



The Relationship between Spiritual intelligence and Coping Styles with Stress in Adolescent Girls in Gonabad

Najme Ebrahimi¹, Mahidye Abedipoor², Mansoor karimi², Mitra Jaras^{3*}

1- MSC in Nursing, Department of Medical- Surgical and Pediatric Nursing, School of Nursing, Social Development and Health Promotion Research Center, Gonabad University of Medical Sciences, Gonabad, Iran.

2- Nursing Student, Student Research Committee, Gonabad University of Medical Sciences, Gonabad, Iran.

3- Faculty Member, Department of Nursing, Shazand School of Nursing, Arak University of Medical Sciences, Arak. Iran.

Corresponder author: Mitra Jaras, Faculty Member, Department of Nursing, Shazand School of Nursing, Arak University of Medical Sciences, Arak. Iran.

Email: mjaras@yahoo.com

Received: 11 Jan 2021

Accepted: 21 Aug 2022

Abstract

Introduction: Stress is an undeniable fact and a factor in the evolution of human life and is known as one of the most important causes of diseases one of the groups that are exposed to various stresses is adolescents. One of the factors that makes some people less affected by different pressures and less injured is the use of coping skills against stressors. Spiritual intelligence, as one of the new concepts of intelligence, includes a kind of adaptation and problem-solving behavior that is important in terms of coping with stress. This study was conducted to investigate the relationship between spiritual intelligence and coping styles in adolescent girls in Gonabad in 2018.

Methods: This cross-sectional study was performed on 300 adolescent girls aged 12 to 16 years in Gonabad by stratified sampling. Data were collected through the Demographic Information Questionnaire, King Spiritual Intelligence Questionnaire, and endler parker's coping strategies Questionnaire among adolescent girls.

Results: the average age of students, and parents were 14.25, 46.05, and 41.75 years, respectively. The results showed that the average score of spiritual intelligence was 81.04 ± 14.99 . The highest average for stress coping style is related to the emotional area of 52.70 ± 11.85 . there is a significant relationship between spiritual intelligence and coping styles ($P < 0.001$).

Conclusions: There is a significant relationship between spiritual intelligence and coping styles; spiritual intelligence and coping styles in adolescent girls can affect their physical and mental health.

Key words: Intelligence, Spirituality, Coping, Stress, Adolescent.



ارتباط هوش معنوی و سبک های مقابله با استرس در دختران نوجوان شهر گناباد

نجمه ابراهیمی^۱، مهدیه عابدی پور^۲، منصوره کریمی^۲، میترا جرس^{۳*}

۱- کارشناسی ارشد پرستاری، گروه پرستاری داخلی جراحی و کودکان، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران.

۲- دانشجوی کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران.

۳- عضو هیات علمی، دانشکده پرستاری، دانشکده پرستاری شازند، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

نویسنده مسئول: میترا جرس، عضو هیات علمی، دانشکده پرستاری، دانشکده پرستاری شازند، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.
mjaras@yahoo.com ایمیل:

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۵/۳۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۲۱

چکیده

مقدمه: استرس واقعیتهای غیرقابل انکار و عاملی در جهت تحول زندگی آدمی و بعنوان یکی از مهمترین عوامل پیدایش بیماری ها شناخته می شود که یکی از گروه هایی که در معرض استرس های گوناگون قرار دارند، نوجوانان هستند. یکی از عواملی که باعث می شود برخی افراد کمتر از دیگران تحت تأثیر فشارهای مختلف قرار گرفته و کمتر آسیب ببینند، به کار بردن مهارتهای مقابله ای در برابر عوامل استرس زاست. هوش معنوی به عنوان یکی از مفاهیم جدید هوش، دربردارنده نوعی سازگاری و رفتار حل مسئله است که از حیث مقابله با استرس امری مهم به حساب می آید. این مطالعه با هدف بررسی ارتباط هوش معنوی و سبکهای مقابله با استرس در دختران نوجوان شهر گناباد در سال ۱۳۹۷ انجام شد.

روش کار: این مطالعه مقطعی بر روی ۳۰۰ نفر از دختران نوجوان ۱۲ تا ۱۶ سال شهر گناباد به روش نمونه گیری طبقه ای انجام شد. داده ها از طریق پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی، پرسشنامه هوش معنوی کینگ و پرسشنامه مقابله با استرس اندلر و پارکر جمع آوری شد.

یافته ها: میانگین سنی دانش آموزان، پدران و مادران به ترتیب ۱۴/۲۵، ۴۶/۰۵ و ۴۱/۷۵ سال بود. میانگین نمره هوش معنوی ۱۴/۹۹ $\pm$ ۸۱/۰۴ به دست آمد. بالاترین میانگین سبک مقابله با استرس مربوط به حیطه هیجان مدار ۵۲/۷۰ $\pm$ ۱۱/۸۵ می باشد. ارتباط معنی داری بین هوش معنوی و سبک مسئله مدار وجود داشت ($P < ۰/۰۰۱$).

نتیجه گیری: بین هوش معنوی و سبک های مقابله با استرس ارتباط معنی داری وجود داشت لذا می توان با ارتقای هوش معنوی و در نظر گرفتن نقش آن در انتخاب سبک مقابله با استرس در دختران نوجوان به آنان در حفظ و ارتقای سلامت جسمی و روانی شان کمک نمود.

کلیدواژه ها: هوش، معنویت، مقابله، استرس، نوجوان.

