

**Predicting the level of optimism based on spiritual intelligence and social support**

**Abstract**

Optimism is a positive emotional force that energizes human beings and acts as a catalyst for work and activity, and refers to a direction in which positive consequences are usually expected, and these consequences for the person as the result of fixed factors. They are considered general and internal, and when a person's perceptions are accompanied by an optimistic outlook and a positive self-concept, they bring joy and happiness, as well as to the person to face stressful life events and manage life affairs. It helps. Also, it is obvious that all human beings need the support of those around them and their friends in times of trouble to feel safe. Therefore, social support can play an important role in optimism. In addition, another important aspect of humanistic action that is related to one's optimism is spirituality, and people with spiritual tendencies respond better to the situation when faced with harm and better manage the situation that produces pressure. کردن. Therefore, the aim of this study was to predict optimism based on spiritual intelligence and social support in individuals. To conduct this research, samples including ۲۰۰ people (۱۰۰ males, ۱۰۰ females) were selected from the teachers of Tehran Region ۱, and this selection was done as available samples. Also, three questionnaires of optimism, social support and spiritual intelligence and Pearson correlation coefficient and regression analysis were used as research tools and statistical data analysis method. The results of this study indicate that there is a significant correlation between spiritual intelligence and optimism and it is concluded that increasing spiritual intelligence in individuals can increase optimism. However, there is no significant correlation between the studied variables and the optimism variable in men.

**Keywords:** optimism, spiritual intelligence, social support, teachers

## چکیده

خوش بینی نیروی هیجانی مثبتی است که به انسان ها انرژی می دهد و مانند کاتالیزوری برای کار و فعالیت عمل می کند و به جهت گزینی اشاره دارد که در آن معمولا پیامد های مثبت، مورد انتظارند و این پیامدها برای شخص به عنوان نتایج عوامل ثابت، کلی و درونی در نظر گرفته می شوند و هنگامی که ادراکات فرد با یک دیدگاه خوش بینانه و با یک مفهوم مثبت از خود همراه شود باعث ایجاد نشاط و شادمانی و همچنین به فرد برای روبرو شدن با رویدادهای استرس زا ی زندگی و اداره ی امور زندگی کمک می کند. همچنین، بدیهی است که همه ی انسان ها در هنگام گرفتاری ها به حمایت اطرافیان و دوستان خود نیاز دارند تا احساس امنیت کنند. لذا حمایت اجتماعی می تواند نقش بسزایی در خوش بینی داشته باشد. به علاوه یکی دیگر از جنبه های مهم از کنش انسان گرایانه که رابطه با خوش بینی فرد دارد، معنویت می باشد و افرادی که گرایش های معنوی دارند در هنگام رویارویی با آسیب، پاسخ بهتری به وضعیت می دهند و موقعیت تولید کننده فشار را بهتر مدیریت می کنند. از این رو، هدف این مطالعه پیش بینی خوش بینی بر اساس هوش معنوی و حمایت اجتماعی در افراد قرار گرفته است. برای اجرای این پژوهش نمونه هایی شامل ۲۰۰ نفر ( ۱۰۰ نفر مرد، ۱۰۰ نفر زن) از دبیران منطقه ۱ تهران انتخاب شدند که این گزینش به صورت نمونه های در دسترس انجام گردیده است. همچنین از سه پرسشنامه ی خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی و روش های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به عنوان ابزار تحقیق و روش تجزیه و تحلیل داده های آماری استفاده گردیده است. نتایج حاصل از این مطالعه بیانگر این است که بین هوش معنوی و خوش بینی همبستگی معنادار وجود دارد و این نتیجه حاصل می گردد که افزایش هوش معنوی در افراد می تواند موجب افزایش خوش بینی باشد. این در حالی است که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی در مردان همبستگی معنادار وجود ندارد.

**واژگان کلیدی:** خوش بینی، هوش معنوی، حمایت اجتماعی، دبیران

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

Marziye.hatami@yahoo.com

<sup>۲</sup> استادیار، گروه روانشناسی عمومی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

Masoud\_aref@yahoo.com

یکی از اصول زندگی شادمانه مثبت اندیشی و یکی از جنبه های مثبت اندیشی خوش بینی است، خوش بینی از همین مثبت نگری به وجود می آید و می توان آن را به داشتن انتظارات مثبت برای نتایج و پیامدها در نظر داشت. خوش بینی آموخته شده، حالتی از اسناد ارگانیزم است که از حداکثر توانایی خویش برای رویارویی با موقعیت های ناخوشایند استفاده به عمل می آید و بر اساس تجارب ارگانیزم در ارتباط با کنترل رخدادهای نامطلوب بدست آمده است (سیدمحمدی، ۱۳۷۶). عموم مردم خوش بینی را به صورت در نظر گرفتن نیمه پر لیوان یا دیدن لایه ای براق در هر پدیده یا عادت به انتظار پایان خوش داشتن برای هر دردسر واقعی در نظر می گیرند (سلیگمن و همکاران، ترجمه داورپناه، ۱۳۸۳).

خوش بینی نقش مهمی در سازگاری با رویدادهای استرس زای زندگی دارد. خوش بینی، نگرش ها و گرایش های مثبت برنامه ریزی برای بهبود، جستجوی اطلاعات و بازسازی موقعیت های بد بر حسب مثبت ترین جنبه هایشان را پیش بینی می کند. خوش بینی در چگونگی تفکر و تبیین افراد درباره علل رویدادها و حوادث ریشه دارد، هر فردی برای نسبت دادن پدیده ای به علتی معین، گرایش های خاص خود را دارد. در این زمینه اگر ادراکات عادی انسان با یک مفهوم مثبت از خود کنترل شخصی و یک دیدگاه خوش بینانه، حتی کاذب در مورد آینده همراه شود نه تنها در اداره ی امور زندگی روزانه، بلکه در کنار آمدن با حوادث استرس زا و تهدید زای زندگی به افراد کمک می کند (سلیگمن، ترجمه خدایی، ۱۳۸۶). به بیان دیگر می توان گفت، خوش بینی یا تفکر مثبت، تمایل داشتن به اتخاذ بهترین دیدگاه امیدوار کننده به این است که چیزهای خوب مهم تر از بدیها است و این خود مستلزم آن است که شخص چگونه پیامدها و نتایج زندگی را ارزیابی و پیش بینی می کند.

یکی از فاکتور های مؤثر در خوش بینی افراد حضور معنویت می باشد. معنویت به عنوان یکی از ابعاد انسانیت شامل آگاهی و خودشناسی می شود. معنویت امری همگانی است و همانند هیجان، درجات و جلوه های مختلفی دارد و ممکن است آگاهانه یا نا آگاهانه، رشد یافته یا رشد نایافته باشد. ایمونز (۲۰۰۰)، معتقد است معنویت می تواند شکلی از هوش تلقی شود. زیرا عملکرد و سازگاری فرد را پیش بینی می کند و قابلیت هایی را مطرح می نماید که افراد را قادر می سازد به حل مسائل بپردازد و به اهدافشان دسترسی داشته باشند (به نقل از رجایی، ۱۳۸۷).

