

## بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی و هوش معنوی دبیران

آزیتا سلاجقه<sup>۱</sup>

صص ۱۶-۷

### چکیده

پژوهش حاضر به بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی و هوش معنوی دبیران دوره ی دوم متوسطه شهرستان بافت می پردازد. این پژوهش از لحاظ هدف؛ کاربردی و از لحاظ روش از نوع توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری شامل تمام معلمان دوره ی دوم متوسطه شهرستان بافت در استان کرمان در سال تحصیلی ۹۹-۹۸ است که حدود ۱۴۰ نفر می باشند. بر اساس جدول مورگان تعداد نمونه ۱۰۳ نفر برآورد گردید که از طریق روش نمونه گیری تصادفی ساده، پرسشنامه ها بین نمونه آماری توزیع شد و ۱۰۰ پرسشنامه تکمیل شد. در این پژوهش از ۲ پرسشنامه جهت جمع آوری اطلاعات استفاده گردید که عبارتند از پرسشنامه سبک زندگی اسلامی کاویانی (۱۳۸۸)، و پرسشنامه هوش معنوی بدیع و همکاران (۱۳۸۹). برای انجام تجزیه و تحلیل آماری از روش های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. نتایج این پژوهش بیانگر وجود رابطه معنی دار بین سبک زندگی اسلامی با هوش معنوی و مؤلفه های آن می باشد. با توجه به اینکه طرز زندگی و باورهای معلمان تاثیر زیادی بر کار آنها و در نتیجه در تعلیم و تربیت دانش آموزان دارد، پیشنهاد می شود که در استخدام و به کار گیری آنها شاخص ها و معیار های لازم برای سنجش این ویژگی ها در نظر گرفته شود.

**کلیدواژه‌ها:** سبک زندگی، زندگی اسلامی، هوش معنوی، معلمان.

<sup>۱</sup> استادیار برنامه ریزی آموزش از راه دور، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. [salajegheh.azita@gmail.com](mailto:salajegheh.azita@gmail.com)

## مقدمه

هوش، مفهومی است که از دیر باز آدمی به پژوهش و تفحص در مورد ابعاد، تظاهرات، ویژگی ها و انواع آن علاقه مند بوده است. در این بین، یکی از ابعاد هوش تحت عنوان «هوش معنوی» جزء عرصه هایی است که تحقیقات منسجم و نظام مندی در جهت شناخت و تبیین ویژگی ها و مؤلفه های آن در حد و اندازه سایر انواع هوش صورت پذیرفته است. هوش معنوی<sup>۲</sup> جدیدترین هوش شناخته شده توسط بشر می باشد و مختص انسان است. این هوش که سازه های معنویت و هوش را با یکدیگر ترکیب نموده است، توانایی های گوناگونی به انسان می دهد و او را در بسیاری از زمینه ها، از سایرین متمایز می سازد. هوش معنوی در برگیرنده مجموعه ای از توانایی ها و ظرفیت ها می باشد که از منابع معنوی در جهت افزایش بهزیستی و انطباق پذیری فرد استفاده می کند (ناصری، ۱۳۹۸). کینگ (۲۰۰۸) هوش معنوی را مجموعه ای از ظرفیت های ذهنی که به هوشیاری، یکپارچگی و کاربرد انطباقی جنبه های معنوی و جهان مافوق وجودی شخص، کمک کرده و منجر به خروجی هایی مثل تفکر وجودی عمیق، افزایش معنا، شناسایی عالم مافوق و سلطه حالت های معنوی می شود، تعریف نموده است. بولینگ<sup>۳</sup> معتقد است هوش معنوی نوعی دانش است که سبک زندگی را بیان می کند و شناختی را مشخص می کند که اعمال انسانی را در پدیده اصلی وجود الویت بندی می کند و گستره زندگی را در عشق توسعه می دهد (کریستون<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸). نوبل بیان می کند هوش معنوی استعداد ذاتی بشری است و عملکرد ذهنی انسان را منعکس می کند (ساغروانی، ۱۳۹۳). همچنین، وگان<sup>۵</sup> (۲۰۰۳) معتقد است که هوش معنوی اشاره به ظرفیت درک عمیق سوالات و بینش وجودی در سطوح چندگانه هوشیاری می باشد و نشان دهنده ی آگاهی روابط ما با جهان مافوق، با یکدیگر و با این جهان و همه موجودات آن است. مکهاوک هوش معنوی را تجربیات محسوس، منحصر به فرد، توسعه یافتگی<sup>۶</sup> و خودشکوفایی تعریف می کند (کریستون، ۲۰۰۸). ویگلزورث<sup>۷</sup> (۲۰۱۲) هوش معنوی را اینچنین تعریف کرده است: توانایی رفتار با دلسوزی و حکمت همراه با حفظ آرامش درونی و بیرونی قطع نظر از عوامل بیرونی. بنابراین، می توان گفت از آن جایی که هوش معنوی زیر بنای باورهای فرد بوده و سبب اثرگذاری بر عملکرد وی می گردد، موجب می شود فرد نسبت به تغییر پذیرا تر شده و در برابر حوادث زندگی به پیشی عمیق تر دست یابد و با صبر و تفکر نسبت به یافتن راه حلی برای آن ها اقدام کند (عبداله زاده و همکاران، ۱۳۹۳).

