



# The effect of spiritual care on the flourishing and academic vitality of tabriz university of medical sciences students

Shahram Vahedi<sup>1</sup> , Nasim Baheri Islami<sup>2\*</sup> 

<sup>2</sup> Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran

<sup>1</sup> PhD Student in Educational Psychology

## ARTICLE INFO

**Article Type:**  
Original Article

**Article History:**  
Received: 22 May 2023  
Accepted: 9 Sep 2023  
ePublished: 27 Dec 2023

**Keywords:**

- spiritual care
- prosperity
- academic vitality

## Abstract

**Background.** Spirituality and its effect on mental health and improvement of people's lives have been paid more attention by psychologists and mental health specialists in the last few decades. The present research was conducted with the aim of investigating the effectiveness of spiritual care on the prosperity and academic vitality of Tabriz University of Medical Sciences students.

**Methods.** The research method used was a semi-experimental type of pre-test and post-test with a control group. For this purpose, among the students of Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz city, 30 people were selected as available sampling and randomly replaced in two experimental groups and control group. Both groups responded to the academic prosperity and vitality questionnaire before and after the intervention. The experimental group participated in the spiritual care course in 4 sessions of 90 minutes, one session per week, but the control group did not receive any intervention.

**Results.** The results of data analysis showed that spiritual care has been effective on students' academic vitality and prosperity ( $P < 0.05$ ).

**Conclusion.** According to the results, it can be concluded that with spiritual care education, students' prosperity and academic vitality can be improved. Intervention based on spiritual care can be one of the effective options in improving the prosperity and academic vitality of medical students. The findings of this study confirm the acceptability of the theoretical topics presented in this field.

How to cite this article: Baheri Islami N & Vahedi Sh. The effect of spiritual care on the flourishing and academic vitality of tabriz university of medical sciences students. *Spirituality Research in Health Sciences*. 2023;1(1):179-187. doi: 10.34172/srhs.2023.016 (Persian)

## Extended Abstract

### Background

Cultivating the talents and abilities of students in harmony with the needs and developments of society can provide the basis for the realization of the defined goals and ideals of a nation. Challenges during education create sources of psychological pressure for students, in such a way

that these challenges affect students' ability to learn and sometimes adapt. One of the most important factors affecting people's ability and talent, which is also effective in adapting to threats, obstacles, pressures and hardships during education, is academic vitality. Another important variable for students, which plays a

\* Corresponding author; Email: <mailto:nbaheri7@gmail.com>

prominent role in their health and satisfactory performance, is the feeling of flourishing. Flourishing is a state of optimal mental health. Today, many therapists recognize spirituality as an important source in the psychological health of people.

### Methods

The research method used was a semi-experimental type of pre-test and post-test with a control group. The research population was all the medical students of Tabriz in the first half of 1402. To select the sample, 30 people were selected using the available sampling method and after obtaining informed consent, they were randomly replaced in the experimental and control groups. The instruments of the study were the academic vitality questionnaire and the Ahwazb self-actualization questionnaire, and the content of the training sessions was implemented in 4 sessions 90-minute for the experimental group. Descriptive statistics were used to describe the data and multivariate covariance analysis was used to analyze the data. Statistical analysis was done using SPSS version 26 software.

### Results



Based on the results, the average age of the experimental group was 24.37 and the average age of the control group was 24.85. Based on the results, the post-test average of the experimental group has increased compared to the pre-test. But the mean of the post-test of the control group did not increase much compared to the pre-test. Based on the results, spiritual therapy is effective on the flourishing of Tabriz medical students ( $P < 0.05$ ). Also, spiritual therapy is effective on the academic vitality of Tabriz medical students ( $P < 0.05$ ).

### Conclusion

The results of data analysis showed that spiritual care had an effect on the flourishing and academic vitality of Tabriz University of Medical Sciences students. When we consider spirituality as the human capacity to face the phenomena of life, it

can be considered for different dimensions. Spirituality manifests itself in four dimensions: the first dimension is the relationship with a transcendent being that is supernatural and superior. The second dimension is performing actions such as regular meditation and sometimes worship. In the third dimension, physical movements such as yoga are proposed to bring a person to a state beyond the normal state. In the fourth dimension, the individual's relationship with the surrounding people and the world is desired. It seems that the people of the world today are more inclined towards spirituality and spiritual issues, and psychologists and psychiatrists are increasingly realizing that the use of traditional and simple methods is not enough to treat mental disorders. On the other hand, the World Health Organization, in defining the dimensions of human existence, refers to the physical, psychological, social, and spiritual dimensions, and the fourth dimension, the spiritual dimension, is also mentioned in human growth and development, and it is appropriate in the treatment, follow-up, and improvement of health. Psychological should also be avoided from a one-dimensional approach and considering that social and psychological factors are directly related to the beliefs and culture of the individual, these sources and these beliefs should be fully used to improve psychologically healthy characteristics and reduce unhealthy characteristics.

