Islam and Health Journal
نشریه اسلام و سلامت
e-ISSN: 2383-191X p-ISSN:2383-2177
دانشگاه علوم پزشکی بابل

An analysis of the role of spiritual experiences and resilience in predicting self-criticism among female teachers

Amineh Hormozi (MSc student)[1], Somayeh Nakhaei (PhD)[1]*, Abdolghader Shahzehpour (PhD student)[2]

1. Department of Psychology, Zab.C., Islamic Azad University of Zabol, Zabol, Iran.
2. Department of Psychology, Ahv.C., Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.

Article Type:
Research Paper

Received:
26 June 2026
Revised:
31 Oct. 2026
Accepted:
3 Nov. 2026
Published Online:
10 Nov. 2026

ABSTRACT

Background and aim: Self-criticism is a key psychological factor that affects the mental health and professional functioning of female teachers. Spiritual experiences and resilience, as internal meaningful resources, can play a protective role in reducing self-criticism. The present study aimed to examine the role of spiritual experiences and resilience in predicting self-criticism among female primary school teachers.

Materials and methods: The present study employed a descriptive-correlational design. The statistical population comprised all female primary school teachers in the schools of Zabol city during the academic year 2024–2025. Through multi-stage stratified-cluster sampling, 207 participants were selected as the final sample. The instruments included the Underwood and Teresi Spiritual Experiences Questionnaire, the Connor and Davidson Resilience Questionnaire, and the Thompson and Zuroff Levels of Self-Criticism Scale. Data were analyzed using multiple regression analysis in SPSS software.

Findings: The results demonstrated that both resilience and spiritual experiences significantly and negatively predicted self-criticism among female teachers. Resilience, with a standardized beta coefficient of −0.44, and spiritual experiences, with a standardized beta coefficient of −0.37, made significant contributions to the prediction of self-criticism, with resilience showing a stronger predictive contribution than spiritual experiences. Taken together, these two variables accounted for 55% of the variance in self-criticism among female teachers ($p < 0.01$).

Conclusion: Based on the results, strengthening resilience and benefiting from spiritual experiences can contribute to reducing self-criticism and improving the mental health and professional functioning of female teachers. These findings underscore the importance of self-care practices and the development of supportive professional networks within the school environment.

Keywords: Self-criticism, Spiritual experiences, Resilience, Female teachers

Cite this article: Hormozi A, Nakhaei S, Shahzehpour A. An analysis of the role of spiritual experiences and resilience in predicting self-criticism among female teachers. Islam and Health Journal. 2026; 11(2): 54-63.

© The Author(s).
Publisher: Babol University of Medical Sciences

*Corresponding Author: Somayeh Nakhaei
Address: Department of Psychology, Zab.C., Islamic Azad University of Zabol, Zabol, Iran.
E-mail: so.nakhaei1364@iau.ac.ir

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

Islam and Health Journal
نشریه اسلام و سلامت
دانشگاه علوم پزشکی بابل
e-ISSN: 2383-191X p-ISSN:2383-2177

تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی معلمان زن

امینه هرمزی (MSc student)[1]، سمیه نخعی (PhD)[1*]، عبدالقادر شاه‌زه‌ء پور (PhD student)[2]

۱. گروه روانشناسی، واحد زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، زابل، ایران.
۲. گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

چکیده

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

سابقه و هدف: خودانتقادی یکی از عوامل مهم روان‌شناختی است که سلامت روان و کارکرد حرفه‌ای معلمان زن را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تجارب معنوی و تاب‌آوری به‌عنوان منابع درونی معنابخش می‌توانند نقش محافظتی در کاهش خودانتقادی داشته باشند. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی معلمان زن دوره ابتدایی انجام شد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه معلمان زن دوره ابتدایی مدارس شهر زابل در سال ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بود که با استفاده از نمونه‌گیری طبقه‌ای-خوشه‌ای چندمرحله‌ای، ۲۰۷ نفر به‌عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه تجارب معنوی Underwood و Teresi، پرسشنامه تاب‌آوری Connor و Davidson و مقیاس سطوح خودانتقادی Thompson و Zuroff بود. داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه در نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد تاب‌آوری و تجارب معنوی هر دو به‌طور منفی و معناداری خودانتقادی معلمان زن را پیش‌بینی می‌کنند. تاب‌آوری با ضریب بتای استانداردشده ۰/۴۴- و تجارب معنوی با ضریب بتای استانداردشده ۰/۳۷-، نقش معناداری در پیش‌بینی خودانتقادی داشتند؛ به‌گونه‌ای که سهم تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی بیشتر از تجارب معنوی بود. در مجموع، این دو متغیر توانستند ۵۵ درصد از واریانس خودانتقادی معلمان زن را تبیین کنند ($P<0/01$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج، تقویت تاب‌آوری و بهره‌مندی از تجارب معنوی می‌تواند به کاهش خودانتقادی و ارتقای سلامت روان و کارکرد حرفه‌ای معلمان زن کمک کند. این یافته‌ها اهمیت تمرین‌های خودمراقبتی و ایجاد شبکه‌های حمایتی حرفه‌ای را در محیط مدرسه برجسته می‌کند.

دریافت: ۱۴۰۵/۴/۵
ویرایش: ۱۴۰۵/۸/۹
پذیرش: ۱۴۰۵/۸/۱۲
انتشار: ۱۴۰۵/۸/۱۹

واژگان کلیدی: خودانتقادی، تجارب معنوی، تاب‌آوری، معلمان زن

استناد: امینه هرمزی، سمیه نخعی، عبدالقادر شاه‌زه‌ء پور. تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی معلمان زن. نشریه اسلام و سلامت. ۱۴۰۵؛ ۱۱(۲): ۶۳-۵۴.

