

The role of the attitude and practical commitment to prayer in predicting the family efficiency and the satisfaction of being a parent

Ahmad Movahhed
Payame Noor University

Zohreh Abbasi*

Psychology and Education of Exceptional Children

Faezeh Jahani,

Fatemeh Sadat Hosseini &

Zahra Eslamipoor

General Psychology

Abstract: The family is a human-producing organization, the origin of other social institutions, and the basic pillar of every Society. Spirituality is one of the factors that play a vital and important role in the multilateral health of family members. this study aimed to investigate the role of the dimensions of attitude and practical commitment to prayer in predicting the family efficiency and the satisfaction of being a parent in the staff of Quyen. This research is a descriptive-correlative study. The statistical population of this study was the staff of Qayen, among which 250 (57 women and 193 men) employees were selected by random sampling. The measurements were Questionnaire of Attitude and Practical Commitment to Prayer, Questionnaire of Family Efficiency(S.FEQI), and Kansas Parental Satisfaction Scale(KPSS). The results showed that there is a positive and significant relationship between the dimensions of attitude and practical commitment to prayer whit family efficiency and satisfaction of being a parent. The results of the regression analysis showed that among the dimensions of attitude to prayer, the dimension of "the presence of heart while praying" can predict family efficiency and satisfaction of being a parent. It can be concluded that the implementation of divine precepts whit the presence of heart is associated with family efficiency and the satisfaction of being a parent. This emphasizes the importance of prayer in human life and this is a strong cognitive and scientific justification for individuals to have a positive attitude towards prayer and to need to perform it. According to the results of this study, it is suggested that with more attention to the Islamic lifestyle and the strengthening of religious beliefs attempts to have a better and more satisfying life.

Keywords: Attitude to prayer, practical commitment to prayer, family efficiency, parental satisfaction

z.abasi29@gmail.com

* نویسنده مسوول: خراسان جنوبی، قاین، بلوار دانشگاه، دانشگاه پیام نور مرکز قاین . پست الکترونیکی:

Received: 30 Apr 2020

Accepted: 31 Jul 2020

پذیرش: ۱۳۹۹/۰۵/۱۰

دریافت: ۱۳۹۹/۰۲/۱۱

نقش ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز در پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن

احمد موحد

دانشگاه پیام نور

زهره عباسی

روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی

فائزه جهانی،

فاطمه سادات حسینی و

زهره اسلامی‌پور

روانشناسی عمومی

چکیده: نهاد خانواده، مولد نیروی انسانی و معبر سایر نهادهای اجتماعی و رکن اصلی هر جامعه به‌شمار می‌رود و معنویت از بسترهایی است که نقش اساسی و مهم در سلامت همه‌جانبه اعضای خانواده ایفا می‌کند. هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز در پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن کارمندان ادارات دولتی شهر قاین بود. این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، کلیه کارمندان اداره‌های دولتی شهر قاین بودند که از میان آنها ۲۵۰ کارمند (۵۷ نفر زن و ۱۹۳ نفر مرد) انتخاب شدند. با استفاده از پرسشنامه نگرش و التزام عملی به نماز، پرسشنامه کارآمدی خانواده (S.FEQI) و رضایت والدینی کانزاس (KPSS) اطلاعات لازم جمع‌آوری شد. یافته‌های پژوهش نشان داد بین ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز (اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی، توجه و عمل به مستحبات، التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز، مراقبت و حضور قلب در نماز) با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن رابطه وجود دارد. علاوه بر این تحلیل رگرسیون نشان داد، از بین ابعاد نگرش به نماز، بُعد مراقبت و حضور قلب در نماز، توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن را دارد. بنابراین اجرای احکام الهی با حضور قلب با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن مرتبط بوده و این تأکید بر اهمیت نماز در زندگی انسان‌ها و توجیه شناختی و علمی قوی برای نگرش مثبت نسبت به نماز و لزوم انجام این فریضه پربرکت برای افراد است. با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود با تأکید بیشتر بر سبک زندگی اسلامی، بحث و تبادل نظر در مورد ارائه و کاربرد آن و تقویت مؤلفه‌هایی همچون اعتقادهای مذهبی، جهت داشتن زندگی بهتر و رضایت‌بخش اقدام شود.

واژه‌های کلیدی: نگرش به نماز، التزام عملی به نماز، کارآمدی خانواده، رضایت از والد بودن

مقدمه

خانواده^۱ یکی از نظام‌های اولیه جوامع بشری است که با وجود تحولات اساسی، در اهداف و کارکردهای خود ثابت مانده است و در همه جوامع اهمیت اساسی دارد (کاظمیان‌مقدم، مهرابی‌زاده‌هنرمند، کیامنش و حسینیان، ۱۳۹۵). خانواده جزء نهادهای هر جامعه‌ای محسوب می‌شود و هر چه بادوام‌تر باشد جامعه نیز از سلامت و ثبات بیشتری برخوردار خواهد بود. در واقع در صورتی که خانواده از کارکرد سالم‌تری برخوردار باشد، جامعه نیز از سلامت و ثبات بیشتری برخوردار خواهد بود (آرفایی، محمدی و سهرابی^۲، ۲۰۱۳؛ نظیر، سعید، سهیل، شر، ازهر و صفدر^۳، ۲۰۰۹؛ به نقل از موسوی، پورشریف، رضائی و قاسمی جوبنه، ۱۳۹۷). یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار بر افزایش سلامت یک خانواده رضایتی است که زوج‌ها از یکدیگر دارند. در صورتی که زوجین از یکدیگر رضایت داشته باشند، می‌توان گفت که خانواده نیز از عملکرد بهتری برخوردار خواهد بود (موسوی^۴، ۲۰۱۲؛ به نقل از موسوی و همکاران، ۱۳۹۷). صاحب‌نظران تعلیم و تربیت، نهاد خانواده را مؤثرترین نهاد برای آموزش و پرورش غیر رسمی و اولین فضای مساعد برای ایجاد عادات و مناسبات تربیتی می‌دانند. چون خانواده اولین کانونی است که فرد در آن قرار می‌گیرد، اهمیت قابل توجهی دارد. فرد نخستین تأثیرات محیطی را از خانواده دریافت می‌کند تا جایی که حتی تأثیرپذیری فرد از سایر محیط‌ها می‌تواند نشأت گرفته از محیط خانواده باشد. خانواده پایه‌گذار بخش مهمی از سرنوشت انسان است و در تعیین سبک و خط‌مشی زندگی آینده، اخلاق، سلامت و عملکرد افراد در آینده نقش بزرگی دارد (داماس^۵، ۲۰۱۴؛ به نقل از پولادی، جهانبخش و محمدی، ۱۳۹۷).

در نگاه تعالیم سازنده اسلام، خانواده کانونی مقدّس، مبارک و مورد رضایت حق تعالی تلقی شده و مورد ستایش و تمجید خداوند متعال قرار گرفته است (پناهی، ۱۳۸۷). پیامبر گرامی صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرمایند: «در اسلام هیچ

بنیانی پیش خداوند محبوب‌تر و ارزشمندتر از بنیان تشکیل خانواده و بنیان ازدواج نیست»^۶.

