

اثربخشی روش های القاء خلق مثبت بر بهبود خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی نجف آباد.

حسین ولی زاده قره قوزلو^۱

کریم عسگری مبارکه^۲

مهرداد کلانتری^۳

چکیده

زمینه: خلاقیت یکی از توانایی های شناختی آدمی است. قاعدتاً از یک سبک شناختی متأثر می شود. رابطه دو جانبه ای بین خلق و شناخت وجود دارد. همان گونه که نحوه تفکر ما در شکل گیری حالات هیجانی نقش دارند حالات خلقی و عاطفی نیز بر فرایندهای شناختی تاثیر می گذارد. هدف: این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی روش های القاء خلق بر بهبود خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد اجرا گردید.

روش: پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی همراه با گروه کنترل و ارزیابی به صورت پیش آزمون پس آزمون بود. جامعه آماری در این پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد و نمونه آماری ۴۰ نفر از دانشجویان این دانشگاه بودند که به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند، و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند روش های القاء خلق مثبت به مدت ۶ جلسه ۹۰ دقیقه ای به گروه آزمایش آموزش داده شد. ابزار پژوهش شامل تست خلاقیت عابدی بود.

یافته ها: روش های القاء خلق به طور معنی داری در سطح (۰/۰۵) با میزان تأثیر متغیر مداخله ۰/۵۴۶ با توان آماری ۰/۹۵ بر افزایش خلاقیت سیالی کلامی و با میزان تأثیر متغیر مداخله ۰/۱۲۹ با توان آماری ۰/۶۲۴ بر افزایش انعطاف پذیری در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش مؤثر بوده است.

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد رودهن، رودهن، ایران hvalizadeh59@gmail.com

۲. استاد یار، عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران k.asgari@edu.ui.ac.ir

۳. دانشیار، عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران M_kalantari@edu.ui.ac.ir

نتیجه گیری: نتایج حاصل از تحلیل کواریانس نشان داد که آموزش روش های القاء خلق (خلق مثبت) بر خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری دانشجویان تاثیر داشته و باعث افزایش نمرات خلاقیت آنها شد و ارتباط معناداری بین روش القاء خلق و خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری وجود داشت.

کلید واژه ها: خلاقیت^۱، القاء خلق^۲، خلاقیت سیالی کلامی^۳، خلاقیت انعطاف پذیری^۴.

پیشگفتار:

هر روزه انسان با اطلاعات، انسان ها، چالش ها و فن آوری های جدیدی رو به رو می شود. تغییر و تحولات دنیای کنونی به قدری عمیق، گسترده و وسیع اتفاق می افتد که در تمام ابعاد زندگی فردی و اجتماعی فرد اثر می گذارد. این رویداد باعث می شود تا محیط در حال تغییر که با اجزای پیچیده ای نیز هم همراه است و پاسخ های نو و انعطاف پذیری را برای رویارویی طلب کند. جهت رسیدن به این مهم باید تفکر خلاق داشت (ولی زاده قره قوزلو، ۱۳۹۱، ص ۴۰).

واقعیت این است که علت مواجهه جوامع بشری با مسائل ناهمگون فزاینده وابستگی متقابل بین کشورها و تحلیل رفتن منابع طبیعی، سرعت فزاینده تغییرات مسائل متعدد دیگر نیاز به خلاقیت اجتناب ناپذیر است، از سوی دیگر نیاز به یافتن تصویری هر چه جامع تر، غنی تر و دقیقتر از آینده برای هر جامعه از ضروریات است. تورنس^۵ استدلال می کند چنین تصاویری از آینده، در افراد جامعه انگیزه لازم برای بالا بردن سطح تفکر و خلاقیت را به وجود می آورد (تورنس، ۱۳۷۱؛ به نقل از سورگی، ۱۳۷۵).

