



سال پنجم • بهار و تابستان ۹۸ • شماره ۱۰

Biannual Journal of Islamic Psychology  
Vol. 5, No. 10, Spring & Summer 2020

## تحلیل وضعیت خودارزیابی اسلامی در دانشجویان دانشگاه قم

رضا جعفری هرنندی\*

مریم زندیه\*\*

فهیمة محمدی آزاد\*\*\*

### چکیده

هدف مطالعه، بررسی میزان خودارزیابی اسلامی در دانشجویان دانشگاه قم بود. این مطالعه توصیفی در میان دانشجویان رشته‌های مختلف دانشگاه قم در سال ۹۸ - ۱۳۹۷ انجام شد. بر این اساس ۳۳۵ نفر به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پژوهش، پرسشنامه خودارزیابی اسلامی بود. در تحلیل داده‌ها، از آزمون‌های همبستگی، تی‌تک نمونه‌ای، تی مستقل و تحلیل واریانس استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با کمک نرم‌افزار آماری SPSS انجام شد. یافته‌ها حاکی از آن بود که میانگین تمام مؤلفه‌های خودارزیابی در دانشجویان دانشگاه قم بالاتر از حد متوسط بود. بالاترین میانگین مربوط به مرحله مراقبه و کمترین میانگین مربوط به مرحله مشارطه بود. رابطه‌ای بین ویژگی‌های جمعیت شناختی و خودارزیابی اسلامی دانشجویان پیدا نشد. همچنین یافته‌ها نشان داد بین مؤلفه‌های خودارزیابی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و بیشترین میزان ارتباط بین مرحله محاسبه و مراقبه و کمترین ارتباط بین مرحله مشارطه و معاتبه بود؛ بنابراین در مجموع، دانشجویان دانشگاه قم از نظر مراحل خودارزیابی اسلامی در وضعیت مناسبی قرار داشتند.

**واژگان کلیدی:** خودارزیابی اسلامی، نگرش دینی، دانشجویان، دانشگاه قم.

---

\* دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه قم.

\*\* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه قم | pelake290@gmail.com

\*\*\* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه قم

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۹/۲۵؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۴/۱۱

## مقدمه

از جمله متغیرهایی که می‌تواند اصلی‌ترین سازه روان‌شناختی در وجود هر انسانی باشد، مفهوم خویشتن و خودارزیابی<sup>۱</sup> است که می‌تواند بنیان سلامت روانی هر فرد را تحت تأثیر قرار دهد (تابع بردار و آقایی، ۱۳۹۳). به‌علاوه خودکنترلی در اصلاح نابهنجاری‌های مختلف اجتماعی و تحقق سازگاری اجتماعی در بین مردم بسیار اثرگذار است (علایی رحمانی و معتمد لنگرودی، ۱۳۹۷). از منظر روان‌شناسان، خود هسته مرکزی شخصیت یک فرد است که می‌تواند تمامی ابعاد شخصیت را سازمان‌دهی کند. گوردون آلپورت از نظریه‌پردازان شخصیت، یکی از ویژگی‌های شخصیت‌بالنده را توانایی کنترل شخصی می‌داند (مشایی و شاهد، ۱۳۹۴). طبق نظریه شناختی بندورا (۱۹۹۷) باورها و قضاوت‌های فرد نسبت به توانایی‌های خود در انجام مسئولیت‌ها می‌تواند احساس توانمند بودن را تحت تأثیر قرار دهد. انسان دارای نوعی نظام خودکنترلی جهت تنظیم رفتارهای خود است (تابع بردار و آقایی، ۱۳۹۳) که با تقویت این ویژگی انسان می‌تواند بر خویشتن خویش لگام زند و از انحرافات و اشتباهات و جرائم دوری کند. بنا بر آموزه‌های دینی، کنترل نفس گناه با ترک گناه و معصیت و گناه با انجام دادن واجبات دینی میسر می‌شود که ثمره این کنترل تقواست. گاه نیز مبارزه با خود در برابر ناملایمات نفسانی، سختی‌ها و مشکلات زندگی است، یا در همزیستی اجتماعی صورت می‌گیرد که نتیجه آن کظم غیظ است و صبر و حلم را در پی دارد (دریسای و فقیهی، ۱۳۹۲). افراد با خودکنترلی بالا توانایی بیشتری در رفع اختلافات و حل مشکلات دارند هم‌چنین مطالعات نشان می‌دهد افرادی که خودکنترلی دارند از کیفیت زندگی و سلامت رفتاری بالایی برخوردارند و در کار خود مشکلات رفتاری کمتری دارند (محمدی و فخاری، ۱۳۹۵)؛ بنابراین خودشناسی در کل و خودارزیابی به‌عنوان عنصری از آن نظام، می‌تواند عملکرد و یادگیری انسان را تحت تأثیر قرار دهد (تابع بردار و آقایی، ۱۳۹۳).

پیشرفت و توسعه هر کشوری مرهون موفقیت و رشد نظام تعلیم و تربیت آن کشور است (یزدخواستی، بابایی فرد و کیانی، ۱۳۹۷). امروزه در کشور، با توجه به گسترش سریع فضای مجازی و ویژگی‌های چالش‌برانگیز تربیت، موضوع دین‌داری دستخوش تحولات گسترده‌ای شده است.

عمده این تحولات به سستی و تضعیف تدین در میان جوانان منجر شده است (مرزوقی و دهقانی، ۱۳۹۸). دانشگاه‌ها به‌عنوان نهاد مهم و حساس آموزشی، به موازات کارکردهای علمی و تخصصی خود نمی‌توانند نسبت به رشد ارزش‌های دینی و تقویت سلامت معنوی دانشجویان بی‌تفاوت باشند. مذهب همواره به لحاظ روان‌شناختی به فرد امید، نشاط و نوید رستگاری می‌دهد و در کاهش آثار منفی فشارهای روانی زندگی مؤثر است (رحیمی، ۱۳۹۴)؛ بنابراین در شرایط کنونی ارزیابی و مراقبت از وضعیت دین‌داری برای هر فرد متدینی واجب است چراکه در بهبود شرایط زندگی کمک می‌کند. مفاهیمی چون «خودتنظیمی»<sup>۱</sup> و «خودکنترلی»<sup>۲</sup> در نظریه‌های «یادگیری شناختی اجتماعی»<sup>۳</sup> بندورا<sup>۴</sup> و نظریه‌های «خودتعیین‌گری»<sup>۵</sup> دسی<sup>۶</sup> و ریان<sup>۷</sup>، زیمرمن<sup>۸</sup>، پینتریچ<sup>۹</sup> و شانک<sup>۱۰</sup>، از مبانی اصلی و پایه‌اند که در روان‌شناسی تربیتی و یادگیری مطرح است.

در معارف دینی نیز مفهوم خودکنترلی در مفاهیمی همچون «محاسبه نفس»، «تقوی» و «پرهیزگاری» متبلور می‌شود (غفاری و رضوی، ۱۳۹۱). منابع و متون غنی دینی، بیانگر این نکته است که دین مقدس اسلام اهتمام فراوانی به مسئله ارزشیابی یا خودارزیابی داده و برای آن جایگاه ویژه‌ای قائل شده است. تأکید اساسی آیات قرآن کریم و روایات معصومان علیهم‌السلام و همچنین سیره عملی آن بزرگواران بر این است که هر فرد عملکرد خود را بررسی و ارزیابی کند و در صورت مشاهده نقاط ضعف و انحراف در عملکرد خود، درصدد اصلاح آن‌ها و نیز تقویت نقاط قوت و توانمندی‌های خود برآیند. خودارزیابی که در منابع و متون اسلامی با عنوان محاسبه مطرح شده است به‌صورت یک برنامه منظم روزانه برای هر فرد توصیه شده و تا آنجا به این موضوع اهمیت داده شده است که اگر روزی بر انسان بگذرد و او از این برنامه غفلت کند و در یک محاسبه دقیق، به ارزشیابی اعمال و رفتارهای خود نپردازد، در زمره پیروان پیامبر گرامی اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و اهل بیت آن حضرت به شمار نمی‌آید (مجلسی، ۱۴۱۳، ج ۷۰، ص ۶۲). امام کاظم علیه‌السلام در تبیین این نکته می‌فرماید: «از ما نیست کسی که هر روز به محاسبه و ارزشیابی کارهای خود نپردازد، پس اگر کار نیکی انجام داده است، از خداوند متعال فزونی آن را بخواهد و خدا را

