

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی

کارگاه آنلاین
بررسی مقابله ای متون (مقدماتی)

کارگاه آنلاین
پروپوزال نویسی و پایان نامه نویسی

کارگاه آنلاین آشنایی با پایگاه های اطلاعات علمی بین المللی و ترند های جستجو

اثر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی در دانش‌آموزان دخترپروین یوسف‌زاده^{۱*}، آناهیتا تاشک^۲، ناهید یوسف‌زاده^۳^۱ دانشجوی دکتری علوم تربیتی، دانشگاه شهیدباهنر، کرمان، ایران^۲ گروه روانشناسی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران^۳ کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، آموزش و پرورش ناحیه ۲ کرمان، کرمان، ایران**چکیده**

پژوهش حاضر با هدف شناسایی اثرآموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه انجام شد. پژوهش از نوع آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه اجرا شد. شرکت‌کنندگان تعداد ۳۰ نفر بودند که به طور تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه سرمایه روانشناختی بود. یافته‌های به دست آمده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره تفاوت معنادار میان گروه آزمایش و گواه را در متغیر سرمایه روانشناختی نشان دادند. از بین مولفه‌های سرمایه روانشناختی (امید، خوشبینی، خودکارآمدی، تاب‌آوری) تفاوت معنادار میان دو گروه در مولفه‌های امید، خوشبینی و تاب‌آوری نشان دادند. ولی این تفاوت در مولفه خودکارآمدی معنادار نبود. در نتیجه می‌توان از آموزش مهارت‌های معنوی برای افزایش سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان استفاده کرد.

کلید واژه‌ها: مهارت‌های معنوی؛ سرمایه روانشناختی؛ دانش‌آموزان**مقدمه**

نوجوانی یک مرحله بحرانی در زندگی است که با گذر از کودکی به بزرگسالی مشخص می‌شود. نوجوانی دوره‌ای است که در آن اختلالات روانی به احتمال بیشتری شکل می‌گیرند و ظاهر می‌شوند؛ علاوه بر این برخی عوامل خطرزا مثل سوء‌مصرف مواد، الکل و تنباکو نیز به‌طور خاص این مرحله از زندگی را تهدید می‌کند (سازمان بهداشت جهانی^۱، ۲۰۱۳). از طرفی تربیت نوجوانان شاد، سالم و از نظر اخلاقی خوب جزو اهداف مهم والدین و مربیان است. از این‌رو یکی از مسایل اساسی نظام آموزشی هر کشور، تدوین برنامه‌های آموزشی به‌منظور توانمندسازی روانشناختی نوجوانان، برای عبور از این مرحله زندگی است.

یکی از مهمترین توانایی‌های انسان که باعث سازگاری او در زندگی می‌شود، سرمایه روانشناختی^۲ است، که از مهمترین عوامل تامین‌کننده بهزیستی روانشناختی می‌باشد (لوتانز^۳، ۱۹۹۹). سرمایه روانشناختی سازه‌ای ترکیبی و به هم پیوسته از چهار مؤلفه ادراکی-شناختی یعنی امید^۴، خوشبینی^۵، خودکارآمدی^۶ و تاب‌آوری^۷ است. این چهار مؤلفه باهم ترکیب می‌شوند و یک کل هم‌افزایی را می‌سازند و انتظار می‌رود کل سازه نسبت به تک‌تک متغیرهای تشکیل دهنده آن تاثیر بیشتری بر عملکرد داشته باشد (لوتانز، یوسف و اولیو، ۲۰۰۴). این سازه با ویژگی‌های زیر مشخص می‌شود: داشتن پشتکار در دنبال کردن اهداف و پی‌گیری راه‌های لازم برای رسیدن به موفقیت (امید)، ایجاد اسنادهای مثبت درمورد موقعیت‌های اکنون و آینده (خوشبینی)، باور فرد به توانایی‌هایش برای دستیابی به موفقیت در انجام وظایف معین (خودکارآمدی) و تحمل کردن مشکلات تا دستیابی به موفقیت‌ها (تاب‌آوری) (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷). به دلیل اهمیت سرمایه روانشناختی خصوصاً قابلیت توسعه‌ای بودن آن (سلیگمن، ۲۰۰۲) این ایده از ظرفیت بالایی برای حضور جدی‌تر در عرصه تعلیم و تربیت برخوردار است. شواهد تجربی نیز نشان داده‌اند رشد و توسعه سرمایه روانشناختی موجب افزایش کارایی و توانایی حل‌مساله دانش‌آموزان می‌شود. سرمایه روانشناختی، آنها را قادر می‌سازد تا سلامت روانی - رفتاری خود را در سطح بالاتری نگه دارند و به شیوه‌ای مثبت، سازگارانه و

