

مدل یابی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی در رابطه علی هوش معنوی و خوددلسوزی با معنای زندگی

مقاله پژوهشی

اصیل

Original
Article

هوشنگ گراوند^۱

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی در رابطه بین هوش معنوی و خوددلسوزی با معنای زندگی صورت پذیرفت. **روش:** روش پژوهش، همبستگی از نوع تحلیل مسیر بود. جامعه این پژوهش شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی مرکز آموزش عالی پلدختر در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۴۰۰ بود. حجم نمونه آماری بر اساس قاعده سرانگشتی کلاین، ۲۱۰ نفر تعیین شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس و با پرسشنامه برخط انجام شد. ابزارهای این پژوهش، پرسشنامه معنای زندگی، پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی، مقیاس خودارزیابی هوش معنوی و مقیاس خوددلسوزی بود. تحلیل داده‌ها به روش آماری تحلیل مسیر و با استفاده از نرم‌افزارهای آماری اس.پی.اس.اس-۲۲ و آموس-۲۴ انجام شد و برای بررسی نقش واسطه‌ای متغیرها از آزمون بوت‌استرپ استفاده شد. **یافته‌ها:** هوش معنوی بر معنای زندگی تأثیر مستقیم و به واسطه سرمایه روان‌شناختی بر معنای زندگی تأثیر غیر مستقیم دارد. خوددلسوزی بر معنای زندگی اثر مستقیم نداشت، اما به واسطه سرمایه روان‌شناختی، بر معنای زندگی اثر غیر مستقیم داشت. **نتیجه‌گیری:** معنای زندگی تحت تأثیر هوش معنوی و خوددلسوزی است و هوش معنوی و خوددلسوزی از طریق افزایش سرمایه روان‌شناختی، میزان معنای زندگی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهند.

واژگان کلیدی: خوددلسوزی، سرمایه روان‌شناختی، معنای زندگی، هوش معنوی.

◆ تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۰۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۱۷

۱. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان. خرم‌آباد، ایران.
garavand.h@lu.ac.ir

الف) مقدمه

معنا در زندگی^۱ ساختاری چند بُعدی و دارای سه جنبه است: درک^۲، احساس اینکه زندگی شخص معنا پیدا می‌کند؛ هدف^۳، احساس هدایت و ایجاد انگیزه در اهداف ارزشمند و اهمیت داشتن^۴، احساس اینکه وجود فرد دارای اهمیت است (جورج و پارک، ۲۰۱۶). معنی در زندگی در اواخر نوجوانی نقش مهمی دارد. جوانان در حالی که با موقعیتها و وقایع جدید مواجه‌اند، با شناسایی جنبه‌های مهم زندگی شخصی و اجتماعی خود و کشف معانی عمیق‌تر در زندگی خود، سعی در تفسیر و سازماندهی تجربه خود دارند. حضور و ابعاد جستجو ممکن است در زندگی جوانان نقش متفاوتی داشته باشد؛ زیرا تلاش می‌کنند تا درک خود را از اهمیت و هدف خود و زندگی‌شان تعمیق بخشند (کروک، ۲۰۱۸). معنا در زندگی معمولاً به احساسی از یکپارچگی وجودی اشاره دارد که به دنبال پاسخ دادن به چستی زندگی، پی بردن به هدف زندگی و دست یافتن به اهداف ارزنده و در نتیجه، رسیدن به حس تکمیل بودن و مفید بودن است (ی‌هو^۷ و همکاران، ۲۰۱۰). استیگر و فرازیر^۸ (۲۰۰۶) معنای زندگی را در احساس سازنده بودن انسان مؤثر دانسته و حتی ادعا می‌کنند که ماهیت انسان و وجود او منوط به دارا بودن چنین مفهومی است.

علاوه بر این، ایرز و جودج^۹ (۲۰۰۱) بر این عقیده‌اند که سرمایه روان‌شناختی در یک فرایند تعاملی و ارزشیابانه، به زندگی فرد معنا بخشیده، تلاش فرد را برای تغییر موقعیت‌های فشارزا تداوم می‌دهد و او را برای ورود به صحنه عمل آماده کرده، مقاومت و سرسختی وی را در تحقق اهداف تضمین می‌کند. سرمایه روان‌شناختی یک حالت توسعه مثبت روان‌شناختی با مشخصه‌های خودکارآمدی، خوش بینی، امیدواری و تاب‌آوری است (اصلاحی فرشی و همکاران، ۱۴۰۰). سرمایه روان‌شناختی مجموعه‌ای از منابع و سرمایه‌های درونی است که معمولاً ارزیابی مثبت فرد را از شرایط و احتمال دستیابی به موفقیت بر اساس این منابع، بازنمایی می‌کند (لوتانز^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۷). امید، توانایی شخص برای هدفگذاری، تجسم مسیرهای لازم

-
1. Meaning in Life
 2. Comprehension
 3. Purpose
 4. Mattering
 5. George & Park
 6. Krok
 7. Yee Ho
 8. Steger & Frazier
 9. Erez & Judge
 10. Luthans

برای رسیدن به هدفها و داشتن انگیزه لازم برای رسیدن به آن هدفهاست. خوش‌بینی به اسنادهای علی مثبت اشاره می‌کند و روشی است که در آن، افراد وقایع مثبت و منفی را تبیین می‌کنند. تاب‌آوری، ظرفیت فرد برای پاسخ دادن و حتی شکوفا شدن در شرایط فشارزای مثبت یا منفی است و خودکارآمدی به اطمینانی که افراد به توانایی‌های خود برای انجام یک تکلیف خاص دارند، اشاره دارد.

در مطالعاتی نشان داده شده است که سرمایه روان‌شناختی با معنای زندگی همراه است (آذریو و سجادی، ۱۳۹۷). کیم^۱ و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند بین تاب‌آوری و معناداری زندگی رابطه وجود دارد و افزایش معناداری زندگی، نه فقط به فرد در غلبه بر ناسازگاری‌ها کمک می‌کند، بلکه به بهبود رضایت شخص از زندگی نیز منجر می‌شود. زاهدبا بلان و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان رابطه دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان به این نتیجه دست یافتند که بین دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معنای زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. واحدی و حقی (۱۳۹۰) در پژوهشی نشان دادند که بین انواع باورهای خودکارآمدی اجتماعی تصوری و حمایت اجتماعی با معنای زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

با بررسی پیشینه پژوهش مشخص می‌شود که معنویت یکی از عوامل مؤثر در رشد و توسعه ابعاد سرمایه روان‌شناختی افراد است. برای مثال، افراد مبتلا به بیماری که خود را مجهز به باورهای معنوی می‌بینند، از خودکارآمدی و کیفیت زندگی بهتری نیز برخوردارند (آدگبولا،^۲ ۲۰۱۱). علاوه بر این، نتایج پژوهشی نشان داد که در محیط‌های غیر بالینی همچون دانشگاه، هوش معنوی و تنظیم هیجان می‌توانند نقش مهمی در تبیین خودکارآمدی و خودتنظیمی دانشجویان داشته باشند. (گوبتا، ۲۰۱۲)

یکی دیگر از متغیرهای مهم، تاب‌آوری است که بر اساس نتایج مطالعات، دانشجویان در صورت برخورداری از هوش معنوی، توانایی مقابله کارآمد با چالش‌های استرس‌آور زندگی روزمره را کسب می‌کنند و به همین دلیل، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بیشتری از خود نشان می‌دهند (حاتمی و همکاران، ۲۰۱۹؛ حسینی لردجانی و چرامی، ۱۴۰۰؛ زردشتیان و همکاران، ۱۳۹۷؛ صدیقی ارفعی و همکاران، ۱۳۹۳). همچنین پژوهشهایی به بررسی نقش مثبت هوش معنوی بر

1. Kim
2. Adegbola
3. Gupta

امیدآوری (خسروی و همکاران، ۱۳۹۹؛ اسمیت^۱ و همکاران، ۲۰۱۵؛ گریفین^۲ و همکاران، ۲۰۱۳؛ فرانچ^۳ و همکاران، ۲۰۱۲؛ راما^۴، ۲۰۱۱) و خوش بینی (سعیدی گراغانی و همکاران، ۱۳۹۷؛ چن و یان^۵، ۲۰۱۱) پرداخته‌اند. در واقع؛ به نظر می‌رسد برخورداری افراد، به خصوص قشر جوان دانشجو از هوش معنوی، باعث مجهز شدن آنان به باور، ایمان و نگرشهایی می‌شود که به دنبال آن، پیامدهای مثبتی را برای فرد به همراه دارد و وجود سرمایه‌های روان‌شناختی یکی از همین پیامدهای مثبت است (گوپتا، ۲۰۱۲؛ گناناپراکش^۶، ۲۰۱۳). از دیگر متغیرهای پیش‌بینی سرمایه روان‌شناختی، خوددلسوزی^۷ است. پژوهشهای بسیاری نشان داده‌اند که خوددلسوزی با تاب‌آوری (اشراقی و نامور، ۱۳۹۸؛ مک‌آرتور^۸ و همکاران، ۲۰۱۷)، خودکارآمدی (ایسکندر^۹، ۲۰۰۹؛ خانزاد و همکاران، ۱۳۹۵)، امیدواری (کاظمی و همکاران، ۱۳۹۸) و خوش بینی (قدم‌پور و منصور، ۱۳۹۷؛ اسمیتس^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۴) در ارتباط است.