به نظر می رسد هوش معنوی از روابط فیزیکی و شناختی فرد با محیط پیرامون خود فراتر رفته و در حیطه ای شهودی و متعالی به دیدگاه فرد به زندگی خود بر می گردد. هوش معنوی، مجموعه از توانایی ها و ظرفیت های منابع معنوی می باشد که کاربرد آن در زندگی روزانه می تواند موجب افزایش انطباق پذیری فرد شود. به ویژه نقش آن در حل مسائل وجودی و یافتن معنا و هدف در اعمال و رویدادهای زندگی روزمره تاکید شده است (زوهار و مارشال<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰، به نقل از سهرابی، ۱۳۸۶). شواهد تجربی فزاینده ای وجود دارد که ارزش ها و رفتارهای معنوی می توانند به سلامت جسمانی و روانی ما کمک کنند و تصور می شود که معنویت و مذهب موجب امیدواری شده و افراد در مقابله با شکست ها و مشکلات، بهتر می توانند برخورد کنند. مذهب اعتقادی را ایجاد می کند که در آن مزایایی

برای زندگی وجود دارد که خیلی قابل لمس نیست، شکست‌های افراد بر اساس اعتقادات کم‌تر محسوس می‌شود و جزیی از پدیده‌های کلان به حساب می‌آورد و این خوش‌بینی ایجاد شده به عنوان یک چیز ملموس مثل زندگی بعد از مرگ می‌باشد یا یک چیز غیر ملموس که قسمتی از برنامه‌های خدا یا قسمتی از ادامه‌ی تکامل است، در هر صورت معنویت عنصر مهمی برای سلامت روانی و جسمانی است و معنویت نیرویی است که به فرد کمک می‌کند تا به زندگی معنا دهد و برای زندگی خود مقصودی پیدا کند و در امور زندگی خود تاثیر بسزایی را داشته باشد.

علاوه بر این، از دیگر مؤلفه‌هایی که در پیش‌بینی خوش‌بینی نقش مهمی دارد، حمایت اجتماعی می‌باشد، حمایت اجتماعی را به عنوان شبکه‌ای از ارتباطات توصیف کرده‌اند که رفاقت، همکاری و تقویت احساسی را فراهم می‌کند، حمایت اجتماعی به میزان برخورداری از محبت، همراهی و توجه اعضای خانواده، دوستان و سایر افراد تعریف شده (سارافینو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). برخی حمایت اجتماعی را واقعیتی اجتماعی، و برخی دیگر آن را ناشی از ادراک فرد می‌دانند و حمایت اجتماعی را مفهومی چندبعدی می‌دانند که هر دو را در برمی‌گیرد (ساراسون<sup>۲</sup>، ۱۹۸۸). حمایت اجتماعی رفتارهای ارتقا سلامت را تسهیل کرده و بازخورد را ارائه داده و فعالیت‌هایی را که منتهی به اهداف شخصی می‌شود را تشویق می‌کند.

امروزه افراد جامعه با تنش‌های زیادی از جمله مشکلات آموزشی، خانوادگی، اجتماعی و اقتصادی مواجه شده و اضطراب، استرس و فشار روانی زیادی را متحمل می‌شوند و در معرض بیماری روانی قرار می‌گیرند، از سوی دیگر یکی از عوامل مهمی که بر رفتار و زندگی افراد اثر می‌گذارد، دید مثبت و امیدوارانه به زندگی و آینده است. این افراد اعتقاد دارند و همین‌طور سعی می‌کنند که آینده‌شان را با رفتارها و اعمال خوب بسازند. حال اگر روان‌شناسی بتواند راه‌ها و شرایطی بیابد که به واسطه‌ی آن افراد به تجربیات و احساس مثبت مثل خوش‌بینی برسند، می‌توانیم جامعه‌ای سالم‌تر و شاداب‌تر داشته باشیم. از این‌رو، در پژوهش حاضر تعیین سهم ابعاد هوش معنوی و حمایت اجتماعی در پیش‌بینی سطح خوش‌بینی در افراد هدف اصلی این تحقیق قرار گرفته است.

### مبانی نظری خوش‌بینی، هوش معنوی و حمایت اجتماعی

#### خوش‌بینی<sup>۳</sup>

فرهنگ لغات خوش‌بینی را تمایل به پیش‌بینی و چشم‌داشت بهترین پیامدهای ممکن تعریف می‌کند. رابرت اورنشتاین<sup>۴</sup> و دیوید سوبل<sup>۵</sup> در کتاب خود "لذتهای سالم" خوش‌بینی را از دیدگاه روان‌شناسی چنین تعریف کرده‌اند: تمایل به جستجو، به خاطر آوردن و انتظار کسب تجارب لذت بخش. این تمایل یکی از اولویت‌های فعالانه فرد است، نه صرفاً نوعی واکنش انفعالی که او را به

۱-Sarafino

۲-Sarason

۳ Optimism

۴ - Orenesteion

۵ - Soubel

توجه به جنبه های روشن زندگی تشویق می کند (هیلز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰، ترجمه میرزایی، ۱۳۷۹). تعریف فرد خوش بین کسی است که انتظار دارد چیزهای خوب برایش اتفاق بیفتد، در حالی که فرد بدبین بیشتر به چیزهای بد و اتفاق افتادن آنها فکر می کند.

### انواع خوش بینی :

#### خوشبینی گرایشی<sup>۲</sup> :

خوش بینی گرایشی اشاره دارد به انتظارات آینده کلی مبنی بر این که چیزهای خوبی اتفاق خواهد افتاد تا چیز های بد. علاقمندان به خوشبینی گرایشی در وهله نخست با مطرح شدن یک الگوی کلی در مورد خود -تنظیمی از سوی کارور و شیر (۱۹۸۱) پدید آمد.

#### خوشبینی آگاهانه<sup>۳</sup>

به عقیده ولستون<sup>۴</sup> (۱۹۹۴)، خوشبینی آگاهانه در تماس با واقعیت هستند و حتماً با پیامدهای مورد علاقه محقق همراه می شوند، اما هنوز همه چیز در توانایشان برای بدست آوردن پیامدهای خواسته شده نمی باشد. خوشبینی آگاهانه با نظر شیر و کارور (۱۹۸۵)، درمورد اینکه خوشبینی پیامدهای رفتاری مهمی را در برخواهد داشت و مردم با انتظارات مثبت به سمت هدف هایشان خواهند رفت، همخوانی دارد.