* پست الکترونیک نویسنده مسئول: yousefzadeh.parvin@gmail.com

۱. World Health organization

۲. Psychological Capital

۳. Luthans

۴. Hope

۵. Optimism

۶. Self-Efficacy

۷. Resiliency

کارآمد به حل و فصل مشکلات پردازند (هوگاس^۱، ۲۰۱۰). دانش‌آموزانی که سرمایه روانشناختی بالاتری دارند، سطح اضطراب و استرس آنها پایین‌تر است و در نتیجه تمایل به خشنونت نیز در آنها کمتر است (آلیو^۲ و کاراکوس^۳، ۲۰۱۴). دانش‌آموزانی که سرمایه روان شناختی بالاتری دارند، عملکرد تحصیلی بهتری دارند (وانو، کیمکت و ونگوینچ، ۲۰۱۳). دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری درمقایسه با دانش‌آموزان عادی از سرمایه روان‌شناختی کمتری برخوردارند (نربمانی و همکاران، ۱۳۹۳). پژوهش قماش و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد با افزایش مولفه‌های سرمایه روانشناختی و تقویت بنیه روحی نوجوانان، می‌توان از معضل اجتماعی جرم در جامعه کاست و بدین طریق افراد را در برابر مشکلات و بن‌بست‌های زندگی واکسینه کرد.

بعد معنوی انسان، یکی از ابعاد مهم و اساسی شخصیت است (وست، ۲۰۰۴). معنویت می‌تواند چارچوبی برای تصمیم‌گیری باشد. چارچوبی که در آن تمام مشکلات، اضطراب‌ها، ترس‌ها و نیازهای خود را معنا بخشیم و با آن رویکرد به مساله نگاه کنیم (غباری‌ناب، ۱۳۸۵). تلفیق صحیح و فعال معنویت در زندگی روزانه و استفاده انطباقی از توانایی‌ها، ارزش‌ها و منابع مربوط به آن در جهت دستیابی به زندگی سالم و متعالی، نیازمند آموزش و تمرین است. در همین راستا طرح آموزش مهارت‌های معنوی مطرح شد. مهارت‌های معنوی زیرمجموعه‌ای از مهارت‌های زندگی هستند که با ایجاد تعادل میان سه حوزه دانش، نگرش و مهارت‌ها به فرد کمک می‌کنند تا با ابراز رفتار سازگارانه با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره انطباق پیدا کند. مهارت‌های معنوی مهم عبارتند از بخشایشگری، به جا آوردن مؤثر نماز و دعا، خودآگاهی، ارتباط معنوی، توکل و صبر، تقوا پیشگی، پالایش دل، تواضع و فروتنی، صله‌ی رحم، کنترل حسد، مشاهده تجلی باری تعالی در طبیعت و ذکر (بوالهروی و همکاران، ۱۳۹۲).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند معنویت درمانی مبتنی بر دیدگاه اسلامی، بر بهزیستی روان شناختی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان (برزگر بفرویی و پاک سرشت، ۱۳۹۳) و بهبود مولفه‌های کیفیت زندگی آنها (موحدی و همکاران ۱۳۹۲) و افزایش سلامت روان و بهبود عملکرد جسمانی، اجتماعی و کاهش اضطراب و افسردگی (اژدری فرد، قاضی و نورانی، ۱۳۸۹) موثر بوده است. پژوهش برومندزاده و کریمی (۱۳۹۴) نشان داد آموزش مهارت‌های معنوی بر افزایش سلامت عمومی و کاهش اضطراب دانش‌آموزان موثر است. تاثیر آموزش مؤلفه‌های معنوی بر مولفه‌های روانشناسی مثبت (شادکامی، امیدواری و خوش‌بینی) نشان داد این آموزش برشادکامی و امیدواری نوجوانان پرورشگاهی مؤثر و بر خوشبینی آنها بی‌تاثیر بوده است (کریمی فر و همکاران، ۱۳۹۵).