علاوه بر اینکه، هوش معنوی و خوددلسوزی، سرمایه روان‌شناختی را تحت تأثیر قرار می‌دهند؛ معنویت نیرویی است که به فرد برای یافتن معنا، هدف و رشد در زندگی، رنج بردن و مرگ انگیزه می‌دهد و به تقویت امید و اشتیاق به زندگی کمک می‌کند (پاردیس و پیرا^{۱۱}، ۲۰۱۸). معنویت مفهومی فراتر از مذهب و تبعیت مذهبی است؛ زیرا کوششی است برای معنایابی و هدفمند بودن زندگی؛ حتی در افرادی که به نیروی برتر (خدا) اعتقاد ندارند، معنویت به عنوان نیروی حیاتی زندگی، همه جوانب زندگی بشر را یکپارچه می‌سازد (کرایوس^{۱۲} و همکاران، ۲۰۱۶). دینداری و مذهبی بودن اغلب به معنای اندیشه‌های گره‌خورده به یک منبع هویت جمعی همچون نهادهای مذهبی رسمی و همچنین التزامات مذهبی و نماز و دعاست (کوئینگ^{۱۳} و همکاران، ۲۰۰۴). در مقابل، معنویت در سطح فردی به عنوان احساس آرامش درونی، تصور یک هدف بزرگ از درون و ارتباط با یک موجود مقدس است (نوگباور^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۰). هوش معنوی متغیری است که با معنای زندگی ارتباط مستقیم

-
1. Smith
 2. Griffin
 3. Franche
 4. Rama
 5. Chen & Yan
 6. Gnanaprakash
 7. Self-Compassion
 8. McArthur
 9. Iskender
 10. Smeets
 11. Paredes & Pereira
 12. Krause
 13. Koenig
 14. Neugebauer

دارد. هوش معنوی عوامل معنویت و هوش را در یک سازه جدید ترکیب می‌کند (واگان،^۱ ۲۰۰۲). معنویت با جستجو و تجربه عناصر مقدس، معنا و تعالی در ارتباط است و هوش معنوی بیانگر توانایی‌هایی است که این ظرفیتها و منابع معنوی را در موقعیتهای عملی به کار می‌گیرد (نایر و پاول،^۲ ۲۰۱۷). هوش معنوی زیربنای باورهای فرد است که بر عملکرد او اثرگذار است و به کاربرد سازگارانۀ اطلاعات معنوی در حل مسائل زندگی به منظور دستیابی به زندگی غنی، هدفمند و معنادار کمک می‌کند (ناسل و هینز،^۳ ۲۰۰۵). افراد با هوش معنوی بالا دارای ویژگی‌هایی چون: انعطاف‌پذیری، خودآگاهی، ظرفیت روانی بالا برای مواجهه با شرایط دشوار، ظرفیتی برای الهام و شهود، نگرش عارفانه به جهان هستی، جستجوی وجودی پاسخ برای پرسشهای بنیادین زندگی، ظرفیت تفکر درباره مسائل وجودی و توانایی درک موضوعات معنوی اند (عبداله‌زاده و همکاران، ۲۰۰۹). گلی‌پور و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که بین هوش معنوی و هوش اخلاقی با معنای زندگی در داوطلبین واکنش اضطراری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

یکی دیگر از ویژگی‌هایی که معنای زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، خوددلسوزی است. نداشتن شفقت، از افکار منفی نسبت به خویشتن و احساس گناه تشکیل شده است و این مسئله از جمله عواملی است که می‌تواند رابطه نزدیکی با معنای زندگی داشته باشند (امیری و همکاران، ۱۳۹۹). خوددلسوزی مستلزم این است که فرد با خود با مهربانی رفتار کند، انسانیت خود را به رسمیت بشناسد و زمانی که جنبه‌های منفی خود را متوجه می‌شود، خودآگاهی خود را حفظ کند. تحقیقات نشان می‌دهد که خوددلسوزی انعطاف‌پذیری و ثبات عاطفی ایجاد می‌کند و کمتر شامل ارزیابی خود، خوددفاعی^۴ و خودبرترنمایی^۵ است. همچنین خوددلسوزی شامل خودارزیابی و مقایسه خود با دیگران نیست بلکه روشی مهربانانه، مرتبط و روشن‌بین برای ارتباط با خود در موارد شکست، ناکفایتی ادراک شده و ناکاملی (داشتن عیب و نقص) است (نفر،^۶ ۲۰۱۱). به باور نفر (۲۰۰۳)، خوددلسوزی متشکل از سه مؤلفه اصلی است: مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود، انسانیت مشترک در مقابل انزوا و ذهن آگاهی در برابر هم‌ذات‌پنداری بیش از حد^۷ (خود را تا حد زیادی با شخص دیگر یا چیز دیگری

1. Vaughan
2. Nair & Paul
3. Nasel & Haynes
4. Ego-Defensiveness
5. Self-Enhancement
6. Neff
7. Over-Identification

شناختن، به ویژه اینکه به ضرر فردیت و عینیت فرد باشد (نف و همکاران، ۲۰۰۷). اگر افراد هنگام مواجهه با رنجها، ناکفایتی‌ها یا شکستها، نسبت به خود دلسوز باشند، به این معناست که به جای اینکه درد خود را کوچک جلوه دهند یا با خودانتقادی، خود را سرزنش کنند، با خود مهربانانه و غیر قضاوتی رفتار می‌کنند. این فرایند همچنین شامل تشخیص این نکته است که عیب داشتن، اشتباه کردن و مواجهه با مشکلات زندگی، بخشی از تجربه مشترک همه انسانهاست؛ چیزی که همه انسانها از آن عبور می‌کنند تا اینکه تنها ما باشیم که با آنها مواجه می‌شویم. در این راستا، برای اینکه احساسات دردناک نه سرکوب شوند و نه اغراق‌آمیز؛ خوددلسوزی مستلزم اتخاذ رویکردی متعادل نسبت به تجربیات منفی خود است. نمی‌توان نسبت به احساسات سرکوب شده و ناشناخته دلسوز بود. در عوض، خوددلسوزی مستلزم فاصله گرفتن از احساسات است؛ به طوری که آنها به طور کامل تجربه شوند و در عین حال، با عینیت ذهن آگاهانه به آنها نزدیک شویم (نف، ۲۰۰۳). در یک پژوهش نشان داده شد که آموزش خوددلسوزی در افزایش معنایابی در زندگی، حضور معنا و جستجوی معنا و رضایت جنسی در زنان تأثیر معنادار داشت. (امیری راد و همکاران، ۱۳۹۹)

با توجه به مطالب مذکور و بررسی‌های صورت گرفته توسط محقق، می‌توان گفت که بیشتر پژوهشهای انجام شده به تأثیر جداگانه هوش معنوی، خوددلسوزی و سرمایه روان‌شناختی بر معنای زندگی پرداخته و کمتر به تأثیر این عوامل به طور همزمان توجه کرده‌اند. افزون بر این، اهمیت و ضرورت پژوهش حاضر آن است که با تدوین مدل علی برای پیش‌بینی متغیرهای تحقیق و معنای زندگی، قادر است خلأ پژوهشی را در این حوزه پر کند و به غنای ادبیات تجربی موضوع کمک شایانی داشته باشد. از این رو، پژوهش حاضر به دنبال بررسی این مسئله است که آیا مدل ساختاری فرض شده؛ یعنی مدل معنای زندگی بر اساس هوش معنوی، خوددلسوزی و سرمایه روان‌شناختی، با داده‌های تجربی برازش دارد؟ همچنین آیا روابط ساختاری متغیرها در مدل تدوین شده معنادارند؟

ب) روش

روش پژوهش بر اساس هدف، کاربردی و بر حسب گردآوری اطلاعات و یافته‌ها از نوع توصیفی-همبستگی است و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، از روش تحلیل مسیر استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر (ویژه پسران) است که در سال تحصیلی ۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل بودند. طبق آماري که از

طریق مرکز آموزش عالی پلدختر در اختیار این پژوهش قرار گرفت، تعداد ۴۵۰ دانشجوی پسر در مقطع کارشناسی در رشته‌های تحصیلی روان‌شناسی، حسابداری، آموزش زبان انگلیسی، علوم ورزشی، مهندسی کشاورزی و کامپیوتر در این مرکز مشغول به تحصیل می‌باشند.

تعیین حداقل حجم نمونه لازم برای گردآوری داده‌های مربوط به مدل‌یابی ساختاری بسیار با اهمیت است. با وجود آنکه در خصوص حجم نمونه لازم برای تحلیل عاملی و مدل‌های ساختاری توافق کلی وجود ندارد (شریر^۱ و همکاران، ۲۰۰۶)؛ در تحقیقات مدل‌سازی تعداد نمونه ۲۰۰ نفر قابل قبول است (کلین، ۲۰۱۵)^۲. با توجه به اینکه بر اساس قاعده سرانگشتی کلین (۲۰۱۵) به ازای هر مسیر می‌توان حداقل ۱۰ و حداکثر ۲۰ نفر را انتخاب کرد و پژوهش حاضر دارای هفت مسیر (پنج مسیر مستقیم و دو مسیر غیر مستقیم) بود، حجم نمونه ۲۱۰ نفر تعیین شد (برای جلوگیری از ریزش حجم نمونه، تعداد ۲۲۵ پرسشنامه توزیع شد).

روش نمونه‌گیری با توجه به محدودیت تردد هنگام جدی شدن خطر کرونا در ایران، به صورت غیر احتمالی و پرسشنامه برخط بود. نمونه‌گیری غیر احتمالی، رایج‌ترین نوع در پیمایش‌های اینترنتی است (کوپر،^۳ ۲۰۰۰). در این نوع پیمایشها، هیچ تلاشی برای شناسایی چارچوب نمونه‌گیری با انتخاب تصادفی نمونه صورت نمی‌گیرد. این شیوه عموماً در مواردی که شناسایی جامعه پژوهش یا تماس با یک نمونه احتمالی از جامعه مشکل است، استفاده می‌شود. ناتان^۴ (۲۰۰۳) نیز اذعان داشته که اکثر پیمایش‌های اینترنتی مبتنی بر نمونه‌گیری غیر احتمالی و خودگزینی‌اند. پرسشنامه‌ها از طریق واتساپ^۵ در گروه‌های واتساپی که دانشجویان در ایام آموزش مجازی به عنوان مکمل سامانه مدیریت یادگیری الکترونیکی برای هر درس تشکیل داده بودند، به اشتراک گذاشته شد. از دیگر روش‌های گردآوری داده‌ها می‌توان به فرستادن ایمیل و تقاضای همکاری از دوستان و همکاران پژوهشگر که با دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر تدریس داشتند و همچنین فرستادن لینک پرسشنامه به ایمیل بعضی از دانشجویان اشاره کرد.

1. Schreiber
2. Kline
3. Couper
4. Nathan
5. WhatsApp

پس از پالایش اولیه داده‌ها و حذف نمونه‌های مخدوش و ناقص، شامل داده‌های مفقودی، در نهایت ۲۱۰ پرسشنامه تجزیه و تحلیل شد. ملاکهای ورود به مطالعه، شامل تحصیل در مرکز آموزش عالی پلدختر، جنسیت پسر و تمایل برای مشارکت در پژوهش و ملاک خروج از مطالعه، تکمیل ناقص یا نامعتبر پرسشنامه‌ها بود.