#### خوشبینی نا آگاهانه<sup>۵</sup>

به عقیده ولستون (۱۹۹۴)، خوشبینی نا آگاهانه، زندگی در یک جهان توهم زا می باشد و داشتن عقیده ای که همه چیز زیبا خواهد بود، بدون اینکه هیچ کاری را برای بدست آوردن پیامد های خواسته شده انجام دهند.

#### خوشبینی غیر واقع بینانه<sup>۶</sup>

خوشبینی غیر واقع بینانه عبارت از گرایش فرد به باور این مطلب است که نسبت به فرد بعدی از آسیب پذیری کمتری برخوردار می باشد. مطالعه ی استین<sup>۷</sup> (۱۹۸۰) بر روی دانشجویان به شدت از این مطلب حمایت به عمل آورده است که افراد جوان معتقدند شانس روبه رو شدن آنان با چیزهای خوب بالاتر است.

<sup>۱</sup> Hales

<sup>۵</sup>- Optimism tendency

<sup>۱</sup>- Informed optimism

<sup>۲</sup>- Wellstone

<sup>۵</sup> Optimism unconsciously

<sup>۶</sup> Unrealistic optimism

<sup>۷</sup> Stien

تیگر<sup>۱</sup> (۱۹۷۹) در توصیف مؤلفه‌ی زیستی، در کتاب خود با عنوان "زیست‌شناسی امید" بیان نموده که هنگامی که انسان‌های اولیه جنگها را ترک کرده و شکارچی شدند، بسیاری از آنها دچار مرگ و میر و جراحت شدند. او چنین استدلال نموده است که توجه به عواطف مثبت به جای عواطف منفی در هنگام مجروح شدن برای نیاکان ما از کارکردی سازشی بر خوردار بوده است. زیرا به تقویت شدن تمایلاتشان جهت شکار کردن انجامیده است. بنابراین تیگر، خوشبختی را یک حالت القا شده زیستی می‌داند. از طرف دیگر او به فیزیولوژیکی امید پرداخته و نقش مهمی را در فهم خوشبینی به عنوان یک امیدواری ذاتی، یک قابلیت ذاتی انسانی که در زندگی روزمره حائز کارکرد است، ایفا نموده است. در توصیف مؤلفه‌ی آموخته شده خوش‌بینی، برخی از پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که خوش‌بینی یک سبک فکری است که می‌توان آن را آموخت، در واقع این همان چیزی است که سلیگمن (۱۹۹۰)، در کتاب (خوش‌بینی آموخته شده) به آن اشاره کرده است. گلمن (۱۹۹۵)، که در این زمینه با سلیگمن موافق است، معتقد است که امید و خوشبختی را می‌توان آموخت، وی معتقد است که خود - کار آمدی، باور به اینکه فرد قادر به تسلط یابی بر رویدادهای زندگی‌اش بوده، می‌تواند با چالشهای زندگی، رویارویی حاصل کند و به امیدواری و خوش‌بینی می‌انجامد، بنابراین خوش‌بینی می‌تواند تقویت یا خاموش شود. این در حالی است که برخی از پژوهشگران نظیر اشنایدر<sup>۲</sup> (۱۹۹۴)، معتقدند که آنچه خوش‌بینی را از امید متمایز می‌کند مؤلفه‌ی فعال آن است که برنامه‌ریزی نامیده می‌شود - علاوه بر این جملات خوشبینانه، معمولاً بر اساس واقعیت‌های منطقی و عینی قرار دارند. هر دو مفهوم (برنامه‌ریزی و منطقی بودن) به بعضی از فعالیت‌های شناختی که بر خلاف عادت یا یادگیری‌های هستند، اشاره دارد. خوش‌بینی مانند امیدواری یک انگیزه‌زاینده‌ی قوی است. سلیگمن، در تحقیقات خود به این نتیجه رسید که یک سبک تبیینی خوش‌بینانه که در آن فرد موفقیت‌ها را به خود و شکست‌ها را به عوامل دیگر نسبت می‌دهد، باعث افزایش پشتکار در برابر کارها و فعالیت‌هایی از قبیل ورزش و فعالیت‌های رقابتی می‌گردد که از آن به عنوان مؤلفه شناختی تعبیر می‌شود.

### هوش معنوی

سازه هوش معنوی یکی از مفاهیمی می‌باشد که در پرتو توجه و علاقه روان‌شناسان به حوزه دین و معنویت نوج گرفته است. مفهوم هوش معنوی در ادبیات آکادمی روان‌شناسی برای اولین بار در سال ۱۹۹۶ توسط استیونز و بعد در سال ۱۹۹۹ توسط رابرت امونز مطرح شد. از نظر امونز هوش معنوی عبارت از کاربرد انطباقی اطلاعات معنوی یا هدف تسهیل حل مسائل روزمره و دستیابی به هدف می‌باشد (۲۰۰۰).

به طور کلی می‌توان پیدایش سازه هوش معنوی را به عنوان کاربرد ظرفیت‌ها و منابع معنوی در زمینه‌ها و موفقیت‌های علمی در نظر گرفت. افراد زمانی هوش معنوی را به کار می‌برند که بخواهند از ظرفیت‌ها و منابع معنوی برای تصمیم‌گیری‌های مهم و اندیشه در موضوعات وجودی یا

<sup>۱</sup> Tiger

<sup>۲</sup> Schneider

تلاش در جهت حل مسائل روزانه استفاده کنند (ایمونز، ۲۰۰۰، زوهر ومارشال، ۲۰۰۰). استفاده از هوش معنوی در معناهایی که افراد به روابط ها و تجربه های زندگی نسبت می دهند و در روشی که به واسطه آن زندگیشان قابل فهم می کنند، نقش بازی می کند. بنابراین، هوش معنوی به پدید آمدن حسیی از آگاهی و معنا در ارتباط با موقعیت فرد در جهان وروابطش با دیگران کمک می کند (سیسک و تورنس، ۲۰۰۱). هوش معنوی بیانگر مجموعه بی همتایی از تجربه ها (مثل تعالی) و توانایی های انسانی (مثل توانایی برقراری پیوندهای معنادار و مهم بین رویدادهای مجزا) می باشد که همه افراد به اندازه ای (هر چند متفاوت) از آن بهره مند هستند (نوبل، ۲۰۰۰؛ زوهر ومارشال، ۲۰۰۰).

