

در این پژوهش به بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی و خودکنترلی در نوجوانان به روش توصیفی و علی پرداخته شده است. جامعه آماری این تحقیق، کلیه دانش‌آموزان پسر پایه دوم و سوم دوره دوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ بودند که ۳۸۰ دانش‌آموز به‌عنوان نمونه آماری از میان آنها به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی چند مرحله‌ای، انتخاب گردید. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های سبک زندگی اسلامی، هویت اخلاقی و خودکنترلی استفاده شد و داده‌های به‌دست آمده با شاخص‌های آماری توصیفی، ضریب همبستگی و رگرسیون، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. بر طبق نتایج حاصل از پژوهش، بین نمره کلی سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی و خودکنترلی در نوجوانان، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیری نشان داد که سبک زندگی اسلامی و برخی شاخص‌های آن می‌توانند میزان هویت اخلاقی و نیز خودکنترلی را در نوجوانان تبیین کنند.

■ واژگان کلیدی:

سبک زندگی اسلامی، هویت اخلاقی، خودکنترلی، نوجوانان

# رابطه سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی و خودکنترلی در نوجوانان

سیدمحمدحسن فاطمی اردستانی

کارشناس ارشد علوم قرآن و حدیث دانشکده اصول‌الدین تهران  
fatemiardestani@gmail.com

معصومه کفیلی یوسف‌آباد

کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی دانشگاه الزهراء اسلام‌الله علیها  
masumeh.kafili@mailfa.com

شیمای پژوهی نیا

دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی  
Sh.pajouhinia@yahoo.com

محمود اسلامی

کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامشهر  
raha7053@yahoo.com

## مقدمه

از نظر گیدنز، شیوه زندگی مجموعه‌ای کم و بیش فراگیر از عملکردها دانسته می‌شود که فرد آنها را به کار می‌گیرد، چون نه تنها نیازهای جاری او را برآورده می‌سازد؛ بلکه روایتی ویژه را که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران متجسم می‌سازد. (گیدنز، ۱۳۹۲: ۱۲۰) سازمان بهداشت جهانی، سبک زندگی را شیوه‌ای از زندگی تعریف می‌کند که مبتنی بر الگوهای مشخص و قابل تعریف رفتاری است که از تعامل بین ویژگی‌های شخصی فرد، روابط اجتماعی و موقعیت‌های اجتماعی، اقتصادی و محیطی زندگی فرد، حاصل می‌شود. (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۸) انسان‌ها با همزیستی بر اساس نژاد، زبان، قبیله، مذهب، جغرافیا، ملیت، نوع حکومت و دیگر عوامل زندگی جمعی، ناخودآگاه از سبک زندگی یکسان و مشترک برخوردار می‌شوند، به طوری که با بررسی جوامع گوناگون بر اساس عوامل پیشین، رفتارها و سبک زندگی مشترک میان توده مردم شکل می‌گیرد. (موسوی‌گیلانی، ۱۳۹۲: ۱۲۴)

۲۱۴

از آنجا که سبک زندگی هر فرد و جامعه به لحاظ نظری، برآمده از آموزه‌های اعتقادی و ارزشی حاکم بر روح و روان آنهاست (زیمل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴)، کسب آگاهی‌های لازم در خصوص مفهوم سبک زندگی و باورهای دینی و تعامل این دو مقوله ضروری می‌نماید. (فیضی، ۱۳۹۲: ۲۸) اسلام با احکام جاودانه خود، سبکی آرمانی و در عین حال، واقع‌گرایانه را پیشنهاد نموده است که مبتنی بر نگرشی متعالی به هستی و انسان است و آدمی را موجودی مسئول و مختار می‌داند که سرنوشت او به دست خودش رقم می‌خورد. (فیضی، ۱۳۹۲: ۳۶) سبک زندگی اسلامی شامل مجموعه به هم پیوسته‌ای از الگوهای رفتاری در حوزه‌های مختلف حیات بشری است. سبکی که از دل اصول کشف‌شده از مبانی تربیتی، یعنی هستی‌ها و دارایی‌های آدمی برمی‌خیزد و ضمن ایجاد روابط پایدار میان افراد خانواده و یکسان‌سازی رویه‌ها در جامعه، نقش به‌سزایی در تزکیه روانی، پرورش صفات کمالی، نیل به سعادت و رشد ارزش‌های انسانی دارد. (کلویانی، ۱۳۹۲)

اخلاق، سازه جداناپذیری از زندگی انسان است. فارغ از هر نژاد، فرهنگ، سیاست و طبقه اجتماعی، مسائل اخلاقی نقش مهمی در رفتار انسان ایفا می‌کنند. طبق نظر آرنولد<sup>۲</sup> اخلاق یعنی اینکه به دیگران نیز همانند خود اهمیت دهیم و بین خوب و بد و

1. Simmel

2. Arnold

درست و غلط تمایز بگذاریم. (آرنولد، ۱۹۹۴: ۷۷) در روان‌شناسی اخلاق تا سال‌ها به علت تسلط رویکرد رشدنگر شناختی کلبرگ، اخلاقیات در افراد صرفاً بر اساس استدلال‌های آنها بررسی می‌شد. این در حالی است که انبوهی از تحقیقات، نگاه به استدلال‌های اخلاقی را به‌عنوان یگانه پیش‌بین رفتار اخلاقی، ناکافی دانسته و پیشایندهای دیگری را پیشنهاد می‌کنند. یکی از این پیشایندها که بسیاری از مطالعات توانسته‌اند اهمیت آن را در پیش‌بینی رفتار اخلاقی نشان دهند، هویت اخلاقی<sup>۱</sup> است. (عظیم‌پور و دیگران، ۱۳۹۳: ۲۰)

