



## اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان

دریافت مقاله: ۹۵/۹/۱۰ پذیرش مقاله: ۹۶/۹/۲۰

### چکیده

**سابقه و هدف:** توجه به سرزندگی و نشاط دانشجویان به دلیل تاثیر نیرومند بر جنبه‌های مختلف زندگی تحصیلی آنها، بسیار مهم است. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری (۱ ماه) با گروه کنترل بود که در زمستان ۱۳۹۴ انجام شد. در این پژوهش ۳۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه گواه ( $n=15$ ) و آموزش هوش معنوی ( $n=15$ ) قرار گرفتند و با استفاده از نمونه برگ جمعیت شناختی، پرسشنامه سرزندگی تحصیلی و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ۱۸ سوالی ریف مورد پیش آزمون قرار گرفتند. سپس گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه تحت آموزش هوش معنوی قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. در پایان هر دو گروه مورد پس آزمون و ۱ ماه بعد پیگیری قرار گرفتند و داده‌ها با استفاده از روش تحلیل اندازه گیری مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد که بین دو گروه گواه و تحت آموزش، هوش معنوی تفاوت معناداری وجود دارد ( $P<0/001$ ). به طوری که، در گروه آزمایش میانگین نمرات پیش آزمون متغیرهای سرزندگی تحصیلی (۲۵/۴۷) و بهزیستی روانشناختی (۶۹/۰۶) در پس آزمون به ترتیب (۳۰/۸۰) و (۷۶/۰۷) افزایش یافته و در مرحله پیگیری نیز نسبتاً ثابت بودند.

**نتیجه گیری:** نتایج نشان داد که آموزش هوش معنوی در بهبود سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان موثر می‌باشد. بنابراین، توجه به این متغیرها در قالب دوره‌های آموزشی برای دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

**واژگان کلیدی:** آموزش هوش معنوی، سرزندگی تحصیلی، بهزیستی روانشناختی

سمانه محمدپور (MA)<sup>۱</sup>  
خاطره زینلی (MA)<sup>۲</sup>  
مسلم سیاهپوش منفرد (MA)<sup>۳</sup>  
بیژن پیرنیا (MA)<sup>۴\*</sup>

۱. گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران
۲. دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارسنجان، شیراز، ایران
۳. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران
۴. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران

\*نویسنده مسئول: بیژن پیرنیا، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران

تلفن: ۹۸ ۲۱ ۸۸۳۰۴۹۶۵+

فاکس: ۹۸ ۲۱ ۸۸۳۰۴۹۶۵+

Email: b.pirnia@usc.ac.ir

### مقدمه

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 (۵). با وجود اهمیت بالای سرزندگی تحصیلی در مواجهه موفقیت آمیز 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. 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، بهزیستی روانشناختی است (۶). سازه بهزیستی روانشناختی به عنوان رشد یافتگی استعداد‌های واقعی هر فرد تعریف می‌شود و دارای شش مؤلفه شامل زندگی هدفمند، رابطه مثبت با دیگران، رشد شخصی، پذیرش خود، خودمختاری و تسلط بر محیط است (۷). هدفمندی در زندگی به معنی داشتن هدف و جهت‌گیری در زندگی و دنبال کردن آنها است (۸). روابط مثبت با دیگران به معنی داشتن روابط

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 تاثیر قرار می‌دهد (۱). از این رو توجه به عواملی که می‌تواند تاثیر 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 بالایی برخوردار است. یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار در توانایی و استعداد افراد که بر سازگاری در مقابل تهدیدها، موانع، فشارها و سختی‌های دوران تحصیل نیز موثر می‌باشد، سرزندگی تحصیلی است (۲). سرزندگی تحصیلی به معنی پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانع تجربه شده در عرصه مداوم و جاری تحصیلی است (۳). 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 (۴). به عبارت دیگر، سرزندگی تحصیلی در سازگاری فرد با موقعیت‌های مختلف دوران تحصیلی،

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان انجام شد.

### مواد و روش ها

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری (۱ ماه) با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی در پاییز سال ۱۳۹۴ بودند که به شیوه در دسترس انتخاب شدند. برای محاسبه‌ی حجم نمونه با توجه به اینکه حداقل حجم نمونه مناسب در پژوهش‌های آزمایشی ۱۵ نفر برای هر گروه می‌باشد (۱۵)، حجم نمونه برای هر گروه ۱۵ نفر انتخاب شد. ملاک‌های ورود به مطالعه حاضر شامل رضایت و تمایل آگاهانه برای شرکت در مطالعه، توانایی شرکت در جلسات و همکاری در انجام تکالیف، همکاری در تکمیل ابزارها و دامنه سنی بین ۱۸-۳۵ بود. ملاک‌های خروج از مطالعه حاضر شامل عدم تمایل برای شرکت در جلسات غیبت بیش از سه جلسه در فرآیند آموزش‌ها، نداشتن توانایی شرکت در جلسات و عدم همکاری در انجام تکالیف و دریافت هر گونه آموزش یا درمان روانشناختی که جز برنامه این پژوهش نباشد، بود.

