



دوازدهمین سمینار انجمن مشاوره ایران



کاربرد مشاوره در ارتقای کیفیت زندگی

رابطه ی هوش معنوی و کیفیت زندگی

فروغ جعفری^۱

منیره نسیمی^۲

مقدمه :

مفهوم تحلیلی غرب از هوش، بیش تر از نوع شناختی است و شامل پردازش اطلاعات می‌شود؛ در حالیکه رویکرد ترکیبی شرق نسبت به هوش، مولفه‌های گوناگون عملکرد و تجربه انسان از جمله شناخت، شهود و هیجان را در یک ارتباط کامل (یکپارچه) در بر می‌گیرد. (نازل ۲۰۰۴ به نقل از سهرابی ۱۳۸۶). در سال‌های اخیر معنویت بعنوان یک جنبه‌ی مهم از کنش انسان گرایانه که در رابطه‌ی پایایی با سلامت و بهبودی قرار دارد مورد توجه قرار گرفته است (مک دونالد، ۲۰۰۲).

هوش معنوی سازه‌های معنویت و هوش را درون یک سازه‌ی جدید ترکیب می‌کند. در حالیکه معنویت با جستجو و تجربه به عناصر مقدس، معنا و هوشیاری اوج یافته در ارتباط است، هوش معنوی، مستلزم توانایی‌هایی است که از چنین موضوعات معنوی برای تطابق و کنش اثربخش و تولید محصولات و پیامدهای با ارزش استفاده می‌کند. (آموز، ۱۹۹۹). حال هوش معنوی بعنوان ظرفیت انسان برای پرسیدن سوالات نهایی درباره معنای زندگی و تجربیات همزمان و ارتباط یکپارچه بین انسان و دنیایی که در آن زندگی می‌کند تعریف شده است (ولمن، ۲۰۰۱). از آنجائیکه بشر همواره در پی رسیدن به شادی و نشاط، ذوق و خلاقیت، امید و آرامش، سلامت روح و روان و تمامی ارزشهای انسان است، هوش معنوی می‌تواند زندگی درونی و روح را با زندگی بیرونی و کار در دنیا، یکپارچه و هماهنگ می‌سازد و موجب شادکامی و بهزیستی گردد. (وگان، ۲۰۰۲). طبق آیات متبرک قرآن کریم نیز زندگی با کیفیت مطلوب، ریشه در اعتقادات و آموزش‌های دینی مسلمانان دارد (حیات طیبه) (سوره مبارکه نحل، آیه ۹۷).

"کیفیت زندگی" اصطلاحی است که معمولاً برای توصیف تصور انسانها از بهزیستی مورد استفاده قرار می‌گیرد (مورفی و ویلیامز، ۱۹۹۹؛ زاترا، بیر و کیل، ۱۹۷۷). و در تعاریف گسترده از کیفیت زندگی، مفاهیم آزادی عمل، احساس هدف داشتن، کسب موفقیت در رابطه با زندگی کاری، خانوادگی یا اجتماعی و صیانت نفس احترام و بهزیستی فیزیکی و جسمانی مدنظر قرار می‌گیرد. (فلس و پری، ۱۹۹۶؛ فنگان، ۱۹۷۸؛ گودانیسان و سنگلیون، ۱۹۸۹؛ مورفی و ویلیامز، ۱۹۹۹؛ استیورت و ویر، ۱۹۹۲). در مطالعات روان‌شناختی، کیفیت زندگی به توانایی فرد برای دریافت معنا از زندگی‌اش مربوط است (کامپوس، ۲۰۰۲).

با وجود پیشرفت‌هایی چشمگیری که امروزه در زمینه علوم مختلف و شرایط اقتصادی، اجتماعی و رفاهی در دنیا به وقوع پیوسته است اما انسان امروزی شادتر، آرامتر و راضی تر از گذشته نیست. عوامل متعددی می‌تواند برای توجیه این شکاف مورد بررسی قرار گیرد. از آنجایی که یکی از ابعاد مهم انسان معنویت می‌باشد اهمیت این مولفه در کیفیت زندگی انسان قابل توجه می‌باشد. در واقع داشتن هوش معنوی و قرار گرفتن در سطحی از معنویت می‌تواند کیفیت زندگی فرد را تحت تاثیر قرار دهد (نواچک و تیلور، ۱۹۹۲).

^۱ عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر

^۲ کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران





دوازدهمین سمینار انجمن مشاوره ایران



کاربرد مشاوره در ارتقای کیفیت زندگی

معنویت انسان را به اوج کشانده و تحمل سختی‌ها و ناملایمات زندگی را بر آنها آسان می‌گرداند و وجود معنویت می‌تواند زندگی انسان را در تمام ابعاد تحت تاثیر قرار دهد و به لذت واقعی از زندگی برساند، لذا مقوله معنویت امروزه بسیار قابل توجه بوده و انسان معاصر گرایش روز افزون به دین و معنویت پیدا کرده است تا نهایتاً به بهترین درجه کیفیت زندگی ناقل گردد.