آکویینو و رید<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) هویت اخلاقی را به‌عنوان خودپنداره‌ای از فرد تعریف کرده‌اند که حول مجموعه‌ای از صفات اخلاقی مانند شفقت، عدالت، سخاوت، صداقت و... سازمان یافته است. (آکویینو و رید، ۲۰۰۲: ۱۴۲۴ و رید و دیگران، ۲۰۰۷) به‌عبارت دیگر، هویت اخلاقی سازه‌ای است که تعهد به اصول و ارزش‌های اخلاقی را نشان می‌دهد. (هاردی<sup>۳</sup> و دیگران، ۲۰۱۰: ۱۱۶) هویت اخلاقی مطرح‌شده توسط آکینو و رید، از دو بُعد درونی‌سازی و نمادین‌سازی تشکیل شده است. بُعد درونی‌سازی جنبه خصوصی هویت اخلاقی و بُعد نمادین‌سازی جنبه عمومی آن است. (محمدی‌مصیری و دیگران، ۱۳۹۲: ۱۰۶) ابعاد درونی‌سازی و نمادین‌سازی در واقع موازی ابعاد فردی و اجتماعی هویت‌اند. درونی‌سازی مشخص می‌سازد که صفات اخلاقی چگونه در خودپنداره فرد شکل می‌گیرند و نمادین‌سازی نیز بیانگر آن است که یک فرد چگونه این صفات اخلاقی را در ارتباط با دیگران به‌کار می‌گیرد. نمادین‌سازی فرآیندی است که از طریق آن یک موضوع یا شیء خارجی تبدیل به نماینده بیرونی موضوع، ایده، شخص، یا مجموعه‌ای درونی و پنهانی می‌شود. (الباسیونی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲: ۱۶-۱۵) به‌عبارت دیگر، زیرمقیاس درونی‌سازی میزانی است که صفات اخلاقی در خودپنداره فرد مرکزیت یافته و نمادین‌سازی میزانی است که هر آزمودنی هویت اخلاقی را در ظاهرش نشان می‌دهد. (عظیم‌پور و دیگران، ۱۳۹۳: ۲۷)

همچنین، یکی از ویژگی‌های خاص انسان، خودکنترلی است که در واقع نوعی مدیریت بر خویشتن است. با تقویت این ویژگی انسان می‌تواند بر خویشتن خویش لگام زند و از

1. Moral Identity
2. Aquino & Reed
3. Hardy
4. Elbassiouny

انحرافات و اشتباهات و جرائم دوری کند و بدین ترتیب، به سوی کمال انسانی رهنمون شود. (دریساوی و فقیهی، ۱۳۹۲: ۷۶) خودکنترلی یک ظرفیت روان‌شناختی پویاست که در طول زمان از طریق تمرین‌های آگاهانه می‌تواند تغییر کند. (پیروتینسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴: ۱۲۹۲) تعارض در انتخاب بین وسوسه‌های درونی و اهداف بلندمدت، تعارض درون‌فردی بین منطق و هوس، شناخت و انگیزه همیشه وجود دارد. خودکنترلی غلبه شناخت و منطق بر انگیزه و هوس است. (موسوی‌مقدم و دیگران، ۱۳۹۴: ۶۰)

موضوع رابطه اخلاق (شامل آموزه‌های اخلاقی، استدلال اخلاقی و هویت اخلاقی) و دین (شامل آموزه‌های دین، رفتار دین‌داری و تعهد دینی) در آثار علمی، موافقان و مخالفانی داشته است. (رفیعی‌هنر، ۱۳۹۲: ۱۴۸) در حالی که برخی محققان از جمله کلب‌برگ (۱۹۸۱) معتقدند که دین‌داری و استدلال اخلاقی دو موضوع نامرتب‌بندند. پژوهشگران دیگری بیان کرده‌اند که این دو سازه در واقع ارتباط بسیار نزدیکی با هم دارند. (برای مثال: گلوور<sup>۲</sup>، ۱۹۹۷ و گیر و بامیستر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ به‌نقل از ویتل<sup>۳</sup> و دیگران، ۲۰۰۹) شواهدی نیز وجود دارد که دین‌داری و نگرش دینی، از عوامل افزایش هویت اخلاقی است. (ماسلین<sup>۴</sup> و دیگران، ۲۰۰۴؛ لئونارد<sup>۵</sup>، ۲۰۱۰ و محمدی مصیری و دیگران، ۱۳۹۲) نظریه هانت - ویتل<sup>۶</sup> (۱۹۹۳-۱۹۸۶؛ به‌نقل از ویتل، ۲۰۰۹) نشان می‌دهد که دین‌داری مقدم بر تصمیم‌گیری اخلاقی و همچنین بر هویت اخلاقی است. مطالعات مختلف نیز نشان داده‌اند که سطح‌گرایی‌های دینی و مذهبی فرد، تأثیر مثبتی روی اصول اخلاقی او دارد (دوریز و سوننس<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶ و هافمن<sup>۸</sup>، ۲۰۱۵)

باید توجه داشت که دین به‌عنوان یک سامانه وسیع که متشکل از برنامه‌های زیادی برای هدایت بشر است، عناصری از خودکنترلی را نیز شامل می‌شود، چرا که دین راهنمایی‌ها و قواعد خاص اخلاقی به‌منظور مهار خویشتن برای امتناع از برخی رفتارها را در اختیار فرد قرار می‌دهد. (اسمیت<sup>۹</sup>، ۲۰۰۳) برخی مطالعات نشان داده است که

1. Pirutinsky
2. Glover
3. Vitell
4. Maclean
5. Leonardo
- 6 Hunt-Vitell Theory
7. Duriez & Soenens
8. Hoffmann
9. Smith

مذهب از طریق ارائه استانداردها و قواعد روشن و واضح به افراد، خودکنترلی را تسهیل می‌کند. باورهای مذهبی و اعمال مذهبی مانند نماز و دعا، می‌توانند موجب پرورش و ارتقای خودکنترلی در افراد شده و با ایجاد انگیزه، امید و آرامش، به حفظ رفتارهای بافضیلت در فرد کمک کنند، حتی در زمانی که انجام این رفتارها مشکل باشند. (ولش<sup>۱</sup> و دیگران، ۲۰۰۰؛ روندینگ<sup>۲</sup> و دیگران، ۲۰۱۲؛ مک کالو و ویلوگی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹؛ بامیستر<sup>۴</sup> و دیگران، ۲۰۰۷ و فرایز<sup>۵</sup> و دیگران، ۲۰۱۴) مک کالو و ویلوگی (۲۰۰۹) چندین جنبه خاص از دین را مشخص کرده‌اند که می‌تواند در رابطه با خودکنترلی بسیار مؤثر باشد، مانند ارائه ارزش‌ها و اهدافی که رفتار را جهت می‌دهند، تشویق نظارت بر خود، ارائه فرصت‌هایی برای تمرین آگاهانه خودکنترلی (به‌عنوان مثال: روزه و مطالعه مذهبی) و آموزش راهبردهای مؤثر خودنظارتی (مانند نماز، مراقبه، تصویرسازی و بازتنظیم شناختی).

