

رابطه بین هوش معنوی و شادکامی به واسطه بهزیستی روان‌شناختی

اعظم حیدری^۱، مریم کوروش نیا^{۲*}، سیده مریم حسینی^۳

تاریخ وصول: ۹۴/۵/۲۵ تاریخ پذیرش: ۹۴/۹/۱۷

چکیده

هدف از انجام این مطالعه تبیین نقش واسطه‌گری بهزیستی روان‌شناختی در رابطه‌ی بین هوش معنوی و شادکامی بود. در این مطالعه ۲۵۸ (۱۷۰ دانشجوی مذکر و ۸۸ دانشجوی مؤنث) دانشجوی کارشناسی با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی چندمرحله‌ای از بین دانشجویان دانشگاه آزاد واحد مرودشت در سال ۹۳-۹۲ انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان پرسشنامه هوش معنوی، مقیاس شادکامی آکسفورد و سیاهه بهزیستی روان‌شناختی را تکمیل کردند. نتایج تحلیل مسیر از اثر واسطه‌ای کامل بهزیستی روان‌شناختی در رابطه‌ی بین هوش معنوی و شادکامی حمایت کرد. در این مقاله، دلالت‌های این یافته مورد بحث قرار گرفته است.

واژه‌های کلیدی: هوش معنوی، بهزیستی روان‌شناختی، شادکامی.

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی

^۲ استادیار روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد واحد مرودشت

^۳ مربی، دانشگاه آزاد واحد مرودشت

*- نویسنده مسوول مقاله: maryam_kouroshnia@yahoo.com

مقدمه

آدمی همواره با این پرسش روبه‌رو بوده است که چه چیزی موجب خشنودی و شادکامی^۱ او در زندگی می‌شود. شادکامی را حالت روانی مثبت، سطح بالای رضایتمندی کلی از زندگی، عاطفه مثبت و سطح پایین عاطفه منفی تعریف می‌کنند (لیوبومیرسکی، شلدون و اسکاد^۲، ۲۰۰۵؛ مارتین^۳، ۲۰۰۵؛ آرگیل^۴، ۲۰۰۱). شادکامی دارای اثرات مثبت و اثربخشی برای همه از جمله دانشجویان است. از جمله این اثرات افزایش قدرت تفکر و کیفیت ارتباطات است. در این حالت، احساس نوع دوستی افزایش می‌یابد و افراد به یکدیگر کمک می‌کنند. افراد شادکام در مشاغل خود موفق‌ترند، وظایف خود را بهتر انجام می‌دهند و قدرت حل مسأله بیش‌تری دارند (آرگیل، ۲۰۰۱). از طرف دیگر، نبود شادی می‌تواند فرد را در برابر بیماری‌های جسمانی و روانی آسیب‌پذیر ساخته و در دراز مدت به سوی مرگ بکشانند. زیرا حالت هیجانی شاد نبودن در طولانی مدت موجب اختلال در کارکرد سیستم ایمنی بدن می‌شود. هم‌چنین، نبود شادی باعث سرزنش خود و دیگران می‌شود (آیزنک، ۱۹۹۲).

یکی از عواملی که به نظر می‌رسد بر شادکامی تاثیر داشته باشد، بهزیستی روانشناختی^۵ است. ریف^۶ (۱۹۹۵؛ به نقل از میکائیلی منیع، ۱۳۹۳) بهزیستی روانشناختی را «تلاش برای کمال در جهت تحقق توانایی‌های بالقوه واقعی فرد می‌داند». احساس ذهنی بهزیستی دارای مؤلفه‌ای شناختی است که دربرگیرنده رضایت از زندگی می‌باشد. رضایت از زندگی به یک فرایند قضاوتی - شناختی اشاره دارد که در آن، افراد به طور کلی، کیفیت زندگی خود را بر اساس مجموعه‌ای از ملاک‌ها ارزشیابی می‌کنند. زمانی که فرد از زندگی خود احساس رضایت می‌کند، شادکامی پدیدار می‌شود (تقریبی، شریفی و سوکی، ۱۳۹۱). چرا که بهزیستی روانشناختی احساسات مثبت، شناخت مثبت یعنی، برخورداری از زندگی قابل درک و کنترل، علاقه به کار و فعالیت، خودپنداره مثبت یعنی، توانایی اثبات خویشتن و روابط بین فردی سازنده را به دنبال دارد. این در حالی است که بهزیستی روانشناختی و رضایت از زندگی فرد از میزان خودآگاهی، خوش‌بینی و معنویت‌گرایی وی متأثر است (آدلر و فاگلی^۷، ۲۰۰۵). به عبارت دیگر، هر چه افراد خودآگاه‌تر، خوش‌بین‌تر و از هوش معنوی^۸ بالاتری برخوردار باشند، به همان میزان از بهزیستی و رضایت از

