

اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در دانش آموزان طلاق

بهمن منصوری^۱ و جعفر حسینی فر^۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی دانش آموزان طلاق بود. پژوهش حاضر آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش آموزان طلاق مشکین شهر در مقطع متوسطه (دوره اول) در سال ۹۵-۱۳۹۴ تشکیل می دادند. نمونه این تحقیق مشتمل بر ۳۲ دانش آموز بود که روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند. آزمودنی ها به طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. برای جمع آوری داده ها از مقیاس سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی تورنتو و خودشناسی انسجامی استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که بین دو گروه دانش آموزان آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد، بدین معنی که سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی دانش آموزان گروه آزمایش بعد از آموزش هوش معنوی بهبود یافته است ($P < 0/01$). بنابراین توجه به اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در دانش آموزان از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

واژه های کلیدی: خودشناسی انسجامی، سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی، طلاق، هوش معنوی

۱. نویسنده رابط: کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی

Mansooribahman63@gmail.com

۲. کارشناس ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه علامه طباطبایی

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۹/۲۶

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۰۶/۲۵

مقدمه

طلاق عامل از هم گسیختگی بنیادی‌ترین بخش جامعه یعنی خانواده و یکی از فقدان‌های عمده خانوادگی است (سعادت، رستمی و دربانی، ۱۳۹۵). طلاق والدین به منزله از دست رفتن چتر امنیتی فرزندان است که می‌تواند بر سلامت روانی و اجتماعی آن‌ها تأثیر بگذارد، بر این اساس خانواده عنصر مهمی در امنیت و سلامت اجتماعی و روانی فرزندان است و طلاق یک عامل مخرب (یحیی‌زاده و حامد، ۱۳۹۴). تحقیقات نشان می‌دهد که طلاق اثرات روانی پایدار در بزرگسالی فرزندان داشته و سلامت روانی زوجین در خانواده‌های طلاق افت معناداری پیدا می‌کند (صادقی، هاشمی و فلاح‌زاده، ۱۳۹۴). در این میان کودکان طلاق به خاطر سن پایین‌تر و مهارت‌های ناکارآمد، بیشترین آسیب را متحمل می‌شوند (ویور و اسکافیلد، ۲۰۱۵). طلاق والدین مجموعه وسیعی از تغییرات و سازماندهی‌های مجدد را در خانواده ایجاد می‌کند که در طول زمان بر سازگاری کودک تأثیر می‌گذارند. این تغییرات شامل محل سکونت، روابط خانوادگی و استانداردهای زندگی می‌شود که نه تنها سازگاری زوجین بلکه تعادل روانی فرزندان را نیز به خطر می‌اندازد در این بین یکی از اصلی‌ترین قربانیان این تصمیم والدین، کودکان هستند (جرمی، ۲۰۱۵). پژوهش‌های متعددی در ارتباط با طلاق صورت گرفته است که نشان دهنده تداوم تأثیرات نامطلوب طلاق تا سنین بالاست (بری، استویلیسن و دونوان، ۲۰۱۰). کودکان طلاق مشکلات درونی سازی و برونی سازی شده بیشتری نسبت به سایر کودکان دارند (استکول، ۲۰۱۱). کودکان طلاق در پیشرفت تحصیلی، سلوک، سازگاری روان‌شناختی، خودپنداره و توانش اجتماعی نمره‌های پایین‌تری از سایر کودکان گرفته‌اند (یعقوبی، سهرابی و مفیدی، ۱۳۸۹). فرزندان طلاق بهداشت روانی پایین‌تر، سبک مقابله‌ای ناکارآمد و اجتنابی، روابط بین فردی مختل

1. Weaver & Schofield
2. Jeremy
3. Barry, Astvyls & Donovan
4. Stekoll

(قمری و فکور، ۱۳۸۹)، گرایش به الکل و مواد مخدر، ترک تحصیلی، ناسازگاری اجتماعی، اختلالات رفتاری، مشکلات هیجانی، نافرمانی مقابله‌ای، مشکلات سلوک و ناسازگاری اجتماعی بیشتر نسبت به فرزندان عادی را تجربه می‌کنند. والراشتین^۱ (۲۰۰۸) نشان داد که گزارش‌های بالینی نشان دهنده اضطراب بالا و طیف وسیعی از علائم نگران کننده در فرزندان خانواده‌های طلاق است، این علائم به ویژه در پسرها بالاتر است (به نقل از شهنی ییلاق و عالی پور، پایبندان و بهروزی، ۱۳۹۰). طلاق والدین افزایش تمایل به طلاق در فرزندان (هاز، کنیول و براونینگ^۲، ۲۰۱۴)، ایجاد اختلال در روابط خواهر و برادرها، کاهش اعتماد به خود فرزندان در برقراری ثبات و روابط و عدم اعتماد به شریک زندگی در روابط بعدی دارد (روث، هارکینز و انگک^۳، ۲۰۱۴). به طور کلی سلامت روان در افرادی که خانواده حمایت کننده‌ای ندارند، یا والدینشان از هم طلاق گرفته‌اند به صورت قابل ملاحظه‌ای پایین‌تر از افراد عادی است (جانسون^۴، ۲۰۱۰).

از سوی دیگر سازگاری اجتماعی^۵ در نوجوانان به عنوان مهمترین نشانه سلامت روان است که عوامل متعددی نظیر هوش هیجانی در ایجاد و تقویت آن موثر هستند (پارسامهر و حدت، ۱۳۹۵). سازگاری اجتماعی فرایندی است که افراد را قادر می‌سازد تا رفتار دیگران را درک و پیش‌بینی کنند، رفتار خود را کنترل کنند و تعاملات اجتماعی خود را کنترل نمایند (عابدینی، ۱۳۸۱؛ محمدعلی لواسانی، کرامتی و کدیور، ۱۳۹۷). فرزندان طلاق دارای مشکلات رفتاری بیشتری هستند، مشکلات سازگاری اجتماعی بیشتری از فرزندان خانواده‌های عادی دارند و هم‌چنین اعتماد به نفس این دانش‌آموزان پایین است (آماتو^۶، ۱۹۹۵). با توجه به اینکه فرزندان طلاق مشکلات سازگاری بیشتری نسبت به فرزندان عادی دارند و با توجه به نتایج تحقیقات که ارتباط مستقیمی بین معنویت و مذهب با سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی دارد می‌توان از

1. Valrasshtyn
2. Haaz, Kneavel & Browning
3. Roth, Harkins & Eng
4. Johnson
5. social adjustment
6. Amatv

آموزش هوش معنوی در جهت سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان بهره برد. پژوهش گرام^۱ (۲۰۱۶) نشان می‌دهد که بین مولفه‌های هوش معنوی و سازگاری اجتماعی رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد؛ ابعاد هوش معنوی می‌تواند سطح سازگاری اجتماعی را پیش‌بینی کند. از میان مولفه‌های هوش معنوی، مولفه زندگی معنوی بهترین پیش‌بینی‌کننده سازگاری است. مطالعه سالسمن، برون، برچتینگ و کارلسون^۲ (۲۰۰۵) نیز حاکی از این بود که معنویت می‌تواند تعیین‌کننده سازگاری روانی باشد. باقری و همکاران (۲۰۱۴) نشان دادند که بین هوش معنوی و سازگاری اجتماعی رابطه‌ای مثبت و معنادار برقرار است و افراد با هوش معنوی بالاتر سازگاری بهتری با محیط و اطرافیان دارند. بال و همکاران (۲۰۰۳) نشان دادند که سطوح بالای مذهبی بودن با عزت نفس بالا و عملکرد روانشناختی بهتر مرتبط است. والت^۳ (۲۰۰۶)، وانگ^۴ (۲۰۱۰) و یانگ^۵ (۲۰۰۶) در پژوهش‌های خود به این نتیجه دست یافتند که افراد با گرایش‌های معنوی هنگام رویارویی با آسیب‌های بهتری می‌دهند و موقعیت‌های فشارزا را بهتر اداره می‌کنند و از سلامتی بهتری برخوردارند (امینی، زندی پور و کرمی، ۱۳۹۴). رئیسی، کاکائی و رئیسی (۱۳۹۷) رابطه مثبت و معنی‌داری را بین هوش معنوی و کیفیت زندگی دانشجویان گزارش کرده‌اند. در واقع چنانچه توانایی برای کمک گرفتن از منابع معنوی را نوعی هوش قلمداد کنیم، پس این توانایی باید در حل مسائل زندگی به افراد کمک کرده و به سازگاری بهتر منجر شود (بیرامی، محمد پناه، فاروقی و قانع، ۱۳۹۴).

