

## ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب آوری دانشجویان (مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه سمنان)

رضا شهپریاری پور<sup>۱</sup>  
سمیرا نجفی<sup>۲</sup>؛ فرشاد مرادی<sup>۳</sup>  
علی اکبر امین بیدختی<sup>۴</sup>  
ابوالفضل ذوالفقاری

### چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تجربیات معنوی و هوش هیجانی با میزان تاب آوری در بین دانشجویان دانشگاه سمنان در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۵-۹۴ انجام شد. **روش:** پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه سمنان (۱۳۰۸۹ نفر) بودند که با استفاده از فرمول کوکران نمونه‌ای به تعداد ۳۸۴ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزارهای اندازه‌گیری شامل پرسشنامه‌های تجربیات معنوی (غباری بناب، غلامعلی و محمدی، ۱۳۸۴)، تاب آوری (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) و هوش هیجانی (شات و همکاران، ۱۹۹۸) بود. برای بررسی این رابطه از روشهای آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد. **یافته‌ها:** بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی با تاب آوری رابطه معناداری وجود دارد. همچنین هوش هیجانی و تمامی مؤلفه‌های تجربیات معنوی (به جز تجربیات سلبی) می‌توانند تاب آوری را پیش‌بینی کنند. **نتیجه‌گیری:** دانشجویانی که از تجربیات معنوی بیشتر و هوش هیجانی بالاتری برخوردار باشند، تاب آوری بیشتری در مقابل سختی‌ها و مشکلات زندگی و تحصیلی و در شرایط پر خطر خواهند داشت.

**واژگان کلیدی:** تجربیات معنوی، هوش هیجانی، تاب آوری دانشجویان، دانشگاه سمنان.

◇ دریافت مقاله: ۹۴/۰۴/۱۶؛ تصویب نهایی: ۹۴/۱۱/۱۰.

۱. دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه سمنان (نویسنده مسئول) / نشانی: سمنان، پردیس شماره ۱، معاونت پژوهشی دانشگاه سمنان /

نمبر: ۳۳۶۵۴۱۳۶ / Email: rezashahryari@semnan.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری مدیریت آموزش عالی دانشگاه مازندران.

۳. کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه سمنان.

۴. دانشیار و رئیس دانشکده روان‌شناسی دانشگاه سمنان.

۵. دانشجوی کارشناسی ارشد حقوق و کارشناس مسئول آموزش دانشگاه سمنان.

## الف) مقدمه

امروزه دانشجویان هر دانشگاه، سرمایه‌های گرانقدر هر کشور به شمار می‌روند که توجه به تربیت آنها از نظر علمی، پژوهشی و فرهنگی، بسیار حائز اهمیت است و برنامه‌ریزی صحیح در آموزش و پرورش آنان از وظایف اصلی دانشگاهها نیز به حساب می‌آید (شهبازی راد، سپهوندی و رادمهر، ۱۳۹۳). تحصیل در دانشگاه برای تعدادی از دانشجویان، اعم از دختر و پسر، همراه با نگرانی و فشار است. محیط آموزشی و قوانین جدید، انتظارات متفاوت از دوران پیشین، آغاز زندگی مستقل و ورود به دنیای بزرگسالی، شکل‌گیری روابط انسانی و ...، شرایط نوینی‌اند که نیازمند اتخاذ و راهبردهای جدید است. سازگاری فرایندی پویاست که طی آن فرد سعی می‌کند تا بین آنچه انجام می‌دهد یا می‌خواهد انجام دهد و همچنین با آنچه محیط و جامعه تقاضا می‌کند، توازن برقرار کند. از جمله رویکردهایی که ممکن است بر سازگاری تأثیر داشته باشد، رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گراست (دباغی، گودرزی و یزدانی، ۱۳۹۱). این رویکرد، هدف غایی خود را شناسایی سازه‌ها و شیوه‌هایی می‌داند که بهزیستی و شادکامی انسان را فراهم می‌کنند. از این رو، عواملی که موجبات تطابق هر چه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی را سبب شوند، بنیادی‌ترین سازه‌های مورد پژوهش این رویکرد می‌باشند (همان). در این میان، تاب‌آوری<sup>۱</sup> از جمله سازه‌هایی است که به جایگاه ویژه‌ای در حوزه پژوهشهای روان‌شناختی، به ویژه در عرصه روان‌شناسی سلامت، روان‌شناسی خانواده، روان‌شناسی تحول و بهداشت روانی دست یافته است؛ به طوری که هر روز بر شمار پژوهشهای مرتبط با این سازه افزوده می‌شود (کمبل-سیلز، کوهن و استین، ۲۰۰۶). امروزه، تاب‌آوری و صبر کردن از ضروریات زندگی است؛ زیرا همواره انسانها گرفتار انواع و اقسام مصیبت‌هایی‌اند که یا برخاسته از گناهان و خطاهای آنان یا برخاسته از سنت الهی آزمون و ابتلاست. (بقره: ۱۵۵؛ عنکبوت: ۲)

شناخت عوامل دخیل در میزان تاب‌آوری دانشجویان در برابر مسائل و مشکلات زندگی می‌تواند باعث جلوگیری از بروز بسیاری از رفتارهای نامساعد در محیط دانشگاه و پیشگیری از آن شود. همچنین قدرت تحمل و میزان تاب‌آوری دانشجویان می‌تواند بر میزان سلامت جسمی و روانی و عملکرد تحصیلی آنان در محیط دانشگاه تأثیرگذار باشد. در تعالیم اسلامی، روشهای مقابله با فشارهای روانی در سه حوزه شناختی، عاطفی-معنوی و رفتاری قابل بررسی است (عسگریان، اصغری و حسن‌زاده، ۱۳۹۲). اسلام به عنوان مکتبی جامع و همه‌جانبه‌نگر برای سلامتی روح و روان و تقویت باورهای دینی انسان به طور عملی اهمیتی فوق‌العاده قابل است (کاوایی، حمید و عنایتی، ۱۳۹۳). با توجه به اهمیتی که دین اسلام بر تحمل سختی‌ها و مشکلات دارد، همچنین نقش فراوان هوش هیجانی در تاب‌آوری دانشجویان و اینکه استرس‌های محیطی در

1. Resiliency  
2. Campbell- Sills, Cohan & Stein

## ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان ۱۱۷

دانشجویانی که هوش هیجانی پایینی دارند، آنها را در مقابل اختلالات روانی، آسیب‌پذیر و سازگاری آنها را با محیط دانشگاهی به چالش می‌کشد؛ انجام چنین پژوهشهایی در سیستم آموزش عالی کشور و کاوش همبسته‌ها و عوامل مرتبط با آن، که زمینه را برای برنامه‌ریزی مناسب فضای علمی و معنوی دانشگاهها فراهم ساخته و به تدوین برنامه‌ها و سرفصلهای درسی مقتضی کمک می‌کند، از اهمیت زیادی برخوردار است. در همین راستا و با توجه به کمبود پژوهش در حوزه تاب‌آوری و رابطه آن با هوش هیجانی و تجربیات معنوی، انجام این پژوهش با هدف جبران خلأ علمی در این زمینه و همچنین زمینه‌سازی پژوهشهای مداخله‌ای و در نهایت، ارتقای سلامت روانی و معنوی دانشجویان انجام می‌شود.

