

## Phenomenology of Professors' Experiences Regarding the Relationship between Religion and Development of Emotional Intelligence

Badrosadat Daneshmand \*

One of the phenomena that has been widely welcomed in the last decade is the phenomenon of emotional intelligence. This is due to the high ability of emotional intelligence to better solve problems and reduce the amount of conflict between intellectual and emotional perceptions. Emotional intelligence is the ability to properly manage mood, mental state, control impulses, and the factor that motivates and gives hope when a person fails to achieve a goal. The present study was conducted to explain the phenomenon of how emotional intelligence develops based on the lived religious experience of a group of university professors in order to create a conceptual framework of the relationship between religion and emotional intelligence development which was done with a qualitative approach using phenomenological method. Participants were ten members of the faculty of Islamic studies, theology and philosophy of education of Shahid Bahonar University of Kerman who were selected by purposive sampling. The data collection tool was a semi-structured interview. Analyzing data from the experience of professors' experience of the role of religious education on the development of emotional intelligence showed that religion has helped them to develop emotional-social learning in three ways: 1. worldview and philosophical view of religion 2. Acting on specific religious teachings and guidelines 3. Manifesting the spirituality of individuals. In the text, these three main themes are described and explained with the components of the development of emotional intelligence.

**Keywords:** *Emotional Intelligence, Religious Education, Experiences, Professors, Phenomenology.*

---

\* Assistant Professor, PH.D in Lesson Planning, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran.

## پدیدارشناسی تجربه زیسته اساتید از نسبت دیانت با رشد هوش هیجانی

بدرالسادات دانشمند \*

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۲/۲۲

پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۴/۲۱

### چکیده

یکی از پدیده‌هایی که در دهه اخیر، مورد استقبال فراوانی قرار گرفته، پدیده‌ی هوش هیجانی است. دلیل این امر توانایی بالای هوش هیجانی در حل بهتر مسائل و کاستن از میزان تعارضات بین دریافت‌های فکری و احساسی است. هوش هیجانی، توانایی اداره مطلوب خلق و خوی، وضع روانی، کنترل تکانه‌ها و عاملی است که هنگام شکست ناشی از دست نیافتن به هدف، در شخص انگیزه و امید ایجاد می‌کند. پژوهش حاضر به منظور تبیین پدیده چگونگی رشد هوش هیجانی بر اساس تجربه زیسته دینی گروهی از اساتید دانشگاه به منظور ایجاد یک چارچوب مفهومی از نسبت دیانت با رشد هوش هیجانی انجام شد که با رویکرد کیفی و با استفاده از روش پدیدارشناسی انجام گرفت. مشارکت‌کننده‌ها ده نفر از اعضای هیئت‌علمی رشته‌های معارف اسلامی، الهیات و فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه شهید باهنر شهر کرمان بودند که با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه نیمه ساختاریافته بوده است. تحلیل و بررسی داده‌های حاصل از تجربه زیسته اساتید از نسبت دیانت (تربیت دینی) با رشد هوش هیجانی نشان داد که دیانت از سه طریق به اساتید کمک کرده است که مهارت‌های هوش هیجانی در آن‌ها ایجاد و پرورش یابد: ۱. برخورداری از یک جهان‌بینی و دیدگاه فلسفی ویژه برگرفته از دین ۲. عمل به آموزه‌ها و دستورالعمل‌های خاص دین ۳. تجلی معنویت در شخصیت افراد (در متن مقاله، چگونگی نسبت این سه مضمون اصلی با مؤلفه‌های رشد هوش هیجانی، توصیف و تبیین شده‌اند).

کلیدواژه‌ها: هوش هیجانی؛ تربیت دینی؛ تجربه زیسته؛ اساتید؛ پدیدارشناسی.

## مقدمه و بیان مسئله

امروزه بحران‌های اخلاقی فشار آوری چهره می‌نمایند و خودخواهی، خشونت و فرومایگی، روح نیکی را در زندگی جمعی مضمحل ساخته است. شواهد فزاینده‌ای وجود دارند که نشان می‌دهند، تعهد اخلاقی در زندگی از قابلیت‌های هیجانی نشأت می‌گیرند. بحث بر سر اهمیت هوش هیجانی، پیوند میان عاطفه، شخصیت و طبع اخلاقی را شامل می‌شود و اگر بتوان موضع اخلاقی را به‌عنوان نیاز عصر حاضر برشمرد، دقیقاً باید از هوش هیجانی نام برد (امرلینگ و گلمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳). اوستین، فارلی، بلاک و مور<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) هوش هیجانی را ترکیبی از ظرفیت‌های درون فردی و بین فردی می‌دانند که برای افراد دارای هوش هیجانی بالا سودمند است. هوش هیجانی عامل مهمی در تعیین موفقیت‌های زندگی و سلامت روانی است، زیرا بر توانایی افراد برای مقابله‌ی مؤثر با فشارها و تضادهای محیطی تأثیر می‌گذارد (سالاری پور و همکاران، ۱۳۹۶)؛ بنابراین، با توجه به این که انسان یک موجود اجتماعی است و نیرویی که انسان را به زندگی جمعی فرامی‌خواند و همان اهداف و انگیزه‌هایی که پذیرش زندگی را برای وی تسهیل می‌نماید، آدمی را به برنامه‌ریزی و شکل دادن به روابط بین اعضای جامعه دعوت می‌کند تا نیل به آن اهداف ممکن گردد و نهایتاً هوش هیجانی بالا می‌تواند کیفیت عمومی زندگی و موفقیت‌های شخصی و اجتماعی افراد را ارتقاء دهد.

از طرف دیگر، انسان در دیدگاه اسلام به‌طور اساسی برحسب مفهوم عاملیت قابل صورت‌بندی است. از بررسی متون اسلامی و به‌ویژه قرآن، می‌توان نتیجه گرفت که مبانی عمل و عاملیت آدمی، در این دیدگاه مبتنی بر سه نوع مبنای اساسی خلاصه می‌شود که می‌توان آن‌ها را مبانی شناختی، گرایشی و اختیاری نامید. مبنای شناختی عمل، ناظر بر تصویر و تصویری است که فرد از عمل و نتایج مترتب بر آن دارد. مبنای گرایشی عمل، به تمایلات و هیجان‌های فرد در مورد آن عمل اشاره دارد؛ اعم از آن که این هیجان‌ها معطوف به اقدام (شوق) یا پرهیز (مانند ترس) باشد. سرانجام، مبنای ارادی - اختیاری، ناظر بر تصمیم‌گیری و گزینش فرد در مورد انجام دادن عمل است. هنگامی عمل تحقق می‌یابد که علاوه بر وجود تصویر شناختی و هیجان‌های درونی،

1. Emmerling & Goleman

2. Austin, Farrelly, Black & Moore

تصمیم و انتخاب نیز در مورد آن تحقق یابد (علم‌الهدی، ۱۳۹۷). پس تربیت دینی با توجه به جامعیت و سازگاری که با فطرت انسان دارد به گرایش‌ها، احساسات، عواطف و هیجانات فرد نیز نظر داشته و به آن جهت و معنا می‌بخشد. هرچه معرفت انسان عالی‌تر و برجسته‌تر، انگیزه او متعالی‌تر، احساسات او جهت یافته‌تر و گرایش‌ها و رفتار او شایسته‌تر خواهند بود (رهنما و عبدالملکی، ۱۳۸۸). امروزه بیش از هر زمان دیگر نیازمند تفکر و اندیشه در باب تأثیرگذاری تعهدات دینی بر تمامی امور انسانی به‌ویژه مسائل عاطفی و روحی هستیم. تمایل عاطفی هر فرد این میل باطنی برای بودن به طریق مخصوص به خود، ریشه در علل متعددی دارد مثل اجتماع، باورهای شخصی، فطرت، دیدگاه‌ها، انگیزه‌ها و شخصیت (جارولا، ۲۰۱۱: ۶۳)؛ بنابراین از آنجایی که رشد و تحول اخلاقی به واسطه اعمال مذهبی روی می‌دهد، در رشد هوش هیجانی نقش مهمی دارد. چراکه محدوده‌ای که هوش هیجانی در آن مورد استفاده قرار می‌گیرد به حدود مرزهای اخلاقی نیاز دارد و بدون آن هوش هیجانی نمی‌تواند به‌منظور رسیدن به اهداف عالی به کار گرفته شود. در این راستا، این پژوهش باهدف بررسی چگونگی نسبت دیانت با پرورش هوش هیجانی مشتمل بر زیر مؤلفه‌های خودآگاهی، عزت‌نفس، شادمانی، روابط بین فردی، سازش یافتگی و مدیریت تنیدگی مثل تحمل فشار روانی در گروهی از افراد متدین، انجام گرفت. برای رسیدن به این هدف، پرسش اساسی زیر، مورد بررسی قرار گرفت: دین و آموزه‌های آن چگونه به شما کمک کرده است تا به مهارت خودآگاهی، عزت‌نفس در زندگی، شادمانی و نشاط، مهارت ارتباط بین فردی مطلوب، سازگاری با موقعیت‌های تنش‌زا و تحمل فشار روانی برسید؟

