

Prediction of Psychological Hardiness and Emotion Regulation Based on Religious Orientation and Attachment Style in Second Year High School Students

Farah Dokht Chini¹| Ramin Tabarraei²
Hassan Mirzahosseini³

1. Instructor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Farhangian University, Kashan, Iran. **Email:** fchini45@gmail.com
2. **Corresponding Author:** Assistant Professor of Educational Sciences, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Qom, Iran. **Email:** ramintabarraei@gmail.com
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Qom, Iran. **Email:** ma.mosavi@cfu.ac.ir

Article Info	ABSTRACT
Article type: Research Received: 13 February 2024 Revised: 19 March 2024 Accepted: 29 March 2024 Published: 18 April 2024 Keywords Hardiness, Emotion Regulation, Religious Orientation, Attachment Style, Students.	Purpose: The purpose of this research was to predict psychological toughness and emotion regulation based on students' religious orientation and attachment styles. Method: The descriptive research method was correlation type. The statistical population of the research was made up of all second year high school students of Kashan city (8100 people) in the academic year of 2001-2001. The sample size in this research was determined as 500 people using cluster staged sampling method. The tools used to collect information from the questionnaires were Kubasa's stubbornness scale (1979), Gross and John's emotional regulation inventory (2003), Collins and Read's (1990) attachment style questionnaire, and Allport and Ross' religious orientation questionnaire (1967). The data were collected using Smart software version 3.3. And spss version 26 was analyzed. Results: The findings showed that internal religious orientation, secure attachment style had a positive and significant relationship with emotion regulation and psychological toughness. External religious orientation, avoidant and ambivalent attachment styles had a negative and significant effect on emotional regulation and psychological toughness. It can be said that external and internal religious orientation, secure, avoidant and ambivalent attachment styles, together with anxiety have explained 67.3% of changes in psychological toughness. Extrinsic and intrinsic religious orientation, secure, avoidant and ambivalent, anxious attachment styles have together explained 36.7% of emotional regulation changes. Conclusions: Since the type of attachment style and internal religious orientation is very important for regulating and adjusting emotions and increasing psychological toughness in teenagers, educational planners should pay more attention to this issue.
Cite this article	Chini, F.D., Tabarraei., R & Mirzahosseini, H. (2024). Prediction of Psychological Hardiness and Emotion Regulation Based on Religious Orientation and Attachment Style in Second Year High School Students. <i>Applied Issues in Islamic Education</i>, 9 (1), 31-54. http://dx.doi.org/10.61186/qaiie.9.1.2
	© The Author(s). Publisher: Academy of Scientific Studies in Education.



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و
برنامه‌ریزی آموزشی



پژوهشکده تعلیم و تربیت



پژوهشکده
مطالعات آموزش و پرورش

پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان براساس جهت‌گیری مذهبی و سبک دل‌بستگی در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه

فرح‌دخت چینی^۱ | رامین تبرائی^۲ | حسن میرزا حسینی^۳

۱. مربی، روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه فرهنگیان کاشان، ایران. fchini45@gmail.com
۲. نویسنده مسئول: استادیار، گروه آموزشی علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، قم، ایران. ramintabarrai@gmail.com
۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قم، قم، ایران. ma.mosavi@cfu.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: پژوهشی دریافت: ۲۴ بهمن ۱۴۰۲ بازنگری: ۲۹ اسفند ۱۴۰۲ پذیرش: ۱۰ فروردین ۱۴۰۳ انتشار: ۳۰ فروردین ۱۴۰۳ کلیدواژه‌ها: سرسختی روان‌شناختی، تنظیم هیجان، جهت‌گیری مذهبی، سبک دل‌بستگی، دانش‌آموزان.	هدف: هدف این پژوهش پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان براساس جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی در دانش‌آموزان بود. روش: روش پژوهش توصیفی از نوع هم‌بستگی بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کاشان (۸۱۰۰ نفر) در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ تشکیل دادند. حجم نمونه در این پژوهش به تعداد ۵۰۰ نفر و با استفاده از روش نمونه‌گیری مرحله‌ای خوشه‌ای تعیین شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسش‌نامه‌ها، مقیاس سرسختی کوباسا (۱۹۷۹)، سیاهیه تنظیم هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳)، پرسش‌نامه سبک دل‌بستگی کولینز و رید (۱۹۹۰) و پرسش‌نامه جهت‌گیری مذهبی آلپورت و راس (۱۹۶۷) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار اسمارت نسخه ۳.۳ و اسپس‌اس نسخه ۲۶ تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد، جهت‌گیری مذهبی درونی، سبک دل‌بستگی ایمن با تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنادار داشت. جهت‌گیری مذهبی بیرونی، سبک‌های دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا اثر منفی و معناداری بر تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی داشتند. می‌توان گفت، جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی، سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، اضطرابی روی هم رفته ۶۷/۳ درصد از تغییرات سرسختی روان‌شناختی را توضیح داده‌اند. جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی، سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، اضطرابی روی هم رفته ۳۶/۷ درصد از تغییرات تنظیم هیجان را توضیح داده‌اند. نتیجه‌گیری: از آن‌جا که نوع سبک دل‌بستگی و جهت‌گیری مذهبی درونی برای تنظیم و تعدیل هیجانات و افزایش سرسختی روان‌شناختی در نوجوانان دارای اهمیت بسیار است، برنامه‌ریزان آموزشی باید نسبت به این مهم توجه بیشتری داشته باشند.

چینی، فرح‌دخت، رامین تبرائی، حسن میرزا حسینی. (۱۴۰۳). پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان براساس جهت‌گیری مذهبی و سبک دل‌بستگی در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه. مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی، ۹(۱)، ۵۴-۳۱.

<http://dx.doi.org/10.61186/qaiie.9.1.2>



© نویسندگان.

ناشر: پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش.

استناد

مقدمه

تنظیم هیجان^۱ به عنوان فرآیند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایندهای اجتماعی، روانی فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می شود. توانایی مدیریت هیجانی نوعی ویژگی روان شناختی و یک جنبه ضروری از زندگی روزمره است که نقش مهمی در فرایندهای شناختی توانایی تشخیص، نظارت و هدایت احساسات خود و همچنین توانایی تشخیص و پاسخ مناسب به موقعیت های اطراف مختلف ایفاء می کند. بنابراین، ظرفیت تنظیم یا تعدیل حالات هیجانی کلید حفظ سلامت روان است (بتگون، رودریگز، واله، ایرورتیا^۲، ۲۰۲۲).

از نظر رشد هیجانی، تنظیم هیجانات باعث می شود که فرد در مواقع حساس به خوبی بتواند هیجانات خود را کنترل کند و سازگار با موقعیت، واکنش نشان دهد. تنظیم هیجان بر عواطف و رفتار نوجوانان تأثیر زیادی دارد و در تحول مهارت های تنظیم هیجانی نقش مهمی دارد.

مطالعات نشان داده، تنظیم هیجان و سبک های دل بستگی^۳ به عنوان متغیرهای روان شناسی مثبت گرا ارتباط بالایی با سلامت روانی افراد دارند میکولینسر و شاور^۴ (۲۰۱۷). نظریه دل بستگی توسط بالبی^۵ (۱۹۸۸) برای توضیح پیوند عاطفی کودک با مراقبین ایجاد شد، به سرعت دامنه خود را گسترش داد. دل بستگی برای رشد روانی وعادی، تحول شخصیت به هنجار و روابط هیجانی سالم ضروری است و اساس سلامت هیجانی، روابط اجتماعی و نگرش به هنجار فرد به دنیاتلقی می شود (چینی، تیرائی و میرزاحسینی، ۱۴۰۲). هازن و شاور^۶ (۱۹۸۷)، به منظور تعریف فرایند دل بستگی بزرگسالان، سبک دل بستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) را مشخص کردند. افراد دل بسته ایمن الگوی مثبتی از خود و دیگران دارند و برای بازنمایی های منفی از خود و دیگران ارزش قائل هستند. این افراد نسبت به افراد دل بسته ناایمن هیجان هایشان را بهتر تنظیم می کنند و از راهبردهای مقابله ای سازنده تری استفاده می کنند. اشخاص دارای سبک دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا از آن دسته راهبردهای تنظیم هیجانی سود می جویند که بر هیجان های منفی تأکید دارند یا تجربه های هیجانی را سرکوب می کنند (اجتنابی) یا آن که باعث می شوند موقعیت ها، استرس زاتر تجربه شوند. شواهد پژوهشی ارائه شده نشان می دهد سبک دل بستگی در تنظیم هیجان نقش دارد (چینی، تیرائی و میرزاحسینی، ۱۴۰۲؛ سیدخراسانی، ۱۴۰۲). اما نوع، کیفیت و شدت آن قابل بررسی است و ممکن است، این ارتباط تحت تأثیر متغیر دیگری قرار گیرد.

علاوه بر سبک دل بستگی، متغیر روان شناختی دیگری که می تواند به عنوان یک اصل وحدت بخش و یک نیروی اساسی برای سلامت روان و کیفیت زندگی مفید و کمک کننده باشد، مذهب است. مذهب نقش مهمی در رشد و توسعه فردی و اجتماعی افراد دارد. از این رو، توجه به آن رو به افزایش است. مذهب و «جهت گیری مذهبی»^۷ به عنوان تعدیل کننده آسیب های جسمانی و روانی افراد است. جهت گیری مذهبی نشان دهنده نگرش فرد نسبت به مذهب است. در سال های اخیر پژوهش های مختلفی درباره تأثیر

1. Emotional Regulation

2. Betegon, Rodríguez-Medina & Del-Valle. Iurtia

3. Attachment

4. Mikulincer & Shaver

5. Bowlby

6. Hazen&Shiver

7. ReligiousOrientation

مذهب بر سلامت روان صورت گرفته است که در بیش‌تر آن‌ها، از مقیاس جهت‌گیری مذهبی آلپورت استفاده شده است کیمبا و آندرسون^۱ (۲۰۲۲). جهت‌گیری مذهبی به‌قرار مرجعیت بخشیدن به ساختار روابط و مناسبات در تمام ابعاد آن، در پرتو رابطه انسان با خدا تعریف شده است (یانگ و یانگ، شی، تانگ، ژو و شیونگ^۲، ۲۰۲۲). در حوزه روان‌شناسی، آلپورت (۱۹۵۰) نخستین پژوهش‌گری هست که جهت‌گیری مذهبی را مورد بررسی قرار داده است. جهت‌گیری مذهبی به تعبیر آلپورت (۱۹۵۰) دارای دو نوع «جهت‌گیری درونی و بیرونی» است و اشاره به‌روشی است که انسان‌ها در قبال باورهای دینی‌شان اخذ می‌کنند و این‌که چگونه آن باورها را به‌کار می‌برند (سیلان باتور، ساکال، گوناراتنه^۳، ۲۰۲۱: ۲۰). نگاه کردن به دین، به‌عنوان یک هدف و این‌که می‌تواند شکل زندگی ما را بسازد «جهت‌گیری مذهبی درونی» نامیده‌اند و سعی برای به‌دست آوردن پاداش‌های بیرونی به‌واسطه عملکردهای دینی را «جهت‌گیری مذهبی بیرونی» نام‌گذاری کرده‌اند (سانچزودوریز^۴، ۲۰۱۶).