مقدمه

استرس در ارتباط هستند (۲، ۳). یکی از گروه هایی که در معرض استرس های گوناگون قرار دارند، نوجوانان هستند. عوامل استرس زایی همچون، مسائل مربوط به مدرسه، رقابت، عوامل اجتماعی، طلاق والدین، مرگ عزیزان می تواند مولد استرس در این دوران باشد. تحقیقات متعدد بر روی نوجوانان نشان داده اند که نوجوانانی که در معرض استرس به صورت مزمن قرار دارند، دچار ضعف در عملکرد

استرس واقعیتهای غیرقابل انکار و عاملی در جهت تحول زندگی آدمی است. لازاروس معتقد است تنیدگی موقعی ایجاد می شود که نیازها بر فرد فشار می آورد یا از منابع سازش یافتگی او فراتر می رود (۱). استرس بعنوان یکی از مهمترین عوامل پیدایش بیماری ها شناخته می شود. گفته می شود که ۷۵ درصد بیماری های جسمی با

است. هوش معنوی مانند سایر هوش ها، مادرزادی است و می تواند گسترش پیدا کند (۲۰). هوش معنوی به عنوان یکی از مفاهیم جدید هوش، دربردارنده نوعی سازگاری و رفتار حل مسئله است که بالاترین سطوح رشد را در حیطه های مختلف شناختی، اخلاقی، هیجانی، بین فردی و ... شامل می شود و فرد را در جهت هماهنگی با پدیده های اطراف و دستیابی به یکپارچگی درونی و بیرونی یاری می نماید. معنویت و باورهای معنوی با ابعاد روانشناختی ارتباط تنگاتنگی دارند و در جهت ایجاد تعادل در زندگی انسانی گام بر می دارند (۲۱) این هوش انسان را در رو به رو شدن با مشکلات، دردها، رنج ها و ناامیدی ها یاری می کند. (۲۲). با توجه به تعریف و کاربردهایی که برای هوش معنوی ذکر شده است، این احتمال نیز وجود دارد که هوش معنوی در سلامت جسمی و روانی همه افراد تأثیر داشته باشد. همچنین به افراد کمک می کند تا خود با ثباتی داشته و نگرانی ها و اضطراب ها را بتوان کاهش داده و به طور عمیق تر با دیگران ارتباط برقرار نمایند. (۲۳).

گرچه پژوهش های متعددی در رابطه با متغیرهای هوش معنوی و سبک های مقابله با استرس تاکنون انجام شده اما مطالعه ای که ارتباط این دو متغیر را در دختران نوجوان شهر گناباد سنجیده باشد توسط محققین این پژوهش یافت نشد بنابراین می توان تفاوت در گروه مطالعاتی، مکان انجام مطالعه و اهمیت گروه سنی را به عنوان ویژگیهای مطالعه حاضر در نظر گرفت. لذا با توجه به اینکه دوره نوجوانی مقطع بسیار حساس و پرچالش در زندگی هر فرد محسوب می شود و مهارت های مقابله با استرس به عنوان جزئی از مهارت های زندگی، افراد را قادر می سازد به گونه ای موثر با چالش های روزمره زندگی برخورد کنند. از سوی دیگر هوش معنوی و کاربرد آگاهانه آن در زندگی موجب افزایش رابطه فرد با خویشتن و جهان بزرگتر می شود، در این پژوهش بر آن شدیم به بررسی ارتباط سبکهای مقابله با استرس در نوجوانان و هوش معنوی نوجوانان بپردازیم.

روش کار

پژوهش حاضر یک مطالعه مقطعی می باشد. جامعه آماری دختران نوجوان ۱۲ تا ۱۶ ساله ی مشغول به تحصیل در مدارس شهر گناباد در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بودند. حجم نمونه پژوهش با توجه به مطالعه مشابه (۲۴) و با استفاده از نرم افزار PASS و در نظر گرفتن $R=0/38$ و عرض فاصله اطمینان $0/2$ ، ۲۸۳ نفر محاسبه گردید که با در نظر گرفتن