## ادبیات نظری

هوش هیجانی شامل آمیزه‌ای از ویژگی‌های متعدد است که عبارت‌اند از: ۱- خودآگاهی: یعنی اطلاع از آنچه در هر لحظه احساس می‌کنیم و استفاده از این اولویت‌های فردی باهدف راهنمایی جستن از آن‌ها در تصمیم‌گیری و ارزیابی واقع‌بینانه توانایی‌های خود و احساس خودباوری آگاهانه. ۲- مدیریت هیجان‌ها: این مقوله، مستلزم توانایی فرد برای مهار هیجانات خویشتن به گونه‌ای مناسب است. ۳- آگاهی از دیگران: حساس بودن به احساس‌ها، نگرانی‌ها و نیازهای دیگران. ۴- مدیریت رابطه با دیگران: این جنبه شامل توانایی خوب ارتباط برقرار کردن با

دیگران، حساس بودن به احساس‌ها، نگرانی‌ها و نیازهای دیگران است (گلمن، ۱۳۹۴).

بار-آن<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) الگوی هوش هیجانی را مرکب از سه حوزه وسیع مهارت‌ها یا قابلیت‌ها می‌داند که در درون هر یک مهارت‌های خاص‌تری نیز وجود دارد: ۱- مهارت‌های درون فردی (خودآگاهی هیجانی، جرأت‌ورزی، عزت‌نفس، خودشکوفایی)؛ ۲- مهارت‌های بین فردی (همدلی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی<sup>۲</sup>، روابط بین فردی) سازش‌نامه (حل مسئله، آزمون واقعیت<sup>۳</sup>، انعطاف‌پذیری) مدیریت تئیدگی (مهار برانگیختگی، تحمل برانگیختگی)؛ ۳- خلق عمومی (خوش‌بینی، شادمانی). بار-آن (۲۰۰۱) همچنین هوش هیجانی را به صورت مجموعه‌ای از کفایت‌ها و توانایی‌هایی نظیر مهار برانگیختگی، پایداری، همدلی، مدیریت مطلوب خلق و خوی و وضع روانی، کنترل تکانش، تحمل فشار روانی، امید و خوش‌بینی، درک و ابراز خود، درک دیگران و برقراری ارتباط مؤثر با افراد می‌داند که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با مقتضیات و فشارهای محیطی و مشکلات زندگی تحت تأثیر قرار می‌دهد (امرلینگ و گلمن، ۲۰۰۳).

گلمن و سالووی<sup>۴</sup> (۱۹۹۷) معتقدند هوش هیجانی بالا می‌تواند کیفیت عمومی زندگی و موفقیت‌های شخصی و اجتماعی افراد را ارتقاء دهد. با توجه به این که انسان یک موجود اجتماعی است، پس نیرویی که انسان را به زندگی جمعی فرامی‌خواند و همان اهداف و انگیزه‌هایی که پذیرش زندگی را برای وی تسهیل می‌نماید، آدمی را به برنامه‌ریزی و شکل دادن به روابط بین اعضای جامعه دعوت می‌کند تا نیل به آن اهداف ممکن گردد (سالاری پور و همکاران، ۱۳۹۶). هوش هیجانی تحت تأثیر عوامل اجتماعی، محیطی است که به هوش بین فردی نیز کمک می‌کند و معلمان همیشه به عنوان مربی برای توسعه مهارت‌ها با مشکلات مختلفی روبرو هستند (پرادین و سورین‌سیاه<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹). در این پژوهش، با تکیه بر دیدگاه بار-آن، درباره هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن، نسبت دیانت (تربیت دینی) با برخی از مؤلفه‌ها و خرده مؤلفه‌های آن در تجربه زیسته گروهی از اساتید متعهد به دین اسلام، مورد پژوهش قرار گرفته است.

1. Bar-On
2. Social responsibility
3. Reality testing
4. Goalman & Salovey
5. Pahrudin & Suriansyah

تربیت دینی، اصطلاحاً به مفهوم جنبه‌ای از فرایند تعلم و تربیت ناظر به پرورش ابعاد شناختی، عاطفی، عملی و تجربی از لحاظ التزام به معیارهای دینی است؛ به عبارت دیگر، تربیت دینی رشد و تقویت عقاید دینی، حالات و عواطف مذهبی و تقید به مناسک و آداب دینی را برای تحقق شخصیتی متمدن مدنظر دارد (یزدخواستی، بابایی فرد، کیانی، ۱۳۹۷). به اعتقاد آلپورت<sup>۱</sup> (۱۹۵۰) دین از مؤلفه‌های روانشناسی جدا نیست. او در اثر خود به نام «بالیدن» حقایق غایی دین را ناشناخته می‌داند و می‌نویسد: اگر روانشناسی مانع فهم استعداد بالقوه دینی انسان گردد دیگر شایسته‌ی آن نخواهد بود که نام روانشناسی انسانی روی آن باقی بماند (رضایی، در تاج، مهر علیان، ۱۳۹۵).

سزکیلائی و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۵) بیان داشته‌اند که باورهای مذهبی هنگام حل مسائل بین فردی گزینش‌های اخلاقی را مقابل فرد متدین قرار می‌دهند که منجر به حل مشکلات بین فردی و مطلوب اجتماعی می‌شود. همچنین هنگام روبه‌رو شدن با یک مسئله غیراخلاقی احساس مذهبی موجب احساس منفی در مواجهه به آن می‌شود و او را قادر به کنترل تکانش و از انجام آن کار غیراخلاقی باز می‌دارد. همچنین با توجه به مجموعه تعاریف به‌عمل آمده از تربیت دینی، این‌گونه استنباط می‌شود که تربیت دینی شکوفاسازی و به فعلیت رساندن همه استعدادهای نیک آدمی در جنبه جسمانی، عقلانی، اجتماعی، عاطفی و اخلاقی است (علوی، ۱۳۸۸).

یکی از آموزه‌های اساسی مذاهب این است که از افراد می‌خواهند به یکدیگر عشق بورزند و به هم احترام بگذارند، در این صورت، سبک زندگی مشارکتی همراه با احترام و محبت به دیگران را در زندگی پیش می‌گیرند که هر دو به‌نوعی باعث بروز ویژگی‌های هوش هیجانی می‌شود (اریلماز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵). لذا مذهب از راه‌های متعددی مثل ارزش درمانی یا با ایجاد حمایت اجتماعی در مکان‌های مقدس، سلامت و شادمانی را بهبود می‌بخشد و یک سیستم حفاظتی را در مقابل افراط‌گری در رفتارهای خطرناک سلامت ایجاد می‌کنند (فلیتچر<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴، بهرامیان، ۱۳۹۳). هالستید<sup>۵</sup> (۲۰۰۳) ایجاد و رشد هوش هیجانی را از طریق آموزش مسائل مذهبی امکان‌پذیر می‌داند

1. Allport  
2. Szekely et al  
3. Eryilmaz  
4. Fletcher  
5. Halstead

(رستمی، ۱۳۸۳، بهرامیان، ۱۳۹۳).

از پایان قرن نوزدهم و با سیر رشد روانشناسی، روانشناسان علاقه زیادی به مطالعه در زمینه ارتباط مذهب با فرایندهای ذهن عوامل دیگر نشان دادند. شواهد زیادی ارتباط بین مذهب و راه‌های فائق آمدن با مشکلات و حفظ آرامش خود را مورد تأیید قرار داده‌اند (واتز و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). معنویت و دیانت که بازتاب تربیت دینی افراد است در زندگی احساس برتری و قدرت انعطاف‌پذیری، توانایی برای مقابله با استرس و آرامش را بر فرد عرضه می‌دارد (اریماز<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵).

