

## *Evaluation of Islamic Spiritual Self-care (Musharatah) in the Students of Mazandaran University of Medical Sciences*

Morteza Darabinia<sup>1</sup>, Shirzad Gholami<sup>2\*</sup>, Ali Morad Heidari Gorji<sup>3</sup>

- 1- Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 2- Associate Professor, Department of Parasitology and Mycology, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 3- Assistant Assistant Professor, Department of EDC, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

**\*Corresponding Author:**  
Shirzad Gholami  
Department of Parasitology and Mycology, School of Medicine, Prophet Mummammad University, Sari, Iran

**Email:**  
sgholami200@gmail.com

**Received: 1 June 2016**  
**Revised: 10 Aug 2016**  
**Accepted: 18 Aug 2016**

### *Abstract*

**Background and Purpose:** Self-care in religious texts is a comprehensive and unique system, which is derived from the surveillance of God upon one's actions and control of one's own actions. Since self-care in Islamic teachings has a fundamental role in self-esteem, this study aimed to evaluate the rate of Islamic spiritual self-control in the students of the University of Medical Sciences of Mazandaran, Iran with respect to self-conditioning (Musharatah) in the academic year 2014-2015.

**Materials and Methods:** This descriptive study was conducted on 269 students of Mazandaran University of Medical Sciences, using stratified random sampling method. For data collection, a validated questionnaire, which was rated on a 5-point Likert scale was employed. The data were analyzed using ANOVA, independent t-test, one sample t-test, and regression through SPSS software version 16.

**Results:** The results of this study demonstrated that the mean of Islamic spiritual self-care in terms of self-conditioning (Musharatah) with the value of 37.31 was lower than the average (df=269; P=0.001). In this study, the students of the Faculty of Dental Medicine had the highest self-control scores; however, those of the Faculty of Public Health had the lowest self-control scores. Furthermore, the Islamic spiritual self-care showed a significant correlation with the age and different faculties; however, no significant relationship was found between the parental literacy level and other demographic characteristics including gender.

**Conclusion:** As the findings of the present study demonstrated, the Islamic spiritual self-care regarding self-conditioning (Musharatah) was lower than the average in the students of Mazandaran University of Medical Sciences. Regarding this, future studies are recommended to focus on introducing and explaining the benefits of the self-conditioning for students to enable them improving their self-esteem and self-care.

**Keywords:** Internal control, Islamic self-care, Self-conditioning (stipulation), Self-esteem, Student

## بررسی میزان خودمراقبتی معنوی-اسلامی (مشارطه) در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران

مرتضی دارابی‌نیا<sup>۱</sup>، شیرزاد غلامی<sup>۲\*</sup>، علی مراد حیدری گرجی<sup>۳</sup>

## چکیده

**سابقه و هدف:** در منابع دینی نظام خودمراقبتی، نظامی جامع و منحصر به فرد بوده و برگرفته از نظارت خداوند متعال و نظارت فرد بر اعمال خود است. از آنجا که در آموزه‌های اسلامی، خودمراقبتی جایگاه والایی در سلامت نفس دارد، این مطالعه با هدف بررسی خودمراقبتی اسلامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران با توجه به مؤلفه مشارطه در سال ۱۳۹۴-۱۳۹۳ انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** در این مطالعه توصیفی، تعداد ۲۶۹ نفر از دانشجویان دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی مازندران به وسیله نمونه‌گیری طبقه‌بندی تصادفی انتخاب شدند. ارزیابی دانشجویان، با کمک پرسشنامه استاندارد شده صورت گرفت که براساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت تنظیم گردید. اطلاعات حاصل از بررسی، پس از جمع‌آوری، ثبت و با استفاده از نرم‌افزار SPSS 16، آزمون‌های آنالیز واریانس، t مستقل، t تک نمونه‌ای و رگرسیون تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج مطالعه حاضر نشان داد که میانگین خودمراقبتی معنوی-اسلامی با مؤلفه مشارطه (شرط و پیمان بستن با خدا) در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران با رقم ۳۷/۳۱، از حد متوسط پایین‌تر بود (با درجه آزادی ۲۶۹ و  $P=۰/۰۰۱$ ). در این تحقیق دانشجویان دانشکده دندانپزشکی، بیشترین و دانشجویان دانشکده بهداشت، کمترین مقدار نمره خودمراقبتی را به خود اختصاص دادند. ارتباط بین خودمراقبتی معنوی-اسلامی با سن و دانشکده‌های مختلف، معنادار بود؛ ولی با تحصیلات پدر و مادر و بقیه ویژگی‌های دموگرافیک از جمله جنس رابطه معنی‌داری نداشت.

