





دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی

« نقش واسطه گری تاب آوری در ارتباط بین هوش معنوی و سلامت روان در

دانش آموزان دوره متوسطه شهر بندرلنگه»

استاد راهنما: دکتر نادره سهرابی شگفتی

استاد مشاور: دکتر سلطانه علی کاظمی

پژوهشگر: سلمان پاسالاری

تابستان: ۹۱

## چکیده

هدف از پژوهش حاضر تبیین نقش واسطه‌گری تاب‌آوری در رابطه بین هوش معنوی و سلامت روان می‌باشد. آزمودنی‌های این پژوهش را ۲۵۰ دانش‌آموز تشکیل می‌دهند که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای از میان دبیرستان‌های شهر بندر لنگه انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل سه پرسشنامه به این شرح می‌باشند: مقیاس تاب‌آوری کانر – دیویدسون (CD - RISC)، مقیاس استرس، اضطراب و افسردگی (DASS)، مقیاس هوش معنوی (SIS). در این پژوهش علاوه بر استفاده از آمار توصیفی برای تأیید فرضیه پژوهش از روش آماری تحلیل مسیر استفاده شد. نتایج این پژوهش نشان داد که تاب‌آوری نقش واسطه‌گری معناداری در رابطه بین هوش معنوی و سلامت روان ایفا نمی‌کند. اما تاب‌آوری قادر به نقش واسطه‌گری معناداری را در رابطه بین هوش معنوی و دو بعد از ابعاد سلامت روان (افسردگی، اضطراب) ایفا کند.

کلمات کلیدی: سلامت روان، هوش معنوی، تاب‌آوری

سپاس تورا است

که درهای دانش را با سر انگشت پروردگاریت بر ما گشودی.

دکتر شریعتی

استاد راهنمایم، خانم دکتر سهرابی

که علاوه بر مشق پایان نامه، درس صبر و صداقت و اخلاق و ادب را هم از او فرا  
گرفتم. تا همیشه ی عمر قدردان زحماتش هستم.

استاد مشاورم، آقای دکتر کاظمی

که تعصب و پایداری را با ثبات شخصیتش به من القا کرد.

استاد گرانقدرم، دکتر سامانی

که با تلاش خستگی ناپذیر و روحیه پژوهش محوری اش الگویی است برای همه  
ی شاگردانش، از جمله من کمترین.

استاد عزیزم، دکتر سیروس سروقد، که با صداقت بیادماندنی اش درس صفا و  
صمیمیت را به من آموخت.

استاد گرانقدرم خانم دکتر حسینی، که درس ادب و متانت و اخلاق را به من  
آموخت.

و سپاس از همه اساتید بزرگووارم که از تک تکشان نکته های کاربردی زندگی آموختم. امید که خداوند نعمت خدمت به خلق را از این بزرگواران دریغ نکند.

پیشکش به همسر مهربانم

که در دوران تحصیل همراه و همپایم بود و سختیهای زندگی را بیش از من به دوش کشید و راه تحصیل را برایم هموار کرد و صبر در مشکلات را به من آموخت.

و فرزند دلبندم .... که چشم به راه آمدنش هستم.

فهرست مطالب:

فصل اول طرح تحقیق

مقدمه

۱.....

۴..... بیان مسأله.....

۶..... اهمیت و ضرورت تحقیق.....

اهداف

۷..... پژوهش.....

سؤال

۷..... پژوهش.....

تعاریف

۷..... نظری.....

تعاریف

۸..... عملیاتی.....

فصل دوم : ادبیات و پیشینه پژوهش

الف: مبانی

۱۰..... نظری.....

۱- سلامت

۱۰..... روان.....

۱۳.....	استرس.....
۱۴.....	اضطراب.....
۱۵.....	افسردگی.....
۱۶.....	۲- هوش معنوی.....
۲۰.....	۳- تاب آوری.....
۲۲.....	- تاریخچه تاب آوری.....
۲۳.....	- عوامل مرتبط با تاب آوری.....
۲۵.....	پیشنهادات ( APA ) برای تقویت تاب آوری.....
۲۶.....	پیشینه پژوهشی.....
۲۶.....	ارتباط سلامت روان با تاب آوری.....
۲۸.....	ارتباط هوش معنوی و سلامت روان.....
۳۱.....	ارتباط هوش معنوی و تاب آوری.....
۳۲.....	جمع بندی.....