روش اجرای پژوهش به این صورت بود که از بین کلیه دانشجویان دختر شاغل به تحصیل در دانشگاه علوم پزشکی لرستان تعدادی به صورت غیرتصادفی داوطلبانه انتخاب شده و در صورتی که دارای ملاک‌های ورود بودند به صورت تصادفی در ۲ گروه آزمایش و گروه گواه قرار گرفتند. پیش از اجرای پژوهش، به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، ابتدا از طریق آگاه ساختن دانشجویان از هدف پژوهش و تاثیر انجام چنین پژوهش‌هایی در بهبود وضعیت روانشناختی آنها، اقدام به اخذ رضایت آگاهانه از تمامی آنها شد. سپس، کلیه اطلاعات شرکت‌کنندگان در پژوهش توسط پژوهشگر جمع‌آوری گردید و به آنها اطمینان داده شد که این داده‌ها نزد پژوهشگر محرمانه باقی می‌ماند. سپس گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه هفتگی و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه تحت آموزش هوش معنوی مطابق پروتکل آموزشی مطالعات Zohar و Marshall (۱۶) قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد.

آموزش هوش معنوی به صورت گروهی توسط درمانگری (کارشناس ارشد روانشناسی بالینی) که دوره‌های روان‌درمانی گروهی را گذرانده و در این زمینه دارای تخصص و تجربه‌های لازم بودند، هر هفته به مدت ۱ جلسه و هر جلسه به مدت ۲ ساعت انجام شده و گروه آزمایش مطابق پروتکل تحت آموزش قرار گرفتند. در پایان هر دو گروه مورد پس آزمون قرار گرفته و ۱ ماه بعد نیز پیگیری هر دو گروه آزمایش و گواه انجام شد. پروتکل جلسات آموزشی هوش معنوی در جدول ۱ ارائه شده است. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل نمونه برگ جمعیت شناختی، پرسشنامه سرزندگی تحصیلی و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی (Scale Psychological Well-being) بود.

- **نمونه برگ جمعیت شناختی:** نمونه برگ جمعیت شناختی شامل سن، مقطع تحصیلی و وضعیت تاهل بود. این نمونه برگ توسط پژوهشگران در این مطالعه تهیه و مورد ارزیابی قرار گرفت.

- **پرسشنامه سرزندگی تحصیلی:** این پرسشنامه توسط Hoseini Chari و Dehghani Zade (۱۷) با الگو گیری از مقیاس

گرم، رضایت بخش و توأم با اطمینان و همدلی می‌باشد (۶). رشد شخصی به معنی داشتن احساس رشد مداوم و ظرفیت آن و احساس کارآمدی و دانایی روزافزون می‌باشد (۷). پذیرش خود به معنی داشتن نگرش مثبت نسبت به خود و پذیرفتن جنبه‌های متفاوت خود است (۶). خود مختاری به معنی احساس خود تعیین گری، استقلال و ارزیابی خود با معیارهای شخصی می‌باشد (۷). تسلط بر محیط نیز به معنی احساس شایستگی و توانایی در مدیریت محیط پیچیده اطراف می‌باشد (۸). در پژوهش‌های مختلفی نشان داده شده است که از عوامل مرتبط و ارتقا دهنده بهزیستی روانشناختی، معنویت و بهزیستی معنوی می‌باشد (۹). به عنوان مثال، در پژوهش Martinez و Custodio نشان داده شده است که معنویت با بهزیستی روانشناختی، برون‌گرایی و باز بودن نسبت به تجربه رابطه مثبت دارد. همچنین، با احساسات مثبت و رضایتمندی عمومی از زندگی در حوزه‌های مختلف خانواده، تحصیلی، شغلی و غیره ارتباط دارد و سازمان دهنده بنیادی شخصیت می‌باشد (۱۰).

بر همین مبنا، به نظر می‌رسد که آموزش‌هایی در زمینه معنویت منجر به افزایش بهزیستی روانشناختی و بهبود عملکرد دانشجویان می‌گردد. بنابراین، یکی از اهداف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش هوش معنوی بر بهزیستی روانشناختی دانشجویان است. معنویت و رشد معنوی در انسان و نقش آن در بخش‌های مختلف زندگی او، در چند دهه اخیر به صورتی روزافزون توجه روانشناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. به طوری که به نظر می‌رسد امروزه مردم جهان بیش از پیش به معنویت و مسائل معنوی گرایش پیدا کرده‌اند و روانشناسان و روانپزشکان به طور روزافزونی درمی‌یابند که استفاده از روش‌های کنونی که بیشتر بر جنبه‌های روانشناختی، اجتماعی و جسمانی انسان‌ها تاکید دارند، برای درمان اختلالات روانشناختی به تنهایی کافی نیستند (۱۱).

سازمان جهانی بهداشت نیز در تعریف ابعاد وجودی انسان، علاوه بر ابعاد جسمانی، روانشناختی و اجتماعی به بعد معنوی نیز اشاره می‌کند (۱۲). هوش معنوی عبارت است از ظرفیت و توانایی انسان برای تجربه همزمان و یکپارچه بین ما و دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم و ضمن فراهم آوردن امکان دستیابی به دانش و فهم بیشتر، زمینه را برای رسیدن به کمال و ترقی در زندگی فراهم می‌سازد (۱۳). Kern و Echstien (۹) بیان می‌کنند که معنویت مانند آگاهی از هستی یا نیرویی فرامادی که افکار مثبت و سخت رویی را به وجود می‌آورد. در واقع، تکیه‌گاه معنوی می‌تواند تاثیر ضربه گیری در برابر استرس داشته باشد و با سلامت روانی، جسمانی، رضایت از زندگی و شادکامی رابطه مثبت دارد. به عبارت دیگر، آموزش هوش معنوی به شیوه‌های مختلفی از جمله باز شدن فضای ذهنی و افزایش قدرت تفکر و خودآگاهی، خوش‌بینی، بهبود کیفیت روابط بین فردی، افزایش امید و تقوی و ظرفیت‌های مقابله با مشکلات و دشواری‌های زندگی می‌تواند به ایجاد و تداوم حالات مثبت روانشناختی از جمله احساس بهزیستی و سرزندگی در زمینه‌های مختلف منجر گشته و موفقیت و احساس خوشبختی روزافزون زندگی را به دنبال داشته باشد (۱۴). با توجه به آنچه گفته شد به نظر می‌رسد که آموزش هوش معنوی در افزایش موفقیت و رضایت تحصیلی و همچنین افزایش حالات روانشناختی دانشجویان تاثیر داشته باشد. بنابراین،

