



سال هشتم • پاییز و زمستان ۱۴۰۱ • شماره ۱۷

Biannual Journal of Islamic Psychology

Vol. 8, No. 17, Autumn & Winter 2023

اثربخشی آموزش ارتباط با خود بر هویت مذهبی نوجوانان پسر ۱۲ - ۱۵ سال مدارس اصفهان

فرزانه عمرانی*

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش ارتباط با خود بر هویت مذهبی نوجوانان ۱۲ - ۱۵ سال مدارس اصفهان انجام شده است. روش پژوهش، نیمه‌آزمایشی به شیوه پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود و نمونه‌گیری به شیوه در دسترس و با انتخاب ۴۰ نفر از دانش‌آموزان ۱۲ تا ۱۵ سال پایه پنجم و ششم مدرسه غیرانتفاعی طاهها، ناحیه ۲ آموزش و پرورش اصفهان صورت گرفت. بر اساس ملاک‌های ورود و خروج آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) قرار گرفتند. ابتدا دو گروه از طریق پرسش‌نامه‌های استاندارد هویت مذهبی پل بررسی شدند. سپس گروه آزمایش به مدت ۱۶ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفت و آزمودنی‌ها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون، ارزیابی شدند. داده‌ها از طریق میانگین، انحراف استاندارد و تحلیل کواریانس بررسی شد. پس از تحلیل داده‌ها، فرضیه پژوهش، یعنی اثربخشی آموزش ارتباط با خود بر هویت مذهبی نوجوانان، تأیید شد. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که آموزش ارتباط با خود به نوجوانان مبتنی بر ارتباطات چهارگانه (خود، خدا، دیگران و طبیعت) بر هویت مذهبی آنان تأثیر دارد و موجب ارتقای سطح هویت مذهبی آنان می‌شود.

کلیدواژه‌ها: هویت مذهبی، ارتباط با خود، ارتباطات چهارگانه.

* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی اسلامی گرایش مثبت‌گرا | omrafarzaneh0@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۲۳؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۸/۲۲

مقدمه

در مفاهیم اسلامی «خود» مقدمه‌ای برای سایر ارتباطات انسانی است. بنابراین، از دیدگاه اسلام، یادگیری و تمرکز بر ارتباط با خود نخستین گامی است که برای تنظیم ارتباطات چهارگانه و در نتیجه حیات حق‌مدارانه در زندگی باید طی شود (جوادی آملی، ۱۳۹۱). تعامل با خود در دیدگاه ارتباطی، نگرشی روان‌شناختی از شخصیت انسان است که بر اساس آن شناخت شخصیت از طریق شناخت نوع ارتباط‌هایی که فرد با خود، خداوند، دیگران و طبیعت برقرار می‌کند میسر می‌شود (معتمدی، ۱۳۹۲) و منظور از رویکرد ارتباطی، تعامل و ارتباطی است که فرد با این ساحت‌های چهارگانه (خود، خدا، دیگران و طبیعت) دارد.

تشریح و تبیین رابطه انسان با عوامل چهارگانه فوق در نگرش برخی علمای مسلمان به نحوی محل توجه بوده است. محمداقرا صدق‌پور (مجموعه تعالیم اسلام را در چهار محور روابط انسان با خدا، خود، دیگران و طبیعت دسته‌بندی می‌کند (کاویانی، ۱۳۹۱، به نقل از: معتمدی، ۱۳۹۴). اهمیت ارتباطی که فرد می‌تواند با خود برقرار کند از جهات مختلف در فرهنگ اسلامی محل توجه قرار گرفته است، به نحوی که امکان تعامل سازنده فرد با دیگران و با طبیعت و ارتباط با خدا تحت تأثیر کمیت و کیفیت ارتباط با خود قرار می‌گیرد (معتمدی، ۱۳۹۲؛ مصباح یزدی، ۱۳۸۴). مصباح یزدی ارتباط با خود را چنین معنا می‌کند: «رابطه انسان با خودش، همان رابطه روح با بدن خواهد بود چراکه روح و بدن هیچ یک بیگانه از خود انسان نیستند و به طور دقیق‌تر منظور از رابطه با خود در واقع رابطه شئون و ابعاد نفس با یکدیگر است؛ یعنی روح انسان گرچه موجودی واحد و بسیط است با همه این اوصاف، باید توجه داشته باشیم که همین موجود واحد از شئون مختلفی برخوردار و با تعبیری روشن‌تر دارای ابعادی گوناگون است که این ابعاد با هم ارتباطاتی دارند» (مصباح یزدی، ۱۳۸۴).

از سویی، هویت مذهبی فلسفه زندگی و حیات فرد را تشکیل می‌دهد. اهمیت این هویت از آن‌رو است که انسان از فطرت و سرشت خداجویی برخوردار است؛ یعنی گرایش به دین و مذهب در تمامی انسان‌ها وجود دارد. اگر این گرایش در مسیر خود با موانعی مواجه نشود، انسان در جهت شناخت صحیح دین حرکت خواهد کرد و هویت مذهبی باثباتی را برای خود شکل خواهد داد. ولی اگر این شکل از هویت، به درستی و با شناخت کافی شکل نگیرد، فرد را به انحراف و انحطاط و بحران می‌کشاند و بر روند فعالیت‌های روزمره زندگی، مثل سلامت روانی و تحصیل، تأثیر

می‌گذارد (واحدی و احمدیان، ۱۳۹۳). از نظر بل،^۱ هویت مذهبی نیز همچون سازه روان‌شناختی است که ناشی از درک فرد از ضمیر خودش در مواجهه با نیرو یا موجودی متعالی، یا گروهی اجتماعی فرهنگی است که مشخصه غالب آن، هدف متعالی است. وی، بر پایه نظرات مارسیا،^۲ درباره هویت و پایگاه‌های هویت، چهار پایگاه هویت مذهبی آشفته، زودرس، دیررس و کسب‌شده (یکپارچه) را مطرح کرد (خاکشور، غباری بناب و شهابی‌زاده، ۱۳۹۲).