با توجه به تعاریف بالا می توان بیان کرد که به طور کلی هوش معنوی توانایی به کار بردن معنویت در زندگی بوده و انسان برای کسب قدرت تشخیص در تصمیم گیری هایی که به رشد سلامت نفس و روان او کمک می کند، نیازمند هوش معنوی می باشد و هوش معنوی یکی از هوش های چندگانه است و می تواند به طور مستقل و با تلاش، جستجو و تمرین رشد و توسعه یابد.

در پژوهش های مختلفی تأثیرات مثبت هوش معنوی در افراد و کاربردهای آن در محیط کار نتیجه گرفته و بیان شده است. تحقیقات نشان می دهند که سازمان ها با سطح بالایی از محیط معنوی؛ معمولاً دارای کارکنان با سطح بالای بهره‌وری و کارایی می‌باشند. یک تحقیق جدید از چندین شرکت که دارای محیط معنوی بوده‌اند به این نتیجه رسیده است که همبستگی بالایی بین سازمان کاملاً معنوی و کارایی سازمانی وجود دارد. به عبارت دیگر، کارکنان دارای هوش معنوی بالا منجر به معنویت بالا در محیط و در نتیجه، سطح بالایی از بهره‌وری و کارایی را نتیجه خواهد شد (لودر<sup>۸</sup>، ۲۰۱۷). بنابراین با توجه به آنچه گفته شد می‌توان به وجود رابطه‌ای ضمنی بین معنویت و هوش معنوی پی برد.

داشتن هوش معنوی در دبیران می تواند باعث رشد و شکوفایی آنان شود و دبیرانی که هوش معنوی بالایی دارند، ظرفیت تعالی داشته و تمایل بالایی نسبت به هوشیاری دارند. آنان این ظرفیت را دارند که بخشی از فعالیت هایی روزانه خود را به اعمال روحانی و معنوی اختصاص دهند و فضایی مانند

<sup>2</sup> Intelligence

<sup>3</sup> Spiritual Intelligence

<sup>4</sup> Bowling

<sup>5</sup> Crichton

<sup>6</sup> Vaughan

<sup>7</sup>expansive

<sup>8</sup> Loder

بخشش، سپاس گذاری، فروتنی، دلسوزی و خرد از خود نشان دهند. هوش معنوی ذهن را روشن و روان انسان را با بستر زیربنایی وجود مرتبط می سازد و به فرد کمک می کند تا واقعیت را از خیال تشخیص دهد (غباری بناب و همکاران، ۱۳۹۶).

