

## Developing a Spiritual Intelligence Training Package with an Islamic Approach in Dealing with Pervasive Diseases such as Covid-19

Mohammad Farhoush 

Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Semnan University, Semnan, Iran.

\*Correspondence should be addressed to Mr. Mohammad Farhoush; Email: Farhoush.mohammad@gmail.com

### Article Info

Received: Apr 25, 2022

Received in revised form:

May 31, 2022

Accepted: Jul 12, 2022

Available Online: Sep 23, 2022

### Keywords:

Attention to purpose and meaning in life

Corona

Feeling close to God

Spiritual intelligence with an Islamic approach

Spiritual resilience

Spiritual purposefulness

### Abstract

**Background and Objective:** Corona has caused important changes in people's lives and has increased people's vulnerability to depression and anxiety. Spiritual intelligence is the skill of using spiritual resources to adapt to the conditions and reduce vulnerability. The aim of the present study was to develop a spiritual intelligence training package drawing on Islamic teachings and the achievements of classical psychology in the face of pervasive diseases.

**Methods:** The method used in this study involved content analysis and text-based analysis. For this purpose, the materials related to spiritual intelligence, including structures, components, scales, and educational packages in classical psychology and Islamic psychology, as well as related verses, narrations, and teachings of Islamic ethics, were collected, exposed to content analysis, and open, central, and abstract coding. Based on this, the structure of spiritual intelligence and then the package of spiritual intelligence were developed with an Islamic approach to face widespread diseases. The author reported no conflict of interests.

**Results:** Based on the findings, the structure of spiritual intelligence included three components: feeling close to God, spiritual resilience, and spiritual purposefulness. The package of spiritual intelligence with an Islamic approach for dealing with pervasive diseases such as Covid-19 included 9 90-minute sessions involving 1) establishing a therapeutic relationship and presenting the goals of the program, 2) familiarity with spiritual intelligence and its role in the face of problems, 3) explaining spiritual purposefulness and its effects, 4) teaching goal-setting skills, 5) explaining the effects of feeling close to God, 6) spiritual motivation skills, 7) explaining spiritual resilience and how to strengthen it, 8) the skills of dealing with obstacles, and flexibility and 9) trust in God and summing up.

**Conclusion:** The spiritual intelligence program with an Islamic approach has positive spiritual and psychological dimensions.



<https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i-.38240>

Please cite this article as: Farhoush M. Developing a Spiritual Intelligence Training Package with an Islamic Approach in Dealing with Pervasive Diseases such as Covid-19. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(Supplement): 114-128. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i-.38240>

### Summary

#### Background and Objective

A type of influenza called Covid-19, which belongs to the family of corona viruses, broke out in China at the end of 2019, and after a few months it became an epidemic around the world. This disease has characteristics that have caused

people to worry and panic (1). In recent years, psychologists have paid a special attention to the conceptualization of spiritual resources in facing the problems. For example, the concepts of spiritual health (2), spiritual well-being (3) and spiritual intelligence (4) are presented; spiritual intelligence has a special position in this respect. Intelligence generally makes a person adapt to the environment and provides efficient problem

solving methods (5). Spiritual intelligence increases positive feelings and also increases the sense of worth and empowerment in the members of the society. Spiritual intelligence puts issues in a broader context in terms of meaning; as a result, it increases the ability to solve problems and perform better. It also gives more meaning and value to the events and a person's experiences and increases his/her resilience. Therefore, spirituality strengthens problem-oriented and emotion-oriented coping strategies. Gardner emphasizes the ability to solve problems in intelligence; therefore, he criticizes Emmons that those aspects of spirituality that are related to phenomenological experiences (such as the experience of holiness or transcendental states) should be separated from the rational aspects, problem solving and information processing (6). In summary, it can be stated that spiritual intelligence means the ability to use spiritual resources to increase performance and adaptability. According to Islamic teachings, spirituality (spiritual development) and spiritual intelligence (using spiritual resources in everyday life situations) are closely related. Those who have high levels of faith spread faith to all aspects of their lives and try to direct all their actions at getting closer to God and spiritual growth. Spiritual intelligence considers every event as an opportunity for spiritual growth and closeness to God. In the Islamic texts, there are points on how to strengthen spiritual intelligence. These materials should be compiled and the structure of spiritual intelligence should be developed and a suitable package should be designed to strengthen the spiritual intelligence of people in the face of pervasive diseases.

### Methods

The method used in this study was text-based and involved content analysis with a contextual theory approach. For this purpose, the materials related to spiritual intelligence, including structures, components, scales, and educational packages in classical psychology and Islamic psychology, as well as related verses, narrations, and teachings in Islamic ethics, were collected and analyzed, and open, central, and abstract coding was done, accordingly. Based on the findings of content analysis, the structure of spiritual intelligence was developed. Then, the package of spiritual intelligence with an Islamic approach for dealing with the Covid-19 disease, including goals, techniques and assignments, was designed and was presented to 12 Islamic psychology experts who had a higher education degree in Islamic sciences and a doctorate in psychology and had

counseling and psychotherapy experience to evaluate the validity of the content. After collecting the experts' views, the final training package was developed.

### Results

The findings showed that the structure of spiritual intelligence with the Islamic approach includes three components of feeling close to God, spiritual resilience and spiritual purposefulness. The findings of the current study showed that the spiritual intelligence program with an Islamic approach for dealing with pervasive diseases includes 9 90-minute sessions consisting of: 1) creating a therapeutic relationship and presenting the goals and logic behind the program, 2) getting to know spiritual intelligence and its components and its role in dealing with the problems, 3) getting to know the purpose and meaning of life in Islam and strengthening the tendency towards it, explaining spiritual purposefulness and its effects, 4) teaching the skill of setting goals towards the main goal of life and setting meaningful, clear and logical goals, 5) explaining the effects of feeling close to God and how to strengthen it, 6) spiritual motivation skills, 7) explaining spiritual resilience and how to strengthen it, 8) developing coping skills and flexibility skills and 9) trusting God and summing up.

### Conclusion

The spiritual intelligence program with an Islamic approach has positive spiritual and psychological dimensions and can play an effective role in increasing the mental well-being and spiritual growth of people. By knowing the purpose of life and tending to it, a person feels a sense of spiritual meaning and evaluates every moment of life as an opportunity to get closer to God. With the skill of goal setting, he sets appropriate goals in different fields and has a high spiritual motivation to achieve the goals. S/he uses skills to increase his spiritual motivation, devises plans and paths to achieve goals and strives to achieve goals and relies on God's infinite power and kindness and anticipates obstacles well and deals with them.

Spiritual intelligence includes three components of feeling close to God, spiritual resilience and spiritual purposefulness. Feeling close to God means that a person feels close to God and feels that God is watching him. Also, when he prays to God, he feels spiritual vitality and perfection. Therefore, feeling close to God is an important source of adaptation. In Islam, spirituality and the search for the sacred is the connection with God.

Spiritual purposefulness means that a person pursues a meaning and purpose in life. S/he considers every moment as an opportunity for spiritual evolution, gaining a higher rank in heaven and getting closer to God.

Spiritual resilience means that a person conceptualizes issues that s/he cannot change as an opportunity to get closer to God; That is, he pays attention to the spiritual dimensions of the problem; Therefore, he finds peace. In many of the existing questionnaires, for example, Koenig's questionnaire, this component has been ignored (7).

In the package of spiritual intelligence with the Islamic approach, the goal-setting skill is also strengthened and a person considers goals in different areas of life, but all these goals are integrated towards the goal of life. In this package, the purpose of life is the spiritual growth of the soul and the preparation to benefit from God's manifestations in the other world; this goal gives meaning to all human life and makes life valuable and is planned in this direction. This goal integrates all aspects of a person's life in a meaningful direction.

Spiritual intelligence with an Islamic approach reduces anxiety about the future and makes it easier to bear problems in life by changing a person's perspective and giving a spiritual dimension to issues (8). Therefore, spiritual intelligence helps people face the Covid-19 disease by giving themselves hope with a continuous positive inner dialogue, with the belief that they can handle things and never give up; Finally, these people experience less negative emotions with this hopeful conversation.

### Acknowledgements

The author would like to thank the experts who collaborated in the evaluation of the structure and the educational package, who improved the educational package of spiritual intelligence with their detailed opinions.

