

رابطه هوش معنوی با رضایت از زندگی دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهر تهران

سرین فیض آبادی

کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاداسلامی، واحد تهران مرکز- ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف شناسایی رابطه هوش معنوی با رضایت از زندگی دانش آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر تهران انجام شده است. پژوهش از نظر هدف کاربردی، از نظر نوع بررسی میدانی، از لحاظ تحلیل داده ها توصیفی-همبستگی است. نمونه آماری ۳۸۴ نفر از دانش آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر تهران که در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ بودند. با توجه به اهمیت هوش معنوی در عرصه های مختلف زندگی (اعم از مشاوره، تعلیم و تربیت) و نیز یافته های متنوع تأثیر آن بر سلامت روانی، و نیز تحقیقات اندک در کشور ما در زمینه ارتباط هوش معنوی با رضایت از زندگی این موضوع جهت تحقیق انتخاب شد. پس از آن که پرسشنامه ها توسط آزمودنی ها پر شد و نمره دهی گردید نمرات خام وارد نرم افزار SPSS ویرایش ۱۸ شد و در دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. آزمون پیرسون رابطه معنی دار و مستقیم بین هوش معنوی و رضایت از زندگی را تایید کرد و رگرسیون خطی چند متغیره نشان داد که متغیرهای وارد شده (ابعاد هوش معنوی) میتوانند پیش بین برای رضایت از زندگی باشند. ضریب تعیین نشان داد که ۰/۴۸ رضایت از زندگی توسط ابعاد هوش معنوی پیش بینی می شود.

واژگان کلیدی: آموزش غلبه بر درماندگی، علائم افسردگی، زنان سالمند

مقدمه

دانش آموزان در یادگیری درسهای آموزش داده شده دارای توانمندیهای متفاوتی اند عدهای مستعد یادگیری و عدهای فاقد استعداد لازم برای یادگیری اند. به عنوان مثال از میان دانش آموزانی که دارای شرایط یکسان برای آموزش درسهایشان هستند عدهای دارای نمرات خوب و مناسب و عدهای پیشرفت تحصیلی را هرگز تجربه نکرده اند. اگر سن، انگیزه و بقیه شرایط این دانش آموزان را یکسان در نظر بگیریم دلیل بروز این تفاوتها واقعاً در چیست؟

رضایتمندی، بستر موفقیت و کامیابی است و هیچ انسان موفق نیست که از هنر رضایت از زندگی برخوردار نباشد. بدون رضایتمندی، امکان پیشرفت و موفقیت وجود ندارد. بنابراین رضایتمندی از زندگی، یکی از رازهای ناشناخته در زندگی انسان های موفق است. البته بایستی به این نکته توجه داشت که میان «مشکل داشتن در زندگی» با «مشکل داشتن با زندگی» تفاوت وجود دارد. همه انسانها در زندگی مشکل دارند اما انسان موفق، کسی است که با زندگی اش مشکل نداشته باشد و این یعنی رضایت از زندگی. به طور کلی انسان باید یاد بگیرد که در اوج ناکامی امیدش را حفظ کرده و با تمام توان تلاش کند تا بر مشکلاتش غلبه کند و از زندگی خود لذت ببرد. همچنین انسان بایستی با تفکرات زیبای خودش زندگی زیبایی برای خود بسازد که این امر با یافتن معنایی برای زندگی امکان پذیر است زیرا معنای زندگی، جاودانه، پایدار و فنا ناپذیر است در حالی که مواد زندگی تغییر پذیر و نابود شدنی است (یوسفخانی، ۱۳۹۳).

علاوه بر تأکید اساسی که بر بهره هوشی در یادگیری مهارتها و حرفهها می شود مسئله استعداد نیز در کنار آن اهمیت ویژه ای دارد و آزمونهای هوشی نمی توانند تعیین کنند صرف میزان موفقیت فرد در یک زمینه باشد. به عنوان مثال فردی که از لحاظ سطح هوشی در حد بالایی قرار دارد لزوماً مهندس یا پزشک خوبی نخواهد شد. موفقیت آن وابسته به بهره هوشی او در کنار استعدادهایی است که در آن زمینه دارد. افرادی با بهره هوشی یکسان ممکن است استعدادهای مختلفی در زمینه های مختلف از خود نشان دهند. فردی ممکن است در زمینه موسیقی مهارت و شایستگی نشان دهد، دیگری در مکانیک و دیگری در علوم پزشکی (گنجی، ۱۳۸۱).

راهبردهای مقابله و تکنیکهای حل مشکل با استفاده از معنویت، کاربردهای سازگاران هوش معنوی هستند؛ این ارتباط غیرمستقیم است و هوش معنوی به عنوان یک میانجی در این ارتباطات نقش دارد. با توجه به تعریف و کاربردهایی که برای هوش معنوی ذکر شده است، این احتمال نیز وجود دارد که هوش معنوی بر سلامت جسمی و روانی افراد همچنین بر پیشرفت تحصیلی و رضایت از زندگی دانش آموزان نیز موثر باشد. برخی شواهد نشان می دهند، تمرین های معنوی (تعمق) افزایش دهنده آگاهی و بینش نسبت به سطوح چندگانه هوشیاری هستند و بر عملکرد افراد تاثیر مثبت دارند (رئیس و همکاران، ۱۳۹۳).

هوش معنوی^۱ یا SQ^۱ قدرتی است که به ما توانایی بدست آوردن رویاها و تلاش برای کسب آنها را می دهد. این هوش زمینه تمام آن چیزهایی است که ما به آنها معتقدیم و نقش باورها، هنجارها، عقاید و ارزشها را در فعالیت هایی را که بر عهده می گیریم در بر می گیرد. هوشی که به واسطه آن سوال سازی در ارتباط با مسائل اساسی و مهم در زندگی مان می پردازیم و به وسیله آن در زندگی خود تغییراتی را ایجاد می کنیم (به نقل از کوه بنایی و همکاران، ۱۳۹۲).

در واقع می توان گفت معنویت از طریق دانش ضمنی (دیسکونهارل، ۲۰۰۸) و به واسطه هوش معنوی (کینگ، ۲۰۰۸) تصمیمات را تحت تاثیر قرار می دهد. علاقه نو پدید به نحوی تاثیر معنویت در کسب و کار و رهبری در مقالات، مجلات و کتابهای فراوانی مطرح شده است (واسکونسلووز، ۲۰۰۹) و می توان آن را با کمک نیازهای ما زلو تبیین نمود. به این ترتیب که با

1 Spiritual intelligence

2 Discoon Harel

3 Keeing

4 Wasconslooz

رشد و توسعه استانداردهای زندگی، افراد تعلقات خود را از سمت نیازهای حیاتی و امنیتی به سوی خود شکوفایی و معنویت سوق داده اند (ونیک و دیلون^۱، ۲۰۰۲). گر چه ارتباطات زیادی بین معنویت و بهزیستی روانشناختی و سازگاری وجود دارد، ولی به اعتقاد کینگ راهبردهای مقابله‌ای و تکنیک‌های حل مشکل با استفاده از معنویت در واقع کاربردهای سازگارانه هوش معنوی بوده و پیشنهاد می‌کند این ارتباط غیر مستقیم است که به عنوان میانجی عمل نموده و به احتمال بیشتر همبستگی معنادارتری میان سطوح هوش معنوی و سازگاری وجود دارد (به نقل از قربان زاده، ۱۳۹۲).

هوش معنوی برای کارکرد اثربخش بهره‌مندی و هوش عاطفی ضرورت دارد. هوش معنوی به افراد کمک می‌کند قواعد را جایگزین کنند و با مرزها بازی کنند به ما توانایی تمیز و انتخاب می‌دهد. ما را سرشار از شفقت و ادراک می‌کند و به ما کمک می‌کند محدودیتها را ببینیم. هوش معنوی جنبه‌های ذهنی و ناملموس معنویت را با اقدامات و مسائل افراد در دنیای عینی و ملموس ترکیب می‌کند (ناسل^۲، ۲۰۱۰) و گان^۳ (۲۰۱۲) نیز هوش معنوی را به عنوان توانایی ایجاد معنا مبتنی بر فهم عمیق سوالات وجودی و نیز آگاهی و توانایی استفاده از سطوح چندگانه آگاهی در حل مساله تعریف می‌کند (به نقل از فرهنگ پور، ۱۳۹۰).

