

## بررسی رابطه بین هوش معنوی و رضایت از زندگی

زینت عبدیوسفخانی<sup>۱</sup>

حسین اکبری امرغان<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: 92/07/28

تاریخ پذیرش: 93/02/21

### چکیده:

هوش معنوی به زندگی درونی ذهن و ارتباط آن با هستی و وجود در جهان مربوط است. هوش معنوی توانایی فهمیدن عمیق سؤالات معنوی و بینش درونی است که سطح‌های چند گانه از هوش است. ویژگی‌های معنویت شامل کنکاش در جستجوی معنا و هدف، حس تعالی جویی (یعنی آنکه انسان فراتر از وجود صرفاً مادی است) حس اتصال (مثل به افراد دیگر، طبیعت یا عالم غیب) و ارزش‌ها (مثل عشق، ترحم و عدالت) است. رضایتمندی، بستر موفقیت و کامیابی است و هیچ انسان موفق‌تری نیست که از هنر «رضایت از زندگی» برخوردار نباشد.

هدف مقاله حاضر بررسی رابطه بین هوش معنوی و رضایت از زندگی در دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان که در سال تحصیلی 92-93 مشغول به تحصیل هستند می‌باشد. داده‌های پژوهش از 278 نفر آزمودنی گردآوری شده است که براساس نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده‌اند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه هوش معنوی جامع آمرام و درایر (2007) و پرسشنامه رضایت از زندگی (swls) دینر و همکاران (1985) بوده است. برای تحلیل نتایج از روش همبستگی پیرسون استفاده شد. یافته‌های بدست آمده از این تحقیق نشان داد که بین هوش معنوی و رضایتمندی زندگی رابطه مستقیم معناداری وجود دارد.

### واژگان کلیدی: هوش معنوی، رضایت از زندگی

1- فارغ التحصیل کارشناسی ارشد، مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان، گروه راهنمایی و مشاوره، قوچان، ایران.  
z.abdusefkhani@yahoo.com

2- عضو هیئت علمی و استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان، گروه راهنمایی و مشاوره، قوچان، ایران.

**مقدمه:**

رضایتمندی، بستر موفقیت و کامیابی است و هیچ انسان موفق نیست که از هنر «رضایت از زندگی» برخوردار نباشد. بدون رضایتمندی، امکان پیشرفت و موفقیت وجود ندارد. بنابراین رضایتمندی از زندگی، یکی از رازهای نا شناخته در زندگی انسان‌های موفق است. اگر زندگی بستر تکامل است، رضایتمندی هم شرط موفقیت در زندگی بوده و کسانی می‌توانند به تکامل بیندیشند که با زندگی خود مشکل نداشته باشند. البته بایستی به این نکته توجه داشت که میان «مشکل داشتن در زندگی» با «مشکل داشتن با زندگی» تفاوت وجود دارد. همه انسانها در زندگی مشکل دارند؛ اما انسان موفق، کسی است که با زندگی اش مشکل نداشته باشد و این یعنی رضایت از زندگی. به طور کلی انسان باید یاد بگیرد که در اوج ناکامی امیدش را حفظ کرده و با تمام توان تلاش کند تا برمشکلاتش غلبه کند و از زندگی خود لذت ببرد. همچنین انسان بایستی با تفکرات زیبای خودش زندگی زیبایی برای خودبسازد که این امر با یافتن معنایی برای زندگی امکان پذیر است، زیرا معنای زندگی، جاودانه، پایدار و فنا ناپذیر است در حالی که مواد زندگی تغییر پذیر و نابود شدنی است (عبداله زاده، همکاران، 1388).

هوش مفهومی است که از دیر باز آدمی به پژوهش و تفحص در مورد ابعاد، تظاهرات، ویژگی‌ها و انواع آن علاقمند بوده است (غنا و همکاران، 1391، 23-17).

در این بین یکی از ابعاد هوش تحت عنوان هوش معنوی جزو عرصه‌هایی است که تحقیقات چندان منسجم و نظام مندی در جهت شناخت و تبیین ویژگی‌ها و مؤلفه‌های آن در حد و اندازه سایر انواع هوش صورت نپذیرفته است و همین امر خوددشواری‌های بسیاری را در راستای تمییز دقیق مؤلفه‌ها و ویژگی‌های آن بر سر راه محققین ایجاد می‌نماید (غباری بناب و همکاران، 1386).

هوش معنوی بر خلاف هوش هیجانی که در پستانداران دیده می‌شود، فقط برای انسان مطرح است. با استفاده از هوش معنوی می‌توان میل و قابلیت فرد را برای رسیدن به مقصود و ارزش رشد داد. هوش معنوی به فرد اجازه می‌دهد که توان رویارویی با این قابلیت‌ها را داشته باشد و برای رسیدن به این قابلیت‌ها سخت تلاش کند. هوش معنوی زیر بنای باورهای فرد را تشکیل می‌دهد و همچنین نقشی که این باورها و ارزش‌ها در کنش‌های فرد داشته و به زندگی وی شکل می‌دهند، در هوش معنوی متبلور می‌شود. هوش معنوی به دلیل پیوندش با معنا، می‌تواند به فرد توان تغییر و تحول بدهد. همچنین هوش معنوی می‌تواند به فرد کمک کند تا با هیجانات موجود در زندگی خود، احساس رضایت و شادکامی را داشته باشد (ابراهیمی کوه بنانی، 1390).

