

The Effectiveness of Teaching Quranic Concepts on Responsibility, Purposefulness, and Lifestyle of Adolescents

Sakineh Abdollahi-Mosalan^{*} , Ali Mostafaei 

Department of Psychology, PayameNoor University, Tehran, Iran.

^{*}Correspondence should be addressed to Ms. Sakineh Abdollahi-Mosalan; Email: S.abdollahi98@yahoo.com

Article Info

Received: Mar 12, 2025

Received in revised form:

Aug 17, 2025

Accepted: Oct 27, 2025

Available Online: Jun 22, 2026

Keywords:

Adolescents

Lifestyle

Purposefulness

Responsibility

Abstract

Background and Objective: Adolescence is one of the most important periods in a person's life, in which the foundations of human personality, moral, and social life are formed. Therefore, having authentic programs and resources for proper upbringing and providing healthy role models to guide adolescents towards responsibility, purposefulness, and a healthy lifestyle seems essential. For this purpose, a study was conducted to investigate the effect of teaching Quranic concepts on responsibility, purposefulness, and lifestyle of adolescents.

Methods: This is a quasi-experimental study with a pre-test-post-test control group design. The statistical population of this study included 356 female high school students in Mirabad in the academic year 1402-1403. After the call and registration, 18 students (9 as the experimental group and 9 as the control group) were selected from among the registered individuals using random sampling. However, due to unavailability of some members of the control group in the post-test, their number was reduced to 6. The training was conducted in 10 sessions, each session lasting 90 minutes, two days a week at the school. To collect data, the Standard Responsibility Questionnaire (California Psychological Questionnaire), the Purposefulness in Life Questionnaire by Scheer et al., and the Lifestyle Questionnaire (LSQ)-1391 were used. Finally, the information collected from the questionnaires was analyzed using SPSS 27 software. Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests were performed to check the normality of the data related to the research variables, and the M-box test was performed to check the homogeneity of the covariance matrix and the assumption of homogeneity of the regression slope. In this study, all ethical considerations were observed and the authors reported no conflicts of interest.

Results: The results of multivariate covariance analysis showed that teaching Quranic concepts has an effect on responsibility ($P < 0.1$ and $F = 11.98$) and goal-setting of female high school students, but it has no effect on their lifestyle ($P < 0.5$ and $F = 2.67$).

Conclusion: Based on the findings of the research, teaching Quranic concepts has a significant effect on the responsibility and purposefulness of female students. It caused students to gain a better understanding of their duties towards themselves, their families and society and specify and prioritize their needs and desires accurately. On the other hand, the teaching of Quranic concepts had no effect on students' lifestyles. This lack of significance considering the high scores of the subjects in the lifestyle test indicates that the students had a healthy and standard lifestyle from the beginning. They have become more purposeful and responsible only because of the teaching of Quranic concepts.



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v12i2.48056>

Please cite this article as: Abdollahi-Mosalan S, Mostafaei A. The Effectiveness of Teaching Quranic Concepts on Responsibility, Purposefulness, and Lifestyle of Adolescents. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2026;12(2):62-76. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v12i2.48056>

Summary

Background and Objective

The Holy Quran is a comprehensive and all-encompassing guide to life, covering every aspect of human existence to steer individuals along their life path toward the realization of human perfection. Thus, the lifestyle of a person who finds meaning in a Quranic life can be derived from this divine book. In the view of many scholars, religiosity—by influencing lifestyle and the way value conflicts are resolved—addresses adolescents' fundamental questions about the purpose of life and the meaning of their activities and talents. Furthermore, it contributes to the integration of their psychological and spiritual organization, promotes self-regulation, and reduces stress-inducing behaviors (1). Therefore, given that adolescence is a critical period in the formation and consolidation of personality, as well as a highly challenging stage, failure to address adolescents' needs during this time can hinder their ability to explore and develop their values, beliefs, expectations, interests, and capabilities. This, in turn, prevents them from preparing themselves to build their future and assume the responsibilities associated with adulthood (27).

The main issue is that many adolescents, due to a lack of appropriate role models and insufficient training, tend to shy away from responsibility, pursue aimless lives, and gravitate toward unhealthy and unstable lifestyles. This problem carries serious consequences not only at the individual but also at the societal level. In this context, teaching Quranic concepts—as one of the richest educational and moral resources—can play a significant role in guiding adolescents toward responsible, purposeful, and healthy living. The central question addressed in this study, therefore, is whether Quranic instruction can have a positive impact on enhancing adolescents' responsibility, purposefulness, and lifestyle improvement.

Methods

Compliance with ethical guidelines: All ethical principles of research, including obtaining informed consent, privacy protection, respondent anonymity, and confidentiality of participant data, were observed in this study.

The present study was quasi-experimental and employed a pretest-posttest control group design (26). The statistical population comprised all female high school students in the city of Mirabad during the 2023–2024 academic year, totaling 356

individuals. Inclusion and exclusion criteria were defined as follows: participants had to be adolescents within the age range of 12 to 18 years, share the same geographical location, and maintain active and regular attendance throughout the program. Following the call for volunteers and registration of interested students, 9 participants were assigned to the experimental group and 9 to the control group. However, due to attrition among some control group members at the posttest stage, the control group was reduced to 6 participants. Consequently, the final sample size was determined to be 15 participants, based on the research design. Data were collected using three closed-ended questionnaires: the Standard Responsibility Questionnaire, the Purpose in Life Questionnaire (Scheier et al.), and the Lifestyle Questionnaire (LSQ).

Results

The findings indicate that the significance levels of the Kolmogorov–Smirnov Z-values for the research variables were above 0.05 ($P > 0.05$), and the significance levels for the Shapiro–Wilk statistic for all variables were above 0.01 ($P > 0.01$), suggesting a normal distribution of scores for these variables.

The results of ANCOVA analysis (to reduce redundancy, the computed ANCOVAs for the three variables—calculated separately—are presented in a single table, with non-essential information omitted) show that the F-value for the mean difference in responsibility was 11.98 ($F(1,14)=11.98$). The significance level for this variable was 0.005 ($\alpha=0.005$), which is lower than the assumed threshold of 0.01. Thus, it can be concluded that Quranic concept instruction is effective in enhancing responsibility among female high school students. Furthermore, the F-value for the mean difference in purposefulness was 10.01 ($F(1,14)=10.01$), with a significance level of 0.008 ($\alpha=0.008$), again falling below the 0.01 threshold. Therefore, Quranic instruction also proved effective in improving purposefulness among female high school students. Regarding the lifestyle variable, the F-value for the mean difference was 2.67 ($F(1,14)=2.67$), with a significance level of 0.095 ($\alpha=0.095$), which exceeds the assumed threshold of 0.05. This indicates that Quranic concept instruction did not have a significant effect on the lifestyle of female high school students.

Conclusion

Based on the research findings, Quranic concept instruction has a positive effect on responsibility

and purposefulness in female students, leading them to develop a better understanding of their duties toward themselves, their families, and society, as well as to more accurately identify and prioritize their needs and desires. Although there is a lack of specific research on the effectiveness of Quranic instruction on adolescent responsibility and purposefulness, making it difficult to clearly explain the hypotheses based on prior studies, the results can be compared with findings from similar research. For instance, Dashti (32) demonstrated that responsibility levels in adolescent girls are high, and that family upbringing, community influences, and personality traits affect their responsibility. Moreover, Islam offers valuable strategies—such as obedience to parents and attention to the needs of other family members—to promote proper child-rearing and, consequently, to foster future responsibility in children. Additionally, Esmaeili et al. (37), Ivztan et al. (38), Steger et al. (39), and Nadi and Sajjadian (40) have shown that spirituality enhances purpose in life, specifically that spirituality-based interventions improve purposefulness in adolescent girls. On the other hand, Quranic instruction did not significantly affect students' lifestyles. This lack of significance, especially considering the participants' high baseline scores on the lifestyle measure, may suggest that students already maintained healthy and standard lifestyles from the outset, and merely became more purposeful and responsible as a result of the Quranic instruction, without a corresponding shift in their overall lifestyle.

Acknowledgements

The authors would like to express their gratitude to all participants in this study.

Ethical considerations

According to the authors, this research was derived from the first author's master's thesis.

Funding

According to the authors, this research received no financial support and was conducted at the authors' personal expense.

Conflict of interest

The authors report no conflicts of interest regarding this study.

Authors' contribution

Writing all sections of the manuscript: First author; Supervising writing and research guidance: Second author.

فاعلية تعليم مفاهيم القرآن على تقبل المسؤولية، ونمط حياة المراهقين وأهدافهم

سكينة عبدالمهي موسالان^{id}، علي مصطفىاني^{id}

قسم علم النفس، جامعة بيام نور، طهران، إيران.

