

اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری مضطرب دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان

سیما کریمی^{۱*}، محمد علی گودرزی^۲، عبدالعزیز افلاک سیر^۳

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۴/۱۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۸/۱۵

خلاصه

مقدمه: نتایج تحقیقات قبلی نشان داده است که توجه به معنویت اثر مثبتی بر کاهش پریشانی هیجانی و علائم روان شناختی دارد. این تحقیق با هدف مقایسه اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری سیرجان انجام گردیده است.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه نیمه آزمایشی که در سال ۱۳۹۳ انجام شد ۵۸ دانشجوی پرستاری که نمرات بالایی در مقیاس اضطراب داشتند به طور تصادفی در سه گروه قرار گرفتند شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش یک و آزمایش دو به ترتیب به مدت ده جلسه یک ساعته تحت آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی قرار گرفتند و شرکت‌کنندگان گروه شاهد آموزشی دریافت نکردند. میزان هوش معنوی هر سه گروه در آغاز و پایان جلسات آموزشی با استفاده از پرسشنامه هوش معنوی King مورد سنجش قرار گرفت. داده‌ها با تحلیل کوواریانس آزمون تعقیبی توکی تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی می‌تواند میزان هوش معنوی دانشجویان پرستاری را افزایش دهد. نتایج نشان داد نمرات هوش معنوی گروه آزمایش یک با گروه شاهد تفاوت معنی‌داری در سطح $p < 0.001$ دارد، اما نمره پس‌آزمون گروه آزمایش یک و آزمایش دو با هم تفاوت معنی‌داری نداشت.

نتیجه‌گیری: آموزش هوش معنوی و آموزش مهارت‌های زندگی در افزایش هوش معنوی مؤثر می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: آموزش، هوش معنوی، مهارت‌های زندگی

۱- مربی، گروه پرستاری، دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان، سیرجان، ایران (نویسنده مسئول)

پست الکترونیکی: skarimi@iausirjan.ac.ir، تلفن: ۴۲۲۵۳۵۵۵-۰۳۴

۲- استاد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

۳- استادیار، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

مقدمه

معنویت یکی از نیازهای درونی انسان بوده و برخی از صاحب نظران آن را متضمن بالاترین سطوح زمینه‌های رشد شناختی، اخلاقی و تلاش همواره آدمی برای معنا بخشیدن به زندگی و پاسخ به چراهای زندگی می‌دانند همین امر باعث شده است که سازمان بهداشت جهانی در تعریف ابعاد وجودی انسان علاوه بر ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی به بعد معنوی اشاره کند و بعد چهارم یعنی بعد معنوی را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح سازد [۱]. تحقیقات نشان داده است که هوش معنوی می‌تواند از طریق آموزش افزایش یابد [۲-۳].

آموزش هوش معنوی رامی‌توان آموزش درک ما از خودمان و دیگران، انتخاب منابع معنوی و بکارگیری آن در تمامی لحظات زندگی، افزایش همگرایی افراد در زندگی، آزاد سازی خود به خود هوش درونی، درک دیگران در سطح عمیق‌تر، پذیرش تغییرات و اقدام درست در آن مواقع و کشف وجود واقعی خود تعریف نمود [۴]. در راستای این جهت‌گیری، سازه هوش معنوی به منظور تقویت و استفاده از روابط معنوی برای گنجاندن شیوه‌ی زندگی سالم در نظام ارزشی انسان می‌باشد [۵].

هوش معنوی بیانگر مجموعه‌ای از توانایی‌ها و ظرفیت‌ها و منابع معنوی است که به‌کارگرفتن آن موجب افزایش انطباق‌پذیری می‌گردد، در نتیجه سلامت روان افراد افزایش یافته و پیشرفت سلامتی جسمی را به دنبال دارد [۳]. مؤلفه‌های هوش معنوی از دیدگاه King عبارتند از: تفکر وجودی انتقادی (CET) Critical existential thinking، تولید معنای شخصی (PMP) Personal meaning، هشیاری متعالی (TA) Transcendental production، هشیرت‌ش حالت هشیری (CSE) Conscious awareness و گسترش حالت هشیری (CSE) Conscious awareness و گسترش حالت هشیری (CSE) Conscious awareness state expansion [۶]. اولین مؤلفه هوش معنوی شامل ظرفیت اندیشیدن نقادانه درباره معنا، هدف و دیگر موضوعات وجودی یا متافیزیکی می‌باشد. تولید معنای شخصی به عنوان "هدف داشتن در زندگی، داشتن حس جهت‌یابی، احساس نظم و دلیلی برای زندگی" تعریف شده است. سومین مؤلفه، شامل ظرفیت تشخیص ابعاد خویش و دیگران و جهان مادی در خلال حالت‌های طبیعی هوشیاری است. آگاهی متعالی به

