

مهارتهای فراشناختی وهوش معنوی

حسین زارع¹

عبدالله مفاخری²

چکیده:

هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه بین مهارتهای فراشناختی وهوش معنوی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نوراسفراین می باشد. تعداد 287 نفر به عنوان نمونه تحقیق با استفاده از روش نمونه گیری طبقه ای مرحله ای انتخاب شدند. جهت سنجش فراشناخت از پرسشنامه ولزوکارترایت (2004) و برای سنجش هوش معنوی از آزمون 29سوالی عبدالله زاده (1387) استفاده شد. نتایج تحلیل با روش همبستگی نشان داد که بین مهارتهای فراشناختی و هوش معنوی رابطه مثبت معنادار وجود دارد . همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد که مهارتهای فراشناختی پیش بین خوبی برای هوش معنوی می باشند و همچنین از بین عاملهای فراشناخت فقط عامل کنترل ناپذیری وخطرباهوش معنوی ارتباط نداشت.این نتایج نشان میدهند که افزایش درمهارتهای فراشناختی موجب افزایش قدرت داوری و، سازمان دهی و گسترش معنایی دانش فرد می شود که این توانمندی ها با گسترش هوش معنوی همراه می باشند.

کلمات کلیدی: فراشناخت،هوش معنوی

1 دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور

2 عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور

مقدمه:

ذهن انسان همواره درگیر انبوهی از پرسشها بوده است. یکی از مهمترین آنها پرسش درباره این است که فرد درباره دانستن چه می داند، پرسشی که جواب آن ما را به سمت مفهومی به نام فرا شناخت^۱ رهنمون می سازد. این مفهوم ابتدا توسط فلاول^۲ (1985) به عنوان؛ " دانش یا فعالیت شناختی که هر جنبه ای از تلاشهای شناختی را موضوع کار خود قرار داده یا آن را تنظیم نماید". مطرح شد. جاست^۳ و همکاران (1998) فراشناخت را به عنوان تفکر ثانویه یا تفکر درباره تفکر اولیه می دانند.

فراشناخت، در لغت به معنای شناخت درباره شناخت، یادانش درباره دانستن است (وولفولک^۴، 2001). فراشناخت یک مفهوم چندوجهی است. این مفهوم در برگیرنده دانش (باورها)، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، نظارت یا کنترل می کند (موسس و ببرد^۵، 2002). بیشتر فعالیتهای شناختی به عوامل فراشناختی بستگی دارند که بر آن ها نظارت و کنترلشان می کنند. علاوه بر این، اطلاعاتی که از نظارت فراشناخت منشعب می شوند اغلب به صورت احساسات ذهنی تجربه می شوند که می توانند بر رفتار اثر بگذارند. یاماگوچی^۶ ضمن تحلیل مفهوم فراشناخت، آنرا به دو مقوله تقسیم می کند: دانش فراشناختی (شخص، وظیفه و راهبرد) و باورهای فراشناختی (نظارت، کنترل و ارزشیابی). وی معتقد است دانش فراشناختی تفکر درباره تفکر است و با دیگر دانش ها تفاوت دارد (شعبانی^۷، 1385). کارت رایت هاتون^۷ و ولز^۸ (2004)، فراشناخت را دارای پنج مؤلفه اساسی می دانند که در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار گرفته اند، عبارتند از: اعتماد

1-Metacognition

2 -Flavell

3 -Jost

4 -Woolfolk

5 -Moses, L.J., & Baird, J.A

6 -Yamagojy

7- Cartwright-Hatton

8-Wells

شناختی ۱، باورهای مثبت در مورد نگرانی ۲، وقوف شناختی ۳، افکار خطرناک و کنترل ناپذیر ۴، نیاز به کنترل افکار ۵.

با توجه به تعاریف می‌توان دریافت که مهارت‌های فراشناختی به عنوان یک پردازشگر اطلاعات؛ نظم دهنده، مهار کننده و نظارت کننده سایر جنبه‌های شناختی محسوب می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند بین باورهای فراشناختی و مولفه‌های روانشناختی ارتباط وجود دارد. مثلاً اندرسون^۶ و همکاران (2010) بین فراشناخت، خود آگاهی و حل مساله رابطه معناداری بدست آوردند. استنباش^۷ (2008) معتقد است که بین فراشناخت، خود مدیریتی، حل مساله و قضاوت ارتباط وجود دارد.