* المراسلات الموجهة إلى سيدة سكينة عبدالمهي موسالان؛ البريد الإلكتروني: S.abdollahi98@yahoo.com

معلومات المادة

الوصول: ١٢ رمضان ١٤٤٦
 وصول النص النهائي: ٢٢ صفر ١٤٤٧
 القبول: ٥ جمادي الاول ١٤٤٧
 النشر الإلكتروني: ٧ محرم ١٤٤٨

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان؛ لأنَّ شخصية الإنسان وصفاته وخصائصه الأخلاقية والاجتماعية، تتكوَّن في هذه المرحلة. إذن يجب أن تكون لديه خطة متكاملة من أجل التربية السليمة وتقديم قدوة سليمة يقتدي بها المراهق في هذه المرحلة الحساسة لتعزيز الشعور بالمسؤولية، والحياة الهادفة ونمط الحياة السليمة. لهذا، تسعى هذه الدراسة لفهم تأثير تعليم المفاهيم القرآنية على الشعور بالمسؤولية، وقدرة المراهق على اتخاذ الأهداف الصحيحة ونمط حياة سليمة.

منهجية البحث: المنهج الذي اعتمدته الباحثة هو منهج شبه تجريبي وبطريقة ماقبل الاختبار ومابعده مع المجموعة الضابطة. اما الجمعية الإحصائية فقد شملت تلميذات المرحلة المتوسطة لمدينة ميرآباد في العام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ حيث تم اختيار ٣٥٦ تلميذة من جميع الطالبات. وبعد الاستدعاء وتسجيل الأسماء، أختيرت ١٨ تلميذة عبر منهج أخذ العينات العشوائية (٩ تلميذات لمجموعة الاختبار و٩ أخريات للمجموعة الضابطة). لم يستطع الباحثان التواصل مع بعض التلميذات المجموعة الضابطة، لهذا تقلَّص عددهن إلى ست تلميذات. تلقت التلميذات ١٠ جلسات تدريبية، استمرت كل جلسة ٩٠ دقيقة، ويومين لكل أسبوع في المدرسة. واعتمد الباحثان لجمع المعلومات على استبيان قبول المسؤولية (استبيان كالفيرنيا لعلم النفس)، واستبيان تحديد الهدف في الحياة للباحث استشير والزملاء واستبيان نمط الحياة (LSQ)، وفي المرحلة الأخيرة جمع بيانات الاستبيان وجرى تحليلها عبر تطبيق SPSS الإصدار ٢٧ وأجريت اختبارات كولموغوروف-سيمنوف وشابرو-ويلك، للتأكد من اعتدالية توزيع متغيرات الدراسة واختبار "أم باكس" لتقييم تحانس مصفوفات التباين المشترك، فضلاً عن التحقق من فرضية تحانس ميل الإنحدار. وقد تمت مراعاة جميع الأصول الأخلاقية في هذا البحث ولم يذكر الباحثون أي تضارب في المصالح.

المعطيات: كشفت نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات أنَّ تعليم المفاهيم القرآنية يؤثر بشكل كبير على تعزيز الشعور بالمسؤولية والهدفية لدى التلميذات في المرحلة الثانوية يمكن وصفها على النحو التالي: $P < 0.01$ و $F_{(1,14)} = 11.98$ ، في حين لم تظهر النتائج أثراً له دلالة إحصائية على نمط أسلوب الحياة لدى التلميذات وهو $P > 0.05$ و $F_{(1,14)} = 2.67$.

الاستنتاج: بناء على نتائج البحث، لتعليم مفاهيم القرآن تأثير كبير على قبول المسؤولية والهدفية لدى التلميذات وتؤدي إلى رفع مستوى إدراك التلميذات تجاه وظائفهن، وأسرهن، والمجتمع وتساعدن على تنظيم حاجاتهن وواجباتهن حسب الأولويات بصورة دقيقة وشفافة. من جانب آخر، لم يؤثر تعليم مفاهيم القرآن على نمط حياة التلميذات، ونظراً للدرجات العالية التي حصلت عليها التلميذات في اختبار نمط الحياة، يمكن أن يكون غياب المعنى بسبب إتخاذ الطالبات أسلوب حياة سليمة ليست بحاجة إلى تغيير وتعديل. ولهذا يمكن أن تعزز الشعور بالمسؤولية والهدفية في الحياة ولا تغيَّرها.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Abdollahi-Mosalan S, Mostafaei A. The Effectiveness of Teaching Quranic Concepts on Responsibility, Purposefulness, and Lifestyle of Adolescents' Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2026;12(2):62-76. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v12i2.48056>

اثربخشی آموزش مفاهیم قرآن بر مسئولیت پذیری، هدفمندی و سبک زندگی نوجوانان

سکینه عبدالمهی موسالان* ، علی مصطفائی 

گروه روان شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

*مکاتبات خطاب به خانم سکینه عبدالمهی موسالان؛ رایانامه: S.abdollahi98@yahoo.com

اطلاعات مقاله

دریافت: ۲۲ اسفند ۱۴۰۳

دریافت متن نهایی: ۲۶ مرداد ۱۴۰۴

پذیرش: ۵ آبان ۱۴۰۴

نشر الکترونیکی: ۱ تیر ۱۴۰۵

واژه‌های کلیدی:

سبک زندگی

مسئولیت پذیری

نوجوانان

هدفمندی

چکیده

سابقه و هدف: نوجوانی یکی از مهم‌ترین دوره‌های زندگی فرد است که در آن پایه‌های شخصیتی، اخلاقی و اجتماعی او شکل می‌گیرد. بنابراین، داشتن برنامه و منابعی اصیل جهت تربیت صحیح و ارائه الگوهای سالم برای هدایت نوجوانان به سمت مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی سالم ضروری به نظر می‌رسد. از این رو، پژوهش حاضر با هدف تأثیر آموزش مفاهیم قرآن بر مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی نوجوانان صورت گرفت.

روش کار: روش این پژوهش نیمه‌آزمایشی به صورت پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر میرآباد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ به تعداد ۳۵۶ نفر بود. بعد از فراخوان و ثبت نام، از میان افراد ثبت‌نام‌شده با روش نمونه‌گیری تصادفی ۱۸ دانش‌آموز (۹ نفر گروه آزمایش و ۹ نفر گروه کنترل) انتخاب شدند؛ اما به دلیل دسترسی نداشتن به بعضی از اعضای گروه کنترل در پس‌آزمون، تعداد آنان به شش نفر کاهش یافت. آموزش در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و دو روز در هر هفته در مدرسه انجام شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه استاندارد مسئولیت‌پذیری (پرسش‌نامه روان‌شناختی کالیفرنیا)، پرسش‌نامه هدفمندی در زندگی اسپیر و همکاران و پرسش‌نامه سبک زندگی (LSQ) استفاده شد و در نهایت اطلاعات پرسش‌نامه‌های گردآوری‌شده با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ تحلیل شد و آزمون‌های کولموگروف - اسمیرنوف و شاپیرو - ویلک برای بررسی طبیعی بودن متغیرهای پژوهش، آزمون ام‌باکس جهت بررسی همگنی ماتریس کوواریانس و مفروضه همگنی شیب رگرسیون انجام گرفت. در این پژوهش همه اصول اخلاقی رعایت شده است و مؤلفان تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری ($P < 0.01$ و $F_{(14,9)} = 11.98$) و هدفمندی دانش‌آموزان دختر متوسطه اثربخش بود اما بر سبک زندگی ($P > 0.05$ و $F_{(14,9)} = 2.67$) دانش‌آموزان دختر متوسطه اثربخش نبود.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش، آموزش مفاهیم قرآن بر مسئولیت‌پذیری و هدفمندی دانش‌آموزان دختر تأثیر دارد و موجب می‌شود که دانش‌آموزان درک بهتری نسبت به وظایفشان در قبال خود، خانواده و جامعه پیدا کنند و نیازها و خواسته‌هایشان را به صورت دقیق مشخص و اولویت‌بندی نمایند. از طرفی آموزش مفاهیم قرآن بر سبک زندگی دانش‌آموزان اثربخش نبود و این معنادار نبودن با توجه به نمرات بالای آزمودنی‌ها در آزمون سبک زندگی می‌تواند به این معنی باشد که دانش‌آموزان از همان ابتدا سبک زندگی سالم و استاندارد داشته‌اند، فقط متأثر از آموزش مفاهیم قرآن، هدفمندتر و مسئولیت‌پذیرتر شده‌اند.

