

بررسی کارآیی جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی دانشجویان تربیت بدنی با توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی

هاجر صالحی*، امیر قمرانی**، حمیدرضا عرب***، طاهره گل‌کاری****

* کارشناس ارشد، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

** استادیار، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

*** کارشناس ارشد، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

**** کارشناس ارشد، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

تاریخ دریافت مقاله: ۹۲/۱/۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۲/۴/۱۷

چکیده

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی کارآیی جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی دانشجویان تربیت بدنی با توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی بود. همچنین به نقش متغیرهای دموگرافیک به‌عنوان اهداف فرعی توجه شد. ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشکده تربیت‌بدنی دانشگاه اصفهان به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس جهت‌گیری مذهبی (آلپورت و راس، ۱۹۶۷) و تجربه شیفتگی (سیکزنت میهالی، ۱۹۸۲) پاسخ دادند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از رگرسیون چندمتغیره (گام‌به‌گام) و به منظور کارآیی مدل از روش تحلیل ساختاری و نرم‌افزار AMOS ۱۸ استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل جهت‌گیری مذهبی درونی، تجربه شیفتگی را به صورت مثبت و جهت‌گیری مذهبی بیرونی تجربه شیفتگی را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کند. همچنین بررسی نقش متغیرهای دموگرافیک نشان داد سن و تحصیلات با تجربه شیفتگی رابطه مثبت و معنادار دارد. علاوه بر این مشخص شد که مدل جهت‌گیری مذهبی در صورت حضور متغیرهای دموگرافیک نیز از کارآیی لازم در پیش‌بینی شیفتگی برخوردار است. در مجموع نتایج حاصل از این پژوهش، کارآیی جهت‌گیری مذهبی درونی را در پیش‌بینی تجربه شیفتگی تأیید کرد.

واژه‌های کلیدی: جهت‌گیری مذهبی درونی، جهت‌گیری مذهبی بیرونی، تجربه شیفتگی.

مقدمه

رویکرد نوظهور روان‌شناسی مثبت در جست‌وجوی راه‌هایی برای افزایش سرمایه روانی انسان‌ها است و همواره در تلاش است دانشی را جمع‌آوری کند که هدف اصلی آن رضایت از زندگی، امید، نتیجه‌گیری‌های مثبت از تمام تجربیات زندگی و نیز مطالعه وضعیت‌های ذهنی مثبت است (۱، ۲ و ۳). بررسی پیشینه پژوهشی روان‌شناسی مثبت نشان می‌دهد یکی از سازه‌های نو و محوری این رویکرد تجربه شیفتگی^۱ است (۴). تجربه شیفتگی احساس ذهنی مثبتی است که در آن فرد با سطحی از مهارت با تمرکز کامل غرق در فعالیتی چالش‌انگیز با برانگیختگی بالا می‌شود (۵ و ۶). عامل مهمی که تجربه شیفتگی را حائز اهمیت ساخته آن است که شیفتگی تجربه‌ای همگانی است که برای مردم تمام فرهنگ‌ها در تمام کشورها رخ می‌دهد (۷). بر این اساس، سیکزنت میهالی (۱۹۷۵) از طریق مصاحبه مفصل با گروه‌های بسیاری از افراد، یک نظریه تجربه شیفتگی را ارائه کرد. طبق این نظریه، شیفتگی زمانی رخ می‌دهد که افراد در تکالیف یا فعالیت‌های کنترل‌پذیر اما چالش‌انگیزی اشتغال یابند که مستلزم داشتن مهارت قابل ملاحظه است و با انگیزه درونی همراه است (۸). سیکزنت میهالی ویژگی‌های اصلی شیفتگی را به این شرح بیان کرد: در تجربه‌های شیفتگی نسبت چالش موجود در فعالیت و مهارت لازم برای انجام آن تقریباً یک‌به‌یک است و چالش و مهارت باید بالاتر از حد متوسط باشد. هدف‌های تکالیفی که به تجارب شیفتگی منجر می‌شوند روشن هستند نه مبهم و بازخورد حاصل از حرکت به سوی این هدف‌ها فوری است نه مدت‌دار. چون تکالیفی که به تجربه‌های شیفتگی منجر می‌شوند مستلزم فعالیت در جهت اهداف مشخص و دریافت بازخورد آنی درباره حرکت به سمت این هدف‌ها هستند، سطح عمیقی از تمرکز و تکلیف اساسی است. این امر به از دست‌دادن خودآگاهی منجر می‌شود. ازسویی، وقوع تجربه شیفتگی منجر به تحریف ادراک زمان در افراد می‌شود؛ به طوری که ساعت‌ها مانند دقیقه می‌گذرند و احساس کنترل تمام بر تکلیف در افراد ایجاد می‌شود (۹). همچنین بیان شده است که شیفتگی ناشی از تعادل بین مهارت لازم برای انجام فعالیت و چالش ناشی از فعالیت است؛ به طوری که اگر چالش بیشتر از مهارت باشد اضطراب ایجاد می‌شود، اگر چالش کمتر از مهارت باشد، کسالت ایجاد می‌شود و اگر چالش و مهارت هردو کم باشد بی‌علاقگی ظاهر می‌شود (۱۰). شیفتگی سازه‌ای مشابه اما متفاوت با اوج عملکرد است، زیرا اوج عملکرد مربوط به عملکرد عالی افراد در حال فعالیت است؛ درحالی که شیفتگی حالتی است که در احساس لذت‌بخش بودنش منحصر به فرد است (۱۱ و ۱۲). اشتراک بین تجربه شیفتگی و اوج عملکرد منجر به ورود بحث شیفتگی به حوزه ورزش و فعالیت‌های هنری شد. محققان شواهدی پیدا کردند که نشان می‌دهد شیفتگی در طول اجرای (انجام) تعداد زیادی از فعالیت‌های مختلف مانند ورزش (۱۳، ۱۴ و ۱۵)، هنرهای خلاق و موسیقی (۱۳، ۱۵، ۱۶ و ۱۷). در این زمینه اولین تحقیقات در اوایل دهه ۱۹۹۰ توسط جکسون و رابرت انتشار یافت. آن‌ها به بررسی تجربه شیفتگی در ورزش‌های