1. creativity
2. mood induction
3. fluent Verbal
4. flexibility
5. Torrence

تعاریف مختلفی از خلاقیت وجود دارد بعضی از اندیشمندان و پژوهشگران خلاقیت را توانایی آفرینش اندیشه‌های نو در سطح عالی می‌داند که آمیزه‌ای از نوآوری، انعطاف پذیری و حساسیت در برابر باورهای موجود است و به فرد این امکان را می‌دهد که همراه با اندیشه‌های منطقی و خردمندانه، به یافته‌های دیگر بیندیشد تا دستاوردهای سودمند برای او و دیگران داشته باشد. هر چند انسان با توانایی نوآوری زاده می‌شود، اما شکوفایی آن نیازمند پرورش آن است. یک فکر یا ایده جدید را که ترکیبی از ایده‌های قدیمی است خلاقیت گویند و به بیان دیگر، خلاقیت یعنی کنار هم قرار دادن افکار و ایده‌هایی که تا قبل از این پنداشته می‌شد به یکدیگر ربطی ندارند. خلاقیت به معنی اختراع یک چیز کاملاً جدید نیست، بلکه به وجود آوردن یک سری ارتباطات هم سو است (استرنبرگ^۱، ۲۰۰۵؛ سیلیویا^۲، کافمن^۳، پرتز^۴، ۲۰۰۸)

از نظر تورنس، خلاقیت فرآیندی است که شامل حساسیت نسبت به مسائل، کمبودها، تنگناها، ناهماهنگی‌ها می‌شود، حساسیتی که به دنبال تشخیص مشکل یا مشکلات به وجود می‌آید و به دنبال آن جستجو برای یافتن راه‌حلی جهت مشکلات و طرح فرضیه‌هایی برای این منظور آغاز می‌شود و سپس فرضیه‌ها آزمایش و دستکاری می‌شود و نتایج نهایی به دست می‌آید. تورنس خلاقیت را به طور خلاصه متشکل از چهار عامل اصلی می‌داند. این عوامل عبارتند از: ۱- سیالی یا تولید ایده‌های فراوان ۲- ابتکار یا استعداد تولید ایده‌های بدیع، غیرعادی و تازه ۳- انعطاف پذیری؛ یعنی توانایی تولید ایده‌های گوناگون ۴- بسط یا توانایی توجه به جزئیات (تورنس، ۲۰۰۳)، در تعاریف دیگری سیالی کلامی را توانایی برقراری ارتباط معنا دار بین تفکر، اندیشه، بیان و انعطاف پذیری را توانایی تفکر به راه

1. Sternberg
2. Silivia
3. Kaufman
4. Pertz

حل های مختلف برای حل مسأله جدید، سازگاری رفتار و تفکر با تغییرات محیط و موقعیت ها می دانند (سیف، ۱۳۸۰؛ به نقل از ساعتچی، ۱۳۹۰؛ ص ۲۲).

القاء خلق بررسی اثرات پردازشی، انگیزشی و شناختی خلق بر متغیرهای روانشناختی در شرایط آزمایشگاهی است (آرگایل^۱، ۱۳۸۶؛ ص ۳۰۵). ولتن^۲ (۱۹۶۸) اولین کسی بود که از روش القاء خلق در آزمایشگاه برای ایجاد خلق شاد استفاده کرد و از آزمودنی ها می خواست که کلماتی را به طور آرام بخوانند و سپس با صدای بلند فهرستی از جملاتی از نوع "من واقعاً احساس خوبی دارم" را بخوانند. نتایج نشان داد که افراد پس از شصت و هفت درصد آزمودنی تغییر خلق پیدا کردند. مطالعات نشان می دهد که خلق های مثبت را می توان با تماشای فیلم ها، خواندن داستان ها، گوش دادن به موسیقی، هدیه دادن، تخیل، باز خورد، تعامل اجتماعی بیان چهره ای ایجاد کرد، در روش فیلم از آزمودنی خواسته می شود به تماشای فیلمی که منجر به هیجانی می شود پردازند و پس از تماشای آن ممکن است که از آزمودنی ها خواسته شود در داستان تماشا شده نقش ایفا کنند. موسیقی نیز روش موثری است که مطالعات اخیر شناخته شده است. روش دیگر این است از آزمودنی بخواهیم دقایقی از روز را به یادآوری رویدادهای خوشایند با جزئیات کامل بگذرانند (آرگایل، ۱۳۸۶).

در پژوهش حاضر، روش های القاء خلق تصویر سازی ذهنی مثبت، ریلکسیشن، ارائه جملات مثبت، موسیقی و فیلم طنز بود که برای اولین بار به صورت منسجم و هم چنین در یک پروسه مداوم آموزشی با هدف افزایش خلاقیت استفاده شده است که در پژوهش های پیشین داخلی یکی از این روش ها به عنوان بخشی از درمان هایی شناختی- رفتاری برای کاهش اختلالات خلقی و اضطرابی و سایر زمینه های روانشناختی استفاده شده بود (ولی زاده قره قوزلو، ۱۳۹۱، ص ۶۳).