اهمیت و ضرورت نهاد خانواده و ازدواج بر کسی پوشیده نیست، حال آنکه با توجه به مقتضیات فرهنگی-اجتماعی جامعه ایران و توجه ویژه اسلام به ازدواج^۷، این موضوع اهمیت بیشتری دارد. در آموزه‌های اسلام توصیه‌های بسیاری در مورد ساختار خانواده و نحوه روابط اعضای آن و رفتارهای تسهیل‌کننده و روش‌های افزایش سلامت اعضا و کارایی کل خانواده دیده می‌شود (قشلاقی، علیوندی‌وفا، اسماعیل‌پور و آزموه، ۱۳۹۸).

خانواده همچون آینه‌ای، عناصر اصلی جامعه را در بر دارد و به عنوان مهم‌ترین نظام در جوامع بشری، منظومه‌ای مناسب برای تأمین تمام نیازهای اعضا و بستر مناسبی برای پرورش نسلی سالم، کارآمد، معتقد به ارزش‌ها و زمینه ساز تأمین نیازهای اساسی بشر است. در سال‌های اخیر، نظام خانواده به علت تحولات فرهنگی، اجتماعی، صنعتی، علمی و ارزشی با مشکلات و چالش‌های متعددی روبرو شده است. تزلزل بسیاری از سنت‌ها، اخلاقیات، آداب و باورهایی که عامل تقویت، استحکام و تعادل خانواده بوده، به صورت جدی، کارآمدی خانواده^۸ را تهدید کرده است، در حالی که می‌توان گفت تحقق جامعه سالم و کارآمد در پرتو خانواده سالم و کارآمد امکان‌پذیر است (هوشیاری، تقیان و صفورایی‌پاریزی، ۱۳۹۵). کارآمدی به معنای موفقیت در اهداف و کارکردها بر اساس امکانات و محدودیت‌ها معنا شده است (فضاحت، ۱۳۹۱). اشکال در کارکردهای خانواده^۹ منظومه آن را مختل و در صورت تشدید، خانواده را به سمت فروپاشی سوق می‌دهد (نوابی‌نژاد، ۱۳۷۸).

کارکردها و کارآمدی خانواده، کانون توجه آموزه‌های دینی است؛ چراکه با تحکیم و تقویت خانواده رابطه متقابل دارد. به گونه‌ای که هرگاه کارکردهای خانواده در راستای قوانین اسلام تقویت شوند، به تحکیم خانواده منجر می‌شود (هوشیاری و صفورایی‌پاریزی، ۱۳۹۴). کارآمدی خانواده، به معنای پایبندی اعضای آن به اعتقادات دینی و رعایت حقوق و اخلاق اسلامی است این امر، زمینه پرورش قابلیت‌ها و توانایی‌های

۶. بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲.

7. marriage
8. family efficiency
9. family functions

1. family
2. Arfaie, A., Mohammadi, A., & Sohrabi,
3. Nazir, S., Saeed, S., Sohail, M., Sher, F., Azhar, Z., & Safdar, M.
4. Moosavi, S.F.
5. Damas, E. j.

چشم‌هایند^{۱۲}». در برخی تعابیر آمده است که فرزند داشتن مایه خوش بختی خانواده است و از سعادت افراد این است که فرزند یا فرزندان داشته باشند که در اخلاق و رفتار و شکل ظاهری شبیه آن‌ها باشد.^{۱۳}

در آموزه‌های دینی از فرزند با تعبیری چون گلی از گل‌های بهشت^{۱۴}، بهترین نعمت^{۱۵}، باعث خیر و برکت^{۱۶} و ... یاد شده است (به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). فرزند، صفا و صمیمیت خاصی به خانواده می‌بخشد و چون محبوب پدر و مادر است، هر دو به او دل بسته می‌شوند. سیره عملی و فرمایشات و احادیث پیشوایان معصوم علیهم السلام نیز حاکی از اهمیت هم بازی شدن با کودک و شور و نشاط حاصل از آن است.

تولد فرزندان در محیط خانه احساس مفید و نتیجه داشتن را برای والدین در پی دارد. هدف از تشکیل خانواده، آرامش‌روانی^{۱۷} و تولید نسل^{۱۸} است. این هدف است که ما را به جلو می‌برد و به ما انرژی می‌دهد. زندگی هدف‌مند مستلزم پربار بودن است. باید شایستگی خود را ثابت کنیم. داشتن فرزند با احساس شایستگی و مثمر ثمری بودن در ارتباط است. به همین دلیل است که داشتن فرزند در روایات به ثمره وجود والدین تعبیر شده است^{۱۹}.

فرزند مهم‌ترین بازو و ابتدایی‌ترین وسیله در خدمت جامعه انسانی جهت برآورده کردن احتیاجات حیاتی به شمار می‌رود (علامه طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۲۰، ص ۳۳) خداوند متعال اعطای فرزند و امداد به وسیله آن را نوعی ریزش دائمی روزی و رحمتی برای خلق می‌شمرد و آن را پاداش استغفار و آموزش خواستن قرار می‌دهد.^{۲۰} اعطای فرزند به انسان گاهی امداد الهی است همانگونه که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: از پروردگار خود آموزش بخواهید که

۱۲. منابع فقه شیعه (ترجمه جامع احادیث الشیعه)، جلد ۲۶، ص ۶۳۱

۱۳. وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۳۵۶

۱۴. مستدرک الوسائل، جلد ۱۵، ص ۱۱۳.

۱۵. همان، ص ۱۱۲

۱۶. کنز العمال، جلد ۱۶، ص ۲۸۱.

17. mental relaxation

18. reproduction

۱۹. کنز العمال، جلد ۱۶، ص ۴۵۷.

۲۰. نهج البلاغه، خ ۱۴۳.

آنان را در ابعاد شناختی^۱، عاطفی^۲ و رفتاری^۳ فراهم می‌کند (صفورایی پاریزی، ۱۳۸۸). کارآمدی خانواده شامل روابط محبت آمیز، احترام و تکریم، ایفای نقش^۴ و انجام وظایف مشخص اعضاء، مدارا^۵ و انعطاف‌پذیری^۶ نسبت به همدیگر، صبر در مشکلات، آرام‌بخشی و ارتقای معنوی همدیگر می‌شود (صفورایی پاریزی، ۱۳۸۸). چنین رفتاری در خانواده پدید نمی‌آید، مگر آنکه بنیادهای اعتقادی^۷ و بینشی^۸ پایدار فراهم شود. پشتوانه محکم برای ویژگی‌های فوق دارا بودن ایمان به خداوند متعال است که رفتار فرد را در جهت مطلوب سامان می‌دهد. همیشه اعتقادات دینی^۹ مهمترین حامی خانواده بوده و به تشکیل و تداوم خانواده کمک کرده است. آموزه‌ها و اعتقادات دینی زمینه رضایت‌مندی خانواده^{۱۰} را فراهم نموده و امکان رشد و بالندگی آن را مهیا ساخته است (محمدی، احمدی، اعتمادی، فاتحی‌زاده و عابدی، ۱۳۹۲).

پژوهشگران بر این نکته تأکید می‌ورزند که هر خانواده در محیط تغییر به سر می‌برد و مراحل انتقال اصلی، مراحل کلی و جهان شمول هستند. اینکه خانواده تا چه اندازه به سلامت از یک مرحله به مرحله دیگر وارد می‌شود. تأثیر بسزایی بر توانایی آن خانواده در مرحله بعدی خواهد داشت. یکی از این تکالیف، ورود به مرحله والدینی^{۱۱} است که از مهمترین وظایفی است که لازم است برای این تغییرات و ایفای نقش جدید، آمادگی داشته و با آن سازگار شوند (جهان بخشی، یوسفی و کشاورز افشار، ۱۳۹۳).