عنوان توانایی ادراک ابعاد معنوی زندگی توضیح داده شده است و آخرین مؤلفه از مدل موجود، توانایی ورود به حالت‌های اوج یافته‌ی هوشیاری در گرایش خود فرد می‌باشد. تغییر حالات هوشیاری به وسیله خودتمیزی روانی، مانند مراقبه و آرام سازی انجام می‌گیرد [۷-۸].

در پژوهش‌ها نشان داده شده است هوش معنوی با کیفیت زندگی رابطه مثبت دارد [۹]. هوش معنوی زاینده بینشی عمیق در وقایع زندگی است و شخص را در برابر حوادث زندگی مقاوم می‌کند و به وسیله آن افراد به مشکلات معنایی و ارزشی پرداخته و آن را حل می‌کنند [۱۰]. تحقیقات متعددی نشان داده‌اند بین معنویت و رضایت از زندگی، داشتن هدف و معنا، سلامت جسمی و روانی رابطه ای مثبت وجود دارد [۱۱]. همچنین پژوهش‌ها نشان داده است هوش معنوی و ارتباط با خدا باعث کاهش استرس، اضطراب، افسردگی و در نتیجه افزایش سلامت روان می‌شود [۱۲-۱۹]. Bagheri و همکاران در پژوهش خود نشان دادند که هوش معنوی در شادمانی پرستاران تأثیر دارد. این امر بیانگر ویژگی سازگاری و تطابق بهتر پرستاران دارای هوش معنوی بالا در مواجهه با استرس‌های روزمره می‌باشد [۲۰]. Marashi و همکاران در پژوهش خود نشان داده‌اند آموزش هوش معنوی موجب افزایش هوش معنوی می‌گردد [۲۱].

دوران تحصیل دانشگاهی برای بسیاری از دانشجویان به ویژه گروه‌های خاص آموزشی همچون دانشجویان گروه پزشکی، به سبب ماهیت حرفه‌ای ممکن است با بروز برخی اختلالات روانی همراه باشد. اگر استرس تجربه شده توسط دانشجویان در گروه‌های پزشکی به ویژه پرستاری و پزشکی برطرف نشود، می‌تواند از طریق تأثیر منفی بر سلامت دانشجویان، مراقبت جامع از بیمار را به خطر اندازد [۲۲]. در صورتی که مداخلات آموزشی در زمینه هوش معنوی بتواند مجالی برای رشد هوش معنوی در افراد ایجاد نماید، می‌تواند آغازی بر فرایند کنار گذاشتن عادات فکری و الگوهای رفتاری پیشین باشد و نقش بارزی در پیشگیری و کاهش اضطراب و مشکلات روانی داشته باشد. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر ارتقاء

توکی تأثیر آموزش هوش معنوی بر افزایش هوش معنوی مورد آزمون قرار گرفت.

آموزش مهارت‌های زندگی بر طبق ده مهارت اصلی اعلام شده توسط سازمان بهداشت جهانی شامل: خودآگاهی، ارتباط، روابط بین فردی، حل مسئله، تفکر خلاق، مقابله با هیجانات، مقابله با استرس، همدلی، تصمیم‌گیری، تفکر انتقادی انجام گردید [۲۳]. انتخاب ابزار جمع‌آوری بر مبنای اهداف و روش تحقیق بود. بنابراین، برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه هوش معنوی King (۲۰۰۸) استفاده شد. این پرسش‌نامه توسط Daivid brain king تدوین شده این آزمون، هوش معنوی را در چهار حیطة اندازه‌گیری می‌کند که عبارتند از: تفکر وجودی انتقادی، تولید معنای شخصی، هشیاری متعالی، گسترش حالت هشیاری. بومی‌سازی این پرسش‌نامه توسط Hariri و Zarrin Abadi انجام شده است. در این مطالعه همسانی درونی پرسش‌نامه بر حسب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش شد [۲۴]. در تحقیق حاضر پایایی پرسش‌نامه هوش معنوی با روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۸ به دست آمد. این پرسش‌نامه ۲۴ گویه دارد و بر اساس مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت پاسخ داده می‌شود به صورتی که صفر بیانگر کمترین میزان توافق و ۴ بیانگر بیشترین میزان توافق می‌باشد. لازم به ذکر است که گویه ۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌گردد. نمره کل پرسش‌نامه بین حداقل صفر تا حداکثر ۹۶ می‌باشد. نمرات بالاتر در این پرسش‌نامه نشان دهنده هوش معنوی بالاتر است. سطح معنی دار در این مطالعه $p < 0/05$ در نظر گرفته شده است.