**استنتاج:** با توجه به اینکه میانگین خودمراقبتی معنوی-اسلامی در خصوص مؤلفه‌ی مهم و تأثیرگذار مشارطه در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران کمتر از حد متوسط بود؛ شایسته است مطالعات بعدی معطوف به معرفی و تبیین فواید مشارطه برای دانشجویان گردد تا با بکارگیری آن در سلامت نفس و مراقبت بیشتر از خود، توانمند شوند.

**واژه‌های کلیدی:** خودمراقبتی اسلامی، دانشجویان، مشارطه، معیارهای کنترل درونی

۱- استادیار گروه معارف، دانشگاه علوم پزشکی، مازندران، ساری، ایران  
 ۲- دانشیار گروه انگل‌شناسی و قارچ‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران  
 ۳- استادیار مرکز توسعه آموزش EDC، دانشگاه علوم پزشکی، مازندران، ساری، ایران

\* مؤلف مسئول: شیرزاد غلامی

مازندران، ساری، مجتمع دانشگاهی پیامبر اعظم (ص)، دانشکده پزشکی

Email:  
sgholami200@gmail.com

دریافت: ۱۲ خرداد ۱۳۹۵  
 اصلاحات: ۲۰ مرداد ۱۳۹۵  
 پذیرش: ۲۸ مرداد ۱۳۹۵

آن از تو می‌پرسد که در چه راهی آن را مصرف کردی؟ در آن روز به چه کاری مشغول بودی؟" (۹)؛ بنابراین آدمی به منزله تاجر راه آخرت است که سرمایه او عمر و نفس، یاور او در این راه می‌باشد و او باید با تحصیل اخلاق حسنه و ترک صفات رذیله و گناه، به این نجات دست یابد. خودمراقبتی می‌تواند راه تزکیه و حرکت به سوی نعیم ابدی و سعادت سرمدی باشد (۱۰). مشارطه، عبارت از این است که انسان در هر شبانه‌روز، یک دفعه با نفس خود شرط نموده و از آن عهد و پیمان گیرد که پیرامون معاصی نرفته و چیزی که موجب ناخشنودی پروردگار است، از او صادر نشود. پس سفارش بسیار به خود کند در خصوص اینک، هر رفتاری که در آن شبانه‌روز می‌خواهد انجام دهد، عاقبت آن را ملاحظه کند. مردی از حضرت رسول (ص) نصیحتی درخواست نمود. حضرت تا سه مرتبه به او فرمود: "اگر من، تو را نصیحتی کنم به جای خواهی آورد؟ و هر دفعه آن شخص عرض کرد بلی. پس حضرت فرمود که هر وقت اراده کاری کنی در عاقبت آن تأمل کن، اگر نیک باشد بکن و اگر عاقبت نیکی نداشته باشد آن را ترک کن" (۱۱).

تاکنون مطالعات اندکی در خصوص خودمراقبتی دینی به انجام رسیده است. آقا بابایی و همکاران در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که دانشجویان دانشگاه اصفهان در هر چهار مرحله خودارزیابی اسلامی در وضعیت به‌نسبت خوبی قرار داشته و رشته و مقطع تحصیلی بر میزان خودارزیابی دانشجویان مؤثر است؛ ولی جنسیت تأثیری بر آن ندارد (۱۲).

نتیجه تحقیق باقری و همکاران بر روی ۹۴ نفر از دانشجویان دختر و پسر نشان داد که اعتماد معنوی انسان به خداوند، تأثیر به‌سزایی در کاهش میزان اضطراب و افسردگی و اختلال در روابط فردی دارد و به‌عنوان یک عامل درونی و معنوی، راهکار مؤثری در جهت تأمین سلامت روانی دانشجویان می‌باشد (۱۳).

یافته‌های حسین‌زاده و مشرفی نیز بیانگر این است که بین دیدگاه‌های دانشجویان دختر و پسر در ارتباط با