1. Self Regulation

2. Self Control

3. Social Cognitive

4. Bandura, A

5. Self Determination

6. Deci, E

7. Ryan, R

8. Zimmerman, B

9. Pintrich, P

10. Schunk, D

بر موفقیتی که به دست آورده است سپاس گوید و اگر کار زشتی را مرتکب شده است، از خداوند، آموزش آن را خواهد و توبه کند»<sup>۱</sup> (شبر، ۱۳۹۷، ۴۳۷). با دقت در سخن امام کاظم علیه السلام می‌توان سه نکته اساسی استنباط کرد: ۱. ضرورت و جایگاه ویژه ارزشیابی: آن حضرت برای نشان دادن ضرورت ارزشیابی فرد از اعمال و رفتار خویش، این نکته را خاطر نشان می‌سازد که غفلت از این امر موجب خروج از جرگه مؤمنان راستین است؛ ۲. نکته دیگر این که اگر نتیجه ارزشیابی مثبت بود، این نتیجه نباید موجب غرور فرد شود و باعث رکود و یا بسنده کردن وی به وضعیت موجود شود؛ بلکه به شکرانه این توفیق الهی، بایستی سپاس خداوند متعال را به جای آورد و از خدا توفیق بیش تر در ادامه راه را طلب کند. ۳. نکته اساسی دیگر آن است که اگر نتیجه ارزشیابی منفی بود و برای شخص روشن شد که در عملکرد او خطا و انحراف وجود داشته است، باید از خداوند متعال طلب آمرزش کرده و توبه کند و به فکر اصلاح عملکرد و بهبود آن باشد. بدیهی است که توبه واقعی و حقیقی آن است که فرد بر ترک کار خطا و اصلاح و جبران آن، تصمیم قطعی بگیرد.

در منابع و متون اسلامی، دستورالعمل‌های صریحی درباره ارزشیابی فرد از اعمال خویش وارد شده است. پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «خود را محاسبه و ارزیابی کنید قبل از این که شما را محاسبه و ارزیابی کنند و خودتان را بسنجید قبل از این که شما را بسنجند و خود را برای روز قیامت آماده و مجهز نمایید»<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۱۳، ج ۶۷، ص ۷۳). همچنین خداوند عزوجل در قرآن کریم در این باره می‌فرماید «از خدا پروا کنید و هر کس بنگرد برای فردا از پیش چه فرستاده است؟»<sup>۳</sup> (حشر: ۱۸). امام علی علیه السلام نیز درباره خودارزیابی و حسابرسی نفس در حکمت ۱۹۹ نهج البلاغه می‌فرماید: «کسی که به حساب خودش برسد و خود را محاسبه کند سود می‌برد و کسی که از آن غفلت کند، زیان می‌بیند»<sup>۴</sup> (شریف رضی، ۱۳۸۷)؛ بنابراین احادیث و آیات بسیاری اهمیت خودارزیابی را نشان می‌دهند چراکه آدمی که مسافر سفر آخرت است و در این راه تمام سرمایه او نفسش است، برای مجهز و آماده شدن برای سرای ابدی اش و رسیدن به سود و منفعت معنوی، نیازمند حسابرسی نفس خود در این دنیا است؛ بنابراین خودارزیابی از طریق مرابطه (مراقبه،

۱. لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ، فَإِنْ عَمِلَ خَيْرًا اسْتَزَادَ اللَّهُ مِنْهُ وَحَمِدَ اللَّهُ عَلَيْهِ، وَإِنْ عَمِلَ شَيْئًا سَرًّا اسْتَغْفَرَ اللَّهُ وَتَابَ إِلَيْهِ.

۲. حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا وَزِنُوا قَبْلَ أَنْ تُوزَنُوا وَتَجَهَّزُوا لِلْعَرْضِ الْأَكْبَرِ.

۳. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ.

۴. مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ رَيْحٌ، وَ مَنْ غَفَلَ عَنْهَا خَسِيرٌ.

محاسبه، معاتبه و مشارطه) می‌تواند راهی برای تزکیه نفس باشد و حرکت به سوی نعیم ابدی و سعادت اخروی را آسان کند (بهاری همدانی، ۱۳۹۳، ۵۶).

تحقیقات انجام‌شده درباره رهبری و مدیریت، گویای این امر است که امروزه در محیط‌های مختلف بیشتر صلاحیت‌های لازم برای افراد زیرمجموعه تئوری‌های رهبری قرار دارد (بیرس و کانر، ۲۰۰۳). تئوری‌های رهبری بسیار متنوع و مختلف‌اند. یکی از آن‌ها، تئوری خودرهبری است. خودرهبری فرآیندی است که در آن افراد در راستای رسیدن به خود‌هدایتی و خودانگیختگی لازم برای عمل خود تأثیر می‌گذارند (هافتون و بنهام، ۲۰۰۴).

به نظر مانک و نک (۱۹۹۹) راهبردهای رفتارمحور نظریه خودرهبری دارای مراحل خودهدف‌گذاری<sup>۱</sup>، خودمشاهده‌گری<sup>۲</sup>، خودپاداشی<sup>۳</sup> و خودتوبیخی<sup>۴</sup> است که اساس خودارزیابی اسلامی را تشکیل می‌دهد. بانچ (۲۰۰۱) معتقد است که خودرهبر، خواستار آن است که افراد و گروه‌های کاری، اهداف خود را تنظیم کرده و آن‌ها را اجرا کنند و نهایتاً عملکرد خود را ارزیابی کنند. به‌طورکلی هدف از راهبردهای رفتارمحور خودرهبری، تشویق و تقویت عملکرد مطلوب به‌منظور موفقیت و سرکوب عملکرد منفی برای جلوگیری از نتایج نامطلوب است. از این‌رو، با کمی مسامحه می‌توان آن‌ها را با مدل چهار مرحله‌ای خودارزیابی (مشارطه، مراقبه، محاسبه و معاتبه) تطبیق داد: ۱. خودهدف‌گذاری (مشارطه)، برگزیدن اهداف سطح بالا، چالش‌برانگیز، ولی قابل‌دستیابی به‌منظور ارتقای عملکرد است. ۲. خودمشاهده‌گری (مراقبه و محاسبه)، به معنای جمع‌آوری اطلاعات مربوط به عملکرد خود، برای انتخاب تصمیم صحیح است. ۳. خودتوبیخی (معاتبه)، نوعی خود‌مدیریتی برای افزایش رفتار مطلوب و کاهش رفتار نامطلوب است. چنانچه می‌بینیم می‌توان گفت مراحل نظریه خودرهبری تا حدودی با خودارزیابی اسلامی هماهنگ است (هویدا و آقابابایی، ۱۳۸۸).

با توجه به چهار مرحله ذکرشده خودارزیابی اسلامی، در این پژوهش سعی بر آن است که به بررسی سطح خودارزیابی اسلامی در دانشجویان دانشگاه قم پرداخته شود. در زمینه اصل سیر و سلوک اخلاقی و مقدمات و مراحل آن همچون محاسبه، مراقبه و... نیز در آثار اخلاق متقدمان و متأخران کارهای فراوانی انجام شده است؛ اما درباره اینکه این مؤلفه‌ها و عناصر پیشرفت معنوی