لاو^۸ (2002) عنوان کرده است که هر سطح از رشد معنوی نیاز به یک سطح از رشد شناختی دارد زیرا هر دو متغیر با مفاهیم مشترک ارتباط دارند. دیوید^۹ (2007) معتقد است فراشناخت هسته اصلی معنویت را تشکیل می‌دهد زیرا هوش معنوی می‌تواند به خود کنترلی، مسولیت پذیری و خود نظارتی کمک کند و همه این مولفه‌ها به خود آگاهی فرد کمک می‌کنند و خود آگاهی با فراشناخت همبستگی دارد. بنابراین فراشناخت برای هوش معنوی^{۱۰} ضروری است. فراشناخت فرد راقادر می‌سازد ارتباطش با دنیا را براساس گفتگوهای درونی یا خود محاوره‌ای هماهنگ سازد. فراشناخت ابزاری است تا فرد محدودیت‌ها و توانایی‌هایش را بشناسد و در برابر مسائل و مشکلات زندگی از راهبردهای مقابله‌ای مثبتی استفاده نماید.

-
- 1- cognitive confidence
 - 2- positive beliefs about worry
 - 3- cognitive self- consciousness
 - 4- uncontrollability and danger thoughts
 - 5- need to control thoughts
 - 6 -Anderson
 - 7 -Steinbach
 - 8 -Love
 - 9 -David
 - 10 -spiritual Intelligence

هوش معنوی در سال 1996 توسط استیونز^۱ و بعد توسط امونز^۲ مطرح شد. از نظر امونز (1999) هوش معنوی کاربرد انطباقی اطلاعات معنوی در جهت حل مسئله در زندگی روزانه و فرایند دستیابی به هدف می باشد. هوش معنوی قادر است که هوشیاری یا احساس پیوند بایک قدرت برتری یک وجود مقدس را تسهیل کند یا افزایش دهد (سیسک^۳ و تورنس^۴، 2001). ازدیدگاه وگان^۵ (2002) هوش معنوی یکپارچه کننده زندگی درونی و معنوی با زندگی بیرونی و محیط کار است. ازدیدگاه او هوش معنوی برای شناسایی انتخابهایی که در بهزیستی روانشناختی و رشد سلامتی کل بشر نقش دارند امری لازم است. هوش معنوی سازه های معنویت و هوش را درون یک سازه جدید ترکیب می کند. در حالی که معنویت با جستجو و تجربه عناصر مقدس، معنا، هوشیاری اوج یافته و تعالی در ارتباط است.

ارتباطات زیادی بین معنویت و بهزیستی روانشناختی و سازگاری وجود دارد ولی به اعتقاد کینگ^۶ (2004) راهبردهای مقابله ای و تکنیکهای حل مشکل با استفاده از معنویت در واقع کاربردهای سازگاران هوش معنوی می باشند. از نظر سیسک (2001) هوش معنوی دارای ابعاد متفاوتی است: بعد دانش درونی؛ که به هوشیاری فزاینده ای که در آن آگاهی از تفاهم و یکی بودن با جهان هستی و همه مخلوقاتش وجود دارد، منتهی می شود. بعد شهود عمیق؛ ما را با ذهن جهانی یا ذهنی بزرگ پیوند می دهد. تا در پاسخ به مشکلات انتخاب هایمان را به سمت هوشیاری اصیل یا شهود عمیق برگردانیم. بعد حل مسئله؛ که می توانیم معنا و ارزش مشکلات را تشخیص بدهیم و به حل آنها بپردازیم.