بررسی پیشینه پژوهش‌های مرتبط با موضوع نشان می‌دهد در دهه‌های اخیر توجه ویژه‌ای به مقوله‌های معنویت و سرمایه روانشناختی، در حوزه مسایل مربوط به نوجوانان داشته‌اند. در بیشتر این پژوهش‌ها از طرح‌های همبستگی استفاده شده است. و تدوین برنامه‌های آموزشی در این زمینه تنها دو پژوهش را به خود اختصاص داده است. کاوریزاد و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند آموزش مهارت‌های زندگی در تحقق متغیرهای سرمایه روانشناختی و سازگاری نوجوانان بدسرپرست موثر است. همچنین آموزش مهارت مثبت‌اندیشی نیز بر سرمایه روانشناختی و سازگاری اجتماعی دختران نوجوان ناسازگار موثر است (دهقان نژاد، حاج حسینی و اژه ای، ۱۳۹۶). باتوجه به پیشینه نظری و تجربی، هدف این پژوهش تعیین اثر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان دختر بود.

روش

شرکت کنندگان

مطالعه حاضر یک پژوهش آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بود. ملاکهای انتخاب نمونه نداشتن ملاک‌های تشخیصی برای اختلالات بارز روان‌پزشکی از قبیل افسردگی اساسی و اختلالات شخصیت و نداشتن بیماری جسمی دیگری که فرد را از شرکت در برنامه پژوهش باز دارد، بود. جامعه آماری پژوهش همه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم، ناحیه ۲ آموزش و پرورش شهر کرمان در سال تحصیل ۹۵-۱۳۹۴ بود. با انتخاب یک دبیرستان با جمعیت ۲۵۰ نفری، از دانش‌آموزان پایه دوم و سوم ۳۰ نفر انتخاب شدند و به تصادف در دو گروه آمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند.

۱. Hodges

۲. Aliyev

۳. Karakus

۴. Vest

ابزار

پرسشنامه سرمایه روانشناختی: فرد لوتانز^۱ و همکاران (۲۰۰۷) بود. این پرسشنامه شامل ۲۴ گویه و دارای چهار زیر مقیاس خودکار آمدی، امیدواری، تاب آوری، و خوش بینی است (هر زیرمقیاس ۶ گویه دارد). نتایج تحلیل عاملی تاییدی روایی سازه آزمون را تایید کردند و پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ به دست آمد (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷). در ایران اعتبار این پرسشنامه ۰/۸۵ گزارش شده است (بهادری و همکاران، ۱۳۹۱).

شیوه‌ی اجرا

ابتدا پژوهشگر طی جلسه توجیهی آموزش‌های لازم را به تمام افراد نمونه داد تا هم با هدف پژوهش آشنا شوند و هم انگیزه آنها برای شرکت در پژوهش افزایش یابد. سپس پرسشنامه سرمایه روانشناختی بر روی هر ۳۰ نفر اجرا شد. در مرحله بعد متغیر مستقل (آموزش مهارت‌های معنوی) به مدت ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش اعمال گردید. منبع تدوین جلسات آموزشی پژوهش محور بوده و با بررسی پژوهش‌های مختلف، نظیر بواله‌پری و همکاران (۱۳۹۲) و غیره تدوین شده است. ابزارهای اعمال مداخله در زمینه‌های مختلف بدین قرارند: ۱- مذهب: قرآن، احادیث معصومین و ادعیه ۲- ادبیات: داستان‌های قرآنی و مذهبی از احوال بزرگان دین و علم در ایران ۳- هنر: فیلم و کلیپ‌هایی از زندگی واقعی افراد مرتبط با موضوع بحث. ۴- نتایج پژوهش‌هایی که در زمینه مذهب و معنویت انجام شده است.

