

بررسی رابطه هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی های شخصیت با رضایت از زندگی در دو گروه طلاب و دانشجویان

The Relationship of Purposefulness Based on Islamic Sources and Personality Traits with and Their Relationship with Life Satisfaction in Two Groups of Seminary and University Students

محمد حسن حسینی / دانشجوی دکتری رشته روان شناسی مثبت گرای پژوهشکده حوزه و دانشگاه
هادی حسین خانی / استادیار گروه اخلاق مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی
محمد رضا بنیانی / دکتری روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

Mohammad Hassan Hosseini Bidokhti, An MA student in psychology, the Academic Institute for Ethics and Education, Qom, Iran, Email: mhh1779@gmail.com

Hadi Hossein-Khani, a Ph.D. Email: h.hosseinkhani@yahoo.com

Mohammad Reza Bonyani, Email: bonyani.1386@yahoo.com

چکیده

Abstract

This study aimed at the relationship of purposefulness based on Islamic sources and personality traits with and their relationship with life satisfaction in two groups of seminary and university students. The research method is descriptive and correlational and the statistical population was selected from 2520 people by available sampling. The findings showed that, in both groups of students, the personality trait of neuroticism had a negative and significant relationship with life satisfaction, and the traits of extraversion, agreeableness and conscientiousness had a positive and significant relationship with life satisfaction. In both groups, there was no significant relationship between the two variables of life satisfaction and openness. Another finding showed that, in both

هدف این پژوهش، بررسی رابطه هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی های شخصیت با رضایت از زندگی در دو گروه طلاب و دانشجویان بود. این پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی بوده و به صورت نمونه گیری در دسترس از بین جامعه ۲۵۲۰ نفری انتخاب گردیدند. یافته ها نشان دادند در هر دو گروه دانشجویان و طلاب بُعد شخصیتی روان رنجورخویی رابطه منفی و معناداری با رضایت از زندگی دارد و ابعاد شخصیتی برون گرایی، سازگاری و وظیفه شناسی رابطه مثبت و معناداری با رضایت از زندگی در هر دو گروه دارد. در هر دو گروه، بین دو متغیر رضایت از زندگی و بُعد گشودگی، رابطه معناداری وجود ندارد. یافته

groups, the variable of life satisfaction had a positive and significant correlation with the variable of purposefulness based on Islamic sources. Furthermore, the total score of the goal had a negative and significant relationship with neuroticism in both groups. In the group university students, the target variable has a positive and significant relationship with other traits of personality except openness, and in the group seminary students, the target variable has a negative and significant relationship with the openness. But the relationship of this variable with other personality traits is positive and significant. Purposefulness is one of the variables affecting life satisfaction. Furthermore, personality traits are another variable that affects many aspects of human life such as satisfaction and purposefulness.

Keywords: purposefulness based on Islamic sources, personality, life satisfaction, seminary (Howzeh) students, university students

دیگر نشان داد در هر دو گروه، متغیر رضایت از زندگی، با متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، همبستگی مثبت و معناداری دارد. همچنین نمره کل هدف با روان رنجورخویی در هر دو گروه رابطه منفی و معناداری دارد. در جامعه دانشجویان، متغیر هدف با سایر ابعاد شخصیت به جز گشودگی، رابطه مثبت و معناداری دارد و در جامعه طلاب، متغیر هدف با بُعد گشودگی از ابعاد شخصیت، رابطه منفی و معناداری دارد. اما رابطه این متغیر با سایر ابعاد شخصیت، مثبت و معنادار است. هدفمندی از جمله متغیرهای تأثیرگذار بر رضایت از زندگی می باشد. همچنین ویژگی های شخصیتی نیز متغیر دیگری است که بر بسیاری از ابعاد زندگی انسان همچون رضایت و هدفمندی تأثیرگذار است.

کلیدواژه ها: هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، شخصیت، رضایت از زندگی، طلاب، دانشجویان.

مقدمه

کسب رضایت از زندگی^۱ هدف نهایی بشر است (کلانی، خدابخش پیرکلانی و پیوسته گر، ۱۳۹۳) و می توان آن را فرایندی دانست که موجب غنی شدن زندگی و استفاده بهتر از فرصت های شود (کلانتری و اسماعیلی، ۱۳۹۴). رضایت از زندگی، مفهومی کلی و ناشی از نحوه ادراک شناختی و عاطفی شخص از کل زندگی است (کلانی، خدابخش پیرکلانی و پیوسته گر، ۱۳۹۳). این سازه دارای ابعاد گسترده ای است که علاوه بر خود فرد، ارکان و افراد دیگری را همچون خانواده، شغل،

اقتصاد، سلامت و رفاه را دربر می‌گیرد (داینر، سو، لوکاس و اسمیت، ۱۹۹۹). رضایت از زندگی، از یک سو به عنوان احساسی ارزشمند و لذت بخش در زندگی، دارای مطلوبیتی ذاتی است و از سویی دیگر، سرمایه‌ای است که می‌تواند استفاده از دیگر مواهب زندگی را لذت بخش تر ساخته و در عین حال به عنوان ابزاری در جهت حل یا قابل تحمل تر نمودن مشکلات، به کار آید. از این رو ایجاد، ارتقاء و تداوم احساس رضایت از زندگی، برای کسانی که خواهان زندگی ارزشمند و با معنا و در یک کلام زندگی کامل هستند، ضرورتی انکارناپذیر می‌نماید. نتایج پژوهش‌هایی که تاکنون صورت گرفته بیانگر این است که افراد با رضایت از زندگی پایین در معرض خطر مشکلات روانی، اجتماعی و عاطفی از قبیل افسردگی، خودپنداره پایین و تعاملات اجتماعی نامناسب قرار دارند (گیلمان، ۲۰۰۴). عدم رضایت از زندگی با وضعیت سلامتی پایین تر، نشانه‌های افسردگی، اختلالات شخصیتی و رفتارهای نامطلوب فردی و اجتماعی ارتباط دارد (مالتبای، دای و مکتچئون، ۲۰۰۴). بنابراین، شناسایی متغیرهای دخیل در رضایت از زندگی در برنامه‌ریزی برای ارتقاء آن حائز اهمیت است. علاوه بر این اعتقاد به کامل بودن دین اسلام ایجاب می‌کند که در تمام زمینه‌های مورد نیاز زندگی بشری، برنامه‌ای درخور و شایسته از جانب اسلام ارائه شود و موضوع رضایت از زندگی از این مهم مستثنا نیست (قاسمی، ۱۳۹۵). عوامل گوناگونی بر رضایت از زندگی تأثیر می‌گذارند (کلانی، خدابخش پیرکلانی و پیوسته گر، ۱۳۹۳). یکی از این عوامل هدفمندی است (محمودیان، ۱۳۹۴؛ برونک، ۲۰۰۹).