یکی دیگر از مشکلاتی که فرزندان طلاق با آن درگیر هستند ناگویی خلقی است، ناگویی خلقی یا آلکسی تایمیا^۶ یکی از مفاهیمی است که به تازگی وارد حوزه روان‌شناسی شده است.

1. Geram
2. Salsman
3. Walt
4. Wang
5. Yang
6. alexithymia

اولین بار سینفئوس^۱ در سال ۱۹۳۷، اصطلاح ناگویی خلقی را مطرح ساخت (هامفرس، وود و پارکر^۲، ۲۰۰۹). آلکسی تیمیا یا ناگویی خلقی به دشواری در خودنظم‌دهی هیجانی و یا به عبارت دیگر به ناتوانی در پردازش اطلاعات هیجانی و نظم‌دهی هیجانی نیز گفته می‌شود (بشارت، گرانمایه، پورعلی نقدی و حبیب نژاد، ۱۳۹۳). افراد مبتلا به ناگویی خلقی هیجان‌ات خود را به سختی تشخیص می‌دهند، نمی‌توانند احساسات خود را به دیگران ابراز نمایند، در تجربه‌های هیجانی خود ناتوان هستند (داشناو^۳، ۲۰۱۷؛ چن جینگ و چان^۴، ۲۰۱۱). تایلر، باگبی و پارکر^۵ (۱۹۹۷) مدعی شده‌اند که حجم وسیعی از پژوهش‌ها موید این نکته هست که نارسایی در تنظیم هیجان‌ات با بروز نشانه‌های آسیب روانی همراه می‌باشد (به نقل از بشرپور و احمدی، ۲۰۲۰). دویی، پاندی و میشر^۶ (۲۰۱۰) نشان دادند که ناگویی خلقی با رفتارهای ناسالم از جمله اختلالات خوردن، سوء مصرف مواد و دارو و قماربازی رابطه دارد. توربرگ، یانگ، سالیوان و لایورز^۷ (۲۰۱۱) گزارش داده‌اند که جدایی والدین باعث بروز و ایجاد الکسی تیمیا می‌شود. با وجود پژوهش‌های زیاد در ارتباط بین معنویت به عنوان سازه‌ی دیگر هوش معنوی و بهزیستی هیجانی، در خصوص ارتباط بین معنویت و ناگویی خلقی پژوهش‌های اندکی در دسترس می‌باشد. رابطه دو سازه اساسی هوش و معنویت^۸ در ارتباط با ناگویی خلقی مورد توجه بوده است. کاشول و رایل^۹ نشان داده‌اند که بین معنویت و ناگویی خلقی رابطه معکوس و معنی‌داری وجود دارد (کاشول و رایل، ۲۰۱۰). نریمانی و اصغرپور (۱۳۹۳) نشان دادند که هوش معنوی رابطه منفی معنی‌داری با ناگویی خلقی دارد.

1. Synfyvs
2. Humphreys, wood & Parker
3. Dashnav
4. Chen Jing & Chan
5. Taylor, Bagby & Parker
6. Dubey, Pandey & Mishra
7. Thorberg, Young, Sullivan & Lyvers
8. intelligence and spirituality
9. Kashvl & Riley

یکی دیگر از متغیرهایی که متأثر از واقعه طلاق هست مفهوم خودشناسی انسجامی است. خودشناسی انسجامی به تلاش فرد در یکپارچه کردن تجربه خود در گذشته، حال و آینده در جهت سازش و ارتقاء خود اشاره دارد، این مدل به منظور درک یکپارچه‌ای از فرایندهای درون خود و همچنین آگاهی از آنها و آگاهی بیش از پیش، از پویسهای درون روانی ساخته شده است (قربانی، کریستوفر و واتسون^۱، ۲۰۱۰). پژوهش بوسکاگلیا و کلارک^۲ (۲۰۰۷) نشان داد افرادی که از خودشناسی انسجامی بالایی برخوردارند نسبت به از دست دادن روحیه از آسیب‌پذیری کمتری برخوردارند (میرهاشمی و نجفی، ۱۳۹۳). با توجه به نقش تسهیل‌گر فرایند خود شناختی در همسانی درونی ویژگی خود نظم دهنده آن و تأثیر آن در بهزیستی روانی (سادات موسوی و قربانی، ۱۳۸۴) می‌توان پیش بینی کرد هر چه میزان خود شناسی بالاتر باشد، همسانی درونی بیشتر و مشکلات روان شناختی کمتر است. بهجتی، سعیدی، نوربالا، انجدانی و میدی (۲۰۱۱) نشان دادند که فرایندهای خودشناسی با سلامت روان همبستگی مثبت و با افسردگی و اضطراب همبستگی منفی دارد. ارقبایی و جاجرمی (۱۳۹۳) نشان دادند که اگر افراد تحت مشاوره شناختی- با رویکرد معنوی قرار بگیرند و برنامه‌هایی جهت تغییر شناخت خود، به آنان تدارک دیده شود خودشناسی انسجامی آنان افزایش می‌یابد و مشاوره شناختی با جهت‌گیری معنوی در افزایش انسجام درونی مؤثر و مفید می‌باشد.

از جمله مداخله‌هایی که می‌تواند بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی تأثیر داشته باشد هوش معنوی است، معنویت سیستم یکپارچه‌ای از اعتقادات را شکل می‌دهد که افراد را قادر می‌سازد معنایی برای زندگی خود بیابند و در مواجهه با مشکلات و استرس‌زاهای زندگی بهتر مقابله کنند (توکلی، عمادی، ۲۰۱۵؛ به نقل از تازیکی، تازیکی، اکبری، سقفی، بهنام پور، ۲۰۱۶). معنویت از طریق تأثیر بر روی راهبردهای مقابله‌ای، سبک‌های اسناد، ارتباط با محیط اطراف و احساس معنی دار بودن زندگی، با کاهش هیجانات منفی، افزایش سلامت روان،

1. Ghorbani, Christopher & Watson

2. Buscaglia & Clark

سازگاری اجتماعی، تندرستی و شادکامی ذهنی مرتبط است (نریمانی، پرزور، عطادخت، عباسی، ۲۰۱۵).

هوش معنوی یکی از سازه های جدید به معنای مجموعه ای از قابلیت های فرد در ارتباط با منابع معنوی و در بردارنده نوع موثری از سازگاری و رفتار حل مسئله است که بالاترین سطح رشد در حیطه های شناختی، اخلاقی، هیجانی، بین فردی و... را شامل می شود (سلیمانی و نجفی، ۱۳۹۴). هوش معنوی به فرد کمک می کند تا تشخیص دهد در موقعیت های پیچیده، مناسب ترین راه حل ممکن چیست (کار، سامباسیوان، کومار^۱، ۲۰۱۵). هوش معنوی ظرفیتی است که با آن ژرف ترین مفاهیم و اهداف و انگیزه های خود را درک می کنیم (زوهر و مارشال^۲، ۲۰۰۰؛ به نقل از هنفر، سیراج و ساری^۳، ۲۰۱۵). هوش معنوی به فرد کمک می کند تا تشخیص دهد در هر زمان، مناسب ترین رفتار ممکن چیست (واگان^۴، ۲۰۰۲) که یکی از مهمترین پیش نیازهای سازگاری است. هوش معنوی مکانیسمی است که توسط آن کیفیت زندگی افراد، بهبود می یابد. از دیدگاه او هوش معنوی برای شناسایی انتخاب هایی که در بهزیستی روان شناختی و رشد سلامتی کل بشر نقش دارند، امری لازم است (واگان، ۲۰۰۲). مطالعات نشان می دهد که اعتقادات و باورهای مذهبی و معنوی ارتباط معنی داری با خودکفایی، خوشکوفایی، مدیریت استرس و کاهش علائم افسردگی دارد. تسهیل منابع مثبت داخلی و خارجی از طریق مشارکت در فعالیت های مذهبی و معنوی سبب افزایش شیوه زندگی سالم و کاهش علائم افسردگی می شود (کیم، پیرس، چوی-وان^۵، ۲۰۱۵). پژوهش های بسیاری بر اثرات سودمند معنویت در سازگاری، رضایت زناشویی و مقابله افراد با فشارها و منابع استرس آور زندگی تأکید ورزیده اند (جعفری، کمرزین، کردمیرزا، سفی زاده، ۲۰۱۵). تحقیقات متعددی گزارش داده اند که بین هوش معنوی و شادکامی (ضمیری