۱. ابزار سنجش

یک) پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز

برای سنجش سرمایه روانی از پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی پی.سی.کیو استفاده شد (لوتانز، ۲۰۰۷). این پرسشنامه برای مقادیر استاندارد شده که به طور وسیعی برای ساختارهایی که امید، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی را می‌سنجند، استفاده می‌شود و قابلیت اعتبار و پایایی خرده‌مقیاس‌های آن نیز اثبات شده است. این پرسشنامه شامل ۲۴ سؤال است و هر خرده‌مقیاس، شش گویه دارد (گویه‌های ۱ تا ۶، خودکارآمدی؛ ۷ تا ۱۲، امیدواری؛ ۱۳ تا ۱۸، تاب‌آوری و ۱۹ تا ۲۴، خوش‌بینی) و آزمودنی به هر یک، بر اساس مقیاس شش درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) پاسخ می‌دهد. برای به دست آوردن نمره سرمایه روانی، ابتدا نمره هر خرده‌مقیاس به صورت جداگانه به دست آمد و سپس مجموع آنها به عنوان نمره کل سرمایه روان‌شناختی محسوب شد. گفتنی است که سؤالات ۱۳، ۲۰ و ۲۳ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نتایج تحلیل عاملی تأییدی حاکی از این بود که این آزمون دارای عوامل و سازه‌های مد نظر سازندگان آزمون است. در حقیقت؛ نتایج تحلیل عاملی، روایی سازه آزمون را تأیید کردند. مدل شش عاملی، برازش بهتری با داده‌ها داشته و با مدل نظری هم‌ماهنگی بیشتری دارد. نسبت‌خیزی دو این آزمون برابر با ۰/۶۶/۲۴ است و آماره‌های CFI، RMSEA در این مدل به ترتیب ۰/۹۷ و ۰/۰۸ می‌باشند (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷). روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه در پژوهش فروهر و همکاران (۱۳۹۰) بعد از دو اجرای آزمایشی و اظهار نظر صاحب‌نظران، تأیید و ضریب اعتبار آن نیز از طریق آلفای کرونباخ، ۰/۸۷ گزارش شد. پژوهش فرخی و سبزی (۱۳۹۲) برای تعیین روایی، از همبستگی نمره هر بعد با نمره کل استفاده کرد. این ضرایب برای ابعاد خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی، به ترتیب: ۰/۸۴، ۰/۸۶، ۰/۷۸ و ۰/۸۳ به دست آمد. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاسها به ترتیب مذکور: ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۶۶ و ۰/۶۵ و برای کل مقیاس ۰/۸۹ احراز شد که حکایت از اعتبار مطلوب این مقیاس است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۸۷ و برای خرده‌مؤلفه‌های خودکارآمدی،

امیدواری، تاب آوری و خوش‌بینی، به ترتیب: ۰/۸۵، ۰/۸۱، ۰/۷۴ و ۰/۷۹ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش است.

دو) مقیاس معنی در زندگی

این مقیاس توسط استیگر و همکاران (۲۰۰۶) به منظور ارزیابی وجود معنی و تلاش برای یافتن آن ارائه شده است. این مقیاس شامل ۱۰ سؤال و دو زیرمقیاس است که وجود معنا در زندگی و نیز جستجو برای یافتن معنا را ارزیابی می‌کند. اعتبار این مقیاس برای وجود معنا در زندگی، ۰/۸۶ و برای زیرمقیاس جستجو برای یافتن معنا در زندگی، ۰/۸۷ برآورد شده است. پایایی آزمون و بازآزمون این مقیاس در ایران با دو هفته فاصله برای زیرمقیاس وجود معنا در زندگی، ۰/۸۴ و برای زیرمقیاس جستجو برای یافتن معنا در زندگی، ۰/۷۴ به دست آمد. همچنین آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس جستجو برای یافتن معنا در زندگی، ۰/۷۵ و برای زیرمقیاس وجود معنا در زندگی، ۰/۷۸ محاسبه شد. مصراآبادی و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی با هدف بررسی روایی سازه و روایی تشخیصی مقیاس معنا در زندگی به این نتیجه دست یافتند که این ابزار از ساختار عاملی قابل قبولی برخوردار است. تحلیل عاملی انجام گرفته در این پژوهش، با لحاظ کردن دو عامل وابسته به هم و نیز در نظر گرفتن پنج گویه برای هر کدام از عوامل دقیقاً به نتایج مورد انتظار بر اساس نتایج پژوهش استیگر و همکاران رسید. همچنین پرسشنامه معنی در زندگی از توان مناسبی برای تشخیص افراد سالم برخوردار است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۸۸ و برای خرده‌مؤلفه‌های وجود معنا در زندگی و جستجو برای یافتن معنا در زندگی، به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۳ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش است.

سه) پرسشنامه خوددلسوزی نف

این پرسشنامه که توسط نف (۲۰۰۳) ساخته شد، شامل ۲۶ گویه است و به صورت لیکرت ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. پرسشنامه خوددلسوزی دارای سه مؤلفه دوقطبی مهربانی با خود در برابر قضاوت در مورد خود، انسانیت مشترک در مقابل انزوا و ذهن‌آگاهی در مقابل همانندسازی افراطی است. میانگین نمرات شش مؤلفه با هم جمع می‌شود و یک نمره خوددلسوزی کل به دست می‌آید. مؤلفه اول، مهربانی در برابر قضاوت درباره خود که سؤالات ۵، ۲۳، ۱۹، ۱۲ و ۲۶ نشان‌دهنده مهربانی با خود و سؤالات ۱، ۸، ۱۱، ۱۶ و ۲۱ نشان‌دهنده قضاوت درباره خود است. مؤلفه دوم، انسانیت مشترک در برابر انزوا که سؤالات ۳، ۷، ۱۰ و ۱۵ نشان‌دهنده انسانیت مشترک و سؤالات ۴، ۱۳، ۱۸ و

۲۵ نشان‌دهنده انزواست. مؤلفه سوم، ذهن آگاهی در مقابل همانندسازی افراطی که سؤالات ۹، ۱۴، ۱۷ و ۲۲ نشان‌دهنده ذهن آگاهی و سؤالات ۲، ۶، ۲۰ و ۲۴ نشان‌دهنده همانندسازی افراطی است. ضریب پایایی بازآزمایی ۰/۹۳ به دست آمد. پایایی این پرسشنامه نیز توسط نف که با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ انجام شد، ۰/۹۳ گزارش شده است. همچنین در پژوهش امان‌الهی و همکاران (۱۳۹۵) پایایی خرده‌مقیاس خودمهربانی، خودقضاوتی، انسانیت مشترک، انزوا، ذهن آگاهی و همانندسازی افراطی و همچنین کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ به ترتیب، ضرایب ۰/۷۶، ۰/۷۲، ۰/۷۳، ۰/۴۸، ۰/۸۳، ۰/۶۰ و ۰/۶۲ به دست آمد. محمدعلی و همکاران (۱۳۹۹) پژوهشی با هدف بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی (پایایی و روایی) مقیاس شفقت خود در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب انجام دادند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی، وجود شش عامل را نشان دادند که در مجموع ۶۸/۲۴ درصد از واریانس کل مقیاس را تبیین می‌کردند. نتایج تحلیل عاملی تأییدی، افزون بر تأیید نتایج حاصل از تحلیل عاملی اکتشافی، تعریف مفهومی و استفاده از نمره کل را مجاز برشمردند. همچنین ضریب پایایی کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۷ و به روش بازآزمایی، ۰/۷۵ به دست آمد. در مجموع، نتایج این مطالعه نشان داد که مقیاس شفقت خود، افزون بر داشتن ویژگی‌های روان‌سنجی مناسب در گروه‌های غیر بالینی، از نظر تعریف مفهومی سازه شفقت خود و استفاده از نمره کل نیز معتبر است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۷۶ و برای خرده‌خودمهربانی، خودقضاوتی، انسانیت مشترک، انزوا، ذهن آگاهی و همانندسازی افراطی، به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۶۹، ۰/۷۵، ۰/۷۳، ۰/۷۸ و ۰/۷۴ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش است.

چهار) مقیاس یکپارچه هوش معنوی

این مقیاس توسط کینگ (۲۰۰۸) ساخته شده و دارای ۲۴ ماده و چهار خرده‌مقیاس توانایی تفکر انتقادی وجودی، تولید معنای شخصی، آگاهی متعالی و بسط هوشیاری می‌باشد. ماده‌های این مقیاس به صورت طیف لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) نمره‌گذاری می‌شوند که حداقل و حداکثر نمره، به ترتیب ۲۴ و ۱۲۰ می‌باشد. کینگ (۲۰۰۸) ضریب آلفای کرونباخ کل این آزمون را ۰/۹۲ و ضریب آلفای زیرمقیاس‌های آن را بدین شرح گزارش کرده است: تفکر انتقادی وجودی ۰/۷۸، تولید معنای شخصی ۰/۷۸، آگاهی متعالی ۰/۸۷ و بسط هوشیاری ۰/۹۱ اعتبار همگرایی مقیاس یکپارچه هوش معنوی از طریق همبستگی نمره آن با چند پرسشنامه از جمله تجربه‌های عرفانی، جهت‌گیری

مذهبی و هوش هیجانی که به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۴۸ و ۰/۴۶ شده است، به اثبات رسیده است. رقیب و همکاران (۱۳۸۹) روایی این مقیاس را با استفاده از روش تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی در چهار عامل، تأیید و ضرایب پایایی آلفای کرونباخ کل پرسشنامه را ۰/۸۸ و در خرده‌مقیاسهای تفکر انتقادی وجودی، تولید معنای شخصی، آگاهی متعالی و بسط هوشیاری، به ترتیب: ۰/۷۵، ۰/۷۶، ۰/۷۸ و ۰/۷۳ گزارش کردند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۸۸ و برای خرده‌مؤلفه‌های تفکر وجودی انتقادی، تولید معنای شخصی، آگاهی متعالی و بسط حالت هوشیاری، به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۷۳، ۰/۷۶ و ۰/۷۲ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش است.

در این پژوهش برای تحلیل آماری داده‌ها، از شاخصها و روشهای تحلیل توصیفی-استنباطی استفاده شده است. برای به دست آوردن شاخصهای توصیفی و بررسی همبستگی دوه‌دوی متغیرهای پژوهش، از روش همبستگی پیرسون با نرم‌افزار بسته آماری برای علوم اجتماعی^۱ و برای بررسی برازندگی مدل، از روش تحلیل مسیر با نرم‌افزار آموس^۲ استفاده شده است. همچنین برای بررسی روابط غیر مستقیم مسیرها، از روش بوت‌استرپ^۳ استفاده شد.

ج) یافته‌ها

۱. توصیف جمعیت‌شناختی

میانگین سن شرکت‌کنندگان ۲۳/۴۵ (انحراف استاندارد، ۲/۱۸) بود. ۵۸ نفر (۲۷/۶ درصد) دانشجوی رشته روان‌شناسی، ۳۸ نفر (۱۸/۱ درصد) دانشجوی رشته حسابداری، ۳۹ نفر (۱۸/۶ درصد) دانشجوی رشته آموزش زبان انگلیسی، ۳۳ نفر (۱۵/۷ درصد) دانشجوی رشته علوم ورزشی، ۳۱ نفر (۱۴/۸ درصد) دانشجوی رشته کامپیوتر و ۱۱ نفر (۵/۲ درصد) دانشجوی رشته مهندسی کشاورزی بودند.