هدف، در حقیقت یک موقعیت یا وضعیت بیرونی یا خارج از وجود انسان‌ها است که افراد سعی دارند با تلاش به آن دست یابند. اهداف، علی‌رغم اینکه سلیقه‌ها و انگیزه‌ها را از درون هدایت می‌کنند، خود محرک‌های خارجی هستند که با تحریک انگیزه‌های انسانی افراد را به سمت خود سوق می‌دهند (محبوبی، خراسانی، اعتمادی و دیگران، ۱۳۹۲، به نقل از سانقی، ۱۳۹۴). اما هدفمندی، به رفتار هدف‌داری اشاره دارد و کلمه هدف دار وقتی به کار می‌رود که شوق، قصد و عقیده نسبت به هدف در میان باشد. مثل رفتار انسانی که تحت تأثیر اهداف آگاهانه (نه غریزی و محیطی) است. اگر انسان‌ها در زندگی خود روش‌های متفاوتی دارند، به این دلیل است که هدف‌های متفاوتی را دنبال می‌کنند. هر اندازه این هدف والاتر و ارجمندتر باشد، به همان اندازه زندگی انسان از ارزش و کیفیت عالی‌تری برخوردار خواهد شد.

از جمله متغیرهای مهم و تأثیرگذار بر هدمندی، شخصیت است. شخصیت، یکی از موضوعات اساسی مورد مطالعه روان شناسان است و می توان آن را الگوی مشخص و متمایز فرد در زمینه تفکر، هیجان و رفتار دانست که اسلوب معینی را برای تعامل با محیط فیزیکی و اجتماعی مشخص می کند (اتکینسون^۱ و دیگران، ترجمه براهنی و دیگران، ۱۳۹۳). منظور از مؤلفه های شخصیتی در این پژوهش، نمره هایی است که آزمودنی در پنج مؤلفه عمده از تست پنج عاملی NEO-FFI به دست می آورد. این مؤلفه ها عبارت اند از:

الف. روان آزوده خوایی (N): افرادی که در این مؤلفه نمره بالا می آورند، افرادی نگران، عصبی، هیجانی، نامطمئن و ترسو هستند. افرادی که نمرات آنها در این مؤلفه پایین است، افرادی آرام، خون سرد، مطمئن و دارای ثبات هیجانی بوده و قادرند با موقعیت های استرس زا بدون آشفتگی روبرو شوند.

ب. برون گرایی (E): افرادی که در این محور نمره بالا می آورند افرادی خون گرم، فعال، پرحرف، اجتماعی، سرخوش، با انرژی و خوش بین هستند، آنها برانگیختگی جنسی و تحریک را دوست دارند و مایل اند بشاش باشند. در طیف مقابل آن، یعنی درون گراها، افرادی تودار، متین، بی اشتیاق، تکلیف مدار، کناره گیر، مستقل و متعادل اند. این افراد ممکن است مثل برون گراها بسیار شاد نباشند، اما افراد غیر خوشحال یا بدبین هم نیستند.

ج. گشودگی به تجربه (O): افراد دارای نمرات بالا در این مقیاس، افرادی کنجکاو، تنوع طلب، خلاق، مبتکر، تخیلی و غیر سنتی اند. افرادی که نمره پایینی را احراز می کنند، افرادی سنتی، غیر خلاق، بی علاقه و بی تفاوت نسبت به هنر هستند. این افراد تمایل به رفتار متعارف داشته و حفظ دیدگاه خود دارند و علاقه آنها به حیطه فعالیت خود، ثبات بیشتری دارد.

د. موافق بودن (A): افراد با نمرات بالا، افرادی خوش قلب، خوش اخلاق، قابل اعتماد، نوع دوست، باگذشت و مشتاق کمک به دیگران هستند و باور دارند که دیگران نیز متقابلاً به آنها کمک خواهند کرد. افراد با نمرات پایین، افرادی خودخواه، بداخلاق، بدگمان، کینه توز و ستیزه جو هستند.

ه. با وجدان بودن (C): افرادی که در این عامل نمره بالا می آورند، افرادی منظم، قابل اعتماد، سخت کوش، وقت شناس، خوش قول و تمیز هستند. در طیف مقابل آنها، افرادی بی هدف، غیر قابل اعتماد، بی دقت، مسامحه کار و لذت جو قرار دارند که لزوماً فاقد اصول اخلاقی نیستند،

ولی در به‌کارگیری این اصول دقت لازم را ندارند (پروین و جان، ۱۳۸۶؛ گروسی فرشی، ۱۳۸۰). بیرامی و قلی‌زاده (۱۳۹۰)، نقش عوامل شخصیتی در افسردگی و رضایت از زندگی را ارزیابی نمودند و نشان دادند، رضایت از زندگی با روان‌رنجوری، رابطه منفی و با برون‌گرایی، دل‌پذیر بودن و با وجدان بودن، رابطه مثبتی داشت. همچنین، سالدو و همکاران (۲۰۱۵) رابطه بین عوامل شخصیت، با رضایت از زندگی را در دانش‌آموزان دبیرستانی مورد پژوهش قرار دادند. یافته پژوهش آنها، از تأثیر و اهمیت داشتن پنج عامل بزرگ شخصیت (برون‌گرایی، روان‌رنجوری، باز بودن به تجربه، با وجدان و موافق بودن) در رضایت از زندگی حمایت می‌کند. علاوه بر آن، هدفمندی بر اساس منابع دینی در پژوهش‌های مرتبط گذشته مورد توجه قرار نگرفته بود که در این پژوهش سعی بر این بود تا علاوه بر سنجش هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، رابطه آن با ابعاد شخصیت و رضایت از زندگی مورد بررسی قرار گیرد. از یک سو، روحانیون به‌عنوان اصلی‌ترین گروه مرجع در بین متدینین جامعه که هرگونه جهت‌گیری در عقاید، اندیشه‌ها و رفتار و سبک زندگی آنها، می‌تواند تأثیرات عمیقی در جامعه مذهبی برجا گذارد (خانیک‌عابدی، ۱۳۹۳)؛ و از سوی دیگر، دانشجویان که جزء اقشار تأثیرگذار در جامعه و به فرموده مقام معظم رهبری، 'افسران جنگ نرم هستند که بررسی این متغیرها در این دو جامعه هدف بسیار حائز اهمیت است. بر این اساس، هدف این پژوهش، بررسی رابطه هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی‌های شخصیت با رضایت از زندگی در دو گروه طلاب و دانشجویان می‌باشد.

فرضیه‌ها

۱. بین متغیر ویژگی‌های شخصیت با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد.
۲. بین هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد.
۳. بین هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی‌های شخصیت رابطه وجود دارد.
۴. بین هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی‌های شخصیت با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد.

