

پیش بینی شادکامی دانشجویان بر اساس هوش معنوی

سمیه ضمیری نژاد^۱، مریم پیلتن^۲، مرتضی حق شناس^۳، یاسر تیرایی^۴، آرش اکابری^۵

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، مرکز تحقیقات بهداشت روان، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان-انستیتو روانپزشکی تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، جمعیت حلال احمر خراسان شمالی، اسفراین، ایران

^۴ عضو هیات علمی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران

^۵ عضو هیات علمی، مرکز تحقیقات اعتیاد و علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران

نشانی نویسنده مسئول: مریم پیلتن، کارشناس ارشد روانشناسی بالینی. آدرس: ایران، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی

E-mail: Maryam.piltan65@gmail.com

وصول: ۹۲/۱۰/۹، اصلاح: ۹۲/۱۱/۲۰، پذیرش: ۹۲/۱۱/۲۸

چکیده

مقدمه: افراد می توانند با استفاده از هوش معنوی فعالیت ها و زندگی خود را در مسیری عمیق و معنادارتر هدایت کنند. به کارگیری الگوهای معنوی و دینی در زندگی روزمره می تواند موجب افزایش سازگاری و بهزیستی انسان شود. هدف مطالعه حاضر این است که آیا هوش معنوی قادر به پیش بینی شادکامی می باشد یا خیر.

روش: این مطالعه مقطعی-تحلیلی روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در سال ۱۳۹۱ انجام شد، در این مطالعه تعداد ۱۲۹ نفر با روش نمونه گیری طبقه ای متناسب به صورت تصادفی انتخاب شدند. افراد نمونه پرسش نامه های خودسنجی هوش معنوی و شادکامی آکسفورد را تکمیل نمودند و داده ها با آزمون های آماری ضریب همبستگی و t مستقل و رگرسیون چندگانه خطی به روش گام به گام (stepwise) توسط نرم افزار SPSS 20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. سطح معنی داری در این مطالعه ۰,۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته ها: ضریب همبستگی بین هوش معنوی و شادکامی برابر $r=0/505$ به دست آمد، که از نظر آماری معنی دار بود ($P<0/001$). در پیش بینی نمره شادکامی با متغیرهای هوش معنوی و کنترل اثر متغیرهای جنسیت، سن، محل سکونت و معدل با استفاده از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام نتیجه گرفته شد که فقط متغیرهای هوش معنوی و جنسیت به صورت معناداری قادر به پیش بینی نمره شادکامی بودند. هم چنین دو بعد تفکر وجودی انتقادی و معنای شخصی از ابعاد هوش معنوی به صورت معناداری پیش بینی کننده شادکامی بودند.

نتیجه گیری: از این مطالعه نتیجه می شود که بر اساس هوش معنوی و جنسیت می توان شادکامی افراد را پیش بینی نمود. از آنجا که هوش معنوی مجموعه ای از توانایی هاست، می توان با ارتقای این مهارت ها در دانشجویان زمینه بالابردن شادکامی در آن ها را فراهم کرد.

کلیدواژه ها: هوش معنوی، شادکامی، دانشجویان

مقدمه

مهارت ها و توانایی های مختلف است که هر کدام به

اشکال متفاوت در بافت های اجتماعی و تاریخی ظاهر

هوش، از جمله هوش معنوی بیانگر مجموعه

می شوند. هوش معنوی ترکیبی از عناصر هوش و معنویت است (۱). بر همین اساس زوهر (۲۰۱۲) معتقد است که هوش معنوی زاینده بینشی عمیق در وقایع زندگی است و شخص را در برابر حوادث زندگی مقاوم می کند و به وسیله آن افراد به مشکلات معنایی و ارزشی پرداخته و آن را حل می کنند (۲). هوش معنوی نوعی از هوش است که با استفاده از آن افراد قادر می شوند تا فعالیت ها و زندگی خود را در مسیری عمیق و معنادار هدایت کنند. به کارگیری الگوهای معنوی و دینی در زندگی روزمره بشر می تواند موجب افزایش سازگاری و بهزیستی انسان شود (۳).

شاو می گوید از آنجا که لذت های آنی زودگذر هستند، انسان ها همواره به دنبال لذت های پایدارتر بوده اند. فعالیت هایی که افراد برای جستجوی معنویت انجام می دهند از جمله کمک به دیگران و دل سوزی برای آن ها می تواند منجر به شادکامی شود (۴). هم چنین سلیگمن می گوید اگر آنچه ما را به یک شادی بزرگتر پیوند دهد، کشف کنیم، به شادکامی رسیده ایم.