### پیشینه پژوهش

طبق نتایج تحقیق زیوری اظهار (۱۳۹۸) در اسلام در کنار آثار دنیوی و بهبود زندگی حاصل از تقویت هوش هیجانی و مدیریت رفتارها، نگاه ویژه‌ای نیز بر آثار اخروی آن وجود دارد که خود دلیل بر جامع بودن نگاه دین به مسائل است. ابعاد هیجانی و انگیزشی باورهای مذهبی، بر روی تصمیم‌گیری و گزینش صحیح و اخلاقی امور تأثیر زیادی دارد؛ در نتیجه تجربیات هیجانی مثبتی را به همراه دارد (سزکیلائی و همکاران، ۲۰۱۵). نتایج تحقیق لسلی و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) نشان داد که روحانیت زن و مرد در انگلیس در مقایسه با سرخط‌های استانداردسازی که برای این مقیاس منتشر شده، سطح معنادار کمتری از هوش هیجانی را دارند. همچنین بررسی دیویس و پیک<sup>۴</sup> (۲۰۱۴) حاکی از آن است که رابطه‌ی بین هوش هیجانی و نیت کارآفرینانه قوی‌تر خواهد بود و افرادی که نیت کارآفرینانه قوی دارند، مستعدتر هستند تا از مرحله نیت گذشته و در عمل در فعالیت‌های کارآفرینانه وارد شوند که این ویژگی باعث می‌شود افراد احساس بهتری را تجربه کنند (کراس<sup>۵</sup>، ۲۰۱۶). همچنین مطالعه عابدی و همکاران (۱۳۹۵) بر حمایت‌ها از سودمندی هوش هیجانی در مشاوره سازه آرایبی مسیر تحصیلی شغلی افزود. پژوهش پهرادین و سورین‌سیاه<sup>۶</sup> (۲۰۱۹) نیز نشان داد که بین هوش هیجانی و عملکرد معلم رابطه مهمی وجود دارد که با شباهت‌هایی که توسط هوش بین فردی و هوش عاطفی به اشتراک گذاشته می‌شود، ارتباط دارد.

1. Watts et al
2. Eryilmaz
3. Leslie et al
4. Davies & Peake
5. Krause
6. Pahrudin & Suriansyah

گانگل و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۴) با تحقیقی که بر روی ۲۰۶۷ فرد در نه کشور به منظور تأثیر حوزه فرهنگ بر روی هوش هیجانی انجام دادند، نتیجه گرفتند فرهنگ‌ها با گرایش مذهبی برافزایش هوش هیجانی تأثیر مثبت دارد. همچنین تحقیقات دیگری نشان داده است که باورهای مذهبی تأثیر منطقی مستقل و مستقیمی در برابر افکار و رفتارهای آزاردهی خود مثل خودکشی و مدیریت خود دارند (کریوی و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). سابلسکای<sup>۳</sup> (۲۰۱۴) بیان می‌دارد که در دهه‌های گذشته تحقیقات بسیاری این فرضیه را که مذهب، نتایج معنوی و مثبتی برای اشخاص و جامعه در بردارد را مورد تأیید قرار داده است. نتایج مطالعه سالاری پور و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد با توجه به سنی که افراد بازنشسته در آن قرار دارند، افزایش هوش هیجانی افراد و افزایش باورهای دینی و سلامت معنوی افراد می‌تواند سطح اضطراب مرگ، قشر بازنشسته را کاهش دهد و استفاده از معنویت می‌تواند یکی از راهکارهای مقابله‌ای در افراد بازنشسته باشد. همچنین نتایج تحقیق رستمی (۱۳۸۳) حاکی از آن است بین هوش هیجانی و اعتقاد مذهبی رابطه مثبت، مستقیم و معناداری وجود دارد به طوری که رشد و تقویت اعتقادات مذهبی باعث افزایش توان کنترل احساسات و هیجانات درونی خود و دیگران می‌شود؛ بنابراین تحقیق در زمینه رشد هوش هیجانی با انجام وظایف مذهبی سهم خاصی را در ادبیات پژوهشی معاصر رقم می‌زند. همچنین نتایج تحقیق کریوس<sup>۴</sup> (۲۰۱۵) رابطه مذهب و میزان سازگاری فردی و اجتماعی و بهبود روابط با دیگران را تأیید می‌کند؛ اما تحقیق فاطمی (۱۳۹۳) نشان داد که بین اعتقادات دینی و هوش هیجانی دانشجویان همبستگی مثبتی وجود ندارد. نتایج تحقیق صیادی تورانلو و همکاران (۱۳۸۶) نیز نشان داده است که تقریباً ۴۴ درصد از تغییرات هوش هیجانی را اعتقادات مذهبی تبیین می‌کنند. چنان‌که افزایش اعتقادات مذهبی موجب رشد و توسعه هوش هیجانی و به عبارتی افزایش توان کنترل احساسات خود و دیگران می‌گردد. همچنین فلیتچر و همکاران (۲۰۱۴) شواهد جدیدی را یافته‌اند که از تأثیر مثبت دین در سازگاری با رویدادهای استرس‌زا و منفی زندگی حمایت می‌کند. وستل<sup>۵</sup> (۲۰۱۴) در تحقیقی کیفی نشان داد که چطور در حین شکل‌دهی فرهنگ‌های هیجانی اجتماعی در

1. Gunkel et al  
 2. Krivoy et al  
 3. Sablosky  
 4. Krause  
 5. Fletcher  
 6. Vestel



طراحی تربیتی، مطالب و متن‌های مذهبی به‌عنوان اهداف تربیتی پدیدار می‌شوند تا جوابگوی تربیت اخلاقی گردد باشد. نتایج تحقیق یزد خواستی، بابایی فرد و کیانی (۱۳۹۷) نشان داد که میان ویژگی‌های شخصیتی و علمی اساتید، عوامل خانوادگی، ساختار قانونی دانشگاه، روش‌های تربیت دینی، محتوای متون دینی، جو کلی حاکم بر دانشگاه و تربیت دینی دانشجویان رابطه معنادار و مستقیمی وجود دارد، اما میان عوامل فرهنگی اجتماعی و پایگاه اقتصادی اجتماعی و تربیت دینی دانشجویان رابطه معناداری وجود ندارد.

چنان‌که ملاحظه می‌شود، اکثر تحقیقات گذشته نسبت مذهب باهوش هیجانی و تأثیر دیانت در کسب مهارت‌هایی جهت کنترل احساسات خود و دیگران، روابط اجتماعی مطلوب، سازگاری با رویدادهای استرس‌زا و منفی، ایجاد شادکامی و نشاط در خود و دیگران، ثبات اجتماعی، احترام به دیگران، همدلی، کاهش افسردگی، کاهش رفتارهای ضداجتماعی و قانون‌شکنی، بخشندگی، مسئولیت‌پذیری و استقلال را تأیید می‌کنند؛ اما علی‌رغم مطالعات زیادی که در زمینه باورهای مذهبی با حوزه‌های اجتماعی، هیجانی انجام شده است، تحقیقی در زمینه چگونگی نسبت آن باهوش هیجانی از طریق تجربه زیسته افراد متدین انجام نشده است.

## روش پژوهش

در این تحقیق برای واکاوی مسئله پیش‌رو از رویکرد کیفی و از میان راهبردهای متناسب با تحقیقات کیفی، از راهبرد پدیدارشناسی<sup>۱</sup> استفاده گردید. چراکه تحقیق حاضر در پی دریافت معنای تجارب زیسته افراد متعدد متدین از چگونگی نسبت دیانت با مؤلفه‌های رشد هوش هیجانی است. پدیدارشناسی معنای تجارب زیسته افراد متعدد از یک مفهوم یا پدیده را توصیف می‌کند و اشتراکات مشارکت‌کنندگان در تجربه یک پدیده را مدنظر قرار می‌دهد؛ که متکی بر رویه‌های تحلیل داده است این رویه‌ها شامل تعیین پدیده مورد مطالعه، جداسازی تجارب شخصی و گردآوری داده از چندین شخص که پدیده را تجربه کرده‌اند، می‌شود، سپس پژوهشگر داده‌ها را با تقلیل اطلاعات به اظهارات یا نقل‌قول‌های مهم و ترکیب این اظهارات در قالب مضامین کلان و خرد، تحلیل می‌کند (کرسول، ۱۳۹۱).

