

تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی دانشجویان
(مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد)

الهام بهپور

دانشجوی دکتری مدیریت رفتاری دانشگاه فردوسی مشهد

دکتر علی شیرازی*

دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد

حامد محمدی شهرودی

دانشجوی دکتری مدیریت رفتاری دانشگاه فردوسی مشهد

DOI: 10.22067/pmt.v9i1.54566

چکیده

معنویت، یکی از نیازهای درونی انسان‌ها بوده و متضمن تلاش آدمی برای معنا بخشیدن به زندگی و پاسخ به چراهای زندگی است. یکی از موضوعات قابل توجه در این حوزه، ترکیب سازه‌های معنویت و هوش، درون یک سازه جدید به نام هوش معنوی است. هوش معنوی شامل توانمندی‌های فردی در تعامل فرد با جهان هستی و موضوعات فراشناختی می‌باشد و امروزه از مهم‌ترین مباحثی است که در کلیه ابعاد سلامت روان انسان‌ها، به‌ویژه تقویت مثبت‌اندیشی مطرح شده و نقش پر رنگی در آن دارد. هدف این مطالعه، تعیین میزان تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد می‌باشد. لذا این مطالعه، یک مطالعه توصیفی-پیمایشی بوده و در آن از نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شده است. به این منظور، داده‌های مورد نیاز از طریق دو پرسشنامه استاندارد هوش معنوی (شامل درک و ارتباط با سرچشمه هستی و زندگی معنوی) و مثبت‌اندیشی جمع‌آوری گردید. یافته‌ها حاکی از این است که هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی مؤثر بوده و همچنین زندگی معنوی دانشجویان بر مثبت‌اندیشی آن‌ها تأثیرگذار است. همچنین مؤلفه درک و ارتباط با سرچشمه هستی پیش‌بینی‌کننده مثبت‌اندیشی نیست.

کلیدواژه‌ها: هوش معنوی، مثبت‌اندیشی، درک و ارتباط با سرچشمه هستی، زندگی معنوی.

a-shirazi@um.ac.ir

* نویسنده مسئول:

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۲/۲۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۲/۰۷

مقدمه

دانشجویان هر جامعه دسترنج معنوی و انسانی آن جامعه بوده و از سرنوشت سازان فردای کشور خویش به حساب می آیند. با پیشرفت صنعت و فناوری جدید و مشکلات مربوط به آن، اختلالات و بیماری های روانی همانند مشکلات جسمانی، افزایش چشم گیری یافته و از آنجایی که سلامت روان قشر دانشجو اهمیت فراوانی دارد، لازم است که مسائل روانی این قشر عظیم مورد رسیدگی قرار گیرد (Moallemi, Bakhshani & Raghibi, 2009). در این راستا، روان شناسان بهداشت در سال های اخیر اهمیت زیادی برای نقش های راهبردی مقابله ای افراد در چگونگی وضعیت سلامت جسمانی و روانی قائل شده اند. شیوه های مقابله، همان توانایی های شناختی و رفتاری هستند که فرد به منظور کنترل نیازهای رفاهی درونی و بیرونی فشارآور به کار می گیرد. یکی از شیوه هایی که اخیراً روند رو به گسترش پیدا کرده است، شیوه مقابله معنوی و مذهبی می باشد (Sadeghi, Bagherzadeh & Haghsheenas, 2009). ادغام رفتار اخلاقی، معنویت و ارزش های معنوی، انگیزه ها و همچنین تفکرات مثبت مربوط به معنویت برای فعالیت در فرهنگ سازمان های امروز، یکی از چالش های جدید است که نیاز به بینش جدید علمی دارد و تکنیک های مدیریت سنتی به وضوح برای این کار کافی نیست (Silingiene & Skeriene, 2015). در واقع، معنویت^۱ یکی از نیازهای درونی انسان بوده و برخی از صاحب نظران آن را متضمن بالاترین سطوح زمینه های رشد شناختی اخلاقی و تلاش آدمی برای معنا بخشیدن به زندگی و پاسخ به چراهای زندگی می دانند. همین امر، باعث شده است که سازمان بهداشت جهانی در تعریف ابعاد وجودی انسان، علاوه بر ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی به بعد معنوی نیز اشاره کند و بعد چهارم یعنی بعد معنوی را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح سازد (Mohebi, Rastgari, Jafari & Sepehrinia, 2011).

در این راستا، هوش معنوی^۲ یکی از مفاهیمی است که در پرتو توجه و علاقه روان شناسان به حوزه معنویت مطرح شده و توسعه پیدا کرده است. به طوری که هوش معنوی، سازه های معنویت و هوش را درون یک سازه جدید، ترکیب می کند (Mohebi et al., 2011). شایان ذکر است که هوش معنوی، لازمه سازگاری بهتر با محیط می باشد و افرادی که هوش معنوی بالاتری دارند، تحمل آنان در مقابل فشارهای زندگی بیشتر بوده و توانایی بالاتری را برای سازگاری با محیط از خود بروز می دهند (Smith, 2004). کاربرد آگاهانه هوش معنوی در زندگی فرد می تواند منجر به افزایش رابطه با خویشتن، دیگران و جهان

^۱. Spirituality

^۲. Spiritual Intelligence

بزرگ‌تر شود. در واقع، هوش معنوی زیربنای باورهای فرد است که بر عملکرد او تأثیر می‌گذارد و باعث افزایش انعطاف‌پذیری فرد در برابر مشکلات می‌شود (McSherry, Sisk, 2002; Draper & Kendrick, 2002). بر این اساس، هوش معنوی نوعی از هوش است که با استفاده از آن، افراد قادر می‌شوند تا فعالیت‌ها و زندگی خود را در مسیری عمیق‌تر و غنی‌تر هدایت کنند. عاملی که باعث گردیده است تا سازه معنویت در ترکیب با هوش، مفهوم‌سازی شود. نتایج علمی و تحقیقاتی نشان می‌دهند، به کارگیری الگوهای معنوی و دینی در زندگی روزمره بشر می‌تواند موجب افزایش سازگاری و بهزیستی انسان شود (Amram, 2007).

از دیگر سو، موج فزاینده بدبینی و افسردگی، یاس و ناامیدی و بسیاری از مشکلات روانی و اجتماعی دیگر، واقعیت‌های انکارناپذیری هستند که نشان می‌دهند گویا شادی از جوامع بشری رخت بسته است. در واقع، انسان‌ها به قدری سرگرم و شیفته فناوری شده‌اند که هویت انسانی خود را با خویشتن و نیز با دیگران از دست می‌دهند (Khodayari fard & Ghobari, 2011). در این راستا، فورستر (۱۹۹۱) با توجه به پژوهش‌های خود، اثبات می‌کند که اگر ارزیابی افراد از خودشان و ذهنیتی که نسبت به خودشان دارند مثبت باشد، از سلامت و سازگاری بیش‌تری برخوردار خواهند بود که از آن تحت عنوان مثبت‌اندیشی^۱ یاد می‌شود. فرد مثبت‌اندیش، همواره طراوت، خرمی و شادابی را با خود همراه داشته و این ویژگی، نقش اساسی در بروز استعدادها، خلاقیت، شادکامی و خوداعتمادی او دارد. این در حالی است که افراد بی‌نشاط و اندوهگین، با دید منفی به افراد و طبیعت می‌نگرند و از استعدادهای نهفته خویش بهره کافی نمی‌برند. لذا یکی از راه‌های برخورد با چنین مسائلی، تجهیز افراد به مهارت‌های مثبت‌اندیشی است (Khodayari fard & Ghobari, 2011).