آذربایجانی (۱۳۸۹) به نقل از ارسطو سه نوع شادمانی را معرفی می کند. ارسطو در پایین ترین سطح، شادی را همان لذت می داند. در سطح بالاتر، شادی همان موفقیت و کامیابی است و نوع سوم شادی، شادی برآمده از معنویت است. وی معتقد است شادکامی حقیقی از ارضای امیال حاصل نمی شود؛ بلکه از انجام چیزی که از لحاظ اخلاقی ارزش انجام دادن دارد؛ یعنی از تجلی فضیلت حاصل می شود (۵).

شادکامی به عنوان مفهومی مثبت برای سالم ماندن ضروری و حیاتی است. شادکامی غلبه احساسات مثبت به منفی و تمرکز بر بعد عاطفی موقعیت های زندگی تعریف شده است (۶). شادکامی دارای سه جزء اساسی است که عبارتند از هیجانان مثبت، رضایت در زندگی و فقدان عواطف منفی. روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصی و دوست داشتن دیگران نیز از دیگر

اجزای شادکامی هستند (۷).

در تحقیقی که مایرز انجام داد، به این نکته پرداخت که افراد شاد در وجود خود احساس امنیت بیشتری می کنند، آسان تر تصمیم می گیرند، دارای روحیه مشارکتی بالاتری هستند و احساس رضایت آن ها در زندگی بیش تر است (۸).

شادکامی دارای اثرات مثبت و اثربخشی برای افراد مختلف است، از جمله این اثرات افزایش قدرت تفکر و ارتقا کیفیت ارتباطات است. در این حالت احساس نوع دوستی افزایش یافته و افراد به دیگران کمک می کنند. افراد شادکام در مشاغل خود موفق ترند، وظایف خود را بهتر انجام داده و قدرت حل مسأله بیشتری دارند (۷).

افراد دارای روحیه شاد، هنگام انجام فعالیت های روزمره، مثبت اندیشی را سرلوحه فعالیت های خود قرار می دهند و دارای قدرت چاره اندیشی بیش تر هنگام رویارویی با مشکلات کوچک و بزرگ زندگی هستند. به عبارت دیگر شادکامی هنگامی پدیدار می شود که انسان، دارای احساس رضایت بیش تر از خود و محیط اطراف خود است (۹).

به طور خلاصه در پژوهش های مربوط به شادکامی چهار رویکرد کلی را می توان مشخص نمود: نخست، برخی مطالعات به بررسی مفهوم شادکامی پرداخته اند و این که آیا شادکامی یک صفت و ویژگی ذاتی و وراثتی است یا نه؟ دوم، مطالعاتی که به بررسی هم بستگی و رابطه عوامل مختلف شخصیتی، فرهنگی، اجتماعی و جمعیت شناختی با شادکامی پرداخته اند. سوم، در تعدادی از این بررسی ها سنجش میزان شادکامی افراد و تهیه ابزارهایی برای این منظور مورد توجه بوده است. چهارم، در برخی پژوهش ها که در سال های اخیر بیش تر شده، بررسی عوامل موثر بر شادکامی و شیوه های افزایش شادکامی مورد توجه قرار گرفته است (۵). این مطالعه با این هدف که آیا هوش معنوی قادر به پیش بینی شادکامی می باشد یا خیر انجام شد.

روش

این مطالعه از نوع مقطعی-تحلیلی می باشد که داده های آن در سال ۱۳۹۱ جمع آوری شد. حجم نمونه لازم برای این مطالعه با هدف بررسی ارتباط بین هوش معنوی و شادکامی دانشجویان بر اساس مطالعه ای مقدماتی از دانشجویان جامعه هدف صورت گرفت، بر اساس ضریب هم بستگی به دست آمده بین هوش معنوی و شادکامی و با اطمینان ۹۹٪ و توان آزمون ۹۰٪ حجم نمونه لازم برای تحقق اهداف این مطالعه ۱۰۷ نفر برآورد شد که در این مطالعه ۱۲۹ نفر مورد بررسی قرار گرفت. از روش نمونه گیری طبقه ای متناسب به صورت تصادفی استفاده شد که رشته های تحصیلی و جنسیت به عنوان طبقه در نظر گرفته شدند. افراد مورد بررسی پرسش نامه محقق ساخته جمعیت شناختی، مقیاس خودسنجی هوش معنوی وهم چنین مقیاس شادکامی آکسفورد را تکمیل نمودند.