1. Self Goal Setting

2. Self Observation

3. Self Reward

4. Self Punishment

انسان چه تأثیری در گروه‌های هدف از جمله دانشجویان و دانش‌آموزان و دیگر اقشار جامعه داشته است، کارهای محدودی انجام شده است از جمله خالقیان، سجادیان، فاتحی زاده، منشی (۱۳۹۸) نتیجه گرفتند که پابندی مذهبی و خودکنترلی نقش تعیین‌کننده‌ای در پیش‌بینی میل به هرزه‌نگاری اینترنتی دارد. کفاش‌پور مرندی و خدابخشی کولایی (۱۳۹۷) نشان دادند که هرچقدر خودکنترلی بیشتر باشد جهت‌گیری مذهبی نیز افزایش می‌یابد به‌علاوه با افزایش کارایی خانواده خودکنترلی نیز افزایش می‌یابد. محمدی و همکاران (۱۳۹۴) نیز نشان دادند که کارشناسان پرستاری و مامایی نگرش مثبت و متوسط رو به بالایی درباره معنویت و مراقبت معنوی دارند. صالحی و رومانی (۱۳۹۴) بیان داشتند که سطوح بالای نگرش دینی با سطوح بالای سبک زندگی همراه است. رحیمی (۱۳۹۴) نتیجه گرفت که میانگین نگرش دینی بالاتر از حد متوسط، میانگین سلامت معنوی، متوسط و میانگین رضایت از زندگی نیز بالاتر از حد متوسط است و بین نگرش دینی و رضایت از زندگی و سلامت معنوی همبستگی مثبت وجود دارد. توکلی و همکاران (۱۳۹۴) به این نتیجه رسیدند که میزان نگرش مذهبی دانشجویان در هر دو جنس یکسان است. علی‌وردی نیا و یونسی (۱۳۹۳) نتیجه گرفتند که خودکنترلی یکی از عوامل مهم و مؤثر، تبیین‌کننده مصرف مواد و الکل دانشجویان است. خوش‌طینت (۱۳۹۳) سطح دین‌داری دانشجویان را بالاتر از سطح متوسط می‌داند. عبدی و رضایی (۱۳۹۳) نیز دریافتند که در دین‌داری دانشجویان از لحاظ جنسیت و مقطع تحصیلی تفاوت وجود دارد به‌گونه‌ای که با افزایش مقطع تحصیلی دین‌داری کاهش یافته است و در محدوده سنی ۲۵ تا ۳۰ سال نیز اعتقادات کم‌رنگ‌تر هستند. نوشین فرد و خدابخش (۱۳۹۲) دریافتند که کتابخانه ملی از سطح نسبتاً بالای معنویت در محیط کار برخوردار است و همچنین آقابابایی و همکاران (۱۳۹۱) دریافتند که همه مؤلفه‌های خودارزیابی در این دانشجویان بالاتر از حد متوسط است و بین هریک از مؤلفه‌ها رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد.

همچنین از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، رشته و مقطع تحصیلی بر میزان خودارزیابی دانشجویان مؤثر بوده اما جنسیت، شغل و تحصیلات پدر تأثیری نداشته است. محمدپور و همکاران (۱۳۹۰) نیز گزارش کردند که دین‌داری دانشجویان، متوسط بوده و بین دین‌داری با جنسیت و وضعیت تأهل رابطه وجود داشته درحالی‌که با رشته تحصیلی بی‌ارتباط بوده است. سبک‌رو، رضایی، مقیمیان، حیدری و ارجی (۱۳۸۹) نتیجه گرفتند که نگرش دینی در دختران و پسران دانشجویان متفاوت است. به‌علاوه نشان دادند دانشجویانی که از نظر مقطع تحصیلی پایین‌تر

هستند از نگرش دینی بالاتری برخوردارند. آذربایجانی (۱۳۸۰) خدایاری، غباری بناب و شکوهی یکتا (۱۳۷۸) نیز دریافتند که سطح دین‌داری دانشجویان بالاتر از سطح متوسط است.

برازلتون و همکاران (۱۹۹۹) معتقدند که دین‌داری بر نگرش‌های دانشجویان نسبت به علم، به‌عنوان یک حرفه و بر باورهای آنان نسبت به مفاهیم و شواهد علمی تأثیر بسزایی دارد. همچنین دین‌داری عامل قابل ملاحظه‌ای در برنامه‌ریزی آموزش علوم است. هانسبرگر و همکاران (۲۰۰۲) طی مطالعه‌های طولی نشان دادند که سطح میانگین شک‌ها در جوانان، متعادل و متوسط است و بیشترین شک‌ها بر اساس ناتوانی مذهب در بهتر ساختن افراد، مصونیت کتاب مقدس از خطا و لغزش و فشار برای قبول آموزش‌های مذهبی است. در پژوهش اسمیت، فاریس، دنتون و رگنرس (۲۰۰۳)، بیشتر نوجوانان ایالات متحده اظهار داشتند که اعتقادات دینی نقش مهمی در زندگی آنان ایفا می‌کند. ۳۰ درصد آنان اعتقادات دینی را بسیار مهم، ۳۰ درصد تا حدودی مهم و ۴۰ درصد کم‌اهمیت می‌دانند. ۴۰ درصد نوجوانان ایالات متحده به‌صورت روزانه، به ۲۲ درصد صورت هفتگی، ۹ درصد به‌صورت ماهیانه یا بیشتر به دعا و نیایش می‌پردازند؛ درحالی‌که ۲۲ درصد اصلاً به و دعا نیایش نمی‌پردازند. بخشی از نوجوانان ایالات متحده نسبت به مذهب بیگانه‌اند و حتی نسبت به مذهب خشونت نشان می‌دهند، درحالی‌که بخش بزرگ و اکثریت نوجوانان ایالات متحده (۶۹ درصد) دارای نگرش مثبتی نسبت به مذهب هستند و معتقدند که کلیسا نقش و تأثیر بسزایی در جامعه دارد؛ درحالی‌که ۲۱ درصد نوجوانان تأثیر کلیسا بر جامعه را بسیار کم و ۱۰ درصد بدون تأثیر می‌دانند.

با توجه به پژوهش‌های انجام شده، مشخص است که خودارزیابی در زمینه بهبود عرصه‌های مختلف زندگی افراد، از جمله عرصه آموزش و تحصیل مورد توجه پژوهشگران بوده و در این زمینه آثار متعددی منتشر شده است اما در زمینه خودارزیابی و نتایج آن در میان دانشجویان دانشگاه قم که ممکن است به خاطر ویژگی‌های محیطی و خانوادگی، نتایج متفاوتی داشته باشد تاکنون پژوهشی انجام نشده است. در این راستا این پژوهش سعی دارد به تعیین وضعیت خودارزیابی دانشجویان این دانشگاه بپردازد. در مجموع در این مقاله، اهداف زیر بررسی می‌شوند:

تعیین وضعیت خودارزیابی اسلامی در مراحل؛ مراقبه، مشارطه، محاسبه و معاتبه در میان دانشجویان دانشگاه قم

تعیین تفاوت بین خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک ویژگی‌های جمعیت شناختی

تعیین رابطه معنادار بین سطوح خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم

## روش پژوهش

با توجه به اینکه این تحقیق به تحلیل خودارزیابی اسلامی دانشجویان می‌پردازد، از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی - پیمایشی است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام ۴۲۷۵ نفر دانشجوی دانشگاه قم در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ است که از میان آن‌ها ۳۳۵ نمونه بر اساس جدول کرجسی و مورگان انتخاب شد. در تحقیق حاضر از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای (دانشکده) استفاده شده است. بدین منظور به نسبت تعداد دانشجویان هر دانشکده افراد نمونه انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه خودارزیابی اسلامی (آقابابایی، نرصاصفهان‌ی و رحیمی، ۱۳۹۱) بود. این پرسشنامه در قالب ۲۰ گویه خودگزارشی بسته پاسخ، در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای طراحی شده است. روایی ابزارها از طریق روایی محتوا، صوری و سازه مورد تأیید متخصصان و کارشناسان قرار گرفته است. نتایج تحلیل عاملی پرسشنامه خودارزیابی، چهار مؤلفه آن را تأیید کرد که در آن ۰/۶۴ درصد واریانس سؤال‌ها استخراج شده بود. آزمون کیسر - مایر - اولکین<sup>۱</sup> (KMO)، ۰/۶ نشان داد که حجم نمونه کافی است و عوامل موردنظر در جامعه وجود دارد. نتایج بارهای عاملی بالاتر از ۰/۳ با چرخش متعامد در جدول، چهار مؤلفه موردنظر را تأیید کرد. برای تعیین پایایی مؤلفه‌های پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب پایایی پرسشنامه خودارزیابی، ۰/۹۴ برآورد شد که حاکی از پایایی بالای ابزار اندازه‌گیری است. در پژوهش حاضر نیز با توجه به متفاوت بودن جامعه و گذشت ۱۰ سال از هنجاریابی پرسش‌نامه، بار دیگر روایی صوری و محتوا از طریق نظر تخصصی با ارسال پرسشنامه برای ۵ نفر از متخصصان موضوعی تأمین شد و پایایی کل پرسشنامه ۰/۹۱ و پایایی مراحل مشارطه، محاسبه، مراقبه و معاتبه به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۳، ۰/۹۱ و ۰/۸۸ به دست آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح آمار استنباطی (ضریب همبستگی، تحلیل واریانس چندگانه، آزمون تی تک نمونه‌ای و رگرسیون چندگانه با روش ورود هم‌زمان) با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ صورت گرفت.