در واقع می‌توان گفت، خودکنترلی همان خویش‌داری است که قرآن کریم از آن به تقوا<sup>۶</sup> تعبیر می‌کند (راغب اصفهانی، ۱۳۸۳) و کرامت انسان در نزد خداوند، بر اساس آن سنجیده می‌شود. همان‌طور که در روایتی از امام علی<sup>علیه‌السلام</sup> نیز نقل شده است: «التقی رئیسُ الاخلاق»؛ تقوا رئیس اخلاق است (نهج‌البلاغه: ۵۴۸) انسان در نگاه اسلامی با خودمهارگری در برابر فرمان‌های الهی و مصیبت‌ها (امور ناخوشایند) و خودمهارگری در برابر معاصی و گناهان (امور خوشایند)، متخلق به فضیلت «تقوا» خواهد شد (رفیعی هنر و جان‌بزرگی، ۱۳۸۹: ۳۸) و تقوا والاترین فضیلت و سرآمد فضائل اخلاقی است. از آنجایی که، تحول اخلاقی و ارزشی و دینی در نوجوانی و جوانی بیش از هر دوره دیگری است، رشد سریع شناختی در نوجوانی و جوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی قضاوت کند و در برخورد با این مسائل واکنش

1. Welch
2. Rounding
3. McCullough & Willoughby
4. Baumeister
5. Friese

۶. راغب در کتاب مفردات می‌گوید: وقایه به معنی نگه‌داری اشیاء در برابر اموری است که به آنها زیان و آزار می‌رساند؛ و تقوا قرار دادن روح است در یک پوشش حفاظتی در برابر خطرها، از این‌رو گاهی تقوا را به خوف و ترس تفسیر کرده‌اند، در حالی که خوف، سبب تقوا می‌شود و در عرف شرع، تقوا به معنی خویش‌داری در برابر گناهان است و کمال تقوا آن است که از مشتبهات نیز اجتناب شود. جهت آشنایی با معناشناسی واژه تقوا و معانی گوناگون آن، نک: شریفی، ۱۹۰: ۲۶-۱۹.

دقیق‌تر و پیچیده‌تری نشان دهد. (موریس<sup>۱</sup> و دیگران، ۲۰۱۱) شناخت و تعریف نوجوان از هویت خویش مستلزم اسناد ویژگی‌های دینی، ارزشی و اخلاقی به خود نیز می‌باشد. (لطف‌آبادی، ۱۳۸۰: ۶۲)

موضوع پژوهش حاضر، مورد بررسی پژوهشگران دیگری نیز قرار گرفته که می‌توان به برخی از آنها اشاره کرد. رفیعی‌هنر و جان‌بزرگی (۱۳۸۹) در تحقیق خود که رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری را مورد بررسی قرار دادند، بین عامل جهت‌گیری مذهبی و عامل اخلاق با خودمهارگری رابطه معناداری یافتند. ویتل و همکاران (۲۰۰۹) نیز در مطالعه خود تحت عنوان مذهب و هویت اخلاقی (نقش میانجی‌گری خودکنترلی)، به این نتیجه رسیدند که جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی اثرات مستقیم و غیرمستقیم متفاوتی روی ابعاد درونی‌سازی و نمادین‌سازی هویت اخلاقی دارند. توکلی و همکاران (۱۳۸۸) به بررسی رابطه بین ابعاد مختلف دین‌داری و هویت اخلاقی در دانشجویان دانشگاه اصفهان پرداخته‌اند. داده‌ها بیانگر وجود رابطه مثبت و معنادار میان نمره کل هویت اخلاقی و دین‌داری در هر دو جنس است. محمدی‌مصیری و همکاران (۱۳۹۲) نیز در پژوهشی که به بررسی رابطه دینداری و کیفیت رابطه با والدین با هویت اخلاقی بر اساس نقش تعدیل‌کننده خودتنظیمی در دانشجویان دختر پرداخته‌اند، به این نتیجه رسیدند که با لحاظ آثار غیرمستقیم دین‌داری بر هویت اخلاقی از طریق خودتنظیمی، ضریب اثر دین‌داری از طریق خودتنظیمی بر هویت اخلاقی نمادین و هویت اخلاقی درونی معنادار است.

بنابراین با توجه به مطالعات انجام‌شده در این راستا و از آنجا که هیچ پژوهشی تاکنون به بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی در نوجوانان نپرداخته است؛ پژوهش حاضر، متغیر سبک زندگی اسلامی را به‌عنوان متغیر اثرگذار بر هویت اخلاقی در نظر گرفته و به بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی و ابعاد آن با هویت اخلاقی در نوجوانان می‌پردازد. در این راستا سؤال این است که آیا بین سبک زندگی اسلامی و ابعاد آن با هویت اخلاقی و خودکنترلی در نوجوانان رابطه وجود دارد و با توجه به تحلیل رگرسیون این سؤال مطرح می‌شود که آیا بر اساس نمره سبک زندگی اسلامی می‌توان میزان هویت اخلاقی و خودکنترلی را در نوجوانان پیش‌بینی نمود؟

## روش پژوهش

طرح این پژوهش از نوع توصیفی - علی است و جامعه آماری آن را کلیه دانش‌آموزان پسر پایه دوم و سوم دوره دوم متوسطه دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ تشکیل داده‌اند. همچنین در این مطالعه جهت کنترل جنسیت تنها از نوجوانان پسر استفاده شده است. حجم نمونه برگرفته شده از این جامعه، با احراز ملاک‌های ورود به پژوهش، ۳۸۰ نفر بوده که با استفاده از فرمول کوکران و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب گردیدند. به این صورت که ابتدا از میان مناطق ۱۹ گانه آموزش و پرورش شهر تهران ۵ منطقه به صورت تصادفی انتخاب و سپس از هر منطقه ۵ مدرسه به صورت تصادفی و از هر مدرسه یک کلاس انتخاب گردید و پرسشنامه‌های پژوهش میان دانش‌آموزان توزیع شد. ملاک‌های ورود در تحقیق عبارت بودند از جنسیت مذکر، دین اسلام و تمایل به شرکت در پژوهش و ملاک‌های خروج نیز عبارت بودند از ابتلا به هر نوع اختلال روان‌شناختی و بیماری جسمانی عمده.