## تاثیر مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز

شهرام واحدی<sup>۱</sup>  نسیم باهری اسلامی<sup>۲\*</sup> 

<sup>۱</sup> گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

<sup>۲</sup> دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

### اطلاعات مقاله

#### نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

#### نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

#### سابقه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۳/۱  
 پذیرش: ۱۴۰۲/۶/۱۸  
 انتشار برخط: ۱۴۰۲/۱۰/۶

#### کلیدواژه‌ها:

- مراقبت معنوی،
- شکوفایی،
- سرزندگی تحصیلی

### چکیده

**مقدمه.** معنویت و تأثیر آن در بهداشت روانی و بهبود زندگی انسانها در چند دهه اخیر بیش از پیش مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی قرار گرفته است. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز انجام شد.

**روش کار.** روش تحقیق مورد استفاده نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بوده است. به همین منظور از میان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز شهر تبریز، ۳۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و گروه گواه جایگزین شدند. هر دو گروه قبل و بعد از مداخله به پرسشنامه شکوفایی و سرزندگی تحصیلی پاسخ دادند. گروه آزمایشی در ۴ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، به صورت یک جلسه در هر هفته، در دوره مراقبت معنوی شرکت کردند، ولی گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند.

**یافته‌ها.** نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد، مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان موثر بوده است ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری.** با توجه به نتایج می‌توان نتیجه گرفت، با آموزش مراقبت معنوی می‌توان شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان را بهبود بخشید. مداخله مبتنی بر مراقبت معنوی می‌تواند یکی از گزینه‌های مؤثر در بهبود شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی باشد. یافته‌های این مطالعه، موید قابل قبول بودن مباحث نظری ارائه شده در این حوزه می‌باشد.

### مقدمه

بالایی برخوردار است<sup>۲</sup> یکی از مهمترین عوامل تأثیرگذار در توانایی و استعداد افراد که بر سازگاری در مقابل تهدیدها، موانع، فشارها و سختی‌های دوران تحصیل نیز موثر می‌باشد، سرزندگی تحصیلی (academic vitality) است.<sup>۳</sup> سرزندگی تحصیلی به معنی پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانع تجربه شده در عرصه مداوم و جاری تحصیلی است.<sup>۴</sup> در واقع، زمانی که فرد کارها را به صورت خودجوش انجام می‌دهد، نه تنها احساس ناامیدی و خستگی نمی‌کند، بلکه به طور مداوم احساس نیرومندی و افزایش انرژی داشته و به طور کلی احساس درونی سرزندگی دارد که یکی از مهمترین شاخص‌های معنادار در سلامت ذهنی است.<sup>۵</sup> به عبارت دیگر، سرزندگی تحصیلی در سازگاری فرد با موقعیت‌های مختلف دوران تحصیلی،

از عوامل اساسی توسعه پایدار و همه‌جانبه، توجه ویژه به جمعیت جوان به ویژه دانشجویان به عنوان قشر صاحب تفکر و اندیشه است. پرورش استعدادها و قابلیت‌های دانشجو هماهنگ با نیازها و تحولات جامعه می‌تواند زمینه تحقق اهداف تعریف شده آرمان‌های یک ملت را فراهم سازد. چالش‌های دوران تحصیل منابعی از فشار روانی را برای دانشجویان فراهم آورده و گاهی سلامتی آنها را به مخاطره می‌اندازد، به گونه‌ای که این چالش‌ها، توانایی یادگیری و گاه سازگاری دانشجویان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.<sup>۱</sup> از این رو توجه به عواملی که می‌تواند تأثیر مثبتی بر توانمندی، یادگیری و افزایش حالات روان‌شناختی مثبت دانشجویان داشته باشد و به دنبال آن منجر به بهبود سلامت جسمانی و روان‌شناختی آنها گردد از اهمیت بسیار