## بیان مسئله:

با توجه به پژوهش‌های اندکی که در مقالات داخل کشور در این زمینه مشاهده می‌شود، دور از انتظار نیست که تعاریف و نظریات مربوط به این مقوله را در حال طی کردن مراحل ابتدایی خود بدانیم. معنویت<sup>۱</sup> به عنوان یکی از ابعاد انسانیت شامل آگاهی و خودشناسی می‌شود. بیلوتا معتقد است معنویت نیاز فرا رفتن از خود در زندگی روزمره و یکپارچه شدن با کسی غیر از خودمان است. این آگاهی ممکن است منجر به تجربه ای شود که فراتر از خودمان است. معنویت امری همگانی است و همانند هیجان درجات و جلوه‌های مختلفی دارد ممکن است هوشیار یا ناهوشیار، رشد یافته یا رشد نیافته، سالم یا بیمارگونه، ساده یا پیچیده و مفید یا خطرناک باشد (غباری بناب و همکاران، 1386).

مک مولن (2003) معتقد است ارزش‌هایی مانند شجاعت<sup>۲</sup>، یکپارچگی، شهود<sup>۳</sup> و دلسوزی<sup>۴</sup> از مؤلفه‌های هوش معنوی هستند و همچنین وی معتقد است بین بصیرت و هوش معنوی رابطه وجود دارد و در مقابل، استرس ضد شهود است. وی یکی از راه‌های افزایش بصیرت را توجه آرامش بخش عنوان می‌کند. از نظر مولن، نگرانی تلاش فزاینده و نافرجامی است که به دلیل تأخیر در تصمیم‌گیری روی می‌دهد. (خزایی، 1389)

بنابراین می‌توان گفت که هوش معنوی تمام آن چیزهایی است که به آن معتقدیم و نقش باورها و هنجارها، عقاید و ارزشها را در فعالیت‌ها که برعهده می‌گیریم نشان می‌دهد. (عبدالله زاده، 1386)

ازدواج نمونه بارزی است از تبادل هیجان‌ها و عواطف مثبت انسانی نسبت به انسان دیگر که حالتی از شادکامی Happiness یا همان رضایت زندگی است (نور بخش، نشریه: حدیث زندگی). افزون بر این، رضایت از زندگی به عنوان یکی از مؤلفه‌های بهزیستی درونی شامل نگرش فرد، ارزیابی عمومی وی نسبت به کلیت زندگی خود و یا برخی از جنبه‌های زندگی مانند خانوادگی، و تجربه آموزشی است (دینر و همکاران<sup>۵</sup>، 1999).

طبق تعریف، ارزیابی شخص از خود ممکن است به شکل شناختی (قضاوت آگاهانه نسبت به جوانب زندگی) یا به صورت عاطفی (تجربه هیجانانگیز) باشد. به این نحو که اگر کسی اغلب از زندگی خود راضی باشد و خوشی را تجربه نماید و در عین حال که هر چند هیجانانگیزی و خشم را تجربه می‌نماید، بهزیستی درونی بالا خواهد داشت، برعکس، اگر از زندگی خود ناراضی باشد و

<sup>1</sup> - Spirituality

<sup>2</sup> - Courage

<sup>3</sup> - Intuition

<sup>4</sup> - Compassion

<sup>5</sup> - Diener, E. E., Sun, M., Lucas, R. E., & Smith, H. L

خوشی و علاقه اندکی را تجربه نماید و پیوسته هیجانات منفی، مثل خشم و اضطراب را احساس نماید دارای بهزیستی درونی پایینی است (مظفری و هادیان فرد، 1383).

هم چنین نتایج بررسی‌ها حکایت از این دارند که میزان معنویت با کیفیت کلی زندگی رابطه دارد (فرل و همکاران<sup>1</sup>، 1995).

در این مقاله سؤال اصلی پژوهش این است: آیا بین هوش معنوی و رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد؟

اهمیت و ضرورت پژوهش:

در دهه‌های اخیر مفهوم معنویت و کاربرد آن در دنیا و به خصوص در جوامع غرب اهمیت زیادی یافته است، طوری که مفاهیمی همچون خدا، مذهب، معنویت و غیره که موضوعاتی خصوصی قلمداد می‌شدند، وارد تحقیقات علمی و مباحث آکادمیک در حوزه علوم انسانی شده اند. همچنین تعداد تحقیقات پیرامون موضوعات یاد شده در پژوهش‌های روان شناسی و مدیریت به سرعت در حال افزایش بوده و در این زمینه تا به حال کنفرانس‌ها و کارگاه‌های زیادی تشکیل شده است. یکی از مفاهیمی که به تدریج از درون همین جلسات و کنفرانس‌ها ظهور کرده، هوش معنوی می‌باشد. هوشی که انسانها از طریق آن مسایل مربوط به معنا و ارزش‌ها را حل کرده، زندگی و فعالیت‌های خود را در زمینه ای وسیع‌تر، غنی‌تر، و معنادارتر قرار می‌دهند و به کمک آن تشخیص می‌دهند که کدام اقدامات با کدام مسیرها معنادارتر از دیگری می‌باشند (واثق، 1389).