شایان ذکر است که دانشگاه فردوسی مشهد به‌عنوان سومین دانشگاه کشور از نظر قدمت، پس از دانشگاه‌های تهران و تبریز، در حال حاضر شصت و سومین سال فعالیتش را سپری می‌کند که بر اساس چشم‌انداز سند راهبردی، این دانشگاه در سال ۱۳۹۹ یکی از دو دانشگاه برتر جامع کشور در تولید علم، نظریه‌پردازی و توسعه فناوری، برخوردار از جایگاه معتبر در بین ۱۰ دانشگاه اول جهان اسلام و جزء ۵۰۰ دانشگاه ممتاز جهان با هویتی اسلامی-ایرانی خواهد شد. در حال حاضر، دانشگاه فردوسی مشهد دارای بیش از ۸۰۰ عضو هیئت‌علمی بوده و بیش از ۲۰ هزار دانشجو در این دانشگاه مشغول به تحصیل هستند (Regulations Ferdowsi University of Mashhad, 2015). در چنین شرایطی، تقویت روحیه معنویت

^۱. Positive Thinking

و آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی برای این حجم عظیم از دانشجویان، به‌منظور بهبود ارتباط مثبت با خود و دیگران در زندگی و نیز افزایش عزت‌نفس آنان بسیار مفید و سودمند به نظر می‌رسد، چراکه مثبت‌اندیشی و پرهیز از افکار منفی، راهبردهای خوبی برای مؤثرتر کنار آمدن با فشارهای روانی، استرس و اضطراب هستند. فشارهای روانی و اضطراب‌ها ممکن است دانشجویان را به سمت افسردگی ببرد. این افسردگی در دانشجویان باعث بروز عوارضی همچون احساس ناامیدی، خستگی زودرس، احساس حقارت و پوچی، افت تحصیلی و گاه ترک تحصیل و همچنین کاهش انگیزه می‌شود (Tavakkolizadeh & Mohammadpoor, 2000)، باین‌حال کاهش نگرانی از طریق جایگزینی افکار منفی با هر شکلی از افکار مثبت می‌تواند انجام شود. اثرات منفی نگرانی با افکار مثبتی که می‌تواند حتی با محتوای نگرانی نیز مرتبط نباشد، قابل جایگزینی است (Eagleson, Hayes, Mathews & Perman, 2016). از طرفی نتایج حاصل از برخی مطالعات (Yaghoubi, 2010)، نشان داد که هوش معنوی و میزان شادکامی دانشجویان ارتباط نزدیکی با یکدیگر دارند بدین صورت که اگر هوش معنوی بالاتر رود، دانشجویان شادتر هستند و این شادی با مثبت‌اندیشی نیز ارتباط دارد (Kalantar, Sharghib, Soleimanic, & Ramezanid, 2014). لذا جهت بارور نمودن هوش دانشجویان، بررسی ارتباط مثبت‌اندیشی با هوش می‌تواند مهم باشد و هوش معنوی نیز از این اصل، مستثنی نیست. چراکه هوش معنوی این قابلیت را دارد تا آثار فشارهای روانی و احساس پوچی دانشجویان را تعدیل و حتی حذف کند؛ بنابراین با عنایت به نقش گسترده هوش معنوی در زندگی بشر و با توجه به این که دانشجویان هر کشور متضمن سازندگی و بالندگی فردای آن هستند و سلامت روان آنان، حائز اهمیت است، مطالعه حاضر با هدف بررسی میزان تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد انجام شده است.

مبانی نظری

با توجه به اهمیت و ضرورت هوش معنوی و مثبت‌اندیشی در زندگی انسان‌ها، این مطالعه با هدف تعیین میزان تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد انجام شده است و در این قسمت، به تبیین متغیر هوش معنوی و مثبت‌اندیشی و بیان فرضیات، پرداخته می‌شود.

هوش معنوی

در گذشته هوش تنها به معنای توانایی‌های شناختی و فکری و مرتبط با تست‌های هوش بود تا این که ابعاد جدیدی در هوش (همچون ابعاد احساسی، اجتماعی، وجودی و معنوی) مطرح گردید و طرز فکر محققان را در این حوزه تغییر داد (Yadav, Kohli & Kumar, 2016). در واقع، هوش معنوی یک مفهوم

نسبتاً جدید است که از نظریه‌های مدرن در روانشناسی نشأت گرفت (Rostami & Cheraghali, 2014). منتها ریشه‌های اولیه آن در اواسط دهه ۱۹۸۰ میلادی شروع شد. در آن سال‌ها در دانشگاه پیردین آمریکا^۱ گروهی از پژوهشگران به رهبری پروفیسور الکتیز تصمیم گرفتند معنویت را از دیدگاه انسان‌گرایی و پدیدارشناختی بررسی کنند. این پژوهشگران مفهوم معنویت را از نظر افراد جامعه بررسی کردند و این تعریف را ارائه دادند: «معنویت از واژه لاتین اسپیریتوس^۲ به معنی نقش زندگی یا روشی برای بودن و تجربه کردن است که با آگاهی یافتن از بعدی غیرمادی به وجود می‌آید و ارزش‌های قابل تشخیص آن را معین می‌کند. این ارزش‌ها به دیگران، خود، طبیعت و زندگی مربوط هستند و به هر چیزی اطلاق می‌شوند که فرد به‌عنوان هدف غایی قلمداد می‌کند» (Peymanfar, Saatchian, Eghbali & Peymanfar, 2011). از دیگر سو، هوش به‌عنوان یک توانایی شناختی در اوایل قرن بیستم توسط آلفرد بینه^۳ مطرح شد. پس از گسترش مفهوم هوش به سایر قلمروها، ظرفیت‌ها و توانایی‌های انسان و به خصوص پس از مطرح شدن هوش هیجانی در روان‌شناسی، ایمونز با مشاهده در رفتارها و حالات افراد معنوی، سازه‌های معنویت و هوش را درون یک سازه جدید ترکیب کرده و واژه هوش معنوی را به وجود آورد (Nohi, Rahimi & Nakhaei, 2012).

مفهوم هوش معنوی در سال ۱۹۹۶ توسط استیونز پیشنهاد شد و در سال ۱۹۹۹، توسط امونز دنبال شد (Kalantarkousheh, Sharghib, Soleimanic & Ramezanid, 2014). بر این اساس، روان‌شناسی دین و مطالعه موضوعاتی پیرامون مسائل معنوی در دو دهه اخیر به طور فزاینده‌ای مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. مطالعات در زمینه‌های روان‌شناسی، عصب‌شناسی و علوم شناختی نشان می‌دهد که علاوه بر بهره‌مندی و هوش هیجانی، هوش سومی هم وجود دارد که از آن با نام هوش معنوی یاد می‌شود. لذا بایستی اذعان داشت که هوش معنوی از جمله مفاهیمی است که در پرتو توجه و علاقه جهانی روان‌شناسان به حوزه دین و معنویت، مطرح شده و توسعه یافته است (Hildebrant, 2011). از دیدگاه فلاسفه اسلامی، هوش معنوی توانایی فهمیدن عمیق سؤالات معنوی و بینش درونی است که سطح‌هایی چندگانه از هوش را در بر می‌گیرد. هوش معنوی، به مفهوم آگاهی از معنویت به‌عنوان زمینه‌ای از وجود یا به‌عنوان نیروی زندگی خلاق از تکامل است. لذا هوش معنوی در نگاه اسلامی، به معنای هوشیاری کامل درونی، آگاهی عمیق از جسم، ماده، روان و معنویت است. درواقع، هوش معنوی، بیشتر توانایی ذهنی و فردی است

^۱. Pepperdine University

^۲. Spirituality

^۳. Alfred Binet

(Yadollahpour & Fazeli Kebria, 2014)؛ بنابراین، هوش معنوی جنبه‌های بیرونی هوش را با جنبه‌های درونی معنویت، تلفیق نموده و ظرفیت خارق‌العاده‌ای در فرد ایجاد می‌نماید، به گونه‌ای که می‌تواند معنویت را به شکلی کاربردی مورد استفاده قرار دهد. بر اساس تعریف هوش، معنویت ممکن است امری شناختی-انگیزشی باشد که مجموعه‌ای از مهارت‌های سازگاری و منابعی را که حل مساله و دستیابی به هدف را تسهیل می‌کنند، معرفی نماید. لذا هوش معنوی انجام سازگاران و کاربردی موارد یاد شده در موقعیت‌های خاص و زندگی روزمره است (Semiari, Heravi, Nasiri & Arabi, 2013). شایان ذکر است که افراد، زمانی هوش معنوی را به کار می‌برند که بخواهند از ظرفیت‌ها و منابع معنوی برای تصمیم‌گیری‌های مهم و اندیشه در موضوعات وجودی یا تلاش در جهت حل مسائل روزانه، استفاده کنند (Emmons, 2000).