\* نویسنده مسؤول: ایمیل: nbaheri7@gmail.com

معنوی با تمام جنبه‌های سلامتی فرد همراه بوده، منشأ حمایت، قدرت و بهبودی است.<sup>۱۲</sup> استفاده از باورهای مذهبی و معنویت اغلب به عنوان یک راهبرد مقابله سازنده در بهبود سلامت افراد مطرح است. اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان، در چند دهه گذشته به صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. به طوری که سازمان بهداشت جهانی در تعریف ابعاد وجودی انسان، به ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی اشاره می‌کند و بعد چهارم یعنی بعد معنویت را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح می‌سازد.<sup>۱۳، ۱۴</sup> سلامت معنوی جدیدترین بعد سلامت است که در کنار ابعاد دیگر سلامتی قرار گرفته است (نصیری و همکاران). سلامت معنوی فرآیندی مبهم و پیچیده از تکامل انسان است که رابطه‌ای هماهنگ بین نیروهای درونی فرد به وجود می‌آورد و با ویژگی‌های ثبات در زندگی، صلح، داشتن ارتباط نزدیک با خدا، خود، جامعه و محیط مرتبط است و یکپارچگی و تمامیت فرد را تعیین می‌کند.<sup>۱۴</sup>

امامی و عباسی واسکسی در پژوهشی نشان دادند، مداخله مبتنی بر مراقبت معنوی بر کاهش اضطراب و کاهش نشخوار فکری بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر موثر است.<sup>۱۵</sup> توان و همکاران در پژوهشی گزارش کردند بین هوش معنوی با اشتیاق تحصیلی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک رابطه وجود دارد.<sup>۱۶</sup> ایمانی مقدم و شمسایی در پژوهشی اثربخشی آموزش مراقبت معنوی بر کنترل تکانه و لغزش در مردان وابسته به مواد تحت درمان متادون را نشان دادند.<sup>۱۷</sup> محمدپور، زینلی، سیاه‌پوش منفرد، و پیرنیا در پژوهشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان را اثر بخش گزارش کردند.<sup>۱۸</sup> عبدالله‌زاده و شادین در پژوهشی نشان دادند، آموزش خودمراقبتی معنوی بر خودشفقت‌ورزی و شجاعت اخلاقی پرستاران موثر است.<sup>۱۸</sup> اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان، در چند دهه گذشته به صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. پیشرفت علم روان‌شناسی از یک سو و ماهیت پویا و پیچیده جوامع نوین از سوی دیگر، باعث شده است که نیازهای معنوی بشر در برابر خواسته‌ها و نیازهای مادی قد علم کنند و اهمیت بیشتری بیابند.<sup>۱۷</sup> دانشجویان رشته‌های

احساس خودکارآمدی و توانمندی در مقابل چالش‌ها، تجربه کمتر اضطراب و افسردگی، احساس مسئولیت در رویارویی با تکالیف تحصیلی و موفقیت تحصیلی بالاتر رابطه دارد.<sup>۶</sup> با وجود اهمیت بالای سرزندگی تحصیلی در مواجهه موفقیت‌آمیز با دوران چالش برانگیز تحصیلی و نتایج مثبتی که از نظر روان‌شناختی و اجتماعی در پی دارد؛ بررسی پیشینه‌ی پژوهش‌های انجام گرفته در ایران نشان داد که در زمینه سرزندگی تحصیلی دانشجویان پژوهش‌های اندکی صورت گرفته و این موضوع نیازمند بررسی در گروه‌های مختلف تحصیلی و در رابطه با متغیرهای روان‌شناختی مختلف است.<sup>۲</sup> لذا تلاش در جهت رفع این خلاء پژوهشی بر ضرورت مطالعه حاضر می‌افزاید. از دیگر متغیرهای مهم برای دانشجویان که در سلامتی و عملکرد رضایت بخش آنها نقش برجسته‌ای دارد، احساس شکوفایی است. شکوفایی حالتی از سلامت روان بهینه است. با این تعریف، افراد شکوفا نه تنها احساس خوبی دارند بلکه خوب هم عمل می‌کنند. آنها به طور منظم هیجان‌های خوبی تجربه می‌کنند، در زندگی روزانه خود برجسته هستند و به صورت سازنده با محیط اطراف خود مشارکت می‌کنند.<sup>۷</sup> از این رو با بهره‌گیری از آموزه‌های روان‌شناسی مثبت بسته به اینکه فرد واجد چه توانمندی‌هایی باشد، برای فرد برنامه‌ریزی صورت می‌گیرد، تمرکز بر توانمندی‌ها فاکتور موفقیت است. روان‌شناسی مثبت‌گرا از روان‌شناسان می‌خواهد به انسان‌ها کمک کنند زندگی آنها پربارتر و رضایت بخش‌تر گردد. نسبت عواطف مثبت به عواطف منفی تعیین کننده اصلی رشد و بالندگی انسان است. هر فرد لازم است به ازاء هر تجربه عاطفی منفی سه تجربه عاطفی مثبت داشته باشد تا بتواند به شکوفایی برسد.<sup>۸</sup>