تحصیلی و روانی خواهند شد. علاوه بر این نتایج حاصل از این استرس ها گاهی اوقات تا دوران بزرگسالی و دانشگاهی ادامه می یابند و به مشکلات رفتاری تبدیل خواهند شد (۴-۶). استرس دوران نوجوانی به دلیل تأثیر بر سلامت جسمانی- روانی و ایجاد اختلال در زندگی نوجوانان، یک موضوع مهم سلامت محسوب می شود (۷، ۸). نوجوانی دوره حساس در زندگی هر فرد و توأم با بعضی تغییرات در ابعاد فیزیولوژیکی، عاطفی و شناختی مانند بلوغ و افزایش فشار برای به عهده گرفتن نقش های جدید در آینده می باشد که گاهی تجربه این دوران بدون آگاهی از مهارتهای مورد نیاز می تواند همراه با احساس ترس، هیجان و استرس باشد (۴، ۵، ۹). یکی از عواملی که باعث می شود برخی افراد کمتر از دیگران تحت تأثیر فشارهای مختلف قرار گرفته و کمتر آسیب ببینند، به کار بردن مهارتهای مقابله ای در برابر عوامل استرس زاست (۱۰-۱۲). شیوه هایی که انسان ها در برخورد با فشارها، ناکامی ها، ناامیدی ها و شکست ها به کار می برند، شیوه ی مقابله با استرس نام دارد (۸). شیوه های مقابله عبارت است از تلاش های شناختی و رفتاری برای برآورده ساختن خواسته های درونی و بیرونی که معمولاً این تلاش ها آگاهانه است (۱۲). لازاروس و فولکمن در سه شکل کلی مقابله را مشخص کرده اند که عبارتند از: شیوه مقابله مسأله مدار (مقابله ی متمرکز بر مشکل)، شیوه مقابله هیجان مدار (مقابله متمرکز بر هیجان) و شیوه مقابله اجتناب مدار (مقابله متمرکز بر اجتناب). شیوه یا مجموعه شیوه هایی که طی آن فرد به منظور کاهش یا حذف پیامدهای ناخوشایند استرس، سعی می کند بر عامل استرس تسلط یابد، شیوه ی مقابله ای مسأله مدار نام دارد. در مقابله هیجان مدار فرد برای مهار واکنش های هیجانی مرتبط با عامل استرس شیوه هایی بکار می گیرد و در مقابله ی اجتناب مدار فرد سعی می کند از عامل استرس دوری کند (۳). استفاده از راهبردهای مقابله ای مؤثر و مثبت اثرات منفی استرس را کاهش می دهد. همچنین نوجوانانی که راهبردهای مقابله ای مؤثر ندارند بیشتر در معرض مشکلات سلامت روانی و جسمی قرار دارند (۶، ۱۳).

پژوهش ها نشان داده اند هوش معنوی می تواند یک عامل پیش بینی کننده برای مقابله با استرس باشد (۱۴-۱۹). هوش به عنوان توانایی برای درک، یادآوری و یا ترکیبی از یادگیری زود هنگام و یا مقابله با یک وضعیت جدید، تعریف می شود. تحقیقات گاردنر نشان داده است که هوش انواع مختلفی دارد، که یکی از آنها هوش معنوی

احتمال ریزش ۱۰ درصد، این تعداد به ۳۱۰ نفر افزایش یافت. تعداد ۱۰ نفر به علت نقص در تکمیل پرسشنامه ها حذف شدند و ۳۰۰ نفر مورد بررسی قرار گرفتند. در این مطالعه از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای بر حسب مدرسه و کلاس درس استفاده شد. معیار های ورود به مطالعه شامل داشتن رضایت آگاهانه و کتبی برای شرکت در مطالعه، سن ۱۲-۱۶ سال، اشتغال به تحصیل در مدارس شهر گناباد، عدم وجود اختلال روانی شناخته شده و عدم تجربه ی اتفاق استرس زا جدی در شش ماه گذشته مانند فوت عزیزان، بیماری خاص برای خود یا افراد خانواده. طلاق والدین که قبل از ورود به مطالعه به عنوان معیار ورود توسط چک لیست مورد پرسش قرار می گرفت و در صورت عدم وجود این رویدادها فرد وارد مطالعه می شد. نقص در تکمیل پرسشنامه ها یا مخدوش بودن آن به عنوان معیار خروج از مطالعه در نظر گرفته شد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل: ۱- فرم مشخصات جمعیت شناختی ۲- پرسشنامه مقابله با استرس اندلر و پارکر (CISS): این پرسشنامه دارای ۴۸ گویه بوده که پاسخ ها بر اساس مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (همیشه- بیشتر اوقات- معمولاً- گاهی- هرگز) مورد ارزیابی قرار می گیرد. این پرسشنامه سه زمینه اصلی رفتارهای مقابله ای را در بر می گیرد: ۱. مقابله مسأله مدار ۲. مقابله هیجان مدار ۳. مقابله اجتنابی برای به دست آوردن پایایی پرسشنامه سبکهای مقابله با استرس در گروه دانشجویان از آلفای کرونباخ استفاده شده است که در مقابله مسأله مدار پسران ۰/۹۲ و دختران ۰/۸۵ و هیجان مدار پسران ۰/۸۲ و دختران ۰/۸۵ و اجتنابی پسران ۰/۸۵ و دختران ۰/۸۲ به دست آمده است (۱۹). ضریب اعتبار پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ در پژوهش قریشی در سطح بالایی (۰/۸۱) به دست آمده است. روایی پرسشنامه مذکور نیز طی تحقیقاتی که در ایران انجام شده ثابت گردیده است. به منظور محاسبه همبستگی عوامل پرسشنامه مقابله با استرس از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردیده و نتایج ذیل به دست آمده است. مسأله مدار ۰/۵۸ هیجان مدار ۰/۵۵ اجتنابی ۰/۹۳ (۲۱). ۳- پرسشنامه هوش معنوی کینگ (SISRI): پرسشنامه هوش معنوی کینگ دارای ۲۴ گویه است و هدف آن، سنجش میزان هوش معنوی از ابعاد مختلف (تفکر وجودی انتقادی، تولید معنای شخصی، توسعه حالت آگاهی، آگاهی متعالی) می باشد. پایایی پرسشنامه در مطالعه سعادت و همکاران (۲۵) به روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفته که آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۹۲

درصد و ضریب آلفا برای خرده مقیاس ها ۰/۷ تا ۰/۹ به دست آمد. همچنین در مطالعه کرمی و همکاران ضریب آلفای کرونباخ ابزار هوش معنوی کینگ ۰/۹۱ محاسبه شده است (۲۶). که برای هر گزینه از مقیاس لیکرت ۵ گزینه ای (کاملاً موافقم ۴، موافقم ۳، نه موافقم نه مخالفم ۲، مخالفم ۱ و کاملاً مخالفم ۰) استفاده می شود. مورد ۶ برعکس نمره دهی می شود. مجموع امتیازات کسب شده بین ۰ تا ۹۶ می باشد. در این پرسشنامه هر چه فرد نمره بالاتری کسب نماید، دارای هوش معنوی بیشتری است.