استناد مقاله به این صورت است:

Abdollahi-Mosalan S, Mostafaei A. The Effectiveness of Teaching Quranic Concepts on Responsibility, Purposefulness, and Lifestyle of Adolescents' Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2026;12(2):62-76. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v12i2.48056>

مقدمه

قرآن کریم راهنمایی کامل و جامع از دستورالعمل‌های زندگی است که همه جوانب زندگی فردی، خانوادگی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی انسان را در بر گرفته است تا راهنمای او در طول مسیر زندگی و رسیدنش به کمال انسانیت باشد. پس می‌توان سبک زندگی انسانی را که در زندگی قرآنی معنا می‌یابد، از منبع اصلی همان کتاب الهی یعنی قرآن کریم استخراج کرد. به اعتقاد بسیاری از صاحب‌نظران، مذهب/دین‌داری با تأثیر بر سبک زندگی و چگونگی حل تعارض‌های ارزشی به سؤالات اساسی نوجوانان درباره هدف زندگی و معنای فعالیت‌ها و استعدادها و پاسخ می‌دهد و به وحدت‌یافتگی سازمان روان‌شناختی و معنوی، خودنظم‌دهی و کاهش رفتارهای تنش‌زای او کمک می‌کند (۱). امروزه متناسب با پیشرفت و تغییر و تحول در حوزه‌های مختلف و گذر جوامع از شکل سنتی به نوین، شاهد شکل‌گیری سبک‌های جدید زندگی هستیم (۲). سبک‌های زندگی شکل دهنده هویت شخصی و اجتماعی افراد و نمایانگر نگاه فرد به زندگی، جهان و ارزش‌های مورد قبول او و نماد هدایت افراد یک جامعه است که تمامی جنبه‌های زندگی فرد را در بر می‌گیرد. درواقع، هدف فرد خودپنداره، احساس‌های فرد نسبت به دیگران و نگرش او نسبت به دنیا را شامل می‌شود (۳). از آنجایی که نوجوانی از دوره‌های مهم در ساخت و پایه‌ریزی شخصیت فرد و نیز دوره‌ای پرچالش برای اتکا به نفس، کنترل خود، استقلال، پذیرش مسئولیت‌های جدید، انتخاب، تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی درباره سلامتی و تحصیل است و همچنین با تغییرات بزرگ و سریع در احساس، فیزیولوژی، رفتار، شناخت و روابط اجتماعی همراه است، می‌تواند منشأ بحران و آشوب و طوفانی کامل از فرصت‌ها برای خطرپذیری و انجام رفتار پرخطر تلقی شود.

در این دوره بحرانی از زندگی، الگوهای رفتاری و سبک زندگی که می‌توانند سراسر زندگی فرد را تحت شعاع قرار دهند، شکل می‌گیرند و نوجوان جایگاه خویش را در خانواده، دوستان و جامعه تعیین می‌کند (۴). در نتیجه، اگر الگویی دقیق، روشن و همه‌جانبه در زمینه رفتار مناسب برای او تعریف نشود، به آزمایش نقش‌ها دست می‌زند و در برخی موارد به نادیده گرفتن قواعد و قوانین می‌پردازد و به دلیل تضاد بین تمایلات درونی و خواسته‌ها و انتظارات جامعه، فشارها، استرس‌ها و بحران‌های زیادی را تجربه می‌نماید (۵). بر همین مبنا، قرآن کریم با معرفی دستورالعمل‌های اخلاقی، عبادی و اجتماعی الگویی کامل و جامع برای زندگی فردی و اجتماعی افراد ارائه می‌دهد و با آموزه‌هایی چون تقوا، توحید (۶)، پرهیز از اسراف، پایبندی به

خانواده، صبر، صداقت، (۷)، صلۀ رحم، تلاش و کوشش (۸)، اعتدال و میانه‌روی (۹)، توجه به سلامت جسم و روح (۱۰)، برابری و برادری (۱۱) و سایر فضیلت‌های اخلاقی چون توکل و انصاف، احترام به دیگران و مسئولیت‌پذیری نوجوانان را به‌سوی سبک زندگی سالم، سرزنده و سازنده رهنمون می‌سازد. درواقع، آموزه‌های دین به‌عنوان ابزاری برای هدایت فرد و جامعه عمل می‌کند (۱۲) و محدود نکردن دین به زمان خاص ما را به این دیدگاه راهنمایی می‌کند که دین و آموزه‌های وحیانی آن می‌تواند بخش مهمی از خاستگاه فرهنگ بشری را تشکیل دهد. پس در یک رابطه طولی، دین فرهنگ جامعه را شکل می‌دهد و فرهنگ نیز به نوبه خود، نظام و ساختار خاصی را برای زندگی فردی و اجتماعی تعریف می‌کند که خود به‌عنوان سرچشمه و خاستگاه مجموعه‌ای درهم‌تنیده از الگوهای خاص برای زندگی است و یک کل منسجم و متمایز را در قالب سبک زندگی پدید می‌آورد (۱۳). از طرفی، سبک زندگی به هدف زندگی وابسته است. اگر هدف کسی از زندگی، تأمین غرایز و امیال حیوانی باشد، سبک زندگی او با کسی که هدف او دستیابی به تعالی و سعادت است، تفاوت دارد. با توجه به هدفمندی زندگی انسان و بهره‌مندی او از اراده و اختیار است که می‌توان از ترویج و توصیه سبک زندگی اسلامی سخن گفت. از این رو، سبک زندگی اسلامی تفاوت جوهری با سبک زندگی غیراسلامی و مادی‌گرایانه دارد (۱۴). البته سبک زندگی، چه با نگاه دینی چه با نگاه روان‌شناختی، با همه ابعاد زندگی انسان ارتباط دارد و منشأ اثر است. در سبک زندگی از دیدگاه غیردینی فقط به رفتار فرد توجه می‌شود، ولی در سبک زندگی اسلامی نمی‌توان به نیت فرد توجهی نکرد. سبک زندگی اسلامی در حالی که بر رفتار تأکید دارد، به حداقل‌هایی از شناخت و عواطف نیز نظر دارد. به عبارت دیگر، سبک زندگی اسلامی را می‌توان به تسبیحی تشبیه کرد که رفتارها همچون مهره‌های تسبیح به‌سبب اعتقادات، نگرش و عواطف به همدیگر مرتبط و متصل شده‌اند (۱۵). سبک زندگی اسلامی که یک نظام مفهومی کامل و جامع است، تمامی ابعاد زندگی انسان را دربرمی‌گیرد و موجب شادی و رضایت خاطر در زندگی انسان می‌شود (۱۶). پس عامل دیگری که بر کیفیت زندگی نوجوانان تأثیرگذار است، هدفمندی در زندگی است. هدف هر چیزی است که فرد می‌کوشد تا آن را به نتیجه برساند و از آنجایی که انسان فطرتاً تمایل دارد تا در مسیر تحقق ظرفیت‌ها و شکوفایی استعدادهای خود به تلاش و جست‌وجو بپردازد و نوجوانان در این زمینه در مقایسه با دیگر سنین دچار تعارض و سردرگمی بیشتری هستند، پس داشتن هدف و معنا در زندگی آنان می‌تواند بسیار حائز اهمیت باشد تا جایی که زندگی هدفمند و معنادار می‌تواند نوجوانانی رشدیافته، شاد و توانمند

تحویل جامعه دهد (۱۷). داشتن هدف و جهت در زندگی از مفاهیم کلیدی در قرآن کریم است و در آیات متعددی این پیام را به نوجوانان می‌رساند که زندگی صرفاً مجموعه‌ای از رخداد‌های تصادفی نیست، بلکه هر مخلوقی به‌ویژه انسان هدف مشخصی در زندگی دارد (وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لَاعِبِينَ؛ «ما که آسمان و زمین و آنچه در میان آنها است، برای بازی و شوخی نیافریده‌ایم (و بیهوده و بی‌هدف نساخته‌ایم»؛ سوره انبیاء، آیه ۱۶) (۱۸).

خداوند موجودات بی‌شماری را در جهان آفریده است که بیهوده و بی‌هدف آفریده و رها نشده‌اند، بلکه همه آنها به‌سوی مقصد و کمالی که خداوند متناسب با ظرفیت و توانایی‌شان برای آنان معین فرموده است، در حال حرکت و تکاپو هستند. هدف از آفرینش انسان این است که با درک و انتخاب راه صحیح و طی کردن صراط مستقیم به مقام قرب الهی نائل شود؛ یعنی ارزش‌های بالقوه خدایی که در درون انسان به ودیعه گذاشته شده است، به فعلیت برسد و زندگی‌اش انعکاسی از صفات اسماء الحسنی باشد؛ یعنی حیاتی سرشار از فضیلت‌های اخلاقی؛ و این میسر نمی‌شود مگر اینکه با بهره‌گیری از تعالیم روشن‌گر وحی، نیک و بد را بازشناسد و پس از آشنایی با وظایف و مسئولیت‌های خویش در عمل به آن کمر همت بندد. بنابراین، آموزش مفاهیم قرآنی می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا اهداف زندگی خود را بشناسند و از سطحی‌نگری و بی‌هدفی و سرگردانی در دوران نوجوانی دور شوند. اما نباید از یاد برد که افراد هدفمند برای رسیدن به اهدافشان نیازمند تعهد و پاسخگویی به تصمیمات و اقدامات خود هستند. درواقع، هدفمندی به‌معنای داشتن یک مقصد یا نقشه مشخص برای زندگی یا کار است و مسئولیت‌پذیری به معنای پذیرفتن مسئولیت عملکرد و رفتارهای خود است؛ به این معنی که چون فرد مسئولیت‌پذیر می‌داند تصمیماتش به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر تحقق اهدافش تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین باید نسبت به آنها پاسخگو باشد و موظف است اقدامات خود را تا رسیدن به هدف به‌دقت دنبال و در صورت نیاز آنها را اصلاح کند و از موانع و چالش‌ها عبور و در مسیر تحقق اهدافش استقامت و پایداری نماید.