© The Author(s).
Publisher: Babol University of Medical Sciences

* **مسئول مقاله:** سمیه نخعی
آدرس: زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زابل، گروه روانشناسی.
رایانامه: so.nakhaei1364@iau.ac.ir

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

مقدمه

معلمان دوره ابتدایی به‌عنوان نخستین کنشگران نظام آموزشی، نقش بنیادینی در شکل‌گیری شخصیت، هیجان‌ها و نگرش‌های تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند و به‌ویژه معلمان زن، به‌دلیل نقش‌های چندگانه شغلی، خانوادگی و اجتماعی، در معرض فشارهای روان‌شناختی متعددی قرار دارند (۱). یکی از سازه‌های مهم روان‌شناختی که در چنین بافتی می‌تواند بر سلامت روان و کارکرد حرفه‌ای معلمان اثرگذار باشد، خودانتقادی است (۲). خودانتقادی به الگوی پایدار ارزیابی منفی از خود، تمرکز بر خطاها و کاستی‌ها، و سرزنش درونی در مواجهه با شکست‌ها یا نابسندگی‌های ادراک‌شده اطلاق می‌شود و معمولاً با احساس شرم، گناه، ناکفایتی و کاهش ارزشمندی شخصی همراه است (۳). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سطوح بالای خودانتقادی با پیامدهای منفی متعددی از جمله افسردگی، اضطراب، فرسودگی شغلی، کاهش رضایت شغلی و تضعیف روابط بین‌فردی مرتبط است، در حالی که در سطوح سازگارانه، می‌تواند نقش هشداردهنده‌ای در اصلاح عملکرد و ارتقای استانداردهای فردی ایفا کند (۴ و ۵). با این حال، در محیط‌های پرتنش آموزشی، به‌ویژه برای معلمان زن، خودانتقادی اغلب از حالت سازنده خارج شده و به عاملی آسیب‌زا برای سلامت روان و اثربخشی حرفه‌ای تبدیل می‌شود (۶)؛ مسئله‌ای که توجه به عوامل محافظتی و معنابخش درونی، از جمله تجارب معنوی را برای تبیین و پیش‌بینی خودانتقادی ضروری می‌سازد.

تجارب معنوی به‌عنوان یکی از ابعاد مهم معنابخشی به زندگی، به تجربه‌های درونی فرد در ارتباط با امر متعالی، احساس معنا و هدفمندی، آرامش درونی، و ادراک حضور نیرویی برتر در زندگی روزمره اشاره دارد (۷). این تجارب لزوماً محدود به مناسک دینی رسمی نیستند، بلکه می‌توانند در قالب احساس پیوند با دیگران، حس قدردانی، پذیرش رنج، امیدواری و معناجویی در موقعیت‌های چالش‌برانگیز بروز یابند (۸). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که تجارب معنوی با کاهش نشخوار فکری، تعدیل هیجان‌های منفی، افزایش خودپذیری و ارتقای تنظیم هیجانی مرتبط است و از این طریق می‌تواند نقش محافظتی در برابر الگوهای ناسازگارانه خودانتقادی ایفا کند (۹ و ۱۰). افرادی که از سطح بالاتری از تجارب معنوی برخوردارند، معمولاً خطاها و ناکامی‌های خود را در چارچوبی معنادارتر تفسیر کرده و به‌جای سرزنش افراطی خود، نگرشی مبتنی بر پذیرش، رشد و شفقت در پیش می‌گیرند (۱۱). در بافت حرفه‌ای معلمان زن، بهره‌مندی از معنویت، می‌تواند به‌عنوان منبعی درونی برای تحمل فشارهای شغلی، حفظ انگیزه و کاهش فرسودگی عمل کند و زمینه را برای مواجهه سازگارانه‌تر با چالش‌های آموزشی فراهم آورد (۱۲). با این حال، به نظر می‌رسد ارتباط تجارب معنوی با خودانتقادی، به‌ویژه در شرایط تنش‌زای شغلی، در کنار سازه‌ای پویا و انطباقی همچون تاب‌آوری قابل بررسی است (۱۳)؛ سازه‌ای که به توانایی فرد در بازیابی تعادل روانی و سازگاری مؤثر با فشارها و شرایط دشوار زندگی اشاره دارد (۱۴).

تاب‌آوری به‌عنوان یکی از سازه‌های کلیدی روان‌شناسی مثبت‌گرا، به توانایی فرد در مقابله مؤثر با فشارها، سازگاری انعطاف‌پذیر با شرایط دشوار و بازگشت به تعادل روانی پس از تجربه ناکامی‌ها، استرس‌ها و رویدادهای ناگوار اطلاق می‌شود (۱۵). تاب‌آوری صرفاً به معنای تحمل منفعلانه سختی‌ها نیست، بلکه فرآیندی پویا و فعال است که دربرگیرنده منابع شناختی، هیجانی و رفتاری برای مدیریت چالش‌ها و حفظ کارکرد بهینه در شرایط فشارزا است (۱۶). پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که از سطح بالاتری از تاب‌آوری برخوردارند، در مواجهه با خطاها و شکست‌ها، به‌جای درگیر شدن در الگوهای خودانتقادی افراطی، از راهبردهای حل مسئله، بازنگری شناختی و خودتنظیمی هیجانی بهره می‌گیرند و تجربه هیجان‌های منفی پایدار در آنان کاهش می‌یابد (۱۷). در محیط‌های آموزشی، به‌ویژه در دوره ابتدایی، معلمان زن به دلیل تعامل مستمر هیجانی با دانش‌آموزان، انتظارات بالای حرفه‌ای، محدودیت‌های سازمانی و فشارهای نقش‌های هم‌زمان، بیش از سایر گروه‌ها در معرض فرسودگی شغلی و خودارزیابی‌های منفی قرار دارند (۱۸). در این میان، تاب‌آوری به‌عنوان یک ظرفیت روان‌شناختی عمومی، می‌تواند به معلمان در حفظ تعادل روانی، تعهد حرفه‌ای و سلامت روان در مواجهه با استرس‌های شغلی یاری رساند و می‌تواند با کاهش خودانتقادی معلمان در مواجهه با فشارهای شغلی مرتبط باشد (۱۹). بر این اساس، به نظر می‌رسد تاب‌آوری در کنار تجارب معنوی، به‌عنوان یکی دیگر از پیش‌بین‌های روان‌شناختی خودانتقادی معلمان زن مطرح است و بررسی هم‌زمان این دو متغیر می‌تواند چارچوبی منسجم برای تحلیل پیش‌بین‌های خودانتقادی فراهم آورد.

