

## هوش معنوی و بهزیستی فاعلی

کچ ناصر آقابابایی\* / حجت‌اله فراهانی\*\* / علیرضا فاضلی مهرآبادی\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه هوش معنوی با بهزیستی فاعلی انجام شده است. بدین منظور، ۳۷۷ دانشجو و طلبه به پرسش‌نامه خودسنجی هوش معنوی، مقیاس شادی فاعلی، و مقیاس رضایت از زندگی پاسخ داده‌اند. برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل میانگین، انحراف معیار، آزمون t، همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شده است. نتایج نشان می‌دهد که هوش معنوی با هر دو بعد بهزیستی فاعلی (شادی و رضایت از زندگی) رابطه مثبت دارد. تولید معنای شخصی قویترین همبسته و بهترین پیش‌بینی کننده بهزیستی فاعلی بوده است. سطح رضایت از زندگی زنان بالاتر از مردان، و هوش معنوی طلاب بالاتر از دانشجویان گزارش شده است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که توانایی‌های ذهنی مرتبط با دین‌داری و معنویت، به ویژه توانایی تولید معنای شخصی، نقش مثبتی در بهزیستی فاعلی دارند. تفاوت‌های زنان و مردان، و دانشجویان و طلاب در هوش معنوی و بهزیستی فاعلی بحث شده است. کلیدواژه‌ها: هوش معنوی، دین‌داری، معنویت، شادی، رضایت از زندگی و بهزیستی فاعلی.

## مقدمه

قرن‌هاست که چپستی زندگی خوب، اندیشمندان را به خود مشغول داشته است. آنها بر ملاک‌هایی، چون دوست داشتن دیگران و لذت به عنوان ویژگی‌های یک زندگی خوب متمرکز شده‌اند. اندیشه دیگری که در باره زندگی خوب وجود دارد، عبارت است از اینکه افراد خودشان احساس کنند که زندگی خوبی دارند. این تعریف فاعلی (ذهنی) از کیفیت زندگی، این حق را به هر فرد می‌دهد که تصمیم بگیرد زندگی‌اش ارزشمند است یا نه. این رویکرد به تعریف زندگی خوب، چیزی است که «بهبودی فاعلی»<sup>۱</sup> و گاهی در اصطلاح محاوره‌ای «شادی»<sup>۲</sup> نامیده شده است. بهبودی فاعلی اشاره دارد به ارزیابی افراد از زندگی‌شان؛ ارزیابی‌هایی که هم عاطفی، هم شناختی‌اند. افراد هنگامی سطح بالایی از بهبودی فاعلی را تجربه می‌کنند که هیجان‌های مثبت زیاد و هیجان‌های منفی کمی را تجربه کنند، هنگامی که درگیر فعالیت‌های جالب شوند، هنگامی که لذت‌های زیاد و رنج اندکی را تجربه کنند و هنگامی که از زندگی‌شان راضی باشند. بر این اساس، بهبودی فاعلی مفهوم گسترده‌ای است که شامل تجربه کردن هیجان‌های دلپذیر، سطح پایین خلق منفی، و رضایت زندگی بالاست. البته سلامت روانی و زندگی ارزشمند، ویژگی‌های دیگری نیز دارند، اما حوزه بهبودی فاعلی بر ارزیابی خود افراد از زندگی‌شان تمرکز می‌کند.<sup>۳</sup>

به طور خلاصه، بهبودی فاعلی، دو مؤلفه عاطفی (هیجانی) و شناختی دارد. مؤلفه عاطفی یا هیجانی عبارت است از تعادل عاطفه مثبت و عاطفه منفی. مؤلفه شناختی نیز عبارت است از ارزیابی فرد در مورد رضایت از زندگی.<sup>۴</sup> مردم همه فرهنگ‌ها، بهبودی فاعلی را مهم‌ترین عنصر زندگی‌شان گزارش می‌کنند و از همین روست که روان‌شناسان می‌کوشند تا عامل‌های پرورش سطوح بالاتر بهبودی را شناسایی کنند.<sup>۵</sup> افزایش بهبودی فاعلی از این جهت مهم است که افراد شاد، ویژگی‌های پسندیده دیگری را نیز نشان می‌دهند. از آن رو که حوزه بهبودی فاعلی در پژوهش‌های زمینه‌یابی ریشه دارد، تاکنون کوشش‌های مداخله‌ای اندکی در مورد آن انجام شده است.<sup>۶</sup> معنویت و دین‌داری، از جمله متغیرهایی است که پژوهشگران رشته‌های مختلف به رابطه آن با سلامت روانی و به طور خاص بهبودی فاعلی توجه نشان داده‌اند.

رابطه بهبودی فاعلی با دامنه گسترده‌ای از متغیرهای مربوط به دین و معنویت، مانند نگرش به دین،<sup>۷</sup> حضور در تشریفات و مراسم مذهبی،<sup>۸</sup> فعالیت‌های دینی،<sup>۹</sup> باورهای دینی،<sup>۱۰</sup>