با نگاه به آموزه‌های دینی فرزندان می‌توانند تأثیرات مثبت و سازنده در زندگی والدین داشته باشند. از نظر اسلام، فرزندان از ارکان مهم خانواده محسوب می‌شوند. در کلمات و سیره ائمه (علیهم السلام) نگرش مثبت نسبت به فرزند وجود دارد. در روایات به فرزندآوری توصیه جدی شده است. حضرت محمد (ص) می‌فرماید: «فرزندان میوه دل‌ها و نور

1. cognitive
2. emotional
3. behavioral
4. role play
5. tolerance
6. flexibility
7. religious bases
8. conceptual bases
9. religious beliefs
10. family satisfaction
11. parenthood

و ویلسون (۲۰۲۰) نشان می‌دهد بزرگسالان متأهلی^{۱۴} که وقت بیشتری را به نماز^{۱۵} اختصاص داده و حداقل در هفته تجربه یک بار عبادت خانوادگی^{۱۶} را دارند، سطح بالاتری از رضایت از رابطه^{۱۷}، سازگاری عاطفی^{۱۸} و رضایت از نحوه حل تعارضها^{۱۹} را تجربه می‌کنند. این یافته‌ها تأثیر قابل توجه نماز و عبادت خانوادگی را بر رضایت از رابطه و عملکرد نشان می‌دهد.

از نظر لافکادیو هرن^{۲۰} پدر یا مادر بودن پر احساس‌ترین تجربه انسان است. هیچ کس تا وقتی بچه‌دار نشده و او را عاشقانه دوست نداشته است، نمی‌تواند معنای واقعی زندگی را درک کند. نبود فرزندی در خانواده‌ها فضایی خالی به وجود می‌آورد و باعث تضاد می‌شود (به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). از این رو، روانشناسانی مانند ماکسول و مونت‌گمری (۱۹۶۹)، فیلدمن^{۲۱} (۱۹۷۱) و راسل^{۲۲} (۱۹۷۴) به آثار وجودی فرزندان در خانواده اشاره کرده‌اند و معتقدند فرزندان می‌توانند در زندگی والدین تأثیرات مثبت و سازنده‌ای بگذارند (به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). یافته‌های پژوهشی و مشاهده‌های بالینی حاکی است که نبودن فرزند در محیط خانواده یکی از عوامل ناپایداری زندگی مشترک است (فرجاد، ۱۳۷۲؛ به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). و پژوهش‌های انجام شده در ایران نشان می‌دهد که خانواده‌های بی‌فرزند، بیش از هر خانواده دیگری در معرض فروپاشی قرار دارند (ساروخانی، ۱۳۷۲؛ به نقل از پناهی، ۱۳۹۵).

آموزش‌ها^{۲۳} و درمان‌های معنوی^{۲۴} در سلامت افراد و خانواده‌ها مؤثر است و معنویت^{۲۵}، بخش مهمی از زندگی انسان‌ها در فرهنگ و قومیت‌های مختلف به شمار می‌رود و تأثیر بسزایی بر سلامت و بهزیستی^{۲۶} افراد و خانواده‌ها دارد (محمدی و همکاران، ۱۳۹۲). قرآن کریم می‌فرماید: ای

آمرزنده است، برکات خود را از آسمان بر شما فرو می‌بارد و با بخشش اموال فراوان و فرزندان شما را یاری می‌دهد و باغستان‌ها و نه‌های پرآب در اختیار شما می‌گذارد.

با تحلیل روان‌شناختی می‌توان ادعا کرد همان‌گونه که برخوردار از نعمت و امکانات گسترده، باعث شادی و رضایت خاطر است، فرزند صالح^۱ نیز باعث رضایت و سرور اعضای خانواده است. در خانواده‌ای که رضایت‌مندی و لذت‌بری وجود داشته باشد، پایداری و استحکام وجود دارد و دلیلی برای سردی و ناپایداری وجود نخواهد داشت (پناهی، ۱۳۹۵).

پژوهش‌های تجربی نیز نشان می‌دهد که اندیشه فرزندآوری یکی از فرایندهای زیربنایی در تحکیم و رضایت‌مندی خانواده است. ماکسول و مونت‌گمری^۲ (۱۹۶)؛ به نقل از پناهی، ۱۳۹۵) در بررسی‌های خود نشان دادند که اندیشه فرزندآوری در ایجاد آرامش و استواری و کارآمدی خانواده تأثیر زیادی دارد. دانشمندانی چون فرویل^۳، پی‌بادی^۴، مونته‌سوری^۵، از جمله افرادی هستند که بر اهمیت نقش فرزند در پایداری خانواده تأکید کرده‌اند (برنارد^۶، ۱۳۶۹؛ به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). برخی از روانشناسان در خانواده درمانی ساخت‌نگر^۷ و سیستمی^۸ نیز به نقش فرزند در پایداری و رضایت‌مندی خانواده اشاره کرده‌اند (جونز^۹، ۱۳۷۸؛ به نقل از پناهی، ۱۳۹۵). در مطالعه هاسون‌اوهایون، بن‌پازی، سیلبرگ، پیجنبرگ، گلدزویگ (۲۰۱۹) که به بررسی ارتباط بین رضایت زناشویی^{۱۰}، رضایت والدینی^{۱۱}، کارآیی والدین^{۱۲} و احساس مسئولیت خانواده^{۱۳} در بین والدین کودکان ۵ تا ۱۳ ساله دارای اختلالات روانی می‌پردازد، نتایج از نقش واسطه‌ای رضایت والدینی پشتیبانی کردند. نتایج پژوهش لیستر، سیبرت، چانس، هولت، ویلسون

14. married adults
15. prayer
16. family worship
17. relationship satisfaction
18. emotional attunement
19. conflicts
20. Lafcadio Hearn, P.
21. Feldman, H.
22. Russell, C.
23. spiritual education
24. spirituality therapy
25. spirituality
26. well-being

1. righteous child
2. Maxwell, J. W., & Montgomery, J. E.
3. Froebel, F.
4. Peabody, E.
5. Montessori, M.
6. Bernard, S.
7. structural family therapy
8. systematic family therapy
9. Jones, E.
10. marital satisfaction
11. parental satisfaction
12. parental efficacy
13. family burden

توانایی‌ها و نیازهای انسان در کنار هدف خلقت و هدایت تشریحی^۹ او را به سوی کمال^{۱۰} رهنمون شده و عبودیت به معنای واقعی در نماز تحقق می‌یابد (سعیدیان جزئی، ۱۳۹۶).

