

دانشگاه فرهنگیان
دوفصلنامه علمی
نظریه و عمل در تربیت معلمان
سال هشتم، شماره سیزدهم، بهار و تابستان ۱۴۰۱

اثربخشی آموزش‌های روانی - تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویش‌داری در دانش‌آموزان

سمیه رشیدی لمراسکی^۱
معصومه باقرپور^۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش‌های روانی - تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویش‌داری در دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلگاه صورت گرفت. روش انجام پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با گروه گواه و آزمایش است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلگاه به تعداد ۱۵۲۱ نفر در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۴۰۰ هستند. با توجه به معیارهای ورود به مطالعه که شامل دانش‌آموزان دختر، همگن بودن جامعه آماری و تمایل به شرکت در پژوهش و جلب رضایت والدین جهت مشارکت در پژوهش، دانش‌آموزان مورد مطالعه به صورت نمونه‌گیری در دسترس به دو گروه ۲۵ نفر (۲۵ نفر گروه گواه و ۲۵ نفر گروه کنترل) به عنوان نمونه تقسیم شدند. یک گروه آزمایش که دوره آموزشی روانی - تربیتی با

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۱۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۰/۳۰

۱. کارشناسی ارشد گروه علوم تربیتی، واحد بندرگز، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرگز، ایران
arshadd2000@gmail.com

۲. استادیار گروه علوم تربیتی، واحد بندرگز، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرگز، ایران (نویسنده مسؤول)
ma_bagherpur@yahoo.com

رویکرد معنوی در آنها اجرا شد و گروه گواه که این آموزش در آنها اجرا نشد. ابزار گردآوری داده‌ها نیز شامل پرسشنامه‌های استاندارد خویشتن‌داری نیک‌منش (۱۳۸۶) و هویت ملی ابوالحسنی (۱۳۸۷) بود. ابزار مداخله نیز شامل ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای اثربخشی آموزش‌های روانی- تربیتی بارویکرد معنوی براساس الگوی پیری و همکاران (۱۳۹۶) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق آزمون کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS ۲۴ صورت گرفت. یافته‌ها نشان داد آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی، زبانی، اجتماعی، سیاسی، سرزمینی و دینی) دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری داشت و همچنین رویکرد توانست بر مؤلفه‌های خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غی معنایی، پشتکارداشتن، خودمحو بودن، تابع امیال آنی بودن و عصبانیت) در دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلوگاه تأثیر معناداری داشته باشد.

کلید واژه‌ها: آموزش‌های روانی- تربیتی، رویکرد معنوی، هویت ملی، خویشتن‌داری.

مقدمه

رویکرد معنوی همراه با آموزش‌های روانی- تربیتی افزون بر ایجاد انسجام و یکپارچگی در ابعاد زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی بر بعد معنوی افراد نیز تأکید دارد. خصلت روانی- تربیتی بودن رویکرد معنوی از این حیث است که معنویت به معنای ناپیده گرفتن خواسته‌های بشری یا سرکوب آنها نیست، بلکه آنها را براساس هدف خلقت و فطرت انسانی، اعتدال و جهت می‌بخشد. معنویت هرگز به خلسه و آرامش تخدیری که به معنای فرار از حقیقت و روی‌گردانی از واقعیت است بسنده نمی‌کند، معنویت بدون انکار واقعیت درد و رنج، با ارتقای بینش افراد و بازکردن پنجره‌های جدید بر افق ذهن افراد و تبیین حکمت اجزای مختلف زندگی، تحمل دردها و رنج‌های زندگی را که بخشی از واقعیتند برای فرد آسان می‌کند (پیری و همکاران، ۱۳۹۶: ۲).

دوره نوجوانی چالش‌برانگیزترین دوره رشد هر انسان است که با تحولات فراوانی در زمینه‌های زیست‌شناختی، روان‌شناختی و اجتماعی همراه است. در این دوره فرد به بلوغ می‌رسد و در پی کشف هویت خود است. هریک از این تغییرات می‌تواند یک

عامل بحران‌زا برای نوجوان محسوب گردد (کوهان-ینگ؛ ری، هسیو، ییهسین، کانهو و چانگ^۱، ۲۰۱۹: ۳). مسلّم است که در فرایند دشوار و پرکشمکش انتقال از کودکی به بزرگسالی، نوجوان از یکسو با سرعت بی‌سابقه‌ای بلوغ جسمی و جنسی را می‌گذراند و از سوی دیگر، خانواده، فرهنگ و جامعه از او می‌خواهند که مستقل باشد، روابط جدیدی را با همسالان و بزرگسالان برقرار کند و آمادگی‌ها و مهارت‌های لازم را برای زندگی شغلی و اجتماعی به دست آورد. نوجوان باید علاوه بر پذیرش و سازگاری با این تغییر و تحولات، هویت منسجمی نیز برای خود کسب کند و به سؤالات دشوار و قدیمی من کیستم؟ جای من در هستی کجاست؟ از زندگی خود چه می‌خواهم؟ پاسخ مشخص و اختصاصی بدهد (قارم، ۱۴۰۰: ۳). بر همین اساس میزان برخورداری نوجوانان از هویت ملی در این دوران مسئله‌ای اساسی تلقی می‌شود. در این میان باید گفت معنویت بخش مهمی از هویت شخص است و با در اختیار قراردادن چارچوب و مبانی ارزشی به فرد کمک می‌کند به زندگی خود معنا و مفهوم ببخشد. نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه نشان می‌دهد نوجوانان در کسب هویت خود، می‌توانند محتوای مذهب را به‌شکل عمیق و معنادار پردازش کرده، مطابقت محتوای مذهب را با معیارهای شخصی خود منتقدانه بررسی می‌کنند؛ از طرفی نیز بسیاری از نوجوانان محتوای مذهب را به‌صورت سطحی تعبیر می‌کنند؛ زیرا احتمالاً این گروه توانایی پایینی در نظم‌دهی هیجانی دارند و از پرسش‌های شخصی و دشوار درباره مذهب پرهیز می‌کنند (میرهاشمی و حسین شرفی، ۱۳۹۵: ۷۷).

بنابه دلایل متعدد تاریخی، معنویت جزء ذاتی هویت ایران و ایرانیان بوده و معنویت و آثار تربیتی و روانی آن در فرهنگ ایرانی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است و امکان تفکیک آن از سایر عناصر هویت ایرانی وجود ندارد (قادرزاده، ۱۳۹۳: ۸۲). بر همین اساس ارتباط معنویت و هویت ملی، رابطه‌ای تعاملی و دوسویه است؛ همان‌گونه که محیط اجتماعی و فرهنگی بر دین تأثیر می‌گذارد، دین و معنویت نیز بر محیط اجتماعی و فرهنگی تأثیر دارد و معنویت به‌عنوان عاملی نیرومند در تعیین پدیده‌های اجتماعی و فرهنگی است که به نهادها شکل می‌دهد، بر ارزش‌ها تأثیر می‌گذارد و روابط را زیر نفوذ خود می‌گیرد (بابایی فرد و همکاران، ۱۳۹۸: ۷).

آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی می‌تواند بر خویشتن‌داری^۱ دانش‌آموزان تأثیر داشته باشد. رادرفورد و داوشین^۲ معتقدند خویشتن‌داری یعنی در انتخاب رفتارها یا اعمال خود، به‌جای توجه به انگیزه‌های آنی، ابتدا به نتایج آنها توجه شود و بعد براساس آنها عمل شود. بنابراین بسیاری از انحرافات اخلاقی و اجتماعی که در جامعه به وجود می‌آید ناشی از ضعف خویشتن‌داری در افراد جامعه است (نصرتی و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۶). در قرآن کریم نیز خویشتن‌داری به تقوا تعبیر شده است؛ به‌گونه‌ای که کرامت خداوند براساس آن سنجیده می‌شود و یکی از مهم‌ترین ثمرات خویشتن‌داری تقواست و عواقب عدم خویشتن‌داری را متوجه خود فرد می‌داند (شاکری بزرگر بفرولی و محمدی، ۱۳۹۸: ۴۰). این فضیلت اخلاقی به دانش‌آموزان کمک می‌کند که از بحران‌های اخلاقی و فشارهای محیط خارجی در طول دوران زندگی عبور کنند (جلائی و همکاران، ۱۳۹۸: ۶۲).