جهت جمع آوری داده ها بعد از کسب اجازه و هماهنگی های لازم با مسئولین دانشگاه و اخذ کد اخلاق در پژوهش (IR.GMU.REC.1397.029) از کمیته منطقه ای اخلاق در دانشگاه علوم پزشکی گناباد و کسب مجوزهای لازم از اداره آموزش و پرورش پژوهشگران با حضور در کلاس های درس مدارس دوره متوسطه شهرستان و با کسب اطمینان از دارابودن افراد از معیارهای ورود به مطالعه، پس از ارائه توضیحات لازم در خصوص اهداف پژوهش، گرفتن رضایت آگاهانه از شرکت کنندگان و اطمینان دادن به آنان در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات، پرسشنامه ها را توزیع و پس از تکمیل به صورت خوداظهاری، آنها را جمع آوری کردند. داده ها پس از جمع آوری، کدگذاری و وارد رایانه شدند. پس از کنترل صحت ورود داده ها، تجزیه و تحلیل با نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ انجام گردید. تجزیه و تحلیل تجزیه و تحلیل داده ها در دو بخش آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (آزمونهای رگرسیون خطی، تی مستقل، ANOVA و ضریب همبستگی پیرسون) صورت گرفت. به منظور بررسی تبعیت متغیرهای کمی از توزیع نرمال از آزمون کولموگروف اسمیرنوف تک نمونه ای استفاده شد. نتایج حاصل از آزمون های آماری در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنی دار لحاظ گردید.

یافته ها

نتایج این پژوهش نشان داد میانگین سنی نوجوانان شرکت کننده در پژوهش $12/18 \pm 14/5$ سال بود. میانگین سنی مادران و پدران به ترتیب $41/75 \pm 5/49$ و $46/05 \pm 5/60$ سال بود. اکثر شرکت کنندگان (۴۵/۶ درصد) فرزند اول خانواده بودند و خانواده هایشان، دو فرزند داشتند (۴۲/۹ درصد). بیشترین تعداد آن ها (۷۵/۲ درصد) در مدارس دولتی مشغول به تحصیل بودند و میانگین معدل تحصیلی شرکت کنندگان $19/13 \pm 0/88$ بود (جدول ۱).

جدول ۱: مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان در پژوهش

متغیر	تعداد	درصد
تحصیلات مادر		
زیر دیپلم	۷۲	۲۴/۷
دیپلم	۱۳۵	۴۶/۲
فوق دیپلم	۱۷	۵/۸
لیسانس و بالاتر	۶۸	۲۳/۳
تحصیلات پدر		
زیر دیپلم	۶۷	۲۳/۱
دیپلم	۱۱۰	۳۷/۹
فوق دیپلم	۱۱	۳/۸
لیسانس و بالاتر	۱۰۲	۳۵/۲
شغل مادر		
شاغل	۸۷	۲۹/۳
خانه دار	۲۰۹	۷۰/۷
شغل پدر		
کارمند	۱۱۲	۳۹/۲
آزاد	۱۵۸	۵۵/۲
بازنشسته	۱۴	۴/۹
بیکار	۲	۰/۷
نوع مدرسه		
دولتی	۲۲۴	۷۵/۲
غیر انتفاعی	۲۰	۶/۷
نمونه دولتی	۵۴	۱۸/۱
رتبه فرزندی		
اول	۱۳۶	۴۵/۶
دوم	۱۰۳	۳۴/۴
سوم و بالاتر	۵۹	۲۰/۰
تعداد فرزندان خانواده		
یک	۱۶	۵/۵
دو	۱۲۴	۴۲/۹
سه و بیشتر	۱۴۹	۵۲/۶

همچنین اکثر نوجوانان (۵۶ درصد) از سبک مقابله ای هیجان مدار و ۳۴ درصد از سبک مقابله ای اجتنابی استفاده می کردند. میانگین نمره سبک مسئله مدار $42/34 \pm 8/00$ ، سبک هیجان مدار $52/70 \pm 11/85$ و سبک

اجتنابی $10/74 \pm 49/60$ بود.

میانگین نمره هوش معنوی در دختران نوجوان $14/99 \pm 81/04$ بود (جدول ۲).

جدول ۲: میانگین نمره هوش معنوی و ابعاد آن در شرکت کنندگان پژوهش

هوش معنوی و ابعاد	تعداد	انحراف معیار $\pm$ میانگین	حداقل	حداکثر
تفکر وجودی انتقادی	۳۰۰	$25/13 \pm 6/66$	۷	۸۰
تولید معنای شخصی	۳۰۰	$18/18 \pm 4/86$	۵	۶۰
توسعه حالت آگاهی	۳۰۰	$18/08 \pm 5/10$	۹	۷۱
آگاهی متعالی	۳۰۰	$19/64 \pm 4/26$	۶	۳۰
هوش معنوی کل	۳۰۰	$81/04 \pm 14/99$	۳۱	۱۳۵

نتایج آزمون رگرسیون خطی نشان داد به ازای افزایش هر یک نمره هوش معنوی، نمره سبک مسئله مدار $0/19$ افزایش می یابد (جدول ۳).