1. Kaur, Sambasivan & Kumar
2. Zoher & Marshal
3. Hanefar, Siraj & Sa'ari
4. Vaughan
5. Kim, Pearce & Choi-Kwon

نژاد، پیلتن، حق شناس، تیرایی و اکابری، ۱۳۹۲)، کیفیت زندگی و رضایت زناشویی (حسین دخت، آشتیانی و تقی زاده، ۱۳۹۲)، سلامت عمومی (باقری، اکبری زاده و حاتمی، ۲۰۱۴)، بهزیستی روانی (رومرو^۱، ۲۰۰۶)، شادی ذهنی، شکوفایی روانشناختی، امیدواری و هدفمندی در زندگی (حبیب‌زاده، احمدی، ۲۰۱۰)، معنا در زندگی، خودشکوفایی و رشد شخصی خودانگیخته (ایوتزان، چان، گاردنر و پراشر^۲، ۲۰۱۳) و رضایت از زندگی، داشتن هدف و معنا، سلامت جسمی و روانی رابطه مثبت وجود دارد (رستمی و چراغعلی، ۲۰۱۴). همچنین در پژوهش‌ها اثربخش بودن آموزش هوش معنوی در متغیرهای مختلفی از جمله بر اضطراب (کریمی و همکاران، ۱۳۹۴)، امید به زندگی و بهزیستی روانی (ذوالفقاری، رهنما صومعه، ۱۳۹۵)، کیفیت زندگی و شادکامی (سلیمانی و نجفی، ۱۳۹۴)، کاهش استرس، اضطراب، افسردگی و سلامت روانی (کریمی، گودرزی و افلاک سیر، ۱۳۹۴)، ناسازگاری زناشویی (گل محمدیان، فرحبخش و اسمعیلی، ۱۳۹۲) و انسجام درونی (ارقبایی و جاجرمی، ۱۳۹۳) گزارش شده است.

با توجه به این که دانش‌آموزان طلاق با عوامل استرس‌زای زیادی مواجه هستند، با مشکلات جسمانی و روانشناختی بیشتری نسبت به هم‌تایان عادی خود روبرو هستند. بنابراین، معنویت به عنوان پشتوانه‌ای در برخورد با رویدادهای استرس‌زا عمل می‌کند و باعث می‌شود که دانش‌آموزان طلاق با توجه به مشکلاتی که دارند، دید منفی به خود و زندگی‌شان نداشته باشند و در میان این سختی‌ها در جست‌وجوی معنای جدید باشند و بهتر بتوانند با شرایط استرس‌زای زندگی که گاهی با دلسردی و ناامیدی همراه است، کنار بیایند و در نتیجه از لحاظ روانی در وضعیت سالم‌تری قرار بگیرند. هوش معنوی از طریق ارائه‌ی پشتوانه‌ی اعتقادی و افزایش علاقه‌ی اجتماعی در دانش‌آموزان، به آن‌ها کمک می‌کند که با انرژی بیش‌تری به کارشان بپردازند و حتی در صورت مواجهه با عوامل ناراحت‌کننده، بهتر بتوانند با واقعیت کنار بیایند. با توجه به اینکه اثربخشی آموزش هوش معنوی در بسیاری از پژوهش‌ها اثبات شده است و با

1 . Romero

2 . Ivztan, Chan , Ghardner & Perasher

توجه به اهمیت سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در فرزندان طلاق و با نظر به افزایش آمار طلاق در کشور ضرورت بیشتری بر انجام پژوهش حاضر احساس می‌شود لذا سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی دانش‌آموزان طلاق اثربخش می‌باشد یا خیر؟

روش

روش تحقیق مطالعه حاضر، آزمایشی با کارآزمایی بالینی است که با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان طلاق است که در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ در مقطع متوسطه (دوره دوم) در مشکین‌شهر مشغول به تحصیل بودند. در تحقیقات آزمایشی برای هر گروه ۱۵ آزمودنی در نظر گرفته می‌شود که در این پژوهش برای در نظر گرفتن احتمال افت آزمودنی‌ها، در هر گروه یک نفر اضافه انتخاب شد. بنابراین، نمونه این پژوهش شامل ۳۲ دانش‌آموز بود (۱۶ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۱۶ نفر در گروه کنترل)، که از میان جامعه آماری به صورت تصادفی انتخاب شدند و به صورت تصادفی نیز در دو گروه جایگزین شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای ذیل استفاده شد:

مقیاس سازگاری اجتماعی^۱: این پرسشنامه در سال ۱۹۶۱ توسط بل^۲ تدوین گردید. وی در زمینه سازگاری، دو پرسشنامه ارائه کرده است که یکی مربوط به دانش‌آموزان و دانشجویان و دیگری مربوط به بزرگسالان است. این پرسشنامه ۱۶۰ سؤال و پنج خرده‌مقیاس (سازگاری در خانه، سازگاری شغلی، سازگاری بهداشتی، سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی) است. پاسخگویی به سؤالات به صورت بله، خیر و نمی‌دانم است. که به صورت صفر، ۱ و یا ۱، صفر نمره‌گذاری می‌شود. گزینه «نمی‌دانم» نمره ندارد. تصحیح پرسشنامه با استفاده از کلید انجام می‌-

1. Social Adjustment Scale

2. Bell

شود. در این پژوهش از سؤال‌های خرده‌مقیاس سازگاری اجتماعی (۳۲ سؤال) استفاده شده است. پایایی بازآزمایی این پرسشنامه از ۰/۷۰ تا ۰/۹۳ و ضریب همسانی آن از ۰/۷۴ تا ۰/۹۳ گزارش شده و در ایران نیز با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش شده است (فتحی آشتیانی، ۱۳۹۱).

مقیاس ناگویی خلقی تورنتو: جهت به دست آوردن اطلاعات مربوط به ناگویی خلقی از مقیاس ناگویی خلقی تورنتو (تایلرو همکاران، ۱۹۹۷) استفاده شد؛ این مقیاس یک آزمون ۲۰ سؤالی است و شامل سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و جهت‌گیری فکری بیرونی بوده با مقیاسی شبیه مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت ناگویی خلقی را می‌سنجد و نمره کل نیز برای سنجش ناگویی خلقی مورد استفاده قرار می‌گیرد. قربانی، بینگ و واتسون (۲۰۰۲) این مقیاس را بر روی نمونه‌های ایرانی و آمریکایی اعتباریابی کرده و ضریب آلفای زیرمقیاس‌های EOT، DIF، DDF را در نمونه ایرانی به ترتیب ۰/۵۰، ۰/۷۴ و ۰/۶۱ و در نمونه‌های آمریکایی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند.

مقیاس خودشناسی انسجامی: جهت سنجش خودشناسی انسجامی از مقیاس خودشناسی انسجامی قربانی، واتسون و هارگیس^۳ (۲۰۰۸) استفاده شد. این مقیاس دوازده آئیمی بر اساس مقیاسی شبیه مقیاس لیکرت، خود انسجامی را می‌سنجد. قربانی، و همکاران (۲۰۰۸) در یک مطالعه، با نمونه ایرانی و آمریکایی، ضریب آلفای یکسان ۰/۸۲ را مستند کرده‌اند. هم‌چنین در این مطالعه در نمونه ایرانی، برای خرده‌آزمون‌های خودشناسی تأملی و تجربه‌ای ضریب آلفای ۰/۸۲ و ۰/۸۷ و در نمونه آمریکایی ضرایب آلفای ۰/۸۰ و ۰/۸۲ مستند شده است.