روش پژوهش

این پژوهش، از نوع پژوهش‌های توصیفی به شیوه همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، طلاب حوزه‌های علمیه کرمانی‌ها، آیت‌الله مجتهدی، حقانی، نورالاصفیاء، سطوح عالی و دروس خارج ساکن در شهرک مهدیه حوزه علمیه قم و دانشجویان دانشکده معماری دانشگاه تهران،

رشته جغرافیای پردیس ابوریحان دانشگاه تهران، رشته حقوق دانشگاه امام صادق علیه السلام، گروه برق دانشگاه تربیت معلم شهید رجایی و دانشکده جغرافیای دانشگاه کاشان بودند که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بوده و در مجموع تعداد کل طلاب و دانشجویان، ۲۵۲۰ نفر بود. جدول مورگان تعداد نمونه پیشنهادی برای این تعداد جامعه را ۲۴۶ نفر پیشنهاد کرده است که جهت اطمینان از معرف بودن نمونه تعداد ۲۵۴ نفر برای نمونه به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزار پرسش‌نامه استفاده شد و جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها، از t پی‌رسون، F برای تحلیل معنادار بودن رگرسیون و آزمون t مستقل برای مقایسه بین گروه‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری spss صورت گرفت.

ابزار پژوهش

الف. هدفمندی بر اساس منابع اسلامی: این مقیاس با استفاده از آموزه‌ها و تعالیم اسلامی توسط محمدحسین قدیری در سال ۱۳۸۸ ساخته شده است تا به عنوان یک مقیاس علمی، هدفمندی افراد در زندگی را بسنجد و مشخص کند که افراد بر اساس تعالیم اسلام در چه مرتبه‌ای از هدفمندی قرار دارند. این پرسش‌نامه روایی محتوایی بالایی (۹۱/۸٪) دارد که با استفاده از CVR و CVI محاسبه شده است و ضریب همسانی درونی آن (آلفای کرونباخ) ۹۲٪ است و اعتبار آن به روش دونیمه‌سازی اسپیرمن و گاتمن ۹۱٪ است. این پرسش‌نامه مشتمل بر سه مؤلفه شناختی، رفتاری، عاطفی و ۷۲ گویه است.

ب. پرسش‌نامه رضایت از زندگی SWLS: مقیاس رضایت از زندگی قضاوت کلی فرد از رضایت از زندگی را که به طور نظری، بر اساس مقایسه شرایط زندگی با استانداردهای از پیش تعیین شده پیش‌بینی می‌شود، اندازه می‌گیرد. این پرسش‌نامه متشکل از مجموعه‌ای از گویه‌هاست که رضایت زندگی فرد را اندازه‌گیری می‌کند. این مقیاس در ابتدا شامل ۴۸ گویه بود که بعد از تحلیل عاملی به ۱۰ گویه کاهش یافت. به علت شباهت معنایی بین گویه‌ها، نسخه نهایی آن به ۵ گویه کاهش یافت. هر گزاره دارای هفت گزینه است که در مقیاس لیکرت از ۱ تا ۷ نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات بین ۵ تا ۳۵ قرار دارد (کاملاً موافقم=۷ و کاملاً مخالفم=۱). این آزمون توسط بنیانی، کوچکی و گودرزی (۱۳۸۶) به فارسی ترجمه شده است و پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۸۳٪ و با استفاده از روش بازآزمایی ۶۹٪ تعیین شده است.

ج. پرسش‌نامه پنج عامل بزرگ شخصیت: پرسش‌نامه NEO نوعی پرسش‌نامه

خودسنجی و ویژگی‌های شخصیتی است که مبتنی بر یک الگوی معروف شخصیتی به نام مدل پنج عاملی است (گلدبرگ، ۱۹۹۳، به نقل از: فتوحی آشتیانی، ۱۳۹۳، ص ۴۱). مدل پنج عاملی، چهار دهه تحول داشته است و محصول سنت واژگان (تحلیل صفات موجود در زبان انگلیسی و دیگر زبان‌ها) و سنت تحلیل عاملی در تحقیقات شخصیت است.

در سال‌های ۱۹۸۵ نسخه تجدیدنظر شده پرسش‌نامه نئو (NEOPI-R) توسط کاستا و مکری تهیه شد و جانشین پرسش‌نامه NEO گردید. این پرسش‌نامه، پنج عامل اصلی شخصیت و شش خصوصیت در هر عامل را اندازه می‌گیرد. این پرسش‌نامه دارای دو فرم، S برای گزارش‌های شخصی و R برای درجه‌بندی‌های مشاهده‌گر می‌باشد. فرم S شامل ۲۴۰ سؤال پنج درجه‌ای است که توسط خود افراد درجه‌بندی می‌شود. فرم R نیز دارای همان ۲۴۰ سؤال بوده و با ضمیر سوم شخص شروع می‌شود و برای درجه‌بندی افراد، توسط همسر، هم‌سال و یا کارشناس به کار می‌رود.

این پرسش‌نامه نسخه دیگری به نام NEO-FFI دارد که ۶۰ سؤالی است. در صورتی که وقت اجرای پرسش‌نامه محدود بوده و اطلاعات کلی از شخصیت کافی باشد این پرسش‌نامه مورد استفاده قرار می‌گیرد و در این پژوهش نیز، مورد استفاده قرار خواهد گرفت. پرسش‌نامه دارای ۶۰ سؤال است که پنج عامل روان‌رنجورخویی (N)، برون‌گرایی (E)، گشودگی (O)، سازگاری (A) و وظیفه‌شناسی (C) را اندازه‌گیری می‌کند. شرکت‌کنندگان هر سؤال را در یک طیف لیکرت (۰ = کاملاً مخالفم تا ۴ = کاملاً موافقم) درجه‌بندی می‌کنند. در بعضی از سؤالات اگر آزمودنی گزینه کاملاً مخالف را انتخاب کند، نمره صفر و از گزینه‌های بعدی به ترتیب از راست به چپ نمرات ۱، ۲، ۳ و ۴ می‌گیرند و در برخی از سؤالات گزینه کاملاً مخالف نمره ۴ و گزینه‌های بعدی به ترتیب از راست به چپ نمرات ۳، ۲، ۱، ۰ می‌گیرند. برای هر یک از این پنج عامل شخصیتی، ۱۲ سؤال در این آزمون وجود دارد. آلفای کرونباخ برای شاخص‌های فوق به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۷، ۰/۷۳، ۰/۶۸ و ۰/۸۱ گزارش شده است.