پژوهش در باره معنویت، امروزه در رشته‌های متنوع از قبیل پزشکی، روان شناسی، عصب شناسی و علوم شناختی در حال پیشرفت است. در راستای این جهت گیری معنوی و به موازات بررسی رابطه بین دین و معنویت، مؤلفه روان شناختی دیگری به نام هوش معنوی مطرح شده است (سهرابی، 1385).

فردی که برخوردار از هوش معنوی بالاست، دارای انعطاف، خودآگاهی و ظرفیت لازم برای رو به رو شدن با دشواری‌ها و سختی‌ها و فراتر از آن ظرفیتی برای الهام و شهود، و نگرش کل نگر به جهان هستی بوده و در جستجوی پاسخی برای پرسش‌های بنیادین زندگی است (ابراهیمی کوه بنانی، 1390).

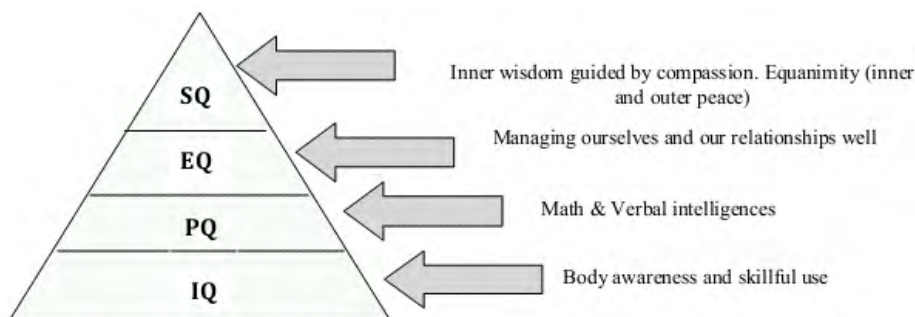
مبانی نظری:

1-1- در میان تحقیقاتی که انواع هوش را کشف کرده‌اند، هوارد گاردنر<sup>2</sup> (1993) پیشقدم کار بر روی هوش‌های چند گانه بود. گاردنر هوش را «ظرفیتی برای حل مسایل یا تطبیق ساخته‌ها متناسب با مجموعه فرهنگی» می‌داند. تحقیقات گاردنر دلالت بر انواع متفاوت هوش دارد که نسبتاً

<sup>1</sup> - Ferrell ,B,R,Hassey,D,Grant.m

<sup>2</sup> - Gardner

مستقل از یکدیگر رشد پیدا می‌کنند و هر مهارت مخصوص ناحیه ای از مغز است که می‌توان آن را به صورت هرم زیر نمایش داد:



شکل شماره 1-1 هرم هوش‌های چندگانه

هوش بدنی (PQ)<sup>1</sup>: ابتدایی ترین کانون توجه ما را به خود اختصاص داده است و شامل توانایی کنترل ماهرانه حرکات بدن و استفاده از اشیاء می‌باشد.

هوش عقلانی (IQ)<sup>2</sup>: مربوط به مهارت‌های منطقی و زبان شناسی ماست که بیش از سایر هوش‌ها در سیستم آموزشی مورد توجه است.

هوش هیجانی (EQ)<sup>3</sup>: در زمینه کسب موفقیت در بازاریابی مهمی دارد و ما را در برقراری ارتباط یاری می‌دهد و تا حدی از قابلیت پیشگویی بر خوردار است. همچنین هوش هیجانی بیانگر این است که در روابط اجتماعی و شرایط خاص چه عمل مناسب و چه عمل نامناسب است. به عبارت دیگر، EQ توانایی همدلی با دیگران و شنیدن احساسات آنان است.

هوش معنوی (SQ)<sup>4</sup>: شامل هدایت و معرفت درونی، حفظ تعادل فکری، آرامش درونی و بیرونی و عملکردی همراه با بصیرت و ملایمت و مهربانی می‌باشد و توانایی به دست آوردن قدرتی که ما را برای رسیدن به رؤیا هایمان یاری می‌دهد (کشمیری و عرب احمدی، 1386).