هوش معنوی دانشجویان پرستاری که دارای سطح اضطراب بالا بوده‌اند انجام گردیده است.

مواد و روش‌ها

طرح پژوهش مورد استفاده، طرح نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با دو گروه آزمایش و یک گروه شاهد می‌باشد. جامعه آماری در این پژوهش ۲۷۸ دانشجوی پرستاری دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان در در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۶ در سال ۱۳۹۳ بودند. ابتدا پرسش‌نامه اضطراب کتل توسط کلیه دانشجویان پرستاری تکمیل گردید. سپس ۵۸ دانشجو که نمره اضطراب بین میانگین و یک انحراف استاندارد (نمرات تراز شده ۱۰-۸) داشتند، انتخاب و به طور تصادفی ساده که هر انتخاب تصادفی در یکی از گروه‌ها جایگزین گردید به سه گروه شامل گروه آزمایش یک (۲۰ نفر) گروه آزمایش دو (۱۹ نفر) و لیست انتظار (۱۹ نفر) تقسیم گردیدند پرسش‌نامه هوش معنوی کینگ توسط هر سه گروه در پیش‌آزمون تکمیل شد و سپس به آموزش هوش معنوی به مدت ده جلسه یک ساعته در گروه آزمایش یک توسط پژوهشگر (جدول ۱) پرداخته شد. گروه آزمایش دو، ده جلسه یک ساعته آموزش مهارت‌های زندگی دریافت کردند و گروه لیست انتظار آموزشی دریافت نکردند. ده روز بعد از اتمام دوره آموزش از هر سه گروه پس‌آزمون گرفته شد تا تأثیر متغیر مستقل بر متغیرهای وابسته، مشخص شود. به منظور تحلیل داده‌ها شاخص‌های توصیفی مربوط به داده‌های هوش معنوی سه گروه و سپس، نرمال بودن داده‌ها و همسانی واریانس‌ها بررسی گردید و در نهایت با استفاده از تحلیل کوواریانس و آزمون‌های تعقیبی