جهت‌گیری دینی<sup>۱۱</sup>، مقابله مذهبی<sup>۱۲</sup>، تردید دینی<sup>۱۳</sup>، معنویت<sup>۱۴</sup>، رسش معنوی<sup>۱۵</sup>، و تجربه معنوی<sup>۱۶</sup> بررسی شده است. غالب پژوهش‌ها رابطه مثبت معناداری بین اشتغال دینی بالا با رضایت از زندگی و شادی بیشتر، خلق بهتر، و روحیه بالاتر به دست داده‌اند. ممکن است جلوه‌های متفاوت تدین (مانند حضور در مراسم دینی، نیایش و انگیزش دینی درونی) به شیوه مشابهی به بهزیستی و سلامت روانی مرتبط نباشند یا ممکن است به جنبه‌های متفاوتی از بهزیستی و سلامت مرتبط باشند. به همین علت، پژوهش‌هایی که از مقیاس‌های مختلف استفاده می‌کنند، نتایج متفاوتی به دست می‌دهند.<sup>۱۷</sup> از سوی دیگر، آن‌گونه که کاشدان<sup>۱۸</sup> توضیح داده است برای سنجش بهزیستی فاعلی، پرسش‌نامه شادی آکسفورد که در برخی از این پژوهش‌ها به کار رفته است، مقیاس مناسبی نیست، چرا که نسبتاً طولانی است، سازه‌های زائد دارد و فاقد توجیه نظری برای محتوای پراکنده‌ای است که می‌سنجد. در عوض، آزمون‌هایی مانند مقیاس شادی فاعلی و مقیاس رضایت از زندگی، از مناسب‌ترین مقیاس‌ها می‌باشند، چرا که کوتاه و فارغ از فشار زمانی هستند، مبتنی بر نظریه‌اند و ویژگی‌های روان‌سنجی خوبی دارند. برای مثال، در دانمارک، هلند و ایالات متحده، هنگامی که رضایت از زندگی با یک گویه سنجیده شد، رابطه آن با دین‌داری بسیار کم بود،<sup>۱۹</sup> در حالی که پژوهش‌ها در ایران<sup>۲۰</sup> و ایالات متحده<sup>۲۱</sup> با استفاده از مقیاس شادی فاعلی و مقیاس رضایت از زندگی نشان داده‌اند که جهت‌گیری دینی درونی می‌تواند شادی و رضایت از زندگی را به خوبی پیش‌بینی کند.

در سال‌های اخیر با تولد مفاهیم و سازه‌های نو در دامن روان‌شناسی دین، پژوهشگران به آزمون نظریه‌ها و یافته‌های پیشین با این سازه‌ها علاقه نشان داده‌اند. هوش معنوی در جرگه این مفاهیم نو جای دارد که برگ‌جدیدی از ساحت معنوی انسان به روی ما می‌گشاید. آغاز علاقه پژوهشگران به معنویت به عنوان نوعی هوش به دو دهه پیش می‌رسد؛ هنگامی که گاردنر هوش معنوی را پیشنهاد داد.<sup>۲۲</sup> گاردنر خود، این مفهوم را پی‌نگرفت،<sup>۲۳</sup> اما پژوهشگران متعدد بدان پرداخته و مقیاس‌های متعددی برای سنجش آن ساختند.<sup>۲۴</sup> هوش معنوی در روان‌شناسی دو حیثیت دارد: از سویی، با معنویت پیوند دارد و می‌توان آن را با دیگر سازه‌ها در روان‌شناسی دین مقایسه کرد. از سوی دیگر، همتای سازه‌هایی چون قدردانی، گذشت، و هوش هیجانی است و می‌توان آن را در رواق روان‌شناسی مثبت گذارد که امروزه رو به رونق است.

هوش معنوی مجموعه‌ای از قابلیت‌های سازش روانی مبتنی بر جنبه‌های غیر مادی و متعالی است، به ویژه آنهایی که با ماهیت هستی فرد، معنای شخصی، تعالی، و سطوح بالای هشیاری مرتبط‌اند. هنگامی که این قابلیت‌ها به کار بسته شوند، توانایی منحصر به فرد مسئله‌گشایی، تفکر انتزاعی و کنار آمدن<sup>۲۵</sup> را تسهیل می‌کنند. طبق مفهوم‌سازی کینگ، چهار استعداد یا توانایی هسته‌ای هوش معنوی عبارت‌اند از:

۱. تفکر انتقادی وجودی که عبارت است از استعداد تفکر انتقادی در باره گوهر وجود، واقعیت، گیتی، مکان، زمان و موضوعهای وجودی و متافیزیک و توانایی تفکر در باره موضوع‌های غیر وجودی مرتبط با وجود فرد،

۲. تولید معنای شخصی که عبارت است از توانایی استنتاج مفهوم و معنای شخصی از همه تجارب جسمی و ذهنی، از جمله توانایی ایجاد هدف زندگی،

۳. آگاهی متعالی که عبارت است از استعداد تشخیص ابعاد و چارچوب‌های متعالی خود، دیگران و دنیای مادی در خلال حالت‌های طبیعی هشیاری، همراه با استعداد تشخیص ارتباط آنها با خود<sup>۲۶</sup> فرد و با دنیای مادی،

۴. بسط حالت هشیاری که عبارت است از توانایی داخل و خارج شدن از حالت‌های بالای هشیاری، مانند مدیتیشن، دعا و امثال آن.<sup>۲۷</sup>

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بهزیستی فاعلی با دامنه گسترده‌ای از رفتارهای دینی رابطه دارد. این پرسش مطرح می‌شود که آیا رابطه یاد شده مربوط به رفتارها و مناسک دینی است یا این رابطه در سطح توانایی‌های زیربنایی معنویت و دین‌داری نیز وجود دارد. با توجه به نور بودن مفهوم هوش معنوی، پژوهش‌های اندکی در باره آن انجام شده است. معدود پژوهش‌های انجام شده نشان داده‌اند که هوش معنوی با سطح شادی پرستاران<sup>۲۸</sup>، رضایت از زندگی دانشجویان<sup>۲۹</sup>، و سلامت روانی افراد وابسته به مواد<sup>۳۰</sup> رابطه مثبت دارد. به منظور غنی‌سازی ادبیات هوش معنوی و با توجه به اهمیت بهزیستی فاعلی برای افراد عادی و متخصصان سلامت روانی، پژوهش حاضر به بررسی رابطه هوش معنوی و بهزیستی فاعلی در گروهی از دانشجویان و طلاب می‌پردازد.