1. Argyle
2. Volten

تغییرات جزئی در حالت های عاطفی انسان می تواند تاثیر آشکاری بر محتوا و نحوه تفکر وی بگذارد (کلارک و فربورن، ۱۳۸۰، ص ۵۰). شواهد قابل ملاحظه ای وجود دارند که نشان می دهند رابطه دو جانبه ای بین خلق و شناخت وجود دارد. همانگونه که نحوه تفکر ما در شکل گیری حالات هیجانی نقش دارند (لازاروس^۱، ۱۹۹۱؛ به نقل از اسماعیلی، ۱۳۸۹؛ ص ۱۰۲). حالات خلقی و عاطفی نیز بر فرایندهای شناختی تاثیر می گذارد (باور^۲، ۱۹۹۲) هیجانات، عواطف و نیازها به زندگی انسان معنا می بخشند و رفتار و افکار او را تحت تاثیر قرار می دهند. بسیاری از فرآیندهای شناختی نظیر توجه، یادگیری، حافظه، تفکر خلاق، قضاوت، استنباط و تفسیر از حالات خلقی ما تاثیر می پذیرد (فورگاس^۳ و باور^۴، ۱۹۸۹). افرادی که دارای عاطفه مثبت و احساسات مثبت بودند از موفقیت بالایی بر خوردار هستند (لیبومیرسکی^۵، کین^۶ و دینر^۷، ۲۰۰۵)، از طرف دیگر تنظیم هیجان و احساسات کلامی در افراد روان آزوده باعث عمکرد خلاقانه می شود (لئونگ^۸، لیو^۹، کیو^{۱۰}، کاوان^{۱۱} و چيو^{۱۲}، ۲۰۱۴) و خلق خوی مثبت نسبت به خلق خوی خنثی منفی باعث خلاقیت و تمرکز بیشتری می شود (باس^{۱۳}، ددریو^{۱۴} و نیجستد^{۱۵}، ۲۰۰۸). مدیتیشن و آرام سازی باعث بهبودی تفکرات خلاق کوتاه مدت منجر شده (دینگ^{۱۶}، تانگ^{۱۷} و پاسنر^{۱۸}، ۲۰۱۴) و خلق و خو و شخصیت

1. Lazarus
2. Bower
3. Forgas
4. Bower
5. Lyubomirsky
6. king
7. Diener
8. Leung
9. Liou
10. Qiu
11. Kwan
12. Chiu
13. Baas
14. De Dreu
15. Nijstad
16. Ding
17. Tang
18. Posner

افراد با آموزش مدیتیشن و آرام سازی به عنوان ابزار پیش بینی کننده خلاقیت به شمار می آید (دینگ و همکاران^۱، ۲۰۱۴). موسیقی شاد باعث خلق بهتر و تصاویر بصری و همدلی در افراد شرکت کننده در اجرای موسیقی می شود (رودیکا^۲ و میو^۳، ۲۰۱۴).

از آنجایی که حافظه، بازشناسی کلمات، تفکر، توانایی حل مسأله از جنبه های خلاقیت هستند، پژوهشگران زیادی به تاثیر القاء خلق را در آنها به اثبات رسانده اند. سرعت بازشناسی اطلاعات و کلمات در حالت خلقی غمگین کندتر از حالت خلقی شاد و عادی صورت می گیرد و هم چنین خلق شاد باعث تسریع بازشناسی کلمات مثبت می شود. تعدادی از تجربیات القاء خلق، اثرات خلق را بر چگونگی تفکر و حل مسئله افراد را مورد مطالعه قرار داده اند. کلارک و آيسن^۴ (۱۹۸۲) در یک مطالعه تجربی کودکانی تحت شرایط خلق مثبت قرار گرفته اند توانستند ۵٪ تندتر عمل جمع کردن را انجام دهند. ۷۵٪ کسانی که یک فیلم شاد دیده بودند توانسته بودند حل مسأله کنند. اما فقط ۱۳٪ کسانی که فیلم ندیده بودند قادر به حل مسأله شده بودند. گرین و نویس^۵ (۱۹۸۸) آزمودنی هایی که خلق خوبی دارند در مسائلی که نیاز به راه حل خلاقانه ای دارد بهتر می توانند کار کنند و به مثال های غیر معمول، مثال ها و مقوله های بیشتری می توانند فکر کنند. ویسبرگ^۶ (۱۹۹۸) در مطالعه ای نشان داد آزمودنی هایی تحت تاثیر خلق مثبت قرار گرفته بودند