جدول ۱- محتوای جلسات آموزشی آموزش هوش معنوی از دیدگاه کینگ

جلسه اول	انجام پیش‌آزمون و آشنایی با موضوع معنویت و ارائه چند سؤال برای بحث و دادن تکلیف برای هفته آینده.
جلسه دوم	آشنایی با کاربرد معنویت در زندگی روزمره و آشنایی با هوش معنوی از دیدگاه کینگ، لازم به ذکر است که در کلیه جلسات به جز جلسه دهم تکلیف هفته گذشته بررسی و سپس چند سؤال در مورد موضوع جلسه جهت بحث ارائه می‌گردید و تکلیف برای هفته آینده داده می‌شد.
جلسه سوم و جلسه چهارم	آموزش اولین و دومین قسمت، مؤلفه اول هوش معنوی از دیدگاه کینگ «تفکر وجودی انتقادی» شامل: تصویرسازی برای به تفکر بردن افراد در مورد خود، تعریف و تمثیل‌سازی در مورد هوش وجودی و موضوعات وجودی (اصل هستی، قدرت لایتناهی، بعد از مرگ...) با همکاری شرکت‌کنندگان. تصویرسازی در مورد قدرت برتر یا خداوند، تمثیل‌سازی در مورد منشأ هستی و یگانگی، تصویرسازی در مورد یکی شدن با جهان هستی.
جلسه پنجم و جلسه ششم	آموزش اولین و دومین قسمت، مؤلفه دوم هوش معنوی از دیدگاه کینگ «تولید معنای شخصی» شامل: تقسیم‌بندی شرکت‌کنندگان با نظر گروه جهت بحث به صورت گروهی، تمرینات شامل: تعریف معنای زندگی و همه چیزهایی که به زندگی افراد معنا می‌دهد، نوشتن در مورد تجربیات معنادار زندگی و توانایی پیدا کردن معانی مثبت در تجربیات منفی.
جلسه هفتم	آموزش مؤلفه سوم هوش معنوی از دیدگاه کینگ «آگاهی متعالی» تعریف آگاهی متعالی از دیدگاه کینگ، شامل: تمثیل‌سازی آگاهی متعالی، نتایج دقت بر نظارت خداوند، ذهن آگاه بودن در دنیای درون و بیرون، ارائه‌ی تجربه‌هایی از عوالم برتر توسط شرکت‌کنندگان.
جلسه هشتم و نهم	آموزش اولین و دومین قسمت مؤلفه چهارم هوش معنوی از دیدگاه کینگ «گسترش حالت هوشیاری» شامل: توضیحات و تمرین در مورد گسترش حالت‌های هوشیاری، نحوه انجام مراقبه و تمرین، ذهن آگاه بودن و تمرین، تعریفی از خواب و کاربرد آن در زندگی روزمره [۸].
جلسه دهم	مرور جلسات گذشته، انجام پس‌آزمون ده روز بعد از پایان آموزش. لازم به ذکر است که آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی در دو گروه توسط محقق انجام گردیده است.

یافته‌ها

(۳۱ نفر) از رشته خود راضی بودند، ۴۳/۱ درصد (۲۵ نفر) تا حدودی رضایت داشتند و ۳/۴ درصد (۲ نفر) از رشته خود ناراضی بودند. بررسی میانگین‌ها در جدول ۲ نشان داد که نمره هوش معنوی گروه آزمایش یک و گروه آزمایش دو در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون افزایش یافته است. این افزایش در گروه آزمایش یک نسبت به گروه آزمایش دو بیشتر بوده است.

افراد مورد مطالعه در این پژوهش ۵۸ نفر با میانگین سنی $20/34 \pm 1/8$ و در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۶ سال بودند و بیشترین فراوانی سنی ۲۰ سال بود. ۸۴/۵ درصد (۴۹ نفر) از آزمودنی‌ها مؤنث بودند و توزیع جنسی دانشجویان بین گروه‌ها یکسان بود. ۷۹/۳ درصد (۴۶ نفر) مجرد و ۵۰ درصد دانشجویان بومی و کلیه دانشجویان دوره کارآموزی خود را شروع کرده بودند. از نظر رضایت از رشته تحصیلی ۵۳/۴ درصد

جدول ۲- شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار نمره‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون هوش معنوی دانشجویان در گروه‌های آزمایش و گروه شاهد

زمان گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
	میانگین \pm انحراف معیار	میانگین \pm انحراف معیار
آزمایش ۱	۵۲/۹۰ \pm ۱۳/۹۳	۶۵/۲ \pm ۱۵/۱۸
آزمایش ۲	۵۱/۳۶ \pm ۱۶/۰۲	۵۷/۶۸ \pm ۱۴/۴۰
شاهد	۵۲/۳۱ \pm ۱۱/۴۸	۴۷/۳۱ \pm ۱۳/۸۵

محاسبه شده معنی دار نبود، لذا فرض نرمال بودن توزیع خطای نمره هوش معنوی و فرض یکسان بودن واریانس‌های خطای بین گروه‌ها رد نشد و تخطی از مدل آماری F آشکار نشد بنابر این، تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر افزایش هوش معنوی انجام گردید. همان طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود مقدار F جهت تعیین تفاوت بین گروه‌های آزمایش یک، آزمایش دو و شاهد در سطح $p < 0/001$ معنی دار بود. برای تعیین این که کدام گروه‌ها با هم اختلاف معنی دار دارند از آزمون‌های تعقیبی توکی استفاده شد.

