

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

دانشکده تربیت
رشته مشاوره و راهنمایی
پایان نامه کارشناسی ارشد

بررسی رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی با واسطه خودمهارگری

استاد راهنما

حجت الاسلام و المسلمین دکتر محمدرضا جهانگیرزاده

استاد مشاور

دکتر حسن تقیان

دانش پژوه

محسن عنایت پور

بهمن ۱۳۹۴

صورت جلسه دفاع



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

دانشکده تربیت
رشته مشاوره و راهنمایی
پایان نامه کارشناسی ارشد

بررسی رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی با واسطه خودمهارگری

استاد راهنما

حجت الاسلام و المسلمین دکتر محمدرضا جهانگیرزاده

استاد مشاور

دکتر حسن تقیان

دانش پژوه

محسن عنایت پور

بهمن ۱۳۹۴

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

این جانب **محسن عنایت پور فرزند علی حسین** متولد ۱۳۵۹/۰۸/۰۹ به شماره شناسنامه ۴۸۲۴ صادره از **تهران** به شماره دانش پژوهی ۹۱۱۱۱۰۰۸ رشته **مشاوره و راهنمایی** متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی این جانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این زمینه از آنها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادرشده توسط موسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانشجو

امضاء

سپاس خداوند را که زبان قلم یارای سپاس او نیست.

به پایان رسیدن پژوهش حاضر پس از لطف و عنایت خدای بزرگ، مرهون یاری عزیزانی است که کریمانه بذل عنایت برفشاندند و ذکر نامشان را نه به جبران زحمات بی دریغشان بلکه اظهار مراتب قدرشناسی ام از آن بزرگواران بر خود واجب می دانم.

نهایت سپاسم نثار:

جناب آقای دکتر محمدرضا جهانگیرزاده، استاد راهنمای بزرگوارم که دقت علمی و الفبای پژوهش را از ایشان آموختم و همچنین از جناب آقای دکتر حسن تقیان به پاس آموخته هایم از ایشان، همراهی و رهنموده های ارزنده و همکاری صمیمانه شان.

همسر و خانواده گرامیم، دوستان و همکلاسیهای عزیزم که با همکاری و هم اندیشی، برخی گره های ناگشوده را برگشودند.

همچنین لازم می دانم که از مسئولان محترم مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت که امکانات و شرایط تحصیل بنده و سایر دوستان طلبه را فراهم نمودند تشکر نمایم.

چکیده

پژوهش حاضر تحت عنوان بررسی رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی با واسطه خودمهارگری است. دراین تحقیق، محقق به دنبال اثبات این فرضیه بود که بخشی از رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی از طریق خودمهارگری پیش بینی می شود. لذا محقق با روش نمونه گیری در دسترس، به اجرای تحقیق با تعداد ۲۲۴ آزمودنی در میان دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه های پردیس فارابی و دانشگاه آزاد پردیسان شهر قم، به نتایج ذیل دست یافت. میان تمامی متغیرهای دین داری و بهزیستی روان شناختی و خودمهارگری رابطه مثبت وجود داشت. درضمن، بخشی از رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی از طریق خودمهارگری پیش بینی می شود که میزان آن ۳۸,۵۴ درصد بود. در این تحقیق، رابطه بین متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی و رگرسیون خطی بدست آمد. برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری از تحلیل مسیر و ضریب سوبل استفاده شد و تحلیل ها با استفاده از نرم افزار Spss و لیزرل انجام گرفت.

کلیدواژه: بهزیستی روان شناختی، بهزیستی ذهنی، شادکامی ، دین داری، خودمهارگری، خودکنترلی، خودنظم دهی.

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات پژوهش	۱
۱-۱. بیان مسئله	۲
۲-۱. اهمیت و ضرورت پژوهش	۵
۳-۱. اهداف تحقیق	۷
۴-۱. سؤالات تحقیق	۷
۵-۱. فرضیه‌های تحقیق	۷
۶-۱. تعاریف مفهومی و عملیاتی واژه‌ها و متغیرها	۷
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش	۹
۱-۲. بخش اول: بهزیستی روان شناختی	۱۰
۱-۱-۲. پیشینه بهزیستی	۱۰
۲-۱-۲. مفهوم شناسی بهزیستی	۱۱
۳-۱-۲. کیفیت زندگی	۱۴
۴-۱-۲. نظریه‌های بهزیستی	۱۵
۵-۱-۲. مؤلفه‌های بهزیستی روان شناختی	۲۱
۶-۱-۲. مراحلهای بهزیستی	۲۳
۷-۱-۲. پیامدهای مطلوب بهزیستی	۲۴
۸-۱-۲. عوامل مؤثر بر بهزیستی	۲۴
۹-۱-۲. ویژگی‌های شخصیتی و بهزیستی	۳۵
۲-۲. بخش دوم: دین داری	۳۸
۱-۲-۲. دین	۳۸
۲-۲-۲. تعریف دین داری	۳۸
۳-۲-۲. مؤلفه‌های دین داری	۳۹
۴-۲-۲. ابعاد دین	۴۲
۵-۲-۲. همبسته‌های دین داری	۴۳
۳-۲. بخش سوم: خودمهارگری	۴۸
۱-۳-۲. تاریخچه، تبیین و تعریف	۴۸
۲-۳-۲. حوزه‌های کنش وری خودمهارگری	۵۰
۳-۳-۲. مؤلفه‌های خودمهارگری	۵۱
۴-۳-۲. الگوهای نظری در عملکرد خودمهارگری	۵۱