^۱ Flow Experience

لذت‌بخش و سرگرم‌کننده و ورزش‌های رقابتی و مسابقه‌ای پرداختند و نشان دادند که ورزشکاران حرفه‌ای مستعد تجربه شیفتگی هستند (۱۵، ۱۸ و ۱۹). اکثر مطالعات ابتدایی به بررسی تجربه شیفتگی در ورزشکاران نخبه در ورزش‌های دارای بازخوردی سریع و روشن، مانند کوه‌نوردی و ماراتون پرداختند (۸). اما در مطالعات بعدی به بررسی تجربه شیفتگی در ورزش‌های گروهی مثل فوتبال و بسکتبال نیز پرداخته‌اند برای مثال راسل در پژوهش خود نشان داد ورزشکاران در این‌گونه ورزش‌ها سطح عملکرد و تجربه شیفتگی یکسانی به دست می‌آورند (۲۰). باکر و اکساتوپولو نیز در مطالعه‌ای که درباره ورزش‌های تیمی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که عملکرد اعضای تیم با تجربه شیفتگی رابطه مثبت دارد، زیرا سطح تجربه شیفتگی اعضای تیم ممکن است در نتیجه عوامل سرایتی مانند خلق و رفتار بازیکنان تیم باشد که به دیگر بازیکنان انتقال می‌یابد. (۲۱). به طور کلی، تحقیقات صورت‌گرفته در این زمینه گویای این است که تجربه شیفتگی در عملکرد ورزشکاران در ورزش‌های مختلف اثر مثبت دارد (۲۲ و ۲۳). شیفتگی علاوه بر اینکه در زمینه‌های خاص ورزشی حائز اهمیت است، در سایر حوزه‌های زندگی نیز تأثیر شگرفی دارد. در این زمینه تحقیقات نشان می‌دهد که شیفتگی با افزایش بهزیستی، عملکرد بالا در موقعیت‌های مختلف زندگی، رضایت از زندگی، عزت نفس، روش‌های مقابله‌ای فعال در مقابل روش‌های مقابله‌ای غیرفعال، مهارت‌های اجتماعی، ادراک خود و ذهن آگاهی رابطه مثبت دارد (۱۱، ۲۴، ۲۵، ۲۶ و ۲۷). با وجود این تاکنون دانسته‌های اندکی درباره اینکه چه ویژگی‌های شخصیتی با تجربه شیفتگی در رابطه است به دست آمده است (۱۱). در این زمینه سیکزنت میهالی براساس تحقیقات خود به این نتیجه رسید که ویژگی‌هایی مانند سن، تحصیلات، سطح اجتماعی اقتصادی و جنسیت با شیفتگی رابطه دارد (۱). میتچل این رابطه را همسو با هرم سلسله‌مراتب نیازهای مازلو^۱ توجیه کرد (۲۸). در پژوهش مار نیز مشخص شد شیفتگی با ساختار مغز میانی مثل تالاموس و آمیگدال در رابطه است (۲۹). بررسی ادبیات تحقیقاتی شیفتگی گویای آن است که اخیراً به رابطه بین شیفتگی و مذهب نیز توجه شده است، زیرا مذهب نظامی اطلاعاتی است که برای انسان اطلاعات و دانش فراهم می‌کند (۳۰ و ۳۱). برای مثال، دیلون و تایت (۲۰۰۰) به بررسی رابطه بین مذهب و تجربه شیفتگی در میان ورزشکاران پرداختند و دریافتند که ورزشکاران مذهبی تجربه شیفتگی بیشتری دارند (۳۲س). هود در سال ۱۹۸۷ و تنگ در سال ۲۰۱۱ به بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تجربه شیفتگی پرداختند و به این نتیجه رسیدند که بین تجربه شیفتگی و جهت‌گیری مذهبی درونی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (۱۱ و ۳۳). جهت‌گیری مذهبی به علل اعتقادات، باورها و رفتارهای مذهبی افراد اطلاق می‌شود و به‌منزله فرصت‌بخشیدن به ساختار و مناسبات انسان در تمام ابعاد آن در پرتو رابطه انسان با خدا تعریف شده است (۳۳)، ۳۴ و ۳۵. بررسی تأثیرات و پیامدهای مذهب بر سایر سازه‌های روان‌شناختی بیشتر از طریق مفهوم جهت‌گیری مذهبی مطالعه شده است (۳۶). براساس نظریه آپورت (۱۹۶۷) نوع جهت‌گیری در افراد درونی و بیرونی است.