عملکرد تفکر و اگرای بیشتری در حل مسأله نسبت به گروهی که تحت تاثیر خلق منفی قرار گرفته بودند داشتند (به نقل از آرگایل، ۱۳۸۶، ص ۳۰۸). در تحقیقی که توسط خسروی، و همکاران (۱۳۷۷) تحت عنوان «نقش حالت های خلقی بر شیوه ارزیابی دانش آموزان دختر در توانایی مشکل گشایی خود» انجام شد. آزمودنی ها ۱۵۰ دختر نوجوان بودند در گروه آزمایشی (هر گروه ۵۰ نفر) و یک گروه گواه (۵۰) مورد بررسی. به گروه اول فیلم شاد و به

1. Ding and et al
2. Rodica
3. Miu
4. Clark & Isen
5. Greene and noice
6. Vesburge

گروه دوم فیلم غمگین و به گروه سوم یک فیلم مستند (خنتی). نتایج پژوهش نشان داد که گروهی که خلقی شاد دارند ارزیابی بالاتری از توانایی مشکل‌گشایی نسبت به افراد غمگین و خنتی دارند و همچنین گروه خلق شاد، احساس شادی، احساس کفایت در مشکل‌گشایی و کنترل بیشتری بر رفتار و هیجان‌اتشان داشتند. پژوهش‌های پیشین، تاثیر حالت‌های خلقی بر مولفه‌های شناخت و خلاقیت را مورد تاکید قرار داده‌اند.

با توجه به این که دانشجویان نیروی فکری بالقوه جامعه هستند، سرمایه‌های عظیمی بابت آموزش آنها صرف می‌شود. خلاق بودن آنها امری مهم به شمار می‌آید. پژوهش حاضر اثر بخشی روش‌های آقاء خلق مثبت بر خلاقیت را در دو فرضیه مورد بررسی قرار داده است. فرضیه اول: روش‌های آقاء خلق مثبت باعث افزایش خلاقیت سیالی کلامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد می‌شود. فرضیه دوم: روش‌های آقاء خلق باعث افزایش خلاقیت انعطاف‌پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد می‌شود.

روش پژوهش

روش تحقیق در این پژوهش، نیمه آزمایشی است که طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه کنترل جایگزین شدند. جامعه آماری، کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد هستند. نمونه ۴۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد است که به صورت تصادفی مستقل انتخاب شدند و در دو گروه ۲۰ نفری قرار گرفتند؛ ۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه گواه. روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بود. برای انتخاب نمونه، یک آگهی‌گازگاه با جنبه پژوهشی و آموزشی در مورد روش‌های آقاء خلق در کلیه دانشکده‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد نصب گردید، که از بین افراد شرکت‌کننده ۴۰ نفر بر اساس ملاک‌های ورودی پژوهش انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه

گواه گمارده شدند. و در انتخاب نمون تحصیلات، سن و جنسیت جز ملاک های ورود در نظر گرفته شده است. اول پیش آزمون از هر دو گروه گرفته شد و بعد روش های القاء خلق مثبت در شش جلسه ۹۰ دقیقه ای به آزمودنی ها ارائه و آموزش داده شد که خلاصه آن در جدول شماره یک به شرح ذیل است و سپس پس آزمون از هر دو گرفته شد. در آخر داده های خام با استفاده از نرم افزار SPSS و روش آماری کواریانس تجزیه تحلیل شد.

جدول ۱. شرح جلسات روش های القاء خلق

جلسه	شرح خلاصه جلسات روش های القاء خلق (گروه مداخله)
جلسه اول	آشنایی با آزمودنی ها- معرفی تکنیک های القاء خلق - اجرای پیش آزمون توسط همراه آزمونگر- گرفتن فید بک.
جلسه دوم	تمرین عملی آرام سازی عضلات- تمرین تمرکز برای آماده سازی جلسه بعد- ارائه تکالیف خانگی- دادن سی دی ریلکسیشن به آزمودنی ها برای تمرین خانگی - گرفتن فید بک
جلسه سوم	آموزش تصویر سازی ذهنی مثبت از طریق تکلیف یادآوری خاطرات مثبت مربوط به گذشته- تمرین عملی مطالب آموزش داده شده در گروه - ارائه تکلیف خانگی به صورت اجرای روزانه همراه با تمرکز- گرفتن فید بک
جلسه چهارم	ارائه جملات مثبت و تمرکز روی معانی کلمات ارائه تکلیف خانگی به صورت اجرای روزانه همراه با تمرکز- گرفتن فید بک
جلسه پنجم	ارائه موسیقی بدون متن به همراه تمرینات یاد آوری خاطرات مثبت- انجام تکلیف خانگی با موسیقی آرام بدون متن به دلخواه_ دادن سی دی موسیقی درمانی به آزمودنی ها برای تمرین خانگی- گرفتن فید بک.
جلسه ششم	ارایه فیلم طنز - گرفتن پس تست.