از دیدگاه اسلام، نخستین مبدأ خداشناسی، فطرت (سرشت) انسان است. آیات و احادیثی که دلالت بر این موضوع دارند به سه دسته تقسیم می‌شوند (محمدی ریشه‌ری، ۱۳۹۱، ج ۵، ص ۱۷۶): دسته اول، آیات و احادیثی هستند که دلالت می‌کنند بر این که خداشناسی، به صورت یک احساس، در وجود همه انسان‌ها نهاده شده است^۳ (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۱۲). دسته دوم، متونی هستند که بر اساس آنها، خداوند متعال، از همه مردم، پیش از تولدشان، بر روییت خود پیمان گرفته است^۴ (اعراف: ۱۷۲). دسته سوم، متونی هستند که طبیعت انسان را به گونه‌ای ترسیم می‌کنند که وقتی در بن‌بست سختی‌ها قرار بگیرد، موانع شناخت، از جلوی دیده‌جان وی کنار می‌روند و در این حال، با همه وجود، خدا را احساس می‌کند و دست‌نیاز به سوی آن بی‌نیاز می‌برد^۵ (مجلسی، ۱۴۱۲، ج ۳، ص ۴۱). بنابراین، توجه به «خود» یا به نحوی ارتباط با خود، تلاش برای دست‌یابی به هویت است. در اسلام، به توجه کردن به خود و شناخت آن، به طور ویژه اشاره شده و جایگاه ویژه‌ای برایش قائل شده‌اند. وجود روایات فراوان در فضیلت، اهمیت، آثار و برکات شناخت نفس و زیان‌ها و خسارات جهل به خویش و منزلت خود، شاهدی صادق برای ارزشمندی تلاش در مسیر «خودشناسی» است. به‌راستی وقتی راه شناخت خدا، از خودشناسی می‌گذرد^۶ (مجلسی، ۱۴۱۲، ج ۷۰، ص ۷۲) و با شناخت خود می‌توان به همه کاستی‌ها و ضعف‌ها و همچنین توانمندی‌ها و استعدادها خود واقف شد، آیا جز این است که سودمندترین شناخت‌ها، خودشناسی است^۷ (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶) شناخت خویشتن و ارتباط با آن، فرد را از استعدادها و توان‌هایش آگاه می‌کند و مقدمه حرکت او به سمت رشد و به



1. Bell, D. B

2. Marcia, J

۳. «كُلُّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، يَعْنِي عَلَى الْمَعْرِفَةِ بِأَنَّ اللَّهَ خَالِقُهُ».

۴. «وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا».

۵. «هُوَ الَّذِي يَتَّالَى إِلَيْهِ عِنْدَ الْحَوَائِجِ وَالسَّلْبِ كُلِّ مَخْلُوقٍ عِنْدَ انْقِطَاعِ الرَّجَاءِ مِنْ كُلِّ مَنْ هُوَ دُونَهُ، وَتَقَطُّعِ الْأَسْبَابِ مِنْ جَمِيعِ مَا سِوَاهُ».

۶. دخل رجل على رسول الله ﷺ فقال: يا رسول الله كيف الطريق الى معرفة الحق؟ فقال: «معرفة النفس».

۷. «معرفة النفس انفع المعارف».

فعلیت رساندن آنها می‌شود. نظر به اینکه هویت فرد مقدمه‌ای برای رشدیافتگی او در دوران‌های بعدی زندگی و عامل حفاظتی در مقابل اختلالات مختلف است این دوره اهمیت به‌سزایی دارد.

تاکنون بسته جامع آموزشی مطابق نیازهای امروز نوجوانان و مبتنی بر ارتباطات چهارگانه مذکور در متون دینی و اخلاق اسلامی تدوین نشده و اثربخشی آن بررسی نشده است. از طرفی، اهمیت و نیاز به آن روز به روز در جامعه بیشتر احساس می‌شود. به‌خصوص خانواده‌ها دغدغه دارند که نوجوانانشان بیشتر با ارزش‌های دینی آشنا شوند و از ناهماهنگی‌های رفتاری و تفکری در امان باشند. از این‌رو مخاطبان این بسته تمامی نوجوانان و خانواده‌های دغدغه‌مندی هستند که هویت مذهبی را عاملی برای رشد سالم فرزند خود می‌دانند و در کنار آن معلمان متعهد و هیئت‌های مذهبی، مساجد و فرهنگ‌سراها و حوزه‌های بسیج همگی می‌توانند از این آموزش غیرمستقیم ارتباط با خود و جذابیت‌های آن بهره‌مند شوند. بدین ترتیب مطالعه حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا آموزش ارتباط با خود بر هویت مذهبی نوجوانان پسر تأثیر دارد یا خیر.

روش پژوهش

طرح پژوهش: پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی (به دلیل کنترل‌نکردن تمام متغیرها) با یک گروه آزمایش، یک گروه کنترل و استفاده از پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است.

جامعه و نمونه آماری و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر نوجوان ناحیه ۲ اصفهان است که در سن ۱۲ تا ۱۵ سال در سال تحصیلی ۹۷ - ۹۶ به تعداد ۶۷۵۴ نفر (پایه پنجم و ششم دبستان) مشغول به تحصیل بوده‌اند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد و از بین دانش‌آموزان پنجم و ششم دبستان غیردولتی طاه‌ها، ناحیه ۲، تعداد ۴۰ نفر به صورت در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره کنترل و آزمایش جای گرفتند. حجم نمونه این پژوهش از نوع نیمه‌تجربی است و با توجه به اینکه حداقل حجم نمونه ۱۵ نفر است (دلاور، ۱۳۸۶) و با احتمال ریزش شرکت‌کننده‌ها در طول دوره پژوهش، برای هر گروه ۲۰ نفر در نظر گرفته شد. سپس بسته آموزش ارتباط با خود مبتنی بر ارتباطات چهارگانه انسان بر روی گروه آزمایش در مدت ۴ ماه و در ۱۶ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای اجرا شد و پس از پایان جلسات، پرسش‌نامه مربوط به متغیر وابسته، یعنی هویت مذهبی تکمیل شد.

