

به منظور بررسی رابطه بین عزت نفس و اعتقادات دینی با سازگاری دانش آموزان متوسطه شهر تهران، تعداد ۲۷۷ دانش آموز دوره متوسطه شهر تهرت (۱۱۴ پسر و ۱۱۳ دختر) از ۴ منطقه شهر تهران (مناطق ۳، ۷، ۱۰ و ۱۵) به صورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل سه پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت، پرسشنامه سازگاری برای دانش آموزان دبیرستانی و پرسشنامه نگرش مذهبی درونی- بیرونی آلپورت بود. برای مقایسه دو گروه دختر و پسر از آزمون t مستقل و برای تجزیه و تحلیل اده ها از روش همبستگی پیرسون استفاده شد.

نتایج نشان داد بین عزت نفس دانش آموزان و سازگاری آنها رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین نگرش مذهبی درونی و سازگاری عاطفی رابطه معناداری وجود داشت. رابطه بین نگرش مذهبی بیرونی و سازگاری عاطفی، سازگاری آ-وزشی و سازگاری کلی دانش آموزان به صورت منفی و معنادار بود. بین اعتقادات دینی و عزت نفس دانش آموزان رابطه ای یافت نشد.

سازگاری^۱ یکی از مفاهیم روان‌شناختی است که برای رشد و بالندگی فردی و اجتماعی اعضاء هر جامعه ای، ضروری و انکار ناپذیر می باشد. سازگاری یکی مفهوم عام است و به همه راهبردهایی که فرد برای اداره کردن موقعیت های استرس زای زندگی، اعم از تهدیدهای واقعی یا غیر واقعی به کار می برد گفته می شود. سازگاری دو کنش اصلی دارد. هنگامی که با یک مشکک مقاله می شود «سازگاری مساله محور و هنگامی که در راستای آرام سازی حالت های هیجانی تلاش می شود «سازگاری هیجان محور نام می گیرد. کآآمدی سازگاری در زمینه بافت یا شرایط موجود معنی دار می شود. در رویارویی با فشارهای روانی ناشی از مسائل شغلی یا اقتصادیف شیوه هایی که فاصله فرد را از مشکل زیاد می کنند موثرترند و در رویارویی با مشکلات ناشی از ارتباط میان فردی، شیوه هایی که فرد را بیشتر درگیری مشکلات می کنند، کار آیی بیشتری دارند (فولکمن و لازاروس^۲، ۱۹۸۵).

تفاوت در منابع سازگاری افراد به تاریخچه زندگی فردی، رشد شناختی و اجتماعی، تجربه پیشین استرس، سیستم انگیزش، باورها، ساخت و حساسیت گیرنده ها بستگی دارد (استرلا^۳، ۱۹۹۷؛ به نقل از صالحی، افخم و ابراهیم و ربیعی، ۱۳۸۲).

-
1. Adjustment
 2. Folkman, S. & Lazarus, R.
 3. Sterla

سازگاری و هماهنگ شدن با خود و محیط پیرامون خود برای هر موجود زنده یک ضرورت حیاتی است. تلاش روزمره همه آدمیان حول محور همین سازگاری دور می‌زند و هر انسان، هشیارانه یا ناهشیارانه می‌کوشد نیازهای متنوع خود را در محیطی که در آن زندگی می‌کند، برآورده سازد. نکته‌ای که اهمیت دارد این است که فرد از راههای درست برای رسیدن به سازگاری استفاده کند. یکی از راههای رسیدن به سازگاری افزایش عزت نفس^۴ است. مزلو^۵ معتقد است وقتی احساس احترام درونی کنیم و یا به خود احترام بگذاریم، احساس ایمنی درونی و اعتماد به خویش می‌یابیم و خود را ارزشمند و شایسته احساس می‌کنیم و زمانی که فاقد احترام به خود باشیم در مقابله با زندگی احساس حقارت و ناتوانی خواهیم کرد و برای دستیابی به احساس احترام به خود باید خویشتن را خوب بشناسیم و بتوانیم فضایل و همچنین نقاط ضعفمان را به روشنی و دقت تشخیص دهیم (مظاهری، ۱۳۸۵).

به غیر از عزت نفس که در سازگاری افراد موثر است، عوامل متعدد دیگری نیز در این زمینه نقش دارند که از میان آنها می‌توان به اعتقادات دینی و باورهای مذهبی اشاره نمود. بررسی‌های انجام شده در زمینه باورهای مذهبی نشان دهنده تأثیر عمیق این باورها در تمامی جنبه‌های زندگی افراد، از جمله دور نگه داشتن آنها از مواد مخدر و الکل است. باورهای مذهبی قوی سبب می‌شود افراد کمتر در معرض فشارهای روانی قرار گیرند، کمتر دچار افسردگی شوند، کمتر به بزه‌کاری روی آورند و طلاق در خانواده‌های آنان کمتر رخ دهد. وجود این باورها نیز احتمال اقدام به خودکشی را در بین پیروان واقعی ادیان الهی تا سطح چشمگیری کاهش می‌دهد (غباری بناب، ۱۳۷۴).

به نظر می‌رسد ادیان و مذاهب، آموزه‌هایی را به پیروانشان ارائه می‌کنند که با توجه به میزان تعهد و عمل به این آموزه‌ها می‌توانند در کاهش یا افزایش فشارزایی رویدادهای زندگی و اثرات روان‌شناختی این رویدادها نقش داشته باشند (بیرشک، ۱۳۸۰).

به طور کلی محبوبیت مذهب در بین مردم جهان در حال افزایش است. نقش مذهب و عقاید مذهبی در بیماری و سلامت در سالهای اخیر توجه زیادی را به خود جلب نموده است و تا اندازه‌ای نشان می‌دهد که مذهب و اعتقادات مذهبی در آینده نزدیک، بخشی از الگوی زیستی- روانی- اجتماعی سلامت و بیماری می‌شود.

4. Self-esteem
5. Maslow, A.

همچنین مشخص شده است که عقاید مذهبی، اعتقادات روحانی، نماز و دعا خواندن و انجام اعمالی به خاطر خداوند مثل روزه گرفتن و یا کمک و توجه به فقرا اثرات بسیار مثبتی بر بهداشت روانی و جسمانی دارد (رحیمیان بوگر، ۱۳۸۶ به نقل از آرگیل، ۲۰۰۰).

اگرچه در نیمه نخست قرن بیستم، تا حدی به دلیل توجه به آراء افرادی چون فروید، یک فضای منفی و بدبینانه در مورد دین وجود داشت، اما امروزه دیدگاه وی درباره دین، در محافل علمی و دانشگاهی چندان مورد اعتنا قرار نمی گیرد و به آراء روان شناسانی که دید مثبتی به دین دارند همانند ویلیام جیمز^۶، یونگ^۷ و آلپورت^۸ بیشتر پرداخته می شود. در سالهای اخیر نیز دین و باورهای دینی توجه بسیاری از روان شناسان و جامعه شناسان را به خود جلب کرده است، به طوری که مثلاً در انجمن روان شناسی آمریکا، امروزه بخش مستقلی به روان شناسی دین اختصاص یافته است و نشریات علمی، پایگاه های اینترنتی و همایش های مستقل ویژه ای به این موضوع می پردازند و توجه به آن، به گونه ای افزایش یافته است که به عنوان یک درس رسمی در بسیاری از دانشگاه های معتبر دنیا جایگاه خود را یافته است و حتی در برخی از مؤسسات علمی، رشته ای تخصصی به شمار می آید (آذربایجانی و موسوی اصل، ۱۳۸۵).

6. James, W.
7. Jung, C. G.
8. Allport, G.