فصل سوم: روش شناسی پژوهش

## طرح کلی

پژوهش..... ۳۳

جامعه آماری..... ۳۳

نمونه آماری و روش نمونه گیری..... ۳۳

ابزار پژوهش..... ۳۴

الف : متغیر سلامت روان..... ۳۴

ب: متغیر هوش معنوی ..... ۳۵

ج : متغیر تاب آوری..... ۳۶

شیوه اجرای پژوهش..... ۳۷

روشهای آماری..... ۳۸

ملاحظات اخلاقی..... ۳۸

## فصل چهارم یافته های پژوهش

آمار توصیفی..... ۳۹

آمار استنباطی..... ۴۰

## فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

خلاصه تحقیق..... ۴۴

بحث و نتیجه گیری..... ۴۵



محدودیت های پژوهش..... ۴۶

پیشنهاد های کاربردی..... ۴۷

پیشنهاد های پژوهشی..... ۴۷

منابع فارسی..... ۴۸

منابع

لاتین..... ۵۱

چکیده

انگلیسی..... ۵۶

پیوستها

پیوست (الف) پرسشنامه هوش معنوی..... ا

پیوست (ب) پرسشنامه تاب آوری..... ت

پیوست (ج) پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس..... ج

## فهرست جداول

جدول ۱-۳ اطلاعات تفکیکی نمونه آماری بر حسب پایه و رشته تحصیلی..... ۳۴

جدول ۲-۳ تفسیر نمرات دختران و پسران به طور جدا گانه..... ۳۶

جدول ۱-۴: میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه..... ۳۹

جدول ۴-۲ : ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه..... ۳۹

جدول ۴-۳ : ماتریس همبستگی بین دو متغیر هوش معنوی و تاب آوری..... ۴۰

جدول ۴-۴ :آزمون رگرسیون سلسله مراتبی برای تبیین نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین هوش معنوی و سلامت روان..... ۴۱

جدول ۴-۵ :آزمون رگرسیون سلسله مراتبی برای تبیین نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین هوش معنوی و استرس..... ۴۱

جدول ۴-۶ :آزمون رگرسیون سلسله مراتبی برای تبیین نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین هوش معنوی و اضطراب..... ۴۲

جدول ۴-۷ : اثر مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای برونزاد و واسطه بر متغیر درونزاد مدل ..... ۴۳

جدول ۴-۸ : آزمون رگرسیون سلسله مراتبی برای تبیین نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین هوش معنوی و افسردگی..... ۴۳

#### فهرست شکلها و نمودارها

شکل شماره ۱-۲ مدل رابطه هوش معنوی سلامت روان با واسطه تاب آوری..... ۳۲

نمودار شماره ۱-۴ نشان دهنده مسیرهای مختلف در این مدل می باشد..... ۴۲

مشکلات بهداشت روانی<sup>۱</sup> یکی از گرفتاریهای مهم رو به افزایش خانواده ها، سازمانها و جوامع است که در میان جوانان و نوجوانان نیز شایع شده است. کسب آرامش و اطمینان و دوری از افسردگی و اضطراب از اساسی ترین نیازهای فطری آدمی است و از دیر باز جزء مسائل اساسی بشر بوده است. از طرف دیگر بهداشت و سلامت روانی یکی از نیازهای اجتماعی است چرا که عملکرد مطلوب جامعه مستلزم برخورداری از افرادی است که از حیث سلامت و بهداشت روانی وضعیت مطلوبی داشته باشند. بر همین اساس بالا بردن سطح سلامت و بهداشت روانی جامعه یکی از اهداف و برنامه های نظام های اجتماعی می باشد.