نتایج آزمون آماری آنوا نشان داد هوش معنوی دختران نوجوان با تحصیلات والدین، شغل پدر، نوع مدرسه ارتباط معناداری نداشته است. فقط ارتباط مثبت و معنادار

همچنین ارتباط معناداری بین سبک مقابله با استرس شرکت کنندگان با تحصیلات والدین، شغل والدین و نوع مدرسه یافت نگردید ($P > 0/05$).

بین شغل مادر و هوش معنوی یافت شد ($P = 0/04$) به گونه ای که دخترانی که مادران شان شاغل بودند در برابر آنان که مادران شان خانه دار بودند از هوش معنوی بالاتری برخوردار بودند.

جدول ۳: نقش هوش معنوی در سبک های مقابله با استرس شرکت کنندگان پژوهش

سبک مقابله با استرس	هوش معنوی	B	β	SE	P
مسئله مدار		۰/۱۹	۰/۳۷	۰/۰۲	<۰/۰۰۱
هیجان مدار		-۰/۰۵	-۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۲۳
اجتنابی		-۰/۱۶	-۰/۲۲	۰/۰۴	<۰/۰۰۱

مقابله با استرس نقش مهمی در پیش بینی سلامت روان دانشجویان دارد (۱۶) بطوری که با افزایش نمره هوش معنوی میزان اختلالات روانی کاهش می یافت و بالعکس. در مطالعه ای که توسط سعادت و لشنی (۲۵) بر روی دانشجویان انجام شد نتایج نشان داد هوش معنوی می تواند پیش بینی کننده ی سبک های مقابله ای باشد و ارتباط معناداری بین هوش معنوی و سبک مقابله ای یافت شد که با نتایج مطالعه حاضر همسو می باشد. در توضیح تفاوت های مطالعه حاضر و مطالعه سعادت می توان به جامعه مورد پژوهش از نظر سن، جنس، تعداد، و ابزار مورد استفاده در سنجش سبکهای مقابله ای اشاره نمود. به گونه ای که افراد شرکت کننده در مطالعه سعادت ۱۵۰ دانشجوی دختر و پسر بودند حال آنکه در این مطالعه ۳۰۰ دانش آموز دبیرستانی دختر شرکت داشتند.

تعدادی از مطالعات در راستای مطالعه حاضر انجام شده اند گرچه به صورت مستقیم ارتباط بین متغیرهای هوش معنوی و سبکهای مقابله با استرس را بررسی نکرده اند اما به طور غیر مستقیم نتایج آنها با مطالعه حاضر همخوانی داشته و می تواند تاییدکننده آن باشد. در مطالعه ای نتایج نشان داد آموزش هوش معنوی در کاهش استرس پرستاران نقش موثری داشت و ارتباط منفی و معنی داری بین هوش معنوی و استرس شغلی وجود داشت (۳۱). برخی از مطالعات نیز نشان داده اند که هوش معنوی نقش بسزایی در سازگاری و انطباق با شرایط، کنترل اضطراب و بهزیستی دارد (۳۲-۳۴). نتایج پژوهش اسمیت هم نشان می دهد هوش معنوی لازمه سازگاری بیشتر با شرایط است بطوری که هرچه هوش معنوی بالاتر باشد توانایی فرد برای رویارویی با مشکلات و مسائل زندگی بیشتر شده و فرد از توانایی بیشتری برای سازگاری و حل مشکلات برخوردار است

بحث

هدف از این مطالعه بررسی نقش هوش معنوی در سبکهای مقابله با استرس دختران نوجوان بود. نتایج این مطالعه نشان داد هوش معنوی نقش پیش بینی کننده در استفاده از سبک های مقابله با استرس دارد به گونه ای که به ازای افزایش یک نمره در هوش معنوی، نمره سبک مسئله مدار ۰/۱۹ افزایش می یافت و همچنین به ازای هر یک نمره افزایش هوش معنوی نمره ی سبک هیجان مدار و اجتنابی به ترتیب ۰/۰۵ و ۰/۱۶ کاهش می یافت. این نتایج بدست آمده با نتایج حاصل از پژوهش مومنی و همکاران مشابه است (۲۷) با این تفاوت که در مطالعه مومنی جامعه پژوهش دانشجویان و در مطالعه حاضر نوجوانان مقطع دبیرستان شرکت کرده بودند اما نتایج مطالعه آنان نیز بیانگر ارتباط مثبت و معنادار بین هوش معنوی و مولفه هایش با سبک مسئله مدار و ارتباط منفی با سبک اجتنابی بود که از این حیث با مطالعه ی ما همخوانی دارد.

مطالعه یزدخواستی و همکاران نیز نشان داد ارتباط مثبت و معناداری بین هوش معنوی و سبک مقابله ای مسئله مدار و جود دارد به طوری که هر چه هوش معنوی بیشتر شود نمره سبک مسئله مدار هم افزایش می یابد (۲۸). که از این نظر با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد.

در همین راستا گودمن و همکاران هوش معنوی را توانایی تجربه شده ای میدانند که علی رغم اینکه به افراد امکان دستیابی به دانش و فهم بیشتر را می دهد، زمینه را برای رشد و تکامل فردی در زندگی نیز فراهم می نماید. پژوهش ها نشان داده اند که هوش معنوی نقش مهمی در سلامت روانی و چگونگی رویارویی با استرس ها و مشکلات دارد (۱۸، ۲۹، ۳۰).