### Funding

According to the author, this study did not have a financial sponsor and was carried out at the author's personal expense.


### Conflict of interest

The author of the article did not report any conflict of interests in this study.

## References

1. Novel C. The epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19) in China. *Zhonghua liu xing bing xue za zhi= Zhonghua liuxingbingxue zazhi*. 2020;41(2):145.
2. MacDonald DA. The Expressions of Spirituality Inventory: Test development, validation, and scoring information. Unpublished test manual. 2000:1-23.
3. Gomez R, Fisher JW. Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*. 2003;8(35):1975-91.
4. Stevens B. What about spiritual intelligence? *St Mark's Review*. 1996;167:19.
5. Raghbi M, Gharehchahi M. An Investigation of the Relation between Emotional and Spiritual Intelligence among Well-Adjusted and Discordant Couples. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2013; 4(13):123-40. (Full Text in Persian)
6. Amram J. Intelligence Beyond IQ: The contribution of emotional and spiritual intelligences to effective business leadership. *Institute of transpersonal psychology*. 2005:35-9.
7. King DB DT. A Viable Model & Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2010;1(28):68-85.
8. Mirbagher-Ajorpaz N, Aghajani M, Morsae F, Zabolian Z. The Relationship between Hope and Depression-Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis. *Journal of Health and Care*. 2016; 18(1):55-62. (Full Text in Persian)

## تطوير حزمة الذكاء الروحي بمنهج إسلامي في مواجهة الجوائح كجائحة كوفيد ١٩

محمد فرهوش 

قسم علم النفس، كلية علم النفس والعلوم التربوية، جامعة سمنان، سمنان، إيران.

\* المراسلات الموجهة إلى السيد محمد فرهوش؛ البريد الإلكتروني: Farhoush.mohammad@gmail.com

### معلومات المادة

الوصول: ٢٣ رمضان ١٤٤٣

وصول النص النهائي: ٢٩ شوال ١٤٤٣

القبول: ١٢ ذى الحجة ١٤٤٤

النشر الإلكتروني: ٢٦ صفر ١٤٤٤

### الكلمات الرئيسية:

الإهتمام بالهدف ومعنى الحياة

الشعور بالتقرب إلى الله

الذكاء الروحي بمنهج إسلامي

كورونا

المرونة الروحية

الهدف الروحي

### الملخص

**خلفية البحث وأهدافه:** لقد أحدثت جائحة كورونا تغييرات جذرية في حياة الناس وزادت من تعرضهم للإكتئاب والقلق. الأمر الذي يفرض علينا استخدام مهاراتنا المختلفة لتجاوز الأزمات الروحية والنفسية كالذكاء الروحي. والذكاء الروحي هو مهارة توظيف الموارد الروحية للكتيف مع الظروف وتقليل ضعف الناس ما أمكن. والهدف من هذه الدراسة هو تطوير حزمة تدريب على الذكاء الروحي مع الإهتمام بالتعاليم الإسلامية وآخر ما توصل إليه علم النفس الكلاسيكي في مواجهة الأوبئة والجوائح.

**منهجية البحث:** لقد إعتد هذا البحث على تحليل المحتوى والتأكيد على النص. ولهذا الغرض، تم جمع المواد المتعلقة بالذكاء الروحي، بما في ذلك الهياكل والمكونات والمقاييس والحزم التعليمية في علم النفس الكلاسيكي وعلم النفس الإسلامي، وكذلك الآيات والروايات ومنظومة القيم الأخلاقية الإسلامية ذات الصلة بالبحث، وفي الخطوة التالية تم تحليل المحتوى، والترميز المفتوح والمركزي والمجرد لكل ما توصلت إليه الدراسة من نتائج. وبناء على ذلك، تم تصميم بنية الذكاء الروحي ثم حزمة الذكاء الروحي بمنهج إسلامي لمواجهة الأوبئة والجوائح. فإنّ مولف البحث لم يشيروا إلى أيّ تضارب في المصالح.


**المعطيات:** اظهرت النتائج أنّ بنية الذكاء الروحي تتكوّن من ثلاثة مكونات هي: الشعور بالقرب من الله، والمرونة الروحية، والهدف الروحي. وقد تضمنت حزمة الذكاء الروحي منهجاً اسلامياً للتعامل مع الجوائح، تسع جلسات (كل جلسة تسعون دقيقة) وعنوان الجلسات كالتالي: (١) عرض أهداف البرنامج، (٢) الذكاء الروحي ودوره في مواجهة المشاكل، (٣) شرح الهدف الروحي وأثاره، (٤) تعليم مهارات تحديد الأهداف، (٥) الشعور بالقرب من الله، (٦) مهارات التحفيز الروحي، (٧) شرح المرونة الروحية وكيفية تعزيزها، (٨) مهارات التعامل مع المعوقات والمرونة، (٩) التوكل على الله.

**الاستنتاج:** اظهرت نتائج البحث أنّ لبرنامج الذكاء الروحي بمنهج إسلامي أبعاد روحية ونفسية إيجابية ولها دور تحفيزي وإيجابي في رفع مستوى السلامة النفسية وتعزيز النزعة الروحية السليمة.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Farhoush M. Developing a Spiritual Intelligence Training Package with an Islamic Approach in Dealing with Pervasive Diseases such as Covid-19. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(Supplement):114-128. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i-.38240>

## تدوین بسته آموزشی هوش معنوی با رویکرد اسلامی در مواجهه با بیماری‌های فراگیر مانند کووید ۱۹

محمد فرهوش 

گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.  
 \*مکاتبات خطاب به آقای محمد فرهوش؛ رایانامه: Farhoush.mohammad@gmail.com

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۵ اردیبهشت ۱۴۰۱  
 دریافت متن نهایی: ۱۰ خرداد ۱۴۰۱  
 پذیرش: ۲۱ تیر ۱۴۰۱  
 نشر الکترونیکی: ۱ مهر ۱۴۰۱

### واژگان کلیدی:

احساس نزدیکی به خدا  
 تاب‌آوری معنوی  
 توجه به هدف و معنای زندگی  
 کرونا  
 هوش معنوی با رویکرد اسلامی  
 هدفمندی معنوی

### چکیده

**سابقه و هدف:** کرونا تغییرات مهمی در زندگی افراد ایجاد کرده و آسیب‌پذیری آنان را نسبت به افسردگی و اضطراب افزایش داده است. هوش معنوی مهارت به‌کارگیری منابع معنوی در جهت سازگاری با شرایط است و آسیب‌پذیری افراد را کاهش می‌دهد. هدف پژوهش حاضر تدوین بسته آموزشی هوش معنوی با توجه به آموزه‌های اسلامی و روان‌شناسی در مواجهه با بیماری‌های فراگیر بود.

**روش کار:** روش این پژوهش تحلیل محتوا و متن‌محور است. بدین منظور مطالب مرتبط با هوش معنوی شامل سازه، مؤلفه‌ها، مقیاس‌ها و بسته‌های آموزشی در روان‌شناسی کلاسیک و روان‌شناسی اسلامی و همچنین آیات، روایات و آموزه‌های اخلاق اسلامی مرتبط جمع‌آوری، تحلیل محتوا و کدگذاری باز و محوری و انتزاعی شد. بر این اساس سازه هوش معنوی و سپس بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری‌های فراگیر طراحی شد. مؤلف مقاله تضاد منافی گزارش نکرده است.

**یافته‌ها:** بر اساس یافته‌ها، سازه هوش معنوی شامل سه مؤلفه احساس نزدیکی به خدا، تاب‌آوری معنوی و هدفمندی معنوی بود. بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری‌های فراگیر شامل ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای است که عبارت است از: (۱) ایجاد رابطه درمانی و ارائه اهداف و منطق برنامه، (۲) آشنایی با هوش معنوی و نقش آن در مواجهه با مشکلات، (۳) تبیین هدفمندی معنوی و آثار آن، (۴) آموزش مهارت هدف‌گذاری در جهت هدف اصلی زندگی، (۵) تبیین آثار احساس نزدیکی به خدا و چگونگی تقویت آن، (۶) مهارت‌های انگیزش معنوی، (۷) تبیین تاب‌آوری معنوی و چگونگی تقویت آن، (۸) مهارت مقابله با موانع و مهارت انعطاف‌پذیری و (۹) توکل به خدا و جمع‌بندی.

