

را پیش بینی نمایند و از آن در ارائه راهکار های حفظ سلامتی، تشخیص و درمان استفاده کنند (شوارتز^۱ و همکاران، ۲۰۰۳). مزاج در لغت به معنای درهم آمیختن است و یکی از مبانی مهم طب سنتی محسوب می شود (ناصری، رضایی زاده و چوپانی، ۱۳۸۷). این موضوع ریشه در یونان باستان دارد و توسط جالینوس، برخی دانشمندان رومی، بوعلی سینا و سایر دانشمندان مورد توجه قرار گرفته و استفاده از آن برای سالیان متمادی مرسوم بوده است (دیاموند^۲، ۱۹۷۴ و کلانینگر^۳، ۱۹۸۶). براساس نظریات حکمای طب سنتی، هر انسانی دارای مزاجی است که بر اساس آن، ویژگی های روانی و رفتاری مخصوصی بر او غالب است. از طرفی غذا ها، محیط اطرف، آلودگی هوا، فصل ها، ماه ها، گردش روز و شب و بیماری های داخلی همگی در تغییرات مکرر بیوشیمیایی خون (اخلاط) نقش دارند که بیماری و سلامت فرد را تامین می کنند (ابو الحبيب، ۱۳۸۹). مزاج شناسی می تواند غالب نیاز های انسان را با ظرف توانایی های طبیعت تطبیق داده و سازگار نماید. برای تحقق یک زندگی آرام فردی و مشترک و رعایت اعتدال و توازن در طبیعت، لازم است همه ی انسان ها به اندازه ای از مزاج خود آگاه باشند تا بر اساس معیار های ارائه شده در مزاج شناسی، از غذا ها و داروها که لازم است به مقداری که مناسب است در زمان و مکان شایسته بهره گیرند تا زندگی رضایت بخشی داشته باشند. (خیراندیش، ۱۳۹۳).

هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط میان این سه مولفه و بررسی تاثیرات هر کدام از پایبندی مذهبی و مزاج های چهارگانه بر رضایت از زندگی است که در پژوهش های گذشته پژوهشی در باره این سه مولفه به صورت مشترک دیده نمی شود.

۳-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق

یکی از ضروری ترین امور برای ارتقای کیفیت زندگی افراد در عصر حاضر، رضایت از زندگی است. چرا که رضایت از زندگی انسانها را برای یک زندگی با نشاط در جامعه آماده کرده و موجب می شود افراد احساس تعلق بیشتری به جامعه و اهداف آن پیدا کرده و در انجام نقش های خود بهتر عمل کنند

¹ Schwartz, C.E.

² Diamond, S.

³ Cloninger, C.R.

درونی به حساب می آید که ناشی از باورها و بینش های انسان و هماهنگی بین انتظارات او و واقعیت های زندگی می باشد (پسندیده، ۱۳۸۹).

پایبندی مذهبی عبارت است از مجموعه شناخت ها، احساس ها و تمایلات نسبتاً پایدار و ثابت نسبت به دین که در وضعیت عادی، طبیعی، اجتماعی و روانی در فرد وجود داشته باشد و در کنش های وی نسبت به نیروی جذاب جهان (خداوند)، خود جامعه و تاریخ به ظهور برسد یا در تعریف دیگر گفته شده است:

فرد پایبند مذهبی تلاش می کند که رفتار های خود را بر اسا مذهب طراحی و اعمال کند، مناسب مذهبی را به جا آورد و از اشتباهاتش توبه کند. همچنین او همیشه روابطش را بر اساس اصول اسلامی تنظیم می کند و اهل ذکر و مناجات است (جان بزرگی، ۱۳۸۸).

انسان ها در زندگی به دو شکل بیرونی و درونی دنبال دین می روند (جان بزرگی و عباسی ۱۳۸۷) و به همین علت جهت گیری مذهبی به دو نوع جهت گیری مذهبی بیرونی و جهت گیری مذهبی درونی تقسیم می شود. شخصی که جهت گیری مذهبی درونی دارد با مذهبش زندگی می کند اما شخصی که جهت گیری مذهبی بیرونی دارد از مذهبش استفاده می کند. اشخاصی که جهت گیری درونی دارند انگیزه اصلی خود را در مذهب می یابند و چنین اشخاصی شخصیتشان با مذهبشان یکی می شود در حالی که افرادی که جهت گیری بیرونی دارند برای رسیدن به اهداف دیگر به سمت مذهب می روند (آلپورت، ۱۹۵۳ به نقل از حکمی، شمس اسفند آباد و شاه محمدی، ۱۳۹۰).

