

رابطه بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دختر و پسر

احمد برجعلی^{۱*}، محمود نجفی^۲، حسن منسوبی فر^۳

(۱) استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

(۲) استادیار، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

(۳) استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

*نویسنده مسوول: m_borjali501@yahoo.com

تاریخ دریافت مقاله ۹۰/۹/۱۷ تاریخ آغاز بررسی مقاله ۹۱/۲/۱۱ تاریخ پذیرش مقاله ۹۱/۴/۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر، رابطه بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دختر و پسر بود. روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد کرج تشکیل می دادند که در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۸۹ مشغول به تحصیل بودند. بدین منظور ۵۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج به روش نمونه-گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه های بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی بود. داده-ها با استفاده از روش همبستگی، رگرسیون و t مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که بین بهزیستی معنوی و مولفه های آن با رضایت از زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین بین بهزیستی معنوی با پیشرفت تحصیلی نیز رابطه مثبت و معناداری یافت شد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که از بین دو مؤلفه بهزیستی وجودی و مذهبی بهزیستی وجودی نقش مهم و معنادارتری در پیش بینی رضایت از زندگی دارد و در مجموع ۴۲ درصد از واریانس رضایت از زندگی را تبیین می کند. بین دختران و پسران در نمره بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی تفاوت معناداری مشاهده نشد. در مجموع یافته ها حاکی از اهمیت نقش بهزیستی وجودی در رضایت از زندگی بود. این نتایج می تواند در برنامه ریزی ها و سیاست گذاری ها برای دانشجویان سودمند باشد. **کلید واژگان:** بهزیستی معنوی، بهزیستی وجودی، بهزیستی مذهبی، رضایت از زندگی، دانشجویان.

مقدمه

مثبت‌گرا به عنوان یک پدیده گسترده در روانشناسی مطرح است، به طوری که اگر چه سالهای اول عمر خود را پشت سر می گذرانند اما به قدری فراگیر و گسترده شده است که حجم زیادی از کتابها و پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده و بسیاری از مسایل را از زاویه مثبت مورد بحث قرار داده‌اند. در دو دهه اخیر بیش از ۴۰ عنوان کتاب در مورد روانشناسی مثبت‌گرا به چاپ رسیده است (اشنایدر و لویز^۷، ۲۰۰۷). بهزیستی ذهنی^۸ یک مفهوم شخصی و فردی

در سالهای اخیر روانشناسی مثبت^۱ به عنوان حیطه جدیدی از روانشناسی بر نیرومندی‌ها و جنبه های مثبت تأکید می کند و کمتر به آسیبها یی همچون اضطراب و افسردگی^۲ می پردازد. در حال حاضر پژوهش های بر بهزیستی^۳ و رضایت از زندگی^۴ تمرکز کرده اند (فارنهایم و کریستوفاور^۵، ۲۰۰۷). در واقع روانشناسی مثبت‌گرا^۶ رویکردی علمی و کاربردی به نیرومندی‌های کشف نشده و ارتقاء عملکرد مثبت انسان است. امروزه روانشناسی

6. Positive psychology oriented

7. Snyder & Lopez

8. Mental well-being.

1. Positive Psychology

2. Anxiety and Depression

3. Welfare

4. Satisfaction with Life

5. Furnham & Christofawer

معنوی است. یافته‌ها حاکی از آن است که بهزیستی معنوی یک زندگی مملو از یقین در ارتباط با خداست و یک ترکیب مذهبی، اجتماعی و روانی را شامل می‌شود. معنویت^۸ شامل نگرش‌هایی است که بر اساس باورهای درباره ارتباط با خود، با دیگران، با جهان اطراف و در نهایت با خداست. افزایش علاقه به روانشناسی معنویت می‌تواند تا حدودی ناشی از یافته‌های تجربی و بحث‌های نظری باشد که پیشنهاد می‌کنند متغیرهای معنوی و مذهبی در سلامت جسمانی و روانی نقش دارند (امونس^۹، ۲۰۰۰). از نظر شولز^{۱۰} (۲۰۰۲) معنویت عبارت است از: تجربه ارتباط معنادار با خود، دیگران، جهان و قدرت برتر که به صورت عکس‌العمل‌ها، روایت‌ها، و اعمال بیان می‌شود. بی‌تردید روز به روز برگستره‌ی مطالعات معنویت افزوده می‌شود و ارتباط آن با متغیرهای روانشناختی سنجیده می‌شود. سهرابیان (۱۳۷۹) در پژوهشی نشان داد که بین اعتقادات مذهبی و سازگاری فردی و اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. مختاری (۱۳۷۹) نشان داد که دانشجویان با جهت‌گیری مذهبی درونی نسبت به دانشجویان با جهت‌گیری مذهبی بیرونی تنیدگی کمتری را تجربه می‌کنند. سهرابیان (۱۳۷۹) در پژوهشی نشان داد که بین اعتقادات مذهبی و سازگاری فردی و اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. مختاری (۱۳۷۹) نشان داد که دانشجویان با جهت‌گیری مذهبی درونی نسبت به دانشجویان با جهت‌گیری مذهبی بیرونی تنیدگی کمتری را تجربه می‌کنند بنابراین جهت‌گیری مذهبی به عنوان یک تعدیل‌گر عمل می‌کند. خداپناهی و خاکسار بلداجی (۱۳۸۴) نشان دادند که افراد با جهت‌گیری درونی مذهبی از نظر سازگاری کلی، هیجانی، اجتماعی و تندرستی وضعیت مناسب‌تری دارند. پاکیزه (۱۳۸۶) در پژوهشی نشان داد که آزمودنی‌های تحت فرایند فعال‌سازی ذهنی