الگوی مورد نظر، بر اساس این دیدگاه است که کودکان ابتدا بر بدن خود کنترل پیدا می‌کنند (هوش بدنی)، سپس مهارت‌های زبانی و مفهومی (هوش‌بهر) خود را گسترش می‌دهند. هوش عقلانی بیشتر در فعالیت مدرسه ای کودک مطرح می‌شود. هوش هیجانی برای بسیاری از افراد هنگامی مطرح می‌گردد که علاقه مند به گسترش روابط خود با دیگران باشند. درانتها هوش معنوی

<sup>1</sup>- Physical Quient

<sup>2</sup>-Intelligence Quotient

<sup>3</sup>- Emotional Quotient

<sup>4</sup>- Spiritual Quotient

زمانی خود نمایی می‌کند که فرد به دنبال معنای مسایل می‌گردد و سؤالاتی مانند «آیا این، همه آن چیزی است که وجود دارد؟» را مطرح می‌نماید (ویگلزورث<sup>1</sup>، 2004).

1-2- دیدگاه نوبل و وگان:

نوبل<sup>2</sup> و وگان معتقدند مؤلفه‌های هشت گانه ای که نشان دهنده هوش معنوی رشد یافته هستند عبارتند: از: درستی و صراحت، تمامیت، تواضع، مهربانی، سخاوت، تحمل، مقاومت و پایداری و تمایل به برطرف کردن نیازهای دیگران ( غباری بناب و همکاران، 1386).

1-3- هوش معنوی (SQ) از دیدگاه رابرت آمانس:

رابرت آمانس (2000) هوش معنوی را به عنوان استفاده توافقی اطلاعات معنوی برای تسهیل حل مشکل روزانه و کمال غایی تعریف می‌کند.

او در ابتدا 5 جزء هوش معنوی را پیشنهاد می‌کند:

صلاحیت برای فایق آمدن فیزیکی و مادی

توانایی برای افزایش تجربی حالات هوشیاری

توانایی برای پاک کردن تجربه روزانه

توانایی برای مورد استفاده قرار دادن منابع معنوی برای حل مشکل

صلاحیت برای پرهیزگار بودن ( به نقل از عابدی و سرخی، 1387، ص 65 ).

1-4- نظریه ونتگوت، مریک و اندرسون

ونتگوت، مریک و اندرسون<sup>3</sup> (2003) بیان می‌کنند که عقیده افراد در خصوص زندگی خوب می‌تواند به صورت ذهنی تا عینی مشاهده شود که این طیف شماری از نظریه های جذاب رضایت از زندگی را به وجود می‌آورد. به طیف مزبور، نظریه کلی رضایت از زندگی می‌گویند. مطابق نظر ونتگوت و همکاران (2003) نظریه کلی رضایت از زندگی نظریه جامعی است که شامل هشت نظریه حقیقی دیگر در طیف ذهنی - وجودی - عینی است. این جا به بررسی رضایت از زندگی در این طیف با توجه به نظریه رضایت از زندگی ونتگوت و همکاران پرداخته می‌شود:

\* رضایت ذهنی از زندگی<sup>4</sup>: یعنی این که شخص تا چه میزان احساس می‌کند دارای زندگی خوبی است. هر فرد مشخصاً چگونگی دید خود از اشیاء، احساسات و عقایدش را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این که آیا شخص از زندگی خود راضی و خشنود است، جنبه هایی هستند که کیفیت ذهنی زندگی را منعکس می‌کنند.

<sup>1</sup> - Wigglesworth, C

<sup>2</sup> - Nobel

<sup>3</sup> - Ventegodt, S., Merrick, J., & Anderson, N. J

<sup>4</sup> - Subjective quality of life

\* رضایت وجودی از زندگی<sup>1</sup>: یعنی زندگی یک شخص در سطح عمیق تر تا چه اندازه خوب است. در این جا فرض شده که شخص طبیعت عمیق تری دارد و شایسته احترام است. ممکن است شخص فکر کند که

شماری از نیازهای طبیعت بیولوژیکی وی بایستی برآورده شوند. این عوامل مانند شرایط رشد باید بهینه سازی شوند یا این که همه اشخاص باید بر طبق ایده آل های روحانی و مذهبی مشخصی که با طبیعت زندگی آن ها عجین شده اند، زندگی کنند.

\* رضایت عینی از زندگی<sup>2</sup>: یعنی این که زندگی یک شخص چگونه توسط جهان خارج در کمی شود. این دیدگاه تحت تأثیر فرهنگی که مردم در آن زندگی می کنند قرار دارد.

طیف ذهنی تا عینی رضایت از زندگی با در نظر گرفتن عمق وجودی زندگی، مرکب از تعدادی از نظریه های رضایت از زندگی هستند و از این رو این طیف را نظریه کلی رضایت از زندگی می نامند. مقوله های مختلف نظریه کلی شامل کیفیت ذهنی و عینی زندگی بر اساس نظر ونتگوت و همکاران (2003) بدین قرار است:

- بهزیستی: طبیعی ترین جنبه رضایت از زندگی «بهزیستی» است، رضایت از زندگی در اینجا بر حسب ارزشیابی رضایت فرد از زندگی مد نظر قرار می گیرد.

- رضایت از زندگی: رضایت داشتن از زندگی به معنای آن است که احساس کنیم زندگیمان در همان جریانی است که باید باشد. رضایت داشتن یک حالت ذهنی است.

