

مقایسه سبک زندگی اسلامی در کارمندان دارای منبع کنترل درونی و بیرونی

نیلوفر فرج پور^۱، هادی پورشافعی^۲، ریحانه یعقوبی^۳

^۱ دانشجوی دکتری برنامه ریزی درسی، دانشگاه بیرجند

^۲ دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه بیرجند

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد بهسازی منابع انسانی، دانشگاه پیام نور شیراز

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه سبک زندگی اسلامی در کارمندان دارای منبع کنترل درونی و بیرونی بوده است. به این منظور تعداد ۳۴ نفر از کارمندان اداره آموزش و پرورش شهرستان داراب با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و بر اساس نمره‌های مقیاس منبع کنترل راتر به دو گروه دارای منبع کنترل درونی و بیرونی تقسیم شدند و برای سنجش مقیاس سبک زندگی اسلامی کارمندان از پرسشنامه سبک زندگی اسلامی ساخته کویانی استفاده شد. روش تحقیق، علی - مقایسه‌ای بود که جهت یافتن پاسخ پرسش پژوهش از تحلیل واریانس آنووا استفاده شد. نتایج نشان داد که بین میانگین دو گروه دارای منبع کنترل درونی و بیرونی از نظر متغیر سبک زندگی اسلامی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ و این تفاوت به سود کارمندان دارای منبع کنترل درونی است. طبق این یافته سبک زندگی اسلامی کارمندان دارای منبع کنترل درونی قوی‌تر از کارمندان دارای منبع کنترل بیرونی است.

واژه‌های کلیدی: سبک زندگی اسلامی، منبع کنترل

مقدمه

داشتن یک زندگی باکیفیت مطلوب همواره آرزوی بشر بوده و هست و در طی سالیان متمادی یافتن مفهوم زندگی خوب و چگونگی دست یافتن به آن، افکار و مطالعات را به خود معطوف داشته است. در طول زمان آدمی به دنبال راهی برای کنترل رفتارها و اتفاقات زندگی خود برای رسیدن به حد مطلوب می‌باشد و در این راستا موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به عوامل گوناگونی نسبت می‌دهد. اعتقاد به هر یک از این عوامل که می‌تواند چگونگی و شیوه زندگی انسان را تغییر دهد؛ تحت تأثیر منبع کنترل^۱ او می‌باشد.

مفهوم منبع کنترل به‌عنوان بخشی از نظریه یادگیری اجتماعی روتر^۲ (روتز، ۱۹۶۷)، بیانگر انتظار تعمیم یافته ای است که در مورد عوامل مؤثر بر پاداش و تنبیه در زندگی انسان وجود دارد. منبع کنترل چگونگی جستجوی اطلاعات در محیط و شیوه پردازش اطلاعات در رابطه با وقایع و مسائل زندگی است (لوو^۳، ۱۹۸۲).

منبع کنترل یک متغیر تشخیصی است و منظور از آن ادراک و فهم از محیط و موقعیت و نقش و سهم تأثیر فرد در پیشامدهای موفقیت آمیز و شکست در زندگی است (شادمهر، ۱۳۸۱). بر اساس این تئوری افراد به دو دسته تقسیم میشوند: یکی، افراد دارای منبع کنترل درونی که به توانمندی‌ها و توانایی‌های خود متکی بوده، خود را بر احساسات، رفتار و شرایط زندگی خود مسلط دانسته و در تغییر و اصلاح آن فعالانه می‌کوشند و موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به عوامل درونی خود نسبت می‌دهند. این افراد در مقابل رویدادهای زندگی از موضع برتر و فعالانه تری برخوردارند و دارای اعتماد به نفس بیشتری هستند، در رویدادها کمتر دچار تنش شده و بهتر با تنش‌ها و رخدادها مقابله می‌کنند (کریمی، ۱۳۸۲).