خودمراقبتی معنوی، مهم‌ترین شکل مراقبت از خود به‌شمار می‌رود و عملی است که شخص، از باورها و آموزه‌های معنوی خود به‌عنوان یک منبع کنترل استفاده کرده و از سلامت خود محافظت می‌نماید. محافظت از سلامت نفس در آموزه‌های اسلامی مستلزم برداشتن گام‌هایی است که علمای بزرگ اخلاق یکی از گام‌های اولیه آن را «مشارطه» نام نهادند. مفهوم مشارطه، شرط کردن با نفس خویش به همراه تذکرات و یادآوری‌هایی که همه روز تکرار شود، می‌باشد و بهترین وقت آن را بعد از فراغت از نماز صبح و نورانیت به انوار این عبادت بزرگ الهی دانسته‌اند (۱). به‌طور کلی، اسلام برای برقراری کنترل و نظارت در جامعه اسلامی، دو راهکار ارائه نموده است. یکی از راهکارها، برقراری نظارت و کنترل عمومی از سوی حاکم اسلامی و افراد جامعه می‌باشد که نظارت بیرونی خوانده می‌شود؛ اما پیش و بیش از آن بر لزوم کنترل درونی و حسابرسی آگاهانه هر فرد نسبت به اعمال و کردار خود تأکید می‌ورزد که در بیان پیشوایان دین از آن به‌عنوان «محاسبه النفس» تعبیر می‌شود (۲) و در تعبیر برخی نویسندگان، با عنوان «خودمراقبتی» (۳، ۴) و یا «سیستم کنترل مؤثر» (۵) نام برده شده است. در دستورات اسلامی تأکید شده، انسان باید مراقب خود باشد که چه می‌کند؛ به این معنا که اگر تصمیم گرفت کار خوبی انجام دهد، زود این تصمیم را اجرا کند و اگر تصمیم گرفت کار بدی انجام دهد، فوری از آن برگردد (۶). قرآن کریم با بیان اینکه "اگر آنچه را در دل دارید، آشکار سازید یا پنهان، خداوند شما را بر طبق آن محاسبه می‌کند" (۷)، بر این موضوع نیز تأکید می‌ورزد که "بدانید آنچه را در دل دارید، خدا می‌داند و از مخالفت با او بپرهیزید" (۸). همچنین در روایات از امامان معصوم (ع) بر «محاسبه النفس» تأکید فراوانی شده است. حضرت علی (ع) در پاسخ به سؤالی می‌فرماید: "چون مؤمن روز خود را به شب می‌رساند، به نفس خود رجوع می‌کند و می‌گوید: ای نفس، این یکی از روزهای عمرت بود که گذشت و دیگر هیچ‌گاه بر نمی‌گردد و خدا در مورد



شرط ورود به مطالعه این بود که دانشجو تمایل به شرکت در پژوهش داشته باشد. برای ارزیابی دانشجویان، از پرسشنامه ۲۰ سؤالی استاندارد شده آقابابایی و همکاران در سال ۱۳۹۱ استفاده شد (۱۱) و روایی آن از طریق روایی محتوایی، صوری و سازه، و نیز پایایی آن با تأیید متخصصان و کارشناسان صورت گرفت. همچنین در قسمت گویه‌های پرسشنامه، اصلاحات لازم صورت گرفت. پرسشنامه دارای دو بخش اصلی اطلاعات دموگرافیک و بخش دوم در قالب پنج گویه در خصوص مؤلفه اصلی مشارطه می‌باشد که براساس طیف پنج درجه لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم) تنظیم گردید. گویه‌ها به ترتیب عبارتند از: ۱- معتقد به شرط گذاشتن و پیمان بستن با خود هستم ۲- اول هر روز زمانی را برای شرط بستن با خود معین می‌کنم ۳- با خود عهد می‌کنم، آنچه موجب ناخشنودی خدا است انجام ندهم ۴- با خود عهد می‌کنم، آنچه را انجام دهم که موجب رضایت خدا است ۵- با خود عهد می‌کنم عاقبت کارهایم را در طول مدت شبانه روز، قبل از انجام آن‌ها در نظر بگیرم. برای اطمینان از پاسخگویی دانشجویان، ابتدا پرسشنامه مربوطه به صورت آزمایشی، بین ۳۰ نفر از دانشجویان توزیع و سپس در انتهای زمان اعطایی، پرسشنامه‌ها جمع‌آوری گردید و با ملاحظه پاسخ‌دهی تمامی دانشجویان، اطمینان نسبی از پاسخ‌دهی دانشجویان به دست آمد. برای تعیین پایایی مؤلفه‌های پرسشنامه، از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب پایایی پرسشنامه خودارزیابی ۰/۹۴ درصد (آلفای ۱ درصد) برآورد شد. اطلاعات حاصل از بررسی پس از جمع‌آوری، ثبت و با استفاده از نرم‌افزار SPSS 16 و آزمون‌های آنالیز واریانس، t مستقل، t تک نمونه‌ای و رگرسیون، مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

#### یافته‌ها

در این بررسی تعداد ۲۶۹ نفر از ۹۰۰ دانشجوی دانشکده‌های بهداشت، پیراپزشکی، داروسازی و پزشکی دندان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مازندران که در سال

عواملی که به تربیت دینی آسیب می‌رسانند، ارتباط معنی‌داری وجود ندارد و جنسیت در این نگرش بدون تأثیر است (۱۴).