بعد از هماهنگی با اداره آموزش و پرورش شهر مشکین، با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش، با آگاه‌سازی دانش‌آموزان و مسئولان مربوطه و کسب اجازه از آنها، رضایت آنان برای شرکت در این پژوهش جلب شد. سپس نمونه پژوهشی تعیین و ابتدا پیش‌آزمون

1. Toronto Alexithymia Scale-20
2. Integrative Self-knowledge Scale (ISK)
3. Watson & Hargis

سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی اجرا شد. در مرحله بعد، به مدت هشت جلسه با استفاده از برنامه هوش معنوی، به نمونه مورد پژوهش آموزش داده شد و پس از آن دوباره از دو گروه آزمایشی و کنترل، پس از آزمون به عمل آمد. سپس اطلاعات حاصل، با نرم افزار SPSS و با روش تجزیه و تحلیل واریانس چندمتغیره، تجزیه و تحلیل شد. در ضمن، سطح معناداری ۰/۰۵ برای این پژوهش انتخاب شد.

شیوهی مداخله: آموزش هوش معنوی (متغیر مستقل) که مطالعه‌ی حاضر مورد استفاده قرار گرفت، در هشت جلسه‌ی یک و نیم ساعته آموزش داده شد.

جدول ۱. جلسات مداخله آموزش هوش معنوی

جلسه	اهداف
اول	اجرای پیش‌آزمون، آشنایی اعضا با همدیگر، آشنایی اعضا با ساختار کلی جلسات، تعریف و تبیین هوش معنوی و مؤلفه‌های آن، آگاه شدن از استرس‌ها و پاسخ‌های استرس، آموزش تن آرامی عضلانی و تنفس آرامی.
دوم	فواید هوش معنوی و مؤلفه‌های آن در بهتر کردن تعاملات روزمره، تمرین تن‌آرامیدگی و تنفس آرامی بر روی دانش‌آموزان.
سوم	تشریح ارتباط افکار و مشکلات روانشناختی، آموزش تمرین تصویرسازی ذهنی به شرکت‌کنندگان، آموزش تمرین ورود دانش‌آموزان به حالت‌های معنوی در هوشیاری، تمرین تن‌آرامی عضلانی و تنفس آرامی.
چهارم	آموزش انواع سبک‌های مقابله‌ای کارآمد، آموزش توانایی آراستن فعالیت‌های روزانه با احساسی از تقدس، تمرین آرامیدگی عضلانی.
پنجم	آموزش پاسخ‌های مقابله‌ای مؤثر، آموزش و تمرین تصویرسازی ذهنی و خودآلقای، آموزش توانایی استفاده از منابع معنوی در جهت حل مسائل زندگی روزمره، تمرین آرامیدگی عضلانی و تنفس آرامی.
ششم	آموزش روش‌های مدیریت خشم و استرس، آموزش شرکت‌کنندگان به توانایی استفاده از رفتارهای فضیلت مآبانه (بخشش، سپاس‌گذاری و فزونی)، تمرین آرامیدگی عضلانی و تنفس آرامی.
هفتم	آموزش جرأت‌ورزی، روابط میان فردی مثبت، خودمختاری، آموزش و تمرین استفاده از رفتارهای فضیلت مآبانه در زندگی روزمره، تمرین آرامیدگی و تنفس آرامی.
هشتم	آموزش و تمرین دادن به شرکت‌کنندگان در برنامه مدیریت شخصی و تسلط بر محیط، جمع‌بندی از جلسات آموزشی قبل و جلسه‌ی آخر، گرفتن پس‌آزمون و سپاس‌گذاری از شرکت‌کنندگان در جلسات آموزشی، گرفتن پس‌آزمون از شرکت‌کنندگان.

نتایج

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های آزمون سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در گروه‌های آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در پیش آزمون و پس آزمون

تعداد	گروه کنترل		گروه آموزش هوش معنوی		آزمون	گروه شاخص
	SD	M	SD	M		
۱۶	۵/۹۹	۱۷/۷۵	۵/۴۶	۱۷/۴۳	پیش آزمون	سازگاری
۱۶	۵/۹۲	۱۷/۱۲	۵/۰۶	۱۰/۳۱	پس آزمون	اجتماعی
۱۶	۳/۶۴	۶۰/۸۷	۳/۵۵	۶۱/۶۸	پیش آزمون	ناگویی خلقی
۱۶	۵/۰۴	۵۹/۵	۲/۶۵	۵۳/۸۷	پس آزمون	
۱۶	۳/۳۹	۲۱/۸۱	۳/۰۲	۲۲/۳۱	پیش آزمون	خودشناسی
۱۶	۳/۶۸	۲۲/۵	۲/۹۹	۳۱/۰۶	پس آزمون	انسجامی

برای بررسی پیش فرض همگنی واریانس‌ها، نخست از آزمون لوین استفاده شد. این آزمون برای هیچ کدام از متغیرها معنادار نبود، در نتیجه، استفاده از آزمون‌های پارامتریک بلامانع است که این نشان می‌دهد واریانس خطای متغیرهای مورد مطالعه در بین آزمودنی‌ها (گروه آزمایش و گروه کنترل) متفاوت نیست و واریانس‌ها با هم برابرند. همچنین برای بررسی فرض همگنی کوواریانس‌ها، از آزمون باکس استفاده شد و نتایج نشان داد که مقدار باکس معنادار نیست ($p=0/113$ و $F=1/71$ و $BOX=11/55$) و در نتیجه، پیش فرض تفاوت بین کوواریانس‌ها برقرار است.

اثر بخشی آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی در ...

جدول ۳. نتایج شاخص‌های اعتباری آزمون معناداری تحلیل کوواریانس چندمتغیری بر روی مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی

منبع	نام آزمون	مقدار	F	خطا df	P	Eta
گروه	اثر بیلابیلی	.۹۰۴	۷۸/۵	۲۵/۰۰	۰/۰۰۰	.۹۰۴
	لامبدا ویلکز	۰/۰۹۶	۷۸/۵	۲۵/۰۰	.۰۰۰	.۹۰۴
	اثر هتلینگ	۹/۴۲۶	۷۸/۵	۲۵/۰۰	.۰۰۰	.۹۰۴
	بزرگ‌ترین ریشه خطا	۹/۴۲۶	۷۸/۵	۲۵/۰۰	.۰۰۰	.۹۰۴

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که سطوح معناداری همه آزمون‌ها قابلیت استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری را مجاز می‌شمارد. این نتایج نشان می‌دهد که در بین دو گروه آموزش هوش معنوی و گروه کنترل حداقل از نظر یکی از متغیرهای وابسته تفاوت وجود دارد. برای تشخیص اینکه کدام متغیرها نسبت به گروه کنترل متفاوت است، از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شده است (جدول ۴).

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره بر روی سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی گروه آزمایش و کنترل

منبع	متغیر وابسته	SS	df	MS	F	P	Eta
گروه	سازگاری اجتماعی	۴۰۹/۱۱	۱	۴۰۹/۱۱۸	۲۹/۴۲	۰/۰۰۰	۰/۵۲۱
	ناگویی خلقی	۲۷۴/۰۳	۱	۲۷۴/۰۳	۵۲/۳۱	۰/۰۰۰	۰/۶۶۰
	خودشناسی انسجامی	۵۵۸/۹۴۲	۱	۵۵۸/۹۴۲	۱۰۹/۳۷	۰/۰۰۰	۰/۸۰۲

همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، بین دانش‌آموزان گروه‌های آزمایش و کنترل، در سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی تفاوت معناداری در سطح $(P \leq 0/001)$ وجود دارد. به عبارت دیگر؛ میانگین سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی گروه آزمایش و کنترل متفاوت است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سازگاری اجتماعی، ناگویی خلقی و خودشناسی انسجامی دانش‌آموزان طلاق بود.