^۱ Maslow

مذهب درونی فراگیر و دارای اصول سازمان‌یافته و درونی‌شده است؛ درحالی‌که مذهب بیرونی خارجی و ابزاری است که برای ارضای نیازهای فردی از قبیل مقام و امنیت مورد استفاده قرار می‌گیرد. منظور آلپورت از جهت‌گیری درونی عبارت است از تعهد انگیزشی فراگیری که غایت و هدف است، نه وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف فردی؛ به عبارت دیگر جهت‌گیری مذهبی را می‌توان معادل دین‌ورزی یا دین‌داری دانست (۳۷). در سال‌های اخیر هرچند تعداد زیادی از مطالعات به بررسی شیفتگی و علل بالقوه ایجاد آن و اثراتی که تجربه شیفتگی در ورزشکاران دارد پرداخته‌اند، مطالعه‌ای به طور خاص رابطه جهت‌گیری مذهبی و تجربه شیفتگی را در میان ورزشکاران بررسی نکرده است. ایران جامعه‌ای مذهبی شناخته می‌شود، همچنین ادبیات تحقیق شامل میزان قابل توجهی از پژوهش‌هایی است که نشان‌دهنده ارتباط مذهب و معنویت با سلامت روانی و جسمانی است (۳۸، ۳۹، ۴۰ و ۴۱) و از سوی دیگر، تجربه شیفتگی منجر به بازخورد مثبت افراد در حین انجام فعالیت‌های ورزشی می‌شود و احتمال انجام دوباره ورزش بالا می‌رود؛ این خود نوعی بهزیستی است که هم‌زمان منجر به افزایش کیفیت زندگی و سلامت روان در افراد می‌شود. این امر اهمیت بررسی مذهب را در تجربه شیفتگی نشان می‌دهد. هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه کارآیی مدل جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی در میان دانشجویان تربیت‌بدنی بود.

روش‌شناسی

جامعه آماری و نمونه‌گیری تحقیق

پژوهش حاضر از نوع همبستگی است و به منظور بررسی رابطه بین تجربه شیفتگی و جهت‌گیری مذهبی انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان تربیت‌بدنی دانشگاه اصفهان در سال ۱۳۹۱ بودند. نمونه شامل ۲۰۰ نفر با میانگین سنی ۲۶/۳۳ و انحراف معیار ۴/۸ بود که به روش تصادفی انتخاب شدند. پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، اطلاعات به دست آمده از طریق نرم‌افزار SPSS ۱۶ و نرم‌افزار AMOS ۱۸ تجزیه و تحلیل شدند. تعداد شرکت‌کنندگان زن در این پژوهش ۱۱۰ و تعداد مردان شرکت‌کننده ۹۰ نفر بوده است. همچنین تعداد شرکت‌کنندگان با تحصیلات دیپلم ۳۱ نفر، با تحصیلات کارشناسی ۷۹ نفر، با تحصیلات کارشناسی ارشد ۸۲ نفر و با تحصیلات دکتری ۸ نفر بوده است. ۳۱ نفر از شرکت‌کنندگان همیشه در مراسم مذهبی حضور داشتند، ۷۹ نفر از شرکت‌کنندگان اغلب اوقات در مراسم مذهبی حضور داشتند، ۷۵ نفر از شرکت‌کنندگان به ندرت در مراسم حضور داشتند و ۱۵ نفر از آن‌ها هرگز در مراسم مذهبی حضور نداشتند. در آخر، وضعیت اقتصادی ۲۰ شرکت‌کننده در سطح پایین، وضعیت اقتصادی ۹۲ شرکت‌کننده در سطح متوسط پایین، وضعیت اقتصادی ۷۴ نفر از آن‌ها در سطح متوسط رو به بالا و وضعیت اقتصادی ۱۵ نفر از آن‌ها در سطح بالا بود.

ابزار

در پژوهش حاضر از ابزار زیر استفاده شد:

۱. پرسش‌نامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی: این پرسش‌نامه برای دریافت اطلاعاتی مانند سن، جنس، تحصیلات، وضعیت اقتصادی اجتماعی و میزان حضور در مراسم مذهبی آزمودنی‌ها ارائه شد.

۲. مقیاس جهت‌گیری مذهبی: این مقیاس را آلپورت و راس در سال ۱۹۶۷ تهیه کردند، که مقیاسی ۲۰ گزینه‌ای است که ۱۱ گزینه آن به جهت‌گیری برونی و ۹ گزینه آن به جهت‌گیری درونی مربوط می‌شود (۴۲). فگین^۱ یک نسخه ۲۱ گزینه‌ای از مقیاس جهت‌گیری‌های مذهبی درونی/ بیرونی ساخت که تمام گزینه‌های آلپورت در آن انتخاب شده بودند و علاوه بر آن یک گزینه دیگر به آن افزود (مذهب همان کاری را می‌کند که عضویت من در گروه دوستان و آشنایان می‌کند، یعنی کمک می‌کند زندگی‌ام را متعادل و پایدار نگاه دارم). این گزینه همبستگی مثبت بالایی (۰/۶) با مقیاس جهت‌گیری مذهبی برونی داشت و از آن به بعد این مقیاس بیشتر مورد استفاده قرار گرفته است. طبق تحقیقات آلپورت همبستگی بین گزینه‌های جهت‌گیری مذهبی درونی با گزینه‌های جهت‌گیری مذهبی برونی ۰/۲۱- بود. در تعدادی از مطالعات دیگر، از جمله مطالعاتی که فگین صورت داد، همبستگی بین جهت‌گیری‌های درونی و بیرونی ۰/۲۰- بود که بسیار نزدیک به همبستگی محاسبه‌شده آلپورت بود (۴۳). برای سنجش روایی این آزمون در ایران مقیاس جهت‌گیری مذهبی برونی درونی فگین به فارسی ترجمه شد و صحت ترجمه آن با بازخوانی متخصصان دیگر و ترجمه دوباره آن به انگلیسی تأیید شد و سپس با بازنویسی‌های متعدد در جهت متناسب کردن آن با بافت فرهنگی، مذهبی ایران کوشش شد. در این مقیاس گزینه‌ها براساس مقیاس لیکرت تنظیم شده‌اند؛ نمره‌گذاری برای سؤالات مقیاس جهت‌گیری مذهبی برونی بدین صورت است: کاملاً مخالفم ۵، تقریباً مخالفم ۴، تقریباً موافقم ۲ و کاملاً موافقم ۱. برای سؤالات جهت‌گیری مذهبی درونی نمره‌گذاری بدین صورت است: کاملاً موافقم ۱، تقریباً موافقم ۲، مخالفم ۴، کاملاً مخالفم ۵ (۴۴). اعتبار مقیاس توسط جان‌بزرگی (۱۳۷۷) در گروه نمونه ۲۳۵ نفری از دانشجویان دانشگاه‌های تهران با اعتبار ۰/۸۳۷ براساس آلفای کرونباخ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز اعتبار این مقیاس ۰/۷۶ به دست آمد (۴۵).

