



Received: 2026/01/29

Accepted: 2026/10/03

Scientific Article

The Relationship Between Psychological Styles of Prayer and Anger and Self-Esteem: Examining the Moderating Role of Emotional Intelligence

Faezeh Ebrahimi Khalji*



MA in Islamic Psychology, Department of Psychology, University of Quran and Hadith, Shahrari Pardis, Qom, Iran (Corresponding author)
Faezehebrahimi1990@gmail.com

Mohammadreza

Hasanzadeh Tavakoli



PhD in Psychology, Assistant Professor, Department of Psychology, University of Quran and Hadith, Qom, Iran.
Hasanzadeh.m@qhu.ac.ir

Mohammad Taqi Tabik



PhD in Psychology, Assistant Professor, Department of Psychology, University of Quran and Hadith, Qom, Iran.
mtabik@gmail.com

Abstract

Anger is one of the most important negative emotions, and its regulation has been widely emphasized in both psychology and religious teachings. The present study examined the relationship between psychological styles of prayer and the dimensions of anger and self-esteem, as well as the moderating role of emotional intelligence in these relationships. This quantitative correlational study recruited 316 Persian-speaking adults aged 18 years and older through convenience sampling. Data were collected using Miri's Psychological Styles of Prayer Questionnaire, Goleman's Emotional Intelligence Questionnaire, the Spielberger State-Trait Anger Expression Inventory, and the Rosenberg Self-Esteem Scale. The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient, one-way analysis of variance (ANOVA), and two-way ANOVA in SPSS version 26. The findings indicated that the dimensions of prayer were significantly and negatively associated with anger expression, whereas no significant relationships were found with state anger or trait anger. One-way ANOVA further showed significant differences among prayer style groups in trait anger and anger expression, whereas no significant differences were observed for state anger or self-esteem. Moreover, emotional intelligence did not moderate the relationships between prayer styles and either anger dimensions or self-esteem. These findings suggest that different psychological styles of prayer, rather than the overall frequency of prayer, may contribute to explaining individual differences in anger experience and expression. These findings underscore the importance of examining prayer as a multidimensional experience in the psychology of religion and contribute to a more nuanced understanding of the relationship between religious experience and emotional expression. They also suggest that religious resources could be incorporated into educational and intervention programs for anger management to enhance emotion regulation.

Keywords: Psychological style of prayer, emotional intelligence, anger, self-esteem.

Citation: Ebrahimi Khalji, F., Hasanzadeh Tavakoli, M. & Taqi Tabik, M. (2026). The Relationship Between Psychological Styles of Prayer and Anger and Self-Esteem: Examining the Moderating Role of Emotional Intelligence. *Quran and Psychology*, 1(1).

OPEN ACCESS





رابطه سبک‌های روان‌شناختی دعا با خشم و عزت‌نفس: بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی

کارشناسی ارشد روان‌شناسی اسلامی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران
(نویسنده مسئول).

Faezehebrahimi1990@gmail.com

دکترای روان‌شناسی، استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران.
Hasanzadeh.m@qhu.ac.ir

دکترای روان‌شناسی، استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران.
mtabik@gmail.com

فائزه ابراهیمی خلجی* 

محمد رضا حسن‌زاده توکلی 

محمد تقی تیبیک 

چکیده

خشم یکی از مهم‌ترین هیجان‌های منفی است که مدیریت آن در روان‌شناسی و آموزه‌های دینی مورد توجه قرار گرفته است. هدف این پژوهش بررسی رابطه سبک‌های روان‌شناختی دعا با ابعاد خشم و عزت‌نفس و همچنین بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی در این روابط است. این پژوهش با روش کمی و طرح همبستگی انجام شد. جامعه آماری شامل کاربران فارسی‌زبان بالای ۱۸ سال بود که ۳۱۶ نفر از آنان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا (میری)، پرسش‌نامه هوش هیجانی گلمن، پرسش‌نامه خشم اسپیلبرگر و مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ گردآوری شد. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس یک‌راهه و تحلیل واریانس دو راهه در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند. نتایج نشان داد ابعاد مختلف دعا با بیان خشم رابطه منفی و معنادار دارند؛ اما با حالت خشم و صفت خشم رابطه معناداری مشاهده نشد. همچنین تحلیل واریانس نشان داد که بین الگوهای مختلف دعا از نظر صفت خشم و بیان خشم تفاوت معناداری وجود دارد، درحالی‌که این تفاوت برای حالت خشم و عزت‌نفس معنادار نبود. افزون‌براین، هوش هیجانی نقش تعدیل‌کننده‌ای در رابطه بین سبک‌های دعا با ابعاد خشم و عزت‌نفس نداشت. یافته‌ها نشان می‌دهد که توجه به سبک‌ها و الگوهای مختلف دعا، بیش از میزان کلی دعا، می‌تواند در تبیین تفاوت‌های فردی در تجربه و ابراز خشم سودمند باشد. این یافته‌ها بر اهمیت بررسی دعا به عنوان تجربه‌ای چندبُعدی در پژوهش‌های روان‌شناختی دین تأکید دارد و به درک دقیق‌تر ارتباط میان تجربه دینی و ابراز هیجان کمک می‌کند و می‌تواند در برنامه‌های آموزشی و مداخله‌ای مدیریت خشم، از ظرفیت‌های دینی برای تقویت تنظیم هیجان بهره گرفت.

واژگان کلیدی: سبک روان‌شناختی دعا، هوش هیجانی، خشم، عزت‌نفس.

ابراهیمی خلجی، فائزه؛ حسن‌زاده توکلی، محمد رضا و تیبیک، محمد تقی (۱۴۰۵). رابطه سبک‌های روان‌شناختی دعا با خشم و عزت‌نفس: بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی. دوفصلنامه روان‌شناسی قرآن‌بنیان، سال اول، (۱).

مقدمه

در سال‌های اخیر، مطالعه نقش مذهب و معنویت در سلامت روان به یکی از حوزه‌های مورد توجه در روان‌شناسی تبدیل شده است. پژوهشگران تلاش کرده‌اند سازوکارهایی را بررسی کنند که از طریق آن‌ها باورها و اعمال مذهبی می‌توانند بر سازگاری روان‌شناختی افراد اثرگذار باشند. پژوهش‌های جدید نیز نشان داده‌اند که رابطه میان دینداری، دعا و سلامت روان، رابطه‌ای یکدست و ساده نیست و می‌تواند بسته به نوع تجربه مذهبی، شیوه دعا و شاخص مورد بررسی متفاوت باشد. برای مثال، یک مطالعه طولی نه‌ساله نشان داد که شواهد مربوط به اثرات زمانی و علی دینداری بر شاخص‌های سلامت روان محدود است، درحالی‌که در سطح بین‌فردی، برخی ابعاد دینداری و سلامت روان با یکدیگر همبستگی داشتند (Prati, 2024). در میان مؤلفه‌های مختلف دینداری، دعا و نیایش^۱ به‌عنوان یکی از مهم‌ترین تجربه‌های معنوی، از دیرباز مورد توجه بوده است و در سال‌های اخیر نیز پژوهش‌های تجربی متعددی به بررسی پیامدهای روان‌شناختی آن پرداخته‌اند (قاسم‌نژاد و قاسمی‌پور، ۱۳۹۷؛ رفیعی، ۱۳۹۰). یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که دعا و ارتباط معنوی با خداوند می‌تواند با شاخص‌های مختلف سلامت روان، ازجمله احساس آرامش، امید، سازگاری روانی و عزت نفس^۲ ارتباط داشته باشد (اسپیلکا و کوین، ۱۴۰۰؛ اسپیلکا و دیگران، ۱۳۹۶). از دیدگاه اسلامی نیز دعا صرفاً درخواست نیازها نیست بلکه نوعی ارتباط معنوی و روانی انسان با خداوند تلقی می‌شود. راغب اصفهانی (۱۴۱۶ق)، دعا را نوعی میل و گرایش به‌سوی خداوند می‌داند و در منابع اسلامی، دعا به‌عنوان یکی از مهم‌ترین راه‌های ارتباط انسان با مبدأ هستی معرفی شده است (قرشی، ۱۳۷۱).