نماز در فرهنگ اسلامی ما از مهم‌ترین فرایض دینی و از ضروریات دین مقدس اسلام، نقطه اوج عبادات، عمود دین و مرز بین کفر و ایمان، وسیله قرب الهی و تکامل انسان است. اهمیت و آثار تربیتی نماز آن قدر زیاد است که واژه صلوه و مشتقات آن بیش از ۹۸ بار در قرآن آمده است و این بیانگر آن است که این عبادت مهم ملازم با اسلام بوده و اولین فریضه‌ای است که پیامبر اکرم (ص) به مردم ابلاغ کرده و آخرین فریضه‌ای است که تا هنگام مرگ از انسان ساقط نمی‌شود. قرآن و روایات نماز را وسیله کمک به مؤمنان در هنگام مشکلات^{۱۱}؛ بازدارنده مؤمنان از کارهای زشت^{۱۲}؛ وسیله رستگاری^{۱۳}؛ مایه آرامش و امنیت قلوب مؤمنان^{۱۴} می‌داند. به طور کلی اهمیت نماز در فرهنگ اسلامی و نقش تربیتی و معنوی و اجتماعی آن در بین مسلمانان عنصری روشن و بدیهی است لذا تأثیری که توسعه فرهنگ نماز می‌تواند در شخصیت و شیوه‌های رفتاری، مناسبات زندگی و فرهنگ عمومی جامعه کنونی به جا بگذارد، حائز اهمیت است. در واقع نماز تنها یک عبادت در میان فرایض و تکالیف عبادی نیست، بلکه اصلی‌ترین نماد دینداری است که علاوه بر آثار فردی، دارای آثار اجتماعی نیز است. شناخت کارکردهای آشکار و پنهان نماز در ابعاد اجتماعی و روانشناختی آن و بررسی آثار و نتایج حاصله در شکل‌گیری رفتارها، اتخاذ روش‌ها و تعیین استراتژی‌ها و اهداف عمومی و اجتماعی و فردی می‌تواند پرده‌ای از اسرار نماز را بگشاید (ادیب‌حاج‌باقری، ۱۳۷۹). کوئینگ (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان داد که سلامت روان شناختی و جسمانی انسان با زندگی معنوی او رابطه دارد؛ افرادی که اعتقاد مذهبی قوی تری دارند، در سازش یافتگی با موقعیت‌های زندگی موفق ترند. نتایج تحقیق بشارت، خواصی، حمیدی و رجایی

کسانی که ایمان آورده‌اید از صبر^۱ و نماز کمک بگیرید^۲. نمازگزار علاوه بر اینکه از اقامه نماز نیرو و نشاط می‌گیرد، زمینه اضطراب^۳ و تشویش خاطر را در میان اعضای خانواده محدود می‌کند؛ به وسیله نماز و یاد خدا معنویت و نورانیت در دل اعضای خانواده به‌ویژه زن و شوهر نفوذ کرده و در آرامش خاطر و اطمینان قرار می‌گیرند. علی(ع) در این باره می‌فرماید: یاد خدا سینه‌ها را صیقل و دلها را آرامش می‌دهد (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۴: ۲۱۶). نماز همچنین با مهار زشتی و بی‌عفتی در خانواده، زمینه بحران در خانواده را، سد می‌کند. زیرا فجور و بی‌عفتی بنیان خانواده را سست می‌کند و استحکام آن را در هم می‌شکند. قرآن کریم یکی از ویژگی‌های نمازگزاران را پاکدامنی^۴ و حفظ عفت می‌داند؛ آنجا که می‌فرماید: نمازگزاران کسانی هستند که دامان خود را محافظت می‌کنند و از بی‌عفتی مصون هستند.^۵

نماز به عنوان یک مسأله عقلی و واجب دینی است که آحاد جامعه ایمانی نسبت به آن مکلف هستند و از عظیم‌ترین فرایض و عبادات شرایع الهی به شمار می‌رود. فطرت انسان به سوی پرستش^۶ و عبودیت^۷ گرایش دارد و این گرایش در ادیان و مکاتب به گونه‌های مختلف بروز کرده است. اسلام از یک سو، ما را به پرسش و تحقیق رهنمون می‌شود و از سوی دیگر، بر توحید^۸ و تعبد تأکید دارد. در نتیجه، تحقیق و پرسشگری درباره‌ی فلسفه احکام ما را با ابعاد مختلف حقیقت شریعت الهی اسلام بیشتر آشنا نموده و جنبه‌های توحید و عبودیت و توجه به خدا و انجام فرایض را تقویت می‌بخشد. در اسلام این خداوند است که چگونگی عبودیت و پرستش را تعریف می‌کند و نماز از وجوه بارز این پرستش است که در آن تمام اعضا و جوارح و ابعاد روحی و ملکوتی انسان به کار گرفته می‌شود تا در برابر خداوند اظهار بندگی کند؛ چون شارع مقدس حکیم و عادل است و کیفیت نماز به گونه‌ای است که

1. patience

۲. بقره: ۱۴۵.

3. anxiety

4. chastity

۵. معارج: ۲۹.

6. worship

7. godliness

8. monotheism

9. legislative guidance

10. perfection

۱۱. بقره: ۱۵۳.

۱۲. عنکبوت: ۴۵.

۱۳. مؤمنون: ۲۰۱.

۱۴. انفال: ۲.

ابعاد آن، ۵۱ درصد مسئولیت‌پذیری را پیش‌بینی می‌کنند. نتایج پژوهش صفری، میرآقایی، قاضی و مرادی (۱۳۹۳) نشان داد که همبستگی معنی‌داری بین تقید به نماز و سلامت روان هم در مقیاس کلی سلامت روان و هم در هر کدام از زیر مقیاس‌های سلامت روان وجود دارد.

تحقیقات تجربی نشانگر این مطلب است که نیایش و ارتباط با خدا یا به صورت مستقیم در رضامندی و استحکام خانواده دخالت داشته و یا به صورت غیر مستقیم از طریق به وجود آوردن ویژگی‌ها و صفاتی در افراد که آن ویژگی‌ها در ثبات زندگی سهیم هستند (پناهی، ۱۳۸۹). با توجه به مطالعات فوق هدف و مسئله اساسی پژوهش حاضر عبارت از بررسی نقش ابعاد نگرش^۶ و التزام عملی به نماز^۷ در پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن کارمندهای اداره‌های دولتی سطح شهر قاین است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی و جامعه آماری این پژوهش، کلیه کارمندهای اداره‌های دولتی سطح شهر قاین بودند. نمونه پژوهش به تعداد ۲۵۰ نفر بر اساس جدول کرجسی و مورگان^۸ برآورد شد و همین تعداد افراد به روش تصادفی ساده انتخاب شدند پس از جلب مشارکت افراد انتخاب شده، پرسشنامه نگرش و التزام عملی به نماز، پرسشنامه کارآمدی خانواده (S.FEQI)^۹ و مقیاس رضایت والدینی کانزاس (KPSS)^{۱۰} در مورد آنها به صورت فردی اجرا شد. تعداد ۵۰ شرکت کننده به دلیل پاسخ ناقص به پرسشنامه‌ها از تحلیل‌های آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه پژوهش به ۲۰۰ نفر تقلیل یافت. میانگین سنی نمونه پژوهش ۳۸/۷۲ با دامنه ۲۲ تا ۶۲ سال و انحراف استاندارد ۸/۱۲ بود. میانگین و انحراف استاندارد متغیر نگرش و التزام عملی به نماز به ترتیب (۳۴/۲۷ و ۱۳۸/۲۶)، ابعاد آن (اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی) (۴۵/۶۸)، توجه و عمل به مستحبات (۲۷/۰۶، ۸/۹۶)، التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز (۳۳/۴۹، ۱۰/۳۶) و مراقبت و

(۱۳۹۸) نشان داد که سلامت معنوی با سازگاری زوجین رابطه مثبت و معنادار دارد.

اغلب پژوهشگران بر این باورند که وجود عقاید مذهبی تأثیر بسزایی در استحکام خانواده دارد. عدم ایمان به خدا موجب می‌شود که فرد انسجام و آرامش نداشته باشد. و همین امر موجب ضعف و منشأ اختلاف بسیاری در زندگی خانوادگی می‌شود (دوناهو و بنسون، ۱۹۹۵). به طور کلی زوج‌هایی که مذهبی‌تر هستند، از دیگر زوج‌ها شادتر و ازدواج پایدارتری دارند (سولیوان^۱، ۲۰۰۱؛ گلن و سوپانسیک^۲، ۱۹۸۴؛ کال و هیتون^۳، ۱۹۹۷؛ به نقل از ارتینکال و ونستویگن، ۲۰۰۶).