یافته‌های پژوهش

الف. یافته‌های توصیفی

در این بخش آمارهای توصیفی (کمینه، بیشینه، میانگین و انحراف معیار) متغیرهای تحقیق ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص های توصیفی متغیرهای تحقیق

نمره کل هدف	عاطفی	رفتاری	شناختی	وظیفه شناسی	سازگاری	گشودگی	بزون گرای	روان رنجورخویی	رضایت از زندگی	آماره	گروه
۱۳۸/۰	۱۴/۰	۷۶/۰	۴۷/۰	۱۵/۲	۱۷/۰	۱۰/۰	۸/۰	۵/۰	۵/۰	کمینه	دانشجویان
۲۴۸/۱	۲۸/۰	۱۳۶/۶	۸۷/۰	۴۸/۲	۴۳/۰	۳۸/۸	۴۶/۰	۳۳/۲	۲۴/۰	بیشینه	
۱۹۵/۶	۱۹/۸	۱۰۷/۹	۶۸/۰	۳۲/۹	۲۸/۸	۲۷/۱	۲۹/۰	۲۱/۹	۱۵/۴	میانگین	
۲۲/۶۲	۳/۰۵	۱۲/۶۸	۸/۶۹	۷/۰۲	۵/۱۱	۵/۱۱	۶/۶۱	۵/۹۸	۴/۳۸	انحراف معیار	
۰/۱	۰/۲	۰/۱	-۰/۲	-۰/۱	۰/۳	۰/۲	-۰/۱	-۰/۵	-۰/۴	کجی	
-۰/۴	-۰/۵	-۰/۶	-۰/۱	-۰/۶	-۰/۲	۰/۳	۰/۷	-۰/۱	-۰/۱	کشیدگی	
۱۵۷/۶	۱۳/۰	۸۹/۰	۴۹/۷	۱۸/۰	۱۴/۰	۱۵/۰	۱۴/۰	۶/۰	۷/۰	کمینه	
۲۵۵/۰	۲۶/۰	۱۴۵/۰	۸۸/۰	۴۸/۰	۴۱/۰	۳۶/۰	۴۴/۱	۳۵/۰	۲۵/۰	بیشینه	
۲۱۰/۱	۲۱/۳	۱۱۶/۶	۷۲/۱	۳۳/۸	۳۰/۸	۲۵/۳	۲۹/۹	۲۱/۲	۱۷/۱	میانگین	
۲۱/۶۶	۲/۷۸	۱۲/۰۹	۸/۳۷	۶/۸۷	۵/۰۷	۴/۱۰	۶/۶۳	۶/۱۵	۳/۹۶	انحراف معیار	طلاب
-۰/۲۳۸	-۰/۴	-۰/۱	-۰/۴	-۰/۲	-۰/۳	۰/۴	-۰/۳	-۰/۲	۰/۰	کجی	
-۰/۴۵۵	-۰/۱	-۰/۴	-۰/۵	-۰/۴	۰/۱	۰/۱	-۰/۴	-۰/۲	۰/۰	کشیدگی	

جدول ۱، آمارهای توصیفی متغیرهای تحقیق را نشان می دهد.

ب. یافته‌های استنباطی

برای آزمون فرضیات از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی استفاده شده است. بین متغیر ویژگی‌های شخصیت با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای رضایت از زندگی و مؤلفه‌های شخصیت

گروه	متغیرهای تحقیق	۱	۲	۳	۴	۵	۶
دانشجویان	۱. رضایت از زندگی	۱					
	۲. روان‌رنجورخویی	-۰/۳۴۹**	۱				
	۳. برون‌گرایی	۰/۳۷۵**	-۰/۴۶۸**	۱			
	۴. گشودگی	-۰/۰۴۷	-۰/۱۵۲	۰/۰۳۲	۱		
	۵. سازگاری	۰/۱۷۹*	-۰/۳۶۰**	۰/۳۹۷**	۰/۲۶۱**	۱	
	۶. وظیفه‌شناسی	۰/۳۳۵**	-۰/۵۱۲**	۰/۵۰۲**	۰/۱۳۱	۰/۳۸۴**	۱
طلاب	رضایت از زندگی	۱					
	روان‌رنجورخویی	-۰/۳۶۳**	۱				
	برون‌گرایی	۰/۴۱۶**	-۰/۵۲۷**	۱			
	گشودگی	-۰/۰۴۹	-۰/۰۱۳	۰/۰۱۱	۱		
	سازگاری	۰/۲۱۶*	-۰/۴۸۱**	۰/۵۰۳**	-۰/۱۰۰	۱	
	وظیفه‌شناسی	۰/۳۳۳**	-۰/۴۸۸**	۰/۵۸۸**	-۰/۱۰۸	۰/۵۰۸**	۱

$$P < ۰/۰۱**, P < ۰/۰۵*$$

با توجه به جدول ۲، متغیر رضایت از زندگی در هر دو نمونه دانشجویان و طلاب با مؤلفه روان‌رنجورخویی رابطه منفی و معناداری دارد (۰/۳۴۹=دانشجویان، ۰/۳۶۳=طلاب، r). متغیر رضایت از زندگی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب با مؤلفه برون‌گرایی، رابطه مثبت و معناداری دارد (۰/۳۷۵=دانشجویان، ۰/۴۱۶=طلاب، r). در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، بین دو متغیر رضایت از زندگی و مؤلفه گشودگی، رابطه معناداری وجود ندارد (۰/۰۴۷=-دانشجویان، ۰/۰۴۹=-طلاب، r). در هر دو گروه دانشجویان و طلاب متغیر رضایت

از زندگی با مؤلفه سازگاری، رابطه مثبت و معناداری دارد ($t=0/179$ دانشجویان t ، $r=0/216$ = طلاب t).
متغیر رضایت از زندگی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب با مؤلفه وظیفه شناسی نیز، رابطه مثبت و معناداری دارد ($t=0/335$ دانشجویان t ، $r=0/333$ = طلاب t).

جدول ۳. مقایسه رابطه هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی های شخصیت با رضایت از زندگی در دو گروه طلاب و دانشجویان

ت	۳/۴۲	۱/۰۴	-۱/۲۳	۳/۲۸	-۳/۳۲	-۱/۱۵	-۴/۰۲	-۵/۹۴	-۴/۴۵	-۵/۴۶
رتبه آزادی	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹	۲۷۹
سطح معناداری	۰/۰۰۱	۰/۳۰۰	۰/۲۲۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۲۵۲	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

رتبه آزادی

سطح معناداری

نتیجه آزمون t نشان می دهد، میانگین همه متغیرهای تحقیق به جز متغیرهای روان رنجورخویی، برون گرایی و وظیفه شناسی، در دو گروه دانشجویان و طلاب، با هم تفاوت معناداری دارد. میانگین متغیر رضایت از زندگی و بُعد سازگاری متغیر شخصیت و هر سه زیرمقیاس شناختی، رفتاری و عاطفی، و نمره کل متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، در نمونه طلاب به صورت معناداری بزرگ تر از نمونه دانشجویان است. میانگین بُعد گشودگی متغیر شخصیت در نمونه دانشجویان به صورت معناداری بزرگ تر از نمونه طلاب است. مقدار کجی و کشیدگی همه متغیرها در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، بین -2 و $+2$ است که نشان می دهد متغیرهای تحقیق به صورت متقارن توزیع شده اند.
متغیرهای هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و رضایت از زندگی رابطه معناداری دارند.