اهمیت بررسی روان‌شناختی دعا از آن جهت است که این رفتار مذهبی می‌تواند علاوه بر ابعاد معنوی، پیامدهای روانی و هیجانی نیز داشته باشد. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که حتی تجربه دعا نیز یک پدیده یکنواخت نیست و محتوای دعا، هیجان فرد و شرایطی که دعا در آن رخ می‌دهد می‌تواند با پیامدهای روان‌شناختی متفاوتی همراه باشد. در یک مطالعه روزانه، نوع دعا با تجربه‌های هیجانی و بهزیستی روزانه افراد همبسته بود؛ به‌گونه‌ای که برخی انواع دعا در روزهای همراه با رویدادهای مثبت و بهزیستی بیشتر و برخی دیگر در روزهای همراه با رویدادهای منفی و

1. Prayer

2. Self-esteem

بهزیستی پایین‌تر برجسته‌تر بودند (Newman & et al., 2023). برخی روان‌شناسان نیز بر نقش مثبت دین و نیایش در سلامت روان تأکید کرده‌اند. برای مثال، گالتون^۳ به آثار مثبت ذهنی نیایش اشاره کرده و جیمز و یونگ نیز بر نقش تجربه‌های دینی در ایجاد آرامش، معنا و مقابله با مشکلات روانی تأکید داشته‌اند (آذربایجانی، ۱۳۸۵). همچنین از منظر آموزه‌های اسلامی، حفظ سلامت روانی و جسمانی از اهداف مهم تربیتی انسان محسوب می‌شود و دعا و نیایش به‌عنوان یکی از راه‌های تقویت ارتباط انسان با خداوند و دستیابی به آرامش معرفی شده است (نصیری‌خلیلی، ۱۳۹۷). بر این اساس، بررسی سازوکارهای روان‌شناختی دعا می‌تواند به درک بهتر نقش تجربه‌های مذهبی در بهزیستی روانی کمک کند.

از این منظر، یکی از مسیرهای احتمالی ارتباط تجربه‌های دینی با سلامت روان می‌تواند تنظیم هیجان باشد؛ زیرا تجربه مذهبی ممکن است در نحوه ارزیابی، تجربه و مدیریت هیجان‌های فرد نقش داشته باشد. یک مرور نظام‌مند اخیر از مطالعات کمی نیز نشان داده است که میان دینداری / معنویت و تنظیم هیجان، روابطی کوچک تا متوسط گزارش شده و برخی مطالعات این ارتباط را با راهبردهایی مانند ارزیابی مجدد شناختی و کاهش راهبردهای ناسازگارانه مرتبط دانسته‌اند (Brandão, 2025). یکی از حوزه‌های مهم سلامت روان، توانایی تنظیم هیجان‌ها و مدیریت واکنش‌های هیجانی است. در میان هیجان‌های انسانی، خشم^۴ یکی از هیجان‌های قدرتمند و تأثیرگذار است که در صورت مدیریت نامناسب می‌تواند پیامدهای فردی و اجتماعی گسترده‌ای ایجاد کند. روان‌شناسان معتقدند بسیاری از تعارض‌ها، رفتارهای پرخاشگرانه و آسیب‌های اجتماعی با ناتوانی در تنظیم خشم مرتبط هستند (صفوی و اسلامی، ۱۳۹۹). اگرچه خشم به‌عنوان یک هیجان طبیعی نقش سازشی نیز دارد، بیان نامناسب آن می‌تواند موجب مشکلات ارتباطی، روان‌شناختی و جسمانی شود (اشرفی اصفهانی، ۱۳۹۸؛ Starner & et al., 2004). در متون اسلامی نیز کنترل خشم و دستیابی به حلم و بردباری از نشانه‌های رشد اخلاقی انسان دانسته شده است؛ چنان‌که امام رضا(علیه‌السلام) خشم را «کلید تمام بدی‌ها» معرفی کرده‌اند (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ق)؛ بنابراین، بررسی عوامل مؤثر بر مهار خشم، هم از دیدگاه روان‌شناختی و هم از منظر دینی اهمیت دارد.

3. Galton

4. Anger

در کنار مهار خشم، عزت نفس یکی دیگر از مؤلفه‌های مهم سازگاری روان‌شناختی است. عزت نفس به ارزیابی فرد از ارزشمندی خویش اشاره دارد و نقش مهمی در احساس کفایت، سلامت روان و روابط اجتماعی ایفا می‌کند. کوپراسمیت^۵ (۱۹۶۷) عزت نفس را ارزیابی فرد از ارزش خود می‌داند و روزنبرگ^۶ نیز آن را شامل پذیرش خود، احساس ارزشمندی و احترام به خویش می‌داند (Jeong & et al., 2020). با این حال، شواهد جدید درباره رابطه دینداری و عزت نفس یکدست نیست. برای مثال، در یک مطالعه طولی با نمونه‌ای بیش از ۱۲ هزار نفر، شواهدی از رابطه دوسویه و درون‌فردی پایدار میان دینداری و عزت نفس مشاهده نشد؛ یافته‌ای که نشان می‌دهد ارتباط مشاهده‌شده میان این دو سازه ممکن است تا حدی به تفاوت‌های پایدار بین افراد یا متغیرهای زمینه‌ای مربوط باشد (Entringer & et al., 2024).

از آنجا که مهار خشم بیشتر به تنظیم رابطه فرد با محیط بیرونی مربوط می‌شود، درحالی‌که عزت نفس بیانگر ارزیابی فرد از خویش است، بررسی همزمان این دو متغیر امکان مطالعه دو بُعد مهم سازگاری روان‌شناختی، یعنی سازگاری بیرونی و درونی، را فراهم می‌کند. در مطالعات داخلی نیز رابطه میان متغیرهای دینی، عزت نفس و سلامت روان مورد توجه قرار گرفته است؛ برای نمونه، ناموران گرمی (۱۴۰۳) نقش باورهای دینی و عزت نفس را در پیش‌بینی سلامت روان طلاب دختر بررسی کرده است.

علاوه بر نقش احتمالی دعا در تنظیم هیجان‌ها و سازگاری روان‌شناختی، یکی از متغیرهای مهمی که می‌تواند در این فرایند نقش داشته باشد، هوش هیجانی^۷ است. هیجان‌ها بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان هستند و توانایی شناخت، درک و مدیریت آن‌ها تأثیر مهمی بر عملکرد فردی و اجتماعی دارد. پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که پایین بودن هوش هیجانی می‌تواند با مشکلات فردی و اجتماعی همراه باشد، درحالی‌که تقویت آن زمینه‌ساز موفقیت، روابط اجتماعی مطلوب‌تر و سازگاری بیشتر خواهد بود (میردریگوندی، ۱۳۹۰). اگرچه تعاریف مختلفی برای هوش هیجانی ارائه شده است، اغلب آن‌ها بر مجموعه‌ای از توانایی‌ها شامل شناخت هیجان‌های خود و دیگران، تنظیم هیجان‌ها و استفاده مناسب از اطلاعات هیجانی در رفتار تأکید

5. Coopersmith

6. Anger

7. Emotional intelligence

دارند. از دیدگاه جان مایر^۸، هوش هیجانی مجموعه‌ای از توانایی‌های ذهنی برای درک و تنظیم احساسات است و دنیل گلزن^۹ آن را شامل مهارت‌هایی مانند: خودآگاهی، همدلی، کنترل تکانه‌ها و مدیریت روابط اجتماعی می‌داند (میردريکوندي، ۱۳۹۰). از این منظر، هوش هیجانی می‌تواند عاملی مهم در کنترل خشم و شکل‌گیری نگرش مثبت نسبت به خود باشد.

مطالعات پیشین نیز ارتباط میان هوش هیجانی و شاخص‌های مختلف سازگاری روان‌شناختی را تأیید کرده‌اند. رجبیان ده‌زیره و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که هوش هیجانی از طریق عزت نفس و سبک‌های شوخ‌طبعی با سلامت روان دانش‌آموزان ارتباط دارد. همچنین سعیدی و همکاران (۱۳۹۹) نشان دادند که هوش هیجانی به صورت منفی و معنادار پرخاشگری را پیش‌بینی می‌کند، درحالی‌که نشخوار خشم نقش مثبت در پیش‌بینی پرخاشگری دارد. شائی آرانی و سیدابراهیمی (۱۳۹۹) نیز گزارش کردند که هوش هیجانی و هوش معنوی با عزت نفس زنان رابطه مثبت و معنادار دارند. در همین راستا، جعفری و حدادنیا (۱۳۹۸) نیز رابطه مثبت هوش هیجانی با عزت نفس و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان را نشان دادند. در میان دانشجویان نیز جنتی و همکاران (۱۳۹۰)، ارتباط معنادار میان هوش هیجانی و عزت نفس دانشجویان پرستاری و مامایی را گزارش کردند و علوی اندارجمی و صغری سینا (۱۳۹۸) نشان دادند که عزت نفس می‌تواند در رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی نقش میانجی ایفا کند. همچنین یافته‌های هالیم^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که فرهنگ مذهبی مدرسه می‌تواند بر هوش هیجانی دانش‌آموزان تأثیرگذار باشد.