آلپورت (۱۹۵۰) جهت‌گیری مذهبی بیرونی را به‌عنوان یک مذهب نابالغ نسبت به مذهب درونی توصیف می‌کرد. به عقیده وی، مذهب بیرونی کم‌تر از مذهب درونی جنبه درمان‌گرانه و پیش‌گیرانه دارد. تنها مذهب با جهت‌گیری درونی است که سلامت روانی را تضمین می‌کند. اعتقادات مذهبی درونی به‌صورت یک چارچوب معنابخش است که بر حسب آن تمام زندگی شناخته می‌شود. اشخاصی با این اعتقاد، انگیزه‌های اصلی خود را درون مذهب می‌یابند. دیگر نیازها هر چقدر هم که قوی باشند، نسبت به این انگیزه ارزش کم‌تری دارند. چنین اشخاصی وقتی باوری را بپذیرند سعی می‌کنند که آن‌را درونی ساخته و به‌طور کامل دنبال کنند (سیدمیرزایی، حاتمی‌وحسنی، ۱۴۰۱؛ توان، سلیمانی‌فرد، ۱۴۰۱).

در خصوص متغیرهای هم‌بسته با جهت‌گیری مذهبی و پیش‌بین‌های آن، پژوهش‌های متعددی صورت گرفته که نشان می‌دهد معنویت و باورهای دینی در سلامت روان و سازگاری افراد نقش عمده‌ای دارد (کیمبا و آندرسون، ۲۰۲۲). مذهب می‌تواند با تنظیم هیجانات و به‌عبارتی کنترل کردن هیجانات و استفاده از راهبردهایی که هیجانات و اضطراب‌های بیرونی را در کنترل ما در می‌آورند، هم ارتباط داشته باشد. پژوهش‌های متعددی نشان داده است که بین تنظیم هیجان و مذهب رابطه وجود دارد (نجی‌اللهی ملک‌شاه و رضاخانی، ۱۴۰۰؛ کیمبا و آندرسون، ۲۰۲۲). مذهب به‌عنوان یک عامل محافظتی در برابر پیامدهای روانی منفی شناخته شده است و با طیفی از پیامدهای سلامت روانی و جسمی مثبت همراه است. تصور می‌شود که دین تا حدودی با افزایش توانایی‌های تنظیم هیجان و ارائه روش‌های نظارتی مبتنی بر ایمان، مزایای روان‌شناختی را برای ایمان‌داران به ارمغان می‌آورد. هیجانات نقش مهمی در تجربه دینی دارند. فعالیت‌های مذهبی می‌توانند بر هیجانات قدرتمندی تأثیرگذار باشند (گراس^۵، ۲۰۱۴). هم‌چنین تصور می‌شود که باور مذهبی با ارائه طرح‌واره‌ای برای باورمندان برای ارزیابی هیجانات و تفسیر رویدادهای استرس‌زا، به‌عنوان یک نیروی تنظیم‌کننده عمل می‌کند. افراد مذهبی ممکن است به‌ویژه در به‌کارگیری راهبردهای ارزیابی مجدد شناختی که شامل تغییر معنا یا مفهوم‌سازی یک رویداد عاطفی است که منجر به افزایش عاطفه مثبت و کاهش عاطفه منفی می‌شود موفق شوند که افزایش

1. Kiyimba&Anderson

2. Yang, Shi, Tang, Zhu, and Xiong

3. Ceylan-Batur, Sakalli, & Gunaratne

4. Sanchez, Dorie

5. Gross

توانایی ارزیابی مجدد شناختی را تسهیل می‌کند، زیرا معناسازی و ارزیابی ارزشی سازگار از رویدادهای زندگی یک ویژگی اصلی زندگی مذهبی در بسیاری از ادیان است. ایمان مذهبی می‌تواند نگرانی‌های وجودی را برطرف کند طرح‌واره‌های محکمی را ارائه می‌دهد که از طریق آن‌ها می‌توان رویدادهای منفی زندگی را دوباره ارزیابی کرد با این حال، بسیاری از مذاهب به‌طور هم‌زمان سرکوب عاطفی یا بیانی مربوط به زمینه خاص را ترویج می‌کنند (مثلاً پرهیز جنسی) که یک راهبرد تنظیم هیجان نسبتاً کم‌تر مؤثر است. دین‌داری با استفاده مکرر و موفقیت‌آمیز با ارزیابی مجدد شناختی مرتبط است که به‌عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان تطبیقی در نظر گرفته می‌شود. به نوبه خود، ارزیابی مجدد شناختی مکرر به‌واسطه ارتباط بین دین‌داری و رضایت از زندگی مشخص شده است. در حالی که دین‌داری ممکن است توانایی فرد را برای به‌کارگیری راهبردهای تنظیم هیجانی مانند ارزیابی مجدد یا سرکوب افزایش دهد، مشخص نیست که آیا جنبه‌های خاص زندگی مذهبی (مانند دعای مراقبه، منبع کنترل بیرونی) به‌عنوان اشکال تنظیم عمدی هیجانات برای پیروان مذهبی عمل می‌کند یا خیر (صبا و اصل‌فتاحی، ۱۳۹۶).

هم‌چنین براساس پژوهش‌های انجام‌شده، مذهب به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده مثبت سرسختی روان‌شناختی^۱ است. معنادهی به موقعیت‌های دشوار و چالش‌انگیز، همواره یکی از مؤلفه‌های اصلی سرسختی روان‌شناختی به‌شمار می‌آید مدی^۲ (۲۰۱۳). این معنا می‌تواند از منابع مختلفی تأمین شود. ولی یکی از مهم‌ترین و اصلی‌ترین منابع آن مذهب و «جهت‌گیری مذهبی» است. سرسختی روان‌شناختی یکی از سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر است که به‌عنوان یک توانمندی روان‌شناختی ارزشمند به‌شمار می‌آید و به‌معنای ترکیبی از نگرش‌ها و باورهایی است که به فرد انگیزه و جرأت می‌دهد تا در مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زا به‌طور سرسختانه مقاومت کند و از میان آن‌ها راهی به‌سوی رشد و تعالی بیابد (مشهدی، رنجبری‌پور و هواسی سومار، ۱۴۰۰؛ ملکی، ۱۴۰۱). هرنوع برخورد و با این حال مداخله در این زمینه مستلزم اقدام و پژوهش گسترده در همه سنین خصوصاً دوران نوجوانی که دوره هویت‌یابی است، می‌باشد.

سرسختی روان‌شناختی بر مبنای نظریه کوباسا^۳ (۱۹۷۹) دارای سه مؤلفه، «کنترل» (داشتن توانایی کنترل و مدیریت رویدادهای تنش‌زا و فشارآور)، «تعهد» (داشتن توانایی احساس عمیق در آمیختگی و تعهد درباره فعالیت‌ها و یافتن معنا برای آن‌ها) و «چالش» (توانایی نگرستن به رویدادهای تنش‌زا و فشارآور به‌عنوان یک رویداد هیجان‌انگیز و برانگیزاننده جهت رشد و تعالی) می‌باشند. مطالعات نشان داده‌اند که سرسختی روان‌شناختی، فشارزا بودن حوادث و هم‌چنین برانگیختگی روانی- جسمانی حاصل از حوادث را کاهش می‌دهد و تأثیر مثبتی بر سلامتی افراد دارد و به احتمال بیش‌تری افراد احساس شادی، رضایت از زندگی می‌کنند و از سلامت روانی و جسمی برخوردار هستند (خیرآبادی، امدادی، حاتمی و امانی، ۱۴۰۱). براساس مبانی نظری و پژوهش‌های انجام‌شده، معنادهی به موقعیت‌های دشوار و چالش‌انگیز، همواره توسط مذهب صورت می‌گیرد (مدی، ۲۰۱۳).

یافته‌ها نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی درونی، با سرسختی و شادکامی، سخت‌رویی، افزایش سلامت روان، سلامت معنوی رابطه دارد. در مقابل جهت‌گیری مذهبی بیرونی، با مورد تنیدگی، افسردگی، ناپایداری هیجانی، هم‌بستگی مثبت داشته است (جلیلیان کاسب، حجت‌خواه و رشیدی، ۱۳۹۵: ۱۵۱). نتایج مطالعه‌ای نشان داد افرادی که در مقیاس جهت‌گیری مذهبی بیرونی نمرات بالاتری را کسب کرده بودند، استرس بیش‌تری داشتند؛ ولی افرادی که نمرات بالایی در جهت‌گیری مذهبی درونی داشتند، استرس کم‌تری را نشان می‌دادند (رحیمی پوردنجان، محمدزاده، دوستکام وزکی^۱، ۲۰۱۸). استفاده از مذهب به افراد کمک می‌کند تا با اثرات منفی رویدادهای استرس‌زا مقابله کنند و دریافتن هدف و معنا در این رویدادها، حتی زمانی که به‌نظر بی‌معنا هستند، به آن‌ها یاری می‌رساند و عقاید مذهبی با ایجاد معنادهی سازنده، می‌توانند افراد را برای رویارویی و مدیریت بسیاری از چالش‌ها و مسائل روزمره مانند مسائل محیط کار، مسائل جسمی و مرتبط با سلامت و بسیاری از نگرانی‌ها و استرس‌های روان‌شناختی روزانه، توانمند سازند و به‌عبارتی سرسختی روان‌شناختی آن‌ها را افزایش و آسیب‌پذیری آنان را به مسائل زندگی روزمره کاهش می‌دهند (سیدمیرزایی و همکاران، ۱۴۰۱). مطالعات نشان داده است که، افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی نسبت به افراد دارای جهت‌گیری مذهب بیرونی از سرسختی روان‌شناختی بیش‌تری برخوردار هستند. نتایج پژوهشی نشان داد، میان ابعاد متغیر سرسختی روان‌شناختی ابعاد کنترل و چالش‌جویی با جهت‌گیری مذهبی رابطه معناداری وجود دارد (ملایی و یزدخواستی، ۱۴۷: ۱۳۹۸). در بررسی دیگری مشخص شد که سرسختی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن در افراد دارای سطوح مختلف دین‌داری متفاوت است.

افراد دارای دین‌داری سطح بالا نمره بالایی در کنترل و افراد دارای سطوح دین‌داری متوسط و بالا نمره بالایی در سخت‌رویی و مؤلفه تعهد داشتند (اکبری و حقی، ۱۳۹۸).

پرتو (۱۳۹۴) نتایج پژوهشی بیان‌گر این بود افرادی که در مقیاس جهت‌گیری مذهبی بیرونی نمره‌های بیش‌تری را کسب کرده بودند، تنش بیش‌تری داشتند. از سوی دیگر افرادی که نمره‌های بیش‌تری در جهت‌گیری مذهبی درونی داشتند، تنش کم‌تری را نشان دادند و از سرسختی بالاتری برخوردار بودند.