## ابزارهای پژوهش

پرسشنامه سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه)<sup>۱</sup>: این پرسشنامه توسط کاویانی (۱۳۹۲) ساخته شده و محقق نیز روایی آن را تأیید کرده است که شامل ۷۵ گویه می‌باشد. پاسخگویان باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود، در یک طیف ۴ درجه‌ای «از خیلی کم تا خیلی زیاد» به سؤالات پاسخ دهند. نمره کل آزمودنی، حداقل ۱۴۱ و حداکثر ۵۷۰ خواهد بود. ۱۰ شاخص، زیرمقیاس‌های این آزمون را تشکیل می‌دهند که عبارتند از: شاخص اجتماعی (۱۱ گویه)، باورها (۶ گویه)، عبادی (۶ گویه)، اخلاق (۱۱ گویه)، مالی (۱۲ گویه)، خانواده (۸ گویه)، سلامت (۷ گویه)، تفکر و علم (۵ گویه)، امنیت - عبادی (۴ گویه)، زمان‌شناسی (۵ گویه). ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۱ می‌باشد. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی مناسبی را برای آن نشان داده است. روایی همزمان آن با آزمون جهت‌گیری مذهبی، ۰/۶۴ به‌دست آمده است. (کاویانی، ۱۳۹۰: ۲۵-۲۱) کاویانی به‌منظور سنجش اعتبار محتوایی اثر، پرسشنامه اولیه را به ۲۵ نفر از متخصصان دین‌شناس ارائه داده و علاوه بر نظرات کتبی ایشان، توضیحات شفاهی آنها در مصاحبه

۱. جهت آشنایی با پرسشنامه سبک زندگی اسلامی و چگونگی ساخت و سنجش آن، نک: کاویانی، ۱۳۹۲.

حضوری را نیز لحاظ نموده است. وی پس از اعمال نظریات به‌دست آمده و خارج کردن سؤالات از حالت جهت‌دار، برای بار دوم آزمون و پاسخنامه را به ۱۰ نفر از اسلام‌شناسان دیگر ارائه نموده و اصلاحات مختصری، به‌ویژه در جهت وزن نمره‌ای سؤالات، صورت داده است. (کاپانی، ۱۳۹۲: ۳۱۳-۳۱۱)

**مقیاس اهمیت برای خویشتن هویت اخلاقی:** مقیاسی خودگزارش‌دهی است که به‌وسیله آکوینو و رید (۲۰۰۰) ساخته و اعتباریابی شده و دارای دو زیر مقیاس درونی‌سازی (میزانی که صفات اخلاقی در خودپنداره فرد مرکزیت یافته) و نمادین‌سازی (میزانی که هر آزمودنی هویت اخلاقی را در ظاهرش نشان می‌دهد) است. در ابتدا از افراد خواسته می‌شود تا به صفات اخلاقی که در بالای پرسشنامه نوشته شده توجه کنند. صفاتی چون مهربان، عادل، زحمت‌کش و... پس از آن ۱۰ سؤال درباره این صفات از آزمودنی‌ها پرسیده می‌شود تا میزانی که داشتن این صفات برای فرد مهم است، تعیین شود. پاسخ‌دهی در مقیاسی از یک (کاملاً مخالف) تا هفت (کاملاً موافق) در هر یک از ۱۰ سؤال گسترده شده است و نمره‌گذاری سؤالات چهار و هفت به‌صورت وارونه انجام می‌شود. در مطالعه آکوینو و رید (۲۰۰۲) بعد از تحلیل عامل اکتشافی و تأییدی، دو عامل نمادین‌سازی و درونی‌سازی در هویت اخلاقی احراز شد و ضمن بررسی رابطه این دو بُعد با سازه‌های همگن و سازه‌های متمایز، نتایج روایی همگرا و واگرای این دو سازه رضایت‌بخش بود. همچنین همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ این دو بُعد درونی‌سازی ۰/۷۷ و نمادین‌سازی ۰/۷۶ می‌باشد. (عظیم‌پور و دیگران، ۱۳۹۳: ۲۸-۲۷)

**مقیاس کوتاه خودکنترلی:** این مقیاس توسط تانگنی و همکارانش برای سنجش خودمهارگری ساخته شده است. (تانگنی و دیگران، ۲۰۰۴؛ به‌نقل از تَبیک و دیگران، ۱۳۹۲: ۷۵) نسخه کوتاه مقیاس ۱۳ گویه دارد. همبستگی نسخه کوتاه با نسخه بلند ۳۶ گویه‌ای آن بسیار بالا بوده است ( $r=0/93$ ). پایایی درونی آن، با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۵ و پایایی بازآزمایی آن پس از سه هفته برابر با ۰/۸۷ بوده است. بررسی نسخه فارسی مقیاس نیز روایی سازه و پایایی درونی رضایت‌بخشی را به‌دست داد. (آقابابایی و دیگران، ۱۳۹۰؛ به‌نقل از تَبیک و دیگران، ۱۳۹۲: ۷۵)

پس از جمع‌آوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل اطلاعات در دو سطح آماری توصیفی و همبستگی صورت گرفت. برای بررسی رابطه متغیرها از آزمون همبستگی پیرسون، رگرسیون گام به‌گام و خطی استفاده شد.



## یافته‌های پژوهش

شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها در جدول شماره ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: نتایج تحلیل همبستگی میان متغیر خودکنترلی و هویت اخلاقی با شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