## یافته‌های پژوهش

ابتدا ویژگی‌های جمعیت شناختی بررسی شد. در این پژوهش، ۴۷/۲ درصد از زنان (۱۵۸ نفر) و





۵۲/۸ درصد از مردان (۱۷۷ نفر) بودند. ۶۵/۴ درصد دانشجوی کارشناسی (۲۱۹ نفر)، ۲۸/۴ درصد دانشجوی کارشناسی ارشد (۹۵ نفر) و ۶/۳ درصد دانشجوی دکترا (۱۳۶ نفر) بودند. ۲۵/۷ درصد از دانشکده ادبیات (۸۶ نفر)، ۱۱/۳ درصد از دانشکده حقوق (۳۸ نفر)، ۱۷/۹ درصد از دانشکده مدیریت (۶۰ نفر)، ۱۹/۴ درصد از دانشکده علوم پایه (۶۵ نفر)، ۱۰/۴ درصد از دانشکده الهیات (۳۵ نفر) و ۱۵/۲ درصد از دانشکده فنی و مهندسی (۵۱ نفر) بودند. تحصیلات پدر پاسخگویان؛ ۳۴/۹ درصد زیردیپلم (۱۱۷ نفر)، ۲۸/۱ درصد دیپلم (۹۴ نفر)، ۱۹/۴ درصد لیسانس (۶۵ نفر)، ۹/۹ درصد فوق لیسانس و بالاتر (۲۶ نفر) و ۷/۸ درصد حوزوی (۲۶ نفر) بودند. شغل پدر پاسخگویان؛ ۲۷/۲ درصد کارمند، ۴۴/۸ درصد آزاد (۱۵۰ نفر)، ۱۲/۲ درصد فرهنگی (۴۱ نفر) و ۱۵/۸ درصد کارگر (۵۳ نفر) بودند. در ادامه، یافته‌ها به ترتیب سؤال‌ها بیان می‌شود.

۱ - خودارزیابی اسلامی در مراحل؛ مشارطه، محاسبه، مراقبه و معاتبه در میان دانشجویان دانشگاه قم چه وضعیتی دارد؟ به منظور دستیابی به پاسخ این سؤال، ۲۰ پرسش (هر مرحله ۴ پرسش) در پرسش‌نامه قرار دارد. در ادامه نتایج توصیفی و سپس استنباطی بیان می‌شود.

جدول ۱ ارزیابی پاسخگویان نسبت به هر مرحله سؤال پژوهش

مراحل	ارزیابی	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	میانگین
مشارطه	فراوانی	۹	۲۶	۸۲	۱۲۲	۹۶	۳/۸۱
	درصد	۲/۷	۷/۸	۲۴/۵	۳۶/۴	۲۸/۷	
محاسبه	فراوانی	۸	۲۸	۸۲	۱۱۰	۱۰۷	۳/۸۳
	درصد	۲/۴	۸/۴	۲۴/۵	۳۲/۸	۳۱/۹	
مراقبه	فراوانی	۱۰	۱۹	۵۴	۹۱	۱۶۱	۴/۱۲
	درصد	۳/۰	۵/۷	۱۶/۱	۲۷/۲	۴۸/۱	
معاتبه	فراوانی	۱۰	۱۸	۶۸	۱۱۲	۱۲۷	۳/۹۸
	درصد	۳/۰	۵/۴	۲۰/۳	۳۳/۴	۳۷/۹	
کل خودارزیابی	فراوانی	۹	۲۳	۷۲	۱۰۸	۱۲۳	۳/۹۳
	درصد	۲/۷	۶/۹	۲۱/۵	۳۲/۲	۳۶/۷	

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد از نظر ۱۰/۵ درصد پاسخگویان، خودارزیابی اسلامی در مرحله

مشارطه در میان دانشجویان دانشگاه قم، کم و خیلی کم، ۲۴/۵ درصد، متوسط و ۶۵/۱ درصد، زیاد و خیلی زیاد است. از نظر ۱۰/۸ درصد از پاسخ‌گویان، خودارزیابی اسلامی در مرحله محاسبه در میان دانشجویان دانشگاه قم، کم و خیلی کم، ۲۴/۵ درصد، متوسط و ۶۴/۷ درصد، زیاد و خیلی زیاد است. از نظر ۸/۷ درصد از پاسخ‌گویان، خودارزیابی اسلامی در مرحله مراقبه در میان دانشجویان دانشگاه قم، کم و خیلی کم، ۱۶/۱ درصد، متوسط و ۷۵/۳ درصد، زیاد و خیلی زیاد است. از نظر ۸/۴ درصد از پاسخ‌گویان، خودارزیابی اسلامی در مرحله معاتبه در میان دانشجویان دانشگاه قم، کم و خیلی کم، ۲۰/۳ درصد، متوسط و ۷۱/۳ درصد، زیاد و خیلی زیاد است. در مجموع از نظر ۸/۶ درصد از پاسخ‌گویان، خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم، کم و خیلی کم، ۲۱/۵ درصد، متوسط و ۶۸/۹ درصد، زیاد و خیلی زیاد است.

میانگین تمام مراحل بزرگ‌تر از حد متوسط بود. بالاترین میانگین مربوط به مرحله مراقبه (۴/۱۲)، سپس مرحله معاتبه (۳/۹۸)، بعد از آن مرحله محاسبه (۳/۸۳) و کمترین میانگین مربوط به مرحله مشارطه (۳/۸۱) بود. میانگین مراحل مشارطه و محاسبه کمتر از میانگین کل خودارزیابی (۳/۹۳) و میانگین مراحل مراقبه و معاتبه بیشتر از میانگین کل خودارزیابی بود.

جدول ۲: نتایج آزمون t تک نمونه‌ای، مقایسه میانگین با میانگین فرضی (m=۳) در مراحل سؤال پژوهش

مراحل	میانگین فرضی	میانگین	انحراف معیار	T	df	سطح معناداری (Sig)
مشارطه	۳	۳/۸۱	۰/۷۱۲	۲۰/۷۴۸	۳۳۴	۰/۰۰۰
محاسبه	۳	۳/۸۳	۰/۶۷۲	۲۲/۵۹۱	۳۳۴	۰/۰۰۰
مراقبه	۳	۴/۱۲	۰/۷۱۴	۲۸/۷۰۳	۳۳۴	۰/۰۰۰
معاتبه	۳	۳/۹۸	۰/۷۲۸	۲۴/۷۰۳	۳۳۴	۰/۰۰۰
کل خودارزیابی	۳	۳/۹۳	۰/۵۹۸	۲۸/۶۲۶	۳۳۴	۰/۰۰۰

مطابق نتایج جدول ۲، در تمام مراحل مقدار سطح معناداری برابر ۰/۰۰۰۵ < است و چون این مقدار کم‌تر از ۰/۰۱ است، لذا تفاوت مشاهده‌شده از نظر آماری در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است. به عبارت بهتر، خودارزیابی اسلامی در مراحل؛ مراقبه، مشارطه، محاسبه و معاتبه در میان دانشجویان دانشگاه قم، بالاتر از متوسط است. ضمن آن که در مرحله مراقبه، زیاد بود.



همچنین نتایج نمونه را می‌توان به جامعه دانشجویان دانشگاه قم تعمیم داد.

۲ - آیا بین خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک ویژگی‌های جمعیتی شناختی (جنس، مقطع تحصیلی، دانشکده، تحصیلات پدر، شغل پدر) تفاوت وجود دارد؟ به منظور دستیابی به پاسخ این سؤال و با توجه به ماهیت سؤال، فقط به ارائه مطالب مربوط به استنباط و تعمیم پرداخته می‌شود. قابل ذکر است برای متغیر دو ارزشی جنس، از آزمون تی مستقل برای سایر متغیرها که چند ارزشی هستند از تحلیل واریانس استفاده شد.