است و بر حسب ارزیابی افراد از زندگی خودشان تعریف می‌شود و دارای سه عنصر اصلی است: دو عنصر هیجانی، یعنی تجربه مکرر عاطفه یا هیجان مثبت^۱، تجربه اندک هیجان یا عاطفه منفی^۲ و نیز عنصر شناختی یا ارزیابی افراد از رضامندی از زندگی که شامل رضایت افراد از جنبه‌های مختلف زندگی مانند زناشویی، رضایت شغلی،... می‌باشد. پالوتزیان و الیسون^۳ (۱۹۸۲) ضمن تعریف بهزیستی معنوی^۴ به عنوان رضایت شخصی، ارتباط فرد با وجود برتر و حسی از هدفمندی زندگی، اضافه می‌کنند که از آن جایی که انسان به عنوان نظامی یکپارچه عمل می‌کند این دو بعد نیز در ایجاد احساس رضایت شخصی همپوشی دارند. الیسون^۵ (۱۹۸۲) بهزیستی معنوی را به عنوان سازگاری شامل چهار ویژگی به شرح زیر تعریف می‌کند: (۱) نیروی یکپارچه‌کنندگی جنبه‌های جسمی، هیجانی و اجتماعی سلامتی (۲) یک منبع معنوی در زندگی که به صورت سائق در عملکرد شخص محسوب می‌شود. (۳) منبعی برای پیوند بین افراد که به دوستی گرم، عشق، همدردی و وفاداری یک سری اصول کمک می‌کند. (۴) منبعی از ادراکات فردی که به افراد کمک می‌کند ماوراءالطبیعه و لذت را تجربه کنند.

اگرچه اشخاص مختلف در زمینه مؤلفه‌های مهم یک زندگی خوب از قبیل سلامت و روابط موفق با یکدیگر توافق دارند، اما به این مؤلفه‌ها وزن‌های متفاوتی می‌دهند (پاوت و داینر^۶، ۱۹۹۳). بهزیستی ذهنی بیانگر ارزیابی کلی زندگی شخص است (داینر، ۲۰۰۹). رضامندی زندگی به عنوان ارزیابی کلی شخص از زندگی‌اش، جنبه‌ی کلیدی و مؤلفه مهم ادراک بهزیستی ذهنی و کیفیت زندگی به شمار می‌آید (هوبنر^۷، ۲۰۰۴؛ هوبنر و همکاران، ۲۰۰۵). عوامل زیادی بر رضایت از زندگی ارتباط دارند. از جمله عواملی که در سال‌های اخیر بر آن تأکید شده است بهزیستی

8. Spirituality
9. Emmons
10. Schuls

1. Frequent experience of positive emotion or excitement
2. Little experience of emotion or negative emotion
3. Paloutzian & Ellison
4. Spiritual well-being
5. Ellison
6. Pavot & Diener
7. Huebner

دوستانه و عشق به گونه‌ای پویا با یکدیگر تعامل می‌کنند و بهزیستی و تحول بهینه را به دنبال دارند. اما معنویت به عنوان منبع انرژی و نیروی درانجام سایر تکالیف زندگی عمل می‌کند.

با توجه به آنچه گفته شد و باتوجه به اهمیت سازه رضایت از زندگی و نقش بهزیستی معنوی در ارتقای بهزیستی ذهنی و رضایت از زندگی افراد از یکسو و با عنایت به اینکه در ایران پژوهشی که رابطه بین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی را مورد بررسی قرار دهد، صورت نگرفته است، انجام چنین پژوهشی در بین دانشجویان حائز اهمیت فراوانی است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بهزیستی معنوی، رضامندی زندگی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دختر و پسر بود.