در قرآن کریم نیز به تاثیر پایبندی مذهبی بر رضایت از زندگی اشاره شده است. در سوره مبارکه طه میفرماید: و کسی که از یاد خدا اعراض کند زندگی تلخی خواهد داشت (طه، ۱۲۱).

از جمله متغیر هایی که از قدیم در حوزه تشخیص، درمان و موقعیت های مختلف (از جمله ارتباط افراد) و روابط بین فردی مورد توجه بوده است، مزاج^۱ است. حکما از دیرباز در صدد یافتن علل تفاوت های رفتاری در میان افراد بوده اند که نتیجه تلاش آنها را می توان در مبحث مزاج شناسی طب های کهن (طب ایرانی، طب چینی، طب هندی و...) یافت. آنها سعی کرده اند تا از این راه رفتار شخص

^۱ temperament

سلامت روان مفید واقع شود. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر میزان کنترل محقق بر متغیرهای پژوهش، رابطه ای و از نوع همبستگی می باشد؛ به عبارت دیگر روش پژوهش حاضر کمی و از نوع همبستگی می باشد. در این پژوهش محقق درصدد تعیین رابطه پابندی مذهبی و رضایت از زندگی با مزاج های چهار گانه می باشد.

جامعه آماری این پژوهش افراد بالای ۱۸ سال ساکن شهر قم می باشد که با توجه به ماهیت پژوهش حاضر که از نوع همبستگی است و با در نظر گرفتن حجم جامعه مورد نظر، بر اساس جدول مورگان حجم ۳۸۹ نفر انتخاب گردید.

۱-۲ بیان مساله

یکی از تاثیرگذارترین ملاک ها و مولفه های بهداشت روانی، رضایت داشتن از زندگی است. این مسئله از اساسی ترین خواسته های فطری و نیازهای روانی انسان به حساب می آید و تأثیرات تعیین کننده ای بر سالم سازی و بهسازی فرد و جامعه خواهد داشت؛ اهمیت این مسئله در جامعه مدرن به خوبی برای همه جوامع ثابت شده است که امروزه بسیاری از ملل به نوعی به دنبال به وجود آوردن جامعه ای سالم و بانشاط هستند؛ زیرا دارا بودن احساس رضایت، انسانها را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می کند و علاقه مندی های فرد را به محیط گسترده تر می کند. به همین جهت تا وقتی که مردم در هر جامعه ای احساس رضایت کنند همواره در خدمت به شهر و افراد جامعه جدیت بیشتری داشته و اهتمام بیشتری می ورزند. از این منظر نقش رضایت از زندگی افراد به حدی است که متفکر اجتماعی «راسکین»^۱ بر این نکته تأکید می ورزد که ثروتمندترین کشور، کشوری است که بیشترین افراد رضایتمند را داشته باشد (راسکین ۱۸۹۰، به نقل از فرجی ۱۳۹۲)

رضایت داشتن از زندگی، به نحوی یک نگرش و ارزیابی عمومی فرد و جامعه نسبت به کلیت زندگی خویش و یا برخی از جنبه های زندگی مانند زندگی خانوادگی و زناشویی یا دوره تحصیلی است که بر حس خوب یا پذیرش موقعیت زندگی شخصی یا برنامه ریزی برای رسیدن به اهدافش از زندگی اهتمام دارد (دینر^۲، ۱۹۹۹، به نقل از بهرامی و همکاران ۱۳۸۴) رضایت از زندگی داشتن یک احساس

^۱ Ruskin

^۲ Diener

۱-۱ مقدمه

رضایت از زندگی یکی از ابعاد بنیادین سلامت روان و کیفیت زندگی انسان به شمار می‌رود که تحت تأثیر عوامل متعدد روان‌شناختی، اجتماعی، فرهنگی و زیستی قرار دارد. در سال‌های اخیر، روان‌شناسی مثبت‌گرا با تمرکز بر سازه‌هایی همچون معنا، امید، شادکامی و رضایت از زندگی، نقش عوامل معنوی و دینی را در ارتقاء بهزیستی روانی به طور ویژه‌ای مورد توجه قرار داده است. پایبندی مذهبی، به عنوان یک مؤلفه اساسی در زندگی بسیاری از افراد، می‌تواند چارچوبی برای درک جهان، مقابله با تنیدگی‌ها، و دستیابی به احساس آرامش را در زندگی فراهم آورد.