مطالعات Pargament و همکاران نشان داد که روش‌های مقابله مذهبی که برای دستیابی به کنترل مطرح می‌شوند، نتایج و سازگاری بیشتری نسبت به مقابله‌های سنتی غیرمذهبی پیش‌بینی می‌کنند (۱۵).

در تحقیق نخعی و همکاران (۱۶) و نیز Tittle و همکاران (۱۷)، خودمراقبتی، پیش‌بینی‌کننده مهمی در همه شکل‌های رفتار مجرمانه و کج رفتاری تشخیص داده شد و جنسیت و سن نیز، ارتباط معناداری با بزهکاری و کج رفتاری نداشتند.

یافته‌های علی‌رودی‌نیا و صالح‌نژاد، از رابطه معکوس و معنادار بین میزان خودارزیابی و رفتارهای انحرافی حکایت دارد و نشانگر این است که خودارزیابی پایین، علت مشارکت در رفتارهای انحرافی می‌باشد؛ چراکه مطابق با تئوری عمومی جرم، افراد دارای خودارزیابی پایین، در مقابل لحظات اغواگر و وسوسه‌کننده، آسیب‌پذیر هستند (۱۸).

با توجه به اینکه در آموزه‌های اسلامی، خودمراقبتی و نیاز به کنترل درونی و حسابرسی آگاهانه هر فرد نسبت به اعمال و کردار خود، از اهمیت زیادی برخوردار است و می‌تواند به عنوان یکی از روش‌های کارآمد در اصلاح رفتاری دانشجویان و ارتقاء تحصیلی آنان تلقی و مورد مطالعه واقع شود؛ بنابراین تحقیق حاضر با هدف بررسی خودمراقبتی اسلامی و با نگرش به مؤلفه مشارطه در دانشگاه علوم پزشکی مازندران در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴ صورت گرفت.

#### مواد و روش‌ها

در این مطالعه توصیفی، تعداد ۲۶۹ نفر از ۹۰۰ دانشجوی دانشکده‌های بهداشت، پیراپزشکی، داروسازی، پزشکی و دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مازندران که در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴ مشغول به تحصیل بودند، از طریق نمونه‌گیری طبقه‌بندی تصادفی انتخاب شدند.



حد متوسط به‌دست آمد و براساس آزمون آنالیز واریانس، میانگین مؤلفه مشارطه در بین دانشکده‌های مختلف تفاوت معناداری را نشان می‌دهد ( $P < 0/05$ ).

جدول ۳، بیانگر درصد میانگین خودمراقبتی با مؤلفه مشارطه در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران بدون تفکیک دانشکده‌ها است. در ارزیابی شغل پدران، کارمندی با ۱۳۱ نفر (۴۸/۷ درصد)، بیشترین میزان و بدون کار با ۴ نفر (۱/۵ درصد)

جدول ۳: درصد میانگین خودمراقبتی با مؤلفه مشارطه در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران بدون تفکیک دانشکده‌ها

انحراف معیار	درصد میانگین	تعداد میانگین	نوع مؤلفه		دانشگاه علوم پزشکی مازندران
			سؤالات	مشارطه	
۲/۳۵	۳۷/۳۱	۹/۸۲	۵	مشارطه	

کمترین میزان را نشان داد؛ در حالی که در مادران بدون کار بودن با ۱۵۸ نفر (۵۸/۸ درصد) بیشترین میزان و کارگری با ۱۱ نفر (۴/۱ درصد) از کمترین میزان برخوردار بود (جدول ۴). از ویژگی‌های دموگرافیکی ذکرشده، تنها سن و دانشکده رابطه معناداری با خودمراقبتی دارند ( $P < 0/05$ ) و در بقیه موارد رابطه معناداری مشاهده نشد (جدول ۵).

جدول ۴: توزیع فراوانی و درصد شغل پدر و مادر در بررسی خودمراقبتی اسلامی دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی مازندران

وضعیت اشتغال	پدر		مادر	
	تعداد	درصد	تعداد	درصد
کارمند	۱۳۱	۴۸/۷	۷۰	۲۶
کارگر	۱۷	۶/۳	۱۱	۴/۱
آزاد	۱۱۷	۴۲/۵	۳۰	۱۱/۲
بیکار	۴	۱/۵	۱۵۸	۵۸/۸
جمع	۲۶۹	۱۰۰	۲۶۹	۱۰۰