**نتیجه‌گیری:** برنامه هوش معنوی با رویکرد اسلامی دارای ابعاد مثبت معنوی و روان‌شناختی است و به نظر می‌رسد نقش مؤثری در افزایش بهزیستی روانی و رشد معنوی داشته باشد.

استناد مقاله به این صورت است:

Farhoush M. Developing a Spiritual Intelligence Training Package with an Islamic Approach in Dealing with Pervasive Diseases such as Covid-19. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(Supplement):114-128. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i-.38240>

## مقدمه

نوعی آنفلوآنزا به نام کووید ۱۹، که از خانواده ویروس‌های کرونا است، اواخر سال ۲۰۱۹ در چین شایع شد و پس از چند ماه در سراسر جهان همه‌گیر شد. این بیماری ویژگی‌هایی دارد که موجب نگرانی و وحشت مردم شده است (۱). بسیاری از متخصصان و پزشکان با وجود رعایت اصول بهداشتی و ایمنی، به این ویروس آلوده می‌شوند و با وجود مراقبت‌های ویژه، جان خود را از دست می‌دهند. این ویروس به نسبت ویروس‌های دیگر مدت‌زمان طولانی‌تری قابلیت انتقال دارد و از سطوح منتقل می‌شود و انتشار آن نسبتاً سریع است (۱).

بیماری‌های فراگیر همچون کووید ۱۹، تأثیرات فرهنگی نیز دارد. برای نمونه به دلیل خطر انتقال بیماری، مساجد و اماکن مذهبی به طور موقت تعطیل شدند. از کارکردهای روان‌شناختی مساجد، تأمین نوع دوستی و پیوندجویی در افراد است و نوعی حمایت اجتماعی را برای افراد تأمین می‌کند. با تعطیلی مساجد این حمایت قطع شد. همچنین در این شرایط به واسطه مشکلات و محدودیت‌هایی که این بیماری ایجاد می‌کند، برخی که نگرش‌های معنوی عمیقی ندارند، ممکن است به سوی ناامیدی از امور معنوی و استجابات دعا بروند.

در مواجهه با بیماری‌های فراگیر مانند کووید ۱۹، دو گروه از افراد نیازمند حمایت هستند. گروه اول افرادی که دچار بیماری کووید ۱۹ شده‌اند و بسیار نگرانند که آیا بهبود می‌یابند یا می‌میرند و گروه دوم افرادی که نگرانی زیادی دارند که مبدا دچار بیماری کووید ۱۹ شوند و جان خود را از دست بدهند. بسیاری از افراد از نظر اقتصادی آسیب دیده‌اند و نگران آینده هستند که آیا شرایط اقتصادی‌شان بهبود می‌یابد یا این شرایط برای چند ماه ادامه پیدا می‌کند. بنابراین، افراد بسیار نگران هستند و احساس می‌کنند کنترلی بر شرایط زندگی خویش ندارند. در جمع‌بندی می‌توان گفت سازوکار روان‌شناختی در مواجهه با همه‌گیری کووید ۱۹ عبارت است از احساس نداشتن کنترل بر بیماری و آثار آن به علاوه تعمیم‌دهی افراطی آن و غفلت از امکانات و توانمندی‌ها. بنابراین، نیاز است که یک سازه روانی معنوی طراحی شود که بتواند این سازوکار را متوقف کند و به لحاظ روان‌شناختی و معنوی افراد را توانمند کند و آسیب‌پذیری آنان را به مشکلات روانی و معنوی کاهش دهد.

در سال‌های اخیر روان‌شناسان به مفهوم‌سازی منابع معنوی در مواجهه با مشکلات توجه ویژه داشته‌اند. برای نمونه

دوره ۸، ویژه‌نامه، پاییز ۱۴۰۱

مفاهیم سلامت معنوی (۲)، بهزیستی معنوی (۳) و هوش معنوی<sup>۱</sup> (۴) ارائه شده است؛ زیرا معنویت منابع پایدار خوبی برای تقویت عوامل محافظت‌کننده در مقابل آسیب‌های روانی دارد (۵). در این میان هوش معنوی جایگاه ویژه‌ای دارد. هوش عموماً موجب سازگاری فرد با محیط می‌شود و روش‌های کارآمد حل مسئله را ارائه می‌کند (۶). ایمونز<sup>۲</sup> تأکید می‌کند از آنجاکه معنویت موجب سازگاری و عملکرد بهتر می‌شود، می‌تواند به عنوان هوش مفهوم‌سازی شود (۷). هوش معنوی موجب افزایش احساسات مثبت و نیز افزایش احساس ارزشمندی و توانمندی در آحاد جامعه می‌شود.

نظریه پردازان هوش معنوی به چگونگی سازه و مؤلفه‌های آن پرداخته‌اند. ایمونز هوش معنوی را شامل پنج مؤلفه می‌داند: (۱) ظرفیت برای تعالی، (۲) توانایی برای تجربه حالت‌های هشیاری عمیق، (۳) توانایی برای خدایی کردن و تقدس‌بخشیدن به امور روزانه، (۴) توانایی سودبردن از منابع معنوی برای حل مسائل و (۵) ظرفیت پرهیزگاری و تقواداتن که علاوه بر خودکنترلی شامل اموری مانند بخشش، شکرگزاری و فداکاری می‌شود (۷). به اعتقاد زوهر و مارشال<sup>۳</sup> هوش معنوی شامل حس معناداشتن، رسالت در زندگی، حس تقدس در زندگی و درک متعادل از ارزش مادیات و بهترشدن زندگی می‌شود (۸). به اعتقاد ولمن<sup>۴</sup> هوش معنوی ظرفیت آدمی برای پرسیدن سؤال‌هایی درباره معنای زندگی و تجربه پیوند عمیق‌تر با جهان هستی است (۹). به اعتقاد سیسک<sup>۵</sup> هوش معنوی فرد را توانمند می‌کند که با چهارچوب‌بندی و تفسیر مجدد وقایع و تجارب خود به شناختی معنوی و عمیق از موقعیت دست یابد و نگرش مثبت و هدفدار به زندگی داشته باشد. هوش معنوی هشیاری یا احساس پیوند با قدرتی برتر یا وجودی مقدس را افزایش می‌دهد (۱۰). هوش معنوی (SQ) موجب انگیزش فرد برای استفاده از هوش شناختی (IQ) و هوش هیجانی (EQ) در جهت رشد معنوی می‌شود (۱۱) و ایمان فرد را به ارزش‌هایش تقویت می‌کند؛ بین معنویت و ابعاد مثبت روان‌شناختی در فرد پیوند می‌زند و موجب احساس ارزشمندی و توانمندی می‌شود. به اعتقاد ناسل<sup>۶</sup>، هوش معنوی توانایی شناخت امور قدسی و ماورایی و استفاده از این منابع و نگرش‌های معنوی در جهت سازگاری

<sup>1</sup>) spiritual Quotient/ Intelligence

<sup>2</sup>) Emmons

<sup>3</sup>) Zohar & Marshal

<sup>4</sup>) Wolman

<sup>5</sup>) Sisk

<sup>6</sup>) Nasel

می‌فرمایند: «خداوند تمامی اذکار و اعمال را به‌سوی یک هدف قرار ده» (۱۸). از این رو، معنویت موجب انسجام، انگیزش و احساسات مثبت می‌شود و سازگاری را افزایش می‌دهد. هوش معنوی هر اتفاقی را فرصتی برای رشد معنوی و تقرب به خدا می‌داند. در هوش معنوی، علاوه بر معنویت توانایی‌های دیگری نیز مؤثر است. در بسیاری از پژوهش‌ها بر ارتباط بین هوش معنوی و هوش هیجانی تأکید شده است (۱۹). همبستگی‌های مشاهده‌شده بین هوش هیجانی و هوش معنوی با دیدگاه ویگلزورث<sup>۵</sup> هماهنگ است. فرای<sup>۶</sup> و ویگلزورث معتقدند برخی از مؤلفه‌های هوش هیجانی همچون خودآگاهی هیجانی و همدلی برای آغاز رشد هوش معنوی ضروری است (۲۰). هوش هیجانی و هوش معنوی موجب هم‌افزایی یکدیگر می‌شوند (۲۱).