پژوهشگران برای توضیح مفهوم خویشتن‌داری، گاهی به جنبه‌های کاهشی و گاهی جنبه‌های افزایشی این مفهوم توجه کرده‌اند. گاتفردسون و هیرشی^۳ جنبه‌های کاهشی را بررسی کرده و معتقدند تکانشی بودن، پاسخ سریع به محرک‌های تقویت‌کننده محیطی، ترجیح انجام وظایف ساده، خودمحور بودن و بی‌تفاوتی نسبت به رنج دیگران از جمله ویژگی‌های افرادی است که خویشتن‌داری کمتری دارند؛ اما نداشتن این ویژگی‌ها فقط ما را از زیر صفر به صفر می‌رساند. افراد دارای خویشتن‌داری افزایشی نیز دارای اعتمادبه‌نفس و اراده قوی هستند، خود را فردی آزاد و مسلط بر خویش می‌شناسند، آستانه تحمل بالایی دارند. برخورداری از اراده قوی، داشتن نظم در زندگی، توانایی تسلط بر خواهش‌ها و تمایلات درونی و توانایی تسلط بر خود در مواجهه با ناهمواری‌ها از مؤلفه‌های این مفهوم است که تنها از طریق خودآگاهی حاصل می‌شود (نصرتی و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۶).

در زمینه تأثیرگذاری آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر خویشتن‌داری باید گفت آموزش‌های روانی تربیتی حاصل از رویکردهای معنوی تأثیر بازدارنده‌ای بر

-
1. Self-control
 2. Ruderford and Dauscheng
 3. katfridson and hershey

اعمال غیرخویشتن‌دارانه افراد دارد؛ در واقع معنویت با هدف‌دار کردن زندگی انسان را از باری‌به‌هرجهت‌بودن و لاپابالی‌گری و اقدام به رفتارهای غیرخویشتن‌دارانه بازمی‌دارد. یعنی شناختن جایگاه خود در نزد خداوند و لزوم رعایت اصول زندگی می‌تواند تأثیر بسزایی در ارتقای سطح خویشتن‌داری در فرد داشته باشد. زیرا نوجوانانی که خودشان را معنوی‌تر می‌دانند، در برابر نوجوانانی که ارتباطی با خداوند و معنویت حاصل از آن ندارند، خویشتن‌داری کمتری داشته و مرتکب رفتارهای پرخطر متعددی می‌گردند (عابدینی و سهرابی، ۱۳۹۴: ۹۱).

در نهایت اینکه آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویشتن‌داری در دانش‌آموزان از این حیث مسئله‌ای اساسی تلقی می‌شود که انسان به‌طور ذاتی هم استعداد پیروی از غرایز و لذت‌ها را دارد و هم تمایل دارد به اخلاقیات عالی برسد و گاهی میان این جنبه‌های مجزا و متفاوت شخصیت تعارض و کشمکش پیش می‌آید و نیازهای جسمانی و اشتیاقات مادی، گاهی به‌صورت ناخودآگاه و آگاه در نزاع با تمایلات معنوی قرار می‌گیرد و در این مسیر هرکدام انسان را به سمت خود می‌کشاند و مجموعه این عوامل بنابر نظریه روانکاوی موجب می‌شود دستگاه روانی و تربیتی فرد از حالت تعادل خارج شود و فرد دچار بیماری‌های جسمی- روحی متعدد گردد (ساعتچی و همکاران، ۱۳۹۸: ۱۱). به‌روز نبودن و به‌هنگام نبودن یافته‌های معنوی و ناگزیری زورمندانه نوجوانان بر انجام خواسته‌های خود می‌تواند تأثیرات منفی برجای بگذارد و از طرفی نیز عقاید معنوی قوی‌تر می‌توانند آثار تربیتی و روانی شگرفی در شخصیت نوجوانان از خود بجای بگذارند (تاتاری و همکاران، ۱۳۹۴: ۴-۵).

در ایران مطالعات زیادی در حوزه‌های مختلف هویت ملی و خویشتن‌داری انجام شده که رویکردهای مختلفی داشته‌اند و گاه به نتایج مشابه یا متناقض منتهی شده‌است. میرزاپور و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی کتابخانه‌ای به بررسی کارکرد آموزش و پرورش در نهادینه‌سازی هویت ملی دانش‌آموزان در ابعاد سیاسی- جغرافیایی و دینی پرداختند. این پژوهش نشان‌دهنده کارکرد بالای آموزش و پرورش در نهادینه‌سازی هویت ملی دانش‌آموزان در ابعاد مورد مطالعه بود. نتایج دو مؤلفه در بعد سیاسی- جغرافیایی و نیز دو مؤلفه در بعد دینی هویت ملی را معرفی کردند که به‌ترتیب عبارت‌اند از: «سرزمین» و «نظام حاکم» در بعد سیاسی- جغرافیایی و نیز «باورها» و «رفتار» در بعد دینی.

مؤیدفر و شاهوران (۱۴۰۰) در پژوهشی به بررسی رابطه هویت ملی و دینی در بین نمونه جامعه زرتشتیان ایران پرداختند. یافته‌ها نشان داد بین هویت ملی و دینی رابطه مستقیم و مثبت و معناداری وجود داشت. نصرتی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی به اثربخشی آموزش خو نظارتی با رویکرد مراقبه اسلامی بر خویشتن‌داری دانشجویان دختر دانشگاه تهران پرداختند. یافته‌ها نشان داد آموزش خو نظارتی با رویکرد مراقبه اسلامی بر خویشتن‌داری دانشجویان دختر تأثیر مثبت و معناداری داشت. بابایی فرد و همکاران (۱۳۹۸) فراتحلیل مطالعات دینداری و هویت ملی در ایران انجام دادند. یافته‌ها نشان داد دینداری به‌عنوان متغیر مستقل بر هویت ملی به‌عنوان متغیر وابسته تأثیر متوسطی دارد؛ هرچند این میزان بین نوجوانان بیشتر از جوانان است. نیازی، متولیان و نوری (۱۳۹۸) در پژوهشی به بررسی ارتباط پای‌بندی نماز با هویت ملی دانشجویان دانشگاه کاشان پرداختند. یافته‌ها نشان داد بین پای‌بندی به نماز با هویت ملی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. شاکری و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشی به اثربخشی آموزش اخلاق خویشتن‌داری بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول آموزش و پرورش شهر یزد پرداختند. یافته‌ها نشان داد که دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ نمرات همه ابعاد پرخاشگری (فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت) دارای تفاوت معنی‌داری بودند و آموزش اخلاق خویشتن‌داری بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان تأثیرگذار بوده است. جلائی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشی به بررسی تأثیر بازی مبتنی بر هوش اخلاقی بر خویشتن‌داری دانش‌آموزان با استعداد دبستانی منطقه ۳ تهران پرداختند؛ با این نتیجه که بازی مبتنی بر هوش اخلاقی بر خویشتن‌داری دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری داشت. آبخولزر و همکاران (۲۰۲۱) پژوهشی کتابخانه‌ای با عنوان مشخصات هویت ملی در کشورهای اتحادیه اروپا انجام دادند. یافته‌های مطالعه ایشان نشان داد حمایت دولت از شهروندان خود از مهم‌ترین عوامل تحقق هویت ملی در این کشورها است. پنت و سیرواستاوا^۱ (۲۰۱۹) در پژوهشی به بررسی اثربخشی رویکردهای معنوی برافزایش سرزندگی تحصیلی در میان دانش‌آموزان سوئدی پرداختند. یافته‌ها نشان داد رویکردهای معنوی و پروراندن آن با افزایش