۲. توصیف و همبستگی شاخصها

آماره‌های توصیفی، ماتریس همبستگی صفر مرتبه و ضرایب آلفای کرونباخ در جدول ۱ ارائه شده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهد بین خوددلسوزی و هوش معنوی با سرمایه روان‌شناختی و معنای زندگی رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0/01$). همچنین بین سرمایه روان‌شناختی و

1. Statistics Package for The Social Sciences (SPSS-22)
2. Analysis of Moment Structures (AMOS-24)
3. Bootstrap

معنای زندگی رابطه مثبت و معناداری وجود داشت ($p < 0/01$). برای آزمون مدل فرضی، پیش فرضهای آماری بررسی شد. نتایج نشان داد متغیرهای پژوهش همگی دارای قدر مطلق ضریب کجی کوچکتر از ۳ و قدر مطلق ضریب کشیدگی کوچکتر از ۱۰ بودند؛ لذا بر اساس نظر کلاین (۲۰۱۵)، تخطی از نرمال بودن داده‌ها قابل مشاهده نبود. دو شاخص آماره تحمل^۱ و عامل تورم واریانس^۲ برای تعیین میزان همپوشی متغیرهای برون‌زا محاسبه شد. کلیه این ضرایب در سطح قابل قبولی بودند؛ به طوری که شاخص تحمل برای تمام متغیرهای پیش‌بین، کوچکتر از ۰/۷۵ و شاخص تورم واریانس، کوچکتر از ۱/۴۴ به دست آمد. اگر شاخص تحمل کوچکتر از یک و شاخص تورم کوچکتر از ۱۰ باشد، می‌توان گفت که از مفروضه‌های رگرسیون تخطی صورت نگرفته است.

پس از اجرای مدل ساختاری، مدل تجربی و قابل استفاده به دست آمد. پیش از بررسی ضرایب ساختاری، برازندگی مدل مفروض پیشنهادی بررسی شد. به هنگام آزمون مدل، درجه آزادی صفر مشاهده شد (به دلیل اشباع شدن مدل). به عبارت دیگر؛ در این مدل تعداد شاخصهای آزاد با تعداد عناصر مجزا در ماتریس واریانس - کوواریانس مشاهده شده برابر بود؛ لذا شاخصهای برازندگی محاسبه نشد، اما ضرایب مسیر توسط آموس برآورد شده و معناداری آنها نیز مشخص می‌شود و در نهایت، مسیرهای غیر معنادار، از نمودار حذف و برازش مدل انجام می‌شود (میرز و همکاران، ۲۰۱۶). بر اساس برآوردهای انجام شده، ضریب مربوط به مسیرهای غیر معنادار از مدل حذف شدند. همان‌گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، الگوی پیشنهادی اصلاح شده با توجه به شاخصهای برازندگی، دارای برازش خیلی خوب است.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب اعتبار و همبستگی صفر مرتبه بین متغیرهای

پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱. خوددلسوزی	۰/۷۶			
۲. هوش معنوی	۰/۴۲**	۰/۸۸		
۳. سرمایه روان‌شناختی	۰/۴۳**	۰/۴۸**	۰/۸۷	
۴. معنای زندگی	۰/۴۱**	۰/۴۸**	۰/۵۲**	۰/۸۸
میانگین	۳/۰۴	۳/۳۷	۳/۷۷	۵/۱۰

1. Tolerance
2. Variance Inflation Factor (VIF)
3. Meyers, Gamst & Guarino

مدل‌یابی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی ... ۱۰۱

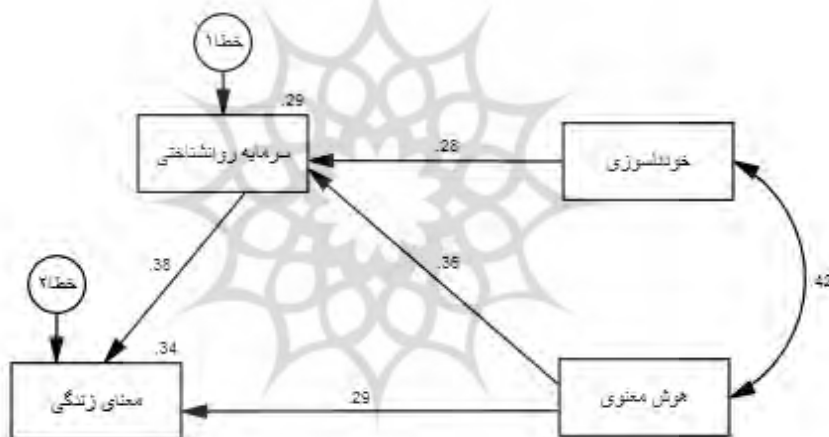
انحراف استاندارد	۰/۳۶۴	۰/۵۸۳	۰/۵۹۷	۱/۱۵
کجی	۰/۲۹۲	-۰/۴۷۲	-۰/۹۷۷	-۰/۳۸۷
کشیدگی	۰/۶۳۴	۰/۷۱۴	۱/۹۱	-۰/۰۳۵

مقادیر روی قطر ضریب آلفای کرونباخ هستند * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

جدول ۲: شاخص‌های برازندگی مدل اصلاح شده

شاخص	χ^2	Df	P	χ^2/df	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	NFI	IFI	TLI
اصلاح شده	۲/۸۲	۱	۰/۰۹۱	۲/۸۲	۰/۰۸	۰/۹۸	۰/۹۳	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۵

مدل ساختاری مورد آزمون و مدل‌های اندازه‌گیری پژوهش در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱: ضرایب استاندارد مدل مفهومی پژوهش

در جدول ۳، ضرایب اثر مستقیم و سطح معناداری بین متغیرهای پژوهش آورده شده است.

جدول ۳: برآوردهای مربوط به تأثیرات مستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته

متغیر مستقل	مسیر	متغیر وابسته	ضریب تعیین	برآورد غیر استاندارد	برآورد استاندارد	نسبت بحرانی	سطح معناداری	فرضیه
هوش معنوی	←	معنای زندگی	۰/۳۴	۰/۵۸	۰/۲۹	۴/۵۹	۰/۰۰۱	تأیید
سرمایه روان‌شناختی	←			۰/۷۴	۰/۳۸	۵/۹۴	۰/۰۰۱	تأیید
خوددلسوزی	←		۰/۲۹	۰/۴۵	۰/۲۸	۴/۳۰	۰/۰۰۱	تأیید

تأیید	۰/۰۰۱	۵/۶۷	۰/۳۶	۰/۳۷	سرمایه روان‌شناختی	هوش معنوی ←
-------	-------	------	------	------	--------------------	-------------

همان گونه که نتایج شکل ۱ و جدول ۳ نشان می‌دهند، هوش معنوی ($P=0/001$, $\beta=0/29$) و سرمایه روان‌شناختی ($P=0/001$, $\beta=0/38$) دارای اثر مثبت بر معنای زندگی‌اند؛ اما خوددلسوزی بر معنای زندگی اثر مستقیم ندارد. همچنین خوددلسوزی ($P=0/001$, $\beta=0/28$) و هوش معنوی ($P=0/001$, $\beta=0/36$) دارای اثر مثبت بر سرمایه روان‌شناختی‌اند.

جدول ۴ نتایج حاصل از روش بوت‌استرپ را برای روابط واسطه‌ای نشان می‌دهد.

جدول ۴: برآورد مسیرهای غیر مستقیم موجود در مدل با استفاده از بوت‌استرپ

فاصله اطمینان	سطح معناداری	حد پایین	حد بالا	مقدار برآورد	مسیر		
					متغیر ملاک	متغیر واسطه	متغیر پیش‌بین
۰/۹۵	۰/۰۰۲	۰/۰۵۵	۰/۱۶	۰/۱۰۵	معنای زندگی	سرمایه روان‌شناختی	خوددلسوزی
۰/۹۵	۰/۰۰۲	۰/۰۶۷	۰/۲۲	۰/۱۳۹	معنای زندگی	سرمایه روان‌شناختی	هوش معنوی

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، برای اثر متغیر خوددلسوزی بر معنای زندگی، از طریق میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی، ضریب اثر غیر مستقیم، $0/105$ برآورد شده که این ضریب مسیر در سطح اطمینان $0/95$ معنادار است؛ زیرا نتایج آزمون بوت‌استرپ برای اثر غیر مستقیم نشان داد که حد پایین و حد بالای این ضریب مسیر، صفر را در بر نمی‌گیرد ($0/16 \sim 0/055$: ۹۵ درصد CI). همچنین برای اثر متغیر هوش معنوی بر معنای زندگی، از طریق میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی، ضریب اثر غیر مستقیم $0/105$ برآورد شده که این ضریب مسیر در سطح اطمینان $0/95$ معنادار است؛ زیرا نتایج آزمون بوت‌استرپ برای اثر غیر مستقیم نشان داد که حد پایین و حد بالای این ضریب مسیر، صفر را در بر نمی‌گیرد ($0/22 \sim 0/067$: ۹۵ درصد CI).

د) بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، مدل‌یابی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی در رابطه علی هوش معنوی و خوددلسوزی با معنای زندگی در بین دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر بود. در مدل ارائه‌شده، هوش معنوی و خوددلسوزی متغیر پیش‌بین، سرمایه روان‌شناختی متغیر میانجی و معنای زندگی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شد.

نتایج نشان داد که هوش معنوی اثر علی و مستقیم بر معنای زندگی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پارديس و پریرا (۲۰۱۸) و گلی‌پور و همکاران (۱۳۹۳) همسو می‌باشد. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که آمرام (۲۰۰۹) معتقد است هوش معنوی شامل حس معنا و داشتن مأموریت در زندگی، حس تقدس در زندگی، درک متعادل از ماده و معتقد به بهتر شدن دنیا می‌باشد. همچنین کینگ (۲۰۰۸) معتقد است که هوش معنوی، توانایی منحصر به فردی را در شخص ایجاد می‌کند تا معنا را در زندگی درک کند و به موقعیتهای معنوی بالاتر دست یابد. یانگ (۲۰۰۶) نیز هوش معنوی را ظرفیت جستجو و پرسیدن پرسشهای غایی درباره معنای زندگی می‌داند. همچنین الکنس و کاویندیش (۲۰۰۴) معتقد بودند معنویت موجب معنی در زندگی انسان می‌شود؛ به گونه‌ای که وی رفتارهای عقلانی و منطقی را برای پیروی در زندگی استفاده می‌کنند. نظریه پردازانی چون زوهار، مارشال، واگان و ایمونز نیز معتقدند هوش معنوی بر احساس رسالت، توانایی یافتن معنا، تعالی و کمال دلالت دارد (گلی‌پور و همکاران، ۱۳۹۳). با هوش معنوی، فرد به عمیق‌ترین معانی، ارزشها، اهداف و بالاترین انگیزشهای خود دست می‌یابد.

بر خلاف انتظار، خوددلسوزی بر معنای زندگی اثر علی و مستقیم نداشت. این یافته با نتایج پژوهش امیری راد و همکاران (۱۳۹۹) ناهمسو بود. در تبیین این می‌توان گفت که رابطه بین این دو متغیر می‌تواند به واسطه متغیرهای دیگری مانند ویژگی‌های شخصیتی، احساس تنهایی، استرسهای تحصیلی، شیوع ویروس کرونا و غیره تحت تأثیر قرار گیرد.