ابزار پژوهش: پرسشنامه خلاقیت عابدی است که در بهار سال ۱۳۶۳ توسط جمال عابدی در ایران با توجه پرسشنامه و نظریه خلاقیت تورنس ساخته شده است. این پرسشنامه روی یک گروه ۶۵۰ نفری در تهران اجرا شد. علاوه بر این تست، خلاقیت تورنس نیز روی این

گروه انجام شد و از تست تورنس به عنوان شاخص روایی همزمان، استفاده شد. ضریب پایایی بخش های سیالی، ابتکار، انعطاف پذیری و بسط که از طریق باز آزمایی به دست آمد به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۸۴ و ۰/۸۰ بود.

ضریب همبستگی بین نمره کل آزمون تورنس و نمره کل تست جمال عابدی (آزمون سنجش خلاقیت)، معادل ۰/۶۴ به دست آمد. از روش ضریب همسانی درونی و آلفای کرونباخ نیز استفاده گردیده این ضریب برای بخش های سیالی، ابتکار، انعطاف پذیری و بسط به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۷، ۰/۶۱ و ۰/۶۱ بود. از روش مؤلفه های اصلی، میزان هماهنگی مواد تست در هر بخش محاسبه شد. مواد تست در هر چهار بخش، همبستگی نسبتا بالایی (بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۵) با نخستین متغیر نهفته داشتند. در هر یک از این بخش ها، عامل یا متغیر نهفته اول بین ۵۰ تا ۶۰ درصد از واریانس کل سؤال ها را تبیین می کرد که این نشانگر هماهنگی درونی و روایی سازه آزمون است.

نتایج مطالعات دیگر در خصوص تعیین ضریب روایی و اعتبار، حاکی از تایید میزان روایی و اعتبار تست سنجش خلاقیت عابدی است. برای نمونه، ارجمند با اجرای تست سنجش خلاقیت عابدی روی یک گروه ۴۰ نفری، ضریب همبستگی ۰/۹۱۲ بین نمره های دو نیمه آزمون را به دست آورد که حاکی از پایایی قوی این آزمون است (ساعتچی و همکاران، ۱۳۹۰).

یافته‌های پژوهش

ویژگی های فردی آزمودنی ها مانند جنسیت، تحصیلات سن و شاخص های توصیفی در جدول ۲ و ۳ ارایه شده است.

جدول ۲. توزیع فراوانی ویژگی های فردی آزمودنی ها بر حسب جنسیت، تحصیلات و سن

ویژگی های فردی	دختر	پسر	لیسانس بالاتر	۱۹-۲۴	۲۵-۲۸
جنسیت	۱۷	۲۳			
تحصیلات			۴۰		
سن				۴۰	
درصد	۴۳٪	۵۷٪	۱۰۰٪	۱۰۰٪	۰٪

جدول ۳. شاخص های توصیفی نمرات زیر مقیاس های خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری آزمودنی ها بر حسب عضویت گروهی و مرحله ارزیابی

متغیر	گروه	تعداد	پیش آزمون	پس آزمون
			میانگین	انحراف معیار
سیالی کلامی	آزمایش	۲۰	۵۰/۵۵	۵/۷۸
	گواه	۲۰	۵۰/۷۰	۵/۴۹
انعطاف پذیری	آزمایش	۲۰	۲۱/۳۵	۲/۸۶
	گواه	۲۰	۲۱/۵۵	۳/۹۱