متغیرهای پژوهش: متغیر مستقل پژوهش، ارتباط با خود و متغیر وابسته، هویت مذهبی نوجوانان است.

معیارهای ورود به پژوهش و خروج از آن: معیار ورود، رضایت و همکاری نوجوان و ولی وی برای شرکت و همکاری در پژوهش، سن حداقل ۱۲ و حداکثر ۱۵ سال، و جنسیت پسر بود. معیار خروج، همکاری نکردن نوجوان دانش آموز، غیبت بیش از یک جلسه، تمایل نداشتن خانواده به همکاری برای ادامه و شرکت در پژوهش بود.

ابزار پژوهش: در این پژوهش از پرسش نامه هویت مذهبی بل (۲۰۰۶) استفاده شده است. این مقیاس شامل ۲۸ گویه است. ۵ گویه برای هر پایگاه هویت مذهبی و ۲ گویه مربوط به هر پایگاه هویت کلی است. این مقیاس، مؤلفه‌های توجه و دلسوزی، ایمان، رفتار دوستانه، بخشنده بودن، کمک کردن، سخت کوشی، صداقت و مهربانی را می‌سنجد. روایی محتوایی این مقیاس از طریق مقایسه بین چهار وضعیت هویت مذهبی است: ۱. دیررس (که در آن، جست‌وجوی صادقانه برای یافتن راه‌های مختلف و هدف وجود دارد و صرفاً گذشت زمان و اتلاف وقت مطرح نیست و فرد، خود را در تجارب مختلف بررسی می‌کند و می‌آزماید)؛ ۲. زودرس (که در آن، پرهیزکردن فرد از اکتشاف یا جست‌وجوگری فعال و انتخاب خودمختارانه است. فرد به وسیله دیگران و نه به وسیله خود هدایت می‌شود)؛ ۳. موفق (که در آن، افراد، دوره‌ای از جست‌وجوگری و اکتشاف فعال را پشت سر گذاشته و تعهدات روشنی ایجاد کرده‌اند)؛ ۴. مغشوش (که در آن، اصطلاح «پراکندگی هویت» مترادف با مفهوم «سردرگمی در هویت‌یابی اریکسون» است). ضریب آلفای کرونباخ برای هویت مذهبی آشفته ۰/۸۰، زودرس ۰/۷۹، دیررس ۰/۸۴ و کسب‌شده ۰/۷۷ است. در این مطالعه، هماهنگی درونی در ضریب همبستگی کرونباخ برای هر پایگاه هویت آشفته، زودرس، دیررس و کسب‌شده به ترتیب ۰/۶۱، ۰/۵۹، ۰/۵۱، ۰/۶۴ به دست آمد که حاکی از پایایی مقیاس است. در این پژوهش به منظور گردآوری داده‌ها و سنجش متغیرها از پرسش‌نامه‌های خودگزارش‌دهی استفاده شد که به ویژگی‌های روان‌سنجی هر کدام اشاره شده است.

مراحل اجرای پژوهش: این پژوهش از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با دو گروه آزمایش و کنترل بوده است که پس از نمونه‌گیری بسته آموزش ارتباط با خود (عمرانی، ۱۳۹۷) در ۱۶ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای بر روی گروه آزمایش هفته‌ای یک بار اجرا شد، در حالی که گروه کنترل در این مدت هیچ آموزشی دریافت نکرده است. دوره اجرا ۴ ماه به طول انجامید و در پایان دوره پس‌آزمون روی هر دو گروه اجرا شد. موضوع ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه انسان به صورت ۱۸ طرح درس تربیتی متناسب با قالب خاص نوجوانان، طراحی و تدوین شده است که در جدول ۱ خلاصه جلسات آمده است.



جلسات	محتوی آموزشی هر جلسه
جلسه اول	آشنایی و معارفه اعضا و ارتباط اولیه، مرور قوانین و ساختار گروه، ارائه پیش‌آزمون، طرح پرسش‌های مربوط به خودشناسی
جلسه دوم	تعریف خودشناسی، تعریف خلقت انسان، ایجاد زمینه تفکر درباره شگفتی‌های خلقت انسان
جلسه سوم	بازخورد از جلسات قبل، بررسی شگفتی‌های انسان، بررسی چشم و سیستم بینایی با ارائه تصویر و فیلم و پاورهای مربوط، مطرح کردن پرسش‌ها برای فراهم کردن زمینه تفکر راجع به کاربردهای چشم در زندگی ^۱
جلسه چهارم	بازخورد جلسه قبل و مطرح کردن پرسش، تنظیم جدول مقایسه اندام‌ها و بررسی شگفتی‌های گوش و سیستم شنوایی، توجه به تفاوت‌های افراد از لحاظ داشتن حس شنوایی یا محرومیت از این اندام و حس، دعوت از شخص ناشنوا
جلسه پنجم	بازخورد جلسات قبل، پرداختن به سیستم دستگاه تکلم و شگفتی‌های آن، استفاده از پاور و فیلم و عکس
جلسه ششم	بازخورد جلسات قبل، استفاده از ماکت به منظور آشنایی با سیستم تکلم و تارهای صوتی و اندام‌های مؤثر در گویایی و گفتار و توجه به تأثیر کلام و انواع سخن‌ها
جلسه هفتم	پاسخ به پرسش‌های متری درباره زبان و دستگاه تکلم و دقت و توجه‌دادن مری به تأثیر کلام بر سرنوشت و ارتباطات انسان و بررسی بعضی از آفات کلام و گفتار
جلسه هشتم	بازخورد جلسات قبل، جمع‌بندی درباره سه اندام بررسی‌شده و تأثیر آنها بر سرنوشت، جلب توجه متری به بُعد غیر جسمانی، بررسی خواب‌دیدن
جلسه نهم	مطرح کردن بُعد روحانی انسان، توجه به خطوط قرمز این بحث، بررسی تأثیر اعمال جسمانی بر روح و تأثیر روح بر جسم
جلسه دهم	بازخورد از جلسات قبل، پاسخ به پرسش‌های متری، توضیح درباره احساسات مثل شادی، غم، خشم، تفر و ...، ارتباط این حالات با جسم، تأثیر این حالات بر سرنوشت انسان، استفاده از آیات و روایات در این باره ^۲