### ب) مبانی نظری پژوهش

#### ۱. مفهوم تاب‌آوری

تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (گارمزی و ماستن،<sup>۱</sup> ۱۹۹۱). همچنین از مشکلات روان‌شناختی بین نوجوانان و جوانان جلوگیری کرده، آنها را در برابر تأثیرات روان‌شناختی رویدادهای مشکل‌زا مصون نگه می‌دارد (پین‌کووارت،<sup>۲</sup> ۲۰۰۹). افراد تاب‌آور دارای سطح سلامتی ذهنی بالاتر، مهارتهای خودتنظیمی وسیع‌تر، اعتماد به نفس و حمایت اجتماعی بیشترند و کمتر درگیر رفتارهای پرخطر می‌شوند (کومو و همکاران،<sup>۳</sup> ۲۰۰۸). تاب‌آوری، مرتبط با هیجانات مثبتی است که نقش حفاظتی برای افراد در موقعیتهای افسردگی و بعد از یک موقعیت بحرانی دارد (بانانو و همکاران،<sup>۴</sup> ۲۰۰۷). بر این اساس، محققان تاب‌آوری و آسیب‌پذیری را دو قطب متضاد یک پیوستار قرار می‌دهند. آسیب‌پذیری به افزایش احتمال پیامدهای منفی در برابر خطرات اطلاق می‌شود و تاب‌آوری به افزایش احتمال پیامدهای مثبت در موقعیتهای مشکل‌زا منجر می‌شود (زیرمن و فرگوس،<sup>۵</sup> ۲۰۰۵). فریبرگ، هجیمدل، روزنویگ، مارتینوسن، اسلاکسن و فلاتن<sup>۶</sup> (۲۰۰۶) بر این باورند که تاب‌آوری ظرفیت و توانمندی افراد را برای تغییر، صرف‌نظر از خطرات تهدیدکننده، افزایش می‌دهد. در حوزه آموزش و یادگیری، تاب‌آوری زمانی رخ می‌دهد که فراگیران با شرایط تهدیدکننده و شکست و ناکامی در انجام تحصیل رویه‌رو شوند (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۱). برای برخورد موفقیت‌آمیز با این نوع شرایط استرس‌زا، فراگیران علاوه بر خودکارآمدی و توانایی کنار

1. Carmezy & Masten

2. Pinquart

3. Cuomo, Sarchiapone, Giannantonio, Mancini & Roy

4. Bonanno, Galea, Bucciarelli & Vlahov

5. Zemmerman & Fergus

6. Friborg, Hjemdal, Rosenving, Martinussen, Aslaksen & Flaten

آمدن با استرس و ناراحتی و حل مسائل به شیوه مطلوب، نیازمند تاب‌آوری هستند که به نوعی از عزت نفس و سلامت روانی خود در مقابل مشکلات محافظت کنند.

## ۲. نقش تجربیات معنوی

معنویت؛ شناخت هدف، حس پیوند با خود، دیگران، طبیعت یا خداوند، اعتقاد به جوهری عظیم تر و بالاتر (هاسد،<sup>۱</sup> ۲۰۰۰)، جستجوی کمال و یکپارچگی (مفیرس،<sup>۲</sup> ۲۰۰۰) و جستجوی امید و توازن (مکشری،<sup>۳</sup> ۲۰۰۰) تعریف شده است. مب و جوزفسون<sup>۴</sup> (۲۰۰۴) معتقدند که معنویت، آگاهی از هستی و نیرویی فراتر از جنبه‌های مادی زندگی است. همچنین پیوند عمیق با کائنات است. اسوینتون و پاتیسون<sup>۵</sup> (۲۰۰۱) معنویت را جنبه‌ای از وجود انسان می‌دانند که به فرد، انسانیت می‌دهد و معتقدند که معنویت با ساختارهای مهم فرد در ارتباط است و به فرد برای مقابله با مسائل زندگی کمک می‌کند. وایوگان<sup>۶</sup> (۲۰۰۳) معنویت را بالاترین سطح رشد در زمینه‌هایی چون: شناخت، اخلاق و هیجان در بین افراد می‌داند و آن را به عنوان یک نگرش و شامل تجربیات اوج و از حوزه‌های رشدی در نظر می‌گیرد. معنویت و ارتباط با منبع قدرت می‌تواند میزان تحمل افراد را در برابر سختی‌ها افزایش دهد. همچنین معنویت امکان تفسیر مجدد رویدادهای کنترل‌ناپذیر را فراهم می‌سازد و در نتیجه، رویدادها کم‌استرس‌تر و کنترل‌پذیرتر به نظر می‌رسند و نیز نسبت دادن رویدادهای منفی به عوامل خارج از کنترل فرد، منجر به ایجاد سبک خوش‌بینانه‌ای می‌شود (آسکت‌مارجیکت و مارجیکت،<sup>۷</sup> ۲۰۰۵). تعالیم اسلام، شکل‌دهنده معنویت و سرچشمه آن قرآن کریم و سیره پیامبر (ص) و ائمه اطهار (ع) است؛ حل مشکلات و ناهنجاری‌های روانی بشر و تأمین آرامش، از دغدغه‌های مذاهب توحیدی، به ویژه اسلام شمرده می‌شود (محمدی و مزیدی، ۱۳۹۳). بر اساس آموزه‌های قرآنی انسان در برابر سه نوع از دشواری‌های گوناگون نه تنها باید صبر کند، بلکه باید حلم بورزد و شکل کمالی صبر را به نمایش گذارد. پیامبر اسلام (ص) بر اساس آموزه‌های قرآنی به این سه نوع دشواری و صبر در برابر آنها اشاره کرده، می‌فرماید: صبر سه نوع است: صبر در هنگام مصیبت، صبر بر طاعت و صبر بر ترک گناه (کلینی، ۱۳۷۵). افراد با کمک گرفتن از پایگاه‌های حمایتی و با استفاده از هوش معنوی و توانمندی‌های بالقوه‌شان در زمینه مواجهه با تکالیف چالش‌برانگیز، قادرند در اکثر زمینه‌های زندگی، از جمله تحصیل، کسب موفقیت کنند (مشایخی دولت‌آبادی و محمدی، ۱۳۹۳). بنا بر این، اعتقادات مذهبی، نقش مهمی در زندگی دانشجویان، به خصوص در شرایط بحرانی ایفا می‌کند. (حسن‌خانی و همکاران، ۲۰۱۱)

1. Hased
2. Humphreys
3. McSherry
4. Mabe & Josephson
5. Swinton & Pattison
6. Vaughan
7. Uski-Margetic & Margetic

### ۳. نقش هوش هیجانی

هوش هیجانی شامل درک، فهم و استدلال و اداره هیجان در خود و دیگران است (سالوی، بدل، دتویلر و می‌یر، ۲۰۰۰) و مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایتها و مهارت‌های غیرشناختی است که توانایی فرد برای کسب موفقیت در مقابله با اقتضائات محیطی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و باعث فائق آمدن فرد بر فشارها و نیازهای محیط می‌شود (بار-اون، ۱۹۹۷). استرس‌های محیطی در جوانانی که هوش هیجانی پایینی دارند، آنها را در مقابل اختلالات روانی، آسیب‌پذیر می‌کند و سازگاری آنها را با محیط به چالش می‌کشد. اختلالاتی که در این جوانان بیشتر مشاهده می‌شود عبارتند از: اختلالات خلقی، اضطرابی، جسمانی شکل، خوردن و سوء مصرف مواد (سیاروجی، فرگاس و می‌یر، ۲۰۰۲؛ نقل از: خداجوادی و پرو، ۱۳۸۷). در ضمن، جوانانی که هوش هیجانی پایینی دارند، در عملکردهای تحصیلی و اجتماعی نیز به مشکلاتی مثل شکست تحصیلی، اخراج یا ترک تحصیل، بروز رفتارهای پرخطرگرانه و مشکلات قانونی دچار می‌شوند (پازنوا، ۱۹۹۱؛ کاستلو، ۱۳۸۹؛ افراد، ۱۹۸۷؛ نقل از: عزیزاده، ۱۳۸۵). در ادبیات پژوهشی تاب‌آوری نیز مواردی مشابه با مؤلفه‌های هوش هیجانی وجود دارد؛ توانایی گسترش عواطف به دیگران، احترام به خود، اطمینان به آینده، مسئولیت‌پذیری برای اعمال خود، خودکنترلی، کفایت خود، درک مثبت خود، خودتنظیم‌گری هیجانها، جذابیت کلی برای دیگران، حس معناداری زندگی، دید مثبت به زندگی، فعالیت اجتماعی، حس خودمختاری، روابط خوب با همسالان، جستجوی حمایت، شخصیت اجتماعی داشتن و انتظارات سالم، از این مواردند که به عنوان عوامل مؤثر بر تاب‌آوری افراد مطرحند و به مؤلفه‌های هوش هیجانی نزدیکند. از طریق ارتباط درونی بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، می‌توان رابطه آن را با تاب‌آوری توجیه کرد. تنظیم هیجانها به استفاده مثبت از هیجانها در تسهیل تفکر و فرایند حل مسئله کمک می‌کند و به واکنش مؤثرتر در موقعیتهای پرخطر می‌انجامد. تنظیم هیجانها می‌تواند به مدیریت خوب هیجانها کمک کند. مدیریت خوب هیجانها به خودکنترلی منجر می‌شود و خودکنترلی از عوامل مؤثر بر تاب‌آوری است.