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که میان پایبندی مذهبی و شاخص‌های سلامت روان، از جمله رضایت از زندگی، رابطه‌ای مثبت وجود دارد. با این حال، میزان و نحوه تأثیر این متغیر می‌تواند بسته به ویژگی‌های فردی، از جمله تفاوت‌های مزاجی افراد، متفاوت باشد. در طب سنتی ایرانی، مزاج یکی از مفاهیم کلیدی در شناخت ابعاد جسمی و روانی انسان است که شامل چهار نوع اصلی دُموی، صفراوی، بلغمی و سودایی می‌باشد. هر مزاج دارای ویژگی‌های خاص در حوزه هیجانات، انرژی روانی، نوع واکنش‌ها و نحوه تجربه احساسات است که می‌تواند در ادراک رضایت از زندگی نقش داشته باشد.

از این منظر، بررسی تعامل میان پایبندی مذهبی و مزاج‌های چهارگانه در پیش‌بینی رضایت از زندگی، می‌تواند به درک عمیق‌تری از تفاوت‌های فردی در تجربه زندگی منجر شود. همچنین چنین پژوهشی در بستر فرهنگی - دینی ایران، که مذهب نقشی تعیین‌کننده در سبک زندگی و نگرش مردم دارد، اهمیت دو چندان می‌یابد.

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین پایبندی مذهبی و رضایت از زندگی با تأکید بر نقش تعدیل‌گر مزاج‌های چهارگانه انجام می‌شود. امید است که نتایج این مطالعه بتواند در بهبود برنامه‌های مشاوره‌ای، درمان‌های روان‌شناختی مبتنی بر رویکردهای بومی و همچنین توسعه رویکردهای طب سنتی در حوزه

فصل اول: کلیات و مفاهیم

- جدول ۴-۴۴ ضرایب تأثیر پایداری دینی بر متغیر گرمی مزاج..... ۱۰۱
- جدول ۴-۴۵ خلاصه مدل رگرسیون..... ۱۰۲
- جدول ۴-۴۶ آزمون تحلیل واریانس ANOVA..... ۱۰۲
- جدول ۴-۴۷ ضرایب تأثیر پایداری دینی بر متغیر گرمی مزاج..... ۱۰۲
- جدول ۴-۴۸ آزمون سوبل بررسی اثر غیر مستقیم پایداری دینی بر رضایت از زندگی از طریق گرمی مزاج..... ۱۰۳