## جدول ۱- پروتکل جلسات آموزش هوش معنوی

جلسه	هدف
۱	توضیح مفهوم انعطاف‌پذیری و لزوم آن در زندگی روزمره
۲	تشویق برای زیر سوال بردن عقاید متعارف خود درباره جهان و تجربیات
۳	آشنا شدن با راه‌های گوناگون تلاش انسان‌ها برای روشن کردن گستره‌ای از تجربیات سخت انسانی
۴	آموزش ذهن آگاهی و الهام گرفتن از مکاشفه و ارزش‌ها
۵	معرفی فضایل عالمانه شامل دقت و هوشیاری
۶	معرفی فضایل عالمانه شامل مشاهده‌ی دقیق و مشتاقانه
۷	معرفی فضایل شامل حظ بردن از اکتشافات
۸	تشویق لذت بردن از خود گذشتگی برای خیر دیگران
۹	وارد کردن فرد در کشف گذشته و اینکه چگونه گذشته، زمان حال را شکل می‌دهد
۱۰	مقایسه‌ی لذت فوری توام با رنج دیرپا در مقابل رنج فوری توام با لذت دیرپا
۱۱	پرسشگری مثلاً «چرا؟» یا «چه می‌شد اگر» و جستجوی پاسخ‌های بنیادین
۱۲	فاجعه‌ستیزی در مقابل فاجعه‌سازی

## جدول ۲- خصوصیات جمعیت شناختی افراد مورد بررسی

متغیر	گروه	فراوانی (درصد)	Mean±SD
سن	۱۸ تا ۲۰ سال	۵ (۱۶/۷)	۲۳/۴۰±۳/۳۱
	۲۱ تا ۲۵ سال	۱۶ (۵۳/۳)	
	۲۶ تا ۳۰ سال	۸ (۲۶/۷)	
	۳۱ تا ۳۵ سال	۱ (۳/۳)	
میزان تحصیلات	کارشناسی	۲۵ (۸۳/۳)	
	کارشناسی ارشد	۵ (۱۶/۷)	
وضعیت تاهل	مجرد	۲۷ (۹۰)	
	متاهل	۳ (۱۰)	

همانطور که در جدول ۲ نشان داده شده است بیشترین فراوانی شرکت‌کنندگان پژوهش حاضر مربوط به افراد در طبقه سنی بین ۲۱ تا ۲۵ سال با تعداد ۱۶ نفر (۵۳/۳٪) و کمترین فراوانی مربوط به افراد در طبقه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال با تعداد ۱ نفر (۳/۳٪) بود. همچنین میانگین سن شرکت‌کنندگان پژوهش ۲۳/۴۰ و انحراف معیار ۳/۳۱ بود. از نظر مقطع تحصیلی ۲۵ نفر (۸۳/۳٪) کارشناسی و ۵ نفر (۱۶/۷٪) کارشناسی ارشد بودند. از نظر وضعیت تاهل ۲۷ نفر (۹۰٪) مجرد و ۳ نفر (۱۰٪) متاهل بودند. در ادامه میانگین و انحراف معیار متغیرهای سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی در سه موقعیت پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری بر حسب گروه‌های آزمایشی و کنترل در جدول ۳ گزارش شده است. همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، نه تنها نمره میانگین و انحراف معیار متغیرهای سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی از پیش آزمون به پس آزمون افزایش یافته است، بلکه در مرحله پیگیری نیز از ثبات نسبی برخوردار بوده‌اند. در این مطالعه تحلیل آماری نمرات سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی در دو گروه آزمایش و گواه با تحلیل کوواریانس چند متغیری با مقادیر تکراری انجام شد. در این تحلیل نمرات پیش آزمون به عنوان متغیر کمکی و نمرات پس آزمون و پیگیری به عنوان متغیر وابسته محسوب شدند و زمان به عنوان متغیر تعدیل کننده در نظر گرفته شد. پیش از انجام تحلیل‌ها، ابتدا پیش فرض‌های استفاده از مدل بررسی شد.