سبک زندگی دینی<sup>۹</sup> رفتارها و تظاهرات فردی و جمعی خود را از سه ساحت دین یعنی اعتقادات، اخلاقیات، و فروعات عملی دین می گیرد که هر یک به صورت مؤلفه ای خاص بروز و ظهور می یابد. مؤلفه هایی که اگر بازشناسی شده و مطابق الگوهای کامل آن باز تعریف گردند قابلیت هماهنگ شدن با مقتضیات زمان را نیز دارند. در حقیقت با شناختن همین مؤلفه هاست که می توان محک و معیار مناسب برای سنجش رویکرد جامعه به دین را تبیین کرده و براساس آن هندسه فرهنگی موجود و مطلوب جامعه دینی را ترسیم نمود، جامعه ای که الگوی رفتاری خود را تنها از نظام ارزشی دین نمی گیرد و بسیاری از مؤلفه های دیگر همانند تبلیغات، مد، اجتماعی شدن و... سبک زندگی او را تعیین می نمایند. در حوزه روانشناسی و روانشناسی اجتماعی سبک زندگی با مطالعه الگوهای رفتاری و نحوه عمل آدمی مبتنی بر هویت شخصی، کنشها و میان کنشها و پیگیری و اصرار بر شیوه ای معین از رفتار و عادت های رفتاری در زندگی شخصی و در موقعیتهای شرایط و صحنه های اجتماعی استوار است، با این رویکرد سبک زندگی از یک سو، ریشه در ذهن و نگرش فرد دارد و از دیگر سو تابع موقعیت است (ابراهیم آبادی، ۱۳۹۲). سبک زندگی اسلامی، با تمام زندگی افراد و ابعاد آن مرتبط است. سبک زندگی از دیدگاه اسلام، به مجموعه ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که بر اساس آن، معیار رفتار ما باید مبتنی بر اسلام و آموزه های اسلامی باشد. خدامحوری و حاکمیت ارزش های اسلامی در زندگی از مهمترین معیارهای سبک زندگی مورد تأیید اسلام است؛ در واقع، در این سبک زندگی، زندگی فردی و اجتماعی افراد باید مبتنی بر اسلام و رهنمودهای قرآنی باشد (افشانی و همکاران، ۱۳۹۳).

بنابراین در بحث از سبک زندگی باید به ابعاد مختلف روانی و جسمی و اجتماعی توجه شود. سازمان بهداشت جهانی (۱۹۹۸) سبک زندگی سالم را تلاش برای دستیابی به حالت رفاه کامل جسمی و روانی، اجتماعی توصیف کرده است. سبک زندگی سالم شامل رفتارهایی است که سلامت جسمی و روانی انسان را تضمین می کنند. به عبارت دیگر، سبک زندگی سالم دربردارنده ابعاد جسمانی و روانی است. بعد جسمانی شامل تغذیه، ورزش و خواب است، و بعد روانی شامل ارتباطات اجتماعی، مقابله با استرس، روشهای یادگیری و مطالعه و معنویت است (علی و همکاران، ۱۳۹۱). در واقع برای یافتن بهترین نوع سبک زندگی، الگویی لازم است که همه مؤلفه های شناختی و رفتاری انسان را به بهترین شکل در نظر بگیرد و از طرف دیگر با یافته های مسلم علمی مخالف نباشد و همچنین دنیا و آخرت را در کنار هم ببیند و از هیچ یک از ابعاد مادی و معنوی انسان غافل نشود (کجباف و همکاران، ۱۳۹۰). بر این اساس سبک زندگی اسلامی فرد را برای مواجهه با مسائل و زندگی روزمره و روابط اجتماعی و نیز زندگی اخروی به شیوه ای متفاوت آماده و توانمند می کند. در همین راستا متغیرهایی نیز هستند که فرد را در مواجهه با مسائل و مشکلات توانمند می سازند که از جمله آنها می توان به متغیرهای هوش معنوی اشاره کرد (کاویانی، ۱۳۹۰).

بر اساس موارد مطرحه در بالا، پژوهش حاضر برای بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با هوش معنوی دبیران دوره ی دوم متوسطه شهرستان بافت در نظر گرفته شده است و سؤال اساسی این پژوهش این می باشد که: آیا سبک زندگی اسلامی بر هوش معنوی دبیران دوره ی دوم متوسطه شهرستان بافت مؤثر است؟

<sup>9</sup> Islamic Lifestyle

## فرضیه ها

### فرضیه اصلی

✓ بین سبک زندگی اسلامی و هوش معنوی در دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.

فرضیه های فرعی

✓ بین سبک زندگی اسلامی و زمینه تفکر کلی و بعد اعتقادی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.