۱. آفرینش چشم برای انسان، یکی از آیات الاهی است. قرآن کریم می‌فرماید: «قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ أَخَذَ اللَّهُ سَمْعَكُمْ وَأَبْصَارَكُمْ وَخَتَمَ عَلَى قُلُوبِكُمْ مَنْ إِلَهٌ غَيْرُ اللَّهِ يَأْتِيكُمْ بِهِ انْظُرْ كَيْفَ نُصَرِّفُ الْآيَاتِ لِمَنْ هُوَ بِضِدْفُونٍ؛ بگو: «به من خبر دهید اگر خداوند، گوش و چشم‌هایتان را بگیرد، و بر دل‌های شما مهر نهد (که چیزی را نفهمید)، چه کسی جز خدا است که آنها را به شما بدهد؟!».
۲. بین چگونه آیات را به گونه‌های مختلف برای آنها شرح می‌دهیم، سپس آنها روی می‌گردانند! (انعام: ۴۶).
۳. شادی، نیازی ضروری برای انسان‌ها است که باعث پویایی، رضایت‌مندی و احساس آرامش در افراد می‌شود. خداوند نیز در قرآن کریم خود را کسی معرفی می‌کند که می‌خنداند و می‌گریاند: «وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكٌ وَابْكِي» (نجم: ۴۳)؛ امام علی علیه السلام فرمود: «سرور المؤمن بطاعة ربّه و حزنه على ذنبه؛ شادی مؤمن به طاعت پروردگارش و اندوهش بر گناه و عصیان است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۴، ص ۱۳۶). امام صادق علیه السلام فرمود: «لَا تُسَخِّطُوا اللَّهَ بِرِضَى أَحَدٍ مِنْ خَلْقِهِ وَ لَا تَتَقَرَّبُوا إِلَيْهِ إِلاَّ بِإِذْنِ اللَّهِ» فرمود: «بِتَبَاعُظٍ مِنَ اللَّهِ تعالی؛ خدای متعال را به خاطر رضایت و خشنودی احدی از مردم به غضب درنیاورید و با دوری از خدا به مردم نزدیک نشوید» (نوری، ۱۴۰۸، ج ۱۲، ص ۲۰۷).

جلسات	محتوی آموزشی هر جلسه
جلسه یازدهم	مطرح کردن انواع استعداد در انسان، بررسی تفاوت‌های انسان‌ها از جهت استعدادها، بررسی تأثیر استعدادها بر سرنوشت انسان ^۱
جلسه دوازدهم	بازخورد جلسه قبل، روش شناخت استعداد از غیر استعداد، بررسی چگونگی کشف استعدادها در خودمان، معرفی انسان‌های عجیب و استعدادهای خاص
جلسه سیزدهم	بررسی تفاوت‌های موجودات از لحاظ استعدادها، استعداد گیاهان، استعداد حیوانات، استعداد‌های برتر
جلسه چهاردهم	بازخورد از جلسات قبل، مقایسه استعداد‌های انسانی، پاسخ به پرسش «آیا استعداد خوب و بد وجود دارد؟»، ملاک استعداد برتر و تشخیص استعداد خوب و بد
جلسه پانزدهم	بازخورد جلسات قبل، پرسش و پاسخ برای ایجاد زمینه تفکر، معرفی عقل به عنوان ملاک و تأثیر آن بر شکوفایی استعدادها یا کنترل بعضی توانمندی‌ها، نوشتن نامه‌ای به خودم با موضوع «من کیستم؟»
جلسه شانزدهم	جمع‌بندی مباحث، خواندن نامه به صورت داوطلبانه، برگزاری پس‌آزمون

برای تحلیل داده‌های حاصل از این پژوهش از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح توصیفی از روش میانگین و انحراف استاندارد، و در سطح استنباطی از آمارهای استنباطی آزمون شاپیرو - ویلک، آزمون لوین و تحلیل کواریانس استفاده کردیم.