معنویت با ارائه جهان‌بینی معنوی، نگرش‌های مثبت فرد را تقویت می‌کند و امکان ارزیابی ثانویه مثبت را از رویدادهای نامطلوب فراهم می‌کند. در یک تقسیم‌بندی، مسائلی که فرد با آنها مواجه می‌شود، سه دسته است: مسائل وجودی، نیمه‌وجودی و غیروجودی. هوش معنوی در هر کدام از این مسائل کارکرد ویژه‌ای دارد. هوش معنوی در حل مسائل وجودی مانند مواجهه با مرگ، سؤالات بنیادین و هدف زندگی نقش اصلی را ایفا می‌کند؛ در مسائل نیمه‌وجودی مانند مواجهه با فقدان عزیزان، بیماری صعب‌العلاج، حوادث غیرمترقبه و استرس پس از حادثه<sup>۷</sup> موجب معناجویی در رنج‌ها و تاب‌آوری معنوی می‌شود. بهبود روانی ناشی از رویدادهای منفی عموماً به تفاسیر یکپارچه و منسجم در یک طرح کلی و باثبات نیاز دارد (۱۶). هوش معنوی در مسائل غیروجودی مانند مشکلات مالی کوچک و زندگی روزمره بُعدی معنوی به مسئله می‌دهد و موجب انگیزش و احساسات مثبت و افزایش عملکرد می‌شود (۲۲).

ایجاد ارتباط معنوی با خداوند قادر متعال به شخص این اطمینان را می‌دهد که نیرویی قوی همیشه او را حمایت می‌کند. این افراد با بُعد معنوی‌دادن به مشکلات، بهتر با مشکلات کنار می‌آیند و کمتر دستخوش استرس و اضطراب می‌شوند. همچنین اعتقاد به حمایت و یاری خداوند متعال موجب می‌شود نسبت به بهبودی از بیماری، امید بیشتری داشته باشند (۲۳). «کسانی که ایمان آورده و کسانی که هجرت کرده و در راه خدا جهاد نموده‌اند، آنها امید به رحمت

بهتر با محیط است (۱۲). هوش معنوی مسائل را در بافتی گسترده‌تر از نظر معنایی قرار می‌دهد؛ در نتیجه موجب افزایش توانایی حل مسئله و عملکرد مطلوب‌تر می‌شود. همچنین به رویدادها و تجارب فرد معنا و ارزش بیشتری می‌دهد و تاب‌آوری او را افزایش می‌دهد. بنابراین، معنویت راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار<sup>۱</sup> و هیجان‌مدار<sup>۲</sup> را تقویت می‌کند. گاردنر<sup>۳</sup> بر توانایی حل مسئله در هوش تأکید دارد؛ از این رو به ایمونز انتقاد می‌کند که باید جنبه‌هایی از معنویت را که مربوط به تجربه‌های پدیدارشناختی است (مانند تجربه تقدس یا حالات متعالی) از جنبه‌های عقلانی، حل مسئله و پردازش اطلاعات جدا کرد (۱۳).

میشرا و واشیست<sup>۴</sup> با مرور ادبیات پژوهشی هوش معنوی، اضطراب و بهزیستی روانی مشاهده کرده‌اند که هوش معنوی انعطاف‌پذیری شناختی فرد را افزایش می‌دهد و او را قادر می‌کند در مواجهه با موقعیت‌های زندگی روزمره، آنها را در یک بافت گسترده‌تر و در جهت دستیابی به معنا و هدف زندگی‌اش ارزیابی کند (۱۴). در جدول شماره ۱، مؤلفه‌های هوش معنوی از نگاه نظریه پردازان ارائه شده است.

با توجه به جدول شماره ۱، در جمع‌بندی می‌توان گفت هوش معنوی یعنی توانایی به‌کارگیری منابع معنوی در جهت افزایش عملکرد و سازگاری. پژوهش‌هایی، کارکردهای معنویت در جهت افزایش سازگاری و بهزیستی روانی را نشان داده است (۱۵). در بسیاری از پژوهش‌ها مشخص شده است که افکار و هیجانات معنوی کارکرد بسیاری در جهت افزایش سازگاری و بهزیستی روانی دارد (۱۶). نگرش‌ها و رفتارهای مذهبی مانند توکل به خدا می‌تواند از طریق امید و نگرش مثبت به زندگی موجب آرامش درونی شود. باور به حضور خدا در تمامی موقعیت‌های زندگی و باور به وقوع تمامی حوادث تحت حکمت و رحمت الهی موجب کاهش اضطراب در موقعیت‌های تنش‌زا می‌شود (۱۷).

بنا بر آموزه‌های اسلامی، معنویت (رشدیافتگی معنوی) و هوش معنوی (به‌کارگیری منابع معنوی در موقعیت‌های روزمره زندگی) ارتباط نزدیکی دارند. کسانی که از مراتب بالای ایمان برخوردارند، ایمان را به تمامی شئون زندگی خویش سرایت می‌دهند و سعی می‌کنند تمامی اعمالشان در جهت تقرب به خدا و رشد معنوی باشد. امیرالمؤمنین (ع)

<sup>۱</sup>) problem-focused

<sup>۲</sup>) emotion focused

<sup>۳</sup>) Gardner

<sup>۴</sup>) Mishra & Vashist

<sup>۵</sup>) Wigglesworth

<sup>۶</sup>) Fry

<sup>۷</sup>) PTSD

خداوند متعال است (۲۴). در متون اسلامی مطالبی در جهت تقویت هوش معنوی آمده است. باید این مطالب جمع‌آوری و سازه هوش معنوی تدوین شود و بسته مناسبی برای تقویت هوش معنوی افراد در مواجهه با بیماری‌های فراگیر طراحی شود.

پروردگار دارند و خداوند آمرزنده و مهربان است» (۱۷). «هر آنکه به خدا توکل کند، خداوند او را کفایت می‌کند» (۱۷). قرآن کریم امید به دیدار پروردگار را عاملی مهم در حرکت و زندگی معنوی آدمی می‌شمرد و بیان می‌کند که امید انسان را به سوی عمل صالح سوق می‌دهد (۱۷). در جمع‌بندی می‌توان گفت در قرآن کریم زیربنای نظریه هوش، ارتباط مؤثر با

جدول (۱) مؤلفه‌های هوش معنوی از نگاه نظریه پردازان

مؤلفه‌ها	تاریخ	نظریه پرداز
خودآگاهی، حالت طبیعی ذاتی، هدایت یافتن از طریق وحی و ارزش‌ها، کل‌گرایی، رحم و شفقت، تجلیل از گوناگونی و تفاوت‌ها، مستقل از بستر بودن، فروتنی، گرایش به پرسش‌هایی درباره چرایی، توانایی چارچوب‌دهی دوباره، استفاده مثبت از ناگواری‌ها و احساس مفید بودن	۱۹۹۷	زوهر و مارشال
ظرفیت برای تعالی، توانایی برای تجربه حالت‌های هشیاری عمیق، توانایی برای خدایی کردن و تقدس بخشیدن به امور روزانه، توانایی سودبردن از منابع معنوی برای حل مسائل و ظرفیت پرهیزگاری و تقویداشتن که علاوه بر خودکنترلی شامل اموری مانند بخشش، شکرگزاری و فداکاری می‌شود.	۲۰۰۰	ایمونز
توانایی یافتن معنایی عمیق درباره مسائل وجودی و هستی‌شناسانه، توانایی استفاده از سطوح متعدد آگاهی برای تحلیل مسائل و توجه به فلسفه ارتباط بین مخلوقات و ارتباط آنان با وجودی برتر	۲۰۰۲	واگان <sup>۱</sup>
معنی، جذبه، بخشش، تعالی و حقیقت	۲۰۰۷	آمرام
سطح بالایی از خودآگاهی، آگاهی جهانی و فراگیر، تسلط بر نفس، وجود معنوی و تسلط اجتماعی	۲۰۰۸	ویلگزورث
خودآگاهی متعالی، تجارب معنوی، شکیبایی و بخشش	۲۰۰۸	ناصری
درک و ارتباط با سرچشمه هستی و زندگی معنوی	۲۰۰۹	عبدالله‌زاده
تفکر انتقادی-وجودی <sup>۲</sup> ، تولید معنای شخصی <sup>۳</sup> ، آگاهی متعالی <sup>۴</sup> و توسعه سطح هشیاری <sup>۵</sup>	۲۰۱۰	کینگ
خودآگاهی و عشق و علاقه، پرداختن به سجایای اخلاقی، توانایی مقابله و تعامل با مشکلات و تفکر کلی و بُعد اعتقادی	۲۰۱۰	بدیع و همکاران