در تحقیق حاضر برای جمع‌آوری داده‌های کیفی، از ابزار مصاحبه از نوع نیمه ساختاریافته

1. phenomenology

استفاده گردید. علاوه بر پرسش‌های اساسی، پژوهشگران در طول مصاحبه از پرسش‌های کنکاشی برای درک عمیق‌تر از پدیده مورد مطالعه استفاده کرده‌اند. ابتدا محققان با الهام از ادبیات و مبانی نظری مرور شده هوش هیجانی به انتخاب چند محور جهت شروع مصاحبه و دریافت تجربیات زیسته مصاحبه‌شوندگان پرداخته و این محورها در قالب موضوعات کلی (مهارت خودآگاهی، استقلال عمل، عزت نفس در زندگی، شادمانی و نشاط، مهارت ارتباط بین فردی، سازگاری با موقعیت‌های تنش‌زا و تحمل فشار روانی) تنظیم و با مصاحبه‌شوندگان در میان گذاشته شد و سپس از آن‌ها خواسته شد تجربه زیسته برگرفته از دیانت که منجر به رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی شده است را بیان کنند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها بعد از استخراج جملات کلیدی برحسب فراوانی تکرار آن‌ها و با استفاده از یک نظام مقوله‌بندی و عنوان دهی با الهام از ادبیات پژوهش هر مجموعه از کلمات کلیدی در دسته‌ها قرار گرفت. باید توجه داشت که این دسته‌بندی کلی صرفاً برای نظم بخشیدن به مطالب مورد استفاده قرار گرفته است و مرزبندی مذکور به دلیل عنصر ذهنی در آن پیوسته قابل بحث، تغییر و اصلاح است. یافته‌های مطالعه عمدتاً حول سه مضمون اصلی برگرفته از دیانت (۱- بینش فلسفی برخاسته از دین ۲- آموزه‌های خاص دینی ۳- تجلی معنویت در شخصیت فرد) و نسبت آن‌ها با هر کدام از مؤلفه‌های هوش هیجانی متمرکز شده است.

برای تأمین اعتبار و روایی صوری و محتوایی پژوهش، در مورد سؤال‌های مصاحبه با تنی چند از اساتید گروه علوم تربیتی و نیز صاحب‌نظران حوزه پژوهش‌های کیفی، مشاوره صورت گرفت. همچنین برای سنجش پایایی پرسش‌های مصاحبه از روش پایایی هم‌زمان که ناظر بر مقایسه و هم‌افزایی مشاهدات هم‌زمان است، استفاده شد.

به منظور تأمین اعتبار یافته‌های پژوهش، از دو شیوه کمک گرفته شد. نخست، شیوه تحلیل مشارکتی یافته‌های پژوهش و دوم، تحلیل و تفسیر یافته‌های پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها. شرکت‌کنندگان در این پژوهش اساتید گروه الهیات، معارف اسلامی و فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه شهید باهنر کرمان بودند. برای سنجش نظر آنان از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده گردید. تعداد شرکت‌کنندگان که بسته به اشباع یا کفایت نظری مورد مطالعه قرار گرفتند، ۱۰ نفر بودند که برخی از مشخصات آن‌ها در جدول ۱، ارائه شده است.

جدول ۱. مشخصات مشارکت کنندگان در پژوهش

کد	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
گروه	الهیات	الهیات	علوم تربیتی (فلسفه تعلیم و تربیت)	علوم تربیتی (فلسفه تعلیم و تربیت)	معارف اسلامی	الهیات	معارف اسلامی	الهیات	معارف اسلامی	الهیات
درجه علمی	استادیار	دانشیار	استاد	استادیار	استادیار	استادیار	استادیار	دانشیار	دانشیار	استادیار

### یافته‌های پژوهش

یافته‌های حاصل از مصاحبه نشان داد دیانت با تأثیر گذاشتن بر نگرش افراد، خواسته‌ها، علایق و همچنین توقع آن‌ها از زندگی و دیگران را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تجزیه و تحلیل داده‌ها، حکایت از آن دارد که افراد متدین از طرق مختلف از دین تأثیر پذیرفته که موجب توانایی آنان در پرورش هوش هیجانی شده است که به‌طور کلی می‌توان آن‌ها را در قالب سه درون‌مایه اصلی و مرتبط به هم بیان داشت: ۱- بینش فلسفی برخاسته از دین؛ ۲- آموزه‌های خاص دین؛ ۳- تجلی معنویت در شخصیت فرد. این سه درون‌مایه و مضمون اصلی، باعث رشد خودآگاهی، عزت‌نفس، نشاط، سازگاری، تحمل فشار روانی و روابط میان فردی مطلوب در افراد متدین شده است. برخی بیانات نشان‌گر آن بود که دیدگاه و جهان‌بینی که آن‌ها نسبت به خدا، هستی و انسان داشتند همچنین کسب آموزه‌های دینی و عمل به آن‌ها و برخورداری از معنویت حاصل از دین و تجلی آن در شخصیت آنان بر رشد هوش هیجانی‌شان نقش داشته است.

از آنجایی که تنها مقوله‌بندی، قادر به انتقال مفهوم نیست. اکثر بیانات مصاحبه‌شوندگان به همان صورتی که تجربه کرده‌اند با عین عبارات آورده شده تا تأثیر آن مشخص شود و بر مبنای اهداف اصلی پژوهش، برخی پاسخ‌ها در قالب گزاره‌های بیان شده از نسبت دیانت با رشد هوش هیجانی مصاحبه‌شوندگان ارائه می‌شوند. در این میان پاسخ‌هایی که نشان از تجربه مشترک بوده‌اند، تکرار

نشده است. در ادامه نسبت سه مضمون و درون‌مایه اصلی پژوهش باخرد مؤلفه‌های رشد هوش هیجانی، توصیف و تفسیر می‌شود:

#### نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی

نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با رشد مؤلفه خودآگاهی از هوش هیجانی: پاسخ مشارکت‌کنندگان در این پژوهش حاکی از آن بود: «اگرچه نقطه آغاز انسان خداست نقطه پایانی او نیز رسیدن به خدا است. این نگاه مرا به تفکر در خود واداشته است که من انسان باید دارای ویژگی‌های بالقوه و قدرتی باشم که خالقم از من چنین انتظاری داشته است و چنین هدفی را برای من تدوین کرده است» (مصاحبه‌شونده کد ۵).

از تأمل در تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان چنین دریافت می‌شود که این نسبت تعاملی و دوطرفه بوده است؛ بدین معنا که هرچه افراد خودآگاه‌تر شده‌اند و به ارزش‌ها و اولویت‌های زندگی خود پی برده‌اند، بیشتر به دین روی آورده و اعتقادشان به آن بیشتر شده است و از سوی دیگر، با رعایت اصول دین و پایبندی به آن، به خودآگاهی بیشتر رسیده‌اند. در تأیید نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با خودآگاهی هوش عاطفی مصاحبه‌شوندگان کدهای: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۷ و ۹ به یک عقیده مشترک اشاره می‌کردند که خودشناسی را راهی برای رسیدن به خداشناسی می‌دانند، بنابراین در این راه قدم گذاشته‌اند و به خودآگاهی متناسب با آن، رسیده‌اند.

نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با رشد مؤلفه عزت‌نفس از هوش هیجانی: تحلیل و بررسی تجربه زیسته افراد موردپژوهش حکایت از آن دارد که اعتقاد به مقام خلیفه خدا بودن و اعتقاد به این که انسان اشرف مخلوقات است، انتخاب عبودیت به‌عنوان هدف زندگی و کسب رضایت خدا و نیت خود را از غیر خدا پاک کردن، از باورها و نگرش‌هایی است که باعث عزت آدمی می‌شود. همچنین اعتقاد به بالقوه بودن استعدادهای الهی در خود و این که انسان آینه تمام‌نمای خداست، از مهم‌ترین پیامدهای تجلی دیدگاه فلسفی برخاسته از دین است و مشارکت‌کنندگان اذعان داشتند که مجموعه این باورها، رابطه آن‌ها را با دنیای بیرونی و ادراک آن‌ها نسبت به خودشان را تحت تأثیر قرار داده و در آن‌ها ایجاد عزت‌نفس کرده است. در این رابطه، مصاحبه‌شونده کد ۴، معتقد است: «من خودم را یکی از کتاب‌های خدا می‌دانم. یکی از تراوش‌های خاص خدا. پس احساس عزت‌نفس می‌کنم».