1. happiness

2. Lyubomirsky, Sheldon & Sckade

3. Martin Paul

4. Argyle

5. Psychological well-being

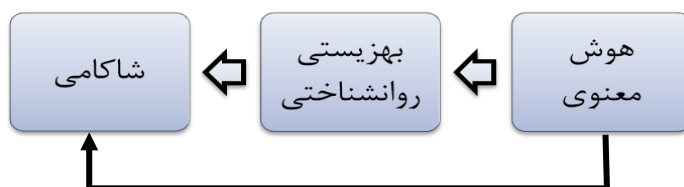
6. Ryff

7. Adler & Fagly

8. Spiritual intelligence

زندگی بالاتری بهره‌مند هستند. هوش معنوی به عنوان نوعی هوش غایی که مسائل معنایی و ارزشی را نشان می‌دهد و ظرفیت‌های سازگاری روانی را دربرمی‌گیرد، دربرگیرنده منابع معنوی، ارزش‌ها و ویژگی‌هایی است که بهزیستی روانشناختی را افزایش می‌دهند. به گفته ویگلزورث^۱ (۲۰۰۶) هوش معنوی برای حل مشکلات و مسائل مرتبط با معنای زندگی و ارزش‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد و سؤال‌هایی مانند "آیا شغل من باعث تکامل من در زندگی می‌شود؟" و "آیا من در شادی و آرامش روانی مردم سهیم هستم؟" را در ذهن ایجاد می‌کند. ویگلزورث، هوش معنوی را عملکرد عقلانی همراه با مهربانی و آشتی درونی و بیرونی در هر موقعیت معرفی می‌کند.

با توجه به کمبود پژوهش در زمینه‌ی هوش معنوی و بهزیستی روانشناختی در کشور ما و نیاز به بررسی بیش‌تر آن، مطالعه حاضر روابط احتمالی بین هوش معنوی و شادکامی و بهزیستی روانشناختی را هدف قرار داد و درصد پاسخگویی به این سؤال بر آمد که آیا بهزیستی روانشناختی در رابطه‌ی بین هوش معنوی و شادکامی نقش واسطه‌گری دارد؟



شکل ۱- مدل مفروض پژوهش

در ادامه، تحقیقات چندی که به بررسی رابطه بین متغیرهای مطرح شده در سؤال بالا پرداخته‌اند، مرور می‌شوند. در بررسی رابطه بین هوش معنوی با میزان شادکامی دانشجویان، پژوهش رئیسی و همکاران (۱۳۹۲) در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم نشان داده است که میانگین نمره‌ی کلی هوش معنوی با میانگین نمره کل شادکامی رابطه مستقیم و معنادار و متوسطی دارد. مالتبی، لوئیس و دی^۲ (۲۰۰۰) نیز بعد از تحقیقات خود اعلام داشتند که راه رسیدن به شادکامی و خوشبختی روانشناختی را در پرتو توجه به ارزش‌ها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی، معنادار بودن و هدفمندی زندگی، عشق و علایق دینی و الهی می‌دانند.