نتایج نشان داد که سرمایه روان‌شناختی اثر علی و مستقیم بر معنای زندگی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های کیم و همکاران (۲۰۰۵)، آذربو و سجادی (۱۳۹۷)، زاهدبابلان و همکاران (۱۳۹۱) و واحدی و حقی (۱۳۹۰) همسو می‌باشد. وقتی افراد روحیه مثبت‌نگرانه و خوشایندی درباره خود، دیگران و دنیا داشته باشند، خود را مفید و اثربخش می‌دانند و می‌توانند زندگی خود را با اندیشه‌ای روشن، دیدی واقع‌بینانه‌تر و با اطمینان بیشتری سپری کنند. خوش‌بینی و مثبت‌اندیشی، افراد را تشویق می‌کند تا تجربه‌های مثبت و خوب خود را بازشناسند و نقش آنها را در افزایش و ارتقای احترام به خود و عزت نفس بازشناسی کنند؛ در عین حال، توانایی شناخت جنبه‌های مثبت دیگران را نیز کسب

کنند. آنان همچنین به دلیل داشتن روحیه مثبت‌اندیشی، می‌آموزند که در جهان، موضع فعالی اتخاذ کنند و زندگی خود را شخصاً شکل دهند، نه اینکه هر آنچه بر سرشان می‌آید به گونه‌ای منفعل بپذیرند. افزون بر این، یاد می‌گیرند ارتباط میان افکار، احساسات و رفتارهای خود را درک کنند. وقتی افراد تفکر مثبت دارند، از روشهای معمول فکر و عمل خویش فراتر می‌روند و انعطاف‌پذیری بیشتری خواهند داشت. هیجان‌های مثبت، خصوصیات فکری و رفتاری انسانها را به سمت مثبت تغییر می‌دهند. داشتن سطح بالایی از مهارت‌های مثبت‌اندیشی در افراد به تغییر شناخت‌های ناکارآمد و جایگزین کردن شناخت‌های مطلوب و مثبت کمک می‌کند و از آنجا که به تغییر شیوه تفکر و اندیشیدن آنان کمک می‌کند، می‌توانند به سطح بالایی از رضایتمندی و توانمندی‌های درون روانی در زندگی برسند. همچنین مهارت‌های مثبت‌اندیشی، شیوه تفکر و محتوای افکار افراد را تغییر می‌دهد و موجب می‌شود به شیوه مثبت‌تری درباره پدیده‌ها و عوامل محیطی فکر کنند. چنین تغییری سبب می‌شود افراد ادراکات و نگرش‌های سازنده‌تری به محیط کار و دیگر عوامل درگیر در زندگی پیدا کنند. بنابر این، چنین شرایطی می‌تواند زمینه پدید آمدن و تقویت عوامل انگیزشی سازنده‌تر و شور و شوق بیشتر را فراهم کند.

نتایج نشان داد که خوددلسوزی اثر علی و مستقیم بر سرمایه روان‌شناختی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر دارد. پژوهش‌های مختلفی به بررسی رابطه بین خوددلسوزی با تاب‌آوری (اشراقی و نامور، ۱۳۹۸؛ مک‌آرتور و همکاران، ۲۰۱۷)، خودکارآمدی (ایسکندر، ۲۰۰۹؛ خانزاد و همکاران، ۱۳۹۵)، امیدواری (کاظمی و همکاران، ۱۳۹۸) و خوش‌بینی (قدم‌پور و منصور، ۱۳۹۷؛ اسمیتس و همکاران، ۲۰۱۴) پرداخته‌اند که در راستای پژوهش حاضر می‌باشند. خودشفقتی یک نیروی انسانی مهم است که به عنوان کیفیت مهربانی، ملایمت، احساس ارتباط درونی و کمک به افراد برای امیدوار بودن در زمان مواجه شدن با دشواری‌های زندگی در نظر گرفته می‌شود. همچنین ذهن شفقت‌ورز با مهارت‌های مقابله‌ای سازگار مرتبط با آن، به حفظ انتظارات خوش‌بینی درباره آینده کمک می‌کند (نف و همکاران، ۲۰۰۷). در این زمینه اسمیتس و همکاران (۲۰۱۴) نشان دادند نگاه مثبت به آینده، مهم‌ترین فایده خودشفقتی است و مداخله شفقت‌ورزی در افزایش خوش‌بینی افراد نسبت به توانایی‌هایشان به هنگام رویارویی با موقعیت‌های چالش‌برانگیز تأثیرگذار است؛ شاید به این دلیل که این آموزش خودقضاوتی را کاهش می‌دهد و موجب تحلیل ادراک شایستگی می‌شود. به طور کلی، اشخاص دارای

مدل‌یابی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی ... ۱۰۵

خودشفقتی، در مقایسه با افراد فاقد خودشفقتی، بسیار خوش‌بین‌ترند و در نتیجه، بهتر می‌توانند با هیجانات منفی خود کنار آیند. (نف و همکاران، ۲۰۰۷)

نتایج نشان داد که هوش معنوی اثر علی و مستقیم بر سرمایه روان‌شناختی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر دارد. پژوهش‌های مختلفی به بررسی رابطه هوش معنوی و تاب‌آوری (حاتمی و همکاران، ۲۰۱۹؛ حسینی لردجانی و چرامی، ۱۴۰۰؛ زردشتیان و همکاران، ۱۳۹۷؛ صدیقی ارفعی و همکاران، ۱۳۹۳)، امیدآوری (خسروی و همکاران، ۱۳۹۹؛ اسمیت و همکاران، ۲۰۱۵؛ گریفین و همکاران، ۲۰۱۳؛ فرانچ و همکاران، ۲۰۱۲؛ راما، ۲۰۱۱)، خودکارآمدی (گوپتا، ۲۰۱۲) و خوش‌بینی (سعیدی گراغانی و همکاران، ۱۳۹۷؛ جن و یان، ۲۰۱۱) پرداخته‌اند که با نتایج پژوهش حاضر همسو می‌باشند. در تبیین این یافته می‌توان چنین استدلال کرد که نتایج این پژوهش با تأکیدات محتوایی در عرصه معنویت و معنویت‌گرایی و سرمایه روان‌شناختی هم‌راستا است. اثر مثبت هوش معنوی بر سرمایه روان‌شناختی تا اندازه‌ای نشان‌دهنده آن بود که پدیده‌های معنوی-روانی، پدیده‌های منفک از یکدیگر نیستند، بلکه هر دو می‌توانند در سطح ذهنی و روانی با یکدیگر تبادل نیروی قابل توجهی داشته باشند. بر همین پایه شاید بتوان به جای سرمایه روان‌شناختی صرف، از سرمایه معنوی-روانی سخن به میان آورد (جان^۱ و همکاران، ۲۰۱۲). هوش معنوی با ایجاد حس ارتباط با جهان و همچنین ساخت یک چشم‌انداز گسترده به زندگی خود و دیگران، موجب تقویت سرمایه‌های روان‌شناختی می‌شود (کراویتس^۲ و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین می‌توان گفت که هوش معنوی از طریق تدارک یک چارچوب، جهت تفسیر و توصیف تجارب زندگی و به موجب آن فراهم کردن نوعی احساس انسجام و به هم پیوستگی وجودی، در اکتساب و ارتقای مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی مؤثر است. به تعبیری؛ معنویت یک سامانه باور منسجم ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی معنی پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند. سلامت معنوی با ایجاد انگیزه و انرژی در فرد، امید به زندگی را افزایش و عملکرد فرد را ارتقا می‌بخشد. این سازه باعث می‌شود افراد از یک منبع خاص به عنوان پایگاه حمایتی و منبعی که بتوان به آن تکیه کرد بهره‌مند شود و در نتیجه، میزان امیدواری آنان افزایش یابد. هوش معنوی با امیدواری، به عنوان مجموعه‌ای شناختی مبتنی بر احساس موفقیت در ارتباط است. وجود احساسات، رفتارها، شناخت‌های مثبت از ارتباط با خود، دیگران، طبیعت و موجودی برتر، به عنوان عناصر سلامت معنوی، با ایجاد انگیزه و هدف‌های عمیق و والا، منبعی

1. Jan
2. Kravits

برای امید و نیز تعیین کننده مسیرها و راه‌های شناختی و ذهنی امید فراهم می‌کند. در واقع؛ هوش معنوی به فرد کمک می‌کند تا معنای حوادث زندگی، به خصوص حوادثی که دردناک و اضطراب‌انگیزند را بفهمد و باعث دلگرمی و خرسندی بالقوه‌ای در روان و روحیه او شود (واگان، ۲۰۰۲). هوش معنوی، به عنوان بخش زیربنایی باورها، نقش مهمی در کنشهای افراد دارد و به انسان، توانایی تغییر و تحول را اعطا می‌کند و ظرفیت وی را برای رویارویی با دشواری‌ها و سختی‌ها و فائق آمدن بر آنها بالا می‌برد (براون، ۲۰۱۴). همچنین هوش معنوی هدف زندگی را برای فرد، روشن کرده و مایه تسلی در شرایط دردناک و تهدیدکننده شده، باعث می‌شود فرد رویدادهای غیر منتظره را به عنوان رویدادهای کمتر تهدیدکننده ارزیابی کند و قادر باشد رویدادهای غیر قابل تغییر را بپذیرد. از این دیدگاه، فرد زمانی که با نیروی بزرگ‌تری در ارتباط است و اهداف و ارزشهای والاتری دارد، دارای قدرت تاب‌آوری بالاتر و عملکرد بهتری است (آدگیولا، ۲۰۱۱). از سویی دیگر، معنویت امکان تفسیر مجدد رویدادهای کنترل‌ناپذیر را فراهم می‌سازد و در نتیجه، رویدادها کم‌استرس‌تر و کنترل‌پذیرتر به نظر می‌رسند و نیز نسبت دادن رویدادهای منفی به عوامل خارج از کنترل فرد، منجر به ایجاد سبک خوش‌بینانه‌ای می‌شود (کیکن، ۲۰۱۱) که همگی این موارد، زمینه را برای تاب‌آوری و تحمل افراد در برابر سختی‌ها و گرفتاری‌ها فراهم می‌سازد. (بوسگت-مارگتیک، ۲۰۰۵)