از سویی دیگر، پژوهش‌ها نشان داده، دل‌بستگی از جمله عواملی است که به‌نظر می‌رسد بتواند نقش مهمی در ایجاد و ابقای سرسختی افراد ایفاء کند. کیفیت دل‌بستگی فرد می‌تواند نوع ارتباطات وی را در آینده و هم‌چنین میزان رشد، سلامت، چگونگی مقابله با تنیدگی‌ها و هیجانات، استقلال و عدم وابستگی و هم‌چنین ابتلا به اختلالات روانی را پیش‌بینی کند (گلستانی قره‌اونه، ۱۴۰۰). افراد با سبک‌های دل‌بستگی متفاوت به‌طور متفاوتی در موقعیت‌های تنش‌زا عمل می‌کنند. پژوهش‌هایی نیز رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و سرسختی فردی را بررسی کرده‌اند. مطالعات نشان داد که سبک دل‌بستگی ایمن رابطه مثبتی با سرسختی کلی و هم‌چنین مؤلفه‌های تعهد، کنترل و چالش دارد و از طرفی سبک‌های نایمن با متغیرهای مذکور رابطه‌ای منفی دارد (نریا و همکاران^۲، ۲۰۱۷، چینی و همکاران، ۱۴۰۲). مطالعات زیادی نشان داده‌اند که سبک دل‌بستگی ایمن کیفیت زندگی،

رضایت‌مندی، سرسختی‌روان‌شناختی و علایم کم‌تر افسردگی در مواجهه با مصیبت را موجب می‌شود و سبک‌های ناایمن با پرخاش‌گری و نگرش‌های سالم کم‌تر همراه است (سهراب‌زاده و امیدپور، ۱۴۰۲؛ کاظمی و همکاران، ۱۴۰۰). براساس پیشینه پژوهش می‌توان گفت، این مسئله که جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی برتنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی تأثیر می‌گذارند، نیازمند بررسی است؛ اگر چه پژوهش‌هایی در این خصوص صورت پذیرفته اما با توجه به حل نشدن مشکل ضرورت انجام پژوهش در این زمینه باقی است و مطالعات کافی مبتنی بر روش‌های نظام‌دار عملی انجام نشده است. با توجه به این‌که، مذهب نقش مهمی به‌عنوان تعدیل‌کننده آسیب‌های جسمانی و روانی افراد دارد و موجب کنترل و تعدیل در هیجانات و کاهش تنش در موقعیت‌های استرس‌زا می‌شود؛ روشن شدن این موضوع که در نوجوانان چه نوعی از جهت‌گیری مذهبی برجسته‌تر است می‌تواند مهم باشد. امروزه همراه با افزایش روزافزون فناوری و ارتباطات و افزایش نگران‌کننده آسیب‌های روانی - اجتماعی در جوامع، به‌نظر می‌رسد که نوجوانان با تنش‌ها و استرس‌های رو به افزایش مواجه هستند و اگر سرسختی و تنظیم هیجان در شرایط استرس‌زا را نداشته باشند، این مسائل مانع بزرگی بر سر بهداشت روانی و سلامت روانی و هویت‌یابی سالم آنان خواهد بود. بنابراین، انتظار می‌رود با بررسی و کشف روابط بین جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی با تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی، به راهبردهای قابل اجرا در شرایط آموزشی و پرورشی جهت رویارویی مثبت و کارآمد با موقعیت‌های تنیدگی‌زا در دانش‌آموزان دست یافت و از سویی دیگر، در جهت تدوین برنامه‌ها و سرفصل‌های درسی مقتضی گام مؤثری برداشت. با توجه به این‌که بررسی ترکیبی از متغیرها در یک فرایند پویا و چندبُعدی پیشنهاد می‌شود، مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش جهت‌گیری و سبک‌های دل‌بستگی بر تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان انجام شده و در پی پاسخ‌گویی به پرسش پژوهش است که انواع جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی تا چه میزان می‌توانند در میزان بروز تنظیم هیجانات و سرسختی روان‌شناختی نقش داشته باشد به‌عبارت دیگر کدام‌یک از متغیرهای جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی نقش مؤثرتری در تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه دارد؟ براین اساس پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان براساس جهت‌گیری مذهبی و سبک دل‌بستگی انجام شده است.

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اول: تنظیم هیجان را می‌توان بر اساس جهت‌گیری مذهبی پیش‌بینی کرد

فرضیه دوم: تنظیم هیجان را می‌توان بر اساس سبک‌های دل‌بستگی پیش‌بینی کرد.

فرضیه سوم: سرسختی روان‌شناختی را می‌توان بر اساس جهت‌گیری مذهبی پیش‌بینی کرد.

فرضیه چهارم: سرسختی روان‌شناختی را می‌توان بر اساس سبک‌های دل‌بستگی پیش‌بینی کرد.

روش

روش پژوهش حاضر با توجه به نحوه گردآوری داده‌ها، از نوع توصیفی با روش هم‌بستگی بود، چرا که سعی در تبیین روابط موجود بین متغیرهای مورد بررسی را دارد. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه شهر کاشان ($N=8100$) نفر که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. بر این اساس با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای تعداد ۵۰۰ نفر (۱۹۵ پسر و ۲۸۶ دختر) دانش‌آموز از رشته‌های مختلف تحصیلی انتخاب شدند. تعداد ۵۰۰ پرسش‌نامه بین دانش‌آموزان توزیع شد و در نهایت با حذف پرسش‌نامه‌های مخدوش و پرسش‌نامه‌های عودت داده‌شده، داده‌های ۴۸۱ پرسش‌نامه وارد تحلیل شدند. در این پژوهش از پرسش‌نامه‌های زیر استفاده شد.

پرسش‌نامه زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی کوباسا^۱

این پرسش‌نامه توسط کوباسا و همکارانش در سال ۱۹۷۹ ساخته شده است، این پرسش‌نامه خود گزارشی است که میزان سرسختی روان‌شناختی افراد با آن سنجیده می‌شود و دارای ۵۰ ماده است. آزمودنی برای پاسخ‌گویی باید نظر خود را در یک مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای از صفر تا ۳ (اصلاً صحیح نیست، تقریباً صحیح است، غالباً صحیح است و کاملاً صحیح است)، بیان کند. این پرسش‌نامه چهار خرده‌مقیاس دارد. نمره کلی و خرده‌مقیاس‌هایی شامل تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی. کل مقیاس با ۵۰ ماده و سه نمره به ترتیب برای خرده‌مقیاس تعهد با ۱۶ ماده و خرده‌مقیاس‌های کنترل و مبارزه‌جویی هر کدام با ۱۷ ماده کوباسا، مدی^۲ (۱۹۹۰). در مطالعه‌ی مدی و خوشابا (۱۹۹۴) بر اساس آلفای کرونباخ هم‌سانی درونی این مقیاس برای چالش، کنترل، تعهد و سرسختی کلی به ترتیب، ۷۵/۷۱، ۸۴/۰ و ۸۸/۰ است. در مطالعات داخلی نیز اعتبار مقیاس سرسختی مورد حمایت قرار گرفته است، از جمله الهام‌پور و گنجی (۱۳۹۷) بررسی پایایی و روایی پرسش‌نامه سرسختی را بررسی کردند. ضریب پایایی از روش بازآزمایی با فاصله ۶ هفته، برای آزمون سرسختی ۰/۶۱، و هم‌سانی درونی کل پرسش‌های آزمون از طریق آلفای کرونباخ ۰/۶۸۳ به دست آمد که نشانه پایایی و هم‌سانی درونی قابل‌قبولی برای این پرسش‌نامه است. در پژوهش حاضر روایی ۰/۷۷ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمده که نشان‌دهنده پایایی معنادار این پرسش‌نامه است.

سیاهه تنظیم هیجانی

در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان سرکوبی و ارزیابی مجدد شناختی، از پرسش‌نامه سیاهه تنظیم هیجانی گراس و جان^۳ (۲۰۰۳) استفاده شد. در پژوهش گراس و جان هم‌بستگی درونی برای ارزیابی مجدد ۷۹ درصد و سرکوبی ۷۳ درصد به دست آمده است. کارمین و وینگرهوتس هم‌بستگی درونی را برای ارزیابی مجدد ۸۳ درصد و برای سرکوبی ۷۹ درصد گزارش کردند. در ایران حسینی (۱۳۹۰) میزان آلفای کرونباخ ۷۹ درصد برای ارزیابی مجدد گزارش کرده است و در پژوهش بیگدلی و همکاران (۱۳۹۲) مقدار آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۸۳ درصد و سرکوبی ۷۹ درصد به دست آمده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۷۸ درصد و به دست آمد.

1. Kobasa's Personal Perspectives Grounding Questionnaire

2. Khobasa, Maddi
3. Gross & John

پرسش‌نامه جهت‌گیری مذهبی^۱

آلپورت و راس^۲ در سال ۱۹۶۷ این مقیاس را برای سنجش جهت‌گیری‌های درونی و بیرونی مذهب تهیه کردند. در مطالعات اولیه‌ای که بر مبنای صورت گرفت، مشاهده شد که هم‌بستگی جهت‌گیری بیرونی با درونی ۰/۲۱ است. این پرسش‌نامه دارای ۲۱ ماده است که ۱۲ ماده آن مربوط به جهت‌گیری مذهبی بیرونی (گویه‌های ۱ تا ۱۲) و ۹ ماده آن مربوط به جهت‌گیری مذهبی درونی (گویه‌های ۱۳ تا ۲۱) است. در این پرسش‌نامه نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت برای پرسش‌های مقیاس جهت‌گیری مذهبی بیرونی و جهت‌گیری مذهبی درونی به صورت (کاملاً موافقم ۱ تا، کاملاً مخالفم ۴) است. روایی محتوایی این پرسش‌نامه، در پژوهش جان‌بزرگی (۱۳۸۶) تأیید شده و ضریب اعتبار آن براساس آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۴ به دست آمده است. پایایی این پرسش‌نامه توسط جان‌بزرگی در سال ۱۳۷۸ در یک گروه ۲۳۵ نفری از دانشجویان دانشگاه تهران با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ مورد تأیید قرار گرفت (نقل از صدیقی ارفعی و همکاران، ۱۶: ۱۴۰۰). اعتبار این مقیاس در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ هر یک از خرده‌مقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسش‌نامه سبک دل‌بستگی^۳

این پرسش‌نامه توسط کولینزورید^۴ (۱۹۹۰) جهت سنجش سبک دل‌بستگی تدوین شد و مشتمل بر ۱۸ ماده است که توسط علامت‌گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت برای هر ماده (که از ۱= اصلاً ویژگی من نیست تا ۵= کاملاً ویژگی من است) سنجیده می‌شود. کولینز و رید (۱۹۹۰) نشان دادند مقادیر آلفای کرونباخ در زیرمقیاس‌های نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در تمامی موارد مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است. در ایران نیز میزان پایایی این آزمون در سطح ۹۵ درصد قابل اعتماد است (سهراب‌زاده و امیدپور، ۱۴۰۲). نتایج حاکی از ضریب آلفای در پژوهش حاضر، (۰/۸۹) برای سبک دل‌بستگی ایمن (۰/۸۱) دل‌بستگی اجتنابی و (۰/۷۸) دل‌بستگی دوسوگرا بود.

تحلیل یافته‌های پژوهش

۱- آمار توصیفی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

مشخصات جمعیت‌شناختی در نمونه ۵۰۰ نفری بررسی شد. بر اساس یافته‌های پژوهش میانگین و انحراف معیار متغیر سن به ترتیب ۱۷/۰۲ و ۰/۰۸ بود. براساس آماره‌های کجی و کشیدگی توزیع این متغیر نرمال می‌باشد. ۱۹۵ نفر از شرکت‌کنندگان در پژوهش (۳۹ درصد) پسر ۲۸۶ نفر (۵۷ درصد) دختر بودند. ۳۰ درصد در پایه دهم، ۳۶ درصد در پایه یازدهم و ۳۳ درصد در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند. یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان می‌دهد.