- شادی: منظور از شاد بودن، تنها خوشحال بودن و خشنود بودن نیست. این یک احساس خاص است که ارزشمند و بسیار مطلوب است اما به سختی به دست می آید. شادی حالتی عمیق در فرد است که مشتمل بر یک تعادل و تقارن خاص است. شادی یک سرخوشی و میزان شیرینی زندگی است.

- معنادار بودن زندگی: مفهومی مهم است که به ندرت استفاده می شود. افراد درباره معناداری زندگی تنها با دوستان خیلی صمیمی و خویشاوندان نزدیک صحبت می کنند. آنهایی که به دنبال معنادار کردن زندگی هستند در واقع در یک وضعیت گیج کننده قرار می گیرند که در آن تمام جنبه های زندگی کاملاً متفاوت به نظر می رسد (اسلامی، 1384).

- دیدگاه بیولوژیکی رضایت از زندگی: این جنبه از رضایت از زندگی مربوط است به اساس تشکیلات بیولوژیکی انسان. از نقطه نظر بیولوژیکی، انسان یک ارگانیسم زنده است یعنی مجموعه

<sup>1</sup>- Existential quality of life

<sup>2</sup>- Objective quality of life

ای از سلول‌ها که به واسطه‌ی گستردگی، اطلاعات را مبادله کرده و پتانسیل عمیق بیولوژیکی را برای ساختن بشر فراهم می‌کنند.

- درک پتانسیل زندگی: انسان از ذخیره بالقوه خود برای فعالیت‌های سازنده، ارتباطات اجتماعی خوب، شغل و ایجاد خانواده و زندگی کامل استفاده می‌کند.

- برآوردن نیازها: مفهوم برآوردن نیازها نسبت به جنبه‌های قلبی، دارای سطح انتزاعی کمتری است ضمن این که سطحی تر بوده و در معنی وسیع تر و کلی تری استفاده می‌شود. نیازها به طور سنتی به رضایت از زندگی مربوط می‌شوند به این صورت که وقتی نیازهای انسان برآورده شد رضایت از زندگی وی افزایش می‌یابد. نیازها یک حالت از طبیعت ما انسان‌ها هستند، یعنی چیزی که همه انسان‌ها به طور مشترک دارا هستند.

- عوامل عینی: جنبه‌های عینی رضایت از زندگی مربوط به عوامل خارجی بوده و تشخیص آن‌ها راحت می‌باشد این عوامل مشتمل بر درآمد، وضعیت مادی، وضع سلامتی، و تعداد تماس‌های روزانه با دیگران می‌شود. همه این نظریه‌ها جنبه‌هایی از زندگی هستند که می‌توانند بر روی خط پیوستار ذهنی تا عینی قرار بگیرند. بهزیستی و عوامل عینی سطحی ترین جنبه‌ها هستند زیرا با توانایی‌های سطحی ما برای سازش با فرهنگ مان ارتباط دارند. رضایت از زندگی و برآوردن نیازها با یک جنبه عمیق تر در ارتباط اند. شادی و فهم پتانسیل زندگی عمیق ترین جای وجود ما و طبیعت اشخاص را احاطه می‌کنند. معناداری زندگی و نظم و هماهنگی در سیستم اطلاعات بیولوژیکی با درونی ترین جنبه‌های بشر ارتباط دارند. ما همچنین نیاز به فرض یک هسته انتزاعی میان معناداری زندگی و نظم و هماهنگی در سیستم اطلاعات بیولوژیکی هستیم که غیر قابل بیان و غیر قابل سنجش می‌باشند به طوری که در این هسته، جنبه‌های عینی و ذهنی با هم یکی می‌شوند. شکل شماره 2-1 بیانگر این تئوری است (ونتگوت، مریک و اندرسون، 2003).





شکل شماره 2-1 نظریه کیفیت زندگی (ونتگوت و همکاران، 2003)

#### سوابق تحقیق:

کانترویکس و همکاران (1994) در تحقیقی با عنوان هوش معنوی بیان کردند که 58 درصد از آمریکایی‌ها به دنبال رشد معنوی هستند. واژه معنویت را پیدمونت به عنوان هسته درونی خود معرفی می‌کند که می‌تواند آرامش را به خصوص در شرایط استرس‌زا به انسان هدیه کرده و او را به یک نیروی برتر در این جهان هستی متصل کند (به نقل از: مددی، 1392).

همچنین نوزاد به بررسی رابطه هوش معنوی با شیوه‌های مقابله مذهبی دانشجویان پرداخت. براساس نتایج به دست آمده آشکار شد که بین هوش معنوی و مقابله مذهبی و یکی از شیوه‌های آن یعنی توکل رابطه مثبت وجود دارد، بدین معنا که دانشجویان با هوش معنوی بالا در هنگام مواجهه با حوادث ناگوار زندگی از مقابله مذهبی خصوصاً توکل به خدا بیشتر استفاده می‌کنند. به عبارت دیگر، این افراد برای مقابله با حوادث ناگوار زندگی به خدا توکل می‌کنند و در عین حال در جهت رفع و کاهش استرس تلاش می‌کنند. (nourzad ، 2011)