مصاحبه‌شونده کد ۳، بر این باور است که: «با این نگرش که باید خلیفه خدا در روی زمین باشم و هدف زندگی‌ام رسیدن به مقام عبودیت و رشد و کمال است و این نگرش من را از هر گناهی که آفت عزت‌نفس است، به دور می‌دارد. در این مسیر هر روز خود را نزدیک‌تر به خدا و در نتیجه عزت‌نفسم افزایش می‌یابد. از طرفی وقتی در راه عبودیت قدم برمی‌دارم همان‌طور که خداوند قول داده است من را عزیزتر می‌گرداند. وقتی در راهی هستم که رضایت خالق را در پی دارد، چرا احساس کرامت و عزت‌نفس نکنم؟»

مصاحبه‌شونده کد ۵، از تجربه زیسته‌اش درباره عزت‌نفس، چنین روایت می‌کند: «دین این جهان‌بینی را در من ایجاد کرده است که انسان بالقوه آینه تمام‌نمای خداوند است. بر این باورم که تمام اسماء خداوند در دعای جوشن کبیر بالقوه در انسان وجود دارد. وظیفه ماست که آن‌ها را بالفعل کنیم چون فرمان خداست و خداوند چیزی را از ما طلب می‌کند که استعداد و توانایی آن را در وجودمان گذاشته است؛ بنابراین خودم را با این استعدادها بزرگ می‌بینم و با این باور در خود احساس عزت‌نفس می‌کنم و هر تلاشی برای بالفعل کردن این ویژگی‌ها بر عزت‌نفس و بزرگ شدن من می‌افزاید.»

**نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با رشد مؤلفه‌های مرتبط به همسازش یافتگی و کنترل تنیدگی از هوش هیجانی: یافته‌های حاصل از مصاحبه با افراد مورد پژوهش، نشان می‌دهد ایمان به خدا و اعتماد به او در ذهن افراد متدین نقش بسته و دیدن همه جلوه‌های خدا، دید آن‌ها را نسبت به زندگی و افراد، مثبت و زیبا کرده و تحمل آن‌ها را در موقعیت‌های تنش‌زا بالا برده است و با واکنش مثبت، کارایی خود را در زندگی از دست نمی‌دهند. این ویژگی‌ها در افراد متدین مشارکت‌کننده در این پژوهش به وجود آمده و آن‌ها را دارای مهارت‌سازش یافتگی کرده است. آنان تنش‌ها و حوادث را آزمایش الهی و عاملی جهت ظرفیت‌سازی برای انسان می‌دانستند و هر اتفاقی را از جانب خدا قلمداد می‌کردند و اعتقاد داشتند هر امری از جانب خدا برنامه‌ریزی شده و حکمت پنهان اوست و برای به کمال رسیدن، نیاز به تمرین و مقابله با سختی‌هاست. امور زندگی را گذرا تلقی و از آن برای دنیای باقی و پایدار استفاده می‌کنند. آنان با اعتقاد به حضور همیشگی خدا و اتصال یافتن به قدرت خدا در هر امری، احساس قدرت و در نتیجه تحمل فشارها می‌کردند. سخن مشارکت‌کنندگان از درک این تجربه قابل تأمل است: «با پشتوانه دینی اعتقاد به عاملیت انسان دارم. بدین معنا که در هیچ شرایطی انسان از عملی که انجام داده، تبرئه نمی‌شود. من نمی‌توانم عملی را**

که انجام داده‌ام به محیط بیرون یا به دیگران نسبت دهم. اگرچه آن‌ها تأثیر دارند، اما تعیین کننده عمل من نیستند و خواست درونی من است که من را به این کار وامی‌دارد و باید خودم از آن دفاع کنم. پس خویشتن‌دار می‌شوم و تحملم بالا می‌رود و اعتقاد راسخ دارم که می‌توانم بر سرنوشت خود و جهان پیرامون، تأثیر بگذارم» (مصاحبه‌شونده کد ۴).

در بینش دینی من، بر کائنات، نظامی (معادلات و فرمول‌هایی دقیق) حاکم است. وقتی یک‌دانه در دل زمین قرار می‌گیرد و با برنامه‌ای که به آن داده شده است، به درختی تنومند و پرثمر تبدیل می‌شود، مگر می‌توان تصور کرد به آن دانه برنامه‌ای داده شده باشد، اما به رویدادهای زندگی انسان برنامه داده نشده باشد؟ لذا خداوند برنامه‌اش را کاملاً مشخص کرده است. انسانی که به‌طور مشخص به وظایف خود بر اساس توان جسمی، روحی، فکری، هیجانی و عاطفی عمل می‌کند و نتیجه کارش را به خداوند می‌سپارد، راضی است به رضایت خداوند و وقتی کارت باخداست مگر ما چیزی به نام رویداد تلخ داریم؟ (مصاحبه‌شونده کد ۳).

«من طبق دینم بر این عقیده استوارم که استعداد بالقوه در انسان وجود دارد و برای بالفعل شدن نیاز به تمرین و آموختن دارد. همان‌طور که برای آموزش خیاطی باید قیچی و سوزن (ابزارهای خطرناک) را در اختیار فرد قرارداد، ناملايمات زندگی هم جهت تمرین انسان شدن، در اختیار ما قرار گرفته است؛ بنابراین مشکلات را نعمات خداوند می‌دانم. خرسندم که خداوند من را لایق دانسته و این توانایی بالفعل کردن استعداد را در من دیده که به من این‌گونه تمرین‌های سخت می‌دهد. با این ارزیابی از حوادث، انعطاف‌پذیری و حل مسئله و درنهایت سازگاری و تحمل آن برای من، آسان می‌شود» (مصاحبه‌شونده کد ۵).

مصاحبه‌شونده کد ۷، تمثیلی از دنیا دارد که او را سازگار تربیت کرده است: «من خودم را مثل کارمند بانک می‌دانم. کارمند بانک میلیاردها پول را جابجا می‌کنند. این به دست آوردن یا از دست دادن آن پول‌ها برایش هیچ احساس تعلقی را دربردارد؟ این‌گونه نگاه به دنیا و امید داشتن به سرای آخرت در تو سازگاری ایجاد می‌کند و مصیبت از دست دادن چیزی یا کسی آسان می‌شود».

نسبت بینش فلسفی برخاسته از دین با رشد مؤلفه روابط با دیگران از هوش هیجانی: دغدغه دیگران را داشتن، نگاه به انسان‌ها به‌عنوان بنده‌ای از بندگان خدا، همان بندگانی که خداوند، فرشتگان را مسجود او قرار داده است و از جانب خدا در کنار تو قرار گرفته‌اند، کسب رضایت

خداوند، انسان بودن را مدیون دیگران تلقی کردن، از مهم‌ترین تجربه‌های زیسته افراد مشارکت‌کنندگان متدین این پژوهش بود. «با هر کس برخورد می‌کنم احساس می‌کنم این همان کسی است که روزی مسجود فرشتگان خدا بود و او هم همان انسان معرفی شده توسط خداست؛ بنابراین او را بزرگ می‌بینم و به او احترام می‌گذارم» (مصاحبه‌شونده کد ۳).

«انسان بودن یعنی خود را مدیون هستی و دیگران دانستن و دغدغه دیگری را داشتن، این فلسفه‌ای است که از دین در من شکل گرفته است. با این دیدگاه روابط من با دیگران بهبود می‌یابد» (مصاحبه‌شونده کد ۴).

«منشأ انسان‌ها را مشترک دانستن، در من همدلی ایجاد می‌کند، لذا درد بقیه را درد خود می‌دانم. همه آفریده خدا هستند و برای رضایت خدا، باید به آن‌ها نگاه محبت‌آمیز داشته باشم» (مصاحبه‌شوندگان کدهای: ۷، ۸ و ۹).

#### نسبت آموزه‌های خاص دین با رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی

نسبت آموزه‌های خاص دینی با رشد مؤلفه خودآگاهی از هوش هیجانی: با تفکر در آیه «فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفِلِينَ: من غروب شدگان را دوست ندارم»<sup>۱</sup> لایه‌های معنایی پشت آن را کشف می‌کنم. خودآگاه می‌شوم که دل‌بسته چیزهایی که امروز هست، اما فردا نیست، نشوم. من عاشق معشوقی می‌شوم که زوال ندارد، من عاشق شغلی می‌شوم که بازنشستگی ندارد. من طالب بهاری می‌شوم که خزان ندارد. از طرفی در دین من انسان خلیفه خداست و خداوند این مقام را برای او معرفی کرده است<sup>۲</sup> و کسی که جانشین است، باید شبیه او یعنی خدا باشد. پس تشویق شدم خودم را بشناسم (کد ۳). با توجه به سفارش‌های زیادی که در زمینه خودشناسی در قرآن آمده است، مثلاً آیه ۱۰۵ سوره مائده<sup>۳</sup> یا آیه‌های ۱۸<sup>۴</sup>

۱. آیه ۷۶ سوره انعام.