جدول ۱: نتایج توصیفی جمعیت‌شناختی

متغیر	گروه	فراوانی	درصد
جنسیت	پسر	۱۹۵	۳۹٪
	دختر	۲۸۶	۵۷٪

بدون پاسخ	۱۹	۴٪
مجموع	۵۰۰	۱۰۰٪
دهم	۱۵۱	۳۰٪
یازدهم	۱۷۷	۳۶٪
دوازدهم	۱۶۷	۳۳٪
بدون پاسخ	۵	۱٪
میانگین $\pm$ انحراف معیار	کم‌ترین	بیش‌ترین
۱۷/۰۲ $\pm$ ۰/۰۸۱	۱۶	۱۹

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی برای همه متغیرهای پژوهش و نتایج نرمال بودن توزیع داده‌ها

متغیرهای اصلی	مؤلفه	میانگین	انحراف معیار	شاخص‌های نرمالیتی		دامنه تغییرات		آزمون کلموگروف اسمیرنوف	
				چولگی	کشدگی	کم‌ترین	بیش‌ترین	Z	Sig
جهت‌گیری مذهبی	جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۲۸/۵۹	۹/۶۲	۰/۲۲	-۱/۰۲	۱۲	۴۷	۰/۱۱۶	۰/۰۰۱
	جهت‌گیری مذهبی درونی	۲۶/۶۲	۹/۶۶	۰/۲۷	-۰/۸۵	۱۰	۴۷	۰/۰۷۵	۰/۰۰۱
سبک دل‌بستگی	دل‌بستگی ایمن	۱۳/۸۸	۴/۹۱	۰/۳۱	-۰/۷۹	۵	۲۵	۰/۰۸۹	۰/۰۰۱
	دل‌بستگی اجتنابی	۱۴/۷۳	۴/۹۸	۰/۹۲	۱/۲۴	۵	۳۶	۰/۱۰۸	۰/۰۰۱
	دل‌بستگی دوسوگرا-اضطرابی	۱۴/۸۵	۵/۱۲	۰/۱۲	-۰/۴۸	۵	۳۰	۰/۰۸۵	۰/۰۰۱
تنظیم هیجانی	نمره کل	۲۹/۹۵	۹/۷۳	۰/۸۶	۰/۱۷	۱۲	۵۹	۰/۰۷۷	۰/۰۰۱
	سرگوبی	۱۳/۲۵	۵/۱۹	۰/۳۳	-۰/۸۳	۴	۲۷	۰/۸۸۷	۰/۰۰۱
	ارزیابی مجدد	۱۶/۷۱	۶/۳۴	۱/۱۹	۱/۴۸	۷	۴۲	۰/۶۶۷	۰/۰۰۱
سرسختی روان‌شناختی	نمره کل	۸۹/۵۸	۲۸/۲۷	-۰/۶۷	-۰/۳۴	۸	۱۳۲	۰/۰۹۹	۰/۰۰۱
	نمره تعهد	۲۹/۴۴	۹/۶۳	-۰/۵۰	-۰/۶۸	۰	۴۴	۰/۰۹۷	۰/۰۰۱
	نمره چالش	۲۵/۴۰	۹/۲۵	-۰/۳۸	-۰/۴۷	۲	۴۳	۰/۰۸۵	۰/۰۰۱
	نمره کنترل	۳۴/۷۳	۱۲/۴۰	-۰/۵۹	-۰/۵۸	۳	۵۴	۰/۰۶۰	۰/۰۰۳

با توجه به جدول ۲، به دلیل این که سطح معناداری تمامی متغیرها و خرده مقیاس‌ها کم‌تر از ۰/۰۵ است در نتیجه مقدار آماره کولموگروف-اسمیرنوف خارج بازه بحرانی قرار دارد و فرض صفر رد می‌شود و ادعای نرمال بودن توزیع متغیرها پذیرفته نمی‌شود. در نتیجه با توجه به چند سطحی بودن متغیرها و تعدد شاخص‌ها، عدم نرمال بودن داده‌ها، برای تخمین و آزمون متغیرها از روش پی‌آل‌اس استفاده شده است. هم‌چنین روش حداقل مربعات جزئی که در بحث الگوسازی رگرسیونی آن را با پی‌آل‌اس نیز معرفی می‌کنند، یکی از روش‌های آماری چند متغیره محسوب می‌شود که به وسیله آن می‌توان علی‌رغم برخی محدودیت‌ها مانند: نامعلوم بودن توزیع متغیر پاسخ، وجود تعداد مشاهدات کم و یا وجود خود هم‌بستگی

جدی بین متغیرهای توضیحی؛ یک یا چند متغیر پاسخ را به طور همزمان در قبال چندین متغیر توضیحی الگوسازی کرد.

تحلیل یافته‌های کمی پژوهش

قبل از وارد شدن به مرحله آزمون فرضیه‌ها، اطمینان یافتن از صحت متغیرهای مورد اندازه‌گیری، متغیرهای برون‌زا و درون‌زا ضروری است. به منظور پی بردن به متغیرهای زیربنایی یک پدیده یا تلخیص مجموعه داده‌ها از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. برای ارزیابی اعتبارسنجی متغیرهای مورد اندازه‌گیری مقادیر زیر را محاسبه کرده و در صورت برآورده شدن شرایط مندرج در جدول ۳ می‌توان ادعا کرد که متغیرهای مورد اندازه‌گیری از شرایط مناسب و مطلوبی برخوردار است.

جدول ۳: شرایط برقراری پایایی و روایی هم‌گرا

منبع	حد مجاز	شاخص
(جوزپ و همکاران، ۲۰۱۶)	• پایایی ترکیبی و آلفای کرونباخ بالای ۰/۷ باشند.	پایایی
	• بارهای عاملی باید معنا دار باشند ($t > 1/96$)	روایی هم‌گرا
	• بارهای عاملی استاندارد باید بزرگ‌تر از ۰/۴ باشد.	
	• $CR > AVE$	
	• $AVE > 0/5$	
	• $Rho_A > 0/06$	روایی واگرا
	• $Q^2 > 0$	
	• $AVE > MSV$	

یکی از شاخص‌های بررسی روایی هم‌گرا شاخص متوسط واریانس استخراج‌شده (AVE) استفاده شده است. متوسط واریانس استخراج‌شده (AVE)، یک مقیاس از هم‌گرایی در میان مجموعه‌ای از گویه‌های مشاهده شده یک ساختار است. در واقع یک درصدی از واریانس شرح داده شده در میان گویه‌ها است. همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، مقدار این شاخص برای سازه‌ها بالاتر از ۰/۵ شده است و نشان از تأیید روایی هم‌گرا است. از دیگر شاخص‌های روایی هم‌گرا شاخص Rho_A است. مقدار این شاخص نیز برای تمامی متغیرهای پژوهش بالاتر از ۰/۰۶ درصد بوده است. و نشان از تأیید روایی هم‌گرا است. برای بررسی پایایی متغیرهای پژوهش از دو شاخص پایایی ترکیبی و آلفای کرونباخ استفاده شده است. برای تمامی متغیرهای پژوهش مقدار آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی از ۰/۷ بزرگ‌تر شده‌اند که نشان از پایایی ابزار اندازه‌گیری است.

جدول ۴، روایی واگرا را با استفاده از شاخص فورنل و لارکر نشان می‌دهد. روایی واگرا، اندازه‌ای است که یک سازه به‌درستی از سایر سازه‌ها با معیار تجربی متمایز می‌شود. طبق شاخص فورنل و لارکر لازم است که ریشه دوم میانگین واریانس استخراج‌شده (AVE)، هر متغیر پنهان باید بیش‌تر از بالاترین هم‌بستگی آن سازه با سایر سازه‌های مدل باشد، یعنی مقدار جذر میانگین واریانس استخراج‌شده (AVE) متغیرهای پنهان در پژوهش حاضر که در خانه‌های موجود در قطر اصلی ماتریس قرار گرفته‌اند، از مقدار هم‌بستگی میان آن‌ها که در خانه‌های زیرین و چپ قطر اصلی ترتیب داده شده‌اند، بیش‌تر باشد. منطق این سازه این است که یک سازه باید واریانس بیش‌تری با معرف‌های خود تا سایر سازه‌ها داشته باشد

(فورنل و لارکر، ۱۹۸۱). نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که همه متغیرها روایی و اگرایی قابل قبولی دارند. به‌عنوان مثال ریشه دوم میانگین واریانس تبیین‌شده برای متغیر سبک دل‌بستگی ایمن ۸۷/۸ درصد شده است که از مقدار هم‌بستگی این متغیر با سایر متغیرها بیش‌تر است.

جدول ۴: بررسی روایی هم‌گرای و پایایی متغیرها

متغیرهای اصلی	مؤلفه	آلفا کرونباخ CA>۰/۷	قابلیت اطمینان rho_A>۰/۷	پایایی ترکیبی CR>۰/۷	میانگین واریانس تبیین‌شده AVE>۰/۵
جهت‌گیری مذهبی	جهت‌گیری مذهبی بیرونی	۰/۹۲۶	۰/۹۲۸	۰/۹۴۴	۰/۷۷۲
	جهت‌گیری مذهبی درونی	۰/۹۲۷	۰/۹۲۸	۰/۹۴۵	۰/۷۷۵
سبک دل‌بستگی	سبک دل‌بستگی ایمن	۰/۹۲۶	۰/۹۲۷	۰/۹۴۴	۰/۷۷۲
	سبک دل‌بستگی اجتنابی	۰/۹۲۲	۰/۹۲۳	۰/۹۴۱	۰/۷۶۲
	سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی	۰/۹۲۱	۰/۹۲۳	۰/۹۴	۰/۷۵۹
سرسختی روان‌شناختی	تعهد	۰/۹۱۲	۰/۹۱۴	۰/۹۳۴	۰/۷۳۹
	چالش	۰/۹۲۶	۰/۹۲۶	۰/۹۴۴	۰/۷۷۱
	کنترل	۰/۹۰۷	۰/۹۰۸	۰/۹۳۱	۰/۷۲۹
متغیرهای اصلی	تنظیم هیجانی	۰/۹۲۳	۰/۹۲۳	۰/۹۴۲	۰/۷۶۳
	سبک هویت	۰/۷۶۸	۰/۹	۰/۷۰۲	۰/۵۸۲
	سرسختی روان‌شناختی	۰/۸۹۸	۰/۸۹۹	۰/۹۱۳	۰/۵۸۸
	جهت‌گیری مذهبی	۰/۹۰۹	۰/۸۹۹	۰/۹۳۳	۰/۶۶۷
	سبک دل‌بستگی	۰/۸۷۷	۰/۸۴۴	۰/۹۰۲	۰/۶۱۱

جدول ۵: ضرایب هم‌بستگی و شاخص اعتبار و اگرایی و آمار توصیفی

متغیرهای پنهان	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
سبک دل‌بستگی ایمن	۰/۸۷۸								
تعهد	۰/۴۴۲	۰/۸۵۹							
تنظیم هیجانی	۰/۴۱۷	۰/۲۵۳	۰/۸۷۴						
جهت‌گیری مذهبی بیرونی	-۰/۴۵۳	-۰/۴	-۰/۴۹۵	۰/۸۷۹					
جهت‌گیری مذهبی درونی	۰/۲۹۲	۰/۳۳۶	۰/۳۵۴	-۰/۳۳۱	۰/۸۸				
سبک دل‌بستگی اجتنابی	-۰/۲۷۸	-۰/۳۴۷	-۰/۳۸۲	۰/۳۲۴	-۰/۲۳۶	۰/۸۷۳			
سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی	-۰/۳۲۲	-۰/۴۲	-۰/۳۶۴	۰/۳۷۵	-۰/۲۴۸	۰/۲۶	۰/۸۷۱		
چالش	۰/۴۰۷	۰/۳۳۶	۰/۳۵۷	-۰/۵۰۱	۰/۳۸۵	-۰/۴۳	-۰/۴۲۲	۰/۸۷۸	
کنترل	۰/۴۷۱	۰/۲۸۸	۰/۳۱۶	-۰/۴۱۴	۰/۳۷۸	-۰/۳۹۷	-۰/۳۶۸	۰/۳۵۸	۰/۸۵۴