کلاین^۴ (۲۰۰۷) معتقد است باورها و رفتارهای مذهبی می‌تواند موجب ارتقای کیفیت زندگی شود. احساس صمیمیت و نزدیکی بیشتری را برای زوج و اعضای خانواده به ارمغان آورد و از طریق تاکید و تشویق بر روابط سالم نقش مهمی در سلامت کانون خانواده ایفا نماید (به نقل از بختیاری، باکوویی، سیدی اندی و پاشا، ۱۳۹۸).

تحقیقات دولاهایت و مارکز^۵ (۲۰۰۵) نشان می‌دهد که باورها و رفتارهای معنوی و مذهبی در شکل‌گیری رفتار مناسب در خانواده نقش دارد (به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۲). نگرش دینی می‌تواند در ارتباط زناشویی مؤثر باشد، زیرا دین شامل رهنمودهایی برای زندگی و ارائه دهنده سامانه باورها و ارزش‌هاست که این ویژگی‌ها می‌تواند زندگی زناشویی را متأثر سازند (هانلر و جنکوز، ۲۰۰۵). نتایج پژوهش خادم‌لو، فروزان و توان (۱۳۹۳) نشان داد که ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز توانسته‌اند بطور معنی‌داری میزان بهزیستی روانشناختی را پیش‌بینی، و در مجموع ۴۴ درصد از واریانس این مولفه را تبیین کنند. یافته‌های پژوهش شجاعی (۱۳۹۷) نشان داد که بین نگرش و التزام عملی به نماز و تمامی ابعاد آن با شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه نیز نشان داد ۱۹/۴ درصد از واریانس شادکامی، به وسیله نگرش و التزام عملی به نماز تبیین می‌شود.

شهریاری‌پور، امین‌بیدختی، و مرادی (۱۳۹۲) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که نگرش و التزام عملی به نماز و

6. attitude to prayer

7. practical commitment to prayer

8. Krejcie, R. V., & Morgan, D. W.

9. Safurayi, Family Efficiency Questioner based on Islamic View (S.FEQI)

10. Kansas Parental Satisfaction Scale (KPSS)

1. Sullivan, K.T.

2. Glenn, N. D., & Supancic, M.

3. Call, V. R., & Heaton, T. B.

4. Kleine, M.

5. Dollahite, D.C., & Marks, L.D.

گزینه‌های «بسیار زیاد» نمره ۳، «زیاد» نمره ۲ و «کم یا بسیار کم» نمره ۱ تعلق می‌گیرد. سؤالات ۳۶ و ۴۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. برای بررسی روایی همزمان کل پرسشنامه کوتاه شده و مؤلفه‌های آن، از همبستگی بین نمرات حاصل از کل پرسشنامه و مؤلفه‌ها در دو فرم اولیه و کوتاه شده استفاده شد. برای کل پرسشنامه، همبستگی بین دو فرم ۰/۹۹ می‌باشد؛ به عبارت دیگر، ۹۸ درصد واریانس فرم اولیه با استفاده از فرم کوتاه شده قابل تبیین است. ضریب همسانی درونی بر اساس آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه (۰/۸۹)، شاخص بینشی (۰/۸۵)، شاخص حقوقی (۰/۷۶) و شاخص اخلاقی (۰/۸۹) می‌باشد. همچنین، اعتبار پرسشنامه از راه دونیمه‌سازی گاتمن (۰/۸۳) به دست آمده است.

مقیاس رضایت از والد بودن (KPSS). مقیاس رضایت از والد بودن کنتراس (KPSS)؛ والترا اسپچام و جاستین هال (۱۹۸۵) یک ابزار ۳ گویه‌ای است که به منظور سنجش و ارزیابی رضایت از والد بودن به کار می‌رود. والدین باید میزان رضایت خود را در قالب مقیاس ۷ درجه‌ای از شدیداً راضی تا شدیداً ناراضی اعلام کنند. نمره‌گذاری این مقیاس به صورت طیف لیکرت می‌باشد و برای گزینه‌ها از «شدیداً ناراضی» نمره ۱ تا «شدیداً راضی» نمره ۷ در نظر گرفته می‌شود (جیمز، ۱۹۸۵). پژوهش جیمز (۱۹۸۵) نشان داد این مقیاس با همبستگی معنادار با مقیاس رضایت زناشویی و مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ روایی همزمان خوبی دارد. پایایی این مقیاس با آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۸ تا ۰/۸۵ مورد تأیید قرار گرفت.

یافته‌ها

داده‌های جدول ۱، نشان می‌دهد که بین ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز (اثر بخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی، توجه و عمل به مستحبات، التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز، مراقبت و حضور قلب در نماز) با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد.

حضور قلب در نماز (۳۲/۰۲، ۷/۱۲)، میانگین و انحراف استاندارد متغیرکارآمدی خانواده (۱۴۶/۳۹، ۱۶/۶۳) و میانگین و انحراف استاندارد متغیر رضایت از والد بودن (۱۷/۵۵، ۲/۷۴) به دست آمد. ابزار سنجش به شرح زیر توسط شرکت کنندگان تکمیل شد.

ابزار سنجش

مقیاس نگرش و التزام عملی به نماز. مقیاس نگرش و التزام عملی به نماز (انیسی، نویدی، و حسینی نژاد نصرآباد، ۱۳۸۹) یک ابزار ۵۰ سؤالی است که پاسخ‌های آن به شیوه لیکرت و به صورت ۵ گزینه‌ای از هیچ وقت تا همیشه تهیه شده است. نمره بالاتر حاکی از اهمیت به نماز است. این مقیاس بیشتر جهت‌گیری درونی^۱ را مورد سنجش قرار داده و دارای چهار زیر مقیاس شامل موارد ذیل می‌باشد: (ا) اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی، (۲) توجه و عمل به مستحبات، (۳) التزام و اهتمام به نماز، (۴) مراقبت و حضور قلب در نماز. یافته‌های پژوهش انیسی و همکاران (۱۳۸۹) نشان داد که مقیاس نگرش و التزام عملی به نماز دارای روایی محتوا است و روایی همزمان آن با مقیاس‌های التزام عملی به اعتقادات مذهبی و جهت‌گیری مذهبی آپورت مورد تأیید قرار گرفت. همچنین نتایج بررسی پایایی این مقیاس نشان داد که این مقیاس از اعتبار همسانی درونی، بازآزمایی و تنصیفی مناسبی برخوردار است. در پژوهش زارع و شهبابی‌زاده (۱۳۹۴) ضریب آلفای کرونباخ^۲ کل مقیاس ۰/۸۸ و ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۹، ۰/۸۳ و ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه کارآمدی خانواده (S.FEQI).