قبل از انجام هر گونه استنباط آماری در مورد اثرها، اعتبار مدل آماری مورد بررسی قرار گرفت. آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های هوش معنوی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به ترتیب در سطح معناداری $0/879$ و $0/322$ و آزمون‌های لون برای بررسی همسانی واریانس‌ها در نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون داده‌های هوش معنوی در گروه آزمایش یک و دو در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به ترتیب $0/248$ و $0/795$ و در گروه آزمایش یک و شاهد به ترتیب $0/795$ و $0/817$ به دست آمد. در هر دو آزمون با توجه به این که p مقدار

جدول ۳- تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی در دانشجویان پرستاری سیرجان در

سال ۱۳۹۳

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معنادار	مجذور اتا
پیش‌آزمون	۳۰۴۴/۳۰	۱	۳۰۴۴/۳۰	۱۹/۲۸۸	۰/۰۰۱	۰/۲۶۳
بین گروهی	۳۰۵۲/۵۷	۲	۱۵۲۶/۲۹	۹/۶۷۰	۰/۰۰۱	۰/۲۶۴
خطا	۸۵۲۳/۱۱	۵۴	۱۵۷/۸۳	-	-	-

داده‌های مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد که نمرات هوش معنوی گروه آزمایش یک با گروه شاهد تفاوت معنی داری دارد، اما نمره پس آزمون گروه آزمایش یک و گروه آزمایش دو با هم تفاوت معنی داری ندارند. و تأثیر آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی در نمرات پس آزمون گروه آزمایش یک و

گروه آزمایش دو تفاوتی ایجاد نکرده است. مقدار مجذور اتا برابر با $0/264$ می باشد بدین معنی که $26/4$ درصد تغییرات نمرات پس آزمون هوش معنوی ناشی از اجرای آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بوده است.

جدول ۴- آزمون تعقیبی اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی، بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری

گروه	گروه	میانگین \pm انحراف معیار	سطح معناداری
آزمایش ۱	آزمایش ۲	$7/51 \pm 4/64$	$0/247$
شاهد	شاهد	$17/88 \pm 4/64$	$0/001$
آزمایش ۲	آزمایش ۱	$-7/51 \pm 4/64$	$0/247$
شاهد	شاهد	$10/37 \pm 4/70$	$0/079$
شاهد	آزمایش ۱	$-17/88 \pm 4/64$	$0/001$
آزمایش ۲	آزمایش ۲	$10/37 \pm 4/70$	$0/079$

۳۶

بحث

این تحقیق با هدف مقایسه اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری سیرجان انجام گردیده است. سؤال مطرح شده این بوده است که آیا آموزش هوش معنوی در مقایسه با آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر متفاوتی بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری دارد؟

نتایج نشان داد که آموزش هوش معنوی به طور کلی هوش معنوی شاغلین حرفه پرستاری را افزایش می‌دهد، ولی تأثیر چنین آموزشی بر هوش معنوی بیشتر از آموزش مهارت‌های زندگی نبود. سازمان بهداشت جهانی، آموزش مهارت‌های زندگی را ده مهارت اصلی اعلام کرده است شامل: خودآگاهی، ارتباط، روابط بین فردی، حل مسئله، تفکر خلاق، مقابله با هیجانات، مقابله با استرس، همدلی، تصمیم‌گیری، تفکر انتقادی [۲۳]. در این تحقیق یکی از دلایل احتمالی عدم تفاوت تأثیر آموزش هوش معنوی و آموزش مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی ناشی از همپوشانی برخی از مؤلفه‌های آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی می‌باشد. پژوهش‌ها حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های زندگی مانند هوش معنوی موجب افزایش سلامت روانی، کاهش اضطراب و افسردگی می‌گردد. تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش سلامت روانی و جسمانی در تحقیقات متعددی نشان داده شده است [۲۵]. تحقیقات نشان داده‌اند آموزش مهارت‌های زندگی موجب کاهش اختلالات روانی خصوصاً اضطراب، افسردگی و استرس می‌گردد [۲۶-۲۵]. همچنین Pakdaman Savoji و همکاران نشان دادند آموزش مهارت‌های زندگی موجب افزایش سلامت روانی دانشجویان گردیده است [۲۷]. Goodarzi و همکاران در تحقیق خود نشان دادند که هوش معنوی و آموزش مهارت‌های زندگی هر یک به‌طور جداگانه تأثیر معنی‌داری بر سلامت روانی دانشجویان داشته است [۲۵]. همچنین، تحقیقات نشان داده است هوش معنوی بیشترین رابطه مثبت را با کیفیت زندگی دارد [۹-۳۰-۲۹-۲۸]. نتایج حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های زندگی نیز موجب افزایش کیفیت زندگی می‌گردد [۳۱-۲۹]. برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مهارت‌های زندگی حداقل به سه شکل با