1) Vaughan

2) critical existential thinking

3) personal meaning production

4) transcendental awareness

5) conscious state expansion

## روش کار

روش این پژوهش متن‌محور و تحلیل محتوا با رویکرد نظریه زمینه‌ای است. بدین منظور مطالب مرتبط با هوش معنوی شامل سازه، مؤلفه‌ها، مقیاس‌ها و بسته‌های آموزشی در روان‌شناسی کلاسیک و روان‌شناسی اسلامی و همچنین آیات، روایات و آموزه‌های اخلاق اسلامی مرتبط جمع‌آوری و تحلیل محتوا و کدگذاری باز و محوری و انتزاعی شد. جمع‌آوری داده‌ها تا اشباع اطلاعات ادامه یافت و در مجموع ۴۵ مقاله در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۳۹۹ بررسی شد. بر اساس یافته‌های تحلیل محتوا، سازه هوش معنوی طراحی شد. سپس بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری کووید ۱۹ شامل اهداف، فنون و تکالیف طراحی شد و برای ارزیابی روایی محتوا به ۱۲ کارشناس روان‌شناسی اسلامی که دارای تحصیلات عالی علوم اسلامی و دکتری روان‌شناسی بودند و

## یافته‌ها

یافته‌ها نشان داد که سازه هوش معنوی با رویکرد اسلامی شامل سه مؤلفه احساس نزدیکی به خدا، تاب‌آوری معنوی و هدفمندی معنوی است. در این پژوهش بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری‌های فراگیر مانند کووید ۱۹ طراحی و به کارشناسان ارائه شد و بر اساس نظر کارشناسان برخی اهداف و فنون حذف و برخی اصلاح شد. درنهایت، روایی محتوایی بسته نهایی که کارشناسان آن را تأیید کردند، در تمامی اهداف و فنون، نسبت روایی محتوایی (CVR) بیش از ۰/۷۵ و شاخص روایی محتوایی (CVI) بیش از ۰/۷۹ داشت و شامل ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بود که ساختار کلی آن در جدول شماره ۱ آمده است.

جدول ۱) ساختار جلسات

ردیف	عنوان*	زمان (دقیقه)
۱	ارزیابی تکالیف جلسه قبل و رفع موانع احتمالی	۱۵
۲	تحلیل نتایج تکالیف جلسه پیش و زمینه‌سازی و تقویت احساس نیاز مخاطبان برای اهداف این جلسه	۱۵
۳	تعیین اهداف این جلسه و ارزیابی اجمالی سطح افراد	۱۵
۴	فنون در جهت اهداف	۳۵
۵	جمع‌بندی و تکالیف جلسه آینده	۱۰
۶	کل	۹۰

اهداف، فنون و تکالیف خانگی در جدول شماره ۲ نشان داده شده است. این بسته با تأکید بر افزایش هوش معنوی در مواجهه با بیماری‌های فراگیر همچون کووید ۱۹ طراحی شده و در دو گروه مبتلایان به کووید ۱۹ و افراد سالم نگران درباره

کووید ۱۹ اجرایشده است. البته محتوای جلسات متناسب با نیاز مخاطبان باید شخصی‌سازی شود. بنابراین، در این برنامه درمانی خطوط کلی ارائه شد و در صورتی که درمانگر از ۷۰ درصد این برنامه درمانی تبعیت کند، پذیرفتنی است.

جدول ۲) اهداف، فنون و تکالیف خانگی جلسات

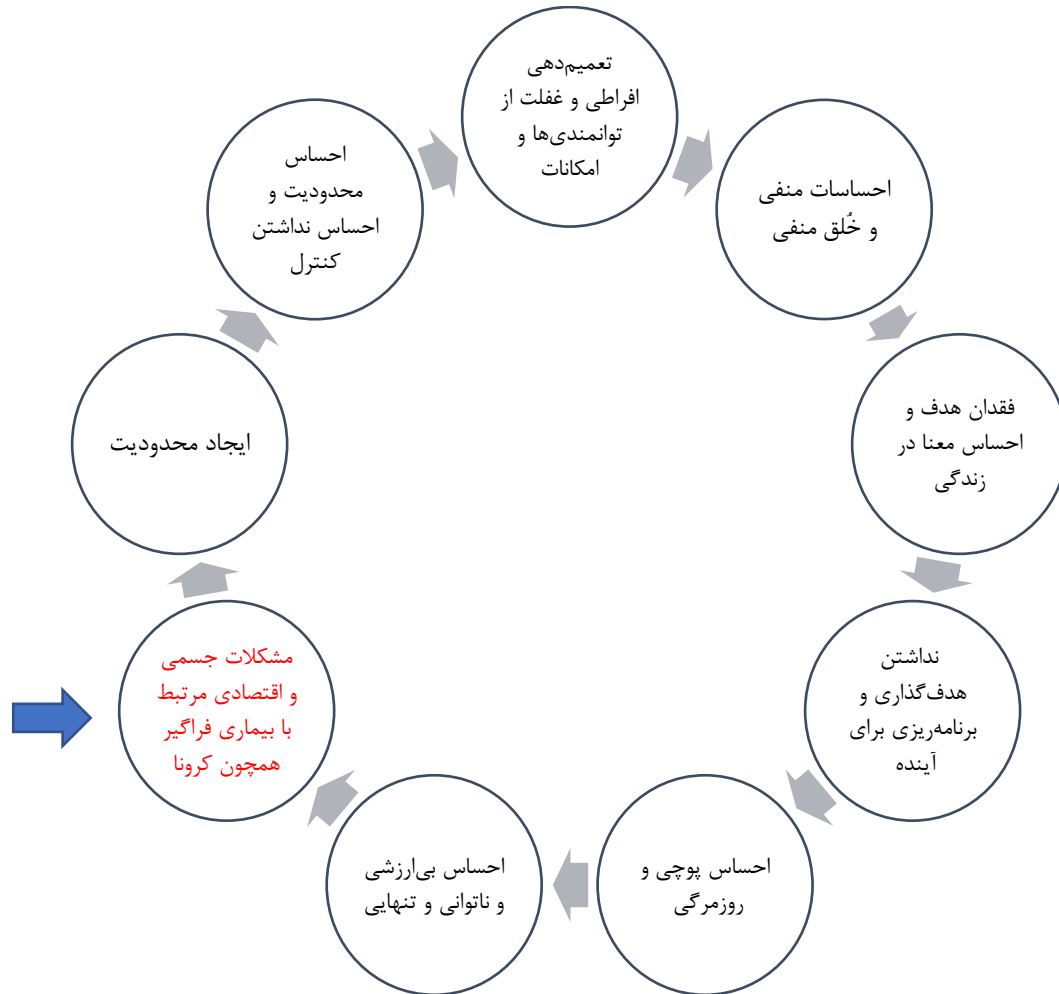
اهداف	فنون	تکالیف خانگی
۱ ایجاد رابطه درمانی و ارائه اهداف و منطق برنامه	ارزیابی وضعیت عمومی فرد و مشکلات او، ارزیابی آثار بیماری فراگیر در جامعه و در زندگی فرد، آشنایی با هوش معنوی و نقش آن در توانمندسازی افراد در مواجهه با بیماری‌های فراگیر و ارزیابی هدف افراد از شرکت در دوره و تعدیل آن	فرد یکی از داستان‌های موفقیتش را بنویسد و تعیین کند با چه مشکلاتی مواجه بوده و چگونه موفق شده است؟
۲ آشنایی با هوش معنوی و مؤلفه‌ها و آثار آن و نقش آن در مواجهه بهتر با مشکلات	معرفی هوش معنوی و تفاوت آن با هوش معنوی، معرفی مؤلفه‌های سازه هوش معنوی و تبیین آثار هوش معنوی در زندگی فرد	درباره نقش هوش معنوی در مواجهه با مشکلات بنویسد.

