

## بررسی کیفیت زندگی و رابطه آن با نگرش دینی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد جنوب تهران

نویسندگان: بهمن بهمنی<sup>۱</sup>، مجتبی تمدنی<sup>۲</sup>، مجید عسگری<sup>۳</sup>

### چکیده:

دانشگاه‌ها علاوه بر تولید و انتقال دانش، مهارت و فن آوری و لایفه کمک به تسهیل رشد عمومی شخصیت دانشجویان و ایجاد کفایت لازم برای زندگی مستقل و کارآمدتر آنها را نیز بر عهده دارند. معاونت دانشجویی دانشگاه‌ها به‌عنوان متولیان اصلی زمینه‌سازی رشد عمومی شخصیت و توسعه سازگاری دانشجویان در طی دوران تحصیل همواره به دنبال شناسایی عوامل موثر بر سازگاری عمومی و توسعه کارآمدی دانشجویان بوده و خواهند بود. هرساله بخش عظیمی از بودجه محدود دانشجویی و فرهنگی دانشگاه‌ها صرف تدوین و اجرای برنامه‌هایی می‌شود که حتی اگر فرض را بر موفقیت آنها بگذاریم، بازهم هیچ مبنای عینی برای ارزیابی محتوای برنامه‌ها، نحوه اجرای آنها، کیفیت و کمیت تاثیر آنها بر جنبه‌های مورد نظر زندگی دانشجویان در اختیار نداریم. این پژوهش در صدد آن بوده است که پرسش‌هایی را پاسخ گوید که در آنها وضعیت کیفیت زندگی دانشجویان و نیز رابطه‌اش با نگرش دینی و عملکرد تحصیلی مشخص شود.

جامعه آماری ۲۸ هزار دانشجوی شاغل به تحصیل در ۴ دانشکده زیر گروه دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال تحصیلی ۸۰-۷۹ بوده است. واحد نمونه‌گیری یک دانشجوی شاغل به تحصیل در یکی از دانشکده‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب بوده است. تعداد گروه نمونه ۴۰۰ دانشجوی (حدود ۲٪ جمعیت آماری) در نظر گرفته شد و نمونه‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. به منظور سنجش متغیرها از پرسش‌نامه کیفیت زندگی استفاده شده است. داده‌های نیز با استفاده از نرم افزار spss9 پردازش شد. یافته‌های این گزارش، حاصل تحلیل اطلاعات پرسشنامه‌های تکمیل شده توسط گروه نمونه‌ای متشکل از ۳۷۲ دانشجو است که در طی سال تحصیلی ۸۱-۸۰ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد جنوب تهران مشغول به تحصیل بوده‌اند. از این تعداد ۵۰٪ زن، ۹۹٪ مسلمان بوده‌اند. به لحاظ سنی ۴۲٪ آنها تا ۲۲ سال و ۸۶٪ تا ۲۷ سال سن داشته‌اند. ۴۰٪ از گروه نمونه خود را شاغل معرفی کرده‌اند. نتایج مقدماتی این بررسی نشان داده‌اند که کیفیت زندگی حدود نیمی از دانشجویان در حد متوسط و یا کمی بهتر از آن است. لیکن حدود ۲۵٪ از آنها شرایط نامطلوب‌تری دارند که نیازمند تغییر جدی در وضعیت فعلی آنها است. عوامل جنس، سن، نوع مذهب در کیفیت زندگی گروه نمونه بی‌تاثیر و عوامل تاهل، اشتغال، برخی از سطوح تحصیلی و شغلی و والدین بر کیفیت زندگی دانشجویان مورد نظر، تاثیر داشته است. نگرش دینی نیز متوسط بوده و نمرات حاکی از نگرش دینی «بسیار قوی» و «بسیار ضعیف» نسبت ناچیزی از کل توزیع را تشکیل داده است. به لحاظ عملکرد تحصیلی ۱۲٪ از آنها معدل «الف» (۲۷٪ از آنها معدل «ب» و حدود ۴۲٪ از آنها معدل «ج» و کمتر از آن داشته‌اند. معدل حدود ۷۰٪ از دانشجویان «ب» و «ج» بوده و حدود ۸٪ از آنها نیز معدل «د» داشته‌اند.

کلید واژه: کیفیت زندگی - نگرش دینی - عملکرد تحصیلی - دانشجویان

مهارت آنها در گرو شناخت عینی‌تر متغیرهای مؤثر بر «شرایط و نحوه زندگی» آنهاست. شرایط و نحوه زندگی در ادبیات علمی رایج، با استفاده از مفهوم «کیفیت زندگی» مطرح شده است. مطالعات نشان داده‌اند که کیفیت زندگی با عملکرد تحصیلی دانشجویان رابطه دارد (۱).

### مقدمه

دانشجویان یکی از زیر گروه‌های سنی و طبقات اجتماعی مؤثر، مهم و آینده‌ساز هر جامعه را تشکیل می‌دهند و کارآمدی تلاشهای مسئولین ذی‌ربط برای زمینه‌سازی تسهیل روند رشد شخصیت و ارتقاء دانش و

- ۱- دانشجوی دکتری مشاوره، کارشناس معاونت دانشجویی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- ۲- کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، هیئت علمی دانشگاه آزاد واحد جنوب تهران
- ۳- کارشناس معاونت آموزشی و امور دانشجویی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

فرد در چهار حیطه عمده رضایت، سلامت، تعلق اجتماعی و منابع قدرت/ کنترل متمرکز است (کنت وی، ۱۹۹۴).

پژوهشگران مذکور بررسی و تلاش برای شناخت کیفیت زندگی دانشجویان را از سه جنبه سودمند گزارش کرده‌اند. آنها معتقدند که یافته‌های حاصل از بررسی کیفیت زندگی دانشجویان می‌تواند به مسئولین در باره نتایج برنامه‌هایی که برای بهبود شرایط زندگی دانشجویان اجرا می‌کنند اطلاعات مفیدی ارائه فراهم کند. در عین حال از اطلاعات حاصل می‌توان در جهت ایجاد یک مقیاس مهم به منظور اندازه‌گیری و شناخت چگونگی بازده آموزشی و تربیتی دانشکده‌ها و دانشگاه‌ها استفاده کرد.

و بالاخره اینکه می‌توان از اطلاعات مذکور به عنوان ابزاری جهت ارزیابی اثر آموزش یکسان شده در حیطه‌هایی غیر از فعالیت‌های درسی و آکادمیک نظیر آسایش روانی دانشجویان، استفاده نمود (کنت وی و شالیک، ۱۹۹۴).