۲. (آیه ۳۰ سوره بقره: وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَن يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ).

۳. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا تَضُرُّكُمْ مَن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ» ای اهل ایمان، شما (ایمان) خود را محکم نگاه دارید که اگر همه عالم گمراه شوند و شما به راه هدایت باشید زبانی از آنها به شما نرسد. بازگشت همه شما به سوی خداست و همه شما را به آنچه کردید آگاه می‌سازد.

۴. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَاتَّقُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ» ای اهل ایمان، خداترس شوید و هر نفسی نیک بنگرد تا چه عملی برای فردای قیامت خود پیش می‌فرستد و از خدا بترسید که او به همه کردارتان به خوبی آگاه است.

و ۱۹<sup>۱</sup> سوره حشر یا مطالعه کتاب المیزان علامه طباطبایی و سخن پیامبر (ص) که می‌فرماید: «خودشناس‌ترین شما، خداشناس‌ترین شماست» و روایت حضرت امیرالمؤمنین: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدِ انْتَهَى إِلَى غَايَةِ كُلِّ مَعْرِفَةٍ وَ عِلْمٍ»، هر کس خود را بشناسد، به نهایت هر معرفت و هر علمی رسیده است، تشویق به خودشناسی شدم (مصاحبه‌شونده‌ها با کدهای: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷ و ۸).

همچنین برخی آیات قرآن کریم مربوط به انسان و بیان اوصاف و ویژگی‌های او اختصاص داده شده است. در برخی از این آیات، عالی‌ترین ثناها و ستایش‌ها درباره انسان به کاررفته و به بهترین شکل و با زیباترین الفاظ از او سخن رفته است. درحالی‌که در برخی آیات دیگر، بدترین نکوهش‌ها در مورد انسان به کاررفته و او با الفاظ صریح و غیرصریح سرزنش شده‌اند (آیه ۱۱، سوره اسراء<sup>۲</sup>، آیه ۱۹-۲۱، سوره معارج<sup>۳</sup>). با تفکر در این ویژگی‌ها به خودآگاهی می‌رسم (مصاحبه‌شونده‌ها با کدهای: ۶ و ۱۰).

مصاحبه‌شونده کد ۵ سخن حضرت علی (ع) را این‌گونه در جهت رسیدن به خودآگاهی مؤثر می‌داند: «حضرت علی (ع) می‌فرماید: اگر کسی در قدرت و نعمت خداوند تفکر کند، به راه درست بازمی‌گردد و من این سخن را سرمشق زندگی قرار داده‌ام و چون خودم را نعمت خدا می‌دانستم به تفکر در خودم پرداخته و همچنین از سخنان خدا، خالق انسان، برای شناساندن انسان استفاده نمودم. چه کسی بهتر از سازنده چیزی، آن چیز را می‌شناسد. پس خدایی که خالق انسان است، تمام جنبه‌های او را می‌شناسد؛ بنابراین با درک آن‌ها به خودآگاهی رسیدم».

**نسبت آموزه‌های خاص دین با رشد مؤلفه عزت‌نفس از هوش هیجانی:** از تحلیل و بررسی تجربه زیسته افراد موردپژوهش می‌توان به این نتیجه رسید که آن‌ها تمام آموزه‌های دینی که پیامد آن پابندی به اصل کرامت انسان است را بیان می‌کنند. معرفی انسان به‌عنوان موجودی برتر نسبت به دیگر جانداران و جانشین خدا در روی زمین، سفارش به احترام به خود و خدادوستی مضامین

۱. «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ» مانند آنان نباشید که به کلی خدا را فراموش کردند، خدا هم (حظ روحانی و بهره ابدی) نفوس آنها را از یادشان برد، آنان به حقیقت بدکاران عالمند سوره انعام: ۱۶۵ / بقره: ۱۳۰ طه: ۱۰۲۱. دهر: ۳.

۱. «وَيَدْعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا» و انسان (شتابزده و نادان) همانگونه که خیر را می‌طلبد، شر را هم می‌طلبد و انسان همواره عجل است.

۳. «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (۱۹) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (۲۰) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (۲۱)» او بسیار حریص است؛ با رسیدن شر، ناله و فریاد می‌کند و با رسیدن به خیر، از دیگران دریغ می‌ورزد.



آیاتی هستند که مشارکت کنندگان در این پژوهش آن را عامل ظهور عزت نفس در خود می‌دانند. همچنین اصل کرامت خویش در قرآن (وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ: ما به فرزندان آدم ارزش قائل شدیم<sup>۱</sup>) و درک این فضیلت به من عزت نفس داده است که کرامت نفس خود را با چیزهای بی‌ارزش آلوده نکنم و کارهایی که باعث خفت من می‌شود انجام ندهم و در حفظ آن بکوشم. یکی از پیامدهای عزت نفس در آدمی عدم انجام معصیت است (مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ، لَمْ يُهِنِّهَا بِالْمَعْصِيَةِ<sup>۲</sup>) (مصاحبه‌شونده کد ۴).

«وقتی قرآن انسان را این‌گونه معرفی کرده که انسان بر سیرت خدایی خلق شده، انسان مسجود فرشتگان خداست، انسان دارای فطرتی است که با خدا آشناست، انسان تعلیم‌یافته تمام حقایق عالم است، انسان پذیرای امانتی شده که آسمان و کوه و زمین ترسیدند که عهده‌دار آن شوند، انسان در بهترین حالات خلق شده. چرا احساس عزت نفس نکنم. من خود را دوست دارم. چرا که انسان از خدا جداشدنی نیست، جانشین اوست. در آیات ۸۰، صافات<sup>۳</sup> و ۶۵، یونس<sup>۴</sup> خداوند خود را رَبُّ الْعِزَّةِ معرفی می‌کند. خداوندی که مالک عزت است، کاری می‌کند که بنده‌ای که صلاحیت لازم را کسب کرده است، عزتمند و عزیز شود. وقتی پا در مسیر عزت نفس می‌گذارد؛ یعنی کارهای درست انجام می‌دهد و لحظه‌به‌لحظه می‌فهمد که خدا در مسیر پرورش عزت تو را یاری می‌کند» (مصاحبه‌شونده‌ها با کدهای: ۳ و ۱۰).

**نسبت آموزه‌های خاص دینی با رشد مؤلفه‌های سازش‌یافتگی و تحمل‌تئیدگی از رشد هیجانی:** مشارکت‌کننده‌ها با اقتباس از آموزه‌های خاصی از دین، از توانایی سازش‌یافتگی و تحمل‌تئیدگی برخوردار شده‌اند. آنان با الهام گرفتن از تجربه سازش‌یافتگی بزرگان و امامان دین و الگو گرفتن از آن‌ها به این مهارت دست یافته‌اند. همچنین، شناخت واقعی از دنیا و پدیده‌های آن توسط خالق هستی، استفاده از آموزه‌هایی که مشکلات دنیا را در نگاه آنان کوچک ساخته، عمل بر طبق دستورات خداوند و سفارش به بردباری در مواجهه با مشکلات و چیره شدن بر خشم و سختی‌ها، تلقی کردن مشکلات به‌عنوان آزمایش الهی و رضا به هر چه از سوی خداست، از جمله بیاناتی بوده

۱. قسمتی از آیه ۷۰ سوره اسراء.

۲. غرر الحکم، تمیمی آمدی، ح ۸۷۳۰.

۳. سُجَّانَ رَبِّكَ رَبِّ عَمَّا يَصْفُونَ.

۴. لَّا يَخْزُوكَ قَوْلُهُمْ إِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.