*** روی قطر اصلی ریشه دوم میانگین واریانس تبیین‌شده قرار دارد.

نتایج فرضیه‌های پژوهش

جدول ۵: ضرایب مسیر (بتا)، آماره تی، ضریب تعیین و نتیجه فرضیه‌های پژوهش

اثرات مستقیم	ضریب			اندازه اثر	نتیجه فرضیه	جهت رابطه
	ضریب مسیر	آماره تی	سطح معناداری	F^2	R^2	R^2_{adj}
سبک دل‌بستگی ایمن -> تنظیم هیجانی	۰/۱۶۳	۳/۷۲۵	۰/۰۰۰	۰/۰۳۱	۰/۳۶۷	۰/۳۵۹
جهت‌گیری مذهبی بیرونی -> تنظیم هیجانی	-۰/۲۶۷	۵/۴۴۶	۰/۰۰۰	۰/۰۷۷		
جهت‌گیری مذهبی درونی -> تنظیم هیجانی	۰/۱۴۳	۳/۱۷	۰/۰۰۲	۰/۰۲۷		
سبک دل‌بستگی اجتنابی -> تنظیم هیجانی	-۰/۱۸۴	۴/۲۷۱	۰/۰۰۰	۰/۰۴۵		
سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی -> تنظیم هیجانی	-۰/۱۲۸	۲/۸۰۲	۰/۰۰۵	۰/۰۲۱		
سبک دل‌بستگی ایمن -> سرسختی روان‌شناختی	۰/۲۷۴	۸/۹۸۳	۰/۰۰۰	۰/۱۷	۰/۶۷۳	۰/۶۶۹
جهت‌گیری مذهبی بیرونی -> سرسختی روان‌شناختی	-۰/۲۱۷	۶/۱۲۲	۰/۰۰۰	۰/۰۹۹		
جهت‌گیری مذهبی درونی -> سرسختی روان‌شناختی	۰/۲۱۷	۷/۰۰۸	۰/۰۰۰	۰/۱۲۱		
سبک دل‌بستگی اجتنابی -> سرسختی روان‌شناختی	-۰/۲۶۶	۸/۲۲۸	۰/۰۰۰	۰/۱۸۳		
سبک دل‌بستگی دوسوگرا -> سرسختی روان‌شناختی	-۰/۲۵۱	۸/۲۰۸	۰/۰۰۰	۰/۱۵۶		

$|t| > 1.96$ Significant at $P < 0.05$, $|t| > 2.58$ Significant at $P < 0.01$

یکی از معیارهای ارزیابی درونی متغیرها، ضریب تعیین (R^2) و ضریب تعیین تعدیل‌شده (R^2_{adj}) است. بر این اساس می‌توان گفت جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی، سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/اضطرابی روی هم‌رفته ۶۷/۳ درصد از تغییرات سرسختی روان‌شناختی را توضیح داده‌اند. جهت‌گیری مذهبی بیرونی و درونی، سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/اضطرابی روی هم‌رفته ۳۶/۷ درصد از تغییرات تنظیم هیجانی را توضیح داده‌اند. یکی دیگر معیار ارزیابی درونی متغیرها درونی، اندازه اثر (f^2) می‌باشد که نشان‌دهنده تغییر در مقدار (R^2) پس از حذف یک متغیر پنهان برون‌زای معین از متغیرها می‌باشد. هنسلر و همکاران (۲۰۰۳) مقادیر ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را به ترتیب اثرات کوچک، متوسط و بزرگ معرفی کرده است. فرمول محاسباتی این شاخص به صورت زیر است:

$$f^2 = \frac{R^2_{With} - R^2_{Without}}{1 - R^2_{With}}$$

بر اساس نتایج جدول ۵، مشاهده می‌شود بین متغیرهای تأثیرگذار بر سرسختی روان‌شناختی شدت اثر سبک دل‌بستگی اجتنابی (۱۸/۳ درصد) و بیش‌تر از سایر متغیرها و شدت اثر جهت‌گیری مذهبی

بیرونی (۹/۹ درصد) و از سایر متغیرها کم‌تر بوده است. بین متغیرهای تأثیرگذار بر تنظیم هیجانی شدت اثر جهت‌گیری مذهبی بیرونی (۷/۷ درصد) و بیش‌تر از سایر متغیرها و شدت اثر جهت‌گیری مذهبی درونی (۲/۷ درصد) و از سایر متغیرها کم‌تر بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی روابط جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی با سرسختی‌روان‌شناختی و تنظیم هیجان در دانش‌آموزان بود. فرضیه اول تأیید شد. نتایج نشان داد، تنظیم هیجان را می‌توان براساس جهت‌گیری مذهبی پیش‌بینی کرد. به بیان دیگر جهت‌گیری مذهبی درونی با تنظیم هیجان رابطه مثبت و معنادار و جهت‌گیری مذهبی بیرونی یا تنظیم هیجان رابطه منفی و معنا داشت. این یافته با نتایج پژوهش‌های (چینی، ۱۴۰۲؛ نجی‌اللهی ملک‌شاه و رضاخانی، ۱۴۰۰؛ کیمبا و آندرسون، ۲۰۲۲) هم‌سو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت، معنویت و باورهای دینی در سلامت روان و سازگاری افراد نقش عمده‌ای دارد. مذهب می‌تواند با تنظیم هیجانات و به‌عبارتی کنترل کردن هیجانات و استفاده از راهبردهایی که هیجانات و اضطراب‌های بیرونی را در کنترل ما در می‌آورند، هم ارتباط داشته باشد. مذهب به‌عنوان یک عامل محافظتی در برابر پیامدهای روانی منفی شناخته‌شده است و با طیفی از پیامدهای سلامت روانی و جسمی مثبت همراه است. در تبیین این یافته می‌توان گفت: تصور می‌شود که دین تا حدودی با افزایش توانایی‌های تنظیم‌هیجان و ارائه روش‌های نظارتی مبتنی بر ایمان، مزایای روان‌شناختی را برای ایمان‌داران به ارمغان می‌آورد. هیجانات نقش مهمی در تجربه دینی دارند. فعالیت‌های مذهبی می‌توانند بر هیجانات قدرتمندی تأثیرگذار باشند. بسیاری از ادیان راهبردهای تنظیمی خاصی مانند مقابله مذهبی را تجویز می‌کنند و به‌نظر می‌رسد این راهبردها در پاسخ به عوامل استرس‌زای عمده زندگی مانند از دست دادن همسر یا بیماری قابل توجه مؤثر هستند (ویشکین و همکاران، ۲۰۱۴).

تصور می‌شود که باور مذهبی با ارائه طرح‌واره‌ای برای افراد مذهبی برای ارزیابی هیجانات و تفسیر رویدادهای استرس‌زا، به‌عنوان یک نیروی تنظیم‌کننده عمل می‌کند. افراد مذهبی ممکن است، یکی از راهبردهای تنظیم هیجان که ارزیابی مجددشناختی هست را به‌کار گیرند. راهبردهای ارزیابی مجدد شناختی که شامل تغییر معنا یا مفهوم‌سازی یک رویداد عاطفی است، منجر به افزایش عاطفه مثبت و کاهش عاطفه منفی می‌شود، زیرا معناسازی و ارزیابی ارزشی سازگار از رویدادهای زندگی یک ویژگی اصلی زندگی مذهبی در بسیاری از ادیان است. ایمان مذهبی می‌تواند نگرانی‌های وجودی را برطرف کند طرح‌واره‌های محکمی را ارائه دهد که از طریق آن‌ها می‌توان رویدادهای منفی زندگی را دوباره ارزیابی کرد. دین‌داری با استفاده مکرر و موفقیت‌آمیز با ارزیابی مجدد شناختی مرتبط است که واسطه ارتباط بین دین‌داری و رضایت از زندگی است (ویشکین و همکاران، ۲۰۱۴).

در این مطالعه فرضیه دوم هم تأیید شد. به‌عبارت دیگر تنظیم هیجان را می‌توان براساس سبک‌های دل‌بستگی پیش‌بینی کرد. نتایج نشان داد سبک‌های دل‌بستگی با تنظیم هیجان رابطه دارد. شواهد پژوهشی نیز ارتباط بین متغیر تنظیم هیجان و سبک دل‌بستگی تأیید می‌کنند (محمدی و فولادچنگ، ۱۳۹۷؛ محمدی، فرنام، محبوبی، ۱۳۹۰؛ چینی و همکاران، ۱۴۰۱؛ چینی، ۱۴۰۲). در تبیین این یافته

می‌توان گفت، کسیدی^۱ (۱۹۹۴)، در یک پژوهش مروری خود با عنوان تأثیر روابط دل‌بستگی بر تنظیم هیجان نشان داد که افرادی که ویژگی‌مانند توانایی انعطاف‌پذیر برای پذیرش و یکپارچه کردن هیجان‌های مثبت و منفی را دارند به‌طور کلی دل‌بسته ایمن هستند و افرادی که به‌وسیله تأثیرات منفی زیاد یا کم مشخص می‌شوند به احتمال بسیار دل‌بسته ناایمن هستند. احساس ناامنی در روابط دل‌بستگی، نقص و نارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها را پیش‌بینی می‌کند. این یافته‌ها اهمیت دل‌بستگی در فرایندهای تجربه‌های سازگاری افراد را در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا را تقویت می‌کند.

از نتایج دیگر این پژوهش، تأیید فرضیه، پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی براساس جهت‌گیری مذهبی بود. بین جهت‌گیری مذهبی درونی با سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معنادار وجود داشت. به این معنی که جهت‌گیری مذهبی بیرونی به‌صورت منفی، جهت‌گیری مذهبی درونی به‌صورت مثبت با سرسختی روان‌شناختی رابطه معنی‌داری داشتند. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش (چینی و همکاران، ۱۴۰۲؛ چینی، ۱۴۰۲؛ کاظمی و همکاران، ۱۴۰۰؛ جلیلیان کاسب و همکاران، ۱۳۹۵؛ قربان صباغ و همکاران، ۱۳۹۶؛ ملایی و یزدخواستی، ۱۳۹۸؛ اکبری و حق، ۱۳۹۸، ناورا و جیمز، ۲۰۱۵) هم‌سو بود. در راستای این پژوهش می‌توان به یافته‌های اکبری و حق (۱۳۹۸) اشاره کرد. این پژوهش نشان داد، افرادی که از سرسختی روان‌شناختی قوی برخوردارند، احتمال کم‌تری دارد که در مقایسه با افراد دارای سرسختی روان‌شناختی ضعیف در پاسخ به تنش، دچار آسیب جسمانی و یا روانی شوند. در مطالعات مختلف ارتباط جهت‌گیری مذهبی با سرسختی روان‌شناختی بررسی شده است و این که مذهب نقشی مثبت در ارتقای سرسختی روان‌شناختی دارد. افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی نسبت به افراد دارای جهت‌گیری مذهبی بیرونی از سرسختی بیش‌تری برخوردار هستند (چینی، ۱۴۰۲؛ کاظمی و همکاران، ۱۴۰۱). در تبیین این یافته می‌توان گفت، از دلایلی که موجب می‌شود تا افراد با جهت‌گیری مذهبی درونی از تعهد، چالش و کنترل بیش‌تری برخوردار باشند، این است که آن‌ها هدفمند زندگی می‌کنند که این هدفمند بودن زندگی می‌تواند دارای تأثیرات مثبتی بر روی شخصیت افراد باشد و سپری در برابر سختی‌ها و عاملی در جهت سلامت روانی افراد باشد. مهم این است که مذهب را به‌عنوان بُعدی از وجود فرد در نظر گرفته شود که تمام اعمال و هدف‌ها و فعالیت‌های فرد را یکپارچه می‌سازد و معنا و هدف به زندگی می‌دهد.