مسئولیت‌پذیری یکی از مهم‌ترین مباحث شخصیتی است که در سال‌های اخیر در تحقیقات مختلف بررسی شده است (۱۹). مسئولیت‌پذیری یعنی قابلیت پذیرش، پاسخگویی و به عهده گرفتن کاری که از کسی درخواست می‌شود و شخص حق دارد که آن را بپذیرد یا رد کند (۲۰). درواقع، مسئولیت ویژگی‌ای شخصیتی است که معمولاً به‌صورت یک نگرش در ساختار روانی و رفتاری فرد شکل می‌گیرد و یک متغیر عمده و اساسی در رفتارهای اجتماعی فرد محسوب می‌شود، از این‌رو در آموزش

جایگاه ویژه‌ای دارد (۲۱) و از مهم‌ترین جنبه‌های رشد جوانان و نوجوانان به شمار می‌آید؛ زیرا پویایی و نشاط یک جامعه منوط به مشارکت فعالانه نسل جوان در امور مختلف جامعه است. نسلی که آگاهانه و با شخصیتی توسعه‌یافته بتواند در جامعه‌اش مشارکت همه‌جانبه داشته باشد، نقش شهروندی خود را به‌خوبی ایفا کند و در برخورد با مسائل و مشکلات، منطقی بیندیشد و عاقلانه در جهت حل آنها تصمیم‌گیری کند (۲۲).

از آنجایی که مسئولیت‌پذیری نوعی مهارت است و همانند هر نوع مهارتی آموختنی و اکتسابی است، پس طبیعتاً از ابتدای زندگی به‌تدریج ایجاد می‌شود. به این معنا که یک فرد هرگز نمی‌تواند رفتار مسئولانه از خود نشان دهد، جز آنکه آن را در طول زندگی آموخته باشد (۲۳). بنابراین، با آموزش مسئولیت می‌توان انسان‌هایی اندیشمند، خلاق، سرزنده و بانشاط تربیت کرد؛ انسان‌هایی که در شناسایی و حل مشکلات موجود تلاش می‌کنند و اگر در موردی شکست بخورند، برای پیدا کردن راه حل می‌کوشند و مأیوس و دل‌سرد نمی‌شوند (۲۴). در حالی که، نپذیرفتن مسئولیت به‌معنای بی‌تعهدی، پاسخگو نبودن، بی‌تقیدی و نظایر اینها نسبت به اعمال خود در مقابل خود و دیگران است. این مسئله علاوه بر ایجاد مشکلات برای خود فرد، جامعه را نیز با هرج و مرج مواجه می‌سازد؛ زیرا آثار نامطلوبی بر فرد و جامعه دارد. بنابراین برای لذت‌بردن از نعمت‌های زندگی، ارائه خدمت به جامعه و به جا گذاشتن اثری ماندگار از خود باید توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و استعداد‌های انسان شکوفا شود. تحقق این مهم نیازمند ایجاد احساس مسئولیت و تقویت و پرورش آن در انسان است. انسان باید این واقعیت را قبول کند که هر آنچه را امروز درو می‌کند، همانی است که دیروز کاشته است. قرآن کریم در این باره فرموده است: «كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ» (۱۸) (سوره مدثر، آیه ۳۸). یعنی هر کس در گرو کارها و اعمال خویش است و همچنین «وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى» (۱۸) (سوره فاطر، آیه ۱۸) «هیچ کس تاوان کردار و گناه کسی دیگر را بر دوش نخواهد گرفت و قطعاً چیزی عاید انسان نخواهد شد، مگر اینکه خود تلاش و کوشش کند». «وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» (۱۸) (سوره النجم، آیه ۳۹). از طرفی، عمق مسئولیت انسان تا حدی است که همه اعضا و جوارح انسان را در بر می‌گیرد (۱۸) (...إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا؛ سوره اسراء، آیه ۳۶).

در قرآن کریم، مسئولیت‌پذیری یک اصل انسان‌ساز معرفی شده و در آیات مختلفی به ابعاد متفاوت آن یعنی پاسخگویی در برابر خداوند، خود، دیگران و طبیعت پرداخته شده است (۲۵). آموزش این مفاهیم به نوجوانان که در آستانه ورود به مرحله بزرگسالی هستند، می‌تواند تأثیرات مثبتی بر تربیت و رشد، شکل‌گیری شخصیت و عملکرد آنان داشته باشد. از میان

به‌عنوان راهنمایی مطمئن برای نوجوانان در عبور از بحران‌های این دوران استفاده شود. حال پرسش اصلی تحقیق این است که آیا آموزش مفاهیم قرآن می‌تواند بر تقویت مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و اصلاح سبک زندگی نوجوانان تأثیر مثبتی داشته باشد؟

روش کار

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی شامل رضایت آگاهانه، حفظ حریم خصوصی، ناشناس‌بودن پاسخگویان و محرمانه‌بودن اطلاعات آزمودنی‌ها رعایت شده است. پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی (پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل) است (۲۸). جامعه آماری این پژوهش تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر میرآباد در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۰۳ به تعداد ۳۵۶ نفر بود. ملاک ورود و خروج آزمودنی‌ها به این صورت بود که افراد پژوهش باید در رده سنی نوجوان یعنی ۱۲ تا ۱۸ سال باشند، موقعیت جغرافیایی یکسانی داشته و تا اتمام دوره حضور فعال و منظم داشته باشند. بعد از فراخوان و ثبت نام دانش‌آموزان علاقه‌مند به شرکت در دوره آموزشی، ۹ نفر گروه آزمایش و ۹ نفر گروه کنترل در نظر گرفته شدند؛ اما به دلیل دسترسی‌نداشتن به بعضی از اعضای گروه کنترل در پس‌آزمون، تعداد آنان به شش نفر کاهش یافت. به همین دلیل، نمونه آماری بر اساس طرح پژوهشی درنهایت ۱۵ نفر انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه بسته‌پاسخ استفاده شد که شرح هر یک از پرسش‌نامه‌ها در ادامه آورده شده است.

گروه‌های سنی مختلفی که همواره مد نظر پژوهشگران قرار می‌گیرند، دوره نوجوانی به دلیل جهش قابل توجه و تغییر و تحول در فرایندهای زیستی و شناختی و روانی و اجتماعی، حساس‌ترین، بحرانی‌ترین و مهم‌ترین دوره رشد هر انسان است (۲۶). بنابراین، اگر در این دوره به نیازهای آنان توجه نشود، نوجوان نمی‌تواند ارزش‌ها، باورها، انتظارات، علایق و قابلیت‌های خویش را بررسی نماید و رشد دهد و بر اساس آنها خود را برای ساختن آینده و پذیرفتن مسئولیت‌های یک فرد بالغ آماده کند (۲۷). اینجا است که اهمیت آموزش و تربیت کودکان و نوجوانان مسئولیت‌پذیر به‌ویژه در دهه‌های اخیر به‌خوبی مشخص می‌شود. تربیتی که هم بعد فکری هم بعد عملی مسئولیت‌پذیری را به‌صورت مجموعه‌ای به هم پیوسته دربرگیرد؛ البته علاوه بر تربیت درون‌خانگی، دولت نیز باید تعامل مؤثری در این زمینه داشته باشد و به آموزش و فرهنگ‌سازی ابعاد مختلف مسئولیت‌پذیری کودکان و نوجوانان و جوانان در مدارس و نهادهای مربوط بپردازد.

مسئله اصلی این است که بسیاری از نوجوانان به دلیل نبود الگوهای مناسب و آموزش‌های کافی، از مسئولیت‌پذیری دوری می‌کنند، زندگی بدون هدف مشخصی را دنبال می‌کنند و به سبک زندگی‌های ناسالم و ناپایدار گرایش پیدا می‌کنند. این مسئله نه تنها در سطح فردی بلکه در سطح اجتماعی نیز تبعات جدی دارد. در این میان، آموزش مفاهیم قرآنی به‌عنوان یکی از منابع غنی تربیتی و اخلاقی می‌تواند نقش بسزایی در هدایت نوجوانان به‌سوی زندگی مسئولانه، هدفمند و سالم ایفا کند. قرآن کریم با ارائه آموزه‌هایی در زمینه‌هایی مانند عدالت، تقوا، اخلاق و مسئولیت‌پذیری می‌تواند

جدول (۱) شیوه‌نامه اجرای جلسات

اهداف	محتوا	پیش‌آزمون
مسئولیت‌پذیری	جلسه اول: تعریف مسئولیت‌پذیری	اگر احساس مسئولیت نکنیم، چه زیان‌هایی دارد؟
	جلسه دوم: زیان‌های احساس مسئولیت نکردن	در برابر چه چیزی باید احساس مسئولیت کنیم؟
	جلسه سوم: انواع مسئولیت	فعالیت هفتگی برای نشان دادن و به‌کارگیری احساس مسئولیت در زندگی
هدفمندی در زندگی	جلسه اول: اهمیت حیات و حفظ آن	مطالعه مطالب زنده‌بودن و زندگی کردن که به آنها تحویل داده شد.
	جلسه دوم: معنای زنده‌بودن یا زندگی کردن	نوشتن آیاتی درباره زندگی و حیات هدفمند انسانی و بیان دیدگاه خود نسبت به آن
	اهمیت و چرایی هدف - زندگی هدفمند - انواع هدف و شرایط و ویژگی‌های آن	تکمیل جدول اهداف
سبک زندگی - مدیریت زمان	تفسیر سوره عصر، اهمیت وقت و تأثیر آن در خودسازی و شکل‌گیری شخصیت انسان	آیاتی درباره اهمیت وقت و زمان بنویسید.
	ویژگی‌های زمان، مدیریت زمان و انضباط شخصی پیامبر (ص) با استناد به آیات و احادیث	فهرستی از کارهای روزانه به همراه میزان زمان اختصاص داده شده به هر کار را بنویسید.
	اولویت‌بندی کارها و مدیریت بهتر زمان با کمک ماتریس آیزنهاور ^۱	فهرستی از کارهایی را که جلسه قبل به‌عنوان تکلیف انجام داده‌اید، با کمک ماتریس آیزنهاور اولویت‌بندی کنید.
	پس‌آزمون	
آموزش در ۱۰ جلسه و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه، هر هفته دو روز در محل مدرسه انجام شد.		