دوم، افراد دارای منبع کنترل بیرونی که خود را مسلط بر شرایط و رویدادهای زندگی ندانسته و حوادث زندگی خود را به عوامل بیرونی از قبیل شانس، سرنوشت و قدرت دیگران نسبت می‌دهند. به نظر می‌رسد که این افراد به توانمندی‌ها و تلاش‌های خود متکی نیستند و از اعتماد به نفس پایین‌تر و در مقابل رویدادهای زندگی از موضعی انفعال‌پذیرتر برخوردارند. این افراد معتقدند رفتارها یا مهارت‌های آنها در تقویت‌هایی که دریافت می‌دارند اثری ندارد، در نتیجه در کوشش برای بهبود موقعیت خود فایده ای نمی‌بینند. آنها به منبع کنترل زندگی خود در زمان حال یا آینده باور چندانی ندارند (صالحی، ۱۳۸۶). با توجه به موارد فوق می‌توان منبع کنترل را، میزان کنترل یا عدم کنترل انسان بر رفتارهایی که از وی سر می‌زند و جنبه‌های مختلف زندگی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد، دانست. آموزه‌های دینی، نگرش‌های مذهبی و سبک زندگی از جمله مولفه‌های تأثیر گذار بر نوع رفتار فرد هستند.

اولین بار آلفرد آدلر^۴ (۱۹۲۲) اصطلاح سبک زندگی^۵ را مطرح کرد. از دیدگاه آدلر ریشه‌های سبک زندگی، عبارتند از: سلامتی و ظاهر، وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده، نگرش‌های فرزندپروری، نظام خانواده و نقش جنسیتی (کاوایانی، ۱۳۸۸). برای یافتن بهترین نوع سبک زندگی، الگویی لازم است که همه مولفه‌های شناختی و رفتاری انسان را به بهترین شکل در نظر بگیرد و از طرف دیگر با یافته‌های مسلم علمی مخالف نباشد و همچنین دنیا و آخرت را در کنار هم ببیند و از هیچ یک از ابعاد مادی و معنوی انسان غافل نشود. می‌توان ادعا کرد که سبک زندگی اسلامی^۶ این گونه است. کاویانی (۱۳۸۸) برای اولین بار چگونگی تعامل رفتارها و نگرش‌ها در زندگی روزانه را در سبک زندگی اسلامی مورد بررسی قرار داد (سلم آبادی، ۱۳۹۴). در سبک زندگی از سایر دیدگاه‌ها، فقط به رفتار توجه می‌شود و فکر و نیت انجام رفتار بررسی نمی‌شود؛ اما سبک زندگی اسلامی نمی‌تواند نسبت به نیت‌ها بی تفاوت باشد، در حالی که تاکید آن روی رفتار است؛ به حداقل عواطف و شناخت‌های نیز نظر دارد (کاوایانی، ۱۳۸۸).

¹ Locus of Control

² Rotter

³ Lou

⁴ Adler

⁵ lifestyle

⁶ Islamic lifestyle

امروزه، این مفهوم مورد توجه بسیاری از صاحب‌نظران و پژوهشگران علوم انسانی قرار گرفته است و اشاره به شیوه و سبکی از زندگی دارد که منبع اصلی استخراج آن کتاب الهی است و یا به تعبیر علامه مجلسی زندگی اسلامی در زندگی قرآنی معنا می‌یابد (خطیبی، ۱۳۹۲). لذا در سبک زندگی اسلامی، غایت آموزه‌های دینی رهایی از سبک زندگی غیر اسلامی و رسیدن به حیات طیبه است (رجب نژاد، ۱۳۹۱). آنچه سبک زندگی اسلامی و سایر سبک‌های زندگی را از هم متمایز میکند، چارچوب کلی سبک زندگی انسان است که آدمی بر اساس آن، مسیر خویش به سوی هدف نهایی و سعادت پایدار را تعقیب مینماید؛ در واقع این چارچوب کلی، از سوی پروردگاری ترسیم شده است که خالق آدم و آگاه به ابعاد وجودی اوست و از آن جا که خداوند کریم، مدون این سبک زندگی است و به راز و رمزهای درونی او آگاه و به نیازها و خواسته‌های او واقف است پس حکمت خداوند حکیم اقتضا میکند که نیازهای انسان در تمام ابعاد در این سبک زندگی لحاظ شده باشد. از این رو، سبک زندگی در دیدگاه اسلام زمینه ساز اهداف و راه و روش بشر در زندگی به شمار می‌آید (فائزی، ۱۳۹۲).

برای داشتن یک سبک زندگی مطلوب، دو نوع جهت‌گیری لازم است: ۱) بایدها و نبایدهای مورد قبول در زندگی. ۲) شیوه‌های اجرا و به‌عینیت رساندن آن. جهت‌گیری اول به‌طور غالب ارزشی و اخلاقی است و جهت‌گیری دوم مبتنی بر ارزش‌های عملی است و این مسایل هر دو در سبک زندگی اسلامی دیده شده است (شریعتی، ۱۳۹۲).

