

اثر بخشی هوش معنوی بر کیفیت زندگی و مقابله با استرس و تغییر نگرش دانش آموزان دوره متوسطه و دانشجویان نسبت به مصرف مواد مخدر

علیرضا امیر ابادی زاده^۱، عارف خدادادی^۲

^۱ استادیار گروه زیست شناسی دانشگاه فرهنگیان و گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

amirabadi370@gmail.com

^۲ دانشجوی ارشد گروه روان شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

aref.72.kh@gmail.com

چکیده - روان شناسان در دهه های اخیر در بررسی آسیب های روانی و انحرافات اجتماعی به این نتیجه رسیده اند که بسیاری از اختلالات و آسیب در ناتوانی افراد برای سازگاری و حل مسئله ریشه دارد. چنین افرادی در تحلیل درست مسائل شخصی، احساس کنترل و کفایت در رویارویی با موقعیت های دشوار و آمادگی برای حل مسائل زندگی به شیوه مناسب مشکل دارند و نیز نگرشی منفی درباره توانایی های خود دارند (تاج آبادی هرات، ۱۳۹۱؛ گودرزی، سهرابی و فرخی، ۱۳۹۱). معنویت منابع پایدار خوبی برای تقویت عوامل محافظت کننده دارد (یزدانی، اعتباریان، و ابزری، ۱۳۹۲)؛ از این رو، گروهی از پژوهشگران درصدد مفهوم سازی منابع معنوی و بررسی ارتباط آن با سلامتی روانی، کیفیت زندگی، بهزیستی روانی و شادکامی بودند. کلید واژه - هوش معنوی، کیفیت زندگی، استرس.

به موازات توسعه ساختار هوش هیجانی، هوش معنوی (SI) شامل مجموعه ای از توانایی هایی است که از منابع معنوی نشات می گیرد، ساختارهای معنویت و هوش را وارد ساختار جدیدی می کند. هوش معنوی مستلزم توانایی هایی است که موارد معنوی را برای پیش بینی عملکرد، تطابق و ایجاد محصولات و دستاوردهای ارزشمند بکار می گیرد (امونز، ۱۹۹۹). می توان گفت، هوش معنوی مجموعه ای از توانایی هایی است که افراد برای بکار بردن، شکل دادن و دربرگرفتن منابع معنوی به ارزش ها و کیفیت ها به روشی که به عملکرد خوب روزانه و بهزیستی روانی دست یابند، بکار می برند که شامل پنج حوزه: هوشیاری، لطف حق، معنا، برتری و حقیقت است (امرم و دریر، ۲۰۰۷).

۱- مقدمه

اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان، در چند دهه گذشته به صورتی روز افزون توجه روان شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. پیشرفت علم روان شناسی از یک سو و ماهیت پویا و پیچیده جوامع نوین از سوی دیگر، باعث شده است نیازهای معنوی بشر در برابر خواسته ها و نیازهای مادی قد علم کنند و اهمیت بیشتری بیابند. چنین به نظر می رسد که مردم جهان، امروزه بیش از پیش به معنویت و مسائل معنوی گرایش دارند و روان شناسان و روان پزشکان نیز به طور روز افزون در می یابند که استفاده از روش های سنتی و ساده، برای درمان اختلالات روانی کافی نیست (شهیدی و شیر افکن، ۱۳۸۳).

۲- مبانی نظری پژوهش

قبل از این که به بحث در مورد مفهوم هوش معنوی پرداخته شود، لازم است تعاریف برخی از اصلی ترین صاحب نظران این حوزه را در مورد مفهوم هوش معنوی مورد بررسی قرار داد. در تعاریف و الگوهای پیشنهادی هر یک از این صاحب نظران، بر توانایی ها، ظرفیت ها و منابع گوناگونی تاکید شده است. از نظر امونز (۲۰۰۰) هوش معنوی کاربرد انطباقی اطلاعات معنوی در جهت حل مسئله در زندگی روزانه و فرآیند دستیابی

در طول چند دهه گذشته، نظریه های هوش چندگانه، فهم ما را از هوش در بین شناخت سنتی وسیع تر ساخته است، خصوصاً توانایی های منطقی و زبانی با تست هوش شناختی، هوش هیجانی، خلاق، عملی، اجتماعی، وجودی و معنوی را در بر گرفته است (بار در ۲۰۰۰، گاردنر ۱۹۸۳ و ۲۰۰۰، امونز ۱۹۹۹ هالاما و استرانیز ۲۰۰۴، کلمن ۲۰۰۱، میلر و سولاولی ۱۹۹۳، استرنبرگ ۱۹۹۷). همراه با هر شکل هوش، یک مدل نظری و ابزار سنجش توسعه یافته و برای سنجش مناسب ساختار هوش جدید روا شده است.