریانس جهت تعیین معناداری و اعتبار رگرسیون انجام شده در بررسی تبیین سهم متغیرهای پیش بین عزت نفس ۱۰۶
- ۴-۱۳- نتایج همبستگی چندگانه بین متغیرها در تبیین سهم متغیرهای پیش بین عزت نفس ۱۰۷

- ۱۰۸-۴- نتایج تحلیل رگرسیون تبیین سهم متغیرهای پیش‌بین عزت نفس ۱۰۸
- ۱۰۹-۴- ضریب همبستگی بین التزام به عبادت و عزت نفس و نتایج آزمون $\rho=0$ ۱۰۹
- ۱۱۰-۴- ضریب همبستگی بین التزام به اخلاق و عزت نفس و نتایج آزمون $\rho=0$ ۱۱۰
- ۱۱۱-۴- ضریب همبستگی بین آگاهی برای خودتنظیمی و عزت نفس و نتایج آزمون $\rho=0$ ۱۱۱

فهرست نمودارها

صفحه

عنوان

- ۹۱ ۱-۴- توزیع فراوانی پاسخ‌گویان بر حسب وضعیت سن
- ۹۲ ۲-۴- توزیع فراوانی پاسخ‌گویان بر حسب وضعیت تاهل
- ۹۳ ۳-۴- توزیع فراوانی پاسخ‌گویان بر حسب وضعیت فرزند داشتن
- ۹۴ ۴-۴- توزیع فراوانی پاسخ‌گویان بر حسب وضعیت تحصیلات
- ۹۵ ۵-۴- توزیع فراوانی پاسخ‌گویان بر حسب وضعیت گروه آموزشی
- ۹۷ ۶-۴- توزیع نمرات آگاهی برای خودتنظیمی
- ۹۸ ۷-۴- توزیع نمرات التزام به اخلاق
- ۱۰۰ ۸-۴- توزیع نمرات التزام به عبادت
- ۱۰۱ ۹-۴- توزیع نمرات عزت نفس
- ۱۰۴ ۱۰-۴- بررسی خطی بودن توزیع نمرات
- ۱۰۵ ۱۱-۴- بررسی پرت‌ها در توزیع نمرات

فصل اول

مقدمه‌ی پژوهش

۱-۱- بیان مساله

عزت نفس^۱ از جمله مفاهیمی است که در چند دهه‌ی اخیر مورد توجه بسیار پژوهشگران قرار گرفته است. اما از نظر تاریخی نیز در مباحث فلاسفه‌ی تعلیم و تربیت نیز به چشم می‌خورد (هاشمیان، ۱۳۸۹). به اعتقاد روانشناسان افراد بهنجار خود و زندگی خود را دوست دارند و هرگز کاری نمی‌کنند که مورد بی‌احترامی و نفرت دیگران قرار گیرند یا حب ذات و شخصیت خود را به خطر اندازند، بلکه تمام کوشش آنان بر این استوار است که به جلب محبت و احترام دیگران بپردازند و برای نیل به این منظور پنهان و آشکار حرمت دیگران را رعایت می‌کنند (هاشمیان، ۱۳۸۴).

عزت نفس یعنی وقتی افراد از ارزش‌ها، توانایی‌ها و دستاوردهای خود آگاه شدند به خود مثبت نگاه می‌کنند (رایس^۲، ۱۳۹۰). از سوی دیگر اُفت عزت نفس موجب آسیب‌های بسیاری در جامعه می‌شود. امام هادی علیه‌السلام می‌فرماید: «من هانت علیه نفسه فلا تامن شره» «کسی که در خود احساس ارزشمندی نمی‌کند، از شر او ایمن نباش» (مطهری، ۱۳۶۲).

¹ Self-esteem

² Rice

اما سوال این است که چه عواملی با عزت نفس رابطه دارند و سهم هریک در پیش‌بینی عزت نفس افراد چه قدر است؟ جمله‌ی امام هادی علیه‌السلام نشان می‌دهد که فرد با آگاهی از نقش خود، می‌تواند در راستای خودتنظیمی قدم بردارد.

همچنین حضرت عیسی مسیح علیه‌السلام می‌فرماید: «کسی که بر هوای نفسش چیره شود، قوی‌تر از کسی است که یک شهر را به‌تنهایی تصرف کند» (ابن ابی‌الحدید، ۱۳۶۸). این جمله نشان‌دهنده‌ی اهمیت و ارزش بالای خودتنظیمی از دید این پیامبر الهی است.