امروزه بسیاری از درمان‌گران، معنویت را به عنوان یک منبع مهم در سلامت روان‌شناختی افراد می‌شناسند.<sup>۹</sup> سلامت معنوی یکی از ابعاد مهم سلامت در انسان است که ارتباط یکپارچه و هماهنگ را بین نیروهای داخلی فراهم می‌کند و با ویژگی‌های ثبات در زندگی، تناسب و هماهنگی، احساس ارتباط نزدیک با خویشان، خدا، جامعه و محیط مشخص می‌شود.<sup>۱۰</sup> اهمیت معنویت و تأثیر مذهب در بهداشت روانی و بهبود زندگی انسان‌ها در چند دهه اخیر بیش از پیش مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی قرار گرفته است.<sup>۱۱</sup> اعتقادات

پرسشنامه سرزندگی تحصیلی: این پرسشنامه توسط Hosein Chari و Dehghani Zade سرزندگی تحصیلی Marsh و Martin که دارای ۴ گویه بود، گسترش یافت. پس از اجرای گویه‌ها نسخه نهایی مورد بازنویسی قرار گرفت، که حاصل بازنویسی ۱۰ گویه بود. سپس گویه‌های مذکور در یک مطالعه مقدماتی مجدداً روی نمونه‌ای شامل ۱۸۶ نفر خصوصیات روان‌سنجی آن بررسی شد. نتایج حاصل از بررسی Dehghani Zade و Hosein Chari نشان داد که ضرایب آلفای کرونباخ به دست آمده با حذف گویه ۸، برابر با ۰/۸۰ و ضریب بازآزمایی برابر با ۰/۷۳ بود.<sup>۳۱</sup> همچنین روایی سازه پرسشنامه با تحلیل عاملی مورد تایید قرار گرفت و پرسشنامه نهایی با ۹ سوال تدوین شد.<sup>۱۵</sup>

پرسشنامه خودشکوفایی اهواز: این پرسشنامه ۲۵ سوال دارد که هدف آن سنجش میزان خودشکوفایی افراد با استفاده از طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از یک تا ۴ می‌باشد. پرسشنامه خودشکوفایی اهواز توسط اسماعیل‌خانی، نجاریان و مهربانی‌زاده هنرمند<sup>۳۲</sup> ساخته شده است. این پرسشنامه تک بعدی است و پایایی آن به دو روش بازآزمایی و همسازی درونی توسط سازندگان آن سنجیده شده و ضرایب پایایی در دو روش به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۲ به دست آمده است.

محتوای جلسات آموزشی به اقتباس از بسته آموزشی امامی و عباسی و اسکاسی<sup>۱۵</sup> تدوین شد. محتوای جلسات مذکور در ۴ جلسه به شرح جدول ۱ اجرا شده است.

#### یافته‌ها

داده‌های جمعیت شناختی نشان داد، گروه آزمایش شامل ۱۵ نفر و گروه گواه نیز ۱۵ نفر بود. لازم به ذکر است که تمام افراد گروه آزمایش و گواه با محقق همکاری کردند و هیچ فردی از فرآیند تحقیق کناره‌گیری نکردند. بر اساس نتایج، میانگین سن گروه آزمایش ۲۴/۳۷ و میانگین سن گروه گواه ۲۴/۸۵ بود. در ادامه توصیف آماری گروه‌های مورد مطالعه در متغیرهای پژوهش آورده شده است.

پزشکی، روزانه با استرس‌های تحصیلی زیادی مواجهه می‌شوند که سلامت روانی و جسمانی‌شان را به خطر می‌اندازد و عملکرد تحصیلی آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در چنین شرایطی منبعی که می‌تواند به آنها کمک کند معنویت است.<sup>۱۶</sup> زیرا می‌تواند آنها را در تجربه‌های معنوی خود و بکارگیری آن در حل مسایل و درک ارزش و غنای زندگی یاری دهد.<sup>۲۰</sup>

علی‌رغم گستردگی فرهنگ و آموزه‌های مذهبی در جامعه ایرانی و تبیین جایگاه سلامت معنوی کمتر در برنامه‌های آموزشی و پیگیری مورد توجه قرار گرفته است، به طوری که مطالعاتی که در این حیطه مراقبت معنوی را مورد توجه قرار داده‌اند، اندک شمارند. در مطالعاتی هم که نشان‌دهنده تأثیر معنویت بر ارتقای سلامت و اتخاذ رفتارهای سالم است، مکانیسم دقیق تأثیر سلامت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی شناخته شده نیست. لذا با توجه به آنچه گفته شد و با در نظر گرفتن اهمیت سرزندگی تحصیلی و شکوفایی در دانشجویان علوم پزشکی، پژوهش حاضر با هدف پاسخگویی به این سوال انجام شد که آیا مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز موثر است؟