کارآمدی خانواده (S.FEQI) نخستین بار توسط صفورایی (۱۳۸۸)، با ۷۹ سؤال طراحی و هنجاریابی شد. سپس در سال ۱۳۹۵ توسط هوشیاری و همکاران هنجاریابی مجدد شد. نتایج به دست آمده نشان داد که قدرت تمیز و میزان آگاهی ۱۹ پرسش به اندازه کافی نیست. گزینه‌هایی که نشان‌دهنده کارایی «بسیار کم» و «کم» هستند، نمی‌توانند پاسخ‌گویان را از هم تفکیک کنند. از این رو این دو گزینه را با هم ترکیب و پرسشنامه را اصلاح کرد و در نهایت پرسشنامه کارایی خانواده با ۶۰ سؤال تهیه گردید. جهت نمره‌گذاری پرسشنامه به

1. internal orientation
2. Cronbach's alpha

جدول ۱

ضرایب همبستگی بین نمرات ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن ($n=200$)

| متغیر | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---|
| ۱- اثر بخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی | ۱ | | | | | | |
| ۲- توجه و عمل به مستحبات | ۰/۷۱** | ۱ | | | | | |
| ۳- التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز | ۰/۷۷** | ۰/۸۳** | ۱ | | | | |
| ۴- مراقبت و حضور قلب در نماز | ۰/۹۵** | ۰/۷۴** | ۰/۸۰** | ۱ | | | |
| ۵- نگرش و التزام عملی به نماز | ۰/۹۳** | ۰/۸۹** | ۰/۹۳** | ۰/۹۴** | ۱ | | |
| ۶- کارآمدی خانواده | ۰/۴۱** | ۰/۲۹** | ۰/۳۳** | ۰/۴۳** | ۰/۳۹** | ۱ | |
| ۷- رضایت از والد بودن | ۰/۲۰** | ۰/۱۹** | ۰/۱۹** | ۰/۲۴** | ۰/۲۲** | ۰/۳۱** | ۱ |

** تمام ضرایب در سطح ۰/۰۱ معنی دار می باشند.

داده‌های جدول ۲، نشان می‌دهد که پیش‌بینی کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز فقط در مورد بعد مراقبت و حضور در نماز معنادار است.

این متغیر در مجموع بیش از ۱۸ درصد از کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها را پیش‌بینی می‌کند ($R^2=0.18$).

جدول ۲

تحلیل رگرسیون گام به گام نمره کارآمدی خانواده بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز

| متغیر | منابع تغییرات | مجموع مربعات | درجه آزادی | میانگین مربعات | F | سطح معناداری | R | R ² |
|---------------------------|---------------|--------------|------------|----------------|-------|--------------|------|----------------|
| مراقبت و حضور قلب در نماز | رگرسیون | ۱۰۲۰۱/۲۸۸ | ۱ | ۱۰۲۰۱/۲۹ | ۴۵/۰۷ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۴۳ | ۰/۱۸ |
| | باقی مانده | ۴۴۸۱۶/۷۲ | ۱۹۸ | ۲۲۶/۳۵ | | | | |
| | کل | ۵۵۰۱۸/۰۱ | ۱۹۹ | | | | | |

داده‌های جدول ۳، نشان می‌دهد که ضریب تأثیر مقیاس مراقبت و حضور در نماز $B=1/0.1$ و ضریب رگرسیون این زیر مقیاس مثبت می‌باشد. بر این اساس می‌توان گفت با افزایش نمره این مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده افزایش می‌یابد و بالعکس با کاهش نمره این مؤلفه، میزان کارآمدی خانواده کاهش می‌یابد.

جدول ۳

ضرایب رگرسیون گام به گام میزان کارآمدی خانواده بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز

| متغیر | ضریب B | خطای معیار | ضریب بتا | T | سطح معناداری |
|---------------------------|--------|------------|----------|-------|--------------|
| مقدار ثابت | ۱۱۴/۱۷ | ۴/۹۲ | - | ۲۳/۲۲ | ۰/۰۰۰۱ |
| مراقبت و حضور قلب در نماز | ۱/۰۱ | ۰/۱۵۰ | ۰/۴۳ | ۶/۷۱ | ۰/۰۰۰۱ |

داده‌های جدول ۴، نشان می‌دهد که پیش‌بینی رضایت از والد بودن آزمودنی‌ها بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز فقط در مورد بعد مراقبت و حضور قلب در نماز معنادار است. این متغیر در مجموع ۶ درصد از رضایت از والد بودن آزمودنی‌ها را پیش‌بینی می‌کند ($R^2=0.06$).

جدول ۴

تحلیل رگرسیون گام به گام نمره رضایت از والد بودن بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز

| متغیر | منبع تغییرات | مجموع مربعات | درجه آزادی | میانگین مربعات | F | سطح معناداری | R | R ² |
|---------------------------|-------------------|--------------|------------|----------------|-------|--------------|------|----------------|
| مراقبت و حضور قلب در نماز | رگرسیون باقیمانده | ۸۹/۲۱ | ۱ | ۸۹/۲۱ | ۱۲/۶۰ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۲۴ | ۰/۰۶ |
| | کل | ۱۴۰۲/۱۸ | ۱۹۸ | ۷/۰۸۲ | | | | |
| | | ۱۴۹۱/۳۹ | ۱۹۹ | | | | | |

داده‌های جدول ۵، نشان می‌دهد ضریب تأثیر مقیاس مراقبت و حضور در نماز $B=0/09$ و ضریب رگرسیون این زیر مقیاس مثبت می‌باشد. بر این اساس می‌توان گفت با افزایش نمره این مؤلفه، میزان رضایت از والد بودن افزایش می‌یابد و بالعکس با کاهش نمره این مؤلفه، میزان رضایت از والد بودن کاهش می‌یابد.

جدول ۵

ضرایب رگرسیون گام به گام میزان رضایت از والد بودن بر اساس ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز

| متغیر | ضریب B | خطای معیار | ضریب بتا | T | سطح معناداری |
|---------------------------|--------|------------|----------|-------|--------------|
| مقدار ثابت | ۱۴/۵۴ | ۰/۸۹۶ | - | ۱۶/۷۲ | ۰/۰۰۰۱ |
| مراقبت و حضور قلب در نماز | ۰/۰۹ | ۰/۰۲۷ | ۰/۲۴ | ۳/۵۵ | ۰/۰۰۰۱ |

و تشویق به نگرش مثبت موجب رضایت از زندگی فرد شوند. در میان عبادات، هیچ عبادتی به مانند نماز و به خصوص نمازی که با حضور قلب خوانده شود، نمی‌تواند قلب کوچک آدمی را به دریای بی‌کران رحمت الهی وصل نماید. حضور قلب در نماز به این معنا است که انسان در نماز، دل را با زبان همراه نماید به گونه‌ای که تمام توجه و حواس خود را به سوی معبود خود متمرکز نماید. به عبارت دیگر در لحظه نماز نسبت به خود، هدف خود و عظمت معبود خود آگاه باشد که این همان مفهوم ذهن آگاهی است که در نظریات روان‌شناسی به آن اشاره شده و تأثیرات مثبت آن بر کاهش غم و اندوه و افسردگی (سیگل، ۲۰۱۰) و افزایش بهزیستی روان‌شناختی (احمدوند، حیدری نسب و شعیری، ۱۳۹۱) مشخص شده است.