مطالعه دشت بزرگی نیز نشان داد هوش معنوی و سبکهای

بالا تر بود. در این رابطه می توان به در هم آمیختگی دوره نوجوانی با بلوغ اشاره کرد، دوره ای که روان شناسان از آن با عنوان طوفان و تنش یاد می کنند (۴۳، ۴۴) چرا که در این دوره بی ثباتی و تنش های عاطفی-هیجانی و اجتماعی از ویژگیهای آن محسوب می شود و تغییرات همه جانبه ی جسمی، عاطفی، روانی و اجتماعی فرصت تحولات بیشماری را برای نوجوان فراهم می کند (۴۵) که می تواند یکی از دلایل این باشد که نوجوان در این دوره از سبک هیجانی بیش از سایر سبکهای مقابله ای استفاده کند.

نتیجه گیری

باتوجه به اینکه نتایج این مطالعه بیانگر نقش موثر هوش معنوی بر سبکهای مقابله با استرس در نوجوانان است. می توان در این دوره حساس رشد و تکامل با مدنظر قراردادن آموزش های لازم جهت ارتقای هوش معنوی در جهت کمک به نوجوانان برای یافتن معنا در زندگی، توسعه خودآگاهی و افزایش درک و همدلی گامی مثبت برداشت تا زمینه لازم برای استفاده از سبک مقابله ای مناسب فراهم گردد چرا که پیامد استفاده از سبک مناسب مقابله ای، بهزیستی جسمی و روانی است. از محدودیت های مطالعه حاضر می توان به در نظر گرفتن دختران نوجوان به تنهایی و تاثیر غیر قابل انکار دوران بلوغ در این دوران بر رفتار و ویژگیهای شخصیتی نوجوان اشاره نمود. توصیه می شود در مطالعات آینده به مقایسه هر دو جنس دختر و پسر پرداخته و بازه های سنی مختلف در دوران نوجوانی من جمله بلوغ لحاظ گردد.

سیاسگزاری

پژوهش حاضر با کد اخلاق در پژوهش (IR.GMU.REC.1397.029) از کمیته منطقه ای اخلاق در دانشگاه علوم پزشکی گناباد به انجام رسید، بدین وسیله از معاونت محترم تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی گناباد، کمیته تحقیقات دانشجویی، همچنین کلیه دانش آموزان و مسئولین محترم آموزش و پرورش شهر گناباد که با پژوهشگران در جهت هر چه بهتر به سرانجام رساندن پژوهش حاضر همکاری نمودند، تقدیر و تشکر می گردد.

تضاد منافع

تضاد منافی وجود ندارد.

(۳۵). حسینی و همکاران هم نشان دادند بین هوش معنوی و کیفیت زندگی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد (۳۶). مطالعه جعفری (۳۲)، قربانی بناب (۱۵) و ساین (۳۷) نشان می دهد بین هوش معنوی و سلامت روانی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش کریمی و همکاران نیز تحت عنوان هوش معنوی پرستاران و صلاحیت بالینی آنها، نشان داد هوش معنوی نقش بسزایی در صلاحیت بالینی افراد داشته و افرادی که هوش معنوی بیشتری داشتند از قدرت بیشتری در حل مسائل و مشکلات و سازگاری و انطباق با شرایط برخوردار بودند (۱۷).

در تبیین این یافته الکنز معتقد است هوش معنوی باعث می شود افراد در رویارویی با مسائل و مشکلات زندگی با استفاده از صبر، تحمل و بینشی عمیق از سختی ها نترسیده و با خودکارآمدی بالا با آن روبرو شوند و راه حلی منطقی برای آن بیابند (۳۸). از نظر ناچاپیان و همکاران (۳۹) افرادی که هوش معنوی بالاتری دارند دارای مهارتهای بیشتری در برقراری ارتباطات، همدلی، احترام، درک بین فردی و گشودگی به تجربه هستند که مسلما این موارد تاثیر قابل تاملی در حل مساله داشته و به گونه ای غیر مستقیم بر سبک مقابله ای حل مساله متمرکز می شود. امچری و همکاران نیز تاکید می کنند هوش معنوی زیربنای باورهای فرد بوده و سبب اثرگذاری بر عملکرد وی می شود. این هوش باعث افزایش قدرت انعطاف پذیری و خودآگاهی انسان شده به گونه ای که در برابر مشکلات زندگی تاب آوری بیشتری دارند (۴۰). هوش معنوی موجب می شود انسان باملاiment و عطفوت بیشتری به مشکلات نگاه کند و تلاش بیشتری برای یافتن راه حل داشته باشد (۳۸).

از طرف دیگر نتایج پژوهش های اخیر نشان می دهد نوع راهبردهای مقابله ای مورد استفاده فرد نه تنها سلامت روانی بلکه بهزیستی جسمانی وی را نیز تحت تاثیر قرار می دهد (۴۱). راهبردهایی که فرد به کار می برد بخشی از نیمرخ آسیب پذیری او به شمار می رود و به کار بردن راهبردهای مقابله ای نامناسب در رویارویی با عوامل استرس زا می تواند موجب افزایش مشکلات گردد، درحالی که بکارگیری راهبردهای مناسب مقابله ای، می تواند پیامدهای مفید و مثبت در زندگی فرد به همراه داشته باشد (۴۲).