این در حالی است که کوئینگ^۳ (۲۰۰۷) در تحقیقی نشان داده است که سلامت روانی و جسمانی انسان نیز با زندگی معنوی او رابطه‌ی مثبت دارد و افرادی که از اعتقاد معنوی قوی‌تری برخوردارند، سازگاری بهتری با موقعیت‌های زندگی دارند. هم‌چنین، مطالعات مقطعی بکلمن^۴ و

1. Wiggleswerth

2. Maltby, Lewis & Day

3. Koeing

4. Bekelman

همکاران (۲۰۰۷) بر روی ۶۰ بیمار ۶۰ ساله و بالاتر نشان داد که رابطه‌ی منفی معنی داری میان بهزیستی معنوی و علائم افسردگی وجود دارد. در این ارتباط، نتایج پژوهش هادی تبار، نوابی نژاد و احقر (۱۳۹۰) با هدف بررسی اثربخشی آموزش مؤلفه‌های هوش معنوی بر کیفیت زندگی همسران جانباز، نشان داد که آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روان‌شناختی همسران جانباز تأثیر مثبت دارد.

دولان و وایت^۱ (۲۰۰۷) طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که سطوح بالای شادکامی با نتایج سلامت بهتر در ارتباط است. گرای^۲ و همکاران (۲۰۰۸) نیز طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که دسترسی به آموزش رسمی و سلامت از عوامل پیش بین شادکامی است. با توجه به تحقیقاتی از این دست، در ارتباط با سؤال مطالعه حاضر این فرضیه شکل گرفت: «بهزیستی روان‌شناختی در رابطه بین هوش معنوی و شادکامی نقش واسطه‌گری دارد».

روش پژوهش

این تحقیق از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در سال ۹۳-۹۲ دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت بود. از این جامعه، نمونه‌ای شامل ۲۵۸ نفر از دانشجویان (۱۷۰ نفر مرد و ۸۸ نفر زن) که در رده‌ی سنی ۱۸ تا ۲۵ سال بودند، به روش خوشه‌ای تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند.

به منظور گردآوری اطلاعات در این پژوهش از سه مقیاس پرسشنامه هوش معنوی عبدالله‌زاده و همکاران (۱۳۸۷)، سیاهه بهزیستی روان‌شناختی ریف^۳ (۱۹۸۹) و مقیاس شادکامی آکسفورد^۴ (آرگیل، لو، مارتین و کراسلند، ۱۹۸۹) استفاده شد.

پرسشنامه هوش معنوی: این پرسشنامه توسط حسن عبدالله‌زاده با همکاری کشمیری و عامری در سال ۱۳۸۷ ساخته شده و پایایی و روایی آن مورد بررسی قرار گرفته است. برای بررسی روایی علاوه بر روایی محتوایی سوال‌ها که با نظر متخصصان مورد تایید قرار گرفته است، از تحلیل عاملی نیز استفاده شده است. این پرسشنامه با ۲۹ سوال، بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت، از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) تنظیم شده است و شامل ۲ عامل اصلی است. عامل اول با ۱۲ سوال «درک و ارتباط با سرچشمه‌ی هستی» و عامل دوم با ۱۷ سوال «زندگی معنوی» نام گرفته است. پایایی آزمون نیز در دو مرحله به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ و ۰/۸۹ به دست آمده است (عبدالله‌زاده و همکاران، ۱۳۸۸).

1. Dolan & White

2. Gray

3. Ryff Psychological well-being Inventory

4. Oxford Happiness Inventory (O.H.I)

سیاهه بهزیستی روانشناختی: این پرسشنامه توسط ریف (۱۹۸۹) تهیه شده است و شامل ۶۳ گویه در ۶ مؤلفه می‌باشد. این مؤلفه‌ها عبارتند از: ۱- خودمختاری، ۲- رشد شخصی، ۳- روابط مثبت با دیگران، ۴- هدفمندی در زندگی، ۵- پذیرش خود و ۶- تسلط بر محیط. همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۳۲ تا ۰/۸۶ گزارش شده و ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از مقیاس‌های بهزیستی روانشناختی یعنی پذیرش خود، تسلط بر محیط، روابط مثبت با دیگران، هدف در زندگی، رشد شخصی و خودمختاری به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۷۷، ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۶۰ به دست آمده است (ریف، ۱۹۸۹). در ایران، این مقیاس بر روی یک نمونه ۳۲۱ نفری، اجرا شده و در مورد آن ضریب همسانی درونی مقیاس‌ها بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۳ و ضریب بازآزمایی پس از ۶ هفته روی یک نمونه ۱۱۷ نفری بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۶ به دست آمده است (بیانی، کوچکی و بیانی، ۱۳۸۷).