جدول ۴. ماتریس همبستگی متغیرهای رضایت از زندگی و هدفمندی بر اساس منابع اسلامی

نمره کل هدف	زیرمقیاس عاطفی	زیرمقیاس رفتاری	زیرمقیاس شناختی	رضایت از زندگی	متغیرهای تحقیق	گروه
				۱	رضایت از زندگی	دانشجویان
			۱	۰/۴۷۸**	زیرمقیاس شناختی	
		۱	۰/۸۴۰**	۰/۴۲۹**	زیرمقیاس رفتاری	
	۱	۰/۶۴۶**	۰/۵۸۵**	۰/۲۵۴**	زیرمقیاس عاطفی	
۱	۰/۷۲۲**	۰/۹۷۰**	۰/۹۳۴**	۰/۴۵۸**	نمره کل هدف	ر.د.
				۱	رضایت از زندگی	
			۱	۰/۴۳۶**	زیرمقیاس شناختی	
		۱	۰/۸۶۸**	۰/۳۸۹**	زیرمقیاس رفتاری	
	۱	۰/۶۳۵**	۰/۵۷۷**	۰/۲۳۴**	زیرمقیاس عاطفی	
۱	۰/۷۰۶**	۰/۹۷۵**	۰/۹۴۵**	۰/۴۱۶**	نمره کل هدف	

$$P < ۰/۰۱**, P < ۰/۰۵*$$

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، متغیر رضایت از زندگی، با هر سه زیرمقیاس شناختی، رفتاری و عاطفی و نمره کل متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، همبستگی مثبت و معناداری دارد. بین هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی‌های شخصیت رابطه وجود دارد.

جدول ۵. ماتریس همبستگی متغیرهای هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و مؤلفه های شخصیت

نمره کل هدف	عاطفی	رفتاری	شناختی	وظیفه شناس	سازگاری	گشودگی	بیرون گرایی	روان زنجور خودی	متغیرهای تحقیق	نوع
									روان زنجور خودی	۱
									بیرون گرایی	۱
									گشودگی	۱
									سازگاری	۱
									وظیفه شناسی	۱
									شناختی	۱
									رفتاری	۱
									عاطفی	۱
									نمره کل هدف	۱

$P < 0/01^{**}$, $P < 0/05^{*}$

همان‌طور که جدول ۵ نشان می‌دهد، نمره کل هدف با روان‌رنجورخوبی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، رابطه منفی و معناداری دارد ($r = -0/346$ ، دانشجویان $r = -0/434$ = طلاب). در جامعه دانشجویان متغیر هدف با سایر ابعاد شخصیت به جز گشودگی، رابطه مثبت و معناداری دارد، اما رابطه متغیر هدف با بُعد گشودگی، معنادار نیست. در جامعه طلاب، متغیر هدف با بُعد گشودگی از ابعاد شخصیت، رابطه منفی و معناداری دارد ($r = 0/226$)، اما رابطه این متغیر با سایر ابعاد شخصیت، مثبت و معنادار است.

بین هدفمندی بر اساس منابع اسلامی و ویژگی‌های شخصیت با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد.

جدول ۶. پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس مؤلفه‌های شخصیت و هدفمندی بر اساس منابع اسلامی

درجه	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	R	R ²
دانشجویان	رگرسیون	۸۲۰/۶۴۹	۸	۱۰۲/۵۸۱	۷/۱۹۷	۰/۰۰۰	۰/۵۴۷	۰/۲۹۹
	باقیمانده	۱۹۲۴/۱۸۸	۱۳۵	۱۴/۲۵۳				
طلاب	رگرسیون	۶۱۰/۷۳۰	۸	۷۶/۳۴۱	۶/۴۰۱	۰/۰۰۰	۰/۵۳۵	۰/۲۸۶
	باقیمانده	۱۵۲۶/۵۶۴	۱۲۸	۱۱/۹۲۶				

همان‌گونه که نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد، پیش‌بینی رضایت از زندگی پاسخ‌گویان بر اساس مؤلفه‌های شخصیت و هدفمندی بر اساس منابع اسلامی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب معنادار است. متغیرهای مذکور در گروه دانشجویان در مجموع ۲۹/۹ درصد از واریانس متغیر رضایت از زندگی پاسخ‌گویان را پیش‌بینی می‌کنند ($R^2 = 0/299$). در گروه طلاب نیز مؤلفه‌های شخصیت و هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، توانسته است متغیر رضایت از زندگی را پیش‌بینی کند. در این گروه، متغیرهای مذکور در مجموع ۲۸/۶ درصد از واریانس متغیر رضایت از زندگی پاسخ‌گویان را پیش‌بینی می‌کنند ($R^2 = 0/286$).

بحث و نتیجه گیری

یافته ها نشان می دهد متغیر رضایت از زندگی در هر دو نمونه دانشجویان و طلاب با مؤلفه روان رنجورخویی رابطه منفی و معناداری دارد ($r = 0/349$ = دانشجویان، $r = 0/363$ = طلاب). به عبارت دیگر، هر چه نمره مؤلفه روان رنجورخویی پاسخ گویان بیشتر باشد، نمره رضایت از زندگی آنها کمتر است و به عکس، پایین بودن مقدار روان رنجورخویی با مقدار بالای رضایت از زندگی همراه است. متغیر رضایت از زندگی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب با مؤلفه برون گرایی، رابطه مثبت و معناداری دارد ($r = 0/375$ = دانشجویان، $r = 0/416$ = طلاب). بنابراین می توان گفت: افرادی که در مؤلفه برون گرایی نمره بالایی داشته اند در رضایت از زندگی نیز نمره بالایی داشته اند و مقدار پایین در مؤلفه برون گرایی، با مقدار پایین در رضایت از زندگی همراه است. در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، بین دو متغیر رضایت از زندگی و مؤلفه گشودگی، رابطه معناداری وجود ندارد. در هر دو گروه دانشجویان و طلاب متغیر رضایت از زندگی با مؤلفه سازگاری، رابطه مثبت و معناداری دارد ($r = 0/179$ = دانشجویان، $r = 0/216$ = طلاب). بنابراین می توان گفت: افرادی که در مؤلفه سازگاری نمره بالایی داشته اند در رضایت از زندگی نیز نمره بالایی داشته اند و مقدار پایین در مؤلفه سازگاری، با مقدار پایین در رضایت از زندگی همراه است. متغیر رضایت از زندگی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب با مؤلفه وظیفه شناسی نیز، رابطه مثبت و معناداری دارد ($r = 0/335$ = دانشجویان، $r = 0/333$ = طلاب). بنابراین می توان گفت: افرادی که در مؤلفه وظیفه شناسی نمره بالایی داشته اند در رضایت از زندگی نیز نمره بالایی داشته اند و مقدار پایین در مؤلفه وظیفه شناسی، با مقدار پایین در رضایت از زندگی همراه است. پژوهش های دیگر، نتایج این پژوهش را تأیید می کند: در پژوهش های مختلفی، به بررسی نقش عوامل شخصیتی بر رضایت از زندگی پرداخته شده است. مروچک^۱ و اسپيرو^۲ (۲۰۰۵)، در پژوهشی نشان دادند که متغیرهای شخصیتی با رضایت از زندگی رابطه دارد. نتایج پژوهش های شیماک^۳ و همکاران (۲۰۰۴)، بیانگر آن است که رضایت از زندگی از ویژگی های شخصیتی تأثیر می پذیرد. اگرچه نتایج این تحقیقات تأثیر عوامل شخصیت بر رضایت از زندگی را تأیید می کند، اما میزان نقش هر کدام از عوامل شخصیتی در برخی پژوهش ها متفاوت است. برای مثال، جاجوهر^۴ (۲۰۰۲)،