با استفاده از هوش معنوی به حل مشکلات با توجه به جایگاه، معنا و ارزش آن مشکلات می‌پردازیم. هوشی که قادریم توسط آن به کارها و فعالیت‌هایمان معنا و مفهوم بخشیده و با استفاده از آن بر معنای عملکردمان آگاه شویم و دریابیم که کدامیک از اعمال و رفتارهایمان از اعتبار بیشتری برخوردارند و کدام مسیر در زندگی مان بالاتر و عالی تر است تا آن را الگو و اسوه زندگی خود سازیم.

سوال اصلی: آیا ابعاد هوش معنوی (تفکر کلی و اعتقادی، توانایی مقابله با مشکلات، خودآگاهی و عشق و علاقه و سجایای اخلاقی) رضایت از زندگی دانش‌آموزان دبیرستان‌های دخترانه شهر تهران را پیش‌بینی می‌کند؟

پیشینه

ابراهیمی کوه بنانی و همکاران، (۱۳۹۲) پژوهشی با عنوان «رابطه بین هوش معنوی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی در بین دانش‌آموزان دبیرستان دخترانه تیزهوشان بیرجند» انجام داده است. بدین منظور ۱۲۳ دانش‌آموز از پایه‌های اول، دوم و سوم دبیرستان دخترانه فرزنانگان شهر بیرجند به روش نمونه‌گیری ساده انتخاب شده‌اند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های هوش معنوی (بدیع و همکاران، ۱۳۸۹)، هوش هیجانی (شوت و همکاران، ۲۰۰۱)، و رضایت از زندگی (هیوینر، ۲۰۰۱) استفاده شده است. نتایج نشان داد که بین هوش معنوی با رضایت از زندگی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود ندارد، اما بین هوش هیجانی با رضایت از زندگی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که مؤلفه سجایای اخلاقی در هوش معنوی و مؤلفه‌های ارزیابی هیجان ($\beta=0.30, P\leq 0.01$) و تنظیم هیجان ($\beta=0.19, P\leq 0.05$) در هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده‌های معنی‌داری برای رضایت از زندگی هستند. از سوی دیگر نتایج به دست آمده نشان داد که مؤلفه‌ی هوش معنوی در کنار هوش هیجانی با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنی‌داری دارد.

طالبی و جویباری (۱۳۹۲) پژوهشی با عنوان «رابطه هوش معنوی با رضایت از زندگی دانشجویان متاهل» انجام دادند. نمونه آماری این پژوهش ۱۰۰ دانشجوی متاهل (۵۰ زن و ۵۰ مرد) بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند و ابزار مورد استفاده آنها هوش معنوی علی بدیع و رضایت از زندگی رفتاری بود. نتایج نشان داد بین هوش معنوی با میزان رضایت از زندگی در کل نمونه دانشجویان متاهل رابطه معناداری وجود دارد و نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای هوش معنوی، پیش

1 Vanic & Dyloon

2 Nasel

3 Gan

بینی کننده خوبی برای رضایت از زندگی بود. هوش معنوی به عنوان نوعی هوشی غایی به مسائل معنایی و ارزشی را نشان می‌دهد و ظرفیت‌های سازگاری روانی را در بر می‌گیرد. یکی از عوامل مؤثر در افزایش احساس رضایت از زندگی و رضایتمندی پیوندهای دینی و ایمان مذهبی است. از آنجا که فرد باایمان دارای ارتباطات و اعتقادات معنوی است، کمتر احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی می‌کند.

نادری و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی؛ که در یک تحقیق به روش همبستگی و با نمونه ۱۵۰ نفری در شهر اهواز انجام شد و ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه هوش معنوی *ISIS*، هوش هیجانی شات، و مقیاس رضایت از زندگی *SWLS* استفاده شد. آورده اند: نتایج نشان داد که بین هوش معنوی و رضایت از زندگی همچنین بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی رابطه معنی داری وجود دارد نتایج تحلیل رگرسیون با روش ورود نشان داد که متغیرهای هوش معنوی، هوش هیجانی به ترتیب پیش بینی کننده رضایت از زندگی بودند.

بنیانیان در سال (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان «بررسی رابطه هوش معنوی با میزان تاب آوری و رضایت از زندگی دانش آموزان دختر سوم دبیرستان منطقه ۵ تهران» آورده است: نتایج بررسی ها نشان داد که متغیر هوش معنوی با رضایت از زندگی و تمام زیرمقیاسهای آن (رضایت از خانواده، دوستان، مدرسه، محیط زندگی و فرد) ارتباط معنادار و مثبت دارد. بین متغیر هوش معنوی و تاب آوری هم ارتباط معنادار و مثبت مشاهده شد همچنین تاب آوری با رضایت از زندگی و همه زیر مقیاسهای آن ارتباط معناداری دارد. متغیر رضایت از زندگی به میزان ۲۷/۰۴ از طریق هوش معنوی و به میزان ۲۱/۱۶ از طریق تاب آوری پیش بینی می‌شود.

فابریکاتور^۱ و همکاران (۲۰۱۲)، در مطالعات خود دریافتند که معنویت بر رضایتمندی کلی زندگی تاثیر می‌گذارد. معنویت شخصی به طور موثقی، رضایتمندی بیشتر از زندگی را پیش بینی می‌کند. همچنین به عنوان یک مکانیسم سازگاری ارزیابی می‌شود که به آنها کمک می‌کند که نسبت به کسانی که سطح پایین تری از معنویت شخصی را دارا هستند، بهتر و آسان تر عوامل تنش زا را کنترل کنند.

نتیجه پژوهش آکلین کازرین (۲۰۱۱) نیز نشان داد که ابعاد مذهبی بودن با رضایت از زندگی بالاتر مرتبط است و افراد مذهبی در اقوام مذهبی شادترند.

بریل هرت (۲۰۱۰) پژوهشی در بررسی رابطه هوش معنوی و رضایت از زندگی افرادی که دچار آسیب نخاع شوکی بودند انجام داد جامعه آماری افراد دچار آسیب نخاع شوکی بودند و تعداد نمونه وی ۱۲۰ نفر بود که به روش هدفمندانه انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده *SWLS* بود. نتایج نشان داد که ارتباط مثبت و معنی داری بین رضایت از زندگی و فاکتورهای معنوی - روانشناختی ابزار کیفیت زندگی وجود دارد.

کینگ (۲۰۰۸) پژوهشی کتابخانه ای در رابطه با هوش معنوی و کارکرد آن در زندگی روزانه انجام داده است. هوش معنوی را به عنوان مجموعه ظرفیت‌های روانی که با آگاهی، انسجام، کاربرد سازوار جنبه‌های متعالی و معنوی و غیر مادی وجود فرد سر و کار دارد، تعریف می‌کند که به پیامدهایی همچون بازتاب عمیق وجودی، افزایش معنا، باز شناسی خود متعالی و تسلط ویژگی‌های معنوی می‌انجامد.

آمرام (۲۰۰۷) پژوهشی کتابخانه ای در رابطه با هوش معنوی و کارکرد آن در زندگی روزانه انجام داده است. وی در بررسی‌های خود در مورد هوش معنوی آورده است: هوش معنوی، توانایی به کارگیری و بروز منابع، ارزش‌ها و کیفیت‌های معنوی است؛ به گونه ای که بتواند کارکرد روزانه و آسایش (سلامت جسمی و روحی) را ارتقاء دهد.

¹ Fabricatore

مبانی نظری

هوش به عنوان یک توانایی شناختی در سال ۱۹۰۵ میلادی توسط بینه و سیمون^۱ مطرح شد. با وجودی که در خصوص این پدیده بررسی های متعددی انجام گرفته و نظریه های متفاوتی ارائه شده اما هنوز صاحب نظران به همسویی کلی در مورد ابعاد گوناگون هوش دست نیافته اند. در بین نظریات مطرح شده دو نظریه از مقبولیت بیشتری برخوردار هستند.

هوش معنوی، بر خلاف هوش کلی که رایانه ها هم دارای آن هستند و بر خلاف هوش هیجانی که در پستانداران عالی تر نیز وجود دارد، منحصرأً خاص انسان است و هوش معنوی اساسی ترین و اصلی ترین این سه نوع هوش است. هوش معنوی زیر بنای موضوعاتی است که به آن ها ایمان داریم. هوش معنوی هم چنین اساس اعتقادات، ارزش ها و اعمال و ساختار زندگی ما است. هوش معنوی دسترسی انسان به معنا و ارزش و نیز استفاده از آن ها در شیوهی اندیشیدن و تصمیم گرفتن را فراهم می کند، هوش معنوی به انسان تمامیت می بخشد و به او یکپارچگی و وحدت عطا می کند. برای رسیدن به موفقیت در زندگی، لازم نیست که افراد فقط دارای هوش عمومی بالایی باشند، بلکه آن چه لازم می باشد هوش هیجانی و هوش معنوی بالا می باشد. به ویژه، داشتن نمره هوش معنوی بالا افرادی را شامل می باشد که از حد جسم و ماده فراتر رفته، حالات اوج هوشیاری را تجربه می کنند و از منابع معنوی برای حل مسائل استفاده می کنند و خصوصیات هم چون تواضع، بخشش، حق شناسی و ترحم یا گذشت را در آنان می توان دید.

شرح سطوح مختلف هشیاری نقشه ای سودمند برای تمایز هوش معنوی از دیگر انواع هوش را فراهم می نماید. ویلبر^۲ (۱۹۹۹) اظهار می دارد که گرچه اغلب ما تجربه های متعالی را داشته ایم و به حالات گسترده ی هشیاری فراشخصی دست یافته ایم، می توانیم با تمرین کردن، دستیابی مداومی به شواهد یا آگاهی خالص و ناب که آگاه از همه ی سطوح است را تکمیل کنیم. این آگاهی می تواند به واسطه ی حالات خواب، رؤیا و بیداری باقی بماند، زیرا تقریباً همیشه در هر سه حالت حضور دارد.

از یک دیدگاه دیگر، هوش یک موهبت الهی است که از میان حجاب (پرده ی) خواب و خیال رسوخ می نماید و به همین مناسبت قادر است که واقعیت را بشناسد. بنابراین، ملاحظه می شود که هوش کلی (IQ) و هوش هیجانی (EQ)) هر دو در محدوده ی دانش ها و اطلاعات زیستی هستند ولی هوش معنوی SQ شامل تفکرات انتزاعی و دور است. هوش معنوی از طریق دانش ها و قوانین معنوی که در دنیای ما پیدا می شود به کار برده می شود. در حقیقت هنگامی که SQ و EQ و IQ با هم به صورت هماهنگ به کار برده می شوند، ما قادر به کردن نیروی درونی مان به طور فزاینده و فراوان در دنیا آشکار هستیم. دانا زوهر، استاد دانشگاه آکسفورد، در سال ۱۹۹۷ برای اولین بار مفهوم هوش معنوی یا SQ را مطرح نمود، توجه بسیاری از اندیشمندان را به خود جلب نمود و پژوهشگران و اندیشمندان مختلفی بر روی مفهوم هوش معنوی کار کردند. برخی از این افراد عبارتند از: رابرت ایمونز، تونی بوزان، سینتیا دیویس، فرانسیس وون، فرانک دیدریچ، ریچارد وولمن، کاتلین نوبل، جین رودر، سیندی ویگلزورث و دیوید کینگ. اما همه آنها هوش معنوی را در ارتباط با معنویت و یا مذهب مطرح نمودند، مباحثی که بسیار انتزاعی هستند و امکان استفاده از آنها در مباحث مدیریتی و سازمانی ممکن نیست. دانا زوهر در سال ۲۰۰۴ مدل خود را تکمیل نمود و آن را با ۱۲ مولفه ارائه کرد. این مدل در واقع مفهوم SQ را در مباحث مدیریتی و فضاهای سازمانی ملموس و قابل استفاده نمود. این ابعاد در واقع مقیاسهای ۱۲ گانه هوش معنوی در افراد هستند که عبارتند از:

۱- آگاهی خود^۳

هر انسانی با ویژگی ها، استعدادها، انگیزه ها، نیازها و خواسته های خاص خود پای به جهان میگذارد. ویژگی هایی که در واقع نه بد هستند نه خوب. اگر بتوانیم از قضاوت کردن درباره ویژگیهای انسانی و برچسب خوب یا بد زدن بر روی آنها دست

¹ Bine & Simon

² Weilber

³ Self Awareness

برداریم، آنها را میپذیریم و همراستا با آنها پیش میرویم. خودآگاهی یعنی شناختن خود واقعیمان به دور از همه نقابها، الگوها، بایدها و نبایدهای متداول در جامعه، یعنی شناختن استعدادها و خواسته ها، ارزشها، نیازها و ویژگیهای منحصر به فرد خودمان، یعنی دیدن اعتقادات، ارزشها، انگیزه‌ها و عادات شخصی، یعنی بدانیم چه ترسهایی داریم و از چه چالشهایی پرهیز میکنیم، یعنی دیدن تصویری دقیق از خود بدون توجه به قضاوت دیگران، پذیرفتن و حتی دوست داشتن آن. (انیمسون؛ ۲۰۱۰)

۲- خودانگیختگی^۲

به ما یاد داده اند در زندگی همیشه برنامه‌ریزیهای دقیقی داشته باشیم. از طرح‌هایی چون نقشه الف و نقشه ب استفاده کنیم و سعی کنیم همه عوامل اثرگذار بر برنامه ریزی‌های خود را در نظر بگیریم، که البته معمولاً کاری غیرممکن است و مشکل زمانی آغاز می‌شود که عوامل پیش‌بینی نشده‌ای، برنامه ریزی‌های ما را در هم میریزند طوری که نه نقشه الف قابل اجراست و نه نقشه ب. ذهن بسیاری هنگام روبرویی با چنین موقعیتی قفل میشود، برخی عصبانی و پرخاشگر می‌شوند و بعضی مستاصل و درمانده. اما خودانگیختگی موجب می‌شود که فرد بدون خشم یا تاسف، تغییرات را بپذیرد، فرصتهای موجود در تغییرات پیش آمده را ببیند و از شرایط موجود بیشترین استفاده را بکند. افراد خودانگیخته از آزمودن مسیرهای مختلف و تجربیات جدید نمی‌ترسند. خودانگیختگی یعنی استقبال از هر لحظه با هر آنچه برایمان به ارمغان می‌آورد (عبداله زاده، ۱۳۹۳).

۳- چشم انداز محوری و ارزش محوری^۳

چشم انداز، خواسته‌ای است که از درونمان می‌جوشد، به ما در مسیر زندگی انگیزه می‌دهد و به پتانسیل‌های درونی ما نیرو میدهد. چشم انداز ما براساس ارزش‌های عمیق شخصیمان شکل می‌گیرد، ارزش‌هایی که فرد بدون توجه به بایدها و نبایدها و ارزش‌های متداول جامعه انتخاب کرده است. چشم‌انداز محوری و ارزش محوری یعنی طبق اصول و باورهای عمیق شخصی تصمیم‌گیری، رفتار و زندگی کردن. اما آنچه که مهم است این است که هوش معنوی بالا موجب می‌شود فرد در دام چشم انداز و ارزش‌هایش نیفتد، حتی اگر با تحلیل و درک عمیقی به آنها رسیده باشد. وی هر از گاهی چشم‌اندازها و ارزش‌های فردی خود را بازبینی می‌کند و در صورت نیاز تغییرات لازم را در آنها ایجاد می‌نماید.

۴- کل نگری^۴

فیزیک کوانتومی در قرن بیستم، موجب ایجاد معرفت کوانتومی شد و بر بسیاری از علوم روز تاثیر گذاشت. در این دیدگاه، جهان از اجزای مرتبط با یکدیگر تشکیل شده که کاملاً بر روی یکدیگر تاثیر می‌گذارند، در حالی که کل همیشه بزرگتر از مجموع اجزایش است. کل دارای غنا، بعد و وسعتی است که هیچ جزیی آن را ندارد. بنابراین کل نه فقط از کمیت بیشتری برخوردار است، بلکه کیفیت افزوده نیز دارد. کل نگری به عبارت ساده یعنی توانایی دیدن کل با الگوهای بزرگتر، همراه با روابط و ارتباطات موجود بین اجزای کل. افراد کل نگر به جای دیدن یک موقعیت یا مشکل به عنوان یک پدیده مستقل، میتوانند مشکلات و پدیده‌ها را از زوایای مختلفی ببینند و ارتباط آن و عوامل پیرامونی اش را بررسی و درک کنند.

۵- دگرخواهی^۵

دگرخواهی یعنی عشقی عمیق نسبت به همه موجودات جهان و درک رنج تک تک انسانها بی توجه به نژاد، سطح اجتماعی، میزان ثروت، اندازه هوش، جنسیت و... آنها. دگرخواهی تنها آگاهی از احساسات دیگران نیست، بلکه حس کردن فعالانه این احساسات است که حساسیت و واکنش نسبت به مشکلات دیگران را به همراه می‌آورد و بیرحمی، خودخواهی و بیتفاوتی را در فرد از بین می‌برد. دگرخواهی باعث میشود فرد خود را همانگونه که هست، دوست بدارد و این احساس به آنها توانایی عشق بدون

1 Animasahun

2 Spontaneity

3 Vision and Value Led

4 Holism

5 Compassion

قضاوت به دیگران را میدهد، خشم یا دردی که موجب رفتارهای ناخوشایند دیگران میشود را درک میکند و آنان را به راحتی میبخشد، حتی اگر با او مخالف باشند و رفتار ناخوشایندی داشته باشند. این عشق نه فقط شامل همه انسانها، بلکه همه حیوانات و گیاهان و حتی مادر زمین میشود و موجب میشود افراد از صدمه دیدن محیط زیست رنج ببرند و برای حفظ آن مبارزه می کنند.

۶- استقبال از تفاوت ها^۱

یعنی ارزش نهادن و دوست داشتن افراد متفاوت و توانایی یادگیری از عقایدی که با فرد متفاوت و یا حتی متضاد باشد، استقبال از تفاوتها یعنی احترام و استقبال از همه فرهنگها، خواسته ها، دیدگاهها و عقاید مختلف و حتی مخالف با خود، یعنی برای انجام کارها، نقطه نظرات و دیدگاه های مختلف را درک کردن و از آنها استفاده کردن زیرا این تفاوتها زندگی انسانها را از واقعیات و فرصتها غنی میسازند. بدیهی است چنین نگرشی نیازمند احساس تواضع در اهمیت اعتقادات افراد است. استقبال از تفاوتها بر میزان انعطافپذیری، یادگیری و تمایل به رشد افراد می افزاید (عبداله زاده، ۱۳۹۳).

۷- استقلال رای^۲

استقلال رای یعنی فرد به دور از خودمحوری، با ذهنی مستقل بداند چه میخواهد و در آن مسیر با پایداری به پیش رفتن. کسانی که استقلال رای دارند، نظر مشورتی دیگران را می شنوند و درباره آن فکر می کنند، اما در نهایت با استفاده از ذهن تحلیلگرشان تصمیم میگیرند. آنان اجازه نمیدهند دیگران برایشان تصمیم بگیرند، مصمم و قاطع تصمیم می گیرند و مسئولیت تصمیمهایشان را نیز می پذیرند. آنها هرگز نگران قضاوتهای دیگران نیستند و فشارهای خارجی (اجتماعی، گروهی، ...) بر روی تصمیمهای آنها اثری ندارد، نه دنباله روی الگوهای متداول هستند و نه به دنبال تایید دیگران. راه خود را میروند، حتی اگر تصمیمهایشان ناخوشایند دیگران باشد یا محبوبیت آنها را در جمع یا جامعه از بین ببرد.

۸- تواضع و فروتنی^۳

تواضع و فروتنی فرد را از ایگو و منیت دور میکند. تواضع تنها چند واژه نیست که از روی عادت یا به منظور استفاده از شرایط موجود، آنگونه که در فرهنگ ایرانی متداول است، بر زبان جاری شود. بلکه فروتنی واقعی یعنی با نگاهی واقعبین و خود انتقادی خود را و جای واقعی خود در گروه و موفقیتها دیدن.

جیم کالینز در کتاب "از خوب به عالی" فروتنی را از ویژگیهای اساسی رهبران موفق در سطح پنجم رهبری میدانند که میتوانند سازمان را از سطح خوب به سطح عالی ببرند. از جمله نشانه های فروتنی در این رهبران را کم ادعایی، خونسردی و آرامش، اجتناب از زرق و برق، سرسختی و تزلزل ناپذیری می شمارد. چنین رهبرانی به جای صحبت از خود و توانایی هایشان از تاثیر همکاری خوب و سازنده سایرین صحبت میکنند. افراد فروتن مغرور نیستند ولی عزت نفس، اراده و اعتماد به نفس دارند و محدودیتهای خود را می شناسند و می دانند به تنهایی قادر به انجام کاری نیستند، به همه افراد تیم امکان رشد می دهند، از اشتباه کردن نمی ترسند و امکان اشتباه را برای همه در نظر میگیرند.

۹- بنیادی چراهای طرح به تمایل^۴

کنجکاوی کودکان آنها را به پرسش مداوم وادار میکند: "چرا؟" اما به تدریج خانواده، مدرسه و بعد هم سازمان جرات پرسیدن را از آنان میگیرند. زیرا پرسیدن، به عنوان رفتاری مزاحم، کلافه کننده و حتی ناسپاسانه در نظر گرفته میشود. این رفتار نه تنها به منفعل کردن کودک درون افراد میانجامد (که سرچشمه اشتیاق، تازگی و خودانگیختگی آنان است) بلکه خلاقیت ناشی از پرسشهای مداوم که میتواند به نوآوری و پیشرفت های مهمی بینجامد را نیز نابود می کند. این ویژگی باعث می شود فرد بتواند از محدودیت های حال فراتر رود و شهامت دیدن و ساختن آینده در موقعیت های جدید را داشته باشد. ذهن جستجوگر چنین

¹ Celebration of Diversity

² Field Independence

³ Humility

⁴ Tendency to ask fundamental why questions

فردی، همیشه به دنبال علل اصلی وجودی خود، عوامل و دلایل اصلی و پنهان موفقیت‌ها و شکست‌های خود و دیگران، چراهی اساسی مشکلات و وقایعی است که در اطرافشان پیش می‌آید. او عقاید و سنن متداول جامعه یا استراتژی‌های کلان سازمان را زیر سوال میبرد، حتی تمام افکار، ارزشها و رفتارهای خود را نیز زیر سوال می‌برد تا ریشه اصلی آنها را بیابد. ذهن کنجگاو چنین افرادی هرگز پیرو عادات نمی‌شود.

۱۰ - توانایی تغییر چارچوب‌های ذهنی^۱

تجربیات، دانش، خواسته‌ها و پیش‌داوریهای افراد، برای ذهن آنها چارچوب‌هایی درست می‌کند و نگاه آنها را در زوایای خاصی قفل می‌کند. به همین دلیل افراد مختلف، محیط اطراف و شرایط مشابه را به شکل‌های کاملاً متفاوتی می‌بینند. زیرا هر یک با زاویه دید خود به موضوع نگاه می‌کنند. این اختلاف در زاویه دیدها، باعث به وجود آمدن اختلاف نظر می‌گردد. توانایی تغییر چارچوب‌های ذهنی موجب میشود افراد بتوانند زوایای مختلف مسائل را ببینند، هنگام بروز مشکل، میتوانند مسئله را از زاویه دید دیگران نیز ببینند، بنابراین توانایی ایجاد تعریف مشترکی از مشکل و ارائه راه‌حلهایی دارند که منافع همگان را در بر می‌گیرد.

۱۱ - استفاده مثبت از مشکلات و چالش‌ها^۲

همه می‌دانند فقط کسانی که کاری انجام نمی‌دهند، اشتباه نمی‌کنند و با مشکلی روبرو نمی‌شوند. بنابراین مشکلات اجتناب‌ناپذیرند. اما نحوه روبرویی با مشکلات در میزان موفقیت افراد نقشی اساسی دارد. افرادی که توانایی استفاده مثبت از مشکلات و چالش‌ها را دارند، به مشکلات و اشتباهات خود، نه به عنوان یک مانع، بلکه به عنوان فرصتی برای یادگیری نگاه می‌کنند. مشکلات آنها را نمی‌ترسانند و خود را به خاطر خطاها و اشتباهاتشان سرزنش نمی‌کنند، از اشتباهات خود درس می‌گیرند، خود را به راحتی می‌بخشند و از آن می‌گذرند. هنگام بروز مشکل، به جای احساس تاسف برای خود یا انتقادهای مکرر از عملکرد گذشته‌شان، از آنچه پیش آمده، می‌آموزند و به پیش می‌روند. در مشکلات به جای مقصر، به دنبال راه حل هستند. برای این افراد خطاها و اشتباهات، در واقع گام‌های ضروری برای رسیدن به پیروزی هستند.

۱۲ - رسالت احساس^۳

احساس رسالت یعنی فرد صدای درونش را می‌شنود، به آن گوش می‌دهد و در آن مسیر پیش میرود، صدایی که از آرمانها و ارزش‌های درونی‌اش سرچشمه می‌گیرد. او با گوش کردن به ندای درونش در مسیر رسالتش پیش می‌رود و در این راه، هیچ مانعی نمی‌تواند او را بازدارد. در این مسیر زندگی برایش زیباست، احساس خستگی نمی‌کند و با چنان عشقی کار می‌کند که همگان آن را احساس می‌کنند، عشقی که انگیزه آن نیرویی در درون فرد است که می‌گوید: «باید چنین کنم».

در نتیجه هم از وضعیت موجود احساس رضایت می‌کند و هم چاره‌های جز موفقیت ندارد. احساس رسالت به زندگی فرد آرامش و خوشحالی عمیقی می‌آورد و باعث می‌شود شور زندگی در وی بدرخشد.

هوش معنوی، در همه افراد کاملاً قابل پرورش و توسعه است، خصوصاً که بیشتر مولفه‌های هوش معنوی، با کودکان در سطح بسیار بالایی به دنیا می‌آیند، اما عوامل اثرگذاری چون خانواده، مدرسه و جامعه، فرد را به تدریج از گنجینه ارزشمند و خالصی که با آن به دنیا آمده دور می‌کند. بالا رفتن هوش معنوی، درواقع یعنی بازگشت به خلوص درون، به اتحاد دوباره میان خود با خویشتن، به مسیر درستی است که برای آن به دنیا آمده‌ایم. مسیر اصلی در مشاهده بدون قضاوت ایگو است (عبد یوسفخانی، ۱۳۹۳).

هر چند در این فاصله باید هر از گاهی نیز از همه تلاش، دوییدن، سرعت و عجله خود دست برداشته و دمی با خود خلوت کنیم. زیرا تمرکز، سکوت درون و مدیتیشن از روشهای بسیار موثر در بالا بردن هوش معنوی است.

¹ Ability to reframe

² The Positive Use of Adversity

³ Sense of Vocation

هوش معنوی می‌تواند با روش‌های متنوعی برای تربیت توجه، تغییر شکل دادن هیجان‌ها و ترویج و تربیت رفتارهای اخلاقی، رشد یابد. این شیوه‌ها خاصیت منحصر به فرد هیچ یک از سنت‌های مذهبی یا آموزش‌های معنوی نمی‌باشد. گرچه آن با رشد اخلاقی، هیجانی و شناختی مرتبط شده است، اما با هیچ یک از آنها نیز همانند نمی‌باشد. زیرا انواع مختلف هوش به میزان متفاوتی توسعه می‌یابند. یک نفر ممکن است بیشتر در یکی از حیطه‌ها رشد یابد ولی در حیطه‌های دیگر نه. وقتی مباحث و مسائل اخلاقی هیجانی حل نشده باقی می‌ماند، دقیقاً از رشد معنوی بازداری می‌شود. رشد معنوی، جلوه‌ای از هوش معنوی، شامل درجه‌ای از رشد اخلاقی و هیجانی و همچنین رفتار اخلاقی است. ترویج و پرورش هوش معنوی، مستلزم تعهد به بعضی اشکال آن شیوهی معنوی باشد. به نظر می‌رسد که هر بحثی درباره‌ی هوش معنوی بدون شناختن دامنه‌ی وسیع تجارب معنوی ناکامل خواهد بود. (مددی، ۱۳۹۲).

راجر والش^۱ (۱۹۹۹) هفت شیوهی متداول در مذاهب جهان شرح داده‌اند که گشایش قلب و ذهن را تشویق کرده و به مردم کمک می‌کند تا بعضی از این کیفیت‌ها را پرورش دهند.

رشد هوش معنوی رشد شخصی را شامل شده و از آن سبقت می‌گیرد و تا یافته‌هایی فراتر از توسعه‌ی روان‌شناختی سالم گسترش می‌یابد. این امر با ترویج صحت و خودآگاهی شروع و با تمرین به دغدغه‌ی درباره‌ی همه‌ی انسان‌ها توسعه می‌یابد. بعضی از ویژگی‌های شخصی معنوی مثل فضایل سنتی صداقت و راستی، فروتنی و خیرخواهی ممکن است با هوش مرتبط باشند. یک دیدگاه یکپارچه درباره‌ی هوش معنوی در حیطه‌ی هوش چندگانه می‌گنجد و هوش معنوی را در زمینه‌ای از کل زندگی فرد می‌نگرد. هوش معنوی یکپارچه به معنی زندگی بر حسب باورها و عقاید اصلی و پایه‌ای فرد می‌باشد. این یکپارچگی، حس معطوف به هدف را تقویت می‌کند، درحالی که چند پاره‌ای بودن آن به بیگانگی و ناامیدی منجر می‌شود.

باید گفت که مفهوم هوش دارای تعاریف گوناگون و مختلفی می‌باشد. در یک تعریف نسبتاً جامع، هوش را می‌توان ظرفیت یادگیری، تمامیت دانش کسب شده و توانایی سازش یافتگی با محیط دانست. هوش معنوی بیانگر مجموعه‌ای از توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و منابع معنوی می‌باشد که به کاربرد آنها در زندگی روزانه می‌تواند موجب افزایش انطباق پذیری فرد شود. در تعریف‌های موجود از هوش معنوی، به ویژه بر نقش آن در حل مسائل وجودی و یافتن معنا و هدف در اعمال و رویدادهای زندگی روزمره تأکید شده است

نظریه‌های مختلفی نیز در مورد ابعاد و یا انواع هوش وجود دارد. به عنوان نمونه، گاردنر نظریه‌ی هوش‌های هشت‌گانه را عنوان می‌کند که عبارتند از: ۱- هوش زبانی-کلامی، ۲- منطقی-ریاضی، ۳- موسیقایی-موزون، ۴- دیداری-فضایی، ۵- بدنی-جنبشی، ۶- درون فردی (شخصی)، ۷- هوش بین فردی، ۸- هوش طبیعت‌گرا (مددی، ۱۳۹۲).

رضایت از زندگی

رضایت از زندگی از نظر لغوی به معنی چگونگی زندگی بوده و در اصطلاح مفهومی چند وجهی، نسبی، و متأثر از زمان و مکان و ارزش‌های فردی و اجتماعی است و همچنین دارای ابعاد عینی و بیرونی، ذهنی و درونی است که نمی‌توان برای آن تعریفی جامع و مانع ارائه داد.

رضایت از زندگی بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت فعلی او می‌باشد. به عبارتی هر چه شکاف بین سطح آرزوهای فرد و وضعیت عینی وی بیشتر گردد، رضایتمندی او کاهش می‌یابد، اما سطوح آرزوهای فرد به تدریج با وضعیت وی تطبیق خواهد یافت.

¹ Walsh.R

فلس و پری (۱۹۹۶) رضایت از زندگی را به عنوان یک احساس نیک تعریف می کنند که شامل ارزیابی قابل مشاهده و درونی از احساسات نیک مادی، جسمانی، و اجتماعی می باشد که به وسیله ی مجموعه ای منحصر به فرد از ارزش ها اندازه گیری می شود .

مایکالس^۲ (۱۹۸۶) رضایت از زندگی را تفاوت ادراک فرد از این که اشیا چگونه هستند و چگونه می توانند باشند، تعریف کرده است.

نظریه های رضایت از زندگی

اندرسون و همکاران^۳ (۲۰۱۳) بیان می کنند که عقیده افراد در خصوص زندگی خوب می تواند به صورت ذهنی تا عینی مشاهده شود که این طیف شماری از نظریه های جذاب رضایت از زندگی را به وجود می آورد . به طیف مزبور ، نظریه کلی رضایت از زندگی می گویند . مطابق نظر اندرسون و همکاران (۲۰۱۳) نظریه کلی رضایت از زندگی نظریه جامعی است که شامل هشت نظریه حقیقی دیگر در طیف ذهنی - وجودی - عینی است. این جا به بررسی رضایت از زندگی در این طیف با توجه به نظریه رضایت از زندگی ونتگوت و همکاران پرداخته می شود :

رضایت ذهنی از زندگی:

یعنی این که شخص تا چه میزان احساس می کند دارای زندگی خوبی است . هر فرد مشخصا چگونگی دید خود از اشیاء ، احساسات و عقایدش را مورد ارزیابی قرار می دهد این که آیا شخص از زندگی خود راضی و خشنود است ، جنبه هایی هستند که کیفیت ذهنی زندگی را منعکس می کنند.

رضایت وجودی از زندگی :

یعنی زندگی یک شخص در سطح عمیق تر تا چه اندازه خوب است . در این جا فرض شده که شخص طبیعت عمیق تری دارد و شایسته احترام است . ممکن است شخص فکر کند که شماری از نیازهای طبیعت بیولوژیکی وی بایستی برآورده شوند. این عوامل مانند شرایط رشد باید بهینه سازی شوند یا این که همه اشخاص باید بر طبق ایده آل های روحانی و مذهبی مشخصی که با طبیعت زندگی آن ها عجین شده اند، زندگی کنند.

رضایت عینی از زندگی :

یعنی این که زندگی یک شخص چگونه توسط جهان خارج درک می شود. این دیدگاه تحت تاثیر فرهنگی که مردم در آن زندگی می کنند قرار دارد.(اندرسون و همکاران، ۲۰۱۳)

طیف ذهنی تا عینی رضایت از زندگی با در نظر گرفتن عمق وجود زندگی ، مرکب از تعدادی از نظریه های رضایت از زندگی هستند و از این رو این طیف را نظریه کلی رضایت از زندگی می نامند. مقوله های مختلف نظریه کلی شامل کیفیت ذهنی و عینی زندگی بر اساس نظر اندرسون و همکاران (۲۰۱۳) بدین قرار است:

- بهزیستی : طبیعی ترین جنبه رضایت از زندگی بهزیستی است ، رضایت از زندگی در اینجا بر حسب ارزشیابی رضایت فرد از زندگی مد نظر قرار می گیرد.
- رضایت از زندگی : رضایت داشتن از زندگی به معنای آن است که احساس کنیم زندگیمان در همان جریانی است که باید باشد. رضایت داشتن بک حال ذهنی است.

¹ Felse & parry

² Mayklas

³.Anderson & etal

- شادی : منظور از شاد بودن، تنها خوشحال بودن و خشنود بودن نیست. این یک احساس خاص است که ارزشمند و بسیار مطلوب است اما به سختی به دست می آید. شادی حالتی عمیق در فرد است که مشتمل بر یک تعادل و تقارن خاص است. شادی یک سرخوشی و میزان شیرینی زندگی است.
- معنادار بودن زندگی : مفهومی مهم است که به ندرت استفاده می شود. افراد درباره معناداری زندگی تنها با دوستان خیلی صمیمی و خویشاوندان نزدیک صحبت می کنند. آنهایی که به دنبال معنادار کردن زندگی هستند در واقع در یک وضعیت گیج کننده قرار می گیرند که در آن تمام جنبه های زندگی کاملاً متفاوت به نظر می رسد.
- دیدگاه بیولوژیکی رضایت از زندگی : این جنبه از رضایت از زندگی مربوط است به اساس تشکیلات بیولوژیکی انسان. از نقطه نظر بیولوژیکی، انسان یک ارگانیسم زنده است یعنی مجموعه ای از سلول ها که به واسطه ی گستردگی، اطلاعات را مبادله کرده و پتانسیل عمیق بیولوژیکی را برای ساختن بشر فراهم می کنند.
- درک پتانسیل زندگی : انسان از ذخیره بالقوه خود برای فعالیتهای سازنده، ارتباطات اجتماعی خوب، شغل و ایجاد خانواده و زندگی کامل استفاده می کند.
- برآوردن نیازها: مفهوم برآوردن نیازها نسبت به جنبه های قبلی، دارای سطح انتزاعی کمتری است ضمن این که سطحی تر بوده و در معنی وسیع تر و کلی تری استفاده می شود. نیازها به طور سنتی به رضایت از زندگی مربوط می شوند به این صورت که وقتی نیازهای انسان برآورده شد رضایت از زندگی وی افزایش می یابد. نیازها یک حالت از طبیعت ما انسان ها هستند، یعنی چیزی که همه انسان ها به طور مشترک دارا هستند.
- عوامل عینی : جنبه های عینی رضایت از زندگی مربوط به عوامل خارجی بوده و تشخیص آن ها راحت می باشد این عوامل مشتمل بر درآمد، وضعیت مادی، وضع سلامتی و تعداد تماس های روزانه با دیگران می شود. همه این نظریه ها جنبه هایی از زندگی هستند که می توانند بر روی خط پیوستار ذهنی تا عینی قرار بگیرند. بهزیستی و عوامل عینی سطح ترین جنبه ها هستند زیرا با توانایی های سطحی ما برای سازش با فرهنگ مان ارتباط دارند. رضایت از زندگی و برآوردن نیازها با یک جنبه عمیق در ارتباط اند. شادی و فهم پتانسیل زندگی عمیق ترین جای وجود ما و طبیعت اشخاص را احاطه می کنند. معناداری زندگی و نظم و هماهنگی در سیستم اطلاعات بیولوژیکی با درونی ترین جنبه های بشر ارتباط دارند ما همچنین نیاز به فرض یک هسته انتزاعی میان معناداری زندگی و نظم و هماهنگی در سیستم اطلاعات بیولوژیکی هستیم که غیر قابل بیان و غیر قابل سنجش می باشند به طوری که در این هسته، جنبه های عینی و ذهنی با هم یکی می شوند.

روش پژوهش:

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر گردآوری و تحلیل داده ها همبستگی است. توصیفی است زیرا محقق مداخله ای انجام نمی دهد و تاثیری روی متغیرها ندارد.

جامعه این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دبیرستان های دخترانه شهر تهران که در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل هستند. با توجه به جدول مورگان حجم نمونه برای جامعه های بزرگ (بالای صد هزار نفر) ۳۸۴ نفر در نظر گرفته شد.

پرسشنامه هوش معنوی

پرسشنامه هوش معنوی توسط بدیع و همکاران در سال ۱۳۸۹ تهیه گردید که شامل ۴۲ گویه و ۴ مولفه می باشد. مولفه تفکر کلی و بعد اعتقادی ۱۲ گویه، مولفه توانایی مقابله و تعامل با مشکلات ۱۴ گویه، مولفه پرداختن به سجایای اخلاقی ۹ گویه، مولفه خودآگاهی و عشق و علاقه ۷ گویه می باشد.

روش نمره گذاری و تفسیر:

پرسشنامه هوش معنوی دارای ۴۲ سوال است و ۴ مولفه می باشد. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت است:

پرسشنامه دارای چهار بعد بوده که سوالات مربوط به هر بعد در جدول زیر ارائه گردیده است:

سوالات مربوطه	بعد
۴۲-۳۹-۳۸-۳۴-۲۹-۲۸-۲۳-۲۲-۱۷-۱۵-۱۲-۱۱	تفکر کلی و بعد اعتقادی
۳۵-۳۲-۲۶-۲۰-۱۹-۱۸-۱۴-۱۳-۱۰-۹-۸-۷-۳-۲-۱	توانایی مقابله و تعامل با مشکلات
۳۳-۳۱-۳۰-۲۵-۲۴-۶-۵-۴	پرداختن به سجایای اخلاقی
۴۱-۴۰-۳۷-۳۶-۲۷-۲۱-۱۶	خودآگاهی و عشق و علاقه

برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سوالات مربوط به آن بعد را با هم جمع نمایید. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع کنید.
روایی و پایایی:

مقدار آلفای کرونباخ در پرسشنامه هوش معنوی

پایایی		بعد
توصیف	آلفای کرونباخ	
۰/۷۸	۰/۸۵	پایایی کل
۰/۷۸	۰/۸۲	تفکر کلی و بعد اعتقادی
۰/۷۸	۰/۸۰	توانایی مقابله و تعامل با مشکلات
۰/۷۱	۰/۷۰	پرداختن به سجایای اخلاقی
۰/۶۹	۰/۷۲	خودآگاهی و عشق و علاقه

پرسشنامه رضایت از زندگی (SWLS):

این مقیاس توسط دینر و همکاران (۱۹۸۵) برای اندازه گیری رضایت از زندگی به کار گرفته شده است دارای ۵ ماده است و هر ماده هفت گزینه دارد که بصورت طیف لیکرت از یک تا هفت نمره دهی می شود. اسپچمیک و همکاران (۲۰۰۲) بین نمره های این مقیاس با برون گرایی و نوروز گرایی به همبستگی ۰/۴۶ و ۰/۴۸ دست یافتند و پایایی این مقیاس را از روش آلفای کرونباخ برای ملت های آمریکایی، آلمانی، ژاپنی، مکزیکی و چینی به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۲، ۰/۷۹، ۰/۷۶، ۰/۶۱ گزارش کردند. در ایران اسماعیلی (۱۳۸۷) برای تعیین اعتبار این مقیاس به طور همزمان آن را با مقیاس شادکامی آکسفورد اجرا کرد که ضریب اعتبار همزمان آن دو ۰/۶۶ به دست آمد و برای تعیین پایایی آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شد. در تحقیق نادری و همکاران (۱۳۸۹) نیز پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ به دست آمد. در این پژوهش نیز مقدار پایایی پرسشنامه هوش معنوی با روش آلفای کرونباخ تعیین خواهد شد.

تجزیه و تحلیل:

توصیف فراوانی نمونه ها از نظر رضایت از زندگی

متغیر	میانگین	میانه	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
رضایت از زندگی	۲۱/۲۵	۲۱	۶/۰۰	۸	۳۳

¹ Life satisfaction

توصیف فراوانی نمونه‌ها از نظر هوش معنوی و ابعاد آن

متغیر	میانگین	میان	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
تفکر کلی و اعتقادی	۴۵/۲۷	۴۵	۶/۱۶	۲۶	۵۶
توانایی مقابله با مشکلات	۴۲/۳۳	۴۱	۱۰/۴۱۶	۲۲	۷۰
خودآگاهی و عشق و علاقه	۲۲/۵۷	۲۳	۶/۷۰۵	۹	۳۵
سجایای اخلاقی	۲۸/۱۲	۲۸	۴/۱۳۷	۱۷	۳۹
هوش معنوی (کل)	۱۳۸/۲۹	۱۴۰	۱۳/۷۳۷	۹۲	۱۶۷

سوال. آیا ابعاد هوش معنوی (تفکر کلی و اعتقادی، توانایی مقابله با مشکلات، خودآگاهی و عشق و علاقه و سجایای اخلاقی) رضایت از زندگی دانش‌آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر تهران را پیش‌بینی می‌کند؟
ابتدا آزمون پیرسون جهت بررسی رابطه هوش معنوی و رضایت از زندگی انجام شده است و سپس ابعاد هوش معنوی از طریق رگرسیون بررسی شده است.

هوش معنوی	رضایت از زندگی
هوش	۰/۱۱۴
معنوی	۰/۰۲۶
تعداد	۳۸۴
رضایت از	۰/۱۱۴
زندگی	۰/۰۲۶
تعداد	۳۸۴

در آزمون همبستگی پیرسون ضریب همبستگی (r) بین صفر تا یک متغیر است ($1 > r > 0$) هرچه این عدد به یک نزدیکتر باشد رابطه همبستگی قوی تری بین دو متغیر برقرار است. علامت مثبت ضریب همبستگی پیرسون (r) نشان دهنده مستقیم بودن رابطه و علامت منفی نشان دهنده معکوس بودن رابطه می باشد.
در جدول فوق، ماتریس حاصل از آزمون همبستگی پیرسون مشاهده می شود که سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ است و بنابراین با اطمینان ۹۵٪ می توان گفت که هوش معنوی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. ضریب همبستگی پیرسون ۰/۱۱۴ است که نشان دهنده رابطه مستقیم و معنی دار بین دو متغیر است.
رگرسیون چند متغیره

مدل	R	مجذور R	ضریب تعیین	خطا
inter	۰/۷۰۱	۰/۴۹۱	۰/۴۸۵	۴/۳۰۶

مقدار R square بزرگتر از ۰/۰۵ است این بدین معناست که نرم افزار استفاده از این مدل رگرسیون خطی را مجاز دانسته است و نیازی به انتخاب مدل دیگر نیست.

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی داری
۱ رگرسیون	۶۷۷۱/۰۹۳	۴	۱۶۹۲/۷۷۳	۹۱/۲۹۴	۰/۰۰۰
باقیمانده	۷۰۲۷/۴۰۵	۳۷۹	۱۸/۵۴۲		
جمع	۱۳۷۹۸/۴۹۷	۳۸۳			

در این مدل تمامی متغیرها همزمان وارد آزمون شده اند و سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ مبین آن است که متغیرهای وارد شده (ابعاد هوش معنوی) میتوانند پیش بین برای رضایت از زندگی باشند.

ضریب تعیین ۰/۴۸ است که نشان دهنده آن است که ۰/۴۸ رضایت از زندگی توسط ابعاد هوش معنوی پیش بینی می شود.

ضرایب رگرسیون

مدل	B	خطای استاندارد	بتا	t	معنی داری
۱ ثابت	۱۴/۳۲۷	۰/۷۶۳		۱۸/۷۷۲	۰/۰۰۰
خودآگاهی و عشق و علاقه	-۰/۰۰۳	۰/۰۲۰	۰/۲۴۷	۱۰/۷۲۱	۰/۰۰۰
تفکر کلی و اعتقادی	۰/۰۳۵	۰/۰۱۵	۰/۱۸۳	۸/۱۲۱	۰/۰۰۰
سجایای اخلاقی	۰/۰۳۹	۰/۰۱۷	۰/۱۴۹	۴/۱۴۵	۰/۰۲۷
توانایی مقابله با مشکلات	۰/۰۶۵	۰/۰۰۸	۰/۱۱۳	۲/۲۱۳	۰/۰۴۸

نتیجه گیری:

پژوهش‌ها و بررسی‌های مختلف نشان داده اند که میان معنویت و هدف زندگی، رضایت از زندگی و سلامت، همبستگی وجود دارد. در بررسی و تحقیقات انجام گرفته در مورد اثرات معنویت بر سلامت فرد، دیده شد که معنویت با بیماری کمتر و طول عمر بیشتر فرد همراه است. افرادی که دارای جهت‌گیری معنوی هستند، هنگام مواجهه با جراحی، به درمان، بهتر پاسخ می‌دهند و به شکل مناسب‌تری با آسیب دیدگی و بیماری کنار می‌آیند و میزان افسردگی در آنها کمتر است. همچنین شواهد نشان می‌دهند که تمرین‌های معنوی افزایش دهنده آگاهی و بینش نسبت به سطوح چندگانه هوشیاری (تعمیق) هستند و بر عملکرد افراد تأثیر مثبتی دارند. هوش معنوی ما را قادر می‌سازد همه چیز را آنطور که هستند ببینیم. این هوش همان هوشی است که رهبران مشهور و محبوب جهان را هدایت کرده است. رهبران معنوی با داشتن این هوش میتوانند بزرگترین فشارها را تحمل کنند.

این پژوهش با هدف شناسایی رابطه هوش معنوی با رضایت از زندگی دانش آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر تهران انجام شده است. پژوهش از نظر هدف کاربردی، از نظر نوع بررسی میدانی، از لحاظ تحلیل داده‌ها توصیفی-همبستگی است. جامعه

آماري دانش‌آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر تهران که در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل هستند. حجم نمونه ۳۸۴ نفر بود.

نتایج نشان داد سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ مبین آن است که متغیرهای وارد شده (ابعاد هوش معنوی) میتوانند پیش‌بین برای رضایت از زندگی باشند.

ضریب تعیین ۰/۴۸ است که نشان دهنده آن است که ۰/۴۸ رضایت از زندگی توسط ابعاد هوش معنوی پیش‌بینی می‌شود. پیشنهاد می‌شود دبیران محترم دانش‌آموزان را با منابع معنوی که ممکن است از آن آگاهی نداشته باشند، در جهت حل مسائل زندگی، تحصیلی و شخصی‌شان آشنا کنند. ارزش‌ها و رفتارهایی همانند بخشش، انفاق و فروتنی، بسط و توسعه یابند.