## روش

این پژوهش از نوع مطالعه همبستگی است و برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌ها و روش‌های آماری، همچون فراوانی، میانگین، همبستگی پیرسون، آزمون t و رگرسیون استفاده شده

است. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، تهران، شهید بهشتی و آزاد اسلامی و طلاب حوزه‌های علمیه قم بوده است. ۳۷۷ شرکت کننده، شامل ۲۳۳ دانشجوی و ۱۴۴ طلبه (۲۱۳ زن و ۱۷۵ مرد) با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی انتخاب شده‌اند. میانگین سنی کل شرکت کنندگان ۲۲/۶۳ سال با دامنه ۱۸ - ۵۴ و انحراف استاندارد ۴/۲۴ بوده است. ابزارهای مورد استفاده عبارت است از:

۱. پرسش‌نامه خودسنجی هوش معنوی:<sup>۳۱</sup> این مقیاس توسط کینگ برای سنجش توانایی‌های ذهنی هوش معنوی ساخته شده، و توانایی‌های مربوطه را در چهار بعد اصلی ارزیابی می‌کند. توانایی‌های ذهنی هوش معنوی که در این مقیاس بررسی می‌شوند، شامل چهار توانایی تفکر انتقادی وجودی، تولید معنای شخصی، آگاهی متعالی، و بسط حالت هشجاری است. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس برابر با ۰/۹۲ و ضرایب آلفای خرده مقیاس‌های آن از ۰/۷۸ - ۰/۹۱ بوده‌اند.<sup>۳۲</sup> همبستگی مقیاس با تجارب عرفانی، هوش هیجانی، دین‌داری درونی و دین‌داری برونی، به ترتیب برابر با ۰/۶۳، ۰/۴۳، ۰/۴۸ و ۰/۲۱ گزارش شده است.<sup>۳۳</sup> پایایی درونی نسخه فارسی مقیاس با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمده است. ضرایب آلفای خرده مقیاس‌های آن نیز از ۰/۶۷ - ۰/۷۵ است. همبستگی نسخه فارسی مقیاس با آزمون جهت‌گیری مذهبی با تکیه بر اسلام و مقیاس خودارزیابی معنویت، به ترتیب برابر با ۰/۳۵ و ۰/۴۴ به دست آمده است.<sup>۳۴</sup>

۲. مقیاس رضایت از زندگی:<sup>۳۵</sup> این مقیاس پنج گویه‌ای برای سنجش بُعد شناختی بهزیستی فاعلی ساخته شده و تاکنون از پرکاربردترین ابزارها در زمینه رضایت از زندگی است. پایایی مقیاس با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ و با روش بازآزمایی با فاصله دو ماه برابر با ۰/۸۲ به دست آمده است.<sup>۳۶</sup> پایایی نسخه فارسی مقیاس نیز با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ و با روش بازآزمایی برابر با ۰/۶۹ گزارش شده است.<sup>۳۷</sup> شرکت‌کنندگان به این پرسش‌نامه و پرسش‌نامه پیشین در یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت پاسخ می‌دهند.

۳. مقیاس شادی فاعلی:<sup>۳۸</sup> این مقیاس چهارگویه دارد که دو گویه نخست آن از پاسخ‌دهنده می‌خواهد شادی خود را به ترتیب به صورت مستقل و در مقایسه با همگنان خود درجه‌بندی کند. گویه‌های سه و چهار به ترتیب، افراد شاد و غمگین را توصیف می‌کند و از پاسخ‌دهنده می‌پرسد که این اوصاف چقدر در مورد او درست‌اند. پایایی درونی مقیاس با

روش آلفای کرونباخ از ۰/۷۹ - ۰/۹۴ گزارش شده است<sup>۳۹</sup>. نسخه فارسی مقیاس در نمونه‌های دانشجویی و غیردانشجویی اجرا و اعتباریابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ نسخه فارسی برابر با ۰/۷۶ و همبستگی آن با مقیاس رضایت از زندگی از ۰/۴۳ - ۰/۴۷ گزارش شده است<sup>۴۰</sup>. شرکت کنندگان به یک مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت پاسخ می‌دهند.

### یافته‌ها

اجرای آزمون t مستقل نشان می‌دهد که از میان متغیرهای پژوهش، زنان نمره بالاتری در رضایت از زندگی گزارش کرده‌اند. همچنین مردان در یکی از خرده مقیاس‌های هوش معنوی، نمره بالاتری گزارش کرده‌اند. در سایر متغیرهای پژوهش بین دو جنس تفاوت معناداری مشاهده نمی‌شود. (جدول ۱)

جدول ۱: مقایسه دو جنس در متغیرهای پژوهش

t	میانگین (انحراف معیار)		متغیرها
	مرد	زن	
۰/۵۹	(۱/۲۰) ۴/۵۸	(۱/۲۷) ۴/۶۵	شادی
۳/۰۳**	(۰/۷۸) ۲/۹۱	(۰/۸۴) ۳/۱۶	رضایت از زندگی
۲/۳۸*	(۰/۶۶) ۲/۳۴	(۰/۶۳) ۲/۱۸	بسط حالت هشیاری
۰/۱۸	(۰/۶۴) ۲/۶۶	(۰/۶۶) ۲/۶۴	تولید معنای شخصی
۰/۸۳	(۰/۷۱) ۲/۷۲	(۰/۶۶) ۲/۶۷	آگاهی متعالی
۰/۵۰	(۰/۶۹) ۲/۴۴	(۰/۶۸) ۲/۴۰	تفکر انتقادی وجودی
۱/۳۵	(۰/۵۳) ۲/۵۳	(۰/۵۱) ۲/۴۶	هوش معنوی (کل)

