

پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس شفقت به خود، هوش

هیجانی و هوش معنوی در زنان متأهل

فرزانه زارع زاده

دانشجوی ارشد مشاوره دانشگاه آزاد یزد

چکیده

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس شفقت به خود، هوش هیجانی و هوش معنوی در زنان متأهل شهرستان یزد می‌باشد. روش این پژوهش همبستگی و جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل ساکن شهر یزد در سال ۱۳۹۶ می‌باشد که با توجه به عدم دسترسی به آمار دقیق جامعه‌ی موردنظر، ۳۰۰ نفر از زنانی که رده‌ی سنی آنها بین ۲۰ تا ۴۵ سال است و فقط به کار خانه‌داری مشغول هستند، به صورت نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند و پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، مقیاس شفقت به خود نف (۲۰۰۳)، پرسشنامه هوش معنوی کینگ (SISRI) (۲۰۰۸) و پرسشنامه‌ی برادبری و گریوز هوش هیجانی (۲۰۰۴) میان آنها توزیع گردید. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین تاب‌آوری و متغیرهای شفقت به خود، هوش معنوی و هوش هیجانی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای شفقت به خود ($p < 0/001$)، $t = 2/905$ ، هوش هیجانی ($p < 0/001$)، $t = 2/808$ ، و هوش معنوی ($p < 0/001$)، $t = 9/530$ ، می‌توانند تاب‌آوری را در سطح معناداری ۸۳ درصد در زنان متأهل پیش‌بینی کنند. با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان دریافت که با تقویت معنویات و اعتقادات دینی و ارتقای هوش هیجانی که موجب بهبودی روابط اجتماعی و کنترل عواطف و احساسات می‌گردد، همچنین با افزایش شفقت‌ورزی در زنان متأهل می‌توان تاب‌آوری آنها را افزایش داد.

واژگان کلیدی: تاب‌آوری، شفقت به خود، هوش معنوی، هوش

هیجانی