بر این اساس، هوش معنوی به دلیل پیوندش با معنا، ارزش و پرورش تخیل، می‌تواند به انسان توان تغییر و تحول بدهد و با استفاده از هوش معنوی می‌توان میل و قابلیت فرد را برای رسیدن به مقصود و ارزش رشد داد، زیرا هوش معنوی به فرد امکان می‌دهد دارای این قابلیت‌ها باشد و برای رسیدن به آن سخت تلاش کند (Samadi, 2005). افراد با هوش معنوی بالاتر دارای انعطاف پذیری بیشتر، خود آگاهی، بینش و رویکرد جامع‌تری به زندگی می‌باشند (Ebrahimi, Keykhosrovan, Dehghani & Javdan, 2012). با داشتن هوش معنوی بالا، یک فرد می‌تواند احساسات خود را به خوبی کنترل کند و بعد از تفکر نسبت به افراد خاص، رفتارهای خودش را کنترل کند (Abdul Rahman & Shah, 2015). لازم به ذکر است که هوش معنوی متشکل از دو مؤلفه درک و ارتباط با سرچشمه هستی و ارتباط با سرچشمه هستی یعنی باور داشتن به این مساله که ما انسان‌ها، موجوداتی معنوی هستیم و زندگی جسمانی در این جهان، موقتی است. لذا چنین انسان‌هایی به درک و باور موجود معنوی برتر یعنی خداوند ناائل شده و به شناختن جایگاه خود در نزد خداوند می‌پردازند. در این راستا، افرادی که هوش معنوی بالایی دارند، ظرفیت تعالی داشته و تمایل زیادی به ارتباط با منبع و منشأ هستی دارند. زندگی معنوی به‌عنوان مؤلفه دیگر هوش معنوی، بدین مفهوم است که افراد با هوش معنوی بالا، این ظرفیت را دارند که بخشی از فعالیت‌های روزانه خود را به اعمال روحانی و معنوی اختصاص دهند و این امر به فهم مسائل اخلاقی و ارزشی در زندگی آن‌ها، کمک شایانی می‌کند. موارد ذکر شده یعنی اندیشیدن و نگاه متعالی به جهان هستی داشتن و نیز زندگی را فراتر از امور مادی دیدن، در دیدگاه اسلامی بسیار تاکید شده و زمینه‌های دستیابی به آن نیز بارها در قرآن کریم بیان شده است (Yadollahpour & Fazeli Kebria, 2014).

هوش معنوی با تأثیر مثبت بر شادی و رضایت از زندگی، کاهش‌دهنده افسردگی در افراد و تقویت‌کننده سلامت روان آن‌ها می‌باشد، چراکه افراد با نمره هوش معنوی بالا، از حد جسم فراتر رفته، حالات اوج هوشیاری را تجربه می‌کنند و از منابع معنوی برای حل مسائل استفاده می‌کنند و خصوصیات هم‌چون تواضع، حق‌شناسی، بخشش و ترحم یا گذشت در آن‌ها دیده می‌شود. در واقع، هوش معنوی مجموعه‌ای از فعالیت‌ها است که علاوه بر لطافت و انعطاف‌پذیری در رفتار، سبب خودآگاهی و بینش عمیق فرد نسبت به زندگی و هدف‌دار نمودن آن می‌شود، به گونه‌ای که اهداف فراتر از دنیای مادی ترسیم می‌گردد و همین فرآیند، موجب سازگاری فرد با محیط کار به خاطر خشنودی و رضایت دیگران شده است (Zamanlo & Khademi, 2012). در پژوهشی که توسط محبی و همکاران (۲۰۱۱) با هدف بررسی میزان هوش معنوی دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زنجان انجام شد، مشخص گردید که ۸۳/۴ درصد از دانشجویان از سطح هوش معنوی خوبی برخوردار بوده‌اند. همچنین، مطالعه نوحی و همکاران (۲۰۱۲) با عنوان «بررسی هوش معنوی دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی کرمان» نشان داد که هوش معنوی دانشجویان مورد مطالعه آن‌ها، در سطح مطلوب است. علاوه بر این، نتایج تحقیق سمیاری و همکاران (۲۰۱۳) در زمینه بررسی میزان هوش معنوی دانشجویان دندانپزشکی دانشگاه تهران، بیان داشت که هوش معنوی دانشجویان در سطح متوسط بوده و تفاوتی بین دو گروه زن و مرد در این زمینه وجود ندارد. امرایی و همکاران (۲۰۱۱) نیز ارتباط میان ویژگی‌های شخصیتی و هوش معنوی دانشجویان را مورد بررسی قرار دادند. یافته‌های آن‌ها نشان داد که میان خصوصیت پرخاشگری و هوش معنوی ارتباط منفی وجود دارد. همچنین میان ویژگی‌های شخصیتی هوشیاری، پذیرش و برون‌گرایی با هوش معنوی ارتباط مثبتی یافت شد. در ادامه مفهوم مثبت‌اندیشی، تبیین می‌گردد.

مثبت‌اندیشی

تفکر، اصلی‌ترین و مهم‌ترین فعالیت هر انسان است و همه ما دائماً در حال تفکریم. برخی از تفکرات ناخواسته و بی‌اراده بر ذهن متبادر می‌شوند، گاه این تفکرات سازنده و مثبت (مثبت‌اندیشی) و گاهی بازدارنده و منفی هستند. نوع تفکر افراد خواه و ناخواه، در رفتار، نوع برخورد و عملکرد آنان تجلی خواهد یافت. لذا کیفیت تفکر، عامل اولیه و تعیین‌کننده زندگی ما است. کیفیت روابط انسانی نیز از طریق تفکر درباره فعالیت‌ها و در جریان روابط تعیین شده شکل می‌گیرد (Ghavidel, Giloori & Noshinfard, 2011). در این راستا، مثبت‌اندیشی ناظر است بر جهت‌گیری مثبت (نتیجه بر وفق مراد) در تعبیر و تفسیرهای رخداد‌های گذشته، حال و انتظارات مثبت از آینده در حیطه‌های ارزیابی فرد از توانمندی‌های خود، از ارتباط با دیگران، ارتباط با خدا (ما فوق) و کل جهان هستی (طبیعت). به طوری که نمودهای