جدول ۱

خلاصه‌ای از جلسات آموزش مهارت‌های معنوی

جلسه‌های آموزش	خلاصه‌ی جلسات
جلسه اول	آشنایی اعضا با یکدیگر، معرفی برنامه آموزشی - گفتگو در مورد مفهوم دین و معنویت و تاثیر آن در زندگی
جلسه دوم	خودآگاهی و ابعاد مختلف آن: خودآگاهی روانی - اجتماعی - جسمی و معنوی. و اهمیت خودآگاهی معنوی
جلسه سوم	نیایش و ارتباط با خدا: جلسه با این سوالات آغاز شد که آخرین باری که با خداوند نیایش کردید چه زمانی بود؟ چرا احساس نیاز کردید که با خداوند نیایش کنید؟ نیایش چیست؟ تاثیرات نیایش در زندگی - نمایش فیلمی با محتوای معنوی
جلسه چهارم	توکل: صحبت درباره باورهای زیر بنایی توکل؛ پیامد توکل در زندگی؛ بیان داستان‌هایی از زندگی بزرگان دین در مورد توکل
جلسه پنجم	صحبت پیرامون انواع صبر؛ بیان داستان‌هایی از بزرگان در مورد صبر - نقد باورهای تضعیف کننده صبر
جلسه ششم	بخشش و گذشت؛ مراحل بخشش؛ پیامدهای آن
جلسه هفتم	حل مسئله با رویکرد معنوی - استفاده از تمثیل و روایت و اینکه دانش آموز خود را جای قهرمان داستان قرار دهد؛ راه حل‌های مسئله را یادداشت کند؛ بحث درباره سبک‌های حل مسئله با رویکرد معنوی
جلسه هشتم	ذکر: توضیح فواید روانشناختی؛ اجتماعی و معنوی ذکر، انواع ذکر، مراتب ذکر و آثار آن؛ موانع ذکر
جلسه نهم	نوع دوستی و احسان؛ توضیح انواع خدمات نوع دوستانه - انجام کارهای معنوی به صورت گروهی در مدرسه - بیان داستان‌هایی از باب دوم بوستان سعدی - استفاده از کلیپ‌های متنوع و مرتبط با موضوع
جلسه دهم	جمع بندی و نتیجه گیری تشکر و قدردانی از مشارکت کنندگان در پژوهش و اجرای پس آزمون

نتایج

مطابق با جدول ۲ گروه آزمایشی در پس آزمون میانگین نمرات بالاتری در شادکامی و سرمایه روانشناختی و تمامی خرده مقیاس‌ها (امیدواری، تاب آوری، خوش بینی، خودکارآمدی) داشتند.

^۱ -psychological capital Questionnaires luthans

اثر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی در دانش‌آموزان دختر

جدول ۲

شاخص‌های توصیفی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون								متغیرها
کنترل				آزمایش				
پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		
SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	
۱/۵۲	۷/۳۵	۲/۱۲	۷/۲۰	۱/۲۷	۹/۷۷	۲/۰۴	۷/۵۴	امیدواری
۱/۱۷	۴/۴۶	۲/۲۷	۴/۳۳	۱/۰۶	۵/۱۲	۲/۱۱	۴/۲۱	خودکارآمدی
۱/۶۲	۴/۱۷	۲/۲	۴/۱۱	۱/۱۹	۵/۲۴	۲/۳۴	۴/۶۵	خوش‌بینی
۲/۰۲	۴/۰۶	۲/۱۲	۴/۷۷	۲/۲۵	۶/۱۱	۲/۲۸	۴/۳۲	تاب‌آوری
۴/۲۴	۵۷/۷۴	۴/۰۲	۵۷/۰۱	۳/۲۷	۶۱/۸۴	۴/۸۲	۵۴/۲۰	سرمایه روانشناختی

جهت بررسی معناداری تفاوت مشاهده شده در پس‌آزمون سرمایه روانشناختی با کنترل اثر پیش‌آزمون، پس از بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها از طریق آزمون لوین و تایید برقراری آن ($p > 0.05$)، از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج تحلیل حاکی از این بود که آموزش مهارت‌های معنوی باعث افزایش معناداری در سرمایه روانشناختی گروه آزمایش شده است (جدول ۳).

جدول ۳

نتایج تحلیل کواریانس مربوط به تاثیر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی					
متغیر	df	MS	F	p	
پیش‌آزمون سرمایه روانشناختی	۱	۱۸۹/۰۷	۷/۱۲	۰/۰۱	
گروه	۱	۲۴۲/۶۸	۱۲/۹۴	۰/۰۱	
خطا	۱۲	۲۶/۵۵			

به منظور آزمون اثر آموزش مهارت‌های معنوی بر مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی گروه نمونه از تحلیل کواریانس چندمتغیری استفاده شد که نتایج نشان داد اثر پیلایی با درجات آزادی ۴ برای فرضیه ۱ و برای خطا معنادار است ($p = 0.01$; $F = 10.24$; $p = 0.01$; $F = 10.24$; $p = 0.01$). بر اساس نتایج بین گروه‌های مداخله و مقایسه از لحاظ حداقل یکی از متغیرهای وابسته (مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی) تفاوت معناداری وجود دارد. در ادامه نتایج پیگیری آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیری آمده است (جدول ۴).