مقیاس شادکامی آکسفورد: این پرسشنامه که در سال ۱۹۸۹ توسط آرگیل، مارتین و کراسلند^۱ تهیه شده، در سال ۱۳۷۸ توسط نور بالا و علی پور به فارسی برگردانده شده است و دارای ۲۹ ماده است که ۵ عامل رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس را دربرمی‌گیرد. آلفای کرونباخ برای عوامل پنج‌گانه رضایت برابر ۰/۸۹، خلق مثبت برابر ۰/۸۴، سلامتی برابر ۰/۸۱، خودکارآمدی برابر ۰/۶۸ و عزت نفس برابر ۰/۵۸ به دست آمد که در سطح آماری $p < 0/001$ معنی‌دار بود. آلفای کرونباخ برای کل سؤالات پرسشنامه ۰/۹۳ و پایایی آن که از روش دو نیمه کردن آزمون محاسبه شده، ۰/۹۲ گزارش شده است (علی پور و نوربالا، ۱۳۷۸).

یافته‌ها

در این بخش، ابتدا یافته‌های توصیفی متغیرهای تحقیق و سپس، نتایج تحلیل‌های رگرسیون که به منظور آزمون فرضیه تحقیق صورت گرفتند، ارائه می‌شود. اطلاعات توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، دامنه نمرات متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرهای این تحقیق

متغیر شاخص	هوش معنوی	بهزیستی روانشناختی	شادکامی
میانگین	۱۱۸	۱۷۳/۹۲	۶۸/۱۱
انحراف معیار	۱۷/۱۴	۱۸/۰۳	۱۳/۳۳

قبل از پرداختن به آزمون فرضیه تحقیق، برای درک بهتر روابط میان متغیرها ماتریس همبستگی داده‌ها در جدول ۲ ارائه شده است.

¹. Martin & Crossland

جدول ۲- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳
۱- هوش معنوی	۱		
۲- شادکامی	۰/۳۲**	۱	
۳- بهزیستی روان‌شناختی	۰/۴۱**	۰/۶۷**	۱

** : $P < 0/01$

همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد شادکامی ($I = 0/32$ و $P < 0/01$) و بهزیستی روان‌شناختی ($I = 0/41$ و $P < 0/01$) به صورت مثبت و معنادار با هوش معنوی در ارتباط می‌باشند. هم‌چنین، بهزیستی روان‌شناختی نیز با شادکامی به صورت مثبت و معنادار در ارتباط می‌باشد ($I = 0/67$ و $P < 0/01$).

به منظور آزمون فرضیه پژوهش از تحلیل مسیر به شیوه بارون و کنی (۱۹۸۶) در چهار مرحله استفاده شد که در ادامه، نتایج حاصل از انجام هر یک از این مراحل خواهد آمد. در مرحله اول، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی هوش معنوی برای بهزیستی روان‌شناختی مورد بررسی قرار گرفت. به این منظور از تحلیل رگرسیون استفاده شد. بدین ترتیب که هوش معنوی به عنوان متغیر پیش‌بین و بهزیستی روان‌شناختی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله شدند. نتایج این تحلیل در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳- قدرت پیش‌بینی هوش معنوی برای بهزیستی روان‌شناختی

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	F	Df	R^2	P<	β	t	P<
هوش معنوی	بهزیستی روان‌شناختی	۲۳/۷۵	۱/۲۵۷	۰/۱۷	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱	۴/۸۴	۰/۰۰۰۱