با وجود گسترش پژوهش‌ها در حوزه سلامت روان معلمان، بخش عمده مطالعات پیشین عمدتاً بر متغیرهایی نظیر فرسودگی شغلی، استرس و رضایت شغلی متمرکز بوده‌اند و خودانتقادی به‌عنوان سازه‌ای درونی، عمیق و اثرگذار بر کارکرد هیجانی و حرفه‌ای معلمان، کمتر به‌طور مستقل و تبیینی مورد توجه قرار گرفته است. از سوی دیگر، هرچند نقش عوامل مثبت‌نگر همچون تجارب معنوی و تاب‌آوری در بهزیستی روان‌شناختی در مطالعات مختلف بررسی شده است (۱۰–۸)، اما پژوهش‌های اندکی به بررسی هم‌زمان و یکپارچه این متغیرها در قالب یک مدل پیش‌بین، آن‌هم در بافت شغلی معلمان زن دوره ابتدایی پرداخته‌اند. این خلأ پژوهشی به‌ویژه در زمینه تبیین سازوکارهای محافظتی در برابر خودانتقادی ناسازگارانه و شناسایی منابع درونی معنابخش و انطباقی، بیش از پیش احساس می‌شود. نوآوری پژوهش حاضر در آن است که با رویکردی مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گرا، به تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری به‌عنوان دو منبع کلیدی درونی در پیش‌بینی خودانتقادی می‌پردازد و با تمرکز بر تاب‌آوری معلمان زن در بافت شغلی، تصویری واقع‌بینانه از چالش‌های روان‌شناختی این گروه حرفه‌ای ارائه می‌دهد. چالش اصلی این پژوهش، پاسخ به این پرسش است که تا چه میزان تجارب معنوی و تاب‌آوری می‌توانند شدت خودانتقادی معلمان زن

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

را در مواجهه با فشارهای شغلی و هیجانی کاهش دهند. بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی معلمان زن می‌باشد.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش گردآوری داده‌ها توصیفی از نوع همبستگی است که با هدف تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه معلمان زن شاغل در مقطع ابتدایی شهر زابل در سال تحصیلی ۱۴۰۴–۱۴۰۳ بود که بر اساس آمار اداره آموزش‌وپرورش این شهر، تعداد آنان ۵۶۸ نفر گزارش شد. حجم نمونه با استفاده از نرم‌افزار G*Power و با در نظر گرفتن آزمون رگرسیون چندگانه هم‌زمان، سطح معناداری ۰/۵۰، توان آزمون ۰/۸۰ و اندازه اثر متوسط (f^2=۰/۱۵)، حداقل ۲۰۷ نفر برآورد گردید. به‌منظور افزایش دقت آماری و جبران ریزش احتمالی، تعداد ۲۳۰ پرسشنامه در بین نمونه توزیع شد که از این میان، ۱۵ پرسشنامه بازگردانده نشد و ۸ پرسشنامه به دلیل مخدوش یا ناقص بودن از فرایند تحلیل کنار گذاشته شد؛ در نهایت ۲۰۷ پرسشنامه تکمیل و معتبر، به‌عنوان نمونه نهایی مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت. نمونه‌ها به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای–خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین‌ترتیب که در گام نخست، مدارس دخترانه ابتدایی شهر زابل بر اساس موقعیت جغرافیایی به پنج طبقه شمال‌غربی، شمال‌شرقی، مرکزی، جنوب‌غربی و جنوب‌شرقی تقسیم شدند. در گام دوم، از هر طبقه تعدادی مدرسه به‌عنوان خوشه، به‌صورت تصادفی ساده انتخاب شد. در گام سوم، از میان معلمان زن واجد شرایط شاغل در مدارس منتخب، تعدادی معلم به‌صورت تصادفی ساده انتخاب و وارد مطالعه شدند. پس از اخذ مجوزهای لازم و رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان، پرسشنامه‌ها به‌صورت حضوری توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری گردید؛ سپس داده‌ها کدگذاری شده و به نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ منتقل شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل زن بودن، اشتغال به تدریس در مقطع ابتدایی و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و معیارهای خروج شامل ناقص یا مخدوش بودن پرسشنامه‌ها بود. در نهایت، داده‌ها با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی و روش‌های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه هم‌زمان مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفتند.

پرسشنامه استاندارد تجارب معنوی: برای سنجش تجارب معنوی روزانه از مدل Underwood و Teresi (۲۰) که در سال ۲۰۰۱ طراحی و تدوین شد، استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۵ گویه است. این پرسشنامه به دلیل زیربنای نظری مناسب تأیید خبرگان با تخصص موضوعی از روایی محتوایی لازم برخوردار است. شیوه نمره‌گذاری آن به این قرار است: ۱۵سؤال داشته و هدف آن ارزیابی میزان تجارب معنوی افراد از ابعاد مختلف (احساس حضور خداوند، ارتباط باخدا، احساس مسئولیت در قبال دیگران) است. طیف نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۶ گزینه‌ای است از هرگز=۱ تا اغلب اوقات=۶ و دارای سه بعد بوده که احساس حضور خداوند (۱، ۲، ۶–۴ و ۱۱–۸)، ارتباط با خداوند (۳، ۷، ۸، ۱۲ و ۱۵)، احساس مسئولیت در قبال دیگران (۱۳ و ۱۴) است. در پژوهش‌های متعدد داخلی، همسانی درونی و روایی صوری و محتوایی مقیاس مذکور مورد تأیید قرار گرفت (۲۱). همچنین مقدار آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده جهت بررسی پایایی پرسشنامه مذکور در ایران و در پژوهش حیدری و همکاران (۲۲) برابر ۰/۸۳ بود که حاکی از پایایی مناسب این مقیاس است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پژوهش حاضر، مقدار ۰/۸۱ بدست آمد که حاکی از پایایی مطلوب آن بود.

پرسشنامه استاندارد تاب‌آوری: پرسشنامه استاندارد تاب‌آوری Connor و Davidson در سال ۲۰۰۳ برای سنجش میزان تاب‌آوری افراد مورد استفاده قرار گرفت. این پرسشنامه شامل ۲۵ گویه است که با هدف ارزیابی توانایی فرد در سازگاری با شرایط دشوار، مقابله مؤثر با تنیدگی‌ها و بازگشت به تعادل روانی پس از مواجهه با مشکلات طراحی شده است (۲۳). گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً نادرست= ۱» تا «همیشه درست= ۵» نمره‌گذاری می‌شوند و دامنه نمرات کل پرسشنامه بین ۲۵ تا ۱۲۵ قرار دارد؛ به‌گونه‌ای که نمرات بالاتر بیانگر سطح بالاتری از تاب‌آوری هستند. این مقیاس دارای پنج مؤلفه شامل تصور شایستگی فردی، اعتماد به غرایز فردی و تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن، کنترل و تأثیرات معنوی است (۲۳). در پژوهش حاضر، تعریف عملیاتی تاب‌آوری نمره‌ای است که پاسخ‌دهندگان از مجموع پاسخ به گویه‌های این پرسشنامه کسب می‌کنند. روایی محتوایی این ابزار بر اساس نظر متخصصان تأیید شده و بررسی همسانی درونی آن نشان داد که ضریب پایایی آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۴ است که حاکی از پایایی بسیار مطلوب پرسشنامه بود (۲۴). در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پژوهش حاضر، مقدار ۰/۸۰ به‌دست آمد که حاکی از پایایی مطلوب آن بود.