فرضیه پژوهش

- بین بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- بین میانگین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی در دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

روش پژوهش

با توجه به هدف پژوهش، روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد واحد کرج تشکیل می‌دادند که در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ مشغول به تحصیل بودند. بر این اساس نمونه‌ای به حجم ۵۰۰ نفر از دانشجویان با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها روی آنها اجرا شد. تعداد ۱۴ پرسشنامه از مجموع پرسشنامه‌ها ناقص بود و کنار گذاشته شد. در نهایت تعداد ۴۸۶ پرسشنامه مورد

مفهوم معنویت به طور معناداری سلامت روانی بیشتری دارند. حبیب وند (۱۳۸۷) در پژوهشی بدین نتیجه دست یافت که بین جهت‌گیری مذهبی با پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. از طرفی نتایج پژوهش‌های آیش-عبدو و آلاموئن (۲۰۰۷)، داینر و سلیگمن (۲۰۰۴)، تسو و تیو (۲۰۰۱)، و کرمی نوری و همکاران (۱۳۸۱) نیز حاکی از آن است که متغیر جنسیت تفاوت معنی‌داری در میزان بهزیستی و رضامندی زندگی ایجاد نمی‌کند. تحقیقات متعددی توسط پژوهشگران مختلف در جنبه‌های سلامت روانی و جسمانی بین افرادی که از تجربیات معنوی برخوردار بوده و آن‌هایی که تجربیات بالایی نداشته صورت گرفته است، که این تحقیقات نشان داده‌اند تجربیات معنوی در افزایش سلامتی مؤثر بوده است (کوئینگ^۱ و همکاران، ۲۰۰۱). همبستگی‌های معنی‌داری بین نمرات مقیاس بهزیستی معنوی و متغیرهایی از قبیل: افسردگی، عزت نفس بهزیستی هیجانی و رضایت از زندگی (کیما^۲، ۲۰۰۰)، بهزیستی هیجانی و آشفتگی خلق (لیچ و لارک^۳، ۲۰۰۴) گزارش شده است. کوئینگ و همکاران (۲۰۰۱) معتقدند که معنویت عبارت است از: جستجو برای فهم پاسخ‌هایی که با بنیاد هستی و زندگی ارتباط پیدا می‌کنند. یافتن پاسخ‌هایی که در مورد معنای زندگی فردی سؤال می‌کنند و از همه مهمتر، ارتباط درونی با ماورای هستی و خداوند متعال را در بر می‌گیرد. از تعریف فوق در می‌یابیم که تجربیات معنوی بیشتر ذهنی می‌باشند و اندازه‌گیری آنها بسیار دشوار است. شاید یکی از علل دشواری در اندازه‌گیری تجربیات معنوی این باشد که آنها از عمیق‌ترین لایه‌های روانی انسان بر می‌خیزند. مدل تحول بهینه با تأکید بر معنویت توسط ویتمروسونی^۴ (۱۹۹۲) گسترش یافت. این محققان بر اهمیت نیروی ذاتی، درونی و یکپارچه‌کننده در سلامت و سالم بودن تأکید کرده‌اند. در این مدل پنج تکلیف زندگی شامل معنویت، خود نظم‌بخشی^۵، کار^۶، روابط

1. Koeing et al
2. Kaymia
3. Leach & Lark
4. Witmer & Sweney
5. Self-regulation
6. Work

تجزیه و تحلیل قرار گرفت. دامنه سنی آزمودنی ها ۱۸ تا ۲۸ سال بود.