محمدی و مهرابی زاده (۱۳۸۵) در پژوهشی به بررسی نقش جنسیت در ارتباط نگرش مذهبی و منبع کنترل پرداختند. نتایج نشان داد که بین نگرشهای مذهبی و منبع کنترل درونی رابطه مثبت وجود دارد که در زنان این رابطه قوی‌تر است؛ همچنین میانگین نمره نگرش مذهبی در زنان بالاتر از مردان است.

مجدیان و سلیمی (۱۳۸۸) در بررسی رابطه بین حرمت خود، منبع کنترل و نگرش مذهبی نشان دادند که بین نگرشهای مذهبی، منبع کنترل درونی و حرمت خود همبستگی مثبت معنادار وجود دارد.

قاسمی زاد و همکاران (۱۳۸۵) بیان کردند که در بررسی رابطه بین کیفیت زندگی با عزت نفس، منبع کنترل، استرس و حمایت اجتماعی؛ بین متغیرهای کیفیت زندگی، عزت نفس، منبع کنترل و حمایت اجتماعی همبستگی مثبت و معنی‌دار و بین متغیرهای کیفیت زندگی و استرس رابطه منفی و معنی‌دار وجود داشت.

کوشکی و خلیلی فر (۱۳۸۹) نشان دادند که بین نگرش شناختی عاطفی با منبع کنترل، رابطه معنادار و معکوس وجود دارد و نگرش مذهبی یکی از عوامل مهم تبیین‌کننده منبع کنترل است.

با توجه به ارتباط بین منبع کنترل و سبک زندگی اسلامی و کم بودن پژوهش‌های انجام شده در این زمینه، در پژوهش حاضر سعی بر آن بوده است تا سبک زندگی اسلامی در کارمندان دارای منبع کنترل بیرونی و درونی مورد مقایسه قرار گیرد. از این رو در پژوهش حاضر به دنبال یافتن پاسخ این سوال هستیم که:

آیا سبک زندگی اسلامی کارکنان دارای منبع کنترل بیرونی با سبک زندگی اسلامی کارمندان دارای منبع کنترل درونی متفاوت است؟

روش تحقیق

مطالعه حاضر توصیفی و از نوع علی - مقایسه‌ای می‌باشد. به این منظور تعداد ۳۴ تن از کارمندان اداره آموزش و پرورش شهرستان داراب بر اساس نمره‌های کسب شده در مقیاس منبع کنترل به دو گروه با منبع کنترل درونی و منبع کنترل بیرونی تقسیم شدند. بر این اساس ۱۷ نفر در گروه با منبع کنترل درونی و ۱۷ نفر در گروه با منبع کنترل بیرونی قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر عبارت بود از پرسشنامه منبع کنترل راتر^۱ (۱۹۶۶)، پرسشنامه سبک زندگی اسلامی کاپوانی (۱۳۸۸) که در ادامه مشخصات هر یک ارائه می‌گردد.

^۱ Rotter

برای سنجش منبع کنترل درونی و بیرونی از پرسشنامه منبع کنترل، ساخته راتر (۱۹۶۶) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده می‌باشد؛ که هر ماده دارای یک جفت سوال (الف و ب) می‌باشد. در این پرسشنامه از آزمودنی خواسته می‌شود بین هر جفت سوال یک ماده، یکی را انتخاب کند و علامت بزند. در این مقیاس نمرات بالاتر از ۹ برای منبع کنترل بیرونی و نمرات پایین تر از آن برای منبع کنترل درونی در نظر گرفته شده است. راتر روایی این پرسشنامه را ۰/۴۹ و ۰/۸۴ و پایایی آن را با استفاده از روش باز آزمایی در فاصله زمانی دو ماه ۰/۴۸ تا ۰/۸۳ گزارش کرده است (سلم آبادی و همکاران، ۱۳۹۴).