مذهب نقش مهمی در رویارویی با استرس‌های زندگی دارد و می‌تواند اثر بحران‌های شدید زندگی را تعدیل کند (پارگامنت و همکاران، ۱۹۸۸؛ توان، ۱۴۰۱؛ صبا و همکاران، ۱۳۹۶) افراد برای مقابله با فشار روانی به‌خوبی از مذهب استفاده می‌کنند؛ زیرا واکنش آن‌ها به فشار روانی تحت تأثیر عواملی هم‌چون حمایت اجتماعی، سخت‌کوشی شخصی و سخت‌رویی سبک مشکل‌گشایی و مانند آن قرار می‌گیرد. افراد مذهبی، به‌دلیل داشتن یک‌سری اعتقادات و باورهای درونی رویدادهای استرس‌زا را به‌گونه‌ای متفاوت ارزیابی می‌کنند و در موقعیت‌های مختلف سازش و سرسختی بیش‌تری از خود نشان می‌دهند و پیامدهای روانی - اجتماعی منفی کم‌تری را در مواجهه با رویدادهای پراسترس زندگی گزارش می‌کنند (اکبری و حق، ۱۳۹۸). در واقع، مذهبی بودن می‌تواند آثار بحران‌های شدید زندگی را تعدیل

کند و سرسختی افراد را بالا ببرد؛ بنابراین، هرچه سطح دین‌داری فرد بیش‌تر باشد، به‌تبع آن، معنایی که به‌خود و جهان اطرافش می‌دهد، توأم با احساس ارزشمندی و هدف‌مندی است؛ به‌گونه‌ای که زمان پیدایش تنش و استرس، همانند سپر عمل کرده و موجب می‌شود فرد به‌واسطه باورهای شناختی خود، فشار روانی را تعدیل کند و به‌عنوان میانجی بر فرایند فکری و ارزیابی رویدادهای روزمره زندگی تأثیر می‌گذارد. بدین‌ترتیب، حتی بسیاری از رویدادهای به‌ظاهر منفی، مثبت و معنادار ارزیابی می‌شوند و فرد از آن‌ها احساس مثبت خواهد داشت. هم‌چنین موجب می‌شود فرد در برابر مشکلات سرسختی بیش‌تری از خود نشان دهد و بر اعمال و رفتار خود کنترل بیش‌تری داشته باشد و در زمان تنش کم‌تر دچار استرس‌شده و آسیب‌پذیری کم‌تری او را تهدید کرده و در واقع فرد سلامت روان بیش‌تر و بهزیستی روان‌شناختی بهتر دارد (بیرامی و همکاران، ۷۸: ۱۳۹۱). اما نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش اکبری (۱۳۹۵) که نشان داد بین کلیه ابعاد نگرش‌های مذهبی (به‌جز بعد مناسکی) و سرسختی روان‌شناختی رابطه منفی و معنادار وجود دارد و این‌که بالارفتن نگرش‌های مذهبی، موجب کاهش سرسختی روان‌شناختی می‌شود با نتیجه پژوهش کوباسا (۱۹۷۹) که بین سخت‌رویی و مذهبی بودن بر اساس فراوانی حضور در کلیسا - ارتباط منفی به‌دست آورد، مغایر می‌باشد؛ بنابراین، اگر این نتایج را با توجه به ابعاد دین‌دار و در کنار پژوهش‌هایی که رابطه معنی‌داری بین جهت‌گیری مذهبی درونی و سخت‌رویی پیدا کرده‌اند مورد تحلیل قرار دهیم، روشن می‌شود که فراوانی حضور در کلیسا تنها یک بُعد و شاید (در برخی افراد) بخشی از جهت‌گیری مذهبی بیرونی را نشان می‌دهد. در نظر آلپورت مذهب درونی‌شده به‌عنوان یک عامل کلیدی برای سلامت روانی نقش ایفاء می‌کند. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که آموزه‌های دینی با تأکید بر توکل، امید، توسل و مفاهیمی مثل آن، در کنار اعتقاد به قدرت مافوق بشری در تدبیر امور، در افراد معتقد و مذهبی آمادگی بیش‌تری برای رویارویی با رویدادهای زندگی فراهم می‌سازد (نورین و همکاران^۱، ۲۰۲۰).

از یافته‌های دیگر این پژوهش تأیید فرضیه: پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی بود. سبک دل‌بستگی ایمن با سرسختی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنادار و با سبک دل‌بستگی اجتنابی و دو سوگرا رابطه منفی و معنادار داشت.

این یافته با نتایج پژوهش (نریا، ۲۰۱۷؛ سهراب‌زاده و امیدپور، ۱۴۰۲؛ چینی و همکاران، ۱۴۰۲) هم‌سو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت، دل‌بستگی از جمله عواملی است که به‌نظر می‌رسد بتواند نقش مهمی در ایجاد و ابقای سرسختی افراد ایفاء کند. افراد با سبک‌های دل‌بستگی متفاوت به‌طور متفاوتی در موقعیت‌های تنش‌زا عمل می‌کنند. مطالعه نریا و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد که سبک دل‌بستگی ایمن رابطه مثبتی با سرسختی کلی و هم‌چنین مؤلفه‌های تعهد، کنترل و چالش دارد و از طرفی سبک‌های نایمن با متغیرهای مذکور رابطه‌ای منفی دارد. به‌نظر می‌رسد، سبک دل‌بستگی ایمن کیفیت زندگی، رضایت‌مندی، سرسختی روان‌شناختی و علایم کم‌تر افسردگی در مواجهه با مصیبت را موجب می‌شود و سبک‌های نایمن با پرخاش‌گری و نگرش‌های سالم کم‌تر همراه است (سهراب‌زاده و امیدپور، ۱۴۰۲).

پژوهش‌ها نیز مؤید آن است که دل‌بستگی نایمن با کنترل شدید عاطفی، عواطف مثبت کم‌تر و هیجانات منفی بیش‌تر همراه است وجود رابطه منفی قوی بین مؤلفه‌های اجتناب و دوسوگرا با سرسختی و خرده‌مقیاس‌های آن این نکته را خاطر نشان می‌کند که دل‌بستگی نایمن استحکام خانواده و توان مقابله آن‌را با تنش‌ها و مشکلات زندگی مختل می‌کند. وجود تفاوت در سرسختی افراد با دارای انواع سبک‌های دل‌بستگی از اثرگذاری سبک دل‌بستگی بر قابلیت مدیریت و مقابله با تنش‌ها خبر می‌دهد. می‌توان گفت، سبک دل‌بستگی ایمن از طریق ایجاد رابطه منطقی و با کیفیت در خانواده و همچنین انجام تعاملات حمایتی حین تنش، سرسختی بالاتر را موجب خواهد شد و در مقابل، سبک‌های نایمن با ایجاد ارتباط مختل، موجب لغزش و کارکرد نامناسب خانواده در مواجهه موقعیت‌های تنش‌زا می‌شود.

به نظر می‌رسد افراد با سبک دل‌بستگی ایمن مشکلات را به گونه‌ای مثبت تفسیر می‌کنند و سعی دارند تا به سرعت، معنایی برای آن بیابند. در پاسخ به چرایی رابطه معکوس سبک‌های نایمن با سرسختی می‌توان گفت که هریک از افراد دارای سبک‌های نایمن، نسبت به دیگران بی‌اعتمادند و سطوح پایینی از هم‌بستگی و اتکای متقابل را نشان می‌دهند (نریا و همکاران، ۲۰۱۷؛ چینی، ۱۴۰۲). پژوهش‌ها نشان دادند که بین اجتناب و اضطراب (مؤلفه‌های دل‌بستگی) با سرسختی و بین سازگاری و سرسختی رابطه مثبتی وجود دارد. این یافته‌ها به والدین گوش‌زد می‌کند که ایجاد دل‌بستگی ایمن با روش‌های تربیتی صحیح می‌تواند در تضمین ازدواج سالم فرزندان مؤثر واقع شود (معین‌الدینی و همکاران، ۱۴۰۲).

در نهایت، در بررسی برآزش کل مدل مشخص شد که روابط ساختاری جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی با سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان، برآزش مطلوبی با داده‌های پژوهشی دارد. به این معنی که می‌توان سرسختی روان‌شناختی و تنظیم هیجان را در قالب چنین مدل مفهومی تبیین کرد. پژوهشی که متغیرهای پژوهش جاری را با هم و یا در قالب یک مدل مفهومی بررسی کرده باشد، یافت نشد. پژوهش‌هایی هستند که نشان می‌دهد، سرسختی روان‌شناختی و سلامت روان با سطح دین‌داری ارتباط دارد. افراد دارای سطوح دین‌داری متوسط و بالا از سرسختی روان‌شناختی بالاتری برخوردارند و این که افراد دارای سطح دین‌داری بالا (در مقایسه با افراد دارای سطح دین‌داری پایین) اعتقاد دارند که می‌توانند رویدادهای زندگی را بیش‌تر کنترل و پیش‌بینی کنند، همچنین افراد دارای سطح دین‌داری متوسط و بالا (در مقایسه با افراد دارای سطح دین‌داری پایین) احساس تعهد بیش‌تری به اعمال و رفتارهای خود دارند (مدی، ۲۰۱۳).

از سوی دیگر پژوهش‌ها نشان داده که سبک‌های متفاوت هویت، نقش تعیین‌کننده‌ای در جهت‌گیری مذهبی دارد (دوریز و سوننز^۱، ۲۰۰۸). و این که بین سبک‌های هویت و جهت‌گیری مذهبی با سلامت عمومی ارتباط وجود دارد. مذهب و هویت به عنوان دو مؤلفه مهم از زندگی شخصی و اجتماعی بر برخی جنبه‌های زندگی جسمانی و روان‌شناختی افراد اثر می‌گذارد و بر اساس آن‌ها می‌توان سلامت روانی و جسمانی را پیش‌بینی کرد (صدیقی ارفعی و همکاران، ۱۵: ۱۴۰۰). این یافته‌ها بر رابطه تنگاتنگ هویت و

مذهب در جوانان صحنه می‌گذارد و تأکید می‌کند که در بررسی جهت‌گیری مذهبی نوجوانان، باید به تنظیم هیجان و سرسختی آنان توجه ویژه کرد.

چون جوانانی که مهارت تنظیم هیجان و مهارت‌های سرسختی در زندگی را دارند بین فرایندهای احساسی و عقلانی تمایز قائل می‌شوند و تحت تأثیر افکار و رفتار دیگران قرار نمی‌گیرند (امیری مجد، محمدی‌فر، ۱۳۹۵).

بنابر نتایج حاصل از پژوهش می‌توان گفت، مذهب عامل مهمی برای سلامت روان و نقش به‌سزایی در تکامل هویت نوجوانان دارد. پرورش دانش‌آموزانی که از صلاحیت‌های اخلاقی مسئولیت‌پذیری، جست‌وجوگری، مهارت‌های تصمیم‌گیری و سازگاران‌ه برخوردار باشند موجب ارتقاء سرسختی روان‌شناختی و تعدیل و تنظیم هیجان آنان می‌شود که می‌تواند بر زندگی فردی و اجتماعی آنان نیز تأثیر مثبت بگذارد و سرسختی روان‌شناختی و پایداری هیجانی را در این افراد افزایش دهد؛ تا در مواجهه با مشکلات و فشارها بهتر و دقیق‌تر عمل کند. برای افزایش سرسختی روان‌شناختی و مدیریت بر هیجانات باید باورهای مذهبی نوجوانان را تقویت کرد. برای این منظور متخصصان در این حوزه می‌توانند با اجرای آموزش‌هایی در قالب برنامه‌های آموزشی و پرورشی و با برگزاری کارگاه‌های آموزشی در راستای ارتقای و بهبود جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی گام بردارند.