آشکار این سازه، خود را در حیطه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری نشان می‌دهد و مثبت‌اندیشی، تابعی از وضعیت وراثتی و تعامل با تجربیات محیطی است (Schulman, Keith & Seligman, 1993; Schweingruber, 2016) خوش‌بینی و یا تفکر مثبت به‌عنوان یکی از زیر مجموعه اصلی رویکرد روانشناسی مثبت از جمله ویژگی‌های مثبت انسان است که در طول دهه گذشته از جایگاه ویژه‌ای در زمینه روانشناسی برخوردار بوده است (Behloli, Karimi Motlagh & Dehghanpour, 2015). صاحب‌نظران، مثبت‌اندیشی را رویکردی نسبت به زندگی می‌دانند که چیزی فراتر از تفکرات مرسوم و معمول است. در حقیقت تفکر مثبت، یعنی تأکید بر نقاط مثبت به جای نقاط منفی در تمامی شرایط زندگی، داشتن فکر و احساس خوب در مورد خود به جای تحقیر واقعی، خوب فکر کردن در مورد دیگران و برقراری روابط حسنه با آن‌ها، انتظار بهترین‌ها را از دنیا داشتن و اعتماد به این که بهترین‌های دنیا نصیب شما خواهد شد (Khodayari fard & Ghobari, 2011). لذا مثبت‌اندیشی عبارت است از تفکرات مثبت در مورد پدیده‌ها، انتظارات مثبت نسبت به رخدادها، آینده و کیفیت سبک و اسناد مثبت کارآمدی و ایجاد شناختی، عاطفی و اجتماعی و معنوی (Khodayari fard, 2000). از طرفی، برخی دیگر همچون بهلولی و همکاران (۲۰۱۵) به نقل از ال‌کینز و همکاران (۱۹۹۸) مثبت‌اندیشی را اشاره به تمایل به اتخاذ این دیدگاه می‌دانند که افراد در برابر چیزهای خوب و بد، فکرهای امیدوار کننده‌تر را انتخاب کنند و نشان می‌دهد یک فرد چگونه به ارزیابی و پیش‌بینی عواقب زندگی خود می‌پردازد. مطالعات نشان داده است که از جمله پیامدهای مثبت نگری عبارتند از: خردگرایی (کاربرد استدلال و منطق در مقابل تحت تأثیر ترس‌ها و امیال بودن)، خودبهبودی (افراد خوش بین خود را به صورت یک فرآیند می‌بینند و سعی در پیشرفت دائمی دارند)، تجربه‌گرا بودن (به‌کارگیری روش‌های تازه‌ای برای خارج شدن از یکنواختی زندگی و جستجوی راه‌های موثرتری در رسیدن به اهداف)، اعتماد به خود (باور به این که فردی با ارزش و موفق و خوش حال هستید)، مسئولیت شخصی (آگاه بودن از این که چگونه ما موقعیت‌های موفقیت‌آمیز را مشخص می‌کنیم)، انتخاب محیط (جذب کردن موقعیت‌ها و افراد مثبت). در نتیجه، مثبت‌اندیشی باعث می‌شود تا افراد مهارت‌های خود را بهتر بروز دهند و با محیط پیرامون خویش تعامل سازنده‌ای برقرار سازند. با توجه به این که دانشگاه‌ها، مهم‌ترین کانون‌های پرورش توانمندی‌های دانشجویان است، بایستی بررسی نمود که تا چه اندازه در تقویت افکار مثبت در این قشر موفق بوده است (Shahabi, 2005).

سهرابی و جوان‌بخش (۲۰۰۵) در تحقیقی با عنوان «اثر بخشی تقویت مهارت‌های مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی، بر منبع کنترل دانش آموزان دبیرستانی شهر گرگان» نشان دادند که تفاوت بین دو گروه کنترل و

آزمایش معنادار است، به این بیان که آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی در تغییر منبع کنترل مؤثر بوده است. فقیهی (۲۰۰۷) نیز در مطالعه‌ای در حوزه مثبت‌اندیشی، مباحثی مانند رضایت از همکاران، رضایت از زندگی، خلق مثبت و مسئولیت‌پذیری، ماهیت کار، عزت‌نفس و سلامتی و کارآمدی کارکنان را بررسی کرده است. نتایج این پژوهش نشان داد که افراد مثبت‌اندیش مهارت‌های خود را به خصوص در کار، درست ارزیابی می‌کنند و رویدادهای مثبت را بیش از رویدادهای منفی به یاد می‌آورند و آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی بر رضایت شغلی تأثیری مثبت دارد. همچنین، قوی‌دل و همکاران (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای به بررسی مهارت‌های مثبت‌اندیشی در کتاب‌داران کتابخانه‌های مرکزی پرداختند و بیان داشتند که میزان مثبت‌اندیشی در بین جامعه مورد مطالعه، بیش از ۵۰ درصد است. کاپارا و همکاران (۲۰۰۶) نیز پژوهشی را در بین نوجوانان ایتالیایی انجام داده و نشان دادند که باید مثبت‌اندیشی را به‌عنوان بعد پنهان و زمینه‌ای برای رضایت از زندگی، اعتماد به نفس، خوش بینی و شادی و به‌عنوان ابزاری برای بروز اثرات مثبت و منفی در نظر گرفت. این باورهای خودکارآمد، احساسات مثبت و منفی و ارتباطات بین فردی و اجتماعی جوانان را مدیریت می‌کند و از طرفی، انتظارات مثبت در مورد آینده، درک احساس رضایت از زندگی و تجربه احساسات مثبت‌تر را میسر می‌سازد. همچنین، گوردیوا و اوسین (۲۰۱۰) در مطالعه‌ای با عنوان «تفکر مثبت به‌عنوان یک عامل پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان مقطع بالا» سه مؤلفه موجود در تفکر مثبت یعنی تصویر مثبت از خود، تفسیر خوش‌بینانه از تجربه گذشته و حال و پیش‌بینی مثبت از آینده را بررسی کردند. آن‌ها نتیجه گرفتند که این سه عامل به فرد امکان می‌دهد که درک مناسبی از جهان داشته باشند.

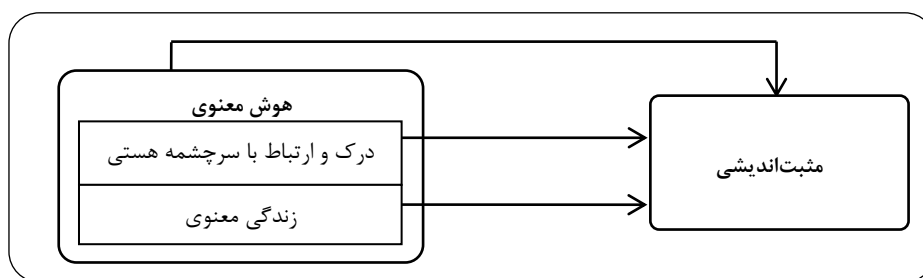
باین‌حال، در مطالعات اندکی به بررسی ارتباط میان هوش معنوی و مثبت‌اندیشی پرداخته شده است. نتایج به دست آمده از مطالعه معلمی و همکاران (۲۰۰۹) نشان داد که بین هوش معنوی و سلامت روان همبستگی مثبت و معنی‌دار و بین هوش معنوی و افکار ناکارآمد و بین سلامت روان و افکار ناکارآمد همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد. علاوه بر این، نتایج تحقیق کشوری (۲۰۱۰) با عنوان «بررسی رابطه هوش معنوی، مثبت‌اندیشی و سلامت روان کارکنان اداره آموزش و پرورش» نشان داد که بین هوش معنوی و مثبت‌اندیشی رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین هوش معنوی، مثبت‌اندیشی و سلامت روان همبستگی مثبت دیده می‌شود. همچنین در مطالعه‌ای که توسط اکبری زاده و همکاران (۲۰۱۰) درباره هوش معنوی و سلامت عمومی افراد انجام شد، مشخص گردید که بین هوش معنوی و سخت‌رویی، هوش معنوی و سلامت عمومی و سخت‌رویی و سلامت پرستاران رابطه معنادار و مثبتی وجود دارد.

علاوه بر این، نتایج تحقیق باب الحوائجی و همکاران (۲۰۱۰) نشان داد که بین هوش معنوی و شادکامی کتابداران رابطه مثبت و معناداری برقرار است. همان طور که ملاحظه می‌گردد، با توجه به کمبود تحقیقات انجام شده در زمینه بررسی تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی به‌ویژه در جامعه دانشجویان، این مطالعه با هدف تعیین میزان تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد انجام گرفت و فرضیات به شرح ذیل می‌باشند. لازم به ذکر است که فرضیات بیان شده در شکل ۱ نیز مشخص است.

فرضیه اصلی: هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد مؤثر است.

فرضیه فرعی ۱: درک و ارتباط با سرچشمه هستی بر مثبت‌اندیشی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد مؤثر است.

فرضیه فرعی ۲: زندگی معنوی بر مثبت‌اندیشی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد مؤثر است.