نتایج نشان داد که بین دانش‌آموزان گروه کنترل و آزمایش از لحاظ سازگاری اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر میانگین سازگاری اجتماعی گروه آزمایش بعد از آموزش هوش معنوی متفاوت است. به طوری که آموزش هوش معنوی باعث افزایش سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان طلاق شده است. این یافته با یافته‌های امینی و همکاران (۱۳۹۴)، جانی و همکاران (۱۳۹۳)، وانگ (۲۰۱۰)، ضمیری نژاد و همکاران (۱۳۹۲)، باقری و همکاران (۲۰۱۴)، حبیب‌زاده و احمدی (۲۰۱۰) و ایوتزان و همکاران (۲۰۱۳) همسو است. طبق نتایج مطالعه الیسون (۱۹۹۱) افراد دارای گرایش بالای مذهبی، خشنودی بیشتری از زندگی دارند و در مواجهه با رویدادهای استرس‌زای زندگی، واکنش‌های روانی-اجتماعی منفی کمتری را نشان می‌دهد (میرزاوند، ۱۳۹۲). بال و همکاران (۲۰۰۳) نشان دادند که سطوح بالای مذهبی بودن با عزت نفس بالا و عملکرد روانشناختی بهتر مرتبط است. افراد با گرایش‌های معنوی هنگام رویارویی با آسیب‌های بهتری می‌دهند و موقعیتهای فشارزا را بهتر اداره می‌کنند و از سلامتی بهتری برخوردارند (امینی و همکاران، ۱۳۹۴). در تبیین این یافته، می‌توان گفت هوش به عنوان یک توانایی اساسی برای سازگار شدن با محیط و هوش معنوی به مثابه یکی از زیرمجموعه‌های هوش کلی، مهم‌ترین نقش را در تطابق فرد با محیط و دیگران دارد. از این رو، افراد با هوش معنوی بالا در زندگی روزمره خود نیز سازگارتر بوده، بهتر می‌توانند با محیط‌ها و موقعیت‌های جدید زندگی سازگار شوند. هوش معنوی باعث ایجاد هدف و معنی در زندگی می‌شود افرادی که احساس معنی دار و هدف در زندگی داشته باشند، در زمان بحران بهتر با شرایط کنار می‌آیند و امید به خدا آنان را قادر می‌سازد آشفستگی روانی کمتری را تجربه کنند (کار، ۲۰۱۱).

همچنین نتایج نشان داد که بین دانش‌آموزان دو گروه آزمایش و گروه کنترل، از لحاظ

دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات، جهت‌گیری فکری بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد، به عبارت دیگر مولفه‌های ناگویی خلقی گروه آزمایش بعد از آموزش هوش معنوی متفاوت است. بدین معنی که ناگویی خلقی دانش‌آموزان گروه آزمایش، بعد از آموزش هوش معنوی بهبود یافته است. در زمینه هوش معنوی در ارتباط با ناگویی خلقی تحقیقات بسیار کمی انجام شده اما با توجه به دو سازه اصلی هوش معنوی یعنی هوش و معنویت در ارتباط با ناگویی خلقی پژوهش‌هایی وجود دارد که بر اساس آنها و ادبیات تحقیق، می‌توان یافته‌های این بخش را تبیین کرد. به عنوان مثال، نتایج پژوهش‌های پارکر و همکاران (۲۰۰۱)، کریمی (۲۰۱۰) و غیابی (۲۰۱۰) حکایت از آن دارند که هوش هیجانی و ناگویی خلقی، دو سازه مستقل اما قویاً هم بسته از نوع معکوس می‌باشند. کاشول و رایلی (۲۰۱۰) در بررسی خود نشان دادند که بین ناگویی خلقی و معنویت رابطه‌ی معکوس معنی‌داری وجود دارد. به طور کلی هوش، رفتار حل مسئله‌ی سازگارانه‌ی فرد است که روش‌های مقابله با مسائل و مشکلات را در اختیار فرد قرار می‌دهد. در این راستا هوش معنوی، داده‌های سراسر مغز و همچنین هر دو نوع هوش هیجانی و بهره‌ی هوشی را یکپارچه کرده و شکل می‌دهد. هوش معنوی سبب می‌شود افراد در مقابل سؤالاتی چون من کیستم، چرا هستم، درون من چه می‌گذرد و چه چیزی اهمیت دارد، از روابط فیزیکی و شناختی خود فراتر رفته وارد حوزه‌ی متعالی دیدگاه فرد به زندگی گردیده و از سازه‌ی معنویت به عنوان یک راهبرد مقابله در برابر مشکلات استفاده کنند (نریمانی و اصغر پور، ۱۳۹۳). در مقابل احتمالاً افراد با هوش معنوی پایین در مواجهه با مسایل و مشکلات مختلف از راهبردهای مقابله‌ی ناسازگارانه استفاده می‌کنند که به نظر می‌رسد ناگویی خلقی دارای مؤلفه‌های مشابه با این راهبردهای قابل‌ای باشد، یکی از این راهبردهای مقابله با مشکل در تمییز دادن احساسات و حواس فیزیکی مشخص می‌شود. به طوری که افراد با ناگویی خلقی بالا در ابراز کلامی احساسات درونی دچار نقص بوده و با ناسازگاری‌های فردی، اجتماعی و آموزشی بیان می‌گردند.

هم‌چنین دیگر نتایج به دست آمده نشان دادند که بین دانش‌آموزان دو گروه آزمایش و گروه کنترل، در خودشناسی انسجامی تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر میانگین خودشناسی انسجامی گروه آزمایش بعد از آموزش هوش معنوی متفاوت است. نتایج این قسمت از پژوهش با یافته‌های بوسکاگلیا و کلارک (۲۰۰۷)، بهجتی و همکاران (۲۰۱۱)، غفاری و سلامی چهاربرج (۲۰۲۰)، آق‌اتابای (۱۳۹۴) و ارقبایی و جاجرمی (۱۳۹۳) همسو می‌باشد. ارقبایی و جاجرمی (۱۳۹۳) نشان داد که اگر افراد تحت مشاوره شناختی- با رویکرد معنوی قرار بگیرند و برنامه‌هایی جهت تغییر شناخت خود، به آنان تدارک دیده شود خودشناسی انسجامی آنان افزایش می‌یابد و مشاوره شناختی با جهت‌گیری معنوی در افزایش انسجام درونی مؤثر و مفید می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که خودشناسی انسجامی متغیری است که در سطح درون فردی نقشی هماهنگ کننده ایفا کرده و با پردازش اطلاعات مختلف مرتبط با خود فرد موجب انسجام در سطح سیستم روانشناختی می‌شود از سوی دیگر، در تبیین نتایج مطالعه‌ی حاضر می‌توان گفت روان‌شناسی دین‌شاخه‌ای از روان‌شناسی است که رسالت آن، بررسی نقش مذهب و معنویت در هستی و سلامت روان انسان می‌باشد. پیچیدگی عصر حاضر باعث شده انسان به طور مداوم در برابر ناملایمات از خود واکنش نشان دهد. اضطراب یکی از شایع‌ترین اختلالاتی است که در مقابل ناسازگاری‌ها بروز می‌کند و یکی از شیوه‌های مؤثر برای افزایش استعدادها و ظرفیت انسان برای برخورد با این ناملایمات، عنصر دین است. در این راه، همواره ایمان و اعتقاد مذهبی دارای اهمیت بوده و درمان مبتنی بر ایمان به خداوند به عنوان نیروی مافوق طبیعت، سابقه‌ای دیرینه در بین پیروان مذاهب گوناگون داشته است که از آن می‌توان به مقابله‌ی معنوی یاد کرد.

براساس یافته‌های این پژوهش، هوش معنوی به دلیل پیوندش با معنویت، ارزش، و پرورش تخیل می‌تواند به انسان توان تغییر و تحول بدهد و می‌توان از آن به عنوان یک سپر دفاعی و یک مداخله درمانی در برابر واقعه طلاق بهره جست و همچنین می‌توان با آموزش هوش معنوی توانایی‌های سازگاری اجتماعی، کنترل و تنظیم هیجانات از جمله ناگویی خلقی و خودشناسی

انسجامی کودکان طلاق را بهبود داده و در رهایی افراد از آسیب‌های روانی-اجتماعی مدد رساند. از این رو بر اساس یافته‌های این پژوهش، روان‌درمانگرها، مشاوران، متخصصان امر تعلیم و تربیت و نهادهای مسئول می‌توانند در کنار روش‌های معمول درمان، با آموزش و تقویت توانایی‌های معنوی و هیجانی، به کاهش تبعات منفی طلاق در دانش‌آموزان کمک کنند.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی از جمله عدم دسترسی به نمونه‌ی بیش‌تر در گروه نمونه به علت محدود بودن مراکز مورد مطالعه، فقط بر روی دانش‌آموزان پسر انجام شده است، لذا در تعمیم نتایج آن به دختران می‌بایست احتیاط کرد. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش، مختص بودن نمونه به شهر مشکین است که تعمیم یافته‌ها را به سایر شهرها با محدودیت مواجه می‌سازد. هر چند در این پژوهش تلاش شد تا با انتخاب و انتصاب تصادفی آزمودنی‌ها به گروه‌های آزمایش و کنترل، متغیرهای مزاحم و سوگیری‌های احتمالی کم شود؛ اما مهم‌ترین محدودیت این پژوهش نداشتن مرحله پیگیری بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی با توجه به تأثیر این روش درمانی از مرحله پیگیری با فواصل کوتاه مدت و بلند مدت استفاده شود. محدودیت دیگر، این مطالعه، استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی است. بسیاری از این ابزارها ممکن است پاسخ‌هایی را جمع‌آوری کنند که دیگران تصور می‌کنند باید درست باشد. افراد ممکن است خویش‌ننگری کافی نداشته باشند و مسئولانه به گویه‌ها پاسخ ندهند.