سرزندگی تحصیلی Martin و Marsh (۱۸) که دارای ۴ گویه بود، گسترش یافت. برای اجرای این مقیاس در فرهنگ ایرانی، ابتدا یک متخصص رشته روانشناسی و یک متخصص زبان انگلیسی متن سوال‌های پرسشنامه را به فارسی ترجمه نمودند. سپس تعدادی از گویه‌های مقیاس Martin و Marsh (۱۸)، بر اساس فرم اصلی بازنویسی شدند و در مورد گویه‌ها از اساتید روانشناسی تربیتی نظرخواهی شد. در ابتدا، جهت اجرای مقدماتی و رفع نقیضه‌ها این گویه‌ها بر روی گروهی از دانش‌آموزان (۳۰ دختر و ۳۰ پسر) دبیرستانی شهرستان مهریز اجرا شد. 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 از دانش‌آموزان دبیرستان که به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب شده بودند، اجرا و خصوصیات روانسنجی آن بررسی شد. نتایج حاصل از بررسی Hoseini Chari و Dehghani Zad (۱۷) نشان داد که ضرایب آلفای کرونباخ به دست آمده با حذف گویه ۸، برابر با ۰/۸۰ و ضریب بازنویسی برابر با ۰/۷۳ بود. همچنین، دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۸ می‌باشد. این نتایج بیانگر این است که گویه‌ها از همسانی درونی و ثبات رضایت‌بخشی برخوردار هستند. همچنین، به منظور بررسی ساختار عاملی (روایی سازه) پرسشنامه، از تحلیل مولفه‌ی اصلی با چرخش متعامد واریماکس در سطح گویه استفاده نمودند که نتایج نشان دادند حذف سوال ۸ افزایش در ضریب پایایی آزمون که ۰/۷۵ بود، ایجاد می‌کند. بنابراین، سوال ۸ حذف شده و این پرسشنامه دارای ۹ سوال شد.

- پرسشنامه بهزیستی روانشناختی (PWBS-18): برای سنجش بهزیستی روانشناختی از فرم کوتاه مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹) استفاده شد. این مقیاس، شامل ۱۸ سؤال برای سنجش ۶ بعد بهزیستی روانشناختی شامل زندگی هدفمند (سوالات ۳، ۷، ۱۰)، رابطه مثبت با دیگران (سوالات ۶، ۱۳، ۱۶)، رشد شخصی (سوالات ۱۱، ۱۲، ۱۴)، پذیرش خود (سوالات ۱، ۲، ۵)، خودمختاری (سوالات ۱۵، ۱۷، ۱۸) و تسلط بر محیط (سوالات ۴، ۸، ۹) است که براساس مقیاس ۶ درجه‌ای از کاملاً مخالف (نمره ۱) تا کاملاً موافق (نمره ۶) می‌باشد. کمترین نمره در این مقیاس ۱۸ و بیشترین نمره ۱۰۸ می‌باشد (۶).

مقدار آلفای کرونباخ زیر مقیاس‌های این پرسشنامه در پژوهش Jooshanlou و همکاران (۱۳۸۵) بین ۰/۴۳ تا ۰/۶۰ به دست آمده است (۱۹). در پژوهش Mohammadpour و Jooshanlou ضریب پایایی با روش آلفای کرونباخ برای مقیاس بهزیستی روانشناختی ۰/۸۱، و برای خرده مقیاس‌های این آزمون شامل خود پیروی، تسلط بر محیط، رشد و بالندگی فردی، روابط با دیگران، هدف در زندگی و خویشتن پذیری به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۵۴، ۰/۵۸، ۰/۶۵، و ۰/۶۱ به دست آمد (۶). برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح آمار توصیفی از شاخص‌های میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد فراوانی و در سطح آمار استنباطی از آزمون‌ها مدل تحلیل کوواریانس چند متغیری با مقادیر تکراری با نرم افزار SPSS 20 استفاده شد.

## یافته‌ها

ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه حاضر در این پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است. کلیه شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر دختر بودند.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار متغیرهای سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان بر حسب زمان (پیش آزمون - پس آزمون - پیگیری)

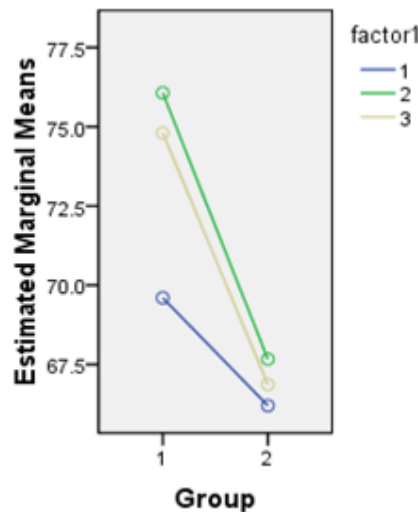
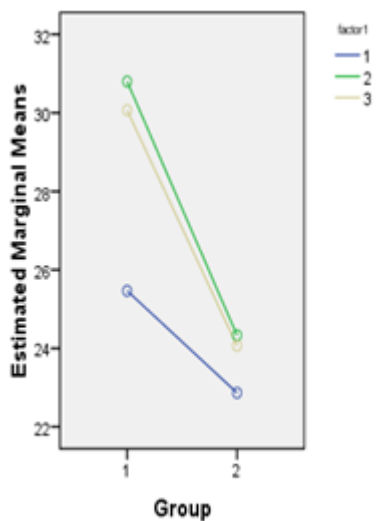
متغیرها و ابعاد	آزمایش (n=۱۵)			گواه (n=۱۵)		
	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری
سرزندگی تحصیلی	۲۵/۴۷±۵/۸۱	۳۰/۸۰±۵/۱۰	۳۰/۰۷±۴/۹۷	۲۲/۸۷±۲/۶۴	۲۴/۳۳±۲/۷۱	۲۴/۰۷±۲/۸۴
بهزیستی روانشناختی	۶۹/۶۰±۸/۰۷	۷۶/۰۷±۷/۰۵	۷۴/۸۰±۷/۰۴	۶۶/۲۰±۵/۸۴	۶۷/۶۸±۵/۸۳	۶۶/۸۷±۵/۸۱

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره با اندازه گیری مکرر برای اثرات بین گروهی و تعامل برای متغیرهای پژوهش