در بررسی که اخیراً انجام گرفت، ارتباط بین حوادث اضطراب‌آور و کیفیت زندگی دانشجویان با تأکید بر سلامت آنان بررسی و نشان داده شد که حوادث اضطراب‌انگیز بر کیفیت زندگی تأثیر منفی می‌گذارد و این اثر، خودرایی‌شتر در حیطه سلامت عمومی فرد نشان خواهد داد. در این پژوهش همچنین مشخص شد که بین دو جنس در این زمینه تفاوتی وجود ندارد (۵).

انبوه داده‌ها و یافته‌های بدست آمده از بررسی‌ها چنین استدلال می‌کنند که بین افسردگی دانشجویان و کیفیت زندگی آنان ارتباط وجود دارد. اخیراً در مطالعه‌ای که در دانشکده‌های استرالیا و نپال انجام شده است، ارتباط بین رضایت‌مندی از زندگی و افسردگی دانشجویان به وسیله مقیاس همه‌گیرشناسی مطالعات افسردگی سنجیده شد. یافته‌های این پژوهش نشان داده است که ارتباط معکوس و

سابقه سنجش عینی کیفیت زندگی افراد سیر تحولی از تلاش برای تدوین دیدگاه‌های فلسفی و نظری تا حرکت به طرف تهیه ابزارهای عینی‌تر اندازه‌گیری رفتار افراد و نیز شرایط محیطی که در آن زندگی می‌کنند و می‌توان برآیند تعامل آنها با یکدیگر را «کیفیت زندگی» نامید، طی کرده است.

از منظر حرفه‌ای تلاش‌های متعددی برای ارائه تعریف کاربردی از مفهوم کیفیت زندگی انجام شده و تعاریف متعددی نیز ارائه گشته است. برای نمونه تورانس معتقد است که کیفیت زندگی در حال حاضر مفهومی وسیع دارد که تمامی جنبه‌های زندگی فعلی فرد را در بر می‌گیرد (تورانس، ۱۹۸۷). این جنبه‌ها شامل موفقیت فرد در رسیدن به شرایط خاص یا موقعیتی از پیش تعیین شده (مک کال، ۱۹۷۵) و نیز تجربه کنونی احساس سلامتی و رضایتمندی فردی (لهمان، ۱۹۸۳) می‌شود.

کیفیت زندگی دانشجویان در تعامل با شرایطی است که آنان در آن زندگی می‌کنند. در نگاهی کلی این شرایط را به بخش‌های عمده‌ای مانند محیط یادگیری، مسکن، برنامه‌های درسی، فعالیت‌های اجتماعی، بهداشت عمومی، روابط بین فردی، فعالیت‌های فوق برنامه، امکانات فردی، تعطیلات آخر هفته و تعطیلات طولانی‌تر تقسیم نمود.

بسیاری از بررسی‌های خارجی در رابطه با ارزیابی کیفیت زندگی دانشجویان، با هدف ارزیابی روانشناختی دانشجویان جهت تعیین برنامه‌های حمایتی برای گروه‌های نیازمند انجام شده است که از کیفیت‌های زندگی پایین برخوردار بوده‌اند (فریش مایکل بی، ۱۹۹۲).

گروهی از مطالعات انجام شده برای تدوین و ساخت پرسشنامه‌های گوناگون ارزیابی کیفیت زندگی دانشجویان نیز به منظور استفاده خاص از آنها در مشاوره خانواده انجام شده‌اند. تأکید غالب این آزمونها بر سنجش موقعیت

با دانشجویان مذکر و در دیگری اکثریت با دانشجویان مؤنث بود، چنین مشخص گردید که هر دو جنس مذکر و مؤنث در دانشکده هایی که اکثریت دانشجویان آن مؤنث بودند، احساس تعلق بیشتری از خود نشان می دادند و هنگامی که به دانشجویان مؤنث اجازه داده می شد که با اعضای هیئت علمی همکاری نشان دهند، آنان به صورت بارزی بهتر از دانشجویان مذکر عمل می کردند (ماندل و دیگران ۱۹۹۲).

اخیراً برای نخستین بار در ایران نیز پژوهش فراگیری بر روی حدود ۳۷۰۰ دانشجوی دانشگاه های علوم پزشکی انجام شده است (بهمنی، ۷۹-۱۳۷۸).

پژوهش مذکور به منظور پاسخ یابی ۳۱ سوال، در مورد کیفیت زندگی، نگرش دینی، وضعیت اجتماعی - اقتصادی و عملکرد تحصیلی دانشجویان به تفکیک جنس، سن و رشته تحصیلی و رابطه متقابل برخی از متغیرهای مذکور، انجام شده است. برخی از یافته های این بررسی نشان داده اند که کیفیت زندگی حدود نیمی از دانشجویان در حد متوسط و یا کمی بهتر از آن است. لیکن حدود ۲۵٪ از آنها از نظر کیفیت زندگی در آنچنان شرایط نارسائی به سر می برند که نیاز مند تغییر جدی هستند. عوامل جنسیت، سن، نوع مذهب، وضعیت حیات والدین، در کیفیت زندگی گروه نمونه بسی تاثیر و عوامل تاهل، اشتغال، برخی از سطوح تحصیلی و شغلی والدین و نیز موقعیت اجتماعی اقتصادی بر کیفیت زندگی دانشجویان مورد نظر، تاثیر داشته است.

#### عملکرد تحصیلی:

در جهان کنونی عملکرد تحصیلی از اهمیت ویژه ای برخوردار است، جوامع پیشرفته و در حال پیشرفت تأکید بسیار زیادی بر عملکرد تحصیلی، رقابت و پیروزی دارند،

متوسطی بین علامت افسردگی و رضایت مندی از زندگی در دانشجویان دانشکده های استرالیا وجود دارد (۶).

بررسی های دیگر، علاوه بر جنبه های مشترک دانشجویان، ویژگی های شخصیتی آنان و اثرپذیری از تغییرات و کیفیت های زندگی را نیز مورد بررسی قرار داده اند. یافته هایی که از تحقیقات پیشین در این مورد بدست آمده است تأکید بیشتری را بر روی تیپ رفتاری A و B و اهمیت انزوای اجتماعی به عنوان واکنشی در برابر فشار روانی مبدول کرده اند. براساس این یافته ها در مقایسه با نوع B، دانشجویانی که به نوع شخصیتی A تعلق داشتند تمایل بیشتری به انزوای اجتماعی از خود نشان می دادند. نتایج این پژوهش ها نشان دهنده نیاز به تقویت الگوهای واسطه برای تامین حمایت اجتماعی از دانشجویان می باشد (۷).