۳. پرسش‌نامه تجربه شیفتگی: این مقیاس در سال ۱۹۸۲ به کوشش سیکزنت میهالی تهیه شد. در آغاز این پرسش‌نامه سه نقل قول برای توصیف ویژگی‌های اصلی تجربه شیفتگی آمده است. برای پاسخ‌دهی به این پرسش‌نامه ابتدا از شرکت‌کنندگان خواسته شد که با استفاده از بله/ خیر نشان بدهند که آیا تجربه‌ای مشابه تجربه‌ای که در نقل قول‌ها توصیف شده است داشته‌اند یا خیر. در صورت پاسخ مثبت از آن‌ها خواسته شد که آن تجربه را به صورت خلاصه در دو جمله توصیف کنند و سپس به مجموعه‌ای ۱۲ سؤالی که براساس مقیاس

^۱ Feagin

لیکرت از ۱ تا ۸ تنظیم شده بود پاسخ دهند. سؤالات به‌گونه‌ای تنظیم شده‌اند که جنبه‌های مختلف شیفتگی را توصیف می‌کنند. برای مثال "آن را دوست دارم حتی اگر به آن کار مجبور نباشم". بعضی سؤالات که مضمون منفی دارند به صورت معکوس نمره‌گذاری شدند برای مثال "دچار اضطراب می‌شوم" یا "احساس کسالت و ملال می‌کنم" (۴۶). روایی و پایایی مقیاس مذکور در پژوهش حاضر با استفاده از روایی محتوایی متخصصان و ضریب آلفای کرونباخ مطلوب ارزیابی شد. در این زمینه روایی محتوایی مقیاس با اخذ نظر از استادان رشته‌های روان‌شناسی و یک نفر استاد تربیت‌بدنی بررسی و مشخص شد که هیچ‌یک از گویه‌های مقیاس ابهام ندارد. پایایی مقیاس نیز از طریق آلفای کرونباخ و اجرا بر روی ۲۰۰ نفر ۰/۹۲ برآورد شد.

یافته‌ها

جدول ۱، آزمون نرمال‌بودن متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. از آنجا که تعداد نمونه پژوهش بیش از ۵۰ نفر است، از آزمون کلموگراف اسمیرنوف برای بررسی نرمال‌بودن متغیرها استفاده شده است. همان‌طور که در جدول ۱ قابل مشاهده است، توزیع نرمال متغیرها پذیرفته شده است ($P > 0/05$).

جدول ۱. آزمون نرمال‌بودن متغیرهای پژوهش

کلموگراف اسمیرنوف		متغیر
سطح معناداری	درجه آزادی	
۰/۲	۲۰۰	جهت‌گیری مذهبی بیرونی
۰/۲	۲۰۰	جهت‌گیری مذهبی درونی
۰/۰۷۷	۲۰۰	تجربه شیفتگی

از آنجا که هدف پژوهش حاضر بررسی کارآیی جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی مرتبط در میان دانشجویان تربیت‌بدنی دانشگاه اصفهان است، ابتدا ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش تشکیل شد. نتایج این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. جنس	۱							
۲. سن	۰/۰۷	۱						
۳. تحصیلات	۰/۱۱	۰/۵۴**	۱					
۴. وضعیت اقتصادی	۰/۱۲	۰/۱	۰/۲۱**	۱				
۵. میزان حضور	۰/۰۲	۰/۰۸	۰/۰۳	۰/۰۲	۱			
۶. جهت گیری بیرونی	-۰/۰۴	۰/۰۷	۰/۰۴	-۰/۰۳	-۰/۰۳	۱		
۷. جهت گیری درونی	۰/۰۲	*۰/۱۶	*۰/۱۷	۰/۱۳	*۰/۲	-۰/۰۵	۱	
۸. تجربه شیفتگی	*۰/۱۳	**۰/۲۹	**۰/۲۴	*۰/۱۴	۰/۱۱	-۰/۳۸**	**۰/۴۷	۱