تعاریف و تعابیر مطرح شده در زمینه هوش معنوی و کیفیت زندگی محقق را در جستجوی یافتن ارتباط میان این دو مولفه ترغیب نمود و این سوال مطرح شد که آیا میان هوش معنوی و کیفیت زندگی ارتباط معناداری وجود دارد؟

روش پژوهش:

تحقیق حاضر از نوع تحقیق همبستگی است و مولفه هوش معنوی متغیر ملاک و مولفه کیفیت زندگی متغیر پیش بین محسوب می‌شود. نمونه آماری شامل دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر بودند و جامعه آماری ۶۰ نفر دانشجوی زن و مرد که در سال ۹۱ - ۱۳۹۰ مشغول به تحصیل بودند که به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند.

و به منظور جمع آوری اطلاعات از ۲ پرسشنامه استفاده شد: پرسشنامه هوش معنوی (SSI29) و پرسشنامه کیفیت زندگی (SF36).

پرسشنامه کیفیت زندگی (SF36):

این پرسشنامه دارای فرم ۳۶ عبارتی توسط واروشریون در سال ۱۹۹۲ در کشور آمریکا طراحی شد و اعتبار و پایایی آن را در گروه‌های مختلف بیماران مورد بررسی قرار گرفته است. هدف از طرح این پرسشنامه ارزیابی حالت سلامت از هر دو نظر وضعیت جسمانی و روانی است که به وسیله ترکیب نمرات حیطه‌های هشت گانه تشکیل دهنده سلامت به دست می‌آید. بومی سازی این آزمون در ایران توسط منتظری و همکاران (۱۳۸۴) انجام شد (۰/۹-۰/۷-۰/۳).

پرسشنامه هوش معنوی (SSI29): این پرسشنامه توسط عبدالله زاده (۱۳۸۷) روی دانشجویان هنجار شده است. پایایی آزمون ۰/۸۹ به دست آمد. روایی محتوایی صورتی سوال‌ها با نظر متخصص‌ها (همکاران) تایید شد. از تحلیل عاملی نیز استفاده شد و همبستگی کلیه سوال‌ها بالای ۰/۳ بود. آزمون بر اساس مقیاس لیکرت طراحی شده است و دامنه نمرات ۲۹ تا ۱۴۵ است.

یافته‌ها

محدودیت ناشی از مشکلات هیجانی دانشجویان	سلامت عاطفی	سرزندگی	کیفیت زندگی	هوش معنوی
--	--	۰/۰۱	--	

جدول ۱ نتایج مولفه‌های کیفیت زندگی با هوش هیجانی

نتیجه فرضیه اول: بین نمرات هوش معنوی و کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر رابطه معناداری وجود ندارد.

نتیجه فرضیه دوم: بین نمرات هوش معنوی و سرزندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر رابطه معناداری وجود دارد. (۰/۰۱)





دوازدهمین سمینار انجمن مشاوره ایران



کاربرد مشاوره در ارتقای کیفیت زندگی

نتیجه فرضیه سوم: بین نمرات هوش معنوی و سلامت عاطفی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر رابطه معناداری وجود ندارد.

نتیجه فرضیه چهارم: بین نمرات هوش معنوی و محدودیت ناشی از مشکلات هیجانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر رابطه معناداری وجود ندارد.

نتیجه فرضیه پنجم: نتایج به دست آمده نشان می دهد که تفاوت دست آمده به احتمال ۵٪ معنا دار نیست. به این معنا که بین نمرات هوش معنوی دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد.

نتیجه فرضیه ششم: نتایج به دست آمده نشان می دهد که تفاوت دست آمده به احتمال ۵٪ معنا دار نیست. به این معنا که بین نمرات کیفیت زندگی دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج که هوش معنی تنها با سرزندگی رابطه مثبت و معناداری داشت، شاید بتوان گفت پژوهش‌های متعدد دیگری نیز نتایج متناقض درباره رابطه میان مذهبی بودن و سلامت روانی به دست می دهد. شواهد برگین (۱۹۸۳) نشان می دهد که ۲۳ درصد مطالعات رابطه منفی، ۴۷ درصد رابطه مثبت و ۳۰ درصد هیچ رابطه‌ای را نشان نداده‌اند. ماهیت چند بعدی مذهبی بودن تبیینی را برای نتایج مغشوش و آشفته فراهم می آورد. مذهبی بودن سازه پیچیده‌ای است که می تواند تأثیرات چندگانه‌ای بر سلامت روانی داشته باشد؛ بنابراین، تأثیرات بعد خاصی از مذهب می تواند ابعاد دیگر را خنثی کند و منجر به الگوهای همبستگی متفاوتی شود.