ابزارهای مورد استفاده در مطالعه

مقیاس خودسنجی هوش معنوی:

این پرسش نامه توسط کینگ به منظور سنجش توانایی های ذهنی هوش معنوی ساخته شده است. این پرسش نامه دارای ۲۴ عبارت است که توانایی های مربوط به هوش معنوی را در چهار بعد اصلی ارزیابی می کند. این ابعاد شامل توانایی تفکر انتقادی وجودی، تولید معنای شخصی، آگاهی متعالی و بسط هشیاری است. پاسخ های آن به صورت طیف لیکرت ۵ تایی از "به هیچ وجه در مورد من صدق نمی کند" تا "کاملاً در مورد من صدق می کند" می باشد. کینگ و دسیکوا ضریب آلفای کرونباخ کل این آزمون را ۰/۹۲، و ضریب آلفای زیرمقیاس های آن را بدین شرح گزارش کرده اند: تفکر انتقادی وجودی = ۰/۷۸، تولید معنای شخصی = ۰/۷۸، آگاهی متعالی = ۰/۸۷ و بسط هشیاری = ۰/۹۱ (۱۰). آقابابایی و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهشی به منظور بررسی ویژگی های سنجشی این پرسش نامه ضریب پایایی کل آزمون را ۰/۸۸ گزارش

کردند. هم چنین به منظور بررسی اعتبار همگرایی پرسش نامه خودسنجی هوش معنوی همبستگی آن را با آزمون جهت گیری مذهبی با تکیه بر اسلام و مقیاس خودارزیابی معنویت بدست آوردند. هم بستگی بین این پرسش نامه ها حاکی از اعتبار همگرایی این ابزار است (۱۱).
مقیاس شادکامی آکسفورد (OHI):

فهرست ۲۹ گزاره ای شادکامی آکسفورد که برای اولین بار توسط آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) ساخته شد، دارای اعتبار و روایی بالایی است (۱۲). به این ترتیب که آرگایل پس از رایزنی با آرون تی. بک، بر آن شد تا جملات فهرست افسردگی بک را معکوس کند و به این ترتیب ۲۱ گزاره تهیه کرد سپس گزاره های دیگری به آن افزود تا جنبه های دیگر شادکامی را نیز در بر بگیرد. آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) ضریب آلفای ۰/۹ را در ۳۴۷ آزمودنی و فورنهام و بروینگ (۱۹۹۰) نیز ضریب آلفای ۰/۸۷ را برای ۱۰۱ آزمودنی گزارش کردند (۱۳). فرانسس و همکاران (۱۹۹۸) در یک پژوهش بین فرهنگی در کشورهای انگلستان، امریکا، استرالیا و کانادا به ترتیب ضرایب آلفای ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۸۹ و ۰/۸۹ را گزارش کردند (۱۴). در پژوهشی که توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) در نمونه ای متشکل از ۱۰۱ نفر از دانشجویان دانشگاه های تهران صورت گرفت ضریب همسانی درونی برای گروه های مردان و زنان به ترتیب برابر با ۰/۹۴ و ۰/۹ و اعتبار بازآزمایی پس از ۷ هفته ۰/۷۸ به دست آمد (۱۵).

تجزیه و تحلیل آماری

با توجه به نحوه امتیاز دهی سوالات، مقیاس شادکامی در محدوده صفر تا ۸۷ بود و امتیاز پرسش نامه هوش معنوی در محدوده ۲۴ تا ۱۲۰ بود. جهت درک بهتر نمرات کسب شده با تبدیل مناسب، محدوده امتیازات در هر دو ابزار مقیاس شادکامی و پرسش نامه هوش معنوی به صفر تا ۱۰۰ تبدیل شد. داده ها با آزمون های آماری

هوش معنوی دختران و پسران اختلاف معنی داری مشاهده نشد. میانگین شادکامی ($p=0/294$) و هوش معنوی ($p=0/860$) در رشته های مختلف تفاوت معنی داری را نشان نداد.

میانگین نمره شادکامی دانشجویان غیر خوابگاهی بیش تر از دانشجویان خوابگاهی بود ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نبود، هم چنین میانگین نمره هوش معنوی دانشجویان خوابگاهی و ساکن منزل تفاوت معنی داری نداشت. (جدول ۱)

در بررسی ارتباط بین هوش معنوی و شادکامی مشخص شد که ضریب همبستگی بین این دو متغیر برابر $r=0/505$ به دست آمد، که از نظر آماری معنی دار بود ($P<0/001$).