رقیب و همکاران (1387) در پژوهشی به بررسی میزان هوش معنوی دانشجویان دانشگاه اصفهان و ارتباط آن با متغیرهای جمعیت شناختی پرداخته است. جامعه آماری مورد مطالعه شامل کلیه دانشجویان دانشگاه اصفهان در سال 87-88 بود که وی 97 نفر را با روش نمونه‌گیری

خوشه ای انتخاب و مورد مطالعه قرار داد. در آن پژوهش که با استفاده از مقیاس سنجش هوش معنوی کینگ انجام شد، یافته‌ها نشانگر هوش معنوی به نسبت بالا در دانشجویان دانشگاه اصفهان بود. از بین ویژگی‌های جمعیت شناختی، ارتباط معنی داری بین متغیرهای جنسیت، مقطع تحصیلی، دانشکده و سن، با میزان هوش معنوی به دست نیامد و تنها رابطه‌ی بین وضعیت تأهل با میزان هوش معنوی معنی دار بود. به عبارتی، میزان هوش معنوی دانشجویان متأهل به طور معنی داری بیش از دانشجویان مجرد بود.

کرک و همکاران<sup>۱</sup> (2008) تحقیقی با عنوان « تفاوت های جنسیتی در رضایت از زندگی در میان زنان ومردان » نشان دادند که مردان نسبت به زنان سطح بالاتری از رضایتمندی را نشان می‌دهند. فابریکاتور و همکاران<sup>۲</sup> (2000)، در پژوهش خود دریافتند که معنویت بر رضایتمندی کلی زندگی تأثیر می‌گذارد و معنویت شخصی به طور موثقی، رضایت مندی بیشتر از زندگی را پیش بینی می‌کند و همچنین به عنوان یک مکانیسم سازگاری ارزیابی میشود که به افراد کمک می‌کند نسبت به کسانی که سطح پایین تری از معنویت را دارا هستند، بهتر و آسان تر عوامل تنش زا را کنترل کنند. ایلسون<sup>۳</sup> (1991) در تحقیق خود نتیجه گرفت بین باورهای مذهبی قوی و رضایت زندگی افراد رابطه مثبتی وجود دارد.

### روش:

از آنجا که این پژوهش قصد دارد رابطه بین دو متغیر (هوش معنوی و رضایت از زندگی) را به طور همزمان مورد مطالعه قرار دهد جزء تحقیقات توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد.

روش گردآوری اطلاعات:

روش گرد آوری اطلاعات میدانی است که از طریق اجرای پرسشنامه به دست می‌آید.

جامعه آماری:

جامعه آماری عبارت است از کلیه دانشجویان متأهل رشته‌های علوم انسانی دانشگاه آزاد قوچان که در سال تحصیلی 92-93 مشغول به تحصیل می‌باشند. و حجم جامعه مورد نظر 1000 نفر می‌باشد.

روش نمونه گیری و حجم نمونه:

نمونه این پژوهش با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس صورت گرفت به این ترتیب که برای به دست آوردن نمونه مورد نظر به مدت دو هفته، در روزهای زوج هفته از صبح تا ظهر با حضور در ساختمان علوم انسانی، از بین دانشجویان متأهلی که در ساختمان علوم انسانی حضور

<sup>1</sup>-Kirk, S. A., & Gallageher, J. J., & Anastasiwo, N. J

<sup>2</sup>-Fabricatore, A; Handle, P & Fenzel, M

<sup>3</sup>-Ellison, C.W.

داشتند به اندازه حجم نمونه تعدادی را انتخاب نمودم که حجم نمونه بر اساس جدول مورگان حدوداً 278 نفر بود.

ابزار گردآوری اطلاعات:

جهت گردآوری اطلاعات از 2 نوع پرسشنامه استفاده شد:

1- پرسشنامه هوش معنوی جامع آمرام و درایر (2007)

2- پرسشنامه رضایت از زندگی

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات:

با توجه به فرضیات مطرح شده، روشهای آماری که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفته

عبارت است از: آمار توصیفی و آمار استنباطی.

در بخش آمار توصیفی از شاخصهای توصیفی مانند: فراوانی، درصد، میانه، میانگین و ..

استفاده شده است و بخش آمار استنباطی شامل آزمون زیر می باشد: ضریب همبستگی پیرسون.

### یافته‌ها:

جدول 1: نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی فرض نرمال بودن توزیع متغیرها

متغیر	تعداد	Z کالموگروف-اسمیرنوف	سطح معناداری
هوش معنوی	278	0/75	0/6
رضایت از زندگی	278	1/3	0/19

با توجه به اینکه سطح معناداری آزمون کالموگروف - اسمیرنوف در تمامی متغیرهای بیشتر از 0/05

می باشد لذا با 95 درصد اطمینان می توان گفت توزیع نمرات متغیرهای مورد بررسی نرمال می باشد

فرضیه اصلی:

جدول 2: بین هوش معنوی و رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد.