#### روش کار

روش تحقیق حاضر نیمه آزمایشی طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و از نظر هدف کاربردی بود. جامعه پژوهش کلیه دانشجویان علوم پزشکی تبریز در نیمه اول سال ۱۴۰۲ بودند. برای انتخاب نمونه، تعداد ۳۰ نفر، با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پس از اخذ رضایت آگاهانه به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. در نظر گرفتن این تعداد برای هر یک از گروه‌ها، بر اساس توصیه‌های مطرح شده توسط دلاور (۱۳۹۸) برای تعداد نمونه در پژوهش‌های آزمایشی بود.<sup>۱۵</sup> پرسشنامه‌های زیر در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفتند.

#### جدول ۱. محتوای جلسات آموزشی

جلسات	محتوای جلسات
پیش‌جلسه	آشنایی اولیه با مشارکت‌کننده و برقراری رابطه مناسب با هدف پرکردن صحیح پرسشنامه‌ها و ایجاد اعتماد و اجرای پیش‌آزمون

جلسه اول: ایمان به خدا	تنظیم خط مشی کلی با در نظر گرفتن جنبه محرمانه بودن و زندگی شخصی افراد، فواید و اثرات ایمان و توکل به خدا. گسترش تجربه‌های معنوی و ابراز عقاید و تجربه‌های معنوی
جلسه دوم: توکل و اعتماد به خداوند	تمرین چگونگی اعتماد کردن به نیروی لایزال الهی و آرام گرفتن، تمرین افکار و احساسات، ثبت وقایع خوشایند در هنگام اعتماد به خداوند، ارائه مفهومی صحیح از ایمان به خدا و آثار و پیامدهای داشتن نگرش ایمان در زندگی و آشنایی با علائم اضطراب در هنگام مسابقه و چگونگی کاهش اضطراب با توجه به آیات کتاب خدا
جلسه سوم: صبر در همه شرایط زندگی	تمرین دیدن یا شنیدن تجارب دیگران در رابطه با اعتماد به خداوند، آشنایی با مفهوم صبر و مثبت اندیشی و تشریح آنها در همه مراحل زندگی با توجه به آیاتی از قرآن کریم
جلسه چهارم: قضا و قدر الهی	آموزش راه دستیابی به مقام رضا و تفویض امور به خداوند و تقویت اراده فردی برای رشد معنوی بازنگری مطالب گذشته و جمع‌بندی. اجرای پس‌آزمون

جدول ۲. توصیف آماری نمرات پیش آزمون - پس آزمون متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش و گواه

گروه	متغیرها	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	شکوفایی	۴۸/۸	۸/۰۵	۵۸/۸۶	۹/۲۱
	سرزندگی تحصیلی	۲۵/۵۳	۳/۵۰	۳۱/۲۶	۴/۰۹
گواه	شکوفایی	۴۷/۷۳	۷/۸۷	۴۸/۶	۷/۸۰
	سرزندگی تحصیلی	۲۵/۱۳	۳/۴۱	۲۴/۰۶	۲/۸۶

نرمال است ( $P > 0/05$ ). برای بررسی مفروضه همسانی واریانس‌ها در گروه‌های مورد مطالعه از آزمون لون استفاده شد که نتایج نشان داد مفروضه همسانی واریانس‌ها برقرار است ( $P > 0/05$ ). برای بررسی مفروضه همسانی ماتریس کواریانس از آزمون باکس استفاده شد که نتایج حاکی از برقراری مفروضه می‌باشد ( $P > 0/05$ ).

بر اساس نتایج، میانگین پس آزمون گروه آزمایش نسبت به پیش آزمون افزایش داشته است. اما میانگین پس آزمون گروه کنترل نسبت به پیش آزمون افزایش زیادی نداشته است. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده گردید. قبل از تحلیل، ابتدا مفروضه این روش آماری شامل نرمال بودن توزیع داده‌ها بررسی گردید. نتایج آزمون کالموگروف اسمیرنوف نشان داد، توزیع داده‌ها

جدول ۳. نتایج آزمون کواریانس چندمتغیره (مانکوا) تفاوت دو گروه آزمایش و گواه به تفکیک متغیرها

منبع	متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	Eta <sup>2</sup>
گروه	شکوفایی	۷۸۴/۳۶	۱	۷۸۴/۳۶	۲۴/۱۱	۰/۰۱	۰/۴۸۱
	سرزندگی تحصیلی	۳۵۳/۸۲	۱	۳۵۳/۸۲	۷/۷۵	۰/۰۱	۰/۷۲۰

معنویت درمانی بر سرزندگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی تبریز موثر است ( $P < 0/05$ ).