### ۴. پیشینه پژوهش

اسمیت<sup>۳</sup> (۲۰۰۵) در پژوهش خود نشان داده که هوش معنوی، لازمه سازگاری بهتر با محیط است و افرادی که هوش معنوی بالاتری دارند، تحمل آنان در مقابل فشارهای زندگی بیشتر بوده و توانایی بالاتری برای سازگاری با محیط از خود بروز می‌دهند. کانر، دیویدسون و لی<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) در پژوهشی به بررسی تأثیر معنویت بر شدت آسیب و افزایش بهزیستی پرداختند. نتایج حاکی از آن بود که ایمان موجود در معنویت می‌تواند به عنوان یک روش محافظتی در برابر شدت آسیب عمل کرده، آن را کنترل کند. گریف و

1. Salovey, Bedell, Detwiller & Mayer

2. Bar-on

3. Smith

4. Connor, Davidson, Lee

لابسر<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) در پژوهشی روی خانواده‌های آفریقای جنوبی، به نقش معنویت به عنوان یک صفت و خصوصیت تاب‌آور اشاره می‌کنند. گانستاد و توالا<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافتند مذهب تأثیر قابل توجهی بر تاب‌آوری کودکان و نوجوانان بحران‌زده آفریقای جنوبی دارد. آقاعلی، زندی‌پور و احمدی (۱۳۹۰) در پژوهشی نشان دادند که با اجرای رویکرد معنویت درمانی گروهی به دلیل افزایش معنویت در اجرای این رویکرد، مؤلفه‌های اضطراب، افسردگی، توانایی نگرش مثبت و کنترل رفتار مقابله‌ای با مشکلات جسمی در پرسشنامه سلامت روان در افراد گروه افزایش زیادی یافته‌اند. هاشمی و جوکار (۲۰۱۱) در پژوهشی به بررسی رابطه تعالی معنوی با تاب‌آوری در دانشجویان پرداختند که نتایج این مطالعه حاکی از رابطه تعالی معنوی با تاب‌آوری بود و وحدت معنوی و پیوند معنوی، بیشترین نقش را در پیش‌بینی تاب‌آوری داشتند. پژوهش حمید و همکاران (۲۰۱۲) در رابطه با سلامت روان و هوش معنوی با تاب‌آوری، حاکی از رابطه آنها با تاب‌آوری بود. صدیقی ارفعی، یزدی‌خواستی، و نادری راوندی (۱۳۹۳) در پژوهشی مبنی بر پیش‌بینی‌پذیری میزان تاب‌آوری بر اساس هوش معنوی در دانشجویان و دین‌پژوهان، به این نتیجه رسیدند که هوش معنوی و میزان تاب‌آوری دانشجویان رابطه مثبت معنادار دارد. نتایج پژوهش شهبازی راد، سپهوندی و رادمهر (۱۳۹۳) نشان داد که تجربیات معنوی و مؤلفه‌های آن، با تاب‌آوری همبستگی مثبت معناداری دارد و از میان مؤلفه‌های تجربیات معنوی معنایابی در زندگی، فعالیت اجتماعی- مذهبی و تجربیات متعالی عرفانی قادر به پیش‌بینی واریانس متغیر تاب‌آوری می‌باشند.

پژوهش انگلبرگ و سجویرگ<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) پیرامون رابطه هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی نشان داد که در موقعیتهای اجتماعی، پایین بودن هوش هیجانی به عنوان عاملی خطرزا عمل می‌کند. جوکار (۱۳۸۶) در پژوهشی با عنوان «نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی دختران و پسران دانش‌آموز در شیراز»، دریافتند که هوش عمومی و هوش هیجانی با تاب‌آوری رابطه مستقیم دارند و هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای تاب‌آوری است. گوهم<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) در پژوهشی با عنوان رابطه تنظیم خلیات و هوش هیجانی و تفاوت‌های فردی، نشان داد که سطوح بالاتر هوش هیجانی موجب می‌شود افراد بیشتر بتوانند خلق و هیجان‌اتشان را تنظیم کنند. لی‌آیو و همکاران<sup>۵</sup> (۲۰۰۳) پژوهشی با عنوان «بررسی تأثیر هوش هیجانی بر مشکلات رفتاری دانش‌آموزان دبیرستانی در مالزی» انجام داده‌اند. نتایج نشان داد که سطوح بالای هوش هیجانی با سطوح پایین بروز مشکلات رفتاری، از قبیل اضطراب تحصیلی، افسردگی، شکایات جسمی، استرس، پرخاشگری و بزهکاری رابطه دارد. خداجویادی و

---

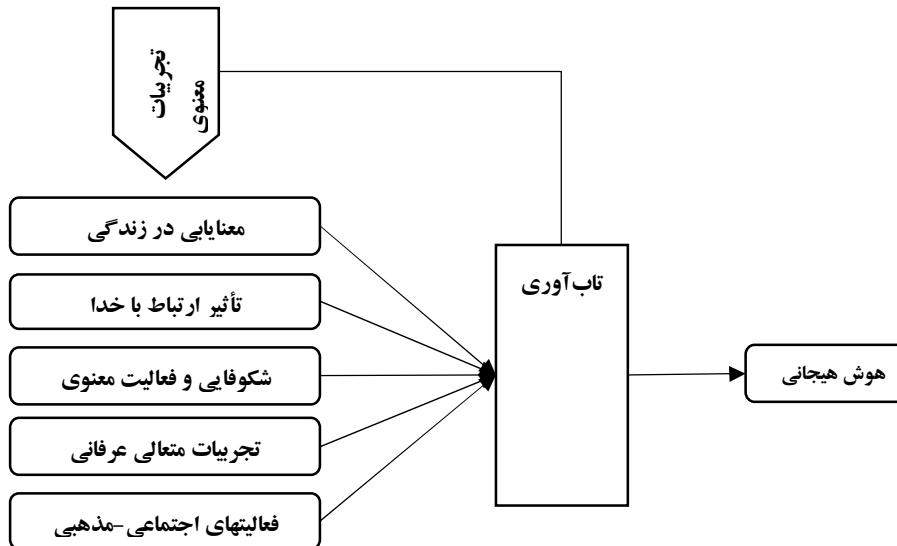
1. Greeff, Loubser  
 2. Gunnestad & Thwala  
 3. Englberg & Sjoberg  
 4. Gohm  
 5. Liau, Liau, Liau & Teoh

## ۱۲۱ $\diamond$ ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان

پرو (۱۳۸۷) پژوهشی را با هدف شناخت رابطه هوش هیجانی و تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی انجام دادند. نتایج پژوهش آنها نشان داد نمره کلی هوش هیجانی و خرده‌مقیاس‌های هوش هیجانی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معنادار دارد. همایون‌نیا و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهش ارتباط بین هوش هیجانی و تاب‌آوری روان‌شناختی در بین کشتی‌گیران لیگ برتر ایران، نشان دادند که بین این دو متغیر رابطه وجود دارد و در ضمن، هوش هیجانی به طور معناداری تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند.

### ۵. الگوی مفهومی پژوهش

در الگوی مفهومی، مؤلفه‌های تجربیات معنوی و متغیر هوش هیجانی که می‌تواند تاب‌آوری دانشجویان را پیش‌بینی کند، ذکر شده و استنباط این است که این پنج مؤلفه تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان تأثیر بگذارند. شکل ۱، الگوی مفهومی پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۱: الگوی مفهومی پژوهش

### ۶. فرضیه‌های پژوهش

با الهام از پیشینه پژوهش‌های موجود، مطالعه حاضر به بررسی فرضیات ذیل می‌پردازد:

۱. بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی با تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد.
۲. بین مؤلفه‌های تجربیات معنوی و تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد.
۳. مؤلفه‌های تجربیات معنوی می‌توانند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند.
۴. هوش هیجانی می‌تواند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند.

