Religion and Health

ORIGINAL ARTICLE

2017, Vol: 5, No: 1, Pages: 51-60.

The Role of Spiritual Attitude in Predicting Cognitive Emotion Regulation Strategies in Students

Firooz Mahmoodi[1*], Farzaneh Sadeghi[2], Masomeh Jamal Omidi[3]

1- Associate Professor, Department of Education, Faculty of Education and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran
2- PhD Candidate of Educational Psychology, Department of Education, Faculty of Education and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran
3- MSc in Human Resource Development, Department of Education, Faculty of Education and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

***Corresponding Author:**
Firooz Mahmoodi
Department of Education, Faculty of Education and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

Email:
firoozmahmoodi@yahoo.com

Received: 3 Sep 2016
Revised: 1 July 2017
Accepted: 22 July 2017

Abstract

Background and Purpose: Spiritual attitude is one of the components of psychology, which plays a crucial role in emotion regulation. This study sought to evaluate the role of spiritual orientation in predicting cognitive emotion regulation strategies in the students of Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran.

Materials and Methods: This descriptive and correlational study was conducted on 247 students (including 119 males and 128 females) of Tabriz University of Medical Sciences. The subjects were selected through random cluster sampling method in 2014. Data were collected using the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) and the spiritual intelligence questionnaire developed by Shahidi and Farajnia in 2012. Data analysis was performed using Pearson correlation coefficient and stepwise multiple regression in SPSS, version 23.

Results: There was a significant correlation between the spiritual and intellectual capacities with emotion regulation ($r=0.35$, $P<0.001$). Based on the results of regression analysis, two subscales of spiritual intelligence and attitude significantly predicted the positive cognitive emotion regulation ($R^2=0.12$, $\beta=0.24$). However, only the spiritual attitude could significantly predict the negative cognitive emotion regulation ($R^2=0.11$, $\beta=0.31$).

Conclusion: Spiritual attitude could play an important role in making more efficient cognitive emotion regulation strategies, and the students with stronger spiritual attitude were able to regulate their emotions more effectively.

Keywords: Cognitive Emotion Regulation, Spiritual attitude, Students of Medical Sciences

▶ **Citation:** Mahmoodi F, Sadeghi F, Jamal Omidi M. The Role of Spiritual Attitude in Predicting Cognitive Emotion Regulation Strategies in Students. Religion and Health, Spring & Summer 2017; 5(1): 51-60 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

دین و سلامت

مقاله پژوهشی

دوره ۵، شماره ۱، سال ۱۳۹۶ صفحه: ۶۰-۵۱.

بررسی نقش نگرش معنوی در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی در دانشجویان

فیروز محمودی[1*]، فرزانه صادقی[2]، معصومه جمال امیدی[3]

۱- دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۲- دانشجوی دکتری، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۳- کارشناس ارشد، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

* **مؤلف مسئول:** فیروز محمودی

گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

Email:
firoozmahmoodi@yahoo.com

دریافت: ۱۳ شهریور ۱۳۹۵
اصلاحات: ۱۰ تیر ۱۳۹۶
پذیرش: ۳۱ تیر ۱۳۹۶

چکیده

سابقه و هدف: براساس ادبیات پژوهش، نگرش معنوی یکی از مؤلفه‌های روانشناسی است که نقش مهمی در تنظیم شناختی و هیجانی ایفا می‌نماید. در این پژوهش، نقش نگرش معنوی در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجانی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بررسی شد.

مواد و روش‌ها: روش این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی بود و در سال ۱۳۹۳ از بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ۲۴۷ نفر (۱۱۹ مرد و ۱۲۸ زن) به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. پرسشنامه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان (CERQ) و هوش معنوی شهیدی و فرجنیا، روی گروه نمونه اجرا شد. داده‌های حاصل با آزمون آماری ضریب همبستگی و رگرسیون چندگانه در نرم‌افزار SPSS 23 تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین ابعاد نگرش معنوی و توانایی معنوی با تنظیم شناختی هیجانی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (P=۰/۰۰۰۱، r=۰/۳۵). براساس نتایج تحلیل رگرسیونی، نگرش معنوی، تنظیم شناختی هیجانی مثبت را به‌طور مثبت و معناداری پیش‌بینی می‌کند (B= ۰/۲۴، R^2=۰/۱۲). همچنین نگرش معنوی توانسته است تنظیم شناختی هیجانی منفی را به‌طور مثبت و معناداری پیش‌بینی کند (B=۰/۳۱، R^2=۰/۱۱).

استنتاج: با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش، نگرش معنوی می‌تواند در تنظیم شناختی هیجانی، کارآمدتر کمک نماید و دانشجویانی که نگرش معنوی قوی‌تری دارند قادر به تنظیم شناختی هیجانی مؤثرتری هستند.