متغیر	اثر	ارزش	F	درجه آزادی فرض شده	درجه آزادی خطا	سطح معنی داری	مجدور تا	توان آماری
سرزندگی تحصیلی	اثر پیلایی	۰/۸۳۲	۶۶/۷۵۸	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۳۲	۰/۹۸
	اثر اصلی زمان	۰/۱۶۸	۶۶/۷۵۸	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۳۲	۰/۹۸
	درون گروهها	۴/۹۴۵	۶۶/۷۵۸	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۳۲	۰/۹۸
بهزیستی روانشناختی	بزرگترین ریشه روی	۴/۹۴۵	۶۶/۷۵۸	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۳۲	۰/۹۸
	اثر پیلایی	۰/۶۷۷	۲۸/۳۲۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۷۷	۰/۹۸
	اثر متقابل زمان و گروهها	۰/۳۲۳	۲۸/۳۲۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۷۷	۰/۹۸
سرزندگی تحصیلی	اثر پیلایی	۰/۸۴۸	۷۵/۴۹۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴۸	۰/۹۸
	اثر اصلی زمان	۰/۱۵۲	۷۵/۴۹۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴۸	۰/۹۸
	درون گروهها	۵/۵۹۲	۷۵/۴۹۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴۸	۰/۹۸
بهزیستی روانشناختی	بزرگترین ریشه روی	۵/۵۹۲	۷۵/۴۹۰	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴۸	۰/۹۸
	اثر پیلایی	۰/۶۳۹	۲۳/۹۲۳	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	۰/۹۸
	اثر متقابل زمان و گروهها	۰/۳۶۱	۲۳/۹۲۳	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	۰/۹۸
سرزندگی تحصیلی	اثر پیلایی	۱/۷۷۲	۲۳/۹۲۳	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	۰/۹۸
	اثر اصلی زمان	۱/۷۷۲	۲۳/۹۲۳	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	۰/۹۸
	درون گروهها	۱/۷۷۲	۲۳/۹۲۳	۲	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۹	۰/۹۸

جدول ۵. نتایج آزمونهای اثرات بین آزمونیها

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجدور تا
بهزیستی روانشناختی	اثر اصلی زمان درون گروهها	۲۵۴/۰۶۷	۱/۹۲۱	۱۳۲/۲۳۷	۸۹/۴۷۰	۰/۰۰۱	۰/۷۶۲
	اثر متقابل زمان و گروهها	۱۱۴/۴۲۲	۱/۹۲۱	۵۹/۵۵۵	۴۰/۲۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۹۰



(۱) نمودار مربوط به اثر متقابل زمان و گروه بر بهزیستی روانشناختی (۲) نمودار مربوط به اثر متقابل زمان و گروه بر سرزندگی تحصیلی

افزایش تسلط بر محیط را برای دانشجویان فراهم می‌کند. علاوه بر این، ایجاد معنای شخصی از طریق آموزش هوش معنوی منجر به ایجاد معنای شخصی گشته و سبب ایجاد فلسفه مستقلی برای خود می‌گردد و به این طریق می‌تواند منجر به افزایش استقلال و خود مختاری شخصی گردد. از دیگر مولفه‌های آموزش هوش معنوی مانند انجام رفتارهای پرفضیلت مانند عفو و گذشت، سپاسگزاری، تواضع، مهربانی و غیره می‌تواند به بهبود روابط مثبت و سازنده افراد کمک نماید. به این ترتیب بهزیستی روانشناختی کلی افراد با آموزش هوش معنوی می‌تواند افزایش یابد.

Shojaee و Soleimani (۲۱) نیز در پژوهش خود نشان دادند که آموزش هوش معنوی منجر به افزایش مولفه‌های بهزیستی روانشناختی می‌گردد و در تبیین یافته مشابه خود بیان می‌کنند که افراد دارای گرایش مذهبی بالا، خشنودی بیشتری از زندگی دارند، شادمانی بیشتری دارند و در مواجهه با رویدادهای رنج‌زای زندگی پیامدهای روانی- اجتماعی منفی کمتری را نشان می‌دهند. در زمینه این یافته که آموزش هوش معنوی در افزایش سرزندگی تحصیلی دانشجویان تاثیر معنادار دارد، مطالعه مشابهی پیدا نشد. با این وجود با مطالعاتی که آموزش هوش معنوی منجر به افزایش متغیرهای روانشناختی مثبت در دانشجویان می‌گردد مانند افزایش سلامت عمومی (۲۴)، سلامت روان (۲۵)، سازگاری (۲۶)، شادکامی (۲۷)، کیفیت زندگی (۲۸)، کاهش افسردگی (۲۷) و اضطراب (۲۹) در پژوهش‌های مختلف همخوان است.

در تبیین این یافته می‌توان به معنی سرزندگی تحصیلی به عنوان پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانع دوران تحصیل اشاره نمود که با آموزش مولفه‌هایی که سازگاری، شادکامی، سلامتی و غیره را در افراد افزایش می‌دهد منجر به افزایش سرزندگی تحصیلی نیز می‌گردد. به عبارت دیگر، پیچیدگی‌های عصر حاضر باعث مشکل در سازگاری افراد و ابتلا یا استعداد ابتلا به اختلالات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، استرس و غیره شده است، بنابراین از طریق معنویت می‌توان استعداد و ظرفیت انسان برای برخورد با ناملازمات را گسترده ساخته (۲۱) و به این ترتیب هیجانات مثبت بیشتری در زندگی تجربه می‌گردد و سرزندگی افراد افزایش می‌یابد. به عبارت دیگر، مذهب می‌تواند موجب معنا شود، امیدواری را به دنبال داشته باشد و خوش بینی را افزایش می‌دهد. به عبارت دیگر، هوش معنوی زاینده بینشی عمیق در وقایع زندگی است و شخص را در برابر حوادث زندگی مقاوم می‌کند و به وسیله آن افراد به مشکلات معنایی و ارزشی پرداخته و آن را حل می‌کنند (۳۰).