در سال ۱۹۹۲ در دانشکده بوستون تحقیق گسترده ای در مورد کیفیت زندگی در محیط دانشکده انجام شد، این بررسی به ارزیابی ارتباط بین احساس تعلق به اجتماعی که دانشجویان در آن قرار دارند و عوامل متفاوت شخصیتی و محیطی از جمله جنس، نژاد، محل اقامت و دانشکده پرداخت. بررسی داده ها نشان داد، دانشجویانی که از هنجارهای تعیین شده دور بودند، کسانی بودند که جدیداً به محیط دانشکده وارد شده بودند، و کاستی در تجارب مرارده در محیط دانشکده منتهی به کم تر شدن احساس تعلق به محیط دانشکده می شد. این احساس در بین تازه واردین بیشتر بود. این مطالعه عواملی را که احساس تعلق به محیط دانشکده را تقویت می نماید به این قرار معرفی کرد: وضعیت مناسب خدمات دانشجویی، اتحاد موجود در دانشکده محل تحصیل و فعالیت های اجتماعی موجود در دانشکده در مقایسه بین دو دانشکده که در یکی اکثریت

شده است (به عنوان نمونه امینی و فرهادی). در پژوهش دیگری بهمنی گزارش کرده است که کیفیت زندگی دانشجویانی که معدل درسی آنها «د» می باشد از واجدین معدل های «الف» و «ب» طور معنا داری کمتر است. در رابطه با عملکرد تحصیلی او دریافت که در بین گروه نمونه، وضعیت دانشجویان مجرد از متاهل، غیر شاغل از شاغل ها، دخترها از پسرها، دانشجویان سهمیه آزاد از سایر سهمیه ها بهتر بوده است. در عین حال او گزارش کرده است که رابطه مثبتی بین عملکرد تحصیلی و جایگاه اقتصادی و اجتماعی گروه دانشجویان مورد بررسی اش وجود داشته است. (۱)

#### اعتقادات مذهبی:

صرف نظر از هر تعریفی که برای دین قائل باشیم، نگرش دینی به آن بخش از دید گاه کلی هر انسان اشاره دارد که به علت العلل وقایع هستی، مسئله تقدیر و سرنوشت، محدوده اختیار آدمی، نقش امکانات مادی در احساس خوشبختی، نیکی و بدی و نظایر آن مربوط می گردد. نگرش دینی افراد به علت تاثیری که بر نحوه تعامل او با جهان به جای می گذارد نقش غیر قابل انکاری بر کیفیت زندگی انسانها بازی می کند. ماتیوز ۳۵۰ تا ۴۰۰ مطالعه را در بررسی های طولانی خویش پیدا کرد که نشان می داد افراد دارای اعتقادات قوی مذهبی و محکم نسبت به کسانی که اعتقادات ضعیف تری دارند، از سلامت و طول عمر بیشتر و کیفیت زندگی بالاتری بهره مند بوده، وابستگی به الکل و مواد مخدر بسیار کمتری داشته، از سلامت روانی بیشتری برخوردارند و نیز از بیماری ها و جراحات های دیگری که به آن دچار می شوند، سریع تر بهبودی می یابند (ستال کاپ ۱۹۹۹).

و این تأکید گاه بیش از اهمیتی است که برای همکاری و یا رضایت بخشی ارتباطات بین فردی قائل می شوند (۸).

به منظور یافتن متغیرهای پیش بینی کننده افتراقی برای عملکرد تحصیلی دانشجویانی که با پیشینه های متفاوت اجتماعی به دانشکده وارد می شوند، پژوهشی در استرالیا انجام شده است. نتایج پژوهش مذکور نشان دادند که بین نوع دبیرستان انتخاب شده برای تحصیل و عملکرد تحصیلی در سال اول دانشکده ارتباط وجود دارد، اما بین عملکرد دانشجویان بر اساس نوع شغل پدر و کشور محل تولد ارتباط معنی داری یافت نشد (وست لئو ۱۹۸۵).

بر اساس نظریه خود کفایتی ادراک شده و نظریه مقایسه با فرو دست (مقایسه خود با افرادی که در یک یا چند زمینه آنها را پایین تر از خود احساس می کنیم)، مطالعه ای انجام شده است. مطالعه مذکور بر این فرض استوار بود که خود کفایتی ادراک شده و مقایسه با فرو دست به تنهایی و با یکدیگر به احساس مثبت دانشجویان دانشکده نسبت به مهارت ها و عملکرد تحصیلی شان کمک می کند. نتایج به دست آمده این فرضیه را ثابت کرده و نشان دادند که هردوی این مفاهیم به ایجاد احساسات مثبت در دانشجویان کمک می کنند. این احساسات همچنین روی رتبه تحصیلی دانشجویان نیز اثر مثبت داشت، اما بر نحوه احساسات دانشجویان در مورد مهارت های شخصی خودشان موثر نبود (وروگت، ۱۹۹۴).

در پژوهشی که بر روی ۱۴۶ دانشجوی مرد در دانشکده انجام شد، مشخص شد که بین میزان اضطراب و افزایش علائم بیماری رابطه مستقیم و با کاهش معدل نیمسال تحصیلی دانشجویان ارتباط معکوس وجود داشته است (فلستن و ویلکاس، ۱۹۹۲). در ایران نیز پژوهش های متعددی در زمینه عملکرد تحصیلی دانشجویان انجام

### اعتقادات مذهبی و دانشجویان:

از آنجائی که دین علاوه بر سایر سازوکارهای ماورا طبیعی از طریق تاثیر بر ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری افراد و نیز قواعد حاکم بر چگونگی گذران زندگی روزمره آنها نیز موثر است، بنابراین نقش غیرقابل اغمازش را بر سلامت جسم و جان انسان‌ها نیز نمی‌توان نادیده گرفت. لذا انتظار منطقی این است که بین نگرش دینی افراد و کیفیت زندگی آنها رابطه مثبتی برقرار باشد.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که تا این اواخر در دانشگاههای ایران تحقیقات کاربردی کافی در زمینه نگرش و رفتار دینی دانشجویان که قابلیت تعمیم پذیری مناسبی داشته باشند انجام نگرفته و اغلب آنچه که صورت پذیرفته نیز به لحاظ روش شناسی دارای نواقص جدی هستند. از جمله استنهاها در این زمینه یکی بررسی انجام شده بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد (صولتی، ۱۳۷۷) و دیگری پژوهش انجام شده بر روی دانشجویان شاغل به تحصیل در ۲۱ دانشگاه علوم پزشکی می‌باشد. (۱)

در مطالعه صولتی، میان نگرش دینی و نوع پاسخهای مقابله و سلامت روان، همبستگی یافته شد. در این پژوهش سلامت روان با آزمون G.H.Q (پرسشنامه سلامت عمومی) و نگرش دینی با پرسشنامه ساخته شده توسط گلریز و براهنی (۱۳۵۳) سنجیده شدند. یافته‌های مطالعه مذکور وجود همبستگی معکوس بین خرده مقیاسهای افسردگی، کارکرد اجتماعی، اضطراب و علائم جسمانی پرسشنامه سلامت عمومی را با نتایج فرد در مقیاس نگرش دینی (به ترتیب ۰/۶۵-، ۰/۶۳-، ۰/۷۰- و ۰/۶۴) نشان داده است. در عین حال پژوهش مذکور رابطه معنی داری بین نگرش مذهبی با دو متغیر سن و جنس نیز گزارش کرده است. شدت این رابطه در میان دانشجویان مؤنث معنی دارتر بود اما بین نگرش مذهبی و رشته تحصیلی و

وضعیت تأهل رابطه معنی داری بدست نیامد (صولتی و دهکردی، ۱۳۷۷).