اگر در شرایط کنونی جامعه تأمل کنیم و همچنین ارتباطات انسانها را در نظر بگیریم که در سطح بین المللی و جهانی رو به افزایش است، احساس می شود که عوامل برهم زنند هی آرامش و سلامت روان و علل پدی آورنده ی این بحرانها افزایش یافته و پیچیدگی خاصی یافته است و همچنین نیاز انسانها و جوامع به آرامش روانی افزایش روز افزونی یافته است ، (رفیعی فر، آقاجانی، مؤذن، رضایی، اسماعیل مطلق، آباد، غفاری، مشیدی، ۱۳۸۹).

بدیهی است دستیابی به سلامت و آرامش روانی که هم نیازی فردی و هم ضرورتی اجتماعی است، مستلزم آشنایی دقیق با معنای سلامت و شناخت عوامل تأثیر گذار بر آن است.

کارشناسان سازمان بهداشت جهانی، سلامت روان را قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب تعریف کرده و بر این باورند که سلامت روان، صرفاً نداشتن بیماری روانی نیست بلکه توان واکنش در برابر انواع گوناگون تجربیات زندگی به صورت انعطاف پذیر و معنی دار است ، (صالحی، شاه محمدی، نادعلی، زبردست ، ۱۳۸۶). سلامت روان قدرت آرام زیستن و با خود و دیگران در آرامش بودن است، آگاهی از درون و احساسات خویش است، قدرت تصمیم گیری در بحرانها و مقابله با فشارهای زندگی است. شخصی که از سلامت روانی بالایی برخوردار است از کار و زندگی

<sup>1</sup>-mental health

خود احساس رضایت دارد و از وقت خود استفاده مفید می نماید، با دیگران از در تفاهم وارد می شود و برای احساسات و عواطف مردم ارزش قائل بوده و آنها را محترم می شمارد. چنین فردی می تواند محبت کند، دیگران را دوست بدارد و خود را با محیط اجتماعی و اطرافیان وفق دهد، (رفیعی فر و همکاران، ۱۳۸۹). در نهایت اینکه سلامت روان هیچگاه با فهرست و خصوصیات ثابت و ویژگی های معینی تعریف نشده است ولی با ذکر تعاریف بالا می توان چشم انداز کلی آن را ترسیم کرد.

یکی دیگر از عوامل تأثیر گذار برای تأمین سلامت روان معنویت است. معنویت یکی از اصلی ترین راهکارها در تأمین بهداشت روانی است. از دیگر سو همه روزه به شمار افرادی که باور دارند "معنویت" درمان درماندگی ها و روان رنجوری های روحی آنها می باشد، افزوده می شود، همچنین متخصصانی که برای درمان بیماری های روانی و بهداشت روان بر باورها و رفتارهای مذهبی متمرکز می شوند، افزوده می شوند. انسان امروز با آگاهی و بینش به این یقین رسیده است که بدون معنویت تنها می ماند و به پوچی و درماندگی خواهد رسید. هوش معنوی به عنوان یکی از مفاهیم جدید هوش، در بردارنده نوعی سازگاری و رفتار حل مسأله است که بالاترین سطوح رشد را در حیطه های مختلف شناختی، اخلاقی، بین فردی و... را شامل می شود و فرد را در جهت هماهنگی با پدیده های اطراف و دستیابی به یکپارچگی درونی و بیرونی یا ری می نماید. این هوش به فرد دیدی کلی در مورد زندگی و همه ی تجارب و رویدادها می دهد و او را قادر می سازد به چارچوب بندی و تفسیر مجدد تجارب خود پرداخته، شناخت و معرفت خویش را عمق بخشد (غباری بناب، ۱۳۸۷).

هوش معنوی<sup>۱</sup> (SQ) خاص انسانهاست، برخلاف بهره ی هوش (IQ) که کامپیوترها نیز آن را دارند و نه همچون هوش هیجانی<sup>۲</sup> (EQ) که در پستانداران رده های عالی نیز یافت می شوند. در واپسین سالهای سده ی بیست، شواهد روان شناسی، عصب شناسی، انسان شناسی و علوم شناختی نشان داد که نوعی هوش وجود دارد که از آن می توان به عنوان هوش معنوی یاد کرد.