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

اجرای آزمون t مستقل نشان می‌دهد که دو گروه دانشجوی و طلبه در رضایت از زندگی و شادی تفاوت معناداری ندارند، اما طلاب در نمره کل مقیاس هوش معنوی و سه خرده مقیاس بسط حالت هشیاری، تولید معنای شخصی، و آگاهی متعالی، نمره بالاتری گزارش کرده‌اند. (جدول ۲)

جدول ۲: مقایسه دو گروه دانشجوی و طلبه در متغیرهای پژوهش

t	میانگین (انحراف معیار)		متغیرها
	طلبه	دانشجو	
۱/۲۱	(۱/۱۶) ۴/۷۱	(۱/۲۸) ۴/۵۶	شادی
۰/۰۵	(۰/۷۹) ۳/۰۴	(۰/۸۵) ۳/۰۵	رضایت از زندگی
۲/۱۹*	(۰/۶۱) ۲/۳۴	(۰/۶۶) ۲/۱۹	بسط حالت هشیاری
۲/۱۱*	(۰/۵۵) ۲/۷۳	(۰/۷۱) ۲/۵۹	تولید معنای شخصی
۲/۸۸**	(۰/۵۷) ۲/۸۱	(۰/۷۳) ۲/۶۱	آگاهی متعالی
۱/۲۲	(۰/۶۲) ۲/۴۷	(۰/۷۳) ۲/۳۹	تفکر انتقادی وجودی
۲/۸۵**	(۰/۴۴) ۲/۵۸	(۰/۵۶) ۲/۴۳	هوش معنوی (کل)

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

تحلیل همبستگی، رابطه متغیرهای پژوهش را به دست می‌دهد. هوش معنوی و همه خرده مقیاس‌های آن با هر دو بعد بهزیستی فاعلی (یعنی شادی و رضایت از زندگی) رابطه مثبت معناداری دارند. تولید معنای شخصی و تفکر انتقادی وجودی، به ترتیب قوی‌ترین و ضعیف‌ترین رابطه را با شادی و رضایت از زندگی دارند. ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول ۳: ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

مقیاس	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- شادی	۱						
۲- رضایت از زندگی	۰/۴۴**	۱					
۳- بسط حالت هشیاری	۰/۲۹**	۰/۲۵**	۱				
۴- تولید معنای شخصی	۰/۳۸**	۰/۳۸**	۰/۵۴**	۱			
۵- آگاهی متعالی	۰/۲۲**	۰/۲۱**	۰/۴۲**	۰/۵۲**	۱		
۶- تفکر انتقادی وجودی	۰/۱۲*	۰/۱۵**	۰/۴۶**	۰/۵۱**	۰/۵۹**	۱	
۷- هوش معنوی (کل)	۰/۳۲**	۰/۳۱**	۰/۷۶**	۰/۸۱**	۰/۷۸**	۰/۸۱**	۱

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

با توجه به رابطه خرده مقیاس‌های هوش معنوی با شادی و رضایت از زندگی، با اجرای هشت رگرسیون ساده به بررسی سهم هر یک از ابعاد هوش معنوی در تبیین بهزیستی فاعلی پرداخته شده است. بسط حالت هشیاری به ترتیب ۸ و ۶ درصد از واریانس ( $R^2$ ) شادی و رضایت از زندگی را پیش‌بینی کرده است. به همین ترتیب، تولید معنای شخصی به ترتیب ۱۴ و ۱۵ درصد از واریانس شادی و رضایت از زندگی را پیش‌بینی کرده است. آگاهی متعالی به ترتیب ۴ و ۴ درصد از واریانس شادی و رضایت از زندگی را پیش‌بینی کرده است. و تفکر انتقادی وجودی تنها توانسته است ۱ درصد از واریانس شادی و ۲ درصد از واریانس رضایت از زندگی را پیش‌بینی کند. بنابراین تولید، معنای شخصی بیشترین سهم را در تبیین شادی و رضایت از زندگی دارد. خلاصه نتایج رگرسیون در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: خلاصه نتیجه رگرسیون هوش معنوی روی بهزیستی فاعلی

متغیر ملاک										متغیر پیش‌بین
رضایت از زندگی					شادی					
$\beta$	B	SE	F	R2	$\beta$	B	SE	F	R2	
۰/۲۵	۰/۱۳	۰/۸۰	۲۴/۹۲**	۰/۰۶	۰/۲۹	۰/۵۶	۱/۱۹	۳۶/۰۶**	۰/۰۸	بسط حالت هشیاری
۰/۳۸	۰/۴۸	۰/۷۶	۶۶/۴۵**	۰/۱۵	۰/۳۹	۰/۷۴	۱/۱۵	۶۸/۴۱**	۰/۱۵	تولید معنای شخصی
۰/۲۳	۰/۲۸	۰/۸۰	۲۲/۲۳**	۰/۰۵	۰/۲۲	۰/۴۱	۱/۲۲	۲۰/۳۷**	۰/۰۵	آگاهی متعالی
۰/۱۵	۰/۱۸	۰/۸۲	۹/۴۷**	۰/۰۲	۰/۱۳	۰/۲۳	۱/۲۴	۶/۴۳*	۰/۰۱	تفکر انتقادی وجودی