معنویت و هوش معنوی در ارتباط می‌باشد: ۱- در مسیری که مهارت‌های زندگی رشد شخصی را حمایت می‌کنند، رشد معنوی نیز مورد حمایت و ترغیب قرار می‌گیرد. ۲- مهارت‌های زندگی بر حل مسائل و تغییر رفتارها از طریق انتخاب عملکرد مناسب و توجه به جنبه‌های اخلاقی تمرکز دارد که در این مسیر مهارت‌های زندگی برای حل مشکلات خصوصاً هنگامی که جنبه‌های اخلاقی مطرح می‌گردد از هوش معنوی یاری می‌طلبد و استفاده می‌کند. ۳- نویسندگان قدیم و جدید معنویت را در قلب رهبری شناسایی نموده‌اند، تجلی معنویت در رهبری در جوهره درونی و بیرونی فرد مشخص می‌گردد و مهارت‌های زندگی بر برنامه آموزش رهبری نیز تأکید دارد [۲۵].

نتیجه‌گیری: نتایج بیانگر نقش آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر افزایش هوش معنوی در افراد می‌باشد. هر جامعه راهبردهای خاصی را برای کاهش آثار تنش‌ها به‌کار می‌برد. نیاز معنوی نسل جدید اقتضاء می‌کند، آموزش‌های معنوی همسو با فطرت و طبیعت انسانی بر اساس تکامل چشم‌گیری که در حوزه ادراک و عقل ایجاد گردیده با زمان همراهی نماید. بنابراین، برگزاری کلاس‌های آموزشی که موجب پرورش هوش معنوی و کاربردی کردن معنویت در زندگی شخصی گردد و همچنین کارگاه‌های مناسب جهت رفع ابهامات در تعالی بیشتر هوش معنوی مؤثر و لازم به نظر می‌رسد. محدودیت‌های پژوهشی این تحقیق، شامل تداخل ساعات کلاس‌های آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی با برنامه درسی و کارآموزی دانشجویان بود که به منظور رفع آن، آموزش خارج از ساعات درسی با هماهنگی با بخش آموزش دانشگاه و توافق دانشجویان انجام گردید. دامنه سنی آزمودنی‌ها در این پژوهش (۲۶-۱۸ سال) بوده است، لذا باید در تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی احتیاط نمود. پیشنهاد می‌گردد با توجه به اینکه مدت زمان آموزش هوش معنوی در این تحقیق کوتاه بوده است اثربخشی آموزش هوش معنوی بر هوش معنوی در یک طرح زمان‌بندی شش ماهه انجام گردد. همچنین پیشنهاد می‌گردد هوش معنوی از دیدگاه اسلامی و بر اساس فرهنگ جامعه باز تعریف و بازبینی گردد و بسته‌های

نوشتن مقاله و انجام اصلاحات، نویسنده دوم در طراحی پژوهش، تجزیه و تحلیل آماری و همکاری در بازبینی مقاله و نویسنده سوم در بازبینی و تصحیح مقاله شرکت داشته اند.

تشکر و قدردانی

از کلیه دانشجویان پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان که در پژوهش شرکت نموده و همکاری خالصانه داشته‌اند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

آموزشی مطابق با آن طراحی و تأثیر این بسته‌های آموزشی مورد آزمون قرار گیرد.

تعارض منافع

این پژوهش با هزینه شخصی انجام گردیده و تحت حمایت مالی هیچ سازمانی نبوده است هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.