در پژوهش بهمنی که به عنوان یکی از ابزارهای سنجش مورد استفاده در طرح از مقیاس فوق‌الذکر استفاده شده است، گزارش شده است که نگرش دینی دانشجویان گروه نمونه (۳۷۰۰ نفر) بر اساس مقیاس مورد استفاده در حد متوسط بوده و نسبت نمرات خیلی بالا و یا بسیار پایین در مجموع کمتر از ۲۵٪ افراد را تشکیل داده اند. در عین حال او گزارش کرده است که نمرات نگرش دینی دانشجویان متأهل از مجردین و شاغلین از غیر شاغلین بیشتر بود. اگر چه در پژوهش مذکور رابطه معنی داری بین نگرش دینی با مقیاس کلی کیفیت زندگی مشاهده نشد. لیکن همبستگی بین نگرش دینی و یکی از خرده مقیاس های کیفیت زندگی به نام خرده مقیاس «رشد فردی» مثبت گزارش شده است (۱).

هیچ یک از معدود تلاشهای اخیر در زمینه سنجش کیفیت زندگی و متغیرهای متعامل با آن بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد نبوده است. این پژوهش بدنبال بررسی رابطه کیفیت زندگی با عملکرد تحصیلی و نگرش دینی در دانشجویان دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب است.

### روش شناسی:

روش این بررسی از نوع توصیفی مقایسه ای بوده و جامعه آماری ۲۸ هزار دانشجوی شاغل به تحصیل در ۴ دانشکده زیر گروه دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال تحصیلی ۸۱-۸۰ است. واحد نمونه‌گیری دانشجویی است که در یکی از رشته‌های تحصیلی مشغول به تحصیل بوده و نمونه‌ها به روش تصادفی انتخاب شدند. تعداد نمونه نیز ۴۰۰ دانشجوی (حدود ۲٪ جمعیت آماری) بوده است. به منظور تحلیل آماری داده‌ها از روش‌های آمار

کیفیت زندگی (بولیوزا، ایچر، اورز و سونتاک، ۱۹۸۰- کاتز، ۱۹۷۹- شوگن، ۱۹۸۳) تأکید داشتند، بر پاسخ رفتاری فرد در حیطه‌های گوناگون محیطی زندگی مبتنی است. این شیوه مبتنی بر این فرض است که رفتار و فعالیت‌های خاص یک فرد که در پاسخ به ویژگی‌های خاصی از محیط زندگی وی بروز می‌کند، را می‌توان سطحی از کیفیت زندگی آن فرد در نظر گرفت. لذا براساس ایده مذکور سعی شد تا پرسشنامه کیفیت زندگی بگونه‌ای طراحی شود که بتواند سنجشی چند بعدی از رفتار فرد در پاسخ او به محیط زندگی راکه با آن تعامل دارد، فراهم آورد. (اوانز و واندی، ۱۹۸۹)

حیطه‌های مورد نظر در این پژوهش عبارتند از: رفاه مادی - سلامت بدنی - رشد فردی - روابط زناشویی - روابط والد فرزندی - روابط با قوم و خویشان - روابط با دوستان و آشنایان - رفتار نوع دوستانه - رفتار سیاسی - مقتضیات شغلی - روابط کاری - ارضاءکننده‌های شغلی - رفتار خلاق و هنر - فعالیت‌های ورزشی - رفتارهای مربوط به ایام فراغت - یک خرده مقیاس نیز به سنجش میزان مقبول‌نمائی اجتماعی اختصاص دارد که نمره آن در امتیاز کل فرد و نیز اعتباریابی آزمون دخیل نمی‌شود و فقط سعی دارد شاخصی از تلاش فرد برای پنهان‌کاری را نشان دهد.

اعتبار پرسشنامه Q.L.Q که نخستین بار توسط اوانز و کاپ ارائه شده و از مواد آن برای تدوین پرسشنامه بکار رفته در این پژوهش استفاده شده است، با روش فرمول  $20/61$  کوادر ریچاردسون، بسیار بالا و ما بین گستره ای از  $0/61$  برای سلامت بدنی تا  $0/96$  برای روابط محیط کار برآورد شده است. روائی آزمون نیز براساس بررسی روائی پیش بین Q.L.Q با پدیده‌های وضعیت سلامت روانی، سوء مصرف مواد، خشنودی از زندگی سنجیده و قابل قبول گزارش شده است (همان منبع).

توصیفی و نیز استنباطی شامل: ۱) جداول فراوانی و آمارهای توصیفی مربوطه، ۲) مقایسه معنی دار بودن تفاوت میانگین‌ها، ۳) محاسبه تحلیل واریانس استفاده شد.

### پرسشنامه‌های طرح:

در این طرح از سه گروه پرسشنامه استفاده شد که مجموعه آنها در یک دفترچه تدوین و به کار گرفته شده است.

الف) پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت نگاری: این پرسشنامه توسط محقق و متناسب با سوالات و فرضیه‌های پژوهش توسط پژوهشگر ساخته شد و ۱۸ ویژگی از آزمودنی‌ها را مورد پرسش قرار می‌دهد.

ب: پرسشنامه کیفیت زندگی: پرسشنامه کیفیت زندگی بکار رفته در این طرح پژوهشی براساس پرسشنامه Q.L.Q طراحی و با تغییراتی در چند خرده مقیاس تهیه گردیده است.