بر اساس نتایج، معنویت درمانی بر شکوفایی دانشجویان علوم پزشکی تبریز موثر است ( $P < 0/05$ ). همچنین،

پزشکی تبریز تأثیر داشته است. این یافته با محمدپور، زینلی، سیاهیوس منفرد، پیرنیا<sup>۱۸</sup> همسو می‌باشد.

**بحث**  
نتایج تحلیل داده‌ها، نشان داد که مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم

شایسته است در درمان و پیگیری و بهبود سلامت روانی نیز از برخورد یک بُعدی پرهیز شود و با توجه به اینکه عوامل اجتماعی و روانی ارتباط مستقیم با اعتقادات و فرهنگ فرد دارد، برای بهبود ویژگی‌های سالم روان‌شناختی و کاهش ویژگی‌های ناسالم از این منابع و از این اعتقادات کمال استفاده به عمل آید.<sup>۱۷</sup>

مداخله مبتنی بر معنویت به افراد این امکان را می‌دهد که به ناملاایمات، فشارهای روانی و کمبودهای گریزناپذیری که در روند چرخه زندگی رخ می‌دهد، معنا ببخشند و نسبت به زندگی امیدواری بیشتری داشته باشند که این خود بر سرزندگی تحصیلی بالای دانشجویان اثر دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت معنویت فرایندی را پشت سر می‌گذارد که یکی از محورهای اصلی آن شناخت درست از خدا و داشتن هدف و معنا در زندگی است. داشتن معنا و هدف در زندگی مقدمه‌ای بر تاب‌آوری و سازگاری با مشکلات است. چنانچه فرد سطح معنویت افزون‌تری داشته باشد، به تبع آن معنایی که به خود و جهان اطرافش می‌دهد، توأم با احساس ارزشمندی و هدفمندی است. بنابراین سختی‌ها را تحمل می‌کند و سرزندگی بیشتری از خود نشان می‌دهد.<sup>۲۸</sup>

نمونه این پژوهش محدود به دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بود که تعمیم نتایج را محدود می‌سازد. لذا تفسیر نتایج باید با احتیاط انجام گیرد. همچنین کمبود ادبیات پژوهشی در زمینه شکوفایی و سرزندگی تحصیلی از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. برگزاری کارگاه‌های آموزشی در زمینه مراقبت معنوی پیشنهاد می‌گردد چرا که موجب آشنایی بیشتر دانشجویان با سبک‌های مقابله‌ای دینی و در نتیجه رشد مراقبت معنوی در آنان می‌شود که به تبع آن موجب افزایش خودشکوفایی و سرزندگی تحصیلی در دانشجویان می‌شود. به مسؤلان مراکز مشاوره دانشگاهی و خوابگاهی توصیه می‌شود که به اجرای مداخلات روان‌شناسی مبتنی بر مراقبت معنوی در جهت ارتقای سلامت روان و ترغیب تحصیلی دانشجویان اقدام نمایند.

### نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مراقبت معنوی بر شکوفایی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز انجام شد. نتایج نشان داد، مراقبت معنوی بر

همچنین تحقیقات داخلی و خارجی انجام گرفته در زمینه معنویت درمانی، حاکی از آن هستند که اثربخشی این روش درمانی در گسترده‌ی وسیعی از حوزه‌های مختلف، مانند افزایش خودکارآمدی<sup>۲۳</sup>، سلامت روان<sup>۲۴</sup>، کاهش افسردگی و اضطراب<sup>۲۵</sup>، کاهش اضطراب و نشخوار فکری<sup>۱۵</sup> مؤثر می‌باشد.

در تبیین یافته بدست آمده می‌توان گفت، مهارت‌های معنوی موجب می‌شود فرد حس درونی سرزندگی و خوش‌بینی را تجربه کند که شاخصی معنی‌دار برای سلامت ذهنی است<sup>۲۶</sup> از طرف دیگر، آموزش مهارت‌های معنوی در برگزیده تمایل انسان برای جستجوی معنای زندگی از طریق تعالی نفس یا از طریق نیاز به ارتباط با چیزی فراتر از خودش است که می‌تواند شکوفایی را در فرد تقویت کند.<sup>۱۵</sup> بنابراین وقتی افراد می‌آموزند که خطرها و بحران‌ها را بیش از حد، وخیم ارزیابی نکنند دچار احساس ناکارآمدی که یکی از عوامل افت تحصیلی است نخواهند شد. عواملی از قبیل توکل به خدا، صبر، قناعت، نگرش مثبت به آینده، می‌تواند باعث ایجاد آرامش در فرد و در شکل عملیاتی‌تر باعث کاهش اضطراب در او گردد. در واقع معنویت زمینه‌ساز احساس آرامش، سازگاری با قدرت بالاتر و ایجاد یک احساس سرزندگی است.<sup>۲۷</sup> همچنین مذهب و معنویت باعث تغییر در سبک زندگی و دریافت حمایت اجتماعی بیشتر می‌گردد و این باعث افزایش کیفیت زندگی و خودشکوفایی آنها می‌شود.