این پژوهش همانند همه پژوهش‌های دیگر محدودیت‌هایی دارد. از آنجایی که پژوهش حاضر در نمونه دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرکاشان اجرا شده است. بنابراین لازم است در تعمیم‌دهی نتایج به سایر مقاطع تحصیلی و سایر مناطق جغرافیایی احتیاط شود. پیشنهاد می‌شود پژوهش در منطقه جغرافیایی متفاوت اجرا شود. با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان با ارائه برنامه‌هایی هم‌چون اجرای برنامه‌های مذهبی، ارائه متون و کتاب‌ها و دوره‌های آموزشی مرتبط با جهت‌گیری مذهبی و سبک دل‌بستگی، افزون بر تقویت باورهای مذهبی و دل‌بستگی را بهبود و تنظیم هیجانات و سرسختی روان‌شناختی را بالا برد. تا براساس پیشینه پژوهشی ارتقاء سرسختی روان‌شناختی موجب مقابله بهتری با شرایط استرس‌زاهای موقعیت‌های تحصیلی انجام شود.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از مدیران و دانش‌آموزان که محقق را در انجام این پژوهش یاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- اکبری، تقی، و حقّی، علی (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین سرسختی روان‌شناختی با جهت‌گیری مذهبی در دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری. *کنفرانس بین‌المللی دین، معنویت و کیفیت زندگی*، تیرماه ۱۳۹۸.
- اکبری، بهمن (۱۳۹۵). رابطه نگرش مذهبی با سبک‌های دل‌بستگی و سرسختی روان‌شناسی در دانشجویان متقاضی طلاق. *پرستاری و مامایی جامع‌نگر*. ۲۵ (۸۰)، ۸-۱.
- الهام‌پور، فوزیه، و گنجی، حمزه (۱۳۹۷). بررسی پایایی و روایی پرسش‌نامه سرسختی در دانش‌آموزان. *روان‌سنجی*، ۷ (۲۵)، ۱۱۷-۱۳۲. <https://sanad.iau.ir/fa/Article/1112101?FullText=FullText>
- امیری مجد، مجتبی، و محمدی‌فر، محبوبه (۱۳۹۵). رابطه معنای زندگی با راهبردهای تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی در دانشجویان. *دوفصلنامه تحقیقات روان‌شناختی*، ۸ (۲۹)، ۶۳-۷۸. <https://sanad.iau.ir/journal/qpr/Article/691141?jid=691141>
- بیرامی، منصور، اسماعیل‌پور، خلیل، و رضائی، زینب (۱۳۹۱). بررسی مقایسه‌ای سخت‌رویی و سلامت روان در سطوح مختلف دینداری در فرهنگیان شهرستان خوی. *آموزش و ارزش‌یابی (علوم تربیتی)*، ۵ (۱۹)، ۷۵-۹۰. <https://sanad.iau.ir/Journal/jinev/Article/972625>
- بیگدلی، ایمان‌اله، نجفی، محمود، و رستمی، مریم (۱۳۹۲). رابطه سبک‌های دل‌بستگی، تنظیم هیجانی و تاب‌آوری با بهزیستی روانی در دانشجویان علوم پزشکی، *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۳ (۹)، ۷۲۹-۷۲۱. <https://ijme.mui.ac.ir/article-1-2694-fa.html>
- پرتو، مسلم (۱۳۹۴). نقش جهت‌گیری مذهبی و تحولات اقتصادی اجتماعی در تحول قضاوت اخلاقی نوجوانان دانش‌آموز. *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۱ (۱)، ۳۸-۱۱. <http://dx.doi.org/10.29252/qaiie.1.1.11>
- توان، عباس، و سلیمانی‌فرد، زهرا (۱۴۰۱). بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی مبتنی بر آموزه‌های تربیت اسلامی بر آخرت‌نگری و جهت‌گیری مذهبی دانشجویان. *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۷ (۲)، ۲۳-۳۳. <http://dx.doi.org/10.52547/qaiie.7.2.33>
- جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۸۶). جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان. *پژوهش در پزشکی*، ۳۱ (۴)، ۳۴۵-۳۵۰. <http://pejouhesh.sbmu.ac.ir/article-1-448-fa.html>
- جلیلیان کاسب، فاطمه، حجت‌خواه، سیدمحسن، و رشیدی، علیرضا (۱۳۹۵). بررسی نقش میانجی‌گری سرسختی روان‌شناختی در رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، خودکارآمدی و خودپنداره با گرایش به اعتیاد. *پژوهی*، ۱۰ (۴۰)، ۱۶۰-۱۴۵. <https://etiadpajohi.ir/article-1-1112-fa.html>
- چینی، فرح‌دخت، تیرائی، رامین، و میرزاحسینی، حسن (۱۴۰۱). بررسی تأثیر سبک دل‌بستگی بر تنظیم هیجان با میانجی‌گری سبک هویت در نوجوانان. *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت*، ۶۸ (۱)، ۱۵۳-۱۲۹. <http://isoedmag.ir/article-1-229-fa.html>
- چینی، فرح‌دخت، تیرائی، رامین، و میرزاحسینی، حسن (۱۴۰۲). رابطه ساختاری جهت‌گیری مذهبی با سرسختی روان‌شناختی با میانجی‌گری سبک هویت، *مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۸ (۱)، ۸۵-۱۱۰. <http://dx.doi.org/10.52547/qaiie.8.1.85>
- چینی، فرح‌دخت (۱۴۰۲). مدل‌یابی تنظیم هیجان و سرسختی روان‌شناختی براساس جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری سبک هویت. *پایان‌نامه دکتری*، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد قم.

خیرآبادی، زهره، امدادی، سعید، حاتمی، الهه، و امانی، امید (۱۴۰۱). رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرسختی روان‌شناختی در میزان ولع مصرف‌کنندگان مت‌آفتامین: نقش میانجی‌گری تنظیم‌شناختی هیجان. پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۵ (۵۰)، ۸۴-۳۷.

<https://www.jonapte.ir/fa/showart-533e86a55fd78c25733493f3c5a8b85d>

سیدخراسانی، مرضیه (۱۴۰۲). مدل‌یابی بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان بر اساس سبک فرزندپروری ادراک‌شده، سبک دل‌بستگی و جهت‌گیری مذهبی با میانجی‌گری خود-مهارگری. پایان‌نامه دکتری، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد قم.

سهراب‌زاده، فاطمه، و امیدپور، آرزو (۱۴۰۲). رابطه سبک‌های دل‌بستگی با بهزیستی روان‌شناختی در گرایش به خودکشی نوجوانان. نهمین همایش علمی پژوهشی توسعه و ترویج علوم تربیتی و روان‌شناسی / ایران. تهران ۲۹ شهریور ماه.

سیدمیرزایی، سیده‌زهره، حاتمی، محمد، و حسنی، جعفر (۱۴۰۱). مقایسه جهت‌گیری مذهبی، تاب‌آوری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر اساس سطوح فراشناخت در همسران شهدای استان البرز. روان‌شناسی نظامی، ۱۳ (۵۰)، ۲۶-۱۱.

https://jmp.ihu.ac.ir/article_207409.html?lang=fa

صدیقی ارفعی، فریبرز، گنجی، محمد، یزدانی، ورزنه، محمدجواد، و نادری راوندی، مریم (۱۴۰۰). رابطه سبک‌های هویت با جهت‌گیری مذهبی در دانشجویان. فصلنامه جامعه‌شناسی کاربردی، ۳۲ (۸۱)، ۲۲-۱.

<https://doi.org/10.22108/jas.2020.121442.1867>

صبا، بهمن، و اصل‌فتاحی، بهرام (۱۳۹۶). تأثیر آموزش هوش معنوی با تأکید بر آموزه‌های قرآنی بر واکنش به استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهرستان شبستر، مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی، ۱ (۱)، ۱۳۶-۱۱۷.

<http://dx.doi.org/10.29252/qaie.2.3.117>

قربان صباغ، فاطمه، معصومی، حسن، و خزایی، کامیاب (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای تعهد دینی در رابطه بین سخت‌رویی با ایده‌پردازی خودکشی در دانش‌آموزان نوجوان دختر شهرستان ورامین. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۲ (۱۷)، ۲۳-۱۲.

<http://ijndibs.com/article-1-175-fa.html>

کاظمی، شیماء، رضائی، طاهره، باقریان، سمانه، بانسی، محمدرضا، و خشنود، زهره (۱۴۰۰). نقش هوش معنوی و سبک‌های هویت در پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه کرمان در سال ۱۳۹۷. مجله دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، ۸ (۱)، ۶۰۵-۵۹۷.

<https://journal.jmu.ac.ir/article-1-476-fa.html>

گلستانی قره‌اونه، اعظم (۱۴۰۰). پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی و میزان سازگاری فردی و اجتماعی در دانش‌آموزان. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۷ (۵۵)، ۸۳-۷۳.

<https://ijndibs.com/article-1-662-fa.html>

محمدی، حمیده، و فولادچنگ، محبوبه (۱۳۹۷). نقش واسطه‌ای سبک‌های پردازش هویت در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و راهبردهای تنظیم هیجان. مجله روان‌شناسی، ۲۲ (۳)، ۳۲۵-۳۰۸.

<http://www.iranapsy.ir/Article/13970906165819>

محمدی مریم، فرنام، رابرت، و محبوبی، پریسا (۱۳۹۰). رابطه سبک‌های دل‌بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان زن جزیره کیش. پژوهش علمی زنان و فرهنگ، ۱۲ (۷)، ۲۰-۹.

<https://sanad.iau.ir/journal/jwc/Article/523376?jid=523376>

مشهدی، زهرا، رنجبری پور، طاهره، و هواسی سومار، ناهید (۱۴۰۰). مقایسه سرسختی روان شناختی، راهبردهای مقابله با استرس و تنظیم شناختی هیجان در زنان مبتلا و غیر مبتلا به بیماری فشارخون. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۶ (۵۵)، ۳۳۷-۳۵۲. <https://ijndibs.com/article-1-605-fa.html>

معین‌الدینی، سبا، باقری، مسعود، و عسکری‌زاده، قاسم (۱۴۰۲). نقش واسطه‌ای جهت‌گیری مذهبی درونی در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی، معنای زندگی با تعارضات زناشویی زنان متأهل. مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی (مؤسسه آموزش عالی نگاره)، ۶۳، ۳۸۳-۳۷۱. https://pubs.jz.ac.ir/article_128322.html

ملکی، منیژه (۱۴۰۱). نقش هیجان‌خواهی و سرسختی روان شناختی در پیش‌بینی اعتیاد به مواد مخدر در نوجوانان. پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۵ (۵۰)، ۲۴۵-۲۵۱. <https://www.jonapte.ir/fa/showart-5256d400125919bb09d89d701b747797>

ملایی، محمدحسن، و یزدخواستی، فریبا (۱۳۹۸). مدل علی رابطه بین «مذهب»، «سرسختی روان شناختی» «دنیاگرایی» و «حل مسئله» در سربازان. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۱۳ (۲۴)، ۱۴۵-۱۵۶. <https://doi.org/10.30471/psy.2019.1618>

مؤمنی‌جو، نرگس، ربانی، ربابه، میرزایی فندخت، امید، و رضانی قهدریجانی، زهرا (۱۴۰۰). پیش‌بینی سرسختی روان شناختی دانشجویان در دوران کرونا: نقش مقابله‌های مذهبی و هوش اخلاقی. مجله علمی پژوهان، ۱۹ (۴)، ۲۵-۳۲. <http://dx.doi.org/10.61186/psj.19.4.25>

نجی‌الهی ملک‌شاه، راضیه، و رضاخانی، سیمین دخت (۱۴۰۰). نقش میانجی‌گر کفایت اجتماعی در رابطه بین تفکر خلاق و هوش هیجانی با جهت‌گیری مذهبی. روان‌شناسی کاربردی، ۱۵ (۴)، ۷۹-۵۱. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.213844.0>

References

- Akbari, B. (2015). The relationship between religious attitude and attachment styles and psychological tenacity in students applying for divorce. *Comprehensive nursing and midwifery*, 25(80), 1-8. [Persian].
- Akbari, T., & Haghi, A. (2018). Investigating the relationship between psychological toughness and religious orientation in students with learning disabilities. *International Conference on Religion, Spirituality and Quality of Life*, July 2018. [Persian].
- Allport, G. W. (1950). *The individual and his religion*, New York: Macmillan. <https://doi.org/10.4236/crcm.2022.118046>
- Allport, G.W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of personality and Social Psychology*, 5, 447-457. <https://doi.org/10.4236/ojmp.2019.83005>
- Amiri Majd, M., & Mohammadifar, M. (2015). The relationship between the meaning of life and emotion regulation strategies and psychological toughness in college students, *two quarterly journals of psychological research*, 8(29), 78-63. <https://sanad.iau.ir/journal/qpr/Article/691141?jid=691141> [Persian].
- Betegon, E., Rodríguez-Medina, J., Del-Valle, M., & Jesús Irurtia, M. (2022). Emotion Regulation in Adolescents: Evidence of the Validity and Factor Structure of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(36), 2-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063602>
- Bigdali, A., Najafi, M., & Rostami, M. (2012). The relationship between attachment styles, emotional regulation and resilience with psychological well-being in medical students, *Iranian Journal of Medical Education*, 13(9), 721-729. <https://ijme.mui.ac.ir/article-1-2694-fa.html> [Persian].