آپورت مدلی از مذهبی بودن را ارائه کرد که شامل جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی است. جهت گیری مذهبی بیرونی افرادی را توصیف می کند که از مذهب برای اهداف خودشان استفاده می کنند. افراد دارای این جهت گیری ممکن است مذهب را به انحاء مختلف مفید ببینند؛ برای فراهم آوردن ایمنی و آرامش و تسکین، جامعه پذیری، شأن، مقام و توجیه خود. در مقابل، جهت گیری مذهبی درونی افرادی را توصیف می کند که انگیزه قوی در مذهب دارند؛ نیازهای دیگر که ممکن است قوی نیز باشند با اهمیت نهایی کمتری ملاحظه شده و تا حد امکان با باورها و دستورات مذهبی هماهنگی دارند. (آپورت و راس، ۱۹۶۷). باتسون و همکاران (۱۹۹۳) جهت گیری سومی را به این مدل افزوده‌اند که «جستجوگری مذهبی» نامیده شده است. اساسا جستجوگری مذهبی به چندین بعد متفاوت مذهب نظیر پیچیدگی، تردید و آزمون پذیری، اشاره دارد. افرادی که در سطح بالای از این بعد قرار دارند دایما موضوعات اگزیستانسی سوال برانگیز را بررسی می کنند بدون آنکه لزوماً به راه حلی دست یابند. (باتسون و همکاران، ۱۹۹۳).

باتسون و همکاران (۱۹۹۳) تلاش کردند تا ارتباط میان ابعاد مذهبی جستجوگری، درونی و بیرونی و مولفه‌های مختلف سلامت روانی را شناسایی کنند. شواهداندک فراهم آمده برای حمایت از رابطه مثبت میان جهت گیری بیرونی و سلامت روان نشان می دهد که اغلب، جهت گیری بیرونی مذهبی با سلامت روانی رابطه منفی دارد. به طور خاص در اکثر مطالعات، جهت گیری بیرونی با نبودن بیماری، رفتار مناسب اجتماعی، رهایی از نگرانی و احساس گناه، شایستگی فردی و انعطاف پذیری و پذیرا بودن رابطه منفی دارد. بعد جستجوگری هیچ رابطه روشنی را با مفاهیم گوناگون سلامت روانی نشان نمی دهد.

این نتیجه شایداندک بودن مطالعات در این حوزه را منعکس کند و یا اینکه نشان دهد جستجوگری رابطه کلی با سلامت روانی ندارد. پیچیدگی، تردید و آزمایشی بودن که در بعد جستجوگری دیده می شود نشان دهنده سطح بالاتری از فردیت در جستجو است. بنابراین





کاربرد مشاوره در ارتقای کیفیت زندگی

چهار چوب فردی درک رویدادهای استرس زا می‌تواند توجیهی برای یافته‌های و پهلوی مشاهده شده باشد؛ برخی از افراد ممکن است در جستجوی شان آسایش و راحتی بیابند و برخی دیگر نه.

ما لیتی و دی (۲۰۰۰) نشان دادند که نشانگان افسردگی با مذهب فردی - بیرونی و مذهب اجتماعی - بیرونی رابطه مثبت و با مذهب درونی رابطه منفی دارد. بعلاوه نشان داده شده که اضطراب بامذهب درونی رابطه منفی و با مذهب بیرونی رابطه مثبت دارد. آقابابایی و همکاران (۱۳۹۰)، پژوهشی با هدف بررسی رابطه هوش معنوی با بهزیستی فاعلی انجام دادند که نتایج آن نشانگر آن بوده که هوش معنوی با هر دو بعد بهزیستی فاعلی (شادی و رضایت از زندگی) رابطه مثبت دارد. که این نتیجه گیری با نتیجه گیری که از فرضیه دوم این تحقیق (رابطه بین هوش معنوی با سرزندگی) اخذ شد هماهنگی دارد.