ملاحظات اخلاقی: به منظور رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش برای شرکت در این تحقیق، به رضایت و تمایل دانش‌آموز نوجوان توجه داشتیم و با درخواست و تمایل خود نوجوان این مشارکت صورت گرفت. به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که پاسخ‌هایشان به پرسش‌نامه‌ها محرمانه است و نزد پژوهشگر خواهد ماند و فقط برای ارزشیابی پیش‌آزمون - پس‌آزمون اخذ شده و از این رو پاسخ‌نامه‌ها کدگذاری شد، و به شرکت‌کنندگان گفته شد که در هر مرحله از این پژوهش اجازه خروج از مطالعه را دارند و به گروه کنترل، اطمینان خاطر داده شد که در صورت تمایل، پس از دوره پژوهش فرصت دریافت مطالب آموزش داده‌شده به گروه آزمایش یا تهیه کتاب پله‌های صعود (عمرانی، ۱۳۹۷) را خواهند داشت.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت تأثیر آموزش ارتباط با خود (مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه) بر هویت مذهبی با استفاده از دو فرضیه اصلی و یک فرضیه فرعی بررسی شد. برای بررسی فرضیه‌های تحقیق از

۱. مفهوم «استعداد» را می‌توان از عبارات قرآنی مربوط به «برتری» (فَضْلٌ) یا «مراتب» (درجات) برداشت کرد. این واژه‌ها معمولاً این مفهوم را منتقل می‌کنند که برخی از انسان‌ها، هم در این دنیا و هم در آخرت، بر پایه کوشش (نساء: ۹۵)، اعتقاد (مجادله: ۱۱) یا کارهای خوب (احقاف: ۱۹) خودشان، درجات خاصی دارند.



یافته‌های توصیفی میانگین^۱ و انحراف استاندارد،^۲ آمارهای استنباطی آزمون شاپیرو-ویلک،^۳ آزمون لوین^۴ و تحلیل کواریانس^۵ استفاده شد. پیش‌تر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پایه تحصیلی اعضای نمونه ذکر شد. کل اعضای نمونه ۴۰ نفر بودند که در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و کنترل، در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون ارزیابی شدند.

توزیع فراوانی اعضای نمونه بر حسب پایه تحصیلی به تفکیک گروه آزمایش و کنترل بدین صورت است که بین اعضای نمونه ۵۵ درصد افراد در پایه پنجم ابتدایی (۲۲/۵ درصد از گروه آزمایش و ۳۲/۵ درصد از گروه کنترل) بودند و ۴۵ درصد دیگر دانش‌آموزان در پایه ششم ابتدایی (۲۷/۵ درصد از گروه آزمایش و ۱۷/۵ درصد از گروه کنترل) تحصیل می‌کردند.

در ادامه، میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون هویت مذهبی به صورت تفکیک‌شده برای دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲: یافته‌های توصیفی هویت مذهبی به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل

زیرمقیاس	مرحله	آزمایش		کنترل	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
هویت مذهبی	پیش‌آزمون	۱۰۵/۸۵	۱۰/۲۳	۱۰۷/۰۵	۱۲/۴۵
	پس‌آزمون	۸۱/۰۰	۱۶/۲۱	۱۰۹/۰۰	۱۲/۸۳
زودرس	پیش‌آزمون	۲۸/۶۵	۵/۰۳	۳۰/۳۰	۴/۲۵
	پس‌آزمون	۲۰/۷۰	۷/۰۲	۲۷/۷۰	۵/۰۴
کسب‌شده	پیش‌آزمون	۲۸/۶۰	۱۱/۴۶	۲۸/۱۰	۳/۲۹
	پس‌آزمون	۳۸/۸۰	۴/۹۹	۲۸/۰۵	۳/۵۳
آشفتگی	پیش‌آزمون	۲۳/۷۰	۴/۳۶	۲۱/۲۵	۴/۴۸
	پس‌آزمون	۱۹/۱۵	۶/۷۶	۲۷/۴۰	۴/۱۰
دیررس	پیش‌آزمون	۲۲/۵۵	۳/۵۷	۲۵/۲۵	۵/۲۵
	پس‌آزمون	۱۸/۵۵	۶/۶۹	۲۸/۵۰	۲/۵۸

با توجه به نتایج جدول ۲، هویت مذهبی برای گروه آزمایش برابر با ۱۰۵/۸۵ و میانگین پس‌آزمون آن برابر با ۸۱/۰۰ گزارش شده است. همچنین، میانگین پیش‌آزمون و پس‌آزمون هویت

1. Mean

2. Standard Deviation

3. Shapiro-Wilk

4. Levin

5. Covarians

مذهبی برای گروه کنترل به ترتیب برابر با ۱۰۷/۰۵ و ۱۰۹/۰۰ بوده است.

برای بررسی تأثیر آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر هویت مذهبی از تحلیل کواریانس استفاده شد. برای انجام این تحلیل، پیش فرض‌های انجام تحلیل کواریانس بررسی شد.

فرض اول تحلیل کواریانس: فرض ابتدایی تحلیل کواریانس، فاصله‌ای و نسبی بودن متغیرهای همپراش و وابسته است. همان‌طور که در شیوه نمره‌گذاری پرسش‌نامه‌ها آورده شد، مقیاس‌ها از نوع فاصله‌ای است لذا فرض اول تحلیل واریانس حاصل شده است.

فرض دوم تحلیل کواریانس: برای بررسی نرمال بودن توزیع‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون از آزمون شاپیرو - ویلک استفاده شده است. نتایج این آزمون در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۳: آزمون شاپیرو - ویلک برای بررسی نرمال بودن پیش‌آزمون - پس‌آزمون مقیاس‌ها

مقیاس‌ها	نوع آزمون	گروه آزمایش		گروه کنترل
		ارزش	سطح معناداری	
هویت مذهبی	پیش‌آزمون	۰/۹۲۳	۰/۱۱	۰/۱۴
	پس‌آزمون	۰/۸۶۹	۰/۰۶	۰/۹۱
زودرس	پیش‌آزمون	۰/۹۶۶	۰/۶۷	۰/۳۳
	پس‌آزمون	۰/۹۱۸	۰/۰۹	۰/۱۴
کسب‌شده	پیش‌آزمون	۰/۹۴۳	۰/۲۷	۰/۵۷
	پس‌آزمون	۰/۹۴۰	۰/۲۳	۰/۰۸
آشفته	پیش‌آزمون	۰/۹۱۹	۰/۱۰	۰/۰۹
	پس‌آزمون	۰/۹۰۵	۰/۰۶	۰/۰۷
دیررس	پیش‌آزمون	۰/۹۵۷	۰/۴۸	۰/۲۶
	پس‌آزمون	۰/۹۴۱	۰/۲۲	۰/۱۱

جدول ۳ نشان داد که مقدارهای P در آزمون شاپیرو - ویلک از ۰/۰۵ بزرگ‌تر است. با توجه به نتایج توزیع داده‌ها منطبق بر توزیع نرمال و فرض دوم تحلیل کواریانس رعایت شده است. فرض سوم تحلیل کواریانس: این فرض شامل همگنی واریانس‌ها است. بدین‌منظور برای بررسی این فرض از آزمون آماری لوین استفاده شد.