نتایج نشان داد که خوددلسوزی با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی بر معنای زندگی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر اثر علی و غیر مستقیم دارد. این یافته با نتایج پژوهشهای امیری راد و همکاران (۱۳۹۹)، آذربو و سجادی (۱۳۹۷)، زاهدبابلان و همکاران (۱۳۹۱)، گوپتا (۲۰۱۲) و گناناپارکاش (۲۰۱۳) همسو می‌باشد. در تبیین این رابطه می‌توان گفت داشتن خودشفقت‌ورزی نیازمند این است که فرد به خاطر شکستها یا نرسیدن به استانداردها، به انتقاد سختگیرانه از خود نپردازد؛ فرد از طریق شفقت ورزیدن به خود، یک امنیت هیجانی به وجود می‌آورد که بتواند بدون ترس از سرزنش خود، خودش را به وضوح ببیند و فرصت پیدا می‌کند تا با دقت بیشتری الگوهای ناسازگار فکری، هیجانی و رفتاری را درک و اصلاح کند؛ بنابراین، خودشفقت‌ورزی منجر به انفعال و سکون نمی‌شود (سعیدی و همکاران، ۲۰۱۳). افراد دارای خودشفقت‌ورزی بالا، نسبت به افرادی که خودشفقت‌ورزی کمی

-
1. Brown
 2. Kiken
 3. Uskt-Margetic & Margetic

مدل‌یابی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی ... ♦ ۱۰۷

دارند، سلامت روان‌شناختی بیشتری دارند؛ زیرا در آنها درد گریزناپذیر و احساس شکستی که همه افراد تجربه می‌کنند، به وسیله یک سرزنش خود بی‌رحمانه، احساس انزوا (رستی، ۲۰۱۴) و همانندسازی افراطی با افکار و هیجانها استمرار نمی‌یابد. این نگرش حمایتگران نسبت به خود با بسیاری از پیامدهای روان‌شناختی مثبت مانند انگیزه بیشتر برای حل تعارضات بین شخصی، حس مسئله سازنده، ثبات زندگی (باکر و مک‌نولتی، ۲۰۱۱)^۱، شرم کمتر، ترس کمتر از شکست، خودارزیابی منفی کمتر، افسردگی و اضطراب کمتر و امیدواری بیشتر (ریس، ۲۰۱۱) در ارتباط است؛ بنابر این، افراد با خودشفقت‌ورزی بالا به جای ناامیدی و گریز از احساس شکست و انزوا در خود، هیجانانگیز، مثبت، انگیزه و امید را برای تلاش مجدد در خود پرورش می‌دهد. از طرف دیگر، با افزایش امید در بین افراد، رضایت از زندگی آنان افزایش پیدا می‌کند. امید نیروی مثبتی است که انگیزش، پیشبرد اهداف و سازگاری را افزایش می‌دهد و قدرت نگهداری انرژی افراد در زندگی و ایجاد آن، جزء طبیعت امید است (جاج و اوکونر، ۲۰۰۹)^۳. افراد خیلی امیدوار، ممکن است محرک‌های قوی‌تر و انرژی بیشتری برای پیگیری اهداف خود داشته باشند و این به انگیزش آنان برای شرکت فعالانه در فرایند حل مسئله و رفتارهایی که موجب رشد و بالندگی می‌شود، برمی‌گردد. در واقع؛ امید منبع مهمی برای انعطاف‌پذیری افراد در زندگی است. مطالعه آناند و راوالیون^۴ (۱۹۹۳) روی افرادی با سکنه قلبی، نشان داد که تفکر امیدوارانه در این افراد باعث می‌شود که احساس کنند بر کل جنبه‌های زندگی خود کنترل و تسلط دارند. بنابر این، دور از انتظار نیست که این افراد به زندگی خود ارزش مثبت بدهند. در نتیجه، امیدواری باعث افزایش معنای زندگی می‌شود؛ زیرا دیدگاه افراد امیدوار نسبت به مسائل و مشکلات، منطقی است و با راه‌های مناسب، موانع را از سر راه خود برمی‌دارند.

نتایج نشان داد که هوش معنوی با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی بر معنای زندگی دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر اثر علی و غیر مستقیم دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پارديس و پریرا (۲۰۱۸)، حاتمی و همکاران (۲۰۱۹)، خسروی و همکاران (۱۳۹۹)، اسمیت و همکاران (۲۰۱۵) و آذربو و سجادی (۱۳۹۷) همسو می‌باشد. در تبیین رابطه هوش معنوی و سرمایه روان‌شناختی، کینگ بیان می‌کند هوش معنوی می‌تواند درک مبده و مقصد

-
1. Baker & McNulty
 2. Raes
 3. Gage & O'Connor
 4. Anand & Ravallion

حیات بشری و بلکه جهان خلقت را برای افراد آسان کند. به طور طبیعی انتظار بر این است که چنین درکی افراد را به سوی انتخاب اهداف والا سوق داده، جهت گیری کلی زندگی آنها را سازمان دهد؛ بنابر این، سرمایه روان‌شناختی را در آنها بهبود ببخشد (کینگ، ۲۰۰۸). همچنین در این رابطه می‌توان گفت که هوش معنوی بیانگر مجموعه‌ای از توانایی‌ها و ظرفیتها و منابع معنوی است که کاربست آنها موجب افزایش انطباق‌پذیری و در نتیجه، سلامت روانی افراد می‌شود. باورهای معنوی و دینی به برخی افراد امکان می‌دهد که به نامالیقات، فشارهای روانی و فقدانهای گریزناپذیر که در روند چرخه زندگی رخ می‌دهد، معنا دهند و به زندگی بعدی و اخروی که در آن این‌گونه دشواری‌ها وجود ندارد، امیدوار و خوش‌بین باشند. شاید این موضوع به این دلیل باشد که احساس اشخاص از پدیده‌های ماورای طبیعی می‌تواند حمایت روان‌شناختی فراهم کند و ممکن است حمایت معنوی نیز به همراه داشته باشد که نمی‌تواند به لحاظ پدیدار شناختی اندازه گیری شود. ایمونز^۱ استدلال می‌کند که معنویت می‌تواند به عنوان شکلی از هوش دیده شود؛ زیرا عملکرد و سازگاری را پیش‌بینی می‌کند و توانایی‌هایی را ارائه می‌دهد که افراد را در حل کردن مشکلات و رسیدن به اهداف، توانمند می‌سازد. هوش معنوی ما را قادر می‌سازد تا تصویر بزرگ‌تری ببینیم و اقداماتمان را در رابطه با یک بافت بزرگ‌تر، ترکیب کنیم که سپس مفهوم زندگی می‌شود (کینگ، ۲۰۰۸). با هوش معنوی می‌توانیم مشکلات مفهومی و ارزشی را شناسایی و با ارائه کردن راه‌حلهایی در راستای سودمندی همه، آنها را حل کنیم. هوش معنوی ما را قادر می‌سازد با طبیعت خود یکی شویم و با فرایندهای زندگی هماهنگ باشیم و نیز ما را بر می‌انگیزد تا تمامیت، حس اجتماع، حس ارتباط و جستجوی معنا برای خلق یک هویت را جستجو کنیم و به واسطه این جستجوی معنا، احساس اختیار داشته باشیم. از این منظر، هوش معنوی ارتباطی اساسی با بهزیستی اجتماعی و روان‌شناختی دارد (ایمونز، ۲۰۰۰). زوهار و مارشال^۲ معتقدند هوش معنوی موجب می‌شود فرد در برابر رویدادها و حوادث زندگی بینشی عمیق بیابد و از سختی‌های زندگی نترسد و با صبر و تفکر با آنها مقابله کند و راه‌های منطقی و انسانی برای آنها بیابد. در حقیقت؛ این هوش موجب می‌شود فرد از دیدگاهها و رویکردهای گوناگون به مسئله پیش رو نظر کرده، به راه‌های متنوع دست یابد (مارشال، ۲۰۰۰). علاوه بر این، هوش معنوی به فرد کمک می‌کند تا تشخیص دهد در هر زمان، مناسب‌ترین رفتار ممکن چیست (واگان، ۲۰۰۲) که یکی از مهم‌ترین پیش‌نیازهای

1. Emmons
2. Zohar & Marshall

سازگاری است. دانشجویان دارای هوش معنوی بالاتر، با توجه به ارتباط با مبدا هستی و وحدت وجود و بهره‌مندی از این ارتباط روحانی و فراگیری آموزه‌های دینی، تجربه تفسیری خوش‌بینانه‌ای نسبت به حوادث زندگی کسب کرده، با بهره‌گیری از فضیلت‌های انسانی و تجربه تفسیری که هیجان‌ات مثبت را تقویت می‌کند، نسبت به مشکلات مربوط به امور تحصیلی شکیباتر می‌شوند؛ با رویارویی منطقی‌تر با مشکلات، بر آنها فائق می‌آیند؛ احساس شادکامی و آرامش عمیق در آنان پدید می‌آید و در نهایت، امیدواری بیشتری از خود نشان می‌دهند (طهماسبی‌پور و رفیعی، ۲۰۱۸). به طور کلی، هوش معنوی از طریق ظرفیت متعالی کردن کارها، به معنای توجه به یکپارچگی جهان آفرینش، تجربه سطح بالایی از خودآگاهی، بررسی و پالایش تجربه‌های روزانه در ارتباط شخص با احساس مذهبی و معنوی، به کارگیری منابع معنوی در حل مشکلات زندگی و انجام اعمال پرهیزگارانانه مثل گذشت و فداکاری، می‌تواند به رفتارهای سازگارانانه با محیط منجر شود (کینگ، ۲۰۰۸) که پیامد آن، بهبود سرمایه روان‌شناختی فرد است.

پیشنهادها

- از آنجا که معنا در زندگی جوانان از مسائل مهم و تأثیرگذار در زندگی آنهاست، پیشنهاد می‌شود مطالعات مشابه در جمعیت‌های آماری مختلف و جامعه دختران صورت بگیرد و نتایج به دست آمده با هم مقایسه شود.
- با توجه به تأثیرات هوش معنوی، خوددلسوزی و سرمایه روان‌شناختی بر معنا در زندگی، ارائه آموزشهایی به منظور بهبود این متغیرها پیشنهاد می‌شود.

محدودیتها

- از آنجا که پژوهش حاضر بین دانشجویان پسر مقطع کارشناسی مرکز آموزش عالی پلدختر انجام شده، برای تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌های آماری باید جانب احتیاط رعایت شود.
- محدودیت دوم، استفاده از ابزارها به صورت برخط بود که پاسخدهی به سؤالهای پرسشنامه را دچار اشکال می‌کرد.

تعارض منافع

نویسنده اذعان می‌کند که در این مقاله هیچ نوع تعارض منافی وجود ندارد.

سپاسگزاری

نویسنده مراتب تشکر خود را از دانشجویانی که در جمع‌آوری اطلاعات نقش داشته‌اند، اعلام می‌دارد.