جدول ۶، نشان می‌دهد که میانگین خودمراقبتی مردان بالاتر از زنان بود؛ اما به‌دلیل تفاوت اندک از لحاظ آماری تفاوت معناداری با یکدیگر نداشتند. خودارزیابی با سن ارتباط معنادار داشت و هر چه سن بالاتر بود نمره

تحصیلی ۱۳۹۴-۱۳۹۳ مشغول به تحصیل بودند، از نظر مؤلفه مشارطه مورد ارزیابی قرار گرفتند (جدول ۱). با توجه به تعداد جمعیت هر یک از دانشکده‌ها، جامعه مورد آزمون به‌ترتیب در هر دانشکده عبارت بودند از: دانشکده بهداشت ۴۷ نفر، دانشکده پیراپزشکی ۱۰۱ نفر، دانشکده پرستاری-مامایی ۲۳ نفر، دانشکده داروسازی ۴۵ نفر، دانشکده پزشکی ۳۳ نفر و دانشکده دندانپزشکی ۲۰ نفر. بیشترین تعداد در گروه سنی ۲۱-۱۷ سال با

جدول ۱: میانگین مؤلفه مشارطه در خودمراقبتی اسلامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران به تفکیک دانشکده‌های مختلف

دانشکده	مشارطه
بهداشت	۸/۹۵±۲/۳۶
پیراپزشکی	۹/۴۷±۲/۱۸
داروسازی	۱۰/۷۱±۲/۳۰
پزشکی	۹/۰۹±۲/۰۵
پرستاری و مامایی	۱۰/۲۱±۲/۶۱
دندانپزشکی	۱۱/۱±۲/۳۵
سطح معناداری	$P = 0/00$

۱۷۶ نفر (۶۵/۴ درصد) و کمترین تعداد در گروه سنی ۳۹-۳۴ سال با ۷ نفر (۲/۶ درصد)، قرار داشتند (جدول ۲).

جدول ۲: توزیع فراوانی و درصد گروه‌های سنی از نظر تعداد و درصد آن در بررسی خودمراقبتی اسلامی دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی مازندران

گروه سنی	تعداد	درصد
۱۷-۲۱	۱۷۶	۶۵/۴
۲۲-۲۷	۶۷	۲۵
۲۸-۳۳	۱۹	۷
۳۴-۳۹	۷	۲/۶
جمع	۲۶۹	۱۰۰

از نظر جنسی ۱۸۲ نفر زن (۶۷/۷ درصد) و ۸۷ نفر مرد (۳۲/۳ درصد) جامعه آماری را تشکیل می‌دادند. همچنین ۱۷۱ نفر (۶۳/۶ درصد) از دانشجویان مورد مطالعه، در مقطع کارشناسی و ۹۸ نفر (۳۶/۵ درصد) در مقاطع کارشناسی ارشد و دکتری مشغول به تحصیل بودند. با استفاده از  $t$  تک نمونه‌ای، میانگین مؤلفه مشارطه در بین دانشجویان (با درجه آزادی ۲۶۹ و  $P = 0/001$ ) کمتر از

جدول ۵: ضرایب رگرسیون رابطه بین خودمراقبتی اسلامی دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی مازندران و خصوصیات دموگرافیکی

مدل	B	خطای استاندارد	$\beta$ استاندارد شده	t	P
مقدار ثابت	۳۱/۲۳	۲/۸۶		۱۰/۱۷	۰/۰۰۱
جنسیت	-۱/۴۶	۱/۷۰	-۰/۰۶۵	-۱/۰۶	۰/۲۸۷
سن	۰/۱۵	۰/۰۷	-۰/۱۴	-۲/۱۸	۰/۰۳
دانشکده	۰/۷	۰/۴۳	۰/۱۳	۱/۷	۰/۰۴
تحصیلات پدر	۰/۰۹۶	۰/۴۸۷	۰/۰۱۵	۰/۲۰	۰/۸۴۱
تحصیلات مادر	۰/۵۰۸	۰/۵۴۰	۰/۰۷۷	-۰/۹۴	۰/۸۴۳

جدول ۶: فراوانی و میانگین خصوصیات دموگرافیکی جمعیت مورد بررسی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران

متغیر	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
جنسیت			
مرد	۸۷	۳۷/۴۴	۸/۶
زن	۱۸۲	۳۵/۶۹	۸/۰۵
دانشکده			
بهداشت	۴۷	۳۲/۰۸	۶/۲۳
پیراپزشکی	۱۰۱	۳۵/۲۲	۷/۷۶
پرستاری و مامایی	۲۳	۳۷/۳۹	۹/۹۷
داروسازی	۴۵	۴۰/۲۰	۹/۴۲
پزشکی	۳۳	۳۶/۶۹	۶/۴۳
دندانپزشکی	۲۰	۴۰/۴۵	۷/۵
تحصیلات پدر			
ابتدایی	۵۷	۳۴/۴۲	۷/۶۶
متوسطه	۲۴	۳۶/۱۶	۹/۵۱
دیپلم	۸۶	۳۶/۳۴	۸/۳۹
کارشناسی	۶۱	۳۷/۰۸	۸/۰۵
کارشناسی ارشد و بالاتر	۴۱	۳۷/۴۸	۸/۳۴
تحصیلات مادر			
ابتدایی	۷۶	۳۴/۱	۷/۵
متوسطه	۲۵	۳۶/۶	۱۰/۰۴
دیپلم	۹۸	۳۶/۶۲	۸/۳
کارشناسی	۵۳	۳۷/۹	۷/۳
کارشناسی ارشد و بالاتر	۱۷	۳۸/۱۷	۹/۵

دانشجویان دانشکده دندانپزشکی بیشترین مقدار نمره خودمراقبتی و دانشجویان دانشکده بهداشت کمترین نمره را به خود اختصاص دادند. با این وجود، براساس داده‌های جدول ۳، میانگین مؤلفه مشارطه در خودمراقبتی بین دانشجویان، کمتر از حد متوسط می‌باشد و بیانگر این است که دانشجویان به دلیل عدم آشنایی با خودمراقبتی اسلامی، در خصوص بکارگیری آن رغبت کمتری دارند. در تحقیق علی‌رودی‌نیا و صالح‌نژاد، حدود ۶۰ درصد از دانشجویان مورد آزمون در دانشگاه ارومیه، خودمراقبتی خود را در حد متوسط و ۳۰/۲ درصد در حد زیاد گزارش کردند (۱۸) و در مطالعه آقابابایی و همکاران (۱۲) در دانشگاه مشهد، همه مؤلفه‌های خودارزیابی در دانشجویان از حد متوسط

خودارزیابی فرد نیز بالاتر بود. میانگین نمره خودارزیابی در دانشکده‌های متفاوت، با یکدیگر اختلاف داشتند و دانشکده دندانپزشکی بالاترین نمره خودمراقبتی و دانشکده بهداشت کمترین نمره خودمراقبتی را به خود اختصاص دادند. هر چه تحصیلات پدر و مادر بیشتر می‌شد، خودمراقبتی دانشجویان بهتر بود؛ به طوری که دانشجویانی که پدر و مادر آن‌ها در مقطع تحصیلی کارشناسی ارشد و بالاتر بودند، نمره خودمراقبتی آن‌ها بیشتر بود؛ اما چون تفاوت موجود اندک بود، از لحاظ آماری معنادار نگردید.

## بحث

همان گونه که در جدول ۱، نشان داده شده است،

اعتقاد به حسابرسی روز قیامت، باور به حسابرسی خود قبل از حسابرسی دیگران، راسخ‌تر باشند، بیشتر به معاتبه؛ یعنی سرزنش و توبیخ نفس خیانتکار روی می‌آورند و هر چه این حسابرسی‌ها در دانشجویان ضعیف باشد، با سرزنش نکردن و مقاومت نکردن در برابر نفس، به آن میدان داده و به عبارت دیگر، نفس را معتاد به خیانت می‌کنند.

از طرف دیگر مدل رگرسیونی در جدول ۵ نشان می‌دهد که بین خودمراقبتی اسلامی با سن و دانشکده‌های مختلف، ارتباط معناداری وجود دارد؛ ولی با تحصیلات پدر و مادر و بقیه ویژگی‌های دموگرافیک مانند جنس رابطه‌ی معنادار وجود ندارد. وجود رابطه معنادار بین گروه سنی با سؤال ۵ مؤلفه مشارطه، نشان می‌دهد که گزینه‌ی «با خود عهد می‌کنم عاقبت کارهایم را در طول مدت شبانه‌روز قبل از انجام آن‌ها در نظر بگیرم» در سنین مختلف جامعه آماری مورد مطالعه، دارای اهمیت است و دانشجویان به آن توجه نشان داده‌اند. نبود رابطه معنی‌دار در بین گروه‌های جنسی زن و مرد نشان‌دهنده این است که جنسیت دانشجویان در مؤلفه مشارطه بدون تأثیر است. همچنین معنی‌دار بودن رابطه سؤال‌های ۳ و ۴ متغیر مشارطه با تحصیل، حاکی از اهمیت تأثیر سطح سواد والدین در شرط بستن دانشجو با خود، انجام ندادن رفتاری که موجب ناخشنودی خداوند و انجام عملی که موجب رضایت او است.