نتایج پژوهش آقابابایی و همکاران (۱۳۹۰) حاکی از دین داری بالاتر زنان بوده‌اند. یافته‌های این پژوهش نشان دادند که دو جنس در نمره کل هوش معنوی تفاوت معناداری نداشته‌اند و مردان تنها در خرده مقیاس بسط حالت هشیاری، نمره بالاتری گزارش کرده‌اند. این یافته نشان می‌دهد که بالاتر بودن دین داری در زنان که در پژوهش‌های پیشین گزارش شده و (واکورال) حتی بعنوان یکی از تایید شده ترین یافته‌های روان‌شناسی دین خوانده شده است. (فرانسیس)، در مورد توانایی‌های ذهنی مرتبط با دینداری صدق نمی‌کند. گرچه زنان در برخی ابعاد دین داری نمره‌های بالاتری گزارش می‌کنند، اما این تفاوت ناشی از توانایی‌های ذهنی زیربنای معنویت و دین داری، یعنی هوش معنوی نیست. این یافته می‌تواند در حمایت از نظریه‌هایی باشد که دین داری بالاتر را در زنان مقابله‌ای در برابر دشواری‌های زندگی قلمداد می‌کنند، نه ناشی از برتری توانایی‌های ذهنی مرتبط با دین داری و معنویت. یافته‌های این پژوهش با فرضیه آخر که تفاوت هوش معنوی در زنان و مردان را بررسی کرد هماهنگی دارد.

هوش معنوی به معنای ظرفیت انسان برای پرسیدن سوالات نهایی درباره معنای زندگی و تجربیات همزمان و ارتباط یکپارچگی بین ما و دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم. در این تعریف جامع سخن از معنای زندگی شده، شاید خیلی از انسانها به حق معنای زندگی خود را نمی‌دانند و صرفاً به همین نوع زندگی خود که روزمرگی دارد اکتفا کرده‌اند و نتیجتاً هوش معنوی جایگاهی در ذهن و فکر آنها ندارد. پس نمی‌توان انتظار داشت که این دین داری و معنویت که در میان عموم رایج است و با معنای واقعی از دین ارتباط داشته باشد. چرا که دیدگاه انسانها نسبت به معنویت و دینداری آن نیست که باید باشد و انسانها در زندگی خود تعریفی برای معنویت خود ندارند و یا اگر هم دارند صحیح نبوده و معنویت واقعی را در نیافته‌اند.

با توجه به این که معنویت بخش مهمی از وجود انسان محسوب می‌شود مهم ترین پیشنهاد پژوهشگر به بزرگان دین و معنویت و کسان است که در این حوزه پیشکسوت هستند در خصوص اینکه مفاهیم دین، دینداری و معنویات را به طرز حقیقی آن، در میان مردم تعریف کرده و راه‌های رسیدن به درجات عالی معنویت و تاثیر بسزای معنویت در کل ابعاد زندگی را یادآوری نمایند. و نیز پیشنهاد می‌گردد این موضوع با نمونه بزرگتر و در سایر دانشگاه‌ها اجرا شود. همچنین رابطه بین هوش معنوی با سایر مولفه‌ها از جمله رضایت از زندگی، امید به زندگی و تاب آوری انجام گردد. همچنین پیشنهاد می‌گردد که موضوع تحقیق حاضر بر روی جامعه روحانیت انجام شود و نتایج مورد مقایسه قرار گیرد.

از جمله محدودیت‌های تحقیق می‌توان به این موارد اشاره کرد که پژوهش حاضر در میان دانشجویان بوده و نه گروه‌های دیگر مثل معلمان، کارمندان... تحقیق حاضر فقط میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامشهر انجام شده است. تحقیق حاضر در میان قشر دانشجو بوده و نه در میان کسانی که مدرک دیپلم دارند.





دوازدهمین سمینار انجمن مشاوره ایران

کاربرد مشاوره در ارتقای کیفیت زندگی



منابع:

۱. قرآن کریم
۲. آقابابایی، ناصر و همکاران، ۱۳۹۰، هوش معنوی و بهزیستی فاعلی، فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی و دین، سال چهارم، شماره سوم
۳. سهرابی، فرامرز، ۱۳۸۷، مبانی هوش معنوی، فصلنامه سلامت روان، سال اول شماره اول
4. All port.G.W, Ross,J.M. (1967). Personal religious orientation and prejudice journal of personality and social psychology. 5.435-443.
5. Batson, C.D, Schoenrade, P, and Ventis, W.L. (1993). Religion and the individual: A social psychological perspective, New York: Oxford university press.
6. Bergin, A.E. (1983). Religiosity and mental health: A critical re-evaluation and meta analysis. Professional psychology. 14, 170-184.
7. Emmons, R.A (1999). The psychology of ultimate concern: Motivation and spirituality in personality. New York the Guilford press.
8. Macdonal d,J.J (2002). Spiritual Health in oldermen paper presented 21 st February Interactive Seminar on older men and community.
9. Voughan F.what is spiritual intelligence? J Human psycho 2002; 42: 16-33.
10. Wollman, R.N. (2001). Thinking with your Soulispiritual intelligence and why it matters. New York: Harmong Books.



This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.