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، میانگین کل نمرات سیالی کلامی گروه آزمایش و گواه، در مرحله پیش آزمون به ترتیب برابر با ۵۰/۵۵ و ۵۰/۷۰ است، که این نمرات در مرحله پس آزمون به ۵۴/۵۳ و ۵۱/۱۵۰ تغییر یافته است، میانگین کل نمره انعطاف پذیری افراد در مرحله پیش آزمون در گروه آزمایش ۲۱/۳۵ بوده است که این نمره در مرحله پس آزمون به ۲۳/۸۵ افزایش یافته است. در مورد گروه گواه، نمرات به صورت ۲۱/۵۵ و ۲۱/۳۵ است. با توجه به اینکه در تحلیل استنباطی داده های پژوهش از تحلیل کوواریانس، به عنوان یکی از آزمون های پارامتریک، استفاده شده است. بنابراین در این طرح، ابتدا پیش فرض های آماری مورد بررسی قرار می گیرد. اولین پیش فرض مقیاس اندازه گیری فاصله ای یا نسبی بودن برای

متغیر های وابسته می باشد که در این مطالعه رعایت شده است. پیش فرض دوم، نمونه گیری یا گمارش تصادفی آزمودنی ها می باشد که در این مطالعه گمارش آزمودنی ها به گروه های پژوهش تصادفی بود و لذا این پیش فرض هم رعایت شده است. پیش فرض دیگر، نرمال بودن توزیع نمرات و تساوی واریانس های نمرات متغیرهای وابسته می باشد که توسط آزمون شاپیرو ویلک و آزمون لوین پیگیری و تایید شدند که در جدول ۴ و ۵ نشان داده می شود.

جدول ۴. نتایج آزمون شاپیرو - ویلک در بررسی پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات پس آزمون خلاقیت و ابعاد آن در دو گروه آزمایش و گواه

متغیر	شاخص ها	آزمون شاپیرو - ویلک		
		آماره	درجه آزادی	معنی داری
سیالی کلامی	آزمایش	۰/۱۰۳	۲۰	۰/۲۰
	گواه	۰/۱۵۸	۲۰	۰/۲۰
انعطاف پذیری	آزمایش	۰/۱۷۱	۲۰	۰/۱۱
	گواه	۰/۱۶۶	۲۰	۰/۱۵

نتایج آزمون شاپیرو - ویلک برای نمرات پس آزمون خلاقیت همراه با ابعاد آن، در جدول ۴ ارائه شده است. همان طور که مشاهده می شود پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات پیش آزمون خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری در گروه آزمایش رد نمی شود ($P = 0/05$).

جدول ۵. نتایج آزمون لوین در بررسی تساوی واریانس نمرات پس آزمون خلاقیت سیالی کلامی، انعطاف پذیری در دو گروه آزمایش و گواه

متغیر	شاخص	F	درجه آزادی صورت	درجه آزادی مخرج	معناداری
سیالی کلامی	پس آزمون	۲/۷۶	۱	۳۸	۰/۰۹۵
انعطاف پذیری	پس آزمون	۳/۱۴	۱	۳۸	۰/۰۶۱

همان طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود پیش فرض برابری واریانس‌ها، در مرحله پس آزمون تایید می‌شود.

آزمون فرضیه های پژوهش

فرضیه اول: روش های القاء خلق مثبت باعث افزایش خلاقیت سیالی کلامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد می‌شود.

فرضیه دوم: روشهای القاء خلق باعث افزایش خلاقیت انعطاف پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد می‌شود.

نتایج تحلیل کوواریانس دو گروه در متغیر وابسته خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری بعد از کنترل متغیر مداخله گر پیش آزمون، در مرحله پس آزمون در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج تحلیل کوواریانس دو گروه در متغیرهای وابسته سیالی کلامی و انعطاف پذیری بعد از کنترل متغیر مداخله گر پیش آزمون، در مرحله پس آزمون.

متغیر	منبع تغییرات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذوراتا	توان آماری
سیالی کلامی	پیش آزمون	۱	۷۶۴/۵۶	۶۶/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۶۴۳	۱
	عضویت گروهی	۱	۱۵/۰۵۸	۱۴/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۵۴۶	۰/۹۵۷
انعطاف پذیری	پیش آزمون	۱	۲۶۴/۱۱۷	۵۶/۹۳۷	۰/۰۰۱	۰/۶۰۶	۱
	عضویت گروهی	۱	۲۵/۳۱۹	۵/۴۵	۰/۰۰۲	۰/۱۲۹	۰/۶۲۴