**ج) روش پژوهش**

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش تمامی دانشجویان دانشگاه سمنان به تعداد ۱۳۰۸۹ نفر در نیمسال اول تحصیلی ۹۵-۹۴ بودند که با استفاده از فرمول کوکران، نمونه‌ای به تعداد ۳۸۴ نفر به صورت نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای متناسب با حجم دانشجویان (جدول ۱) هر یک از دانشکده‌های دانشگاه سمنان به طور تصادفی انتخاب شدند.

**جدول ۱: جامعه و نمونه پژوهش**

ردیف	دانشکده	جامعه	نمونه
۱	پردیس دانشگاهی	۴۱۱	۱۳
۲	پردیس علوم	۱۷۲۹	۵۱
۳	پردیس علوم انسانی	۲۸۴۸	۸۲
۴	پردیس فنی	۴۳۳۷	۱۲۶
۵	پردیس علوم و فناوری‌های نوین	۱۹۲	۸
۶	پردیس هنر	۹۵۱	۲۸
۷	سایر دانشکده‌ها	۲۶۲۱	۷۶
	تعداد کل	۱۳۰۸۹	۳۸۴

با انتخاب تصادفی آزمودنی‌ها در سطح دانشکده‌ها، از دانشجویان به منظور همکاری دعوت می‌شد و برای تحلیل داده‌های حاصله، علاوه بر روشهای آمار توصیفی، از روش همبستگی و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. از ابزارهای ذیل برای گردآوری داده‌ها استفاده شد:

**جدول ۲: پرسشنامه‌های پژوهش**

ردیف	پرسشنامه	منبع	تعداد سؤال
۱	تجربیات معنوی	غباری بناب، غلامعلی و محمدی (۱۳۸۴)	۷۵
۲	تاب‌آوری (CD-RISC)	کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)	۲۵
۳	هوش هیجانی	شات و همکاران (۱۹۹۸)	۳۳

۱. **پرسشنامه تجربیات معنوی:** این پرسشنامه توسط غباری بناب، غلامعلی و محمدی در سال ۱۳۸۴ ساخته شد. این مقیاس، هفت درجه‌ای و دارای ۷۵ ماده و شش مؤلفه است: معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی، تجربیات سلبی و فعالیت‌های اجتماعی - مذهبی (غباری، غلامعلی و محمدی، ۲۰۰۵). ضریب پایایی این آزمون ۰/۹۴ است و همبستگی بین نمره کل مقیاس به ترتیب با ارتباط با خدا ۰/۸۶، معنایابی در زندگی ۰/۷۹، شکوفایی و فعالیت معنوی ۰/۷۷، تجربیات متعالی ۰/۶۷، تجربیات سلبی ۰/۵۵ و فعالیت اجتماعی و مذهبی ۰/۴۳ به دست آمده است. (غباری،



## ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان $\diamond$ ۱۲۳

۲. پرسشنامه تاب‌آوری<sup>۱</sup>: کانر و دیویسون (۲۰۰۳) این پرسشنامه را با بازبینی منابع پژوهشی ۱۹۹۱-۱۹۷۹ در زمینه تاب‌آوری تهیه کردند (محمدی، ۱۳۸۴). این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست) تا پنج (همیشه درست) با دامنه ۱۲۵-۲۵ نمره‌گذاری می‌شود. این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴) هنجاریابی و در تحقیق جوکار، روایی آن ۰/۸۹ گزارش شده است. (همایون‌نیا و همکاران، ۱۳۹۳)

۳. پرسشنامه هوش هیجانی: به منظور سنجش هوش هیجانی از آزمون خودگزارش‌دهی هوش هیجانی شات (۱۹۹۸) استفاده شد. این پرسشنامه توسط شات، مالوف، هال، هاگرتی، کوپر و گلدن<sup>۲</sup> (۱۹۹۸) بر اساس نظریه هوش هیجانی سالوی و مایر (۱۹۹۰) ساخته شد. این آزمون توسط خسروچاوید در سال ۱۳۸۱ به فارسی برگردانده شد و تعداد سؤالهای آن از ۶۲ سؤال به ۳۳ سؤال با زیرمقیاسهای ارزیابی و بیان هیجان، تنظیم هیجان و به کارگیری هیجان کاهش یافت. اعتبار آزمون در تمام خرده‌مقیاسها بالای ۰/۷۰ و سازگاری درونی فرم فارسی بالای ۰/۷۵ گزارش شد. (همایون‌نیا و همکاران، ۱۳۹۳)

## د) یافته‌ها

نتایج به دست آمده از آمار جمعیت‌شناختی پاسخ‌دهندگان مطابق جدول ۳ در خصوص جنسیت، نشان می‌دهد که ۵۳/۲ درصد پاسخ‌دهندگان مرد و ۴۶/۸ درصد پاسخ‌دهندگان زن می‌باشند. در خصوص سن پاسخ‌دهندگان، ۴۶/۸ درصد پاسخ‌دهندگان زیر ۲۰ سال، ۳۹/۴ درصد ۲۰ تا ۳۰ سال، ۱۱/۴۰ درصد ۳۰ سال به بالاترند و ۲/۴ درصد به این سؤال پاسخی نداده‌اند. سطح تحصیلات ۵۲/۱ درصد پاسخ‌دهندگان لیسانس، ۳۴/۸ درصد فوق لیسانس و ۱۱/۲ درصد دکتری است و ۱/۹ درصد به این سؤال پاسخ نداده‌اند.

جدول ۳: آمار جمعیت‌شناختی پاسخ‌دهندگان پژوهش

۱	جنسیت	زن: ۴۶/۸ درصد	مرد: ۵۳/۲ درصد
۲	سن	زیر ۲۰ سال: ۴۶/۸٪ ۲۰ تا ۳۰ سال: ۳۹/۴٪ ۳۰ تا ۴۰ سال: ۱۱/۴٪	بدون پاسخ: ۲/۴٪ بالای ۳۰ سال: ۲/۴٪
۳	تحصیلات	لیسانس: ۳۴/۸٪ فوق لیسانس: ۱۱/۲٪ دکتری: ۱/۹٪	بدون پاسخ: ۱/۹٪

**فرضیه اول:** بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی با تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. با توجه به اینکه در این فرضیه، هدف پیش‌بینی تغییرات متغیر تاب‌آوری دانشجویان با توجه به نتایج متغیرهای پیش‌بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی است، لذا از ابتدا از تحلیل همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه و میزان

1. CD-RISC

2. Schutte, Malouff, Hall, HaggertyCooper, Golden, and Dornheim.

۱۲۴ ◊ فرهنگ در دانشگاه اسلامی ۱۸

همبستگی بین متغیرها و رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام برای بررسی میزان پیش‌بینی متغیر ملاک استفاده شده است.

جدول ۴: ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرها

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
								۱	تاب‌آوری
							۱	۰/۵۵۲	هوش هیجانی
						۱	۰/۶۴۸ <sup>oo</sup>	۰/۶۱۶ <sup>oo</sup>	تجربیات معنوی
					۱	۰/۵۵۴ <sup>oo</sup>	۰/۴۵۶ <sup>oo</sup>	۰/۱۸۷ <sup>oo</sup>	معنایابی در زندگی
				۱	۰/۵۱۸ <sup>oo</sup>	۰/۴۹۰ <sup>oo</sup>	۰/۶۲۱ <sup>oo</sup>	۰/۱۶۰ <sup>oo</sup>	تأثیر ارتباط با خدا
			۱	۰/۴۲۷ <sup>oo</sup>	۰/۲۵۹ <sup>oo</sup>	۰/۳۹۲ <sup>oo</sup>	۰/۳۲۱	۰/۱۴۴ <sup>oo</sup>	شکوفایی و فعالیت معنوی
		۱	۰/۳۲۸ <sup>oo</sup>	۰/۵۳۰ <sup>oo</sup>	۰/۷۰۷ <sup>oo</sup>	۰/۶۵۹ <sup>oo</sup>	۰/۴۸۳ <sup>oo</sup>	۰/۲۴۲ <sup>oo</sup>	تجربیات متعالی عرفانی
	۱	۰/۶۵۹ <sup>oo</sup>	۰/۲۵۴ <sup>oo</sup>	۰/۴۰۹ <sup>oo</sup>	۰/۵۵۸ <sup>oo</sup>	۰/۴۹۸ <sup>oo</sup>	۰/۴۵۱ <sup>oo</sup>	۰/۱۳۳	تجربیات سلبی
۱	۰/۵۹۴ <sup>oo</sup>	۰/۶۴۸ <sup>oo</sup>	۰/۳۶۹ <sup>oo</sup>	۰/۳۶۷ <sup>oo</sup>	۰/۵۱۱ <sup>oo</sup>	۰/۵۲۶ <sup>oo</sup>	۰/۳۶۵ <sup>oo</sup>	۰/۱۸۸ <sup>oo</sup>	فعالیت‌های اجتماعی - مذهبی