1. Mroczek

2. Spiro

3. Schimmack

4. Judge & Heller

کیوودو و آبلا (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافته‌اند که از بین پنج عامل شخصیت، روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، وجدانی بودن و توافق‌پذیری، با رضایت از زندگی ارتباط معناداری دارند. زانگ^۲ (۲۰۱۰) نشان داد که برون‌گرایی که یکی از عوامل شخصیت است، پیش‌بین جالب توجهی در رضایت از زندگی است. منصوری و تمنایی فر در سال (۱۳۹۲) پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی را انجام دادند و نشان دادند که روان‌رنجورخویی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای رضایت از زندگی است. اما جعفری (۱۳۹۱) به بررسی رابطه شخصیت و رضایت از زندگی با میانجی‌گری رضایت شغلی در زنان شاغل پرداخته است و نتیجه گرفت که ابعاد شخصیت نمی‌تواند بر رضایت از زندگی مؤثر واقع شود و با استفاده از تحلیل‌ها رابطه عکس آنها یعنی تأثیر رابطه رضایت از زندگی بر ابعاد شخصیت به اثبات رسیده است. به نظر می‌رسد علت تغییر بین نتایج جعفری با تحقیقات گذشته که بر اهمیت نقش عوامل شخصیتی بر رضایت از زندگی تأثیر دارد، این باشد که جعفری در پایان‌نامه خود از پرسش‌نامه ۱۸ گویه‌ای توماس و همکاران (LDI) استفاده کرده است. هدف این پرسش‌نامه، سنجش میزان استرس‌های زندگی است و شامل زیرمقیاس‌های دغدغه‌های زناشویی، دغدغه‌های شغلی، فعالیت‌های خارج از خانه، خود و خانواده، رضایت از زندگی و خوش‌بینی است. درحالی‌که پرسش‌نامه رضایت از زندگی داینرو همکاران (SWLS) صرفاً میزان رضایت کلی از زندگی را در قالب ۵ گویه می‌سنجد. از سوی دیگر، بسیاری از رویکردها، شکل‌گیری و تثبیت شخصیت را در دوران کودکی می‌دانند. براین اساس، رضایت نمی‌تواند بر شخصیت تأثیر بگذارد.

یافته دیگر نشان داد در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، متغیر رضایت از زندگی، با هر سه زیرمقیاس شناختی، رفتاری و عاطفی و نمره کل متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، همبستگی مثبت و معناداری دارد. به عبارت دیگر، در هر دو گروه دانشجویان و طلاب، مقادیر بالای هر سه زیرمقیاس شناختی، رفتاری و عاطفی و نمره کل متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی با مقدار بالای رضایت از زندگی همراه است و مقادیر پایین زیرمقیاس‌های مذکور با مقدار پایین متغیر رضایت از زندگی همراه است. میزان همبستگی در دانشجویان (۰/۴۵۸) و در طلاب (۰/۴۱۶) است. این یافته با نتایجی که نشان می‌دهد

1. Quevedo & Abella

2. Zhang

افراد مذهبی، رضایت از زندگی بیشتری دارند، همخوانی دارد. یدالله پور و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند که فعالیت های مذهبی و معنوی، تا حد زیادی رضایتمندی از زندگی را افزایش می دهد. همچنین کرایدر^۱ (۱۹۸۸)، مذهب را در ایجاد رضایت از زندگی مؤثر دانست. مایرز^۲ در یک زمینه یابی گسترده روی ۳۵۰۰ نفر آمریکایی نشان داد که رابطه مثبتی بین شرکت در مراسم مذهبی و رضایت از زندگی وجود دارد. همچنین، مطالعه هادیان فرد (۱۳۸۴) نشان داد، افرادی که بر مبنای باورهای دینی عمل می کنند، احساس خوشبختی فاعلی بیشتری دارند. در پژوهش دیگری که از سوی اندریوز و ویتی^۳ (۱۹۷۶)، فوردایس^۴ (۱۹۹۷)، پاوت و داینر^۵ (۱۹۹۸) صورت گرفت، نشان دادند که نگرش مذهبی مثبت، موجب رضایت از زندگی می شود. پژوهش میدانی پولوما و پندلتون (۱۹۹۰)، این چنین نتیجه داد که در آمریکای شمالی و اروپا افراد مذهبی سطوح بالاتری از شادی و رضامندی را دارند. اگرچه نتایج کلی این تحقیقات با یکدیگر هماهنگ است، اما میزان نقش و قدرت دینداری و مذهب، در آنها یکسان نیست. برای مثال، الیسون^۶ و همکاران (۱۹۸۹) دریافتند شدت عبادت (دعاهای مکرر و احساس نزدیکی با خدا)، قوی ترین پیش بینی کننده رضایت از زندگی است، اما گرمی نوری و همکاران (۱۳۸۱)، مذهب را به عنوان سومین عامل در ایجاد رضایت از زندگی دانشجویان نشان دادند. شاید بتوان علت یکسان نبودن نقش دینداری و مذهب در رضایت از زندگی در تحقیقات مختلف را یکسان نبودن مقیاس سنجش هدفمندی، یکسان نبودن مقیاس سنجش رضایت از زندگی و تفاوت جامعه آماری دانست. اما اینکه چطور و چگونه مذهب، نقش قدرتمندی در رضایت از زندگی دارد را می توان از دیدگاه های مختلف روان شناختی و جامعه شناختی مورد بحث قرار داد. در این مورد سه دلیل در روان شناسی مورد توجه قرار گرفته است: اول اینکه، دین یک سامانه باور منسجم ایجاد می کند که موجب می شود، افراد برای زندگی معنا پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند (سلیگمن، ۲۰۰۲)؛ دوم اینکه، حضور مرتب در امور مذهبی و جزء جامعه مذهبی بودن، برای افراد حمایت اجتماعی فراهم می آورد؛ سوم اینکه، پرداختن به مذهب، اغلب با سبک زندگی جسمانی و روانی سالم تر