نتایج حاصل از این پژوهش همچنین نشان داد اکثر واحدهای پژوهش از سبک مقابله ای هیجان مدار استفاده می کردند و میانگین نمره ی این سبک از سایر سبک ها

References

1. Roshan R, Shaeiri M. Levels and types of stress and coping strategies among college students compared to students in Shahed and non-Shahed university. Bimonthly Journal of Shahed University, 11 (4): 49-60 In Persian. 2004.
2. Forouzandeh N, Delaram M. Effects of cognitive behavioral therapy on the coping strategies of non-medical students of Shahrekord University of Medical Sciences. 2003.
3. Saffari M, Ghofranipour F, Mahmoudi M, Montazeri A. Stress, coping strategies and related factors in a sample of Iranian adolescents. Iranian Red Crescent Medical Journal. 2011;13(9):641. <https://doi.org/10.5812/kowsar.20741804.2241>
4. Leonard NR, Gwadz MV, Ritchie A, Linick JL, Cleland CM, Elliott L, et al. A multi-method exploratory study of stress, coping, and substance use among high school youth in private schools. Frontiers in psychology. 2015;6:1028. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01028>
5. Basiri Moghadam M, Khosravan S, Sadeghmoghadam L, Ebrahimi Senoo N. Adolescent girls' self-concept and its related factors based on Roy adaptation model. The Horizon of Medical Sciences. 2017;23(1):77-83. <https://doi.org/10.18869/acadpub.hms.23.1.77>
6. Compas BE, Wagner BM. Psychosocial stress during adolescence: Intrapersonal and interpersonal processes. Adolescent stress: Routledge; 2017. p. 67-86.
7. Chandra A, Batada A. PEER REVIEWED: Exploring Stress and Coping Among Urban African American Adolescents: The Shifting the Lens Study. Preventing Chronic Disease. 2006;3(2).
8. Rodríguez-Naranjo C, Caño A. Daily stress and coping styles in adolescent hopelessness depression: Moderating effects of gender. Personality and Individual Differences. 2016;97:109-14. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.027>
9. Najafi S, Hajivosough NS, NamaeiQasemnia A, Mohseni M, KhoshdastKakhki M. The role of attachment styles and personality characteristics in adolescent's self-esteem. Journal of Pediatric Nursing. 2019;6(1):23-30.
10. Gallegos J, Langley A, Villegas D. Anxiety, depression, and coping skills among Mexican school children: A comparison of students with and without learning disabilities. Learning Disability Quarterly. 2012;35(1):54-61. <https://doi.org/10.1177/0731948711428772>
11. Nouri N, Moeini B, Ghaleiha A, Faradmal J, Zareban I. The Effect of Emotional Intelligence Training Based on Social Support Theory on Reducing Perceived Stress and Promoting Communication Skills among Male High School Students in Hamadan. J Educ Community Health. 2017;3(4):45-51. <https://doi.org/10.21859/jech.3.4.45>
12. Steiner H, Erickson SJ, Hernandez NL, Pavelski R. Coping styles as correlates of health in high school students. Journal of adolescent health. 2002;30(5):326-35. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(01\)00326-3](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(01)00326-3)
13. Masiran R, Ismail SIF, Ibrahim N, Tan K-A, Andrew BN, Chong SC, et al. Associations between coping styles and psychological stress among medical students at Universiti Putra Malaysia. Current Psychology. 2018;1-5. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0049-7>
14. Alaei S, Zabihi R, Ahmadi A, Doosti A, Saberi SM. Emotional intelligence, spiritual intelligence, self-esteem and self control of substance abuse. International Neuropsychiatric Disease Journal. 2017;1-8. <https://doi.org/10.9734/INDJ/2017/33461>
15. Bonab BG. Relation between mental health and spirituality in Tehran University student. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2010;5:887-91. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.204>
16. Bozorgi MD, Bozorgi ZD. The relationship between spiritual intelligence, coping strategies, and mental health among students. International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS) ISSN 2356-5926. 2016:636-46.
17. Karimi-Moonaghi H, Gazerani A, Vaghee S, Gholami H, Salehmoghaddam AR, Gharibnavaz R. Relation between spiritual intelligence and clinical competency of nurses in Iran. Iranian journal of nursing and midwifery research. 2015;20(6):665. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.170002>
18. Khosravi M, Nikmanesh Z. Relationship of spiritual intelligence with resilience and perceived stress. Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences. 2014;8(4):52.
19. Mahasneh AM, Shammout NA, Alkhazaleh ZM, Al-Alwan AF, Abu-Eita JD. The relationship