که باعث سازش یافتگی افراد متدین شده است. در واقع، آنان با مراجعه به آموزه‌های دین، به عوامل تنش‌زا واکنش مثبت نشان می‌دادند و با تکیه بر آن آموزه‌ها، کارایی خود را حفظ می‌کردند. این سازگاری و تحمل تنیدگی با بلوغ شناختی صورت می‌گیرد که منجر به افزایش تحمل آن‌ها می‌گردد. در این رابطه، مشارکت‌کننده کد ۱، معتقد است: دین مبین اسلام، تأکید فراوانی به کظم غیظ<sup>۱</sup> نموده‌اند. در زشتی این رذیله همین بس که امام صادق (ع) می‌فرمایند: «الْغَضَبُ مِفْتَاحُ كُلِّ شَرٍّ»<sup>۲</sup>. خشم کلید هر بدی است. امام متقین حضرت علی (ع) در روایتی، به ناراحتی و فشار روانی حاصل از خشم تصریح کرده و آن را مایه شکنجه روحی و روانی می‌دانند، لذا در درمان غضب می‌فرمایند: «ضَبَطُ النَّفْسِ عِنْدَ حَادِثِ الْغَضَبِ يُؤْمِنُ مَوَاقِعَ الْعَطَبِ»<sup>۳</sup> هر کس بر خشم خود چیره شود بر شیطان پیروز شود و هر که مقهور خشم خویش شود شیطان بر او پیروز گردد. چنین آموزه‌هایی همیشه رهنمون من گشته و منجر به سازش یافتگی و بالا رفتن تحمل من شده است.

مصاحبه‌شونده کد ۴، تجربه زیسته شناختی خود را چنین روایت می‌کند: «هیچ وقت سخن حضرت زینب (س) بعد از حادثه عاشورا را که فرمود: چیزی جز زیبایی ندیدم، از ذهنم پاک نمی‌شود و هر موقع با این الگوی فکری حوادث را مورد ارزیابی قرار دهم، منعطف‌تر و سازش‌پذیر می‌شوم.»

«اگر پیامبر (ص) از قوانین ماندگار روزگار رمزگشایی کرده‌اند و می‌فرماید: «إِرْحَمْ تُرْحَمَ»<sup>۴</sup> رحم کن تا مورد رحم قرار بگیری. آموختند که کسی که ظلم کند کائنات به او رحم نخواهد کرد. بر اساس آموزه‌های دینی، آینده افراد قابل پیش‌بینی است. پس اگر ظلم به من بشود، صبر پیشه می‌کنم. من می‌دانم دنیا سرشار از رنج و اندوه است؛ همان‌طور که حضرت علی (ع) در مورد نقش محوری «شناخت دنیا» می‌فرماید: «مَنْ عَرَفَ الدُّنْيَا، لَمْ يَحْزَنْ لِلْبُلُوِي»<sup>۴</sup> هر کس دنیا را بشناسد از بلاهای آن اندوهگین نمی‌شود» (کد ۳). مصاحبه‌شونده‌های کدهای: ۵، ۷، ۸ و ۱۰، پژوهش، با

۱. رو خوردن و نگهداشتن خشم شدیدی که هنوز بروز نکرده است.

۲. الکافی، ج ۲، ص ۳۰۳، ح ۳.

۳. غرر الحکم، ۵۹۳۱.

۴. شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید، ج ۲۰، ص ۲۷۱.

ذکر این آیه «إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَهَا لِيُنْبَئِلُوهُمْ أَتْيَهُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا»<sup>۱</sup> همه مشکلات را آزمایش الهی و آشکارسازی استعداد خود دانسته و نه تنها با آن سازش یافته، بلکه از آن موقعیت در جهت رشد و تعالی خود استفاده کرده‌اند.

اکثر مشارکت‌کننده‌ها روایت تجربه استفاده از آموزه‌هایی در زمینه معاد، تقوا، پرهیزکاری، نماز، توکل به خدا را جهت استقلال عمل خود و در نتیجه تحمل تنیدگی بیان می‌داشتند که یکی از آن‌ها ذکر می‌شود: «رستاخیز و این که قیامت امری فردی است، همان‌طور که از دینم آموختم در آن روز، نه پدر به فریاد پسر و نه پسر به فریاد پدر می‌رسد و باید از توشه خود به‌طور فردی دفاع کنیم، این امر مرا سوق داد که در مقابل عمل خود مسئول باشم و به استقلال عمل و خویشتن‌داری دست یافتم» (مصاحبه‌شونده کد ۴).

**نسبت آموزه‌های خاص دینی با رشد مؤلفه روابط با دیگران از هوش هیجانی:** تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان در این پژوهش حکایت از آن دارد که آن‌ها با تأثیرپذیری از احکام و توصیه‌های اجتماعی دین نسبت به دیگران، دارای رابطه‌ای اخلاقی شده‌اند. آموزه‌های خاص دین که در آن‌ها چنین نگرش و عملی را موجب شده است، از این قرار می‌باشند: صله‌رحم، کظم غیظ، خوش‌خلقی، خوش‌روئی، هم‌نشینی با مؤمنان، نیکی کردن به دیگران، زکات و صدقه دادن، عفو و بخشش دیگران، تواضع، مهربانی، ادب، عزت‌نفس، دوستی، سازگاری، رازداری، وفای به عهد، صداقت و عدم سوءظن به دیگران. روایت تجربه استفاده مشارکت‌کننده‌ها از آموزه‌های دین در جهت روابط بین فردی این‌گونه است: «وقتی طبق فرمایش حضرت علی (ع) در نعمات و قدرت خدا تفکر کردی با اختیار عاشق خدا می‌شوی و آن‌وقت همه‌چیز دنیا را از نعمات و قدرت خدا می‌بینی. آنگاه مثبت بین و راضی می‌گرددی. مثلاً من احساس بدی نسبت به افرادی که مایه عذاب من بودند، داشتم ولی وقتی به آن‌ها به‌عنوان بندگان خدا و جزء نعمات خدا نگاه کردم، دیدم مثبت‌تر و قلبم شادتر شد و توانستم با آن‌ها نیز رابطه خوبی برقرار کنم» (مصاحبه‌شونده کد ۵).

۱. ما آن چه را روی زمین است زینت آن قرار دادیم تا آنها را بیازمائیم که کدامینشان بهتر عمل می‌کنند [کهف،

با توجه به آیه ۱، سوره نساء<sup>۱</sup> «بحث‌های اخلاق اجتماعی در آموزه‌های دینی غنی است. پیامبر و ائمه، خود الگویی برای برقراری رابطه با دیگران هستند. آموزه‌های دینی مثل تواضع، خیرخواهی، هر آن چه برای خود می‌پسندی برای دیگران هم پسند، گره‌ای از کار کسی برداشتن مقدم بر هر عبادتی است، پرداخت خمس و زکات، طمع نداشتن به مال، سخاوت، مهمان‌نوازی، هدیه، عیادت از مریض، رسیدگی به همسایه، شکیبایی در رابطه با دیگران و مهرورزی به کسانی که حتی برخوردهای ناشایسته دارند ... همچنین عهده نامه حضرت علی به مالک اشتر به من الگوی عملی جهت بهبود رابطه ارائه داده است. دین به من آموخته است که احساساتم را با عقل توأم کنم و در رفتار با دیگران منطقی عمل می‌کنم» (مصاحبه‌شونده‌های کدهای: ۱، ۲، ۶، ۹ و ۱۰).

#### نسبت تجلی معنویت در شخصیت فرد با رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی

**نسبت تجلی معنویت در شخصیت فرد با رشد مؤلفه خودآگاهی از هوش هیجانی:** تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان نشان می‌دهد که آن‌ها حالت معنوی باخدا بودن و محرم او شدن را درک کرده‌اند. چنان که خود را در پیوندی معنوی با کل کائنات، در حضور خدا یافته‌اند. تجربه این درک معنوی، در شخصیت و اعمال آن‌ها، آثاری ماندگار بجا گذاشته است و باعث بیداری خودآگاهی آن‌ها شده است. همچنین وابستگی وجودشان به خدا در شخصیتشان تجلی یافته بود به گونه‌ای که خود را در دامن خدا و هماهنگی با او می‌دیدند و اتصال به قدرت الهی در شخصیتشان تبلور یافته و در اعمال و رفتارشان پدیدار گشته و این حالت موجب خودآگاهی آنان گردیده بود. در ادامه، روایت تجربه درک این نزدیکی معنوی باخدا و خودآگاهی برخاسته از آن، از زبان مشارکت‌کننده بیان می‌شود: «از دین آموختم، کسی که محرم اسرار شود، چیزهایی درک می‌کند که ممکن است دیگران درک نکنند. لذا برای این محرم شدن به خودآگاهی نیاز است. من با تفکر در خلوت خویشتم، به خودآگاهی رسیدم. تفکرات تنهاییم بسیار به من کمک کرده است. گاهی اوقات در خاموشی در کنار بوته گل و گیاهی قرار می‌گیرم و به آن ژرف می‌نگرم و می‌بینم

۱. يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا (ای مردم! از پروردگارتان پروا کنید، آن کس که شما را از یک نفس آفرید و همسرش را نیز از (جنس) او آفرید و از آن دو، مردان و زنان بسیاری را (در روی زمین) پراکنده ساخت و از خدایی که (با سوگند) به او از یکدیگر درخواست می‌کنید، پروا کنید؛ و (نسبت) به ارحام نیز تقوا پیشه کنید) و قطع رحم نکنید) که خداوند همواره مراقب شماست).