* $P < 0.05$

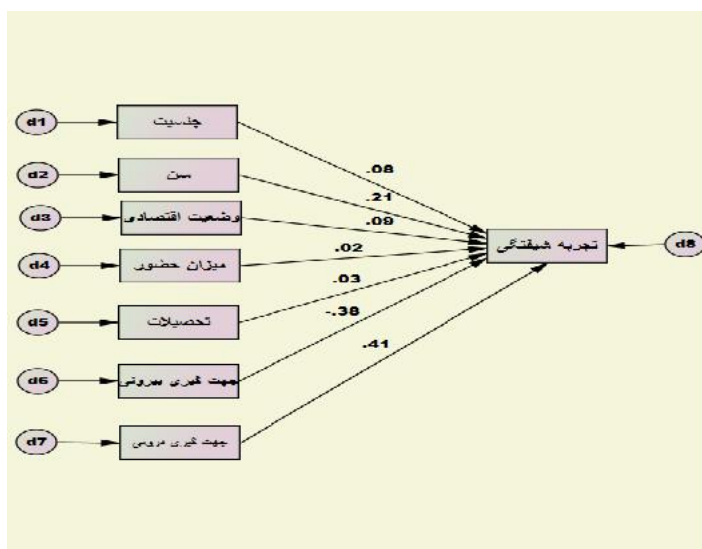
** $P < 0.001$

نتایج نشان می دهد ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش و مقیاس تجربه شیفتگی از ۰/۱ تا ۰/۴۷ متغیر است. در این زمینه کمترین ضریب همبستگی مربوط به میزان حضور در مراسم مذهبی (۰/۱۳) و جنسیت (۰/۰۷) است. همان گونه که مشخص است بین این دو متغیر و تجربه شیفتگی رابطه معناداری وجود ندارد و بیشترین ضریب همبستگی مربوط به تجربه شیفتگی و جهت گیری مذهبی درونی (۰/۴۷) و جهت گیری مذهبی بیرونی (۰/۳۸-) است که حاکی از رابطه قوی بین این دو متغیر و تجربه شیفتگی است. به منظور بررسی دقیق تر روابط مذکور و همچنین بررسی قدرت پیش بینی کنندگی متغیرهای پژوهش در تجربه شیفتگی از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج رگرسیون گام به گام متغیرهای پژوهش در پیش بینی تجربه شیفتگی

مراحل	t	Beta	B	سطح معناداری
گام اول	۷/۵۷	۰/۴۷	۰۵/۱	۰/۰۰۰
$P < 0.001, F = 57.35, R^2 = 0.26$				
گام دوم	۷/۹۲	۰/۴۷	۱/۰۱	۰/۰۰۰
	-۶/۱۴	-۰/۳۵	-۰/۵۸	۰/۰۰۰
$P < 0.001, F = 52.82, R^2 = 0.35$				
گام سوم	۷/۴	۰/۴۲	۰/۹۱	۰/۰۰۰
	-۶/۷۴	-۰/۳۷	-۰/۶۱	۰/۰۰۰
	۲/۴۶	۰/۲۵	۱/۰۳	۰/۰۰۰
$P < 0.001, F = 44.91, R^2 = 0.41$				

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد درخصوص پیش‌بینی متغیرهای پژوهش در اولین گام جهت‌گیری مذهبی درونی وارد معادله رگرسیون شده است. در این زمینه نسبت F برابر $57/35$ برآورد شده است که در سطح $P < 0/001$ معنادار است. علاوه بر این، براساس ضریب تعیین (R^2) مشخص می‌شود که متغیر جهت‌گیری مذهبی درونی به تنهایی ۲۶ درصد از واریانس تجربه شیفتگی را پیش‌بینی می‌کند. در گام دوم، متغیر جهت‌گیری مذهبی بیرونی وارد تحلیل شده است و دقت پیش‌بینی را به صورت معنی‌داری افزایش داده است ($P < 0/001$). همچنین براساس نتایج جدول ۳، در گام دوم نسبت F برابر $52/82$ برآورد شده است که در سطح $P < 0/001$ معنادار است و براساس ضریب تعیین (R^2) مشخص می‌شود که ترکیب متغیرهای جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی ۳۵ درصد از واریانس متغیر وابسته (تجربه شیفتگی) را تبیین می‌کنند. همان‌طور که در جدول ۳ نشان داده شده است در گام سوم، متغیر سن وارد معادله رگرسیون شده است و دقت پیش‌بینی را به صورت معنادار افزایش داده است ($P < 0/001$). نسبت F در این گام برابر $94/44$ برآورد شده است که در سطح $P < 0/001$ معنادار است. علاوه بر این، براساس ضریب تعیین (R^2) مشخص می‌شود که متغیر جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی و سن ۴۱ درصد از واریانس تجربه شیفتگی را پیش‌بینی می‌کند. در آخر، جهت ضرایب بتا نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی درونی و سن تجربه شیفتگی را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کنند و جهت‌گیری مذهبی بیرونی تجربه شیفتگی را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کند. طرح شماتیک مدل ساختاری برآزش شده و ضرایب مربوط در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱. مدل ساختاری جهت‌گیری مذهبی و متغیرهای دموگرافیک در پیش‌بینی تجربه شیفتگی

بحث و نتیجه‌گیری

پی‌ریزی جامعه‌ای سالم و بانشاط در گرو سلامت روحی و جسمی آن جامعه است. امروزه مذهب و تأثیر آن بر سلامت جسمانی و روان‌شناختی موضوع بسیاری از تحقیقات و فعالیت‌های بالینی است (۴۷). از سوی دیگر با توجه به اینکه جامعه ایران جامعه‌ای مذهبی شناخته می‌شود، این پژوهش با هدف بررسی کارایی جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی دانشجویان تربیت‌بدنی صورت پذیرفت. علاوه‌براین با توجه به اینکه مرور ادبیات تحقیق حکایت از رابطه متغیرهای دموگرافیک با تجربه شیفتگی داشت، به نقش متغیرهای مزبور نیز به‌عنوان هدف فرعی توجه شد. یافته‌ها نشان داد جهت‌گیری مذهبی می‌تواند تجربه شیفتگی را پیش‌بینی کند، در این زمینه مشخص شد جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی در گام اول و دوم ۳۵ درصد از تجربه شیفتگی را پیش‌بینی می‌کند. از بین متغیرهای دموگرافیک نیز صرفاً متغیر سن وارد تحلیل شد و دقت پیش‌بینی را به‌صورت معنی‌داری افزایش داد و سایر متغیرهای دموگرافیک نقش معنی‌داری در پیش‌بینی تجربه شیفتگی نداشتند. علاوه‌براین، جهت ضرایب بتا نشان داد جهت‌گیری مذهبی درونی و سن تجربه شیفتگی را به صورت مثبت و جهت‌گیری مذهبی بیرونی تجربه شیفتگی را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کنند. به‌عبارت دیگر، دانشجویانی که جهت‌گیری مذهبی درونی دارند، تجربه شیفتگی بیشتری دارند. همچنین با توجه به وجود رابطه منفی بین جهت‌گیری مذهبی بیرونی و تجربه شیفتگی مشخص شد دانشجویانی که جهت‌گیری مذهبی بیرونی دارند تجربه شیفتگی کمتری را تجربه می‌کنند. علاوه‌براین، با توجه به رابطه مثبت بین سن و شیفتگی می‌توان گفت دانشجویانی که دارای سن بیشتری هستند تجربه شیفتگی بیشتری داشته‌اند.