جدول ۳: نتایج آزمون t مستقل برای جنس

سؤال	جنس	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	t	df	سطح معناداری
خودارزیابی	زن	۱۵۸	۳/۸۸	۰/۶۳۳	-۱/۶۵۷	۳۳۳	۰/۰۹۹
	مرد	۱۷۷	۳/۹۹	۰/۵۶۱			

مطابق نتایج جدول ۳، اختلاف مشاهده شده بین میانگین مردان و زنان معنادار نیست؛ زیرا مقدار سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است و در نتیجه خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان زن و مرد دانشگاه قم تفاوت وجود ندارد.

جدول ۴: فراوانی، میانگین و انحراف معیار به تفکیک مقطع تحصیلی

متغیر	مقطع تحصیلی	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
خودارزیابی	کارشناسی	۲۱۹	۳/۹۱	۰/۶۱۷
	کارشناسی ارشد	۹۵	۴/۰۲	۰/۵۵۱
	دکتری	۲۱	۳/۷۵	۰/۵۶۲

نتایج جدول ۴، فراوانی، میانگین و انحراف معیار را به تفکیک مقطع تحصیلی مشخص کرده است.

جدول ۵ نتایج تحلیل واریانس برای مقطع تحصیلی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
خودارزیابی	بین گروهی	۱/۴۹۵	۲	۰/۷۴۷	۲/۱۰۷	۰/۱۲۳
	درون گروهی	۱۱۷/۷۷۹	۳۳۲	۰/۳۵۵		
	کل	۱۱۹/۲۷۳	۳۳۴			

جدول ۵، نتایج آزمون تحلیل واریانس را نشان می‌دهد. بر اساس نتایج، اختلاف مشاهده شده بین نظر پاسخ‌گویان درباره خودارزیابی اسلامی به تفکیک مقطع تحصیلی، معنادار نیست؛ زیرا مقدار سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است؛ یعنی خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک مقطع تحصیلی یکسان است.

جدول ۶: فراوانی، میانگین و انحراف معیار به تفکیک دانشکده

متغیر	دانشکده	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
خودارزیابی	ادبیات و علوم انسانی	۸۶	۴/۰۷	۰/۴۹۰
	حقوق	۳۸	۴/۰۷	۰/۵۲۲
	مدیریت	۶۰	۳/۸۵	۰/۶۳۰
	علوم پایه	۶۵	۳/۸۳	۰/۶۸۱
	الهیات	۳۵	۴/۱۲	۰/۳۶۴
	فنی و مهندسی	۵۱	۳/۸۰	۰/۶۸۹

نتایج جدول ۶، فراوانی، میانگین و انحراف معیار را به تفکیک دانشکده مشخص کرده است.

جدول ۷: نتایج تحلیل واریانس برای دانشکده

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
خودارزیابی	بین گروهی	۴/۴۳۷	۵	۰/۸۸۷	۲/۵۶۳	۰/۰۸۳
	درون گروهی	۱۱۴/۸۳۶	۳۳۲	۰/۳۴۶		
	کل	۱۱۹/۲۷۳	۳۳۴			

جدول ۷، نتایج آزمون تحلیل واریانس را نشان می‌دهد. بر اساس نتایج، اختلاف مشاهده شده بین نظر پاسخ‌گویان درباره خودارزیابی اسلامی به تفکیک دانشکده، معنادار نیست؛ زیرا مقدار سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است؛ یعنی خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک دانشکده یکسان است.



جدول ۸: فراوانی، میانگین و انحراف معیار به تفکیک تحصیلات پدر

متغیر	مقطع تحصیلی	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
	زیر دیپلم	۱۱۷	۳/۹۷	۰/۵۹۴
	دیپلم	۹۴	۳/۸۹	۰/۵۹۱
خودارزیابی	لیسانس	۶۵	۳/۸۸	۰/۶۹۱
	فوق لیسانس و بالاتر	۳۳	۳/۹۲	۰/۴۹۴
	حوزوی	۲۶	۴/۰۸	۰/۵۰۲

نتایج جدول ۸، فراوانی، میانگین و انحراف معیار را به تفکیک مقطع تحصیلی مشخص کرده است.

جدول ۹: نتایج تحلیل واریانس برای تحصیلات پدر

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
	بین گروهی	۱/۱۱۵	۴	۰/۲۷۹		
خودارزیابی	درون گروهی	۱۱۸/۱۵۸	۳۳۰	۰/۳۵۸	۰/۷۷۹	۰/۵۴۰
	کل	۱۱۹/۲۷۳	۳۳۴			

جدول ۹، نتایج آزمون تحلیل واریانس را نشان می دهد. بر اساس نتایج، اختلاف مشاهده شده بین نظر پاسخ گویان درباره خودارزیابی اسلامی به تفکیک مقطع تحصیلی، معنادار نیست؛ زیرا مقدار سطح معناداری بزرگ تر از ۰/۰۵ است؛ یعنی خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک مقطع تحصیلی یکسان است.

جدول ۱۰: فراوانی، میانگین و انحراف معیار به تفکیک شغل پدر

متغیر	شغل پدر	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
	کارمند	۹۱	۳/۸۸	۰/۶۵۶
	آزاد	۱۵۰	۳/۹۴	۰/۵۹۲
خودارزیابی	فرهنگی	۴۱	۳/۸۸	۰/۶۴۷
	کارگر	۵۳	۴/۰۶	۰/۴۴۷

نتایج جدول ۱۰، فراوانی، میانگین و انحراف معیار را به تفکیک شغل پدر مشخص کرده است.

جدول ۱۱: نتایج تحلیل واریانس برای شغل پدر

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
	بین گروهی	۱/۲۱۲	۳	۰/۴۰۴		
خودارزیابی	درون گروهی	۱۱۸/۰۶۱	۳۳۱	۰/۳۵۷	۱/۱۳۳	۰/۳۳۶
	کل	۱۱۹/۲۷۳	۳۳۴			

جدول ۱۱، نتایج آزمون تحلیل واریانس را نشان می‌دهد. بر اساس نتایج، اختلاف مشاهده شده بین نظر پاسخ‌گویان درباره خودارزیابی اسلامی به تفکیک شغل پدر، معنادار نیست؛ زیرا مقدار سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است؛ یعنی خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک شغل پدر یکسان است.

۳ - آیا بین هر یک از سطوح خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم رابطه معنادار وجود دارد؟ به منظور دستیابی به پاسخ این سؤال، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۱۲: ضرایب همبستگی بین هر یک از مراحل خودارزیابی (n=۳۳۵)

ضرایب همبستگی				
متغیر	مشارطه	محاسبه	مراقبه	معاتبه
مشارطه	۱/۰۰			
محاسبه	**۰/۶۴۴	۱/۰۰		
مراقبه	**۰/۵۹۹	**۰/۷۱۹	۱/۰۰	
معاتبه	**۰/۵۰۹	**۰/۵۹۲	**۰/۶۶۸	۱/۰۰

بر اساس نتایج جدول ۱۲، بین هر یک از مؤلفه‌های خودارزیابی رابطه مثبت و معنی‌دار در سطح ۰/۰۱ وجود داشت. بیشترین میزان ارتباط بین مرحله محاسبه و مرحله مراقبه با ضریب ۰/۷۱۹ و کمترین ارتباط بین مرحله مشارطه و مرحله معاتبه بود.

### بحث و نتیجه‌گیری

این تحقیق باهدف بررسی میزان خودارزیابی اسلامی در میان دانشجویان دانشگاه قم انجام شد.