رضایت از زندگی		متغیرها
سطح معناداری	ضریب همبستگی	هوش معنوی
0/01	0/18	

همانگونه که در جدول 2 مشاهده می‌شود ضریب همبستگی بین هوش معنوی و رضایت از زندگی 0/18 می‌باشد که معنادار می‌باشد ( $p=0/01 < 0/05$ ) بنابراین فرضیه اصلی تحقیق تایید می‌شود.

### بحث و نتیجه گیری:

این پژوهش با هدف بررسی رابطه هوش معنوی و رضایت از زندگی انجام شد. فرضیه اصلی که در این تحقیق مورد بررسی قرار گرفت عبارت است از:

1- بین هوش معنوی و رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد.

همچنین مشخص شد که بین هوش معنوی و رضایتمندی زندگی رابطه معناداری وجود دارد. این نتایج با اکثر تحقیقات ایرانی و خارجی همخوان است از جمله کیامرثی و ابوالقاسمی، (1388)، میرشمسی (1387)، نادری و همکاران (1388) دهقان (1391)، حمیدی و همکاران (1390)، کشاورز و همکاران (1388) هاردین (1997) الکنیزو کوندیش (2004)، آکلیر کازرین (2009) فابریکاتور و همکاران (2000)، ساندرا و هوگواوی (2003)، بازگیر (1382)، یرفی (1382)، مک فادن (1995)، وایلد و همکاران (1997)، روث، به نقل از ثناگویی و همکاران (1390)، الیسون (1991)، هنینگز گارد (2008) کندا و همکاران (2006).

تبیین نتایج تحقیق:

در تبیین نتایج تحقیق می‌توان به این نکته اشاره کرد که با توجه به دیدگاه‌های مربوط به مکتب انسان گرایی، انسان سالم انسانی است که در زمان حال زندگی می‌کند از نیازهای خود آگاهی دارد. مزو یکی از برجسته‌ترین روان شناسان انسان گرا، معنویت را از مهمترین عناصر نگرش انسان گرایانه می‌داند و بیان می‌کند: آدمی به چهار چوبی از ارزشهای فلسفه ای ناظر به حیات، دین یا به دلیلی برای دین نیازمند است. او همچنین بر آن است که روانشناسان انسان گرا احتمالاً کسی را که به این مسائل دینی اهمیت نمی‌دهد باید بیمار یا ناپه‌نچار وجودی تلقی کنند. (عبدالله زاده و دیگران، 1388).

1- طبق نظر دانا زوهر یک انسان معنوی دارای ویژگی‌هایی است که عبارتند از:

2- خود آگاهی: یعنی اینکه شما واقعاً بدانید که هستید و می‌دانید که با کل جهان مرتبط

هستید.

3- ایده آل بودن: آنچه طبیعت انسان نشان می‌دهد این است که بشر طبعاً می‌خواهد خدمت

کند و این ایده تعیین کننده انسانیت اوست.

4- ظرفیت رو به رو شدن با سختی‌ها و مشکلات: اقرار کردن به اشتباهات و قدرت مقابله با

دردها و سختی‌ها را دارد.

5- کمی نگر بودن: قدرت دید ارتباط بین اشیاء، بسط دادن و علاقه مند بودن به همه چیز را دارد.

6- تحسین کردن، تنوع در جهان و پیشرفت کردن: وقتی من به سوی تو نگاه می‌کنم و آن تفاوتی که در تو وجود دارد را می‌بینم، می‌گویم خدایا متشکرم یعنی خدا را به خاطر تنوع در جهان شکرگذاری می‌کند.

7- عرصه آزادی و جرات: توانایی ایستادگی در برابر جمع و هم رای نشدن با عامه مردم را دارد.

8- گرایش به پرسیدن چرا: سوالات نامحدودند و با پرسیدن است که واقعیت به وجود می‌آید و معلوم می‌شود.

9- توانایی بیان کردن چیزی: قرار دادن چیزها در متن یا زمینه بزرگتر

10- ناگهانی: این عمل از روی خیال نیست. ... این کلمه از ریشه‌هایی شبیه لاتین می‌آید، مانند واکنش<sup>1</sup> و مسئولیت<sup>2</sup>، این قضیه مربوط به ترس نیست بلکه متناسب با واکنش نسبت به جهان است، تعاملی که فرد با جهان هستی دارد.

همچنین طبق نظر لیجفیلد انسان دارای هوش معنوی بالا دارای ویژگیهای زیر می‌باشد:

- قدرت مقابله با سختی‌ها، دردها و شکست‌ها
  - بالا بودن خود آگاهی در این افراد
  - حسی که این افراد را هدایت درونی می‌کند
  - درس گرفتن از تجربیات و شکست‌ها
  - از دشواری‌های زندگی فرصتی می‌سازد برای دانستن
  - توانایی ایستادگی در برابر جمع و هم رای نشدن با عامه مردم
  - گفتن « چرا ؟ »
  - پرداختن به سجایای اخلاقی و اهمیت دادن به آنها
  - توانمندی بودن در خودداری و کنترل خویش
  - برخوردار بودن از حس انعطاف پذیری بالا ( عبدالله زاده، 1388 ).
- بنابراین به نظر می‌رسد که انسانهایی که از هوش معنوی بالاتری برخوردارند بالطبع دارای چنین ویژگیهایی می‌باشند می‌توانند خود را برای داشتن رضایت از زندگی آماده کنند.