پرسشنامه استاندارد خودانتقادی: پرسشنامه استاندارد سطوح خودانتقادی توسط Thompson و Zuroff در سال ۲۰۰۶ برای سنجش میزان خودانتقادی افراد مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس شامل ۲۲ گویه است که با هدف ارزیابی الگوهای ارزیابی منفی از خود و نحوه برخورد فرد با ناکامی‌ها، اشتباهات و کاستی‌های شخصی طراحی شده است (۲۵). پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای از «به‌شدت مخالفم= ۱» تا «به‌شدت موافقم= ۷» نمره‌گذاری می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۲۲ تا ۱۵۴ قرار دارد؛ به‌گونه‌ای که نمرات بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتری از خودانتقادی در فرد است. این مقیاس

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

دارای دو مؤلفه اصلی شامل خودانتقادی درونی و خودانتقادی مقایسه‌ای است که به‌ترتیب جنبه‌های خودسرزنش‌گری درونی و مقایسه منفی خود با دیگران را منعکس می‌کنند. در این پرسشنامه، گویه‌های ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۲۰ و ۲۱ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (۲۵). در پژوهش حاضر، تعریف عملیاتی خودانتقادی نمره‌ای است که پاسخ‌دهندگان از مجموع پاسخ به گویه‌های این پرسشنامه کسب می‌کنند. بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار نشان داده است که ساختار عاملی آن از دو عامل مجزا تشکیل شده و روایی سازه آن تأیید شده است (۲۶). همچنین پایایی درونی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه خودانتقادی درونی برابر با ۰/۹۰ و برای مؤلفه خودانتقادی مقایسه‌ای برابر با ۰/۸۸ گزارش شده است که بیانگر پایایی قابل‌قبول تا مطلوب این ابزار می‌باشد (۲۷). در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پژوهش حاضر، مقدار ۰/۸۳ به‌دست آمد که حاکی از پایایی مطلوب آن بود.

داده‌های گردآوری‌شده پس از کدگذاری در نرم‌افزار Excel وارد و سپس به نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ منتقل شدند. در مرحله نخست، برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و متغیرهای پژوهش از شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد استفاده شد. پیش از انجام تحلیل‌های استنباطی، مفروضه‌های آماری از جمله نرمال بودن توزیع داده‌ها، استقلال خطاها و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی و تأیید گردید. در مرحله بعد، به‌منظور بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد و برای تعیین نقش پیش‌بینی‌کنندگی تاب‌آوری و تجارب معنوی در تبیین خودانتقادی، تحلیل رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان به‌کار گرفته شد.

یافته‌ها

به‌منظور توصیف نمونه پژوهش، توزیع فراوانی معلمان زن برحسب سطح تحصیلات و سابقه خدمت بررسی شد. نتایج در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. توزیع فراوانی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی معلمان زن

متغیر	سطح	فراوانی	درصد
تحصیلات	کارشناسی	۱۱۵	۵۵/۶
	کارشناسی ارشد	۹۲	۴۴/۴
سابقه خدمت	کمتر از ۱۰ سال	۴۵	۲۱/۷
	۱۰ تا ۲۰ سال	۱۲۵	۶۰/۴
	بیش از ۲۰ سال	۳۷	۱۷/۹

همان‌طور که مشاهده می‌شود، بیشترین درصد شرکت‌کنندگان دارای مدرک کارشناسی و سابقه خدمت ۱۰ تا ۲۰ سال بوده‌اند که نشان‌دهنده تجربه حرفه‌ای مناسب در نمونه پژوهش است. در ادامه، شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش شامل خودانتقادی، تاب‌آوری و تجارب معنوی ارائه شده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	مؤلفه	میانگین	انحراف معیار
خودانتقادی	درونی	۱۱/۴	۰/۵۸
	مقایسه‌ای	۳/۹۸	۰/۶۱
تاب‌آوری	شایستگی	۲/۹۲	۰/۵۷
	اعتماد به غرایز شخصی	۳/۰۳	۰/۵۶
	تحمل عواطف منفی	۳/۰۲	۰/۶۰
	مهار	۳/۱۴	۰/۵۱
	معنویت در افراد	۳/۲۵	۰/۶۶
تجارب معنوی	معنایابی در زندگی	۲/۹۸	۰/۴۹
	تأثیر ارتباط با خدا	۳/۰۵	۰/۵۶
	شکوفایی و فعالیت معنوی	۲/۹۲	۰/۴۲
	تجربیات متعالی عرفانی	۲/۹۵	۰/۵۴
	تجربیات سلبی	۳/۰۴	۰/۵۱
	فعالیت‌های اجتماعی مذهبی	۲/۹۱	۰/۵۹

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

بر اساس نتایج جدول ۲، مؤلفه خودانتقادی درونی بالاترین میانگین را در بین مؤلفه‌های خودانتقادی داراست. همچنین، مؤلفه «معنویت در افراد» بالاترین میانگین را در میان مؤلفه‌های تاب‌آوری نشان می‌دهد. در حوزه تجارب معنوی، «تأثیر ارتباط با خدا» بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده است.