برای این منظور پرسشنامه خودارزیابی اسلامی که شامل چهار مؤلفه مراقبه مشارطه، محاسبه و معاتبه بود در میان دانشجویان پخش شد و چهار سؤال بررسی شد. در سؤال اول یافته‌ها حاکی از آن بود که میانگین تمام مراحل بالاتر از حد متوسط است. بالاترین میانگین مربوط به مرحله مراقبه (۴/۱۲) و کمترین میانگین مربوط به مرحله مشارطه (۳/۸۱) بود. به‌علاوه نتایج آزمون T نشان داد که خودارزیابی اسلامی در مراحل مراقبه، مشارطه، محاسبه و معاتبه در میان دانشجویان دانشگاه قم، بالاتر از حد متوسط بود و حتی در مرحله مراقبه، بسیار زیاد بود. نتایج این سؤال با تحقیقات رحیمی (۱۳۹۴)، خوش‌طینت (۱۳۹۳)، خدایاری و همکاران (۱۳۷۸)، آذربایجانی (۱۳۸۰)، عبدی و رضایی (۱۳۹۳)، آقابابایی و همکاران (۱۳۹۱) هم سو بوده است و در همه این تحقیقات دین‌داری دانشجویان بالاتر از حد متوسط گزارش شده است. به‌علاوه نوشین فرد و خدابخش (۱۳۹۴) که بر روی کتابخانه ملی تحقیق کرده بودند و محمدی و همکاران (۱۳۹۴) که کارشناسان پرستاری و مامایی را به‌عنوان نمونه انتخاب کرده بودند، نگرش مثبت و متوسط رو به بالایی را درباره معنویت و مراقبت‌های معنوی گزارش دادند. یافته‌های این پژوهش هم‌چنین با تحقیقات اسمیت و فاریس (۲۰۰۳) نیز هم سو بوده است؛ در این پژوهش، اکثر نوجوانان اظهار کرده بودند که اعتقادات دینی نقش مهمی در زندگی آنان ایفا می‌کند.

شاید بتوان ادعا کرد میزان بالای خودارزیابی در دانشجویان دانشگاه قم نشان‌دهنده بالا بودن اعتقادات مذهبی در بین این دانشجویان است زیرا تحقیقات مختلف نیز تأییدکننده این نکته است. ازجمله مجدیان و همکاران (۱۳۸۸) معتقدند که مهارگری درونی، ۳۱ درصد بازخورد و باور مذهبی را تبیین می‌کند. هم‌چنین باورهای مذهبی در افزایش مهارگری درونی (نوعی از خودارزیابی) نیز نقش عمده‌ای ایفا می‌کند (آماندا ۲۰۰۴، پائولو، ۲۰۰۹). علاوه بر این، تعهد مذهبی و معنویت یک مؤلفه اساسی در سبک زندگی سالم به شمار می‌رود و موجب افزایش سطح سازش و سلامت روان می‌شود (استفن ۲۰۰۶، یانگ و ربکا، ۲۰۰۱، مک نالتی و ویلسونف، ۲۰۰۴).

هم‌چنین طبق ادعای برخی از پژوهشگران، برخی از راهبردهای نظریه خودرهبی، قابل تطبیق با مراحل خودارزیابی اسلامی است (هوبدا و آقابابایی، ۱۳۸۸) بنابراین با مشاهده یافته‌های حاصل از این پژوهش می‌توان ادعا کرد که دانشجویان دانشگاه قم از لحاظ راهبرد خودرهبی در سطح بالایی بوده و مجهز به توانایی خودرهبی هستند. هم‌چنین از آنجا که مرحله خودهدف‌گذاری از نظریه خودرهبی منطبق بر مرحله مشارطه در خودارزیابی اسلامی و مرحله خود مشاهده منطبق با

مرحلهٔ مراقبه و محاسبه و همچنین مرحله خودتوییحی آن منطبق با معاتبه است (هویدا و آقابابایی، ۱۳۸۸)، یافته‌ها نشان می‌دهد که دانشجویان دانشگاه قم در مرحلهٔ خودهدف‌گذاری از نظریه خودرهبیری، عملکرد ضعیف‌تری نسبت به سایر مراحل دارند. در واقع این افراد در زمینه تعیین هدف و هدف‌گذاری برای خود، توانایی زیادی نداشته و از لحاظ نظریه خودرهبیری تنها در این مرحله ضعیف عمل می‌کنند اما در ۲ مرحلهٔ دیگر خصوصاً در مرحله خود مشاهده‌گری بسیار قوی بوده و به آنچه برای خود تحت عنوان هدف تعیین کرده‌اند، شدیداً پایبند خواهند بود زیرا طبق یافته‌های پژوهش حاضر در مرحله مراقبه خودارزیابی اسلامی بسیار قوی عمل کرده‌اند.

در مجموع دین مبین اسلام راهکارهایی را برای سعادت بشر ارائه داده است و آدمی می‌تواند با استفاده از آن‌ها زندگی خود را بهبود بخشد. چنانچه دیدیم دانشجویان قم در استفاده از این راهکار (خودارزیابی) موفق بودند اما در تبیین این نکته که مؤلفه مراقبه بالاترین میانگین را در بین دانشجویان داشته است، می‌توان به آیات و روایاتی اشاره کرد که تأکید فراوانی بر این مؤلفه دارد. در واقع از نظر آیات، روایات و سخنان بزرگان دین مهم‌ترین شاخصه خودارزیابی اهتمام بر مراقبه است، از همین روی، یافته‌های این مطالعه نیز نشان‌دهندهٔ اهمیت بخش مراقبه است. همچنین از آنجا که نمونه‌های مورد مطالعه در این پژوهش در شهر قم زندگی می‌کنند آشنایی و الفت بیشتری با آموزه‌های دینی داشته و ممکن است بیشتر بدان عمل کنند. در تأیید این مدعا صالحی و رومانی (۱۳۹۴) بیان می‌کنند که سطوح بالای نگرش دینی با سطوح بالای سبک زندگی در ارتباط است. رفیعی هنر (۱۳۹۲) نیز معتقد است آموزه اسلام، باعث تسهیل نظارت‌گری افراد در رفتارشان می‌شود. نظارت‌گری غالباً برای موفقیت در خودمهارگری، عامل تعیین‌کننده است. وجوب پنج وعده نماز برای پیروان اسلام، یکی از مؤثرترین شیوه‌های یادآوری معیارهای خود بوده که به نظارت‌گری افراد نسبت به رفتارهای شبانه‌روزی منجر می‌شود (رفیعی هنر، ۱۳۹۲).

سؤال ۲ نیز نشان داد که خودارزیابی اسلامی در بین دانشجویان دانشگاه قم به تفکیک ویژگی‌های جمعیت شناختی شامل جنس، مقطع تحصیلی، دانشکده، تحصیلات پدر و شغل پدر تفاوت معناداری نداشت. لذا شاید بتوان گفت این عوامل نقشی ممیز در تعیین خودارزیابی اسلامی نداشته‌اند. در تبیینی دیگر، علت این یافته می‌تواند همگنی شهر قم از نظر اعتقادات مذهبی بین افراد مختلف باشد. همچنین شهر قم، شهری مذهبی است و آموزه‌های دینی به‌طور مداوم به جوانان گوشزد می‌شود و آن‌ها در مراسم‌ها و مجالس و نمای شهر با مطالب و مباحث





مذهبی مواجه می‌شوند بنابراین در میزان خودارزیابی بین افراد با رشته، مقطع تحصیلی، شغل پدر، تحصیلات پدر و جنسیت مختلف، تفاوتی دیده نمی‌شود. در رابطه با این فرضیه تحقیقات همسو و ناهمسو وجود داشت. از جمله عبدی و رضایی (۱۳۹۳) دریافتند که در دین‌داری از لحاظ جنسیت و مقطع تحصیلی تفاوت وجود دارد، بنابراین این تحقیق با پژوهش حاضر ناهمسو است. همچنین آقابابایی و همکاران (۱۳۹۱) دریافتند ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، رشته و مقطع تحصیلی در خودارزیابی دانشجویان تأثیر داشته است که از این حیث با پژوهش حاضر ناهمسو است. به‌علاوه محمدپور و همکاران (۱۳۹۰) نیز گزارش کرده‌اند که بین دین‌داری و جنسیت دانشجویان رابطه وجود دارد همچنین سبک‌رو و همکاران (۱۳۸۹) نتیجه گرفتند که نگرش دینی در دختران و پسران دانشجو متفاوت است؛ و دانشجویان مقطع پایین‌تر، از نگرش دینی بالاتری برخوردارند؛ که این دو نیز با تحقیق حاضر ناهمسو بوده است؛ اما پژوهش توکلی و همکاران (۱۳۹۴) نشان داد میزان نگرش مذهبی در هر دو جنس یکسان است که نتایج این پژوهش با تحقیق حاضر همسو است.