همان طور که در جدول ۶ مشاهده می‌شود تفاوت بین دو گروه آزمایش و گواه در مرحله پس آزمون در در مورد متغیر سیالی کلامی معنادار بود ($P = 0/005$). میزان تأثیر متغیر مداخله ۰/۵۴۶ با توان آماری ۰/۹۵ در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش می‌باشد این نتیجه بیانگر این است که تفاوت مشاهده شده بین میانگین کل نمره علائم سیالی کلامی افراد گروه آزمایش و گروه کنترل که از جدول ۳ به دست آمده است معنادار است. در نتیجه روش آقاء خلق بر افزایش خلاقیت سیالی کلامی دانشجویان موثر بوده است ($P < 0/05$) و فرضیه اول تایید می‌شود. همچنین تفاوت بین دو گروه آزمایش و گواه در مرحله پس آزمون در مورد متغیر انعطاف پذیری معنادار بود ($P = 0/002$). میزان تأثیر متغیر مداخله ۰/۱۲۹ با توان آماری ۰/۶۲۴ در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش می‌باشد. این نتیجه بیانگر این است که تفاوت مشاهده شده بین میانگین کل نمره انعطاف پذیری افراد گروه آزمایش و گروه کنترل که از جدول ۳ به دست آمده است، معنادار است. در نتیجه روش آقاء خلق مثبت بر افزایش خلاقیت انعطاف پذیری دانشجویان موثر بوده است ($P < 0/05$) و فرضیه دوم تایید می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج تحلیل کواریانس در سطح ($P < 0/05$) فرض اول و فرض دوم تایید می‌شود یعنی ارتباط معناداری بین اثر بخشی روش‌های آقاء خلق مثبت بر خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد نجف آباد وجود دارد. به عبارت دیگر، روش‌های آقاء خلق مثبت باعث افزایش خلاقیت سیالی کلامی و انعطاف پذیری دانشجویان دانشگاه آزاد نجف آباد شده است سیالی کلامی و انعطاف پذیری از مولفه‌های خلاقیت است که در این پژوهش مورد ارزیابی قرار گرفته نتایج این پژوهش با نتایج خسروی، و همکاران (۱۳۷۷)، (ویسبرگ، ۱۹۹۸؛ گرین و نویس، ۱۹۸۸؛ کلارک و آیسن، ۱۹۸۲؛ به نقل از آرگایل،

۱۳۸۶)، دینگ و همکاران (۲۰۱۴) و رودیکا و میو (۲۰۱۴) و در تحقیق دیگری هم از دینگ و همکاران (۲۰۱۴)، باس و همکاران (۲۰۰۸)، لئونگ و همکاران (۲۰۱۴)، لیومیرسکی و همکاران (۲۰۰۵)، باور (۱۹۹۲)، فورگاس و باور و (۱۹۸۹) همخوان بوده است.

یک رابطه دوسویه بین شناخت و خلق وجود دارد مبنی بر این که تعابیر یا معانی ویژه ای وجود دارند که پیشایند های حالت های هیجانی هستند اما خود این گونه حالت های هیجانی احتمال بروز همین شناخت ها رو می افزاید. این مطالعه نشان از تاثیر گذاری روش القاء خلق بر فرایند شناختی دارد و حاکی از آن است تاثیرات روانشناسی مثبت بر رفتار زندگی غیر قابل انکار است. می توانیم با آموزش روش های القاء خلق به صورت منسجم که در این پژوهش برای اولین بار است به کار رفته است و اثرات آن بر ۲ مؤلفه اصلی خلاقیت؛ یعنی سیالی کلامی و انعطاف پذیری رضایت بخش است. امید است با تکیه بر نتایج این پژوهش و سایر پژوهش هایی که در این راستا صورت گرفته گام موثرتری در پرورش این موهبت الهی (خلاقیت) برداریم. البته در تعمیم نتایج این پژوهش به جامعه دانشجویان، جانب احتیاط را باید رعایت کرد. خلاقیت می تواند از استعداد های ارثی، عامل جنسیت و یا چگونگی ارائه متغیر مداخله گر در این پژوهش تاثیر بپذیرد. این پژوهش مانند هر پژوهش دیگری با محدودیت مواجه بود. برگزاری جداگانه کلاس مداخله در گروه دختران و پسران می تواند در نتایج دو گروه تاثیرات متفاوتی ایجاد کند و با توجه به شرایط فرهنگی و تربیتی خانواده، کلاس مختلط می تواند در کیفیت انجام تمرینات در حین جلسات تاثیر بگذارد. غیبت آزمودنی ها حتی یک جلسه می تواند در روند تاثیر گذاری بهتر متغیر مستقل خلل ایجاد کند. پیشنهاد می شود روش های القاء خلق مثبت در سایر مقاطع آموزشی و پرورشی و سنین مختلف به صورت جدا سازی جنسیت آزمودنی ها نیز انجام شود.