ب-۱: پرسشنامه Q.L.Q: پرسشنامه Q.L.Q در اصل به منظور ارزشیابی کیفیت زندگی افراد از طریق ثبت نوع رفتاری که از خود در طی چندین حیطه اصلی زندگی بروز می‌دهند، طراحی شده است. پرسشنامه مذکور دارای ۱۹۲ سؤال است که در قالب ۱۶ خرده مقیاس (هر خرده مقیاس مربوط به یک حیطه مورد نظر پرسشنامه) در سراسر پرسشنامه توزیع شده‌اند. این پرسشنامه دارای یک نمره کلی است که حاصل جمع امتیازات فرد در تمامی خرده مقیاسها بجز خرده مقیاس مقبولیت اجتماعی و آن دسته از خرده مقیاسها که فرد در آنها نمره کمتر از ۳ آورده‌اند، می‌باشد. پرسشنامه مذکور برخلاف پرسشنامه‌های سلف خود که بر شاخصهای اجتماعی (گاتر و مستوفسکی، ۱۹۷۳)، شاخص‌های میزان رضایتمندی فردی (کامپیل، کونورس و روجرز ۱۹۷۶، زوترا ۱۹۸۳)، ادراک عاطفی و شناختی از

ب-۲: اعتبار و روانی پرسشنامه کیفیت زندگی بازنویسی شده برای استفاده در این طرح: پرسشنامه کیفیت زندگی بکار رفته در این پژوهش، براساس پرسشنامه بکار گرفته شده توسط بهمنی (۱۳۸۰) و مطابق با مقتضیات طرح بازنویسی شده است. عملیات آماده‌سازی پرسشنامه مراحل زیر را گذراند:

الف: بر اساس گزارش بهمنی همبستگی خرده مقیاس های رفاه مادی، رضایت تحصیلی، محیط آموزشی و فعالیت های ورزشی با کل آزمون کم بوده است. لذا این موارد حذف یا بازنویسی شد. عبارات بازبینی شده تایپ و در مرحله اول اجرای آزمایشی به ۱۰۰ دانشجوی پسر ارائه شده و نتایج تحلیل شد.

ب: براساس یافته‌های این مرحله بسیاری از عبارات که مبهم و یا با مقتضیات دانشجویی نامناسب بود، بازنویسی شد. پرسشنامه نهائی دارای ۱۱۴ سؤال دو گزینه‌ای بود که ۱۱ خرده مقیاس را تشکیل می‌داد. اسامی خرده مقیاسهای پرسشنامه عبارتند از رشد فردی - روابط زناشویی - روابط والد فرزندی - روابط با قوم و خویشان - روابط با دوستان و آشنایان - رفتار نوع دوستانه - رفتار سیاسی - رضایت تحصیلی - رفتار یسادیگری - محیط آموزشی - رفتارهای مربوط به ایام فراغت.

برای سنجش نگرش دینی از پرسشنامه نگرش دینی گلریز و براهنی (۱۳۵۳) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال با پاسخ دو گزینه‌ای است.

اعتبار این آزمون از طریق محاسبه میزان ضریب همبستگی با آزمون آپورت، ورنون و لیندزی، معادل ۸۰٪ بدست آمده است. درعین حال اعتبار این آزمون از طریق روش گروههای شناخته شده نیز بررسی شده و نشان داده است که به خوبی بین دو گروه مذهبی و غیر مذهبی تفاوت می‌گذارد (گلریز ۱۳۵۳). این پرسشنامه در سالهای اخیر مورد ارزیابی قرار گرفته و پایایی پرسشنامه با استفاده از روش اسپیرمن براون برابر ۶۳٪ و اعتبار آن برابر ۲۴٪ بدست آمده است (صولتی و دهکردی، ۱۳۷۷).

#### یافته‌ها:

نمره کل در مقیاس کیفیت زندگی بکار رفته در این پژوهش، حاصل جمع امتیازهای فرد در ۱۱ خرده مقیاس است. حداکثر نمره کلی در آن ۱۱۴ و حداقل نمره صفر می‌باشد. نمره پایین تر به معنی نارسائی بیشتر در شرایط کلی کیفیت زندگی است. آمار توصیفی مربوط به این خرده مقیاس در جدول ۱ ارائه شده است. با توجه به محدوده ممکن تغییر اندازه‌ها در این خرده مقیاس (۱۱۵ رقم)، میانگین اندازه‌ها یعنی عدد ۶۷ حدود ده نمره از حد وسط دامنه فوق الذکر بیشتر است. در عین حال میانگین ۲۵٪ از افراد گروه نمونه ۵۴ و کمتر از آن، ۵۰٪ از افراد گروه نمونه تا ۶۶ و ۷۵٪ از آنها معادل و یا کمتر از عدد ۸۱ است. تفاوت موجود بین میانه و میانگین (۶۶ > ۶۷)، اندکی تر از آن است که تغییر جدی در کجی منحنی بوجود آورد.

جدول ۱: آمار توصیفی مقیاس کلی کیفیت زندگی

تعداد نمونه	میانگین	میانه	انحراف معیار	دامنه ممکن تغییرات	شاخص کجی	شاخص کشیدگی	نقاط صدکی ۲۵-۵۰-۷۵	حدود اطمینان
۳۷۲	۶۷	۶۶	۱۷/۳۷	۱۱۵	/۰۷۴	-/۷۱۷	۸۱-۶۶-۵۴	۶۹/۱۰-۶۵/۵۵

- ویژگی‌های توصیفی جمعیت نمونه در نگرش دینی:

جدول ۲: آمار توصیفی مقیاس نگرش دینی

تعداد نمونه	میانگین	میانه	انحراف معیار	دامنه ممکن تغیرات	شاخص کجی	شاخص کشیدگی	نقاط صدکی ۷۵-۵۰-۲۵	حدود اطمینان
۳۷۲	۱۱/۰۵	۱۲	۵/۳۶	۲۶	-/۸۳	/۳۴۹	۱۴-۱۲-۱۰	۱۰/۵۰-۱۱/۴

با توجه به محدوده ممکن تغییراندازه‌ها در این مقیاس (۲۶ رقم)، میانگین نمرات یعنی عدد ۱۱/۰۵-حدوداً نمره از حد وسط دامنه فوق‌الذکر (۱۲/۵) و نیز مقدار میانه کمتر است. در عین حال میانگین ۲۵٪ آنها تا ۱۰،۵۰٪ از آنها تا ۱۲ و ۷۵٪ از آنها ۱۴ بوده است.

براساس جدول (۳) حدود نیمی از دانشجویانی که معدل خود را اعلام کرده‌اند، دارای وضعیت تحصیلی مطلوبی نیستند و از این عده بیش از ۲۰٪ عملاً مشروط شده‌اند.

**یافته‌های استنباطی:**

بررسی کیفیت زندگی دانشجویان به تفکیک معدل درسی: برای بررسی رابطه بین متغیر معدل درسی (با مقیاس رتبه‌ای) و کیفیت زندگی (با مقیاس فاصله‌ای) از آزمون تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد (جدول ۴). براساس جدول (۴) و در سطح ۰/۰۵ فرض وجود تفاوت بین میانگین‌ها رد شده است.