خداوند در آیات متعدد به اهمیت نماز و اثرات مثبت آن اشاره کرده است به ویژه در آیه ۴۵ سوره عنکبوت آمده است: «نماز را بر پا دار، نماز فرد را از ناشایستی و زشت‌کاری باز می‌دارد و یاد خدا از هر کاری مهم‌تر است». نماز و دعا به عنوان مهم‌ترین شکل‌های عملی و نظری دین‌داری، از مؤثرترین اعمال شفا بخش محسوب می‌شوند که نقش

بحث

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نقش ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز در پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن کارمندهای اداره‌های دولتی سطح شهر قاین بود. نتایج نشان داد بین ابعاد نگرش و التزام عملی به نماز (اثر بخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی، توجه و عمل به مستحبات، التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز، مراقبت و حضور قلب در نماز) با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد، از بین ابعاد نگرش به نماز بعد مراقبت و حضور قلب در نماز توان پیش‌بینی کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن را دارد که با نتایج خادم‌لو و همکاران (۱۳۹۳)، زارع و شهبابی‌زاده (۱۳۹۴)، شجاعی (۱۳۹۷)، شهریارپور و همکاران (۱۳۹۲)، شیرزادی، خدابخش‌کولایی و فلسفی‌نژاد (۱۳۹۸)، صفری و همکاران (۱۳۹۳)، عیدی و مجذوب‌حسینی (۱۳۹۵)، کجیاب و رئیس‌پور (۱۳۸۷)، کریمی (۱۳۸۰) همسو است.

رفتارها و اعمال مذهبی از قبیل اقامه نماز، روزه، توکل به خدا، عبادت و زیارت، اعتکاف و غیره می‌تواند با ایجاد امید

در خانواده‌های با نگرش مذهبی، نگرش فرزندان بر پایه اعتقادات مذهبی شکل گرفته و این اعتقادات سبب شکل‌گیری شخصیت دینی در فرزندان شده و به بروز رفتارهای مثبت از سوی آنها منجر می‌شود. از آنجایی که این رفتارها شامل احترام به والدین، توجه به آنها، عدم ایجاد مزاحمت و دردسر، میل به تلاش و موفقیت و... می‌باشد، سبب رضایت می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که اجرای احکام الهی و به ویژه نماز با کارآمدی خانواده و رضایت از والد بودن مرتبط بوده و این تأکیدی بر اهمیت نماز در زندگی انسانها می‌باشد و توجیه شناختی و علمی قوی برای نگرش مثبت نسبت به نماز و لزوم انجام این فریضه پربرکت برای افراد است.

از آنجا که جامعه آماری این پژوهش محدود به کارمندان دولتی شهر قاین می‌باشد. لازم است در تعمیم دادن نتایج این پژوهش به جوامع دیگر بیشتر دقت شود. همچنین ابزارهای مورد استفاده برای جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش، از نوع خود گزارش‌دهی بود و لذا احتمال می‌رود که افراد تمایل بیشتری داشته‌اند که چهره مطلوب‌تری از خود گزارش دهند. با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود با تأکید بیشتر بر سبک زندگی اسلامی، بحث و تبادل نظر در مورد ارائه و کاربرد آن و تقویت مولفه‌هایی همچون اعتقادات مذهبی جهت داشتن زندگی بهتر و رضایت‌بخش اقدام شود.

برجسته‌ای در تأمین و تقویت بهداشت جسمانی و روانی دارند^۱.

معنویت و مذهب به عنوان سپری در برابر مشکلات و ناراحتی‌های افراد قرار گرفته و به صورت ضربه گیر عمل می‌کند و موجب ارتقای سطح رضایت زندگی افراد می‌شود. همچنین با افزایش خودآگاهی^۲، ایجاد ارتباط و پیوند با اطرافیان و دریافت حمایت اجتماعی از سوی دیگران، افزایش حس اعتماد^۳، معنی و هدف در زندگی و مقابله و سازگاری مؤثر با مشکلات روانی و جسمانی در کنار دیگر مؤلفه‌های مرتبط، موجب بهبود و ارتقاء سلامت روانی و جسمانی افراد شده و سطح سازگاری افراد با رویدادهای زندگی افزایش می‌یابد.

بسیاری از رفتارها و گرایش‌های افراد از قبیل گرایش به نماز و روزه، شرکت در کارهای خیر و اهمیت دادن به وظایف و تکالیف دینی، اغلب متأثر از تجارب خوشایند تربیتی آنان در خانه و خانواده است. کانتر^۴ (۲۰۰۰) بیان می‌کند که میزان تأثیر والدین بر روی نگرش فرزندان و رفتار آنها بسیار چشمگیر است. آنها نقش اساسی در شکل‌گیری اعتقادات فرزندانشان بازی می‌کنند و نگرش و اعتقادات خود را به طور مستقیم و غیر مستقیم به کودکان انتقال می‌دهند و کودکان این تأثیر را از مشاهده اعمال و رفتار والدین می‌پذیرند (نیک‌نژادی، گلستانی و احمدی، ۱۳۸۶).

منابع

- احمدوند، ز.، حیدری‌نسب، ل.، و شعیری، م. ر. (۱۳۹۱). تبیین بهزیستی روانشناختی بر اساس مؤلفه‌های ذهن‌آگاهی. فصلنامه روانشناسی سلامت، ۲، ۶۹-۶۰.
- ادیب حاج باقری، م. (۱۳۷۹). آثار مطلوب نماز در بهداشت روان. طب و تزکیه، ۳، ۱۰۵-۱۰۱.
- انیسی، ج.، نویدی، ا.، و حسینی‌نژاد نصرآباد، ا. (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی مقیاس نگرش و التزام عملی به نماز. علوم رفتاری، ۴، ۳۱۸-۳۱۳.
- بختیاری، ا.، باکویی، ف.، سیدی اندی، س.ج.، و پاشا، ه. (۱۳۹۸). نقش معنویت بر نظام سلامت خانواده از دیدگاه اسلام. نشریه اسلام و سلامت، ۱، ۳۸-۲۸.

۱. نهج البلاغه، خ ۱۹۹.