واژه‌های کلیدی: تنظیم شناختی هیجانی، دانشجویان علوم پزشکی، نگرش معنوی

◀ **استناد:** محمودی، فیروز؛ صادقی، فرزانه؛ جمال امیدی، معصومه. بررسی نقش نگرش معنوی در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی در دانشجویان. دین و سلامت، بهار و تابستان ۱۳۹۶؛۵(۱): ۶۰-۵۱ (فارسی).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

مقدمه

بسیاری از انسان‌ها در زندگی خود هیجان‌های شدید و غیر قابل کنترلی داشته‌اند. در چنین مواقعی، شخص بسیار تمایل دارد که شدت خشم، غم، اضطراب و ناامیدی خود راکنترل کند. ممکن است شدت هیجانات بر رفتار و طرز برخورد فرد به‌گونه‌ای تأثیر بگذارد که موجب رنجش و ناراحتی خود و اطرافیانش شود. در چنین لحظاتی چگونه می‌توان این هیجانات را کنترل کرد؟

تنظیم هیجانی نقش مهمی در کارکرد روزانه آدمی دارد. با اینکه عوامل زیستی، اجتماعی و اخلاقی در پیدایش عواطف مؤثرند؛ اما راهبردهایی که افراد برای تنظیم عواطف خود به‌کار می‌برند نیز از اهمیت بالایی برخوردار می‌باشد. بسیاری از انسان‌ها آگاهی کافی درباره کارایی هرکدام از راهبردهای مورد استفاده خود ندارند؛ اما به اشکال مختلف در زندگی خود روش‌هایی را برای این هدف آموخته‌اند. تنظیم هیجان می‌تواند آگاهانه یا ناآگاهانه، زودگذر یا دائمی و رفتاری یا شناختی باشد (۱). هنگامی که فرد با یک موقعیت هیجانی روبه‌رو می‌شود، احساس خوب و خوش‌بینی برای کنترل هیجان کافی نیست؛ بلکه وی نیاز دارد در این مواقع بهترین کارکرد شناختی را داشته باشد (۲). در اصل برای تنظیم هیجان، به تعامل بهینه‌ای از شناخت و هیجان به‌منظور مقابله با شرایط منفی نیاز است؛ زیرا انسان‌ها در برخورد با موقعیت‌ها آن را تفسیر می‌کنند و تفسیرهای شناختی، تعیین‌کننده واکنش‌های افراد است (۳). تنظیم هیجانی، شامل استفاده از راهبردهای رفتاری و شناختی برای تغییر در مدت زمان یا شدت تجربه یک هیجان می‌شود (۴)؛ بنابراین افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، از راهبردهای تنظیم هیجان متفاوتی برای اصلاح یا تعدیل تجربه هیجانی خود استفاده می‌کنند (۵). یکی از متداول‌ترین این راهبردها، تنظیم هیجان با استفاده از راهبردهای شناختی است. شناخت‌ها یا فرآیندهای شناختی به افراد کمک می‌کند که هیجان و احساس خود را کنترل یا تنظیم کنند و شدت هیجان بر آن‌ها غلبه نکند. در تعریف تنظیم هیجان می‌توان گفت: فرآیندهایی که از طریق آن، افراد می‌توانند بر اینکه چه هیجانی داشته باشند و چه وقت آن‌ها را تجربه کنند و نشان دهند، تأثیر بگذارند. تنظیم هیجان شناختی همراه همیشگی آدمی است که به مدیریت یا تنظیم عواطف و هیجان‌ها کمک می‌کند و به انسان توان سازگاری بیشتر به‌خصوص بعد از تجارب منفی را می‌دهد (۶،۷) و به تمام سبک‌های شناختی اطلاق می‌شود که هر فردی از آن برای افزایش یا کاهش یا حفظ هیجان خود استفاده می‌کند (۳). Garnefski، Kraaij و Spinhoven، ۹ راهبرد شناختی را در تنظیم هیجانات مؤثر می‌دانند که عبارتند از: کنش‌هایی که نشان‌دهنده راه‌های کنارآمدن فرد با وضعیت تنش‌زا و اتفاقات ناگوار است. راهبردهای منفی تنظیم هیجان شامل: راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی (اشتغال ذهنی درباره احساسات و تفکرات مرتبط با واقعه منفی) و فاجعه‌آمیز تلقی‌کردن (تفکر با محتوای وحشت از حادثه)، می‌شود و خود را مقصردانستن، پذیرش، تمرکز مثبت مجدد (تفکر به موضوع لذت‌بخش و شاد به‌جای تفکر درباره حادثه واقعی)، تمرکز بر برنامه‌ریزی (تفکر درباره مراحل فایق‌آمدن بر واقعه منفی یا تغییر آن)، بازنگری و ارزیابی مجدد به‌صورت مثبت (تفکر درباره جنبه‌های مثبت واقعه یا ارتقای شخصی)، کم اهمیت تلقی‌کردن واقعه یا تأکید بر نسبیت آن در مقایسه با سایر وقایع و مقصردانستن دیگران)، راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را تشکیل می‌دهند (۸). راهبردهای تنظیم شناختی هیجانات به افراد کمک می‌کند تا برانگیختگی‌ها و هیجان‌های منفی را تنظیم نمایند. این شیوه تنظیم، با رشد، پیشرفت یا بروز اختلال‌های روانی رابطه مستقیم دارد (۹). Gross و Thompson (۴) و Garnefski در این زمینه معتقدند هرگونه نقص در تنظیم هیجانات می‌تواند فرد را در مقابل مشکلات روان‌شناختی ازجمله افسردگی و اضطراب آسیب‌پذیر سازد (۱۰). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که پاسخ‌های هیجانی نامناسب در مواجهه با فشار روانی ازجمله احساس غمگینی و پریشانی و راهبردهای نارسای