منابع

- آرگایل، مایکل. (۱۳۸۶). *روانشناسی شادی*، ترجمه: مسعود گوهری، حمید نشاط دوست، حسن پالاهنگ، فاطمه بهرامی. اصفهان: جهاد دانشگاهی.
- اسماعیلی، مریم. (۱۳۸۹). اثربخشی روش های مداخله رفتاری-شناختی، در بهزیستی روانشناختی فرزندان جانباز اختلال پس از سانحه در اصفهان. *پایان نامه دکتری دانشگاه اصفهان*.
- سورگی، سمیه. (۱۳۷۵). بررسی مقایسه شخصیتی دانش آموزان خلاق و غیر خلاق مراکز استعدادهای درخشان تهران. *پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی تهران*.
- ساعتچی، محمود. (۱۳۹۰). *آزمون های روانشناختی*. تهران: ویرایش.
- کلارک، دیوید میلر؛ فریون، کریستوفر ج. (۱۳۸۰). *رفتار درمانی شناختی*، ترجمه: کاویانی. تهران: فارس.
- خسروی، زهره؛ درویز، زهرا؛ رفعتی، مریم. (۱۳۷۷). نقش حالت های هیجانی بر شیوه ارزیابی دانش آموزان دختر در توانایی مشکل گشایی خود. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ۴(۱): ۳۵-۴۵.
- ولی زاده، حسین. (۱۳۹۱). اثر بخشی روش های آقاء خلق بر بهبود خلاقیت و علایم افسردگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی نجف آباد. *پایان نامه کارشناسی ارشد*. رشته روانشناسی بالینی. *دانشگاه آزاد نجف آباد*.

- Baas, M; De Dreu, C. K.W; Nijstad, B. A. (2008). 'A Meta-Analysis of 25 Years of Mood-Creativity Research: Hedonic Tone, Activation, or Regulatory Focus?' *Journal Psychological Bulletin*, Vol. 134, No: 6, 779-806.
- Bower, G. H. (1992). *How might emotions affect learning?* Ins. A. Christianson (e d). Hand book of emotion and memory Hill date, NJ: Lawrence Erlbaum associates. Ins.
- Ding, X. Tang, Y; Deng, Y; Tang, R; Posner, M. (2014). Mood and personality predict improvement in creativity due to meditation training. *Journal homepage, Learning and Individual Differences*, pp, 1-25. <http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.019>

- Ding, X; Tang, Y; Tang, R; Posner, M. (2014).Improving creativity performance by short-term meditation. *Journal Behavioral and Brain Functions*, vol. 10, N: 9, pp, 2-8.
- Forgas, G. P. Bower, G, M. (1989). Mood effecton person perception, *journal of personality and socail Psychology*, 53, 53-60.
- Lyubomirsky, S. king, L; Diener E. (2005) The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Gournal Psychological Bulletin*, Vol. 131, No: 6, 803–855.
- Leung, A .K; Liou, S; Qiu, L; Kwan, L. Y; Chiu, C.Y, Yong; J.(2014). The Role of Instrumental Emotion Regulation in the Emotions–Creativity Link: How Worries Render Individuals With High Neuroticism More Creative. *Journal Article*, Vol. 14, No: 5, 846-856. <http://dx.doi.org/10.1037/a0036965>
- Rodica Baltes, F. & Miu, A, C. (2014). Emotions during Live Music Performance: Links with Individual Differences in Empathy, Visual Imagery, and Mood. *Journal Psychomusicology*, Vol. 24, No: 1, 58–65
- Silivia, P. J; Kaufman, J, C & Pertz, J, E. (2008). Is creativity domain-specific? Latent class models of creative accomplish ments and creative self- descriptions. *Psychology of aesthetics. Journal creativity and the arts*, vol. 3, No: 3, 139-148.
- Sternberg, R, J. (2005). Creativity or creativities? *Journal of human coputer studies*, 63,370-383.
- Torrence, E. P. (2003). The millennium: A time for looking forward and looking back. *Journal of secondary gifted education*. Vol. 15, No: 1, 6-13.