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

### نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه هوش معنوی با بهزیستی فاعلی انجام شده است. بهزیستی، موضوعی است که قرن‌ها ذهن اندیشمندان را به خود مشغول کرده و اخیراً مرکز توجه روان‌شناسی مثبت شده است. روان‌شناسی مثبت، عبارت است از مطالعه علمی عملکرد بهینه انسان. روان‌شناسی مثبت بر این تمرکز دارد که زندگی انسان چگونه شکوفا می‌شود و به توانش‌هایش<sup>۴۱</sup> می‌رسد. پژوهش حاضر در پی آن بوده که دریابد آیا هوش معنوی نیز می‌تواند نقشی در بهزیستی فاعلی داشته باشد؟ یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که هوش معنوی با هر دو بعد بهزیستی فاعلی، رابطه مثبت معناداری دارد. بنابراین، رابطه مثبت دین و معنویت با بهزیستی، به توانایی‌های ذهنی مرتبط با دین‌داری و معنویت نیز گسترش می‌یابد. از میان خرده مقیاس‌های هوش معنوی، تولید معنای شخصی، قوی‌ترین همبستگی را با بهزیستی فاعلی دارد و بهترین پیش‌بینی‌کننده آن است. در گروهی از دانشجویان کانادایی نیز از میان مؤلفه‌های هوش معنوی، تولید معنای شخصی، قوی‌ترین همبسته رضایت از زندگی آنها بوده است.<sup>۴۲</sup> باور بر آن است که اثر مثبت دین بر شادی، برخاسته از معنا و هدفی است که باورهای دینی برای فرد فراهم می‌آورند.<sup>۴۳</sup> یافته پژوهش حاضر را می‌توان در حمایت از نظریه یاد شده تفسیر کرد. البته تأیید این نظریه نیازمند پژوهش‌های مستقل دیگری است.

پژوهش حاضر به موضوع جنسیت نیز پرداخته است. یکی از زمینه‌های اصلی تحقیق در زمینه جنسیت، تفاوت‌های جنسی<sup>۴۴</sup> است که تفاوت‌های زن و مرد را در دامنه گسترده‌ای از ویژگی‌ها و رفتارها می‌سنجد و مستند می‌کند.<sup>۴۵</sup> از موضوع‌هایی که در آن به تفاوت‌های جنسیتی توجه شده، دین‌داری و معنویت است. پژوهش‌های پیشین حاکی از دین‌داری بالاتر زنان بوده‌اند.<sup>۴۶</sup> یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که دو جنس در نمره کل هوش معنوی تفاوت معناداری ندارند و مردان تنها در خرده مقیاس بسط حالت هشیاری، نمره بالاتری گزارش کرده‌اند. این یافته نشان می‌دهد که بالاتر بودن دین‌داری در زنان که در پژوهش‌های پیشین گزارش شده<sup>۴۷</sup> و حتی به عنوان یکی از تأیید شده‌ترین یافته‌های روان‌شناسی دین خوانده شده است،<sup>۴۸</sup> در مورد توانایی‌های ذهنی مرتبط با دین‌داری، صدق نمی‌کند. گرچه زنان در برخی ابعاد دین‌داری نمره‌های بالاتری گزارش می‌کنند، اما این تفاوت ناشی از توانایی‌های ذهنی زیربنایی معنویت و دین‌داری، یعنی هوش معنوی نیست. این یافته می‌تواند در حمایت از نظریه‌هایی که باشد که دین‌داری



بالتر در را زنان، مقابله‌ای در برابر دشواری‌های زندگی قلمداد می‌کنند،<sup>۴۹</sup> نه ناشی از برتری توانایی‌های ذهنی مرتبط با دین‌داری و معنویت.

یافته دیگر پژوهش حاضر این است که زنان در شادی و رضایت از زندگی، نمره‌های بالاتری گزارش کرده‌اند، گرچه تفاوت یاد شده در خصوص شادی معنادار نیست. پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که زنان سلامت ضعیف‌تری را تجربه می‌کنند، با این حال، تفاوت‌های جنسی در سلامت متغیر است؛ بدین صورت که زنان سطوح پایین‌تری از مرگ و میر دارند، اما سطوح بالاتری از افسردگی، اختلال‌های اضطرابی، و دسته‌ای از بیماری‌های مزمن را گزارش می‌کنند. ریشه‌های نابرابری‌های جنسی در سلامت، بسیار درهم تنیده و پیچیده‌اند.<sup>۵۰</sup> در خصوص بهزیستی فاعلی، گفته شده است که تفاوت جنسی در آن اندک است و زنان معمولاً رضایت از زندگی بالاتری گزارش می‌کنند.<sup>۵۱</sup> در پژوهش حاضر نیز زنان نمره بالاتری در رضایت از زندگی گزارش کرده‌اند. این یافته در پژوهش جوشنلو و افشاری در گروهی از دانشجویان دانشگاه تهران نیز مشاهده شده است.<sup>۵۲</sup> این یافته‌ها بر پایه وضعیت اجتماعی-اقتصادی جامعه، قابل تبیین است. عوامل تنیدگی‌زا در زنان و مردان متفاوت است؛ مردان به مسائل اقتصادی و شغلی حساسیت زیادی دارند و عدم امنیت شغلی و اقتصادی سلامت روانی آنها را به خطر می‌اندازد.<sup>۵۳</sup> برای مثال، بسیاری از دانشجویان پسر در دوره دانشجویی به لزوم داشتن شغل و آینده حرفه‌ای می‌اندیشند و چنانچه بپذیریم شرایط اقتصادی ناامنی در جامعه حکمفرماست، پسران آینده مبهم و نامشخصی در پیش دارند که می‌تواند امید به آینده را محدود کند و تأثیر منفی بر سطح رضایت از زندگی‌شان بگذارد. در ایران و احتمالاً بسیاری از جوامع دیگر، برخلاف دختران که حمایت مالی و عاطفی بیشتری را از خانواده‌هایشان دریافت می‌کنند، پسران حمایت کمتری را دریافت می‌کنند و در مواردی از آنها انتظار می‌رود که پس از هجده سالگی خانواده‌شان را از نظر مالی حمایت کنند. همچنین پسران پس از فراغت از تحصیل باید دوره خدمت ضرورت را طی کنند که خود منبع مهمی برای عدم رضایت از زندگی است. این عامل‌ها در کنار دیگر عامل‌ها می‌تواند منشأ تفاوت‌های جنسی در سطح رضایت از زندگی نسل جوان ایرانی باشد.<sup>۵۴</sup> برای به دست آوردن فهم جامعی از تفاوت جنسی در بهزیستی لازم است به عامل‌هایی چون ساختارهای اجتماعی، تعیین‌کننده‌های روانی-اجتماعی و عامل‌های رفتاری توجه شود. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده، نقش عامل‌های یاد شده را بررسی کنند.