- between spiritual intelligence and personality traits among Jordanian university students. *Psychology Research and Behavior Management*. 2015;8:89. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S76352>
20. Pourfarokh M. Relationship between spiritual Intelligence and self esteem with ways of stress coping style in university students. In: SOCIOINT14- International Conference on Social Sciences and Humanities. 2016.
 21. Rahmanian M, Hojat M, Jahromi MZ, Nabilolahi A. The relationship between spiritual intelligence with self-efficacy in adolescents suffering type 1 diabetes. *Journal of education and health promotion*. 2018;7. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_21_18
 22. Moalemi S, Raqhibi M, Narimani M, Shirabadi A, Advarm M. Investigation of the relationships between spiritual intelligence with job stress and occupational satisfaction in nurses based on King's spiritual intelligence questionnaire. *Islamic Research Journal of Psychology*. 2015.
 23. Raisi M, Ahmari Tehran H, Heidari S, Jafarbegloo E, Abedini Z, Bathaie SA. Relationship between spiritual intelligence, happiness and academic achievement in students of Qom University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2013;13(5):431-40.
 24. Pourfarokh M, editor Study of the relationship between spiritual intelligence and self esteem with ways of stress coping styles in university students. *International Conference on Social Sciences and Humanities Istanbul, Turkey*; 2014.
 25. Sa'adati H, Lashani L. Spiritual Intelligence Relationship with Coping Strategies. *Archives of Rehabilitation*. 2012;12(0):75-81.
 26. Rahnmo SS, Fathei AA, Seraji F, Gorand MK, Sharifirahnmo M. High-risk Behaviors of Female Adolescents Based on Different Types of Intelligence. *Journal of Research Police Science*. 2021;8(2):450-68.
 27. Momeni A, Ebrahimi A. The relationship between creativity and spiritual intelligence with coping styles in students. *The Journal Of New Advances In Behavioral Sciences*. 2017;2(7):24-39.
 28. Yazdkhasty A, Khorasani MSS, Bidgoli AM. Prediction of stress coping styles based on spiritual intelligence in nurses. *International Academic Journal of Social Sciences*. 2016;3(2):61-70.
 29. Amirian M-E, Fazilat-Pour M. Simple and multivariate relationships between spiritual intelligence with general health and happiness. *Journal of religion and health*. 2016;55(4):1275-88. <https://doi.org/10.1007/s10943-015-0004-y>
 30. Farahi SMM, Chamanabad AG, Ebrahimabad MJA, Farahi SMMM, Najmi M, Moslemi HG, et al. Prediction of Difficulty in Emotional Adjustment Based on Spiritual Intelligence among Criminals at Mashhad Prison. *Religion and Health*. 2015;3(1):39-48.
 31. MAHMOUDIRAD G, BAGHERIAN F. Effects of spiritual intelligence training on nurses' job stress. *J Nurs Manage*. 2015;4(1):69-79. <https://doi.org/10.1525/fq.2015.69.1.72>
 32. Jafari E, Dehshiri GR, Eskandari H, Najafi M, Heshmati R, Hoseinifar J. Spiritual well-being and mental health in university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2010;5:1477-81. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.311>
 33. Marashi SA, Naami A, Beshldeh K, Zargar Y, Ghobari Bonab B. The impact of spiritual intelligence training on psychological well-being, existential anxiety, and spiritual quotient among the students of Ahvaz faculty of petroleum. *Journal of Psychological Achievements*. 2012;19(1):63-80.
 34. Young C, Koopsen C. *Spirituality, health and healing*. Thorofare, NJ: Slack. Inc; 2005.
 35. Smith S. Exploring the interaction of emotional Intelligence and spirituality. *Traumatology*. 2004;10(4):231-43. <https://doi.org/10.1177/153476560401000403>
 36. 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. *Journal of social sciences*. 2010;6(3):429-38. <https://doi.org/10.3844/jssp.2010.429.438>
 37. Singh A, Kaur P, Singh T. Spiritual intelligence, altruism, school environment and academic achievement as predictor of mental health of adolescents. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*. 2010;6(1):34-8.
 38. Elkins M, Cavendish R. Developing a plan for pediatric spiritual care. *Holistic Nursing Practice*. 2004;18(4):179-84. <https://doi.org/10.1097/00004650-200407000-00002>

39. Nachiappan S, Andi HK, Veeran VP, Ahmad AI, Zulkafaly FHM. Analysis of cognition integration in intelligence quotient (iq), emotional quotient (eq) and spiritual quotient (sq) in transforming cameron highlands youths through hermeneutics pedagogy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2014;112:888-97. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1246>
40. McSherry W, Draper P, Kendrick D. The construct validity of a rating scale designed to assess spirituality and spiritual care. *International Journal of Nursing Studies*. 2002;39(7):723-34. [https://doi.org/10.1016/S0020-7489\(02\)00014-7](https://doi.org/10.1016/S0020-7489(02)00014-7)
41. Ireland JL, Boustead R, Ireland CA. Coping style and psychological health among adolescent prisoners: A study of young and juvenile offenders. *Journal of adolescence*. 2005;28(3):411-23. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.11.002>
42. Brougham RR, Zail CM, Mendoza CM, Miller JR. Stress, sex differences, and coping strategies among college students. *Current psychology*. 2009;28(2):85-97. <https://doi.org/10.1007/s12144-009-9047-0>
43. Rogers A, Obst S, Teague SJ, Rossen L, Spry EA, Macdonald JA, et al. Association between maternal perinatal depression and anxiety and child and adolescent development: a meta-analysis. *JAMA pediatrics*. 2020;174(11):1082-92. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.2910>
44. Moghadam MB, Khosravan S, Sadeghmoghadam L. The Effect of Roy Adaptation Model-Based Intervention on Self Concept of Teenage Girls. *Hormozgan Medical Journal*. 2019;23(3). <https://doi.org/10.5812/hmj.93256>
45. Neppl TK, Dhalewadikar J, Lohman BJ. Harsh parenting, deviant peers, adolescent risky behavior: Understanding the meditational effect of attitudes and intentions. *Journal of research on adolescence*. 2016;26(3):538-51. <https://doi.org/10.1111/jora.12212>