جلسه	اهداف	فنون	تکالیف خانگی
۳	آشنایی با هدف و معنای زندگی در اسلام و تقویت گرایش به آن، آشنایی با چگونگی رشد معنوی روح در دنیا و تبیین هدفمندی معنوی و آثار آن	ارزیابی هدف زندگی برخی از افراد مشهور و ثروتمند غیرمؤمن، ارزیابی هدف زندگی افراد شرکت‌کننده، شناخت حقیقت وجودی آدمی (روح) و چگونگی رشد آن، شناخت رابطه انسان با خدا؛ دنیا و جهان آخرت، تبیین تأثیر جهان‌بینی الهی در سازگاری؛ آرامش؛ نشاط و افزایش عملکرد، تبیین نقش توجه به خدا و تلاش در راه خدا در رشد معنوی روح و تلاوت یک آیه قرآن مرتبط با جهان آخرت در ابتدای هر جلسه	افراد هدف زندگی‌شان را بنویسند. علت آن را بنویسند و تعیین کنند اهدافشان در حیطه‌های مختلف تحصیلی، خانوادگی، شغلی و جسمی چه ارتباطی به هدف زندگی دارد؟ افراد بررسی کنند که آیا اهدافشان در حیطه‌های مختلف زندگی در ارتباط با هدف زندگی ایشان است و آنان را به آن نزدیک می‌کند؟
۴	آموزش مهارت هدفگذاری در جهت هدف اصلی زندگی و تعیین اهداف معنادار، شفاف، منطقی، در دسترس و قابل اندازه‌گیری	تعیین حیطه‌های مهم زندگی فرد، تعیین اهداف مهم فرد در هر حیطه، بازنگری در اهداف با توجه به هدف اصلی زندگی، تعیین اهداف گام‌به‌گام در هر حیطه، چالشی‌بودن هدف با توجه به امکانات و محدودیت‌ها، ایجابی‌بودن هدف در مقابل سلبی‌بودن آن، شفاف و عملیاتی‌بودن هدف در مقابل کلی و مبهم‌بودن آن، فرایندگرایی به‌جای نتیجه‌گرایی و تکلیف‌گرایی به‌جای نتیجه‌گرایی	باید فرد پنج هدف را تعیین کند؛ در هر مورد امکانات و شرایط لازم را برای تغییر (حرکت از نقطه موجود به سوی نقطه مطلوب) مشخص کند. تعیین کند که کدام امکانات را دارد. آیا با این امکانات، هدف واقع‌بینانه است؟ در صورت نیاز هدف بازنگری شود و هدف چالشی که با مقداری تلاش قابل دستیابی باشد، تعیین شود.
۵	تبیین آثار احساس نزدیکی به خدا و چگونگی تقویت آن	تقویت محبت به خدا با توجه به نعمت‌های خدا، ایجاد احساس نزدیکی به خدا، آموزش نحوه مناجات با خدا و بیان احساسات درباره مشکلات	هر روز قبل از هر نماز یک دقیقه به یکی از نعمت‌های خدا فکر کند و بعد نماز بخواند. بعد از نماز سه دقیقه با خدا مناجات کند و احساساتش را بیان کند.
۶	تقویت مهارت‌های انگیزش معنوی، تقویت احساس معنای معنوی و مهارت بُعد معنوی‌دادن به اهداف	توجه‌دادن فرد به هدف زندگی و تقویت احساس معنای معنوی، ارزش‌گذاری انگیزه‌ها و اصلاح آنها، اهمیت تذکر و یادآوری هدف زندگی در کاهش غفلت، تقویت مهارت یادآوری و به‌کارگیری موعظه‌ها و آیات مرتبط با هدف زندگی، یادآوری نعمت‌های خدا و محبت خدا نسبت به فرد و در نتیجه تقویت محبت فرد به خدا، توجه به ظرفیت‌ها برای رشد معنوی، توجه به دستاوردهای معنوی و مذهبی و ایجاد احساس پیشرفت	هر فرد برای هفته آینده سه مهارت جدید را دو بار به کار گیرد و درباره فواید آن و موانع احتمالی آن بنویسد. در پایان روز، کمی قبل از خواب شبانه‌گاهی، درباره کارهای خوبی که در روز انجام داده است و پاداش‌های بهشتی آن فکر کند. در هفته آینده در سه موقعیت که احساس کسالت یا ناراحتی داشت، از خود بپرسد: با امکانات و محدودیت‌های موجود بهترین کاری که من را به خدا نزدیک می‌کند چیست؟ آنگاه اگر این کاری که انجام می‌دهد، بهترین کار است، شاد باشد، چون به هدفش که تلاش در راه خدا بوده، رسیده است؛ اگر آن بهترین کار نیست، آن را رها کند و کاری را که خوب است آغاز کند.
۷	تبیین تاب‌آوری معنوی و چگونگی تقویت آن	مهارت ارزیابی مثبت ثانویه معنوی در مواجهه با مشکلات، مشکلات را فرصتی برای تقرب به خدا مفهوم‌سازی کردن، توجه به نعمت‌ها و توانمندی‌ها، توکل به خدا، توجه به مشکلاتی که در گذشته داشته و از آن عبور کرده است.	روزی یک مشکل را بنویسد و ارزیابی اولیه و ارزیابی مثبت ثانویه معنوی را درباره آن بنویسد.
۸	مهارت پیش‌بینی و مقابله با موانع، مهارت انعطاف‌پذیری و سازگاری	تعدیل انتظارات فرد از شرایطش در آینده، مهارت پیش‌بینی مشکلات و آمادگی متناسب با آنها، الگوگیری از افراد موفق، مهارت اسناد بیرونی و موقتی و جزیی‌دادن مشکلات، مهارت انعطاف‌پذیری و سازگاری	فرد باید از سه فرد موفق نام ببرد و بیان کند هر کدام چه هدفی داشته‌اند؟ آیا در مسیر دستیابی به هدفشان دچار مشکلات و موانعی بوده‌اند؟ چه واکنشی در برابر مشکلات داشته‌اند؟ حال شما چگونه می‌توانید آن ویژگی‌ها را در خودش تقویت کنید؟
۹	اهمیت توکل و یاری‌جستن از خدا، تعدیل انتظارات از آثار توکل و جمع‌بندی	توجه‌دادن به محدودیت‌های درونی (جسمی و روان‌شناختی) آدمی، توجه‌دادن به علم، قدرت، حکمت و مهربانی بی‌نهایت خدا، یادآوری نعمت‌ها و حمایت‌های خداوند، آشنایی با آیات؛ روایات و ادعیه مرتبط با توکل و آثار مادی و معنوی آن،	فرد باید پنج آیه و روایت درباره توکل بنویسد. فرد باید پنج دعا درباره توکل بنویسد (ادعیه مأثوره و زبان حال). یک داستان واقعی در اطرافیان درباره توکلشان بنویسد

توجه‌دادن به محدودیت‌ها در دستیابی نتیجه‌ظاهری دنیوی و توضیح دهد چگونه توکل موجب آرامش، امید، انگیزه و تأکید بر تأثیر توکل در رشد معنوی روح و موفقیت آنان شد؟

شود و آگاه شوند که در طول دوره چه نگرش‌ها و مهارت‌هایی را باید کسب کنند. چرخه‌مواجهه با بیماری کووید ۱۹ در نمودار شماره ۲ آمده است.

در جلسه اول باید چرخه‌مواجهه با بیماری‌های فراگیر مانند کووید ۱۹ را متناسب با عناصر بسته درمانی برای افراد توضیح داد تا احساس نیاز به شرکت در دوره در ایشان تقویت



نمودار ۲) چرخه‌مواجهه با بیماری کووید ۱۹

آن و تبیین هدفمندی معنوی و آثار آن، ۴) آموزش مهارت هدف‌گذاری در جهت هدف اصلی زندگی و تعیین اهداف معنادار، شفاف و منطقی، ۵) تبیین آثار احساس نزدیکی به خدا و چگونگی تقویت آن، ۶) مهارت‌های انگیزش معنوی، ۷) تبیین تاب‌آوری معنوی و چگونگی تقویت آن، ۸) مهارت مقابله با موانع و مهارت انعطاف‌پذیری و ۹) توکل به خدا و جمع‌بندی.