یکی از یافته‌های پژوهش حاضر، بالاتر بودن نمره طلاب در هوش معنوی است. این یافته نشان می‌دهد که تفاوت دو گروه در دین‌داری، به فراوانی انجام مناسک و رفتارهای دینی در طلاب<sup>۵۵</sup> محدود نیست. طلاب در خصوص توانایی‌های ذهنی مربوط به دین‌داری، به ویژه بسط حالت هشیاری، تولید معنای شخصی و آگاهی متعالی نیز نمره بالاتری از دانشجویان کسب کرده‌اند. مقایسه دانش پژوهان دانشگاه و حوزه نشان می‌دهد که این دو گروه در خصوص رضایت از زندگی و شادی، تفاوتی ندارند. گرچه دو گروه یاد شده سبک زندگی متفاوتی را اتخاذ کرده‌اند و آینده شغلی متفاوتی را پیش رو دارند، و احتمالاً با مشکلات متفاوتی روبه‌رو هستند، اما این تفاوت‌ها به تفاوت در سطح بهزیستی فاعلی منجر نشده است. اگر فرض شود که مشکلات زندگی برای طلاب بیشتر باشد، بالاتر بودن دین‌داری و معنویت به آنها کمک کرده است تا بهتر با مشکلات کنار بیایند و در نتیجه، سطح بهزیستی آنها به گروه اول رسیده است. به عبارت دیگر، بر اساس این فرض که گروه دوم متحمل سختیهای بیشتری در زندگی روزمره می‌شوند، باید سطح بهزیستی پایین‌تری را گزارش کنند، اما توانایی آنها در استفاده از مسائل معنوی به آنها کمک کرده است تا عملکرد روزانه و بهزیستی خود را ارتقا دهند و به سطح گروه اول برسند، چرا که قابلیت‌های مرتبط با هوش معنوی، توانایی مسئله‌گشایی و کنار آمدن را تسهیل می‌کنند. البته وجود مشکلات بیشتر در سبک زندگی طلاب، مقدمه اثبات نشده‌ای است، از این رو تبیین یاد شده، به صورت احتمال مطرح شده است و باید در پژوهش‌های آینده به صورت مستقل بررسی شود.

این پژوهش در گروه متنوعی از دانشجویان و طلاب انجام شده است و داده‌های آن را می‌توان به جامعه دانشگاه و حوزه تعمیم داد. با توجه به اهمیت بهزیستی، شایسته است متولیان و متخصصان سلامت روانی، به پژوهش در این زمینه، بیشتر اهمیت دهند. پژوهش‌های آینده می‌تواند رابطه بهزیستی را با دیگر سازه‌های روان‌شناسی دین بررسی کند. همچنین توصیه می‌شود در پژوهش‌های آینده، هوش معنوی با دیگر انواع هوش، مقایسه و رابطه آن با دیگر متغیرهای سلامت روانی و بهزیستی بررسی شود. چنین پژوهش‌هایی به غنی شدن ادبیات هوش معنوی و مقبولیت بیشتر این نوع از هوش در جامعه علمی کمک می‌کند.