ابزارهای پژوهش

۱- مقیاس رضایتمندی از زندگی

داینر و همکاران (۱۹۸۵) مقیاس رضایت از زندگی را برای همه گروه‌های سنی تهیه کردند. این مقیاس، میزان رضایت از زندگی و بهزیستی را منعکس می‌کند. مقیاس رضایتمندی از زندگی توسط داینر و همکاران (۱۹۸۵) ساخته شده است و دارای ۵ ماده است که میزان رضایتمندی کلی فرد از زندگی را می‌سنجد و هر ماده از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) نمره گذاری می‌شود، به طوری که دامنه نمره‌ها از ۵ (رضایت پایین) تا ۳۵ (رضایت بالا) متغیر خواهد بود. ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۸۷ و ضریب باز آزمایی آن ۰/۸۲ گزارش شده است (به نقل از کارآ، ۲۰۰۴؛ ترجمه شریفی و نجفی زند، ۱۳۸۵). در پژوهش‌های قبلی همسانی درونی این مقیاس بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ گزارش شده است (معمدی شلمزاری و همکاران، ۱۳۸۱). پاووت^۳ و همکاران (۱۹۹۱) اعتبار قابل قبولی به بهره‌گیری از مقیاس‌های خودگزارش دهی و ملاک‌های خارجی مانند گزارش همسالان، مقیاس حافظه و درجه بندی های بالینی به دست آوردند. همچنین چندین مزیت برای آن ذکر کرده اند: اولاً مختصر و مفید است و نسبت به سایر مقیاس‌ها اعتبار پیش بین بالاتری دارد و دیگر این که قابلیت کاربرد برای همه گروه‌های سنی دارد و مقایسه مستقیم گروه‌های سنی را امکان پذیر می‌سازد. نتیجه مطالعه مظفری (۱۳۸۲) نشان داده است که این مقیاس در ایران از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است. بر اساس مطالعه مذکور ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و ضریب باز آزمایی آن در فاصله ۶ هفته برابر با ۰/۸۴ بوده است. همچنین برای تعیین روایی همگرایی آن از همبستگی این مقیاس با مقیاس عاطفه مثبت و منفی استفاده شده که ضریب همبستگی مقیاس رضایت از زندگی با عاطفه مثبت برابر ۰/۲۷ و با

عاطفه منفی برابر با ۰/۲۷ گزارش شده است. روایی این آزمون در پژوهش جوکار (۱۳۸۶) به شیوه تحلیل عاملی محاسبه گردید که نتایج حاکی از وجود یک عامل کلی در مقیاس داشت که بیش از ۵۴ درصد از واریانس سوالها را پیش بینی می نمود. شاخص KMO برابر ۰/۸۰ و مقدار حاصل از آزمون کرویت بارتلت نیز برابر ۲۶۰/۱۵ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود. با توجه به تعداد سؤال‌ها می‌توان گفت مقیاس از روایی و پایایی بسیار مطلوبی برخوردار است.

۲- مقیاس بهزیستی معنوی الیسون و پالوتزین

این آزمون توسط پالوتزین و الیسون در سال ۱۹۸۲ ساخته شد و شامل ۲۰ سؤال و دو خرده مقیاس است. سؤالات فرد آزمون مربوط به خرده مقیاس بهزیستی مذهبی بوده و میزان تجربه فرد از رابطه رضایت بخش با خدا را مورد سنجش قرار می‌دهد و سؤالات زوج مربوط به خرده مقیاس بهزیستی وجودی است که احساس هدفمندی و رضایت از زندگی را می‌سنجد. مقیاس پاسخگویی به سؤالات لیکرت ۶ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم است. شیوه نمره‌گذاری سؤالات از ۱ تا ۶ است. و از طریق نمره‌گذاری این مقیاس نمره کل بهزیستی معنوی به دست می‌آید. پالوتزین و الیسون (۱۹۸۲) در پژوهشی ضرایب آلفای کرونباخ بهزیستی مذهبی و وجودی و کل مقیاس را به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۹۳ گزارش کردند. پایایی این مقیاس توسط دهشیری و همکاران (۱۳۸۶) روی دانشجویان دختر و پسر از طریق آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و خرده مقیاس بهزیستی مذهبی و خرده مقیاس بهزیستی وجودی به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۲، ۰/۸۷ و با روش باز آزمایی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۸، ۰/۸۱ گزارش شده است. دهشیری و همکاران (۱۳۸۶) روایی همگرا و واگرایی مقیاس از طریق همبستگی با نمرات مقیاس شادکامی آکسفورد و پرسشنامه سلامت عمومی به ترتیب برابر با

1. Satisfaction With Life Scale

2. Carr

3. Pavot

بهزیستی معنوی کدام یک نقش مهم و معناداری را تبیین رضایت از زندگی دارند از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد و نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

الف) پیش بینی کننده: بهزیستی وجودی

ب) متغیر وابسته: رضایت از زندگی

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود در گام اول متغیر بهزیستی معنوی وارد معادله رگرسیون شده است که نتایج آزمون F در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. بعد بهزیستی مذهبی وارد معادله رگرسیون نشده است.

چنانچه از جدول ۳ مشاهده می‌شود در گام اول متغیر بهزیستی وجودی وارد معادله پیش بینی شده است. این متغیر به تنهایی ۴۲ درصد از واریانس رضایت از زندگی را تبیین می‌کند.