1 -stievens

2 -Emmons

3-sisk

4 -Torrance

5 -Vaughan

6-King

پژوهشها نشان می‌دهند فراشناخت و هوش معنوی در مولفه‌های زیادی با هم ارتباط دارند. بنسون ۱ و همکاران (2003) معتقدند که رشد معنوی افراد به وسیله ظرفیتهای شناختی و تاثیرات محیطی شکل می‌گیرد. میلر ۲ (2003) معتقد است که خود کنترلی و دنیایی درونی ۳ افراد با راهبردهای فراشناختی آنها رابطه تنگاتنگی دارد و جنبه‌هایی از معنویت افراد را دنیایی درونی‌شان تشکیل می‌دهد. کانادا ۴ (2008) در یافت که راهبردهای شناختی مقابله مثبت در برابر حوادث زندگی در افراد با هوش معنوی بالا بیشتر از افراد با هوش معنوی پایین می‌باشد. دیوید و همکاران (2007) به این نتیجه رسیدند که هوش معنوی با خود انعکاسی و فراشناخت رابطه معنادار دارد. کاری ۵ و همکاران (2007) متوجه شدند که افراد با هوش معنوی بالا از پردازشهای فراشناختی مثبت بیشتر و افراد با هوش معنوی پایین از پردازشهای فراشناختی منفی بیشتری استفاده می‌کنند. با توجه به یافته‌های فوق در این تحقیق ارتباط بین فراشناخت و هوش معنوی را مورد بررسی قرار می‌دهیم و رابطه زیر مولفه‌های فراشناخت از قبیل؛ کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهای مثبت درباره نگرانی، وقوف شناختی، اطمینان شناختی و نیاز به کنترل افکار را با هوش معنوی بررسی می‌کنیم.

روش:

پژوهش حاضر از نوع تحقیق توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری، کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور اسفراین در سال تحصیلی 90-91 بودند که با استفاده از فرمول کرجی و مورگان ۶ (1987) تعداد 287 نفر به طور تصادفی طبقه‌ای به عنوان نمونه

1 -Benson

2 -Miller

3 -Inner world

4 -kanada

5 -karri

6 -Karajan & Morgan

انتخاب و مورد سنجش قرار گرفتند. پس از توضیح مختصر و جلب مشارکت آزمودنیها پرسشنامه ها در یک نشست مورد اجرا قرار گرفت.

پرسشنامه فراشناخت (MCQ-30) ۱ مقیاس 30 گویه ای خودگزارشی است که توسط ولز و کارترایت (2004) ساخته شده است و باورهای افراد درباره تفکرشان را می سنجد. پاسخها در این مقیاس براساس مقیاس چهار درجه ای لیکرت (1= موافق نیستم تا 4 = خیلی زیاد موافقم) محاسبه می شود. این مقیاس دارای پنج خرده مقیاس است: کنترل ناپذیری و خطر افکار، باورهای مثبت درباره ی نگرانی، وقوف شناختی، اطمینان شناختی، نیاز به کنترل افکار. شیرین زاده (1385) این پرسشنامه را برای جمعیت ایرانی ترجمه و آماده نموده است. ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس در نمونه ایرانی 0/91 گزارش شده است. برای خرده مقیاس های کنترل ناپذیری، باورهای مثبت، وقوف شناختی، اطمینان شناختی و نیاز به کنترل افکار به ترتیب در نمونه ایرانی 0/86/87، 0/80، 0/81، 0/71 گزارش شده است.

جهت تعیین میزان هوش معنوی از پرسشنامه هوش معنوی 29 سوالی ساخته عبدالله زاده و همکاران (1387) استفاده شد. پایایی آزمون در مرحله مقدماتی به روش آلفا برابر 0/87 بود در مرحله نهایی پرسشنامه روی 280 نفر گروه نمونه اجرا شد، پایایی در این مرحله 0/89 به دست آمد برای بررسی روایی علاوه بر روایی، محتوای صوری سوالها با نظر متخصصان به روش دلفی تایید شد.

یافته ها:

داده های حاصل با استفاده از ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. جدول 1 میانگین و انحراف باورهای فراشناختی و هوش معنوی را برای دختران و پسران نشان میدهد:

جدول 1: میانگین و انحراف معیار گروههای آزمایشی برای متغیرهای تحقیق

متغیرهای تحقیق		تعداد		مهارتهای فراشناختی				هوش معنوی	
آزمودنیها		p	ksz	انحراف معیار		انحراف معیار		p	ksz
				میانگین	میانگین	میانگین	میانگین		
دختر	149			7/56	78/12	1/38	97/57	9/80	9/85
	138			6/86	77/39		96/11	9/97	
	287			7/23	77/80		96/93	9/84	