سهم نویسندگان

نویسنده مسئول در شکل‌گیری و طراحی پژوهش، جمع‌آوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل آماری و تفسیر داده‌ها،

References

1. Yaghoobi A. Relationship between Spiritual intelligence and happiness in Bou Ali University of Hamadan. *Journal of Research in Educational System* 2010; 9: 92-105. [Persian]
2. Hosseini M, Elias H, Krauss SE, Aishah S. A review study on spiritual intelligence, adolescence and spiritual intelligence, factors that may contribute to individual differences in spiritual intelligence, and the related theories. *International Journal of Psychological Studies* 2010;2(2):179-88.
3. Vaughan F. What is spiritual intelligence? *Journal of humanistic psychology* 2002;42(2):16-33.
4. Abdollahzadeh H, Bagherpour M, Bojmehrani S, Lotfi M. Spiritual intelligence (concepts, measurement and applications). 1st ed. Tehran: Nashre ravansanje; 2009:44. [Persian]
5. Djuric Z, Mirasolo J, Kimbrough L, Brown DR, Heilburn LK, Cannar L, et al. A pilot trial of spirituality counseling for weight loss maintenance in African American breast cancer survivors. *Journal of the National Medical Association* 2009; 101(6):552-64.
6. King DB. (dissertation). Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure. Canada: Trent University Peterborough; 2008:157-8.
7. King DB, DeCicco TL. A Viable Model and Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International journal of transpersonal studies* 2009; 28(1):68-85.
8. King, D.B. Personal meaning production as a component of spiritual intelligence. *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy* 2010; 3(1): 1-5.
9. Haditabar H, Navvabinejad Shokouh SH, Ghodsi A. Investigating the effect of training spiritual intelligence components on the quality of life among veterans spouses Studying at adult schools in Tehran in 2010- 2011 academic year. *Science and Research Journal of Veterans Medicine* 2011; 4(14): 1-11. [Persian]
10. Zamirinejad S, Piltan M, Haghshenas M, Tabarraei Y, Akaberi A. Predicting happiness based on spiritual intelligence. *Quarterly Journal of Sabzevar University of Medical Sciences* 2014; 20 (5)773-81. [Persian]
11. Rostami AM, Gol HC. Prediction of marital satisfaction based on spiritual intelligence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 2014;116:2573-7.
12. Laurin K, Kay AC, Moscovitch DA. On the belief in God: Towards an understanding of the emotional substrates of compensatory control. *Journal of Experimental Social Psychology* 2008;44(6):1559-62.

13. PourSayed Aghayi. Z. Investigating the effect of teaching religious concepts of satisfaction and trust in God in groups on reducing anxiety among first year high school girls of district No. 9 in Tehran. Two season journal of Islamic training scientific research 2010; 5(10):79-100. [Persian]
14. Min J-A, Jung Y-E, Kim D-J, Yim H-W, Kim J-J, Kim T-S, et al. Characteristics associated with low resilience in patients with depression and/or anxiety disorders. Quality of Life Research 2013;22(2):231-41.
15. Huang CY, Hsu MC, Chen TJ. An exploratory study of religious involvement as a moderator between anxiety, depressive symptoms and quality of life outcomes of older adults. Journal of clinical nursing 2012;21(5-6):609-19.
16. Mazzotti E, Mazzuca F, Sebastiani C, Scoppola A, Marchetti P. Predictors of existential and religious well-being among cancer patients. Supportive Care in Cancer 2011;19(12):1931-7.
17. Moss AS, Wintering N, Roggenkamp H, Khalsa DS, Waldman MR, Monti D, et al. Effects of an 8-week meditation program on mood and anxiety in patients with memory loss. The Journal of Alternative and Complementary Medicine 2012;18(1):48-53.
18. Barrera TL, Zeno D, Bush AL, Barber CR, Stanley MA. Integrating religion and spirituality into treatment for late-life anxiety: Three case studies. Cognitive and Behavioral Practice 2012;19(2):346-58.
19. Koenig HG, Al Zaben F, Khalifa DA. Religion, spirituality and mental health in the West and the Middle East. Asian journal of psychiatry 2012;5(2):180-2.
20. Faribors B, Fatemeh A, Hamidreza H. The relationship between nurses' spiritual intelligence and happiness in Iran. Procedia-Social and Behavioral Sciences 2010; 5:1556-61.
21. Marashi SA, Naami A. AZ, Beshlideh K, Zargar Y, Gobari Bonab B. The impact of Spiritual intelligence training on psychological well-Bing, existential anxiety, and Spiritual quotient among the students of Ahvaz faculty of petroleum. Journal of psychological Achievement 2012; 4(1):63-80. [Persian]
22. Amini R, Jozie M, Moghimiyani M, Khorasani, P. The impact of the counseling and guidance counselor project on anxiety in nursing students. Nursing Education 2014; 2(4): 1-9. [Persian]
23. Jahanian R. The study involved ten life skills training on mental health of students in higher education institutions. Journal of Educational Psychology 2013; 29:193-212. [Persian]
24. Hariri N, Zarrin Abadi Z. The analysis of spiritual intelligence demographics of librarians in Public Universities of Isfahan city. Research Letter of librarianship and information 2011; 1(2): 29-44. [Persian]
25. Goodarzi K, Sohrabi F, Farrokhi N, Jamhari F. The interactive effectiveness of spiritual intelligence and life skills training on mental health of the students. Journal of Studies in Clinical Psychology 2010; 1(1):15-36. [Persian]
26. Sobhi-Gharamaleki N, Rajabi S. Efficacy of life skill training on increasing mental health and self steam of the student. Procedia Social and Behavioral Sciences 2010; 5:1818-22. [Persian]
27. Savoji AP, Ganji K. Increasing Mental Health of University Students through Life Skills Training (LST). Procedia-Social and Behavioral Sciences 2013;84:1255-9.
28. Hamid N, Zemestani M. The relationship between spiritual intelligence, personality traits and quality of life in medical students. Bimonthly Journal of Hormozgan University of Medical Sciences 2013;17(4):347-55. [Persian]