۵۵	۵-۳-۲. شیوه‌های ارتقای خودمهارگری در آموزه‌های اسلام:
۵۷	۶-۳-۲. رابطه خودمهارگری و دین داری
۵۸	۷-۳-۲. رابطه خودمهارگری و بهزیستی روان شناختی
۵۹	۷-۳-۲. جمع بندی
۶۱	فصل سوم: روش پژوهش
۶۲	۱-۳. روش پژوهش
۶۲	۲-۳. جامعه آماری
۶۲	۳-۳. روش نمونه گیری و تعداد نمونه
۶۲	۴-۳. ابزار پژوهش
۶۲	۳-۴-۳. مقیاس خودمهارگری تانجینی (۳۶ سؤالی)
۶۳	۳-۴-۳. مقیاس بهزیستی روان شناختی ریف (۸۴ سؤالی)
۶۴	۳-۴-۳. پرسشنامه سنجش نگرش مذهبی خدا یاری فرد
۶۵	۵-۳. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها
۶۶	فصل چهارم: یافته‌های پژوهش
۶۷	۱-۴. بخش اول: اطلاعات جمعیت شناختی و توصیف داده‌ها
۶۷	۱-۱-۴. توصیف ویژگی‌های دانشجویان مورد بررسی
۷۱	۲-۴. بخش دوم: شاخص‌های استنباطی
۷۱	۱-۲-۴. بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش
۷۲	۲-۲-۴. پیش بینی بهزیستی روان شناختی از طریق مؤلفه های دین داری خودمهارگری
۷۳	۳-۲-۴. بررسی رابطه دین داری و بهزیستی روان شناختی با واسطه خودمهارگری
۷۷	۴-۲-۴. یافته‌های جانبی پژوهش
۸۲	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری
۸۳	۱-۵. بحث و نتیجه گیری
۹۱	۲-۵. محدودیت های پژوهش
۹۱	۳-۵. پیشنهاد های پژوهش
۹۳	فهرست منابع

فهرست جداول

جدول (۱-۴) ویژگی‌های جمعیت شناختی دانشجویان.....	۶۷
جدول (۲-۴) شاخصه‌های توصیفی نمرات آزمودنیها در مقیاس‌های پرسشنامه.....	۶۸
جدول (۳-۳۴) میانگین و انحراف معیار در خرده مقیاس‌های بهزیستی روان شناختی.....	۶۹
جدول (۴-۴) میانگین و انحراف معیار در خرده مقیاس‌های دین داری.....	۷۰
جدول (۵-۴) نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین دین داری و خودمهارگری با بهزیستی روان شناختی.....	۷۱
جدول (۶-۴) رگرسیون بهزیستی روان شناختی بر اساس دین داری و خودمهارگری.....	۷۲
جدول (۷-۴) ضرایب رگرسیون پیش بینی بهزیستی روان شناختی بر اساس مؤلفه‌های دین داری و خودمهارگری.....	۷۳
جدول (۸-۴) نتیجه آزمون سوبل برای بررسی نقش میانجی خودمهارگری در رابطه بین دین داری و بهزیستی.....	۷۵
جدول (۹-۴) مسیرهای آزمون شده در الگوی ساختاری.....	۷۶
جدول (۱۰-۴) نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین خرده مقیاس‌های دین داری و بهزیستی روان شناختی.....	۷۷
جدول (۱۱-۴) نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین دین داری با خرده مقیاس‌های بهزیستی روان شناختی.....	۷۸
جدول (۱۲-۴) رابطه خرده مقیاس‌های دین داری و خرده مقیاس‌های بهزیستی روان شناختی.....	۷۹
جدول (۱۳-۴) نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین خرده مقیاس‌های دین داری با خودمهارگری.....	۸۰
جدول (۱۴-۴) نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین خرده مقیاس‌های بهزیستی با خودمهارگری.....	۸۱

فهرست نمودارها

نمودار ۱-۴: نمودار مسیر پیشنهادی.....	۷۴
نمودار ۲-۴: نمودار مسیر پیش‌بینی بهزیستی روان شناختی با استفاده از دین داری و خودمهارگری در	
حالت اعداد معنی داری.....	۷۴