- ویژگی‌های توصیفی جمعیت نمونه در عملکرد تحصیلی:

عملکرد تحصیلی دانشجویان در این طرح به وسیله یک سوال ۶ گزینه‌ای سنجیده شده است. گزینه‌های این سوال با معیارهای رایج چهار رتبه‌ای معدل در دانشگاه‌ها یعنی «الف»، «ب»، «ج»، «د» و «ه» مطابقت دارد. جدول زیر فراوانی پاسخ‌ها در هر یک از این چهار گروه را ارائه داده است.

جدول ۳: آمار توصیفی عملکرد تحصیلی

معدل	تعداد	نسبت
الف	۴۸	۱۲/۹
ب	۱۰۴	۲۷/۹
ج	۱۲۳	۳۳/۹
د	۴۴	۱۱/۸
جمع	۳۷۲	۸۵/۵
جمع	۵۳	۱۴/۵

بررسی رابطه نگرش دینی با کیفیت زندگی: به منظور بررسی رابطه بین نگرش دینی و کیفیت زندگی از آزمون غیر پارامتریک ضریب همبستگی اسپیرمن برای داده‌های رتبه‌ای استفاده شد. بنابر نتایج بدست آمده (جدول ۵)، بین نگرش دینی و کیفیت زندگی همبستگی مثبت و وضعی مشاهده شد که از لحاظ آماری معنادار نیست. براساس جدول (۵) فرض وجود همبستگی بین دو متغیر تایید شده است.

جدول ۴: تحلیل واریانس یک راهه برای متغیر کیفیت زندگی به وسیله معدل درسی

منابع تغییر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	Sig
بین گروهی	۱۲۴۵/۰۱	۳	۴۱۵/۰۰۵	۱/۳۸۰	/۰۵۷۲۴۹
درون گروهی	۱۰۹۷۸۲	۳۶۵	۳۰۰/۷۷	-	-
جمع کل	۱۱۱۰۲۷/۲	۳۶۸	-	-	-



جدول ۵: ضریب همبستگی اسپیرمن بین متغیرهای کیفیت زندگی و نگرش دینی

نگرش دینی		کیفیت زندگی
۸۳۳	ضریب همبستگی	
۱۰۵/۰۰۰	سطح معنی داری دو سویه	
۳۷۲	تعداد آزمودنی‌ها	

اعتقاد دینی این یافته به معنی فقدان تاثیر گذاری اعتقادات دینی بر کیفیت زندگی محسوب نمی شود زیرا اصولاً باورها راحت تر از نگرش‌ها به رفتار تبدیل می‌شوند.

#### یافته‌های جانبی:

یافته‌های این تحقیق نشان داده است که عملکرد تحصیلی دانشجویان مجرد از متاهل و دختران از پسران بهتر است. این نتیجه با یافته‌های بهمنی در مورد دانشجویان گروه پزشکی نیز همخوان است. این پدیده‌ها می‌تواند به دلایل گوناگونی باشد. در مورد تفاوت بین مجردین و متاهل‌ها به متغیر هائی نظیر داشتن زمان فراغت بیشتر و نداشتن مسئولیت‌های زندگی مشترک و احیاناً عدم اشتغال به کار در ضمن تحصیل که فرصت یادگیری بیشتری را برای دانشجویان مجرد جهت تطبیق خود با مقتضیات تحصیلی فراهم میکند، اشاره کرد. در حالی که مسئولیت‌های خانوادگی و ضرورت تامین مخارج زندگی مشترک احتمالاً از میزان وقتی که دانشجوی متاهل برای یادگیری درسی اختصاص می‌دهد، خواهد کاست. باید هرگونه داوری در مورد تاثیر ازدواج بر عملکرد تحصیلی دانشجویان را به بدست آوردن اطلاعات بیشتر در مورد ویژگی‌های شغلی، نوع مسکن، میزان ساعات مطالعه، مهارت‌های مطالعه و مهارت‌های مدیریت زمان در دو گروه دانشجویان متاهل و مجرد موکول کرد.

درباره تفاوت مشاهده شده بین دختران و پسران نیز توجه‌های روان شناختی و جامعه شناختی مطرح شده است.

**نتایج کلی** مقیاس کیفیت زندگی: بررسی نتایج کلی کیفیت زندگی دانشجویان (جدول ۱) اگر چه حاکی از آن است که مقدار میانگین (۶۷) از میانه (۶۶) اندکی و از نقطه وسط دامنه ممکن تغییرات (۵۷/۵) به میزان قابل توجه ای بیشتر است. لیکن در مجموع و با در نظر گرفتن نحوه توزیع صدکی، تابلو چندان مطلوبی از وضعیت کیفیت زندگی دانشجویان در پیش رو قرار نمی دهد. این یافته بدان معنی است که اگر چه کیفیت زندگی دانشجویان عموماً اندکی بالاتر از حد متوسط است (کیفیت زندگی ۲۵٪ از دانشجویان تا امتیاز ۵۴ و حدود ۷۵٪ از آنها تا ۸۱ است) اما هنوز نسبت بسیار زیادی از دانشجویان در شرایط دشوار از نظر کیفیت زندگی قرار دارند.

مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان به تفکیک عملکرد تحصیلی آنها تفاوت معنی داری را بین گروه‌ها نشان نداده است. این یافته را می‌توان به معنی اهمیت سایر متغیرهای نظیر یادگیری‌های قبلی، انگیزه پیشرفت و انگیزه عمومی و یا خاص برای یادگیری دانست.

طبق نتایج به دست آمده، بین نگرش دینی و کیفیت زندگی همبستگی مشاهده نشد. این یافته با فقدان تفاوت معنی دار در کیفیت زندگی دانشجویان اهل تسنن و تشیع نیز همخوان است. به این ترتیب می‌توان نتیجه گرفت که کیفیت زندگی افراد مستقل از نگرش کلی آنها است و فردی با نگرش دینی قوی ممکن است کیفیت زندگی پایین یا بالائی که متأثر از سایر متغیرها است داشته باشد. البته با توجه به تفاوت موجود بین نگرش دینی و باور یا

### جمع بندی کلی:

بررسی ارتباط عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر و دختر، مجرد و متأهل و شاغل و غیر شاغل نشان داده است که عملکرد تحصیلی مجردین از متاهلین و غیر شاغلین از شاغل‌ها بهتر است. این یافته می‌تواند نشان دهنده اهمیت ساعاتی که فرد برای یادگیری تحصیلی اختصاص می‌دهد باشد. درعین حال فشارهای زندگی زناشویی و یا اشتغال هم می‌تواند به کاهش تمرکز، توجه و علاقمندی بیانجامد.

شاید بتوان بهتر بودن عملکرد تحصیلی دختران نسبت به پسران را نیز به متغیرهای انگیزش روانی - اجتماعی نسبت داد. موفقیت تحصیلی میتواند به مثابه نوعی جبران برای سایر نارسائی‌های اجتماعی که نوعاً دختران بیشتر از پسران با آنها مواجه هستند، محسوب شود.