یافته‌ها در سؤال ۳ نیز حاکی از آن بود که بین هر یک از مؤلفه‌های خودارزیابی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد بیشترین میزان ارتباط بین مرحله محاسبه و مراقبه (۰/۷۱۹) و کمترین ارتباط بین مرحله مشارطه و مرحله معاتبه (۰/۵۰۹) بود. یافته‌ها نشان می‌دهد دانشجویان هرروزه ابتدا در مقام مشارطه خود برمی‌آیند و پایبندی به اصولی را برای خود شرط می‌گذارند به آن پایبند می‌شوند و پس آن باید به مراقبه بپردازند و از آنچه برای خود شرط گذاشته‌اند مراقبت کنند تا از آن تخطی و سرپیچی نکنند؛ بعد از این مرحله نوبت به محاسبه می‌رسد. در واقع افراد اعمال روزانه خود را بررسی کرده و ملاحظه می‌کنند که تا چه حد به شروط خود پایبند بوده‌اند و سپس اگر متوجه اشتباه و سرپیچی نفس خود شدند در مرحله آخر نسبت به عتاب و عقاب نفس خود اقدام می‌کنند؛ زیرا سهل‌گیری در برابر نفس و نادیده گرفتن خطاهای آن می‌تواند به آن جرئت دهد؛ بنابراین این چنین است که این ۴ مرحله پی‌درپی یکدیگر قرار گرفته و با یکدیگر ارتباط قوی دارند.

یافته‌های حاصل از این سؤال با یافته‌های خالقیان و همکاران (۱۳۹۸) و کفاش‌پور مرندی و خدابخشی کولایی (۱۳۹۷) همسو است. این پژوهش‌ها نشان دادند که پایبندی مذهبی و خودکنترلی نقشی تعیین‌کننده و پیش‌بینی‌کننده در میل به هرزه‌نگاری و جهت‌گیری مذهبی دارد. بر این اساس چنانچه مشخص است، ارتباط یافت شده بین این ۴ مرحله برگرفته از این نکته است که خودکنترلی و خودارزیابی ارتباطی پی‌درپی و مستقیم با جهت‌گیری مذهبی و دوری از هرزگی

دارد؛ بنابراین کسی که در مرحله مشارطه قدم نهاد، ناخودآگاه و بر اساس میل باطنی و درونی به سمت مراحل دیگر از جمله محاسبه و سپس مراقبه و ... قدم خواهد گذاشت.

اما شاید بتوان گفت علت ارتباط قوی تر بین مرحله محاسبه و مراقبه این است که دانشجویان به علت مشغله‌های تحصیلی و کاری و همچنین قرار گرفتن در شور و نشاط جوانی کمتر حوصله و وقت شرط‌گذاری روزانه را داشته باشند و در آخر هم پس از اینکه خطای نفس خویش را یافتند کمتر به مواخذه آن پردازند؛ اما در طول روز، بر اعمال و رفتار خویش طبق اصولی که به آن پایبندند، مراقبت می‌کنند و بلافاصله پس از آن در مرحله بعد، به حسابرسی نفس خود (در طول روز چه کرده‌اند) می‌پردازند. تبیین دیگر نیز می‌تواند پشت سرهم قرار گرفتن این ۲ مرحله باشد، زیرا انجام این مراحل به ترتیب و پی‌درپی است.

شاید بتوان یکی از دستاوردهای تحقیق حاضر را پیشنهادهایی دانست که محقق در پایان پژوهش، برای انجام سایر تحقیقات و هم‌چنین عملی کردن آن‌ها در شرایط مطلوب ارائه می‌کند. علی‌رغم اینکه یافته‌های پژوهش حاضر، وضعیت مناسبی را از خودارزیابی در بین دانشجویان دانشگاه قم نشان می‌دهد، پیشنهاد می‌شود برای افزایش این امر مهم در بین افراد مورد مطالعه و همچنین به‌طور ویژه در بین سایر دانشجویان شهرهای کشور برنامه‌های فرهنگی و آموزشی تدارک دیده شود تا در پیشبرد خودارزیابی اسلامی دانشجویان مؤثر باشد زیرا چنانچه اشاره شد ممکن است دلیل وضعیت مناسب خودارزیابی در بین دانشجویان دانشگاه قم متأثر از شاخصه مذهبی این شهر باشد بنابراین می‌بایست با توجه به راهکارهای یادشده در جهت افزایش خودارزیابی اسلامی در بین دانشجویان و افراد در سایر شهرها، اقداماتی به عمل آورد. به‌علاوه پیشنهاد می‌شود استادان دانشگاه، ضمن تدریس، با برقراری رابطه حسنه با دانشجویان، نکاتی را برای تشویق دانشجویان به این امر ارائه دهند. به‌جز مراکز آموزشی، رسانه‌ها و فضای مجازی که امروزه فراگیر شده است نیز می‌تواند نقش به‌سزایی در ایجاد روحیه خودارزیابی از طریق پکیج‌های آموزشی، ساخت برنامه‌های مستند، گفتگو با صاحب‌نظران دینی و مانند آن داشته باشد.

از محدودیت‌های موجود در پژوهش حاضر می‌توان به حجم محدود جامعه اشاره کرد. جامعه این پژوهش، محدود به دانشجویان دانشگاه قم بود که یافته‌های حاصل از آن برای تعمیم به سایر افراد و حتی سایر دانشجویان نیز نیاز به احتیاط دارد. همچنین می‌توان کافی نبودن منابع علمی در دسترس را یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش دانست. در این راستا به محققان پیشنهاد



می‌شود این پژوهش را روی گروه‌های مختلف جامعه از جمله کارمندان ادارات، افراد فرهنگی، والدین و ... انجام دهند. همچنین با انجام پژوهش خودارزیابی اسلامی در بین اساتید دانشگاهی، به بررسی مقایسه‌ای بین اساتید و دانشجویان پردازند. در نهایت پیشنهاد می‌شود متغیر خودارزیابی اسلامی با متغیر سبک زندگی در بین خانواده‌ها سنجیده شود.

### فهرست منابع

- قرآن کریم (۱۳۸۶)، ترجمه آیت الله مکارم شیرازی، مشهد، آستان قدس رضوی.
- آذربایجانی، مسعود (۱۳۸۰)، آزمون جهت‌گیری دینی با تکیه بر اسلام، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی به راهنمایی دکتر پریخ دادستان، قم، پژوهشکده حوزه و دانشگاه.
- آقابابایی، راضیه؛ نصر اصفهانی، احمدرضا و رحیمی، حمید (۱۳۹۱)، میزان خودارزیابی اسلامی در دانشجویان دانشگاه اصفهان، فصلنامه راهبردهای آموزش، ۵ (۲)، ۱۱۹ - ۱۲۴.
- بهارى همدانى، محمد (۱۳۹۳)، تذکره المتقین، انتشارات نهاوندی.
- تابع بردار، فریبا و آقایی، مریم (۱۳۹۳)، نقش خودارزیابی در پیش‌بینی توانمندسازی و تعهد سازمانی کارکنان، فصلنامه علمی - پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۵ (۲)، ۵۹ - ۷۲.
- خالقیان، آرزو؛ سجادیان، ایلناز؛ فاتحی زاده، مریم و منشئی، غلامرضا (۱۳۹۸)، بررسی نقش میانجی نگرش به هرزه‌نگاری و خودکنترلی در رابطه بین پای-بندی مذهبی و میل به هرزه‌نگاری اینترنتی، فصلنامه پژوهش‌های روانش‌شناسی اجتماعی، ۹ (۳۶)، ۵۵ - ۷۲.
- خدایاری فرد، محمد؛ غباری بناب، باقر و شکوهی یکتا، محسن (۱۳۷۸)، تهیه مقیاس اندازه‌گیری اعتقادات و نگرش مذهبی دانشجویان دانشگاه صنعتی شریف، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه صنعتی شریف.
- خوش‌طینت، ولی اله (۱۳۹۳)، بررسی سبک مقابله مذهبی در دانشجویان دانشگاه پیام نور با تأکید بر تعالی معنوی، فصلنامه اخلاق پزشکی، ۸ (۳۰)، ۱۳۵ - ۱۵۷.
- دریساوی، سمیه و فقیهی، علی نقی (۱۳۹۲)، بررسی عوامل ضعف خودکنترلی از منظر قرآن کریم، معرفت اخلاقی، ۴ (۱)، ۷۵ - ۹۲.
- رحیمی، حمید (۱۳۹۴)، رابطه بین نگرش دینی و سلامت معنوی با رضایت از زندگی در دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی کاشان، فصلنامه اخلاق و فرهنگ، ۱ (۲)، ۹ - ۱۸.