در سال‌های اخیر، تلاش‌هایی برای بررسی دعا از یک منظر روان‌شناختی و عملیاتی‌سازی آن انجام شده است. یکی از مهم‌ترین این تلاش‌ها، پژوهش میری (۱۳۹۷) درباره تدوین و اعتباریابی پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا بر اساس ادعیه اسلامی است. یافته‌های این پژوهش نشان داد که دعا دارای سبک‌ها و ابعاد مختلفی است و می‌توان آن را فراتر از یک رفتار مذهبی کلی، به عنوان مجموعه‌ای از الگوهای روان‌شناختی بررسی کرد. بر اساس این مدل، سبک‌های دعا شامل پنج گونه اصلی عافیت‌خواهی، تکیه‌گاه‌جویی، پرستش، پناه‌جویی و بازسازی است که هر کدام

8. John Mayer

9. Daniel Goleman

10. Halima

ابعاد متفاوتی مانند رازگویی، شکرگزاری، طلب توفیق، اظهار خشوع، امید به بخشش، خودارزیابی و تلاش برای اصلاح خویش را دربرمی گیرند (میری، ۱۳۹۷). چنین رویکردی امکان بررسی تجربی رابطه میان کیفیت و سبک دعا با متغیرهای روان‌شناختی را فراهم می‌سازد.

پژوهش‌های انجام‌شده درباره ارتباط دینداری، دعا و عزت نفس نیز نتایج قابل توجهی ارائه کرده‌اند. ابورایا^{۱۱} و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که اگرچه بین شاخص‌های دینداری و عزت نفس همبستگی مثبت وجود دارد، پس از کنترل خوش‌بینی، دینداری پیش‌بینی‌کننده مستقل عزت نفس باقی نماند. درمقابل، گابووا^{۱۲} و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که دعا، معنویت، تصویر مثبت از خدا و سطح پایین تعارضات مذهبی با عزت نفس بالاتر همراه است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه میان متغیرهای مذهبی و عزت نفس پیچیده است و ممکن است به نوع تجربه مذهبی و شیوه ارتباط فرد با باورهای دینی وابسته باشد.

از سوی دیگر، پژوهش‌ها درباره ارتباط خشم با عزت نفس و متغیرهای هیجانی نیز نشان داده‌اند که عوامل شناختی و هیجانی نقش مهمی در تنظیم خشم دارند. نصیری و نوری (۱۴۰۰) نشان دادند که عزت نفس می‌تواند از طریق کاهش نشخوار خشم با پرخاشگری ارتباط داشته باشد. همچنین انصاری مقدم و همکاران (۱۳۹۸) گزارش کردند که درمان شناختی - رفتاری مدیریت خشم موجب کاهش پرخاشگری و افزایش عزت نفس دانش‌آموزان می‌شود. مورون^{۱۳} و همکاران (۲۰۲۱) نیز نشان دادند که آگاهی هیجانی و تنظیم خشم بر رفتارهای پرخاشگرانه رابطه‌ای تأثیرگذار هستند. همچنین پریتامانی^{۱۴} (۲۰۲۱) در بررسی رابطه هوش هیجانی، رضایت از رابطه و خشم، نشان داد که هوش هیجانی با خشم رابطه منفی دارد.

با وجود اهمیت روزافزون مطالعات مربوط به معنویت، هوش هیجانی و تنظیم هیجان، هنوز مشخص نیست که سبک‌های مختلف دعا به‌عنوان یک سازه روان‌شناختی چگونه با مؤلفه‌های مهم سازگاری هیجانی مانند مهار خشم و عزت نفس ارتباط پیدا می‌کنند. همچنین مشخص نیست که آیا هوش هیجانی می‌تواند در این رابطه نقش تعدیل‌کننده داشته باشد یا خیر؟ بیشتر پژوهش‌های پیشین، دعا، هوش هیجانی، خشم و عزت نفس را به‌صورت جداگانه بررسی کرده‌اند و مطالعه‌ای که این

11. Abu-Raiya

12. Gábová

13. Morón

14. Pritamani

متغیرها را در یک الگوی تلفیقی از روان‌شناسی دینی و روان‌شناسی هیجان بررسی کند، محدود است؛ بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه سبک روان‌شناختی دعا و هوش هیجانی با مهار خشم و عزت نفس همراه با بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی انجام شده است.

روش

پژوهش حاضر از نظر روش شناختی یک مطالعه کمی و از نظر طرح پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است که با هدف بررسی رابطه سبک روان‌شناختی دعا و هوش هیجانی با مهار خشم و عزت نفس انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه افراد بزرگسال فارسی‌زبان بالای ۱۸ سال بود که در سال ۱۴۰۰ به شبکه‌های اجتماعی مجازی دسترسی داشتند. نمونه پژوهش شامل ۳۱۶ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

باتوجه به محدودیت‌های ناشی از شرایط همه‌گیری کرونا و دشواری اجرای حضوری پژوهش، گردآوری داده‌ها به صورت برخط انجام شد. بدین منظور، پرسش‌نامه‌ها در بستر گوگل فرم طراحی و پیوند آن از طریق شبکه‌های اجتماعی داخلی و خارجی، از جمله واتساپ و تلگرام، در اختیار افراد واجد شرایط قرار گرفت. شرکت‌کنندگان پس از دریافت توضیحات لازم درباره هدف پژوهش و محرمانه بودن اطلاعات، به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. پیوند پرسش‌نامه پس از تکمیل حجم نمونه مورد نظر غیرفعال شد.

ترکیب جنسیتی نمونه تقریباً متعادل بود و حدود نیمی از شرکت‌کنندگان را زنان و نیمی دیگر را مردان تشکیل می‌دادند. بااین حال، جنسیت در تحلیل‌های آماری به عنوان متغیر کنترل یا تعدیل‌گر وارد مدل پژوهش نشد و پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده نقش این متغیر به صورت مستقل بررسی شود.

در این پژوهش از چهار ابزار شامل پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا، پرسش‌نامه هوش هیجانی، پرسش‌نامه خشم و پرسش‌نامه عزت نفس استفاده شد.

الف) پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا^{۱۵}

برای سنجش سبک‌های مختلف دعا از پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا که توسط میری (۱۳۹۷) تدوین و اعتباریابی شده است، استفاده شد. این ابزار بر اساس تحلیل محتوای ادعیه

اسلامی طراحی شده و سبک‌های مختلف دعا را در قالب پنج حوزه اصلی شامل عافیت‌خواهی، تکیه‌گاه‌جویی، پرستش، پناه‌جویی و بازسازی ارزیابی می‌کند. روایی این ابزار از طریق روایی محتوا و روایی سازه بررسی شده و نتایج تحلیل عاملی و تحلیل خوشه‌ای، وجود پنج خوشه و ۲۳ عامل را نشان داده است. همچنین پایایی ابزار از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای عوامل مختلف بررسی شده و در بیشتر عوامل، ضرایب قابل قبول گزارش شده است (میری، ۱۳۹۷). در پژوهش حاضر از فرم کوتاه‌شده این پرسش‌نامه شامل ۳۵ گویه استفاده شد.

ب) پرسش‌نامه هوش هیجانی^{۱۶}

برای سنجش هوش هیجانی از پرسش‌نامه هوش هیجانی گلن (۲۰۲۱) استفاده شد. این ابزار شامل ۳۳ گویه با مقیاس پاسخ‌دهی لیکرت پنج‌درجه‌ای است و پنج مؤلفه خودآگاهی، خودتنظیمی، خوداندکیختگی، همدلی و مهارت‌های اجتماعی را ارزیابی می‌کند. نسخه مورد استفاده در ایران توسط منصوری (۱۳۸۱) هنجاریابی شده است. پایایی نسخه ۳۳ سؤالی این پرسش‌نامه بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۸۵/۰ گزارش شده است که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب ابزار است.