توجه: ضرایب همبستگی که با علامت (\*) مشخص شده‌اند در سطح (۰.۰۵) و ضرایبی که با علامت (\*\*) مشخص شده‌اند در سطح (۰.۰۱) معنادار می‌باشند.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که تمامی ضرایب محاسبه شده، مثبت و معنادارند. تجربیات معنوی با تاب‌آوری دارای رابطه مثبت و معنادار و ضریب همبستگی ۰/۶۶۱ و همچنین هوش هیجانی با تاب‌آوری دارای رابطه مثبت و معنادار و ضریب همبستگی ۰/۵۵۲ می‌باشند. در ادامه برای تحلیل و بررسی همزمان بین متغیرهای پیش‌بین (تجربیات معنوی، هوش هیجانی) و متغیر ملاک (تاب‌آوری)، از تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام استفاده شده است.

جدول ۵: نتایج تحلیل رگرسیون تاب‌آوری از روی متغیر پیش‌بین

گام	R	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> .adj	F	p
۱	۰/۶۱۶	۰/۷۲۰	۰/۶۱۶	۳۹/۱۴۸	۰/۳۸۰	۰/۳۷۷	۱۲/۵۹۵	۰/۰۰۰
۲	۰/۷۱۲	۰/۴۹۷	۰/۴۱۶	۱۷/۲۱۰	۰/۵۰۷	۰/۵۰۴	۹/۶۲۴	۰/۰۰۰
		۰/۲۷۰	۰/۳۱۵	۸/۰۹۹				

در گام اول، متغیر تجربیات معنوی وارد مدل شده است. نتایج حاکی از آن است که تجربیات معنوی به طور مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند. در گام دوم، متغیر هوش هیجانی وارد تحلیل شده است. با ورود این متغیر، ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات معنوی برابر با ۰/۴۱۶ و ضریب بتا برای متغیر هوش هیجانی برابر با ۰/۳۱۵ محاسبه شده است که این مقادیر معنادار می‌باشند. بر این اساس، متغیرهای پیش‌بین به طوری مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند.

ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان  $\diamond$  ۱۲۵

**فرضیه دوم:** بین مؤلفه‌های تجربیات معنوی (معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی، تجربیات سلبی و فعالیتهای اجتماعی- مذهبی) و تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. با توجه به اینکه هدف در این فرضیه، بررسی رابطه بین متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک است، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شده است. با توجه به نتایج جدول ۳ همه مؤلفه‌های تجربیات معنوی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معناداری دارند. از بین مؤلفه‌های تجربیات معنوی، بیشترین همبستگی مربوط به مؤلفه تجربیات متعالی عرفانی با ضریب همبستگی ۰/۲۴۲ و کمترین همبستگی مربوط به متغیر تجربیات سلبی با همبستگی ۰/۱۲۳ است.

**فرضیه سوم:** مؤلفه‌های تجربیات معنوی (معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی، تجربیات سلبی و فعالیتهای اجتماعی- مذهبی) می‌توانند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند. به منظور تحلیل بررسی همزمان بین متغیرهای پیش‌بین (معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی، تجربیات سلبی و فعالیتهای اجتماعی- مذهبی) و متغیر ملاک (تاب‌آوری)، از تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام استفاده شده است.

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون تاب‌آوری از روی متغیر پیش‌بین

گام	R	B	$\beta$	t	$R^2$	$R^2$ .adj	F	p
۱ تجربیات متعالی عرفانی	۰/۲۴۲	۰/۱۱۴	۰/۲۴۲	۴۱/۶۹۲	۰/۰۵۸	۰/۰۵۶	۲۲/۷۶۲	۰/۰۰۰
۲ تجربیات متعالی عرفانی فعالتهای اجتماعی- مذهبی	۰/۳۲۱	۰/۶۵۹	۰/۱۲۱	۲۰/۵۸۸	۰/۱۰۳	۰/۱۰۱	۱۹/۱۲۸	۰/۰۰۰
		۰/۳۲۱	۰/۲۲۱	۱۴/۹۴۶				
۳ تجربیات متعالی عرفانی فعالتهای اجتماعی- مذهبی معنایابی در زندگی	۰/۳۳۶	۰/۸۴۷	۰/۳۰۰	۲۴/۷۶۶	۰/۱۱۲	۰/۱۱۰	۱۵/۵۶۲	۰/۰۰۰
		۰/۳۲۸	۰/۲۴۱	۱۷/۵۷۰				
		۰/۱۷۲	۰/۲۱۱	۹/۹۲۱				
۴ تجربیات متعالی عرفانی فعالتهای اجتماعی- مذهبی معنایابی در زندگی تأثیر ارتباط با خدا	۰/۴۰۱	۰/۷۹۷	۰/۴۲۱	۲۲/۸۹۰	۰/۱۶۰	۰/۱۵۵	۸/۳۶۵	۰/۰۰۰
		۰/۲۴۹	۰/۱۱۰	۱۵/۱۱۲				
		۰/۱۷۸	۰/۳۳۴	۱۰/۴۵۹				
		۰/۰۹۸	۰/۳۳۶	۴/۷۳۱				
۵ تجربیات متعالی عرفانی فعالتهای اجتماعی- مذهبی معنایابی در زندگی تأثیر ارتباط با خدا شکوفایی و فعالیت معنوی	۰/۴۲۳	۰/۷۷۳	۰/۳۶۶	۲۲/۱۰۲	۰/۱۸۰	۰/۱۷۶	۱/۰۹۹	۰/۰۰۰
		۰/۲۸۶	۰/۴۰۵	۱۴/۸۰۶				
		۰/۱۷۴	۰/۳۲۱	۱۰/۴۹۳				
		۰/۱۰۸	۰/۲۲۱	۵/۲۴۸				
		۰/۰۳۲	۰/۱۱۰	۳/۵۳۲				

همان طور که جدول ۶ نشان می‌دهد مقدار مجذور R برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابر با ۰/۰۵۸ است و با ورود متغیر فعالیتهای اجتماعی و مذهبی، مقدار مجذور R ۰/۱۰۳؛ با ورود متغیر معنایابی در زندگی، مقدار مجذور R ۰/۱۱۲؛ با ورود متغیر تأثیر ارتباط با خدا، مقدار مجذور R ۰/۱۶۰ و با ورود متغیر شکوفایی و فعالیت معنوی، مقدار مجذور R به ۰/۱۸۰ رسیده است. در این معادله، تنها متغیر تجربیات سلبی تأثیر معناداری بر متغیر تاب‌آوری نداشته است. در نتیجه، متغیرهای معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی فعالیتهای اجتماعی- مذهبی، با هم ۱۸ درصد از تغییرات متغیر ملاک را پیش‌بینی می‌کنند. در ادامه ضرایب رگرسیونی مربوط به متغیرها نشان داده شده است.

مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابر با ۰/۳۳۱ حاکی از آن است که تجربیات متعالی عرفانی به طور مستقیم و مثبت تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند. در گام دوم متغیر فعالیتهای اجتماعی- مذهبی وارد مدل شده است. با ورود این متغیر (فعالیتهای اجتماعی- مذهبی)، ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابری با ۰/۱۲۱ و ضریب بتا برای متغیر فعالیتهای اجتماعی- مذهبی برابر با ۰/۲۲۱ محاسبه شده که این مقادیر معنادار است. بر این اساس، متغیرهای فعالیت اجتماعی- مذهبی به طور مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند. در گام سوم، متغیر معنایابی در زندگی وارد مدل شده است. با ورود این متغیر (معنایابی اجتماعی)، ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابر ۰/۳۰۰، متغیر فعالیتهای اجتماعی- مذهبی برابر ۰/۲۴۱ و ضریب بتا برای متغیر معنایابی در زندگی برابر ۰/۲۱۱ محاسبه شده که این مقادیر معنادار است. بر این اساس، متغیر معنایابی در زندگی به طور مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند. در گام چهارم، متغیر تأثیر ارتباط با خدا وارد مدل شده است. با ورود این متغیر، ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابر ۰/۴۲۱، متغیر فعالیتهای اجتماعی- مذهبی برابر ۰/۱۱۰، متغیر معنایابی در زندگی برابر ۰/۳۳۴ و ضریب بتا برای متغیر تأثیر ارتباط با خدا، ۰/۳۳۶ محاسبه شده که این مقادیر معنادار است. بر این اساس، تأثیر ارتباط با خدا به طور مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند. در گام پنجم، متغیر شکوفایی و فعالیت معنوی وارد مدل شده است. با ورود این متغیر، ضریب رگرسیونی استاندارد شده (بتا) برای متغیر تجربیات متعالی عرفانی برابر ۰/۳۶۶، برای متغیر فعالیتهای اجتماعی- مذهبی برابر با ۰/۴۰۵، برای متغیر معنایابی در زندگی برابر ۰/۳۲۱، برای متغیر تأثیر ارتباط با خدا ۰/۲۲۱ و ضریب بتا برای متغیر شکوفایی و فعالیت معنوی ۰/۱۱۰ محاسبه شده که این مقادیر معنادار است. بر این اساس، شکوفایی و فعالیت معنوی به طوری مثبت و مستقیم، تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند. در این مدل، تجربیات سلبی، پیش‌بینی کننده معناداری نبود.

**فرضیه چهارم:** هوش هیجانی می‌تواند تاب‌آوری را پیش‌بینی کند. برای آزمون این فرضیه از آزمون رگرسیون استفاده شده است. همان‌طور که جدول ۷ نشان می‌دهد، هوش هیجانی با ۰/۳۰۴ در سطح

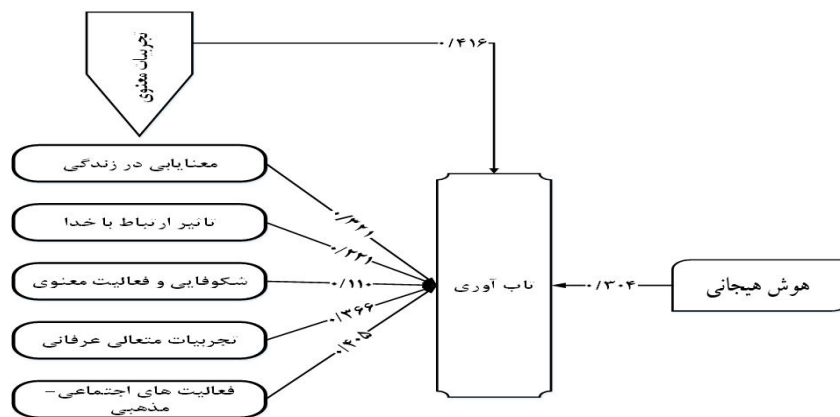
## ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان $\diamond$ ۱۲۷

معناداری  $p < 0/05$ ، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی معناداری برای تاب‌آوری را داراست. همچنین نتایج نشان می‌دهد که هوش هیجانی به تنهایی  $0/304$  واریانس تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند.

جدول ۷: ضرایب رگرسیونی و آزمونهای آماری مربوط در تحلیل رگرسیونی

تاب‌آوری							متغیر ملاک
							متغیر پیش‌بین
تعدیل شده $R^2$	$R^2$	R	sig	$\beta$	T	B	
0/302	0/304	0/552	0/000	0/304	2/640	0/354	هوش هیجانی

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون مدل مفهومی پژوهش را تأیید می‌کند. شکل ۲، سهم هر یک از ابعاد تجربیات معنوی و هوش هیجانی در پیش‌بینی تاب‌آوری را نشان می‌دهد.



شکل ۲: نتایج آزمون مدل مفهومی پژوهش

## هـ) بحث و نتیجه‌گیری

نتایج بررسی فرضیه نخست، نشان داد بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی با تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات قبلاً انجام‌شده، مثل پژوهش‌های هاشمی و جوکار (۲۰۱۱)، حمید و همکاران (۲۰۱۲)، شهبازی راد، سپهوندی و رادمهر (۱۳۹۳)، جوکار (۱۳۸۶)، گوهم (۲۰۰۳)، لی‌آیو و همکاران (۲۰۰۳)، خداجوی و پرو (۱۳۸۷) همخوانی دارد. رابطه بین تجربیات معنوی و هوش هیجانی با تاب‌آوری در بین دانشجویان از این نظر اهمیت دارد که جامعه دانشجویی یکی از عظیم‌ترین گروه‌های جامعه است و گرایش دینی و معنوی آنها نقش مؤثری در مقابله با ناراحتی‌ها و سختی‌های دوران تحصیل خواهد داشت. همچنین فرد از طریق شناخت احساسات و هیجانهای خود و دیگران در تاب‌آوری شرایط سخت و دشوار می‌تواند خود را حفظ کند و در شرایط دشوار، عاملی مهم در مواجهه منطقی با این

موضوع است. در بررسی فرضیه دوم، نتایج همچنین حاکی از وجود رابطه معنادار بین مؤلفه‌های تجربیات معنوی شامل معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی و فعالیت‌های اجتماعی - مذهبی با تاب‌آوری بود. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات قبلاً انجام شده از جمله: اسمیت (۲۰۰۵)، کانر، دیویدسون و لی (۲۰۰۳)، گریف و لابس (۲۰۰۸)، گانستاد و تولالا (۲۰۱۱)، آقاعلی، زندی‌پور و احمدی (۱۳۹۰)، هاشمی و جوکار (۲۰۱۱)، حمید و همکاران (۲۰۱۲)، صدیقی ارفعی، یزدی‌خواستی، و نادری راوندی (۱۳۹۳)؛ شهبازی راد، سپهوندی و رادمهر (۱۳۹۳) همسو است. الکنیز و کاوندش (۲۰۰۴) بر این باورند که حوزه معنویت موجب می‌شود انسان با ملایمت و عطف بیشتر به مشکلات نگاه کند، تلاش بیشتری برای یافتن راه حل داشته باشد، سختی‌های زندگی را بهتر تحمل کند و به زندگی خود پویایی و حرکت دهد. به نظر می‌رسد که معنویت و ارتباط با منبع قدرت می‌تواند میزان تحمل افراد را در برابر سختی‌ها افزایش دهد. در بررسی فرضیه سوم، نتایج حاکی از آن است که مؤلفه‌های تجربیات معنوی شامل معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی و فعالیت‌های اجتماعی - مذهبی می‌تواند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات گذشته همانند پژوهش گریف و لابس (۲۰۰۸)، هاشمی و جوکار (۲۰۱۱)، حمید و همکاران (۲۰۱۲)، صدیقی ارفعی، یزدی‌خواستی، و نادری راوندی (۱۳۹۳)، شهبازی راد، سپهوندی و رادمهر (۱۳۹۳) همسو است. در تبیین این امر می‌توان به این نکته اشاره کرد که جامعه دانشجویی یکی از عظیم‌ترین گروه‌های جامعه است و گرایش دینی و معنوی آنها نقش مؤثری در مقابله با ناراحتی‌ها و سختی‌های دوران تحصیل خواهد داشت. به نظر می‌رسد مؤلفه‌هایی همچون: معنایابی در زندگی، تأثیر ارتباط با خداوند، شکوفایی و فعالیت معنوی، تجربیات متعالی عرفانی و فعالیت‌های اجتماعی - مذهبی که واریانس تاب‌آوری را تبیین کردند، چون به صورت ملموس‌تری با زندگی افراد در ارتباط‌اند و افراد در هنگام سختی‌ها بیشتر با دعا و ذکر و نیایش و جستجوی هدف و... با سختی‌ها مواجه می‌شوند؛ لذا در تاب‌آوری و تحمل افراد بیشتر مؤثرند. در بررسی فرضیه چهارم نتایج نشان داد که هوش هیجانی می‌تواند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات قبلاً انجام شده، از جمله: جوکار (۱۳۸۶)، گوهم (۲۰۰۳)، لی آیو و همکاران (۲۰۰۳)، خداجوادی و پرو (۱۳۸۷) همسو است. با توجه به ساختار و مؤلفه‌های هوش هیجانی نیز می‌توان گفت که ادراک و ابراز هیجانات، تنظیم هیجانات، بهره‌جویی از هیجان و اداره کردن هیجان در موقعیت‌های پرخطر و ناگوار به عنوان عامل محافظ عمل می‌کنند و تاب‌آوری افراد را ارتقا می‌دهند.