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

تنظیم هیجان‌ها، موجب پریشانی‌های کوتاه‌مدت عاطفی در بین دانشجویان می‌شوند. براساس شواهد به‌دست‌آمده، دانشجویان دارای مهارت هیجانی؛ یعنی کسانی که احساسات خود را به‌خوبی می‌شناسند و آن‌ها را تنظیم می‌نمایند و احساسات دیگران را نیز درک و به شیوه‌ای اثربخش با آن برخورد می‌کنند، در حوزه‌های مختلف زندگی موفق و کارآمد می‌باشند (۱۱).

علاوه بر این موارد، یکی از مؤلفه‌های روان‌شناختی که نقش مهمی در تنظیم هیجانات دارد، هوش معنوی است. هوش معنوی و هوش هیجانی، رابطه‌ای مثبت و معنادار دارند (۱۲). هوش عاملی است که سبب توانایی فرد برای مقابله با مشکلات و حل سازگارانه آن‌ها می‌شود و براساس نظریه Gardner، مقوله‌ای متنوع و چندگانه است (۱۳). ازطرفی، گفته‌اند که معنویت علاوه بر اعتقاد به وجود قدرت برتر و ماورایی شامل: جستجوی معنا و مفهوم زندگی، خودآگاهی، خودشناسی و همچنین احساس مسئولیت و یگانگی در برابر دیگران می‌شود. براساس آنچه ذکر شد، وجود گرایش‌های معنوی به‌دلیل قوه تعقل در انسان است؛ زیرا انسان با این قوه می‌تواند به تفکر و تفحص در خود و محیط اطرافش بپردازد و به علت و معنای امور پی ببرد. تلفیق دو مفهوم هوش و معنویت منجر به پیشنهاد سازه هوش معنوی شده است (۱۴). هوش معنوی ازجمله مفاهیمی است که به‌تدریج از درون جلسات آکادمیک و سخنرانی‌های علمی ظهور کرده است. شایان ذکر است که Zohar و همکاران، ورود این مفهوم را به حوزه ادبیات علمی روان‌شناسی و مدیریت به دو دهه اخیر نسبت می‌دهند (۱۴). درواقع، توجه به گرایش‌های معنوی با پشتوانه تعقل، موجب به‌وجودآمدن نگرش معنوی در انسان می‌شود. درنتیجه، نگرش معنوی را می‌توان از عمق آگاهی انسان و شناخت او دانست که از سطح و ظاهر اشیا عبور می‌کند و به درون، ذات و ماهیت آن‌ها و روابط و وابستگی‌های آن‌ها با هدف جستجوی علت و معنا نفوذ می‌نماید؛ بنابراین هرقدر گرایش‌ها و نگرش‌های معنوی انسان زیربنای اعتقادی (اعتقاد به وجود و حضور خداوند) و فکری (تفکر و دانش درباره آفرینش و معنای آن) پیدا کند، فرد بیشتر و عمیق‌تر در جریان رشد معنوی قرار می‌گیرد. این قرارگرفتن در جریان رشد معنوی، توجه و ایمان به خداوند و درک حضور او در زندگی، تأثیر عمیقی بر دیدگاه و رفتار وی درباره خود و روابطش با انسان‌های دیگر می‌گذارد و راه پیداکردن هدف و معنای صحیح در زندگی را به او نشان می‌دهد که همان دست‌یافتن به توانایی معنوی و نتیجه نگرش معنوی سالم است (۱۵).