---

<sup>1</sup> – spiritual intelligence

<sup>2</sup> - emotional intelligence

این اصطلاح را زوهار و مارشال، زوجی دانش پژوه و استادان دانشگاه آکسفورد، با در هم آمیزی روان شناسی، فیزیک، فلسفه و مذهب ساختند و آن را در کتاب هوش معنوی: هوش بنیادی (زوهارو مارشال<sup>۳</sup> ۲۰۰۰) آوردند.

با استفاده از هوش معنوی می توان میل و قابلیت فرد را برای رسیدن به مقصود و ارزش رشد داد. هوش معنوی به فرد اجازه می دهد که رویاروی این قابلیت ها باشد و برای رسیدن به آن سخت تلاش کند. هوش معنوی زیربنای باورهای فرد و نقشی است که این باورها و ارزشها در کنش هایی که فرد انجام می دهد به زندگی خود شکل می دهد ایفا می کند. به سخن دیگر، هوش معنوی به دلیل پیوندش با معنا، ارزش و پرورش تخیل می تواند به انسان توان تغییر و تحول بدهد. فردی باهوش معنوی بالا دارای انعطاف، خودآگاهی، ظرفیتی برای روبرو شدن با دشواری ها و سختی ها و فراتر از آن رفتن، ظرفیتی برای الهام و شهود، نگرش کل نگر به جهان هستی، در جستجوی پاسخ برای پرسشهای بنیادی زندگی و نقد سنت ها و آداب و رسوم است، (امونس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰).

هوش معنوی دست کم پنج مهارت و کارایی دارد که می تواند بخشی از دانش پایه را در برگیرد و به رفتارهایی بیانجامد که سازگاری با محیط را در پی آورد. این مهارتها چنین است:

۱\_ ظرفیت و توانایی برای متعالی کردن کارها (مادی و فیزیکی) به معنای توجه به یگانگی و یکپارچگی جهان آفرینش

۲\_ توانایی تجربه ی سطحی بالا از خود آگاهی

۳\_ توانایی بررسی و پالایش تجربه ها و فعالیت های روزانه در ارتباط شخص با احساس های معنوی و مذهبی

۴\_ توانایی بکارگیری منابع معنوی در حل مشکلات زندگی

۵\_ توانایی انجام اعمال پرهیزگارانه (گذشت، فداکاری و مانند اینها)

---

<sup>3</sup> - Zohar & Marshall

همچنان که پیش تر نیز گفته شد، زوهار و مارشال (۲۰۰۰) نیز با تأیید وجود هوش معنوی، آن را استعدادی ذهنی می دانند که انسان در حل مسائل معنوی و ارزشی خود به کار می گیرد و زندگی و کار خود را در حالتی گسترده از وسعت و غنا و معنا قرار می دهد. پرورش معنویت می تواند دانش آموزان را در توجه به تجربه های معنوی خود و به کارگیری آن در حل مسائل و درک ارزش و معنای زندگی یاری دهد. سرانجام با فرض باورپذیری هوش معنوی، وجود معنویت در پیوند با خود، دیگران و جهان، از بعد دنیوی و مذهبی ارزش دارد. براساس شواهد موجود هوش معنوی نیز در ارتقاء سلامت روان تأثیر زیادی دارد و از طرفی دیگر طلب آوری<sup>۲</sup> افراد نیز یک مفهوم تثبیت شده در روانشناسی و ادبیات سلامت روانی است این تئوری به ارزیابی پیچیدگی رفتارهای اجتماعی و ارائه بینش و درون نگری در کیفیت زندگی جوامع می پردازد که آنها را قادر می سازد بطور مؤثر رشد کنند یا با تغییرات عمده سازگار شوند اما در عین حال تحقیقات کمی در ارتباط با جوامع انجام گرفته است (بویکسترا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). در بحث تاب آوری با ملاک هایی رو به رو خواهیم شد که با ملاک های مربوط به سلامت روان بسیار نزدیک است و مطالعاتی که در پی خواهد آمد این نکته را بیان خواهد داشت که افراد تاب آور از سلامت روان بهتری برخوردارند (محمدی، ۱۳۸۴). تاب آوری به واسطه کاهش هیجان های منفی موجب افزایش سطح سلامت روان می شود کامپفر<sup>۴</sup> بر این باور است که تاب آوری، بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالا تر (در شرایط تهدید کننده) است از این رو سازگاری موفق در زندگی را فراهم می کند. در عین حال وی به این نکته نیز اشاره می کند که سازگاری مثبت با زندگی هم می تواند پی آمد تاب آوری به شمار آید و هم به عنوان پیش آیند، سطح بالاتری از تاب آوری را سرب شود.