در واقع معنویت به عنوان مفهومی شناختی- انگیزشی، بیانگر مجموعه‌ای از منابع و مهارت‌های انطباقی است که فرآیند حل مسئله و دستیابی به هدف را تسهیل می‌نماید و هوش معنوی نیز اجرا و کاربرد انطباقی این عوامل در شرایط ویژه و زندگی روزمره می‌باشد. به سخن دیگر، هوش معنوی دربرگیرنده‌ی نوعی سازگاری و رفتار حل مسئله است که بالاترین سطوح تحول را در حیطه‌های مختلف شناختی، اخلاقی، هیجان، بین فردی و غیره شامل می‌شود و فرد را در جهت هماهنگی با پدیده‌های اطرافش و دستیابی به یکپارچگی درونی و بیرونی یاری می‌نماید (۳۱). همچنین، معنویت به افراد احساس کنترل و کارآمدی می‌بخشد و می‌تواند کنترل شخصی را افزایش دهد و به طور کلی مذهب نوعی سبک زندگی سالم‌تری را برای افراد تجویز می‌کند که

نتایج آزمون‌های چند متغیری برای متغیرهای بهزیستی روانشناختی و سرزندگی تحصیلی نشان داد که اثر عامل زمان (پیش آزمون- پس آزمون- پیگیری) و اثر (متقابل) تعامل زمان  $\times$  گروه برای هر دو متغیر معنادار بود. نتایج آزمون کرویت موجلی برای متغیر بهزیستی روانشناختی با مقدار (۰/۸۵۶) و درجه آزادی (۲) نشان می‌دهد که مفروضه برابری ماتریس کواریانس برقرار نیست ( $P=0/۱۲۲$ ). بنابراین، برابری (همگنی) ماتریس واریانس- کواریانس وجود دارد و باید از آزمون Huynh-Feldt استفاده گردد. برای متغیر سرزندگی تحصیلی نتایج آزمون کرویت موجلی با مقدار (۰/۵۰۱) و درجه آزادی (۲) نشان می‌دهد که مفروضه برابری ماتریس کواریانس برقرار است ( $P=0/۰۰۱$ ). بنابراین، به دلیل برابری (همگنی) ماتریس واریانس- کواریانس به آزمون Sphericity Assumed اشاره می‌شود. مطابق نتایج جدول ۵، آزمون مربوط به اثر اصلی زمان درون گروه‌ها و آزمون مربوط به اثر متقابل زمان و گروه‌ها برای هر دو متغیر بهزیستی روانشناختی و سرزندگی تحصیلی معنادار است. با توجه به اینکه تفاوت بین گروه آزمایش و گواه در هر دو متغیر معنادار بود و با توجه به نتایج جدول ۳ که میانگین گروه آزمایش در مرحله پس آزمون و پیگیری بالاتر از گروه گواه بوده است، می‌توان بیان نمود که متغیر مستقل (آموزش هوش معنوی) بر افزایش بهزیستی روانشناختی و سرزندگی تحصیلی دانشجویان تاثیرگذار بوده است.

## بحث و نتیجه گیری

با توجه به هدف پژوهش حاضر مبنی بر بررسی اثر بخشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل اندازه گیری مکرر با مقادیر تکراری در مرحله پس آزمون و پیگیری نشان داد که آموزش هوش معنوی در افزایش سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان تاثیر معنادار دارد. در زمینه این یافته‌ی پژوهش حاضر که آموزش هوش معنوی در افزایش بهزیستی روانشناختی دانشجویان تاثیر معنادار دارد، این یافته با مطالعه Zolfaghari و Rahnema (۲۰)، Soleimani و (۲۱)، Zamani و همکاران (۲۲) و Marashi و همکاران (۲۳) در پژوهش‌های مختلف همخوان است.

Marashi و همکاران (۲۳) در تبیین یافته مشابه خود بیان می‌کنند که عناصر اصلی آموزش هوش معنوی مانند درک هویت حقیقی خود به جای هویت دروغین و درک ارزش خود و اجتناب از خود آزاری و خود تخریب‌گری منجر به افزایش خود پذیری یا پذیرش خود می‌گردد. همچنین، آموزش یافتن معنای ژرف در پس ظواهر مادی، درک حقیقت پایدار در ورای حقیقت ناپایدار و درک این رسالت مهم زندگی که شخص بایستی در جهت حقیقت پایدار حرکت کند، منجر به افزایش جهت گیری افراد در زندگی و معنایی در زندگی می‌گردد و به این ترتیب یکی دیگر از مولفه‌های بهزیستی روانشناختی افزایش می‌یابد. یک عنصر مهم دیگر در آموزش هوش معنوی ترغیب فراگیران به پایبندی نسبت به رشد و تعالی واقعی و خود رهبری است که می‌تواند منجر به افزایش مولفه رشد شخصی در افراد گردد و به این ترتیب افزایش در بهزیستی روانشناختی را به دنبال داشته باشد. همچنین، تمریناتی که برای تقویت کل نگر و اجتناب از غرق شدن در جزئیات و سخت گیری‌های ناشی از آن انجام می‌شود، زمینه

اساسی وجود انسان و همچنین اهمیت روابط بین فردی سالم و حمایت گرانه حمایت می‌کند. در واقع آموزش مولفه‌های هوش معنوی در قالب فضایی حمایت گر و با ثبات که به طور منظم و به صورت هفتگی برگزار شده و ضمن توجه به مهارت‌های مورد نیاز برای افزایش آگاهی از اصول "اینجا و اکنون"، "امید" و "نوع‌دوستی"، در رابطه با فلسفه وجودی زندگی نیز اطلاعات می‌دهد (همگی از عناصر مهم روان درمانی می‌باشند) بر افزایش سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان تاثیرگذار بوده است. این یافته‌ها در درجه اول نیاز به برنامه‌های مداخله‌ای به صورت دوره‌های آموزشی مولفه‌های هوش معنوی برای دانشجویان را برجسته می‌سازد. همچنین، با توجه به نتایج پژوهش حاضر طراحی مداخلات پژوهشی با هدف ارتقا برنامه‌های مداخله‌ای موجود متناسب با شرایط و نیازهای دانشجویان پیشنهاد می‌گردد.

### تقدیر و تشکر

بدینوسیله نویسندگان از مساعدت‌های مسئولین محترم دانشگاه علوم پزشکی لرستان تقدیر و تشکر می‌نمایند. همچنین، از تمامی دانشجویانی که در این پژوهش شرکت نمودند؛ کمال تشکر و قدردانی را دارند.

بر سلامت جسمانی و روانشناختی تاثیر مثبت بسیار بالایی دارد و به این ترتیب می‌تواند زمینه افزایش سرزندگی تحصیلی دانشجویان را فراهم آورد. این مطالعه واجد محدودیت‌هایی بوده است که در تعمیم نتایج توجه به آنها مهم است. از جمله، عدم همکاری برخی دانشجویان برای استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی و گذاشتن گروه سوم برای مقایسه با سایر آموزش‌ها یا درمان‌های روانشناختی، بنابراین توصیه می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش نمونه‌گیری تصادفی استفاده نموده و اثر بخشی سایر آموزش‌ها و درمان‌های روانشناختی مقایسه گردد. همچنین، با توجه به اثربخشی آموزش هوش معنوی بر سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان توصیه می‌گردد، اثربخشی این آموزش بر سایر متغیرهای روانشناختی مثبت و نمونه‌های سایر شهرها بررسی گردد. همچنین، نداشتن پیگیری طولانی مدت (چند ماه یا ۱ سال) به دلیل عدم دسترسی به تمام شرکت کنندگان در طول زمان، بنابراین، پژوهشگران می‌توانند در مطالعات بعدی به طراحی پژوهش‌هایی با هدف بررسی اثرات طولانی مدت چنین مداخلاتی بپردازند. به طور کلی این پژوهش نشان داد که سرزندگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان با آموزش هوش معنوی به صورت گروهی بهبود می‌یابد. این یافته از تاثیر مهم توجه به معنویت به عنوان یک بعد

## References

1. Gerven C, Chamorro-Premuzic T, Arteche 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.
2. 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*. 4(3): 121-127.
3. Putwain DV, Connors L, Symes W & Douglas-Osborn E. Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress & Coping*. 2011; 1-10.
4. 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.
5. Sabzi N & Folad Chang M. The role of intermediary motivational beliefs in the relationship between perceived social support and academic vitality. *Educational Research*. 1(2): 26-51.
6. 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.
7. Vazquez C, Hervas G, Rahona JJ & Gomez D. Psychological well-being and health. *Contributions of positive psychology*. *Ann Clin Health Psychol*. 2009; 5: 15-27.
8. Ryff CD & Singer BH. Know thyself and become what you are: a eudaimonic Approach to psychological well-being. *J Happiness Stud*. 2008; 9(1): 13-39.
9. Zamani S, Bahrainian S, Ashrafi S, Moqtaderi S. Impresment Spiritual Intelligence on the Quality of life and Psychological well-being Among the Elderly Living Nursing home in Bandar Abbas. *Jgn*. 2015; 1(4): 82-94.
10. Martínez BB & Custódio RP. Relationship between mental health and spiritual wellbeing among hemodialysis patients: a correlation study. *Sao Paulo Med J*. 2014; 132(1): 23-7. Doi: 10.1590/1516-3180.2014.1321606.
11. Khodabakhshi Koolae A, Heidari S, Khoshkonesh A & Heidari M. Relationship between Spiritual Intelligence and Resilience to Stress in Preference of Delivery Method in Pregnant Women. *The Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*. 2013; 16(58): 8-15.
12. Asgari M, Heidari A & Asgari P. Relationship between spiritual intelligence and religious orientation with psychological well-being and existential anxiety in students. *Quarterly journal of research in educational systems*. 2013; 9(31): 163-190.
13. Khalili SH, Khalili S A & Derakhshan M. The Impact of Spiritual Intelligence on Promoting Occupational Performance of Police Staff. *Insight and Islamic education*. 2013; 12(33): 161-183.
14. Parvaneh E, Momen KH, Parvaneh A & Karimi P. Predicted psychological well-being according to spiritual intelligence and hardiness of students female. *Babol Uni of Med Sciences, Islam and Health Journal*. 2014; 1(4): 14-20.
15. Delavar, A. *Research Methods in psychology and educational Sciences*. Tehran: Edited Press, 2007.
16. Zohar D, Marshall I. "SQ: connecting with our spiritual intelligences", New York, bloomsburry, 2000.
17. 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.
18. Martin A J, & Marsh HW. Academic buoyancy and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 2006; 43(3): 267-282.
19. Joshanloo M, Rostami R, Nosratabadi M. Review the factor structure of the Comprehensive well-being scale. *Developmental Psychology*. 2007; 3 (9): 35 -51.