به منظور مقایسه نمرات بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی در دختران و پسران از آزمون t مستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

فرضیه ۲: بین میانگین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

۰/۶۴ و ۰/۵۲- گزارش شده است. همچنین نتایج تحلیل عاملی تأییدی بیانگر روایی سازه مقیاس بوده است.

۳ - پرسشنامه جمعیت شناختی

در این پژوهش همچنین از پرسشنامه جمعیت شناختی جهت سنجش سن، جنس، رشته تحصیلی و معدل استفاده شد. همچنین از معدل ترم قبل دانشجویان به عنوان شاخص پیشرفت تحصیلی استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی، رگرسیون و t مستقل استفاده شده است.

یافته‌ها

فرضیه اول: بین بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی رابطه وجود دارد. همان طور که از جدول ۱ مشاهده می‌شود بین بهزیستی معنوی، وجودی و مذهبی با رضایت از زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین بین بهزیستی معنوی (نمره کل) و بهزیستی وجودی با پیشرفت تحصیلی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به منظور این که از بین دو بعد

جدول ۱: ضرایب همبستگی بین بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی

متغیر	بهبودی	مذهبی	معنوی	رضایت از زندگی	پیشرفت تحصیلی
بهبودی	۱				
بهبودی مذهبی	۰/۸۴**	۱			
بهبودی معنوی	۰/۹۲**	۰/۶۰**	۱		
رضایت از زندگی	۰/۶۱**	۰/۳۹**	۰/۶۵**	۱	
پیشرفت تحصیلی	۰/۱۳*	۰/۰۵	۰/۱۶*	۰/۰۷	۱

P<۰/۰۰۱ *P<۰/۰۵

جدول ۲: تحلیل رگرسیون رضایت از زندگی از روی ابعاد بهزیستی معنوی

منبع متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	نسبت F	سطح معناداری
۱- رگرسیون	۱۱۰۳۲/۰۲۱	۱	۱۱۰۳۲/۰۲۱	۳۵۰/۷۹۹	۰/۰۰۱
باقی مانده	۱۵۲۲۰/۹۵۹	۴۸۴	۳۱/۴۴۸		
کل	۲۶۲۵۲/۹۷۹	۴۸۴			

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام رضایت از زندگی از روی ابعاد بهزیستی معنوی

خطای برآورد استاندارد	R^2	R	β	B	متغیر پیش بین	گام
۵/۶۰	۰/۴۲	۰/۶۵	۰/۶۴۸	۰/۵۰۸	بهزیستی وجودی	۱

جدول ۴: نتایج آزمون t برای مقایسه بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی بین دو جنس

متغیرها	جنسیت	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	سطح معنی داری
بهزیستی معنوی	پسر	۸۳/۴۹	۱۳/۵۰	-۱/۴۰	۴۴۸	۰/۱۶۱
	دختر	۸۵/۴۵	۱۴/۷۶			
رضایت از زندگی	پسر	۲۰/۷۵	۶/۹۵	۰/۱۷۲	۴۴۸	۰/۸۶۴
	دختر	۲۰/۶۲	۷/۶۱			

است (حسینیان و همکاران، ۱۳۸۳) می توان این طور نتیجه گیری کرد که فعال شدن مفاهیم معناداری و هدفمندی در زندگی می تواند پیامدهای معنادار و هدفمندی را که همان بهبود سلامت روانی و بهزیستی است را به دنبال داشته باشد.

از جمله نتایج دیگر پژوهش حاضر این بود که بین بهزیستی معنوی و پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت و معناداری به دست آمد. به این معنی که هر چه نمرات فرد در بهزیستی معنوی بالاتر باشد نمرات او در پیشرفت تحصیلی نیز بالاتر است و بالعکس. این یافته با نتایج تحقیق حبیب وند (۱۳۸۷) در پژوهشی بدین نتیجه دست یافت که بین جهت گیری مذهبی با پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و خدایپناهی و خاکسار بلداجی (۱۳۸۴) که نشان دادند افراد با جهت گیری درونی مذهبی از نظر سازگاری کلی، هیجانی، اجتماعی و تندرستی وضعیت مناسب تری دارند و سهراییان (۱۳۷۹) که بین اعتقادات مذهبی و سازگاری فردی و اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و مختاری (۱۳۷۹) که دانشجویان با جهت گیری مذهبی درونی نسبت به دانشجویان با جهت گیری مذهبی بیرونی تنیدگی کمتری را تجربه می کنند همسو است؛ همچنین در پژوهشی که توسط کیمیا (۲۰۰۰)