پیش از اجرای تحلیل‌های استنباطی، پیش‌فرض‌های لازم مورد بررسی قرار گرفت. نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش با استفاده از آزمون کلموگروف–اسمیرنوف بررسی شد. نتایج نشان داد مقدار آماره آزمون برای خودانتقادی (Z=۰/۹۱، p=۰/۳۷)، تاب‌آوری (Z=۰/۸۸، p=۰/۴۲) و تجارب معنوی (Z=۰/۹۵، p=۰/۳۱) از نظر آماری معنادار نبود؛ بنابراین، شواهدی برخلاف نرمال بودن توزیع متغیرها مشاهده نشد. همچنین، استقلال خطاها با استفاده از آماره دوربین–واتسون بررسی شد. مقدار این آماره برابر با ۹۸/۱ به‌دست آمد که در محدوده قابل قبول قرار داشت. برای بررسی هم‌خطی چندگانه نیز شاخص‌های Tolerance و VIF مورد بررسی قرار گرفت. مقادیر نهایی این شاخص‌ها بر اساس خروجی بازبینی‌شده رگرسیون در جدول ۴ گزارش شده‌اند. برای بررسی رابطه بین خودانتقادی، تاب‌آوری و تجارب معنوی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۳. ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	خودانتقادی	تاب‌آوری	تجارب معنوی
خودانتقادی	۱	–	–
تاب‌آوری	−۰/۷۰**	۱	–
تجارب معنوی	−۰/۶۸**	۰/۷۲**	۱

نتایج نشان داد خودانتقادی با تاب‌آوری رابطه منفی و معناداری دارد (r= −۰/۷۰، p<۰/۰۱). همچنین، بین خودانتقادی و تجارب معنوی رابطه منفی و معناداری مشاهده شد (r= −۰/۶۸، p<۰/۰۱). از سوی دیگر، تاب‌آوری و تجارب معنوی نیز رابطه مثبت و معناداری با یکدیگر داشتند (r= ۰/۷۲، p<۰/۰۱). بنابراین، نمرات بالاتر تاب‌آوری و تجارب معنوی با سطوح پایین‌تر خودانتقادی همراه بود. در ادامه، به‌منظور بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی تاب‌آوری و تجارب معنوی در خودانتقادی، تحلیل رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان انجام شد. پیش از تفسیر نتایج، جهت کدگذاری متغیرها و علامت ضرایب رگرسیونی مجدداً بررسی شد تا اطمینان حاصل شود که جهت ضرایب گزارش‌شده با نحوه نمره‌گذاری و کدگذاری متغیرها مطابقت دارد.

جدول ٤. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی خودانتقادی بر اساس تاب‌آوری و تجارب معنوی

متغیر پیش‌بین	B	SE	β	t	p	95% CI for B	Tolerance	VIF
ثابت	۶/۲۱۴	۰/۳۰۱	—	۲۰/۶۵	<۰/۰۰۱	(۵/۶۲۱ , ۶/۸۰۷)	–	–
تاب‌آوری	−۰/۳۹۲	۰/۰۴۸	−۰/۴۳۷	−۸/۱۷	<۰/۰۰۱	(−۰/۴۸۷ , −۰/۲۹۷)	۰/۴۸۲	۲/۰۷۵
تجارب معنوی	−۰/۳۲۷	۰/۰۵۳	−۰/۳۶۵	−۶/۱۷	<۰/۰۰۱	(−۰/۴۳۱ , −۰/۲۲۳)	۰/۴۸۲	۲/۰۷۵
خلاصه مدل رگرسیون	R	R^2	Adjusted R^2	F	df	p	N	–
	۰/۷۴۴	۰/۵۵۴	۰/۵۴۹	۱۲۶/۸۳	۲ ،۲۰۴	<۰/۰۰۱	۲۰۷	–

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که مدل پیش‌بینی خودانتقادی بر اساس تاب‌آوری و تجارب معنوی معنادار است (P<۰/۰۰۱). ضریب همبستگی چندگانه مدل برابر با ۰/۷۴۴ و ضریب تعیین برابر با ۰/۵۵۴ بود؛ بنابراین، تاب‌آوری و تجارب معنوی در مجموع ۵۵ درصد از واریانس خودانتقادی معلمان زن را تبیین کردند. هر دو متغیر پیش‌بین نقش معناداری در پیش‌بینی خودانتقادی داشتند؛ به‌طوری‌که تاب‌آوری با ضریب بتای استانداردشده −۰/۴۳۷ و تجارب معنوی با ضریب بتای استانداردشده −۰/۳۶۵، رابطه منفی و معناداری با خودانتقادی نشان دادند. همچنین، با توجه به قدر مطلق ضرایب بتا، تاب‌آوری در مقایسه با تجارب معنوی سهم بیشتری در پیش‌بینی خودانتقادی داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تحلیل نقش تجارب معنوی و تاب‌آوری در پیش‌بینی خودانتقادی معلمان زن انجام گرفت. به‌طورکلی، نتایج نشان داد که تاب‌آوری و تجارب معنوی با خودانتقادی رابطه منفی و معناداری دارند و این دو متغیر در مجموع توانستند ۵۵ درصد از واریانس خودانتقادی معلمان زن را تبیین کنند. همچنین، تاب‌آوری در مقایسه با تجارب معنوی سهم پیش‌بینی‌کنندگی بیشتری در تبیین خودانتقادی داشت. در ادامه، یافته‌های اصلی پژوهش با توجه به مبانی نظری و شواهد پژوهشی پیشین مورد بحث قرار می‌گیرند.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