کاربرد آگاهانه هوش معنوی در زندگی فرد می تواند منجر به افزایش رابطه با خویشان، دیگران و جهان بزرگتر شود (سیسک، ۲۰۰۲). آنچه که موجب شده است تا سازه معنویت به عنوان هوش مفهوم سازی شود آن دسته از مشاهدات و یافته ها بیان کننده این واقعیت هستند که کاربرد الگوهای ویژه ای از افکار، هیجان و رفتار (که معمولا در زیر مفهوم دین و معنویت به آنها پرداخته می شود) در زندگی روزمره می توانند موجب افزایش سازگاری و بهزیستی انسان شوند (دالمن، ۲۰۰۴). در تعاریف متفاوتی که از مفهوم هوش وجود دارد بر توان آن برای درک روابط، سازگاری با موقعیت های جدید، ظرفیت یادگیری و قدرت تفکر انتزاعی تاکید شده است (بهرامی، ۱۳۷۷). هوش معنوی سازه های معنویت و هوش را درون یک سازه جدید ترکیب می کند. در حالی که معنویت با جستجو و تجربه عناصر مقدس، معنا، هوشیاری اوج یافته و تعالی در ارتباط است، هوش معنوی مستلزم توانایی هایی است که از چنین موضوعات معنوی برای تطابق و کنش اثر بخش و تولد پیامد های با ارزش استفاده می کند (ایمونز، ۱۹۹۹).

به نظر می رسد که ماهیت مولفه ها و نحوه ابراز هوش معنوی تحت تاثیر عوامل فرهنگی باشد و با توجه به تفاوت های افراد در ویژگی های شخصیتی، علایق معنوی، زمینه ها و اعمال مذهبی/ معنوی، مهارت ها و ظرفیت های وابسته به هوش معنوی نیز متفاوت باشند. در حالی که ممکن است هوش معنوی به عنوان یک ویژگی آشکار جهانی دیده شود که به طور بالقوه در همه گروه های مذهبی نمایان می شود، این احتمال وجود دارد که معنا و نحوه ابراز آن در بین گروه ها و بافت های مذهبی و معنوی مختلف متفاوت باشد (ایمونز، ۱۹۹۹؛ مک وهاوک، ۲۰۰۲). به عنوان نمونه بر اساس مطالعه جعفری و حسامپور (۱۳۹۶) بخشی از تغییرات رضایت از زندگی سالمندان به کمک ابعاد هوش معنوی و سرمایه روان شناختی قابل پیش بینی است. بنابراین به منظور افزایش سطح رضایت از زندگی سالمندان پیشنهاد می شود که زمینه ارتقای سطح هوش معنوی و سرمایه روان شناختی آنان فراهم شود.

### حمایت اجتماعی

حمایت اجتماعی به شیوه های گوناگون تعریف شده است. برخی حمایت اجتماعی را واقعیت اجتماعی و برخی دیگر آن را ناشی از ادراک فرد می دانند، سارا سون (۱۹۸۸)، حمایت اجتماعی مفهومی چند بعدی می داند که هر دو را در بر می گیرد. کاپلان (۱۹۹۵)، به نقل از هوب فول دوکس (۱۹۹۳)، حمایت اجتماعی را محصولی از فعالیت های اجتماعی می داند که از خلال مشارکت در وظایف دامن

چیزهای ضروری و مساعدت شناختی و فراهم کردن آرامش عاطفی، احساس چیدگی شخصی را ارتقاء می‌بخشد. سارا فیف (۲۰۰۲)، حمایت اجتماعی را به میزان برخورداری از محبت، همراهی و توجه اعضای خانواده، دوستان و سایر افراد تعریف می‌کند. کوب بیان می‌کند حمایت اجتماعی اطلاعاتی است که شخصی را به این باور راهنمایی می‌کند که مورد عشق و علاقه که تایید و ارزش قرار گرفته و متعلق به شبکه‌ای از رضایت متقابل است. این ویژگی‌ها تعلق به ارتباط داشتند، تعهدات متقابل نسبت به یکدیگر است که از عناصر حمایت اجتماعی محسوب می‌گردد.

حمایت اجتماعی به احساس تعلق داشتن، پذیرفتن شدن، مورد عشق و محبت و مساعدت و توجه دوستان و سایرین قرار گرفتن نیز تعریف شده است. رایج‌ترین تعریف حمایت اجتماعی بر در دسترس بودن و کیفیت ارتباط با افرادی که در مواقع مورد نیاز منابع حمایتی را فراهم می‌کنند تاکید دارد. حمایت اجتماعی کمک دو جانبه است که موجب تصور مثبت از خود، پذیرش خود، احساس عشق و ارزشمندی می‌گردد و به فرد فرصت خود شکوفایی و رشد می‌دهد. حمایت اجتماعی از دیدگاه نظریه پردازان مختلف نیز تعریف شده است: کوئن، بیان می‌کنند که حمایت اجتماعی ترکیبی از سه عنصر عاطفه (ابزار عشق و محبت)، تصدیق (آگاهی از رفتار و بازخوردهای مناسب) و یاری (مساعدت مستقیم) است.

باررا و همکاران در بررسی حمایت اجتماعی دو مفهوم از حمایت را مطرح کردند:

- ۱- حمایت دریافت شده: منظور از حمایت دریافت شده میزان برخورداری فرد از حمایت‌های آشکار همچون کمک و مساعدت عینی از سوی خانواده و دوستان است که میتوان آن را با اندازه‌گیری تعداد همیان و میزان دسترسی و برخورداری از انواع حمایت اجتماعی تعیین کرد.
- ۲- حمایت درک شده: منظور از حمایت درک شده، ادراک قابلیت دسترسی و کفایت انواع مختلف حمایت می‌باشد، یا به عبارتی احساس پذیرش در یک گروه، یک احساس پایدار از تعامل دو طرفه که در یک دوره زمانی ویژه اتفاق می‌افتد. اغلب حمایت درک شده را معادل رضایتمندی و دانستن حمایت اجتماعی توأم با عواطف مثبت می‌دانند. شاید یکی از مؤثرترین، مفیدترین تعاریف توسط هاب فول (۱۹۸۸)، ارائه شده است که بیان می‌کند، آن روابط یا تعاملات اجتماعی که برای افراد مساعدت واقعی فراهم می‌کند یا اینکه افراد را در درون یک نظام اجتماعی که بر پایه درک و محبت، مراقبت و احساس تعلق به یک گروه ارزشمند قرار می‌دهد که اغلب از طریق ارزشیابی موقعیت و شبکه اجتماعی اشخاص تعیین می‌شود. به عنوان نمونه، بر اساس نتایج مطالعه امیدیان و اسماعیل‌پور (۱۳۹۹) حمایت اجتماعی دانشجویان با مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی و سرمایه روانشناختی قابل پیش‌بینی است و دارای تلویحات کاربردی در تهیه مداخله‌های در بحران در زمان شیوع بیماری کرونا و بعد از آن است.