✓ بین سبک زندگی اسلامی و توانایی مقابله و تعامل با مشکلات دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.

✓ بین سبک زندگی اسلامی و خودآگاهی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.

✓ بین سبک زندگی اسلامی و سجایای اخلاقی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.

### روش شناسی پژوهش

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ روش از نوع توصیفی - همبستگی می باشد. جامعه آماری شامل تمام معلمان دوره ی دوم متوسطه شهرستان بافت در استان کرمان در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ که حدود ۱۴۰ نفر می باشند و بر اساس جدول مورگان تعداد نمونه ۱۰۳ نفر برآورد شد. پس از مراجعه به آموزش و پرورش شهرستان بافت و گرفتن تأییدیه جهت انجام این پژوهش، از طریق روش نمونه گیری تصادفی این پرسشنامه ها در بین معلمان مورد نظر توزیع شد و پس از جمع آوری پرسشنامه ها ۳ مورد پاسخ نداده بودند که در نتیجه ۱۰۰ مورد از پرسشنامه ها برای تجزیه و تحلیل آماری مورد بررسی قرار گرفت. برای انجام تجزیه و تحلیل آماری، از دو روش آمار توصیفی و استنباطی و از نرم افزارهای SPSS و Excel استفاده شده است.

### ابزار گردآوری داده ها

جهت گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری، تدوین ادبیات پژوهش و شناسایی عوامل اصلی و تعاریف مربوط، از روش مطالعه کتابخانه‌ای و میدانی استفاده شده است و ابزار گردآوری اطلاعات برای تجزیه و تحلیل‌های آماری در این پژوهش، پرسشنامه می‌باشد. پرسشنامه های این پژوهش شامل دو بخش است، بخش اول شامل سؤالاتی در خصوص مسائل جمعیت شناختی از جمله جنسیت، سن، سطح تحصیلات، سابقه خدمت است و بخش دوم پرسشنامه در طیف لیکرت بوده که مربوط به متغیرهای پژوهش می باشد. در این پژوهش از دو پرسشنامه استاندارد استفاده گردیده است که عبارتند از :

✓ پرسشنامه سبک زندگی اسلامی(کاویانی،۱۳۸۸) : ضریب پایایی کل این آزمون ۰/۷۱ است. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار

عاملی مناسبی را برای آن نشان داده است، روایی همزمان آن با آزمون جهت گیری مذهبی، ۰/۶۴ بدست آمده است. این آزمون ۷۵ آیتم دارد که پاسخگویان باید با توجه به وضعیت زندگی فعلی خود، به هر کدام در یک طیف ۵ درجه ای "از خیلی کم تا خیلی زیاد" پاسخ می دهند.

✓ پرسشنامه هوش معنوی بدیع و همکاران(۱۳۸۹) : برای محاسبه پایایی این پرسشنامه از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده

نموده اند که مقدار آن برای کل پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰/۸۵ و ۰/۷۸ بدست آمده و برای تعیین روایی آن از تحلیل عاملی با

روش تحلیل مؤلفه های اصلی با چرخش واریماکس استفاده شده است. فرم پرسشنامه شامل ۴۲ سوال است و طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می باشد.

### یافته های پژوهش

فرضیه اصلی: بین سبک زندگی اسلامی و هوش معنوی رابطه معنی داری وجود دارد.

همانطور که جدول (۱) نشان می دهد ضریب همبستگی بین متغیرها برابر با ۰,۹۶ درصد و همچنین ضریب خود همبستگی برابر با ۱,۶۴ می باشد، بنابراین فرض صفر رد می شود. همچنین با توجه به سطح معنی داری ۰,۰۱ که کمتر از ۰,۰۵ درصد است، می توان به این نکته پی برد که بین سبک زندگی اسلامی و تمامی مؤلفه های هوش معنوی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. مقدار مثبت نشان دهنده آن است که سبک زندگی اسلامی می تواند باعث رشد مولفه های هوش معنوی گردد.