از سوی دیگر، قرآن کریم به عنوان تنها منبع عاری از خطا می‌فرماید: «و الله العزّه و لرسوله و للمومنین» «عزت اختصاص به خدا و رسول خدا و مومنین دارد» (۶۳/۸). علاوه بر این دین^۱ بصورت مکتبی که از مجموعه‌ی عقاید، اخلاق و قوانین و مقررات اجرایی تشکیل شده است و هدف آن راهنمایی انسان برای سعادت‌مندی است تعریف شده است (جوادی آملی، ۱۳۸۰).

همچنین در پژوهش‌های دانشمندان معلوم شده است که جهت‌گیری‌های مذهبی با عزت نفس همبستگی مثبت دارد (وولف^۲، ۱۳۸۶). ضمن اینکه می‌توان نماز را به‌عنوان یک وظیفه‌ی دائمی و روزه را به عنوان یک عبادت طولانی نماینده‌ی عبادات^۳ دانست و صداقت و امانت را با توجه به سخنان پیشوایان دین به‌عنوان نماینده‌ی اخلاق^۴ مورد توجه قرار داد.

¹ Religion

² Wulff

³ Worship

⁴ Ethics

ویلیام جیمز^۱ می‌گوید: «نماز و نیایش به این معنای وسیع، روحانی‌ترین و گوهری‌ترین بخش دین است... نیایش همان دین در مقام عمل است» (جیمز، ۲۰۰۲). پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «کسی که امانت‌دار نیست، ایمان ندارد» (مجلسی، ۱۴۱۳ ق). امام علی علیه‌السلام نیز می‌فرماید: «راستی بالاترین ارکان دین است» (ری‌شهری، ۱۳۶۷).

همچنین پیازه^۲ نیز خداگرایی انسانی را وجدانی اخلاقی (حالتی در انسان که وجه مهارکننده‌ی «من» می‌باشد و به واسطه‌ی آن احساس درست و نادرست برای انسان تأمین می‌شود) می‌داند (ویدال^۳، ۱۹۹۴).

بی‌شک در این راستا متفکران بزرگی همچون کانت^۴، محور اخلاق را تا حد زیادی در قالب صداقت مود تأکید قرار می‌دهند (دراپور^۵، ۲۰۰۷).

امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «اختبروهم عند صدق الحدیث و اداء الامانه» «مردم را بیازمایید با راستگویی و ادای امانت» (کلینی، ۱۳۸۲). از سوی دیگر پتتریش^۶ (۲۰۰۴) خود تنظیمی^۷ را یک فرآیند فعال و سازمان یافته می‌داند که یادگیرندگان یادگیرندگان از طریق آن اهداف یادگیری خود را تنظیم کرده و تلاش می‌کنند بر شناخت، انگیزش و رفتار خود نظارت کنند. لموس^۸ (۱۹۹۹) نیز معتقد است خودتنظیمی خودتنظیمی یعنی توانایی فرد برای تعدیل رفتارها بر طبق شرایط و تغییرات محیط بیرونی و درونی.

¹ William James
² Piaget
³ Vidal
⁴ Kant
⁵ Driver
⁶ Pintrich
⁷ Self-regulation
⁸ Lemos

او توضیح می‌دهد که خودتنظیمی شامل ظرفیت فرد برای سازماندهی رفتار بر طبق اهداف و خودمدیریتی فرآیندهای گوناگون یادگیری است.

با این حال این سؤال مطرح می‌شود که آیا سهم اخلاقیاتی همچون صداقت و درستکاری در عزت نفس بیشتر است یا سهم عباداتی همچون نماز و روزه؟ و اینها در کنار آگاهی با هدف خودتنظیمی روانی که فعالیت شناختی ذهن را شکل می‌دهد، چه سهمی در تبیین عزت نفس دارند؟ لذا پرسش اصلی این تحقیق، این است که آیا عبادت، اخلاق و آگاهی با هدف خودتنظیمی روانی دانشجویان با عزت نفس آنان رابطه دارد و سهم هر یک از آنها در تبیین عزت نفس دانشجویان چقدر است؟

۱-۲- اهمیت و ضرورت پژوهش

علی رغم مطالعات انجام گرفته، که نشان می‌دهد جهت‌گیری‌های مذهبی و عزت نفس با یکدیگر رابطه دارند (وولف، ۱۳۸۶)، تاکنون مشخص نشده است که سهم عوامل مختلف مذهبی مانند عبادت و اخلاق در تبیین عزت نفس چقدر است.

لازم به ذکر است که غرب انسان را در رابطه با خود و دیگران تعریف می‌کند و اغلب به نقش خالق و معنویت حاصل از ارتباط با او و اثرات ارتباط با خالق در ارتباط با دیگران اشاره نمی‌کند.

اما آیا التزام به عبادتی همچون نماز و روزه و اخلاقیاتی همچون صداقت و امانتداری و آگاهی برای خودتنظیمی در ارتقای عزت نفس نقش دارد؟