## روش تحقیق:

این تحقیق از نظر هدف، یک تحقیق بنیادی و از نظر روش مطالعه، یک تحقیق کمی، غیر آزمایشی و از نوع همبستگی است که رابطه‌ی بین دو یا چند متغیر را بصورت همزمان مطالعه می‌کند. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دبیران منطقه یک شهر تهران در فاصله زمانی سال تحصیلی ۹۲-۹۱ می‌باشد. در این پژوهش برای برآورد حجم نمونه از فرمول تاباچنیک و فیدل  $M+80$  استفاده شده است که با بیش برآورد ۱۰۰ نفر زن و ۱۰۰ نفر مرد از بین دبیران منطقه یک شهر تهران بعنوان نمونه در دسترس انتخاب شده است. روش نمونه‌گیری بدین صورت بوده است که پس از هماهنگی با آموزش و پرورش و با همکاری واحد کارگزینی، اقدام به انتخاب نمونه گردید. با مد نظر قرار دادن هدف پژوهش، ابزار این پژوهش پرسشنامه است. به این ترتیب و بعد از تکمیل پرسشنامه‌ها، اطلاعات آنها استخراج و سپس بررسی‌های لازم بعمل آمده و نمره‌گذاری می‌شوند و با استفاده از نرم افزار رایانه ای spss، اطلاعات مورد پردازش قرار گرفته و سپس تجزیه و تحلیل آماری و نهایتاً نتیجه بین متغیرها مشخص شده. جهت گردآوری اطلاعات در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده گردید:

۱- پرسشنامه جهت‌گیری زندگی

۲- پرسشنامه حمایت اجتماعی

۳- پرسشنامه هوش معنوی

هر سه پرسشنامه پس از ارائه توضیحات مقدماتی و ایجاد آمادگی لازم در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت. قبل از پاسخ‌دهی، به آزمودنی‌ها اطمینان داده شد که کلیه اطلاعات مندرج در پرسشنامه کاملاً محرمانه حفظ و نیازی به درج نام و نام خانوادگی نیست و از آنها درخواست شد صداقت در پاسخ‌دهی رعایت نمایند.

## توصیف ابزارهای پژوهش و ویژگی‌های روانسنجی آنها

## آزمون جهت‌گیری زندگی:

نسخه‌ی تجدید نظر شده‌ی جهت‌گیری زندگی، آزمونی ۱۰ ماده‌ای است که برای سنجش خوش‌بینی به کار می‌رود. آزمون LOT-R از نسخه اصلی کوتاه‌تر است (۶ ماده‌ی نمره‌گذاری شده، ۳ ماده بیانگر خوش‌بینی و ۳ ماده بیانگر بدبینی). در این پرسشنامه، ماده‌هایی از نسخه‌ی اصلی که به طور مستقیم به انتظارات تاکید نداشته‌اند، حذف شده‌اند. حمایت اجتماعی:

این آزمون که میزان حمایت اجتماعی دریافت شده توسط آزمودنی را می‌سنجد، دارای ۱۹ عبارت و ۵ زیرمقیاس است. این زیرمقیاس‌ها عبارتند از: حمایت ملموس، که کمک‌های مادی و رفتاری را می‌سنجد، حمایت هیجانی، که عاطفه مثبت، همدردی و تشویق به بیان احساسات را مورد ارزیابی قرار می‌دهد، اطلاع‌رسانی، که راهنمایی، اطلاع‌رسانی یا دادن بازخورد را می‌سنجد، مهربانی، که ابراز عشق و علاقه را می‌سنجد و تعامل مثبت، که وجود افرادی برای پرداختن به فعالیت‌های تفریحی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد.

این پرسشنامه که توسط حسن عبدالله زاده با همکاری مهدیه کشمیری و فاطمه عرب عامری در سال ۱۳۸۷ ساخته شده و پایایی و روایی و شیوه نمره گذاری پرسشنامه نیز در همان سال توسط گروه مذکور روی دانشجویان هنجاریابی شده است. ابتدا پرسشنامه مقدماتی ۳۰ سوالی توسط سازندگان آزمون تدوین گردیده و روی ۳۰ نفر از دانشجویان اجرا شده است. در چرخش برای کاهش متغیرها، دو عامل اصلی بدست آمده که عامل اول با ۱۲ سال " درک ارتباط با سرچشمه هستی " نام گذاری شده و عامل دوم با ۱۷ سال " زندگی معنوی یا اتکا به هسته درونی " نامیده شده است.

#### یافته‌های تحقیق

در این تحقیق، متناسب با متغیرهای مورد مطالعه و نوع داده‌های جمع‌آوری شده، به منظور توصیف آنان از شاخص‌های گرایش مرکزی، پراکندگی و توزیع نمره‌ها استفاده شد. در مرحله تحلیل آماری، با توجه به ماهیت مقیاس اندازه‌گیری که از نوع فاصله‌ای است و فرضیه‌های تحقیق برای تحلیل داده‌ها حسب مورد از روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج تفصیلی این محاسبه‌ها در این فصل در دو قسمت توصیف و تحلیل داده‌ها ارائه شده است.

#### توصیف داده‌ها

بر اساس داده‌های به دست آمده، حسب مورد با استفاده از روش‌های مناسب آمار توصیفی شاخص‌های گرایش مرکزی نظیر میانگین، انحراف معیار و شاخص‌های کجی و کشیدگی توصیف شده‌اند.

جدول شماره ۱: خلاصه شاخص‌های آماری مربوط به نمره‌های شرکت‌کنندگان در آزمون‌های

خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی (N=۲۰۰)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
خوش بینی	۱۴/۶۷	۳/۰۲	۰/۲۴۲	-۰/۳۹۲
حمایت اجتماعی	۶۷/۶۳	۱۶/۹۸	-۰/۲۱۲	-۰/۸۰۱
هوش معنوی	۱۲۶/۱۶	۱۱/۵۰	-۰/۵۸۹	۰/۹۱۱

در خصوص توزیع نمره‌های کل شرکت‌کنندگان در آزمون‌های خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی، شاخص‌های مختلف توصیفی اعم از میانگین، انحراف معیار، شاخص‌های کجی و کشیدگی نشان می‌دهد که توزیع نمره‌های کل نمونه به توزیع نرمال میل دارد.

جدول شماره ۲: خلاصه شاخص‌های آماری مربوط به نمره‌های شرکت‌کنندگان زن در آزمون

های

خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی (n=۱۰۰)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
خوش بینی	۱۴/۵۹	۲/۸۶	۰/۴۶۳	-۰/۳۶۹
حمایت اجتماعی	۶۶/۳۴	۱۶/۶۶	-۰/۱۰۶	-۰/۸۸۲
هوش معنوی	۱۲۷/۵۵	۹/۸۵	-۰/۶۱۴	۰/۰۷۳

براساس اطلاعات جدول بالا در خصوص توزیع نمره‌های شرکت‌کنندگان زن در آزمون‌های خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی، شاخص‌های مختلف توصیفی اعم از میانگین، انحراف معیار، شاخص‌های کجی و کشیدگی نشان می‌دهد که توزیع نمره‌های شرکت‌کنندگان زن به توزیع نرمال میل دارد.