در زمان فعلی، مراوده گسترده علمی، کاری و اجتماعی دانشجویان با یکدیگر زمینه‌ساز موقعیت‌های فراوانی است که ممکن است منجر به موفقیت، شکست یا تعارض گردد. مسلماً این موقعیت‌ها، هیجان‌های مثبت و منفی زیادی را برای دانشجویان به‌همراه دارند؛ بنابراین در چنین شرایط تنش‌زایی، اگر دانشجویان انواع مختلف هوش‌های اجتماعی، هیجانی و ازجمله معنوی را در خود تقویت نموده باشند، قادر خواهند بود با حداقل تبعات منفی و روانی برای خود و دیگران چنین موقعیت‌هایی را مدیریت کنند (۱۶). Smith نشان داد لازمه سازگاری با محیط، هوش معنوی است و افرادی که دارای هوش معنوی بالاتری هستند در مقابل فشارهای زندگی، سازگاری بیشتری دارند. همچنین وی معتقد است، هوش معنوی در چند بعد ازجمله: تجربه‌های مذهبی، مقابله با استرس و داشتن هدف‌های مشخص در زندگی بر عملکرد و رفتارهای فرد قابل بررسی و مهم می‌باشد. تمام این مؤلفه‌ها اصولی است که براساس آن‌ها فرد می‌تواند در مقابل فشارهای زندگی و مسائلی که پیش رو دارد، ایستادگی کند و اعمالی را که موجب آسیب‌رساندن به خود و جامعه می‌شود، انجام ندهد (۱۷).

نتایج یک بررسی با عنوان میزان اثربخشی آموزش هوش معنوی بر میزان امید به زندگی و بهزیستی روانی بیماران دیالیزی شهر تهران نشان داد که آموزش هوش معنوی منجر به افزایش تمامی خرده مقیاس‌های بهزیستی روانی و همچنین امید به زندگی در بیماران دیالیزی می‌شود (۱۴).

علی‌زاده و همکاران در پژوهشی با عنوان پیش‌بینی

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

دشواری تنظیم هیجان با توجه به هوش معنوی در مجرمین زندان شهر مشهد به این نتیجه دست یافتند که هوش معنوی درمجموع به‌طور مستقیم و غیرمستقیم می‌تواند پیش‌بینی‌کننده دشواری تنظیم هیجان باشد (۱۷). این روابط علت و معلولی در سطح معناداری می‌باشد و درک و ارتباط سرچشمه هستی به‌طور مستقیم بر دشواری تنظیم هیجان تأثیر می‌گذارد. زندگی معنوی هسته درونی نیز بر دشواری تنظیم هیجان تأثیر می‌گذارد.

یافته‌های پژوهش مشیری و همکاران با عنوان نقش تنظیم هیجانی و معنویت روی استرس شغلی پرستاران نظامی نشان داد که معنویت با تنظیم هیجانی، رابطه‌ای مثبت و معنادار دارد (۱۸). آن‌ها نتیجه گرفتند که افزایش معنویت می‌تواند موجب کاهش استرس شغلی در پرستاران نظامی گردد و با برنامه‌ریزی مناسب و تقویت سطح معنویت در این افراد می‌توان سلامت روان آن‌ها را بهبود بخشید.

شواهد نشان می‌دهد معنویت می‌تواند سبب بهزیستی هیجانی شود (۱۹). همچنین باورهای مذهبی می‌تواند در سلامت روان به‌خصوص در آسیب‌پذیری‌های هیجانی با افزایش ترس، احساس گناه و افزایش بیماری‌های روان مؤثر باشد (۲۰). مذهب با تأثیر بر اهداف و خودنظارتی فرد بر خودتنظیمی تأثیر می‌گذارد و بین مذهب و خودتنظیمی نیز رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (۲۱). به‌طور کلی مطالعات پژوهشگران نشان می‌دهد که از میان ۴۳ پژوهشی که درباره رابطه بین مذهب و سلامت روانی انجام شده است، بین ۸۴ درصد آن‌ها با یکدیگر رابطه وجود داشت (۲۲). پژوهش‌های بسیاری در زمینه روابط راهبردهای تنظیم هیجان با آسیب‌شناسی روانی انجام شده؛ ولی نقش این راهبردها در رابطه با نگرش معنوی کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. با توجه به این مسئله که هوش معنوی یک عنصر کلیدی در رویارویی با چالش‌های امروزی است و مهارت‌های سازگارانه تنظیم هیجانی شناختی مثبت، نقش مؤثری در پیشگیری و درمان اختلالات افسردگی، استرس، اضطراب و خشم در دانشجویان دارند؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش نگرش معنوی در پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان انجام شده است تا به این سؤالات پاسخ دهد: آیا بین مؤلفه‌های هوش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی رابطه‌ای وجود دارد، کدام‌یک از مؤلفه‌های هوش معنوی، تنظیم شناختی هیجانی مثبت و کدام‌یک از مؤلفه‌های هوش معنوی، تنظیم شناختی هیجانی منفی را پیش‌بینی می‌کنند.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر، یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری آن تمام دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بودند که در سال ۱۳۹۳ بررسی شدند. نمونه مورد پژوهش شامل ۲۴۷ نفر (۱۱۹ مرد و ۱۲۸ زن) بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند.