نخستین یافته پژوهش نشان داد که تجارب معنوی به‌طور منفی و معناداری خودانتقادی معلمان زن را پیش‌بینی می‌کند؛ به این معنا که با افزایش تجارب معنوی، میزان خودانتقادی کاهش می‌یابد. این یافته نشان می‌دهد که برخورداری از تجارب معنوی می‌تواند با شکل‌گیری ارزیابی پذیرنده‌تر و کمتر سرزنش‌گرانه نسبت به خود همراه باشد (۱۲–۷). این نتیجه با بخشی از پژوهش‌های پیشین همسو است. برای نمونه، Joseph (۱۱)، Underwood و Vagnini (۱۰) و Mansour (۷) نشان داده‌اند که تجارب معنوی روزانه با پیامدهایی همچون بهزیستی روان‌شناختی، تاب‌آوری و کاهش هیجانات منفی ارتباط دارد. همچنین، یافته‌های Wakelin و همکاران (۴) و Kauser و همکاران (۵) بر اهمیت خودپذیری و خودمهربانی در کاهش خودانتقادی تأکید کرده‌اند. اگرچه این مطالعات الزاماً رابطه مستقیم میان تجارب معنوی و خودانتقادی را بررسی نکرده‌اند، اما نتایج آن‌ها می‌تواند از تبیین ارتباط مشاهده‌شده در پژوهش حاضر حمایت کند. در مقابل، پژوهش‌هایی مانند Kotera و همکاران (۶) و Revilla-Cuesta و همکاران (۲) در برخی ابعاد با یافته حاضر همسویی کامل نداشتند که این تفاوت می‌تواند ناشی از تفاوت در ویژگی‌های نمونه، زمینه شغلی و نحوه سنجش سازه‌های معنوی و خودانتقادی باشد. از نظر تبیینی، می‌توان تجارب معنوی را یکی از منابع روان‌شناختی مؤثر در معناسازی، تنظیم هیجانی و نحوه ارزیابی فرد از تجربه‌های نامطلوب دانست. این تجارب ممکن است به فرد کمک کنند تا ناکامی‌ها و دشواری‌های زندگی را در چارچوبی معنادارتر تفسیر کرده و به جای تمرکز افراطی بر خطاها و کاستی‌های شخصی، رویکردی پذیرنده‌تر و سازنده‌تر نسبت به خود اتخاذ کند. در چنین شرایطی، کاهش هیجانات منفی و تقویت خودپذیری می‌تواند از شدت فرایندهای خودسرزنش‌گرانه و خودانتقادی ناسازگارانه بکاهد. در همین راستا، Underwood و Vagnini (۱۰) ارتباط تجارب معنوی روزمره را با پیامدهای مرتبط با تاب‌آوری و سازگاری روان‌شناختی مطرح کرده‌اند و Joseph (۱۱) نیز رابطه این تجارب را با بهزیستی روان‌شناختی نشان داده است. از سوی دیگر، در بافت فرهنگی و شغلی ایران، تجارب معنوی می‌توانند برای معلمان زن که به‌طور هم‌زمان با الزامات حرفه‌ای و خانوادگی مواجه‌اند، منبعی برای معناجویی و سازگاری روان‌شناختی فراهم کنند و از این طریق با کاهش ارزیابی منفی از خود همراه باشند. بنابراین، یافته حاضر این احتمال را مطرح می‌کند که برخورداری بیشتر از تجارب معنوی با سطح پایین‌تر خودانتقادی همراه باشد؛ بااین‌حال، با توجه به ماهیت همبستگی و غیرآزمایشی پژوهش، نمی‌توان درباره رابطه علّی میان این متغیرها داوری کرد. بر این اساس، پژوهش‌های آینده می‌توانند با بررسی نقش متغیرهایی همچون خودپذیری، تنظیم هیجانی و معناجویی، سازوکارهای روان‌شناختی زیربنای ارتباط میان تجارب معنوی و خودانتقادی را روشن‌تر کنند.

دومین یافته پژوهش نشان داد که تاب‌آوری به‌طور منفی و معناداری خودانتقادی معلمان زن را پیش‌بینی می‌کند و این نقش در مقایسه با تجارب معنوی پررنگ‌تر بود. به بیان دیگر، معلمانی که از تاب‌آوری بیشتری برخوردارند، در مواجهه با ناکامی‌ها و فشارهای شغلی، کمتر درگیر الگوهای ناسازگارانه سرزنش و ارزیابی منفی خود می‌شوند و ظرفیت بیشتری برای بازسازی روانی و مدیریت هیجانات منفی دارند (۲۳–۱۶). این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین درباره ارتباط تاب‌آوری با سلامت روان، بهزیستی و سازگاری معلمان همسو است. برای مثال، Fu و Zhang (۱۷) و Wang و همکاران (۱۸) نشان داده‌اند که تاب‌آوری معلمان با پیامدهای مطلوب روان‌شناختی و شغلی همراه است و Lu و همکاران (۱۹) نیز بر ارتباط تاب‌آوری و تنظیم هیجانی با بهزیستی معلمان تأکید کرده‌اند. همچنین، شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که برخورداری از منابع تاب‌آورانه می‌تواند ظرفیت فرد برای مواجهه سازگارانه با فشارها و تجربه‌های دشوار را افزایش دهد (۱۵). تبیین این یافته آن است که تاب‌آوری به‌عنوان یک ظرفیت سازگارانه، به فرد کمک می‌کند در مواجهه با شکست، فشار و تجربه‌های نامطلوب، تعادل روان‌شناختی خود را بهتر حفظ کند و رویدادهای منفی را به‌صورت انعطاف‌پذیرتری ارزیابی نماید (۱۶). در چنین شرایطی، احتمال تفسیر شکست به‌عنوان نشانه ناتوانی شخصی و در نتیجه شکل‌گیری خودانتقادی شدید کاهش می‌یابد. از این منظر، تاب‌آوری می‌تواند از طریق تقویت مقابله سازگارانه، بازنگری شناختی و مدیریت هیجانات منفی، با کاهش خودانتقادی ناسازگارانه همراه باشد (۱۹ و ۲۳). این تبیین با شرایط شغلی معلمان زن نیز قابل انطباق است؛ زیرا برخورداری از منابع تاب‌آورانه می‌تواند به آنان کمک کند فشارها و ناکامی‌های حرفه‌ای را با انعطاف بیشتری مدیریت کنند و کمتر آن‌ها را به ارزیابی منفی از خود تعمیم دهند. همچنین، سهم پیش‌بینی‌کنندگی بیشتر تاب‌آوری نسبت به تجارب معنوی نشان می‌دهد که در مدل حاضر، منابع سازگارانه مستقیم‌تر مرتبط با مواجهه با فشار و بازگشت روان‌شناختی ممکن است ارتباط نیرومندتری با خودانتقادی داشته باشند. بااین‌حال، این یافته نیز به دلیل ماهیت غیرآزمایشی پژوهش، بیانگر رابطه پیش‌بینانه است و نمی‌توان از آن نتیجه گرفت که افزایش تاب‌آوری الزاماً موجب کاهش خودانتقادی خواهد شد (۱۶ و ۲۳).