جدول ۴-۱۱ آماره های توصیفی میزان ناپابندى دینى.....	۸۱
جدول ۴-۱۲ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت دوسوگرایی دینی.....	۸۱
جدول ۴-۱۳ آماره های توصیفی میزان دوسوگرایی دینی.....	۸۲
جدول ۴-۱۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت کلی پابندى دینى.....	۸۲
جدول ۴-۱۵ آماره های توصیفی میزان کلی پابندى دینى.....	۸۳
جدول ۴-۱۶ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک گروه سنی.....	۸۳
جدول ۴-۱۷ ضریب همبستگی رتبه‌ای d سامرز بین رضایت از زندگی و گروه سنی.....	۸۴
جدول ۴-۱۸ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک سردی و گرمی مزاج.....	۸۵
جدول ۴-۱۹ آزمون خی دو بین رضایت از زندگی و سردی و گرمی مزاج.....	۸۶
جدول ۴-۲۰ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک خشکی و تری مزاج.....	۸۶
جدول ۴-۲۱ آزمون خی دو بین رضایت از زندگی و سردی و گرمی مزاج.....	۸۷
جدول ۴-۲۲ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک پابندى دینى.....	۸۸
جدول ۴-۲۳ آزمون d سامرز بین رضایت از زندگی و پابندى دینى.....	۸۹
جدول ۴-۲۴ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک وضعیت دوسوگرایی دینی.....	۸۹
جدول ۴-۲۵ آزمون d سامرز بین رضایت از زندگی و پابندى دینى.....	۹۰
جدول ۴-۲۶ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک ناپابندى دینى.....	۹۱
جدول ۴-۲۷ آزمون d سامرز بین رضایت از زندگی و پابندى دینى.....	۹۲
جدول ۴-۲۸ جدول توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت رضایت از زندگی به تفکیک پابندى دینى کلی.....	۹۲
جدول ۴-۲۹ آزمون d سامرز بین رضایت از زندگی و پابندى دینى.....	۹۳
جدول ۴-۳۰ همبستگی پیرسون بین رضایت از زندگی و پابندى مذهبی کلی.....	۹۴
جدول ۴-۳۱ همبستگی پیرسون بین رضایت از زندگی و پابندى مذهبی.....	۹۴
جدول ۴-۳۲ همبستگی پیرسون بین رضایت از زندگی و پابندى مذهبی.....	۹۵
جدول ۴-۳۳ همبستگی پیرسون بین رضایت از زندگی و مؤلفه های پابندى دینى.....	۹۵
جدول ۴-۳۴ خلاصه مدل رگرسیون.....	۹۶
جدول ۴-۳۵ آزمون تحلیل واریانس ANOVA.....	۹۶
جدول ۴-۳۶ ضرایب تأثیر متغیرهای پیش بین (مزاج های چهارگانه و پابندى دینى) بر متغیر ملاک (رضایت از زندگی).....	۹۶
جدول ۴-۳۷ خلاصه مدل رگرسیون.....	۹۸
جدول ۴-۳۸ ضرایب تأثیر پابندى دینى بر متغیر خشکی مزاج.....	۹۹
جدول ۴-۳۹ خلاصه مدل رگرسیون.....	۹۹
جدول ۴-۴۰ آزمون تحلیل واریانس ANOVA.....	۹۹
جدول ۴-۴۱ ضرایب تأثیر پابندى دینى بر متغیر خشکی مزاج.....	۱۰۰
جدول ۴-۴۲ خلاصه مدل رگرسیون.....	۱۰۱
جدول ۴-۴۳ آزمون تحلیل واریانس ANOVA.....	۱۰۱

- ۹۲..... ۴-۲-۷ رضایت از زندگی و پابندی دینی کلی
- ۹۳..... ۳-۴ یافته‌های تحلیلی
- ۹۴..... ۴-۳-۱ همبستگی رضایت از زندگی با پابندی مذهبی کلی
- ۹۴..... ۴-۳-۲ همبستگی پابندی مذهبی با میزان گرمی و خشکی مزاج
- ۹۵..... ۴-۳-۳ همبستگی رضایت از زندگی با میزان گرمی و خشکی مزاج
- ۹۵..... ۴-۳-۴ همبستگی رضایت از زندگی با مؤلفه های پابندی دینی
- ۹۶..... ۴-۳-۵ رگرسیون بین رضایت از زندگی و پابندی دینی و خشکی و تری مزاج
- ۹۷..... ۴-۴ تحلیل میانجی
- ۹۸..... ۴-۴-۱ رگرسیون رضایت از زندگی با پابندی دینی و خشکی مزاج
- ۹۹..... ۴-۴-۲ رگرسیون متغیر میانجی (خشکی مزاج) و متغیر مستقل (پابندی دینی)
- ۱۰۱..... ۴-۴-۳ رگرسیون رضایت از زندگی با پابندی دینی و گرمی مزاج
- ۱۰۲..... ۴-۴-۴ رگرسیون متغیر میانجی (گرمی مزاج) و متغیر مستقل (پابندی دینی)
- ۱۰۴..... فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری**
- ۱۰۷..... ۱-۵ تحلیل فرضیه اول: رابطه پابندی مذهبی با رضایت از زندگی
- ۱۰۹..... ۲-۵ تحلیل فرضیه دوم: نبود رابطه معنادار میان پابندی مذهبی و مزاج‌های چهارگانه
- ۱۱۱..... ۳-۵ تحلیل فرضیه سوم: رابطه معنادار میان رضایت از زندگی و مزاج‌های چهارگانه
- ۱۱۳..... ۴-۵ محدودیت‌ها و پیشنهادها و پژوهش
- ۱۱۶..... منابع و مآخذ**
- ۱۳۲..... پیوست‌ها**
- ۱۳۳..... ۷-۱ پیوست الف): پرسشنامه پابندی مذهبی جان بزرگی
- ۱۳۷..... ۷-۲ پیوست ب): پرسشنامه رضایت از زندگی دینر
- ۱۳۸..... ۷-۳ پیوست ج): پرسشنامه مزاج شناسی مجاهدی

جداول

- ۷۵..... جدول ۱-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب گروه سنی
- ۷۶..... جدول ۲-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب میزان رضایت از زندگی
- ۷۷..... جدول ۳-۴ آماره های توصیفی میزان رضایت از زندگی
- ۷۷..... جدول ۴-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت گرمی سردی مزاج
- ۷۸..... جدول ۵-۴ آماره های توصیفی میزان گرمی مزاج
- ۷۸..... جدول ۶-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت تری و خشکی مزاج
- ۷۹..... جدول ۷-۴ آماره های توصیفی میزان خشکی مزاج
- ۷۹..... جدول ۸-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت پابندی دینی
- ۸۰..... جدول ۹-۴ آماره های توصیفی میزان پابندی دینی
- ۸۰..... جدول ۱۰-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان بر حسب وضعیت ناپابندی دینی

- ۶-۵-۱-۲ سلامت جسمی..... ۲۵
- ۱-۵-۶-۲ اثرات تندرستی بر رضایت از زندگی:..... ۲۵
- ۷-۵-۱-۲ تحصیلات و گروه های اجتماعی همسان..... ۲۶
- ۸-۵-۱-۲ ارتباطات اجتماعی..... ۲۷
- ۲-۲ گستره دوم: پایبندی مذهبی..... ۲۷
- ۱-۲-۲ تعریف مذهب..... ۲۷
- ۳-۲ گستره سوم: مزاج های چهارگانه..... ۴۶

فصل سوم: روش پژوهش ۵۸

- ۳-۱ اخلاق در اجرای پژوهش..... ۵۹
- ۳-۲ روش های مورد استفاده در این پژوهش..... ۶۱
- ۳-۳ جامعه آماری..... ۶۱
- ۳-۴ حجم نمونه..... ۶۲
- ۳-۵ ابزار پژوهش..... ۶۲
- ۱-۵-۳ پرسشنامه پایبندی مذهبی جان بزرگی (۱۳۸۸)..... ۶۲
- ۲-۵-۳ پرسشنامه رضایت از زندگی دینر..... ۶۵
- ۳-۵-۳ پرسشنامه مزاج های چهارگانه مجاهدی (۱۳۹۴)..... ۶۸
- ۶-۳ روش نمونه گیری..... ۷۲

فصل چهارم: یافته های پژوهش ۷۴

- ۱-۴ یافته های توصیفی..... ۷۵
- ۱-۱-۴ گروه سنی..... ۷۵
- ۱-۲-۴ رضایت از زندگی..... ۷۶
- ۱-۲-۱-۴ وضعیت گرمی سردی مزاج..... ۷۷
- ۱-۲-۲-۴ وضعیت تری و خشکی مزاج..... ۷۸
- ۱-۲-۳-۴ وضعیت پایبندی دینی..... ۷۹
- ۱-۲-۴-۴ وضعیت ناپایبندی دینی..... ۸۰
- ۱-۲-۵-۴ وضعیت دوسوگرایی دینی..... ۸۱
- ۱-۲-۶-۴ وضعیت کلی پایبندی دینی..... ۸۲
- ۲-۴ جداول دو بعدی..... ۸۳
- ۱-۲-۴ رضایت از زندگی و گروه سنی..... ۸۳
- ۲-۲-۴ رضایت از زندگی و سردی و گرمی مزاج..... ۸۵
- ۲-۳-۴ رضایت از زندگی و خشکی و تری مزاج..... ۸۶
- ۲-۴-۴ رضایت از زندگی و پایبندی دینی..... ۸۸
- ۲-۵-۴ رضایت از زندگی و دوسوگرایی دینی..... ۸۹
- ۲-۶-۴ رضایت از زندگی و ناپایبندی دینی..... ۹۱

فهرست

فصل اول: کلیات و مفاهیم ۲

- ۱-۱ مقدمه ۳
- ۱-۲ بیان مساله ۴
- ۱-۳ اهمیت و ضرورت تحقیق ۶
- ۱-۴ پیشینه تحقیق ۵۵
- ۱-۵ اهداف پژوهش ۸
- ۱-۵-۱ هدف کلی پژوهش ۹
- ۱-۵-۲ اهداف جزئی پژوهش ۹
- ۱-۶ فرضیه های پژوهش ۸
- ۱-۷ تعریف مفهومی و عملیاتی مفهوم ها: ۹
- ۱-۷-۱ پابندی مذهبی: ۹
- ۱-۷-۲ رضایت از زندگی ۸
- ۱-۷-۳ مزاج ۱۰

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش ۱۲

- ۲-۱ گستره اول: رضایت از زندگی ۱۳
- ۲-۱-۱ بررسی برداشت های مختلف دانشمندان از رضایت از زندگی ۱۳
- ۲-۱-۲ بررسی رضایت از زندگی به عنوان ماهیتی پویا ۱۵
- ۲-۱-۳ بررسی رضایت از زندگی به عنوان ماهیتی ذهنی ۱۶
- ۲-۱-۳-۱ اهمیت معیار ذهنی: ۱۶
- ۲-۱-۴ نظریه های پیرامون رضایت از زندگی ۱۷
- ۲-۱-۴-۱ نظریه ونگوت، مریک و اندرسون ۱۷
- ۲-۱-۴-۲ نظریه سیستمی هاگرتی ۱۹
- ۲-۱-۴-۲-۱ ابعاد مختلف رضایت از زندگی در مدل هاگرتی: ۲۰
- ۲-۱-۴-۲-۲ عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی در مدل هاگرتی: ۲۰
- ۲-۱-۴-۳ نظریه رضایت از زندگی دینر ۲۱
- ۲-۱-۵ عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی ۲۱
- ۲-۱-۵-۱ عوامل زیستی ۲۲
- ۲-۱-۵-۲ عوامل شخصیتی ۲۳
- ۲-۱-۵-۳ عوامل مربوط به سن: ۲۳
- ۲-۱-۵-۴ عوامل مربوط به جنسیت: ۲۴
- ۲-۱-۵-۴-۱ عوامل مؤثر بر رابطه بین سن، جنسیت و رضایت از زندگی: ۲۴
- ۲-۱-۵-۵ درآمد و عوامل اقتصادی ۲۴

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین پابندی مذهبی و رضایت از زندگی با تأکید بر نقش تعدیل‌گر مزاج‌های چهارگانه انجام شده است. پابندی مذهبی به‌عنوان یکی از منابع معنابخش در زندگی انسان می‌تواند نقش مهمی در ارتقای سلامت روان و رضایت از زندگی ایفا کند. از سوی دیگر، مزاج افراد به‌عنوان بخشی از ساختار زیستی - روانی آن‌ها، ممکن است نحوه تأثیرگذاری باورهای دینی را بر کیفیت رضایت از زندگی تعدیل کند. در این مطالعه، که با روش هم بستگی انجام شده است، تعداد ۳۸۹ نفر از افراد بالای ۱۸ سال ساکن شهر قم با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و با استفاده از پرسشنامه پابندی مذهبی جان بزرگی (۱۳۸۸)، مقیاس رضایت از زندگی دینر (۱۹۸۵) و پرسشنامه سنجش مزاج مجاهدی (۱۳۹۴) مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج تحلیل رگرسیون و آزمون اثرات تعاملی نشان داد که پابندی مذهبی با رضایت از زندگی و همچنین بین مزاج‌های چهارگانه با پابندی مذهبی و رضایت از زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. که نقش تعدیل‌گر مزاج‌های چهارگانه در این رابطه را تایید می‌کند؛ این رابطه به گونه‌ای است که مزاج گرم و تر با پابندی مذهبی و افزایش رضایت از زندگی بالاتر همراه است، در حالی که مزاج خشک و سرد با کاهش رضایت همراه است. به این صورت که افراد با مزاج‌های صفراوی و سوداوی، علی‌رغم پابندی مذهبی، ممکن است تحت تأثیر ویژگی‌های روان‌زیستی خود، سطح پایین‌تری از رضایت را گزارش کنند. یافته‌ها بیانگر آن است که برای درک کامل تأثیر مذهب بر سلامت روان و رضایتمندی، باید تفاوت‌های فردی، به‌ویژه ویژگی‌های مزاجی، مورد توجه قرار گیرد. این نتایج می‌تواند در طراحی مداخلات مشاوره‌ای، روان‌درمانی دینی و آموزش‌های مبتنی بر سبک زندگی اسلامی - ایرانی مؤثر باشد.

واژگان کلیدی: پابندی مذهبی، رضایت از زندگی، مزاج‌های چهارگانه، طب سنتی، نقش تعدیل‌گر

سپاسگزاری:

از همسرم که کمک کار من در مسیر این تحقیق بوده است، و همچنین از استاد محترم حجه الاسلام عبدالاحد اسلامی که با راهنمایی های دلسوزانه خویش، مرا در انجام این تحقیق یاری کردند.

تقديم به:

ساحت مقدس حضرت زهراى مرضيه سلام الله عليها

حقوق مادی و معنوی پایان نامه

چاپ و انتشار پایان نامه های تحصیلی دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیت های علمی پژوهشی مؤسسه است.

اینجانب **محمد غلامی زالی** دانش پژوه رشته **مشاوره خانواده** مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می گردم موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان نامه ام با موضوع:

رابطه پایبندی مذهبی با رضایت از زندگی با تاکید بر نقش تعدیل گر مزاج های چهارگانه

رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده اینجانب خواهد بود:

۱. در صورت اقدام به چاپ پایان نامه، مراتب را قبلاً به صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع

دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان نامه به صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان نامه به صورت کتاب توسط دانش پژوه، در صفحه

سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره خانواده است که در سال ۱۴۰۴ در

مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی آقای دکتر عبدالاحد اسلامی از آن دفاع شده است».

۳. به منظور غنی سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه، یک نسخه از آن به کتابخانه و یک نسخه نیز

جهت بهره برداری به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

امضاء

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

اینجانب **محمد غلامی زالی** فرزند **محمد نظر** متولد **۱۳۷۰/۱۲/۲۴** به شماره شناسنامه **۴۲۰۰۱۵۱۷۶۶** صادره از **نورآباد** به شماره دانش پژوهی **۴۰۰۲۱۵۰۰۷** رشته **مشاوره خانواده** متعهد می‌شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی اینجانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این زمینه از آنها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

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

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

امضاء



دانشکده روانشناسی
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

رابطه پایبندی مذهبی با رضایت از زندگی با تاکید بر نقش تعدیل گر مزاج های چهارگانه

استاد راهنما
حجت الاسلام دکتر عبدالاحد اسلامی

دانش پژوه
محمد غلامی زالی

مهرماه ۱۴۰۴



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

بسمه تعالی

صورت جلسه دفاع پایان نامه

بیتائیدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه)

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد جناب آقای: محمد غلامی زالی رشت: مشاوره (مشاوره خانواده)

تحت عنوان: رابطه پایداری مذهبی با رضایت از زندگی با تاکید بر نقش تعدیل گر مزاج های چهارگانه

با حضور استاد راهنما، استاد مشاور و هیأت داوران در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۳۹۷/۷/۲۶ برگزار گردید. پایان نامه ایشان

با کب. فروردین: ۱۷/۸ به حروف هجوه و ششم با درج خوب پذیرفته شد.

نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
مدیر گروه: حجت الاسلام جناب آقای دکتر محمد رضا احمدی	دانشیار	
استاد راهنما: حجت الاسلام جناب آقای دکتر عبدالاحد اسلامی	استادیار	
استاد مشاور:		
استاد داور: جناب آقای دکتر عباسعلی هراتیان	استاد داور	
نماینده تحصیلات تکمیلی: جناب آقای سید مهدی موسوی	نماینده	

معاون آموزشی مؤسسه

مادی ارشاد حسینی

الحمد لله الذي
خلقنا من
الحمم



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

دانشکده روانشناسی
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

رابطه پایبندی مذهبی با رضایت از زندگی با تاکید بر نقش تعدیل گر مزاج های چهارگانه

استاد راهنما

حجت الاسلام دکتر عبدالاحد اسلامی

دانش پژوه

محمد غلامی زالی

مهرماه ۱۴۰۴