پرسشنامه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان Garnefski (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ) در کشور هلند تهیه شده و دارای دو نسخه انگلیسی و هلندی است (۲۳). این پرسشنامه شامل ۳۶ پرسش مدرج پنج نمره‌ای (از همیشه تا هرگز) می‌باشد که هر چهار پرسش یک عامل را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و درمجموع، ۹ مقیاس تنظیم شناختی شامل: سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌آمیزکردن، نشخوار فکری و غیره راهبردهای منفی تنظیم هیجان را تشکیل می‌دهند و راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، پذیرش، تمرکز مثبت و ارزیابی مثبت، از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان هستند. فرم فارسی این مقیاس توسط سامانی و صادقی (۲۴) و حسنی (۶) مورد اعتباریابی قرار گرفته است و دارای فرم ویژه بزرگسالان و کودکان نیز می‌باشد. Garnefski و همکاران، پایایی خرده مقیاس‌های راهبردهای مثبت را ۰/۹۱، راهبردهای منفی را، ۰/۸۷ و کل پرسشنامه را ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند (۲۵). گفتنی است میزان آلفای

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

کرونباخ کل پرسشنامه در این پژوهش، ۰/۸۴ محاسبه شده است.

پرسشنامه سنجش نگرش معنوی شهیدی و فرجنیا (۱۵)، با ۴۳ سؤال ۵ درجه‌ای، در مقیاس لیکرت با گزینه‌های (کاملاً موافقم، تا کاملاً مخالفم) تنظیم شده است و دو مؤلفه نگرش معنوی و توانایی معنوی دارد. شهیدی و فرجنیا، همسانی درونی پرسشنامه را از طریق آلفای کرونباخ، ۰/۹۱ محاسبه کرده‌اند (۱۵). در پژوهش یار محمدی پایایی این پرسشنامه ۰/۸۶ و میزان آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به‌دست آمد (۲۶). داده‌های حاصل با آزمون آماری ضریب همبستگی و رگرسیون چندگانه در نرم‌افزار SPSS 23 تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها

نمونه آماری این پژوهش، شامل ۲۴۷ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز (۱۱۹ دانشجوی پسر و ۱۲۸ دانشجوی دختر) بود.

در جدول ۱، شاخص‌های آمار توصیفی متغیرها ارائه شده است:

مندرجات جدول ۱، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همان‌گونه که ملاحظه می‌گردد میانگین و انحراف استاندارد آزمودنی‌ها به‌ترتیب در متغیر نگرش معنوی برابر با ۹۵/۵۲ و ۹/۳۹ می‌باشد. در متغیر توانایی معنوی، میانگین برابر ۸۰/۹۳ و انحراف استاندارد برابر ۸/۰۸ است. در متغیر تنظیم شناختی مثبت، میانگین و انحراف استاندارد برابر ۵۱/۰۲ و ۷/۲۹ به‌دست‌آمده و در متغیر تنظیم شناختی منفی نیز به‌ترتیب برابر ۶۷/۴۸ و ۸/۸۹ بوده است. همچنین بررسی نتایج حاصل از چولگی و کشیدگی که در بازه (۱- و ۱+) قرار دارد، نرمال‌بودن توزیع متغیرها را نشان می‌دهد.

سؤال اول: آیا بین مؤلفه‌های هوش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی رابطه‌ای وجود دارد؟

با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، ابتدا همبستگی میان متغیرهای ملاک و پیش‌بین بررسی شد. نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد بین متغیر نگرش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی مثبت، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (P=۰/۰۰۱ ،r=۰/۳۵). بین نگرش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی منفی نیز، رابطه مثبت و معناداری ثابت شده است (P=۰/۰۰۱ ،r=۰/۳۵). همچنین نتایج نشان داد که بین توانایی معنوی و تنظیم شناختی هیجانی مثبت رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (r=۰/۲۳،

جدول ۱: شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	حداکثر	حداقل	چولگی	کشیدگی	حجم نمونه
نگرش معنوی	۹۵/۵۲	۹/۳۹	۱۱۳	۶۶	-۰/۵۴	۰/۲۴	۲۴۷
توانایی معنوی	۸۰/۹۳	۸/۰۸	۹۸	۵۷	-۰/۳۰	۰/۰۹	۲۴۷
تنظیم شناختی هیجانی مثبت	۵۱/۰۲	۷/۲۹	۷۱	۲۸	-۰/۰۷	۰/۹۰	۲۴۷
تنظیم شناختی هیجانی منفی	۶۴/۴۸	۸/۸۹	۳۸	۹۰	۰/۰۸	۰/۸۱	۲۴۷

جدول ۲: آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه مؤلفه‌های نگرش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی

متغیر	شاخص	نگرش معنوی	توانایی معنوی	تنظیم شناختی مثبت	تنظیم شناختی منفی
نگرش معنوی	ضریب همبستگی	۱			
	سطح معناداری				
توانایی معنوی	ضریب همبستگی	۰/۵۶	۱		
	سطح معناداری	۰/۰۰۱**			
تنظیم شناختی مثبت	ضریب همبستگی	۰/۳۵	۰/۲۳	۱	
	سطح معناداری	۰/۰۰۱**	۰/۰۰۱**		
تنظیم شناختی منفی	ضریب همبستگی	۰/۳۵	۰/۲۲	۰/۵۸	۱
	سطح معناداری	۰/۰۰۱**	۰/۰۰۱**	۰/۰۰۱**	

*P≤۰/۰۵

**P<۰/۰۱

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

جدول ۳: تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام‌به‌گام

مدل	متغیر	r	R^2	B	B	t	سطح معناداری
۱	نگرش معنوی	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۲۶	۰/۲۴	۵/۷۵	۰/۰۰۱
۲	توانایی معنوی	۰/۳۴	۰/۱۲	۰/۰۵	۰/۰۵۷	۰/۷۸	۰/۴۳

جدول ۴: تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام‌به‌گام

مدل	متغیر	r	R^2	B	B	t	سطح معناداری
۱	نگرش معنوی	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۳۲	۰/۳۱	۵/۶۸	۰/۰۰۱
۲	توانایی معنوی	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۰۴	۰/۰۴	۰/۵۶	۰/۵۷

(P=۰/۰۰۱) و بین توانایی معنوی و تنظیم شناختی هیجانی منفی نیز، رابطه مثبت و معناداری اثبات شده است (r=۰/۲۲، P=۰/۰۰۱)؛ به‌عبارت دیگر، هرچه میزان نگرش معنوی دانشجویان افزایش می‌یابد، میزان تنظیم شناختی هیجانی آن‌ها نیز بالاتر می‌رود.

سؤال دوم: کدام‌یک از مؤلفه‌های هوش معنوی، تنظیم شناختی هیجانی مثبت را پیش‌بینی می‌کنند؟

به‌منظور پیش‌بینی و تبیین چشم‌انداز واریانس تنظیم شناختی هیجانی براساس خرده مقیاس‌های هوش معنوی از روش رگرسیون چندگانه به شیوه گام‌به‌گام استفاده شده است. نتایج مربوط به آزمون تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام در جدول ۳ نشان داده شده‌اند.

طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون مندرج در جدول ۴، مشاهده می‌شود که دو خرده مقیاس هوش معنوی، نگرش معنوی با R^2=۰/۱۱۹ تنظیم شناختی هیجانی مثبت را به‌طور مثبت و معناداری پیش‌بینی می‌کنند و خرده مقیاس دیگر (توانایی معنوی) پیش‌بینی‌کننده متغیر تنظیم شناختی هیجانی مثبت نبوده و از مدل رگرسیون خارج شده است.

سؤال سوم: کدام‌یک از مؤلفه‌های هوش معنوی، تنظیم شناختی هیجانی منفی را پیش‌بینی می‌کنند؟

به‌منظور پاسخ‌دهی به این سؤال نیز از روش رگرسیون چندگانه به شیوه گام‌به‌گام استفاده شده است. نتایج تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام در جدول ۴ نشان داده شده‌اند.

براساس نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام، ملاحظه می‌گردد که از دو خرده مقیاس هوش معنوی فقط نگرش معنوی توانسته با R^2=۰/۱۱ تنظیم شناختی هیجانی منفی را به‌طور مثبت و معنادار پیش‌بینی کند و خرده مقیاس توانایی معنوی نیز پیش‌بینی‌کننده معنادار تنظیم شناختی هیجانی منفی نبوده و از مدل خارج شده است.

بحث

هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط بین نگرش معنوی و تنظیم شناختی هیجانی در دانشجویان بود. نتایج تحلیل نشان داد که بین نگرش معنوی و خرده مقیاس نگرش معنوی از آن و تنظیم شناختی هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ به‌عبارت دیگر، هرچه فرد دارای نگرش معنوی بیشتری باشد، کنترل بیشتری بر تنظیم شناختی هیجان‌های خود دارد. این نتایج با یافته‌های ذوالفقاری و رهنما صومعه (۱۴)، علی‌زاده و همکاران (۱۸)، Greeson و همکاران (۱۹)، McCullough و همکاران (۲۱)، همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت دیدگاه دینی حامی و پشتیبان فرآیند خودکنترلی است و به‌خوبی این مفهوم را در مبانی، اصول و روش‌های خود می‌پروراند. این موضوع که افراد دیندار دارای خودتنظیمی بالاتری می‌باشند، نتیجه‌ای منطقی است (۲۷). اشخاص با توجه به ارتباط با مبدأ هستی، وحدت وجود و بهره‌مندی از این ارتباط روحانی و فراگیری آموزه‌های دینی، از حوادث زندگی تجربه تفسیری خوش‌بینانه‌ای کسب می‌نمایند، با بهره‌گیری از فضیلت‌های انسانی و تجربه تفسیری که هیجانات مثبت را تقویت می‌کند، در مقابل رویدادهای تلخ و ناگوار شکیباتر می‌گردند و با رویارویی منطقی‌تر با مشکلات، بر آن‌ها غلبه می‌کنند. این موارد سبب پدیدآمدن احساس