17. Craig, D

2. Myers

3. Andrews & Withey

4. Fordyce

5. Ellison

همراه است که مشخصه آن وفاداری زناشویی، رفتار نوع دوستانه اجتماع خواه، اعتدال در تغذیه و مصرف مشروبات و پایبندی به کار سخت است (کار، ۱۳۸۵، ص ۶۹-۷۰). یافته‌ها نشان می‌دهد در گروه دانشجویان، تنها ضریب رگرسیون مؤلفه روان رنجوری و زیرمقیاس شناختی، معنادار است. ضریب رگرسیون دو متغیر مذکور به ترتیب $\beta_1 = -0.14$ ، $\beta_2 = -0.17$ است. ضریب رگرسیون زیرمقیاس شناختی، مثبت است. بنابراین می‌توان گفت: این متغیر به صورت مستقیم با رضایت از زندگی رابطه دارد. به عبارت دیگر، با افزایش در مقدار این متغیر، میزان رضایت از زندگی دانشجویان افزایش می‌یابد و به عکس با کاهش در این متغیر، میزان رضایت از زندگی کاهش می‌یابد. اما ضریب رگرسیون مؤلفه روان رنجوری، منفی است. به عبارت دیگر، رابطه این متغیر با متغیر رضایت از زندگی معکوس است و با افزایش در مقدار این متغیر، مقدار متغیر رضایت از زندگی کاهش می‌یابد. در گروه دانشجویان، سایر مؤلفه‌های شخصیت و زیرمقیاس‌های متغیر هدفمندی بر اساس منابع اسلامی وارد مدل نشده است؛ زیرا با وجود دو متغیری که در مدل حضور دارد، این متغیرها نتوانسته‌اند سهم قابل توجهی از واریانس رضایت از زندگی را تبیین کنند.

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد، نمره کل هدف با روان رنجورخویی در هر دو گروه دانشجویان و طلاب رابطه منفی و معناداری دارد ($r = -0.346$ = دانشجویان، $r = -0.434$ = طلاب). به عبارت دیگر، افرادی که در متغیر هدف نمره بالاتری به دست آورده‌اند در متغیر روان رنجورخویی نمره پایین‌ترین کسب کرده‌اند. در جامعه دانشجویان متغیر هدف با سایر ابعاد شخصیت به جز گشودگی، رابطه مثبت و معناداری دارد، اما رابط، متغیر هدف با بُعد گشودگی، معنادار نیست. در جامعه طلاب، متغیر هدف با بُعد گشودگی از ابعاد شخصیت، رابطه منفی و معناداری دارد، اما رابطه این متغیر با سایر ابعاد شخصیت، مثبت و معنادار است. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات گذشته نیز همسو است. برای مثال، لیتل و واتکینسون^۱ (۱۹۹۲) نشان داده‌اند که روان رنجوری با بدبینی و موفقیت کم در دستیابی به اهداف شخصی در ارتباط است. روبرتس، روبینس، براد و براد^۲ (۲۰۰۰) در تحقیقاتی دریافتند که برون‌گرایی با دستیابی به اهداف و ارزش‌های مرتبط به قدرت، لذت‌جویی و تحریک ارتباط دارد. یافته‌های روبرت

1. Little & Watkinson

2. Roberts, Robins, Broad & broad

و روبینس^۱ (۲۰۰۰)، نشان می‌دهد که وظیفه‌شناسی با دستیابی به اهداف مرتبط بوده است و هرچه وظیفه‌شناسی بالاتر باشد، دستیابی به اهداف نیز بیشتر خواهد بود. همچنین رومرو، لینگو و گمز^۲ (۲۰۰۹)، نشان دادند که برون‌گراها، موفقیت‌هایشان را در دستیابی به اهدافشان تفسیر می‌کنند. کجیاف، الیاسی و مهرابی (۱۳۹۳)، رابطه بین هدف در زندگی و ویژگی‌های شخصیت را معنادار توصیف کردند. بدین معنا که افزایش هدف در زندگی، موجب افزایش نمره آزمودنی‌ها در عامل برون‌گرایی، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی می‌شود.

همان‌طوری که در این پژوهش نشان داده شد، متغیر گشودگی با رضایت از زندگی در طلاب و دانشجویان و همچنین با متغیرهای هدفمندی در جامعه دانشجویان رابطه معناداری نداشت و با متغیرهای هدفمندی در جامعه دانشجویان رابطه منفی و معناداری داشت. مؤلفه گشودگی در پرسش‌نامه نئو دارای ۶ زیرمؤلفه است که شامل تخیل، زیباشناسی، احساسات، اعمال، عقاید و ارزش‌ها می‌شود. به نظر می‌رسد دو زیرمؤلفه آخر (عقائد و ارزش‌ها) و گویه‌های مربوط به آنها به نوعی با مبانی اومانستی و نسبی‌گرایی تطبیق دارد و با مبانی فلسفی اسلامی، سازگار نیست. لذا افراد مذهبی در این دو زیرمؤلفه نمره پایینی کسب می‌کنند که این در نمره کل مؤلفه گشودگی تأثیرگذار است.

پیشنهادات پژوهشی

- پیشنهاد می‌شود محققان، جهت رفع محدودیت تعمیم‌پذیری این پژوهش، پژوهش حاضر را در جامعه‌های دیگر نیز بررسی کنند.
- پژوهشی کیفی جهت شناسایی کامل عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی از نظر منابع اسلامی انجام پذیرد.
- بسته‌ای آموزشی درمانی جهت آموزش هدفمندی بر اساس منابع اسلامی تهیه و اجرا شود تا میزان رضایت از زندگی افزایش پیدا کند.
- ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با نوع کار و حیطه فعالیت طلاب مورد پژوهش قرار گیرد.
- در پژوهش‌های دیگر علاوه بر پرسش‌نامه هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، از پرسش‌نامه جهت‌گیری مذهبی و هدفمندی به طور هم‌زمان استفاده شود.

1. Roberts & Robins

2. Romero, Villar, Luengo & Gomez-Fraguela

پیشنهادات عملی

– استفاده در کلینیک‌های درمانی جهت افزایش رضایت از زندگی مراجعین با تقویت هدفمندی بر اساس منابع اسلامی، به خصوص در مراکز مشاوره حوزوی و دانشگاهی.
 – استفاده به عنوان تأمین مبانی نظری در ساخت بسته‌های آموزشی و درمانی هدفمندی بر پایه منابع و آموزه‌های اسلامی.

محدودیت‌های پژوهشی

– با توجه به حجم بالای مراکز حوزوی و دانشگاهی، امکان نمونه‌گیری از همه آنها فراهم نبود.
 – پرسش‌نامه سنجش رضایت از زندگی بر اساس منابع اسلامی تهیه و تدوین نشده بود.
 – با توجه به استفاده از سه پرسش‌نامه و تعداد سوالات زیاد، امکان استفاده از آزمون‌های دیگر نبود.