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، میزان F در این تحلیل رگرسیونی معنادار می‌باشد ($P < 0/0001$ و $F = 23/75$). هم‌چنین نتایج نشان می‌دهد که هوش معنوی ($P < 0/0001$ و $\beta = 0/41$) به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی‌کننده‌ی بهزیستی روان‌شناختی می‌باشد. در مرحله دوم، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی بهزیستی روان‌شناختی برای شادکامی مورد بررسی قرار گرفت. به این منظور از تحلیل رگرسیون استفاده شد. بدین ترتیب که بهزیستی روان‌شناختی به عنوان متغیر پیش‌بین و شادکامی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله شدند. نتایج این تحلیل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴- قدرت پیش بینی بهزیستی روانشناختی برای شادکامی

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	F	df	R ²	P<	β	t	P<
بهزیستی روانشناختی	شادکامی	۹۳/۰۳	۱/۲۵۷	۰/۴۴	۰/۰۰۰۱	۰/۶۷	۹/۶۴	۰/۰۰۰۱

همان‌طور که نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، میزان F در این تحلیل رگرسیونی معنادار می‌باشد (F=۹۳/۰۳ و P<۰/۰۰۰۱). هم‌چنین، نتایج نشان می‌دهد که بهزیستی روانشناختی به صورت مثبت و معنادار پیش بینی کننده‌ی شادکامی می‌باشد (P<۰/۰۰۰۱ و $\beta=۰/۶۷$).

در مرحله سوم، به منظور بررسی نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه‌ی میان هوش معنوی و شادکامی، ابتدا هوش معنوی به عنوان متغیر پیش‌بین و شادکامی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شد و سپس در مرحله چهارم، بهزیستی روانشناختی نیز به عنوان متغیر پیش‌بین به معادله رگرسیون اضافه گردید. نتایج نقش واسطه‌ای این تحلیل‌ها در جدول ۵ ارائه می‌گردد.

جدول ۵- نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه بین هوش معنوی و شادکامی

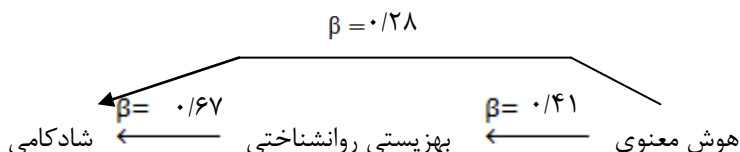
مرحله	متغیر	F	Df	R ²	P<	β	t	P<
۱	هوش معنوی	۷/۹۰	۱,۹۲	۰/۰۷	۰/۰۰۶	۰/۲۸	۲/۸۱	۰/۰۰۶
۲	هوش معنوی	۳۴/۴۳	۲,۹۱	۰/۴۳	۰/۰۰۰۱	۰/۰۲	۰/۳۲	N.S
	بهزیستی روانشناختی					۰/۶۴	۷/۴۹	۰/۰۰۰۱

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که متغیر پیش بین هوش معنوی در مرحله سوم ۷ درصد از واریانس شادکامی را پیش بینی می‌کنند. این در حالی است که در مرحله چهارم مجموع متغیرهای پیش‌بین یعنی، هوش معنوی و بهزیستی روانشناختی ۴۳ درصد از واریانس شادکامی را پیش بینی می‌کنند. هم‌چنین، مقایسه مقدار بتا در مورد متغیر هوش معنوی نشان می‌دهد که میزان آن از ۰/۲۸ در مرحله سوم، پس از اضافه شدن متغیر بهزیستی روانشناختی در مرحله چهارم به ۰/۰۲ تقلیل می‌یابد و معناداری خود را از دست می‌دهد. بدین ترتیب، افزایش مقدار R² و کاهش مقدار بتا نشان می‌دهد متغیر بهزیستی روانشناختی در رابطه بین هوش معنوی و شادکامی نقش واسطه‌گری دارد و این نقش در حد واسطه‌گری کامل است. میزان این تأثیر در جدول ۶ آمده است.

جدول ۶- اثرات مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای پیش بین و واسطه

متغیر پیش بین	اثر مستقیم	متغیر واسطه‌ای	اثر غیرمستقیم	اثر کل	متغیر ملاک
هوش معنوی	۰/۲۸	بهزیستی	۰/۲۷۵	۰/۵۵	شادکامی

نتایج پژوهش حاضر در شکل ۲- خلاصه شده است.