1. Subjective well-being
2. Happiness
3. E. Diener, "Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index", *American Psychologist*, v 55, p 34.
۴. ناصر آقابابائی و حجت‌اله فراهانی، «نقش رگه قدردانی در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی و فاعلی»، *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ش ۲۹.
5. R. E. Lucas & M. B. Donnellan, "How stable is happiness? Using the STARTS model to estimate the stability of life satisfaction", *Journal of Research in Personality*, v 41, p 1091-1092.
6. E. Diener et al., "Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction", In C. R. Snyder & S. J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology*, p 69.
7. C. A. Lewis, "Church attendance and happiness among Northern Irish undergraduate students: No association", *Pastoral Psychology*, v 50, p 191.
8. A. L. Ferriss, "Religion and the quality of life", *Journal of Happiness Studies*, v 3, p 199.
9. J. Maselko & L. D. Kubzansky, "Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey", *Social Science & Medicine*, v 62, p 2848.
10. A. S. Warner, *Exploration of psychological and spiritual well-being of women with breast cancer participating in the Art of Living Program*.
11. J. M. Salsman et al., "The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support", *Personality and Social Psychology Bulletin*, v 31, p 522.
12. C. A. Lewis et al., "Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults", *Personality and Individual Differences*, v 38, p 1193.
13. K. J. Gauthier et al., "Religiosity, religious doubt, and the need for cognition: Their interactive relationship with life satisfaction", *Journal of Happiness Studies*, v 7, p 139.
14. D. McKnight, *An investigation into the relationship between spirituality and life satisfaction*.
15. V. Genia & B. A. Cooke, "Women at midlife: Spiritual maturity and life satisfaction", *Journal of Religion and Health*, v 37, p 115.
16. J. Maselko & L. D. Kubzansky, *Ibid*.
17. H. G. Koenig, *Faith and mental health religious resources for healing*, p 50.
18. T. B. Kashdan, "The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire)", *Personality and Individual Differences*, v 36, p 1231.
19. L. Snoep, "Religiousness and happiness in three nations: A research note", *Journal of Happiness Studies*, v 9, p 207.
۲۰. ناصر آقابابائی و دیگران، «معنویت و احساس شخصی روان‌درستی در دانشجویان و طلاب»، *مجله علوم روانشناختی*، ش ۳۱، ص ۳۶۶.
21. K. R. Byrd et al., "Intrinsic motivation and subjective well-being: The unique contribution of intrinsic religious motivation", *The International Journal for the Psychology of Religion*, v 17, p 141.
22. R. J. Sternberg et al., *Applied intelligence*, p 21.
23. H. Gardner, "A case against spiritual intelligence", *International Journal for the Psychology of Religion*, v 10, p 27-34.
۲۴. ناصر آقابابائی و دیگران، «بررسی ویژگی‌های سنجشی در، کوتاه پرسشنامه خودسنجی هوش معنوی»، *مجله علوم روانشناختی*، ش ۳۴، ص ۱۷۲-۱۷۰.
25. Coping
26. Self
27. D. B. King & T. L. DeCicco, "A viable model and self-report measure of spiritual intelligence", *The International Journal of Transpersonal Studies*, v 28, p 70-71.
28. F. Bagheri et al., "The relationship between nurses' spiritual intelligence and happiness in Iran", *Procedia Social and Behavioral Sciences*, v 5, p 1556.
29. D. B. King, *Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure*, p 158.
۳۰. صدیقه معلمی و دیگران، «مقایسه هوش معنوی و سلامت روان در افراد معتاد و غیرمعتاد»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید صدوقی یزد*، ش ۱۸، ص ۲۳۸.
31. Spiritual Intelligence Self-Report Inventory

32. D. B. King, *Ibid*, p 151.
33. D. B. King, *Ibid*, p 158.
۳۴. ناصر آقابابائی و دیگران، همان، ص ۱۷۶.
35. Satisfaction with Life Scale
36. E. Diener et al., "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, v 49 (1), p 72.
۳۷. علی اصغر بیانی و دیگران، «اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی»، *روان‌شناسان ایرانی*، ش ۱۱، ص ۲۵۹-۲۶۵.
38. Subjective Happiness Scale
39. M. D. Holder et al., "Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8-12 years", *Journal of Happiness Studies*, v 11, p 135.
۴۰. ناصر آقابابائی و دیگران، «معنویت و احساس شخصی رواندرستی در دانشجویان و طلاب»، *علوم روانشناختی*، ش ۳۱، ص ۳۶۶.
41. Potentials
42. D. B. King, *Ibid*, p 158.
43. E. Diener et al., "Happiness", In M. R. Leary & R. H. Hoyle (eds), *Handbook of individual differences in social behavior*, p 152.
44. Sex Differences
45. V. Burr, *Gender and Social Psychology*, p 10.
۴۶. ناصر آقابابائی و حجت‌اله فراهانی، «جنسیت و معنویت»، *جنسیت از منظر دین و روانشناسی (مجموعه مقالات)*، ص ۱۴۵.
47. WHOQOL SRPB Group, "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life", *Social Science & Medicine*, v 62, p 1486-1497.
48. L. J. Francis, "The psychology of gender differences in religion: A review of empirical research", *Religion*, v 27, p 81.
49. B. Spilka et al., *The psychology of religion: An empirical approach*, p 154.
50. K. M. Scott & S. C. D. Collings, "Gender and the association between mental disorders and disability", *Journal of Affective Disorders*, v 125, p 207.
51. M. Joshanloo & S. Afshari, "Big Five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim university students" *Journal of Happiness Studies*, v 12, p 112.
52. M. Joshanloo & S. Afshari, *Ibid*.
53. M. Denton et al., "Gender differences in health: A Canadian study of the psychosocial, structural and behavioural determinants of health", *Social Science & Medicine*, v 58, p 2585-2600.
54. M. Joshanloo & S. Afshari, *Ibid*.
۵۵. مسعود آذربایجانی، تهیه و ساخت آزمون جهت‌گیری مذهبی با تکیه بر اسلام، ص ۱۴۵.