جدول (۱): شاخص ها و آماره های تحلیل رگرسیونی متغیرهای پژوهش

ضریب تعیین (R Square)	ضریب خود همبستگی (D-W)	سطح معنی داری (Sig)
۰,۹۶	۱,۶۴	۰,۰۰

در جدول (۲) همانطور که مشاهده می شود مقادیر عددی دوربین واتسون بیانگر استقلال خطاها برای متغیرهای مورد بررسی است و شاخص های همخطی ضرایب تحمل و تورم واریانس نشان می دهد که بین متغیرهای تحقیق همخطی وجود نداشته و نتایج حاصل از مدل رگرسیون قابل اطمینان است.

جدول (۲): مقادیر عددی آزمون دوربین واتسون، دامنه ضریب تحمل و عامل تورم واریانس

متغیر	دامنه ضریب تحمل	تورم واریانس
هوش معنوی	۰/۶۲	۱/۱۶۳
زندگی اسلامی	۰/۷۱	۱/۱۲۳

جدول (۳): نتایج آزمون همبستگی مولفه های هوش معنوی با سبک زندگی اسلامی

تربیت دینی				مقدار کندال	گاما	کال اسکوئر	سطح معنی داری	ابعاد هوش معنوی
تفکر عمومی	۰,۴۲۵	۰,۱۸۹	۸,۱۲					
توانایی مقابله	۰,۳۶۹	۰,۱۱۲	۶,۲۴	۰,۰۰				

۰,۰۰	۹,۵۲	۰,۲۶۳	۰,۵۲۶	سجایای اخلاقی
۰,۰۰	۵,۶۲	۰,۱۰۱	۰,۲۹۶	خودآگاهی

### فرضیه های فرعی

✓ بین سبک زندگی اسلامی و تفکر کلی و بعد اعتقادی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.  
بر اساس جدول (۴) و با توجه به سطح معنی داری ۰,۰۰، می توان نتیجه گرفت که بین سبک زندگی اسلامی و تفکر کلی و بعد اعتقادی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد زیرا مقدار احتمال آن کمتر از مقدار استاندارد ۰,۰۵ درصد می باشد. بنابراین فرضیه تحقیق پذیرفته می شود.

جدول (۴): نتایج ضریب همبستگی بین زندگی اسلامی و تفکر عمومی

ضریب	-مقدار p	تعداد
۰,۱۸	۰,۰۰	۱۰۰

✓ بین سبک زندگی اسلامی و توانایی مقابله با مشکلات دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.  
بر اساس جدول (۵) و با توجه به سطح معنی داری ۰,۰۰، می توان نتیجه گرفت که بین سبک زندگی اسلامی و توانایی مقابله با مشکلات دبیران رابطه معنی داری وجود دارد زیرا مقدار احتمال آن کمتر از مقدار استاندارد ۰,۰۵ درصد می باشد. بنابراین فرضیه تحقیق پذیرفته می شود.

جدول (۵): نتایج ضریب همبستگی بین سبک زندگی اسلامی و توانایی مقابله با مشکلات

ضریب	-مقدار p	تعداد
۰,۱۱	۰,۰۰	۱۰۰

✓ بین سبک سبک زندگی اسلامی و سجایای اخلاقی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد.  
بر اساس جدول (۶) و با توجه به سطح معنی داری ۰,۰۱، می توان نتیجه گرفت که بین سبک زندگی اسلامی و سجایای اخلاقی دبیران رابطه معنی داری وجود دارد زیرا مقدار احتمال آن کمتر از مقدار استاندارد ۰,۰۵ درصد می باشد. بنابراین فرضیه تحقیق پذیرفته می شود.

جدول (۶): نتایج ضریب همبستگی بین زندگی اسلامی و سجایای اخلاقی

ضریب	-مقدار p	تعداد
۰,۲۶	۰,۰۱	۱۰۰

✓ بین سبک زندگی اسلامی و خود آگاهی دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد.

بر اساس جدول (۷) و با توجه به سطح معنی‌داری ۰,۰۲، می‌توان نتیجه گرفت که بین سبک زندگی اسلامی و خود آگاهی دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد زیرا مقدار احتمال آن کمتر از مقدار استاندارد ۰,۰۵ درصد می‌باشد. بنابراین فرضیه تحقیق پذیرفته می‌شود.