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

شادکامی و آرامش عمیق در فرد می‌شود. چنانچه فرد دینداری بیشتری داشته باشد، همواره احساس ارزشمندی و هدفمندی می‌کند و می‌تواند هیجانات خود را کنترل و تنظیم نماید؛ از سوی دیگر، این اعتقادات مذهبی و هیجانات مناسب و کنترل‌شده، در موقعیت‌های برانگیزاننده‌ی تعارض، به فرد کمک می‌کنند تا بهترین تصمیم را برای حل آن بگیرد و برخورد بسیار خوبی با افراد برانگیزاننده‌ی تعارض که می‌توانند والدین شخص باشند، داشته باشد (۲۸).

نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام در سؤال‌های دوم و سوم پژوهش نشان داد که نگرش معنوی می‌تواند تنظیم شناختی هیجانی مثبت و منفی را پیش‌بینی کند. در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت افرادی که دارای ایمان بیشتری هستند، نگرش معنوی بالا، زندگی آرام‌تر و منعطف‌تری دارند و این امر سبب درک و پذیرش بهتر نسبت به ناملایمات و توان سازگاری بیشتر در زندگی آن‌ها می‌شود. در اصل کسی که مایه‌های عقلانی و روانی خود را از معرفت و معنویت دینی سامان داده است، رفتار، کنش، افکار و عواطف او نیز چنین مایه‌هایی را نشان خواهد داد؛ یعنی عملی را برمی‌گزیند که با نگرش و احساس معنوی او سازگار باشد و افکار و عواطف او نیز، مطابق با نگرش معنوی او خواهد شد (۱).

نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی نقش نگرش معنوی در پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجانی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بود. یافته‌های به‌دست‌آمده نشان داد که دانشجویان دارای نگرش معنوی بالا از تنظیم شناختی هیجانی بیشتری برخوردار بودند، با مشکلات زندگی به‌طور منطقی‌تری برخورد کردند، برای خود و دنیای اطرافشان ارزش قایل شدند و هیجانات شخصی خود را بهتر کنترل و تنظیم کردند.

پیشنهادات

پیشنهاد می‌شود این پژوهش در سایر مقاطع و گروه‌ها و در دیگر فرهنگ‌ها نیز، مورد بررسی قرار گیرد. همچنین این موضوع که مطالعه حاضر یک پژوهش مقطعی و از نوع همبستگی است، سبب می‌شود که نتیجه‌گیری علت و معلولی با دشواری مواجه شود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از روش تحلیل مسیر استفاده گردد تا روابط علت و معلولی در گذشته بررسی شود. با توجه به یافته‌های به‌دست‌آمده از این پژوهش، عامل نگرش معنوی می‌تواند در تنظیم هیجانات مؤثر واقع شود؛ بنابراین پیشنهاد می‌گردد که آموزش نقش مهم دینداری و معنویت در تنظیم هیجان، تاب‌آوری و کاهش اضطراب و استرس در قالب واحدهای درسی، آموزش و مشاوره‌های گروهی تحصیلی در کل دوره‌های تحصیلی در مدارس و دانشگاه‌ها مورد توجه قرار گیرد. با توجه به اینکه بیشتر دانشجویان در سن اوج هیجان هستند، این عوامل بیشتر توسط مسئولان و برنامه‌ریزان دانشگاهی مدنظر قرار گیرد تا با استفاده از مشاوران و کارشناسان در این زمینه، به دانشجویان کمک نمایند.

حمایت مالی

این پژوهش بدون هرگونه حمایت مالی به انجام رسیده است.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش، تمامی اصول اخلاقی ازجمله: محرمانه‌بودن پرسشنامه‌ها، رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان در پژوهش و اختیار خروج از پژوهش رعایت شده است.

تضاد منافع

تضاد منافعی در این پژوهش وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

از معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی تبریز و شرکت‌کنندگان این پژوهش، تشکر و قدردانی می‌شود.