شکل ۲- مدل نهایی پژوهش

بحث و نتیجه گیری

اولین یافته تحقیق این بود که هوش معنوی پیش بینی کننده مثبت بهزیستی روان‌شناختی است. این نتیجه با یافته‌های تحقیقات فراوانی همسو می‌باشد. به عنوان نمونه، یافته‌های پژوهش مالتبی، لوئیس و دی^۱ (۱۹۹۹)، فرای^۲ (۲۰۰۰)، هارولد^۳ و همکاران (۲۰۰۴)، هادی تبار و همکاران (۱۳۹۰) پیش از این همین نتیجه را نشان داده‌اند. هوش معنوی یکپارچه کننده زندگی درونی و معنوی با زندگی بیرونی است. از این رو، از آن به عنوان توانایی سازگاری فرد با محیط نام برده شده است. به این معنا، هوش معنوی بیانگر مجموعه‌ای از توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و منابع معنوی است که کاربر است آنها در زندگی روزانه می‌تواند موجب افزایش انطباق پذیری فرد و بهزیستی روان‌شناختی او شود. هوش معنوی به حل مسائل وجودی و یافتن معنا و هدف در اعمال و رویدادهای زندگی روزمره کمک می‌کند. به ما اجازه می‌دهد تا آنجایی که ممکن است موقعیت را تغییر دهیم یا بهتر کنیم و در واقع به ما اجازه می‌دهد که موقعیت‌ها را به شکل مطلوب اداره کنیم.

دومین یافته تحقیق این بود که بین بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. این یافته با یافته‌های تحقیقات استادیان، قنواتی و کجاف‌نژاد (۱۳۹۰)، کش و لیوبومیرسکی^۴ (۲۰۰۶) و گرای و همکاران^۵ (۲۰۰۸) همسو است. بهزیستی روان‌شناختی جزء روان‌شناختی کیفیت زندگی است که به عنوان درک افراد از زندگی خودشان در حیطه رفتارهای هیجانی و عملکردهای روانی و ابعاد سلامت روانی تعریف شده است. این جزء، قضاوت شناختی افراد در خصوص چگونگی پیشرفتشان را شامل می‌شود. این در حالی است که طبق نظریه داینر^۶ (۱۹۸۴) نیز شادکامی قضاوت‌هایی است که افراد از خود و زندگی شان به عمل می‌آورند، مانند قضاوت‌هایی که در مورد خشنودی از زندگی صورت می‌گیرد.

1. Maltby, Lewis & Day

2. Fry

3. Harold

4. Tkach & Lyubomirsky

5. Gry

6. Diener

سومین یافته تحقیق نشان داد که بین هوش معنوی و شادکامی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بدین معنا که افراد با هوش معنوی بالا از شادکامی بالاتری نیز برخوردار هستند. این یافته با نتایج تحقیقات پیشین از جمله جوشقانی (۱۳۸۹)، فابریکاتور، هندل و فنزل^۱ (۲۰۰۰)، فرانسیس و رابینز^۲ (۲۰۰۰) همسو است. زوهر و مارشال (۲۰۰۰) معتقدند هوش معنوی موجب می‌شود که فرد در برابر رویدادها و حوادث زندگی، بینشی عمیق یابد و از سختی‌های زندگی نهراسد و با صبر و تفکر با آنها مقابله نموده و راه‌حل‌های منطقی و انسانی برای آنها بیابد. هم‌چنین، سانتوس (۲۰۰۶) این هوش را توانایی شناخت اصول زندگی (قوانین طبیعی و معنوی) و بنا نهادن زندگی بر اساس این قوانین تعریف کرده است. این در حالی است که ارسطو در تعریف شادکامی بیان می‌دارد شادی در بالاترین سطح حاصل معنویت است.