جدول (۷): نتایج ضریب همبستگی بین زندگی اسلامی و خودآگاهی

ضریب	مقدار p	تعداد
۰,۱۰	۰,۰۲	۱۰۰

### بحث و نتیجه گیری

بررسی رابطه مولفه های هوش معنوی و سبک زندگی اسلامی نشان می دهد که رابطه معنی داری بین این دو متغیر وجود دارد و همچنین بر اساس بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با تک تک مؤلفه های هوش معنوی نتایجی به دست آمده است که همگی نشان دهنده ارتباط بسیار مؤثر زندگی اسلامی بر هوش معنوی معلمان می باشد، بطوریکه نتایج ضریب همبستگی بین سبک زندگی اسلامی و تفکر عمومی و بعد اعتقادی دبیران نشان می‌دهد که بین زندگی اسلامی و تفکر عمومی دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد و نتایج این پژوهش با پژوهش یوسفی و همکاران (۱۳۹۵)، همسو می‌باشد. در نتیجه تعالیم دین اسلام و سبک زندگی اسلامی نه تنها می توانند روابط مستحکمی را در سطوح خرد و کلان به وجود آورند و تفکر عمومی درون گروهی را شکل دهند، بلکه می‌توانند در تعامل و مشارکت جمعی با سایر انسانها و جوامع، به پیشرفت و توسعه‌ی پایداری دست یابند و تفکر عمومی برون گروهی را تشکیل دهند. همچنین نتایج فرضیه دیگر نشان می دهد که بین زندگی اسلامی و توانایی مقابله با مشکلات دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد که نتایج این پژوهش با پژوهش احدی و همکاران (۱۳۹۵) همسو می‌باشد. بنابراین می توان گفت که سبک زندگی اسلامی، می تواند با اتخاذ روش ها و راهکارهای مناسب باعث افزایش توان و برخورد و مقابله دبیران با مشکلات پیش رو در زندگی گردد. بر اساس نتایج بدست آمده دیگر، می‌توان گفت که بین زندگی اسلامی و سجایای اخلاقی دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد که نتایج این پژوهش با پژوهش اقبال سعیدی (۱۳۹۴) همسو می‌باشد. اعتقادات، اخلاقیات و روش‌های عملی انجام کارها، آثار شدیدی بر رفتار دارد. نوع رفتار در زندگی انسان‌ها، آثار خود را در بخش تولید و بر رشد جامعه پدید می‌آورد. اعتقادات اسلامی و اخلاقیات آن، مسلمان را به انجام کارهای مفید برای جامعه ترغیب کرده، انگیزه‌های متعددی را در او ایجاد می‌کند. برخلاف آنچه درباره آموزه‌های دینی گفته شده، مبانی ارزشی و اعتقادی مسلمان توانایی ایجاد برآیند رفتار توسعه‌زا را در خود دارد. همچنین، بررسی فرضیه دیگر نشان می دهد که بین زندگی اسلامی و خود آگاهی دبیران رابطه معنی‌داری وجود دارد که نتایج این پژوهش با پژوهش نانی‌میکر و همکاران (۲۰۱۵) همسو می‌باشد. بنابراین می توان گفت که سبک زندگی باعث ایجاد نگرش‌هایی و الگوهایی می شود و به زندگی انسان سبک و الگو می‌دهند و که این الگوها باعث ایجاد عشق و علاقه و خودآگاهی در دبیران می گردد مسیر انجام فعالیت و کار آنان را اصلاح می نماید. بنابراین، میتوان هوش معنوی را به عنوان هوشی معرفی نمود که افراد با کمک آن مشکلات معناداری و ارزش زندگی خود را حل می کنند و از طریق سبک زندگی سالم و دینی اعمال و زندگی خود را در مفهومی ژرف و عمیق تر قرار می دهند.