^۱Eisenhower Matrix

ابزارهای پژوهش

۱) پرسش‌نامه استاندارد مسئولیت‌پذیری: مقیاس مسئولیت‌پذیری پرسش‌نامه کالیفرنیا ۴۲ سؤال دارد که با هدف سنجش ویژگی‌هایی از قبیل وظیفه‌شناسی، احساس تعهد، سخت‌کوشی، جدیت، قابلیت اعتماد، رفتار مبتنی بر نظم و مقررات، منطق و احساس مسئولیت استفاده می‌شود. نخستین بار هاریسون گاف^۱ در سال ۱۹۵۱ این پرسش‌نامه را با ۶۴۸ سؤال و ۱۵ مقیاس برای سنجش ۱۵ ویژگی شخصیتی انتشار داد و سپس در سال ۱۹۵۷ مقیاس‌های آن به ۱۸ و مجدداً در سال ۱۹۸۷ تجدید نظر شد و تعداد سؤال‌های آن به ۱۶۲ و تعداد خرده‌مقیاس‌های آن به ۲۰ خرده‌مقیاس افزایش یافت. گزینه‌های این پرسش‌نامه به‌صورت موافقم و مخالفم در قالب طیف لیکرت طراحی شده است. گزینه مخالفم، نمره ۰ و گزینه موافقم، نمره ۱ است. بعد از انجام، امتیازات به‌دست‌آمده از ۴۲ عبارت موجود با یکدیگر جمع می‌شود. حداقل امتیاز ممکن ۰ و حداکثر ۴۲ خواهد بود. نمره بین ۰ تا ۱۴: مسئولیت‌پذیری پایین، نمره بین ۱۴ تا ۲۸: مسئولیت‌پذیری متوسط و نمره بالاتر از ۲۸: میزان مسئولیت‌پذیری بالا را نشان می‌دهد. در پژوهش آقایی اعتبار یا روایی محتوایی و صوری این پرسش‌نامه مناسب ارزیابی شده است (۲۹). ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده در پژوهش آقایی برای این پرسش‌نامه بالای ۰/۷ برآورد شده است (۲۹). ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده برای پژوهش حاضر ۰/۸۴ محاسبه گردید.

۲) پرسش‌نامه هدفمندی در زندگی اسپچیر^۲ و همکاران: اسپچیر و همکاران این پرسش‌نامه را در سال ۲۰۰۶ به‌منظور سنجش هدفمندی در زندگی طراحی و تدوین کرده‌اند (۳۰). این پرسش‌نامه شش سؤال دارد و بر اساس طیف لیکرت طراحی شده و دارای گزینه‌های کاملاً مخالف، مخالف، نظری ندارم، موافق و کاملاً موافق است. کمترین امتیاز هر سؤال، نمره ۱ و بیشترین نمره، ۵ است. سؤالات ۱، ۳ و ۵ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. برای محاسبه امتیاز کلی پرسش‌نامه، نمره همه گویه‌ها با هم جمع می‌شود. دامنه امتیاز این پرسش‌نامه بین ۶ تا ۳۰ است. هر چه امتیاز به‌دست‌آمده از این پرسش‌نامه بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر هدفمندی در زندگی است و بالعکس. در پژوهش میرزا علی‌آبادی روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسش‌نامه مناسب ارزیابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده در پژوهش میرزا علی‌آبادی برای این پرسش‌نامه بالای ۰/۷ برآورد شده است (۳۱). ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده برای پژوهش حاضر ۰/۴۵ محاسبه گردید.

یافته‌ها

۳) پرسش‌نامه سبک زندگی (LSQ): این پرسش‌نامه ۷۰ سؤال دارد و هدف آن ارزیابی ابعاد مختلف سبک‌های زندگی (سلامت جسمانی، ورزش و تندرستی، کنترل وزن و تغذیه، پیشگیری از بیماری‌ها، سلامت روان‌شناختی، سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، اجتناب از داروها و مواد مخدر، پیشگیری از حوادث و سلامت محیطی) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت و دارای گزینه‌های هرگز، گاهی اوقات، معمولاً و همیشه است. کمترین امتیاز هر سؤال، نمره صفر و بیشترین نمره ۳ است. بعد از انجام، امتیازات به‌دست‌آمده از ۷۰ عبارت فوق با یکدیگر جمع می‌شود. حداقل امتیاز ممکن ۰ و حداکثر ۲۱۰ خواهد بود. نمره بین ۰ تا ۷۰: بیانگر سبک زندگی سالم ضعیف، نمره بین ۷۰ تا ۱۰۵: بیانگر سبک زندگی سالم متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۵: بیانگر سبک زندگی سالم قوی است. در پژوهش لعلی و همکاران با استفاده از آزمون تحلیل عاملی روایی سازه پرسش‌نامه سبک زندگی به منزله ابزاری چندبعدی برای ارزیابی و اندازه‌گیری سبک زندگی تأیید شده است (۳۲). همچنین پایایی پرسش‌نامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شده است. آلفای کرونباخ کل برای پرسش‌نامه سبک زندگی ۰/۸۷ است و ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده برای پژوهش حاضر ۰/۷۳ محاسبه گردید.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که سطح معنی‌داری مقادیر Z کولموگروف - اسمیرنوف^۳ به‌دست‌آمده برای متغیرهای تحقیق بالاتر از ۰/۰۵ بود ($P < ۰/۰۵$) و سطح معناداری برای آماره شاپیرو - ویلک^۴ برای تمامی متغیرها بالاتر از ۰/۰۱ محاسبه شد ($P < ۰/۰۱$)، که این امر بیانگر توزیع طبیعی نمرات این متغیرها است (جدول ۱). یکی از پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس نبود تفاوت معنی‌دار در نمرات پیش‌آزمون دو گروه است. این مفروضه با استفاده از تحلیل واریانس یک‌راهه در جدول ۲ سنجیده شده است. با توجه به اطلاعات جدول، سطح معنی‌داری مقادیر به‌دست‌آمده برای تفاوت نمرات بیشتر از ۰/۰۵ بود ($P > ۰/۰۵$). پس می‌توان نتیجه گرفت تفاوت معنی‌دار در نمرات پیش‌آزمون دو گروه وجود نداشت و پیش‌فرض تحقیق تأیید می‌شود.

برای بررسی معنی‌داری تفاوت میانگین متغیرهای ترکیبی از بین مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی، آماره چندمتغیره لامبدای ویلکز^۵ بررسی می‌شود. لامبدای ویلکز در کنار اثر پیلایی و اثر هوتلینگ^۶ یکی از آزمون‌های چندمتغیره است که نشان می‌دهد

^۳) Kolmogorov-Smirnov Test

^۴) Shapiro-Wilk Test

^۵) Wilks' Lambda Test

^۶) Pillai's Trace & Hotelling's Trace

^۱) Harrison Gough

^۲) Schier

مسئولیت‌پذیری برابر با $11/98$ ($F_{(149)} = 11/98$) محاسبه شد. همچنین سطح معناداری برای این متغیر برابر با $0/005$ ($\alpha = 0/005$) بود و این سطح از مقدار مفروض $0/01$ کمتر است؛ بنابراین می‌توان گفت آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر متوسطه اثربخش است. همچنین مقدار F به‌دست‌آمده برای تفاوت میانگین هدفمندی برابر با $10/01$ ($F_{(149)} = 10/01$) محاسبه شد و سطح معناداری برای این متغیر برابر با $0/008$ ($\alpha = 0/008$) به دست آمد و این سطح از مقدار مفروض $0/01$ کمتر است؛ پس آموزش مفاهیم قرآنی بر هدفمندی دانش‌آموزان دختر متوسطه نیز اثربخش است. درباره متغیر سبک زندگی، مقدار F به‌دست‌آمده برای تفاوت میانگین سبک زندگی برابر با $2/67$ ($F_{(149)} = 2/67$) محاسبه شد. همچنین سطح معناداری برای این متغیر برابر با $0/095$ ($\alpha = 0/095$) به دست آمد و این سطح از مقدار مفروض $0/05$ بیشتر است و این یعنی آموزش مفاهیم قرآنی بر سبک زندگی دانش‌آموزان دختر متوسطه اثربخش نبوده است.