یافته‌های پژوهش حاضر درخصوص نقش پیش‌بینی‌کنندگی جهت‌گیری مذهبی درباره تجربه شیفتگی با نتایج پژوهش‌های هود و همکاران (۱۹۸۷)، دیلون و تایت (۲۰۰۰)، جنکینس (۲۰۰۶) و تنگ (۲۰۱۱) (۳۲، ۳۳ و ۴۸) هم‌سو است. هود و همکاران در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تجربه‌هایی همچون تجربه شیفتگی با جهت‌گیری مذهبی درونی رابطه مثبت و با جهت‌گیری مذهبی بیرونی رابطه منفی دارد. دیلون و تایت نیز در پژوهش خود درباره ورزشکاران نشان دادند تجربه شیفتگی با مذهبی‌بودن رابطه مثبت و معنادار دارد. جنکینس در پژوهش خود درباره مسیحیان مذهبی به این نتیجه رسید که مسیحیانی که مذهبی‌تر هستند و در زندگی روزانه خود فرصتی را به خلوت کردن با خدای خود اختصاص می‌دهند، تجربه شیفتگی بیشتری دارند. تنگ (۲۰۱۱) در پژوهشی به بررسی رابطه بین تجربه شیفتگی و تعدیل‌کننده‌های آن پرداخت. نتایج پژوهش نشان داد ضریب همبستگی بین تجربه شیفتگی و مذهبی‌بودن افراد ۰/۱۴ است. همچنین درخصوص تبیین اینکه چرا جهت‌گیری مذهبی درونی تجربه شیفتگی را پیش‌بینی می‌کند، می‌توان گفت از آنجاکه مذهب تعیین‌کننده پاسخ افراد به تجارب زندگی است (۳۱)، و فرد دین‌دار خود را تحت حمایت و لطف همه‌جانبه خداوند، بزرگ‌ترین نیروی موجود، می‌بیند، بنابراین احساس آرامش و اطمینان و لذت معنوی عمیقی به او دست می‌دهد (۴۹). همچنین قرآن کریم

می‌فرماید: آگاه باشید که با یاد خدا دل‌ها آرام می‌یابد و احساس اطمینان می‌کنید (رعد، ۲۸). بنابراین دور از انتظار نیست که ورزشکارانی که جهت‌گیری مذهبی درونی دارند، احساس شیفتگی بیشتری را تجربه می‌کنند که منحصر به فرد، عمیق و لذت‌بخش درونی است (۱۱). از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر نقش پیش‌بینی‌کنندگی سن در تجربه شیفتگی بود که با نتایج پژوهش سیکزنت میهالی (۱۹۷۵) و حنیف‌خان (۲۰۰۴) (۱۴ و ۳۶) همسو است. سیکزنت میهالی در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسید که تجربه شیفتگی با سن رابطه مثبت و معنادار دارد (۱). حنیف‌خان نیز در پژوهش خود مشخص کرد که سن بر تجربیات همانند تجربه شیفتگی تأثیر مثبت دارد (۵۰). با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهادات کاربردی به شرح زیر ارائه می‌شود: با توجه به ظرفیت‌های بالای مذهبی در ایران و نظر به تأثیرات مثبت جهت‌گیری مذهبی در تجربه شیفتگی، برگزاری کارگاه‌های آموزشی با محوریت تأثیر مذهب و نیز تلاش در جهت نهادینه‌کردن مذهب در دانشجویان از جمله پیشنهادات پژوهش حاضر است. این پیشنهاد با توجه به اینکه متأسفانه در اذهان برخی افراد مذهب با دوری از شادی و شور و شوق همانندسازی شده است، می‌تواند بسیار سازنده و مفید باشد و از زاویه‌ای دیگر تأثیر بیکران مذهب را مشخص سازد. از سوی دیگر، با توجه به اینکه پژوهش حاضر دانشجویان تربیت‌بدنی را مطالعه کرد، برگزاری مراسم معنوی با هدف نهادینه‌کردن مذهب و به دور از افراط، از دیگر پیشنهادات پژوهش حاضر است. انجام مطالعات آزمایشی به منظور بررسی تأثیر علی مذهب بر تجربه شیفتگی و تکرار پژوهش درباره سایر گروه‌ها و افراد و مقایسه روابط مذهب و تجربه شیفتگی در بین ورزشکاران حرفه‌ای و آماتور و نیز بررسی نقش مذهب در ایجاد تجربه شیفتگی قبل از برگزاری مسابقات ورزشی از جمله پیشنهادات پژوهشی مطالعات حاضر است که در سایه تلاش‌های پژوهشگران آتی محقق خواهد شد. صرف‌نظر از موارد فوق، برخی محدودیت‌های پژوهش حاضر، تعمیم نتایج آن را با احتیاط مواجه می‌سازد. در پژوهش حاضر به منظور سنجش متغیرهای پژوهش از پرسش‌نامه‌های مدادی-کاغذی استفاده شد و با توجه به محدودیت پرسش‌نامه در بررسی دقیق موضوعات رفتاری، پژوهش حاضر با محدودیت مواجه بوده است؛ نیز پژوهش حاضر دانشجویان تربیت‌بدنی دانشگاه اصفهان را مطالعه کرده است؛ بنابراین تعمیم نتایج پژوهش به سایر گروه‌ها بایستی با احتیاط صورت پذیرد.