سرزندگی تحصیلی در میان دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری دارد. میدی، کاسموس و سینیک^۱ (۲۰۱۹) در پژوهشی به بررسی اثربخشی رویکردهای معنوی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان کانی بونگان در جنوب شرقی آسیا پرداختند. یافته‌ها نشان داد دانش‌آموزانی که از راهکارها و ارزش‌های معنوی بهره می‌گیرند، پیشرفت تحصیلی مطلوبی را نیز تجربه می‌کنند. خان^۲ (۲۰۱۸) اثربخشی آموزش هوش معنوی مبتنی بر آموزه‌های معنوی بر مدیریت خود در امریکا پرداخته‌است که حاصل آن بوده آموزه‌های معنوی بر توسعه و مدیریت خود تأثیر مثبت و معناداری دارد. یانگ، زوهو، چن و زو^۳ (۲۰۱۸) در پژوهشی به بررسی اثربخشی خویش‌داری بر افسردگی دانشجویان ژاپنی پرداختند. یافته‌ها نشان داد آموزش خویش‌داری زمینه‌ساز کاهش افسردگی در دانشجویان است. جالیک و روزوجکیک^۴ (۲۰۱۷) در پژوهشی به بررسی رابطه عضویت در گروه‌های اجتماعی و میزان خویش‌داری در دانش‌آموزان ترکی پرداختند. دانش‌آموزان عضو گروه‌های اجتماعی خویش‌داری بیشتری نسبت به دانش‌آموزان تنها، دارا هستند. بنابراین با توجه به گستردگی و پراکندگی زمانی و مکانی مطالعات در این حوزه، لزوم انجام فراتحلیلی منسجم برای نیل به تصویری جامع‌تر و شناخت نقایص و کاستی‌های این حوزه و ارائه چشم‌انداز یکپارچه از یافته‌های علمی در این باره مسئله‌ای اساسی به نظر می‌رسد. با این مقدمات، تحقیق حاضر در پی پاسخگویی به این سؤال است که آیا آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویش‌داری در دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش پژوهش، شبه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلوگاه به تعداد ۱۵۲۱ نفر در سال تحصیلی ۱۳۹۹

1. Midi, Cosmos, Sinik
2. Khan
3. Yang, Zhao Chen, , Zhao
4. , Ruojúcc

۴۰۰ هستند. با توجه به معیارهای ورود به مطالعه که شامل: دانش‌آموزان دختر، همگن بودن جامعه آماری و تمایل به شرکت در پژوهش و جلب رضایت والدین برای مشارکت در پژوهش، دانش‌آموزان مورد مطالعه به صورت نمونه‌گیری در دسترس به دو گروه ۲۵ نفر (۲۵ نفر گروه گواه و ۲۵ نفر گروه کنترل) به عنوان نمونه تقسیم شدند. یک گروه آزمایش که دوره آموزشی روانی- تربیتی با رویکرد معنوی در آنها اجرا خواهد شد و گروه گواه که این آموزش در آنها اجرا نشد.

ابزار اندازه‌گیری

الف) پرسشنامه خویشتن‌داری: برای سنجش خویشتن‌داری از پرسشنامه گاتفردسون و هیرشی که نیک‌منش (۱۳۸۶) در ایران اعتباریابی‌اش کرده، استفاده شد. این پرسشنامه ۲۴ سؤال بسته-پاسخ با طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت از خیلی زیاد با نمره ۵ تا خیلی کم با نمره ۱ هست. پرسشنامه مذکور خویشتن‌داری را در شش مؤلفه خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار داشتن، خودمحور بودن، تابع امیال آنی بودن و عصبانیت می‌سنجد. اعتبار پرسشنامه با استفاده از روش همبستگی درونی آلفای کرونباخ ۷۹ درصد است. در ایران، این پرسشنامه را نیک‌منش اعتباریابی کرده و با ۸۲ درصد روایی استاندارد شده آن با فرهنگ ایران بومی‌سازی شده و به تأیید متخصصان و استادان این زمینه رسیده است.

ب) پرسشنامه هویت ملی: پرسشنامه هویت ملی ابوالحسنی (۱۳۸۷) برای سنجش هویت ملی است که دارای ۴۶ سؤال پنج‌گزینه‌ای است. طریقه نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای است که گزینه‌های آن از خیلی کم = ۱ تا خیلی زیاد = ۵ رتبه‌بندی شده است؛ به طوری که نمره ۱ نشان‌دهنده کمترین میزان هویت ملی و نمره ۵ بازگوکننده بیشترین میزان هویت ملی است. این آزمون مشتمل بر شش خرده‌مقیاس: فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی و دینی هست که هر کدام از این ابعاد با تعدادی سؤال مشخص شده‌اند. مجموع نمراتی که آزمودنی از مؤلفه‌های مورد بررسی است و نشان‌دهنده میزان هویت ملی آزمودنی‌هاست. روایی پرسشنامه را متخصصان و اساتید مربوطه تأیید کرده‌اند و پایایی آن را ابوالحسنی (۱۳۸۷) از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰.۸۵ /. گزارش کرد.

ج) ابزار مداخله: شامل آموزش ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای اثربخشی آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی براساس الگوی پیری و همکاران (۱۳۹۶) است.
جدول ۱ محتوی آموزشی

| جلسات | موضوعات مورد بحث | تکلیف جلسه |
|-------|---|--|
| ۱ | معارفه- معرفی برنامه آموزشی- اهداف و انتظارات مرتبط با دوره آموزشی و آموزش توکل به خدا؛ بیان تاریخچه مختصری از معنویت‌گرایی و تأثیر آن و آگاهی از ارزش‌ها، تمرکز و توجه بر قدرت مطلق هستی، آگاهی از داشته‌ها و نعمت‌هایی که پروردگار در اختیار فرد قرار داده است. | به همراه آوردن احادیث مرتبط با چگونگی تأثیرگذاری آیات قرآنی و روایات و احادیث بر توکل به خدا |
| ۲ | خودآگاهی معنوی: معنویت- تعریف مفاهیم و ویژگی‌های انسان معنوی- بحث درباره دین - رابطه معنویت، خودآگاهی و سلامت- اهمیت معنویت در خودآگاهی- نیاز به معنویت و کارکرد آن در زندگی | ذکر نمونه‌هایی از تجربیات زندگی در زمینه توکل به خدا و خودآگاهی |
| ۳ | استفاده از تمثیل، آیات و روایت‌های قرآنی با مضمون توکل به خدا و اینکه دانش آموز خود را جای قهرمان داستان تصور کند و بگوید در چنین شرایطی چه احساسی دارد- راه‌های حل مسئله را یادداشت کند- بحث درباره راه‌حل‌های آن. | از دانش‌آموزان خواسته می‌شود که ویژگی‌های معنوی خود و تأثیرات آن در زندگی‌شان را بنویسند. |
| ۴ | مهارت بخشایشگری و توبه: تعاریف- مراحل عفو، بحث درباره مفاهیم متعدد از بخشش و گذشت، مرحله تصمیم‌گیری برای بخشیدن مرحله اقدام به بخشیدن، نتیجه بخشیدن و ذکر آیات و روایات مرتبط با این مفهوم بحث درباره مراحل قبل از بخشش و خود بخشش | نوشتن مطلبی در مورد بخشایشگری و نمونه‌هایی از بخشایشگری که آنان انجام می‌دهند. |
| ۵ | تعریف ذکر- مراقبه و ذکر- انواع ذکر- روش ذکر گفتن- مکان و زمان ذکر- مراتب ذکر- شرایط ذکر- آثار ذکر خدا- موانع ذکر | بیان چندین ذکر و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن بر جنبه‌های مختلف زندگی |
| ۶ | صله رحم- آثار- آثار قطع و عوامل صله رحم- مصادیق و شیوه‌ها- مرز صله رحم- الویت‌بندی در صله رحم- موارد آن- آثار روانی و تربیتی آن | بیان داستانی در خصوص صله رحم و بیان نکات تربیتی آن |
| ۷ | صدقه و کمک مالی- ارزش صدقه- زمان صدقه- آداب صدقه- آثار صدقه. | ذکر نمونه‌هایی از صدقه دادن و تأثیرات آن بر وضعیت روانی و احساس رضایت فردی |