جدول ۴: آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس گروه‌های همپراش و وابسته

تجانس گروه همپراش و وابسته مقیاس‌ها	F	df1	df2	سطح معناداری
هویت مذهبی	۷/۹۰	۱	۳۸	۰/۰۷
زودرس	۲/۸۰	۱	۳۸	۰/۱۱
کسب‌شده	۷/۷۵	۱	۳۸	۰/۰۸
آشفته	۴/۵۶	۱	۳۸	۰/۰۹
دیررس	۲/۲۶	۱	۳۸	۰/۱۳

همان‌طور که در جدول ۴ مشخص است، با توجه به سطح معناداری مقیاس‌ها که هیچ یک کمتر از ۰/۰۵ نیست، فرضیه صفر آزمون لوین مبتنی بر همگنی بین گروه‌های همپراش و وابسته تأیید شد و تمامی این زوج گروه‌ها با یکدیگر تجانس دارند.

فرضیه اصلی: آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بر ارتقای هویت مذهبی نوجوانان اثربخش است. برای بررسی اثربخشی آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بر ارتقای هویت مذهبی از تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج تحلیل کواریانس در جدول ۵ نشان داده شده است.

جدول ۵: تحلیل کواریانس اثربخشی آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر هویت مذهبی

منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آزمون
هویت	۹۳۰/۹۸	۱	۹۳۰/۹۸	۲/۲۵	۰/۱۴	۰/۰۶	۰/۳۱
مذهبی	۷۵۲۸/۹۵	۱	۷۵۲۸/۹۵	۱۸/۲۵	۰/۰۱	۰/۳۳	۰/۹۸
گروه	۱۵۲۶۳/۰۱	۳۷	۴۱۲/۵۱				
خطا	۳۸۵۰۳۴/۰۰	۴۰					
کل							

با توجه به نتایج جدول ۵ می‌توان گفت آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بر هویت مذهبی اثربخش بوده است. بنابراین، آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه موجب ارتقای هویت مذهبی شده است. با توجه به ضریب اثربخشی می‌توان گفت ۳۳ درصد از تغییرات در واریانس هویت مذهبی ناشی از آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بوده است. همچنین، با توجه به توان آزمون می‌توان کیفیت نمونه را تأیید کرد. بنابراین، با توجه به نتایج بیان‌شده، فرضیه اول تحقیق، یعنی اثربخشی آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بر ارتقای هویت مذهبی تأیید شد.

فرضیه فرعی: آموزش ارتباط با خود مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه بر ارتقای مؤلفه‌های هویت

مذهبی اثربخش است. برای بررسی فرضیه فرعی، یعنی اثربخشی آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر ارتقای مؤلفه‌های هویت مذهبی از تحلیل کواریانس مانکوا استفاده شد. آزمون باکس در جدول ۶ آورده شده که همگنی ماتریس‌های واریانس - کواریانس را بررسی کرده است.

جدول ۶: آزمون باکس همگنی ماتریس‌های واریانس - کواریانس مؤلفه‌های هویت مذهبی

مقدار آزمون باکس	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
۳۳/۱۷	۰/۸۶	۳۸	۲۷۳۱/۹۰	۰/۶۵

با توجه به اینکه با معنادار بودن آزمون باکس فرض صفر همگن بودن ماتریس‌ها رد می‌شود، می‌توان گفت با معنادار نبودن این آزمون در سطح ۰/۰۵ ماتریس‌های واریانس - کواریانس همگن است. در جدول ۷ مقادیر آزمون لامبدای ویلکز آورده شده است.

جدول ۷: آزمون لامبدای ویلکز برای بررسی تفاوت میانگین‌های گروه‌های مؤلفه‌های هویت مذهبی

منبع	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
لامبدای ویلکز	۰/۴۳	۱۰/۰۰	۴	۳۱	۰/۰۱

با توجه به جدول ۷ و ارزش ۰/۴۳ و مقدار $F=10/00$ با سطح معناداری $P < 0/01$ می‌توان گفت میانگین‌های دو گروه آزمایش و کنترل با حذف اثر متغیر همپراش حداقل در یکی از مؤلفه‌های هویت مذهبی از یکدیگر تفاوت دارد. نتایج تحلیل کواریانس در جدول ۸ نشان داده شده است.