### پیشنهادات

- ✓ برگزاری کارگاههای آموزشی در زمینه افزایش کیفیت سبک زندگی اسلامی و اجرای دورههای آموزشی برای دبیران در زمینه آموزش هایی از قبیل آموزش مهارت خودآگاهی، آموزش مهارت های مقابله با مشکلات ، خودآگاهی و سجایای اخلاقی.
- ✓ مراجعه به قرآن، احادیث موجود و آموزه های اسلامی و استخراج و تدوین سبک زندگی اسلامی جهت حل تعارضها و تراجمها..
- ✓ توجه بیشتر و ویژه نهادهای سیاست ریزی فرهنگی و تبلیغ دینی، در برنامه های درازمدت و راهبردی خود، به سبک زندگی اسلامی و هوش معنوی.
- ✓ بررسی و گسترش موضوع حاضر توسط پژوهشگران به دانشگاهها و مؤسسات آموزش عالی به منظور تعمیم پذیری بیشتر یافتهها.
- ✓ بهره گیری از روشهای تحلیل مسیر و معادلات ساختاری به منظور تعیین نقش دقیق متغیرهای هوش معنوی و روابط علی احتمالی آنها با سبک زندگی اسلامی یا دیگر سبک های زندگی.



## منابع

- اقبال سعیدی، روح الله. (۱۳۹۴). بررسی سبک زندگی والدین بر هوش معنوی فرزندان. همایش ملی سبک زندگی، نظم و امنیت. زنجان: دانشگاه زنجان.
- ابراهیم آبادی، حسین. (۱۳۹۲). رویکردی میان رشته ای به سبک زندگی؛ با نگاهی به جامعه ایران. مطالعات میان رشته ای در علوم انسانی. دوره پنجم، پاییز ۱۳۹۲، شماره ۴.
- افشانی، سید علیرضا؛ میرمنگره، اکرم و امانی، شروین. (۱۳۹۳). دینداری و رفتارهای پرخطر. فصلنامه توسعه اجتماعی (توسعه انسانی سابق). دوره ۹، شماره ۲.
- ساغروانی، س. (۱۳۸۸). هوش معنوی بعد ناشناخته بشر. مشهد: آهنگ قلم.
- ساغروانی، س. (۱۳۹۳). بهره های هوش معنوی برای فرد و سازمان. ماهنامه تدبیر. شماره ۲۱۵، فروردین ۱۳۸۹، ۳۹-۳۵.
- صفارهرندی، ماهنامه سوره شماره ۴۶، آذر و دی ۱۳۸۹
- طغیانی، مجتبی؛ کجیاف، محمدباقر و بهرامپور، مهدی. (۱۳۹۲). رابطه سبک زندگی اسلامی با نگرش های ناکارآمد در دانشجویان. مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. دوره ۱۴، شماره ۵۴، صص ۳۵-۴۳.
- غباری بناب، باقر؛ سلیمی، محمد؛ سلیمانی، لیلا و نوری مقدم، ثنا. (۱۳۹۶). هوش معنوی. فصلنامه اندیشه نوین دینی. پاییز، دوره ۳، شماره ۱۰.
- کاویانی، محمد. (۱۳۹۰). کمی سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی. روانشناسی و دین، سال چهارم، ش ۲.
- کجیاف، محمد باقر. (۱۳۹۰). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان. روان شناسی و دین، سال چهارم، شماره (۴)، صص ۶۱-۷۴.
- لعلی، محسن؛ عابدی، احمد و کجیاف، محمدباقر. (۱۳۹۱). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه روانشناختی پژوهشهای سبک زندگی (LSQ).
- ناصری، ح. سهرابی، ج. (۱۳۹۸). احساس تنهایی، اعتیاد به اینترنت و هوش معنوی: نقش تعدیل کنندگی رشته تحصیلی و جنسیت. مجموعه مقالات ششمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. تهران.



---

**References:**

Christon, S.W. (2008). "Emotional Concepts in Spiritual Spirit, 20 (1).

King, D. (2008). Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure. Unpublished Master's Thesis, Trent University, Peterborough, Ontario, Canada.

Loder, R. (2017). Spiritual intelligence: A contemporary concern with regard to living status of the senior citizens journal of the Indian Academy of Applied psychology. 2005; 32 (3), 227- 233.

Vaughan, Frances. (2002). What is spiritual intelligence?. Journal of Humanistic Psychology, 42(2), 16-33.

Wigglesworth, C.(2012). Spiritual Intelligence and Why It Matters.

(2005)