شکل ۱: مدل مفهومی تحقیق

روش تحقیق

جامعه، نمونه، روش نمونه‌گیری

روش این مطالعه، از نوع توصیفی - پیمایشی است و زمان آن سال ۱۳۹۴ و مکان آن، دانشکده علوم اداری و اقتصاد دانشگاه فردوسی مشهد می‌باشد. جامعه مورد پژوهش در این مطالعه، شامل کلیه دانشجویانی که در این دانشکده در رشته‌های علوم سیاسی، حقوق، حسابداری، مدیریت و اقتصاد، در هر سه مقطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری (در نیم‌سال دوم ۹۴-۱۳۹۳) مشغول به تحصیل می‌باشند،

بوده است که در مجموع شامل ۱۹۶۵ نفر هستند. به منظور برآورد حجم نمونه از فرمول نمونه‌گیری کوکران، استفاده شد که به صورت زیر به محاسبه شده است:

$$n = \frac{Nz_{\alpha/2}^2 pq}{(N-1)e^2 + z_{\alpha/2}^2 pq}$$

که در فرمول فوق $1-\alpha$ سطح اطمینان و $z_{\alpha/2}^2$ چندک متناظر

از توزیع نرمال است. N حجم جامعه و p ، $q=1-p$ نسبت برآورد شده در جامعه می‌باشد و همچنین e خطای قابل اغماض توسط کاربر است.

$$n = \frac{1965 * (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}{(1965 - 1) * (0.07)^2 + (1.96)^2 * 0.5 * 0.5} = 178$$

جهت اطمینان از برگشت پرسشنامه‌ها نسبت به تعداد حجم نمونه، تعداد ۱۹۰ پرسشنامه بین دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد توزیع گردید که ۱۸۱ پرسشنامه تکمیل شده، مبنای تجزیه و تحلیل قرار گرفت. لازم به ذکر است برای جمع‌آوری اطلاعات از دو پرسشنامه استفاده گردید. پرسشنامه اول که به بررسی هوش معنوی می‌پردازد و توسط عبدالله زاده و همکاران (۲۰۰۷) با ۲۹ گویه طراحی گردیده است. این ابزار اعتبارسنجی شده و پایایی آن بر روی ۲۸۰ نفر گروه نمونه اجرا گردیده و ۰/۸۹ به دست آمد. در چرخش واریماکس، دو عامل اصلی «درک و ارتباط با سرچشمه هستی» با دوازده سؤال و «زندگی معنوی یا اتکا به هسته درونی» با هفده سؤال به دست آمد. پرسشنامه دوم به سنجش مثبت‌اندیشی می‌پردازد که توسط اینگرام و همکاران (۱۹۸۸) طراحی شده است. این پرسشنامه شامل ۳۰ سؤال در ۵ مؤلفه است. مؤلفه اول کارکرد مثبت روزانه شامل ۱۰ گویه، مؤلفه دوم خودارزیابی مثبت شامل ۶ گویه، مؤلفه سوم ارزیابی دیگران از خویش شامل ۴ گویه، مؤلفه چهارم انتظارات مثبت آینده شامل ۲ گویه و مؤلفه پنجم خوداعتمادی شامل ۸ گویه است. با توجه به پژوهش اینگرام و همکاران (۱۹۸۸) این ابزار، سنجش برای بررسی تفکر مثبت مناسب است و از روایی و پایایی لازم برخوردار می‌باشد. لازم به ذکر است که کلیه اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه‌ها وارد نرم افزار SPSS16 شد. همچنین برای بررسی نرمال بودن داده‌ها، از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف استفاده شد و از آنجایی که P-value بیش از ۰/۰۵ بدست آمد، فرض نرمال بودن برقرار گردید. به منظور بررسی تأثیر هوش معنوی و مؤلفه‌های آن بر مثبت‌اندیشی از دو آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده گردید.

روایی و پایایی پرسشنامه

با توجه به اینکه پرسشنامه این تحقیق استاندارد می‌باشد، جهت اطمینان بیش‌تر، پس از بررسی و ارزشیابی پرسشنامه توسط چند تن از صاحب‌نظران، روایی محتوایی آن تأیید شد و برای سنجش پایایی پرسشنامه نیز، از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید. پس از جمع‌آوری کلیه داده‌ها، ضریب پایایی کل محاسبه گردید که این ضریب ۰/۹۴ به دست آمد. همانطور که در جدول ۱ ملاحظه می‌شود با توجه به اینکه برای پژوهش‌های علوم انسانی ضریب آلفای بالاتر از ۰/۷ قابل قبول است، می‌توان پایایی پرسشنامه مذکور را مناسب ارزیابی کرد. ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده برای هر یک از مؤلفه‌های تحقیق در جدول ۱ نشان داده شده است. لازم به ذکر است که گویه‌های پرسشنامه در ارتباط با هر متغیر در پیوست آورده شده است.

جدول (۱): ضریب آلفای کرونباخ هر یک از متغیرها

متغیرها	تعداد سؤالات	ضریب آلفای کرونباخ
هوش معنوی	۲۹	۰/۸۵۳
درک و ارتباط با سرچشمه هستی	۱۲	۰/۷۵۲
زندگی معنوی	۱۷	۰/۷۹
مثبت‌اندیشی	۳۰	۰/۹۶۷

یافته‌های تحقیق

از بین افراد نمونه مورد مطالعه، ۱۲۶ نفر مرد و ۵۵ نفر زن بوده‌اند. شایان ذکر است که ۹۷ نفر از این افراد در گروه سنی بین ۲۵ تا ۳۰ سال و ۵۵ نفر کمتر از ۲۰ سال قرار داشتند. همچنین اکثر دانشجویان شرکت کننده در این تحقیق، دارای تحصیلات کارشناسی (۱۲۸ نفر) بوده‌اند. در ضمن اکثر پاسخ‌دهندگان معدلی بین ۱۵ تا ۱۷ (۱۴۹ نفر) داشته‌اند. در ادامه، نتایج آزمون همبستگی در قالب جدول ۲ و ۳ و نیز نتایج آزمون رگرسیون در جدول ۴ آمده است. جدول ۲ و ۳، میزان و جهت همبستگی‌ها را در سطح معناداری ۵ درصد نشان می‌دهد. همان‌طور که در این جداول، ملاحظه می‌شود، با توجه به ضریب همبستگی پیرسون متغیرها و $P < 0/05$ ، مشخص گردید که بین دو متغیر هوش معنوی و مثبت‌اندیشی رابطه معنادار و مثبتی وجود دارد.

جدول (۲): نتایج آزمون همبستگی مدل کلی

متغیر	هوش معنوی	مثبت‌اندیشی
هوش معنوی	۱	۰/۴۵۱*
مثبت‌اندیشی	۰/۴۵۱*	۱

* همبستگی در سطح ۰/۰۱ نیز معنادار شده است.

جدول (۳): نتایج آزمون همبستگی مدل با ابعاد آن

متغیر	درک و ارتباط با سرچشمه هستی	زندگی معنوی	مثبت‌اندیشی
درک و ارتباط با سرچشمه هستی	۱	۰/۵۸۷*	۰/۱۵۱*
زندگی معنوی	۰/۵۸۷*	۱	۰/۳۵۷*
مثبت‌اندیشی	۰/۱۵۱*	۰/۳۵۷*	۱

*همبستگی در سطح ۰/۰۱ نیز معنادار شده است.

همان‌طور که بیان شد، جهت بررسی هوش معنوی شامل درک و ارتباط با سرچشمه هستی و زندگی معنوی با مثبت‌اندیشی از رویکرد رگرسیون چندگانه استفاده گردید. بدین منظور، در جدول ۴، تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی نشان داده شده است.

