

هوش معنوی و مهارت حل مسئله

مرضیه السادات سجادی نژاد

استادیار گروه روان‌شناسی. اراک. ایران.

msadat.sajadi60@gmail.com

صغری اکبری چرمیینی

استادیار گروه روان‌شناسی. اراک. ایران.

akbariso@yahoo.com

چکیده

فرهنگ‌های دینی غیر از اسلام معنویت و مذهب را دو مقوله جدا از هم می‌دانند. در این فرهنگ‌ها افراد غیر مذهبی نیز می‌توانند معنوی باشند. در حالی که از منظر اسلام میان دینداری و معنویت جدایی نیست و معنویت صحیح فقط در صورت اطاعت از دستورهای الهی و در سایه دینداری حاصل می‌شود. فرهنگ‌های غیر اسلامی یکی از کاربردهای معنویت را تسهیل حل مسائل زندگی روزمره می‌دانند. در حالی که از منظر اعتقادات اسلامی، که آموزه‌های دینی برای برخورد با همه جوانب و مشکلات زندگی انسان دستورات کاربردی ارائه می‌دهد، این مسئله نیز باید پررنگ‌تر جلوه کند. تا این اواخر ابزاری برای سنجش معنویت مبتنی بر آموزه‌های فرهنگ اسلامی وجود نداشته است، اما فراهم شدن چنین ابزاری بستری برای انجام تحقیقات میدانی در این حیطه فراهم می‌کند. در این راستا هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی تجربی رابطه بین هوش معنوی و سبک‌های حل مسئله در سال‌های نوجوانی و آغاز جوانی است؛ بنابراین، در این پژوهش ۳۳۲ نفر از شهروندان اراکی (۱۵-۲۵ سال) با روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب

مقدمه

در سال‌های اخیر جهان غرب نیز به اهمیت بعد متعالی انسان پی برده و از این‌رو، سازمان بهداشت جهانی در تعریف جدید سلامت با بسط و توسعه تعریف ابعاد وجودی انسان سه‌بعدی، بعد معنویت را نیز به رسمیت شناخته است. واردشدن این بعد از ابعاد وجودی انسان به حیطه انسان‌شناسی و روان‌شناسی، سبب پیدایش مفاهیمی نظری هوش معنوی^۱ شد. از نظر ولمن^۲ (۲۰۰۱ ص ۳۰) هوش معنوی عبارت از ظرفیت انسان برای پرسیدن سوال‌هایی درباره معنای زندگی است. به عقیده گاردنر^۳ (۱۹۹۹ به نقل از گاردنر ۲۰۰۰ ص ۱۰۹) بخشی از معنویت که می‌توان نام هوش بر آن نهاد بیانگر علاقه‌شناختی به ماهیت جهان و موقعیت فرد در آن است. یعنی تعمق درباره موضوعات وجودی و سوالات مرتبط با امور غایی و جست‌وجوی معنا و منشأ زندگی. در حقیقت، هوش معنوی به فرد کمک می‌کند که مسائل زندگی را در یک بافت وسیع تر، غنی‌تر و معنابخش قرار دهد و درنتیجه از تفاوت‌ها فراتر برود و از دیدگاهی کل‌نگرانه وقایع را ببیند و ارزیابی کند (سهه‌ای و ناصری، ۱۳۹۰ ص ۱۰۶); بنابراین، می‌توان چنین استبطاط کرد که برخلاف هوش شناختی که در داخل مرزها و قوانین ثابت عمل می‌کند، هوش معنوی مسؤولیت

-
1. Spiritual Intelligence
 2. Wolman
 3. Gardner

دارد این محدودیت‌ها را زیر سؤال برده، بدون دوگانگی مسائل را ادراک کرده، تناقض‌ها را حل کرده و درگیر اندیشهٔ خلاق شود. از آنچه گفته شد برمی‌آید که لازمهٔ داشتن هوش معنوی، قدرت درک مسائل انتزاعی و فراتر رفتن از عینیت است؛ به عبارتی، با توجه به مقدمات لازم برای ابراز و شکوفایی هوش معنوی، وجود بستری مناسب یعنی حداقلی از تفکر انتزاعی ضروری به نظر می‌رسد. از آنجاکه پیاژه (کرین، ۱۳۹۲ ص ۱۸۰) آغاز تفکر انتزاعی را دورهٔ نوجوانی می‌داند، می‌توان انتظار داشت این دوره سرآغاز جوانه‌زدن هوش معنوی نیز باشد که البته با ارتقای هوش متبلور در طول زندگی، این توانایی نیز ارتقا یابد.