نتایج جدول 1 نشان می دهد که میانگین و انحراف معیار دختران در متغیرهای مهارتهای فراشناختی و هوش معنوی به ترتیب عبارتند از: $7/78,56/12$ و $9/97,80/57$. همچنین نتایج جدول حاکی از این است که میانگین و انحراف معیار پسران در متغیرهای مهارتهای فراشناختی و هوش معنوی به ترتیب عبارتند از: $6/77,86/39$ و $9/96,97/11$. نتایج آزمون کولموکراف اسمیرنوف (ksz) نیز نشان می دهد توزیع داده های فراشناخت و هوش معنوی نرمال می باشد.

به منظور بررسی رابطه بین فراشناخت با هوش معنوی از همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول 2 آورده شده است:

جدول 2: ضرایب همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه فراشناخت وعاملهای آن با هوش معنوی

متغیرها	فراشناخت	اطمینان شناختی	باورهای مثبت	افکار خطرناک	وقوف شناختی	نیاز به کنترل افکار
هوش معنوی	.39**	.31**	.36**	.03	.23*	.23*
فراشناخت	1	.55**	.63**	.45**	.53**	.58**
اطمینان شناختی		1	.21**	.02	.16	.29**
باورهای مثبت			1	.08	.35**	.18
کنترل ناپذیری				1	.08	.11
وقوف شناختی					1	.15**
نیاز به کنترل افکار						1

**P<0/01 * P<0/05

همچنان که نتایج جدول نشان می دهد همبستگی بین هوش معنوی و فراشناخت معنادار می باشد. به منظور بررسی سهم باورهای فراشناختی در پیش بینی هوش معنوی از رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان استفاده شد. پس از اطمینان از وجود رابطه خطی و برقراری پیش فرض های رگرسیون هوش معنوی به عنوان متغیر ملاک به همراه میزان باورهای فراشناختی به عنوان متغیر پیش بین مورد تحلیل قرار گرفت.

جدول 3: پیش بینی هوش معنوی بر اساس باورهای فراشناختی

p	f	df	میانگین مجذورات	مجموع مجذورات	
.001	15/83	1	402/915	1308/870	رگرسیون
		286	82/667	7026/717	باقیمانده
		287		8335/586	کل

همانطور که مشاهده می شود $F=15/83, p<0/01$ در سطح معنی داری قرار دارد . بنابراین می توان نتیجه گرفت که هوش معنوی بر اساس باورهای فراشناختی قابل پیش بینی است و فرض صفر رد می گردد. این بدان معناست که باورهای فراشناختی در پیش بینی هوش معنوی نقش دارد .

جدول 4: جدول ضرایب پیش بینی هوش معنوی بر مبنای باورهای فراشناختی

P	t	Beta	B	R2	R	مقادیر
.001	3/97	.39	.53	.16	.39	مهارت‌های فراشناختی

با توجه به جدول می توان استنباط کرد به ازاء یک واحد تغییر در انحراف معیار در مهارت‌های فراشناختی به اندازه 0/16 انحراف معیار در متغیر هوش معنوی تغییر ایجاد می‌گردد. ($P < 0/001$) و می توان بیان کرد که فراشناخت پیش بین خوبی برای هوش معنوی محسوب می شود.

جدول 5: محاسبه ضرایب حاصل از رگرسیون همزمان هوش معنوی بر حسب خرده مقیاسهای فراشناخت

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	B	خطای معیار	Beta	t	سطح معناداری	همبستگی پاره ای
هوش معنوی	اطمینان شناختی	1/03	/41	/25	2/51	/014	/26
	باورهای مثبت درباره نگرانی	1/06	/35	/30	3/06	/003	/36
	وقوف شناختی	/52	/45	/12	1/13	/243	/12
	افکار خطرناک و کنترل ناپذیر	/10	/36	/03	/328	/744	/03
	نیاز به کنترل افکار	/45	/47	/10	/962	/339	/18

با توجه به نسبت تی ملاحظه می شود تی محاسبه شده درمورد خرده مقیاسهای باور مثبت واطمینان شناختی و هوش معنوی معنادار است. با محاسبه ضریب همبستگی پاره ای نیز ملاحظه می شود رابطه بین باور مثبت با هوش معنوی با حذف اثر سایر متغیرهای پیش بین 0/36، رابطه بین اطمینان شناختی با هوش معنوی با حذف اثر سایر متغیرها 0/26 و معنادار است. همچنین ملاحظه می شود رابطه سایر خرده مقیاسها در پیش بینی هوش معنوی معنادار نیست.

بحث و نتیجه گیری:

نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که باورهای فراشناختی با هوش معنوی رابطه‌ی مثبت و معنی دار دارد ($r=/.39$) یعنی هرچه باورهای فراشناختی افراد بالا باشد هوش معنوی آنها نیز بالاتر می‌باشد. همچنین تحلیل رگرسیون مشخص میکند که فراشناخت 0/16 از واریانس هوش معنوی را پیش بینی می‌کند. این یافته با یافته های تحقیقات پیشین از جمله (بنسون وهمکاران، 2003؛ دیوید وهمکاران، 2007؛ کاندا، 2007؛ کاری و

همکاران، 2007) همسو بوده است و همچنانکه استریزنس^۱ (2002) گفته است معنویت با فرایندهای شناختی مرتبط است. لذا می‌توان گفت اگر مهارتهای فراشناختی افراد بالا باشد هوش معنوی آنها نیز بالاتر خواهد بود. تعریفها و نظریه‌های فراشناخت نشان می‌دهند همه افراد افکار منفی دارند اما همه آنها دچار آشفتگی نمی‌شوند، کنترل افکار و تعیین اینکه باید کدام فکر نادیده گرفته و کنترل شود و کدامیک به طور طولانی و عمیق مطرح شود مهمتر است. رویکرد فراشناخت عقیده دارد که آشفتگی هیجانی افراد ناشی از فرا شناختها معیوب می‌باشد که باعث الگوی خاصی از پاسخ به تجربیات درونی می‌شوند و هیجانات و افکار منفی را حفظ می‌کنند.

فاولر (1994) معتقد است وقتی افراد با حوادثی روبرو می‌شوند که با دیدگاه کلی آنها نسبت به جهان متفاوت است باید فراتر از ساختارهای شناختی خود را بررسی کنند و به اطلاعاتی مطابق با واقعیت دست یابند. این تحلیل در نظریه‌های هوش معنوی نیز مطرح می‌شود، مثلاً: زوهر (2000) معتقد است هوش معنوی بیانگر مجموعه‌های از تواناییها و ظرفیتهای منابع معنوی است که کاربرد آنها موجب افزایش انطباق پذیری و در نتیجه سلامت روان افراد می‌شود. امونز (1999)، وگان (2000)، کینگ (2004) و سیسک (2001) در تعریف هوش معنوی به جنبه‌های مقابله‌ای، سازگاران و حل مسائل و مشکلات زندگی اشاره دارند. یعنی افراد در برخورد با مشکلات و مسائل روزمره به تحلیل شناختها می‌پردازند و از مهارتهای مقابله‌ای برای حل مساله و یا سازگاری با آن استفاده می‌کنند. که موفقیت یا شکست در این امر بستگی به میزان خود آگاهی در افراد می‌باشد و افزایش خود آگاهی مستلزم داشتن مهارتهای فراشناختی است. یعنی میتوان گفت افراد با هوش معنوی بالا برای کنترل رفتار و حفظ سازگاری در مقابله با حوادث زندگی نیاز به فرا شناخت قوی دارند تا بتوانند از طریق ایجاد خود آگاهی قوی و منسجم به

یکپارچگی بین خود و محیط کمک کنند، که این یکپارچگی دقیقاً همان چیزی است که در تعریف هوش معنوی مطرح می شود.

چنانچه در جدول 5 مشخص شد از بین خرده مقیاسهای فراشناخت فقط مقیاس باورهای مثبت در مورد نگرانی و اطمینان شناختی پیش بین معناداری برای هوش معنوی بودند اما مقیاسهای وقوف شناختی، کنترل افکار و افکار خطرناک برای هوش معنوی پیش بینی معناداری نداشتند. در این مورد می توان گفت باورهای مثبت در مورد افکار نگران کننده باعث خواهند شد فرد بتواند با اعتماد و امید بیشتری به کنترل این افکار بپردازد و در مسائل مختلف زندگی همیشه خوش بین بوده و آرامش و یکپارچگی خود را که برای هوش معنوی لازم است حفظ کند.

ولز (2001) معتقد است که مدل فراشناختی فرض کرده است که افراد با سطح نگرانی معمولی ترغیب خواهند شد که از راهبردهای کنترل افکار برای نگرانشان استفاده کنند. یعنی افرادی که باورهای مثبت نسبت به نگرانی دارند بهتر از افرادی که باورهای منفی دارند نگرانی شان را کنترل می کنند. همچنین در مورد اطمینان شناختی نیز می توان گفت هرچه فرد به توانایی ها و راهبردهای شناختی خود اطمینان بیشتری داشته باشد بهتر می تواند از پس مشکلات زندگی برآید و این مقیاس با مقیاس باورهای مثبت نیز ارتباط زیادی دارند زیرا هرچه باور فرد نسبت به نگرانی مثبت تر باشد اطمینان شناختی او نیز برای حل مشکل بیشتر خواهد شد همپنان که در جدول 3 مشاهده می شود بین آنها همبستگی مثبت وجود دارد. در مورد خرده مقیاس وقوف شناختی که به هوش معنوی ارتباط داشت نیز باید گفت اگر چه وقوف یا آگاهی شناختی به فراشناخت کمک میکند اما در برخورد با مشکلات و استرس های شدید اگر این وقوف شناختی با اطمینان همراه نباشد نمی تواند به حل مسئله کمک کند و در نتیجه چنانچه در جدول 5 ملاحظه شد وقوف شناختی برای هوش معنوی پیش بین معناداری نبود. همچنین خرده مقیاس نیاز به کنترل افکار نیز پیش بین معناداری برای هوش معنوی نبود زیرا هرچه نیاز فرد به کنترل

افکار بیشتر باشد نشان می‌دهد که فرد یا دارای استرس‌های زیادی است یا در کنترل و سازماندهی ذهنی ضعیف است، که در هر دو صورت انرژی روانی زیادی برای کنترل افکار لازم است و این امر فرد را در استفاده موثر از راهبردهای حل مسائله با مشکل مواجه می‌کند. و بنابراین در ایجاد یکپارچگی فردی و هوش معنوی اثر چندانی نداشته باشد. در مورد خرده مقیاس افکار خطرناک و کنترل ناپذیر که با هوش معنوی ارتباط معناداری نداشت نیز می‌توان گفت افکار کنترل ناپذیر و خطرناک باعث صرف انرژی روانی زیاد از سوی فرد برای مقابله با آنها خواهد شد لذا در حفظ یکپارچگی فردی هنگام استرس اختلال ایجاد می‌کند و به این دلیل ممکن است در پیش بینی هوش معنوی افراد موثر نباشد.

از نتایج بدست آمده در این پژوهش می‌توان استنباط کرد که مهارت‌های فراشناختی برای هوش معنوی افراد ضروری است یعنی افراد با هوش معنوی بالا از مهارت‌های فراشناختی بالا نیز برخوردارند. لذا می‌توان گفت فراگیری، ارتقا و حفظ مهارت‌های فراشناختی در بین دانشجویان می‌تواند بر هوش معنوی آنها اثر مثبت داشته باشد. هم-چنانچه کلی (2001) می‌گوید: شناخت در مانگرانی که از معنویت برای درمان مراجعان استفاده می‌کنند به بهبود زندگی آنها کمک زیادی می‌کنند. همچنین کدخدا و همکاران (2011) در پژوهشی بین هوش معنوی و حل مساله رابطه معناداری بدست آوردند، مخصوصاً در مسایل و مشکلات اجتماعی هوش معنوی موثرتر بود. نتایج بدست آمده از این تحقیق می‌تواند به ما کمک کند تا با آموزش مهارت‌های فراشناختی به رشد هوش معنوی افراد مخصوصاً دانشجویان سرعت بخشیده و به حل مسائل زندگی آنها کمک کنیم. هر چند نیاز به تحقیقات بیشتری برای بررسی رابطه علی بین این دو متغییر احساس می‌شود.