چنانچه از جدول ۴ مشاهده می شود بین دختران و پسران در نمره بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول: بین بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی در دانشجویان رابطه وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیق پاکیزه (۱۳۸۶) که نشان داد آزمودنی-های تحت فرایند فعال سازی ذهنی مفهوم معنویت به طور معناداری سلامت روانی بیشتری را نشان دادند همخوانی دارد. با توجه به این که سلامت روان به عنوان یکی از دو رکن سلامتی، لازمه ی یک زندگی مفید، موثر، و رضایت بخش فردی است و از طرفی تحقیقات متعددی نقش معنویت با سلامت روان را گزارش کرده اند می توان گفت معنویت از طریق تأثیر بر ابعاد سلامت و افکار فرد بر رضامندی زندگی تأثیر می گذارد. محور اصلی معنویت احساس هدفمند بودن و معنادار بودن زندگی است و با توجه به این که تحقیقات زیادی بیانگر رابطه ی مثبت بین هدفمند بودن و معنادار بودن زندگی و سلامت روانی

فرانکل معنویت را به عنوان معنایابی در زندگی در نظر گرفت. او بیان کرد که جستجوی معنی در زندگی مرکز و محور تجارب بشری است. وی مشکل اصلی جامعه‌ی قرن بیست و یکم را فقدان معنا در زندگی می‌داند و از آن به عنوان خلأ وجودی یاد کرده است. بنابراین، معنا و هدف در زندگی عنصر مرکزی معنویت است.

از آنجایی که انسان به عنوان نظامی یکپارچه عمل می‌کند، این دو بعد در عین منفک بودن با هم تعامل و همپوشی دارند و در نتیجه احساس سلامت معنوی، رضایت و هدفمندی به تبع آن به وجود می‌آید.

فرضیه دوم: بین میانگین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

یافته دیگر پژوهش حاضر عدم تفاوت بین دو جنس به لحاظ رضایت از زندگی بود. این نتیجه با یافته‌های آیش-عبدو و آلاموئن (۲۰۰۷)، داینر و سلیگمن (۲۰۰۴)، تسو و تیو (۲۰۰۱)، و کرمی نوری و همکاران (۱۳۸۱) همخوانی دارد؛ در حالی که مطالعات نشان می‌دهد زنان دو برابر مردان دچار اضطراب و افسردگی می‌شوند یا مردان ۵ برابر زنان نسبت به الکلیسم و شخصیت ضد اجتماعی آسیب پذیرتر هستند (رابینز و ریگر، ۱۹۹۱؛ به نقل از کرمی نوری و همکاران، ۱۳۸۱) اما تفاوتی از نظر بهزیستی در زنان و مردان مشاهده نشده است. نتایج ۱۴۶ مطالعه نشان داده است که جنسیت کمتر از ۱ درصد در بهزیستی و رضامندی عمومی مؤثر است (هارینگ و همکاران، ۱۹۸۴). این یافته در مطالعات بین‌المللی از ۱۶ کشور نیز مورد تأیید قرار گرفته است (اینگهارت، ۱۹۹۰؛ به نقل از کرمی نوری و همکاران، ۱۳۸۱). به طور کلی فراتحلیل‌های انجام شده حاکی از آن است که عوامل بیرونی و متغیرهای جمعیت شناختی پیش‌بینی‌کننده‌های قوی در بهزیستی ذهنی و رضامندی زندگی نیستند.

در مجموع با توجه به ارتباط مثبت معنی دار بین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی می‌توان گفت که

روی ۱۰۵ دانشجویان انجام شد آشکار شد که از جمله صفاتی که برای موفقیت وجود دارد بهزیستی معنوی است. اگرچه معنویت از دینداری متمایز است اما دارای وجه مشترک نیز هستند و این وجه مشترک اعتقاد به یک قدرت برتر است. در واقع بهزیستی معنوی یک زندگی مملو از یقین و در ارتباط با خداست. بهزیستی معنوی یک ترکیب مذهبی روانی و اجتماعی است. شادی در افراد با کارایی بیشتر، امید، قدرت تفکر بیشتر، موفقیت تحصیلی و کیفیت زندگی همراه بوده است و بر عکس افسردگی از قدرت استدلال و کارایی می‌کاهد. دانشجویان باید سعی کنند تا از خانواده استقلال مالی و عاطفی پیدا کرده و در یک مجموعه از ارزش‌های جدید زندگی را بپذیرند. در چنین شرایطی نیاز به سازگاری احساس می‌شود.