ارتباط تنگاتنگ سه متغیر مطرح شده در این پژوهش و کمک به روشن تر شدن عوامل مرتبط با سلامت روان ضرورت اجرای این تحقیق را طلب می کند.

---

<sup>1</sup>- Emmons

<sup>2</sup>-resilience

<sup>3</sup>-Buikstra

<sup>4</sup>- Kompfer

## بیان مسأله

سلامت نیاز ضروری و اساسی برای افراد در هر زمان است. سلامت عبارت است از "رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری و ناتوانی". که بین این سه جنبه تأثیر متقابل و پویا وجود دارد.

بنابراین سلامت روان بعنوان یکی از ملاک های تعیین کننده سلامت عمومی<sup>۱</sup> افراد در نظر گرفته می شود که مفهوم آن عبارت است از "احساس خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکا به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین نسلی و خود شکوفائی توانایی های بالقوه فکری، هیجانی و... (گزارش جهانی سلامت، ۲۰۰۱).

یکی دیگر از عوامل تأثیر گذار در سلامت روان همانطور که پیش تر نیز گفته شد هوش معنوی است. به بیان دیگر افراد دارای هوش معنوی بالاتر از نظر سلامت روان نسبت به افراد دارای هوش معنوی پایین تر در سطح بهتر و وضعیت مطلوب تری قرار دارند. هوش معنوی توانایی تجربه شده ای است که به افراد امکان دستیابی به دانش و فهم بیشتر را می دهد و زمینه را برای رسیدن به کمال و ترقی در زندگی فراهم می سازد. تاین و پورهیت<sup>۲</sup> (۲۰۰۶)

نوبل و وگان<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) برای هوش معنوی مؤلفه هایی قائلند که به شرح زیر می باشد:

۱- درستی و صراحت

۲- تمامیت

۳- تواضع

۴- مهربانی

۵- سخاوت

۶- تحمل

۷- مقاومت و پایداری

---

<sup>۱</sup> - general health

<sup>۲</sup> - Tain & Purohit

<sup>۳</sup> - Noble & Vegan

۸- تمایل به برطرف کردن نیازهای دیگران (به نقل از: نازل<sup>۱</sup> ۲۰۰۴).

قبلاً اشاره شده که تاب آوری در تأمین سلامت روان نقش مؤثری بر عهده دارد. تاب آوری مفهومی گسترده است که محققان تعاریف مختلفی را از آن عنوان کرده اند که هر کدام به یکی از وجوه آن پرداخته اند، مثلاً گارمزی و ماستن<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) به عنوان پیشگامان پژوهش در این حوزه، تاب آوری را « فرایند توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز فرد، علیرغم شرایط تهدید کننده » تعریف کرده اند.

راتر<sup>۳</sup> (۱۹۹۹) تاب آوری را فرایندی پویا که تعادل بین عوامل خطرزا و عوامل محافظتی درونی و بیرونی و موجبات رهایی از آثار و رویداد های ناگوار زندگی را فراهم می آورد توصیف نموده است. اما این نکته حائز اهمیت است که در این تعاریف، تاب آوری صرفاً مقاومت منفعل در برابر آسیب ها یا شرایط تهدید کننده نیست بلکه فرد تاب آور مشارکت کننده فعال و سازنده محیط پیرامونی خود است.