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که برنامه هوش معنوی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری‌های فراگیر شامل ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای است که عبارت است از: ۱) ایجاد رابطه درمانی و ارائه اهداف و منطق برنامه، ۲) آشنایی با هوش معنوی و مؤلفه‌های آن و نقش آن در مقابله با مشکلات، ۳) آشنایی با هدف و معنای زندگی در اسلام و تقویت گرایش به

می‌کند؛ یعنی به ابعاد معنوی مسئله توجه می‌کند؛ از این رو آرامش می‌یابد. در بسیاری از پرسش‌نامه‌های موجود مثلاً پرسش‌نامه کینگ<sup>۱</sup> به این مؤلفه توجه نشده است (۲۸).

برخی از آیات قرآن کریم عمل طبق باورهای دینی را سبب افزایش ایمان و بصیرت معنوی می‌داند؛ مانند: «و آنها که در راه ما (با خلوص نیت) جهاد کنند، قطعاً به راه‌های خود هدایتشان خواهیم کرد؛ و خداوند با نیکوکاران است» (۱۷)؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اگر تقوای الهی داشته باشید، خدا برای شما قوه تشخیص حق از باطل قرار می‌دهد» (۱۷)؛ و «هر مرد یا زن مؤمنی که عمل شایسته‌ای انجام دهد، او را به حیاتی پاک زنده می‌داریم» (۱۷). به‌طور کلی تقوا و پرهیزگاری، عبادات، تدبّر در آیات آفاقی و انفسی، تلاوت قرآن و تدبّر در آیات آن و روزه‌داری می‌توانند نقش اساسی در تقویت هوش معنوی داشته باشند (۲۹). تقویت هوش معنوی موجب افزایش توانایی فرد در مواجهه با مشکلات می‌شود.

در بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی، مهارت هدف‌گذاری نیز تقویت می‌شود و فرد اهدافی در حیطه‌های مختلف زندگی در نظر می‌گیرد، اما تمامی این اهداف در جهت هدف زندگی یکپارچه می‌شود. در این بسته، هدف زندگی رشد معنوی روح و آمادگی بهره‌مندی از جلوه‌های خداوند در جهان آخرت است؛ این هدف به تمامی زندگی آدمی معنا می‌دهد و زندگی را بارز می‌سازد و در این جهت برنامه‌ریزی می‌شود و تمامی ابعاد زندگی فرد را در یک جهت معنادار یکپارچه می‌کند.

داشتن هدف و معنای زندگی و تعیین اهداف منطقی و واقع‌بینانه موجب افزایش انرژی روان‌شناختی و نشاط فرد می‌شود و او را در مسیر خاصی قرار می‌دهد. بنابراین، از امتیازات بسته حاضر تعیین اهداف در حیطه‌های مختلف در جهت یک هدف اصلی و فعال‌سازی فرد در جهت تحقق آن اهداف است.

در بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی بر فرایندگرایی به جای نتیجه‌گرایی تأکید می‌شود و افراد می‌آموزند که هدف تلاش در راه خدا است و نه نتیجه ظاهری، چون فرد به میزانی که تلاش در راه خدا داشته باشد، رشد معنوی می‌یابد و هدف اصلی رشد معنوی است. مثلاً هدف، تلاش برای بهبود رابطه با اطرافیان است؛ اگر فرد تلاش کند رابطه‌اش با همسرش بهبود یابد، حتی اگر در ظاهر شرایط تغییری نکرده باشد، به هدفش رسیده است؛ چون هدف اصلی تلاش برای بهبود رابطه با

برنامه هوش معنوی با رویکرد اسلامی دارای ابعاد مثبت معنوی و روان‌شناختی است و می‌تواند نقش مؤثری در افزایش بهزیستی روانی و رشد معنوی افراد داشته باشد. با شناخت هدف زندگی و گرایش به آن در فرد احساس معنای معنوی ایجاد می‌شود و هر لحظه زندگی را فرصتی برای تقرّب به خدا ارزیابی می‌کند، با مهارت هدف‌گذاری، اهداف مناسبی را در حیطه‌های مختلف تعیین می‌کند و انگیزه معنوی بالایی در جهت دستیابی به اهداف دارد، مهارت‌هایی برای افزایش انگیزش معنوی خود به کار می‌برد، برنامه‌ها و مسیرهایی را برای دستیابی به اهداف تدبیر می‌کند و در جهت دستیابی به اهداف تلاش می‌کند و با توجه به قدرت و مهربانی بی‌نهایت خدا به او توکل می‌کند و موانع را به‌خوبی پیش‌بینی و با آنها مقابله می‌کند.

مرور ادبیات پژوهشی و نظریه‌های هوش معنوی نشان داد که هوش معنوی به‌معنای مهارت به‌کارگیری منابع معنوی در جهت افزایش سازگاری است (۲۵). هوش معنوی شامل سه مؤلفه احساس نزدیکی به خدا، تاب‌آوری معنوی و هدفمندی معنوی است. احساس نزدیکی به خدا یعنی فرد احساس می‌کند به خدا نزدیک است و خداوند مراقب او است. همچنین هنگامی که با خدا مناجات می‌کند، احساس نشاط معنوی و کمال می‌کند. بنابراین، احساس نزدیکی به خدا منبع مهمی برای سازگاری است. در اسلام معنویت و جست‌وجوی امر مقدس، ارتباط با خداوند است.

هدفمندی معنوی یعنی فرد در زندگی معنا و هدفی را دنبال می‌کند. او در وقایع روزمره زندگی احساس هدفمندی دارد؛ و هر لحظه را فرصتی برای تکامل معنوی، کسب مرتبه بالاتری در بهشت و تقرّب به خدا می‌بیند. از این رو، در هر شرایطی به دنبال این است که گامی در جهت هدف بردارد. هوش معنوی موجب معنابخشی به خود و جهان، هدفمندی کلان در زندگی، توانایی ارتباط‌بخشی بین وقایع جزئی روزانه و هدف کلی زندگی می‌شود. بدین ترتیب افراد می‌توانند با استفاده از هوش معنوی فعالیت‌ها و زندگی خود را در مسیری عمیق و معنادارتر هدایت کنند (۲۶). هوش معنوی با مفهوم‌سازی مشکل در یک زمینه وسیع‌تر، انتخاب‌های بیشتری را به فرد می‌دهد و او را از احساس محدودیت و فشار رها می‌کند. در بسیاری از مقیاس‌های موجود به این مؤلفه توجه نشده است (۲۵، ۲۷).

تاب‌آوری معنوی یعنی فرد در مسائلی که نمی‌تواند شرایط را تغییر دهد، آنها را فرصتی برای تقرّب به خدا مفهوم‌سازی

<sup>۱</sup> King

پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی مقالات علمی مرتبط با هوش معنوی به زبان عربی نیز جمع‌آوری و تحلیل شود. همچنین در مطالعات آینده اثربخشی بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی بر افزایش معنویت و بهزیستی روانی در افراد در معرض آسیب در مواجهه با بیماری‌های فراگیر مانند کووید ۱۹ بررسی شود و پیگیری طولانی‌مدت صورت گیرد. علاوه‌براین، به‌منظور ارتقای بهداشت روانی بیماران کرونایی، کتاب خودیاری هوش معنوی با رویکرد اسلامی تدوین و به‌همراه خدمات پزشکی به بیماران ارائه شود، تا روند بهبودی آنان سرعت یابد.

### قدردانی

از کارشناسانی که در ارزیابی سازه و بسته آموزشی همکاری کرده و با نظرات دقیق خود موجب ارتقای بسته آموزشی هوش معنوی شده‌اند، تشکر و قدردانی می‌شود.

### حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلف مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلف صورت گرفته است.

### تضاد منافع

مؤلف مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده است.

### References

1. Novel C. The epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19) in China. *Zhonghua liu xing bing xue za zhi= Zhonghua liuxingbingxue zazhi*. 2020;41(2):145.
2. MacDonald DA. The Expressions of Spirituality Inventory: Test development, validation, and scoring information. Unpublished test manual. 2000:1-23.
3. Gomez R, Fisher JW. Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*. 2003;8(35):1975-91.
4. Stevens B. What about spiritual intelligence? *St Mark's Review*. 1996; 167:19.
5. Yazdani M, Etebarian A, Abzari M. The moderating effect of organizational commitment on the relationship between employees' perceptions of workplace spirituality and spiritual intelligence in *Applied Psychology*. 2017;14(52):79-88. (Full Text in

همسر بوده است که مطابق رضای خدا است. علاوه‌براین، تاب‌آوری معنوی فرد تقویت می‌شود و موانع، ارزیابی مثبت ثانویه معنوی می‌شود و به‌عنوان فرصتی در جهت تقرّب به خدا مفهوم‌سازی می‌شود. بر اساس آموزه‌های اسلامی، خداوند بندگان خاصش را به مشکلات و ابتلائات دچار می‌کند تا خالص شوند.