منابع

- ارقبایی، محمد و جاجرمی، محمود (۱۳۹۳). اثربخشی مشاوره شناختی-مذهبی بر افزایش انسجام درونی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. *فصلنامه پژوهشنامه تربیتی*، ۹(۴۰)، ۳۳-۴۴.
- آق اتابای، شمس‌الدین (۱۳۹۴). بررسی نقش تعدیل‌کننده فرایندهای خودشناختی در ارتباط آستانه‌گذاری با خودشیفتگی، جامعه ستیزی و سلامت روان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه تهران.

- امینی جاوید، لیلیا؛ زندی پور، طیبه و کرمی، جهانگیر (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش هوش معنوی بر افسردگی و شادکامی دانش‌آموزان دختر. *زن و جامعه*، ۶(۲)، ۱۴۱-۱۶۸.
- بشارت، محمد علی؛ گرانمایه پور، شیوا؛ پورنقدعلی، علی؛ افقی، زهرا و حبیب نژاد، محمد (۱۳۹۳). رابطه ناگویی هیجانی و مشکلات بین شخصی: نقش تعدیل کننده سبک‌های دلبستگی. *فصلنامه روان‌شناسی معاصر*، ۹(۱)، ۳-۱۶.
- بگیان کوله مرز، محمد جواد؛ درتاج، فریبرز و امینی، محمد مهدی (۱۳۹۱). مقایسه ناگویی خلقی و کنترل عواطف در مادران دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری، *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۲(۲)، ۲۴-۶.
- بیرامی، منصور؛ عذرا، محمد پناه؛ فاروقی، پریا و قانع، مهدی (۱۳۹۴). پیش‌بینی اضطراب مرگ بر اساس هوش معنوی در تعدادی از دانشجویان و طلبه‌های حوزه علمیه اردکان و میبد. *فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۵(۱۴)، ۳۶-۲۱.
- پارسامهر، مهربان و حدت، الهه (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان. *فصلنامه توسعه اجتماعی*، ۱۱(۲)، ۹۴-۶۵.
- جانی، ستاره؛ مولایی، مهری؛ جنگی، شهلا و پوراسمعی، اصغر (۱۳۹۳). اثربخشی شناخت درمانی مذهب محور بر اضطراب مرگ، سازگاری اجتماعی و بهزیستی ذهنی در بیماران مبتلاء به سرطان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، ۲۲(۵)، ۱۰۳-۹۴.
- حسین دخت، آرزو؛ فتحی آشتیانی، علی و تقی‌زاده، محمداحسان (۱۳۹۲). رابطه هوش معنوی و بهزیستی معنوی با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی. *روانشناسی و دین*، ۶(۲)، ۱۰۲-۹۱.
- ذوالفقاری، داود و رهنما صومعه، پگاه (۱۳۹۵). بررسی میزان اثربخشی هوش معنوی بر میزان امید به زندگی و بهزیستی روانی بیماران دیالیزی. *تحقیقات جدید در علوم انسانی*، ۲(۲)، ۲۲۵-۱۹۶.
- رئسی، مجید؛ کاکائی، مریم و رئسی، صدیقه (۱۳۹۷). تعیین رابطه بین هوش معنوی و امیدواری با کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور. *رویش روان‌شناسی*، ۷(۱)، ۲۵۷-۲۳۸.
- سادات موسوی، اشرف و قربانی، نیما (۱۳۸۴). خودشناسی، خودانتقادی و سلامت روان. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۲(۳)، ۷۵-۹۱.

سعادت، نادره؛ رستمی، مهدی و دربانی، سید علی (۱۳۹۵). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر تعهد و درمان متمرکز بر شفقت در تقویت عزت نفس و سازگاری پس از طلاق. *فصلنامه روان شناسی خانواده*، ۳(۲)، ۴۵-۵۸.

سلیمانی، اسماعیل و نجفی، محمود (۱۳۹۴). اثربخشی هوش معنوی بر کیفیت زندگی و شادکامی دانشجویان تحت پوشش کمیته امداد. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۵(۴)، ۵۳۸-۵۸۸.

شهنی بیلاق، منیجه؛ عالیپور، سیروس؛ پایندان، طیبه و بهروزی، ناصر (۱۳۹۰). مقایسه تاب‌آوری، سلامت عمومی، پرخاشگری و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی خانواده‌های طلاق و عادی شهر اهواز با کنترل وضعیت اقتصادی و اجتماعی. *مجله مشاوره کاربردی*، ۴(۱)، ۷۷-۱۰۲.

صادقی، منصوره؛ هاشمی، رامین و فلاح زاده، هاجر (۱۳۹۴). مقایسه ناهمخوانی خودها در افراد متقاضی و غیر متقاضی طلاق. *فصلنامه روان شناسی خانواده*، ۲(۱)، ۳۹-۴۸.

ضمیری نژاد، سمیه؛ پیلتن، مریم؛ حق شناس، مریم؛ تیرایی، یاسر و اکبری، آرش (۱۳۹۲). پیش‌بینی شادکامی دانشجویان بر اساس هوش معنوی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۲۰(۵)، ۷۷۳-۷۸۱.

عابدینی، یاسمین (۱۳۸۱). بررسی رابطه مهارت‌های اجتماعی حل مسائل اجتماعی با پذیرش همسالان در دانش‌آموزان دختر پایه دوم و پنجم ابتدایی شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه تهران.

عباسی‌زاده، ناهید؛ بهرامی، مریم و یاسینی، سید مجتبی (۱۳۹۵). پیش‌بینی کیفیت زندگی مرتبط با سلامتی بر اساس ناگویی خلقی، سبک‌های دلبستگی و حمایت اجتماعی ادراک شده در زنان نابارور. *فصلنامه علمی تخصصی طب کار*، ۸(۱)، ۹-۱.

فتحی آشتیانی، علی (۱۳۹۱). آزمون‌های روان‌شناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان. چاپ نهم. تهران: انتشارات سمت.

قمری، محمد و فکور، احسان (۱۳۸۹). مقایسه شیوه‌های مقابله با استرس و بهداشت روان و رابطه این متغیرها در بین دانش‌آموزان طلاق و غیر طلاق. *نشریه علوم رفتاری*، ۲(۴)، ۱۳۲-۱۱۹.

کریمی، سیما؛ گودرزی، محمد علی و افلاک سیر، عبدالعزیز (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش هوش معنوی و مهارت‌های زندگی بر هوش معنوی دانشجویان پرستاری مضطرب. *فصلنامه سلامت جامعه*، ۹(۴)، ۶۳-۷۱.