تاب آوری قابلیت فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی و روحی درمقابل شرایط مخاطره آمیز است (کانر و دیویدسون<sup>۴</sup>، ۲۰۰۳). با توجه به اهمیت هر سه متغیر یاد شده در این پژوهش به دنبال یافتن رابطه آنها در قالب یک مدل می باشیم.

### اهمیت و ضرورت تحقیق:

دانش آموزان گروه مهمی از جمعیت جامعه را تشکیل می دهند. این گروه والدین و آینده سازان فردای این مرز و بوم خواهند بود و یقیناً سلامتی و رفاه این قشر، سلامتی آینده افراد این کشور را در برخواهد داشت. در عصر حاضر تعلیم و تربیت و به طور کلی تحصیل علم بخش مهمی از زندگی هر فرد را تشکیل می دهد به علاوه کیفیت و کمیت این تحصیل نیز نقش مهمی را در آینده فرد ایفا می کند. در این میان نه تنها دانش آموزان و خانواده های آنها بلکه جامعه نیز هزینه های

<sup>1</sup> - Nazell

<sup>2</sup> - Garmezy & Masten

<sup>3</sup> - Rutter

<sup>4</sup> - Conner & Davidson



زیادی را در جهت تحصیل دانش آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی صرف می کند، بنابراین دست یافتن به نتایج مثبت در زمینه ی تحصیلی ( با شناسایی و کنترل عوامل تأثیر گذار بر پیشرفت تحصیلی ) می تواند منجر به پیشرفت همه جانبه دانش آموزان و جامعه گردد ( آتش روز، ۱۳۸۷). آگاهی از جنبه های روانی دانش آموزان می تواند مانند یک ابزار کمک آموزشی قوی عمل کند. برای نمونه فهمیدن این نکته که دانش آموز در شرایط خاصی چگونه رفتار می کند، می تواند منجر به افزایش تأثیر گذار ابزارهای آموزشی و همچنین روشهای آموزشی معلم و سیستم آموزش و پرورش و در نهایت پیشرفت دانش آموز گردد (چادوری و امین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶).

از طرفی یکی از زیر بنایی ترین و در عین حال پرخرج ترین نهادهای جامعه آموزش و پرورش است. که یقیناً موفقیت در رسیدن به اهداف متعالی این نهاد که تربیت کننده ی نسل آینده و کوشای مملکت است تأثیری شگرف در روند توسعه و آبادانی کشور خواهد داشت و بی شک داشتن دانش آموزانی که از سلامت جسم و روان برخوردار باشند غایت رسالت این نهاد است و این امر ضرورت تحقیق و توجه بیشتر به این بخش را می طلبد.

سلامت روان فرد نقش اساسی و مهم در ارتباطات، موفقیت ها و تأمین آینده فرد بازی می کند. وجود مشکلات روانی در امر آموزش و پرورش دانش آموزان، افت تحصیلی و گاهی ترک تحصیل را به دنبال دارد. بدیهی است که شکل گیری ذهن علمی قوی و دست یابی به توانایی های لازم جهت کسب موفقیت تحصیل بصورت آنی تحقق نمی پذیرد و عوامل تشکیل دهنده این ظرفیت در طی سالیان تحول شخصیت شکل می گیرد (حدادی کوهسار، روشن و اصغر نژاد فرید، ۱۳۸۶).

از طرفی تاب آوری افراد یک مفهوم تثبیت شده در روانشناسی و ادبیات سلامت روان است، این تئوری به ارزیابی پیچیدگی رفتارهای اجتماعی و ارائه بینش و درون نگری در کیفیت زندگی جوامع می پردازد که آنها را قادر می سازد بطور مؤثر رشد کنند یا با تغییرات عمده سازگار شوند اما در عین حال تحقیقات کمی در ارتباط با جوامع انجام گرفته است (بویکسترا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰).