آیا از نظر آماری تفاوت معنی‌داری بین گروه‌ها در ترکیب خطی خرده‌مقیاس‌های مورد نظر وجود دارد یا نه. نتیجه این آزمون در جدول ۳ آمده است.

با توجه به اطلاعات جدول ۳ مشاهده می‌شود که مقدار لامبدای ویلکز برابر با $0/2$ و مقدار F در این آماره $10/690$ به دست آمد. سطح معنی‌داری این مقدار با درجه آزادی ۸ و ۳ بیشتر از $0/01$ بود ($P > 0/01$). این امر نشان می‌دهد که بین افراد گروه‌های کنترل و آزمایش حداقل در یکی از متغیرهای مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی تفاوت وجود داشت. با توجه به ضریب اتا، آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی به میزان $0/80$ تأثیر داشت ($P = 0/01$). در ادامه به بررسی تفاوت‌ها به‌صورت جداگانه پرداخته شد.

نتایج تحلیل آنکوا (به‌منظور کاهش حجم، آنکوا محاسبه‌شده سه متغیر که جداگانه محاسبه شده، در یک جدول آورده شده و اطلاعات غیر ضروری حذف شده است) در جدول ۴ نشان می‌دهد که مقدار F به‌دست‌آمده برای تفاوت میانگین

جدول ۱) آزمون کولموگروف - اسمیرنوف و شاپیرو - ویلک برای بررسی طبیعی‌بودن متغیرهای پژوهش

کولموگروف - اسمیرنوف		شاپیرو - ویلک			
آماره	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	آماره	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
مسئولیت‌پذیری	۱۵	$0/124$	$0/958$	۱۵	$0/653$
پیش‌آزمون - هدفمندی	۱۵	$0/175$	$0/873$	۱۵	$0/307$
سبک زندگی	۱۵	$0/128$	$0/950$	۱۵	$0/528$

جدول ۲) آزمون آنوا^۱ برای بررسی تفاوت در نمرات پیش‌آزمون دو گروه

مجموع مجزورات		درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
بین گروه		۱	۶/۹۴۴	$0/392$	$0/542$
درون گروه		۱۳	۲۳۰/۳۸۹		
کل		۱۴	۲۳۷/۳۳۳		
مسئولیت‌پذیری					
بین گروه		۱	۱/۸۷۸	$0/117$	$0/738$
درون گروه		۱۳	۲۰۹/۰۵۶		
کل		۱۴	۲۱۰/۹۳۳		
هدفمندی					
بین گروه		۱	۷۹۲/۱۰۰	$1/549$	$0/235$
درون گروه		۱۳	۵۱۱/۴۴۹		
کل		۱۴	۷۴۴۰/۹۳۳		
سبک زندگی					

جدول ۳) نتایج آزمون‌های چندمتغیره تأثیر آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی

شاخص	مقدار	F	فرضیه	d.f	Df	سطح معنی‌داری	η^2
اثر پیلاهی	$0/800$	$10/690$	$3/000$	$8/000$	$0/004$	$0/800$	

^۱ ANOVA test

شاخص	مقدار	F	d.f فرضیه	Df خطا	سطح معنی‌داری	η^2
لامبدای ویلکز	۰/۲۰۰	۱۰/۶۹۰	۳/۰۰۰	۸/۰۰۰	۰/۰۰۴	۰/۸۰۰
اثر هتلینگ	۴/۰۰۹	۱۰/۶۹۰	۳/۰۰۰	۸/۰۰۰	۰/۰۰۴	۰/۸۰۰
کمترین ریشه روی	۴/۰۰۹	۱۰/۶۹۰	۳/۰۰۰	۸/۰۰۰	۰/۰۰۴	۰/۸۰۰

جدول ۴) نتایج تحلیل آنکوا برای تأثیر آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی

منبع متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
گروه (مسئولیت‌پذیری)	۶۸/۸۶۷	۱	۶۸/۸۶۷	۱۱/۹۷۸	۰/۰۰۵
گروه (هدفمندی)	۳۴/۹۲۶	۱	۳۴/۹۲۶	۱۰/۰۱۱	۰/۰۰۸
گروه (سبک زندگی)	۹۶۰/۵۳۵	۱	۹۶۰/۵۳۵	۲/۶۶۹	۰/۱۲۸

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مفاهیم قرآن بر مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی نوجوانان انجام گرفت و به بررسی روابط علی بین متغیرها در میان دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر میرآباد پرداخته شد. نتایج به‌دست‌آمده از تجزیه و تحلیل اطلاعات پژوهشی نشان داد که آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر تأثیر داشت. درباره اثربخشی آموزش مفاهیم قرآنی بر مسئولیت‌پذیری نوجوانان تحقیق خاصی وجود نداشت و نمی‌توان به‌طور مشخص بر اساس تحقیقات قبلی فرضیه را تبیین کرد؛ اما می‌توان به نتایج تحقیقات مشابه از جمله پژوهش‌دستی با عنوان بررسی عوامل مؤثر بر مسئولیت‌پذیری دختران نوجوان در خانواده و چالش‌های پیش روی آن از منظر فرهنگ ایرانی - اسلامی اشاره نمود که نشان داده است که میزان مسئولیت‌پذیری در دختران نوجوان بالا است و تربیت خانواده، جامعه و ویژگی‌های شخصیتی بر مسئولیت‌پذیری دختران نوجوان تأثیر دارد و دین اسلام راهکارهای ارزنده‌ای چون اطاعت از والدین، توجه به نیازهای دیگر اعضای خانواده در جهت تربیت صحیح فرزندان و در نتیجه مسئولیت‌پذیر کردن آنان در آینده ارائه داده است (۳۳).

ابراهیمی در پژوهشی با عنوان تحلیل مفاهیم احترام و مسئولیت‌پذیری در قرآن و تأثیر آنها بر عملکرد نوجوانان در محیط‌های آموزشی نشان داده است که تأکید بر احترام و مسئولیت‌پذیری در محیط‌های آموزشی منجر به افزایش انگیزه تحصیلی، بهبود عملکرد و تقویت روابط اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود. همچنین، تجربیات معلمان نشان

می‌دهد که ایجاد فضای احترام‌آمیز و تقویت مسئولیت‌پذیری از طریق فعالیت‌های گروهی و آموزش مهارت‌های اجتماعی و عاطفی می‌تواند به بهبود عملکرد نوجوانان کمک کند (۳۴). مسئولیت‌پذیری در قرآن کریم اصلی انسان‌ساز معرفی شده و آیات مختلفی به ابعاد متفاوت آن پرداخته است؛ از جمله آیات ۱۳-۱۹ سوره لقمان (اهمیت تقوا و مسئولیت در برابر خداوند)، آیه ۷ سوره زلزال (مسئولیت فردی و اعمال نیک)، آیه ۵۷ سوره نساء (رعایت عدالت و مسئولیت اجتماعی)، آیه ۱۵ سوره کهف (توانایی انتخاب و مسئولیت اخلاقی)، آیه ۳۶ سوره اسراء (پاسخگویی در روز قیامت) (۱۸) که با بیان اصولی همچون تقوا، عدالت، امانت‌داری و تعهد در برابر خود، خداوند، دیگران و طبیعت، نوجوانان را به پذیرش مسئولیت‌های خود ترغیب می‌کند و به‌خوبی به این نکته اشاره دارد که آموزش مسئولیت‌پذیری ارزشمندترین هدیه‌ای است که می‌توانیم به فرزندانمان بدهیم؛ زیرا چنین آموزشی آنان را قادر می‌سازد که از خود مراقبت نمایند و در آینده به‌عنوان بزرگسالانی آگاه و هوشیار و وظیفه‌شناس، مسئولیت‌های خویش را به نحو احسن بر عهده بگیرند. در نهایت می‌توان گفت مسئولیت‌پذیری به‌عنوان یکی از مفاهیم اساسی در قرآن کریم مطرح شده است و تأثیر عمیقی بر رفتار و عملکرد انسان‌ها دارد. این اصل می‌تواند به‌عنوان راهنمایی برای تربیت و آموزش نوجوانان در ابعاد مختلف زندگی به کار گرفته شود تا به بهبود عملکرد و ارتقای روابط فردی و اجتماعی آنان کمک کند. حال با توجه به اینکه متغیر مسئولیت‌پذیری در پژوهش حاضر معنی‌دار بوده است، بنابراین می‌توان گفت که متأثر از آموزش مفاهیم قرآنی، دانش‌آموزان در قبال خود و دیگران بیشتر احساس مسئولیت کردند. آنان نسبت به کارهایشان متعهدتر، مسئولیت‌پذیرتر و هوشیارتر شدند، به‌طوری که هر کاری را

هدفمندتر انجام می‌دادند و برای رسیدن به اهداف خود برنامه‌ریزی بهتری داشتند و در هنگام بروز اشتباه نیز سهم خود را از اشتباه قبول و سعی می‌کردند در صدد جبران برآیند و در نهایت ارتباطات آنان با اطرافیان سالم‌تر، سرزنده‌تر و سازنده‌تر شد.