جدول ۴

نتایج تحلیل کواریانس مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی با مقایسه پیش‌آزمون‌ها، در گروه‌های آزمایش و کنترل				
اثر	متغیر وابسته	MS	F	p
گروه	امید	۳۲۴/۲۰	۲/۲۱	۰/۰۱
	تاب‌آوری	۳۷۴/۶۴	۱۲/۴	۰/۰۲
	خوشبینی	۳۴۵/۷۲	۴/۱۸	۰/۰۲
	خودکارآمدی	۲۷۰/۲۸	۲/۷۴	۰/۰۹

با تعدیل بونفرونی درجات آزادی سطح معناداری هر مؤلفه در حدود تقریباً ۰/۰۱۳ است. با توجه به نتیجه بدست آمده می‌توان گفت که مداخله در مؤلفه امید معنادار است و برای تاب‌آوری و خوشبینی در حاشیه معناداری قرار داد. مداخله روی مؤلفه خودکارآمدی معنی‌دار نبود.

بحث

هدف این پژوهش بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان بود. نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان مؤثر است. نتایج با بخش‌هایی از نتایج پژوهش‌های آلیو (۲۰۱۴)، برزگر بفرویی و پاک-

سرشت (۱۳۹۳)، فلاح (۱۳۸۹)، میردربیکوند و همکاران (۱۳۹۴)، وانو، کیمکت و ونگوینچ (۲۰۱۳) و هوگاس (۲۰۱۰) همخوانی دارد. از آنجا که مذهب/معنویت آفرینش را هدفدار و هدف را رسیدن به خیر، تکامل و سعادت معرفی می‌کند، طبعاً دید انسان را نسبت به نظام هستی و قوانین حاکم به آن خوش بینانه می‌سازد (مطهری، ۱۳۷۲). دینداری از طریق مکانیسم‌های متعددی می‌تواند موجب افزایش تاب‌آوری شود، افراد دیندار با پیروی از دستورات و آموزه‌های دینی، زندگی جهت‌دار و هدفمندی را در پیش گرفته و در مواجهه با مشکلات و ناکامی‌ها، منبع معنوی نیرومندی را در اختیار دارند که تحمل مشکلات را برای آنها آسان کرده و به تاب‌آوری آنها کمک می‌کند. اثر بخشی آموزش مهارت‌های معنوی؛ با کاهش سطح استرس و گرایش‌های منفی عاطفی، می‌تواند تا حدودی باعث افزایش خوشبینی و خودکارآمدی دانش‌آموزان شود.

بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های معنوی بر هرکدام از مولفه‌های سرمایه روانشناختی نشان داد آموزش مهارت‌های معنوی می‌تواند امید دانش‌آموزان را افزایش دهد. نتایج پژوهش حاضر با بخشی از یافته‌های پژوهش‌های کم‌ری زره‌پوش و همکاران (۱۳۹۲)، سنقرآبادی و فتح‌آبادی (۱۳۹۱) و نصیری و جوکار (۱۳۸۷) همسو می‌باشد. یکی از ابعاد معنویت امید است. انسان با جنبه معنوی وجودش می‌تواند صفات و ویژگی‌های خداوند را درک کند، با ایمان به او اعتماد کند و با امید به رحمت، لطف و مهربانی خداوند، برای رسیدن به اهداف خود گام بردارد (غباری بناب، ۱۳۸۷). در واقع، امید عاملی برانگیزاننده است که افراد را قادر می‌سازد مسیری را انتخاب کنند که به نتیجه‌ای مثبت بینجامد (بیلی و اسنایدر^۱، ۲۰۰۷). باورهای دینی به افراد امکان می‌دهد برای زندگی خود معنا پیدا کرده و به آینده امیدوار باشند. بنابراین، آموزش مهارت‌های معنوی خصوصاً در زمینه توکل و صبر، در بالا بردن امید و کیفیت زندگی نقش بسزایی دارد.