جدول (۴): نتایج آزمون رگرسیون

سطح معنی-داری	آماره آزمون	ضرایب		مدل
		ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد	
		β	خطا	B
۰/۰۰۰	۳/۷۸۶		۰/۶۲۰	۲/۳۴۶
				مقدار ثابت
۰/۰۱۷	۲/۴۰۰	۰/۴۵۱	۰/۱۴۹	۰/۵۶۹
۰/۰۰۰	۴/۶۸۷		۰/۵۵۶	۲/۶۰۶
۰/۳۵۵	۰/۹۲۷	۰/۰۶۹	۰/۶۵۵	۰/۰۸۴
۰/۰۲۹	۲/۲۰۸	۰/۳۵۷	۰/۱۳۷	۰/۵۰۳

با توجه به نتایج جدول ۴، می‌توان دو رابطه ریاضی زیر را به این صورت نوشت که در مدل اول: Y متغیر وابسته (مثبت‌اندیشی) و X متغیر مستقل (هوش معنوی) هستند و a مقدار ثابت (عرض از مبدأ) که در این مدل برابر با ۲/۳۴۶ می‌باشد. با توجه به اینکه سطح معنی‌داری مرتبط با a کمتر از ۰/۰۵ گردیده است، بنابراین، مدل استاندارد نشده و استاندارد شده به صورت زیر ارائه شده است:

$$Y = a + bx$$

هوش معنوی $\times 0/569 + 2/346 =$ مثبت‌اندیشی (مدل استاندارد نشده)

هوش معنوی $\times 0/451 =$ مثبت‌اندیشی (مدل استاندارد شده)

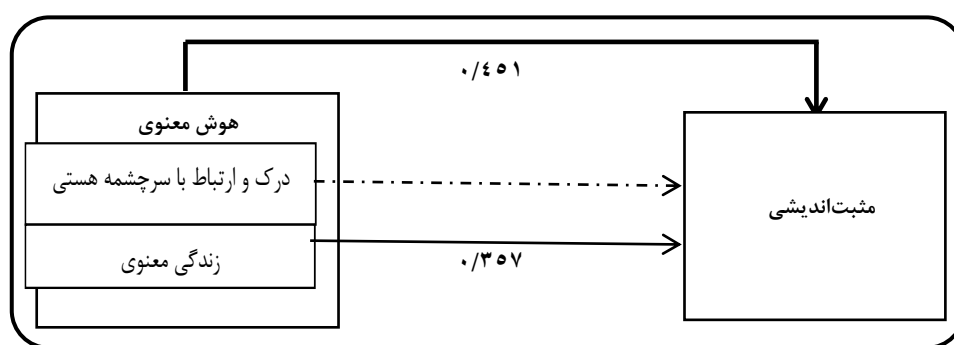
و در مدل دوم: Y متغیر وابسته (مثبت‌اندیشی) و X متغیر مستقل هستند (X_1 : درک و ارتباط با سرچشمه هستی، X_2 : زندگی معنوی) با توجه به اینکه سطح معنی‌داری مرتبط با X_1 بیش‌تر از ۰/۰۵ گردیده است، مدل استاندارد نشده و استاندارد شده به صورت زیر ارائه شده است:

$$Y = \alpha + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

زندگی معنوی $\times ۰/۵۰۳ + ۲/۶۰۶ =$ مثبت‌اندیشی (مدل استاندارد نشده)

زندگی معنوی $\times ۰/۳۵۷ =$ مثبت‌اندیشی (مدل استاندارد شده)

همانطور که مشاهده گردید، بیش‌ترین ضریب رگرسیون، بین هوش معنوی بر روی مثبت‌اندیشی و سپس زندگی معنوی بر مثبت‌اندیشی می‌باشد که در شکل ۲ نیز مشخص است. منتها ارتباط بین درک و ارتباط با سرچشمه هستی، ارتباط رگرسیونی ضعیفی با مثبت‌اندیشی دارد.



شکل ۲: مدل مفهومی تحقیق با توجه به نتایج حاصله

همان‌گونه که در جدول شماره ۵، آورده شده است، دو مدل مورد بررسی قرار گرفته است که در مدل اول متغیر هوش معنوی به‌عنوان متغیر مستقل و متغیر مثبت‌اندیشی به‌عنوان متغیر وابسته وارد مدل شده است.

جدول (۵): خلاصه مدل

شماره مدل	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	انحراف استاندارد	تغییر ضریب تعیین	سطح معنی‌داری F	دوربین-واتسون
۱	۰/۴۵۱ ^a	۰/۲۰۳	۰/۱۸۳	۰/۶۱۰	۰/۲۰۳	۰/۰۱۷	۱.۳۸۷
۲	۰/۳۵۷ ^b	۰/۱۲۷	۰/۱۱۶	۰/۶۱۲	۰/۱۲۷	۰/۰۲۹	۱.۳۹۸

a: تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی

b: تأثیر زندگی معنوی بر مثبت‌اندیشی

در مدل اول که تأثیر هوش معنوی را بر مثبت‌اندیشی می‌سنجد، ضریب تعیین به میزان $0/203$ برآورد شده‌است که نشان می‌دهد $20/3$ درصد از تغییرات مثبت‌اندیشی به تغییرات متغیر واردشونده به آن (هوش معنوی) وابسته است، همان‌طور که مشاهده می‌گردد، سطح معنی‌داری در این مدل کمتر از $0/05$ می‌باشد، بنابراین این مدل معنادار می‌باشد. در مدل دوم، مؤلفه‌های متغیر هوش معنوی (درک و ارتباط با سرچشمه هستی و زندگی معنوی) به‌عنوان متغیر مستقل و متغیر مثبت‌اندیشی به‌عنوان متغیر وابسته، وارد مدل شده‌اند. لازم به ذکر است، همان‌طور که نتایج نشان داده شد مؤلفه درک و ارتباط با سرچشمه هستی پیش‌بینی‌کننده مثبت‌اندیشی نمی‌باشد؛ بنابراین، نتایج جدول ۵، حاکی از این است که ضریب تعیین به میزان $0/127$ می‌باشد و نشان‌دهنده این است که $12/7$ درصد تغییرات مربوط به مثبت‌اندیشی به تغییرات متغیر واردشونده به آن (مؤلفه زندگی معنوی) وابسته می‌باشد. شایان ذکر است، با توجه به جداول بدست آمده از تحلیل داده‌ها برای آماره آزمون دوربین-واتسن، مقدار $1/387$ برای مدل اول و مقدار $1/398$ بدست آمده است (در صورتی که این آماره برای مدلی در اطراف ۲ برآورد شود نشان‌دهنده عدم وجود خود-همبستگی در مدل می‌باشد).

بحث و نتیجه‌گیری

افراد دارای هوش معنوی، کسانی هستند که می‌دانند «چرا» انجام می‌دهند و «چه چیزی» را انجام می‌دهند، همیشه بر اساس یک رسالت مشابه، عمل می‌کنند. آن‌ها بر اساس خدمت‌رسانی به دیگران زندگی کرده و دیگران را سرزنش نمی‌کنند و همواره مسئولیت بخشش خود و عملکردهایشان را می‌پذیرند، برای رضایت داشتن از خودشان نیازی به تصدیق دیگران ندارند، از وابستگی به دیگران برای کسب ایمنی رها هستند، چراکه اعتقاد دارند ایمنی از خودشان است نه از بیرون. چنین افرادی، کار را مکانی برای خلاقیت، اعتماد به نفس و یادگیری، جایی که پول و پاداش، ثانویه است می‌دانند. از دیگر سو، یکی از مفاهیم مهم در بهداشت و سلامت روان، مفهوم تفکر مثبت یا مثبت‌اندیشی است. افکاری که برای لحظات زندگی خود انتخاب می‌کنیم، نتایجی را مشخص می‌کند که تجربه خواهیم کرد. اگر تصمیم گرفته شود که باید شاد اندیش بود، طبیعتاً شادایی و سلامتی تجربه می‌شود. این ذهنیت مثبت، انسان مطمئن‌تری می‌سازد تا در برابر نفوذهای بیرونی مقاوم باشد. از نظر پژوهشگران مبنای مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی، در عبارت‌هایی امیدوارکننده یا تجسم موفقیت جای ندارد، بلکه در نحوه تفکر افراد درباره علت‌ها ریشه دارد. بر این اساس، تحقیق حاضر به بررسی تأثیر هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی در دانشجویان پرداخت.