| | |
|--|---|
| <p>۸</p> <p>ایمان و توکل بر خدا: صبر و بردباری - بررسی آثار آن- ارکان آن- زمینه و شرایط آن- فواید آن- نتایج آن از منظر قرآن- آثار تربیتی و روانی آن</p> | <p>ترسیم نموداری در خصوص فواید توکل و بیان نمونه‌های واقعی از صبر و بردباری</p> |
| <p>۹</p> <p>انجام عبادات و اعمال معنوی: نماز و دعا- فلسفه و آثار آن (دنیوی- معنوی) انجام عبادات - اهمیت آن- آثار تربیتی - آثار آن بر روح و روان انسان</p> | <p>بیان فواید نماز و تغیر و تحولات روانی حاصل از آن</p> |
| <p>۱۰</p> <p>آموزش تکنیک‌های هوش معنوی: آموزش معنا، پرداختن به پرسش و پاسخ در رابطه با معنای هستی، رسیدن به سؤال اصلی معنا «که چی؟» پخش فیلم دربارهٔ مبحث معنا در زندگی، پرداختن به پرسش و پاسخ.</p> | <p>معنای هستی چیست و چه زمانی احساس بی‌معنایی می‌کنید.</p> |
| <p>۱۱</p> <p>اختتامیه و جمع‌بندی جلسات ارائه شواهد و معیارهایی که با ارزش‌ترین و معتبرترین نقاط قوت آنان قابل اتکاست، تمرکز بر اصول روانی- تربیتی با رویکرد معنوی براساس آیات قرآن در مورد توانایی‌های انسان جمع‌بندی مضامین مؤلفه‌های رویکردهای معنوی (خودآگاهی، توکل، ذکر، بخشش و حل مسئله، هوش معنوی). اجرای پس‌آزمون و سپاس‌گزاری از اعضا.</p> | |

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش در بخش آمار توصیفی از جداول فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد و همچنین در آمار استنباطی پس از اطمینان از وضعیت نرمال بودن داده‌ها با آزمون کولموگروف اسمرینوف، برای رد یا اثبات فرضیه‌های تحقیق از آزمون کوواریانس با کمک نرم‌افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

در این بخش هریک از ویژگی‌های فردی آزمودنی و همچنین متغیرهای هویت ملی و خویشنداری در دانش‌آموزان دختر پایهٔ هشتم شهر گلوگاه بین گروه گواه و آزمایش با استفاده از روش‌های آماری توصیفی (مانند جداول یک‌بعدی و توافقی توزیع فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد) توصیف و بررسی شده‌است.

آیا آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی در دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۱: نتایج آزمون باکس برای بررسی مفروضه همگنی ماتریس پراکنندگی (ماتریس واریانس - کوواریانس)

| شاخص آماری | آماره باکس | آماره F | درجه آزادی ۱ | درجه آزادی ۲ | سطح معناداری |
|------------|------------|---------|--------------|--------------|--------------|
| گروه‌ها | ۱۱۵/۷۴ | ۲/۷۶ | ۲۱ | ۸۴۷۴/۱۰ | ۰/۰۵۴ |

باتوجه به مقدار $(F(21, 8474/10) = 2/76, p = .054)$ ، آزمون همگنی ماتریس‌های پراکنندگی معنادار نیست.

جدول ۲: خلاصه اطلاعات تحلیل کوواریانس مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی؛ دینی) در گروه‌های آزمایش و کنترل برای آزمون اثر متقابل

| منبع تغییرات | مقدار آماره آزمون | مقدار F | درجه آزادی خطا | درجه آزادی فرض | سطح معنی‌داری | اثر گروه |
|--------------------|-------------------|---------|----------------|----------------|---------------|----------|
| اثر پیلای | ۰/۸۲۱ | ۲۸/۳۰ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| لامبدا-ویلکز | ۰/۱۷ | ۲۸/۳۰ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| اثر هوتلینگ | ۴/۵۹ | ۲۸/۳۰ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| بزرگ‌ترین ریشه روی | ۴/۵۹ | ۲۸/۳۰ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |

باتوجه به داده‌های جدول بالا و مقدار آزمون لامبدا-ویلکز $(F(6, 37) = 0/17, p = .000)$ نتیجه می‌گیریم که فرضیه مشابه بودن میانگین‌های دو گروه براساس متغیرهای وابسته مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی و دینی) رد می‌شود و تحلیل کوواریانس چندمتغیری به‌طور کلی معنادار است.

جدول ۳: خلاصه تحلیل کوواریانس چندمتغیری مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی و دینی) در گروه‌های آزمایش و کنترل

| منبع | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | سطح معنی‌داری | اندازه اثر | توان آماری |
|---------|---------------|------------|-----------------|-------|---------------|------------|------------|
| فرهنگی | پیش‌آزمون | ۱ | ۰/۰۸۷ | ۰/۰۹۶ | ۰/۷۵ | ۰/۰۶۱ | ۰/۱۲ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۲۷/۷۵ | ۳۰/۷۸ | ۰/۰۰۰ | ۰/۴۲ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۳۷/۸۶ | ۰/۹۰ | | | |
| زبانی | پیش‌آزمون | ۱ | ۱/۲۰ | ۱/۱۲ | ۰/۲۹ | ۰/۰۰۲ | ۰/۱۷ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۲۷/۵۱ | ۲۵/۷۱ | ۰/۰۰۰ | ۰/۳۸ | ۰/۹۹ |
| | خطا | ۴۲ | ۴۴/۹۲ | ۱/۰۷ | | | |
| اجتماعی | پیش‌آزمون | ۱ | ۰/۱۶ | ۰/۱۶ | ۰/۸۰ | ۰/۰۵ | ۰/۲۱ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۲۴۴/۵۱ | ۹۵/۵۹ | ۰/۰۰۰ | ۰/۶۹ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۱۰۷/۴۲ | ۱/۰۷ | | | |
| سیاسی | پیش‌آزمون | ۱ | ۳/۵۷ | ۳/۵۷ | ۰/۰۸ | ۰/۰۶ | ۰/۴۰ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۴۹/۵۲ | ۴۳/۱۲ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۰ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۴۸/۲۲ | ۱/۱۴ | | | |
| سرزمینی | پیش‌آزمون | ۱ | ۱/۱۹ | ۱/۱۹ | ۰/۲۵ | ۰/۰۳۱ | ۰/۲۰ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۷۴۹ | ۹/۷۴ | ۰/۰۰۲ | ۰/۲۰ | ۰/۸۸ |
| | خطا | ۴۲ | ۳۸/۶ | ۰/۹۲ | | | |
| دینی | پیش‌آزمون | ۱ | ۰/۰۴۱ | ۰/۰۴۱ | ۰/۹۰ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۰۵۲ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۳۷/۸۲ | ۳۴/۰۳ | ۰/۰۰۰ | ۰/۴۴ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۴۶/۶۷ | ۰/۱۱ | | | |

همان‌گونه که در جدول بالا نشان داده شده است، با کنترل پیش‌آزمون، میانگین مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی و دینی) گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون، در سطح خطای ۰/۰۵ تفاوت معنی‌داری دارد. بنابراین فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. به بیانی دیگر آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر مؤلفه‌های هویت ملی (فرهنگی؛ زبانی؛ اجتماعی؛ سیاسی؛ سرزمینی و دینی) دانش‌آموزان تأثیر دارد.

فرضیه فرعی دوم: آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر مؤلفه‌های خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار داشتن، تعدیل خودمحور بودن، متابع امیال آنین بودن و کنترل عصبانیت) در دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلوگاه تأثیر دارد.

جدول ۴ نتایج آزمون باکس برای بررسی مفروضه همگنی ماتریس پراکنندگی (ماتریس واریانس - کوواریانس)

| شاخص آماری | آماره باکس | آماره F | درجه آزادی ۱ | درجه آزادی ۲ | سطح معناداری |
|------------|------------|---------|--------------|--------------|--------------|
| گروه‌ها | ۱۱۵/۷۴ | ۲/۷۶ | ۲۱ | ۸۴۷۴/۱۰ | ۰/۰۵۴ |

باتوجه به مقدار $(p = .054, F = 2/76, (21, 8474/10))$ ، آزمون همگنی ماتریس‌های پراکنندگی معنادار نیست.