در پیش بینی نمره شادکامی دانشجویان با متغیر های هوش معنوی کلی با کنترل اثر جنسیت، سن، محل سکونت و معدل با استفاده از رگرسیون خطی چندگانه به

ضریب هم بستگی پیرسون و t مستقل و رگرسیون چندگانه خطی به روش گام به گام (stepwise) توسط نرم افزار SPSS 20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها

میانگین سنی افراد مورد بررسی $21/09 \pm 2/10$ سال بود که $63/6\%$ زن و $30/5\%$ را مرد تشکیل می دادند. از دانشجویان مورد مطالعه $86/6\%$ ساکن خوابگاه و $13/4\%$ غیر خوابگاهی بودند. میانگین نمرات شادکامی و هوش معنوی که نمره ممکن آنها در بازه صفر تا صد تعریف شده بود به ترتیب $51/02 \pm 17/52$ و $58/92 \pm 15/67$ به دست آمد.

نتایج مقایسه میانگین نمره شادکامی دختران و پسران نشان داد که میانگین نمره شادکامی پسران بیش تر از دختران بوده است ولی اختلاف میانگین دو گروه از نظر آماری معنی داری نبود. هم چنین میانگین نمره

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار شادکامی و هوش معنوی به تفکیک جنسیت و محل سکونت

| شادکامی | هوش معنوی کلی | | |
|-------------------|-------------------|---------|-----------|
| $50/41 \pm 15/64$ | $61/5 \pm 15/0$ | زن | جنسیت |
| $53/96 \pm 20/33$ | $63/0 \pm 18/4$ | مرد | |
| $0/303$ | $0/60$ | p-value | |
| $49/86 \pm 17/65$ | $57/94 \pm 15/22$ | خوابگاه | محل سکونت |
| $57/20 \pm 16/29$ | $64/64 \pm 18/47$ | منزل | |
| $0/110$ | $0/103$ | p-value | |

جدول ۲: نتایج مدل رگرسیون خطی چندگانه به روش قدم به قدم در پیش بینی شادکامی بر اساس هوش معنوی کلی، جنسیت، سن، محل سکونت و معدل نمونه های پژوهش

| متغیر | B | B | p-value | F | p-value | مناسب بودن مدل رگرسیون | ضرایب هم بستگی و تعیین |
|-----------|---------|---------|---------|----------|---------|------------------------|------------------------|
| هوش معنوی | $0/607$ | $0/531$ | $0/000$ | $20/589$ | $0/000$ | p-value | R |
| جنسیت | $7/236$ | $0/195$ | $0/027$ | | | | R2 |
| | | | | | | | $0/309$ |

جدول ۳: نتایج مدل رگرسیون خطی چندگانه به روش قدم به قدم در پیش بینی شادکامی بر اساس مولفه های هوش معنوی، جنسیت، سن، محل سکونت و معدل نمونه های پژوهش

| متغیر | B | B | p-value | F | p-value | مناسب بودن مدل رگرسیون | ضرایب تعیین |
|-----------------------|---------|---------|---------|----------|---------|------------------------|-------------|
| بعد معنی شخصی | $0/342$ | $0/360$ | $0/002$ | $18/094$ | $0/014$ | p-value | R2 |
| بعد تفکر انتقاد وجودی | $0/283$ | $0/283$ | $0/014$ | | | | $0/353$ |
| جنسیت | $6/980$ | $0/188$ | $0/027$ | | | | |

روش گام به گام چنین نتیجه گرفته شد که از بین متغیر های پیش بینی، فقط هوش معنوی و جنسیت در پیش بینی نمره شادکامی معنی دار بودند و سایر متغیر ها از مدل خارج شدند (جدول ۲).

در تحلیل های بیش تر جهت پیش بینی شادکامی با چهار مولفه هوش معنوی (تفکر انتقاد وجودی، معنی شخصی، آگاهی متعالی، بسط هوشیاری) با کنترل اثر متغیر های جنسیت، سن، محل سکونت و معدل با استفاده از روش رگرسیون خطی چندگانه به روش قدم به قدم نتیجه گرفته شد که دو مولفه معنی شخصی، تفکر انتقاد وجودی و جنسیت به صورت معنی داری قادر به پیش بینی شادکامی بودند (جدول ۳).