- Birami, M., Ismailpour, K., and Rezaei, Z. (2011). A comparative study of strictness and mental health in different levels of religiosity among religious people of Khoy city. *Education and Evaluation (Educational Sciences)*, 5(19), 75-90. <https://sanad.iau.ir/Journal/jinev/Article/972625> [Persian].
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: *Basic Books*, 123-124.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the society for research in child development*. 59(2-3), 228-249. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01287.x>
- Ceylan-Batur, S., Sakall, N., & Gunaratne, S. (2021). Predictors of tolerating violence against women: honor concerns and fundamentalist religious orientation. *Current psychology*. 24(12), 1-14. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02276-4>
- Chini, F., Tabarraie, R., & Mirzahosseini, H. (2023). The Structural Relationship between Religious Orientation and Psychological Hardiness through the Mediating Role of Identity Style in Senior High School Students. *qaie*. 8(1), 85-110. <http://dx.doi.org/10.52547/qaie.8.1.85> [Persian].
- Chini, F., Tabarraie, R., & Mirzahosseini, H. (2022). The effect of attachment style on emotion regulation of identity style in adolescents. *research on Issues of Education*. 1(68), 129-153. <http://isoedmag.ir/article-1-229-fa.html> [Persian].
- Elhampour, F., & Ganji, H. (2017). Reliability and validity of stubbornness questionnaire in students. *Psychoanalysis*, 7(25), 117-132. <https://sanad.iau.ir/fa/Article/1112101?FullText=FullText> [Persian].
- Ghorban, Sabbagh, F., Masoumi, H., & Khazaei, K. (2016). The mediating role of religious commitment in the relationship between hard behavior and suicidal ideation in adolescent female students of Varamin city. *New Advances in Behavioral Sciences*, 2(17), 12-23. <http://ijndibs.com/article-1-175-fa.html> [Persian].
- Golestani Qaraone, A. (2022). Predicting academic burnout based on attachment styles and the degree of personal and social adjustment in students. *Recent Advances in Behavioral Sciences*, 7(55), 73-83. <https://ijndibs.com/article-1-662-fa.html> [Persian].
- Gross, Ed. (2014). Handbook of emotion regulation. New York, NY: *Guilford Press*.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hood, R.W., Hill, P.C., & Spilka, B. (2009). The Psychology of Religion. 4th ed. New York and London: The Guilford Press. <https://doi.org/10.47577/tssj.v57i1.10978>
- Jalilean Kaseb, F., Rashidi, A., & Hojat Khah, M. (2017). The role of religious orientation, self-concept and self-efficacy in predicting tendency to addiction with mediation by psychological hardiness in Male Students. *Etiadpajohi*, 10(40), 145-160. <https://etiadpajohi.ir/article-1-1112-fa.html> [Persian].
- Janbozori, M. (2006). Religious orientation and mental health. *Research in medicine*, 31(4), 350-345. <http://pejouhesh.sbm.ac.ir/article-1-448-fa.html> [Persian].
- Kalinina, N. V., Solovyova, A. V., Popova, T. A., Levina I. D., Gorbunova, L N., & Ignatov, S. N. (2020). A phenomenon of hardiness as an integral feature of personal potential. *Cypriot Journal of Educational Science*. 15(5), 1354-1367. <https://doi.org/10.18844/cjes.v15i5.5175>
- Kazemi, S., Ramezani, T., Bagherian, S., Baneshi, M., & khoshnood, Z. (2021). The Role of Spiritual Intelligence and Identity Styles in Predicting Psychological Hardiness of Students of Kerman University of Medical Sciences in 2018. *J Jiroft Univ Med Sci*. 8(1), 597-605. <http://journal.jmu.ac.ir/article-1-476-fa.html>
- Khairabadi, Z., Emdadi, S., Hatami, E., & Amani, O. (2023). The relationship between early maladaptive schemas and psychological hardiness in the degree of craving in methamphetamine users: the mediating role of cognitive emotion regulation. *New developments in psychology*,

- educational sciences and education*, 5(50), 54-37. <https://www.jonapte.ir/fa/showart-533e86a55fd78c25733493f3c5a8b85d>[Persian].
- Khoshaba, D. M., & Maddi, S. R. (1999). Early Experiences in hardiness development. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 51(2), 106-116. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.51.2.106>
- Kiyimba, N., & Anderson, R. (2022). Reflecting on cultural meanings of spirituality/wairuatanga in post-traumatic growth using the Māori wellbeing model of Te Whare Tapa Whā. *Mental Health, Religion & Culture*2(5), 1-17. <https://doi.org/10.1080/13674676.2022.2028750>
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, Personality, and health: An inquiry into hardiness. J
- Maddi, S.R. (2013). Hardiness as the Existential Courage to Grow Through Searching for Meaning. In: J.A. Hicks & C. Routledge, *The experience of meaning in life*. New York: Springer. 63(12), 36-47. https://doi.org/10.1007/978-94-007-6527-6_18
- Mallee, M., & Yazdkhasti, F. (2009). A Comparative Study on Kennedy's and Suhrawardi's Philosophical Approaches to the Prevention and Treatment of Worldly Sorrow; a Causal Model of the Relationship among Religion, Psychological Hardiness, Worldism, and Problem-Solving among Soldiers. *Studies in Islam and Psychology*, 13(24), 145-156. <https://doi.org/10.30471/psy.2019.1618>[Persian].
- Mashhadi, Z., Ranjbaripour, T., & Hawasi Somar, N. (2022). Comparison of psychological toughness, stress coping strategies and cognitive emotion regulation in women with and without hypertension. *Recent Advances in Behavioral Sciences*, 6(55), 352-337. <https://ijndibs.com/article-1-605-fa.html>[Persian].
- Mikulincer, S., & Shaver, P. R. (2017). Adult attachment and compassion: Normative and individual difference components. *The Oxford handbook of compassion science*. 10(1093), 79 -90.
- Mohammadi, H., & Foulad Cheng, M. (2017). The mediating role of identity processing styles in the relationship between attachment styles and cognitive emotion regulation strategies. *Journal of psychology*. 22(3), 325-308. <http://www.iranapsy.ir/Article/13970906165819> [Persian].
- Mohammadi, M., Farnam, R., & Mehboubi, P. (2019). The relationship between attachment styles and difficulty in emotional regulation with marital satisfaction in female teachers of Kish Island. *Scientific research of women and culture*, 12(7), 9-20. <https://sanad.iau.ir/journal/jwc/Article/523376?jid=523376> [Persian].
- Moin al-Dini, S., Bagheri, M., & Askarizadeh, Q. (2023). The mediating role of internal religious orientation in the relationship between attachment styles, meaning of life and marital conflicts of married women. *Studies in psychology and educational sciences*, 63, 371-383. https://pubs.jz.ac.ir/article_128322.html [Persian].
- Momenjoo, N., Rabbani, R., Mirzaei Fandokht, O., & Ramezani Ghahderijani, Z. (2021). Role of Religious Coping and Moral Intelligence in Predicting Students' Psychological Hardiness during the Coronavirus Epidemic. *Pajouhan Sci J*. 19 (4), 25-32. <http://dx.doi.org/10.61186/psj.19.4.25> [Persian].
- Najiollahi malakshah, R., & Rezakhani, S. D. (2021). The Mediating Role of Social Adequacy in Relationship Between Creative Thinking and Emotional Intelligence with Religious Orientation. *Applied Psychology*, 15(4), 79-51. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.213844.0> [Persian].
- Navara, G.S. & James, S. (2015). Acculturative stress of missionaries: Does religious orientation affect religious coping and adjustment? *International Journal of Intercultural Relations*. January. 29(1), 39-58. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.04.004>
- Neria, Y., Guttmann-Steinmetz, S., Koenen, K., Levinovsky, L., & Zakin, G. Dekel, R. (2017). Do Attachment and Hardiness Relate to Each Other and to Mental Health in Real-Life Stress? *Journal of Social and Personal Relationships*. 18, 844-858. <https://doi.org/10.1177/0265407501186006>

- Noreen, Z., Akthar A., Shahid Yaqub, Abbasi, Y. (2020). Parental religious orientation as a predictor of Identity styles of university Students. 7(1), 175-191.
- of Personality and Social Psychology. 37(4), 1-11. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Pargament, K.I., Kennel, J., Hathaway Grevengoed, N., Newman, J.m., & Jones, W. (1988). Religion and the problem solving process: Three styles of coping. *Journal for the scientific study of Religion*. 27(1), 90-104. <https://doi.org/10.2307/1387404>
- Parto, M. (2014). The role of religious orientation and socio-economic developments in the evolution of moral judgment of young students. *qaiie*, 1(1), 11-38. <http://dx.doi.org/10.29252/qaiie.1.1.11> [Persian].
- Rahimi Pordanjani, T., Mohamadzade E., Doostkam, B., & Zakie, A. (2018). Religious Attitudes and Psychological Hardiness as Predictors of Stress in Students' Life. *Journal of Research on Religion & Health*. 4(4), 21- 32. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v4i4.17334>
- Saba, B., & Aslefatahi, B. (2017). The Impact of Spiritual Intelligence Training - with an Emphasis on the Quranic Teachings- on Reactions to Academic Stress and Academic Self-Efficacy among High School Boys in Shabestar. *qaiie*. 2(3), 117-136. <http://dx.doi.org/10.29252/qaiie.2.3.117> [Persian].
- Sanchez, D., & Dorie, J.G. (2016). Exploring the Relation Between Religious Orientation and Racial Identity Attitudes in African College Students: A Preliminary Analysis. *Journal of Black Studies*. 47(4), 313-333. <https://doi.org/10.1177/0021934715627280>
- Sedighi Arfaee, F., Ganji, M., Yazdani Varzaneh, M., & Nadi Randi, M. (2021). The Relationship between Identity Styles with Religious Orientation among the Students of Kashan University. *Journal of Applied Sociology*, 32(1), 1-22. <https://doi.org/10.22108/jas.2020.121442.1867> [Persian].
- Seied Mirazaei, S. Z., Hatami, M., Hobbi, M. B., & Hasani, J. (2022). Comparison of Religious Orientation, Resilience and Psychological Flexibility Based on Metacognitive Levels Among Alborz Martyrs' Wives. *Military Psychology*, 13(50), 11-26. https://jmp.ihu.ac.ir/article_207409.html?lang=en [Persian].
- Tavan, A., & Solimanifard, Z. (1401). Investigating the effectiveness of teaching spiritual intelligence based on the teachings of Islamic education on the afterlife and religious orientation of students. *qaiie*, 7(2), 23, 48-33. <http://dx.doi.org/10.52547/qaiie.7.2.33> [Persian].
- Vishkin, A., Bigman, Y., & Tamir, M. (2014). Religion, emotion regulation, and well-being. Religion and spirituality across cultures: *Springer*: 247-255. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8950-9_13
- White, J.M., Wampler, R.S., & Winn, K.I. (1998). The Identity Style Inventory A Revision with a sixth-grade reading level (ISI-6G). *J Adolesc Res*. 13(2), 223-45. <https://doi.org/10.1177/0743554898132007>
- Yang, Q., Shi, M., Tang, D., Zhu, H., & Xiong, K. (2022). The Roles of Religious Orientation in the Psychological Toughness of First Year University Students. *Front. Psychiatry. Front. Psychol*. 13. 24-34. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.11.4.884.1>