هچنین، صاحب‌نظران مسائل شناختی ضمن تعاریف متعدد، هوش را توان بیولوژیکی برای تحلیل نوع خاصی از اطلاعات به روشنی معین (گاردنر، ۲۰۰۰)، یا توانایی‌های ذهنی لازم برای تطابق، گزینش و شکل‌دهی در هر زمینهٔ محیطی می‌دانند که موجب انعطاف‌پذیری در موقعیت‌های چالشی می‌شود (استرنبرگ،^۱ ۱۹۹۷). اما در اکثر تعاریف ذکر شده بر سازگاری با محیط یعنی تطبیق با موقعیت‌های جدید و ظرفیت تحمل و کنارآمدن با موقعیت‌های مختلف تأکید ویژه شده است (گاردنر، ۱۹۹۳، به نقل از سهرابی و ناصری، ۱۳۹۰ ص ۷۹). در نظریهٔ هوش‌های چندگانه، ملاک‌هایی برای قلمداد کردن مجموعه‌ای از ظرفیت‌ها یا توانمندی‌ها به عنوان هوش ذکر شده است که یکی از مهم‌ترین آنها تسهیل تطابق و حل مسئله در بافت زندگی روزمره به کمک این ظرفیت‌ها است. نظریهٔ پردازان حیطهٔ هوش معنوی نیز با پذیرش این ملاک همگی در تعاریف نظری و بر شمردن عناصر اصلی هوش معنوی به این مهم اشاره داشته‌اند، به عنوان مثال، هوش معنوی ایمونز کاربرد انتطباقی اطلاعات معنوی با هدف تسهیل حل مسائل روزمره و دستیابی به اهداف است؛ به عبارت دیگر، افراد زمانی هوش معنوی را به کار می‌برند که بخواهند از ظرفیت‌ها و منابع معنوی برای تصمیم‌گیری‌های مهم و اندیشه در موضوعات وجودی یا تلاش برای حل مسائل روزانه استفاده کنند (ایمونز،^۲ ۲۰۰۰، زوهر^۳ و مارشال،^۴ ۲۰۰۰ ص ۷۸).

سهرابی و ناصری (۱۳۹۰ ص ۷۸) معتقدند با وجود تعاریف گوناگون، در همهٔ تعاریف و مؤلفه‌های ذکر شده از هوش معنوی نکات مشترکی به چشم می‌خورد که از مهم‌ترین آنها تأکید همهٔ

-
1. Sternberg
 2. Emmons
 3. Zohar
 4. Marshall

آنها بر کنش انطباقی هوش معنوی با مسائل زندگی روزمره و یافتن معنا و هدف در فعالیت‌ها و رویدادهای زندگی است.

اگرچه در این حیطه مطالب نظری متعددی هوش معنوی را با توانایی حل مسئله مرتبط می‌داند و تحقیقات زیادی به نقش مهم باورهای مذهبی و معنوی در بهبود توانایی افراد برای مقابله با استرس اشاره کرده و حتی مذهب/معنویت را متغیر واسطه‌ای بسیار مهم در ظرفیت مقابله‌ای افراد بهویژه بیماران دانسته‌اند (کونیگ،^۱ ۲۰۰۱؛ کونیگ،^۲ ۲۰۰۲؛ بنیاد سلامت روان،^۳ ۲۰۰۶؛ ایرونсон^۴ و هوارد،^۵ ۲۰۰۸؛ بابانظری و همکاران^۶ ۲۰۱۲؛ ابراهیمی کوهبانیان و همکاران،^۷ ۲۰۱۳)، درخصوص رابطه هوش معنوی و سبک‌های حل مسئله سازنده و غیرسازنده بهویژه در دوره نوجوانی و جوانی که ازیک‌سو دوره آغاز تجلی این موهبت است و از سوی دیگر، دوره اوج رویارویی فرد با مسائل و مشکلات زندگی روزمره است، پژوهش تجربی چندانی صورت نگرفته است. در ایران تنها در پژوهش نزدیک به این حیطه پژوهش سعادتی و لشنی (۱۳۹۰) رابطه هوش معنوی را با راهبردهای مقابله با استرس در بین دانشجویان بررسی کرده‌اند. نتایج تحلیل رگرسیون تأییدگر رابطه معنادار بین دو متغیر هوش معنوی و راهبردهای مقابله با استرس بود. از آنجاکه این پژوهش به سبک‌های خاص حل مسئله در موقعیت‌های روزمره زندگی اشاره نکرده و صرفاً در بافت موقعیت استرس زا به بررسی رابطه اکتفا کرده و پژوهشی در این حیطه صورت نگرفته است، هدف پژوهش حاضر بررسی تجربی رابطه هوش معنوی و سبک‌های حل مسئله در بین سنین ۱۵ تا ۲۵ سال به عنوان جمعیتی در جامعه ایران است که سال‌های نوجوانی و آغاز جوانی را می‌گذرانند.