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که از بین دو بعد بهزیستی معنوی یعنی بهزیستی مذهبی و وجودی، بهزیستی وجودی نقش مهم و معناداری در پیش‌بینی رضایت از زندگی دارد. در نظر گرفتن دوره دانشجویی و استرس‌های تحصیلی و همچنین هویت‌یابی ما را در تبیین این یافته کمک می‌کند. الیسون (۱۹۸۲) بیان می‌کند که بهزیستی وجودی عنصر روانی اجتماعی است و بیانگر احساس فرد از این‌که کیست، چه کاری و چرا انجام می‌دهد و به کجا تعلق دارد، است. دقت در این تعریف نشان می‌دهد که با توجه به دوره نوجوانی و آغاز جوانی که فرد با سوالاتی از این قبیل که من کیستم؟ و به کجا تعلق دارم مواجه می‌شود. نقش بهزیستی وجودی کاملاً روشن و مبرهن است. بعد بهزیستی وجودی ما را فراتر از خودمان و به سوی دیگران و محیط‌مان سوق می‌دهد. یکی از ابعادی که با بهزیستی وجودی مرتبط است خودیابی^۲ است. اصطلاح خودیابی برای توضیح فرایندهای نشان‌دهنده معنایابی به منظور خودآگاهی شناخت خود مفهوم سازی شده است و به گونه‌ای فرد را به جستجوی معنا در زندگی وا می‌دارد. خودیابی ریشه در کارهای فرانکل^۳ دارد.

1. Ellison
2. Self-discovery
3. Frankel

- سهرابیان، طاهره. (۱۳۷۹). *بررسی تأثیر نگرش مذهبی بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.
- کار، آلان. (۱۳۸۵). *روانشناسی مثبت*. ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند، تهران: انتشارات سخن.
- کرمی نوری، رضا؛ مکرری، آذرخش؛ محمدی فر، محمد و یزدانی، اسماعیل. (۱۳۸۱). عنوان مطالعه عوامل موثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان. *مجله روانشناسی و علوم تربیتی*، سال ۳۲، شماره ۱، ۴۱-۳.
- مختاری، عباس. (۱۳۷۹). *رابطه جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی با میزان تنیدگی دانشجویان دانشگاه تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت مدرس
- مظفری، شهباز. (۱۳۸۲). *همبسته های روانشناختی شادکامی ذهنی*. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه شیراز.
- معتمدی شلمزاری، عبدالله؛ ازه‌ای، جواد؛ آزادفلاح، پرویز و کیامنش، علیرضا. (۱۳۸۱). بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی، سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال. *مجله روانشناسی*، سال ششم، شماره ۲، صص ۱۳۳-۱۱۵.
- Ayyash-Abdo, H., & Alamuddin, R. (2007). Predictors of subjective well being among college youth in lebanon. *The Journal of social psychology*, 147(3)265-284.
- Diener, E. (2009). *Assessing Well-Being*, Springer Dordrecht Heidelberg London New York
- Diener, E. and Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being," *Psychological Science*, 5(1)31
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Ellison, C. W. (1982). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11 (4), 330-340.
- Emmons, A. (2000). Is Spirituality Intelligence? Motivation, Cognition, and the Psychology of Ultimate Concern. *International journal for the psychology of religion*. 10 (1), 3-26.
- Furnham, A., & Christofawer, I. (2007). Personality traits, emotional intelligence, and multiple happiness. *North American Journal of Psychology*, 9; 439-462.
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social indicators research*, 66:3-33.
- Huebner, E. S. Valois, R. F., Paxton, R., Drane, W. (2005). Middle school student's perception of

بهزیستی معنوی به انسان در یافتن ایده و معنای زندگی کمک می کند و این در بهزیستی و رضامندی زندگی تأثیر می گذارد. معنویت می تواند نگرش ها، اهداف، احساسات، رفتارها و معنی زندگی را عوض کند و هیجانانگیز مثبت را افزایش دهد. معنویت فرد را با عالم معنا مرتبط می سازد، ابعاد زندگی او را تحت تأثیر قرار داده و رفتارهای او را تنظیم می کند. بر مبنای یافته های پژوهش حاضر پیشنهاد می شود که تلاش هایی در جهت ارتقای سطح آگاهی و دانش دانشجویان در مورد نقش عوامل مهم از جمله بهزیستی معنوی در رضایت از زندگی صورت گیرد. با توجه به اینکه پژوهش حاضر در مورد سازه مثبتی همچون بهزیستی معنوی تأکید داشته است. لذا پیشنهاد می شود کارگاههایی در مورد مثبت اندیشی و معنویت و نقش آن در جنبه های مختلف زندگی برگزار شود.