منابع

- اتکینسون، ریتا ال و ریچارد سی اتکینسون، ادوارد ای اسمیت، داریل جو هوکسما، سوزان نولن (۱۳۹۳)، زمینه روان‌شناسی هیلگارد، ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران، چ بیستم، تهران، رشد.
- بیرامی، منصور و حسین قلی‌زاده (۱۳۹۰)، «عامل‌های شخصیتی به عنوان پیش‌بینی‌کننده افسردگی و رضایت از زندگی»، مجله پزشکی ارومیه، دوره بیست و دوم، ش ۲، ص ۹۸-۹۲.
- تمنائی‌فر، محمدرضا و اعظم منصوری‌نیک (۱۳۹۲)، «پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی»، پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، سال هشتم، ش ۲۹، ص ۷۲-۹۲.
- جعفری، فاطمه (۱۳۹۱)، بررسی رابطه شخصیت و رضایت از زندگی با میانجی‌گری رضایت‌شغلی در زنان شاغل ادارات دولتی شهرستان سمنان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه سمنان، چاپ نشده.
- سانقی، عطیه و خدابخش احمدی (۱۳۹۵)، «اثر بخشی آموزش اهداف زندگی (مبتنی بر مدل سبک زندگی) بر انگیزش تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان»، روان‌شناسی مدرسه، دوره پنجم، ش ۳، ص ۷۸-۹۹.
- شیخ‌الاسلامی، زیبا و عبدالهادی مسعودی (۱۳۹۴)، «هدف صحیح زندگی از منظر قرآن و حدیث»، کتاب و سنت، ش ۶، ص ۲۸-۷.
- فتحی‌آشتیانی، علی و محبوبه داستانی (۱۳۹۳)، آزمون‌های روان‌شناختی ارزشیابی شخصیت و سلامت روانی، چ دوازدهم، تهران، بعثت.
- قاسمی، سلمان (۱۳۹۵)، ساخت و هنجاریابی مقیاس رضایت از زندگی از منظر اسلام بر اساس نظریه خیرباوری، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، قم، دانشگاه قرآن و حدیث.

- کار، الان (۱۳۸۷)، «روان شناسی مثبت، علم شادمانی و نیرومندی های انسان»، ترجمه حسن پاشاشریفی و جعفر نجفی زند با همکاری باقر ثنائی، چ دوم، تهران، سخن.
- کرمی نوری، رضا و آذرخش مکرمی، محمد محمدی فر، اسماعیل بیزدانی (۱۳۸۱)، «مطالعه عوامل مؤثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان دانشگاه تهران»، روان شناسی و علوم تربیتی، سال سی و دوم، ش ۱، ص ۴۱۳.
- کلانتری، مهرداد و مریم اسماعیلی (۱۳۹۴)، «الگوی تحول در روان شناسی»، مطالعات تحول در علوم انسانی، سال سوم، ش ۴، ص ۱۱۹-۱۴.
- کلانی، نیلوفر و روشنگر خدابخش پیرکلانی، و مهرانگیز بیوسته گر (۱۳۹۳)، «رابطه رضایت از زندگی و عوامل برون گرایی شخصیت در آزمون های نئو و آیزنگ در دانشجویان رشته های مختلف دانشگاه های تهران»، مطالعات روان شناختی، دوره دهم، ش ۴، ص ۱۰۱-۱۱۷.
- کیانی، فریدون و افشین خلیلی (۱۳۹۴)، «ضرورت وجود هدف در زندگی از منظر قرآن و اسلام»، چهارمین کنفرانس بین المللی روان شناسی و علوم اجتماعی، تهران، همایشگران مهر اشراق.
- محمودیان، حسن و هادی صفریان، حسین هاشم زاده واعظ، سید عبدالله میرمحمد تبار، شیرین رضوانی فر (۱۳۹۴)، «بررسی رابطه جهت گیری زندگی و اهداف پیشرفت با رضایت از زندگی دانشجویان»، روان شناسی تربیتی، دوره یازدهم، ش ۳۵، ص ۱۲۳-۱۳۵.
- نجفی، محمود و شاهرخ مکوند حسینی، محمدعلی محمدی فر، مریم رستمی (۱۳۹۴)، «رابطه اهداف زندگی و ویژگی های شخصیتی با بهزیستی ذهنی بزرگسالان»، اصول بهداشت روانی، ش ۶۹، ص ۳۲۵-۳۳۳.
- هادیان فرد، حبیب (۱۳۸۴)، «احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت های مذهبی در گروهی از مسلمانان»، روان پزشکی و روان شناسی بالینی ایران، ش ۴۱، ص ۲۲۴-۲۳۲.
- الیاسی، زهرا و حسینعلی مهرابی، محمدباقر کجباف (۱۳۹۳)، «بررسی رابطه بین سبک زندگی، هدف در زندگی، ویژگی های شخصیتی و ویژگی های جمعیت شناختی با سلامت روان در زنان شهر اصفهان»، همایش ملی جایگاه و نقش زنان در مدیریت جهانی.
- یدالله پور، محمد هادی و رمضان حسن زاده، و مهناز فاضلی کبریا (۱۳۹۲)، «بررسی تطبیقی «بهبود کیفیت زندگی» از منظر اسلام و روان شناسان مثبت گرا»، دین و سلامت، دوره اول، ش ۱، ص ۷۲-۸۱.
- Diener, E, Suh, E.M, Lucas, R.E, Smith, H.E (1999), Three Decades of Progress, Psychological Bulletin, Subjective WellBeing, 125, p. 276-302.
- Gudelach, p, kreine, S (2004), Happiness and life satisfaction, cultural research Cross.
- Kendall Cotton Bronka, Patrick L & Hillb, Daniel K (2009), Lapsleyb, Tasneem L. Taliba and Holmes Fincha, Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. Journal of Positive Psychology, v. 4, p. 500-510.
- Little BR, Lecci L, Watkinson B (1992), Personality and personal projects. Linking big five and PAC units of analysis, 60, p. 502-525.
- Lucas RE, Diener E, Suh E (1996), Discriminant validity of well-being measures, Journal of

personality and Social Psychology, v. 71, p. 616–628.

- Maltaby J, Day L, Mccutcheon LE, Gillett R, Houran J, Ashe DD (2004), Personality and coping: A context for examining celebrity worship and mental health, British Journal of Psychology, v. 95, p. 411–428.
- Mroczek, Daniel K, Spiro, Avron (2005), Change in life satisfaction during adulthood: findings from the veterans affairs normative aging study, Journal of Personality and Social Psychology, v. 88, n. 1, p. 189–202.
- Quevedo, R.J.M, Abella, M.C (2011), Well-being and Personality: Facetlevel Analyses, Personality and Individual Differences, v. 50, p. 206–211.
- Roberts BW, Robins RW (2000), Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits and major life goals, Pers Soc Psychol Bull, v. 26, p. 1284–1296.
- Romero E, Villar P, Luengo MA, Gomez-Fraguela JA (2009), Traits, personal strivings and well-being, J Res Pers, v. 43, p. 535–546.
- Seligman, M. P (2003), Positive psychology: Fundamental assumption, The psychologist, v. 16, p. 126–127.
- Suldo, S. M, Minch, a.D, Hearon B (2015), Journal of Happiness Studies, v. 16, Issue 4, p. 965–983.