فرضیه دیگر پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش مفاهیم قرآن بر هدفمندی دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر میرآباد تأیید شد و نتایج نشان داد که آموزش مفاهیم قرآنی بر هدفمندی دانش‌آموزان دختر تأثیر دارد. هر چند درباره اثربخشی آموزش مفاهیم قرآنی بر هدفمندی نوجوانان تحقیق خاصی وجود نداشت و نمی‌توان به‌طور خاص بر اساس تحقیقات قبلی فرضیه را تبیین کرد، اما تحقیقات مشابه از جمله پژوهش پهلوانی‌نژاد نشان می‌دهد که هدفمندی می‌تواند با ایجاد زمینه و گسترش ظرفیت‌های فردی مطلوب، جهت‌گیری مذهبی نوجوانان را به‌شکل معناداری پیش‌بینی نماید (۳۵). همچنین طباطبایی در پژوهش خود بیان کرده است که هدفمندی خلقت انسان از دیدگاه قرآن، رسیدن به مقام خلیفه الله و مظهریت صفات الهی است. حیاتی که قرآن در این زمینه معرفی می‌کند، حیات طیبه است. ایمان و عمل صالح به‌عنوان عوامل دستیابی به حیات طیبه، انسان را مقرب درگاه الهی می‌کند و بدین وسیله انسان مظهر خلیفه الله و اسما و صفات الهی می‌گردد (۳۶). در تحقیقی دیگر، نتایج پژوهش اسماعیلی و همکاران (۳۷)، ایوتزان^۱ و همکاران (۳۸)، استگر^۲ و همکاران (۳۹) و نادای و سجادیان (۴۰) نشان داده‌اند که معنویت موجب هدفمندی در زندگی می‌شود. بدین معنا که معنویت‌درمانی به دختران نوجوان موجب بهبود هدفمندی در زندگی آنان شده است؛ درواقع، به میزانی که انسان مفهوم هدفمندی در زندگی را درک کند، به همان اندازه زندگی او از ارزش و کیفیت بالاتری برخوردار خواهد بود. به همین دلیل، هدفمندی در زندگی از دیدگاه قرآن کریم یکی از اصول اساسی برای هدایت و موفقیت انسان در دنیا و آخرت مطرح شده است. قرآن کریم انسان را موجودی هدفمند و دارای اختیار معرفی می‌کند و او را به‌سوی هدفی متعالی یعنی تقرب به ارزش‌های خدایی و سعادت اخروی راهنمایی می‌کند. این مفهوم به‌ویژه در دوران نوجوانی که زمان شکل‌گیری شخصیت، هویت و تعیین مسیر زندگی اوست، بسیار حائز اهمیت است.

قرآن با ارائه مفاهیم و رهنمودهایی از جمله توجه به خلقت هدفمند انسان (آیه ۱۱۵ سوره مؤمنون)، هدایت انسان به‌سوی هدف مشخص (آیه ۹ سوره اسراء)، استفاده از فرصت جوانی برای تحقق هدف‌های متعالی (آیه ۷۷ سوره قصص)، انتخاب راه راست به‌عنوان هدف زندگی (آیه ۶ سوره فاتحه)، مسئولیت در قبال خود و دیگران (آیه ۱۰۵ سوره توبه)، تحقق هدف از طریق کوشش و تلاش (آیه ۳۹ سوره نجم) و توجه به ارزش‌های اخلاقی و معنوی به‌عنوان هدف زندگی (آیه ۹۰، سوره نحل) (۱۸) به نوجوانان کمک می‌کند تا به هدفمندی زندگی خود پی ببرند و در مسیری روشن و ارزشمند حرکت کنند. حال با توجه به تأثیر هدفمندی در کیفیت زندگی و حساس‌بودن دوران نوجوانی، به اهمیت شناسایی عوامل ایجادکننده زندگی هدفمند در میان نوجوانان به‌ویژه دختران نوجوان پی برده می‌شود. با توجه به اینکه در پژوهش حاضر، آموزش مفاهیم قرآنی بر هدفمندی زندگی نوجوانان اثربخش و معنادار بود، پس می‌توان گفت آموزش و به‌کارگیری مفاهیم قرآن از عوامل ایجادکننده زندگی هدفمند در میان دختران نوجوان است؛ زیرا آموزش مفاهیم قرآنی در این تحقیق توانسته است به دانش‌آموزان کمک کند تا دیدگاهی ارزشمندتر نسبت به خود و زندگی پیدا کنند؛ به‌طوری که اهداف معنادارتر، رفتارهایی هدفمندتر و فعالیت‌هایی ارزشمندتر داشته باشند و از فرصت زندگی مفیدتر، کارآمدتر و رضایت‌بخش‌تر استفاده نمایند.

فرضیه دیگر پژوهش اثربخشی آموزش مفاهیم قرآن بر سبک زندگی دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر میرآباد بود که تأیید نشد. این یافته با طیف وسیعی از پژوهش‌های صورت‌گرفته در این زمینه تناقض دارد. پورعلی گوگ‌تپه در بررسی نقش تفکر و سبک زندگی قرآنی و اسلامی در تربیت نوجوانان، اصول سبک زندگی اسلامی مؤثر در تربیت نوجوانان را ایمان، تقوا، صبر، گرایش به معنویات، نگرش مثبت به زندگی، ایجاد انگیزه در خانواده، رعایت حقوق متقابل و وظایف خانوادگی، مهار کردن غرایز جنسی بیان و اشاره کرده است که اگر دانش، فکر، اعتقاد و حیات اجتماعی بر پایه دین و قرآن باشد، سبک زندگی مناسب و سازنده واقعیت پیدا می‌کند (۴۱). خداداد و نخعی در مقاله‌ای با عنوان جوانان و سبک زندگی اسلامی به بررسی مفهوم سبک زندگی دینی و اسلامی و نحوه اثربخشی جوانان از این‌گونه سبک پرداخته‌اند و راهکارهایی برای تربیت جوانان در روش سبک زندگی اسلامی ارائه داده‌اند. تربیت دینی نقش مهمی در سلامت روان انسان‌ها

^۱) Ivztan

^۲) Steger

قدردانی

مؤلفان از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش قدردانی می‌کنند.

ملاحظات اخلاقی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش برگرفته از پایان‌نامه دوره کارشناسی ارشد مؤلف اول است.

حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلفان نگاشته شده است.

تضاد منافع

مؤلفان تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

مشارکت مؤلفان

نگارش تمامی بخش‌های مقاله: مؤلف اول و نظارت بر نگارش تمامی بخش‌های مقاله و راهنمایی پژوهش: مؤلف دوم.

References

1. Fathi -Daneshvar S, Forghani K, Fatemeh JK. Why should we have a purposeful life? The 9th Scientific Research Conference on Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Harms of Iran; 2021. (Full Text in Persian)
2. Rezaei P. The relationship between satisfaction and achievement motivation with mental health and responsibility of female educators in Ahvaz schools. Master's thesis, Shahid Chamran University of Ahvaz; 1999. (Full Text in Persian)
3. Feist J, Feist G, Ann Roberts T. Personality Theories. Translated by Seyyed Mohammadi. Tehran: Ravan; 2016.
4. Steinberg LD. Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence: Houghton Mifflin Harcourt; 2014.
5. Shokri N, Yusefi M, Safaye Rad I, Akbari T, Musavi S, Nazari H. Correlation between risky behaviors in the pre-university adolescent students in Hamadan with Parents' child raising method. Journal of Health Promotion Management. 2015;5(1):73-82. (Full Text in Persian)
6. Mangali Z. Comparative study of Western and Islamic lifestyles. Spiritual research. 2017.
7. Azarshab M, Mirmoradi A. Islamic lifestyle

مجله پژوهش در دین و سلامت

دارد و خانواده‌ها باید آموزه‌های دینی را در تربیت نسل‌ها مد نظر قرار دهند (۴۲). درواقع، محدود نکردن دین به زمان خاص ما را به این دیدگاه راهنمایی می‌کند که دین و آموزه‌های وحیانی آن می‌تواند بخش مهمی از خاستگاه فرهنگ بشری را تشکیل دهد. پس در یک رابطه طولی دین، فرهنگ جامعه را شکل می‌دهد و فرهنگ نیز به نوبه خود، نظام و ساختار خاصی را برای زندگی فردی و اجتماعی تعریف می‌کند که خود به‌عنوان سرچشمه و خاستگاه مجموعه‌ای در هم تنیده از الگوهای خاص برای زندگی است و یک کل منسجم و متمایز را در قالب سبک زندگی پدید می‌آورد (۴۳). با این حال، در پژوهش حاضر این متغیر از لحاظ آماری معنی‌دار نبود و این معنی‌دار نبودن با توجه به نمرات بالای آزمودنی‌ها در آزمون سبک زندگی می‌تواند نشان‌دهنده سبک زندگی استاندارد و معنادار دانش‌آموزان باشد. یعنی دانش‌آموزان از همان ابتدا سبک زندگی سالم و استاندارد داشته‌اند، فقط متأثر از آموزش مفاهیم قرآنی، هدفمندتر و مسئولیت‌پذیرتر شده‌اند.