پ) پرسش‌نامه خشم^{۱۷}

برای سنجش خشم از پرسش‌نامه خشم اسپیلبرگر^{۱۸} (۱۹۹۶) استفاده شد. این پرسش‌نامه شامل ۵۷ ماده است و ابعاد مختلف خشم شامل حالت خشم، صفت خشم و شیوه‌های بیان و کنترل خشم را ارزیابی می‌کند. مطالعات روان‌سنجی انجام‌شده توسط اسپیلبرگر و همکاران نشان داده‌اند که این ابزار از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است؛ به‌طوری‌که ضرایب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های حالت و صفت خشم ۸۴/۰ و بالاتر و برای مقیاس‌های بیان و کنترل خشم ۷۳/۰ و بالاتر گزارش شده است.

ت) پرسش‌نامه عزت نفس^{۱۹}

برای سنجش عزت نفس از مقیاس عزت نفس روزنبرگ^{۲۰} (۱۹۶۵) استفاده شد. این مقیاس شامل ۱۰ گویه است و احساس ارزشمندی و نگرش مثبت یا منفی فرد نسبت به خود را ارزیابی می‌کند. این ابزار از پرکاربردترین مقیاس‌های سنجش عزت نفس در پژوهش‌های روان‌شناختی است و

16. Goleman's emotional intelligence

17. STAXI-2

18. Spielberge

19. Rosenberg Self-esteem Scale

20. RSES

ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی در مطالعات مختلف گزارش شده است. در نسخه مورد استفاده در ایران، پاسخ‌ها به صورت دو گزینه‌ای (موافقم / مخالفم) نمره‌گذاری می‌شوند. همچنین شواهد روایی همگرا، از جمله همبستگی مثبت این مقیاس با رضایت از زندگی، در مطالعات پیشین گزارش شده است (Greenberger & et al., 2003).

داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند. برای توصیف داده‌ها از شاخص‌های آماری فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. به منظور بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش، ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شد. همچنین برای مقایسه میانگین متغیرهای پژوهش در گروه‌های مختلف سبک دعا از تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد. به منظور بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی در رابطه بین سبک روان‌شناختی دعا با مهار خشم و عزت نفس، هوش هیجانی بر اساس نمرات کسب شده به سه سطح پایین، متوسط و بالا تقسیم و تحلیل واریانس دو راهه انجام شد. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، داده‌ها با استفاده از شاخص‌های توصیفی و آزمون‌های استنباطی تحلیل شدند. جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین، انحراف استاندارد، کمینه و بیشینه را نشان می‌دهد. جدول ۲ نیز ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش را ارائه می‌کند.

جدول (۱): شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

	فراوانی	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۳۱۶	۱۰	۷۲	۳۵۶۹۹	۱۰۰۲۱
خشم حالت	۳۱۶	۳۰۰	۱۰۰۰	۴۱۸۰	۱۴۲۰
خشم صفت	۳۱۶	۲۰۰	۷۵۰	۴۰۵۳	۱۰۷۳
بیان خشم	۳۱۶	۴۲۷۵	۵۱۲۵	۴۶۳۸۱	۱۵۶۵
عزت نفس	۳۱۶	۱۰۰۰	۱۰۰۰	۵۰۴۴	۴۲۹۵
هوش هیجانی	۳۱۶	۸۴,۰۰	۱۲۱,۰۰	۱۰۱,۳۲۰	۶,۹۶۴
بهرمندی	۳۱۶	۲۲۵	۵۰۰	۴۷۳۷	۰۴۶۴
تکیه‌گاه‌جویی	۳۱۶	۲۵۰	۵۰۰	۴۵۸۸	۰۵۴۶

فرآوانی	کمینه	پیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	
۳۱۶	۱۷۵	۵۰۰	۴۴۲۰	۰۷۷۴	پرستش
۳۱۶	۱۸۳	۵۰۰	۴۳۷۶	۰۷۵۵	عذرآوری
۳۱۶	۱۶۷	۵۰۰	۴۲۶۷	۰۶۷۵	بهسازی

جدول (۲): همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

سن	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱- حالت خشم	۰,۱۸۷								
۲- صفت خشم	۰,۱۷۹	۰,۴۶۹							
۳- بیان خشم	۰,۱۷۵	۰,۳۷۰	۰,۶۶۶						
۴- عزت نفس	۰,۰۶۷	۰,۳۶۰	-۰,۳۵۹	-۰,۳۹۲					
۵- هوش هیجانی	۰,۰۴۰	۰,۲۳۲	-۰,۳۳۰	-۰,۲۶۶	-۰,۴۶۳				
۶- بهرمندی	۰,۰۴۵	-۰,۰۳۵	۰,۰۲۶	-۰,۱۶۷	-۰,۰۰۱	-۰,۰۰۵			
۷- تکیه گاه جویی	۰,۲۰۶	-۰,۱۱۱	-۰,۰۹۲	-۰,۲۴۰	-۰,۰۴۴	-۰,۰۳۱	۰,۶۳۴		
۸- پرستش	۰,۱۴۹	-۰,۰۹۶	-۰,۰۹۵	-۰,۲۳۸	-۰,۰۳۹	-۰,۰۰۸	۰,۶۰۰	۰,۸۶۱	
۹- عذرآوری	۰,۱۵۳	-۰,۱۰۲	-۰,۰۷۶	-۰,۱۹۵	-۰,۰۰۵	۰,۰۳۰	۰,۵۸۲	۰,۸۶۴	۰,۸۳۲
۱۰- بهسازی	۰,۰۶۸	-۰,۰۸۹	-۰,۰۵۳	-۰,۱۶۰	-۰,۰۰۰	۰,۰۲۲	۰,۵۳۷	۰,۸۴۸	۰,۸۰۴

بررسی الگوهای سبک روان‌شناختی دعا: بررسی اولیه نمرات پرستش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا نشان داد که تعداد قابل توجهی از شرکت‌کنندگان در چندین مؤلفه دعا همزمان نمرات بالایی کسب کرده‌اند. این موضوع موجب ایجاد اثر سقف در برخی خرده‌مقیاس‌ها شد که می‌توانست بر ضرایب همبستگی تأثیرگذار باشد؛ بنابراین، علاوه بر تحلیل همبستگی، برای بررسی دقیق‌تر تفاوت میان الگوهای مختلف دعا، پاسخ‌های شرکت‌کنندگان بر اساس بالاترین نمره در مؤلفه‌های مختلف دعا طبقه‌بندی شد.

بر اساس این طبقه‌بندی، ۲۴ الگوی پاسخ‌شناسایی شد که به دلیل پایین بودن فراوانی برخی طبقات، برای تحلیل‌های بعدی شش الگوی دارای بیشترین فراوانی انتخاب شدند. این شش طبقه

درمجموع حدود ۷۲ درصد نمونه پژوهش را شامل می‌شدند. توزیع فراوانی این الگوها در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول (۳): توزیع فراوانی و درصد الگوهای مختلف پاسخ به آزمون دعا

کد	بهره‌مندی	تکیه‌گاه جویی	پرستش	عذرآوری	بهبودی	فراوانی	درصد	درصد تجمعی
۱۰۰۰۰	*					۹۴	۲۹۷	۲۹۷
۱۲۳۴۰	*	*	*	*		۵۰	۱۵۸	۴۵۶
۱۲۳۴۵	*	*	*	*	*	۳۴	۱۰۸	۵۶۳
۰۲۰۰۰		*				۱۸	۵۷	۶۲۰
۰۰۳۰۰			*			۱۶	۵۱	۶۷۱
۱۰۳۰۰	*		*			۱۶	۵۱	۷۲۲
۱۲۰۰۰	*	*				۱۲	۳۸	۷۵۹
۱۲۳۰۰	*	*	*			۱۲	۳۸	۷۹۷
۰۲۳۰۰		*	*			۹	۲۸	۸۲۶
۱۲۰۴۰	*	*		*		۹	۲۸	۸۵۴
۰۰۰۰۵					*	۸	۲۵	۸۸۰
۱۰۳۴۰	*		*	*		۸	۲۵	۹۰۵
۱۰۰۴۰	*			*		۷	۲۲	۹۲۷
۰۰۰۴۰				*		۴	۱۳	۹۴۰
۱۲۳۰۵	*	*	*		*	۴	۱۳	۹۵۳
۰۲۰۴۰		*		*		۳	۰۹	۹۶۲
۱۰۳۴۵	*		*	*	*	۳	۰۹	۹۷۲
۰۲۳۴۰		*	*	*		۲	۰۶	۹۷۸
۱۰۳۰۵	*		*		*	۲	۰۶	۹۸۴
۱۲۰۴۵	*	*		*	*	۲	۰۶	۹۹۱