در مجموع، نتایج حاصل از این پژوهش حکایت از کارآیی جهت‌گیری مذهبی در پیش‌بینی تجربه شیفتگی داشت. یافته‌های این پژوهش، بار دیگر، اهمیت و ضرورت توجه به سازه‌های مذهبی را در محیط‌های ورزشی و دانشگاهی به تصویر کشاند. تعیین کارآیی ویژگی‌های شخصیتی و جمعیت‌شناختی در تبیین تجربه شیفتگی در صورت کنترل متغیرهای تأثیرگذار، از جمله پیشنهاداتی است که در سایه تلاش پژوهشگران آتی محقق خواهد شد.

منابع

1. Brown, S.R. 2006. Religious orientation and flow, Masters Theses Object relations, and positive adjustment. Doctoral Dissertations, Eastern Michigan University. Dissertations. Eastern Michigan University.
2. Brown, S.R. 2008. An exploration of the relationships among religious orientation Kawabata, M, Mallett, C.J, Jackson, S.A. 2008. The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2: Examination of factorial validity and reliability for Japanese adults. *Psychology of Sport and Exercise*. 9, 465–485.
3. Kawabata, M, Mallett, C.J, Jackson, S.A. 2008. The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2: Examination of factorial validity and reliability for Japanese adults. *Psychology of Sport and Exercise*. 9, 465–485.
4. Fullagar, C.J., Kelloway, E.K, 2009. Flow at work: An experience sampling approach. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 82, 595-615.
5. Bakker, A.B., 2008. The work-related flow inventory: Construction and inventory. Construction and initial validation of the WOLF. *Journal of Vocational Behavior*, 72, 400–414.
6. Makikangas, A., Bakker, A.B., Aunola, K., Demerouti, E. 2010. Job resources and flow at work: Modeling the relationship via latent growth curve and mixture model methodology. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83, 795- 814.
7. Asakawa, K. 2004. Flow experience and auto telic personality in Japanese college students: How do they experience challenges in daily life? *Journal of Happiness Studies*, 5, 123–154.
8. Csikszentmihalyi, M. 1975. *Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
9. Csikszentmihalyi, M. (2000). Flow. Inae. Kazdin (ed). *Encyclopedia of psychology* (vol. 3). New York: oxford university press.
10. Chiang, Y. T., Lin, S. J., Cheng, C. Y., & Liv, E. F. (2011). Exploring online game player's flow experiences and positive affect. *The Turkish online Journal of Educational Technology*, 10, 106??-114 .
11. Teng, C. 2011. Who are likely to experience flow? Impact of temperament and character on flow. *Personality and Individual Differences*, 50, 863–868.
12. Csikszentmihalyi, M. 2000. *Beyond boredom and anxiety* (25th anniversary ed.), San Francisco: Jossey-Bass [Original work published in 1975].
13. Catley, D., & Duda, J. L. (1997). Psychological antecedents of the frequency and intensity of flow in golfers. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 309-322 .
14. Jackson, S. A., & Csikszentmihalyi, M. (1999). *Flow in sports: The keys of optimal experiences and performances*. Cham paign, IL: Human kinetics publishers.
15. Jackson, S. A., Marsh, H. W. 1996. Development and validation of a scale to measure optimal experience: the flow state scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 17-35.
16. Csikszentmihalyi, M. & Csikszentmihalyi, I. S. (Eds.). (1998). *Optimal Experience: Psychological studies of flow in consciousness*. New York: Cambridge University Press.
17. Csikszentmihalyi, M., & Lefevre, J. (1989). Optimal Experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 815-822.
18. Jackson, S., Roberts, G. 1992. Positive performance state of athletes: Towards a conceptual understanding of peak performance. *Sport Psychologist*, 6, 156-171.
19. Jackson, S., Kimiecik, J., Ford, S., Marsh, H. 2001. Psychological correlates of flow in sport *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 358-378.
20. Russell, W. D. 2001. An examination of flow state occurrence in college athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24, 83-107.
21. Bakker, A. B., Xanthopoulou, D. 2009. The crossover of daily work engagement: test of an actor partner interdependence model. *Journal of Applied Psychology*, 94, 1562-1571.
22. Pain, M., Harwood, C., Anderson, R. 2011. Pre-competition imagery and music: The impact on flow and performance in competitive soccer. *The Sport Psychologist*, 25, 212-232.
23. Engeser, S., & Rheinberg, F. 2008. Flow, performance, and moderators of challenge-skill balance. *Motivation and Emotion*, 32, 158-172.