در همین راستا پیشنهاد می‌شود که با تدارک بسته‌ها و آموزش‌هایی در بین دانشجویان، هوش هیجانی از طریق برنامه‌های مداخله و آموزش‌های منظم و مفید، تقویت شود و در خصوص افزایش معنویت و مذهب

#### ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان ♦ ۱۲۹

افراد در دانشگاهها، در جهت بالا بردن میزان تحمل و بردباری (تاب‌آوری) آنها اقدام شود. همچنین مسئولان در دانشگاهها به نقش و اهمیت باورهای معنوی در بالا بردن ظرفیت تحمل افراد توجه بیشتری داشته باشند و برنامه‌های درسی مناسبی برای افزایش معنویت دانشجویان در دانشگاهها تدارک دیده شود. حتی می‌توان با برگزاری کارگاههایی در زمینه افزایش مهارت‌های تاب‌آوری در دانشجویان نیز گامهای اساسی برداشت. مسلماً نهادهای آموزشی مثل دانشگاهها، در عملی ساختن مهارت‌های تاب‌آوری و کاربردی ساختن دستورات و احکام معنوی و مذهبی نقش بسزایی ایفا می‌کنند و بهتر است به سمت و سویی سوق داده شوند تا در نحوه آموزش‌دهی به افراد، اصول و قواعد را کاربردی‌تر سازند، تا دانشجویان بتوانند در زندگی و امور تحصیلی از آنها بهتر استفاده کنند.

## منابع

- آقاعلی، فاطمه؛ طیبه زندی پور و محمدرضا احمدی (۱۳۹۰). «مطالعه تأثیر مشاوره گروهی شناختی رفتاری با تأکید بر اندیشه‌های معنوی در افزایش معنویت و سلامت روان بیماران ام.اس استان قم». *روان‌شناسی و دین*، سال چهارم، ش ۱: ۵۴-۳۷.
- جوکار، بهرام (۱۳۸۶). «نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی». *روان‌شناسی معاصر*، دوره دوم، ش ۴: ۲۲-۱۱.
- خداجویادی، رحیم و دراپرو (۱۳۸۷). «رابطه هوش هیجانی و تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی». *اعتیاد پژوهی*، ش ۹: ۸۱-۶۹.
- خسروجاوید، مهناز (۱۳۸۱). بررسی اعتبار و روایی سازه مقیاس هوش هیجانی شانه در نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس.
- دباغی، پرویز؛ ناصر گودرزی، و امین یزدانی (۱۳۹۱). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی سرسختی و تاب‌آوری با موفقیت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ارتش در سال ۹۱. پایان‌نامه دکتری دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران.
- شهبازی راد، افسانه؛ محمدعلی سپهوندی و پروانه رادمهر (۱۳۹۳). «رابطه تجربیات معنوی و مؤلفه‌های آن با میزان تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه رازی». *دین و سلامت*، دوره دوم، ش ۲: ۱۸-۱۰.
- صدیقی ارفعی، فریبرز؛ علی یزدی‌خواستی، و مریم نادی راوندی (۱۳۹۳). «پیش‌بینی‌پذیری میزان تاب‌آوری بر اساس هوش معنوی در دانشجویان و دین پژوهان». *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، سال چهارم، ش ۳.
- عسگریان، سمیه؛ محمدجواد اصغری و محمدحسن حسن‌زاده (۱۳۹۲). «تأثیر آموزش مهارت‌های مقابله دینی بر تاب‌آوری، انطباق‌پذیری و مدیریت فشار روانی همسران جانبازان». *مجله طب جانباز*. سال ششم، ش ۲۱.
- عزیززاده دربندی، حسن (۱۳۸۵). تعیین کارایی آموزش مهارت‌های هوش هیجانی بر تقویت هوش هیجانی دانش‌آموزان دختر (با هوش هیجانی پایین) مقطع متوسطه. پایان‌نامه کارشناسی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- کاویانی، زینب؛ نجمه حمید و میرصلاح‌الدین عنایتی (۱۳۹۳). «تأثیر درمان شناختی رفتاری مذهب‌محور بر تاب‌آوری زوجین». *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال پانزدهم، ش ۳ (پیاپی ۵۷): ۳۴-۲۵.
- کلینی، محمدبن یعقوب (۱۳۷۵). *اصول کافی*. جلد ۲. ترجمه جواد مصطفوی. تهران: ولی عصر.
- محمدی، حمیده و محمد مزیدی (۱۳۹۳). «نقش دینداری در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان دانشجویان». *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، سال چهارم، ش ۴: ۶۲۰-۶۰۵.



ارائه مدلی از نقش تجربیات معنوی و هوش هیجانی بر تاب‌آوری دانشجویان ♦ ۱۳۱

- محمدی، مسعود (۱۳۸۴). «عوامل موثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض خطر سوء مصرف مواد». پایان‌نامه دکتری تخصصی روانشناسی بالینی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- مشایخی دولت‌آبادی، محمدرضا و مسعود محمدی (۱۳۹۳). «تاب‌آوری و هوش معنوی به منزله متغیرهای پیش‌بین خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان شهری و روستایی». *مجله روان‌شناسی مدرسه*، دوره سوم، ش ۲: ۲۲۵-۲۰۵.
- میکائیلی، نیلوفر؛ مسعود گنجی و مسعود طالبی جویباری (۱۳۹۱). «مقایسه تاب‌آوری، رضایت زناشویی و سلامت روان در والدین کودکان دارای ناتوانی یادگیری و عادی». *ناتوانی‌های یادگیری*، ش ۲ (۱): ۱۳۷-۱۲۰.
- همایون‌نیا، مرتضی؛ علیرضا همایونی، محمود شیخ و سعید نظری (۱۳۹۳). «ارتباط بین هوش هیجانی و تاب‌آوری روان‌شناختی در بین کشتی‌گیران لیگ برتر ایران». *رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی*، دوره ششم، ش ۱: ۳۶-۲۳.
- AghaAli, F.; T. Zandipour & M.R. Ahmadi (2011). "The Effect of Cognitive Behavioral Group Counseling with the Emphasis on Spirituality and Spiritual Thoughts in Increasing the Mental Health of Patients M.S Province of Qom". *Journal of Psychology and Religion*, Y. 4, No. 1: 37-54.
- Alizadeh Darbandi, H. (2006). *Determines the Effectiveness Skills of Emotional Intelligence, on the Increase Emotional Intelligence, Secondary School Students (with Low Emotional Intelligence) High School*. Welfare and Rehabilitation Sciences University Undergraduate Theses.
- Asgarian, S.; M.J. Asghari & M.H. Hassanzadeh (2013). "The Impact of Religious Coping Skills Training on Resiliency, Adaptability and Stress Management Wives Veterans". *Janbaz Medical Journal*. Vol. 6, N. 21.
- Bar-on, R. (1997). *Bar-on Emotional Quotient Inventory*. Toronto Multi-Health System Inc.
- Bonanno, G. A, Galea, S, Bucchiareli, A., & Vlahov, D. (2007). "What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(5), 671-682.
- Campbell-Sills, L.; S. Cohan & M.B. Stein (2006). "Relationship of Resilience to Personality, Coping, and Psychiatric Symptoms in Young Adults". *J. Behav. Res. Ther*, 44: 585-599.
- Connor, K.M.; J.R. Davidson & L. Lee (2003). "Spirituality, Resilience, and Anger in Survivors of Violent Trauma: A Community Survey". *Journal of Traumatic Stress*, 16 (5): 487-494.
- Cuomo, C., Sarchiapone, M., Giannantonio, M. D., Mancini, M., & Roy, A. (2008). "Aggression, impulsivity, personality traits, and childhood trauma of prisoners with substance abuse and addiction". *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 34(3), 339-345.