کد	بهره‌مندی	تکیه‌گاه جویی	پرستش	عذرآوری	بهسازی	فراوانی	درصد	درصد تجمعی
۰۰۳۴۰			*	*		۱	۰۳	۹۹۴
۱۰۰۰۵	*				*	۱	۰۳	۹۹۷
۱۰۰۴۵	*			*	*	۱	۰۳	۱۰۰۰
کل						۳۱۶	۱۰۰۰	

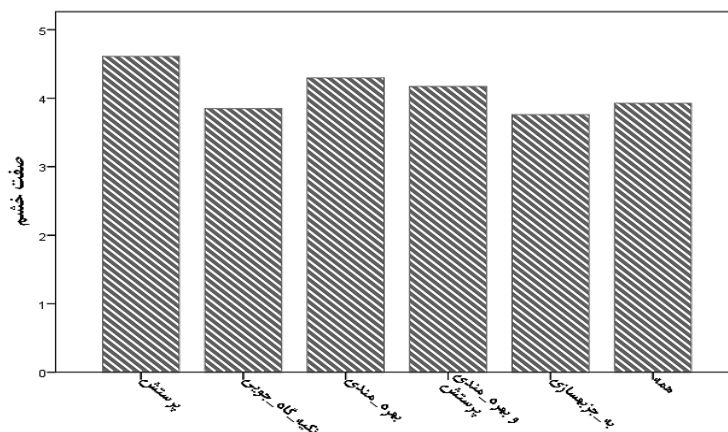
جدول (۴): آزمون تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه مقولات شش گانه دعا از لحاظ

صفت خشم

	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
بین گروهی	۱۵۷۷۰	۵	۳۱۵۴	۲۵۷۴	۰۰۲۷
درون گروهی	۲۷۲۰۳۵	۲۲۲	۱۲۲۵		
کل	۲۸۷۸۰۵	۲۲۷			

باتوجه به نتایج جدول، تفاوت شش مقوله از لحاظ صفت خشم معنادار است ($P=0.027$).

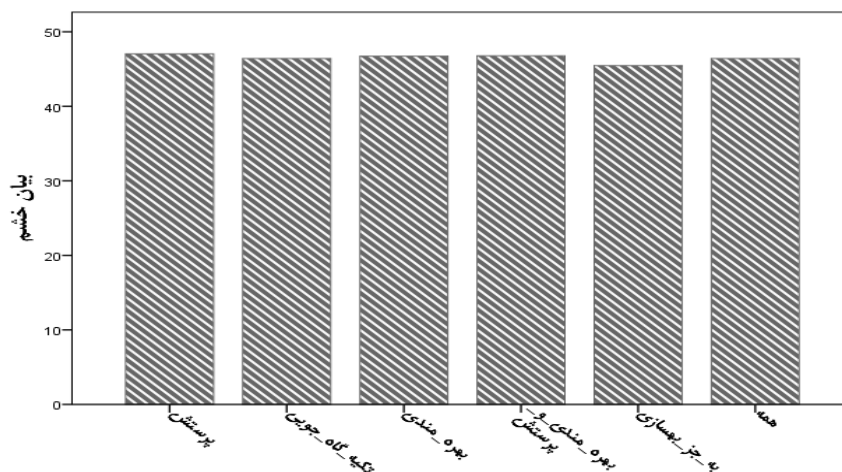
مقایسه سبک‌های دعا از نظر صفت خشم: برای بررسی تفاوت میانگین صفت خشم در شش الگوی اصلی دعا، از تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد. نتایج جدول ۴ نشان داد که تفاوت میان گروه‌های مختلف دعا از نظر صفت خشم معنادار است ($F=2.574$)، ($P=0.027$)؛ بنابراین، میزان صفت خشم در افراد دارای الگوهای مختلف دعا متفاوت بود.



نمودار (۱): میانگین صفت خشم در مقولات شش گانه دعا

بر اساس نمودار ۱، بیشترین میانگین صفت خشم در گروه مربوط به سبک پرستش مشاهده شد، درحالی‌که سایر گروه‌ها میانگین پایین‌تری نشان دادند.

مقایسه سبک‌های دعا از نظر بیان خشم: به منظور بررسی تفاوت میان گروه‌های مختلف دعا در بیان خشم، تحلیل واریانس یک‌راهه انجام شد. نتایج جدول ۵ نشان داد که تفاوت میان شش گروه دعا از نظر بیان خشم معنادار است ($F=5.142$)، ($p<0.001$).



نمودار (۲): میانگین بیان خشم در مقولات شش گانه دعا

مطابق نمودار ۲، تفاوت میان گروه‌ها نشان داد که میزان بیان خشم در گروه‌های مختلف دعا متفاوت است. بیشترین مقدار بیان خشم در گروه پرستش مشاهده شد، اگرچه تفاوت میان برخی گروه‌ها محدود بود.

نتایج سایر متغیرها: نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه نشان داد که تفاوت میان گروه‌های مختلف دعا از نظر حالت خشم ($p=0.627$)، هوش هیجانی ($p=0.051$) و عزت نفس ($p=0.565$) معنادار نبود (جداول ۵، ۶ و ۷).

جدول (۵): آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه مقولات شش‌گانه دعا از لحاظ حالت خشم

منبع واریانس	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری
بین گروهی	۸,۱۳۱	۵	۱,۶۲۶	۰,۶۹۶	۰,۶۲۷
درون گروهی	۵۱۸,۵۰۱	۲۲۲	۲,۳۳۶		
کل	۵۲۶,۶۳۲	۲۲۷			

جدول (۶): آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه مقولات شش‌گانه دعا از لحاظ هوش هیجانی

منبع واریانس	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری
بین گروهی	۵۵۲,۷۷۰	۵	۱۱۰,۵۵۴	۲,۲۴۰	۰,۰۵۱
درون گروهی	۱۰۹۵۸,۱۲۰	۲۲۲	۴۹,۳۶۱		
کل	۱۱۵۱۰,۸۹۰	۲۲۷			

جدول (۷): آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه مقولات شش‌گانه دعا از لحاظ عزت نفس

منبع واریانس	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری
بین گروهی	۷۸,۹۷۰	۵	۱۵,۷۹۴	۰,۷۸۰	۰,۵۶۵
درون گروهی	۴۴۹۲,۵۳۹	۲۲۲	۲۰,۲۳۷		
کل	۴۵۷۱,۵۰۹	۲۲۷			

بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی: برای بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی در رابطه بین سبک دعا و متغیرهای پژوهش، شرکت‌کنندگان بر اساس نمره هوش هیجانی

به سه گروه پایین، متوسط و بالا تقسیم شدند. درصد افراد در این سه گروه به ترتیب ۳۸، ۳۲/۶ و ۲۹/۴ درصد بود.

نتایج تحلیل واریانس دو راهه نشان داد که اثر تعاملی سبک دعا و سطح هوش هیجانی بر هیچ یک از متغیرهای وابسته شامل صفت خشم ($p=0.886$)، حالت خشم ($p=0.068$)، بیان خشم ($p=0.497$) و عزت نفس ($p=0.786$) معنادار نیست؛ بنابراین، هوش هیجانی نقش تعدیل کننده معناداری در رابطه بین سبک روان‌شناختی دعا با مهار خشم و عزت نفس نشان نداد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های روان‌شناختی دعا با خشم و عزت نفس و بررسی نقش تعدیل کنندگی هوش هیجانی در این روابط بود. همچنین، با توجه به ماهیت چندبُعدی دعا، الگوهای مختلف دعا در میان شرکت کنندگان شناسایی و ارتباط آن‌ها با متغیرهای روان‌شناختی بررسی شد.

الف) گونه‌شناسی سبک‌های دعا

یافته‌های مربوط به توزیع سبک‌های دعا نشان داد که پاسخ‌دهندگان در پنج بُعد دعا (بهره‌مندی، تکیه‌گاه‌جویی، پرستش، عذرآوری و بهسازی) الگوهای متفاوتی داشتند. با این حال، بالابودن نمرات بسیاری از شرکت کنندگان در چندین بُعد دعا، نشان‌دهنده وجود اثر سقف در این مقیاس بود. یکی از تبیین‌های احتمالی این یافته می‌تواند ماهیت خودگزارشی ابزار و زمینه فرهنگی نمونه باشد؛ زیرا در جوامعی که باورهای دینی حضور پررنگی دارند، افراد ممکن است گرایش بیشتری به تأیید ارزش‌های مذهبی داشته باشند. همچنین، احتمال دارد پاسخ‌دهندگان بیشتر بر تصویر مطلوب از خود به عنوان فردی دیندار تمرکز کرده باشند و تفاوت میان گرایش‌های آرمانی و رفتارهای واقعی روزمره کمتر در پاسخ‌های آنان منعکس شده باشد.