با وجود یافته‌های ارزشمند پژوهش حاضر، چندین محدودیت قابل‌توجه وجود دارد که می‌تواند راهنمایی برای پژوهش‌های آتی باشد. نخست، نمونه پژوهش محدود به معلمان زن دوره ابتدایی در یک منطقه خاص ایران بود، بنابراین تعمیم نتایج به سایر مقاطع تحصیلی، مناطق جغرافیایی یا معلمان مرد محدود است؛ پژوهش‌های آتی می‌توانند با نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر، اعتبار تعمیم‌پذیری یافته‌ها را افزایش دهند. دوم، طراحی پژوهش از نوع مقطعی و همبستگی بود و به همین دلیل نمی‌توان روابط علیتی را به‌طور قطعی استنتاج کرد. توصیه می‌شود مطالعات آینده با طراحی‌های طولی یا آزمایشی، اثرگذاری تجارب معنوی و تاب‌آوری بر خودانتقادی را بررسی کنند. سوم، داده‌ها تنها از طریق ابزارهای خودگزارش‌دهی گردآوری شد که ممکن است تحت تأثیر پاسخ اجتماعی یا خودسانسوری قرار گیرد؛ استفاده از ابزارهای چندروشی مانند مصاحبه نیمه‌ساختاریافته یا ارزیابی‌های همکاران و دانش‌آموزان می‌تواند اعتبار نتایج را تقویت کند. چهارم، برخی متغیرهای میانجی و تعدیل‌کننده بالقوه مانند حمایت اجتماعی، سبک‌های مقابله‌ای یا باورهای مذهبی و فرهنگی در این پژوهش بررسی نشد؛ لذا

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

پژوهش‌های بعدی می‌توانند این متغیرها را لحاظ کرده و مدل پیش‌بینی دقیق‌تری ارائه دهند. نهایتاً، یافته‌ها در بافت فرهنگی و آموزشی ایران به دست آمده و ممکن است در فرهنگ‌ها و محیط‌های آموزشی دیگر، با تفاوت‌هایی مواجه شود؛ بنابراین پژوهش‌های بین‌المللی و مقایسه‌ای برای بررسی سازگاری و اعتبار نتایج توصیه می‌شود. با توجه به این محدودیت‌ها، برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی آتی می‌توانند بر تقویت تاب‌آوری و بهره‌مندی از منابع معنوی تمرکز کرده و راهبردهای عملی برای کاهش خودانتقادی ناسازگارانه در معلمان ارائه دهند.

برای کاهش خودانتقادی و ارتقای سلامت روان، معلمان زن می‌توانند نخست تمرین‌های روزانه کوتاه خودمراقبتی و تمرکز بر تجارب مثبت و معنابخش در زندگی روزمره را انجام دهند، مانند یادداشت سه اتفاق مثبت یا شکرگزاری روزانه، که به بازتعریف خطاها و ناکامی‌ها کمک می‌کند و تاب‌آوری فردی را تقویت می‌کند. دوم، ایجاد و حفظ شبکه‌های حمایتی حرفه‌ای و دوستانه در محیط مدرسه توصیه می‌شود؛ به‌گونه‌ای که معلمان بتوانند تجارب خود را به اشتراک بگذارند، از دیگران حمایت و حمایت دریافت کنند و فشارهای شغلی و روانی را به‌صورت جمعی مدیریت کنند، که مستقیماً بر کاهش خودانتقادی و بهبود کارکرد حرفه‌ای اثرگذار است.

نتایج پژوهش نشان داد که خودانتقادی معلمان زن مقطع ابتدایی با تاب‌آوری و تجارب معنوی آنان رابطه معکوس دارد، به‌گونه‌ای که افزایش خودانتقادی با کاهش تاب‌آوری و تجربه معنوی همراه است. همچنین خودانتقادی توانایی پیش‌بینی تاب‌آوری و تجارب معنوی معلمان را دارا بود و مولفه‌های درونی و مقایسه‌ای بیشترین اثر منفی را داشتند. این یافته‌ها بر اهمیت ارتقای تاب‌آوری و حمایت از تجارب معنوی به‌عنوان راهبردهایی برای کاهش خودانتقادی در معلمان تأکید می‌کند.

ملاحظات اخلاقی: لازم به ذکر است که پژوهش حاضر مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد زابل بود. کد ۲۴۲۱۲۹۶۳۶۷۴۰۹۴۴۶۰۵۰۳۸۱۶۳۰۶۰۹۰۷ شناسه ثبت پایان‌نامه در مرکز اسناد دانشگاه آزاد اسلامی است؛ ازاین‌رو، عنوان و ماهیت این کد در نسخه اصلاح‌شده به‌طور شفاف مشخص شد. در اجرای پژوهش، اصول اخلاقی مرتبط با پژوهش‌های انسانی، مطابق با اصول مندرج در ویرایش ۲۰۰۸ اعلامیه هلسینکی، رعایت شد. پیش از جمع‌آوری داده‌ها، هدف و نحوه اجرای پژوهش برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و شرکت در پژوهش با رضایت آگاهانه آنان صورت گرفت. به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات و پاسخ‌های آنان محرمانه باقی خواهد ماند و داده‌ها صرفاً برای اهداف پژوهشی مورد استفاده قرار خواهد گرفت. همچنین، شرکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بود و شرکت‌کنندگان در هر مرحله از پژوهش اختیار داشتند بدون هیچ‌گونه پیامد یا محدودیتی از ادامه همکاری انصراف دهند. اطلاعات گردآوری‌شده بدون درج نام و مشخصات هویتی و با استفاده از کدهای پژوهشی ثبت و نگهداری شد و دسترسی به داده‌ها محدود به پژوهشگر بود. همچنین، نتایج پژوهش به‌صورت کلی و بدون امکان شناسایی افراد گزارش شد.

تضاد منافع: نویسندگان اعلام می‌نمایند که تضاد منافعی در این پژوهش وجود ندارد.