جدول ۵: خلاصه اطلاعات تحلیل کوواریانس مؤلفه‌های خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار داشتن، خودمحوربودن، تابع امیال آنی بودن و عصبانیت) در گروه‌های آزمایش و کنترل برای آزمون اثر متقابل

| منبع تغییرات | مقدار آماره آزمون | مقدار F | درجه آزادی خطا | درجه آزادی فرض | سطح معنی‌داری | اثر گروه |
|--------------------|-------------------|---------|----------------|----------------|---------------|----------|
| اثر پیلای | ۰/۸۹۳ | ۵۱/۶۶ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| لامبدا-ویلکز | ۰/۰۷ | ۵۱/۶۶ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| اثر هوتلینگ | ۸/۳۷ | ۵۱/۶۶ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |
| بزرگ‌ترین ریشه روی | ۸/۳۷ | ۵۱/۶۶ | ۶ | ۳۷ | ۰/۰۰۰ | |

باتوجه به داده‌های جدول ۵ و مقدار آزمون لامبدا-ویلکز $(p = .000, \lambda = .07)$ نتیجه می‌گیریم که فرضیه مشابه بودن میانگین‌های دو گروه براساس متغیرهای وابسته خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار داشتن، تعدیل خودمحور بودن، تابع امیال آنی بودن و کنترل عصبانیت) رد می‌شود و تحلیل کوواریانس چندمتغیری به‌طور کلی معنادار است.

جدول ۶: خلاصه تحلیل کوواریانس چند متغیری مؤلفه‌های خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیر معنایی، پشتکار داشتن، خودمحور بودن، تابع امیال آنی بودن و عصبانیت) در گروه‌های آزمایش و کنترل

| منبع | مجموع مجزورات | درجه آزادی | میانگین مجزورات | F | سطح معنی‌داری | اندازه اثر | توان آماری |
|---------------------------|---------------|------------|-----------------|--------|---------------|------------|------------|
| خطرپذیری | پیش‌آزمون | ۱ | ۵/۰۰۵ | ۲/۷۵ | ۰/۱۰ | ۰/۰۶ | ۰/۳۶ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۸۳/۱۵ | ۷۶۴۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۲ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۱/۸۱ | | | | |
| واکنش معنایی و غیر معنایی | پیش‌آزمون | ۱ | ۲/۵۵ | ۱/۴۷ | ۰/۰۵۳ | ۰/۰۹ | ۰/۵۳ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۳۰/۸۶ | ۵۲/۷۷ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۵ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۰/۵۸ | | | | |
| پشتکار داشتن | پیش‌آزمون | ۱ | ۳/۴ | ۳/۴ | ۰/۵۳ | ۰/۰۱۳ | ۰/۱۱ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۴۱/۲۴ | ۵۹/۴۲ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۸ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۲۹/۱۵ | ۰/۶۹ | | | |
| خودمحور بودن | پیش‌آزمون | ۱ | ۰/۱۲ | ۰/۱۲ | ۰/۱۸ | ۰/۰۰۴ | ۰/۰۷ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۱۵۱/۸۹ | ۱۵۶/۸۹ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۰ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۱۴۸/۴۶ | ۳/۵۳ | | | |
| تابع امیال آنی بودن | پیش‌آزمون | ۱ | ۵/۶۸ | ۲/۵۵ | ۰/۱۱ | ۰/۴۸ | ۰/۳۴ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۱۳۷/۰۱ | ۶۱/۶۲ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۹ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۹۳/۴۰ | ۲/۲۲ | | | |
| عصبانیت | پیش‌آزمون | ۱ | ۵/۵۷ | ۱/۷۹ | ۰/۱۸ | ۰/۰۴ | ۰/۲۵ |
| | گروه‌ها | ۱ | ۱۱۳/۷۵ | ۱۱۳/۷۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۴۶ | ۱ |
| | خطا | ۴۲ | ۱۳۰/۲۶ | ۳/۱۰ | | | |

همان‌گونه که در جدول بالا نشان داده شده است، با کنترل پیش‌آزمون، میانگین مؤلفه‌های خویشتن‌داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیر معنایی، پشتکار داشتن، خودمحور بودن، تابع امیال آنی بودن و عصبانیت) گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون، در سطح خطای ۰/۰۵ تفاوت معنی‌داری دارد. بنابراین فرضیه دوم پژوهش تأیید می‌شود. به بیانی دیگر آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر مؤلفه‌های

خویشتن داری (خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار داشتن، تعدیل خودمحور بودن، تابع امیال آنی نبودن و کنترل عصبانیت) دانش آموزان تأثیر دارد. همچنین اندازه اثر برابر ۰/۵۲ حاکی از این است که ۵۲ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر خطرپذیری را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. یعنی ۵۲ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر خطرپذیری گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است. همچنین اندازه اثر برابر ۰/۵۵ حاکی از این است که ۵۵ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر واکنش معنایی و غیرمعنایی را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. یعنی ۵۵ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر واکنش معنایی و غیرمعنایی گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است. اندازه اثر برابر ۰/۵۸ حاکی از این است که ۵۸ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر پشتکار داشتن را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. یعنی ۵۸ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر پشتکار داشتن گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است. اندازه اثر برابر ۰/۵۰ حاکی از این است که ۵۰ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر خودمحور بودن را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. به دیگر سخن، ۵۰ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر خودمحور بودن گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است. اندازه اثر برابر ۰/۵۹ حاکی از این است که ۵۹ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر تابع امیال آنی بودن را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. یعنی ۵۹ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر تابع امیال آنی بودن گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است. اندازه اثر برابر ۰/۴۶ حاکی از این است که ۴۶ درصد از بهبود نمرات گروه آزمایش در متغیر عصبانیت را می توان به تأثیر آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی نسبت داد. یعنی ۴۶ درصد تفاوت در نمرات پس آزمون متغیر عصبانیت گروه آزمایش و کنترل مربوط به آموزش های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی است.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف اثربخشی آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویش‌داری در دانش‌آموزان اجرا شد. براساس یافته‌ها فرضیه اول و دوم تأیید شده‌است و نتایج کوواریانس نشان داد که آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی بر هویت ملی و خویش‌داری دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلگاه بسیار اثرگذار بوده‌است. این تحقیق با نتایج پژوهش‌های یانگ، زوهو، چن و زو (۲۰۱۸)، جالیک و روزوجکیک (۲۰۱۷)، مؤیدفر و شاهوران (۱۴۰۰)، نیازی، متولیان و نوری (۱۳۹۸)، شاکری و همکاران (۱۳۹۸) همسو و مشابه است. هویت ملی از منظر جامعه‌شناسی به مثابه نوعی احساس تعهد و تعلق عاطفی نسبت به مجموعه‌ای از مشترکات ملی جامعه است که موجب وحدت و انسجام می‌شود و دارای ابعاد مختلف خرده‌فرهنگ ملی، دینی، جامعه‌ای و انسانی است و ویژگی اصلی آن انعطاف‌پذیری اجزای آن و بومی بودن ابعاد تشکیل‌دهنده آن است (رزازی‌فر، ۱۳۷۹). هویت در اثر تعاملات افراد با یکدیگر شکل می‌گیرد و برآیند دو ویژگی شباهت و تمایز با دیگران است؛ لذا همه هویت‌های انسانی، ناشی از اجتماع هستند. از این رو ساختار هویت سیال، انعطاف‌پذیر، متغیر و چندگانه است و از طریق تعاملات انسانی به وجود می‌آید. بین ابعاد هویتی، بی‌شک عام‌ترین سطح آن (هویت ملی) جایگاه ویژه‌ای دارد و استحکام و استقرار آن می‌تواند افراد را در برابر تغییرات سریع جهان امروز تا حد زیادی حفظ کند. هویت ملی علاوه بر ایجاد همبستگی میان افراد جامعه، مسیر و هدف جمعی آنان را نیز مشخص می‌کند. دولت‌ها با تکیه بر هویت ملی، نظام ارزشی مطلوب خود را از طریق آموزش، تبلیغات و سایر ابزارهای جامعه‌پذیری به افراد جامعه القا می‌کنند. در این میان هویت ملی متغیری محوری در تعریف ارزش‌ها و هنجارهای جمعی افراد یک جامعه است (رستگار و ربانی، ۱۳۹۲: ۲). از طرفی نظام تعلیم و تربیت در هر جامعه‌ای وظایف عدیده‌ای دارد که یکی از آنها تلاش در جهت تحقق و تقویت هویت ملی است. تحقق بخشیدن به چنین هویتی، موجب می‌شود که دانش‌آموزان متناسب و هماهنگ با هنجارهای حاکم بر جامعه تربیت شوند؛ لازمه این امر پذیرفتن اهداف مدنظر جامعه از سوی یکایک اعضای آن است و این امر زمانی محقق می‌شود که انسجام اجتماعی در جامعه مشهود باشد و علاوه بر آن، همگونی