نمره کل سبک زندگی اسلامی	اجتماعی	باورها	عبادی	اخلاق	مالی	خانواده	سلامت	تفکر	امنیت	زمان	شاخص‌های سبک زندگی	
۰/۵۴۶**	۰/۱۳۹*	۰/۵۲۳**	۰/۱۳۸*	۰/۲۵۵**	۰/۰۵۲	۰/۰۰۷	۰/۲۶۷**	۰/۴۲۵**	۰/۲۰۵**	۰/۴۰۷**	ضریب همبستگی	خودکنترلی
۲۵۴	۳۱۰	۳۲۵	۳۲۹	۳۲۲	۳۰۶	۳۱۸	۳۲۵	۳۳۱	۳۲۲	۳۲۹	فراوانی	
۰/۳۷۶**	۰/۰۹۴	۰/۰**۴۴	۰/۱۲۴*	۰/۰۵۹	۰/۲۷۸**	۰/۱۷۶**	۰/۲۰۱**	۰/۴۸۰**	۰/۰۵۳	۰/۰۹۶	ضریب همبستگی	هویت اخلاقی درونی
۲۶۷	۳۳۲	۳۵۲	۳۵۵	۳۴۸	۳۲۹	۳۴۱	۳۵۲	۳۵۷	۳۵۲	۳۵۵	فراوانی	
۰/۲۴۴*	۰/۰۰۰	۰/۵۸۵**	۰/۳۰۳**	۰/۱۳۹*	۰/۲۵۱**	۰/۱۵۳**	۰/۰۲۶	۰/۵۵۹**	۰/۰۰۶	۰/۲۷۹**	ضریب همبستگی	هویت اخلاقی نمادین سازی
۲۶۳	۳۲۹	۳۴۷	۳۴۹	۳۴۰	۳۲۳	۳۳۹	۳۴۷	۳۴۹	۳۴۴	۳۴۸	فراوانی	
۰/۵۶۰**	۰/۰۴۰	۰/۵۸۰**	۰/۲۶۵**	۰/۲۸۹**	۰/۰۷۰	۰/۱۷۹**	۰/۱۰۲	۰/۵۸۵**	۰/۰۱۹	۰/۲۳۱**	ضریب همبستگی	نمره کلی هویت اخلاقی
۲۶۲	۳۲۵	۳۴۳	۳۴۵	۳۳۷	۳۲۱	۳۳۴	۳۴۳	۳۴۶	۳۴۰	۳۴۴	فراوانی	

\*\* در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

\* در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

با توجه به جدول شماره ۱، ضریب همبستگی به‌دست آمده از نمره کلی سبک زندگی اسلامی با خودکنترلی در بین دانش‌آموزان برابر است با  $r=0/546$  که نشان می‌دهد هر چه میزان سبک زندگی اسلامی در دانش‌آموزان بیشتر باشد، از خودکنترلی بیشتری برخوردار خواهند بود. از سوی دیگر، ضرایب همبستگی شاخص‌های سبک زندگی و خودکنترلی نشان می‌دهد که به غیر از شاخص‌های خانواده و مالی، همه شاخص‌های دیگر با خودکنترلی همبستگی مستقیم و معنی‌داری دارند.

همچنین ضریب همبستگی به‌دست آمده از نمره کلی سبک زندگی اسلامی با نمره کلی

هویت اخلاقی در بین دانش‌آموزان برابر است با  $I=0/56$  که نشان می‌دهد هر چه سبک زندگی دانش‌آموزان اسلامی تر باشد از هویت اخلاقی بیشتری نیز برخوردار خواهند بود. همچنین بین نمره کلی سبک زندگی اسلامی با شاخص‌های هویت اخلاقی درونی‌سازی و هویت اخلاقی نمادین‌سازی نیز همبستگی مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. با توجه به سطح معناداری به‌دست آمده برای نمره کلی هویت اخلاقی و شاخص‌های سبک زندگی اسلامی نیز نتیجه می‌شود که میان شاخص‌های زمان، تفکر، خانواده، اخلاق، عبادی و باورها با هویت اخلاقی رابطه خطی معناداری وجود دارد.

جدول ۲: نتایج تحلیل رگرسیون گام به‌گام جهت پیش‌بینی هویت اخلاقی از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

ضریب تعیین ( $R^2$ )	معناداری	آماره تی	ضرایب استاندارد بتا	ضرایب غیراستاندارد		مدل	
				انحراف معیار	B		
۰/۴۵۷	۰/۰۲۵°	۲/۲۵۱	-	۰/۸۰۵	۱/۸۱۲	ضریب ثابت	مدل ۱
	۰/۰۰۱°	۱۴/۷۸۱	۰/۶۷۶	۰/۲۷۹	۴/۱۲۳	تفکر	
۰/۵۸۲	۰/۰۰۱°	۸/۴۰۱	-	۱/۱۰۴	۹/۲۷۶	ضریب ثابت	مدل ۲
	۰/۰۰۱°	۹/۱۱۳	۰/۴۶۰	۰/۲۹۵	۲/۶۸۵	تفکر	
	۰/۰۰۱°	۸/۸۰۶	۰/۴۲۵	۰/۲۰۶	۱/۸۱۳	باورها	
۰/۶۱۴	۰/۰۰۱°	۷/۰۶۷	-	۱/۱۰۷	۷/۸۲۳	ضریب ثابت	مدل ۳
	۰/۰۰۱°	۷/۶۹۷	۰/۳۷۴	۰/۲۹۶	۲/۰۸۱	تفکر	
	۰/۰۰۱°	۹/۸۸۴	۰/۴۶۸	۰/۲۰۲	۲/۳۲۵	باورها	
	۰/۰۰۱°	۴/۶۶۹	۰/۱۸۹	۰/۳۱۱	۱/۴۵۳	عبادی	

\* آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

بر طبق جدول شماره ۲، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که برای پیش‌بینی متغیر هویت اخلاقی از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، تنها شاخص‌های تفکر، باورها، عبادی و همچنین ضریب ثابت وارد معادله رگرسیونی شده‌اند و سایر متغیرهای مستقل از معادله خارج و غیرمؤثر تلقی شدند. در مجموع این متغیرها توانستند ۶۱/۴٪ از واریانس متغیر وابسته را تبیین کرده و توضیح دهند ( $R^2=0/614$ ).

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام جهت پیش‌بینی خودکنترلی از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )	معناداری	آماره تی	ضرایب استاندارد بتا	ضرایب غیراستاندارد		مدل	
				انحراف معیار	B		
۰/۳۵۱	۰/۰۰۰°	۳۱/۲۵۴	-	۰/۰۶۶	۲/۰۵۱	ضریب ثابت	مدل ۱
	۰/۰۰۰°	۱۱/۶۷۳	۰/۵۹۲	۰/۰۳۱	۰/۳۶۷	باورها	
۰/۳۷۱	۰/۰۰۰°	۱۳/۱۰۵	-	۱/۱۹۷	۲/۵۷۸	ضریب ثابت	مدل ۲
	۰/۰۰۰°	۸/۳۳۲	۰/۴۹۹	۰/۰۳۷	۰/۳۰۹	باورها	
	۰/۰۰۵°	۲/۶۸۳	۰/۱۷۰	۰/۰۵۲	۰/۱۴۹	تفکر	
۰/۴۰۷	۰/۰۰۰°	۹/۵۱۸	-	۰/۲۲۴	۲/۱۲۹	ضریب ثابت	مدل ۳
	۰/۰۰۰°	۷/۱۵۶	۰/۴۳۴	۰/۰۳۸	۰/۲۶۹	باورها	
	۰/۰۰۰°	۳/۸۹۶	۰/۲۳۷	۰/۰۵۳	۰/۲۰۷	تفکر	
	۰/۰۰۰°	۳/۸۷۶	۰/۱۹۹	۰/۰۷۰	۰/۲۶۹	سلامت	

\* آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

طبق جدول شماره ۳ می‌توان گفت که برای پیش‌بینی متغیر خودکنترلی از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، تنها شاخص‌های باورها، تفکر، سلامت و همچنین ضریب ثابت وارد معادله رگرسیونی شده‌اند و سایر متغیرهای مستقل از معادله خارج و غیر مؤثر تلقی شدند. در مجموع این متغیرها توانستند ۴۰/۷٪ از واریانس متغیر وابسته را تبیین کرده و توضیح دهند که باید گفت شاخص خوبی برای تبیین به‌شمار می‌آیند (R<sup>2</sup>=۰/۴۰۷).

جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون خطی جهت پیش‌بینی هویت اخلاقی و خودکنترلی از روی سبک زندگی اسلامی (در حالت کلی)

ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )	معناداری	آماره تی	ضرایب استاندارد بتا	ضرایب غیراستاندارد		مدل	
				انحراف معیار	B		
۰/۳۱۴	۰/۰۰۰°	۴/۸۵۴	-	۲/۲۹۳	۷/۴۲۶	ضریب ثابت	هویت اخلاقی
	۰/۰۰۰°	۴/۰۶	۰/۲۹۸	۰/۱۴۹	۰/۵۲۴	سبک زندگی اسلامی	
۰/۲۹۸	۰/۰۰۰°	۳/۹۴۲	-	۰/۳۲۱	۱/۲۶۷	ضریب ثابت	خودکنترلی
	۰/۰۰۰°	۴/۶۱۹	۰/۲۷۹	۰/۱۲۹	۰/۵۹۵	سبک زندگی اسلامی	

\* آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

همچنین نتایج تحلیل رگرسیون خطی نشان داد (جدول شماره ۴) که جهت پیش‌بینی متغیر خود کنترلی، نمره کلی سبک زندگی اسلامی و همچنین ضریب ثابت در معادله رگرسیونی تأثیر گذارند. در این مدل متغیر سبک زندگی اسلامی توانست ۲۹/۸٪ از واریانس متغیر وابسته را تبیین کند ( $R^2=0/298$ ). از طرفی مدل رگرسیون برای پیش‌بینی هویت اخلاقی از روی سبک زندگی اسلامی نیز معنادار بوده است به طوری که در این مدل متغیر سبک زندگی اسلامی توانست ۳۱/۴٪ از واریانس متغیر وابسته را تبیین کند ( $R^2=0/314$ ).

### نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر به منظور بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی و خودکنترلی نوجوانان پسر در شهر تهران انجام شد. بر اساس نتایج به دست آمده، بین سبک زندگی اسلامی با هویت اخلاقی در این نوجوانان همبستگی مثبت و معنی داری وجود دارد. بدین معنی که هر چه روش زندگی نوجوانان با سبک زندگی اسلامی منطبق‌تر (یا نزدیک‌تر) باشد، از میزان هویت اخلاقی بالاتری نیز برخوردار می‌باشند. این یافته با گزارش محمدی مصیری و همکاران (۱۳۹۲) مبنی بر اینکه دین‌داری نقش مهمی در ارتقاء هویت اخلاقی دانشجویان ایفا می‌کند، همسو می‌باشد. پژوهش مذکور بر روی دانشجویان دختر مقطع کارشناسی انجام شده و خودتنظیمی به عنوان یک میانجی مناسب در رابطه بین دین‌داری و هویت اخلاقی در نظر گرفته شده است.

نتایج مطالعه توکلی و همکاران (۱۳۸۸) نیز که به بررسی رابطه بین ابعاد مختلف دین‌داری و هویت اخلاقی در دانشجویان دانشگاه اصفهان پرداخته‌اند، بیانگر وجود رابطه مثبت و معنادار میان نمره کل هویت اخلاقی و دین‌داری در هر دو جنس است، که در راستای پژوهش حاضر قرار می‌گیرد.

همچنین نتایج پژوهش آلکازار و همکاران (۲۰۱۵) که به بررسی رابطه بین معنویت و هویت اخلاقی در بین کارکنان دولت در دامنه سنی ۱۹ تا ۶۸ سال پرداخته، همسو با نتایج مطالعه حاضر است. آنها نشان دادند که معنویت هم در زنان و هم در مردان دارای رابطه مثبت معناداری با هویت اخلاقی است.

در تبیین این نتایج می‌توان گفت، آثار دین‌داری و دین، در سه حوزه اساسی شناختی، عاطفی و رفتاری مورد توجه قرار می‌گیرد. به طوری که بهترین کنش دین و دین‌داری در حوزه رفتاری، پشتیبانی از اخلاق است. بسیاری از روابط انسانی که از اصول اخلاقی

تبعیت می‌کنند، نیاز به مهار درونی دارند که دین عهده‌دار آن است. (محمدی‌مصیری و دیگران، ۱۳۹۲: ۱۱۴) پشتیبانی دین از اخلاق به این معناست که به آدمیان اطمینان خاطر می‌دهد که این اخلاق بر جای استوار تکیه زده، گذشتن از خوشی‌ها و تحمل سختی‌ها و صبرشان یا به عبارت دیگر رعایت اخلاقیات آنها بی‌اجر نخواهد ماند و یک مرجع اصیل آن را تأیید کرده است.

افزون بر اینها، رعایت اصول اخلاقی در خلوت تنهایی انسان، جایی که به‌طور معمول دست قانون به آن نمی‌رسد، نیازمند مهار درونی است. (آذربایجانی، ۱۳۸۷) دین‌داری (یا عنصر تقوا) با توجه به یاد خدا و حضور دائمی او با اسم‌های خبیر، علیم و لطیف و در اوصاف محبت، خوف و خشیت، این مهار درونی را به بهترین وجه برای اخلاق تأمین می‌کند. ویلیام جیمز با التفات به همین نکات بر آثار اخلاقی دین‌داری پای می‌فشارد. (آذربایجانی، ۱۳۸۷)

همچنین یافته دیگر این پژوهش مبنی بر وجود رابطه بین سبک زندگی اسلامی و خودکنترلی، نتایج مطالعات طولی و مقطعی پیشین را تأیید می‌نماید. از جمله اینکه؛ رفیعی‌هنر و جان‌بزرگی (۱۳۸۹) در تحقیق خود که رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری را مورد بررسی قرار دادند، بین عامل جهت‌گیری مذهبی و عامل اخلاق با خودمهارگری رابطه معناداری یافتند.