وقتی معنویت را ظرفیت انسان در رویارویی با پدیده‌های زندگی در نظر می‌گیریم، می‌توان برای ابعاد متفاوتی قابل شد. معنویت در چهار بعد تظاهر می‌یابد: بعد اول، رابطه با یک وجود متعالی است که فوق طبیعی و برتر است. بعد دوم، انجام اعمالی مانند مراقبه منظم و گاهی عبادت است. در بعد سوم، حرکات بدنی مانند یوگا مطرح می‌شود تا فرد را به حالتی فراتر از حالت عادی برساند. در بعد چهارم، رابطه فرد با اطرافیان و جهان مورد نظر است. چنین به نظر می‌رسد که مردم جهان، امروزه بیش از پیش به معنویت و مسائل معنوی گرایش دارند و روان‌شناسان و روان‌پزشکان نیز به طور روزافزون درمی‌یابند که استفاده از روش سنتی و ساده برای درمان اختلالات روانی کافی نیست. از سوی دیگر سازمان جهانی بهداشت در تعریف ابعاد وجودی انسان، به ابعاد جسمانی و روانی اجتماعی و معنوی اشاره می‌کند و بُعد چهارم، یعنی بُعد معنوی را نیز در رشد و تکامل انسان مطرح می‌سازد و

محققان پژوهش، خالصانه از تمامی شرکت کننده و مسئولان ذیربط، قدردانی می‌نمایند.

#### منابع مالی

همه منابع مالی این پژوهش توسط نویسندگان تامین شده است.

#### تضاد منافع

محققان اظهار می‌دارند که منافع متقابلی از تألیف و یا انتشار این مقاله ندارند.

شکوفایی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز موثر بوده است. همچنین، مراقبت معنوی بر سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز موثر بوده است.

#### ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش اصول اخلاقی علمی همچون رازداری و رضایت آگاهانه رعایت شده است.

#### سیاسگزاری

#### Referece

- Gerven C, Chamorro-Premuzic T, Arteché A, & Furnham A. A hierarchical integration of dispositional determinants of general health in students: The big five, trait emotional intelligence and humor styles. *Personality and Individual Differences*. 2008;44(7): 1562-1573. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.012>.
- Mohamadpour S, Zeinali K, Siahpoosh Monfared M, Pirnia B. Effectiveness of spiritual intelligence training on academic vitality and psychological well-being of students. *Islam and Health Journal*. 2015;2(3):33-41. [Persian].
- Pourabdol S, Sobhi- Gharamaleki N & Abbasi M. A comparison of academic procrastination and academic vitality in students with and without specific learning disorder. *Journal of Learning Disabilities*. 2015;4(3):121-127. [Persian].
- Putwain DV, Connors L, Symes W & Douglas-Osborn E. Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress & Coping*. 2011;1-10. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.582459>.
- Solberg PA, Hopkins WG, Ommundsen Y & Halvari H. Effects of three training types on vitality among older adults: A self-determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*. 2012;13:407-417. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.01.006>.
- Mohammadpour S, Jooshanlou M. The Relationship between Generalized Anxiety Disorder and Obsessive-Compulsive Personality Disorder with Psychological Well-Being in Students of Lorestan University of Medical Sciences in 2014: The Mediating Role of Passionate Obsessive Love. *JRUMS* 2015;14(5):353-366. [Persian].
- Keyes C L. M. Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*. 2007;62:95-108. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95>.
- Magyar-Moe, Jeana L. *Therapist's guide to positive psychological interventions*: Academic Press; 2009.
- Nasiri F, Keshavarz Z, Davazdah emami M, Karimkhanizandi S, Nasiri M. The Effectiveness of Spiritual Care on the Self-efficacy of Women with Breast Cancer. *Nursing and Midwifery Journal*. 2019; 16(12):856-864. [Persian].
- Rezaei M, Seyedfatemi N, Hosseini F. Spiritual Well-being in Cancer Patients Who Undergo Chemotherapy. *Journal of Hayat*. 2009;14(4&3) :33-39. [Persian].
- Abbasi M, Gooshki ES, Movahedi H, Saffari S. Spiritual care at the end of life (Systematic Review). *Med Ethics J*. 2014;9(30):99-133. [Persian].
- Zareipour M, Askari F, Dashti S, Asadpour M, Abdolkarimi M. The relationship between spiritual health and self-efficacy in pregnant women referred to rural health centers of Uremia in 2015. *Community Health J*. 2016;10(2):1-10. [Persian].
- Herrman H, Saxena S, Moodie R, Organization WH. *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: a report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian*