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد که هوش معنوی و جنسیت به صورت معنی داری قادر به پیش بینی نمره شادکامی دانشجویان می باشند. هم چنین در تحلیل های بیش تر، دو مولفه از چهار مولفه هوش معنوی یعنی معنی شخصی و تفکر وجودی انتقادی به همراه جنسیت به صورت معنی داری قادر به پیش بینی شادکامی در جمعیت هدف بودند. رابطه مثبت بین معنویت و شادکامی در مطالعات متعددی گزارش شده است. آرگایل (۲۰۰۱) در متاآنالیزی از ۵۶ مطالعه که روی بزرگسالان در ایالات متحده انجام شده بود، همبستگی متوسط ۰/۱۶ را بین معنویت کلی و شادکامی یافت (۷). مطالعات مشابه دیگری نیز این رابطه مثبت را گزارش کرده اند که شامل رابطه مثبت بین معنویت و رضایت از زندگی (۱۶) شادکامی (۱۷، ۷ و ۱۸) و بهزیستی روانی (۱۹ و ۲۰) می باشد.

در بررسی بیش تر برای تصریح این که کدام یک از مولفه های هوش معنوی به صورت معنادار، شادکامی را پیش بینی می کنند، چهار بعد پرسش نامه هوش معنوی کینگ و دسیکو (۲۰۰۹) وارد مدل شدند. اما از این چهار بعد فقط ابعاد تفکر وجودی انتقادی و معنای شخصی

پیش بینی کننده شادکامی بودند. کینگ و دسیکو (۲۰۰۹) در ساخت ابزاری برای سنجش هوش معنوی با توجه به مطالعات و نظریات پیشین، چهار بعد را معرفی و تعریف کرده اند. تفکر وجودی انتقادی ظرفیت اندیشیدن درباره معنا، هدف و دیگر موضوعات متافیزیکی (مانند زمان، فضا، واقعیت، مرگ و ...) است (۱۰). اخیراً عنوان شده است که تفکر وجودی انتقادی می تواند در مورد هر موضوعی در زندگی به کار رود. هر موضوع یا اتفاقی می تواند در ارتباط با وجود شخص در نظر گرفته شود. شناخت ها جزو ابعاد اصلی تفکر وجودی هستند. هم چنین عنوان شده است که تنها سوال کردن درباره وجود، نشان دهنده تبحر در این توانایی نیست بلکه شخص باید بتواند به موضوعات وجودی بیاندهد و به صورت نقادانه آن ها را تحلیل کند و در مواردی با ترکیب دانش علمی و تجارب شخصی به نتیجه گیری جدید یا فلسفه شخصی درباره وجود دست پیدا کند (۱۰). هر چند تحقیقات زیادی در حیطه رشد و تحول هوش معنوی صورت نگرفته است، ولی می توان گفت که استعداد این هوش در افراد مختلف، متفاوت است و در اثر برخورد با محیط های غنی که سوالات معنوی را بر می انگیزاند، به تدریج تحول یافته و شکل می گیرد (۲۱). این که داشتن توانایی تفکر وجودی انتقادی چگونه به شادکامی بیش تر می انجامد می تواند به خاطر ماهیت شناختی شادکامی باشد. مطالعات تحلیل عاملی، نشان داده اند که شادکامی دو جنبه عاطفی و شناختی دارد (۲۲). از دید سایر محققان شادکامی دارای جنبه های عاطفی، اجتماعی و شناختی است. به طوری که مولفه عاطفی باعث می شود فرد از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد، مولفه اجتماعی موجب گسترش روابط اجتماعی با دیگران و افزایش حمایت اجتماعی می شود و مولفه شناختی موجب می شود که فرد وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوشبینی وی را به دنبال داشته باشد (۲۳). چنان که آرگایل خود نیز عنوان کرده است که سوال های مقیاس شادکامی ای که ساخته است

تقریباً منفی شده مقیاس افسردگی بک است (۲۴). لذا با در نظر گرفتن این که توانایی تفکر انتقادی نیازمند به چالش کشیدن و سوال کردن در مورد وقایع و موضوعات است که نهایتاً به نتیجه گیری منطقی می انجامد، احتمالاً افرادی که این توانایی را دارند خطاهای شناختی کمتری در ارزیابی موقعیت خود دارند که منجر به شادکامی بیش تر و افسردگی کمتر خواهد شد.