منابع

- پاکیزه، علی. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر فعالسازی مفهوم معنویت بر سلامت روانی دانشجویان. *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*. دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
- جوکار، بهرام. (۱۳۸۶). *نقش واسطه ای تاب آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی*. روانشناسی معاصر، ۲(۲)، ۱۱-۳.
- حبیب وند، علی مراد. (۱۳۸۷). *رابطه جهت گیری مذهبی با اختلالات روانی و پیشرفت تحصیلی*. *روانشناسی و دین*. سال اول، شماره سوم، ۱۰۷-۷۹
- حسینیان، سیمین؛ منوچهری، کاترین و علوی، زهرا. (۱۳۸۳). *بررسی و مقایسه رابطه سلامت روان و احساس معناجویی در دانشجویان دختر خوابگاهی دانشگاه الزهرا*. دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه تربیت مدرس.
- خداپناهی، محمد کریم و خاکسار بلداجی، محمد علی. (۱۳۸۴). *رابطه جهت گیری مذهبی و سازگاری روانشناختی در دانشجویان*. *مجله روانشناسی*، سال نهم، شماره ۳، ۳۲۰-۳۱۰.
- دهشیری، غلامرضا؛ سهرابی، فرامرز؛ جعفری، عیسی و نجفی، محمود. (۱۳۸۶). *بررسی خصوصیات روانسنجی مقیاس بهزیستی معنوی در بین دانشجویان*. *فصلنامه مطالعات روانشناختی*. سال ۴، شماره ۳ (پیاپی ۱۵)، ۱۵۰-۱۲۹.

- quality of life. *Journal of happiness studies*, 6, 15-24
- Kaymia, H. A. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students: implication for social work education. *Journal of social work education*, 36, (2).
 - Koeing, H. G., McCulloch, M. E., & Larson, D. B. (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oksford.
 - Leach MM, Lark R. (2004). Does spirituality add to personality in the study of trait forgiveness? *Pers Individ Dif*. 37(1): 147-156.
 - Paloutzian, R.F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being, and quality of life. In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook for current theory, research, and therapy*. New York: Wiley Interscience.
 - Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2): 164-171.
 - Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R. and Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: evidence for the cross-method convergence of well-being measures, *Journal of Personality Assessment*, 57: 149-161.
 - Schuls, E. k. (2002). *The meaning of spirituality in the lives and adaptation processes of indivituals with disabilities*. Unpublished Doctoral Dissertation, Texas Whoman s University, Denton. Texas.
 - Snyder, C. R & Lopez, S, G. (2007). *Positive Psychology*, New York Published by Oxford University Press, Inc
 - Tsow, M., & Tiu, J. (2001). Happiness and Domain Satisfaction in Taiwan, *Journal of Happiness Studies*, 2, 269-288.
 - Witmer, J. M., & Sweeney, T. J. (1992). A holistic model for wellness and prevention over the life span. *Journal of Counseling & Development*, 71, 140-148

Quarterly Journal of Educational Psychology

Islamic Azad University Tonekabon Branch

Vol. 3, No. 3, fall 2011, No 11



Journal of Educational
Psychology

The relation between spiritual well being, life satisfaction and academic achievement in girl and boy university students

Mahmoud Borjali^{1*}, Mahmoud Najafi², Hassan Mansoie Far¹

- 1) Department of Psychology, Islamic Azad University of Karaj Branch, Karaj, Iran
- 2) Department of Clinical Psychology, Semnan University, Semnan, Iran
- 3) Department of Psychology, Islamic Azad University of Karaj Branch, Karaj, Iran

*Corresponding author: m_borjali501@yahoo.com

Abstract

The aim of present research was to study the relation between spiritual well being, life satisfaction and academic achievement in girl and boy university students. The research method was descriptive - correlational. The entire population of this study consisted of students of Islamic Azad University of Karaj 1388-89 were enrolled in the academic year. Participants were 500 students of Islamic Azad University Karaj Branch who were selected by multiple stage cluster sampling method. Instruments of this study were spiritual well being and life satisfaction questionnaires. The data were analyzed by correlation coefficient, regression analysis and independent t test. The results showed that there is a significant positive relation between spiritual well being and its components with life satisfaction. Also there is a significant positive relation between spiritual well being and academic achievement. The results of regression analysis showed that the Existential well being has more important and more significant role in prediction of life satisfaction and complains 42 presents of variance of life satisfaction. It's not observed significant difference between girls and boys' scores of spiritual well being and life satisfaction. Generally, the findings indicated the important role of Existential well being in life satisfaction. These results can be beneficial in planning for university students.

Key words: Spiritual well being, Life satisfaction, Academic achievement.