در تحلیل مقوله‌ای، بیشترین فراوانی مربوط به سبک «بهره‌مندی» بود (۲۹,۷ درصد)، درحالی‌که سبک «بهسازی» در مقایسه با سایر ابعاد کمتر مورد توجه قرار گرفته بود. این یافته نشان می‌دهد که در نمونه حاضر، دعا بیشتر با درخواست حمایت، دریافت نعمت یا رفع نیازها همراه بوده است و جنبه اصلاح خود و رشد شخصی کمتر مورد تأکید قرار گرفته است. این نتیجه با دیدگاه‌هایی که دعا را دارای کارکردهای متفاوتی از جمله تنظیم هیجان، جستجوی معنا و رشد

فردی می‌داند، همخوانی دارد (Pargament, 1997).

یافته دیگر نشان داد حدود ۱۰ درصد از افراد در گروهی قرار داشتند که در تمامی ابعاد دعا نمرات بالایی کسب کرده بودند. این الگو می‌تواند نشان‌دهنده نگرش چندبُعدی به دعا باشد؛ هرچند با توجه به ماهیت مقطعی پژوهش، نمی‌توان درباره کیفیت یا عمق این ارتباط‌ها قضاوت قطعی داشت.

ب) رابطه سبک‌های دعا با خشم

۱- رابطه ابعادی دعا و خشم

فرضیه نخست پژوهش، وجود رابطه بین سبک‌های روان‌شناختی دعا و مهار خشم را بررسی می‌کرد. یافته‌های همبستگی نشان داد که ابعاد مختلف دعا با بیان خشم رابطه منفی و معنادار داشتند؛ به این معنا که افرادی که گرایش بیشتری به دعا داشتند، میزان کمتری از ابراز بیرونی خشم گزارش کردند. این یافته با پژوهش‌هایی همسو است که دعا و نیایش را به عنوان یکی از راهبردهای تنظیم هیجان معرفی کرده‌اند. یافته‌های جدید نیز از این دیدگاه حمایت می‌کنند که رابطه دعا و هیجان را باید به صورت چندبُعدی بررسی کرد. نیومن و همکاران (۲۰۲۳) در مطالعه‌ای روزانه نشان دادند که انواع مختلف دعا با حالات هیجانی و سطح بهزیستی روزانه افراد به شکل متفاوتی همراه هستند؛ برای مثال، دعا‌های شکرگزاری و ستایش در روزهای همراه با رویدادهای مثبت و بهزیستی بالاتر برجسته‌تر بودند، در حالی که دعا‌های استغاثه در روزهای همراه با رویدادهای منفی و بهزیستی پایین‌تر بیشتر مشاهده شدند؛ بنابراین، تفاوت میان انواع دعا می‌تواند یکی از دلایل ناهمگونی یافته‌های مربوط به رابطه دعا با هیجان‌ها باشد. برای مثال، شارپ^{۲۱} (۲۰۱۰) بیان می‌کند که دعا می‌تواند از طریق بازسازی شناختی، کاهش ارزیابی تهدید و ایجاد احساس حمایت، به مدیریت هیجان‌های منفی کمک کند. همچنین بریمنر و همکاران (۲۰۱۱) نشان دادند که دعا می‌تواند پس از تجربه ناکامی، میزان خشم و پرخاشگری را کاهش دهد.

با این حال، در پژوهش حاضر رابطه معناداری بین ابعاد دعا و صفت خشم و حالت خشم مشاهده نشد. این یافته نشان می‌دهد که دعا ممکن است بیشتر با نحوه ابراز خشم مرتبط باشد تا با ویژگی پایدار خشم یا تجربه لحظه‌ای آن. به عبارت دیگر، افرادی که گرایش بیشتری به دعا دارند،

21. Sharp

ممکن است در هنگام تجربه خشم، کنترل بیشتری بر شیوه بیان آن داشته باشند؛ اما الزاماً سطح کلی آمادگی برای تجربه خشم یا ویژگی شخصیتی خشم در آنان متفاوت نیست. همچنین، رابطه معنادار بین سبک «تکیه‌گاه‌جویی» و حالت خشم مشاهده شد. یکی از تبیین‌های احتمالی این یافته آن است که افرادی که در دعا بیشتر به دنبال حمایت و پناه‌گرفتن هستند، ممکن است در مواجهه با موقعیت‌های فشارزا حساسیت هیجانی بیشتری داشته باشند؛ بنابراین تجربه خشم موقعیتی در آنان افزایش یابد؛ البته برای بررسی دقیق‌تر این رابطه، پژوهش‌های بیشتری با تمرکز بر نقش دل‌بستگی به خدا و تنظیم هیجان مورد نیاز است.

۲- رابطه مقوله‌ای دعا و خشم

تحلیل واریانس نشان داد که بین شش گروه اصلی دعا از نظر صفت خشم و بیان خشم تفاوت معنادار وجود دارد؛ اما تفاوتی در حالت خشم مشاهده نشد. در مورد صفت خشم، افرادی که سبک «پرستش» را در اولویت قرار داده بودند، بالاترین میزان خشم را نشان دادند؛ در مقابل، گروه‌هایی که ترکیبی از ابعاد مختلف دعا را مورد توجه قرار دادند، سطح پایین‌تری از خشم داشتند. این یافته نشان می‌دهد که صرف انجام فعالیت‌های مذهبی به تنهایی نمی‌تواند کاهش خشم را تضمین کند و نوع ارتباط فرد با دعا و کارکرد روان‌شناختی آن اهمیت دارد. این موضوع با یافته‌های لد و لد^{۲۲} (۲۰۱۲) همخوان است که نشان دادند برخی شیوه‌های ارتباط مذهبی، بسته به نوع نگرش فرد، می‌توانند با پیامدهای متفاوت روان‌شناختی همراه باشند.

در مورد بیان خشم نیز پایین‌ترین سطح در گروه «همه به‌جز بهسازی» مشاهده شد. یک تبیین احتمالی این است که توجه همزمان به ابعاد مختلف دعا ممکن است با احساس حمایت، معنا و آرامش بیشتری همراه باشد و در نتیجه به کنترل بهتر بیان خشم کمک کند. با این حال، نبود توجه به بُعد بهسازی ممکن است نشان دهد که جنبه رشد فردی و اصلاح خویش در تجربه دینی برخی افراد کمتر مورد توجه قرار گرفته است.

تمایز میان بیان خشم و تجربه درونی خشم در تفسیر این یافته اهمیت دارد. ممکن است تجربه یک هیجان، از جمله خشم، الزاماً با شیوه ابراز آن هم‌ارز نباشد. از این منظر، رابطه منفی مشاهده‌شده میان ابعاد دعا و بیان خشم می‌تواند بیشتر به نحوه مدیریت یا ابراز هیجان مربوط باشد تا کاهش

خود تجربه خشم. این تفسیر با ادبیات جدید درباره تنظیم هیجان و دینداری نیز سازگار است؛ زیرا مرور نظام‌مند مطالعات کمی نشان داده است که ارتباط دینداری و معنویت با تنظیم هیجان می‌تواند به راهبردهای متفاوت تنظیم هیجان مربوط باشد و نباید آن را صرفاً به کاهش شدت هیجان فروکاست (Brandão, 2025).

پ) رابطه سبک‌های دعا با عزت نفس

فرضیه دوم پژوهش به بررسی رابطه بین سبک‌های روان‌شناختی دعا و عزت نفس اختصاص داشت. نتایج نشان داد که بین ابعاد مختلف دعا و عزت نفس رابطه معناداری وجود ندارد. همچنین، در تحلیل مقوله‌ای، تفاوت معناداری میان گروه‌های مختلف دعا از نظر عزت نفس مشاهده نشد.