آموزش مهارت‌های معنوی، تاب‌آوری دانش‌آموزان را افزایش داده است. نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش‌های مؤمنی و همکاران (۱۳۹۱)، حسینی قمی و سلیمی بجستانی (۱۳۹۰) و ساندرجان^۲ (۲۰۰۶) همخوانی دارد. نتایج مطالعات این پژوهشگران نشان داده است که بین تاب‌آوری و معنویت، رابطه مثبت و معنا دار وجود دارد. در تبیین نتایج تحقیق حاضر می‌توان گفت باورهای معنوی هدف زندگی را برای فرد روشن می‌کند و مایه تسلی خاطر در شرایط دردناک و تهدید کننده هستند. این باورها باعث می‌شوند فرد رویدادهای غیر منتظره را به عنوان رویدادهای کمتر تهدید کننده ارزیابی کند و قادر باشد رویدادهای غیر قابل تغییر را بپذیرد. از این دیدگاه، فرد زمانی که با نیروی بزرگتری در ارتباط است و اهداف و ارزش‌های والاتری دارد، عملکرد بهتری خواهد داشت. در شرایط دشوار، معنویت ممکن است تنها منبع دست یافتن به آرامش یا پذیرش موقعیت باشد.

با آموزش مهارت‌های معنوی می‌توان خوشبینی دانش‌آموزان را افزایش داد. این نتیجه با بخش‌هایی از نتایج تحقیق علی‌زاده و همکاران (۱۳۹۳) همسو است. خوش بینان طبق آموزه‌های دین اسلام، برخی از سختی‌ها و مشکلات را از ناحیه خداوند متعال دانسته و به جنبه آزمایشی بودن آن تاکید دارند. پاره‌ای از مشکلات را عاملی برای توانمند سازی خود در نظر می‌گیرند و برخی از سختی‌ها را اثروضعی رفتار خود قلمداد می‌کنند (رمضانعلی و همکاران، ۱۳۹۰). آموزش مهارت‌هایی نظیر توکل، صبر، نیایش و حل مسئله با رویکرد معنوی به دانش‌آموزان، نگرش آنها را به مسائل زندگی مثبت نموده و باعث می‌شود خوشبینانه برای رسیدن به اهداف تلاش کنند.

نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های معنوی بر خودکارآمدی دانش‌آموزان مؤثر نبود. نتایج تحقیق مشایخی و محمدی (۱۳۹۴)، موسی زاده و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که بین سلامت معنوی و خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، این یافته پژوهش با پژوهش‌های آنها غیر همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجا که به اعتقاد بندورا (۲۰۰۰) برای تغییر و بهبود میزان خودکارآمدی افراد، باید به افزایش توان جسمانی و کیفیت زندگی آنها توجه نمود. با کاهش سطح استرس و گرایش‌های منفی عاطفی؛ سوء برداشتهای افراد از توانایی‌هایشان را اصلاح کرد. در این پژوهش آموزش مهارت‌های معنوی؛ احتمالاً تنها بر کاهش سطح استرس و گرایش‌های منفی عاطفی؛ می‌تواند اثر گذار باشد؛ ولی آموزش مهارت‌های معنوی در افزایش توان جسمانی و یا بهبود کیفیت زندگی (از نظر مادی) تاثیری ندارد، به همین علت تنها یکی از عوامل بهبود خود کار آمدی تقویت شده و دو عامل دیگر بدون تغییر باقی مانده اند؛ ممکن است به همین علت، اثر بخشی آموزش مهارت‌های معنوی بر خودکارآمدی معنادار نشده است.

با توجه به این که تحقیق حاضر فقط در آموزش و پرورش ناحیه دو شهر کرمان و تنها در بین دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم انجام شده است، پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت‌های معنوی در گروه پسران نیز انجام شود و نتایج با هم مقایسه شود. به مسئولان و برنامه ریزان آموزش و پرورش پیشنهاد می‌شود معنویت را به راه‌های مختلف و با برگزاری کلاس‌های فوق برنامه، استفاده از نرم افزارهای گوناگون آموزش دهند و به این وسیله سرمایه روانشناختی دانش‌آموزان را افزایش دهند. کارگاه‌های آموزشی برای مشاوران و مربیان پرورشی برگزار

^۱ -Baily & Snyder

^۲ -Saundrajana

اثر آموزش مهارت‌های معنوی بر سرمایه روانشناختی در دانش‌آموزان دختر

شود تا از این رویکرد در امور تربیتی دانش‌آموزان استفاده کنند. روش پژوهش حاضر یک روش آزمایشی است. ممکن است آزمودنی‌ها تحت تاثیر شرایطی که از کنترل پژوهشگر خارج است، قرار گرفته باشند. بنابراین لازم است تعمیم نتایج با احتیاط صورت گیرد.