اجتماعی بر اعمال و رفتار آحاد جامعه حاکم باشد (رهبری و همکاران، ۱۳۹۴: ۴۶). بنابراین میزان برخورداری نوجوانان از هویت ملی براساس آموزه‌های تربیتی و روانی حاصل از رویکرد معنوی در دوران نوجوانی مسئله‌ای اساسی تلقی می‌شود؛ زیرا معنویت بخش مهمی از هویت شخص است و با در اختیار قرار دادن چارچوب و مبانی ارزشی به فرد کمک می‌کند به زندگی خود معنا و مفهوم بخشد. نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه نشان می‌دهد نوجوانان در کسب هویت خود، می‌توانند محتوای مذهب را به شکل عمیق و معنادار پردازش کرده و مطابقت محتوای مذهب را با معیارهای شخصی خود منتقدانه بررسی کنند؛ از طرفی نیز بسیاری از نوجوانان محتوای را به صورت سطحی تعبیر می‌کنند؛ زیرا احتمالاً این گروه توانایی پایینی در نظم دهی هیجانی دارند و از پرسش‌های شخصی و دشوار درباره مذهب پرهیز می‌کنند (میرهاشمی و حسین شرفی، ۱۳۹۵: ۷۷). درنهایت اینکه بنابه دلایل متعدد تاریخی، معنویت جزء ذاتی هویت ایران و ایرانیان بوده و آثار تربیتی و روانی آن در فرهنگ ایرانی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است و امکان تفکیک آن از سایر عناصر هویت ایرانی وجود ندارد (قادرزاده، ۱۳۹۳: ۸۲) بر همین اساس ارتباط معنویت و هویت ملی، رابطه‌ای تعاملی و دوسویه است؛ همان‌گونه که محیط اجتماعی و فرهنگی بر دین تأثیر می‌گذارد، دین و معنویت نیز بر محیط اجتماعی و فرهنگی تأثیر دارد و معنویت به عنوان عاملی نیرومند در تعیین پدیده‌های اجتماعی و فرهنگی است، که به نهادها شکل می‌دهد، بر ارزش‌ها تأثیر می‌گذارد و روابط را زیر نفوذ خود می‌گیرد (بابایی فرد و همکاران، ۱۳۹۸: ۷).

آموزش معنوی در همه جهان و در کشور ما یکی از ارکان اساسی حیات اجتماعی محسوب می‌شود. دین مهم‌ترین عامل همبستگی اجتماعی ملی در ایران (تاجیک، ۱۳۸۴: ۲۹) و جهان بوده است. برخورداری از دین و تعالیم مذهبی مشترک، پای بندی و وفاداری به آن، اعتقاد و تمایل به مناسک و آیین‌های مذهبی فراگیر، در فرایند شکل دهی به هویت ملی بسیار مؤثر است (مقیمی و امینی، ۱۳۹۱). دورکیم در کتاب *صور ابتدایی حیات دینی*، «دین» را نظامی یگانه از اعتقادات و اعمال مربوط به امور مقدس جدا از امور غیرمقدس و ممنوع تعریف می‌کند. این اعتقادات و اعمال کسانی را که به آنها باور دارند در مجتمعی اخلاقی به نام کلیسا (سازمان دینی) و مسجد متحد

می‌کنند (دورکیم، ۱۳۹۳: ۶۳). دورکیم نتیجه می‌گیرد که «نیروی دینی» فقط احساسی است که به وسیله گروه به اعضای گروه القا می‌شود، اما ناآگاهانه طرح‌ریزی شده و عینیت یافته است. فرد دیندار با درجات یا از جهات متفاوت می‌کوشد خود را با یک منبع فیض که از نظر وی در دین متبلور است، هم‌ذات گرداند و بر این اساس میزان و جهت هم‌ذات‌انگاری فرد با دین وی، دینداری را روشن می‌سازد.

برایکاهش پرخاشگری دانش‌آموزان باید اخلاق خویشتن‌داری را به آنان آموزش داد. یکی از شرایطی که برای ایجاد و حفظ رابطه اجتماعی رضایت‌بخش لازم است، توانایی تنظیم و کنترل رفتار فرد به طریقی است که نیازها و احساسات دیگران را در نظر بگیرد و همچنین با معیارهای جامعه و فرهنگ فرد سازگار باشد. اخلاق خویشتن‌داری برای موفقیت در بسیاری از ابعاد زندگی مهم است. افراد با خویشتن‌داری قوی، سازش‌یافتگی بهتری دارند، روابط بین‌فردی بهتری دارند و همچنین عملکرد بهتری در تکالیف مرتبط با پیشرفت تحصیلی دارند. آموزش‌های روانی- تربیتی با رویکرد معنوی دارای ابعاد اعتقادی، اخلاقی و عبادی است. اعتقادات پایه‌های عمل هر فرد را تشکیل می‌دهد. اخلاق و عبادات در واقع نتیجه اعتقادی است که همراه با شناخت و ایمان باشد. بنابراین پرداختن معلم و کتب درسی به ابعاد تربیت دینی، ضروری است. شیوه اثرگذاری دانش‌آموزان بر یکدیگر نیز با درگیرکردن ابعاد انسان یعنی تأثیر بر شناخت‌ها و احساسات فرد است که در نتیجه آن رفتار فرد متناسب با ارزش‌های القاشده تغییر می‌کند. رویکرد معنوی همراه با آموزش‌های روانی- تربیتی افزون بر ایجاد انسجام و یکپارچگی در ابعاد زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی بر بعد معنوی افراد نیز تأکید دارد. خصلت روانی- تربیتی بودن رویکرد معنوی از این حیث است که معنویت به معنای نایده گرفتن خواسته‌های بشری یا سرکوب آنها نیست؛ بلکه آنها را براساس هدف خلقت و فطرت انسانی، اعتدال و جهت می‌بخشد. معنویت هرگز به خلسه و آرامش‌تخدیری که به معنای فرار از حقیقت و روی‌گردانی از واقعیت است بسنده نمی‌کند. معنویت بدون انکار واقعیت درد و رنج، با ارتقای بینش افراد و بازکردن پنجره‌های جدید بر افق ذهن افراد و تبیین حکمت اجزای مختلف زندگی، تحمل دردها و رنج‌های زندگی را که بخشی از واقعیت‌اند، برای فرد آسان می‌کند (پیری، خسروی و ملالهی، ۱۳۹۶: ۲). بنابراین وقتی فردی از آثار روانی- تربیتی با