رفیعی هنر، حمید (۱۳۹۲)، اسلام، اخلاق و خود مهارگری روان‌شناختی، فصلنامه اخلاق و حیانی، ۱(۳)، ۱۴۷ - ۱۵۲.

سبک‌رو، مهدی؛ رضایی، ولی؛ مقیمیان، مانده؛ حیدری، ابوذر و ایزجی، ناصر (۱۳۸۹)، بررسی رابطه نگرش دینی با ابعاد شخصیتی در دانشجویان دانشگاه تهران، فصلنامه تربیت اسلامی، ۵(۱۱)، ۱۸۹ - ۲۰۳.

شیر، سید عبدالله (۱۳۹۷)، اخلاق: ترجمه کتاب الاخلاق، ترجمه محمدرضا جباران، قم، هجرت. شریف رضی، محمد بن حسین (۱۳۸۷)، نهج‌البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم، جمال. صالحی، اکبر و رومانی، سعید (۱۳۹۴)، بررسی رابطه بین سبک زندگی و نگرش دینی با میزان گرایش به سمت مدگرایی دانشجویان، فصلنامه علمی - ترویجی اخلاق، ۴(۱۸)، ۱۵۳ - ۱۷۱. عبدی، مجتبی و رضایی، احمد (۱۳۹۳)، سنجش میزان دین‌داری در میان دانشجویان جوان، مطالعه راهبردی ورزش و جوان، ۱۳(۲۴)، ۱ - ۲۲.

علایی رحمانی، فاطمه و معتمد لنگرودی، فرشته (۱۳۹۷)، اصول راهبردی خودکنترلی مدیریتی در نهج‌البلاغه، بصیرت و تربیت اسلامی، ۱۵(۴۶)، ۶۷ - ۸۶. علیوردی نیا، اکبر و یونسی، عرفان (۱۳۹۳)، تأثیر میزان خودکنترلی بر ارتکاب جرم در میان دانشجویان، راهبرد فرهنگ، ۲(۲۶).

غفاری، ابوالفضل و رضوی، زهرا (۱۳۹۱)، خودکنترلی در نظریه خود تعیین‌گری و اندیشه‌های امام علی (علیه السلام)، مجموعه مقالات سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. کفاش‌پور مرندی، آتوسا و خدابخشی کولایی، آناهیتا (۱۳۹۷)، رابطه بین کارایی خانواده و خودکنترلی با جهت‌گیری مذهبی در مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم شهر تهران، پژوهش در دین و سلامت، ۴(۳)، ۲۱ - ۳۳.

مجیدیان، محمد؛ سلیمی، سیدحسین؛ حبیبی، محمدباقر و مرادی، علیرضا (۱۳۸۸)، بازخورد مذهبی، حرمت خود و مسند مهارگری، روان‌شناسی تحولی، روان‌شناسان ایرانی، ۶(۲)، ص ۱۵۱ - ۱۵۸.

مجلسی، محمدباقر (۱۴۱۳)، بحارالانوار، تهران دارالکتب الاسلامیه.

محمدپور، احمد؛ علی‌زاده، مهدی؛ قادرزاده، امید و قدرتی، حسین (۱۳۹۰)، بررسی اعتقادات دینی و جهت‌گیری عرفی گرا بنیادگرایانه دانشجویان؛ مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه پیام



- نور مرکز ساری، بررسی مسائل اجتماعی ایران، ۲ (۵ و ۶)، ۶۹ - ۹۸.
- محمدی، جواد و فخاری، حسین (۱۳۹۵)، تأثیر خودکنترلی و تعهدات دینی مدیران مالی و کیفیت افشای اطلاعات، فصلنامه حسابداری ارزشی و رفتاری، ۱ (۲)، ۴۱ - ۶۳.
- محمدی، غلامرضا؛ میرشاهی، فرشته؛ موحدی، علی؛ تقوی، محمدرضا؛ مقدم پاشا، اعظم؛ مردانی، محمد و کاوسی، علی (۱۳۹۴)، نگرش کارشناسان پرستاری و مامایی در بیمارستان‌های شهر نیشابور درباره معنویت و مراقبت معنوی، فصلنامه اخلاق پزشکی، ۹ (۳۳)، ۴۵ - ۶۴.
- مرزوقی، رحمت‌الله و دهقانی، یاسر (۱۳۹۸)، ارزیابی تربیت دینی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه: مطالعه موردی شهر شیراز، فصلنامه مسائل کاربردی در تعلیم و تربیت اسلامی، ۴ (۲)، ۹۹ - ۱۲۲.
- مشایی، ناهید و شاهد، اکرم (۱۳۹۴)، عوامل و راهکارهای خودکنترلی و نقش آن در تربیت جنسی مبتنی بر آموزه‌های دینی، مجموعه مقالات همایش ملی اشراق اندیشه مطهر، ۳۹۵ - ۴۱۱.
- نراقی، ملا احمد (۱۳۸۴)، معراج السعاده، قم انتشارات قائم آل محمد علیهم‌السلام.
- نوشین فرد، فاطمه و خدابخش، آریتا (۱۳۹۲)، سنجش رابطه معنویت در محیط کار و تعالی سازمانی در سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران، فصلنامه دانش‌شناسی، ۹ (۳۵)، ۹۷ - ۱۰۸.
- هویدا، رضا و آقابابایی، راضیه (۱۳۸۸)، بررسی تطبیقی مدل چهار مرحله‌ای خودارزیابی در اسلام با استراتژی‌های خودمحور خودرهبری، دو فصلنامه علمی تخصصی مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۳ (۵)، ۱۴۳ - ۱۵۳.
- یثربی، یحیی (۱۳۸۹)، عرفان عملی، قم، بوستان کتاب.
- یزدخواستی، علی؛ بابایی فرد، اسدالله و کیانی، اعظم (۱۳۹۷)، بررسی عوامل مؤثر بر تربیت دینی در میان دانشجویان دانشگاه کاشان، فصلنامه مسائل کاربردی در تعلیم و تربیت اسلامی، ۲ (۴)، ۱۲۹ - ۱۵۲.
- Amanda, S. (2004). Religiosity, locus of control, and superstitious belief. Journal of Undergraduate Research, 7, 1-5.
- Bunch, J. F. S. (2001), The new super-leadership: Learning others to lead themselves, The Academy of Management, 15(4), pp.147-148.

- Houghton, J. D.; Bonhom, T. W.; Neck, C. P. & Sing, K. (2004), "The relationship between self- leadership and personality: A comparison of hierarchical factor structures", *Journal of Managerial psychology*, 1, pp.424-441
- McNulty, K., Livneh, H., & Wilson, L. M. (2004). Perceived uncertainty, spiritual well-being, and psychosocial adaptation in individuals with multiple sclerosis. *Rehabilitation Psychology*, 49(2), 91-99.
- Pearce, C. L. & J. A. Conger (2003), *Shared leadership: Reframing the hows & whys of leadership*, Thousand Oask, C A: sage publications, Inc.
- Paolo, V. (2009). Happiness, freedom and control. Retrieved January 16, 2010, from <http://www.science direct.com>
- Smith, C., Faris, R., Denton, M. L., & Regnerus, M. (2003). Mapping American adolescent subjective religiosity and attitudes of alienation toward religion: A research report. *Sociology of Religion*, 64(1), 111-133.
- Stephen, J. (2006). Positive psychology, religion and spirituality. *Mental Health, Religion & Culture*, 9 (3), 209-212.
- Yong, D., & Rebecca, F. (2001). Religion and adolescent self-esteem: Youth ministry experts comment. From Science and Religion Information Service. Retrieved 15 July 2008.