منابع

- اژدری فرد، سیماء؛ قاضی، قاسم و نورانی پور، رحمت ا... (۱۳۸۹). بررسی تاثیر آموزش عرفان و معنویت بر سلامت روان دانش‌آموزان. *فصلنامه اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی*، ۱۲۵-۱۰۵.
- برزگر بفرویی، کاظم و پاک سرشت، فاطمه (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش معنویت درمانی از دیدگاه اسلام بر بهزیستی روان شناختی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *فصلنامه علمی-ترویجی اخلاق*، ۴(۱۶)، ۱۴۷-۱۲۳.
- برومند زاده، نیلوفر و کریمی ثانی، پرویز (۱۳۹۴). تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های معنوی بر سلامت عمومی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر تبریز. *نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی*، ۶(۳۱)، ۹-۲۳.
- بوالهروی، جعفر و همکاران (۱۳۹۲). *آموزش مهارت‌های معنوی کتاب ویژه مربیان*. تهران: نشر مرکز مشاوره دانشجویی دانشگاه تهران.
- دهقان‌نژاد، سمانه؛ حاج حسینی، منصوره و اژه‌ای، جواد (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی بر سازگاری اجتماعی و سرمایه روان‌شناختی دختران نوجوان ناسازگار. *فصلنامه روانشناسی مدرسه*، ۶(۱)، ۴۹-۶۷.
- غباری بناب، باقر (۱۳۸۷). *کودک، نوجوان و معنویت*. تهران: بسطرون.
- قماش، سعید؛ احمدی، مینا؛ عباسی، محمود و صالحی، حمیدرضا (۱۳۹۵). بررسی میزان سرمایه روانشناختی نوجوانان و تاثیر آن بر گرایش به جرم (نمونه موردی شهر اصفهان). *فصلنامه حقوق پزشکی*، ۱۰(۳۷)، ۱۷۱-۱۹۳.
- کریمی‌فر، مسعود؛ روح الامینی، مرضیه سادات؛ دین پرور، احسان و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مولفه‌های معنوی بر مولفه‌های روانشناسی مثبت در نوجوانان. *پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده*، ۴(۷)، ۱۱۳-۱۳۶.
- موحدی، یزدان؛ کریمی نژاد، کلثوم؛ هاشمی نصرت آبادی، تورج و موحدی، معصومه (۱۳۹۲). کارایی مدل آموزش مبتنی بر معنویت بر بهبود مولفه‌های کیفیت زندگی در دانش‌آموزان. *فصلنامه روان‌شناسی و دین*، ۷(۱)، ۵-۱۶.
- نریمانی، محمد؛ شاه محمد زاده، یحیی؛ امیدوار، عظیم و امیدوار، خسرو (۱۳۹۳). مقایسه سرمایه روانشناختی و سبک‌های عاطفی در بین دانش‌آموزان پسر با و بدون ناتوانی یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۴(۱)، ۱۱۸-۱۰۰.
- Aliyev, R., & karakus, M. (2014). The effects of positive psychological capital and negative feelings on student's violence tendency. *Social and behavioral sciences*, 190, 69-76.
- Hodges, T. D. (2010). An experimental study of the impact of Psychological Capital on Performance engagement, and the Contagion effect. University of Nebraska: Lincoln.
- Luthans, F. (1999). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of organizational behavior*, 3(23), 695-706.
- Luthans, F., & Youssef, C. M., Avolio, B. J. (2004). Emerging positive organizational behavior. *Journal of Management*, 33, 321-349.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Walumbwa, F. O., & Li, W. (2007). The psychological capital of Chinese workers: Exploring the relationship with performance. *Management and Organization Review*, 1(2), 249-271.
- Vanno, V., Kaemkate, W. Wongwanich, S. (2014). Effect of group – level positive psychological capital on group effectiveness of Thai students. *Social and behavioral sciences*, 171, 1309-1314.

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی

توجه: بررسی مقاله ای متون (مقدماتی)

کارگاه آنلاین
بررسی مقابله ای متون (مقدماتی)

PROPOSAL
پروپوزال

توجه: پروپوزال نویسی و پایان نامه نویسی

کارگاه آنلاین
پروپوزال نویسی و پایان نامه نویسی

ISI
Scopus

توجه: آشنایی با پایگاه های اطلاعات علمی بین المللی و ترند های جستجو

کارگاه آنلاین آشنایی با پایگاه های اطلاعات علمی بین المللی و ترند های جستجو