جز دیگر هوش معنوی تولید معنای شخصی است، که از نظر کینگ و دسیکو (۲۰۰۹) به معنای ساختن معنای شخصی و هدف در تمام تجارب فیزیکی و ذهنی است، شامل پتانسیلی برای ساختن و هدایت هدف زندگی (۱۰). تعداد نا محدودی از منابع، معنا و هدف نام برده شده است مثل فعالیت های لذت بخش (۲۵)، کار (۲۶)، خاطرات (۲۷) و رویاها (۲۸). شاید بتوان پاسخ سوال "چرا زندگی می کنیم؟" را نادیده گرفت، اما نادیده گرفتن پاسخ "چگونه باید زندگی کنیم؟" آسان نیست. اروین یالوم (۱۹۸۰) در کتاب رواندرمانی اگزیستانسیال می گوید، روشن است که ما سخت نیازمند معناییم و در فقدانش بسیار آشفته. هم چنان فرانکل می گوید: "نمی توان در پی شادی رفت؛ شادی از پی انسان می آید"، پس لذت هدف نهایی نیست، بلکه پیامد جستجوی فرد برای معناست (۲۹). سلیگمن، رشید و پارکز (۲۰۰۶) مفهوم شادکامی را در سه مولفه جای داده اند: هیجان های مثبت (زندگی با نشاط)، تعهد (زندگی درگیرانه یا زندگی خوب) و معناداری (زندگی با معنا) (۳۰). بنابراین در صورتی که فرد دارای توانایی تولید معنای شخصی باشد، از زندگی لذت خواهد برد و در نتیجه شاد خواهد بود. چنان که پژوهش حاضر نیز مؤید این مطلب است.

دانشجویان با استرس های تحصیلی و اجتماعی زیادی مواجه می شوند که سلامت جسمی و روانی شان را به مخاطره می اندازد. در چنین شرایطی منبعی که می تواند به آن ها کمک کند معنویت است (۳۱)، زیرا می

تواند آن ها را در توجه به تجارب معنوی خود و به کارگیری آن در حل مسائل و درک ارزش و غنای زندگی یاری دهد [۳۲]. استفاده از هوش معنوی آن ها را قادر می سازد تا برای حل مشکلات با شیوه نگرش معنوی اقدام کنند و به حقیقت رسیده و احساس شادکامی کنند. وقتی افراد احساس شادکامی کنند خلاق تر و کارآمد تر هستند و می توانند بهتر تصمیم گیری کنند (۳۱).

هم چنین یافته ها بیانگر این است که جنسیت مرد، شادکامی بیشتری را در پی خواهد داشت. این یافته با یافته های مطالعات دیگری مانند خسروی و چراغ ملایی (۱۳۹۰) (۳۳)، بیرامی و همکاران (۱۳۸۹) (۳۴) هم سو است. یافته های پژوهش خسروی و چراغ ملایی (۱۳۹۰) حاکی از این است که برای زنان تجارب پرمعنا و لذت بخش و برای مردان صرفاً تجارب لذت بخش عمده ترین منابع شادکامی و لذت به شمار می روند. همان طور که از این یافته ها پیداست ممکن است تفاوت میزان شادکامی در پسران و دختران در مطالعه حاضر نیز به خاطر منابع متفاوت شادکامی برای دو جنس باشد. منابعی از قبیل پذیرفته بودن رفتارهای خودمختارانه از سوی پسران، محدودیت های کمتر اجتماعی و احساس امنیت در شهر غیر بومی و محیط های نا آشنا و وجود تفریحات و سرگرمی های مجاز بیش تر برای پسران که منابع شادکامی آن ها را فراهم می آورد. حال آنکه رفتارهای خودمختارانه از سوی دختران کمتر پذیرفتنی است، یا این که دختران در سنین دانشجویی که برای اولین بار خانواده خود را به قصد زندگی مستقل ترک کرده اند، احتمالاً در شهر و محیط جدید احساس عدم امنیت و عدم اعتماد بیشتری را تجربه می کنند که می تواند میزان شادکامی آن ها را کاهش دهد. مطمئناً عوامل زیاد دیگری در این تفاوت میزان شادکامی دخیل هستند که نیازمند پژوهش های کنترل شده بیشتری است تا بتوان در جهت رفع این مشکل اقدام کرد.

پیشهادات

شود، ارزیابی این که آیا نمونه ای نیازمند ارتقای هوش معنوی است یا نه می تواند مفید باشد. هم چنین از آن جایی که شادکامی دارای مولفه های شناختی، عاطفی و اجتماعی هست (۲۳)، پیشنهاد می شود سایر منابع شادکامی نیز مورد مطالعه قرار بگیرند. ممکن است متغیرهای اجتماعی رابطه بین هوش معنوی و شادکامی را تحت تاثیر قرار دهند یا مخدوش کند. هم چنین ممکن است در نمونه هایی با جنسیت های متفاوت روابط متفاوتی مشاهده شود.