آخرین یافته تحقیق نشان می‌دهد که متغیر بهزیستی روانشناختی میانجی رابطه هوش معنوی و شادکامی است. هوش معنوی می‌تواند تأثیر بسزایی بر بهزیستی روانشناختی و سلامت روان انسان داشته باشد. گرایش معنوی در زندگی از رفتارهای نادرست و ناسازگار انسان جلوگیری می‌کند و باعث می‌شود سلامت روان او در امنیت به سر ببرد. هم‌چنین فردی که از هوش معنوی استفاده می‌کند، می‌تواند برای تجربیات منفی که بانی بیماری‌های روح و روان می‌شود، معنایی پیدا کند و از رنج آنها در امان بماند و یا رهایی پیدا کند. از طرفی دیگر، با دیگران ارتباط عمیق‌تری برقرار سازد و در نهایت رضایت زندگی خود را بالا ببرد و به شادکامی حقیقی برسد.

یافته‌های مطالعه حاضر دلالت‌های نظری و عملی چندی دارد. از لحاظ ارزش نظری، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که معنویت ارتباط مثبتی با بهزیستی روانی دارد و به واسطه آن شادکامی را پیش بینی می‌کند. این در حالی است که در رابطه بین هوش معنوی و شادکامی، بهزیستی روانشناختی نقش واسطه‌گری کامل دارد. به عبارت دیگر، تأثیرپذیری شادکامی از هوش معنوی به طور کامل از طریق افزایش سطح بهزیستی روانشناختی در افراد دارای هوش معنوی بالا اتفاق می‌افتد.

از لحاظ ارزش عملی، اطلاعات حاصل از مطالعه حاضر با توجه به اینکه هوش معنوی قابل آموزش است، می‌تواند برای ارتقاء شادکامی دانشجویان توسط والدین، متخصصان و متولیان امور آنها مورد استفاده قرار گیرد.

در پایان، پیشنهاد می‌شود مطالعات بعدی در بررسی عوامل تأثیرگذار بر شادکامی دانشجویان، تأثیر عوامل فرهنگی، محیطی و خانوادگی را مورد بررسی قرار دهند. هم‌چنین، با توجه به اینکه سطح تحصیلات و تجربیات در جامعه دانشجویی و جامعه عادی تا حدی متفاوت است، به همین دلیل

¹. Fabricatore, Handal & Fenzel

². Francis & Robbins

بہتر است کہ پژوهش‌هایی از این دست در جامعہ‌های غیردانشجویی ہم اجرا شود تا نتایج از اعتبار و قابلیت بیش‌تری برخوردار باشد.

منابع

- استادیان، مریم؛ قنواتی، بهمن؛ کجباف نژاد، هادی (۱۳۹۰). رابطه شادکامی و سلامت روان در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱۵ (۲)، ۴۷.
- بیانی، علی اصغر؛ محمد کوچکی، عاشور و بیانی، علی (۱۳۸۷). روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی، شماره ۱۴، ۱۵۱-۱۴۶.
- تقریبی، زهرا؛ شریفی، خدیجه؛ سوکی، زهرا (۱۳۹۱). بهزیستی ذهنی در دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی کاشان. مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان، ۲۰ (۱)، ۶۴-۵۴.
- رئییسی، مرضیه؛ احمری طهران، هدی؛ حیدری، سعیده؛ جعفرنگلو، عصمت؛ عابدینی، زهرا؛ بطحایی، سید احمد (۱۳۹۲). ارتباط هوش معنوی با شادکامی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۳ (۵)، ۴۴۰-۴۳۱.
- زارعی، اقبال (۱۳۹۱) نقش پیش بینی کننده‌های هوش معنوی و الگوهای ارتباطی با میزان رضایت مندی زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره در شهر بندرعباس، پژوهش‌های روان شناسی بالینی و مشاوره، شماره ۴، صص ۱۱۶-۱۰۱.
- عبداله زاده، حسن؛ باقرپور، معصومه؛ بوژمهرانی، سمانه؛ لطفی، محدثه. (۱۳۸۸). هوش معنوی (مفاهیم، سنجش و کاربردهای آن). تهران: روان سنجی.
- علی پور، احمد و نوربالا، احمدعلی (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه آکسفورد. مجله اندیشه و رفتار، ۱۸، ۶۵-۵۵.
- فلاح جوشقانی، راحله (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی آموزش معنویت به شیوه گروهی بر افزایش امید، رضایت از زندگی و شادکامی در زنان مبتلا به سرطان پستان تحت پوشش مرکز تحقیقات سرطان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- میکائیلی منیع، فرزانه (۱۳۸۹). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و نقاد در بهزیستی روانشناختی دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان شهر جهرم. تفکر و کودک، دوره ۵، شماره ۹، ۳۷-۲۱.
- هادی تبار، حمیده؛ نوایی نژاد، شکوه؛ احقر، قدسی (۱۳۹۰). بررسی تأثیر آموزش مؤلفه‌های هوش معنوی بر کیفیت زندگی همسران جانباز شاغل به تحصیل در مدارس بزرگسالان شهر تهران در سال تحصیلی ۹۰-۸۹. مجله علمی پژوهشی طب جانباز، دوره ۴، شماره ۱۴، صص ۱۱-۱.