محدودیت‌های پژوهش

مهم‌ترین محدودیت این پژوهش تداخل ساعت برنامه آموزشی با دیگر برنامه‌های تابستانی دانش‌آموزان از جمله کلاس زبان و باشگاه و نبود فضای آموزشی مناسب به‌علت گرمای هوا و تهویه نامناسب بود.

پیشنهادهای پژوهش

با اینکه مفاهیم قرآنی به خودی خود ارزشمند هستند اما با توجه به تغییرات سریع فرهنگی و اجتماعی، نوجوانان به شیوه‌ها و ابزارهای نوین آموزش علاقه بیشتری دارند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی مفاهیم قرآنی با روش‌های جدیدتر و مؤثرتر و با زبان امروزی و ابزارهای متنوع (مانند سکویهای آموزشی، بازی‌های تعاملی و ویدیوهای آموزشی) به نوجوانان آموزش داده شود. این امر کمک می‌کند نوجوانان درک عمیق‌تری از مفاهیم قرآنی داشته باشند و بهتر و بیشتر بتوانند آن را در زندگی خود به کار ببرند. در بُعد کاربردی هم نتایج این تحقیق می‌تواند به‌عنوان پایه‌ای برای تدوین یا بهبود محتوای درسی مدارس به‌ویژه در درس دینی و اخلاقی استفاده شود. مفاهیمی مانند مسئولیت‌پذیری، هدفمندی و سبک زندگی بر اساس آموزه‌های قرآنی می‌تواند به‌شکلی متناسب با سن نوجوانان وارد کتب درسی شود.

indicators, collection of articles of the first national research and development conference in the third millennium. Aliabad Katul Islamic Azad University, Aliabad Katul Branch; 2014. (Full Text in Persian)

8. Majlesi M. Bihar al-Anwar. Tehran: Islamic; 1980. (Full Text in Arabic)

9. Pourkarimi A. Moderation and moderation in Islam. Shamim Yas. 2004;4(14):6-8. (Full Text in Persian)

10. Sheikh Sadouq M. The Khasal of Sheikh Sadouqh, Translated by Kamreh, M. Tehran: Ketabchi; 1998. (Full Text in Persian)

11. Ziyarani A. Effects and results of Islamic lifestyle in individual and social dimensions. 2014. (Full Text in Persian)

12. Azizi B. Studying the Relationship between Religiosity and Lifestyle. Tehran: Tarbiat Moalem University, Faculty of Literature and Humanities; 2013. (Full Text in Persian)

13. Fazel Ghane H. Quarterly Journal of Religious Lifestyle. 2014(1). (Full Text in Persian)

14. Sharifi A. Iranian Islamic Lifestyle. Tehran: Sadra; 2013. (Full Text in Persian)

15. Sharifi Renani M, Ahmadi MR. The relationship between Islamic lifestyle and happiness, life satisfaction and depression in housewives in Isfahan. Applied Research in Islamic Humanities, Sadra. 2017;1(3):77-102. (Full Text in Persian)

16. Sharifi M. Predicting the happiness of adolescent girls based on hope, purposefulness and Islamic lifestyle. Isfahan University of Quran and Family Education; 2019. (Full Text in Persian)

17. Hamzehgardeshi Z, Marzband Z, Shahhosseini Z, Azizi M. Components related to the meaning of life in adolescents: A review article. Clinical Excellence. 2019;9(2):28-37. (Full Text in Persian)

18. The Holy Quran. Qom: Osveh Publications; 2010.

19. Tan BP, Mahadir Naidu NB, Jamil Osman Z. Moral values and good citizens in a multi-ethnic society: A content analysis of moral education textbooks in Malaysia. The Journal of Social Studies Research. 2018;42(2):119-34.

20. Rafatian A. Responsibility. Tehran: Ghatra Publications; 2006. (Full Text in Persian)

21. Khodabakhshi M, Abidi M. Investigating methods for increasing responsibility among middle school students in Shahreza city in the academic year 2005-2006. 2009. (Full Text in Persian)

22. Izadi S, Azizi Shmami M. Zaroarat-e Barkhordari Daneshjuyan az Danesh Shaharvandi va Masoolit-Paziri Ejtemaei dar Farayand Jahani shodan. Motaleat Barnameh Darsi. 2009;15(4):60-82. (Full Text in Persian)

23. Kindermann TA. Fostering independence in mother-child interactions: Longitudinal changes in contingency patterns as children grow competent in developmental tasks. International Journal of Behavioral Development. 1993;16(4):513-35.

24. Tarmian F. Adolescent Developmental Psychology. Tehran: Alam Publishing House; 2013.

25. Hamid A, Haka NB. Reduction of Students' Biological Misconceptions through the Conceptual Change Model Integrated with Android-Based Quran. Tadris: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah. 2021;6(1):87-101. (Full Text in Persian)

26. Anisi J, Salimi H, Mirzamani M, Reisi F, Niknam M. A survey study on behavioral problems in adolescence. J Res Behav Sci. 2007;1(2):163-70. (Full Text in Persian)

27. Bashiri P. Comparing the effectiveness of two approaches: Shafiabadi's multi-axial model and Krumboltz's social learning on the career identity of female high school students. Tehran: Allameh Tabatabaei University; 2015. (Full Text in Persian)

28. Sarmad Z, Hejazi E, Bazargan A. Ravesh-e Tahaqiqh dar Oloom Raftari. Tehran; 2011. (Full Text in Persian)

29. Aghaei K. The relationship between organizational culture and organizational climate with the responsibility of employees of Shiraz technical and vocational education centers, thesis for a master's degree in educational management: Marvdasht; 2015. (Full Text in Persian)

30. Scheier MF, Wrosch C, Baum A, Cohen S, Martire LM, Matthews KA, et al. The life engagement test: Assessing purpose in life. Journal of behavioral medicine. 2006;29(3):291.

31. Mirza Aliabadi F. The relationship between positive psychological components and subjective happiness with the mediating role of psychological well-being. Kashan; 2016. (Full Text in Persian)

32. Lali M, Abedi A, Kajbaf MB. Construction and Validation of the Lifestyle Questionnaire (LSQ). Psychological Research. 2012;15(1):64.

33. Dashti S. Investigating the factors affecting the responsibility of adolescent girls in the family and the challenges facing them from the perspective of Iranian-Islamic culture. Tehran: Faculty of Humanities. Tarbiat Modares University; 2017. (Full Text in Persian)

34. Ebraahimi Z. Analysis of the concepts of respect and responsibility in the Quran and their impact on adolescent performance in educational environments. 2023. (Full Text in Persian)

35. Pahlavanejad M. Predicting the religious orientation of adolescents based on self-control, goal-setting and attachment styles. Isfahan: Isfahan University of Quran and Family Studies (AS). Faculty

of Educational Sciences and Islamic Psychology, Department of Psychology; 2023. (Full Text in Persian)

36. Tabatabaei R. Life and its purpose in the Quran and the two Testaments. Master's thesis. University of Isfahan. Isfahan: Faculty of Literature and Humanities. Department of Quran and Hadith Sciences. 2011. (Full Text in Persian)

37. Esmaeili M, Yaghoubian F, Sabzian S, Kojbaf MB, Esmaeili L. Studying the effectiveness of spiritual therapy on purposefulness in the lives of adolescent girls in Isfahan. Third International Congress of Islamic Humanities; 2015. (Full Text in Persian)

38. Ivtzan I, Chan CP, Gardner HE, Prashar K. Linking religion and spirituality with psychological well-being: Examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. Journal of religion and health. 2013;52(3):915-29.

39. Steger MF, Kawabata Y, Shimai S, Otake K. The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. Journal of Research in Personality. 2008;42(3):660-78.

40. Nadi M, Sajjadian I. The Analytical Relations Between Spiritual Concept With Spiritual Well-being, Mental Happiness, Satisfaction with life, Psychological Flourishing, Hope for Future and Purposefulness in the University Students. Tolooebehdasht. 2012;10(3):54-68. (Full Text in Persian)

41. Pourali Gogtapeh N. Investigating the role of Quranic and Islamic thinking and lifestyle in educating adolescents with emphasis on the narrations of the Holy Imams (peace be upon them). Miandoab. Payam Noor University of Miandoab; 2021. (Full Text in Persian)

42. Khodadad M, Nakhaei M. Youth and Islamic Lifestyle, Third National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies. Tehran: Soroush Mortazavi Islamic Research, Center for Strategies for Achieving Sustainable Development; 2015. (Full Text in Persian)

43. Fazel Ghane H. Faslnameh Sabak-e Zendege diny. 2014(1). (Full Text in Persian)