جدول شماره ۳: خلاصه شاخص‌های آماری مربوط به نمره‌های شرکت‌کنندگان مرد در آزمون

های

خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی (n=۱۰۰)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
خوش بینی	۱۴/۷۶	۳/۱۹	۰/۰۶۹	-۰/۳۹۷
حمایت اجتماعی	۶۸/۹۳	۱۷/۲۷	-۰/۳۲۹	-۰/۶۶۲
هوش معنوی	۱۲۴/۷۷	۱۲/۸۵	-۰/۴۴۶	۰/۸۸۷

براساس اطلاعات جدول بالا در خصوص توزیع نمره های شرکت کنندگان مرد در آزمون های خوش بینی، حمایت اجتماعی و هوش معنوی، شاخص های مختلف توصیفی اعم از میانگین، انحراف معیار، شاخص های کجی و کشیدگی نشان می دهد که توزیع نمره های شرکت کنندگان مرد به توزیع نرمال میل دارد.

### تحلیل داده ها

برای آزمودن فرضیه های تحقیق ابتدا با استفاده از روش ضریب همبستگی پیرسون، همبستگی متغیرهای پیش بین و ملاک ارزیابی شد (جدول ۴). یادآور می شود که با بررسی داده ها، داده های مربوط به ۸ نفر از شرکت کنندگان (شماره ۱۸، ۲۰، ۱۳۱، ۱۴۴، ۱۵۰، ۱۶۴ و ۱۶۸) از تحلیل کنار گذاشته شدند.

جدول شماره ۴: خلاصه نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرها

متغیرها	خوش بینی	
	مردان (n=۹۴)	زنان (n=۹۸)
	r	R
حمایت اجتماعی	۰/۰۴۷	-۰/۲۰۳*
هوش معنوی	۰/۰۷۷	۰/۲۶۸**

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱؛ \* معنادار در سطح ۰/۰۵

ضرایب به دست آمده در جدول فوق بیانگر همبستگی ساده بین متغیرهای پیش بین و ملاک است. مقادیر به دست آمده نشان می دهد که در کل نمونه تنها متغیر هوش معنوی با خوش بینی همبستگی معنادار دارد ( $p < 0/05$ ). در مورد گروه ها به تفکیک جنسیت، در گروه زنان همبستگی دو متغیر حمایت اجتماعی و هوش معنوی با خوش بینی معنادار بود ( $p < 0/05$  و  $p < 0/01$ ).

### تحلیل رگرسیون چندگانه

برای آزمودن فرضیه های تحقیق، با توجه به تعداد و نوع متغیرهای پیش بین یعنی حمایت اجتماعی و هوش معنوی (کمی) و متغیرهای ملاک یعنی خوش بینی (کمی) از روش تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. بر اساس مدل رگرسیون، به منظور شناسایی و تعیین سهم هر کدام از متغیرهای پیش بین (مستقل) در پیش بینی متغیر ملاک (وابسته)، همراه با کنترل سهم سایر متغیرها، ترکیب خطی متغیر های پیش بین برای پیش بینی متغیر وابسته به کار می رود. شرح تفصیلی محاسبات آماری به تفکیک فرضیه ها در زیر ارائه شده است.

- فرضیه اصلی: براساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی می توان خوش بینی افراد را

پیش بینی کرد.

جدول شماره ۵: خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی خوش بینی براساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی (N=۱۹۲)

Sig	t	متغیر وابسته: خوش بینی		پیش‌بینی کننده‌ها
		ضرایب استاندارد شده	ضرایب استاندارد نشده	
۰/۰۰۱	۴/۵۸۸**	-	۱۰/۵۰۸	عدد ثابت
۰/۱۹۷	-۱/۲۹۵	-۰/۰۹۳	-۰/۰۱۵	حمایت اجتماعی
۰/۰۲۲	۲/۳۱۲*	۰/۱۶۷	۰/۰۴۱	هوش معنوی

$R=۰/۱۸۰$ ؛  $R^2=۰/۰۳۳$ ؛  $R^2$  تعدیل شده؛  $F=۳/۱۸۲*$ ؛  $R^2=۰/۰۲۲$

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱؛ \* معنادار در سطح ۰/۰۵

همان‌طور که در جدول بالا مشاهده می‌شود، مقدار  $R^2$  به دست آمده (۰/۰۳۳) بدین معنی است که ۳/۳ درصد از واریانس متغیر خوش بینی توسط حمایت اجتماعی و هوش معنوی تبیین می‌شود. به عبارت دیگر، ۳/۳ درصد از پراکندگی مشاهده شده در متغیر خوش بینی توسط این متغیرها توجیه می‌شود. مقدار R مشاهده شده (۰/۱۸۰) نیز نشان دهنده آن است که مدل رگرسیون خطی حاضر می‌تواند برای پیش‌بینی استفاده شود. علاوه بر این، نسبت F محاسبه شده (۳/۱۸۲) در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد معنادار است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی همبستگی معنادار وجود دارد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش فرضیه اصلی کافی است. با مراجعه به آماره t و سطوح معناداری می‌توان قضاوت کرد که از بین این ۲ متغیر، متغیر هوش معنوی با متغیر خوش بینی همبستگی معنادار دارد.

علامت ضرایب بتای به دست آمده نشان داد که متغیر هوش معنوی با متغیر خوش بینی همبستگی مثبت و معنادار دارد. در نهایت، با توجه به این توضیحات و ضریب به دست آمده می‌توان معادله رگرسیون را بر اساس ضرایب رگرسیون استاندارد شده به صورت زیر تدوین کرد:

$$( \text{هوش معنوی} ) Y = ۱۰/۵۰۸ + ۰/۱۶۷ ( \text{خوش بینی} )$$

- فرضیه اختصاصی اول: بر اساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی می‌توان خوش بینی زنان را پیش‌بینی کرد.