در مطالعه علی‌وردی‌نیا و صالح‌نژاد نیز، تفاوت اساسی و معناداری میان دو گروه جنسی دختر و پسر گزارش نشد، هر چند خویشتن‌داری دختران اندکی بالاتر از پسران مشاهده گشت (۱۸). با این حال، در مطالعه آقابابایی و همکاران میانگین نمره خودارزیابی زنان بیشتر از مردان بود و زنان تمایل بیشتری نسبت به آقایان به خودارزیابی داشتند که با مطالعه حاضر هم‌خوانی نداشت. علوی دریافت که بین رفتار دینی دانش‌آموزان و پایه تحصیلی آنان، رابطه معنی‌داری وجود ندارد و پایه تحصیلی از نظر آماری نقش تعیین‌کننده در خودارزیابی از خود نشان نمی‌دهد که با نتایج برآمده از این تحقیق همسویی نداشت (۲۱).

بالاتر بود که نتیجه هر دو مطالعه با تحقیق حاضر هم‌خوانی نداشت. در مطالعه آقابابایی، بالاترین میانگین مربوط به مؤلفه مشارطه و کمترین میانگین مربوط به مؤلفه معاتبه بود؛ اما نکته قابل توجه این است که در هر دو مطالعه، معاتبه کمترین میانگین را به خود اختصاص داد. بر این اساس، دانشجویان در مراقبت از اعمال خود، ناظر دانستن خداوند بر رفتار و کردار و ترس از انجام گناه، بیشترین موافقت را ابراز داشتند که این امر می‌تواند نشانگر باورمندی مستحکم به خدا و اعتقاد به این اصل که انسان در هر حال زیر نظارت خدا قرار دارد، باشد؛ ولی در مؤلفه معاتبه که مربوط به توبیخ و سرزنش نفس و عادت کردن نفس به خیانتکاری در برابر سهل‌گیری است، دانشجویان با وجود باور به نادرستی عمل، از توبیخ و مؤاخذه و تنبیه نفس خودداری می‌کنند و این امر ممکن است به زایل شدن اثرات مثبت مشارطه، مراقبه و محاسبه منتهی شود. یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعه خدایاری فرد و آذربایجانی نیز مطابقت نداشت. خدایاری فرد و آذربایجانی در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که سطح خودارزیابی دانشجویان بالاتر از حد متوسط قرار دارد (۱۹،۲۰).

یافته‌های این تحقیق نشان داد که به‌طور کلی دانشجویان با شرط بستن با خود (مشارطه) موافق هستند. دانشجویان مورد آزمون با پاسخ مثبت دادن به سؤال ۱ مؤلفه مشارطه، مبنی بر اینکه «معتقد به شرط گذاشتن و پیمان بستن با خود هستم»، موافق پیمان بستن با خود بوده و پس از آن در پاسخ به سؤال ۴ به‌عنوان دومین تعداد فراوانی، با خود عهد می‌کنند، آنچه را انجام دهند که موجب رضایت خدا است. کمترین تعداد موافقت نیز مربوط به سؤال ۲ («اول هر روز زمانی را برای شرط بستن با خود معین می‌کنم») می‌باشد. در مطالعه آقابابایی و همکاران، بیشترین همبستگی بین مؤلفه محاسبه و معاتبه و کمترین همبستگی بین مؤلفه مشارطه و معاتبه به‌دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که هر چه دانشجویان در حسابرسی کردن از خود، از قبیل اختصاص زمانی برای حسابرسی،



عکس‌العمل به موقع در برابر کج‌روی‌های نفس، در ارتقاء سطح علمی خود نیز توانمند گردند.

### حمایت مالی

پژوهش حاضر با حمایت مالی دانشگاه علوم پزشکی مازندران صورت گرفته است.

### ملاحظات اخلاقی

در این تحقیق، شرکت پرسش‌شوندگان به صورت داوطلبانه و با محفوظ ماندن هویت آنان بوده و جمع‌آوری داده‌ها بدون نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان انجام شد.

### تضاد منافع

تضاد منافی با مجله دین و سلامت وجود ندارد.

### تشکر و قدردانی

از مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی معاونت آموزشی دانشگاه و دانشجویان دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی مازندران که در انجام این بررسی همکاری نمودند، تشکر و قدرانی به‌عمل می‌آید.