منابع

- آذری، منصور و نسیم سجادی (۱۳۹۷). «نقش معنای زندگی، شفقت‌ورزی به خود و سرمایه روان‌شناختی در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی سالمندان سرای سالمندی». پرستاری سالمندان، ش ۴(۴): ۵۰-۶۳.
- اشراقی، زینب و هومن نامور (۱۳۹۸). «نقش میانجی تاب‌آوری در ارتباط بین شفقت خود و عزت نفس با بهزیستی روان‌شناختی افراد نظامی». طب انتظامی، ش ۹(۱): ۱۷-۲۶.
- اصلاحی فرشمی، فاطمه؛ علی‌اصغر اصغرنژاد فرید، خدیجه ابوالعالی الحسینی و جواد خلعتیری، (۱۴۰۰). «اثر بخشی درمان ذهن‌آگاهی مبتنی بر استعاره‌های مثنوی معنوی بر ابعاد سرمایه روان‌شناختی در دانشجویان دختر افسرده». فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ش ۱۲(۴۶): ۲۰۴-۱۷۱.
- امان‌الهی، عباس؛ کوثر تردست و خالد اصلانی (۱۳۹۵). «پیش‌بینی افسردگی بر اساس مؤلفه‌های خودشفقتی در دانشجویان دختر دارای تجربه شکست عاطفی دانشگاه‌های اهواز». روان‌شناسی بالینی، ش ۸(۲): ۷۷-۸۸.
- امیری راد، ملیحه؛ الهه اسلمی و شکوفه موسوی (۱۳۹۹). «اثر بخشی درمان شفقت به خود بر معنایابی در زندگی و رضایت جنسی زنان دارای همسر معتاد در شهر مشهد». مطالعات روان‌شناسی بالینی، ش ۱۰(۴۰): ۷۷-۱۰۲.
- حسینی لردجانی، سیده اعظم و مریم چرامی (۱۴۰۰). «مدل‌یابی تاب‌آوری بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و هوش اجتماعی با میانجی‌گری هوش معنوی در بیماران قلبی». روان‌شناسی اجتماعی، ش ۱۴(۶۰): ۱۳۳-۱۴۵.
- خانزاد، عباسعلی؛ محبوبه حسین طاهر، سیده زینب فلاح مرتضی‌نژاد و سیده زهرا سیدنوری (۱۳۹۵). «پیش‌بینی خودکارآمدی و حرمت خود بر اساس خوددلسوزی». روان‌شناسی بالینی و شخصیت، ش ۱۴(۱): ۳۳-۴۲.
- خسروی سعید، احمد؛ بابک حسین‌زاده، علی‌اصغر شجاعی و جمال صادقی (۱۳۹۹). «نقش واسطه‌ای هوش معنوی در رابطه بین کمال‌گرایی و امید به زندگی مدیران دانشگاه‌های آزاد استان مازندران». دین و سلامت، ش ۸(۱): ۴۹-۵۶.
- رقیب، مانده‌سادات؛ سید علی سیادت، بهزاد حکیمی‌نیا و سید جعفر احمدی (۱۳۸۹). «اعتباریابی مقیاس هوش معنوی کینگ در دانشجویان دانشگاه اصفهان». دستاوردهای روان‌شناختی، ش ۱۷(۱): ۱۴۱-۱۶۴.

- زاهدبا بلان، عادل؛ حسن جمالویی و رعنا حرفتی سبحانی (۱۳۹۱). «رابطه دلبستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان». دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ش ۱۳(۱۳): ۷۵-۸۵.
- زردشتیان، شیرین؛ جواد کریمی و مریم حسینی (۱۳۹۷). «تبیین رابطه هوش معنوی و پرخاشگری با ملاحظه نقش میانجی تاب‌آوری در بین کونگ‌فوکاران آسیایی». مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، ش ۵(۱): ۵۵-۶۲.
- سعیدی گراغانی، اکبر؛ غلامرضا ثناگویی محرر و محمود شیرازی (۱۳۹۷). «رابطه هوش معنوی و سخت‌رویی بر میزان ادراک درد با نقش میانجی گرانه اضطراب مرگ و مثبت‌اندیشی در جانبازان شهر کرمان». علوم روان‌شناختی، ش ۱۷(۷۲): ۸۹۹-۹۰۵.
- صدیقی ارفعی، فریبرز؛ علی یزدخواستی و مریم نادی راوندی (۱۳۹۳). «پیش‌بینی‌پذیری میزان تاب‌آوری بر اساس هوش معنوی در دانشجویان و دین‌پژوهان». فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ش ۴(۳): ۳۷۳-۳۹۰.
- فرخی، الهام و ندا سبزی (۱۳۹۲). «شادکامی و ادراک الگوهای ارتباطی خانواده: نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی». روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ش ۱۱(۴۲): ۳۱۳-۳۲۳.
- فروهر، محمد و رضا هویدا (۱۳۹۰). «تبیین رابطه سرمایه روان‌شناختی و کارآفرینی سازمانی اعضای هیأت علمی دانشگاه». فرهنگ و مشاوره و روان‌درمانی، ش ۲(۸): ۸۳-۱۰۰.
- قدم‌پور، عزت‌اله و لیلا منصور (۱۳۹۷). «اثربخشی درمان متمرکز بر شفقت بر افزایش میزان خوش‌بینی و شفقت به خود دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر». مطالعات روان‌شناختی، ش ۱۴(۱): ۶۰-۷۵.
- کاظمی، نواب؛ الهه حجازی، وحید رسول‌زاده، سید تقی محمدی و ریحانه مرادی (۱۳۹۸). «اثربخشی درمان متمرکز بر خودشفقتی بر احساس تنهایی و امید به زندگی در زنان سالمند». رویش روان‌شناسی، ش ۸(۱۲): ۷۳-۸۰.
- گلی‌پور، صدیقه؛ سارا حقیقت و داوود معنوی‌پور (۱۳۹۳). «رابطه هوش معنوی و هوش اخلاقی با معنای زندگی در داوطلبین واکنش اضطرابی». شفای خاتم، ش ۲(۴): ۲۰-۲۹.
- محمدعلی، سمیرا؛ داود معنوی‌پور و مجتبی صدقاتی‌فرد (۱۳۹۹). «بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی (روایی و پایایی) مقیاس شفقت خود: یافتن شواهد تجربی برای استفاده از نمره کل و تعریفی مفهومی شفقت خود». روان‌شناسی کاربردی، ش ۱۴(۲): ۲۹-۵۰.
- مصرآبادی، جواد؛ نگار استوار و سکینه جعفریان (۱۳۹۲). «بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنا در زندگی در دانشجویان». علوم رفتاری، ش ۷(۱): ۱۹-۳۳.
- واحدی، شهرام و حبیب‌اله حقی (۱۳۹۰). «پیش‌بینی معنا در زندگی دانشجویان بر اساس انواع باورهای خودکارآمدی اجتماعی تصویری و حمایت اجتماعی». پژوهش‌های مشاوره، ش ۱۰(۳۷): ۸۷-۱۱۰.

- Abdollahzadeh, H.; M. Bagherpoor, S. Mehrabi & M. Lotfi (2009). **Spiritual intelligence**. Tehran: Psychometrics.
- Adegbola, M. (2011). “**Spirituality, self-efficacy, and quality of life among adults with sickle cell disease**”. *Southern online journal of nursing research*, 11(1): 1-16.
- Amram, J.Y. (2009). **The contribution of emotional and spiritual intelligences to effective business leadership**. Institute of Transpersonal Psychology.
- Anand, S. & M. Ravallion (1993). “**Human development in poor countries: on the role of private incomes and public services**”. *Journal of economic perspectives*, 7(1): 133-150.
- Aukst-Maggti, .. & .. Mrrcccc(2005). “**Religiosity and health outcomes: review of literature**”. *Collegium antropologicum*, 29(1): 365-371.
- Baker, L.R. & J.K. McNulty (2011). “**Self-compassion and relationship maintenance: the moderating roles of conscientiousness and gender**”. *Journal of personality and social psychology*, 100(5): 853-873.
- Brown, J.; J.E. Hanson, B. Schmotzer & A.R. Webel (2014). “**Spirituality and optimism: a holistic approach to component-based, self-management treatment for HIV**”. *Journal of religion and health*, 53(5): 1317-1328.
- Chen, P.X. & L.N. Yan (2011). “**Health-related quality of life in living liver donors after transplantation**”. *Hepatobiliary & Pancreatic Diseases International*, 10(4): 356-361.
- Couper, M.P. (2000). “**Web surveys: A review of issues and approaches**”. *The Public Opinion Quarterly*, 64(4): 464-494.
- Elkins, M. & R. Cavendish (2004). “**Developing a plan for pediatric spiritual care**”. *Holistic Nursing Practice*, 18(4): 179-184.
- Emmons, R.A. (2000). “**Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern**”. *The International Journal for the psychology of Religion*, 10(1): 3-26.
- Erez, A. & T.A. Judge (2001). “**Relationship of core self-evaluations to goal setting, motivation, and performance**”. *Journal of Applied Psychology*, 86(6): 1270-1279.
- Franche, V.; P. Gaudreau & D. Miranda (2012). “**The 2× 2 model of perfectionism: A comparison across Asian Canadians and European Canadians**”. *Journal of counseling psychology*, 59(4): 567-574.
- Gage, T.B. & K. O'Connor (2009). “**Nutrition and the variation in level and age patterns of mortality**”. *Human biology*, 81(5/6): 551-574.
- George, L.S. & C.L. Park (2016). “**Meaning in life as comprehension, purpose, and mattering: Toward integration and new research questions**”. *Review of General Psychology*, 20: 205-220.
- Gnanaprakash, C. (2013). “**Spirituality and resilience among post-graduate university students**”. *Journal of Health Management*, 15(3): 383-396.
- Griffin, B.; V. Loh & B. Hesketh (2013). “**A mental model of factors associated with subjective life expectancy**”. *Social Science & Medicine*, 82: 79-86.
- Gupta, M.G.(2012). “**Spiritual intelligence and emotion intelligence in relation to self-efficacy and self-regulation among college student**”. *International journal of social sciences & interdisciplinary research*, 1(2): 60-69.
- Hatami, A.; R. Mahmoudi, D.H. Nia, M.R. Badrani & M.S. Kamboo (2019). “**The relationship between spiritual intelligence and resilience with self-**