و بالاخره اینکه بررسی تفاوت موجود در نگرش دینی دانشجویان به تفکیک متغیرهای جمعیت نگاری مختلف، صرفاً در بین دو گروه متأهل و مجرد معنی دار بوده و نشان داده است که امتیاز متأهل‌ها نسبت به مجردها در مقیاس نگرش دینی بیشتر است. چنانچه در بحث اصلی نیز به آن اشاره شد، این یافته را بیش از آنکه حاکی از تاثیر ازدواج بر نگرش دینی بدانیم، می‌توان دال بر تاثیر نگرش دینی بر افزایش احتمال اقدام به ازدواج بعنوان یک روش دین مدارانه ارضا نیازهای عاطفی در افرادی که نگرش دینی متبلور تر دارند تلقی کرد. به هر حال بنظر می‌رسد که با توجه به ماهیت متغیرهای پیش گفت، بتوان با ارائه مجموعه‌ای از خدمات راهنمایی، آموزش‌های مهارتهای سازگاری و خدمات مشاوره به ارتقا کیفیت زندگی دانشجویان کمک موثر نمود.

به نظر می‌رسد که دختران به دلیل فرصت‌های کمتری که محیط برایشان مهیا می‌کند تمایل بیشتری برای جبران کاستی‌های گوناگون خود از طریق پیشرفت تحصیلی دارند. به همین ترتیب پیشرفت، امنیت و منزلت اجتماعی دختران بیش از پسران در گروه عملکرد تحصیلی آنها قرار دارد و انگیزه بیشتری را در دختران در این زمینه فراهم می‌آورد. علاوه بر آن‌ها، در قالب خرده فرهنگ‌های جامعه ایرانی دختران کمتر از پسران برای اشتغال به کار تحت فشار هستند امکانات محیطی کمتری نیز برای گذرانیدن ایام فراغت خود در اموری به غیر از درس خواندن دارند. نتایج حاکی از آن است که نگرش دینی (آن گونه که این ابزار می‌سنجد) در گروه افراد متأهل از افراد مجرد قوی‌تر است. این نتیجه نیز با نتایج بهمنی در مورد نگرش دینی دانشجویان به تفکیک جنسیت همخوانی دارد. یک علت آن می‌تواند تعداد بسیار بیشتر نمونه این پژوهش نسبت به تحقیق صولتی در دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد باشد. در توجیه تفاوت یافته شده بین نگرش دو گروه مجرد و متأهل، به چند نکته میتوان اشاره کرد. حداقل در فرهنگ کلان ایرانی، افرادی که نگرش دینی بارزتری دارند، بیش از بقیه به اهمیت ازدواج در ارضاء نیازهای روانی خود اهمیت می‌دهد. علاوه بر آن این گروه از افراد بیش از سایرین در انجام اموری که آن را خوب، لازم ولیکن دشوار می‌دانند به مفهوم «توکل به خدا» باور داشته و لذا احتمال اقدام به آنچه که درست یا لازم می‌پندارند، بیشتر می‌شود. در واقع این پیشنهاد که «تفاوت مذکور بیش از آنکه منعکس کننده تاثیر ازدواج بر نگرش دینی باشد، دلالت بر تاثیر نگرش دینی بر افزایش احتمال اقدام به ازدواج دارد» یک فرض منطقی است که باید توسط سایر مطالعات بررسی شود.

**ارتقاء کیفیت زندگی دانشجویان در دانشگاه‌ها:**

در این قسمت براساس مجموعه یافته‌های این پژوهش توصیه‌هایی برای مسئولین و برنامه‌ریزان دانشگاه‌ها ارائه شده است. این بخش در دو قسمت ارائه می‌شود:

**الف) سیاست‌های کلی:**

تاکید دانشگاه‌ها بر ارائه خدمات حرفه‌ای موثر بر توسعه آگاهی، مهارت و قابلیت دانشجویان در زمینه:

۱- توجه به ملزومات تامین و حفظ سلامت بدنی و روانی (بهداشت روانی فردی و خانوادگی)

۲- توانائی‌های کار آفرینی به جای کاربایی.

۳- روش‌های کارآمد یادگیری درسی - مطالعه، پژوهش و امتحان دادن.

۴- اصول صحیح همسرگزینی و همسر داری و زندگی خانوادگی در دوران دانشجویی.

۵- شناخت استعداد، توانایی و علائق زیبایی شناختی و توسعه احساس و تفکر خلاق.

۶- مسئولیت پذیری فردی و اتکاء به خود در زمینه شناخت و راه حل یابی مسائل.

۷- مشارکت در فعالیت‌های داوطلبانه انسان‌یابوری و نوع دوستانه در ایام دانشجویی.

۸- نحوه شناخت و انتخاب نماینده/نمایندگان سیاسی و اجتماعی در انتخابات گوناگون و نحوه نظارت بر عملکرد او/آنها از طرف موکل.

۹- فهم لزوم و نحوه تاثیر بر سرنوشت فردی از طریق مشارکت در روند‌های اجتماعی.

۱۰- نحوه غنی کردن گذران ایام فراغت.

۱۱- چگونگی بهبود کیفیت روابط متقابل با خانواده.

۱۲- روش‌های انتخاب و نگهداری دوست صالح.

۱۳- قابلیت هدف‌گزینی و تجدید نظر فعال در آن.

۱۴- ارتقا مولفه‌های شناختی نگرش دین و تلطیف مولفه‌های احساسی آن.

تاکید دانشگاه‌ها بر تعدیل و ارتقا آگاهی، نگرش و بینش مسئولین ستادی و اجرائی دانشگاه‌ها در زمینه‌های وابسته به امور دانشجویی از طریق:

۱- آموزش دست‌اندرکاران امور دانشجویی دانشگاه‌ها در مورد زوایای دیگری از مولفه‌های موثر بر سلامت جسمی، هیجانی، رفتاری و شناختی دانشجو و روشهای جدید ارتقاء رشد عمومی شخصیت، بهبود عملکرد تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانشجویان.

۲- ایجاد نگرش مثبت در مسئولین نسبت به استفاده از اطلاعات تجربی به دست آمده از پژوهش‌های کاربردی شناسائی مولفه‌های زیر ساخت احساسی - رفتار و شناختی دانشجویان.

۳- ایجاد نگرش مثبت و افزایش دانش کاربردی دست‌اندرکاران در زمینه ضرورت فراهم سازی فرصت‌های متعدد مشارکت دانشجو در عرصه‌های گوناگون اجتماعی (و نه فقط مشارکت سیاسی) و لزوم معرفی این فرصت‌ها و چگونگی امکان استفاده از آنها، به دانشجو.