29. Singh M, Sinha J. Impact of spiritual intelligence on quality of life. International Journal of Scientific and Research Publications 2013;3(5):1-5.
30. Javadi M, Sepahvand M, Mahmoudi H, Sore A. The effectiveness of life skill training on quality of life in Nurses of Khorramabad. Scientific Journal of Hamadan Nursing & Midwifery Faculty 2013; 21(1): 32-40. [Persian]
31. Mohammadkhani S, Hahtami M. The effectiveness of life skills training on happiness, quality of life and emotion regulation. Procedia-Social and Behavioral Sciences 2011;30:407-11.

The Effects of Spiritual Intelligence and Life Skills Training on the Spiritual Intelligence of the Anxious Nursing Students in the Islamic Azad University of Sirjan

Karimi S, Goodarzi MA, Aflakseir AA

1-Instructor of Nursing, Dept of Nursing, Islamic Azad University, Sirjan Branch, Sirjan, Iran (Corresponding author)

E-mail: skarimi@iausrjan.ac.ir, Tel:00989131453626,

2-Prof. of Clinical Psychology, Dept. of Clinical Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

3-Assistant Prof. of Clinical Psychology, Dept. of Clinical Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

Received: 6 November 2015

Accepted: 5 July 2016

Introduction: Previous research has shown that attending to spirituality can reduce both the psychological distresses and the severity of psychological symptoms. The present research was carried out to compare the effects of spiritual intelligence and life skills training on spiritual intelligence of Sirjan nursing students with anxiety.

Materials and Methods: This semi- experimental study was conducted in the academic year of 2013-2014. Fifty eight nursing students who had high anxiety scores were randomly assigned into three groups: experimental one, experimental two, and control. Participants in the experimental one and experimental two groups participated in a one hour spiritual intelligence and life skills classes for ten sessions, whereas the control group received no education. The King Intelligence Questionnaire was administered in pre-test and post-test. The groups were analyzed by Co-variance and Post Hoc test (Tukey).

Results: Results showed that spiritual intelligence and life skills training have similar effects on increasing the spiritual intelligence among the nursing students. The experimental group number one and the control groups obtained the significance level of $p < 0.001$, but, there were no significant differences between the experimental group one and experimental group two ($p < 0.247$).

Conclusion: Spiritual intelligence and life skills training are effective in increasing the spiritual intelligence.

Key words: Training, Spiritual intelligence, life skills

Please cite this article as follows:

Karimi S, Goodarzi MA, Aflakseir AA. The Effects of Spiritual Intelligence and Life Skills Training on the Spiritual Intelligence of the Anxious Nursing Students in the Islamic Azad University of Sirjan. *Community Health journal* 2016; 9(4): 62-71.

Funding: This research was conducted with personal funds.

Conflict of interest: Authors have no conflict of interest to declare.

Ethical approval The ethical committee of Shiraz University, Department of Clinical Psychology approved the study.