تقدیر و تشکر

از تمامی معلمان عزیزی که در پژوهش حاضر یاریگر نویسندگان بودند، تقدیر و تشکر می‌شود.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

References

1. Amir M, Hussain S, Muhammad S. Identification of the need for teacher training at the primary school level. International Research Journal of Education and Innovation. 2022; 3(1): 165-76. https://doi.org/10.53575/irjei.v3.01.16(22)165-176
2. Revilla-Cuesta V, Hurtado-Alonso N, Fontaneda I, Skaf M, Ortega-López V. Teaching self-criticism and peer-critique skills to engineering students through a temporal survey-based program. Front Educ. 2024; 9: 1399750. https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1399750
3. Ondrejková N, Halamová J. Prevalence of compassion fatigue among helping professions and relationship to compassion for others, self-compassion and self-criticism. Health & Social Care in the Community. 2022; 30(5): 1680-94. https://doi.org/10.1111/hsc.13741
4. Wakelin KE, Perman G, Simonds LM. Effectiveness of self-compassion-related interventions for reducing self-criticism: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology & Psychotherapy. 2022; 29(1): 1-25. https://doi.org/10.1002/cpp.2586
5. Kauser S, Keyte R, Regan A, Nash EF, Fitch G, Mantzios M, Egan H. Exploring associations between self-compassion, self-criticism, mental health, and quality of life in adults with cystic fibrosis: Informing future interventions. J Clin Psychol Med Settings. 2022; 29: 332-43. https://doi.org/10.1007/s10880-021-09831-y
6. Kotera Y, Green P, Sheffield D. Mental health of therapeutic students: Relationships with attitudes, self-criticism, self-compassion, and caregiver identity. British Journal of Guidance & Counselling. 2021; 49: 701-12. https://doi.org/10.1080/03069885.2019.1704683
7. Mansour N. The holy light of cyberspace: Spiritual experience in a virtual church. Religions. 2022; 13(2): 121-29. https://doi.org/10.3390/rel13020121
8. Wahyuli EF, Hussein AS, Suryadi N, Noermijati, Hanafiah MH. Eco-spiritual experience quality and tourist loyalty: a serial mediation model in Indonesian eco-spiritual destinations. Journal of Ecotourism. 2025; 1-25. https://doi.org/10.1080/14724049.2025.2558957
9. Sugiri W. Spiritual Experience and Character Formation: Finding Balance in Pentecostal Spiritual Formation Tradition. Indonesian Journal of Religious. 2025; 8(2): 65-80.
10. Underwood LG, Vagnini KM. The daily spiritual experience scale: Empirical relationships to resiliency-related outcomes, addictions, and interventions. Religions. 2022; 13: 237.
11. Joseph S. Cross sectional study on the association of daily spiritual experience on mental well being during covid 19 among the African students in India. Asia Pacific Journal of Health Management. 2021; 16(4): 196-204.
12. Shirmohammadi Y, Ghanbari A. The Effect of Spiritual Experience During the Covid-19 Virus Pandemic on Tourists' Behavioral Goals Through Attitudes of Mental Norms and Risk (Case Study: Shiraz). International Journal of Tourism, Culture & Spirituality. 2023; 6(1): 61-89. https://doi.org/10.22133/ijtcs.2023.169900
13. Yuliharti Y. Spiritual Experience in Modern Religious Movements: A Phenomenological Subjective Exploration of New Community Members in Indonesia. Irfana: Journal of Religious Studies. 2025; 1(1): 16-25.
14. Kent B, Henderson WM, Bradshaw M, Ellison CG, Wright BR. Do daily spiritual experiences moderate the effect of stressors on psychological well-being? A smartphone-based experience sampling study of

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]

depressive symptoms and flourishing. The International Journal for the Psychology of Religion. 2021; 31(2): 57-78. https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1777766
15. Ghasemi SA, Miri M. The role of Academic Resilience and Academic Ethics in predicting Academic Success in Students. Bioethics Journal. 2023; 38(1): 1-10. https://doi.org/10.22037/bioeth.v13i38.39536
16. Ghasemi SA, Miri M, Salarifar M, Tayrani rad A. Mediating role of academic resilience in the relationship between spiritual well-being and psychological health of students. Journal of Applied Psychological Research. 2025; in press. https://doi.org/10.22059/japr.2025.373319.644873 [In Persian]
17. Fu Q, Zhang X. Promoting community resilience through disaster education: Review of community-based interventions with a focus on teacher resilience and well-being. PLoS one. 2024; 19(1): e0296393. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0296393
18. Wang X, Gao Y, Wang Q, Zhang P. Relationships between self-efficacy and teachers' well-being in middle school English teachers: The mediating role of teaching satisfaction and resilience. Behavioral Sciences. 2024; 14(8): 629-38. https://doi.org/10.3390/bs14080629
19. Lu L, Wang C, Wang Y. The Contribution of Teacher Self-Efficacy, Resilience and Emotion Regulation to Teachers' Well-Being: Technology-Enhanced Teaching Context. European Journal of Education. 2024; 59(4): e12755. https://doi.org/10.1111/ejed.12755
20. Underwood LG, Teresi JA. The daily spiritual experience scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health related data. Annals of Behavioral Medicine. 2002; 24(1): 22-33. https://doi.org/10.1207/s15324796abm2401_04
21. Soltani F, Hosseini F, Arab M. Relationship of daily spiritual experiences with life expectancy and death anxiety in patients undergoing coronary artery bypass surgery. Iranian Journal of Cardiovascular Nursing. 2016; 5(2): 6-13. Available at: https://journal.icns.org.ir/browse.php?a_id=344&sid=1&slc_lang=en [In Persian]
22. Heydari A, Arefi M, Amiri H. Investigating the mediating role of self-care and spiritual experiences in the relationship between psychological well-being and social support of the elderly. Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences. 2020; 63(2): 2415-25. Available at: https://mjms.mums.ac.ir/article_16254_en.html [In Persian]
23. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). Depression and Anxiety. 2003; 18(2): 76-82. https://doi.org/10.1002/da.10113
24. Kazemi A, Moradi H, Baseri A. Prediction of death anxiety based on dark dimensions of personality and ambiguity tolerance with the mediation of stress resilience. Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences. 2025; 67(6): 1757-76. Available at: https://mjms.mums.ac.ir/article_25928_en.html [In Persian]
25. Thompson R, Zuroff DC. The Levels of Self-Criticism Scale: comparative selfcriticism and internalized self-criticism. Personality and Individual Differences. 2006; 36(2): 419-30. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00106-5
26. Shomali Ahmadabadi M, Zabihi M, Khodarahmi A, Barkhordari Ahmadabadi A. The Mediating Role of Self-Criticism in the Relationship between Fear of Negative Evaluation and Social Anxiety in Medical Science Students. The Journal of Tolooebehdasht. 2024; 23(4): 44-56. [In Persian]
27. Kiamarzi F, Mikaeili N, Basharpoor S. The Mediating Role of Self-Criticism in the Relationship between Early Maladaptive Schemas and Severity of Obsessive-Compulsive Personality Disorder Symptoms. Journal of Health and Care. 2025; 27(2): 154-68. Available at: https://hcjournal.arums.ac.ir/article-1-1632-en.html [In Persian]

[Downloaded from iahj.ir on 2026-11-10]