جدول ۸: تحلیل کواریانس تأثیر آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر ارتقای مؤلفه‌های هویت مذهبی

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آزمون
زودرس	۲۲/۲۴	۱	۲۲/۲۴	۰/۶۰	۰/۱۷	۰/۱۱
گروه	۳۳۴/۶۶	۱	۳۳۴/۶۶	۹/۰۰	۰/۲۱	۰/۸۳
خطا	۱۲۶۳/۰۳	۳۴	۳۷/۱۴			
کسب‌شده	۱۳۸/۱۴	۱	۱۳۸/۱۴	۱/۸۶	۰/۱۸	۰/۲۶
گروه	۹۵۳/۳۵	۱	۹۵۳/۳۵	۱۲/۸۸	۰/۰۱	۰/۹۳
خطا	۲۵۱۵/۵۲	۳۴	۲۵۱۵/۵۲			
آشفته	۶۱/۳۹	۱	۳۹۶۱	۱/۹۱	۰/۱۷	۰/۲۷
گروه	۵۸۷/۰۴	۱	۵۸۷/۰۴	۱۸/۲۷	۰/۰۱	۰/۹۸
خطا	۱۰۹۲/۴۴	۳۴	۳۲/۱۳			
دیررس	۵۹/۵۷	۱	۵۹/۵۷	۲/۵۶	۰/۱۱	۰/۳۴
گروه	۹۰۹/۶۰	۱	۹۰۹/۶۰	۳۹/۲۳	۰/۰۱	۱/۰۰
خطا	۷۸۸/۲۵	۳۴	۳۲/۱۸			



با توجه به جدول ۸ و مقادیر به دست آمده برای آمار F برای منبع گروهی که در سطح $P < 0/01$ معنادار است، می‌توان گفت آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر ارتقای مؤلفه‌های هویت مذهبی اثربخش بوده و توانسته است موجب بهبودی مؤلفه‌های هویت مذهبی شود. با توجه به ضریب اتا بیان می‌شود که ۲۱ درصد از تغییرات مؤلفه پیش‌رشد، ۲۷ درصد از تغییرات مؤلفه اکتسابی، ۳۵ درصد از تغییرات مؤلفه سردرگمی و ۵۴ درصد از تغییرات مؤلفه دیررس متأثر از آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بوده است. همچنین، توان آزمون کفایت حجم داده‌ها را تأیید می‌کند. با توجه به نتایج به دست آمده، فرضیه فرعی تحقیق مبنی بر اثربخشی آموزش ارتباط با خود، مبتنی بر دیدگاه ارتباطات چهارگانه، بر مؤلفه‌های هویت مذهبی تأیید شد.

بحث و نتیجه‌گیری

هویت دینی با آغاز نوجوانی شروع می‌شود و در فرهنگ رشد عقلانی پیوسته، ارزش‌ها، باورها و هدف‌ها در معرض تجدید نظر قرار می‌گیرد تا فرد به هویتی پایدار برسد. چنانچه فرد نتواند در فرآیند رشد به هویت صحیح و پایدار دینی و مذهبی برسد دچار پوچی و بحران می‌شود (فیاض، ۱۳۸۸، ص ۳۸). ایجاد هویت درونی و عمیق پایدار دینی و تعهد به ایدئولوژی معین، مستلزم بررسی و جست‌وجوی، یعنی توانایی کشف و طرح مسئله، فرضیه‌سازی، گردآوری اطلاعات، تجزیه و تحلیل یافته و نتیجه‌گیری است که فرد، خود، آن ارزش‌ها، اهداف و باورها را انتخاب کرده و به آن رسیده باشد. در این صورت از درون به آن متعهد می‌شود و خیر را از شر تمیز می‌دهد (همان، ص ۳۹).

اهمیت این هویت از آن‌رو است که انسان دارای فطرت است و در تمام انسان‌ها فطرت وجود دارد و بر اساس این فطرت، انسان‌ها به دین و مذهب گرایش دارند که اگر این گرایش در مسیر خود با موانعی مواجه نشود فرد هویت مذهبی باثبات را برای خود شکل خواهد داد و اگر به درستی و با شناخت کافی شکل نگیرد، فرد را به انحطاط و بحران می‌کشاند و بر روند فعالیت‌های روزمره زندگی‌اش، مانند سلامت روان و ...، تأثیر می‌گذارد (واحدی و احمدیان، ۱۳۹۳). لذا با توجه به یافته‌های تحقیق می‌توان گفت استفاده از آموزش ارتباط با خود و بسته آموزشی، که با روحیه و نیازهای نوجوانان تنظیم شده است، باعث ایجاد زمینه تفکر و تغییر در نگرش شرکت‌کنندگان شده و بر ارتقای هویت مذهبی‌شان تأثیرگذار بوده است. آموزش ارتباط با خود (متغیر موجود در

پژوهش) مأنوس‌ترین و بهترین مقدمه برای ایجاد تفکر و تعقل در زمینه مذهبی و اعتقادی نوجوانان است. آموزش ارتباط با خود به نوجوانان پسر پیش از سن تکلیف می‌تواند عامل مهم و سازنده در هویت مذهبی‌شان باشد.

فرضیه این پژوهش، که بررسی شد، نشان می‌دهد آموزش ارتباط با خود (مبتنی بر ارتباطات چهارگانه) هویت مذهبی را ارتقا می‌بخشد. این فرضیه بر اساس تحلیل آمار استنباطی تأیید شد. طبق شواهد به‌دست‌آمده تمامی آموزش‌های مبتنی بر ارتباط با خود برگرفته از باورهای مذهبی بود که در پژوهش‌های قبلی نیز تأیید شده است که بین باورهای اساسی مذهبی و بحران هویت رابطه منفی معناداری وجود دارد و باورهای مذهبی با تمام سبک‌های هویت ارتباط معناداری داشته است (بخشایش، ۱۳۹۲) و این یعنی جهت‌گیری مذهبی بر حل بحران هویت تأثیر به‌سزایی دارد (رضایی فرح‌آبادی و احقر، ۱۳۸۹).

نکته مهم این است که در بسته آموزشی پدهای صعود (عمرانی، ۱۳۹۷) با موضوع ارتباط با خود، به‌ظاهر جهت‌گیری‌های مذهبی دیده نمی‌شود و در آن آموزه‌های قرآنی مستقیماً بیان نمی‌شود، ولی این شناخت خود و شناخت توانمندی‌ها و استعداد‌های شخصی بالطبع منجر به هویت‌یابی می‌شود و سپس با شناساندن ابعاد وجود انسان به نوجوان زمینه‌های هویت مذهبی را در او ایجاد می‌کند.