- گل محمدیان، محسن؛ فرحبخش، کیومرث و اسمعیلی، معصومه (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش هوش اخلاقی، معنوی و فرهنگی بر ناسازگاری زناشویی زنان. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۲)، ۲۰۹-۲۳۲.
- محمدعلی لواسانی، محسن؛ کرامتی، هادی و کدیور، پروین. (۱۳۹۷). اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر سازگاری اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان با اختلال خواندن. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۷(۳)، ۹۱-۱۰۹.
- میرزاوند، مجتبی (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش هوش معنوی و ذهن آگاهی بر بهزیستی روانشناختی و امید به زندگی در بیماران HIV. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان، دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- میرهاشمی، مالک و نجفی، فاطمه (۱۳۹۳). اثربخشی در مان راه حل مدار بر تاب‌آوری و احساس انسجام بیماران ام. اس. *مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی*، ۲۴(۳)، ۱۷۵-۱۸۱.
- نریمانی، محمد و اصغرپور، اسمعیلی (۱۳۹۳). پیش‌بینی تغییرات ناگویی خلقی بر اساس هوش معنوی در بین معاندان شهر اردبیل. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۶(۱)، ۱۱-۳.
- هادی تبار، حمیده؛ نوایی نژاد، شکوه و احقر، قدسی (۱۳۹۰). بررسی تاثیر آموزش مولفه‌های هوش معنوی بر کیفیت زندگی همسران جانباز شاغل به تحصیل در مدارس بزرگسالان شهر تهران. *نشریه طب جانباز*، ۱۴(۴)، ۱۱-۱.
- هادیان فرد، حبیب (۱۳۸۴). احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت‌های مذهبی در گروهی از مسلمانان. *روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۱(۴۱)، ۲۳۳-۲۲۴.
- یحیی‌زاده، حسین و حامد، محبوبه (۱۳۹۴). مسائل فرزندان طلاق در ایران و مداخلات مربوطه: فرا تحلیل مداخلات موجود. *فصلنامه مداخلات زن و خانواده*، ۳(۲)، ۹۱-۱۲۰.
- یعقوبی، کژال؛ سهرابی، فرامرز و مفیدی، فرخنده (۱۳۸۹). بررسی و مقایسه میزان پرخاشگری کودکان طلاق و عادی. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۷(۱)، ۹۷-۱۰۹.
- Abbasizadeh, N., Bahrami, M., Yasini, S. M. (2015). The prediction of quality of life associated with health based on attachment styles and perceived social support in infertilewomen. *Quarterly Journal of Occupational Medicine*, 8(1),1-9.(Persian)
- Abedini, Y. (2002).The relationship of social skills to social problems with peer admittance in second and fifth elementary school girl students in Tehran. Unpublished M. A. thesis at Tehran University. (Persian)

- Aghaei Sabet, S. (2014). Relationship between alexithymia and interpersonal problems: Moderating effect of attachment styles. *Contemporary Psychology*, 9(1), 3-16. (Persian)
- Agh Atabai, S. (2014). Investigating the moderating role of self-awareness processes in relation to thresholding with narcissism, socialism and mental health. Unpublished M. A. thesis at Tehran University. (Persian)
- Amato, P. (1995). Life –Spain adjustment of children to their parents' divorce. *Future Child*, 4(1), 64-143.
- Amini, L., Zandipoor, T., Karami, J. (2015). Effectiveness of spiritual intelligence training on depression and happiness of female students. *Journal of Women and Society*, 6(2), 141-168. (Persian)
- Arghabaie, M., Jajarmi, M. (2014). The effectiveness of cognitive-religious consultation on increasing internal coherence of students at Ferdowsi university of Mashhad. *Quarterly Journal of Educational Research*, 9(40), 44-33. (Persian)
- Bagheri, A., Akbarzadeh, F., Hatami, H. (2011). The relationship between spiritual intelligence and resilience with social adjustment in junior high school students. *Golden Research Thoughts*, 14(4), 256-263.
- Basharpoor, S., & Ahmadi, SH. (2020). Predicting the tendency towards high-risk behaviors based on moral disengagement with the mediating role of difficulties in emotion regulation: A Structural Equation Modeling. *Journal of Research in Psychopathology*, 1(1), 32-39.
- Begyan, M., dortag, F., Amini, M. (2012). A comparative study of alexithymia and emotion control in mothers of students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 2 (2), 6-24. (Persian)
- Behjati, Z., Saeedi, Z., Noorbala, F., Enjedani, E., Meybodi, A. (2011). Integrative self-knowledge and mental health. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 705–708.
- Behnampour, N. (2016). The relationship between spiritual intelligence and lifestyle with Job satisfaction in Gorgan City Primary School Teachers. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 3(2), 30-36.
- Beryy, L., Stoyles, R., Donovan, M. (2010). Post separation parenting education in a family relationship centre: a pilot study exploring the impact on perceived parent-child relationship and acrimony. *Journal of Family Studies*, 16(2), 224-236.
- Besharat, M., Geranmayepour, S., Pournaghдали, A., Ofoghi, Z., Habibnezhad, M., & Beyrami, M., Panah Ardakan, A., Faroughi, P., Ghanei, M. (2015). Prediction of death anxiety based on spiritual intelligence of students in Ardakan university and seminary. *Culture in the Islamic University*, 5(1), 21-37. (Persian)
- Carr, A. (2011). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York: Routledge.
- Cashwell, C.S., Rayle, A.D. (2010). Spirituality as a fifth force in counseling and psychology: Implications for practice, training, and research. *American Counseling Association*, 26, 1-9.
- Chen, J., Chan, R. (2011). Alexithymia and emotional regulation: A cluster analytical approach. *BMC Psychiatry*, 11(33), 18-30.

- Dashnaw, D. (2017). Alexithymia and marital conflict, mental health and marriage: couples therapy incorporation retrieved. available at: <https://couplestherapyinc.com/alexithymia-and-marital-conflict>.
- Dubey, A., Pandey, R., Mishra, K. (2010). Role of emotion regulation difficulties and Positive/ negative Affectivity in explaining alexithymia-health relationship: An overview. *Indian Journal of Social Science Research*, 7(1), 20-31.
- Fathi, A. (2011). Psychological tests: Personality assessment and mental health. Tehran: Publication Samt. (Persian)
- Fincham, F.D., Ajayi, C., Beach, S.R.(2011). Spirituality and marital satisfaction in African American couples. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(4), 259.
- Gafary, E., Kamarzarin, H., Kordmirza, E., & Sefizadeh, V. (2015). The role of spiritual well-being and coping skills in prediction of job satisfaction in nurses. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*, 4(1), 50-58. (Persian)
- Ghaffari, M., & Salami Chaharborj, M. (2020). The relationships between sense of coherence and self-compassion to job stress with the mediating role of affective control. *Journal of Reseach in Psychopathology*, 1(1), 40-47.
- Gamari, M., & Fakur, A. (2010). Comparison of stress coping strategies and mental health and the relationship between these variables among divorced and non-divorced students. *Journal of Behavioral Sciences*, 2(4), 119-132. (Persian).
- Gani, S., Molae, M., Jangi, S., & Pooresmaili, A. (2014). Effectiveness of cognitive therapy based on religious believes on death anxiety, social adjustment and subjective well-being in the cancer patients. *Journal of Medical Sciences*, 22(5), 94-103. (Persian)
- Geram, K. (2016). The prediction of social adjustment based on emotional and spiritual intelligence. *International Journal of Advanced Biotechnology and Research*, 7, 271-277.
- Geremy, A. (2015). The temporal effects of divorces and separations on children's academic achievement and problem behavior. *Journal of Divorce and Remarriage*, 56(1), 25- 42.
- Ghol Mohamadian, M., Farahbakhsh, K., Esmaeli, M. (2012). Effectiveness of ethical, spiritual and cultural intelligence training on marital maladaptation of women. *Quarterly Counseling and Psychotherapy Family*, 3(2), 209-232. (Persian)
- Ghorbani, N., Bing, M.N., Watson, P.J., Davison, H. (2002). Self-reported emotional intelligence: Construct similarity and functional dissimilarity of higher order processing in Iran and United-States. *International Journal Psychology*, 37(5), 297-308.
- Ghorbani, N., Gharamaleki, A., & Watson, P. (2005). Constructive thinking inventory: evidence of validity among Iranian managers. *Psychological Reports*, 96(1), 115-121.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Hargis, M. B. (2008). Integrative self-knowledge scale: correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *The Journal of Psychology*, 142(4), 395-412.
- Ghorbani, N., Christopher, J., Watson, P. (2010). Comparative analysis of integrative self-knowledge, mindfulness, and private self-consciousness in predicting responses to stress in Iran. *International Journal Psychology*, 45(2), 147- 154.