---

<sup>1</sup> - Chowdhury & Amin

<sup>2</sup> -Buikstra

یافته های این پژوهش به درک این دیدگاه که چه افرادی با چه میزان هوش معنوی، تاب آورتر و از نظر سلامت روان در جایگاه بهتری هستند کمک می کند، بالتبع این آگاهی می تواند به پیشرفت روابط صحیح خانوادگی که انعکاس آنرا در روابط اجتماعی افراد شاهد هستیم، بینجامد. از سوی دیگر همه روزه به شمار افرادی که باور دارند "معنویت" درمان روان رنجوری ها و درماندگی های روحی آنها می باشد، افزوده می شود. همچنین متخصصانی که برای درمان بیماریهای روانی و بهداشت روان بر باورها و رفتارهای مذهبی متمرکز می شوند، افزوده می شوند. انسان امروز با آگاهی و بینش به این یقین رسیده است که بدون معنویت تنها می ماند و به پوچی و درماندگی خواهد رسید.

اینها همه لزوم اجرای این پژوهش را نشان می دهد و عزم ما را برای اجرای چنین پژوهشی راسخ تر می کند.

## هدف پژوهش

هدف از اجرای این پژوهش تبیین نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین هوش معنوی و سلامت روان دانش آموزان دوره متوسطه شهر بندر لنگه می باشد.

## سؤال پژوهش

آیا تاب آوری می تواند نقش واسطه ای معناداری بین هوش معنوی و سلامت روان ایفا کند؟

## تعاریف نظری

### سلامت روان

سلامت روان یکی از جنبه های مفهوم کلی سلامت است و عبارت است از قدرت آرام زیستن و با خود و دیگران در آرامش بودن، آگاهی از درون و احساسات خویش داشتن، قدرت تصمیم گیری در بحرانها و مقابله موفق با فشارهای روانی است. شخص سالم از کار و زندگی رضایت دارد و از وقت خود استفاده مفید می کند، چنین فردی می تواند دوست بدارد، محبت بپذیرد و حقایق را قبول کند و خود را با آنها وفق دهد و با اجتماع سازش کند (دیماتئو<sup>۱</sup>، ۱۹۹۱، به نقل از بابانظر، ۱۳۸۵). سلامت روان دارای سه مولفه اصلی استرس، اضطراب و افسردگی می باشد.

### هوش معنوی

هوش معنوی، توانایی تجربه شده ای است که به افراد امکان دستیابی به دانش و فهم بیشتر را می دهد و زمینه را برای رسیدن به کمال و ترقی در زندگی فراهم می سازد (تاین و پورهیت<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶).

### تاب آوری

تاب آوری فرایندی پویا است که تعادل بین عوامل خطرزا و عوامل محافظتی درونی و بیرونی که موجبات رهایی از آثار و رویدادهای ناگوار زندگی است را فراهم می آورد (راتر، ۱۹۹۹).

## تعاریف عملیاتی متغیرها

### سلامت روان

سلامت روان در این پژوهش به نمره ای اطلاق می شود که فرد از تکمیل پرسشنامه افسردگی، اضطراب و فشار روانی (DASS<sup>۳</sup>) کسب می کند.

---

<sup>۱</sup>- Dimatteo

<sup>۲</sup>- Tain & Purohit

<sup>۳</sup>- depression , anxiety & stress scale

دامنه نمرات در این پرسشنامه از ۰ تا ۶۳ متفاوت است، هر چه نمره کسب شده پایین تر باشد فرد از سلامت روان بالاتری برخوردار است.

### هوش معنوی

هوش معنوی به نمره ای که فرد از پرسشنامه هوش معنوی عبدالله زاده به دست می آورد اطلاق می شود. دامنه نمرات در این پرسشنامه از ۲۹ تا ۱۴۵ متفاوت است.

### تاب آوری

تاب آوری نمره ای است که فرد پس از تکمیل پرسشنامه کانور و دیویدسون<sup>۱</sup> (CD-RISC) بدست می آورد. دامنه نمرات در این پرسشنامه از ۰ تا ۱۰۰ متفاوت است.

---

<sup>1</sup> - connor – Davidson resilience scale