- Dabaghi, P.; N. Goudarzi & A. Yazdani (2012). **Investigate the Relationship Personality Characteristics of Hardiness and Resiliency with Educational Success of Students in Military Medical University 2012 Year**. Islamic Republic of Iran Military Medical University Ph.D. Dissertation.
- Davidson, C. (2003). **“Development of a New Resilience Scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CD – RISC)”**. *Journal of Depression and Anxiety*, 18: 76-82.
- Elkins, M. & R. Cavendish (2004). **“Developing a Plan for Pediatric Spiritual Care”**. *Holistic Nurs Practice*, 18 (4): 179-186.
- Englberg, E. & L. Sjoberg (2004). **“Emotional Intelligence, Affected Intensity and Social Adjustment”**. *Personality and Individual Differences*, 37542-533.
- Friborg, O., Hjemdal, o., Rosenvinge, O. H., Martinussen M., Aslajsen, M., & Flatten, M., A. (2006). **“Resilience as a moderator of pain and stress”**. *Journal of Psycho-somatic Research*, 61, 213-219.
- Garmezy, N., & Masten, A. S. (1991). **“The protective role of competence indicators in children at risk”**. In: E. M. Cummings, A. L. Greene, & K. H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (pp. 151-174). Hillsdale, Nj: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ghobari Banab, B.; A. Motavalipoor & M. Habibi Asgarabadi (2009). **“Relationship between Anxiety and Depression and Magnitude of Spirituality in Students of the University of Tehran”**. *Journal of Applied Psychology*, 3 (2):110-23.
- Ghobari Bonab, B.; M. Gholamali-Lavasani & M. Mohamamdi (2005). **“Production Scale of Spiritual Experiment in the Students”**. *Journal of Psychology*, 9 (3): 261-278.
- Gohm, D. (2003). **“Mood Regulation and Emotional Intelligence: Individual Differences”**. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 84: 594-607.
- Greeff, A.P. & K. Loubser (2008). **“Spirituality as a Resiliency Quality in Xhosa-Speaking Families in South Africa”**. *Journal of Religion and Health*, 47 (3): 288-301.
- Gunnestad, A. & S. Thwala (2011). **“Resilience and Religion in Children and Youth in Southern Africa”**. *International Journal of Childrens Spirituality*, 16: 169-185.
- Hamid, N.; M. Keikhosravani, M. Babamiri & M. Dehghani (2012). **“The Relationship between Mental Healths, Spiritual Intelligence with Resiliency in Student of Kermanshah University of Medical Sciences”**. *Jentashapir Journal of Health Research*, 3(2): 331-338.

- Hasankhani, H. & et al. (2011). "Being Hopeful and Continuing to Move Ahead: Religious Coping in Iranian Chemical Warfare Poisoned Veterans, a Qualitative Study". *Journal of Religion Health*, 49 (3): 311-21.
- Hashemi, L. & B. Jowkar (2011). "Study of Relationship between Spiritual Transcendence and Resilience". *Journal of Education Psychology Studies*, 8 (13): 123-142.
- Hassed, C.S. (2000). "Depression: Dispirited or Spiritually Deprived?". *Medical Journal of Australia*, 173 (10): 545-547.
- Homayonnia, M.; A. Homayoni, M. Sheikh & S. Nazari (2014). "The Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Resiliency among Wrestlers Premier League Iran". *Journal of Growth and Motor Learning - Sports*, Vol. 6, Issue 1: 23-36.
- Humphreys, J. (2000). "Spirituality and Distress in Sheltered Battered Woman". *Journal of Nursing Scholarship*, 32 (3): 273-278.
- Joukar, B. (2007). "Mediating Role the Resilience, in the Relationship between Emotional Intelligence and General Intelligence and with Life Satisfaction". *Journal of the Contemporary Psychology*, Vol. 2, No. 4: 22-11.
- Kaviani, Z.; N. Hamid & M. Enayati (2014). "The Impact of Religion-based Cognitive-Behavioral Therapy, on Resilience the Couples". *Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology*, Vol. 15, No. 3: 25-34.
- KhodaJavadi, R. and D. Peru (2008). "The Relationship between Emotional Intelligence and Resilience in Students from the University of Social Welfare and Rehabilitation". *Journal of Addiction Studies*, P. 69-81.
- Khosro Javid, M. (2002). *The Reliability and Validity of the Emotional Intelligence Schutte in the Teenagers*. Master's Thesis, General Psychology, Tarbiat Modarres University.
- Kolaini, M.Y. (1996). *OsuleKafi*. Volume 2. Translated by Javad Mostafavi. Tehran: Valiasre.
- Liau, A.K.; M.T.L. Liau, A.W.L. Liau & G.B.S. Teoh (2003). "The Case for Emotional Literacy: the Influence of Emotional Intelligence on Problem Behaviors in Malaysian Secondary School Students". *Journal of Moral Education*, 32.
- Mabe PA, Josephson AM. "Adolescent Psychopathology: Spiritual and Religious Perspectives. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*". 2004; 13(1): 111-125.
- Mashayekhi Dolat Abadi, M; and M. Mohammadi (2014). "Resilience and Spiritual Intelligence as Predictor Variables of Academic Self- Efficacy in Urban and Rural Students". *Journal of School Psychology*, Vol. 3, No. 2: 205-225.
- McSherry, W. (2000). "Education Issues Surrounding the Teaching of Spirituality". *Nursing Standard*, 14 (42): 40-43.

- Michaeli, N.; M. Ganji & M. Talebi Joibari (2012).“**Comparison of Resiliency, Marital Satisfaction and Mental Health in Parents of Children with Learning Disabilities and Normal**”.*Journal of Learning Disabilities*, 2 (1): 120-137.
- Mohammadi, H.; & M. Mazidi (2014).“**The Role of Religiosity, in Predicting Students' Cognitive Emotion Regulation Strategies**”.*Journal of Islamic University Culture*, Y, 4, No. 4: 620-605.
- Pinqart, M. (2009).“**Moderating effect of dispositional Resilience on association between hassles and Psychological distress**”.*Journal of applied Developmental Psychology*, 30 (1), 1-8.
- Salovey, P. Bed ell. B. T., Deft wielder, J. B., and Mayer, G. D. (2000).“**Coping intelligently: emotional intelligence and the coping process**” . In C. R. (Eds.), coping: the pschology of what works (pp: 141-164). New York: Oxford university press.
- Schutte, N.S.; J.M. Malouff, L.E. Hall, D.J. Haggerty, J.T. Cooper, C.J. Golden & L. Dornheim (1998). “**Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence**”.*Personality and Individual Differences*, 25: 167-177.
- Shahbazi Rad, A.; M.A Sepahvandi & P. Radmehr (2014).“**The Relationship between Spiritual Experiences and its Components with Resilience of Razi University Students**”.*Journal of Religion and Health*, Issue 2, Vol. 2: 18-10.
- Siddighi Arfaei, F.; A. Yazdikhasti & M. Nadi Ravandi (2014).“**Predicting of the Resiliency based on Spiritual Intelligence in Students and Scholars**”.*Journal of Islamic University Culture*, Year 4, Issue 3.
- Smith, S. (2005). “**Exploring the Interaction of Emotional Intelligence and Spirituality**”.*Journal of Traumatology*, 10 (4): 231-243.
- Swinton, K.S. & S. Pattison (2001).“**Spirituality; Come all ye Faithful**”.*TheHealth Service Journal*, 11 (5786): 24-25.
- Uskt-Margetic, B. & B. Margetic (2005). “**Religiosity and Health Outcomes**”.*Review of Literature: Coll Anthropology*, 29 (1): 367-371.
- Vaughan, F. (2003).“**What is Spiritual Intelligence?**”.*Journal of Humanistic Psychology*, 42 (2): 16-32.
- Zemmerman, M. A., Fergus. S. (2005).“**Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk**”. *Pro quest health and medical*, 25(5), 271-282.