- Habibzade, H., Ahmadi, F., Vanaki, Z. (2010). Ethics in professional nursing in Iran. *Iran Journal of Medieval Ethics and History Medicine*, 3(5), 26-36.
- Haaz, D. H., Kneavel, M., & Browning, S. W. (2014). The father–daughter relationship and Intimacy in the Marriages of Daughters of Divorce. *American Journal of Orthopsychiatry*, 55, 164-177.
- Haditabar, H., Navvabinejad, S.H., & Ghodsi, A. (2011). Effect of training spiritual intelligence on quality of life among veteran spouses. *Iranian Journal of War and Public Health*, 14(4), 1-11. (Persian)
- Hadyanfard, H. (2004). Mental feeling of welfare and religious activities in a group of Muslims. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 11(41), 224-233. (Persian)
- Hanefar, S. B., Siraj, S., & Sa'ari, C. Z. (2015). The application of content analysis toward the development of spiritual intelligence model for human excellence (SIMHE). *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 172, 603-610.
- Hoseindokht, A., Ashtyani, A., Ngizadeh, M.E. (2013). The relationship between spiritual intelligence and spiritual well-being with Quality of life and marital satisfaction. *Psychology and Religion*, 6(2), 91-102. (Persian)
- Humphreys, TP., Wood, L.M., Parker, J.D.A. (2009). Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. *Personality and Individual Differences*, 46(1), 43–47.
- Ivtzan, I., Chan, P., Gardner, H.E., Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological well-being: examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *Journal of Religion and Health*, 52(3), 915-929.
- Johnson, V. I. (2010). adult children of divorce and relationship education: implication for counselors and counselor educators. *The Family Journal*, 19(1), 22-29.
- Karimi, S., Ghudarzi, M., Aflak Seir, A. (2015). The Effectiveness of spiritual intelligence training and life skills on spiritual intelligence in anxious nursing students. *Community Health Quarterly*, 9(4), 63-71. (Persian)
- Kaur, D., Sambasivan, M., Kumar, N. (2015). Impact of emotional intelligence and spiritual intelligence on the caring behavior of nurses: A dimension-level exploratory study among public hospitals in Malaysia. *Applied Nursing Research*, 28(4), 293-298.
- Mirhashemi, M., Najafi, F. (2014). The effectiveness of the therapeutic solution therapy on the resilience and sense of coherence of MS patients. *Journal of Islamic Azad University of Medical Sciences*, 24(3), 175-181. (Persian)
- Mirzavand, M. (2012). The Effectiveness of spiritual intelligence and mindfulness training on psychological well-being and hope life in patients HIV. Unpublished M. A. thesis. Ardebil Mohaghegh University. (Persian)
- Mohammad Ali Lavasani, M., Keramati, H., & Kadivar, P. (2018). Effectiveness of cognitive-behavioral play therapy on social adjustment and educational adaptability of students with reading disorder. *Journal of Learning Disabilities*, 7(3), 91-109. (Persian)
- Narimani, M., Porzoor, P., Atadokht, A., Abbasi, M. (2015). The role of spiritual well-being and religious adherence in predicting marital satisfaction among nurses. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*, 4(2), 1-10. (Persian)

- Narimani, M., Por Esmaeli, A. (2014). Anticipation of alexithymia changes on the basis of spiritual intelligence among addicts in Ardebil. *Principles of Mental Health*, 16(1), 3-11. (Persian)
- Parker, D.A., Taylor, G.J., & Bagby, R.M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 30, 107-15.
- Parsamehr, M., Hedat, E. (2017). The relationship between emotional intelligence and students' social adjustment. *Journal of Social Dvelopment*, 11(2), 65-94. (Persian).
- Raisi, M., Kakayi, M., Raisi, S. (2018). The determine of relation between spiritual intelligence and hopefulness and quality of life of male and female in humanism and mathematical sciences Payam Noor University of Ardal. *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 7(1), 237-258. (Persian)
- Romero C. (2006). Self-forgiveness, spirituality, and psychological adjustment in women with breast cancer. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(1), 29-36.
- Rostami, A.M., & Gol, H.C. (2014). Prediction of marital satisfaction based on spiritual intelligence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 2573-2577.
- Roth, K. E., Harkins, D. A., & Eng, L. A. (2014). Parental conflict during divorce as an indicator of adjustment and future relationships: A retrospective sibling study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55, 117-138.
- Ssadati, N., Rostami, M., Darbani, S.A. (2017). Comparing the effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) and Compassion Focused Therapy (CFT) on improving self-esteem and post-divorce adaptation in women. *Family Psychology*, 3(2), 45-58. (Persian).
- Sadat Mosavi, A., Gorbani, N. (2004). Self-knowledge, self-examination, and mental health. *Journal of Psychological Studies*, 2(3), 79-91. (Persian)
- Sadegi, M., Hashemi, R., Flahzade, H. (2015). The comparison of self-discrepancy among individuals demanding and non-demanding divorce. *Family Psychology*, 2(1), 39-48. (Persian).
- Salsman, J. M., Brown, T.L, Brechting, E.H., & Carlson, C.R. (2005). The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 31(4), 522-535.
- Shahani Yaylaq, M., Alipoor, S., Paybandan, T., Behroozi, N. (2011). Comparison of resilience, general health, aggression and academic performance of high school girl students in divorced and normal families of ahwaz with control of economic and social status. *Journal of Applied Counseling*, 4(1), 77-102. (Persian).
- Soleymani, E., Najafi, M. (2015). Effectiveness of spiritual intelligence on quality of life and happiness of students covered by the relief committee. *Quarterly of Culture at Islamic University*, 5(4), 538-588. (Persian)
- Stekoll, A. (2011). *Bibliotherapy: A proposed treatment for children coping with divorce*. A dissertation presented for the degree of Doctor of Psychology. California: Palo Alto University.
- Taylor, G. J., Bagby, M., Parker, J. D A. (1997). *Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge: Cambridge University Press.

- Thorberg, F. A., Young, R. M., Sullivan, K. A., Lyvers, M. (2011). Parental bonding and alexithymia: A meta- analysis. *European Psychiatry*, 26(3),187-193.
- Taziki, S. A., Taziki, M., Akbari, M., Saghafi, Sh., Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence? *Journal of Humanistic Psychology*, 42(2),16-33.
- Weaver, J. M., & Schofield, T. J. (2015). Mediation and moderation of divorce effects on children's behavior Problems. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 39-48.
- Yagobi, A. (2010). Investigating the relationship between spiritual intelligence and happiness of students of hamedan university. *Research in Educational Systems*, 4(9),85-95.(Persian).
- Yahyazadeh, H., Hamed, M. (2015). Issues of divorce children in Iran and related: examine existing interventions. *Journal of Women and Family Interventions*, 3(2), 91-120. (Persian)
- Zamiri Nezhad, S., Piltan, M., Hagshenas, M., Tabrayi, Y., Akaberi, A. (2013). Predicting the happiness of students based on spiritual intelligence. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*, 20(5),773-781.(Persian)
- Zohar, D. Marshall, I. (2000). *SQ: Connecting with our spiritual intelligence*. New York: Bloomsbury; 324.
- Zolfaghari, D., & Rahnama Somee, P. (2016). The study of the effectiveness of spiritual intelligence on the level of life expectancy and psychological well-being of dialysis patients. *Quarterly Journal of Research in the Humanities*, 2(2), 196-225. (Persian)

The effectiveness of spiritual intelligence training on social adjustment, alexithymia and integrative self-knowledge in divorce students

B. Mansuri¹ & J. Hoseinifar²

Abstract

The purpose of the present study was to investigate the effectiveness of spiritual intelligence training on social adjustment, alexithymia and integrative self-knowledge among divorce students. The research design was experimental with pretest-posttest that used control group. Population of the study incorporated high school male students of divorces parents in Meshkin City in the academic year 2014-2015. Participants were 32 male students were selected using randomly sampling method and located in experimental group and control group randomly. For data collection, we used Social Adjustment, Alexithymia and Integrative Self-knowledge questionnaires. Results of MANCOVA analysis showed that statistically significant differences were between control and experimental groups. Thus, the Social Adjustment, Alexithymia and Integrative Self-knowledge In the experimental group improved after Spiritual Intelligence training. Therefore, it is important to pay attention to the effectiveness of spiritual intelligence training on social adjustment, mood and mood self-awareness in students.

Keywords: Alexithymia, Divorce, Integrative self-knowledge, Social Adjustment, Spiritual intelligence

¹. Corresponding Author: Master of Counseling, Allameh Tabatabai University Mansooribahman63@gmail.com

². Master of General Psychology, Allameh Tabatabai University