۴- ایجاد نگرش مثبت و کاربردی در مورد ضرورت بازبینی کلیه برنامه‌های دانشجویی و قوانین آموزشی به گونه‌ای که در آنها برمسئولیت پذیری فرد در مورد کلیه جنبه‌های سرنوشت خود، تاکید شده و از پرورش روحیه انفعال و طلب کاری پرهیز شود.

۵- افزایش آگاهی و اصلاح نگرش مسئولین دانشگاه‌ها در مورد نقش و تاثیر خدمات مراکز مشاوره دانشجویی (با توجه به تاثیری که این گروه از خدمات در صورت ارائه حرفه‌ای و مطابق استاندارد، می‌توانند در توسعه خودشناسی، مسئولیت‌پذیری فردی و بهبود سازگاری تحصیلی - خانوادگی و اجتماعی دانشجویان ایفا کنند).



درعین حال توسعه خدمات حرفه ای مشاوره در دانشگاه‌ها به عنوان موقعیت‌هایی که در آن دانشجویان می‌توانند به محدودیت‌ها، توانائی‌ها و فرصت‌های خود پی‌برده و علل احساس، افکار و رفتار خود را آن گونه که هست، دریابند و به این وسیله از قید گذشته و تاثیر ناکارآمد احتمالی آن بر خود، رها و با درک واقع‌گرایانه زمان حال، آینده بهتری را برای خویش تامین نمایند، می‌تواند کمک بزرگی به فراهم سازی فرصت بهتر رشد توسط دانشجویو پذیرش مسئولیت خویش در غلبه بر کاستی‌ها، محسوب شود.

تشکیل کارگاه های آموزشی، دانش افزائی، کارآموزی و یا توجیهی برای معاونین دانشجویی و فرهنگی، معاونین آموزشی، مدیران اجرایی این معاونت‌ها و نیز مشاوران شاغل در مراکز مشاوره، می‌تواند در بالا بردن سطح کیفی برنامه‌ها و خدمات و نیز هماهنگ کردن آنها به نفع دانشجو بسیار موثر باشد.

شواهد متعدد نشان داده است که یکی از عوامل منفی موثر بر کیفیت زندگی دانشجویان، تعویض مستمر مدیران ارشد دانشجویی در دانشگاه‌ها است.

وضع معیارهای کاربردی برای انتخاب معاونین مذکور و سپس تثبیت آنان در جایگاه سازمانی و ارتقاء مستمر دانش و مهارت آنها برای تعدیل فضای ناپایدار و بعضاً غیر حرفه‌ای حاکم بر انتصاب این مسئولین، در کاستن از نارسائی مذکور بسیار موثر خواهد بود و تبعات بسیار مثبتی بر کیفیت زندگی دانشجو به عنوان تابعی از شرایط دانشگاه، خواهد داشت.

۶- افزایش آگاهی و نگرش اغلب مسئولین دانشگاه‌ها در مورد نقش و تاثیر توسعه امکانات سخت افزاری ورزش و نیز ترویج فرهنگ صحیح آن در بین دانشجویان.

۷- توسعه دانش و نگرش کاربردی لازم در مسئولین امور دانشجویی در زمینه ضرورت تعمیم فوق برنامه به حیطه‌های دیگر نیازهای روانی مثل پرورش خلاقیت، تجربه محیط، تلاش های خودیابی و کوشش های انسان دوستانه، ژرف اندیشی در آیات و نشانه های خالق در عرصه هستی (فراتر از آنچه که اغلب در حال حاضر در قالب کلاس‌های گلدوزی، خیاطی، نقاشی، مشاعره، و اردوهای تکراری زیارتی و سیاحتی و ... ارائه می‌شود).

۸- توسعه التزام مسئولین دانشگاه‌ها در مورد ضرورت جلب دانشجویان در ارائه خدمات انسان یآوری (نوع دوستانه). پرورش پیوندهای احساسی باهم نوع و آگاهی از رنج بشر و وظیفه و مسئولیت هر فرد برای تلاش در کاستن از آلام انسان.

ب): برنامه‌های اجرایی برای نیل به اهداف پیشنهادی در بند الف:

اساسی‌ترین جزء هر تغییر پایدار، تحول در مولفه‌های شناختی موثر بر رفتار است. فراهم سازی برنامه‌های آموزشی، جلسات سخنرانی، پرسش و پاسخ، بروشورهای اطلاع رسانی و تشکیل گروه های تبادل نظر از جمله روش‌هایی است که می‌تواند در زمینه های گوناگون فهرست شده در بند الف به دانشجو کمک کند تا شروع به شناخت نگرش‌های غلط و یا ناکار آمد خود در اساسی‌ترین جنبه‌های زندگی و تغییر آنها نماید.

منابع:

- 1- بهمنی، ب، (۱۳۸۰) بررسی کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی و رابطه آن با متغیرهای نگرش دینی، عملکرد تحصیلی و وضعیت اقتصادی اجتماعی.
- 2- Evans, D. vandy Quality of Life questionnaire manul, 1989.
- 3- Frisch-Michael B. , clinical validation of the quality of life inventory. *Psychological assesment*, 1992, v4 n1 p 92 -101.
- 4- Keith -Kenneth-d, Schlock-Robert-L Measurement of quality of life in adolescence, the quality of life questionnaire. *American journal of family therapy* 1994 v 22. n1. p 83-87.
- 5- Damush, Teresa. M, Hays - Ron-O. , stressful life events and health related quality of life in college students. *Journal of college student development*, 1994 v38 n2 p 181 - 90.
- 6- Simpson-Paul - L., Depression and life satisfaction in Nepal and Australia *journal of social psychology*. v136. n6. p 783 - 90.
- 7- Rozette, Elizabeth J, Hicks Robert 1987. A & B type of behavior, social isolation and life stress in college students. Paper presented at the annual meeting of the western psychological association (67 the long beach, C.A) april 23 - 26
- 8- Mandel - Charlotte, 1992. The determination of quality of life on college campuses. Paper presented at the annual meeting of the eastern psychological association. 63 rd. Boston. MA. april 3 - 5
- 9- Harju-Beverly L; Bolen - Larry M The effect of Optimism in coping and perceived quality of life of collage students. 1998, Jun. Vole 13(2) 185.200.
- 10- stalcup, Elizabeth Moll (1999) Does prayer heal ? <http://www.Christianity.net/virtue/8v6/8v6038.html>
- 11- صولتی دهکردی، ک. (۱۳۷۷)، بررسی رابطه بین نگرش مذهبی، مهارت‌های مقابله و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد.
- 12- تمدنی، م. (۱۳۸۲)، بررسی ۱۱ شاخص از کیفیت زندگی و ارتباط آن با نگرش‌های مذهبی و عملکرد تحصیلی.