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

References

1. Mohammadi H, Mazidi M. The role of faithfulness in predicting the strategies of student excitement cognition order. Iranina Journal of Culture in the Islamic University. 2014; 4(13):60520 (Persian).
2. Rezvan S, Bahrami F, Abedi M. The Effect of emotional regulation on happiness and mental rumination of students. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2006; 12(3):251-7 (Persian).
3. Abdi S, Babapoor J, Fathi H. Relationship between cognitive emotion regulation styles and general health among University Students. The Annals of Military and Health Sciences Research. 2011; 8(4):258-64 (Persian).
4. Gross JJ. Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Publication; 2013.
5. Troy AS, Wilhelm FH, Shallcross AJ, Mauss IB. Seeing the silver lining: cognitive reappraisal ability moderates the relationship between stress and depressive symptoms. Emotion. 2010; 10(6):783-95.
6. Hasani J. The psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ). Journal of Clinical Psycology. 2010; 2(3):73-84 (Persian).
7. Morris A, Silk JS, Steinberg L, Myers SS, Robinson LR. The Role of the family context in the development of emotion regulation. Social Development. 2007; 16(2):361-88.
8. Garnefski N, Van Den Kommer T, Kraaij V, Teerds J, Legerstee J, Onstein E. The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. European Journal of Personality. 2002; 16(5):403-20.
9. Paivastegar M, Hoseinian S, Moutabi F, Banihashemi S. Effectiveness of cognitive-behavioral intervention on coping responses and cognitive emotion regulation strategies. International Journal of Behavioral Sciences. 2010; 4(1):35-43.
10. Isazadegan A, Jenaabadi H, Saadatmand S. The Relationship between cognitive emotion regulation strategies, emotional creativity and academic performance with mental health in university students. Journal of Educational Psychology Studies. 2010; 7(12):71-92 (Persian).
11. Yaryari F, Moradi A, Yahya Zadeh S. The relationship between emotional intelligence and locus of control and psychological health among students at Mazandaran University. Quarterly Journal of Psychological Studies. 2007; 3(1):21-40 (Persian).
12. Ross LA. Spiritual aspects of nursing. Journal of Advanced Nursing. 1994; 19(3):439-47.
13. Gardner H. Cram101 textbook outlines to accompany, Frames of mind, the theory of multiple intelligences, Gardner. 2nd ed. New York: Academic Internet Publishers; 2007.
14. Jolfegari D, Rahnoma Someh P. Evaluation of the effectiveness of spiritual intelligence on life expectancy and mental health of dialysis patients in Tehran. Journal of New Research in Humaniities. 2016; 2(2):195-225 (Persian).
15. Shahidi S, Farajniya SE. The design and validation of spiritual outlook measurement questionnaire. Ravanshenasi-va-Din. 2012; 5(3):97-115 (Persian).
16. Rajabi S, Valadbeigi P. Predicting psychological well-being on the basis of spiritual, emotional and social intelligences in iranian's college students. Frooyesh. 2016; 5(1):199-216 (Persian).
17. Alizadeh A, Kazemi GM, Jamali Z, Barati M, Azizi M. The role of emotional regulation and spirituality on occupational stress in military nurses. Journal of Nurse and Physician Within War. 2014; 2(2):17-22 (Persian).
18. Moshirian Farahi SM, Ghanaei Chamanabad A, Asghari Ebrahimabad MJ, Moshirian Farahi MM, Najmi M, Ghafari Moslemi H, et al. Prediction of difficulty in emotional adjustment based on spiritual intelligence among criminals at Mashhad prison. Journal of Religion and Health. 2015; 3(1):39-48.
19. Greeson JM, Webber DM, Smoski MJ, Brantley JG, Ekblad AG, Suarez EC, et al. Changes in spirituality partly explain health-related quality of life outcomes after Mindfulness-Based Stress Reduction. Journal of Behavioral Medicine. 2011; 34(6):508-18.
20. Ayala E, Carnero AM. Determinants of burnout in acute and critical care military nursing personnel: a cross-sectional study from Peru. PLoS One. 2013; 8(1):e54408.
21. McCullough ME, Willoughby BL. Religion, self-regulation, and self-control: associations, explanations, and implications. Psychological Bulletin. 2009; 135(1):69-93.
22. Rew L, Wong YJ. A systematic review of associations among religiosity/spirituality and adolescent health attitudes and behaviors. Journal of Adolescent Health. 2006; 38(4):433-42.
23. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual Differences. 2001; 30(8):1311-27.
24. Samani S, Sadeghi L. Psychometric

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]

properties of the cognitive emotion regulation questionnaire. Journal of Psychological Models and Methods. 2010; 1(1):51-62 (Persian).
25. Pevastegar M, Heidari Abdy A. The comparison of relationship cognitive emotion regulation strategies with depressive symptoms in clinical and non clinical adolescent. Journal of Applied Psychology. 2008; 2(2-3):549-63 (Persian).
26. Yar Mohammadi A. The relationship between spirituality and mental health of high school students in Tehran. [Master Dissertation]. Tehran, Iran: Faculty of Pycholoy & Social Scinces of Tehran Islamic Azad University; 2014 (Persian).
27. Asgari P, Safarzadeh S. The relationship of emotional adjustment and religious beliefs with strategies for resolving conflict with parents among the students of Ahwaz Islamic Azad University. Ravanshenasi-va-Din. 2014; 7(1):81-95 (Persian).
28. Rafie H, Janbozorgi M. The relationship between religious orientation and self-control. Journal of Psychology and Religious. 2010; 1:31-42 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-10-31]