<sup>1</sup> - Pspouse

<sup>2</sup> - Responsibility

## منابع فارسی:

- ابراهیمی کوه بنانی، شهین، پاییز 1390، رابطه هوش هیجانی و هوش معنوی با رضایت از زندگی در دانش آموزان تیز هوش دختر دبیرستانی شهر بیرجند، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قاینات.
- اسلامی، منصوره، 1384، ارتباط کیفیت زندگی با راهبردهای مقابله با استرس در بیماران قلبی و عروقی، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی عمومی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهراء، تهران.
- خزایی، حسین، بهار و تابستان 1389، هوش معنوی و بهداشت روانی، نشریه: پژوهش‌های علم ودین، سال اول، شماره اول.
- رقیب، مائده السادات، احمدی، جعفر، سیادت، علی، 1387، تحلیل میزان هوش معنوی دانشجویان دانشگاه اصفهان و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیت شناختی پژوهش نامه مطالعات روان شناسی تربیتی، 5 (8): 39-56.
- سهراب پور، امیر علی، 1380، تأثیر پابندی مذهبی و معنویت بر سلامت، 76، ص 1225 - 35.
- سهرابی، فرامرز، 1385، در آمدی بر هوش معنوی، فصلنامه معنا، ویژه نامه روانشناسی دین، شماره 2.
- عبدالله زاده، حسن، باقر پور، معصومه، لطفی، محدثه، و بوژمهرانی، سمانه، 1388، هوش معنوی (مفاهیم، سنجش و کاربردهای آن)، تهران، چاپ اول، نشر روان سنجی.
- عبدالله زاده، حسن، 1386، ساخت مقیاس هوش معنوی در دانشجویان دانشگاه پیام نور.
- عبدالله زاده، حسن، 1388، ساخت و هنجار یابی پرسشنامه هوش معنوی، تهران، نشر روان سنجی.
- عابدی، فرشته، سرخی، زهرا، 1387، درآمدی بر هوش معنوی، فصلنامه معنا، ویژه نامه روانشناسی دین.
- غنا، سامیه، مهستی جویباری، لیلا، شریف نیا، سید حمید، حکمت افشار، میترا، ثناگو، اکرم، چهره گشا، مریم، زمستان 1391، بررسی همبستگی هوش معنوی با برخی از عوامل جمعیت شناسی و آموزشی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان، مدیریت ارتقای سلامت، دوره 2، شماره 1، ص 17 - 23.
- غباری بناب، باقر، سلیمی، محمد، سلیمانی، لیلا و نوری مقدم، ثنا، پاییز 1386، هوش معنوی، فصلنامه علمی - پژوهشی اندیشه نوین دینی، سال سوم، شماره دهم، 147 - 125.

- مظفری، شهباز، هادیان فرد، حبیب، 1383، روانشناسی شخصیت، احساس شادمانی ذهنی، فصلنامه تازه‌های روان درمانی، شماره 31 و 87: 101-32.
- کشمیری، مهدیه، عرب احمدی، فاطمه، 1386، هوش معنوی، گزارش درس سمینار در مسائل روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور مرکز بهشهر.
- مددی، فرشته، بهار 1392، بررسی رابطه بین هوش معنوی و هوش فرهنگی با سلامت روان مشاوران مدارس شهر قوچان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره مدرسه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان.
- نور بخش، وحید رضا، ازدواج و رضایت از زندگی، نشریه: حدیث زندگی، شماره 41.
- واتی، بهاره، 1389، هوش معنوی، هوش یکپارچه کننده، مقاله پژوهشی برگرفته از اینترنت.
- Diener, E. E., Sun, M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Ellison, C.W.(1991). Toward an integrative measure of health and well being. *Journal of Psychology and Theology*, 19, 35 – 48.
- Ferrell ,B,R,Hassey,D,Grant.m(1995). Measure ment of the quality life in cancer sur-vivurs. *Quality of life Research*, 4, 523-531.
- Fabricatore, A; Handle, P & Fenzel, M.(2000). Personal spirituality as a moderatorbetween stressors and subjective well – being. *Journal of Psycholog andTheology*, 28(3): 221-228.
- Kirk, S. A., & Gallageher, J. J., & Anastasiwo, N. J. (2008), Genderdifferences in marital and life satisfaction among Chinese malaysians, *springerscience*, doi10.1007, pp: 33 - 43.
- Nourzad , f , Ghobari. B , Relationship spiritual intelligence with religious coping in students of Tabriz University [Dissertation] , 2011 [persian].
- Ventegodt, S., Merrick, J., & Anderson, N. J (2003), "Qol I. the I QOL theory: an integrative theory of the global quality of life concept", *The scientific world journal*, Vol. 3, pp: 1030- 1040.



پروشکاه علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی