

## کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان

محمد خالدیان<sup>۱</sup>

فرزانه امینی فر<sup>۲</sup>

فائزه پور قربان گورابی<sup>۳</sup>

مهران رشیدی<sup>۴</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان انجام شد. جامعه پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد قروه که در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل می‌باشند را شامل می‌باشد. در این پژوهش ۳۰ دانشجو با نمونه گیری تصادفی بعنوان حجم نمونه تحقیق انتخاب شدند. نمونه آماری گروه آزمایش ۱۵ نفر از دانشجویانی که در جلسات معنویت به صورت داوطلب شرکت کرده اند را شامل می‌باشد. نمونه آماری گروه کنترل ۱۵ از دانشجویان که در جلسات معنویت شرکت نکردند (از بین دانشجویان دانشگاه بصورت تصادفی انتخاب شدند) را شامل می‌باشد. روشی پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با دو گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. گروه آزمایش تحت ۹ جلسه دو ساعته معنویت قرار گرفتند اما گروه کنترل تحت هیچگونه آموزشی قرار نگرفتند. جهت جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه پرسشنامه هوش عاطفی سبیریاشرینگ استفاده شد و برای تحلیل آماری داده‌ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که آموزش معنویت با تاکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام به طور معنی داری در ارتقا میزان هوش عاطفی در دانشجویان مؤثر است ( $P=0/001$ ).

واژه‌های کلیدی: آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی، هوش عاطفی، پرسشنامه سبیریاشرینگ.

۱. مربی گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران mohamad\_khaledian22@yahoo.com

۲. کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، واحد کرج، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

۳. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

۴. مربی گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

## مقدمه

بدون ایمان به خدا، انسان در این جهان مادی محدود می‌باشد، ولی با ایمان به خدا، به منبع علم، حکمت، قدرت، عزت، لطف و رحمت بی‌انتهای او متصل شده، به طوری که همه چیز را، از او می‌طلبند و از هیچ کس و هیچ چیز نگرانی و اضطرابی ندارد. بر اساس ایمان به خدا، دلهره، نگرانی و نارضایتی که بسیاری از انسان‌ها در معرض ابتلای به آن هستند، کاهش یافته و یا از بین می‌رود. توجه به زندگی مادی بر جهان سیطره داشته و رقابت شدیدی برای بدست آوردن مادیات بر مردم حکومت می‌کند. در صورتی که توجه به نیازهای روحی در همین زمان بسیار محسوس تر است. همین گرایش به مادیات و رقابت در تملک آنها باعث فشار روحی بر انسان معاصر و سردرگمی او شده و او را در معرض تهاجم نگرانی‌ها، ناامیدی‌ها و بیماری‌های مختلف روانی قرار داده است. از دیدگاه دین اسلام، یگانه چیزی که می‌تواند نیاز به آرامش را در انسان برآورده کند و انسان را از دست تنش‌های روزمره رها نماید یاد خداست، علامه طباطبایی این مسئله را این گونه تبیین می‌کند که تلاش انسان، دستیابی به سعادت و ایمنی از بدبختی است. انسان در این راه به هر وسیله‌ای که دست رسی داشته باشد چنگ می‌زند، ولی همه این وسایل و اسباب، اگر از یک جهت غالب و توانا باشند؛ از جهت دیگری مغلوب و ناتوانند، جز خداوند متعالی که توانای مطلق است و ناتوانی در او راه ندارد (عرب بافرانی و همکاران، ۱۳۹۲). امام علی (ع) در خطبه، متقین، ضمن برشماری اوصاف متقین می‌فرماید: «فمن علامه احدهم، انک تری له قوه فی دین - و از نشانه‌های یکی از آنان این است که در کار دین نیرومندش بینی و پایدار (شهیدی، ۱۳۶۹). «یکی از نشانه‌ها اینکه هر کس فرد فرد آن‌ها را ببیند، عینیت نیروی دینی در وجود آن‌ها را مشاهده می‌کند. به این معنا که وسوسه راهزنان ایمان، کمتر اثری بر آن‌ها نخواهد گذاشت و در جهت عملکرد به امور دینی، سستی و ضعف در آن‌ها دیده نمی‌شود و از ملامت ملامت کنندگان باکی ندارند. در هر حال و هر جا و تحت هر گونه شرایط سخت، نیروی دینی بر زندگی آن‌ها حاکم است» (علوی تراکمه ای، ۱۳۷۷). دین، رابطه انسان است با عالی‌ترین یا توانا‌ترین «ارزش» خواه مثبت خواه منفی. این رابطه هم عمدی است و هم غیرعمدی، به این معنا که انسان می‌تواند آن ارزش یعنی آن عامل درونی بسیار توانایی را که به صورت ناهشیار بر او حکم فرماست، به طرز خود آگاه بپذیرد. آن حقیقت روان‌شناختی که در وجود انسان بزرگ‌ترین قدرت را اعمال می‌کند به عنوان خدا نمایان می‌شود، زیرا خدا همیشه بر مقتدرترین عامل روانی اطلاق می‌شود... خدا، قوی‌ترین و مؤثرترین عامل در روحیه‌ی انسان است. یونگ عقیده دارد: «قدرت‌ها و نیروها همیشه در وجود ما حاضرند و ما نه می‌توانیم و نه لازم است آن‌ها را ایجاد کنیم. توانایی ما محدود است به این که مغدوم خود را انتخاب کنیم تا خدمت‌گذاری ما به او، ما را از سلطه آن دیگری که انتخاب نکرده ایم حفظ کند. انسان خدا را خلق نمی‌کند بلکه انتخاب می‌کند. از دیدگاه یونگ، خدا معنای زندگی را در روان انسان برای وی تأمین می‌کند: «نبود معنا، مانع از غنای زندگی می‌شود و از این رو مترادف با بیماری است. معنا، بسیاری از چیزها و شاید همه

چیز را تحمل پذیر می‌کند. هیچ علمی هرگز جای اسطوره را نخواهد گرفت و ممکن نیست از هیچ علمی به وجود آید، زیرا «خدا» یک اسطوره نیست، بلکه اسطوره الهامی از زندگی الهی در انسان است. ما نیستیم که اسطوره را اختراع می‌کنیم، بلکه اسطوره به عنوان کلامی از خدا با ما سخن می‌گوید». یونگ تصریح می‌کند که صورت ازلی خداوند، غیر از وجود ما بعد الطبیعی و راهی برای تجربه‌ی اوست: «اگر از خدا به عنوان یک صورت ازلی سخن می‌گوییم، در مورد طبیعت واقعی او چیزی نمی‌گوییم، بلکه چنین می‌فهمانیم که خدا در آن قسمت از روان ما که راجع به خود آگاهی قدیم است. از قبل جایی داشته است و از این رو نمی‌توان او را اختراع خود آگاهی به شمار آورد. ما او را نه دورتر می‌کنیم و نه محو، بلکه او را به امکان آن که تجربه شود نزدیک‌تر می‌سازیم». منظور از کارآمدی آموزش معنویت، درمان آلام و رنج‌های درونی و روانی انسان از طریق امور متعالی و ماوراء الطبیعی است. از این نظر، نگرشی تازه به یکی از کارکردهای گوناگون دین است (رودگر، ۱۳۸۸). از سوی دیگر، برخی بر این اعتقادند که هر گاه انسان دردمند، از دیگران برای درمان و تسکین دردهای بدنی یا روانی خویش مایوس می‌گردد، و درمان‌های کلاسیک نمی‌توانند به او بهبودی ببخشند. کمک خواستن از ایمان و باور دینی، تنها راهی است که برای رهایی از اضطراب، افسردگی و دردهای جانکاه برای وی باقی می‌ماند (تبرائی و همکاران، ۱۳۸۷). معنویت از دیدگاه اسلام، پویا، کارآمد، رشد دهنده، خلاقیت‌زا، و مولد خواهد بود و در هیچ ساحتی، انسان را تنها رها نمی‌کند و دارای محدوده وسیع و قلمرو جامع و کامل است، سرچشمه زندگی سعادت‌مند و ریشه فرهنگ و تمدن الهی - انسانی است و معنادهنده به همه ابعاد عبادی - اجتماعی و حیات فردی و جمعی می‌باشد (رودگر، ۱۳۸۸). از اهداف بسیار مهم اسلام، رها ساختن انسان از پوچ‌گرایی، ارائه تصویری روشن و با معنا از زندگی و حیات جاودان، تحریک به سوی گام برداشتن در مسیری هدفمند و معنادار و رسیدن به رشد، معنویت و در راستای آن هوش معنوی در همه حوزه‌های زندگی بشری می‌تواند موثر باشد و حوزه‌های کاری و فعالیت‌های اجتماعی بشر نیز از این امر مستثنی نیستند. پیاده‌سازی معنویت در محیط‌های کاری و سازمان‌های اجتماعی سبب افزایش کارایی و بهره‌وری در آنهاست ولی متأسفانه اغلب در جوامع فناورانه امروزی این مهم به دست فراموشی سپرده می‌شود. این واقعیت در مورد انسان و روابط انسانی وجود دارد که بایستی به انسانها به عنوان موجودات انسانی، نگریده شود نه اشیایی برای رسیدن سازمان به اهداف خود. بنابراین اینکه افراد چگونه با هم یک رابطه خوب در درون سازمان داشته و چگونه با یکدیگر یک اجتماع را خلق کنند، مهم است (سیسک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). هوش معنوی، به عنوان یک سازه روانی - رفتاری، به افراد یاری می‌رساند تا به ارزیابی موقعیت کاری خود پرداخته و در خود نسبت به خود احساس دلسوزی داشته باشند این موضوع از آن جهت دارای اهمیت است که افراد دارای حس خود دلسوزی نسبت به دیگران نیز می‌توانند دلسوزی نشان دهد. افراد

حوزه‌های اجتماعی مختلف از جمله دانشجویان می‌توانند با رشد مولفه‌های هوش معنوی به شغل خود معنا و مفهوم بخشند (نوبل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰). قوانین اسلام از امتیازی بر خوردارند که قوانین مدرن بشری فاقد آنند. این امتیاز اثرات عمیق و پیامدهای نیکو بر روان و روح انسان بر جای می‌گذارد و او را با تمام وجود و با آرامی و اختیار با رضایت کامل به قوانین و انجام تکالیف دینی تشویق و ترغیب می‌نماید؛ زیرا می‌داند که این تکالیف توسط خالق وضع گشته‌اند، همو که از او انتظار عفو و عافیت را دارد. بر خلاف قوانین بشری که شخص احساس می‌کند، توسط فردی نظیر خودش بر او تحمیل شده، مسلماً آنچه را که از خداوند انتظار می‌رود، نمی‌توان از چنین فردی توقع داشت. همچنین فرد مسلمان بابت عمل خالصانه و انجام تکالیف و وظایف خود و تلقی آن به صورت عبادت داوطلبانه، از درگاه خدای متعال توقع اجر و پاداش دارد و از این بابت احساس راحتی و آرامش درونی به او دست می‌دهد، در حالی که قوانین بشری فاقد چنین جنبه‌ای هستند. علاوه بر همه‌ی اینها، تشریفات دینی، تکالیف بالاتر از طاقت و توان فرد، بر او تحمیل نمی‌کنند. در حالی که قوانین بشری نمی‌توانند این جنبه را رعایت نمایند؛ زیرا قدرت شناخت و تخمین و برآورد دقیق توانمندیها و ملاحظه‌ی کامل تفاوت‌های بین افراد را از حیث استعدادها و مختلف ندارند. این است که فرد مسلمان با رضایت خاطر و آغوش باز تکالیف خود را انجام می‌دهد (زین‌الهادی، ۱۳۸۳). اسمیت و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۹) عنوان نمودند داشتن معنا و هدف در زندگی برای سازگاری با شرایط دشوار و استرس زای زندگی، ضروری می‌باشد و در این میان، وجود افراد حمایت‌گر پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنی‌دار انتخاب هدف و معنای شخصی توسط افراد می‌باشد.

در سال‌های اخیر، هوش عاطفی به عنوان یک موضوع شناخته شده است. هوش عاطفی عبارتست از توانایی نظارت بر احساسات و هیجانات خود و دیگران، توانایی تشخیص و تفکیک احساسات خود و دیگران و استفاده از دانش عاطفی در جهت هدایت تفکر و ارتباط خود و دیگران (مایر و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). هوش عاطفی دارای مؤلفه‌های ذیل است: ۱- خودآگاهی، ۲- مدیریت خود، ۳- آگاهی اجتماعی، ۴- مهارت‌های اجتماعی و ۵- انگیزش. در طی دهه‌های اخیر، هوش عاطفی به عنوان پارادایم فکری اکثر متخصصین منابع انسانی، جایگاه ویژه‌ای در تمامی محیط‌های کاری پیدا کرده است. به طوری که صاحب‌بنظران بر این عقیده‌اند که ۸۰ درصد موفقیت‌های افراد در محیط کاری، به هوش عاطفی آنها بستگی داشته و تنها ۲۰ درصد آن به بهره‌هوشی مربوط می‌شود (تقوا و عبدالهی، ۱۳۹۲). از این رو، هوش عاطفی اصطلاح فراگیری است که مجموعه گسترده‌ای از توانایی‌ها، مهارت‌ها و خصوصیات فردی را دربر گرفته و به فرد کمک می‌کند تا احساسات خود را اداره و تنظیم کند (نوردین<sup>۴</sup>،

1. Noble
2. Smith et al
3. Mayer et al
4. Nordin



۲۰۱۱). بررسی‌های محققین نشان می‌دهد که هوش عاطفی در زمینه‌هایی از قبیل بکارگیری، حفظ و نگهداری کارکنان، روحیه و تعهد کارکنان، نوآوری، کارایی، بهره‌وری، وفاداری مشتریان، کیفیت خدمات و... نقش موثر را ایفا می‌نماید (فرحبخش، ۱۳۹۰). در واقع هوش عاطفی منبع مهم انگیزش، اطلاعات، قدرت شخصی، ابتکار، خلاقیت و نفوذ بشمار آمده که نقش تعیین‌کننده‌ای را در روند توسعه سازمان ایفاء می‌نماید؛ زیرا آن موجب وفاداری و تعلق سازمانی فرد، سازگاری بهتر با تغییرات سازمان، پیشرفت‌های فنی، روابط انسانی و تصمیم‌گیری منطقی می‌گردد (آنتونا کپولو و گابریل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). گوردون<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) معتقدند افرادی که دارای توانایی مدیریت عواطف خود و دیگران در طی دوره تحول به دلیل آگاهی از عواطف خود و دیگران و توانایی کنترل آنها، کمتر تحت اضطراب و استرس قرار خواهند گرفت. همچنین وی معتقد است که افراد دارای هوش عاطفی بهتر، با ناامنی شغلی ناشی از تحول سازمانی کنار می‌آیند. دانیل گلنم از مروجان هوش عاطفی در سال ۱۹۹۵ با انتشار کتابی تحت عنوان هوش عاطفی چالش جدیدی را در زندگی فردی و سازمانی پدید آورد و توجه جهانیان را به این پدیده نوظهور جلب کرد. امروزه برای بهبود عملکرد سازمان‌ها می‌توان، از دانش مربوط به احساسات و عواطف استفاده کرد. احساسات به ما کمک می‌کنند تا مواردی از قبیل فرایند انتخاب کارکنان در سازمان، تصمیم‌گیری، انگیزش، رهبری، تعارضات بین فردی و رفتارهای غیرطبیعی در محل کار را بهتر درک کنیم. اجزای تشکیل‌دهنده هوش عاطفی در مدل گلنم عبارتند از: خودآگاهی، یعنی افراد باید احساسات خود را در هر لحظه تشخیص دهند، بهترین آن‌ها را در تصمیم‌گیریها بکار گیرند و با ارزیابی واقع‌بینانه از توانایی‌های خود حس اعتماد به نفس را در خود ایجاد کنند. خودتنظیمی یعنی افراد باید، احساسات و عواطف خود را کنترل کنند، با استفاده درست از آن‌ها، کارهای خود را ساده تر و راحت تر انجام دهند و به جای ارضای امیال و هوسهای خود، در جهت اهداف خود حرکت نمایند. انگیزش، یعنی افراد باید در جهت دستیابی به اهداف خود، به عمیق‌ترین ارزش‌ها و علایق خود توجه کنند و از آن‌ها برای بهبود عملکرد و مقاومت در برابر مشکلات استفاده نمایند.

تایشلر و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) پنج‌الگوی محتمل را برای رابطه میان هوش معنوی، هوش عاطفی و عملکرد کسب و کار را طراحی نموده‌اند و محققان را به مطالعه روی این مدل‌ها دعوت کرده‌اند. نتایج پژوهش‌ها به هم‌پوشانی میان هوش عاطفی، معنویت، و هوش معنوی اشاره دارند؛ همچنین، الگوهای محتمل دیگری نیز برای رابطه میان هوش عاطفی و هوش معنوی وجود دارد (فرهنگی و همکاران، ۱۳۸۸). نتایج پژوهش قشقایی زاده و حسین پور (۱۳۹۲)، با موضوع بررسی رابطه بین هوش معنوی، هوش عاطفی و خودکارآمدی با رفتار شهروندی سازمانی در بین کارکنان زن موسسات آموزش عالی شهر بهبهان نشان داد که بین هوش معنوی و هوش

1. Antonacpoulou and Gabriel

2. Gordon

3. Tischler

عاطفی کارکنان همبستگی مثبت و معنا داری وجود دارد. نتایج پژوهش کشاورزی و یوسفی (۱۳۹۱)، با موضوع رابطه بین هوش عاطفی، هوش معنوی و تاب آوری نشان داد که بین هوش معنوی و هوش عاطفی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

از جمله مهم‌ترین نگرانی‌های استادان، مسئولان آموزش دانشگاه و خانواده‌های دانشجویان، پیشرفت تحصیلی<sup>۱</sup> و جلوگیری از افت تحصیلی دانشجویان است (تمنایی فر و همکاران، ۱۳۸۹). نقطه مقابل پیشرفت تحصیلی، افت تحصیلی است که بر اساس مطالعات متعدد تاثیر بسزایی در سرنوشت فرد دارد و همچنین؛ هزینه‌گزافی به خانواده و جامعه تحمیل می‌کند در کشور ما این امر از مهمترین مشکلات نظام آموزشی است و هر ساله ده‌ها میلیارد ریال از بودجه کشور به هدر می‌رود و نیروهای بالقوه و سرمایه‌های جامعه که همان نیروی انسانی است، بی‌ثمر می‌ماند. با شروع دوره دانشجویی یکی از مهمترین مراحل زندگی آغاز می‌شود چرا که در طی دوره‌ی تحصیل می‌توان خود را برای زندگی پس از تحصیل آماده کرد. اگر دید افراد به دوره‌ی تحصیل در دانشگاه صرفاً اخذ یک مدرک برای یافتن شغل مناسبی باشد، امکان اینکه این دوره تاثیر شگرفی بر زندگی افراد بگذارد ضعیف خواهد بود. ولی چنانچه این ذهنیت در افراد شکل بگیرد که زندگی مطلوب نیازمندی‌های متنوعی دارد. یکسری آموزشها ضروری بنظر خواهد رسید. ورود به دانشگاه برای دانشجویان مواجهه با رویدادها و چالش‌های جدید می‌باشد که ممکن است تا قبل از آن تجربه نکرده باشند، و موفقیت در این شرایط جدید مستلزم انطباق‌پذیری و سازگاری سالم است که این مهم از طریق افزایش هوش عاطفی می‌تواند حاصل شود و متعاقب آن موجب موفقیت در عملکرد تحصیلی گردد. برخوردار بودن از بهزیستی روانشناختی، شادکامی و هوش عاطفی، افراد را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله بهتر در موقعیت‌های استرس‌زا، کمتر دچار تنش شده، در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند، به دیدگاه روشنی در مورد خود برسند و کمتر تحت تاثیر وقایع روزانه قرار بگیرند، و امیدوارانه و خوشبینانه به مسائل بنگرند، لذا افزایش هوش عاطفی بر دانشجویان به عنوان منابع انسانی و در راستای تحقق توسعه اجتماعی و اقتصادی از طریق غنی‌سازی ظرفیت‌های روانی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است. قوانین اسلام از امتیازی بر خوردارند که قوانین مدرن بشری فاقد آنند. این امتیاز اثرات عمیق و پیامدهای نیکو بر روان و روح انسان بر جای می‌گذارد و او را با تمام وجود و با آرامی و اختیار با رضایت کامل به قوانین و انجام تکالیف دینی تشویق و ترغیب می‌نماید؛ زیرا می‌داند که این تکالیف توسط خالق وضع گشته‌اند، همو که از او انتظار عفو و عافیت را دارد. بر خلاف قوانین بشری که شخص احساس می‌کند، توسط فردی نظیر خودش بر او تحمیل شده، مسلماً آنچه را که از خداوند انتظار می‌رود، نمی‌توان از چنین فردی توقع داشت. دانشگاه از جمله نهادهای فرهنگی کشور است که هدف آن ایجاد امکانات لازم جهت رشد و پرورش فکری دانشجویان و کمک به شکوفایی استعدادهای آنها می‌باشد. با توجه به

گسترده‌گی این نهاد در امر آموزش مسایل متعدد و متنوع وجود دارد که هر یک از آنها ممکن است منشأ بروز دگرگونی‌های رفتاری و یا اجتماعی وسیع باشند. اساتید که اساسی‌ترین رکن و عامل کلیدی و زیربنای واحدهای آموزشی در دانشگاه محسوب می‌شوند مستقیماً در ساختن انسان به عنوان نیروهای اصلی در تحقق تعلیم و تربیت ایفای نقش می‌کنند. یکی از عمده‌ترین و در عین حال غیرقابل اجتناب‌ترین مسائل در سازمان‌ها تعارض بین افراد و گروه‌های موجود در آن است، دانشگاه نیز از این امر مستثنی نیست. باید بخاطر داشت که این وجود تعارض نیست که باعث اختلال و از هم پاشیدگی روابط در سازمان می‌شود. بلکه مدیریت غیر اثر بخش تعارض‌ها است که سبب نتایج نامطلوب می‌شود. تعارض در حد معقول یک جنبه طبیعی و مطلوب در هر رابطه‌ای است و اگر مدیریت تعارض به شکل سازنده صورت گیرد بسیار ارزشمند خواهد بود (گرتلز، ۱۳۸۹). برخلاف آنچه در گذشته تصور می‌شد که هوش شناختی را تنها عامل موفقیت می‌دانستند، امروزه هوش عاطفی را از عوامل موفقیت در کار و زندگی می‌دانند. آنچه که امروزه هوش عاطفی نامیده می‌شود، در اصل منبع اصلی انرژی قدرت آرزو و اشتیاق انسان است و درونی‌ترین ارزش‌ها و اهداف فرد را در زندگی، فعال می‌سازد. با توسعه هیجانی فرد می‌آموزد که احساسات خود و دیگران را تأیید کند و برای آنها ارزش قابل شود و به طور مناسب به آنها پاسخ بگوید و در می‌یابد که عواطف در هر لحظه از روز، اطلاعات حیاتی و سودمندی در اختیار او می‌گذارند. این واکنش قلبی است که نبوغ خلاق و شهود را شعله ور می‌سازد و فرد را با خود صادق می‌گرداند، روابط اطمینان بخش برقرار می‌کند، تصمیمات مهم را روشن می‌کند، قطب‌نمای درونی برای زندگی و کار فراهم می‌آورد و شخص را به پیشامدهای غیرمترقبه و راه‌حل‌های موفقیت آمیز رهنمون می‌سازد. به نظر می‌رسد که توجه و علاقه جهانی به هوش عاطفی، به این علت باشد که در این رویکرد به همه جنبه‌های انسانی عاطفی مهارت‌های بین فردی و اجتماعی در تحقق اهداف سازمان‌ها و ترغیب کنشهای سازنده در محیط کار پرداخته است. هوش عاطفی برای یک کارگاه مولد و فعال، ثمربخش، ضروری و اساسی است و تلویحات مفید و ارزشمند برای مشاغل حرفه‌ای و تخصصی می‌باشد. موفقیت تنها، مبتنی بر برتری عقلانی و مهارت تکنولوژیکی نیست. هوش عاطفی برای بهتر شدن در شغل یا تقبل نقش رهبری، حیاتی و ضروری است. به عبارت دیگر تحقیقات نشان داده اند که مهارت‌ها و تخصص‌ها، به تنهایی عملکرد درخشانی را آشکار نمی‌سازد بلکه بیشتر سطوح بالای هوش عاطفی است که منجر به موفقیت می‌شود هر چه شغل پیچیده تر باشد هوش عاطفی از اهمیت بیشتری برخوردار خواهد بود (اون و اسمیکلا، ۲۰۰۲).

آموزه‌های معنویت در حوزه‌ی مسائل زندگی از جایگاه مهمی برخوردار بوده و رضایت از زندگی در تکامل معنوی را تأمین می‌نماید. این آموزه‌ها شامل شیوه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری بوده که به نیازهای انسان اعم از، مادی، معنوی، شناختی، عقلانی و عاطفی پاسخ

می‌دهد. معنویت به باورها و اعمالی نسبت داده می‌شوند که بر این قرار دارند که ابعاد متعالی (و نه جسمانی) در زندگی وجود دارد که انسان را در ارتباط خصوصی و صمیمی با خداوند قرار داده و دامنه‌ای از فضیلت‌ها را در او شکل می‌دهد (سلیگمن، ۱۳۹۲). با توجه به اینکه بخش اعظمی از جامعه ما را دانشجویان تشکیل می‌دهد در نتیجه این تحقیق قصد دارد آثار و نتایج مذهب و معنویت را در زندگی روحی روانی و اجتماعی دانشجویان مورد بررسی قرار دهد. بنابراین، با توجه به اهمیت معنویت و آموزه‌های دینی با اهداف گوناگون پیشگیری و ارتقاء سطح سلامت روانی، و ضرورت آموزش این آموزه‌ها به افراد و به ویژه دانشجویان آشکار می‌شود. لذا با توجه به پیشینه تحقیقاتی موجود اثربخشی معنویت درمانی تاکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام، افراد را برای رویارویی با مشکلات، سازگاری با اجتماع، افزایش هوش عاطفی آماده می‌کند. لذا هدف از پژوهش حاضر کارآمدی آموزش معنویت بر ارتقاء هوش عاطفی در بین دانشجویان می‌باشد و جهت پاسخگویی به این سؤال به اجرا درآمد: که آیا آموزش معنویت بر ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان موثر می‌باشد؟

### روش پژوهش

این پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دختر و پسر رشته‌های مختلف مقطع کارشناسی دانشگاه پیام نور واحد قروه که در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ مشغول به تحصیل می‌باشند شامل می‌شود. در این پژوهش ۳۰ دانشجو با نمونه گیری تصادفی بعنوان حجم نمونه تحقیق انتخاب شدند. نمونه آماری گروه آزمایش ۱۵ نفر از دانشجویانی که در جلسات معنویت درمانی به صورت داوطلب شرکت کرده‌اند را شامل می‌باشد. نمونه آماری گروه کنترل را ۱۵ نفر از دانشجویان گروه نمونه که در جلسات معنویت درمانی شرکت نکردند شامل می‌شود را شامل می‌باشد. گروه آزمایش تحت ۹ جلسه دو ساعته معنویت درمانی قرار گرفتند اما گروه کنترل تحت هیچگونه آموزشی قرار نگرفتند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه هوش عاطفی سبیریاشرینگ استفاده شد و جهت تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون تحلیل کواریانس)، استفاده شد.

پرسشنامه هوش عاطفی سبیریاشرینگ (۱۹۹۵): در انجام این پژوهش از فرم فارسی این پرسشنامه که توسط منصوری (۱۳۸۸)، ترجمه و هنجاریابی شده بود استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۳۳ سوال بود که از ۱-۵ امتیاز بندی شده بود. روش نمره گذاری هر آزمودنی ۶ نمره جداگانه دریافت می‌کرد که ۵ نمره آن مربوط به هر یک از ابعاد هوش عاطفی و یک نمره کل میزان هوش عاطفی فرد را مشخص می‌کرد. ۵ بعد هوش عاطفی عبارتند از خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی و خودانگیزی است. پاسخها بر اساس مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت می‌باشد. در برخی از سوالات، چنانچه آزمودنی گزینه الف انتخاب کند نمره ۱ می‌گیرد و چنانچه ه را گزینه انتخاب کند نمره ۵ می‌گیرد در برخی سوالات

نمره گذاری معکوس است. در سوالات ۱ و ۹ و ۱۲ و ۱۳ و ۱۴ و ۱۸ و ۲۲ و ۲۸ و ۳۱ و ۳۳ چنانچه آزمودنی گزینه الف را انتخاب کند نمره ۵ می گیرد و چنانچه گزینه های ب و ج و د و ه را انتخاب کند به ترتیب نمره کمتری می گیرد. نمره بیشتر در این پرسشنامه نشان دهنده هوش عاطفی بیشتر است. دامنه نمرات این پرسشنامه از ۳۳ تا ۱۶۵ می باشد (حدادی و همکاران، ۱۳۹۰).

خلاصه جلسات معنویت درمانی با تاکید بر آموزه های دین مبین اسلام  
**جلسه ی اول:** آماده سازی، تعیین اهداف و قوانین گروه، آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، مشاوره و بحث در مورد معنویت و هوش عاطفی، و اجرای پرسشنامه هوش عاطفی.  
**جلسه ی دوم:** داستان حضرت یوسف (ع) و حکمت خداوندی این داستان.  
**جلسه ی سوم:** دعای کمیل و نیایش، عبادات و مناسک مذهبی.  
**جلسه ی چهارم:** آیات قرآنی و تفسیر، ذکر اسماء الهی، توضیحاتی درباره قضا و قدر الهی، ایمان آوردن به اینکه نیرویی برتر از ما قادر است ما را به مسیر سلامت هدایت کند.  
**جلسه ی پنجم:** توضیح و تشریح محاسن و فواید شرکت در مراسم مذهبی، بخشایش و توبه، و عفو و کرم الهی، اعتقاد به اینکه خالق هستی بهترین یاور است.  
**جلسه ی ششم:** گوش دادن به صوت قرآن کریم، و روخوانی قرآن کریم توسط اعضای گروه.  
**جلسه ی هفتم:** قصه قرآنی توسل به انوار اهل بیت (ع).

**جلسه ی هشتم:** توضیح و تشریح فواید نماز جماعت و نماز، زندگینامه پیامبر اکرم (ص).  
**جلسه ی نهم:** خلاصه و جمع بندی جلسات و اختتام، صحبت در مورد آموخته های خود در گروه، مرور برنامه و جمع بندی برنامه آموزشی معنویت درمانی، و اجرای پرسشنامه هوش عاطفی.

### نتایج

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی معنویت درمانی با تاکید بر آموزه های دین مبین اسلام بر ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان است که اطلاعات توصیفی نمرات هوش عاطفی در دانشجویان در پیش آزمون و پس آزمون در گروه آزمایش و کنترل، نتایج گزارش آزمون فرض همگنی شیب ها و نتایج آزمون تحلیل کوواریانس بر روی میانگین های نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروه های آزمایش و کنترل در ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان در زیر ارائه شده است.

### جدول ۱. اطلاعات توصیفی هوش عاطفی در پیش آزمون و پس آزمون

#### در گروه آزمایش و کنترل

گروه	مرحله	آزمایش		کنترل
		پیش آزمون	پس آزمون	
هوش عاطفی	میانگین	۱۱۱/۲۷	۱۱۹/۶	۱۱۲/۵
	انحراف معیار	۵/۴	۵/۴۳	۵/۸

جدول (۱) اطلاعات توصیفی در پیش آزمون و پس آزمون هوش عاطفی در دو گروه آزمایش و کنترل را نشان می دهد. براساس داده های جدول (۱)، میانگین و انحراف معیار در متغیر هوش عاطفی میانگین و انحراف معیار در گروه آزمایش بترتیب در پیش آزمون ۱۱۱/۲۷ و ۵/۴ و در پس آزمون ۱۱۹/۶ و ۵/۴۳ همچنین در گروه کنترل در پیش آزمون ۱۱۲/۴ و ۵۰/۷۵ و در پس آزمون ۱۱۲/۵ و ۵/۸ بود.

### جدول ۲. نتایج گزارش آزمون فرض همگنی شیبها

متغیرها	مجموع مجذورات	d.f	میانگین مجذورات	F	Sig	مجذوراتا
گروه	۱/۳۶	۱	۱/۳۶	۰/۸۶	۰/۳۶	۰/۰۳۲
پیش آزمون	۸۴۰/۲۱	۱	۸۴۰/۲۱	۵۳۱/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۹۵
گروه*پیش آزمون	۰/۰۰۶	۱	۰/۰۰۶	۰/۰۰۴	۰/۹۵	۰/۰۰۱
خطا	۴۱/۱۲۴	۲۶	۱/۵۸			

یافته های جدول (۲)، نشان می دهد همگنی شیبها با مقدار  $F(۲۶,۱) = ۰/۰۰۴$  برای هوش عاطفی معنی دار نشده است، لذا مفروضه همگنی شیبهای رگرسیون برای متغیر هوش عاطفی محقق شده است. همچنین آزمون همگنی واریانسهای لوین در متغیر هوش عاطفی ( $p = ۰/۷۵۲$ ) و  $F = ۰/۱۰۱$  در سطح  $۰/۰۵$  معنی دار نمی باشد. بنابراین واریانس دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر هوش عاطفی به طور معنی داری متفاوت نیستند و فرض همگنی واریانسها تایید می شود. با توجه به یافته های جدول (۲) و آزمون لوین، جهت بررسی فرضیه مورد نظر، از تحلیل کوواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول (۳) ارائه شده است.

### جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل درهوش عاطفی

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	d.f	میانگین مجذورات	F	Sig	مجذوراتا
پیش آزمون	۸۴۴/۰۷	۱	۸۴۴/۰۷	۵۵۴/۱	۰/۰۰۱	۰/۹۵	
هوش عاطفی	گروه	۵۱۲/۹۹	۱	۵۱۲/۹۹	۳۳۶/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۹۲
خطا	۴۱/۱۳	۲۷	۱/۵۲				

مندرجات جدول (۳) نشان می دهد که مقدار  $F = ۳۳۶/۷۶۲$  و سطح معنا داری ( $۰/۰۰۱$ ) در متغیر گروه بیانگر تفاوت بین دو گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون می باشد. بنابراین نتایج بدست آمده حاکی از کارایی معنویت بر افزایش هوش عاطفی شرکت کنندگان می باشد. به عبارتی معنویت توانسته است نمره هوش عاطفی را در شرکت کنندگان گروه آزمایش افزایش دهد. مقدار  $\eta^2 = ۰/۹۲۶$  نیز دلیلی بر میزان اثربخشی بالای این روش بر متغیر مذکور است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر کارآمدی آموزش معنویت با تاکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام بر ارتقاء هوش عاطفی در دانشجویان می‌باشد که با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که استفاده از آموزش معنویت در ارتقاء هوش عاطفی دانشجویان مؤثر می‌باشد. با جستجو در پایگاه‌های علمی - پژوهشی و سایت‌های مختلف اینترنتی و جستجو در مجلات معتبر داخلی و خارجی پژوهشی در زمینه تاثیر آموزش معنویت بر هوش عاطفی یافت نشد اما در بررسی‌هایی که در زمینه رابطه معنویت و هوش معنوی با هوش عاطفی صورت گرفت، پژوهش‌ها حاکی از رابطه مثبت معنویت و هوش معنوی با هوش عاطفی بودند که میتوان به پژوهش‌های کشاورزی و یوسفی (۱۳۹۱)، قشقایی زاده و حسین پور (۱۳۹۲)، تایشلر و همکاران (۲۰۰۲)، و اسمیت و همکاران (۲۰۰۹) اشاره کرد. و نتایج این پژوهش را همسو با نتایج مشابه دانست که در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت دین نظام باور منسجمی ایجاد می‌کند که باعث می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند. سامانه‌ها و نظام‌های باورهای دینی به افراد امکان می‌دهد که به نامالیقات، فشارهای روانی و کمبودهای گریز ناپذیری که در روند چرخه زندگی رخ می‌دهد معنا ببخشند و نسبت به زندگی امیدواری بیشتری داشته باشند. وانگهی حضور مرتب در امور مذهبی و شرکت در برنامه‌های دینی، برای افراد حمایت اجتماعی ایجاد می‌کند. این خود بر خوشحالی و روحیه و خلق بالای افراد اثر دارد که می‌تواند منجر به هوش عاطفی و ارتقا آن گردد. تعالیم و باورهای دینی می‌توانند فرد را به سوی کمال و تعالی و در نتیجه رضایتمندی بیشتر سوق دهند. کسانی که در زمینه دین به اعتقاد یقین قلبی رسیده باشند و هم در عمل به باورهای دینی خود موفق باشند، در همدلی، درک، مسؤلیت پذیری و انعطاف پذیری و مواردی از این قبیل توفیق بیشتری خواهند داشت. به همین دلیل چنین افرادی توانایی بالایی برای بهبود در روابط و تعاملات خود دارند و در نتیجه بهزیستی بیشتری دارند. تاثیر حضور در اماکن مذهبی و ارتباط با سایر شرکت کنندگان، رابطه معنوی فرد با خدا و معنای زندگی که از طریق باورهای دینی برای فرد ایجاد می‌گردد، همگی راههایی هستند که از طریق آنها دینداری ممکن است باعث خود آگاهی، خودتنظیمی و در نهایت هوش عاطفی بیشتر شخص شود. در حدیثی امیرالمؤمنان علی (ع) می‌فرمایند: «هر کس بر خدا توکل کند بی‌نیاز می‌شود». همچنین امام محمد تقی (ع) می‌فرمایند: «کسی که به غیر خدا توکل کند خداوند او را به وی واگذارد». مشاهدات تجربی نیز بیانگر این هستند که توکل به خدا موجب ایجاد جرأت، افزایش انگیزه، اعتماد به نفس، میزان ریسک پذیری، خوش بینی و موارد دیگر در افراد می‌گردد. همچنین موجب کاهش اضطراب و افسردگی و درمان بسیاری از وسواس‌های فکری، روشی نافذ و کاراست (قدم پور و همکاران، ۱۳۹۴). توجه به بعد عاطفی، به عنوان پیش بینی کننده پیشرفت تحصیلی، حرکتی در جهت رویکرد اول به پیشرفت تحصیلی می‌باشد. از جمله متغیرهای عاطفی که به نظر می‌رسد نقش مهمی در پیشرفت تحصیلی ایفا می‌کند. رضایت از تحصیل است. هر چند رضایت از تحصیل متغیر نوظهوری

نیست، اما فقدان پژوهش در این مورد سبب شده است که رضایت از تحصیل به اشتباه، نماینده و جانشین پیشرفت تحصیلی فرض شود.

بطور کلی یافته‌های پژوهش‌های متعدد حاکی از آنند که از طریق معنویت می‌توان به ارتقا هوش عاطفی دانشجویان همت گماشت. اگر بخش اندکی از برنامه دانشگاهها به آموزش معنویت اختصاص داده شود، از بروز بسیاری از اختلالات و کژرفتاریها پیشگیری به عمل خواهد آمد. اهمیت معنویت و رشد معنوی انسان در چند دهه ی گذشته به صورتی روزافزون توجه روانشناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. از آن جایی که در این پژوهش به مطالعه کارایی آموزش معنویت بر هوش عاطفی در بین دانشجویان پرداخته می‌شود، در اهمیت توجه به هوش عاطفی در بین این گروه از افراد جامعه، می‌توان گفت که ورود به دانشگاه برای دانشجویان مواجهه با رویدادها و چالش‌های جدید می‌باشد که ممکن است تا قبل از آن تجربه نکرده باشند، و موفقیت در این شرایط جدید مستلزم انطباق‌پذیری و سازگاری سالم است و همچنین در مقابل مسائل و مشکلات پیش رو و در راه رسیدن به اهداف خود به ارزشها و علائق خود توجه داشته و انگیزش لازم را داشته باشد که این مهم از طریق ارتقا هوش عاطفی می‌تواند حاصل شود و متعاقب آن موجب خود آگاهی، تصمیم درست، اعتماد به نفس، کنترل احساسات و عواطف، راههای رسیدن به اهداف و موفقیت در عملکرد تحصیلی گردد. برخوردار بودن از هوش عاطفی، افراد را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله بهتر در موقعیت‌های استرس زا، کمتر دچار تنش شده، در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند، و ارزیابی واقع بینانه‌ای از تواناییهای خود داشته باشند، به دیدگاه روشنی در مورد خود برسند و کمتر تحت تاثیر وقایع روزانه قرار بگیرند، و امیدوارانه و خوشبینانه به مسائل بنگرند و حس اعتماد به نفس را در خود ایجاد کنند، لذا سرمایه گذاری بر دانشجویان به عنوان منابع انسانی و در راستای تحقق توسعه اجتماعی و اقتصادی از طریق غنی سازی ظرفیت‌های روانی ضرورتی اجتناب ناپذیر است.

نخستین و مهم ترین عامل مربوط به تأثیر ویژه معنویت درمانی، در بهبود نگرش و تفسیر فرد نسبت به زندگی است. اهمیت عامل فشار آور از طریق ارزیابی‌های شناختی است که تحت تأثیر باورها و ارزش‌های فردی، مانند کنترل فردی و باورهای وجودی و معنوی تعیین می‌شود. افراد بر مبنای منابع در دسترس و از راه‌های گوناگون کنار آمدن، استرس خود را مدیریت می‌کنند. از این منظر می‌توان گفت: باورها، ارزیابی‌های شناختی مهم را در فرایند مقابله تحت تأثیر قرار می‌دهند. از این رو، معنویت می‌تواند به افراد کمک کند تا وقایع منفی را به شیوه‌های متفاوتی ارزیابی نمایند. بنابراین، معنویت حس قوی تر از کنترل را ایجاد می‌نماید که از این راه، به سازگاری روانی کمک می‌کند (دهقان و همکاران، ۱۳۹۴)؛ و از طریق معنویت احساسات و عواطف خود را کنترل کنند، با استفاده درست از آنها، کارهای خود را ساده تر و راحت تر انجام دهند و به جای ارضای امیال و هوسهای خود، در جهت اهداف خود حرکت نمایند و همچنین از طریق آموزش معنویت افراد در راه رسیدن به اهداف خود، به عمیق ترین ارزش‌ها



و علائق خود توجه کنند و از آن‌ها برای بهبود عملکرد و مقاومت در برابر مشکلات استفاده نمایند که این نیز می‌تواند تبیینی برای این یافته‌ها باشد.

تعالیم و باورهای دینی می‌توانند فرد را به سوی کمال و تعالی و در نتیجه رضایتمندی بیشتر سوق دهند. کسانی که در زمینه دین به اعتقاد یقین قلبی رسیده باشند و هم در عمل به باورهای دینی خود موفق باشند، در همدلی، درک، اعتماد به نفس، خود تنظیمی، خود آگاهی، انگیزش، مسؤلیت پذیری و انعطاف پذیری و مواردی از این قبیل توفیق بیشتری خواهند داشت. به همین دلیل چنین افرادی توانایی بالایی برای بهبود در روابط و تعاملات خود دارند و در نتیجه هوش عاطفی بیشتری دارند. تاثیر حضور در اماکن مذهبی و ارتباط با سایر شرکت کنندگان، رابطه معنوی فرد با خدا و معنای زندگی که از طریق باورهای دینی برای فرد ایجاد می‌گردد، همگی راههایی هستند که از طریق آنها دینداری ممکن است باعث هوش عاطفی بیشتر شخص شود. در واقع هوش عاطفی بالاتر به افراد کمک می‌کند تا با سازماندهی افکار، حافظه و محتویات آن به گونه ای منسجم در پیشرفت تحصیلی دارد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۵) البته طبیعی است که پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تحت تاثیر مجموعه ای از عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی و آموزشی قرار می‌گیرد که این پژوهش درصدد بررسی آنها نبوده است. بنابراین لازم است برای رسیدن به دیدگاهی جامعه در مورد پیشایندهای پیشرفت، تحصیلی، پژوهش‌های گسترده اب در خصوص عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی انجام گیرد.

اساتید می‌توانند با ارائه دروس به روش‌های گوناگون از قبیل روش‌های مشارکتی موجب ارتقاء همکاری بین دانشجویان شوند که این امر موجب افزایش مهارت‌های اجتماعی آنان و همچنین افزایش توانایی درک عواطف و احساسات دیگران که از مؤلفه‌های هوش عاطفی هستند، می‌گردد. برنامه ریزان درسی می‌توانند در دروسی مانند بینش و دین و زندگی، با گنجانیدن مطالبی که موجب تعمق فرد در مورد ابعاد متعالی و ماورایی خود، دیگران و جهان می‌شود و همچنین به تفکر واداشتن در زمینه‌هایی از قبیل زندگی، مرگ، زندگی پس از مرگ، واقعیت، عدالت در دانش آموزان و دانشجویان به پرورش و رشد هوش معنوی در آنان کمک نمایند. روانشناسان و مشاورین می‌توانند با آموزش فنون مؤثر ارتباط و مقابله ی مؤثر در جهت رشد مهارت‌های اجتماعی و هوش عاطفی افراد گام بردارند. در مدل بیان شده، هوش عاطفی می‌تواند به افراد سازمان جهت انطباق و تسهیل تحولات، بسیج منابع و یادگیری طی دوره تحول یاری رساند. مدیرانی که از توانایی مدیریت عاطفی مناسبی در طی دوره ی سازمانی برخوردار باشند، قادر خواهند بود در پیامدهای روابط اجتماعی اثر گذاشته و در فرایند تحول نقش مطلوبی ایفاء کنند. این افراد به دلیل توانایی آگاهی از عواطف خود و دیگران و توان کنترل آنها، کمتر در طی دوره تحول سازمانی دچار اضطراب و استرس خواهند شد. مدیران مذکور توانایی‌های هوش عاطفی و از جمله قابلیت تاثیرگذاری بر رفتارهای محیط کار را دارا می‌باشند. چنانچه هوش عاطفی تلاش‌های مدیران برای اداره موفق تحول و یا رفتارهای خاصی که در طی دوره تحول لازم است را پیش بینی کند، در این حالت، اطلاعات ارزشمندی برای

مدیران در چگونگی اقدام به تحول، ملزومات آن مانند تقسیم مشاغل برای کارکنان طی اجرای برنامه‌ی تحول و یا مشخص نمودن آن دسته از کارکنانی که در دوره تحول کمک نیاز دارند، فراهم می‌شود (گوردون، ۲۰۰۴). به مسئولین مربوط توصیه می‌شود به منظور شناساندن ارزشهای دینی و باورهای دینی از شیوه‌های اصولی، علمی، منطقی و با توجه به ویژگیهای روان‌شناختی افراد استفاده شود. برگزاری کلاسهای آموزشی مستمر برای افراد با هدف بهره‌گیری از روشهای دینی در تعاملات صحیح نیز از دیگر پیشنهادها کاربردی این پژوهش است. امید است با توجه به دستاوردها و نتایج این پژوهش بتوان طرقي پیشنهاد کرد که با شناسایی عوامل تاثیرگذار در هوش عاطفی، بتوان اعمال و رفتار را به شکل هوشمندانه‌ای نظم و ترتیب و شکل داد و زمینه‌ای را فراهم نمود تا دانشجویان را به سوی یک زندگی سالم تر و رشد یافته یاری نمود، بدیهی است با توجه به اهمیت نقش معنویت در پرورش استعدادها و تربیت نیروی دانشجویی کارآمد جهت ساختن آینده‌ای روشن و موفق، گام برداشت. پیشنهاد می‌گردد که این موضوع در مقاطع تحصیلی راهنمایی و متوسطه، و همچنین در سایر مناطق کشور انجام شود. از محدودیت‌های پژوهش، اجرای جلسات آموزشی معنویت درمانی بود که در برخی موارد و بعضی جلسات از سوی مراجعین سوالهایی مطرح می‌گردید که پژوهشگر از دادن جواب کامل و قانع‌کننده تا حدودی ناتوان بود. از محدودیت‌های پژوهش عدم وجود پژوهش مشابه در زمینه تاثیر آموزش معنویت بر هوش عاطفی و مرتبط با موضوع در ایران و همچنین در خارج و جدید بودن موضوع بود و با جستجو در پایگاه‌های علمی - پژوهشی و سایتهای مختلف اینترنتی و جستجو در مجلات معتبر داخلی و خارجی هیچ پژوهشی با موضوع تاثیر آموزش معنویت بر هوش عاطفی چه در داخل و چه در خارج انجام نگرفته، که همین امر باعث شده بود که پیشینه کافی وجود نداشته باشد. و پژوهش حاضر از اولین پژوهشها می‌باشد.

نتیجه‌گیری: آموزش معنویت درمانی با تاکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام بر ارتقا هوش عاطفی دانشجویان مؤثر است. همچنان که در همه‌ی مذاهب، توسل به خدا با دعاها و آیات مخصوص رایج است، در اسلام نیز این اعتقاد وجود دارد که معنویت، ذکر اسماء الهی و آیات قرآنی، قلوب را آرامش بخشیده و در معالجه‌ی امراض مؤثر است و ناگفته نماند که شفا یابی با مصلحت الهی و درجه‌ی اخلاص و ایمان انسان مربوط است. در واقع آموزش معنویت باعث آرامش قلب شده، برنامه ریزی برای رسیدن به اهداف و نگرش مثبت نسبت به خود و جامعه، امیدواری، بهزیستی، شادکامی، خود باوری، خود تنظیمی را تقویت کرده و هوش عاطفی را افزایش می‌دهند. و همه این مولفه‌ها و در کل هوش عاطفی می‌تواند موجب افزایش سلامت روان و در نتیجه توانمند شدن دانشجویان به عنوان منابع انسانی گردد. نتایج پژوهش حاضر می‌تواند برای روانشناسان بالینی، روانشناسان محیط‌های مشاوره‌ای، دانشجویان، معاونت امور دانشجویی دانشگاهها، معاونت دانشجویی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری کلیه دانشجویان دانشگاهها کاربرد داشته باشد.

## منابع

- بشارت، محمد علی؛ شالچی، بهزاد؛ شمسی پور، حمید. (۱۳۸۵). بررسی رابطه هوش هیجانی باموفقیت تحصیلی دانش آموزان. مجله اندیشه‌های نوین تربیتی. ۲(۳): ۷۳-۸۴.
- تبرایی، رامین؛ فتحی آشنیانی، علی؛ رسول زاده طباطبایی، کاظم. (۱۳۸۷). بررسی سهم تاثیر جهت‌گیری مذهبی بر سلامت روان در مقایسه با عوامل جمعیت‌شناختی. مجله روانشناسی و دین. ۱(۳): ۳۷-۶۲.
- تقوا، محمد رضا؛ عبدالمهدی، هادی. (۱۳۹۲). بررسی تاثیر پنج عامل بزرگ شخصیت بر هوش عاطفی و بهبود و تحول سازمانی. فصلنامه مطالعات مدیریت (بهبود و تحول). ۲۳(۷۲): ۴۸-۲۳.
- حدادی، ناحیه؛ ایرتاس، علی محمد؛ خواجه صالحانی، مریم؛ اسماعیلی، محمد؛ عبدالمهدی، حیدر. (۱۳۹۰). رابطه بین هوش عاطفی و سبک‌های مدارا و اجتناب مدیریت تعارض در دبیران زن تربیت بدنی منطقه غرب تهران. مجله پژوهش‌نامه علوم ورزشی. ۷(۱۳): ۵۴-۴۱.
- دهقان، فاطمه؛ پیری کامرانی، مرضیه؛ کرمی، جهانگیر. (۱۳۹۴). اثربخشی معنویت درمانی گروهی بر افزایش تاب‌آوری. مجله روان‌شناسی و دین. ۸(۴): ۸۱-۹۲.
- رودگر، محمدجواد. (۱۳۸۸). معنویت‌گرایی در قرآن (مبانی، مؤلفه‌ها و کارکردهای معنویت قرآنی). علوم اسلامی. ۴(۱۴): ۱-۱۷.
- زین‌الهادی، محمد. (۱۳۸۳). روان‌شناسی دعوت اسلامی. ترجمه احمد حکیمی. تهران: نشر احسان.
- سلیگمن، مارتین ای پی. (۱۳۹۲). شکوفایی روانشناسی مثبت‌گرا (درک جدیدی از نظریه شادکامی و بهزیستی). ترجمه امیر کامکار و سکینه هژبریان. تهران: نشر روان. (تاریخ انتشار به زبان اصلی: ۲۰۱۱).
- شهیدی، سیدجعفر (مترجم) (۱۳۶۹). نهج البلاغه امام علی (ع). تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- عرب بافرانی، حمیدرضا؛ کجاف، محمد باقر؛ عابدی، احمد؛ حبیب‌اللهی، سعید. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش معنویت بر سازگاری زناشویی زوجین. مجله مطالعات اسلام و روان‌شناسی. ۷(۱۲): ۹۵-۱۱۲.
- علوی تراکمه‌ای، مجتبی. (۱۳۷۷). شرح خطبه متقین. تهران: انتشارات هجرت.
- فرحبخش، کیومرث. (۱۳۹۰). تهیه آزمون سازگاری دانشجویان (اسد)، و تعیین پایایی، روایی و تعیین هنجار آن. اندازه‌گیری تربیتی. ۲(۶): ۲۳-۴۵.
- فرهنگی، علی اکبر؛ فتاحی، مهدی؛ واثق، بهاره؛ نرگسیان، عباس. (۱۳۸۸). هوش پیش‌بینی‌کننده رهبری تحول‌آفرین: بررسی روابط میان هوش معنوی، هوش عاطفی و رهبری تحول‌آفرین. فصلنامه علوم مدیریت ایران. ۴(۱۵): ۵۷-۳۱.
- قدم‌پور، عزت‌الله؛ رحیمی‌پور، طاهره؛ سلیمی، حسین. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی رویکرد گروه درمانی معنوی بر افزایش میزان تاب‌آوری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر

اصفهان. مجله روان شناسی و دین. ۸(۴): ۸۰-۶۱.

قشقایی زاده، نصرالله؛ حسین پور، محمد. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین هوش معنوی، هوش عاطفی و خودکارآمدی با رفتار شهروندی سازمانی در بین کارکنان زن موسسات آموزش عالی شهر بهبهان. مجله زن و مطالعات خانواده. ۵(۱۸): ۱۲۵-۱۰۵.

کترلز، جیکوب. (۱۳۸۹). روانشناسی اجتماعی تعلیم و تربیت، ترجمه یوسف کریمی. تهران: نشر ویرایش.

کشاوری، سمیه؛ یوسفی، فریده. (۱۳۹۱). رابطه بین هوش عاطفی، هوش معنوی و تاب آوری. مجله روانشناسی. ۱۶(۳): ۳۱۸-۲۹۹.

منصوری، بهزاد. (۱۳۸۸). هنجاریابی آزمون هوش عاطفی سیبیر یا شیرینگ برای دانشجویان کارشناسی ارشد گروه علوم انسانی و ریاضی دانشگاههای دولتی تهران (پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبائی تهران).

- Antonacopoulou, E. P., & Gabriel, Y. (2001). Emotion, learning and organizational change: Towards an integration of psychoanalytic and other perspectives. *Journal of Organizational Change Management*, 14(5), 435-451.
- Gordon, P. J. (2004). Workgroup Emotional intelligence Scale development and relationship to team process effectiveness and goal focus; *Human Resource Management Review*, 4 (5), 67-82.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2000). Competing models of emotional intelligence, Cambridge New York.
- Noble, K. D. (2000). Spiritual intelligence: A new frame of mind. *Advanced Development Journal*, 9, 1-28.
- Nordin, Norshidah. (2011). The Influence Of Emotional Intelligence, Leadership Behaviour And Organizational Commitment On Organizational Readiness For Change In Higher Learning Institution. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 302-320.
- Oen, H. A., Smekia, E., & Posterior, J. D. (2002). Testing for Competence Rather Than Intelligence post Bulletin. 14(1): 55-58.
- Sisk, D. (2008). Engaging the Spiritual Intelligence of Gifted Student to Bould Global Awareness. *Roeper Review*. 30 (1): 24-30.
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Montague, E. Q., Robinson, A. E., Cosper, C. J., & Mullins, P. G. (2009). The role of resilience and purpose in life in habituation to heat and cold pain. *The Journal of Pain*. 10 (5): 493-500.
- Tamannaefar, M., Sedighiarfae, F., & Salami, F. (2010). The relationship if emotional intelligence, self concept, and self esteem with academic achievement. *Quarterly of research and planning in academic education*. 16(2): 99-113.
- Tischler, L., Biberman, J., & McKeage, R. (2002). Linking emotional intelligence, spirituality & workplace performance: Definitions, models & ideas for research. *Journal of Managerial Psychology*. 17(3): 203-218.