در بسته هوش معنوی با رویکرد اسلامی بر توکل و اعتماد به قدرت لایزال الهی تأکید شده است. هنگامی که توانایی و امکانات فرد بیش از امکانات مورد نیاز برای غلبه بر مشکل باشد، فرد امیدوار می‌شود؛ بنابراین باور و اتکا به یاری خداوند که بی‌نهایت قدرت و توانایی دارد، موجب امید می‌شود (۳۰). مناجات با خداوند و یاری‌جستن از او و احساس رابطه شخصی با وجودی برتر سبب چشم‌انداز مثبتی در زندگی می‌شود (۳۱) و موجب می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند (۳۲). امتیاز این بسته نسبت به بسته‌های دیگر ارائه فنونی در جهت تقویت بُعد معنوی و ایجاد رابطه عاطفی و شخصی با خدا است. در این بسته بر ابعاد معنوی و روان‌شناختی آموزه‌های اسلامی بیشتر تأکید شده است. برای نمونه در مؤلفه شناخت هدف زندگی و گرایش به آن، فنونی در جهت ایجاد این نگرش به کار می‌رود. نگرش با شناخت متفاوت است و هنگامی که شناخت با احساسات فرد آمیخته شود و آمادگی اقدام متناسب با آن باشد، نگرش و باور شکل گرفته است.

هوش معنوی با رویکرد اسلامی از طریق تغییر دیدگاه فرد و بُعد معنوی دادن به مسائل موجب کاهش اضطراب نسبت به آینده می‌شود و تحمل مشکلات زندگی را آسان‌تر می‌کند (۳۳). از این‌رو، هوش معنوی به افراد در مواجهه با بیماری کووید ۱۹ کمک می‌کند که با یک گفت‌وگوی درونی مثبت مداوم به خود امیدواری دهند، با این مفهوم که می‌توانند از عهده کارها برآیند و هرگز تسلیم نمی‌شوند؛ درنهایت این افراد با این گفت‌وگوی امیدوارانه، هیجان‌های منفی کمتری را تجربه می‌کنند.

### محدودیت‌های پژوهش

از محدودیت‌های این پژوهش بررسی‌نشده مقالات و پژوهش‌های مرتبط با هوش معنوی در کشورهای مسلمان و به زبان عربی بود.

### پیشنهادهای پژوهش

Persian)

6. Raghibi M, Gharehchahi M. An Investigation of the Relation between Emotional and Spiritual Intelligence among Well-Adjusted and Discordant Couples. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2013;4(13):123-40. (Full Text in Persian)

7. Emmons R. Are spirituality intelligence Motivation, cognition & the psychology of ultimate concern? *The international Journal for Psychology of Religion*. 2000;1(10):3-26.

8. Zohar D, Marshal I. *Spiritual intelligence: The ultimate intelligence*. New York, USA: Blooms Bury; 2000.

9. Wolman RN. *Thinking with your soul: Spiritual intelligence & why it matters*. New York: Harmony Books; 2001.

10. Sisk DA, Torrance EP. *Spiritual intelligence: Developing higher consciousness*. Buffalo, New York: Creative Educatin Foundation Press; 2001.

11. Ebrahimi SAR, Hallajian E, Mirbolook Bozorgi S. The employees' spiritual quotient in executive organizations and its effect on their professional ethics. *Journal of Cultural Management*. 2013;7(1):41-52. (Full Text in Persian)

12. Nasel DD. *Spiritual orientation in relation to spiritual intelligence: A new consideration of traditional Christianity & New Age/individualistic spirituality*: University of South Australia Australia; 2004.

13. Amram J. *Intelligence Beyond IQ: The contribution of emotional and spiritual intelligences to effective business leadership*. Institute of transpersonal psychology. 2005:35-9.

14. Mishra P, Vashist K. A review study of spiritual intelligence, stress and well-being of adolescents in 21st century. *International Journal of Research in Applied Natural and Social Sciences*. 2014;2(4):11-24.

15. Farhoush M, Taqian H, Jamshidi M, Keshmiri R. A Comparative Study on Sixth Ethical Virtues from the Viewpoint of Positive Psychology and Nahj al-Balagha. *Studies in Islam and Psychology*. 2017;11(20):39-58. (Full Text in Persian)

16. Shahrabi Farahani L, Farahbakhsh K. Exploring Relationship between Spiritual Intelligence and motional Intelligence among middle school girls in the Tehran 15th School District. *Biennial Journal of Management and Planning in Educational Systems*. 2012;5(8):44-60. (Full Text in Persian)

17. *The Holy Quran*. Qom, Translated by Ayatollah Makarem Shirazi: Darolghoran Karim; 1994. (Full Text in Arabic)

18. Ibne Tavous A. *Jamal al-Osboue be Kamal al-Amal al-Mashroue*. Qom: Darorreza Publishing; 1911. (Full Text in Arabic)

19. Kaur D, Sambasivan M, Kumar N. Effect of spiritual intelligence, emotional intelligence, psychological ownership & burnout on caring behaviour of nurses: A cross-sectional study. *Journal of clinical nursing*. 2013;21-22(22):3192-202.

20. Fry LWJ, Wigglesworth CG. Toward a theory of spiritual intelligence & spiritual leader development. *International journal on spirituality & organization leadership*. 2013;1(1):47-79.

21. Jasbinder S. *Get your groove back how spiritual intelligence can give you the work and life you reality want* foreword by Kvine Robert: Reed Business; 2006.

22. Elkins M, Cavendish R. Developing a Plan for Pediatric spiritual care. *Holist Nurs Pruct*. 2004; 4(18): 179-86.

23. Asgari P, Roushani K, Mehri Adriani AM. Rabeteh Eteghadat-e Mazhabi va Khosh-Bini ba Salamate-Manavi-e Daneshjooyane Daneshgah-e Azad-e Ahvaz. *Quarterly Journal of Social Psychology (New Findings in Psychology)*. 2007;4(10):27-39. (Full Text in Persian)

24. Salehi M. The Model of Hope Based on Islamic Sources and Designing it Treatment Plan. *Islam and Psychological Research*. 2016;2(2):29-50. (Full Text in Persian)

25. Sohrabi F, Nasser E. *Spiritual Intelligence and its measurement scales*. Tehran: The Sound of Light; 2013. (Full Text in Persian)

26. Zamiri Nejad S, Piltan M, Hagh shenas M, Tabaraee Y, Akaberi A. Predicting happiness based on spiritual intelligence. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 1970;20(5):773-81. (Full Text in Persian)

27. Abdollahzadeh H. *Construction & st&ardization of spiritual intelligence questionnaire*. Tehran: Publication of psychometric 2009. (Full Text in Persian)

28. King DB DT. A Viable Model & Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2010;1(28):68-85.

29. Ghobari Bonab B, Salimi M, Salyani L, Noori-Moqhaaddam S. *Spiritual intelligence*. Andishe-Novin-E-Dini. 2007;3(10):125-47. (Full Text in Persian)

30. Sabry WM, Vohra A. Role of Islam in the management of psychiatric disorders. *Indian journal of psychiatry*. 2013; 55(Suppl 2):205-24. (Full Text in Persian)

31. Sabki ZA, Sa'ari CZ, Muhsin SBS, Kheng GL, Sulaiman AH, Koenig HG. *Islamic Integrated Cognitive Behavior Therapy: A Shari'ah-Compliant Intervention for Muslims with Depression*. *Malaysian Journal of Psychiatry*. 2019;28(1):29-38. (Full Text in Persian)

32. Ahmadi M, Zaree K, Leily AK, Hoseini ASS. *Efficacy of a written prayer technique on the anxiety of*

mothers of children with cancer. Palliative & supportive care. 2019:1-6. (Full Text in Persian)

33. Mirbagher-Ajorpaz N, Aghajani M, Morsae F, Zabolian Z. The Relationship between Hope and Depression-Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis. Journal of Health and Care. 2016;18(1):55-62. (Full Text in Persian)