این یافته با برخی پژوهش‌های پیشین که رابطه مثبت میان دعا و معنویت را در ارتقای عزت نفس گزارش کرده‌اند، همخوان نیست. با این حال، شواهد جدید نشان می‌دهد که این رابطه لزوماً پایدار و یک‌جهت نیست. برای مثال، انترینگر و همکاران (۲۰۲۴) در یک مطالعه طولی بزرگ شواهدی از اثرات دوسویه و درون‌فردی میان شاخص‌های دینداری، از جمله فراوانی دعا و عزت نفس پیدا نکردند. همچنین، پژوهش‌های جدید درباره دعا بر اهمیت تمایز میان انواع و محتوای دعا تأکید دارند؛ بنابراین، نبود رابطه معنادار میان سبک‌های دعا و عزت نفس در پژوهش حاضر می‌تواند نشان دهد که صرف حضور یا شدت تجربه دعا برای توضیح تفاوت‌های عزت نفس کافی نیست و متغیرهای دیگری مانند کیفیت رابطه دینی، جهت‌گیری مذهبی، معناجویی و ویژگی‌های فردی ممکن است در این رابطه نقش داشته باشند.

از سوی دیگر، اولائور^{۲۳} (۱۹۹۷) نشان داد که فعالیت‌های معنوی و مذهبی می‌توانند با افزایش احساس ارزشمندی فرد همراه باشند. با این حال، تفاوت در نوع سنجش دعا، ماهیت نمونه‌ها و تفاوت میان ابعاد مختلف دینداری می‌تواند یک تبیین برای تفاوت میان یافته‌ها باشد. به نظر می‌رسد صرف میزان یا فراوانی دعا برای پیش‌بینی عزت نفس کافی نیست بلکه عواملی مانند کیفیت ارتباط معنوی، نحوه تفسیر فرد از دعا و نقش آن در زندگی روزمره می‌توانند اهمیت بیشتری داشته باشند.

ت) نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی

فرضیه‌های سوم و چهارم پژوهش به بررسی نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی در رابطه بین سبک‌های دعا با خشم و عزت‌نفس اختصاص داشت. نتایج تحلیل‌های آماری نشان داد که تعامل بین سبک‌های دعا و هوش هیجانی در پیش‌بینی خشم (حالت خشم، صفت خشم و بیان خشم) و عزت‌نفس معنادار نیست. همچنین، بین ابعاد دعا و هوش هیجانی نیز رابطه معناداری مشاهده نشد. در عین حال، مرور نظام‌مند اخیر درباره رابطه دینداری و تنظیم هیجان نشان می‌دهد که ارتباط دینداری با تنظیم هیجان در مطالعات مختلف از نظر سازوکار و شدت یکسان نیست و تحت تأثیر نوع سنجه‌های دینداری و تنظیم هیجان قرار دارد (Brandão, 2025)؛ بنابراین، نبود اثر تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی در پژوهش حاضر لزوماً به معنای فقدان هرگونه ارتباط میان تجربه دینی و فرایندهای هیجانی نیست بلکه می‌تواند نشان‌دهنده پیچیدگی این روابط و وابستگی آن‌ها به نحوه عملیاتی‌سازی متغیرها باشد.

این یافته نشان می‌دهد که در نمونه حاضر، هوش هیجانی نتوانسته است رابطه بین سبک دعا و متغیرهای روان‌شناختی مورد بررسی را تغییر دهد. به عبارت دیگر، اثر احتمالی دعا بر خشم یا عزت‌نفس مستقل از سطح هوش هیجانی افراد عمل نکرده یا آن‌قدر قوی نبوده است که به صورت اثر تعاملی در تحلیل آماری آشکار شود.

نبود رابطه معنادار در این بخش ممکن است ناشی از عوامل مختلفی باشد؛ از جمله ماهیت مقطعی پژوهش، استفاده از ابزارهای خودگزارشی و همچنین پیچیدگی رابطه میان متغیرهای معنوی و ویژگی‌های روان‌شناختی؛ بنابراین، بررسی این روابط در پژوهش‌های آینده با استفاده از طرح‌های طولی یا مدل‌های میانجی‌گری و با در نظر گرفتن متغیرهایی مانند سبک دلبستگی، تنظیم هیجان و جهت‌گیری مذهبی می‌تواند تصویر دقیق‌تری ارائه دهد.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه سبک‌های روان‌شناختی دعا با خشم و عزت‌نفس و همچنین نقش تعدیل‌کنندگی هوش هیجانی انجام شد. یافته‌ها نشان داد که دعا پدیده‌ای چندبُعدی است و بررسی آن صرفاً بر اساس میزان کلی دعا نمی‌تواند تمام ابعاد روان‌شناختی آن را آشکار کند. تحلیل گونه‌شناختی دعا نشان داد که افراد الگوهای متفاوتی در ارتباط با دعا دارند و برخی ابعاد

مانند بهسازی فردی در مقایسه با سایر ابعاد کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند.

نتایج همچنین نشان داد که سبک‌های مختلف دعا ارتباط متفاوتی با خشم دارند. اگرچه بین میزان کلی دعا و برخی ابعاد خشم رابطه محدودی مشاهده شد، تحلیل مقوله‌ای نشان داد که نوع و جهت‌گیری دعا می‌تواند در تجربه و بیان خشم نقش داشته باشد. به‌طور خاص، گروه‌هایی که ترکیبی از ابعاد مختلف دعا را مورد توجه قرار داده بودند، سطح پایین‌تری از برخی شاخص‌های خشم نشان دادند. این یافته بر اهمیت توجه به کیفیت و کارکرد دعا، نه صرفاً وجود آن، تأکید می‌کند.

درمقابل، رابطه معناداری بین سبک‌های دعا و عزت‌نفس مشاهده نشد. همچنین، هوش هیجانی نتوانست نقش تعدیل‌کننده‌ای در رابطه بین دعا با خشم و عزت‌نفس ایفا کند؛ بنابراین، به نظر می‌رسد ارتباط میان دعا و پیامدهای روان‌شناختی، رابطه‌ای ساده و مستقیم نیست و تحت تأثیر عوامل فردی، فرهنگی و شناختی دیگری قرار دارد.

این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بود که باید در تفسیر نتایج مورد توجه قرار گیرد. نخست، استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر مطلوبیت اجتماعی قرار گرفته باشد؛ به‌ویژه در سنجش سازه‌ای مانند دعا که دارای ارزش فرهنگی و مذهبی است. دوم، به‌دلیل استفاده از طرح مقطعی، امکان نتیجه‌گیری درباره روابط علی میان متغیرها وجود ندارد. همچنین، وجود اثر سقف در مقیاس دعا نشان داد که در پژوهش‌های آینده لازم است ابزارهای دقیق‌تری برای تمایز میان گرایش‌های مختلف دعا طراحی یا استفاده شود.

پژوهش‌های آینده می‌توانند رابطه میان سبک‌های دعا و متغیرهای روان‌شناختی را با استفاده از روش‌های کیفی، مطالعات طولی و نمونه‌های متنوع‌تر بررسی کنند. همچنین، بررسی نقش متغیرهایی مانند جهت‌گیری مذهبی، سبک دلبستگی به خدا، معناجویی، تنظیم هیجان و سلامت روان می‌تواند به درک دقیق‌تر سازوکارهای روان‌شناختی مرتبط با دعا کمک کند. از نظر کاربردی، یافته‌های این پژوهش می‌تواند در حوزه روان‌شناسی معنوی و مداخلات مبتنی بر فرهنگ مورد توجه قرار گیرد. توجه به ابعاد مختلف دعا، به‌ویژه جنبه‌هایی مانند خوداصلاحی و رشد فردی، می‌تواند در طراحی برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی متناسب با زمینه فرهنگی افراد مورد استفاده قرار گیرد. با این حال، استفاده از مفاهیم معنوی در مداخلات روان‌شناختی نیازمند توجه به تفاوت‌های فردی و پرهیز از فرض اثر یکسان دعا برای همه افراد است.