نتیجه این پژوهش همچنین با پژوهش موسوی مقدم و چگینی (۲۰۱۵) نیز همسو است، آنها در مطالعه‌ای که بر روی خواهران بسیجی در شهرستان شوش انجام دادند، به این نتیجه دست یافتند که بین نگرش مذهبی و سلامت معنوی با خودکنترلی رابطه مثبت معناداری برقرار است.

در تبیین این یافته نیز می‌توان گفت، مذهب از طریق ارائه استانداردها و قواعد روشن و واضح به افراد، خودکنترلی را تسهیل می‌کند. باورهای مذهبی و اعمال مذهبی مانند نماز و دعا، می‌توانند موجب پرورش و ارتقای خودکنترلی در افراد شده، با ایجاد انگیزه، امید و آرامش، به حفظ رفتارهای بافضیلت در فرد کمک کنند. حتی در زمانی که انجام این رفتارها مشکل باشند. (ولش و دیگران، ۲۰۰۰؛ روندینگ و دیگران، ۲۰۱۲؛ مک‌کالو و ویلوگی، ۲۰۰۹؛ بامیستر و دیگران، ۲۰۰۷ و فرایز و دیگران، ۲۰۱۴) مک‌کالو و ویلوگی (۲۰۰۹) چندین جنبه خاص از دین را مشخص کرده‌اند که می‌تواند در رابطه با خودکنترلی بسیار مؤثر باشد، مانند ارائه ارزش‌ها و اهدافی که رفتار را جهت می‌دهند،

تشویق نظارت بر خود، ارائه فرصت‌هایی برای تمرین آگاهانه خودکنترلی (به‌عنوان مثال: روزه و مطالعه مذهبی) و آموزش راهبردهای مؤثر خودنظارتی (مانند: نماز، مراقبه، تصویرسازی و بازتنظیم شناختی). (مک‌کالو و ویلوگی، ۲۰۰۹: ۷۲-۷۱)

یافته‌های حاصل از این پژوهش در دو حیطه کاربردهای نظری و عملی قابل توجه است. از جنبه نظری با توجه به اینکه دین و مذهب و سبک زندگی اسلامی در کشور ما به‌عنوان یکی از پایه‌های اساسی در برنامه‌ریزی‌های همه‌جانبه در نظر گرفته می‌شود، نتایج این پژوهش می‌تواند به بدنه علمی این پژوهش‌ها یاری رساند. همچنین، نتایج این تحقیق می‌تواند راهگشای تحقیقات آینده در راستای یافتن راه‌هایی باشد که سبک زندگی اسلامی از طریق آن بر هویت اخلاقی و خودکنترلی تأثیر می‌گذارد. از نقطه نظر کاربردی نیز پژوهش حاضر می‌تواند تأثیرات مهمی در حیطه روان‌شناسی، تعلیم و تربیت و یادگیری ایفا نماید. همچنین برنامه‌ریزان درسی می‌توانند در دروسی مانند: هدیه‌های آسمان، تفکر و سبک زندگی، پیام‌های آسمانی و... با گنجاندن ابعاد سبک زندگی اسلامی، در جهت ارتقاء بینش و عمل دانش‌آموزان در این زمینه گام بردارند. در بعد اجرایی توجه بیشتر به سبک زندگی اسلامی و ارائه آن از طریق برگزاری کارگاه‌های آموزشی در مدارس، توصیه می‌شود.

این تحقیق مانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی همراه بوده است. از جمله آن محدودیت‌ها می‌توان به مقطعی بودن آن اشاره کرد. زیاد بودن مواد پرسشنامه‌ها به‌خصوص پرسشنامه سبک زندگی به طولانی شدن زمان اجرای آن انجامید که می‌تواند بر میزان دقت پاسخ‌های شرکت‌کنندگان اثر بگذارد. همچنین کمبود منابع معتبر اطلاعاتی در زمینه سبک زندگی اسلامی از دیگر محدودیت‌های پژوهش فوق می‌باشد. در این پژوهش، توجهی به سایر عوامل اجتماعی و فرهنگی، که بر هویت اخلاقی و خودکنترلی تأثیر می‌گذارد، نشده است. همچنین نمونه تحقیق، محدود به دانش‌آموزان پسر است. پس در تعمیم یافته‌ها باید احتیاط نمود.