روش شرکت‌گذگان و طرح پژوهش

شرکت‌گذگان این پژوهش ۳۳۲ نفر (۱۴۲ زن و ۱۹۰ مرد) بودند که از بین شهروندان سنین ۱۵ تا ۲۵ سال شهر اراک به شیوه نمونه‌گیری خوش‌های تصادفی انتخاب شدند. طرح پژوهشی استفاده شده در این مطالعه از نوع توصیفی-هم‌بستگی بوده است.

-
1. Koenig
 2. Ironson
 3. Haward

ابزار یا تکالیف

ابزار اندازه‌گیری در این پژوهش شامل دو پرسشنامه بود؛ پرسشنامه هوش معنوی شهرابی و ناصری (۱۳۸۶) و پرسشنامه سبک حل مسئله کسیدی و لانگ^۱ (۱۹۸۵) به نقل از زارع و عبداللهزاده، ۱۳۹۱ ص ۷۹).

پرسش‌نامهٔ هوش معنوی سهرابی و ناصری (۱۳۸۶): این پرسش‌نامه شامل ۹۷ سؤال بوده و با توجه به تأثیر فرهنگ بر مفهوم معنویت در جامعهٔ ایران ساخته شده است. این پرسش‌نامه چهار عامل خودآگاهی متعالی،^۲ تجربه‌های معنوی،^۳ شکیبایی^۴ و بخشش^۵ را می‌سنجد. برای نمره‌گذاری سؤال‌ها از روش لیکرت استفاده شده و هر سؤال چهار گزینهٔ تقریباً همیشه (۴)، نمره (۳)، به‌ندرت (۲) و هرگز (۱) دارد. با جمع نمرات همه سؤال‌ها نمرهٔ کل هوش معنوی و اغلب (۳)، به‌ندرت (۲) و هرگز (۱) باشد. با جمع کردن سؤالات مربوط به هر عامل نیز برای هر عامل نمرهٔ جداگانه‌ای به دست خواهد آمد. با جمع کردن سؤالات مربوط به هر عامل نیز برای هر عامل نمرهٔ جداگانه‌ای به دست خواهد آمد. کسب نمره بالاتر بیانگر بهره‌مندی بیشتر فرد از هوش معنوی است. ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۵ و برای خودآگاهی متعالی، تجربه‌های معنوی، شکیبایی و بخشش به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۶ و ۰/۸۳ گزارش شده است. روایی سازه ابزار ذکر شده نیز از طریق بررسی ساختار عاملی آن با روش چرخش واریمکس مطالعه و مشخص شد که چهار عامل یادشده در مجموع ۴۸/۳۹ درصد واریانس را تعیین می‌کنند.

پرسش نامه سبک حل مسئله کسیدی و لانگ (۱۹۸۵) به نقل از زارع و عبدالله زاده، ۱۳۹۱ ص ۷۹): این پرسش نامه ۲۴ سؤال دارد که هر چهار سؤال آن یک عامل و در مجموع شش عامل درماندگی، کنترل یا مهارگری حل مسئله، خلاقیت، اعتماد به نفس در حل مسئله، اجتناب و شیوه برخورد یا تقرب را می سنجد. زیر مقیاس های درماندگی، مهارگری و اجتناب از عوامل غیرسازنده حل مسئله و بقیه زیر مقیاس ها از عوامل سازنده حل مسئله هستند. این مقیاس به صورت سه گزینه ای بلی (۱)، خیر (۰) و تا حدودی (۱) نمره گذاری می شود. جمع نمرات نشان دهنده نمره کلی هر کدام از عوامل شش گانه است. هر عاملی که بالاترین نمره را داشته باشد، نشان می دهد که فرد

1. Cassidy & Long
 2. transcendental consciousness
 3. spiritual experiences
 4. Patience
 5. Forgiveness

هنگام مواجهه با مشکلات از آن شیوه استفاده می‌کند. باباپور و همکاران (۱۳۸۹) به نقل از زارع و عبدالله زاده، (۱۳۹۱ ص ۸۹) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند.

نتایج

تحلیل یافته‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که روابط بین سبک حل مسئله سازنده با نمره کل هوش معنوی ($P < 0,001$; $r = 0,24$) و خرده‌مقیاس‌های خودمتعالی ($P < 0,001$; $r = 0,23$ ؛ $P < 0,001$ ؛ $r = 0,22$ ؛ $P < 0,001$ ؛ $r = 0,17$ ؛ $P < 0,01$ ؛ $r = 0,18$) مثبت و معنادار بود، و روابط بین سبک حل مسئله ناسازنده و نمره کل هوش معنوی ($P < 0,001$ ؛ $r = -0,17$ ؛ $P < 0,001$ ؛ $r = -0,42$) منفی و معنادار بود. همچنین، همبستگی متعارف بین هوش معنوی و خرده‌مقیاس‌های آن نیز محاسبه شد که در جدول شماره ۱ آورده شده است.

جدول ۱. ضریب همبستگی بین نمره کل هوش معنوی و خرده‌مقیاس‌های آن (بخشش، شکیبایی، تجربیات معنوی، خودمتعالی)

خودمتعالی	تجربیات معنوی	شکیبایی	بخشش	
۰,۹۵**	۰,۸۷**	۰,۶۶**	۰,۶۷**	نمره کل هوش معنوی
	۰,۷۸**	۰,۴۸**	۰,۶۲**	خودمتعالی
		۰,۴۴**	۰,۵۴**	تجربیات معنوی
			۰,۳۱**	شکیبایی

**سطح معناداری کمتر از $0,01$ ($P < 0,01$)

برای بررسی بهتر روابط هوش معنوی و خرده‌مقیاس‌های آن با سبک حل مسئله سازنده، تحلیل رگرسیون چندگانه بهشیوه گام‌به‌گام انجام گرفت که در آن نمره کل هوش معنوی و خرده‌مقیاس‌های آن به عنوان متغیر پیش‌بین و نمره سبک حل مسئله سازنده به عنوان متغیر ملاک، وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج این تحلیل‌ها در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام سبک حل مسئله سازنده از روی هوش معنوی و خرده مقیاس‌های آن

گام‌های تحلیل رگرسیون	متغیرهای واردشده	R^2	تغییر R^2	β	F	سطح معناداری
۱	خودمتعالی	۰/۱۲	۰/۱۲	۰/۰۱	۴۶/۸	۰/۰۰۰۱**
۲	خودمتعالی و شکیبایی	۰/۱۴	۰/۰۱	۰/۰۴	۲۵/۶	۰/۰۰۰۱**

** سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱ ($P < 0/01$)

همان‌گونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، خودمتعالی به‌تهابی ۱۲ درصد از تغییرات سبک حل مسئله سازنده را تبیین می‌کند و اضافه کردن متغیر شکیبایی میزان تبیین را به ۱۴ درصد افزایش می‌دهد. در مجموع، متغیرهای خودمتعالی و شکیبایی در کنار هم توانسته‌اند به‌طور معناداری متغیر سبک‌های حل مسئله سازنده را پیش‌بینی کنند.

نتیجه‌گیری

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه هوش معنوی (براساس آموزه‌های فرهنگی و اعتقادی جامعه ایران) و سبک‌های حل مسئله در سال‌های نوجوانی و آغاز جوانی است. همان‌گونه که ملاحظه شد، رابطه بین هوش معنوی و خرده‌مقیاس‌های آن با سبک‌های حل مسئله سازنده معنادار بود. از آنجاکه در همه تعاریف هوش معنوی بر کنش انطباقی هوش معنوی و نقش مساعد آن در حل مسائل زندگی روزمره تأکید بسیاری شده است، این نتیجه نیز مطابق انتظار بود. زوهر و مارشال (۲۰۰۰) در تعریف هوش معنوی بیان می‌کنند که هوش معنوی هوشی است که از طریق آن مسائل مربوط به معنا و ارزش‌ها را حل می‌کنیم، این هوش فعالیت‌ها و زندگی ما را در زمینه‌ای وسیع‌تر، غنی‌تر و معنادارتر قرار می‌دهد، و به ما کمک می‌کند بهمیم کدام اقدامات یا کدام مسیر معنادارتر از دیگری است. هوش معنوی به گسترش مفهوم معنویت در روان‌شناسی کمک بزرگی کرده است و معنویت را با فرایندهای شناختی و عقلانی مانند حل مسئله و دستیابی به هدف همراه کرده است. هوش معنوی اصولی را برای فرد فراهم می‌کند تا او بتواند تلاش‌های خود را هدفمند در نظر بگیرد و به زندگی خود معنا بخشد و به سمتی حرکت کند که برای او معنادار است (میشرا و شیست، ۲۰۱۴)؛ بنابراین، می‌تواند در موقع رویارویی فرد با بحران‌ها و مشکلات، با درنظرگرفتن

اولویت‌ها و ارزش‌های شخصی، به فرد در انتخاب مسیرهای صحیح برای دست‌یابی به هدف کمک کند. از آنجاکه دوره نوجوانی از لحاظ مواجه شده با بحران‌های زندگی شخصی، شغلی و تحصیلی دوره‌ای بحرانی و حساس در تصمیم‌گیری‌های مهم شخص برای تعیین اولویت‌های زندگی و تعیین مسیر زندگی آینده است، به نظر می‌رسد متجلی شدن سازه هوش معنوی ازسویی، با مدرسانی به فرد در تعیین مسیر، فرد را از سردرگمی‌ها و آشفتگی‌ها برهاند و ازسوی دیگر، با وسعت بخشیدن به نوع نگاه و مطرح کردن راه حل‌های معنوی پیش رو به مقابله با استرس‌های عمیق این دوران به فرد کمک کند.

به علاوه، از آنجاکه فرد واجد هوش معنوی به نیروی برتر و متعالی در جهان خلقت معتقد است که همه سیر زندگی‌وی را براساس حکمت رقم می‌زند، در مواجهه با مشکلات و مسیرهای صعب زندگی خود را تنها نمی‌بیند و به تکیه‌گاهی باور دارد که در مواجهه با مشکلات یاور او است. براساس نظریه فولکمن^۱ و همکاران (۱۹۸۵) چنین اعتقادی هم ارزیابی شخص معنوی را از موقعیت تهدیدآمیز و هم توان ادراک شده‌وی را برای آن تغییر می‌دهد؛ از این‌رو می‌توان انتظار داشت که مقابله‌وی را با مشکلات و سختی‌ها آسان کند. یافته‌های پژوهش حاضر در این خصوص با یافته‌های سعادتی و لشنی (۱۳۹۰)، کونیگ (۲۰۰۲، ۲۰۰۸) و پارک^۲ (۲۰۰۷) همسو است.

از بین مؤلفه‌های هوش معنوی، خودآگاهی متعالی و شکیبایی توانست بهترین پیش‌بینی کننده حل مسئله سازنده باشد (جدول ۲). سهرابی و ناصری (۱۳۹۰ ص ۳۱۰) اظهار می‌کنند مؤلفه خودآگاهی متعالی، از یک‌سو، به آگاهی از لایه و بعد وجودی خویشتن و ازسوی دیگر، به باورها و اعتقادات مذهبی و معنوی اشاره دارد. شاید آگاهی از بعد وجودی و ظرفیت‌ها و نقاط ضعف و قوت شخصی به انتخاب مسیرهای درست در هنگام مواجهه با مشکل کمک کند.

نقش باورها و اعتقادات را نیز می‌توان به اشاره به نیروی برتر پیش‌گفته در جهان خلقت نسبت داد که توان مقابله‌وی را در برابر مصائب افزوده و به برخورد صحیح‌تر با مشکلات می‌انجامد. بخشش نیز براساس نظر بسیاری از روان‌شناسان مثبت‌گرا (پارگامنت^۳ و ری^۴، ۱۹۹۸ ص ۷۶-۵۷)

-
1. Folkman
 2. Park
 3. Pargament
 4. Rye

به عنوان یکی از ابزارهای مقابله با فشار روانی ذکر شده است. به نظر می‌رسد بخشش با کاهش نشخوار فکری و القای آرامش به فرد، به تصمیم‌گیری بالغانه و سازنده منجر می‌شود. همچنین، تحلیل‌ها نشان داد که مؤلفه‌های هوش معنوی، سبک‌های سازنده حل مسئله را پیش‌بینی می‌کند. سبک سازنده حل مسئله نگرش مثبت به مشکلات و تمایل به مقابله رودررو با آنها را نشان می‌دهد (محمدی؛ صاحبی. ۱۳۸۰).

همان‌گونه که اشاره شد، هوش معنوی هم در ارزیابی فرد از موقعیت‌های مشکل‌زا و هم در مقابله با آنها به یاری فرد آمده و مشکل را در نظر فرد حل شدنی‌تر جلوه می‌دهد؛ بنابراین، طبیعی است که اجتناب فرد را کاهش داده و تمایل به رویارویی را در او تقویت کند. همچنین، فرد معنوی با اتکا به نیروهای فوق بشری تأثیرگذار در عالم، ممکن است علاوه بر شیوه‌های معمول، در برخورد با مسائل به شیوه‌های خلاقانه‌تری نیز بیندیشد و از این‌رو، یافتن رابطه مثبت بین هوش معنوی و خلاقیت دور از انتظار نخواهد بود. همچنین، خاطرنشان می‌کند می‌توان با آموزش‌های مناسب هوش معنوی را بهبود بخشدید و دوره نوجوانی برای این امر دوره بسیار مهم و مناسبی است. قدرشناسی به عنوان یکی از فاکتورهای مهم در بحث هوش معنوی در این دوره آموختنی است. در پایان باید یادآور شد که هوش معنوی در این پژوهش منبعث از آموزه‌های اسلام است و تمامی آموزه‌های این دین در راستای بهبود زندگی بشری و تسهیل نوع برخورد وی با مشکلات روزمره دستورالعمل‌هایی دارد؛ بنابراین، بدیهی است که داشتن نگاه مذهبی از نوع اسلامی و هوش معنوی، که به کاربردی‌تر شدن دانسته‌های مذهبی و معنوی فرد اشاره دارد، بتواند به حل سازنده و بهتر مسائل زندگی روزمره بینجامد.

بنابراین، می‌توان چنین نتیجه گرفت که هوش معنوی به عنوان یکی از حیطه‌های کاربردی معنویت بر سارگاری و انعطاف‌پذیری فرد تأثیرگذار است و در بهبود کیفیت عملکرد انسان مؤثر است؛ با وجود اینکه نگرش به معنویت به عنوان هوش به این معنا نیست که معنویت چیزی بیشتر از حل مسئله نیست یا افراد از معنویت فقط برای حل مسائل روزانه استفاده می‌کنند.

کتابنامه

۱. سعادتی، هیمن؛ لشنى، لیلا. ۱۳۹۰. «رابطهٔ هوش معنوی با رهبردهای مقابله با استرس». *توا بخشی*. دوره ۱۲. شماره ۴. صص ۷۵-۸۰.
۲. سهرابی، فرامرز؛ ناصری، اسماعیل. ۱۳۸۶. «بررسی مفهوم و مؤلفه‌های هوش معنوی و ساخت ابزاری برای سنجش آن». *پژوهش در سلامت روان‌شناسی*. دوره ۳. شماره ۴. صص ۶۹-۷۶.
۳. ۱۳۹۰. *هوش معنوی و مقیاس‌های سنجش آن*. تهران. آوای نور.
۴. کرین، ویلیام سی. ۱۳۹۲. *نظریه‌های رشد: مفاهیم و کاربردها*. ترجمه علیرضا رجایی و غلامرضا خویی‌نژاد. تهران. رشد.
۵. محمدی، فریده؛ صاحبی، علی. ۱۳۸۰. *بررسی سبک حل مسئله در افراد افسرده و مقایسه با افراد عادی*. *مجله علوم روانشناسی*. جلد اول، شماره ۱، صص ۲۴-۴۷.