رویکرد معنوی برخوردار باشد، می‌توانند خطرپذیری، واکنش معنایی و غیرمعنایی، پشتکار بیشتر، خودمحوری کمتر و همچنین کمتر از دیگران تابع امیال آنی بودن و دچار عصبانیت می‌شوند، لذا خویشتن‌داری مستحکم‌تری را تجربه می‌کنند. در واقع آموزش‌های روانی تربیتی حاصل از رویکردهای معنوی می‌تواند تأثیر بازدارنده‌ای بر اعمال غیر خویشتن‌دارانه افراد داشته باشد؛ زیرا معنویت با هدف‌داری زندگی انسان را از باری‌به‌هرجهت‌بودن و لابلالی‌گری و اقدام به رفتارهای غیرخویشتن‌دارانه بازمی‌دارد؛ به عبارتی شناختن جایگاه خود در نزد خداوند و لزوم رعایت اصول زندگی، تأثیر بسزایی در ارتقای سطح خویشتن‌داری در فرد دارد. در واقع نوجوانانی که خودشان را معنوی‌تر می‌دانند در برابر نوجوانانی که ارتباطی با خداوند و معنویت حاصل از آن ندارند، خویشتن‌داری کمتری داشته و مرتکب رفتارهای پرخطر متعددی می‌گردند (عابدینی و سهرابی، ۱۳۹۴: ۹۱). بنابراین بدون توجه به آثار تربیتی و روانی حاصل از رویکردهای معنوی تحقق خویشتن‌داری امکان‌پذیر نخواهد بود و انسان معنایی برای زندگی خود و سختی‌های آن ندارد. بدون معنویت، احساس امنیت معنایی ندارد و همین‌طور آرامش و پذیرش سختی‌های زندگی. معنویت به زندگی امنیت، آرامش، معنا و جهت می‌دهد. هنگامی که معنویت در افراد ضعیف شود، یا چارچوب معنایی و نظام ارزشی و اعتقادی وی دچار مشکل شود، علائم و حالت‌های روانی و تربیتی منفی در او مشاهده می‌شود (بوالهروی: ۱۳۹۲: ۱۱۳).

معلم می‌تواند برای افزایش شناخت دانش‌آموزان از آموزه‌های دین نقش‌های الگویی و آموزشی داشته باشند. این آموزش در صورتی کارساز خواهد بود که در همه زمینه‌های شناختی، احساسی و عملی انجام گیرد. ویژگی‌های معلم مانند تربیت دینی، اخلاق نیک، مطابقت گفتار و کردار، محبوبیت و مقبولیت او در نفوذ او در دانش‌آموزان تأثیر مثبت دارد. علاوه بر الگو بودن و آموزش دادن در صورتی که معلم اصول تربیت را به کار گیرد، می‌توان گفت وظیفه خود را به‌عنوان یک مربی انجام داده‌است. محبت به دانش‌آموز دین را برای او زیبا می‌کند و علاقه و انگیزه‌اش را بیشتر. زمینه‌سازی و شروع تدریجی، راه را برای دانش‌آموز هموارتر می‌کند. رعایت اعتدال در تمامی مراحل تربیت پیشرفت تربیتی را مداوم و آسان خواهد کرد. حفظ حریت و آزادی دانش‌آموز، موجب می‌شود تا معلم شناخت بیشتر از او به دست آورد

و دانش‌آموز نیز حس اجبار و اکراه در انجام امور نداشته باشد و در سایهٔ عقل خویش استعدادهايش را شکوفا کند. گرامی داشت شخصیت دانش‌آموز، عزت‌نفس را به دنبال خواهد داشت و عزت‌نفس او را از لغزش‌ها و وسوسه‌های افراد نااهل بازمی‌دارد. نظارت و مراقبت مستمر از دانش‌آموز باید در تمام مراحل وجود داشته باشد تا تلاش‌های معلم و دانش‌آموز به نتیجه برسد. هویت ملی ایران از زبان فارسی، آموزه‌های اسلامی، حوادث تاریخی، ادبیات فارسی و عناصری از مدرنیته و تجدد سامان گرفته و اینک به‌گونه‌ای درآمده که در آن اسلام، زبان و ادبیات فارسی، نوروز، فرهنگ و تمدن پیش از اسلام؛ یعنی تمدن ایران و بخشی از عناصر مثبت مدرن وجود دارد. به نظر می‌رسد نظام آموزشی در ایران از پشتیبانی عناصر موجود در هویت ملی این کشور برخوردار است. در ایران به‌رغم برخورداری از گذشتهٔ غنی و تاریخ پر بار، نظام آموزشی تأثیر اندکی در هویت بخشیدن به دانش‌آموزان داشته‌است؛ به‌نحوی که اکثر دانش‌آموزان ایرانی تلقی نادرست و تصویر مبهمی از تاریخ خوددارند. از این رو، درحالی که کتاب از جمله مهم‌ترین وسایل برای انتقال مفاهیم و افزایش درجات آگاهی فرهنگی و رشد اجتماعی است، کتاب‌های درسی مدارس ایران تلاش اندکی در راستای تقویت هویت ملی کرده‌اند.

همکاری و هماهنگی تمام معلمان و به‌کارگیری اصول تربیت ضروری است. هماهنگی و هم‌عقیده بودن همهٔ معلمان ضمن تأیید حق بودن دین اسلام موجب یادآوری و تکرار آموزه‌ها نیز می‌شود. در صورتی که معلمان در جهت تربیت دینی دانش‌آموزان با یکدیگر هماهنگ نباشند یا اصول تربیت را به‌درستی به‌کار نگیرند، موجب تنفر دانش‌آموز از دین می‌شود. کتب درسی نیز مانند یک معلم هستند. ارائهٔ الگوها، استفاده از مطالب متنوع و نظرات شخصیت‌ها و مباحثی که دانش‌آموزان بیشتر به آن علاقه دارند، به شرطی که در جهت تربیت دینی باشد، کارساز و مفید خواهد بود. در کتب درسی تربیت اعتقادی، اخلاقی و عبادی باید باتوجه به ابعاد وجودی انسان صورت بگیرد تا به تربیت دینی منجر شود. تعارض در ارزش‌های کتب درسی، غفلت همهٔ کتب از آموزه‌های دینی، متناسب نبودن متون با علایق دانش‌آموزان، به‌کارنگرفتن ابعاد و اصول تربیت و غفلت از ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری دانش‌آموزان، موجب آسیب به تربیت دینی دانش‌آموزان خواهد شد.

پیشنهادها

خودنظارتی یکی از انواع راهبردهای خودمدیریتی هست؛ شیوه‌ای است که در آن دانش‌آموزان بر عملکردشان دربارهٔ یک رفتار مشخص یا دسته‌ای از رفتارها نظارت و آنها را ثبت می‌کنند. وقتی دانش‌آموزان فعالیت‌های خودشان را ثبت می‌کنند، در موقعیت بهتری برای ارزیابی اهدافشان قرار می‌گیرند، احتمالاً هدف‌های جدید را انتخاب می‌کنند و رفتارشان را تغییر می‌دهند و این راهبرد به‌نوعی دانش‌آموزان دختر پایهٔ هشتم شهر گلوگاه را از حالت منفعل بودن خارج کرده و زمینه‌های لازم را برای تلاش و فعالیت برای بهبود پیشرفت در آنان فراهم می‌کند.

در این راستا توجه به فرهنگ، سابقهٔ تاریخی، هویت ملی و مذهبی و ارزش‌های اسلامی باید به‌عنوان مؤلفه‌های لازم اولویت‌های نظام آموزشی موردتوجه قرار گیرد. در واقع نظام آموزشی باید به‌گونه‌ای باشد که تلقی یکسانی از هویت ملی بین دو دانش‌آموز یکی در تهران و دیگری در یکی از روستاهای دورافتادهٔ کشور به وجود آورد. به‌ویژه آنکه در فرهنگ اجتماعی و سیاسی ایران با دو سطح رفتار شهری و صنعتی از یک‌سو و رفتار عشیره‌ای، روستایی و سنتی از سوی دیگر مواجهیم. از این‌رو نوعی دوگانگی رفتاری و هویتی میان ایرانیان وجود دارد که باید به‌تدریج رفع شود. از سوی دیگر نظام آموزشی برای تقویت هویت ملی باید به‌صورت باشد که منویات کلان کشور در آن متجلی شود. به‌خصوص که جامعهٔ ایران از دو ویژگی ممتاز و بی‌بدیل برای جلوگیری از پیدایش بحران هویت برخوردار است. ویژگی اول به تاریخ غنی و پربرابر ایران ارتباط پیدا می‌کند؛ به‌نحوی که ایرانیان همواره افرادی مذهبی بوده‌اند و در حال حاضر نیز با گرایش به مذهب شیعه از تمایزی بی‌بدیل با سایر مسلمانان جهان برخوردارند. ویژگی دیگر، توجه به مؤلفه‌هایی مثل وطن‌دوستی، سرود ملی، زبان و خط رسمی است که هویت ما را از سایر کشورها مشخص می‌کند.