در پژوهش حاضر ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۵۵ محاسبه شد. جهت سنجش سبک زندگی اسلامی از پرسشنامه سنجش سبک زندگی اسلامی، ساخته کاویانی (۱۳۸۸) استفاده شد. این پرسشنامه دارای دو فرم بلند (۱۳۵ سوالی) و فرم کوتاه (۷۵ سوالی) می‌باشد که در این پژوهش از فرم کوتاه آن استفاده شد. در این پرسشنامه آزمودنی باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود به هر آیت در یک طیف چهار درجه ای از خیلی کم تا خیلی زیاد پاسخ دهد. آزمون فوق شامل ۱۰ خرده مقیاس می‌باشد. شاخص اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاق، مالی، خانواده، سلامتی، تفکر و علم، امنیتی-دفاعی و زمان شناسی را می‌سنجد. نتایج تحلیل عوامل روایی و ساختار عاملی مناسبی برای آن نشان داد. روایی همزمان آزمون سبک زندگی اسلامی با آزمون جهت گیری مذهبی ۰/۶۴ به دست آمد. ضریب پایایی کل با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ محاسبه شد (کاویانی، ۱۳۹۰). سلم آبادی و همکاران (۱۳۹۴) ضریب پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کردند.

در پژوهش حاضر ضریب پایایی برای کل پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ محاسبه شد. جهت تحلیل داده ها در قسمت توصیفی، آمارهای توصیفی میانگین و انحراف استاندارد محاسبه شد و در قسمت استنباطی، جهت آزمون فرضیه پژوهش از تحلیل واریانس آنووا استفاده شد. تجزیه و تحلیل آماری این پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS ویرایش بیست و یک انجام گرفت.

یافته ها

در بخش توصیفی میانگین، انحراف استاندارد و تعداد نمره‌های کارمندان دارای منبع کنترل درونی و بیرونی در پرسشنامه سبک زندگی اسلامی محاسبه و در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد و تعداد نمره‌های کارمندان دارای منبع کنترل درونی و بیرونی در متغیر

پژوهش				
متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
سبک زندگی اسلامی	درونی	۴۴۳.۷۲	۵۱.۰۸	۱۷
	بیرونی	۴۰۷.۰۷	۳۲.۶۹	۱۷

جهت بررسی پرسش پژوهش، میانگین دو گروه به وسیله تحلیل واریانس آنووا مورد مقایسه قرار گرفت. قبل از انجام این تحلیل، مفروضه های تحلیل واریانس آنووا بررسی شد که از نظر بهنجاری تک متغیره و همسانی واریانس ها تخطی مشخصی مشاهده نشد. نتیجه تحلیل آنووا در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- نتایج تحلیل واریانس آنووا روی میانگین متغیر پژوهش در دو گروه

سطح معناداری (p)	F	میانگین مجزورات	درجه آزادی	مجموع مجزورات	
۰.۰۱۸	۶.۲۰۹	۱۱۴۱۹.۲۲	۱	۱۱۴۱۹.۲۲	واریانی بین گروهی
		۱۸۳۹.۲۷	۳۲	۵۸۸۵۶.۶۴	واریانس درون گروهی (خطا)
			۳۴	۶۲۲۳۰.۰۶۲۲	واریانس کل

طبق مندرجات جدول فوق، مقدار F مشاهده شده ۶/۲۰۹ است که در سطح $p=0/018$ معنی دار می‌باشد. این بدین معنی است که بین دو گروه در متغیر سبک زندگی اسلامی تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر مقایسه سبک زندگی اسلامی در کارمندان دارای منبع کنترل بیرونی و درونی بود. نتایج نشان داد که سبک زندگی اسلامی در بین کارمندان دارای منبع کنترل بیرونی و درونی تفاوت معنی‌داری دارد و این تفاوت به سود کارمندان دارای منبع کنترل درونی است. در واقع سبک زندگی اسلامی در کارمندان دارای منبع کنترل درونی قوی‌تر از کارمندان دارای منبع کنترل بیرونی است. این یافته با نتایج پژوهش‌های محمدی و مهربانی زاده (۱۳۸۵) و کوشکی و خلیلی فر (۱۳۸۹) همسو است. سبک زندگی اسلامی چارچوب کلی زندگی انسان را مشخص می‌کند. در نتیجه افراد بر اساس آن، مسیر خود را در رسیدن به هدف نهایی و سعادت پایدار دنبال می‌کنند. این افراد معتقد هستند که در رویدادها و حوادث زندگی تنها نیستند؛ و از حمایت و پشتیبانی خداوند برخوردارند. این اعتقاد به آن‌ها در رسیدن به اهدافشان نیرو می‌بخشد. در نتیجه با اتکا به توانایی‌های خود و توکل بر خدا در رسیدن به اهداف خود گام بر می‌دارند.