2. self-awareenece

3. confidence

4. Canter, K. A.

- بشارت، م. ع.، خواصی، ر.، حمیدی، خ.، و رجایی، م. (۱۳۹۸). پیش بینی سازگاری زوجین بر اساس کمال گرایی معنوی/مذهبی و سلامت معنوی. دو فصلنامه روانشناسی خانواده، ۲، ۱۴-۳.
- پناهی، ع. ا. (۱۳۸۷). خانواده از منظر دین و روانشناسی. معرفت، ۱۳۵، ۱۳-۳۴.
- پناهی، ع. ا. (۱۳۹۵). نگاهی به فواید و آثار فرزندآوری در آموزه‌های دینی با رویکرد اخلاقی. فصلنامه علمی ترویجی اخلاق، ۲۱، ۶۳-۳۳.
- پناهی، ع. ا. (۱۳۸۹). نقش التزام به آموزه‌های دینی در تربیت واستحکام خانواده. معرفت اخلاقی، ۲، ۹۶-۷۷.
- پولادی، ا.، جهانبخش، ا.، و محمدی، ا. (۱۳۹۷). پیش بینی صمیمیت زوجین از طریق الگوهای تربیت خانوادگی (سبک‌های فرزندپروری، جهت‌گیری مذهبی، الگوهای انسانی و رسانه‌ای تربیت خانوادگی). پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۱۱، ۱۱۱-۹۷.
- جهان بخشی، ز.، یوسفی، ن.، و کشاورز افشار، ح. (۱۳۹۳). بررسی کیفی چالش‌ها، تغییرات و رضایت زناشویی زنان در گذر به والدینی. پژوهش‌های مشاوره، ۵۱، ۷۸-۶۴.
- خادم‌لو، ع.، فرزنان، س.، و توان، ع. (۱۳۹۳). پیش بینی بهزیستی روانشناختی دانشجویان بر اساس نگرش و التزام عملی به نماز. دومین کنفرانس بین‌المللی مدیریت و اقتصاد و علوم انسانی. استان‌بول، شرکت مدیران ایده پردازان پایتخت ایلیا
- زارع، ح.، و شهابی‌زاده، ف. (۱۳۹۴). نگرش و التزام عملی به نماز در تدوین مدل تعهدزناشویی زنان معلم شهر بیرجند با واسطه‌گری تاب‌آوری. زن و مطالعات خانواده، ۲۷، ۷۲-۵۳.
- سعیدیان‌جزی، م. (۱۳۹۶). دستاوردهای نماز برای سلامت معنوی و توسعه اجتماعی، پژوهش‌های اجتماعی اسلامی، ۲، ۱۱۴-۸۲.
- شجاعی، ا. (۱۳۹۷). بررسی ارتباط نگرش و التزام عملی به نماز با میزان شادکامی دانشجویان (مطالعه موردی: دانشگاه محقق اردبیلی). فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۲۶، ۱۰۶-۸۹.
- شهریاری‌پور، ر.، امین بیدختی، ع. ا.، و مرادی، ف. (۱۳۹۲). بررسی رابطه میان نگرش و التزام عملی به نماز با مسئولیت‌پذیری دانشجویان تحصیلات تکمیلی در دانشگاه‌های شهر سمنان. فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۶، ۸۲-۶۳.
- شیرزادی، ز.، خدابخشی کولایی، آ.، و فلسفی‌نژاد، م. ر. (۱۳۹۸). رابطه‌ی نگرش و التزام عملی به نماز و تجارب معنوی با سلامت عمومی دانشجویان دختر دانشگاه‌های تهران در سال ۱۳۹۶. مجله پژوهش در دین و سلامت، ۴، ۱۱۳-۹۹.
- صفری، ن. آ.، میرآقایی، ع. ع.، قاضی، ش.، و مرادی، ک. (۱۳۹۳). بررسی رابطه تقید به نماز و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه پیام نور خرم‌آباد. مجله علمی پژوهشی یافته، ۲، ۷۹-۷۱.
- صفورایی‌پاریزی، م. م. (۱۳۸۸). شاخص‌های خانواده کارآمد از دیدگاه اسلام و ساخت پرسشنامه آن. رساله دکتری روانشناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی واحد قم.
- علامه طباطبایی، م. ح. (۱۴۱۷ق). المیزان فی تفسیر القرآن. بیروت - لبنان: موسسه الاعلمی للمطبوعات.
- عیدی، ا.، و مجذوب حسینی، پ. (۱۳۹۵). رابطه‌ی نگرش و التزام عملی به نماز و تجارب معنوی با کنترل عواطف. همایش بین‌المللی افق‌های نوین در علوم تربیتی، روانشناسی و آسیب‌های اجتماعی، تهران، انجمن افق نوین علم و فناوری.
- فصاحت، ر. ع. (۱۳۹۱). بررسی شاخص‌های کارآمدی در الگوی پیشرفت اسلامی - ایرانی. پایان‌نامه کارشناسی

- ارشد علوم سیاسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی واحد قم.
- قشلاقی، س.، علیوندی وفا، م.، اسماعیل پور، خ.، و آزموده، م. (۱۳۹۸). اثربخشی گروه‌درمانی معنوی-مذهبی اسلام محور بر شادمانی زناشویی و کیفیت رابطه ادراک شده زناشویی در زنان دارای تجربه دلزدگی زناشویی. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۱۶، ۹۴-۷۱.
- کاظمیان مقدم، ک.، مهربابی زاده هنرمند، م.، کیامنش، ع.، و حسینیان، س. (۱۳۹۵). نقش تمایز یافتگی، معناداری زندگی زندگی و بخشودگی در پیش‌بینی رضایت زناشویی. دوفصلنامه روانشناسی خانواده، ۲، ۸۲-۷۱.
- کجباف، م. ب و رئیس پور، ح. (۱۳۸۷). رابطه بین نگرش مذهبی و سلامت روانی در بین دانش‌آموزان دبیرستان‌های دخترانه اصفهان. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۲، ۴۴-۳۱.
- کریمی، م. (۱۳۸۰). رابطه نگرش مذهبی والدین و شیوه فرزندپروری والدین و نگرش مذهبی دختران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهراء.
- محمدی، ر.، احمدی، س. ا.، اعتمادی، ع.، فاتحی زاده، م.، و عابدی، ا. (۱۳۹۲). بررسی رابطه ساده و چندگانه بین سبک زندگی با تعالی خانواده. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱، ۱۰۴-۹۱.
- محمدی‌ری شهری، م. (۱۴۰۵ق). منتخب میزان‌الحکمه. مترجم: حمیدرضا شیخی (۱۳۸۴). چاپ سوم. قم: انتشارات دارالحدیث.
- موسوی، س. و.، پورشریف، آ.، رضائی، س.، و قاسمی‌جوبنه، ر. (۱۳۹۷). الگوی ساختاری-جنسیتی برای روابط بین معنا در زندگی با صمیمیت و سازگاری زناشویی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی، ۵۰، ۱۷۳-۱۵۳.
- نوابی نژاد، شکوه (۱۳۷۸). روانشناسی زن. تهران: انتشارات جامعه ایران.
- نیک‌نژادی، ف.، گلستانی، س. ه.، و احمدی، س. ا. (۱۳۸۶). تأثیر آموزش روش‌های تربیتی بر اساس دیدگاه خواجه نصرالدین طوسی بر تغییر نگرش مادران در تربیت فرزندان. فصلنامه دانش و پژوهش در علوم تربیتی، ۱۴، ۴۲-۲۳.
- هوشیاری، ج.، تقیان، ح.، و صفورایی پاریزی، م. م. (۱۳۹۵). هنجاریابی مجدد پرسشنامه سنجش کارآمدی خانواده با استفاده از نظریه سؤال-پاسخ. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۱۹، ۱۱۷-۹۹.
- هوشیاری، ج.، و صفورایی پاریزی، م. م. (۱۳۹۴). رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان و طلاب. پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، ۴، ۹۱-۷۷.

References

- Donahue, M. J., & Benson, P. L. (1995), Religion and the well-being of adolescents, *Journal of Social Issues*, 2, 145-160.
- Hasson-Ohayon, I., Ben-Pazi, A., Silberg T, Pijenburg, G.H.M., & Goldzweig, G. (2019). The mediating role of parental satisfaction between marital satisfaction and perceived family burden among parents of children with psychiatric disorders. *Psychiatry Research*, 271, 105-110.
- Hunler, O. S., & Gencoz, T. I. (2005). The effect of religiousness on marital satisfaction: testing the mediator role of marital problem solving between religiousness and marital satisfaction. *Contemporary Family Therapy*; 27,123-136.

- James, D.E. et al. (1985). Characteristics of the Kansas Parental Satisfaction Scale among two samples of married Parents. *Psychological reports*, 57, 163-169.
- Koenig, H. G. (2007). Spirituality and depression: a look at the evidence, *southern medical journal*, 100, 737-739.
- Lister, Z., Seibert, G., Chance, S., Huelett, B., Wilson, L., & Wilson, C. (2020). The Influence of Prayer and Family Worship on Relationship Functioning among Married Adults in the Caribbean and Latin American Religions, 1, 1-11.
- Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). Religiosity and marital satisfaction. *Contemporary family therapy*, 28, 497-504.
- Siegel, R. D. (2010). *The mindfulness Solution every day practices for every day problems*, New York:Guilford.