پیشنهاد می شود در پژوهش آتی میزان هوش معنوی در گروه های مختلف با هم مقایسه شود. حتی اگر نقطه برشی برای میزان هوش معنوی مطلوب در مقیاس های اندازه گیری مطرح نشده است، می توان در مقایسه با مطالعات دیگران ارزیابی کرد که آیا هوش معنوی نمونه مورد مطالعه در سطح مطلوب هست یا نه. چون از آن جایی که هوش معنوی یکی از پیش بین های شادکامی است و شادکامی نیز باعث افزایش کیفیت عملکرد می

References

1. Emmons RA. Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *International Journal for the psychology of Religion*. 2000; 10(1): 3-26.
2. Zohar D, Marshall I. *Spiritual intelligence: The ultimate intelligence*. Bloomsbury Publishing, 2012.
3. Amram Y. The seven dimensions of spiritual intelligence: An ecumenical, grounded theory. 115th Annual Conference of the American Psychological Association, San Francisco, CA. 2007.
4. Shaw I. Society and mental health: the place of religion. *Mental Health Review Journal*. 2008; 13(1): 4-7.
5. Azarbajani M, Mohammadi KA. Delight test formation and validity by emphasis on islam. *Biquarterly Journal of Islamic education*. 2010; 5(10): 121-47.
6. Bekhet AK, Zauszniewski JA, Nakhla WE. Happiness: Theoretical and Empirical Considerations, *Nursing Forum*. 2008; 43 (1): 12-23.
7. Argyle M. *The Psychology of Happiness*, Routledge publisher, 2nd ed., 2001.
8. Myers DG. *Happiness*, excerpted from *Psychology*, New York: Worth Publishers. 2004: 7th ed.
9. Sisk D. Engaging the spiritual intelligence of gifted students to build global awareness in the classroom. *Roeper Review*. 2008; 30(1): 24-30.
10. King DB, DeCicco TL. A Viable Model and Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2009; 28(1): 68-85.
11. Aghababaei N, Farahani H, Rahimi Nejad A. The characteristics assessment of spiritual intelligence machinery in the short questionnaire study. *J Psychol Sci*. 2010;9:169-79.
12. Argyle M, Maryanne M, Jill C. Happiness as a function of personality and social encounters. *Recent advances in social psychology: An international perspective*. 1989: 189-203.
13. Furnham A, Brewing C. Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*. 1990; 11: 1093-6.
14. Francis LJ, Brown LB, Lester D, Philipchalk R. Happiness as stable extraversion: A cross-cultural examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the UK, USA, Australia, and Canada. *Personality and Individual Differences*. 1998; 24(2): 167-71.
15. Alipoor A, Noorbala A. A Preliminary Evaluation of the Validity and Reliability of the Oxford Happiness Questionnaire in Students in the Universities of Tehran. *IJPCP*. 1999; 5 (1-2) :55-66. [Persian]
16. Kelley BS, Miller L. Life satisfaction and spirituality in adolescents. *Research in the Social Scientific Study of Religion*. 2007; 18 : 233-62.
17. Babalhavaeji F, Rostaminasab A, Tajedini O, Hasheminasab F. Survey of relationship between spiritual intelligence and happiness among librarians who work in University of Tehran libraries. *Journal of Academic Librarianship and Information Research*. 2012; 45(58): 101-21.[Persian]
18. Francis LJ, Susan H. Jones, and Carolyn Wilcox. Religiosity and happiness: During adolescence, young adulthood, and later life. *Journal of Psychology and Christianity*. 2000; 19(3): 245-57.
19. Ciarrocchi JW, Deneke E. Hope, optimism, pessimism, and spirituality as predictors of wellbeing controlling for personality. *Research in the Social Scientific Study of Religion*. 2006; 16: 161-83.
20. Cohen AB. The importance of spirituality in well-being for Jews and Christians. *Journal of happiness studies*. 2002; 3(3): 287-310.
21. Ghorbani BB, Saliani L, Salimi M, Noori Moghadam S. *Spiritual intelligence*. ANDISHE-E-NAVIN-E-DINI.

- 2007.
22. Andrews FM, McKennell AC. Measures of self-reported well-being: Their affective, cognitive, and other components. *Social Indicators Research*. 1979; 8(2): 127-55
 23. Myers DG, Diener ED. Who is happy?. *Psychological science*. 1995; 6(1): 10-9.
 24. Hills P, Michael A. The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*. 2002; 33(7): 1073-82.
 25. Reker GT, Wong PTP. Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. . E. Birren JE , Bengtson VL, Emergent theories of aging. 1988: 214-46.
 26. Thompson P. I don't feel old': Subjective ageing and the search for meaning in later life. *Ageing and Society*. 1992; 12(1): 23-47.
 27. Wong PT. Successful aging and personal meaning. *Canadian Psychology*. 1989; 30(3): 516-25.
 28. Taylor J. Group work with dreams: The "royal road" to meaning. *Dreams: A reader on religious, cultural, and psychological dimensions of dreaming*. 2001: 195-207.
 29. Yalom ID. *Existential psychotherapy*. Basic Books, 1980.
 30. Seligman MEP, Rashid T, Parks AC. Positive psychotherapy." *American Psychologist*. 2006; 61(8): 774.
 31. Bagheri F, Akbarizadeh F, Hatami HR. The relationship between spiritual intelligence and happiness on the nurse staffs of the fatemeh Zahra hospital and bentolhoda institute of boushehr city. *Iranian Southmedical Journal*. 2011; 14(4): 256-63. [Persian]
 32. Samadi P. Spiritual intelligence. *NEW THOUGHTS ON EDUCATION*. 2006; 2(3,4): 99-114.[Persian]
 33. KHOSRAVI Z, Cheragh Mollaei L. SOCIAL COMMITMENT, HAPPINESS AND MENTAL HEALTH AMONG HIGH-SCHOOL AND UNIVERSITY STUDENTS A COMPARATIVE STUDY EMPHASIZING GENDER. *WOMENS STUDIES*. 2012.
 34. Bayrami M, Hashemi T, Alaie P, AbdollahiAdliAnsar V. Demographic factors, relying on the Islamic religion and family functioning in prediction of students' happiness in Tabriz University of Medical Sciences. *Journal of Behavioral Sciences Research*. 2011; 9(1): 33-43.

Predicting happiness based on spiritual intelligence

Somayeh Zamirinejad.

PhD Student of Clinical Psychology, Mental Health Research Center, Tehran Institute of Psychiatry- School of Behavioral Sciences and Mental Health, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Maryam Piltan.

MA of Clinical Psychology, AllamehTabatabaai University, Tehran, Iran

Morteza Haghshenas.

MA of Clinical Psychology, Red Crescent Society of North Khorasan, Esfarayen, Iran

Yasser Tabarraei.,

Faculty member, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Arash Akaberi.,

Faculty member, North Khorasan University of Medical Sciences, Bojnurd, Iran

Received:30/12/2013, Revised:09/02/2014, Accepted:17/02/2014

Corresponding Author:

Maryam Piltan, MA of clinical Psychology, AllamehTabatabaai University, Tehran, Iran
E-mail:
Maryam.piltan65@gmail.com

Abstract

Introduction: People can direct their lives and activities into deeper, richer and more meaningful way using spiritual intelligence. Utilization of spiritual patterns in everyday life leads to an enhanced compatibility and evolution of well-being. The purpose of this study is to determine if spiritual intelligence can predict happiness.

Methodology: This cross-sectional analytical study was carried out among students of North Khorasan University of Medical Sciences in the year 1391. 129 individuals were selected via Stratified sampling method. Individuals were assessed by spiritual intelligence questionnaire and Oxford Happiness Inventory (OHI) whereas statistical data was analyzed by Pearson correlation coefficient, t-student test and linear multiple regression (stepwise), by SPSS 20 software. The p-value was considered 0.05.

Results: Correlation coefficient between spiritual intelligence and happiness was $r=0.505$ ($p\text{-value}<0.001$), which was statistically significant. In predicting happiness by spiritual intelligence and adjusting other variables effect such as gender, age, habitat, university grade point average by multiple regression test (stepwise), the results determine that spiritual intelligence and gender can significantly predict happiness score. And also the two main components of spiritual intelligence that were able to predict happiness were critical existential thinking and personal meaning production.

Conclusion: The conclusion of the study is that spiritual intelligence and gender are prolific in predicting happiness. And since spiritual intelligence is a set of capabilities, promoting these skills can help to enhance happiness.

Keywords: *Spiritual intelligence, happiness, students.*