## منابع

۱. نهج البلاغه. (۱۴۱۴ ق). تصحیح صبحی صالح. قم: انتشارات هجرت.
۲. آذربایجانی، مسعود. (۱۳۸۷). روان‌شناسی دین از دیدگاه ویلیام جیمز. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، مؤسسه چاپ زیتون.
۳. تبیک، محمدتقی و نیما قربانی و سیدمحمدرضا رضازاده. (۱۳۹۲). نقش فرایندهای خودشناسی و عوامل بزرگ شخصیت در فضایل اخلاقی. **روان‌شناسی و دین**. سال ششم. شماره ۳.
۴. توکلی، ماهگل و زهره لطیفی و شعله امیری. (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین ابعاد مختلف دینداری و هویت اخلاقی در دانشجویان دانشگاه اصفهان. **مطالعات اسلام و روان‌شناسی**. سال سوم. شماره ۵.
۵. دریس‌سوی، سمیه و علی‌نقی فقیهی. (۱۳۹۲). بررسی عوامل ضعف خودکنترلی از منظر قرآن کریم. **معرفت اخلاقی**. سال چهارم. شماره ۱۳.
۶. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۳۸۳). **مفردات الفاظ القرآن**. غلامرضا خسروی حسینی. تهران: انتشارات مرتضوی.
۷. رفیعی‌هنر، حمید. (۱۳۹۲). اسلام، اخلاق و خودمهارگری روان‌شناختی. **اخلاق و حیانی**. سال اول، شماره ۳.
۸. رفیعی‌هنر، حمید و مسعود جان‌بزرگی. (۱۳۸۹). رابطه جهت‌گیری مذهبی و خودمهارگری. **روان‌شناسی و دین**. سال سوم. شماره اول.
۹. عظیم‌پور، علیرضا؛ عبدالکاسم نیسی؛ منیجه شهنی بیلاق؛ نسرین ارشدی و کیومرث بشلیده. (۱۳۹۳). اعتباریابی مقیاس اهمیت برای خویشتن هویت اخلاقی. **فصلنامه شخصیت و تفاوت‌های فردی**. سال سوم. شماره ۴.
۱۰. فیضی، مجتبی. (۱۳۹۲). درآمدی بر سبک زندگی. **معرفت**. سال بیست و دوم. شماره ۱۸۵.
۱۱. کاویانی، محمد. (۱۳۹۲). **سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن**. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۲. کاویانی، محمد. (۱۳۹۰). **کمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی**. **روان‌شناسی و دین**. سال چهارم، شماره ۲.
۱۳. گیدنز، آنتونی. (۱۳۹۲). **تجدد و تشخیص: جامعه و هویت شخصی در عصر جدید**. ناصر موفقیان. تهران: نشر نی.
۱۴. لطف‌آبادی، حسین. (۱۳۸۰). روان‌شناسی رشد اخلاقی ارزشی و دینی در نوجوانی و جوانی. **روش‌شناسی علوم انسانی**. سال هفتم. شماره ۲۹.
۱۵. محمدی‌مصیری، فرهاد؛ نادر حاجلو و مینا عباسیان. (۱۳۹۲). دینداری و کیفیت رابطه با والدین با هویت اخلاقی: نقش تعدیل‌کننده خودتنظیمی. **روان‌شناسی و دین**. سال ششم. شماره ۴.
۱۶. موسوی گیلانی، سیدرضی. (۱۳۹۲). **چیستی و چرایی سبک زندگی و نسبت آن با دین**

مه‌دویت. مشرق موعود، سال هفتم، شماره ۲۵.

۱۷. موسوی‌مقدم، سیدرحمت‌الله؛ سهیلا هوری؛ عباس امیددی و ندا ظهیری‌خواه. (۱۳۹۴). بررسی رابطه هوش معنوی با خودکنترلی و مکانیسم‌های دفاعی در دانش‌آموزان دختر سال سوم متوسطه. *مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی*. دوره ۲۵. شماره ۱.

18. Alcazar, K.M.; K. N De La Rosa, K. M Gonda & L. C Landicho. (2015). Spirituality and Moral Identity among Government Employees. *Asia Pacific Journal of Education, Arts and Sciences*. 2 (3). 63-67.

19. Aquino, K. & A. Reed. (2002). The Self Importance of Moral Identity. *Journal of Personality and Social Psychology*. 83 (6). 1423-1440.

20. Arnold, P. J. (1994). Sport and Moral Education. *Journal of Moral Education*. 23. 75-89.

21. Baumeister, R. F.; K. D Vohs & D. M. Tice. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*. 16. 351-355.

22. Duriez, B & B. Soenens. (2006). Religiosity, Moral Attitudes and Moral Competence: A Critical Investigation of the Religiosity-Morality Relation. *International Journal of Behavioral Development*. 30 (1). 76-83.

23. Elbassiouny, A. (2012). *Exploring the Consequences of Religious Identity and Moral Identity*. USA: Howard University (Thesis).

24. Friese, M.; L. Schweizer; A. Arnoux; F. Sutter & M. Wänke. (2014). Personal Prayer Counteracts Self-Control Depletion. *Consciousness and Cognition*. 29. 90-95.

25. Glover, R. J. (1997). Relationship in Moral Reasoning and Religion among Members of Conservative, Moderate, and Liberal Religious Groups. *Journal of Social Psychology*. 137. 247-254.

26. Hardy, S. A.; A. Bhattacharjee; A. Reed & K. Aquini. (2010). Moral Identity and Psychological Distance: The Case of Adolescent Parental Socialization. *Journal of Adolescence*. 33. 111-123.

27. Hoffmann, J. P. (2015). Religion: Morality and Social Control. *International Encyclopedia of the Social & Behavior Sciences*. 2. 333-337.

28. Leonardo, G. R. (2010). *Moral Identity in Adolescence: A literature Review*. California: University of Asuza. (Thesis).

29. Maclean, A. M.; L. J Walker & M. K. Mastuba. (2004). Transcendence and the Moral Life: Identity Integration, Religion, and Moral Life. *Journal of the Scientific Study of Religion*. 43 (3). 429-437.

30. McCullough, M. E & B. L Willoughby. (2009). Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications. *Psychological Bulletin*. 135. 69-93.

31. Morris, S. H.; N. Eisenberg & B. J Houlberg. (2011). Adolescent Moral Development. *Encyclopedia of Adolescence*. 48-55.

32. MousaviMoghadam, S. R & M. EsmaeilChegeni. (2015). Study the Relationship between Religious Attitudes, Self-Control and Spiritual Health Between Basij Sister, In the City of Shoush. *Journal of Research on Religion & Health*. 1 (1). 40-47.

33. Pirutinsky, S. (2014). Does Religiousness Increase Self-Control and Reduce Criminal Behavior? A longitudinal Analysis of Adolescent Offenders. *Criminal Justice and Behavior*. 41 (11). 1290-1307.

34. Reed, A.I.; K. Aquino & E. Levy. (2007). The Effect of Moral Judgment of Charitable Behaviors. *Journal of Marketing*. 71. 178-193.

35. Rounding, K.; A. Lee. & J. A. Jacobson. (2012). Religion Replenishes Self Control.



- Psychological Science*. 23. 635-642.
36. Simmel, G. (2004). *The Philosophy of Money*. Tom Bottomore and David Firsby. New York: Rutledge.
37. Smith, C. (2003). Theorizing Religious Effects Among American Adolescents. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 42. 17-30.
38. Vitell, S. J.; M. N. Bing; H. K. Davison; A. P. Ammeter; B. L. Garner & M. M. Novicevic. (2009). Religiosity and Moral Identity: The Mediating Role of Self-Control. *Journal of Business Ethics*. 88. 601-613.
39. Welch, M. R.; C. R Titter. & H. G Grasmick. (2000). Christian Religiosity, Self-Control and Social Conformity. *Social Forces*. 84 (3). 1605-1623.
40. World Health Organization. (1998). *Health Promotion Glossary*. Geneva. Switzerland: Author.