



رابطه‌ی ابعاد هوش معنوی با راهبردهای مقابله‌ای در دانشجویان روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی

پویا شیرازی زاده^۱، دکتر جلیل فتح آبادی^۲

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، hp.shirazizadeh@yahoo.com

^۲ استادیار گروه روانشناسی تربیتی و تحولی، دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، Fathabadi51@gmail.com

چکیده

در سال‌های اخیر مفهوم هوش معنوی به عنوان یکی از انواع هوش که از ظرفیت توانمندسازی افراد در جهت ارتقای سازگاری و بهزیستی روانی برخوردار است توجه زیادی به خود جلب کرده است. یکی از کارکردهای مهم معنویت کمک به افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زاست. از سوی دیگر، راهبردهای مقابله‌ای مهم‌ترین خزانه‌های رفتاری و روانشناختی به شمار می‌آیند که در پاسخ به چالش‌های زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرند. هدف این پژوهش بررسی ارتباط ابعاد مختلف هوش معنوی با راهبردهای مقابله‌ای در دانشجویان روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی است.

به منظور انجام این پژوهش توصیفی-همبستگی، نمونه‌ای به تعداد ۲۱۰ نفر از دانشجویان رشته‌های روانشناسی، مشاوره و راهنمایی و علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی در دو مقطع کارشناسی و کارشناسی‌ارشد به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شد. جهت بررسی رابطه‌ی ابعاد هوش معنوی با راهبردهای مقابله‌ای از دو پرسشنامه‌ی هوش معنوی کینگ و راهبردهای مقابله‌ای بلینگز و موس استفاده شد. داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS 18 تحلیل، و از آزمون‌های تی مستقل، همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه‌ی گام‌به‌گام برای این منظور استفاده شد. از میان ابعاد هوش معنوی، بُعد ایجاد معنای شخصی توانست ۳۶ درصد از تغییرات راهبرد مقابله‌ای مسئله‌مدار ($p=0/001$) را تبیین کند. همچنین این بُعد، استفاده از راهبرد ارزیابی شناختی ($p=0/003$) را به طور مثبت و استفاده از راهبرد مهار جسمانی ($p=0/001$) را به طور منفی پیش‌بینی نمود. دو بُعد آگاهی متعالی و گسترش حالت هشیاری به‌طور معناداری راهبرد مقابله‌ای جستجوی حمایت اجتماعی را پیش‌بینی کردند. هر چهار بُعد هوش معنوی در مجموع حدود ۱۴ درصد از تغییرات راهبرد هیجان‌مدار را پیش‌بینی نمودند ($p=0/002$). همچنین میانگین دانشجویان دختر در نمرات هوش معنوی از میانگین دانشجویان پسر بالاتر بود.

نتایج پژوهش حاضر از این فرض حمایت می‌کند که واکنش و مقابله‌ی افراد نسبت به چالش‌ها و رویدادهای استرس‌زا از توانمندی‌های معنوی آنان تأثیر می‌پذیرد و ابعاد مختلف هوش معنوی تأثیر متفاوتی بر راهبردهای مقابله‌ای می‌گذارند که نشان‌دهنده‌ی اهمیت استفاده از رویکردی چندبعدی در مطالعه‌ی معنویت است.

واژه‌های کلیدی: هوش معنوی، راهبردهای مقابله‌ای، سلامت روانی.

مقدمه

بخش جدایی‌ناپذیری از ابعاد چندگانه‌ی انسان به‌شمار می‌آید که او را به سوی خودشناسی هرچه بیشتر سوق می‌دهد. سازمان بهداشت جهانی^۳ در تعریف بهزیستی به ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی اشاره می‌کند و بعد چهارم یعنی معنویت را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح می‌سازد [۵]. این سازمان، سلامتی را به صورت بهزیستی زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی و نه صرفاً فقدان بیماری و ناتوانی تعریف می‌کند [۶].

تلاش‌های انجام‌شده در عرصه‌ی روانشناسی سلامت باعث شده تا معنویت از یک پدیده‌ی مبهم، آسمانی و غیرقابل تعریف، در جهت تبدیل به یک مفهوم علمی در حرکت باشد [۱]. در یکی از مدل‌های مطرح شده در مورد بهزیستی روانی، سلامت معنوی به‌عنوان شاخصی معرفی شده است که ترکیبی از هیجان‌های مثبت را در

علی‌رغم اهمیت و نقش دیرینه‌ی معنویت در زندگی انسان‌ها، تنها در سال‌های اخیر ارائه‌ی تعریفی علمی از معنویت مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است [۱]. پیچیدگی مفهومی و گره خوردن ماهیت معنویت با مذهب موجب شده تعاریف گوناگونی از آن ارائه شود. زینباور و پارگمنت^۱ معنویت را جستجوی فردی یا گروهی برای دستیابی به امری مقدس می‌دانند [۲] و والش^۲ تجربه‌ی معنوی را به عنوان فرایند تغییر و تحول درونی توصیف می‌کند که به بیداری، روشنگری و احساس یکارچگی وجودی منجر می‌شود [۳]. با وجود تعاریف متنوع از معنویت به نظر می‌رسد اکثر تعاریف در برگیرنده‌ی چند عنصر مشترک هستند که عبارتند از جستجوی واقعیتی فرامادی که دربرگیرنده‌ی آگاهی از خویش و هشیاری عمیق نسبت به پدیده‌ها است و موجب رشد شخصی و تعالی می‌شود [۴]. معنویت

^۱ Zinnbauer & Pargament

^۲ Walsh

^۳ World Health Organization (WHO)