در این پژوهش خودنظارتی با استفاده از مراقبه با رویکرد اسلامی به دانش‌آموزان دختر پایهٔ هشتم شهر گلوگاه آموزش داده شد و نتیجهٔ آن در خویشتن‌داری ارزیابی شد. خویشتن‌دار به کسی گفته می‌شود که بتواند هیجان‌ها و امیال‌گذرا و به تأخیر انداختن بروز هیجان‌ها را مدیریت کند. خویشتن‌داری به معنای توانایی تسلط بر خود است. برخورداری از اراده قوی، داشتن نظم در زندگی، توانایی تسلط بر خواهش‌ها و

تمایلات درونی و توانایی تسلط بر خود در مواجهه با ناهمواری‌ها، مؤلفه‌های این مفهوم هستند. در نهایت با توجه به مطالعاتی که در گذشته در زمینه خودنظارتی و تأثیر مثبت آن بر زندگی فرد و همچنین مراقبه در افزایش خویشتن‌داری و مؤلفه‌های آن صورت گرفته و با توجه به یافته‌های مطالعه حاضر، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش خودنظارتی با رویکرد مراقبه اسلامی بر خویشتن‌داری دانش‌آموزان دختر پایه هشتم شهر گلوگاه مؤثر است.

- استفاده از دبیران مؤمن و آگاه به مبانی دینی؛
- برگزاری دوره‌های آموزش ضمن خدمت لراب افزایش معلومات معلمان در زمینه تربیت دینی؛
- برگزاری دوره‌های ضمن خدمت لراب آشنایی با اصول تربیت دینی دانش‌آموزان؛
- برگزاری جلسات انجمن اولیاء و مربیان و دعوت از مشاوران مجرب برای آموزش چگونگی تربیت دینی به خانواده‌ها؛
- نظارت بر اخلاق، رفتار و شیوه آموزش معلمان و برگزاری جلسات با آنان جهت یادآوری، تذکر و بررسی عملکرد آنان؛
- استفاده از نظرات دانش‌آموزان در تدوین کتب درسی؛
- توجه به ابعاد وجودی انسان و ارائه تربیت اعتقادی، اخلاقی و عبادی متناسب با این ابعاد در کتب دینی و غیر آن؛
- ارائه تمرین‌هایی که به افزایش قدرت تعقل و تفکر دانش‌آموز می‌انجامد.

منابع

- بوالهروی، جعفر و محسنی کبیر، معصومه (۱۳۹۸). مهارت‌های معنوی: کتاب ویژه مربیان. تهران: وزارت علوم تحقیقات و فناوری دفتر مشاوره و سلامت.
- تاتاری، محسن؛ شورورزی، بتول؛ حسینی، سیده نساء؛ فکری، پروانه و امامیان، علیرضا (۱۳۹۴). «نقش و جایگاه اسلام و تربیت دینی در سلامت و بهداشت روانی انسان». همایش اسلام و سلامت روان.

پیری، زهرا؛ خسروی، معصومه و ملاالهی، صادقعلی (۱۳۹۶). «بررسی اثربخشی آموزش‌های روانی تربیتی با رویکرد معنوی بر مهارت‌های سبک زندگی دینی در نوجوانان بزه‌کار». هشتمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی و علوم اجتماعی. تهران. قارم، فاطمه (۱۴۰۰). رابطه‌ی طرحواره ناسازگار و وابستگی به شبکه‌های مجازی با بحران هویت در نوجوانان. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد. رشته‌ی روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیکی.

جلائی، مائده؛ چراغ ملایی، لیلا و خدابخش پیرکلانی، روشنگر (۱۳۹۸). «تأثیر بازی مبتنی بر هوش اخلاقی بر وجدان، خویشتن‌داری و مسئولیت‌پذیری اجتماعی کودکان با استعداد دبستانی». فصلنامه‌ی روان‌شناسی تربیتی، ۱۵ (۵۴): ۸۹ - ۵۹. رستگار، یاسروربانی، علی (۱۳۹۲). «تحلیلی بر وضعیت هویت ملی و ابعاد شش‌گانه آن در بین شهروندان شهر اصفهان»، جامعه‌شناسی کاربردی، سال بیست و چهارم، (پیاپی ۵۰) (۲-۲): ۲۰ - ۱.

رهبری، مهدی؛ بلباسی، میثم و قربی، سیدمحمدجواد (۱۳۹۴). «هویت ملی در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش ج. ا. ایران». فصلنامه‌ی مطالعات علمی، ۱ (۶۱). ساعتچی، محمود؛ حق‌شناس، حسن؛ مرادی، علیرضا؛ دژکام، محمود و بهزاد محمود (۱۳۹۸). زمینه‌ی روان‌شناسی هیلگارد و اتکینسون. تهران: نشر. گپ. شاکری، محسن؛ برزگر بفروئی، کاظم و محمدی، علیرضا (۱۳۹۸). «اثربخشی آموزش اخلاق خویشتن‌داری بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان». اخلاق در علوم و فناوری، ۱۴ (۲): ۳۹-۴۷.

عابدینی، نصیر و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۴). «اثربخشی آموزش مؤلفه‌های هوش معنوی بر خویشتن‌داری جنسی دانشجویان پسر». فصلنامه‌ی اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱ (۱-۱): ۹۴-۸۱. مویدفر، سعیده و شاهوران، عباس (۱۴۰۰). «بررسی رابطه‌ی هویت ملی و دینی در بین جامعه‌ی زرتشتیان». نشریه‌ی مطالعات ملی، ۲ (۸۵): ۱۱۰-۹۱. میرهاشمی، مالک؛ حسین شرقی، عاطفه (۱۳۹۵). «ارتباط سبک‌های هویت و جهت‌گیری مذهبی با سلامت عمومی دانشجویان». پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۶ (۱-۱۰): ۹۰ - ۷۷.

میر صابری، مریم السادات (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش خودکنترلی برافزایش عزت نفس و کاهش پرخاشگری دانش آموزان دختر ناسنوا. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز.

نصرتی؛ فاطمه؛ جعفری اردی، ثریا و غباری بناب، باقر (۱۳۹۹). «اثربخشی آموزش خودنظارتی با رویکرد مراقبه اسلامی بر خویشتن داری دانشجویان دختر دانشگاه تهران». مجله پژوهش در دین و سلام، ۶(۲): ۳۶ - ۲۰.

Khan, S, Arshad, M. A. ,& Khan, K. (2018). self-development through soul management: context of islamic spiritual intelligence. Research Journal of Commerce Education and Management Sciences,1(1),1-12

Kuan-Ying H , Ray C. Hsiao, Yi-Hsin Y , Kun-Hua , and Cheng- Cheng. (2019). Relationship between Self-Identity Confusion and Internet Addiction among College Students: The Mediating Effects of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance. Int J Environ Res Public Health; 16(17): 3225

Midi, M. M. , Cosmos, G. , Sinik,S. (2019). The effects of spiritual intelligence on academic achievement and psychological well-being of youths in kanibungan village, pitas. Southeast Asia Psychology Journal,9,1-14 .

Pant, N. , & Srivastava, S. K. (2019). The Impact of Spiritual Intelligence, Gender and Educational Background on Mental Health among College Students. Journal of religion and health, 58(1), 87-108 .

Yang X. Zhao J, Chen Y, Zu S, Zhao J. (2018). Comprehensive self-control training benefits depressed college students: A six-month randomized controlled intervention trial. Journal of Affective Disorders; 226: 251-260.