منابع فارسی

- ابراهیمی کوه بنانی شهین؛ دستجردی، رضا؛ وحیدی، تقی (۱۳۹۲). رابطه بین هوش معنوی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی در بین دانش‌آموزان دبیرستان دخترانه تیزهوشان بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیرجند.
- بنیانیان، لیلیا (۱۳۹۰). بررسی رابطه هوش معنوی با میزان تاب‌آوری و رضایت از زندگی دانش‌آموزان دختر سوم دبیرستان منطقه ۵ تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره دانشگاه الزهراء(س).
- بلوم، بنجامین (۱۹۹۸)، ویژگی‌های آدمی و یادگیری آموزشی ترجمه سیف تهران، انتشارات نشر دانشگاهی چاپ ۱۳۹۳.
- بدیع، علی؛ سواری، الهام؛ باقری دشت بزرگ، نجمه؛ لطیفی زادگان، وحیده (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه هوش معنوی. اولین همایش ملی روانشناسی دانشگاه پیام نور تبریز، ۲۲ و ۲۳
- پارک، ان، بورلی (۱۳۸۹) شناسایی و پرورش استعدادهای درخشان. ترجمه ی فرامرز سهرابی و ابوالفضل کرمی، تهران: انتشارات روان سنجی.
- تقی پور ظهیر، علی (۱۳۹۴)، مقدمه ای بر برنامه ریزی آموزشی و درسی، تهران، انتشارات پیام نور
- خزایی، حسین، (۱۳۸۹). هوش معنوی و بهداشت روانی، نشریه پژوهش‌های علم و دین، سال، شماره اول.
- رئیسی، مرضیه؛ احمدی طهران، حیدری، جعفریگلو، عابدینی، بطحایی (۱۳۹۳). ارتباط هوش معنوی با شادکامی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، سال سیزدهم، شماره ۵ (پیاپی ۵۵)
- ریو، جان مارشال (۱۳۸۹). انگیزش و هیجان، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران: نشر ویرایش.
- زارب، ژانت.م (۱۳۸۹). ارزیابی و شناخت - رفتاردرمانی نوجوانان، ترجمه محمد خدایاری فرد و یاسمین عابدینی، تهران: انتشارات رشد.
- سیف، علی اکبر (۱۳۹۲). سنجش و اندازه‌گیری پیشرفت تحصیلی. تهران. نشر آگاه.
- سیف، علی اکبر (۱۳۹۰). روانشناسی تربیتی، تهران، سمت.
- شریعتمداری، علی (۱۳۹۳). روانشناسی تربیتی. تهران: انتشارات امیرکبیر.
- صالحی، ساناز. (۱۳۸۸). بررسی انگیزش تحصیلی در گونه‌های مختلف خانواده بر اساس مدل فرآیند محتوای خانواده. رساله-ی کارشناسی ارشد. شیراز: دانشگاه شیراز.
- عابدی، فرشته؛ سرخی، زهرا (۱۳۸۷)، درآمدی بر هوش معنوی، فصلنامه معنا، ویژه‌نامه روانشناسی دین.
- عبد یوسفخانی، زینت؛ اکبری امرغان، حسین (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین هوش معنوی و رضایت از زندگی، فصلنامه علمی - پژوهشی پژوهشنامه تربیتی، سال نهم، شماره ۳۸، ص ۳۹-۵۴

- عبدالله زاده، حسن؛ باقرپور، معصومه؛ لطفی، محدثه (۱۳۹۳). هوش معنوی (مفاهیم، سنجش و کاربردهای آن)، تهران، نشر روان سنجی.
- غباری بناب، باقر؛ سلیمی، محمد؛ سلیمانی، لیلا؛ نوری مقدم، ثنا (۱۳۸۶) هوش معنوی، فصلنامه علمی - پژوهشی اندیشه نوین دینی، سال سوم، شماره ۱۰، ص ۱۲۵-۱۴۷.
- فرهنگ پور، فرناز؛ خدیوی اسداله؛ ادیب یوسف (۱۳۹۰). رابطه هوش معنوی و عزت نفس با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان. زن و مطالعات خانواده، شماره ۳، دوره ۹.
- فوستر کلاین، جیم فی (۱۳۹۰). تربیت نوجوانان با عشق و منطق، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: انتشارات قطره.
- قربان زاده، لیلا (۱۳۹۲). تاثیر هوش معنوی بر عملکرد کارکنان در سازمان، مدیریت منابع انسانی، دوره سوم، شماره ۱۲.
- گانیه، روبرت (۱۳۸۸). شرایط یادگیری و نظریه آموزش، ترجمه نجفی زند، دانا، تهران.
- گنجی، حمزه (۱۳۸۱). روانشناسی عمومی. تهران. ناشر دانشگاه پیام نور
- رقیب، مائده السادات، احمدی، جعفر؛ سیادت، علی (۱۳۸۷). تحلیل میزان هوش معنوی دانشجویان دانشگاه اصفهان و ارتباط آن با ویژگیهای جمعیت شناختی پژوهش نامه مطالعات روان شناسی تربیتی، دوره پنجم شماره ۸، ص ۳۹-۵۶.
- مددی، فرشته (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین هوش معنوی و هوش فرهنگی با سلامت روان مشاوران مدارس شهر قوچان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره مدرسه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان.
- معرفت، علی (۱۳۸۷)، بررسی رابطه عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع راهنمایی مدارس دولتی و نمونه مردمی شهر ری. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- مهر محمدی، محمود (۱۳۸۹). بازاندیشی فرآیند یاددهی- یادگیری و تربیت معلم، تهران: انتشارات مدرسه.
- میرعابدینی، احمد، (۱۳۸۷)، چگونه درس بخوانیم، تهران، انتشارات چکامه
- میز، روت لین (۱۳۸۷). شیوه های آموزش به دانش آموزان خشمگین، بی قرار، منزوی و افسرده، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: پیک بهار.
- وست، ویلیام (۱۳۹۲) روان درمانی و معنویت، ترجمه شهریار شهید و سلطانی شیرافکن. تهران: انتشارات رشد.
- هاشمی، ویدا؛ بهرامی، هادی؛ کریمی، یوسف (۱۳۸۵). بررسی رابطه هوش هشتگانه گاردنر با انتخاب رشته و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان محله روان شناسی شماره ۳۹، سال دهم، شماره ۳، ص ۲۷۴-۲۸۸.

منابع لاتین

- Aishah. DB. Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure. Applications of Modeling in the Natural and Social Sciences Program (Dissertation). Ontario: Trent University: 2012
- Anderson, N. J Ventegodt, S., & Merrick, J (2013), "Qol I. the I QOL theory: an integrative theory of the global quality of life concept", The scientific world journal, Vol. 3, pp: 1030- 1040.
- Animasahun, A. R. (2010). Intelligent quotient, emotional intelligence and spiritual intelligence as correlates of prison adjustment among inmates in Nigeria prisons. J Soc Sci, 22 (2):121-128
- Alex M, Ajawani JC (2011). Marital happiness as the function of spiritual intelligence. International Multidisciplinary Research Journal.; 1(9): 06 07.

- Amram. Y.(2012) Intelligence beyond IQ: The contribution of emotional and spiritual intelligence to effective business. Leadership. Institute of Transpersonal psychology. Psicothema, Vol. 18, supl., pp. 152-157.
- Hart Brill,B.(2010). A study of spirituality and life satisfaction among persons with spinal cord injury. RehabilNurs.30(1),pp:31-34.
- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and individual differences*, 40(6), 1281-1290.
- Keeling.(2008).Spiritual orientation in relation to spiritual intelligence :A new consideration of traditional christianity and New Age/individualistic spirituality.Doctoral Dissertation ,University sout Australia: Australia.
- Okulicz Kozaryn, A.(2009). Religiosity and Life Satisfaction. (A Multilevel Investigation Across Nations). Institute for Quantitative Social Science, Harvard University
- Emmons, R. A. (2000b). Is spirituality intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 3-26.
- Gardner, H. (1999). Intelligence reframed: Multiple intelligences for the new millennium. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (2000). A case against spiritual intelligence. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 27-34.
- Gardner, H. (2002). New horizons for learning. USA: Settle.
- King, D. B. (2012). The Spiritual Intelligence Project. Trent University, Canada. www.dbking.net/spiritualintelligence
- Mortahan, M. (2014). The Relationship between task self-esteem and English language achievement of Non-Indian ESL Learners-based in India. Ph. D. Aligarh Muslim university.
- Nasel, D. D. (2014). Spiritual Orientation in Relation to Spiritual Intelligence. Thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy, University of south Asustralia.
- Smith, G. (2011). Parenting effects on self-efficacy and self-esteem in lote adolescence and how those factors impact adjustment to college, Philadelphia: Eestern Psychological Association, Ph.
- Thompson, T. and CH. Ungerlider. (2012). Students Achieve better in Single sex Schools, Researchers for the Canadian Center for Knowledge, Singl sex schoding-final Report November, <http://www.Cmec.Ca/stats/singlegender.En.Pdf>.
- Vaughan, F. (2002). what is spiritual Intelligence? *Journal of Humanistic Psychology*,Vol. (42), No. (2). P:16-3
- Wigglesworth, C. (2006). Why spiritual intelligence is essential to mature leadership.President, conscious Pursuits, Inc.
- Wolman, R. N. (2011). Thinking with your soul: Spiritual intelligence and why it matters. New York: Harmony Books.
- Zohar, D. & Marshall, I. (2000). SQ: Spiritual intelligence, the ultimate intelligence. London: Bloomsbury.