- efficacy of clinical performance in nurses working in Shoushtar educational hospitals**". *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 7(3): 8-13.
- Yee Ho, M. F.M. Cheung & S.F. Cheung (2010). "The role of meaning in life and optimism in promoting well-being". *Personality and Individual Differences*, 48(5): 658-663.
 - Iskender, M. (2009). "The relationship between self-compassion, self-efficacy, and control belief about learning in Turkish university students". *Social Behavior and Personality*, 37: 711-720.
 - Jan, V.P.; V.D.S.T. Jenny & J. Henk (2012). "Spiritual care in a hospital setting: nurses' and patients' perspectives". *Nursing Reports*, 2(1): 39-45.
 - Kiken, L.G. & N.J. Shook (2011). "Looking up: Mindfulness increases positive judgments and reduces negativity bias". *Social Psychological and Personality Science*, 2(4): 425-431.
 - Kim, T.H.; S.M. Lee, K. Yu, S. Lee & A. Puig (2005). "Hope and the meaning of life as influences on Korean adolescents' resilience: Implications for counselors". *Asia pacific education review*, 2(6): 143-152.
 - King, D.B. (2008). **Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure**. Maeeé'. T..... nnnnt nn iee,,,,, ,,, gggggggggg Ontario, Canada.
 - Kline, R.B. (2015). **Principles and practice of structural equation modeling**. Guilford publications.
 - Koenig, H.G.; L.K. George & P. Titus (2004). "Religion, spirituality, and health in medically ill hospitalized older patients". *Journal of the American Geriatrics society*, 52(4): 554-562.
 - Krause, N.; K.I. Pargament, P.C. Hill & G. Ironson (2016). "Humility, stressful life events, and psychological well-being: Findings from the landmark spirituality and health survey". *The Journal of Positive Psychology*, 11(5): 499-510.
 - Kravits, K.; R. McAllister-Black, M. Grant & C. Kirk (2010). "Self-care strategies for nurses: A psycho-educational intervention for stress reduction and the prevention of burnout". *Applied Nursing Research*, 23(3): 130-138.
 - Krok, D. (2018). "When is Meaning in Life Most Beneficial to Young People? Styles of Meaning in Life and Well-Being among Late Adolescents". *Journal of Adult Development*, 25(2): 96-106.
 - Luthans, F.; B.J. Avolio, J.B. Avey & S.M. Norman (2007). "Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction". *Personnel psychology*, 60(3): 541-572.
 - Luthans, F.; C. Youssef & B. Avolio (2007). **Psychological capital: Developing the human competitive edge**. Oxford: Oxford University Press.
 - Marshall, I. (2000). **SQ: spiritual intelligence: the ultimate intelligence**. Bloomsbury.
 - McArthur, M.; C. Mansfield, S. Matthew, S. Zaki, C. Brand, J. Andrews & S. Hazel (2017). "Resilience in veterinary students and the predictive role of mindfulness and self-compassion". *Journal of veterinary medical education*, 44(1): 106-115.
 - Meyers, L.S.; G. Gamst & A.J. Guarino (2016). **Applied multivariate research: Design and interpretation**. Sage Publications.
 - Nair, K.A. & G. Paul (2017). "A study on spiritual intelligence among higher secondary students in relation to their social adjustment". *Journal of Research in Humanities and Social Science*, 5(3): 38-42.

- Nasel, D.D. & W. Haynes (2005). “**Spiritual and religious dimensions scale: Development and psychometric analysis**”. *Australian Journal of Psychology*, 57(1): 61-71.
- Nathan, G. (2003). **Methodologies for internet surveys and other telesurveys**. Paper presented at the Proceedings of Exchange of Technology and Know-how and the Fourth New Techniques and Technologies for Statistics (NTTS) Seminar.
- Neff, K. (2003). “**Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself**”. *Self and identity*, 2(2): 85-101.
- Neff, K.D. (2011). “**Self compassion, self esteem, and well being**”. *Social and personality psychology compass*, 5(1): 1-12.
- Neff, K.D. (2003). “**The development and validation of a scale to measure self-compassion**”. *Self and identity*, 2(3): 223-250.
- Neff, K.D.; K.L. Kirkpatrick & S.S. Rude (2007). “**Self-compassion and adaptive psychological functioning**”. *Journal of research in personality*, 41(1): 139-154.
- Neugebauer, R.; P. Wickramaratne, C. Svob, C.H. McClintock, M.J. Gameroff, L. Miller & A. Conway (2020). “**Contribution of religion/spirituality and major depressive disorder to altruism**”. *Journal of affective disorders*, 262: 16-22.
- Paredes, A.C. & M.G. Pereira (2018). “**Spirituality, distress and posttraumatic growth in breast cancer patients**”. *Journal of religion and health*, 57(5): 1606-1617.
- Raes, F. (2011). “**The effect of self-compassion on the development of depression symptoms in a non-clinical sample**”. *Mindfulness*, 2(1): 33-36.
- Rama, S. (2011). “**Professor's performance for effective teaching (Kosovo case)**”. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 12: 117-121.
- Rostami, M.; M. Abdi & H. Heidari (2014). “**Correlation of childhood maltreatment, self-compassion and mental health in married people**”. *Journal of fundamentals of mental health*, 16(62): 130-41.
- Saeedi, Z.; N. Ghorbani, M. Sarafraz, & M. Sharifian (2013). “**The effect of inducing self-compassion and self-esteem on the level of the experience of shame and guilt**”. *Contemporary Psychology*, 8(1): 91-102.
- Schreiber, J.B.; A. Nora, F.K. Stage, E.A. Barlow & J. King (2006). “**Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review**”. *The Journal of educational research*, 99(6): 323-338.
- Smeets, E.; K. Neff, H. Alberts & M. Peters (2014). “**Meeting suffering with kindness: Effects of a brief self compassion intervention for female college students**”. *Journal of clinical psychology*, 70(9): 794-807.
- Smith, M.M.; D.H. Saklofske & G. Yan (2015). “**Perfectionism, trait emotional intelligence, and psychological outcomes**”. *Personality and Individual Differences*, 85: 155-158.
- Steger, M.F.; P. Frazier, S. Oishi & M. Kaler (2006). “**The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life**”. *Journal of counseling psychology*, 53(1): 80-93.
- Tahmasebipoor N. & Z. Rafiei Yazd (2018). “**Sociological analysis of the students' life expectancy based on spiritual intelligence**”. *Social Sciences*, 11(39): 287-304.
- Vaughan, F. (2002). “**What is spiritual intelligence?**”. *Journal of humanistic psychology*, 42(2): 16-33.
- Yang, K.P. (2006). “**The spiritual intelligence of nurses in Taiwan**”. *The journal of nursing research: JNR*, 14(1): 24-35.

- ترجمه منابع فارسی
- Amanollahi, A.; K. Tardast & K. Aslani (2016). "Prediction of depression based on components of self-compassion in girl students with emotional breakdown experience in Ahvaz universities". *Journal of clinical psychology*, 8(2): 77-88.
- Amiri Rad, M.; E. Aslami & Sh. Mousavi (2020). "The effectiveness of Self-Compassion focused Therapy on Finding Meaning in Life and sexual Satisfaction of Women with addicted husband in Mashhad city". *Clinical Psychology Studies*, 10(40): 77-102.
- Azarboo, M. & N. Sajjadi (2018). "Role of the meaning of life, Self-Compassion and psychological capital in predicting psychological well-being of seniors in the elderly". *Elderly Nursing*, 4(4): 50-63.
- Eshraghi, Z. & H. Namvar (2019). "The Mediating role of Resilience in the Relationship between Self-esteem and Self-compassion with Psychological Well-being of Military Persons". *Journal of Police Medicine*, 9(1): 17-26.
- Eslahi Farshami, F.; A. Asgharnejad Farid, Kh. Abolmoali Alhosseini & J. Khalatbari (2021). "The Effectiveness of Mindfulness- Based Metaphors in Molavi's Masnavi on Components of Psychological Capital among Depressed Female Students". *Counseling Culture and Psychotherapy*, 12(46): 171-204.
- Farokhi, E. & N. Sabzi (2013). "Happiness and perception of family communication pattern: the mediating role of psychological capital". *Journal of developmental psychology Iranian psychologists*, 11(42): 313-323.
- Forohar, M.; R. Hovida & R. Jamshidian (2011). "Psychological capital and intraprunership among faculty members". *Counseling Culture and Psychotherapy*, 2(8): 83-100.
- Ghadampour, E. & L. Mansouri (2018). "The effectiveness of compassion focused therapy on increasing optimism and self-compassion in female students with generalized anxiety disorder". *Journal of Psychological Studies*, 14(1): 59-74.
- Golipour, S.; S. Haghighat & D. Manavipour (2014). "The Relationship between Spiritual and Moral Intelligence with the Meaning of Life among the Volunteers of the Emergent Reaction". *The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam*, 2(4): 20-29.
- Hosseini Lordegani, S.A. & M. Chorami (2021). "Modeling of Resilience based on Personality Traits and Social Intelligence with Mediated by Spiritual Intelligence in Cardiac Patients". *Scientific Journal of Social Psychology*, 9(60): 133-145.
- Kazemi, N.; E. Hejazi, V. Rasolzadeh, S.T. Mohammadi & R. Moradi (2019). "The effectiveness of self-compassion treatment on loneliness and life expectancy in elderly women". *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 8(12): 73-80.
- Khanzadeh, A.; M. Taher, Z. Fallah Morteza Nejad & Z. Seyyed Noori (2016). "Prediction of Self-Efficacy and Self-Esteem based on Self-compassion". *Clinical Psychology and Personality*, 14(1): 33-42.
- Khosravi, S.A.; B. Hosseinzadeh, A.A. Shojaee & J. Sadeghi (2020). "Mediating role of spiritual intelligence in the relationship between perfectionism and life expectancy among administrators of Azad University in Mazandaran Province". *Journal of Religion and Health*, 8(1): 49-56.
- Mesrabadi, J.; S. Jafariyan & N. Ostovar (2013). "Discriminative and construct validity of meaning in life questionnaire for Iranian students". *International Journal of Behavioral Sciences*, 7(1): 83-90.

- Mohammadali, S.; D. Manavipour & M. Sedaghatifard (2020). **“Investigating the psychometric characteristics (validity and reliability) of the self-compassion scale: Finding empirical evidence for using the total score and defining the concept of self-compassion”**. *Journal of Applied Psychology*, 14(2): 29-50.
- Raghieb, M.; A. Siadat, B. Hakiminya & J. Ahmadi (2010). **“The validation of King’s Spiritual Intelligence Scale (SISRI-24) among students at University of Isfahan”**. *Journal of Psychological Achievements*, 17(1): 141-164.
- Saeidi, G.A.; Gh. Snagui Moharar & M. Shirazi (2018). **“The relationship between spiritual intelligence and hardiness on the level of pain perception with the mediating role of death Anxiety and Positive Thinking”**. *Journal of Psychological Science*, 17(72): 899-905.
- Sedighi Arfaee, F.; A. yazdekhasti & M. Nadi Ravandi (2014). **“Resiliency Rate Predictability Based on Spiritual Intelligence among Students and Religion Researchers”**. *Iranian Journal of Culture in the Islamic University*, 4(3): 373-390.
- Vahedi, Sh. & H. Haghi (2011). **“Predicting meaning in students' lives based on the types of social self-efficacy and social support beliefs”**. *Counseling Research & Developments*, 10(37): 87-110.
- Zahed-Babelan, A.; H. Rezaei Jamaloei & R. Sobhani-Herfati (2012). **“An investigation of the relationship between attachment to God and resilience with meaningful life among students”**. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 13(3): 75-85.
- Zardoshtiyani, Sh.; J. Karimi & M. Hosseini (2018). **“relationship between spiritual intelligence and aggression with mediating role of resiliency in between Asian kung fu workers”**. *Scientific Journal of Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 5(1): 55-62.