در مطالعه حاضر، با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون، رابطه معناداری بین هوش معنوی و مثبت‌اندیشی در بین دانشجویان جامعه مورد مطالعه، مشاهده می‌شود، بدین معنا که هر چه فرد از هوش معنوی بالاتری برخوردار باشد از مثبت‌اندیشی بیش‌تری نیز برخوردار است و نیز هر چه مثبت‌اندیشی در دانشجویان بالاتر بوده باشد، از هوش معنوی بالاتری برخوردارند. در راستای بررسی فرضیات تحقیق، نتایج به دست آمده از آزمون رگرسیون چندگانه نشان داد که هوش معنوی بر مثبت‌اندیشی مؤثر است، لذا فرضیه اصلی این تحقیق مورد تأیید قرار گرفت که با یافته‌های به دست آمده از پژوهش معلمی و همکاران (۲۰۰۹)، رئیسی و همکاران (۲۰۱۳)، کشوری (۲۰۱۰) و اکبری زاده و همکاران (۲۰۱۰) هم‌راستا می‌باشد. همچنین فرضیه تأثیر مؤلفه زندگی معنوی بر مثبت‌اندیشی مورد تأیید قرار گرفت اما تأثیر درک و ارتباط با سرچشمه هستی (به‌عنوان مؤلفه دیگری از هوش معنوی) بر مثبت‌اندیشی دانشجویان مورد مطالعه، مورد تأیید واقع نشد. به نظر می‌رسد، این مطلب گویای این موضوع است که هوش معنوی به‌عنوان ظرفیت انسان برای پرسیدن سؤالات نهایی درباره معنای زندگی و تجربیات هم‌زمان و ارتباط یکپارچه بین ما و دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم، مطرح می‌باشد. لذا سازه هوش معنوی به‌عنوان مجموعه‌ای از فعالیت‌ها است که علاوه بر لطافت و انعطاف‌پذیری در رفتار، سبب خودآگاهی و بینش عمیق فرد نسبت به زندگی و هدف دار نمودن آن می‌شود و تأثیرات عمیقی بر داشتن تفکر مثبت از خود، دیگران و آینده دارد. با این که در مطالعه حاضر رابطه معناداری بین مؤلفه ارتباط با سرچشمه هستی و مثبت‌اندیشی (با توجه به ضریب همبستگی پیرسون) وجود دارد اما این فرضیه مورد تأیید قرار نگرفته است. به نظر می‌رسد با این که اکثر افراد، شاهد تأثیرات فراینده معنویت و زندگی معنوی در جنبه‌های متعدد هستی و حتی سلامت روان خود هستند، هنوز عده‌ای از افراد به درک و بینش کافی از ارتباط با سرچشمه هستی و تعالی نرسیده‌اند و تنها کسانی که به تقویت عمیق معنویت در زندگی خود پرداخته‌اند، می‌توانند به این مهم نائل شوند.

این یافته‌ها به وضوح نشان داد که مداخله هوش معنوی باعث افزایش مثبت‌اندیشی می‌شود که با نتایج تحقیقات معلمی و همکاران (۲۰۰۹) همسو است. آن‌ها بیان داشتند که هوش معنوی به کاهش قابل توجهی در مقدار حساسیت بین فردی، وسواس، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و روان‌پریشی می‌شود. همچنین نتایج این تحقیق با تحقیق بهلولی و همکاران (۲۰۱۵)، همسو می‌باشد که آن‌ها نیز بیان داشتند هوش معنوی با مثبت‌اندیشی و سلامت جسمانی افراد ارتباط نزدیکی دارد. نتیجه تحقیق دینر، لوکاس و الیشی (۲۰۰۰) نیز نشان داد که افرادی با سطح معنویت بالاتر، سطح بالاتری از مثبت‌اندیشی و خوشحالی را دارند. همچنین بر اساس ضرایب تعیین به دست آمده، چنین می‌توان بیان داشت که تغییرات در سازه مثبت‌اندیشی

به تغییرات در هوش معنوی دانشجویان و به‌ویژه زندگی معنوی آن‌ها، وابسته می‌باشد. لذا معنویت و در راستای آن، هوش معنوی در همه حوزه‌های زندگی افراد می‌تواند مؤثر باشد و پیاده‌سازی معنویت در محیط‌های آموزشی سبب افزایش سلامت روانی و بروز تفکر مثبت خواهد شد. از این رو، هوش معنوی زاینده بینشی عمیق در تندباد حوادث روزگار است و شخص را در برابر رویدادها و حوادث تلخ و شیرین زندگی، آب‌دیده می‌کند تا از سختی‌های زندگی نهراسد و با صبر و تفکر با آن‌ها مقابله نموده و راه حل‌های منطقی و انسانی برای آن‌ها بیابد. لذا غالباً هوش معنوی را هوشی می‌دانند که به وسیله آن، افراد به مشکلات معنایی و ارزشی پرداخته و آن‌ها را حل می‌کنند.

بر این اساس، هوش معنوی عبارت از توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و منابع معنوی است که کاربست آن، موجب افزایش انطباق‌پذیری، سلامت روان افراد و در نتیجه سبب ارزیابی مثبت از خود و دیگران، انتظارات مثبت از آینده، خود اعتمادی و عزت‌نفس می‌شود. به طور کلی، با توجه به نتایج به دست آمده در مطالعه حاضر، هوش معنوی پیش‌بینی‌کننده خوبی برای مثبت‌اندیشی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد می‌باشد و با توجه به این دستاورد، می‌توان نتیجه گرفت که اشخاص براساس زندگی معنوی و بهره‌مندی از ارتباطات روحانی و فراگیری آموزه‌های دینی، نسبت به حوادث زندگی تجربه تفسیری خوش‌بینانه‌ای کسب نموده و با بهره‌گیری از فضیلت‌های انسانی و تجربه تفسیری که هیجانات مثبت را تقویت می‌کند، نسبت به رویدادهای تلخ و ناگوار شکیب‌تر می‌گردند و با رویارویی منطقی‌تر با مشکلات، بر آن‌ها فائق آمده و احساس آرامش عمیقی در افراد پدید می‌آید.

با این حال، لازم به ذکر است که از جمله محدودیت‌های این پژوهش، مقطعی بودن و خاص بودن نمونه‌ها (دانشجویان) می‌باشد. لذا نتایج تحقیق، تنها به همین جامعه آماری، قابل تعمیم می‌باشد. از این رو، انجام پژوهش‌های بیشتر در این حوزه و در نمونه‌های دیگر از اقشار مختلف جامعه، پیشنهاد می‌گردد؛ بنابراین با توجه به مزایای قابل ملاحظه در تأثیر هوش معنوی بر سلامت روانی قشر دانشجو و به‌ویژه ظهور و تقویت تفکر مثبت نسبت به خود، دیگران و آینده و نیز ایجاد خوداعتمادی در افراد، لازم است که مسائل عاطفی و روانی این قشر گسترده در کشور، جدی تلقی شده و مورد رسیدگی قرار گیرد. همچنین با توجه به نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌گردد که پژوهشگرانی که به موضوع این تحقیق علاقه‌مند هستند، تأثیر هوش معنوی و نیز مثبت‌اندیشی را در سایر حوزه‌ها همچون پیش‌گیری از افسردگی، اضطراب، ارتقای بهداشت روانی، پیشرفت تحصیلی و مقابله با استرس در دانشجویان مورد مطالعه و بررسی قرار دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود که آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی و نیز تقویت

روحیه معنویت به صورت یک برنامه منظم و مدون و در قالب کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی برای دانشجویان، به منظور تقویت و ارتقای احساس شادکامی، عزت‌نفس و توانمندسازی افراد پیش‌بینی و برگزار گردد.

References

- Abdollahzadeh, H.; Keshmiri, M., & Arab, A. F. (2007). *Construction and standardization of spiritual intelligence questionnaire*. (1st ed), Published Psychometric, Tehran, (in Persian).
- Abdul Rahman, Z., & Shah, I. M. (2015). Measuring Islamic spiritual intelligence. *International Accounting and Business Conference, Iabc, Procedia Economics and Finance*, 134-139.
- Akbari zadeh, F.; Bagheri, F.; Hatami, F., & Hajivandi, A. (2010). The relationship between spiritual intelligence, hardiness and general health among nurse. *Kermanshah University of Medical Sciences Journal*, 6(15), 472-476, (in Persian).
- Amrai, K.; Farahani, A.; Ebrahimi, M., & Bagheriand, V. (2011). Relationship between personality traits and spiritual intelligence among university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15, 12-609.
- Amram, Y. (2007). *The seven dimensions of spiritual intelligence: An ecumenical, grounded theory*. Paper presented at the 115th Annual Conference of the American Psychological Association, San Francisco, CA.
- Babolhavaeji, F.; Rostami N. A.; Tajedini, O., & Hashemi nasab, F. (2010). The relationship between spiritual intelligence and happiness of librarians working in the libraries of Tehran University. *Journal of Research in Library and Information Research of University*, 45(58), 101-121, (in Persian).
- Behloli, A. A.; Karimi Motlagh, M., & Dehghanpour, F. H. (2015). Examine the role of spiritual intelligence on optimism and psychological well-being of teachers in City Taibad of Iran. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(7), 163-170, (in Persian).
- Caprara, G.; Steca, P.; Gerbino, M.; Paciello, M., & Vecchio, G. (2006). Looking for adolescent's well-being: self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 15(1), 30-43.
- Diener, E. D.; Lucas, R. E., & Oishi, Sh. S. (2000). Subjective well-being (the science of happiness and life satisfaction). *Journal of Psychological Science*, 7, 181-185.
- Eagleson, C.; Hayes, S.; Mathews, A., & Perman, G. (2016). The power of positive thinking: Pathological worry is reduced by thought replacement in Generalized Anxiety Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 78, 13-18.

Ebrahimi, A.; Keykhosrovani, M.; Dehghani, M., & Javdan, M. (2012). Investigating the relationship between resilience, spiritual intelligence and mental health of a group of undergraduate students. *Science Journal*, 9(1), 67-70.

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.

Faghihi, S. (2007). *The effectiveness of optimism skills on the job satisfaction of Sabzevar car factory*. Master's thesis, field of General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabaie University, (in Persian).

Forster, J. R. (1991). Facilitating positive changes. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 4, 281-292.

Ghavidel, S.; Giloori, A., & Noshinfard, F. (2011). Librarians and optimism skills: A case study in libraries of universities under the Ministry of Science Research and Technology in Tehran. *Research Librarian and Information*, 2, 245-262, (in Persian).

Gordeeva, T. O., & Osin, E. N. (2010). Positive thinking as a factor of academic achievement in senior school students. *Moscow MV Lomonosov State University*, 117(1), 234-240.

Hildebrant, L. S. (2011). *Spiritual intelligence: is it related to a leader's level of ethical development?* Doctoral thesis, field of Philosophy, Capella University.

Ingram, R. E., & Wisnicki, K. S. (1988). Assessment of positive automatic cognition. San Diego State University. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 898-902.

Kalantarkousheh, S. M.; Sharghib, N.; Soleimanic, M., & Ramezanid, S. (2014). The role of spiritual intelligence on organizational commitment in employees of universities in Tehran Province, Iran Procedia. *Social and Behavioral Sciences*, 140, 499 – 505.

Keshvari, S. (2010). *Relationship between cultural intelligence, positive thinking and mental health in the Ministry of Education*. Master's thesis, Faculty of Humanities, Azad University of Sari, (in Persian).

Khodayari fard, M., & Ghobari, B. B. (2011). Construction and psychometric properties of a scale optimism. *A Research Project Faculty of Psychology and Educational Sciences*, Tehran University, (in Persian).

Khodayari, F. M. (2000). Use positive thinking effects in psychotherapy with emphasis on Islamic perspective and Educational Sciences. *Journal of Psychology*, 30, 140-164, (in Persian).

McSherry, W.; Draper, P., & Kendrick, D. (2002). The construct validity of a rating scale designed to assess spirituality and spiritual care. *International Journal of Nursing Studies*, 39(7), 723-34.

Moallemi, S.; Bakhshani, N. M., & Raghbi, M. (2009). The relationship between mental health, spiritual intelligence and dysfunctional thoughts in Sistan

and Baluchestan University. *Journal of Mental Health*, 12(4), 709-702, (in Persian).

Mohebi, P.; Rastgari, L.; Jafari, E., & sepehrinia, M. (2011). Spiritual intelligence in nursing students and its relationship with some demographic variables. *Journal of Nursing and Midwifery*, 2, 49-56, (in Persian).

Nohi, E.; Rahimi, N., & Nakhaei, N. (2012). Review of spiritual intelligence in nursing and midwifery students at Kerman University of Medical Sciences in 2011. *Journal of the History of Medicine*, 17, 78-63, (in Persian).

Peymanfar, M.; Saat Chian, V.; Eghbali, H. B., & Peymanfar, H. (2011). Structural model of factors affecting on the athletes of Zurkhanehs piritual intelligence. *Journal of Sport Psychology*, 1, 57-68, (in Persian).

Raeisi, M.; Ahmari T. H.; Heydari, S.; Jafarbeyglou, E.; Abedini, Z., & Bathaei, S. A. (2013). Relationship between spiritual intelligence, happiness and academic achievement of students in Qom University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 13(55), 431-440.

Ferdowsi University of Mashhad Regulations. (2015). <http://um.ac.ir/pages-display-id-78.html>

Rostami, A. M., & Cheraghali Gol, H. (2014). Prediction of marital satisfaction based on spiritual intelligence procedia. *Social and Behavioral Sciences*, 116, 2573 – 2577.

Sadeghi, M.; Bagherzadeh, L. R., & Haghshenas, M. (2009). Religious attitude and mental health in students of Mazandaran University of Medical Sciences. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 20(75), 75-71, (in Persian).

Samadi, P. (2005). Cultural intelligence. *Journal of New Ideas of Educational*, 2(3&4), 114-99.

Schulman, P.; Keith, D., & Seligman, M. E. P. (1993). Is optimism heritable? A study of twins. *Behavior Research and Therapy*, 31, 569-574.

Schweingruber, D. (2006). Success through a positive mental attitude? The role of positive thinking in door-to-door Sales. *The Sociological Quarterly*, 47, 41-68.

Semiari, H.; Heravi, K. M.; Nasiri, M., & Arabi, F. (2013). The study of spiritual intelligence on dental students of Tehran. *Journal of Nursing Education*, 3(4), 57-48, (in Persian).

Shahabi, Z. (2005). *Investigate the relationship between personality types of A and B with optimism and pessimism in the public administration staff in Tehran*. Master's thesis, field of General Psychology, University of Azahra, (in Persian).

Silingiene, V., & Skeriene, S. (2015). *Expression of leaders' spiritual intelligence in a context of service organizations: A gender approach*. 20th International Scientific Conference Economics and Management (ICEM-2015), Procedia - Social and Behavioral Sciences, 213, 758 – 763

Sisk, D. A. (2002). Spiritual intelligence: The tenth intelligence that integrates all other intelligences. *Gifted Education International*, 16(3), 208-212.

Smith, S. (2004). Exploring the interaction of emotional intelligence and spirituality. *Traumatology*, 10(4), 231-243.

Sohrabi, F., & Javanbakhsh, A. (2005). The effectiveness of strengthening group therapy optimism skills, on locus of control of high school students in Gorgan. *The Journal of Behavior*, 16, 59-68, (in Persian).

Tavakkolizadeh, J., & Mohammadpoor, A. (2000). Investigation of depression in medical student in Gonabad Medical Science University. *Journal of Medical science of Gonabad University*, 7(1), 26-33, (in Persian).

Yadav, S. h., Kohli, N., & Kumar, V. (2016). Spiritual intelligence and ethics in negotiation. *Journal of Psychosocial Research*, 11(1), 43-54.

Yadollahpour, M. H., & Fazeli Kebria, M. (2014). A comparative study of the concept of spiritual intelligence in terms of psychology and Islam. *Islam and Health Journal*, 1(1), 48-57, (in Persian).

Zamanlo, S., & Khademi, A. (2012). Spiritual intelligence is the mental health of employees. *Journal of Excellence*, 3(19 &20), 26-29, (in Persian).