- یعقوبی، ابوالقاسم (۱۳۸۹). بررسی رابطه‌ی هوش معنوی با میزان شادکامی دانشجویان دانشگاه بوعلی همدان، فصلنامه‌ی پژوهش در نظام‌های آموزشی، صفحه‌ی ۹۲-۱۰۵.
- Adler, M.G., & Fagley, N.S.(2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. **Journal of Personality**, 73, pp. 79–114.
- Argyle, M, Martin, M, & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters, In J, P, Forgas, & J, M, Innes (Eds.), **Recent advances in social psychology: An international Perspective**, North Holland: Elsevier.
- Argyle, M. (2001). **The Psychology of happiness**. London: Routledge.
- Bekelman, D.B., Dy, M., Becker, D.M., Wittstein, I.S., Henclricks, D.E., Yamashita, T.E., & Gottleib, S. H. (2007). Spiritual well-Being and depression in patients with hearth failure. **Journal of General Internal Medicine**, 22(4), 470-477.
- Dolan, P., & White, M. P. (2007). How can measures of subjective well-being be used to inform public policy? **Perspectives in Psychological Science**, 2, 71–85.
- Eysenck, M. W. (1992). **Anxiety: The cognitive perspective**. Hove, England: Erlbaum.
- Fabricatore, AN, Handal, PJ & Fenzel, LM 2000, 'Personal spirituality as a moderator of the relationship between stressors and subjective well-being', **Journal of Psychology & Theology**, Vol. 28, No. 3, pp. 221-228.
- Francis, L. J., & Robbins, M. (2000). **Religion and happiness: a study in empirical theology**.
- Fry, P.S. (2000). Religious involvement, spirituality and personal meaning for life: Existential predictors of psychology well-being in community-residing and institutional care elders. **Aging & Mental Health**, 357-385.
- Gray, R. S., Pungpond, R., Sirinun, K. & Varachai, T. (2008). "Inner Happiness Among Thai Elderly." **Journal of Cross Cultural Gerontology**. DOI 10.1007/s10823-008-9065-7.
- Harold, G.K., Linda, K.G., & Patricia T.R.N. (2004). Religion, Spirituality, and Health in medically hospitalized older patients. **Journal of American Geriatrics Society**, 554-562.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. **Review of General Psychology**, 9, 111-131.

- Lyubomirsky, S., Tkach, C., & DiMatteo, M. R. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research*, 78, 363-404.
- Maltby, J. Lewis, C.H.A., & Day, L. (1999). Religios orientation and psychological well-being: The role of the frequency of personal prayer. **British Journal of Health Psychology**, 363-378.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological wellbeing. **Journal of Personality and Social Psychology**, 57, 1069-1081.
- Santos, E., 2006. Spiritual intelligence, **What is spiritual intelligence? How it benefits a person?** Available at: Available at: www.Skopun.Files.Wordpress.com. Trent University, Peterborough, Ontario, Canada.
- Tkach, C. & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies and well-being. **Journal of Happiness Studies**, 7, 183–225.
- Wigglesworth, C. (2004). Spirituality intelligence and why matters. **Conscious pursuits**, 3 (2), 30-31.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2000), **SQ: Spiritual intelligence: The ultimate intelligence**, New york, Ny, USA: Bloomsbury.