- Health Promotion Foundation and the University of Melbourne; 2005.
14. Peach HG. Religion, spirituality and health: how should Australia's medical professionals respond? *Med J. Aust* 2003;178(2):86-8. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2003.tb05071.x>
  15. Emami T, Abbasi Vaskasi F. Effectiveness of spiritual care-based intervention on reducing anxiety and reducing rumination in patients with generalized anxiety disorder. *IHJ*. 2021;6(1):91-98. [Persian].
  16. Tavan B, Ghomi M, Moslemi Z, Jafaripoor H, Mahmoodi, Moslemi A. The Relationship Between Spiritual Intelligence with Academic Motivation and Academic Vitality in Students Arak University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2019;19:239-247. [Persian].
  17. Imani Moghadam H, Najae M. The effectiveness of spirituality care training on control of impulsivity and laps in substance abusers under methadone treatment in Yazd, *Iranian Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 2020;29(1):139-149. [Persian].
  18. Mohamadpour S, Zeinali K, Siahpoosh Monfared M, Pirnia B. Effectiveness of spiritual intelligence training on academic vitality and psychological well-being of students. *IHJ*. 2015;2(3):33-41. [Persian].
  19. Abdollahzadeh H, shadin N. Effectiveness of Spiritual Self-Care Training on Nurses' Self-Compassion and Moral Courage. *RBS*. 2020;18(3):393-402. [Persian].
  20. Bagheri F, Akbarizadeh F, Hatami H. The relationship between spiritual intelligence and happiness on the nurse staffs of the Fatemeh Zahra Hospital and Bentolhoda Institute of Boushehr City. *Iranian South Medical Journal*. 2011;14(4):256-63. [Persian].
  21. Dehghani Zade MH & Hosein Chari M. Educational vitality and perception of family communication model; Self-efficacy mediator role. *Teaching and Learning Studies*. 2011;4(2):21-47. [Persian].
  22. Ismail Khani F, Najarian B, Mehrabizadeh Honarmand, M. Construction and validation of a scale to measure self-actualization. *Al-Zahra Humanities*. 2001;11(39):1-20. [Persian].
  23. Pardini DA, Plante TG, Sherman A, Stump JE. Religious faith and spirituality in substance abuse recovery: determining the mental health benefits. *J Subst Abuse Treat*. 2000 Dec;19(4):347-54. doi: 10.1016/s0740-5472(00)00125-2. PMID: 11166499.
  24. Diaz Naelys, E., Horton Gail & Malloy Tammy. Attachment Style, Spirituality, and Depressive Symptom Among Individuals in Substance Abuse Treatment. *Journal of Social Service Research*. 2014; 40(3):313-324. <http://dx.doi.org/10.1080/19349637.2016.1159941>.
  25. Debnam, K., Milam, A. J., Furr-Holden, C. D., & Bradshaw, C. The Role of Stress and Spirituality in Adolescent Substance Use. *Substance Use and Misuse*. 2016;51(6):733-741. <https://doi.org/10.3109/10826084.2016.1155224>.
  26. Lotfi Kashani F, Waziri SH, Arjomand S, Mousavi M, Hashemieh M. The Effectiveness of Spiritual Intervention on Reducing the Anxiety of Mothers of Children with Cancer. *Quarterly Journal of Medical Ethics*. 2011;6(20):173-86. [In Persian].
  27. Solberg P, Hopkins W, Ommundsn Y, Halvari H. Effects of three Training Types on Vitality Among Older Adults: A Self- Determination Theory Perspective. *Psychology of Sport and Exercise*. 2012;13:407-17. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.01.006>.
  28. Radmehr P, Yousefvand L. The Relationship between Spiritual Welfare and Happiness with Alexithymia or in Students of Lorestan University of Medical Sciences. *Third National Conference on New Studies and Research in the Field of Educational Sciences and Psychology*. Qom: Soroush Hekmat Mortazavi Islamic Studies and Research Center. [Persian]. <https://civilica.com/doc/647682/>.