6. Babanazari, L Askari, P., & Mehrabizade Honarmand, M. 2012. "Spiritual Intelligence and Happiness for Adolescents in High School". *Life Science Journal*. 9(3): P 2296-2299.
7. Ebrahimi Koohbanani, SH,. Dastjerdi, R,. Vahidi, T,. & Ghani Far, M. 2013. "The Relationship Between Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence with Life Satisfaction Among Birjand Gifted FemaleHigh School Students". *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 84. P 314-320.
8. Emmons, R. A. 2000. "Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern". *The International Journal for the Psychology of Religion*10 .. P 3-26.
9. Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of personality and social psychology*, 48(1), 150.
10. Gardner, H. 2000. *The Disciplined Mind: Beyond Facts And Standardized Tests, The K-12 Education That Every Child Deserves*. New York: Penguin Putnam.
11. Ironson G, and Hayward, H'sien. 2008. "Do Positive Psychosocial Factors Predict Disease Progression in HIV? A review of the evidence".



- Psychosomatic Medicine Jun. 70(5). P 546-54.
12. Koenig, H. G. 2008. **How religious beliefs and practices are related to stress, health and medical services.** Subcommittee on Research and Science Education of U.S. House of Representatives on September 18, 2008.
 13. Koenig, H. G. & Cohen, H. J. 2002. **The link between religion and health: psychoneuroimmunology and the faith factor.** Oxford University Press. Inc.
 14. Koenig, H. G., McCullough, M. E. & Larson, D. B. 2001. **Handbook of religion and health.** Oxford, UK: Oxford University Press.
 15. **Mental Health Foundation.** 2006. <http://www.mentalhealth.org.uk>
 16. Mishra, P., & Vashist, K. 2014. “**A review study oF spritual intelligence, stress and well-being of adolescents in 21ST century**”. IMPACT: International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences. Vol. 2, Issue 4.
 17. Pargament, K. I. & Rye, M. 1998. **Forgiving as a method of religious coping.** In E.
 18. Worthington & M. McCullough (Eds.). **Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives.** p 57-76. Philadelphia: Templeton Press.
 19. Park, C. L. 2007. “**Religiousness/ spirituality and health: a meaning systems perspective**”. Journal of behavioral medicine. 30. P 319-328.
 20. Sternberg, R. J. 1997. **The concept of intelligence and its role in life-long learning and success.** American psychologist, 52(10), 1030.
 - 21.
 22. Wolman, R.N. 2001. **Thinking with your soul: spiritual intelligence and why it matters.** New York: Harmony Books.
 23. Zohar, D., & Marshall, I. 2000. **SQ: Connecting with our spiritual intelligence.** New York: Bloomsbury Publishing.

بررسی اثر بخشی گروه درمانی معنوی-مذهبی با تأکید بر آموزه‌های اسلام بر کاهش اضطراب فراگیر دانشجویان*

سمیه کوپانی

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز (نویسنده مسئول). شیراز. ایران.

koopani_somayeh@yahoo.com

سید محمد رضا تقی

دکترای روان‌شناسی بالینی، استاد دانشگاه شیراز. شیراز. ایران.

mtaghavi@rose.shirazu.ac.ir

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی گروه درمانی معنوی-مذهبی با تأکید بر آموزه‌های اسلام بر کاهش اضطراب فراگیر دانشجویان بود. در این پژوهش از طرح آزمایشی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و گروه کنترل استفاده شد. ۳۰ نفر از دانشجویان دختر ساکن خوابگاه دانشگاه شیراز، دارای سطوح اضطراب متوسط به بالا، به روش نمونه‌گیری خوش‌های تصادفی انتخاب و پس از همتاسازی، به تصادف در هریک از گروه‌های آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه درمانی معنوی-مذهبی در طول هشت جلسه، هفته‌ای یک‌بار برای گروه آزمایش اجرا شد و برای گروه کنترل، معادل آن جلسات کتاب‌خوانی برگزار شد. مقیاس اضطراب صفت و حالت اسپلیبرگر، به عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون به کار برده شد. تحلیل داده‌ها با روش تحلیل کواریانس نشان داد که میانگین نمرات اضطراب صفت و حالت در گروه آزمایشی در مرحله پس‌آزمون به طور معناداری پایین‌تر از گروه کنترل بود ($p < 0.01$). نتایج نشان داد که گروه درمانی معنوی-مذهبی با

* این مقاله با هماهنگی دیرخانه دائمی کنگره بین‌المللی علوم انسانی اسلامی در فصلنامه شماره دو تحقیقات کاربردی علوم انسانی منتشر شده است.