جدول شماره ۶: خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی خوش زنان براساس حمایت

اجتماعی و هوش معنوی (n=۹۸)

پیش بینی کننده ها	متغیر وابسته: خوش بینی		
	ضرایب استاندارد نشده	زنان	t
عدد ثابت	۶/۹۴۳	-	۱/۹۵۳*
حمایت اجتماعی	-۰/۰۳۶	-۰/۲۱۸	-۲/۲۶۱*
هوش معنوی	۰/۰۷۹	۰/۲۸۰	۲/۹۰۵**

$R=۰/۳۴۶$ ؛  $R^2=۰/۱۱۹$ ؛  $R^2$  تعدیل شده؛  $F=۶/۴۴۴**$ ؛  $R^2=۰/۱۰۱$ ؛  $F=۶/۴۴۴**$

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱؛ \* معنادار در سطح ۰/۰۵

همان طور که در جدول بالا مشاهده می شود، مقدار  $R^2$  به دست آمده (۰/۱۱۹) بدین معنی است که ۱۱/۹ درصد از واریانس متغیر خوش بینی زنان توسط حمایت اجتماعی و هوش معنوی تبیین می شود. به عبارت دیگر، ۱۱/۹ درصد از پراکندگی مشاهده شده در متغیر خوش بینی زنان توسط این متغیرها توجیه می شود. مقدار R مشاهده شده (۰/۱۱۹) نیز نشان دهنده آن است که مدل رگرسیون خطی حاضر می تواند برای پیش بینی استفاده شود. علاوه بر این، نسبت F محاسبه شده (۶/۴۴۴) در سطح اطمینان حداقل ۹۹ درصد معنادار است. بنابراین، می توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی همبستگی معنادار وجود دارد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش فرضیه اختصاصی اول کافی است. با مراجعه به آماره t و سطوح معناداری می توان قضاوت کرد که ۲ متغیر حمایت اجتماعی و هوش معنوی با متغیر خوش بینی همبستگی معنادار دارند.

علامت ضرایب بتای به دست آمده نشان داد که متغیر حمایت اجتماعی با متغیر خوش بینی همبستگی منفی و معنادار دارد و متغیر هوش معنوی با متغیر خوش بینی همبستگی مثبت و معنادار دارد. در نهایت، با توجه به این توضیحات و ضریب به دست آمده می توان معادله رگرسیون را بر اساس ضرایب رگرسیون استاندارد شده به صورت زیر تدوین کرد:

$$(هوش معنوی) - ۰/۲۸۰ - (حمایت اجتماعی) + ۰/۲۱۸ + ۱۰/۵۰۸ = Y \text{ (خوش بینی زنان)}$$

- فرضیه اختصاصی دوم: بر اساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی می توان خوش بینی مردان را پیش بینی کرد.

جدول ۷: خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی خوش بینی مردان براساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی ( $n=94$ )

متغیر وابسته: خوش بینی مردان				
R	$R^2$	$R^2$ تعدیل شده	F	Sig
۰/۰۸۳	۰/۰۰۷	-۰/۰۱۵	۰/۳۱۶	۰/۷۳۰

همان طور که در جدول بالا مشاهده می شود، مقدار  $R^2$  به دست آمده (۰/۰۲۶) بدین معنی است که ۰/۷ درصد از واریانس متغیر خوش بینی مردان توسط ۲ متغیر حمایت اجتماعی و هوش معنوی تبیین می شود. به عبارت دیگر، ۰/۷ درصد از پراکندگی مشاهده شده در متغیر خوش بینی مردان توسط این متغیرها توجیه می شود. علاوه بر این، نسبت F محاسبه شده (۰/۳۱۶) در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد معنادار نیست. بنابراین، می توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی در مردان همبستگی معنادار وجود ندارد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش فرضیه اختصاصی دوم کافی نیست.

#### جمع بندی و نتیجه گیری :

سوال اول: مؤلفه های حمایت اجتماعی و هوش معنوی می توانند سطح خوش بینی در افراد را پیش بینی کرد؟

این پژوهش با استفاده از روش همبستگی مورد بررسی قرار گرفت و نتایج به دست آمده نشانگر این مطلب بود که تنها بین هوش معنوی و خوش بینی همبستگی معنادار می باشد و با توجه به مثبت بودن ضریب همبستگی این نتیجه حاصل می گردد که افزایش هوش معنوی در افراد می تواند موجب افزایش خوش بینی باشد. بنابراین در تحلیل یافته فوق می توان ادعان داشت افرادی که از هوش معنوی برخوردارند، می تواند در پیش بینی سطح خوش بینی افراد نیز مؤثر باشد. با توجه به اینکه هوش معنوی با تأثیرات عمیق درونی می تواند پیش بینی کننده خوش بینی فرد باشد. هوش، از جمله هوش معنوی بیانگر مجموعه ای از مهارتها و توانایی های مختلف است که هرکدام از آنها به صورت متفاوتی در بافتهای اجتماعی، تاریخی و فعال و ارزش گذاری می شوند (ایمونز، ۲۰۰۰). بر همین اساس زوهرومارشال (۲۰۰۰)، معتقد است هوش معنوی موجب می شود که فرد در برابر رویدادها و حوادث زندگی، بینش عمیقی بیابد و از سختی های زندگی نترسد و با صبر و تفکر با آنها مقابله نموده و راحل های منطقی و انسانی را برای آنها بیابد.

این نتیجه با بسیاری از پژوهش های انجام شده همسو می باشد از جمله امیدیان و اسماعیل پور (۱۳۹۹)، چهره ور و همکاران (۱۳۹۷)، کاظمیان مقدم (۱۳۸۸)، استای ال (۲۰۰۸)، انیکوکزردایا (۲۰۱۰) و همچنین نادری و همکاران دریافتند که بین هوش معنوی و میزان رضایت از زندگی سالمندان رابطه مثبت معناداری وجود دارد و نیز در پژوهشی دیگر از فریرز باقری و همکاران نشان داد بین هوش معنوی و شادکامی پرستاران رابطه خطی، معنادار و مستقیم وجود دارد.

به نظر می‌رسد افرادی که گرایش به معنویت دارند در افکار، گفتار و کردار خود به معیار های الهی توجه دارند در نتیجه به گونه ای رفتار می‌کنند که کردارشان مورد رضایت الهی قرار گیرد. چنین افرادی از تمایل رذایل اخلاقی که مثل خوره به جان آدمی می‌افتد و سلامت روان او را تحت تاثیر قرار می‌دهد، به دورند و هنگام مواجه با مشکلات زندگی صبر و توان مقاومت خود را از دست نمی‌دهند و به خدای متعال تکیه می‌کنند. لذا وسایل آرامش خاطر آنها فراهم می‌گردد و از گرفتاری‌ها به انواع بیماری های روانی نظیر اضطراب و افسردگی مصون می‌مانند، به همین علت باید تلاش شود تا سطح معنویت و رشد هوش معنوی در افراد ارتقاء پیدا کند. و بر اساس نتایج بدست آمده بین حمایت اجتماعی و خوش بینی و معنادار نبودن رابطه ی آن دو و منفی بودن ضریب همبستگی، این نتیجه حاصل می‌گردد که عوامل مختلفی می‌تواند وجود داشته باشد در صورتی که فرد حمایت اجتماعی را دریافت کرده ولی خوش بین نمی‌باشد یا بالعکس. با توجه به اندک بودن بررسی های انجام شده در جهان و نیز محدودیت دسترسی به این نتایج، یافتن نتایج لازم برای مقایسه یافته های این پژوهش را دشوار ساخت. یافته های زیادی دال بر معناداری خوش بینی همراه با متغیر های گوناگون مورد بررسی قرار گرفته است و اینگونه به نظر می‌رسد حمایت اجتماعی به عنوان عاملی میانجی می‌باشد که تاثیراتش به صورت غیرمستقیم بر روی خوش بینی می‌گذارد.