## منابع

- آذربایجانی، مسعود، تهیه و ساخت آزمون جهت‌گیری مذهبی با تکیه بر اسلام، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۲.
- آقابابائی، ناصر و دیگران، «بررسی ویژگیهای سنجشی در، کوتاه پرسشنامه خودسنجی هوش معنوی»، *مجله علوم روانشناختی*، ش ۳۴، تابستان ۱۳۸۹، ص ۱۸۰-۱۶۹.
- «معنویت و احساس شخصی رواندرستی در دانشجویان و طلاب»، *علوم روانشناختی*، ش ۳۱، پاییز ۱۳۸۸، ص ۳۶۰-۳۷۲.
- آقابابائی، ناصر و حجت‌اله فراهانی، «جنسیت و معنویت»، *جنسیت از منظر دین و روانشناسی (مجموعه مقالات)*، قم، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، پاییز ۱۳۹۰، ص ۱۶۰-۱۴۵.
- «نقش رگه قدردانی در پیش بینی بهزیستی روان شناختی و فاعلی»، *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ش ۲۹، پاییز ۱۳۹۰، زیرچاپ.
- بیانی، علی اصغر و دیگران، «اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی»، *روان شناسان ایرانی*، ش ۱۱، بهار ۱۳۸۶، ص ۲۶۵-۲۵۹.
- معلمی، صدیقه و دیگران، «مقایسه هوش معنوی و سلامت روان در افراد معتاد و غیرمعتاد»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید صدوقی یزد*، ش ۱۸ (۳)، ۱۳۸۹، ص ۲۴۲-۲۳۵.
- Bagheri, F. et al., "The relationship between nurses' spiritual intelligence and happiness in Iran", *Procedia Social and Behavioral Sciences*, v 5, 2010, p 1556-1561.
- Bryant, A. N., "Gender differences in spiritual development during the college years", *Sex Roles*, v 56, 2007, p 835-846.
- Burr, V., *Gender and Social Psychology*, New York, Routledge, 2002.
- Byrd, K. R. et al., "Intrinsic motivation and subjective well-being: The unique contribution of intrinsic religious motivation", *The International Journal for the Psychology of Religion*, v 17(2), 2007, p 141-156.
- Denton, M. et al., "Gender differences in health: A Canadian study of the psychosocial, structural and behavioural determinants of health", *Social Science & Medicine*, v 58, 2004, p 2585-2600.
- Diener, E. et al., "Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction", In C. R. Snyder & S. J. Lopez (eds), *Handbook of Positive Psychology*, New York, Oxford University Press, 2000, p 63-73.
- Diener, E., "Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index", *American Psychologist*, v 55(1), January 2000, p 34-43.
- Diener, E. et al., "Happiness", In M. R. Leary & R. H. Hoyle (eds), *Handbook of Individual Differences in Social Behavior*, New York, the Guilford Press, 2009.
- Diener, E. et al., "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, v 49(1), 1985, p 71-75.
- Ferriss, A. L., "Religion and the quality of life", *Journal of Happiness Studies*, v 3, 2002, p 199-215.
- Francis, L. J., "The psychology of gender differences in religion: A review of empirical research", *Religion*, v 27, 1997, p 81-96.
- Francis, L. J. et al., "The relationship between religion and happiness among German students", *Pastoral Psychology*, v 51(4), 2003, p 191-195.
- Gardner, H., "A case against spiritual intelligence", *International Journal for the Psychology of Religion*, v 10(1), 2000, p 27-34.
- Gauthier, K. J. et al., "Religiosity, religious doubt, and the need for cognition: Their interactive relationship with life satisfaction", *Journal of Happiness Studies*, v 7, 2006, p 139-154.

- Genia, V. & B. A. Cooke, "Women at midlife: Spiritual maturity and life satisfaction", *Journal of Religion and Health*, v 37(2), 1998, p 115-123.
- Holder, M. D. et al., "Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years", *Journal of Happiness Studies*, v 11, 2010, p 131-150.
- Joshanloo, M. & S. Afshari, "Big Five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim university students", *Journal of Happiness Studies*, v 12, 2011, p 105-113.
- Kashdan, T. B., "The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire)", *Personality and Individual Differences*, v 36, 2004, p 1225-1232.
- King, D. B. & T. L. DeCicco, "A viable model and self-report measure of spiritual intelligence", *The International Journal of Transpersonal Studies*, v 28, 2009, p 68-85.
- King, D. B., *Rethinking Claims of Spiritual Intelligence: A Definition, Mode, and Measure*, Thesis, Trent University, 2008.
- Koenig, H. G., *Faith and Mental Health Religious Resources for Healing*, USA, Templeton Foundation Press, 2005.
- Lewis, C. A. et al., "Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults", *Personality and Individual Differences*, v 38, 2005, p 1193-1202.
- Lewis, C. A., "Church attendance and happiness among Northern Irish undergraduate students: No association", *Pastoral Psychology*, v 50(3), 2002, p 191-195.
- Lucas, R. E. & M. B. Donnellan, "How stable is happiness? Using the STARTS model to estimate the stability of life satisfaction", *Journal of Research in Personality*, v 41, 2007, p 1091-1098.
- Maselko, J. & L. D. Kubzansky, "Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey", *Social Science & Medicine*, v 62, 2006, p 2848-2860.
- McKnight, D., *An investigation into the relationship between spirituality and life satisfaction*, Dissertation, California, California State University, 2006.
- Salsman, J. M. et al., "The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support", *Personality and Social Psychology Bulletin*, v 31, 2005, p 522-535.
- Scott, K. M., & S. C. D. Collings, "Gender and the association between mental disorders and disability", *Journal of Affective Disorders*, v 125, 2010, p 207-212.
- Snoep, L., "Religiousness and happiness in three nations: A research note", *Journal of Happiness Studies*, v 9, 2008, p 207-211.
- Spilka, B. et al., *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York, Guilford, 2003.
- Sternberg, R. J. et al., *Applied Intelligence*, Cambridge, Cambridge University Press, 2008.
- Warner, A. S., *Exploration of psychological and spiritual well-being of women with breast cancer participating in the Art of Living Program*, Dissertation, California, Institute of Transpersonal Psychology, 2006.
- WHOQOL SRPB Group, "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life", *Social Science & Medicine*, v 62, 2006, p 1486-1497.