شعبانی، حسن؛ روشهای تدریس پیشرفته، تهران، انتشارات سمت چاپ دوم، **1385**

شیرین زاده، صمد، (1385). مقایسه مهارتهای فراشناختی و مسوولیت پذیری در بیماران اضطرابی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شیراز

عبداله زاده، حسن. باقرپور، معصومه. بوژمهرانی، سمانه. لطفی، محدثه. هوش معنوی:

1388 مفاهیم، سنجش و کاربردهای آن. تهران، نشر روان سنجی.

Anderson, M.L. Perlis, D.R Logic, self-awareness and self-improvement: The metacognitive loop and the problem of brittleness Journal of Logic and Computation 15, Issue 1, 2005, 21-40

Benson, P., Roehlkepartain, E., & Rude, S. (2003). Spiritual development in childhood and adolescence: Toward a field of inquiry. Applied Developmental Science, 7(3), 205-213.

Canada, A.L.; Murphy, P.E.; Fitchett, G.; Peterman, A.H.; Schover, L.R.(2008), 3-factor model for the FACIT-Sp. Psycho oncology, 17, 908-916

David Y. F. Ho and Rainbow T. H. Ho.(2007)Measuring Spirituality and Spiritual Emptiness: Toward Ecumenicityand Transcultural Applicability, Review of General Psychology, Vol. 11, No. 1, 62–74

Emmons RA. (1999).The psychology of ultimate concerns: motivation and spirituality in personality. New York: Guilford Press;.P.51-73

Fowler, J.W. (1994).Moral stages and the development of faith. In B. Puka (Ed.), Moral development: New York: Garland Publishing. pp. 344–374.

Flavell,J.(1985).Cognitive development. (2nd ed) Englewood Cliffs, NJ:Prentice-Hall, Inc.

Jost, J.T., Kruglanski, A.W., & Nelson, T.O. (1998). Social metacognition: an expansionist review. Personality and Social Psychology Review, 2,137-154

Kadkhoda, M. Hoorie Jahani. Problem-solving capacities of spiritual intelligence for artificial intelligence ,Social and Behavioral Sciences 32 (2012) 170 – 175

Karri. B, Stanley H. Cohen and Julie Hicks.(2007) Spirituality and Cognition: Does Spirituality Influence What We Attend to and Remember?, Journal of Adult Development Volume 14, Numbers 1-2, 1-5,

Kelly B. Cartwright.(2001)Cognitive Developmental Theory and Spiritual Development, Journal of Adult Development, Vol. 8, No. 4, 2001

King DB. Rethinking claims of spiritual intelligence: a definition, model, and measure.[thesis]. Ontario: Trent University; 2008

Love, P. (2002). Comparing spiritual development and cognitive development. Journal of College Student Development, 43(3), 257-373.

Miller, G. (2003). Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy. Hoboken: John Wiley & Sons Inc.

Moses, L.J., & Baird, J.A.(2002).Metacognition. In R.A Wilson& F.C. Keil (Eds.), The MIT encyclopedia of the cognitive sciences. Cambridge, MA: MIT Press.

Sisk , D.A. , & Torrance. , E.P. (2001). Spiritual Intelligence : Developing higher consciousness.Buffalo,New York : Creative Education Foundation Press.

Steinbach, J. C. (2008). The Effect of Metacognitive Strategy Instruction on Writing. Unpublished Doctoral Dissertation. Lexington, KY: The Graduate School of University of Kentucky

Strizenec, M. (2002). Religiosity and cognitive processes. Dialogue and Universalism, 8,129-140.

Vaughan F.What is spiritual intelligence? Journal of Humanistic Psychology, 2002;42(2):16-33.

Wells,A. & Cartwright-Hatton,S.(2004). A short form of the Metacognition Questionnaire:Properties of the MCQ-30. Behavior Research and Therapy, vol 42.385-396.

Wells,A.(2001). Further tests of cognitive model of GAD and PD. Behavioral Therapy, vol 34,881-888.

Woolfolk,A. (2001).Educational psychology(5th ed.) boston: Allyn and Bacon

Zohar D, Marshall I. SQ, connecting with our spiritual intelligence. New York: Bloomsbury Publishing 2000.P. 324.

Study of relation between metacognition skills and spiritual Intelligence (SQ)"