کشاوری در مطالعه خود به این نتیجه رسید که بین شغل و تحصیلات پدر و مادر و نگرش دینی آن‌ها رابطه معنی‌داری وجود ندارد؛ اما بین هزینه و درآمد و نگرش دینی رابطه معنی‌داری وجود دارد که با نتیجه مطالعه حاضر همسو می‌باشد (۲۲). همچنین در مطالعه آقابابایی بین نظرات افراد در مورد خودارزیابی براساس رشته و مقاطع تحصیلی تفاوت مثبت و معنی‌دار وجود داشت و افراد با رشته‌ها و مقاطع تحصیلی گوناگون، نگرش متفاوتی نسبت به خودمراقبتی دینی داشتند که با مطالعه حاضر همسو است (جدول ۶).

### نتیجه‌گیری

با توجه به اینکه میانگین خودمراقبتی اسلامی در خصوص مؤلفه مهم و تأثیرگذار مشارطه در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران کمتر از حد متوسط بود، شایسته است مطالعات بعدی علاوه بر تحقیق در سایر مؤلفه‌های خودمراقبتی اسلامی، معطوف به بررسی راهکارهای معرفی و تبیین فواید خودمراقبتی اسلامی در بین دانشجویان با ذکر مصادیق علمی و عملی آن گردد تا دانشجویان با بکارگیری آن قادر باشند ضمن انجام

### References

1. Makarem Shirazi N. Ethics in holy Quran. Qom: Imam Ali Press; 2012 (Persian).
2. Ahmadi A. Role of Islamic values in controlling and monitoring organization. Tehran: Tolid-e Danesh Press; 2003 (Persian).
3. Alavi-naïen AM, Keyghobadi K, Djazayery A, Djazayery M. The survey of the nutritional status of 25-36 month old rural children and some factors affecting it in the rural areas of Kerman. Journal of Kerman University of Medical Sciences. 2003; 10(2):112-8 (Persian).
4. Abtahi H, Kheirandish M. Providing a self-careing model in the organization with the Islamic attitude. Tehran: Tadbir; 2009 (Persian).
5. Robbins SP. Management. New Jersey: Prentice Hall Englewood Cliffs; 1999.
6. Javadi Amoli A. Thematic interpretation of Quran: the morality steps of Quran. Qom: Asra Press; 2009 (Persian).
7. Holy Quran, Trans: Makarem Shirazi N. Qom: Sarmayeh Press; 2011. Baghareh: 284 (Persian).
8. Ibid, Baghareh: 235.
9. Majlesi MB. Bahar al-anvar. Beirut: Moassese Al-Vafa; 1984.
10. Feizekashani M. Almohajjatoalbeiza. Beirut: Scientific Institution of Magazine; 1982.
11. Naraghi MA. Well-being Ascension. 2<sup>nd</sup> ed. Tehran: Ghaem Al Mohammad Publication; 2004.
12. Agha Babayi R, Nasr Isfahani AR, Rahimi H. Level of Islamic self assessment in students of Isfahan University. Education Strategies in Medical Science. 2012; 5(2):119-24.
13. Bagheri H, Mirian SA, Bagheri M. Investigating the relationship between relying on God and the psychic health of the students in Neka Islamic Azad University. Religion and Health. 2013; 1(1):47-56 (Persian).
14. Hosseinzadeh OA, Musharefi H. Factor analysis of damaging factors of religious training of students of Islamic Azad University. Woman and Family Studies. 2010; 2(7):41-60 (Persian).
15. Pargament KI. What role do religion and



- spirituality play in mental health. Five questions for psychology of religion and spirituality. Massachusetts: The American Psychological Association; 2013. Pargament Tittle.
16. Nakhaie MR, Silverman RA, LaGrange TC. Self-control and social control: an examination of gender, ethnicity, class and delinquency. *Canadian Journal of Sociology*. 2000; 25(1):35-56.
  17. Tittle CR, Ward DE, Grasmick HG. Gender, age and crime/deviance: a challenge to self control theory. *Journal of Research in Crime and Delinquency*. 2003; 40(4):426-53.
  18. -Aliverdina A, Salehnezhad S. Self-control, gender and the impacts on the deviant behaviors. *Women in Development and Politics*. 2012; 9(4):5-26 (Persian).
  19. Khodayari-Fard M, Ghobari B. The prepare scale of religion attitude and belief measurement in student in university of Sharif. Tehran: University of Sharif; 2000 (Persian).
  20. Azarbaygani M. Religion attitude test base on Islam view. [Doctor Dissertation]. Qom, Iran: Hozeh and University Publication; 2002 (Persian).
  21. Alavi HR. An analysis on adolescents' religious behavior and related elements in Kerman high schools. *Biquarterly Journal of Islamic Education*. 2006; 1(2):143-64 (Persian).
  22. Keshavarz A. The study of relationship between economic and social base in students and their religion attitudes. *Journal of Professional Ethics*. 2011; 5(2):9-14.