سوال دوم: مؤلفه های حمایت اجتماعی و هوش معنوی می‌توانند سطح خوش بینی در زنان را پیش‌بینی کرد؟

با توجه به مقدار  $R^2$  به دست آمده می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی زنان همبستگی معنادار وجود دارد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش فرضیه اختصاصی اول اینکه براساس حمایت اجتماعی و هوش معنوی می‌توان خوش بینی زنان را پیش‌بینی کرد، کافی است و نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش لای-وانگ، مردانی حموله، هیلز، موسوی نسب و تقوی و نولن-هیوکسیما همسو می‌باشد.

سوال سوم: مؤلفه های حمایت اجتماعی و هوش معنوی می‌توانند سطح خوش بینی در مردان را پیش‌بینی کرد؟

بر اساس نتایج به دست آمده در این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر خوش بینی در مردان همبستگی معنادار وجود ندارد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش فرضیه اختصاصی دوم کافی نیست. به نظر می‌رسد به دلایل شرایط زندگی و اینکه عمده مسئولیت اقتصادی به عهده مردان می‌باشد از این حیث شاید دریافت حمایت اجتماعی تأثیری در خوش بینی آنان نداشته باشد.

بنابراین، با توجه به نتایج پژوهش حاضر، با دخیل نمودن سایر متغیرها و کنترل عوامل اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی، می‌توان نتایج ارزشمند بیشتری را جمع آوری نمود و از آنجایی که پژوهش حاضر تنها بر روی دبیران منطقه یک تهران انجام شده است، انجام این پژوهش بر روی سایر گروهها و همچنین در سایر شهرها نیز توصیه می‌شود.

## منابع

- امیدیان، مهدی، اسماعیل‌پور اشکفتکی، محمود (۱۳۹۹)، *پیش‌بینی حمایت اجتماعی دانشجویان بر اساس مولفه‌های سرمایه اجتماعی و سرمایه روانشناختی در بحران همه‌گیری کرونا*، پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، دوره ۱۰، شماره ۳۹، پاییز ۱۳۹۹.
- پروچاسکا، سید احمدی، (۱۳۸۵). *نظریه‌های روان‌درمانی*، سید محمدی یحیی، تهران، انتشارات رشد، صص: ۴۰۴،...، ۴۱۶.
- رجایی، علی، (۱۳۸۷). *هوش معنوی*، دیدگاهها و چالشها، فصلنامه پژوهش نامه تربیتی. زوهر و مارشال، (۲۰۰۰). سهرابی، ف، (۱۳۸۶). *منابع علمی تخصصی مجله تصویر ذهن*، سال دوم، شماره ۲، صفحه ۵.
- ساراسون، ایروین جی، (۱۳۸۲). *روانشناسی مرضی*، مترجم، نجاریان بهمن، تهران، انتشارات رشد، صص: ۵۸۸، ۵۸۹، ۹۹۴، ۵۹۷.
- سلیگمن مارتین، (۱۳۸۶). *خوش‌بینی-بدبینی*، مترجم، خدایی، قربانعلی، همدان، انتشارات چنار. سلیگمن، مارتین. ای. پی. رایویج کارن، کاکس، لیداجی، گیلهام، جین، (۱۳۸۳). *کودک خوشبین*، مترجم، داورپناه فروزنده، داود، چاپ اول، تهران، انتشارات رشد.
- جعفری، اصغر، حسامپور، فاطمه (۱۳۹۶)، *پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ابعاد هوش معنوی و سرمایه روان‌شناختی در سالمندان*، مجله سالمندی ایران، دوره ۱۲، شماره ۱، بهار ۱۳۹۶.
- چهره‌ور، مریم؛ حجت‌خواه، محسن؛ پروانه، الهام؛ نادری، قباد؛ حصارسرخ، ربابه؛ پروانه، آذر (۱۳۹۷)، *پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس هوش معنوی و حمایت اجتماعی در زوجین*، رویش روان‌شناسی سال هفتم مهر ۱۳۹۷ شماره ۷ (پیاپی ۲۸).
- کاظمیان مقدم، کبری، سهرابی زاده هنرمند، مهناز، (۱۳۸۸). *بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان، روان‌شناسی دین، سال دوم، ش، ۴، صص ۱۷۴-۱۵۷.
- هیلز، (۲۰۰۰). *رهنمودهای سلامت زیستن*، مترجم، میرزایی و همکاران، (۱۳۷۹). چاپ اول. تهران، کتابخانه. فروردین.
- Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concern: motivation and spirituality in personality*. Ted. New York: the guilford press.
- Emmons, R. A. (2000). *Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects*. The Intelligence Journal for The Psychology of Religion, 10(1), 57-64.
- Godman, I, Dutton, MA, Vanko, SN, Weinfurt K. *woman's resources and use of strategies as risk and protective factor's for reabuse ovwr time. violence Against Woman* 2005, 11(3): 311-360.

- Golman,D,D.(۱۹۹۸).Working with emotional intelligence Neww york:Bantam.
- MC, Mullen,B.(۲۰۰۳),spiritual intelligence ; <http://www.studentbmj.com>.
- Noble,k,D.(۲۰۰۱).Spiritual intelligence . Anew frame of mind . Advanced Development Journal , ۱۹ ,۱-۲۸.
- Tiger,L.(۱۹۷۹).optimism:the Biology of hope.New York:simon and schuster.
- Sarason, I,G. (۱۹۸۸) .Social support , personality and health . Inm . Janniss (Ed). I ndividual differences , stress and health psychology . springer – verlag .
- Sarafino, E,P .(۲۰۰۲) .Health psychology (۳thed) . Newyork : John wiley & Sons . inc .
- Sisk,D,A&Torrance, E.P. (۲۰۰۱).Spiritual intelligence:Developing higher consciousness.Buffalo,New York:Creative Education Foundation press.
- Snyder,C,R,Lopez,S,J. (۲۰۰۷). Hand Book of Positive Psychology Londen, Oford University Press.otheropy for depression.health psychology,V,۳۴,P.۳۹-۴۷.
- Wallston, K,A. (۱۹۹۰). Coutious Optimism Versus. Cockeyed Optimism. Psychology and Health, ۹, ۲۰۱, ۲۰۳.
- Zohar,D & Marshal,I .(۲۰۰۰) . SQ: Spiritual interlligance , the ultimate intelligence .london ; Bloomsbury.