منابع

- آذربایجانی، مسعود (۱۳۸۵). مناسبت‌های دین و روان‌شناسی. پژوهش و حوزه، (۲۵)، ۶-۱۸.
- ابن حرّانی، حسن بن علی (۱۴۰۴). تحف العقول عن آل الرسول. قم: جامعه مدرسین.
- اسپیلکا، برنارد و دیگران (۱۳۹۶). روان‌شناسی دین براساس رویکرد تجربی. ترجمه محمد دهقانی. تهران: انتشارات رشد.
- اسپیلکا، برنارد و کوین، لد (۱۴۰۰). روان‌شناسی دعا و نیایش رویکردی علمی. ترجمه ملیحه رحیمی، سعیده فرج‌نیا و مجید اسدیپور. تهران: انتشارات ارجمند.
- اشرفی اصفهانی، وجیهه (۱۳۹۸). ارزیابی و بررسی علل خشم و پرخاشگری و مدیریت آن در رفتار اجتماعی نوجوانان. پنجمین کنفرانس بین‌المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم اجتماعی و علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- انصاری مقدم، اکرم؛ جیتندرا، ماهان و سگال، مینا (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی رفتاری مدیریت خشم بر پرخاشگری جسمی و عزت نفس دانش‌آموزان. اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، ۵۴(۱۴)، ۹۰-۱۰۲.
- جعفری، سارا و حدادنیا، سیروس (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و عزت نفس دانش‌آموزان مدارس متوسطه دوم شهرستان ممسنی. اولین همایش ملی اختلالات شایع جسمی، روانی و رفتاری کودکان و اثرات آن بر جامعه، فیروزآباد.
- جنتی، یداله؛ موسوی، سیده عاطفه؛ عظیمی لولتی، حمیده؛ فانی صابری؛ لاله؛ همتا، امیر؛ فیضی سعید و دیگران (۱۳۹۰). بررسی میزان هوش هیجانی و عزت نفس در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در سال ۱۳۸۹. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۰(۱)، ۲۵۴-۲۶۱.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۶ق). المفردات فی غریب القرآن. تحقیق صفوان عدنان داودی. دمشق: دارالقلم.
- رجبیان ده‌زیره، مریم؛ ناظر، مریم و نادى نجف‌آبادی، فاطمه (۱۴۰۰). رابطه علی بین هوش هیجانی و سلامت روان با میانجیگری سبک‌های شوخ طبعی و عزت نفس در دانش‌آموزان. نخستین کنفرانس ملی آینده‌پژوهی، علوم تربیتی و روان‌شناسی، شیراز.

- رفیعی، غلامرضا (۱۳۹۰). نقش دعا و نیایش بر سلامت جسمی و روانی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی قم*، ۵(۳)، ۶۶-۷۳.
- سعیدی، الهام؛ صبوری مقدم و تورج هاشمی، تورج (۱۳۹۹). پیش‌بینی رابطه هوش هیجانی و نشخوار خشم با پرخاشگری در دانشجویان دانشگاه تبریز. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۳۸(۳)، ۶۵-۸۲.
- شانی آرانی، لیلا و سیدابراهیمی، سیدعلی‌اصغر (۱۳۹۹). بررسی رابطه هوش هیجانی و هوش معنوی با عزت نفس در زنان شهرستان آران و بیدگل. *ششمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی*.
- صفوی، سیده زهرا و اسلامی، داود (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مدیریت خشم بر کاهش بزهکاری و آسیب‌های اجتماعی بین دختران نوجوان ساکن مراکز نگهداری تحت پوشش بهزیستی. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۱۰(۱).
- علوی اندارجمی، سیده‌صدیقه و سینا، فاطمه صغری (۱۳۹۸). رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی با نقش میانجی عزت نفس در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا. *پنجمین کنفرانس ملی نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی، کاربردها و توانمندسازی با محوریت روان‌درمانی، تهران*.
- قاسم‌نژاد، زهرا و قاسمی‌پور، رسول (۱۳۹۷). *ابعاد روان‌شناختی دعای عرفه در درمان بیماری‌های روانی*. پنجمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی، قزوین.
- قرشی، سیدعلی‌اکبر (۱۳۷۱). *قاموس قرآن*. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- منصوری، ب. (۱۳۸۱). *هنجاریابی پرسشنامه استاندارد هوش هیجانی بر اساس مدل کلمن در بین دانشجویان ارشد دانشگاه‌های تهران*. پایان‌نامه ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
- منصوری، ب. (۱۳۸۱). *هنجاریابی پرسشنامه استاندارد هوش هیجانی بر اساس مدل کلمن در بین دانشجویان ارشد دانشگاه‌های تهران*. پایان‌نامه ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
- میردریگوندی، رحیم (۱۳۹۰). هوش هیجانی پیشینه و رویکردها از نگاه دین و روان‌شناسی. *روان‌شناسی و دین*، ۱۵(۱)، ۹۷-۱۲۴.
- میری، زهراسادات (۱۳۹۷). *ساخت اعتباریابی و رواسازی پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا بر*

اساس ادعیه اسلامی. کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی اسلامی. گرایش روان‌شناسی مثبت‌گرا، دانشگاه قرآن و حدیث.

ناموران گرمی، کبری (۱۴۰۳). نقش باورهای دینی و عزت نفس در پیش‌بینی سلامت روان طلاب دختر حوزه علمیه صادقیه تبریز. *معنویت‌پژوهی در علوم سلامت*، ۲(۲)، ۱۳۸-۱۴۶.

نصیری خلیلی، علیرضا (۱۳۹۷). آثار روان‌شناختی دعا و نیایش با خدا و تأثیر آن بر سلامت روح و روان. *قرآن و طب*، ۵(۵)، ۴۸-۵۲.

نصیری، بیژن و نوری، ربابه (۱۴۰۰). بررسی نقش واسطه‌ای نشخوار خشم در ارتباط بین عزت نفس و پرخاشگری: کنترل نقش خودشیفتگی. *رویش روان‌شناسی*، ۱۰(۹)، ۶۷-۷۸.

- Abu-Raiya, H., Sasson, T., & Cohen, R. A. (2023). Is religiousness a unique predictor of self-esteem? An empirical investigation with a diverse Israeli sample. *Psychology of Religion and Spirituality*, 15(2), 218-227.
- Brandão, T. (2025). Religion and Emotion Regulation: A Systematic Review of Quantitative Studies. *J Relig Health* 64, 2083-2100
- Bremner, R. H., Koole, S. L., & Bushman, B. J. (2011). "Pray for those who mistreat you": effects of prayer on anger and aggression. *Personality & social psychology bulletin*, 37(6), 830-837. <https://doi.org/10.1177/0146167211402215>
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Entringer, T. M., Lenhausen, M. R., Hopwood, C. J., & Bleidorn, W. (2024). No Evidence for Transactional Effects Between Religiosity and Self-Esteem in a Secular Country. *Social Psychological and Personality Science*, 15(3), 360-369.
- Gábová, K., Maliňáková, K., & Tavel, P. (2021). Associations of self-esteem with different aspects of religiosity and spirituality. *Československá psychologie*, 65(1), 73-85.
- Goleman, D. (2021). *Leadership: The power of emotional intelligence*. More Than Sound LLC.
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item-wording and the dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: do they matter? *Personality and Individual Differences*, 35(6), 1241-1254. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00331-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00331-8)
- Halimi, F., AlShammari, I. & Navarro, C. (2021). Emotional intelligence and academic achievement in higher education. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 13(2), 485-503.
- Jeong, H., Yim, H.W., Lee, S.Y. & et al. (2020). A partial mediation effect of father-child attachment and self-esteem between parental marital conflict and subsequent features of internet gaming disorder in children: a 12-month follow-up study. *BMC Public Health*, 20, 484.
- Ladd, K. L., & Ladd, M. L. (2012). *Prayer and personality: Virtues and vices*.

- Presentation at the Psychology of Religion and Spirituality pre-conference meeting of the Society for Personality and Social Psychology, San Diego, CA
- Moroń, M., & Biolik-Moroń, M. (2021). Trait emotional intelligence and emotional experiences during the COVID-19 pandemic outbreak in Poland: A daily diary study. *Personality and Individual Differences*, (168), 110348.
- Newman, D. B., Nezlek, J. B., & Thrash, T. M. (2023). The dynamics of prayer in daily life and implications for well-being. *Journal of personality and social psychology*, 124(6), 1299–1313.
- O'Laoire S. (1997). An experimental study of the effects of distant, intercessory prayer on self-esteem, anxiety, and depression. *Altern Ther Health Med*, 3(6), 38-53. PMID: 9375429.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Prati G. (2024). Is religion beneficial for mental health? A 9-year longitudinal study. *International journal of clinical and health psychology: IJCHP*, 24(3), 100491.
- Pritamani, A. (2021). *The relationship between emotional intelligence, relationship satisfaction and anger*. ScienceOpen Preprints.
- Rosenberg, M. (1965). *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) [Database record]*. APA PsycTests.
- Sharp, S. (2010). How does prayer help manage emotions? *Social Psychology Quarterly*, (73), 417–437.
- Spielberger, C. D. (1996). *State-Trait Anger Expression Inventory: Professional Manual*. Psychological Assessment Resources, Inc.
- Starner, T. M., & Peters, R. M. (2004). Anger expression and blood pressure in adolescents. *The Journal of School Nursing*, 20(6), 335-342.