آموزش‌هایی که در مدارس داده می‌شود با توجه به اکتشاف هویت افراد نگرش دانش‌آموزان را در رسیدن به هویت مذهبی جهت می‌دهد، در حالی که صرف دادن اطلاعات مذهبی هویت مذهبی را بهبود نمی‌بخشد. بنابراین، مذهب زمینه را برای کشف تعهد هویت از طریق پیشنهادکردن مفاهیم ایدئولوژیک فراهم می‌آورد (کینگ، ۲۰۰۳).

این پژوهش محدودیت‌هایی هم داشت، از جمله: بازه زمانی کوتاه بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون (تقریباً ۴ ماه) و آموزش فشرده و هفته‌ای یک مرتبه؛ ناممکن بودن اجرای طرح برای فرد دیگری غیر از محقق؛ تفاوت جنسیت میان مربی و مربی که مانع ارتباط صمیمی میان مربی و دانش‌آموزان بود؛ تک‌جنسیتی بودن شرکت‌کنندگان در تحقیق که صرفاً برای پسران در این سن خاص اجرا شد و از این جهت نمی‌توان آن را به دختران این گروه سنی تعمیم داد؛ استفاده از روش خودگزارش‌دهی (پرسش‌نامه) در ارزیابی هویت مذهبی که باعث می‌شود نوجوان برای مثبت یا منفی نشان‌دادن



خود از دادن پاسخ واقعی خودداری کنند.

در پایان، با توجه به اثربخشی آموزش ارتباط با خود بر هویت مذهبی نوجوانان پسر، پیشنهاد می‌شود مشاوران، مربیان و دست‌اندرکاران امور تربیتی نوجوانان از آموزش ارتباط با خود در کلاس‌ها و جلسات دوره‌های تربیتی دانش‌آموزان این گروه سنی استفاده کنند و زمینه ارتقای هویت مذهبی نوجوانان را فراهم آورند. همچنین، برگزارکنندگان کارگاه‌های آموزشی و استادان و دست‌اندرکاران تولید محتوای آموزشی و تربیتی برای نوجوانان در این گروه سنی به تولید و توزیع محتوایی هماهنگ با نیازهای نوجوانان با قالب مطلوبشان در زمینه شناخت و ارتباط با خویشتن اقدام کنند و به عنوان محتوای پرورشی در مدارس و فرهنگ‌سراها استفاده شود.

فهرست منابع

قرآن کریم.

- بخشایش، علی‌رضا (۱۳۹۲). «رابطه بین باورهای مذهبی، بحران هویت و سبک‌های هویت در دانش‌آموزان»، در: مطالعات ملی، دوره ۱۴، ش ۴، ص ۳۶ - ۵۰.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد (۱۳۶۶). تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.
- جوادی آملی، عبدالله (۱۳۹۱). مفاتیح الحیة، قم: اسراء.
- نوری، حسین بن محمدتقی (۱۴۰۸). وسائل الشیعه، بیروت: آل البيت لاحیاء التراث.
- خاک‌شور، فاطمه؛ غباری بناب، باقر؛ شهابی‌زاده، فاطمه (۱۳۹۲). «نقش تصور از خدا و هویت مذهبی در معنای زندگی»، در: روان‌شناسی و دین، دوره ۶، ش ۲، ص ۴۳ - ۵۶.
- دلاور، علی (۱۳۸۶). روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی، تهران: ویرایش.
- رضایی فرح‌آبادی، سمانه؛ احقر، قدسی (۱۳۸۹). «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های هویت و مقایسه آنها در دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر تهران»، در: مطالعات ملی، دوره ۱۱، ش ۴۳، ص ۲۵ - ۴۸.
- عمرانی، فرزانه (۱۳۹۷). پله‌های صعود: ارتباط با خود، اصفهان: حدیث راه عشق.
- فیاض، ایران‌دخت (۱۳۸۸). «پرسشگری راهبرد هویت پایدار دینی در قرآن کریم»، در: تعلیم و تربیت، س ۲۵، ش ۲ (۹۸)، ص ۳۷ - ۶۶.
- کلینی، محمد بن اسحاق (۱۳۶۲). الکافی، تهران: اسلامیه.
- مجلسی، محمد باقر (۱۴۱۲). بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، تهران: اسلامیه.

محمدی ری شهری، محمد (۱۳۹۱). دانشنامه قرآن و حدیث، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دار الحدیث.

مصباح یزدی، تقی (۱۳۸۴). اخلاق در قرآن، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ج ۲. معتمدی، عبدالله (۱۳۹۲). «سبک زندگی مطلوب بر اساس دیدگاه ارتباطی: ارتباط انسان با خود، خداوند، دیگران و طبیعت»، در: فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، دوره ۴، ش ۱۳، ص ۱۲۵ - ۱۴۲. معتمدی، عبدالله (۱۳۹۴). «دیدگاه ارتباطی شخصیت با تکیه بر منابع اسلامی»، در: انسان‌پژوهی دینی، دوره ۱۲، ش ۳۴، ص ۵۱ - ۶۹.

واحدی، شهرام؛ احمدیان، ریحانه (۱۳۹۳). «رابطه سبک‌های هویت مذهبی، ابعاد دینداری با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان»، در: روان‌شناسی و دین، دوره ۷، ش ۴ (۲۸)، ص ۹۱ - ۱۰۷.

Bell, D. B. (2006). "Religious Identity: Conceptualizing a Measure for Research and Practice", Unpublished Paper Presented at APA Div. 36 Mid - Conference, March 3 - 4, 2006.

King, P. E. (2003). "Religion and Identity: The Role of Ideological, Social, and Spiritual Contexts", in: *Applied Developmental Science*, Vol. 7, No. 3, pp. 197-204.