منابع

۱. خطیبی، ه، سجادی، آ (۱۳۹۲). مرور راهنمایان سبک زندگی. معرفت. ص ۱۳ تا ۲۵.
۲. رجب نژاد، م، مهدوی طلب، آ، رجب نژاد، س، ۱۳۹۱. مطالعه سبک زندگی اسلامی در طول زندگی پاک در قرآن. سبک زندگی اسلامی متمرکز شده روی سلامت. ۱ (۱). ص ۹ تا ۲۹.
۳. سلم آبادی، مجتبی، اسماعیلی، معصومه، مهدی نژاد، ایرج و یوسفی نژاد، احمد، ۱۳۹۴. نقش سبک زندگی اسلامی و منبع کنترل در پیش بینی بهزیستی روانشناختی کارکنان بیمارستان قزوین. نشریه اسلام و سلامت. دوره اول، شماره ۴، ۴۹-۵۶.
۴. سلم آبادی، مجتبی، اسماعیلی، معصومه، مهدی نژاد، ایرج و یوسفی نژاد، احمد، ۱۳۹۴. نقش سبک زندگی اسلامی و منبع کنترل در پیش بینی بهزیستی روانشناختی کارکنان بیمارستان قزوین. نشریه اسلام و سلامت. دوره اول، شماره ۴، ۴۹-۵۶.
۵. شادمهر، م، ۱۳۸۱. بررسی ارتباط میان مدارک واقعی و محرک ترس از موفقیت در میان مدیران زن و مشاوران در دبیرستان‌های شهر ساری. (مقاله اصلی). دانشگاه آزاد اسلامی ساری.
۶. شریعتی، ص. الف، ۱۳۹۲. درآمدی بر سبک زندگی اسلامی در آیات و روایات. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۴ (۱۳)، ص ۱ تا ۱۰.

۷. صالحی، ل، باقری یزدی، س، عباس زاده، آ، ۱۳۸۶. ارتباط میان سلامت مذهبی و مکان کنترل. مجله سلامت پزشکی دانشگاه قزوین. دوره یازدهم، شماره ۱. ص ۵ تا ۵۰.
۸. فائزی، م، ۱۳۹۲. معرفی سبک زندگی اسلامی. معرفت. ص ۲۷ تا ۴۲.
۹. قاسمی زاد، ع، برنجیان تبریزی حامد، عابدی م، برزیده. ا، ۱۳۸۹. بررسی مقایس های رابطه بین کیفیت زندگی با عزت نفس، کانون کنترل، استرس و سرمایه اجتماعی فرزندان شاهد و ایثارگرفارس، رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۱:۴، ۱۰۷-۱۲۴.
۱۰. کاویانی، محمد، ۱۳۹۰. کمی سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی. روان شناسی و دین. سال چهارم، شماره ۲، ۲۷-۴۴.
۱۱. کریمی، ی، ۱۳۸۲. روانشناسی شخصیت. دانشگاه علامه طباطبایی.
۱۲. کاویانی ارانی، م، ۱۳۸۸. طرح نظریه سبک زندگی براساس دیدگاه اسلام و ساخت آزمون سبک زندگی اسلامی و بررسی ویژگی های روان سنجی آن رساله دکتری روان شناسی، دانشگاه اصفهان.
۱۳. کوشکی ش، خلیلی فر، م، ۱۳۸۹. نگرش مذهبی و کانون کنترل، اندیشه و رفتار، ۴: ۱۵، ۳۳-۴۲.
۱۴. مجدیان، م، سلیمی، س. ح، ۱۳۸۸. بازخورد مذهبی حرمت خود و مسند کنترلگری، روانشناسی تحولی، ۶:۲۲، ۱۵۱-۱۵۷.
۱۵. محمدی، د، مهرابی زاده هنرمند، م، ۱۳۸۵. ارتباط نگرش مذهبی با مکان کنترل و نقش جنسیت، پژوهش های روانشناختی زمستان، ۹: ۴۷-۶۴.

16. Lou, R, A, (1982), locus of control in negro and white children. Psychological reports, 29, 459- 465.
17. Rotter, J, B. (1967), Application of social learning theory of personality: social learning and clinical psychology Englewood cliff. N. j, pentice-Hall.
18. Rotter, J.B (1954), Social learning and clinical psychology, Englewood Cliffs, NJ. Prentice-Hall.