20. Zolfaghari D & Rahnama S. The study of the effectiveness of spiritual intelligence training on the life expectancy and psychological well-being of dialysis patients in Tehran. *Quarterly journal of research in the humanities*. 2015; 2(2): 195-225.
21. Shojaee A & Soleimani E. The effectiveness of spiritual intelligence training on psychological well-being of students covered by the imam khomeini relief committee. *School Psychology*. 2014; 4(1): 104-121.
22. Zamani SN, Moghtaderi S, Nazari M & Ali zade K. The Effectiveness of Spiritual Intelligence on Quality of Persistence and Psychological Well-being in Multiple Sclerosis Patients. *The 2nd National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies*. 2014.
23. Marashi SA, Naami A, Beshlide K, Zargar Y & Ghobari B. The Effect of Spiritual Intelligence Training on Psychological Well-being, Existential Anxiety, and Spiritual Intelligence in Ahwaz Oil Students' Students. *Psychological Achievements*. 19(1): 63-80.
24. Movahedi M, Movahedi Y, Karimi Nejad K. The Effectiveness of Spiritual Intelligence Components Training on Increasing Organizational Citizenship Behavior and Public Health. *Psychological Achievements*. 2013; 20(2): 179-192.
25. Godarzi K, Sohrabi F, Fakhri NA & Jomhori F. Interactive Effect of Spiritual Intelligence and Life Skills Training on Students' Mental Health. *Clinical Psychology Studies*. 2010; 1(1): 15-42.
26. BazrAfshan MR & TajAbadi J. The Effectiveness of Spiritual Intelligence Component Training on Adolescents of Secondary School Students. *International Congress of Religious Culture and Thought*. 2013.
27. Amini Javid L, Zandi Poor T & Karami J. Effectiveness of Spiritual Intelligence Training on Depression and Happiness of Girl Students. *Woman and society*. 2015; 6(2): 141-168.
28. Haditabar H, Navabinejad S, Ahghar G. Effect of training spiritual intelligence on quality of life among veteran spouses. *Iran J War Public Health*. 2013; 4(2): 1-11.
29. Karimi S, Godarzi MA & AflakSeir, A. The Effects of Spiritual Intelligence and Life Skills Training on the Spiritual Intelligence of the Anxious Nursing Students in the Islamic Azad University of Sirjan. *Community Health Magazine*. 2015; 9(4): 62-71.
30. Rostami, A.M., & Gol, H.C. (2014). Prediction of marital satisfaction based on spiritual intelligence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 116: 2573-7.
31. Godarzi K. Interactive Effectiveness of Life Skill Training and Spiritual Intelligence on Students' Knowledge about Life Skills. *Quarterly Journal of Cognitive Learning Strategies*. 2014; 2(3): 19-38.





## Effectiveness of spiritual intelligence training on academic vitality and psychological well-being of students

Received: 30 Nov 2016

Accepted: 11 Dec 2017

Mohamadpour S (MA)<sup>1</sup>  
Zeinali Kh (MA)<sup>2</sup>  
Siahpoosh Monfared M (MA)<sup>3</sup>  
Pirnia B (MA)<sup>4\*</sup>

1. Department of clinical Psychology, Faculty of Psychology & Education Sciences, Shiraz University, Shiraz, Iran
2. Azad University of Arsanjan Branch, Shiraz, Iran
3. Department of psychology, Faculty of Psychology & Education Sciences, Alame Tabatabaee University, Tehran, Iran
4. Department of Psychology, Faculty of Humanities, University of Science and Culture, Tehran, Iran

**\*Corresponding Author:**

**Jafarian Amiri SR**, Department of Psychology, Faculty of Humanities, University of Science and Culture, Tehran, Iran

**Tel:** +98 21 88304965  
**Fax:** +98 21 88304965  
**Email:** b.pirnia@usc.ac.ir

### Abstract

**Introduction:** Paying attention to students' vitality and alacrity because of their strong effects on different aspects of students' educational life is very important. The present study investigated the effectiveness of training spiritual intelligence on academic vitality and psychological well-being of the students of Lorestan Medical Sciences University.

**Methods:** This semi-experimental study was conducted with pre-test, post-test and follow-up design using control group for one month in winter 2014. In this study, 30 students of Lorestan Medical Sciences University were selected using available sampling method and were randomly assigned into control group (n=15) and spiritual intelligence training group (n=15). Demographic questionnaire, academic vitality questionnaire and psychological well-being questionnaire of Ryff consisting of 18 questions were administrated as pre-test. The experimental group received 12 sessions of spiritual intelligence training and the control group received no training. At the end, the post-test and 1 month later follow-up test were administrated to two groups and repeated measure was used for data analysis.

**Findings:** The results indicated that there was a significant difference between the experimental group and control group ( $p < 0.001$ ). So that, in the experimental group, the mean of the pre-test scores for the variables of academic vitality and psychological well-being was 25.47 and 69.06, respectively. In post-test they increased to 30.80 and 76.07, respectively. In the follow-up phase, they were relatively stable.

**Conclusion:** The results showed that training of spiritual intelligence is effective in improving academic vitality and psychological well-being of students. Therefore, considering these variables in the form of training courses for students is recommended.

**Keywords:** Spiritual intelligence training, Academic vitality, Psychological well-being