24. HwaKee, Y., Wang, C.K.J. 2008. Relationships between mindfulness, flow dispositions and mental skills adoption: A cluster analytic approach *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 393–411.
 25. Ullen, F., Manzano, O.D., Almeida, R., Magnusson, P.K.E., Pedersen, N.L., Nakamura, J., Csikszentmihalyi, M., Madison, G. 2012. Proneness for psychological flow in everyday life: Associations with personality and intelligence, *Personality and Individual Differences*, 52, 167–172.
 26. Fournier, J., Gaudreau, P., Demontrond-Behr Jerome Visioli, P., Forest, J., Jackson, S. 2007. French translation of the Flow State Scale-2: Factor structure, cross-cultural invariance, and associations with goal attainment, *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 897–916.
 27. Bernier, M., Thienot, E., Codron, R., Fournier, J. 2009. Mindfulness and acceptance approaches in sport performance. *Journal of Clinical Sports Psychology*, 4, 320-333.
 28. Mitchell, R.G. 1988. Sociological implications of the flow experience. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *Optimal experience Psychological studies of flow in consciousness*, New York: Cambridge University Press.
 29. Marr, A.J. 2001. In the zone: A bio behavioral theory of the flow experience. *Athletic Insight: Online Journal of Sport Psychology*, 3, 24.
 30. Emmons, R. A. (1999). Religion in the psychology of personality: An introduction. *Journal of Personality*, 67, 873- 888.
 31. Zullig, K. J., Ward, R. M., & Horn, T. (2006). The association between perceived spirituality, religiosity and life satisfaction: The mediating role of self-rated health. *Social Indicators Research*, 79, 255-274.
 32. Dillon, K.M., Tait, J.L. 2000. Spirituality and Being in the Zone in Team Sports: A Relationship? *Journal of Sports Behavior*, 23, 91-100.
 33. Hood, R.W., JR, Ronald J. Morris, P. J. Watson. 1987. Religious orientation and prayer experience, *Psychological Reports*, 60, 1201-1202.
 34. Deci E.L., Ryan, R.M. 1985. *Intrinsic motivation and self-determination in human, behavior*, New York: Plenum Press.
 35. Deci, E.L., Eghrafi, H., Patrick, B.C., Leone, D.R. 1994. Facilitating internalization, the self-determination theory perspective, *Journal of Personality*, 62, 119-142.
۳۶. احسان بهرامی و همکاران. (۱۳۸۳). ابعاد رابطه میان جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی و ارزیابی مقیاس جهت‌گیری مذهبی، روان‌شناسی و علوم تربیتی، سال ۳۴، شماره ۲.
۳۷. مسعود جان‌بزرگی. (۱۳۸۲). تهیه و ساخت آزمون جهت‌گیری مذهبی با تکیه بر اسلام. قم، پژوهشکده حوزه و دانشگاه.
38. Larson, D. B. Larson, S. S. (1998). Spirituality potential relevance to physical and emotional health: a brief review of quantitative research. *Journal of Psychology & Theology*, 37, 1, 37.
 39. McCauley, J. , Jenckes, M. W., Tarpley, M. J., Koenig, H. G., Yanek, L. R., & Becker, D.M. (2005). Spiritual beliefs and barriers among managed care practitioners. *Journal of Religion and Health*, 44, 2, 137-146.
 40. Simoson, D. B., Newman, J. L., & Fuqua, D. R. (2007). Spirituality and personality: Accumulating evidence. *Journal of Psychology and Christianity*, 26, 1, 33.
 41. Cecero, J. J., Bedrosian. D. R., Fuentes, A., & Bornstein, R. F. (2006). Religiosity and health dependency as predictors of spiritual well-being. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 16, 3, 225-238.
 42. Flere, S., Rudi Klanjs, R., Lavric, M., Musi, B. 2008. Testing the Allport religious orientation schema on Slovenian Catholics by multidimensional scaling. *Personality and Individual Differences*, 44, 512–520.
 43. Hosseinkhanzadeh, A.A., niyazi, E. 2011. Investigate relationships between Religious orientation with public health and marital satisfaction among married students of University of Tehran, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 505–509.
 44. Barzegarkahnamouei, S., JabariBazmib, M., Allahviridiyanic, K. 2011. Relationship of Religious Orientation (inward-outward) with Depression, Anxiety and Stress, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2047 – 2049.

۴۵. مسعود، جان بزرگی. ۱۳۷۷. بررسی اثربخشی رواندرمانگری با بدون جهت گیری مذهبی (اسلامی) بر مهار اضطراب و تنیدگی، رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.

46. Csikszentmihalyi, M. 1982. Toward a psychology of optimal experience. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology*, Beverly Hills, CA: Sage.
1. Shafranske, E. P., & Sperry, L. (2005). Addressing the spiritual dimension in psychotherapy: Introduction and overview. In L. Sperry & E. P. Shafranske (Eds.), *spiritually oriented Psychotherapy* (pp. 11-29). Washington, DC: American Psychological Association.
 2. Jenkins, H.P. 2006. A study of the origin, development and contemporary manifestations of Christian retreats, Masters Theses Dissertations, university of South Africa.
 3. Krause, N. (2003) Religious meaning and subjective wellbeing in late life. *The Journal of Gerontology*, 58: 160-170.
 4. Haneef khan, Z. 2004. Religious Orientation and the Experience of Eid-ul-Azha among Pakistani Muslims, *Journal for the Scientific Study of Religion*, 43, 537-545.

The investigation of efficiency of religious orientation model in predicting flow experience in physical education students

Salehi H., (M.A.), Isfahan University
Ghamarani A., (Ph.D.), Isfahan University
Arab H. R., (M.A.), Isfahan University
Golkari T., (M.A.), Isfahan University

Abstract

The primary aim of the present article is to analyze the efficiency of religious orientation in predicting flow experience of physical education students based on demographic variables. Also, the role of demographic variables was taken into account as the secondary aim of the study. 200 physical education students of the University of Isfahan were chosen randomly. They answered Religious Orientation Scale (Alport & Ross, 1987) as well as Flow Experience (Csikszentmihalyi, 1982). Multiple Regression Analysis was used to analyze the data and the structural analysis software was used to check the efficiency of the model. The results indicated that the intrinsic religious orientation model was positive predictor of the flow experience while the extrinsic religious orientation model was negative predictor of the flow experience. Also, the role of demographic variables indicated that the relationship between age and education with flow experience is positive and significant. In addition, it was revealed that the religious orientation model with the presence of demographic variables has the necessary efficiency in order to predict flow experience. All in all, the results of the present study confirmed that the intrinsic religious orientation is efficient in predicting flow experience.

Keywords: Intrinsic religious orientation, Extrinsic religious orientation, Flow experience.