چگونه همراه با نوازش نسیم، به حرکت درمی آید آنگاه با خود می گویم چرا هم نوا با تمامی کائنات به حرکت در نمی آیم و چگونه ناهماهنگی در مسیری که برایم مشخص شده است، حرکت می کنم؟ بعد به این نتیجه دست می یابم که تمامی رنج هایم زمانی است که چنین ناهماهنگی را حفظ نموده ام و به این خود آگاهی دست می یابم که این عدم هماهنگی برخاسته از همان مختصر اختیاری است که نسبت به بقیه اجزاء عالم از آن برخوردارم» (مصاحبه شونده کد، ۳).

مشارکت کننده کد ۴، از این خود آگاهی معنوی خویش، چنین روایت می کند: در لحظات نزدیکی به خدا، احساس می کنم به دامن او سنجاق شده ام. چنان که اگر عنایت های خدا برای یک لحظه از من و هستی ام، قطع شود بنیاد زندگی ام فرومی ریزد. گویی مثل قطره های آویزان از سقف که با یک تکان فرومی افتد

«آن تجربه های نزدیک بودن به خدا، آن قدر مسرور کننده است که به هیچ چیز در دنیا عوضش نمی کنی. حال مگر امکان دارد که عاشقش نشوی. عاشقش شدم اما بعد دیدم که عاشق ماندن چه سخت است. در ابتدا احساس نیاز شدید به خود آگاهی به من دست داد تا بدانم چگونه باید خود را هدایت کنم تا بتوانم در کنار معشوقم باقی بمانم و در این راه، به تفکر در خود پرداختم. علم، نیازها، درخواست ها، نگرش های خود را با راه انتخابی ام تطابق دادم و در این مسیر دستورات دینم و لطف دیگر خدا که همان قرار دادن فطرت در درون انسان است، راهنمای من گشت که تو واقعاً با چه چیز به آرامش می رسی، چه چیز مانع حرکت توست و... همین که با تعمق در خود پاسخ این سؤالات را می دهی به خود آگاهی می رسی و همین که سعی می کنی، چراغ شناخت در دلت روشن می شود و ناگاه می بینی به خداشناسی هم رسیده ای» (مصاحبه شونده کد ۹).

**نسبت تجلی معنویت در شخصیت فرد با رشد مؤلفه عزت نفس از هوش هیجانی: تفکر عمیق در ذات آفریده های خدا، درک پیوند معنوی با خدا و هستی، توجه به الطاف او در زندگی خویش و عدم دل بستگی به امور دنیوی از اموری هستند که مشارکت کنندگان در این پژوهش آن ها را عامل ظهور و بروز معنویت در شخصیت خود می دانند که به تبع آن، برخوردار از عزت نفس شده اند.** «چون خودم را گره زده به دامان خدا می دانم به خودم احترام گذاشته و قدر خودم را می دانم. سعی می کنم گناه نکنم تا رشته اتصال بین من و او گسسته نشود؛ و این گونه به عزت نفس رسیده ام» (مصاحبه شونده کد ۴).

«می توانم بگویم لطف های خدا از سلامتی گرفته تا عزت های اجتماعی و غیره در حق خود را

می‌بینم و با تفکر در آن‌ها به خود می‌بالم که خداوند این عنایت را به من داشته است؛ بنابراین در برابر شکرگزاری او کوتاهی نمی‌کنم و عزتمندی خود را حفظ می‌کنم» (مصاحبه‌شونده کد ۱۰).

«منطبق با باورهای دینی و تفکر در آن‌ها یاد گرفته‌ام هر عملی را که بخواهم انجام دهم به پیامد آن بیندیشم که آیا رفتار من را از اتصال به خدا جدا نمی‌سازد و از خود می‌پرسم آیا می‌توانم کاری کنم که پیامد بهتری داشته باشد و بر اساس این رفتار برگرفته از تربیت دینی کاری انجام نمی‌دهم که عزت نفسم را کاهش دهد. اقداماتم باهدف رضایت خدا همیشه منجر به احترام و عزت نفس برایم شده است» (مصاحبه‌شونده کد ۵).

### نسبت تجلی معنویت در شخصیت فرد با رشد مؤلفه‌های سازش یافتگی و تحمل

**تنبیدگی:** نتایج پژوهش نشان می‌دهد که دین‌داری عمیق و تجلی معنویت در شخصیت فرد مؤمن باعث سازگاری فرد و توانایی او برای تحمل دشواری‌ها می‌شود. اعتماد فرد به قدرت خداوند و تمسک به آن، زمینه استقلال فرد از دیگران و روی‌آوری او را به سمت وسوی خدا فراهم می‌سازد. لذت وابستگی به خدا و استقلال از غیر، آن‌ها را خویشتن‌دار و تحمل و سازگاری ایشان را بیشتر کرده است: «من از راه متقاعدشدن در مدرسه زندگی به استقلال رسیدم. از لحظه‌لحظه زندگی آموختم که قوانین دین در زندگی جاری است و در زندگی، قوانین دین را تجربه کردم و از این روش استقراء، یگانگی خداوند را با تمام وجود درک نمودم و او را نزدیک به خود احساس کردم. حال با وصل به خدای توانا مگر می‌توان احساس استقلال از غیر نکرد و همین عامل تو را با تحمل و خویشتن‌دار می‌کند» (مصاحبه‌شونده کد ۳).

«من مزه تلخ وابستگی به هیجانان آنی و وسوسه‌ها را چشیده‌ام و پیامدهای منفی آن را دیده‌ام؛ اما وقتی از غیر خدا بریدم و فقط دل‌بسته و وابسته به خودم شدم، همراه با تلاش در کارها با مبارزه با وسوسه‌ها به خودم توکل کردم و او یاری‌هایش را برایم آشکار کرد، همراهی لحظه‌لحظه‌اش را حس کردم به گونه‌ای که خود را به آغوش سپردم و تنها با او حرف زد و بعد چیزی را که تجربه کرده بودم را در آموزه‌ای دین یافتم و با اعتقاد بیشتری آن‌ها را پذیرفتم. این سیر ادامه داشت و من را هر چه بیشتر به خدا نزدیک کرد، آنگاه با همه چیز سازگار شدم» (مصاحبه‌شونده کد ۱۰).

### نسبت تجلی معنویت در شخصیت فرد با رشد مؤلفه ارتباط با دیگران از هوش هیجانی:

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که دین‌داری فرد مؤمن و تجلی معنویت در شخصیت او، ماهیت ارتباط

او را با دیگران بسیار تحت تأثیر قرار می‌دهد، نگاه مثبت به دیگران و پرهیز از قضاوت زود هنگام درباره آن‌ها، پابندی به چگونگی ارتباط نیک خدا با خود فرد مؤمن و دعوت او برای مهربانی و مهرورزی با بندگان، از مهم‌ترین پیامدهای تجلی معنویت در شخصیت افراد مورد پژوهش می‌باشند که نوع رابطه آن‌ها با دیگران را تحت تأثیر قرار داده است. در این راستا، روایت تجربه زیسته یکی از مشارکت‌کنندگان در پژوهش قابل تأمل است: «رفتار خداوند با ما بندگان الگوی رفتاری من شده است. وقتی می‌بینم که خداوند با من چگونه با صبر، گذشت، مهربانی، سعه صدر رفتار می‌کند، زمانی که با او سخن می‌گویم چه صبورانه به حرف‌هایم گوش می‌دهد، آرام می‌شوم آنگاه که خطایی می‌کنم، چقدر بزرگوارانه نادیده می‌گیرد و باز به محبت خود به من ادامه می‌دهد... آنجا که توبه می‌کنی و به سویش برمی‌گردی، آن‌چنان با آغوش باز تو را می‌پذیرد که احساس غرور هم به انسان دست می‌دهد. با یک شکرگزاری از نعمت‌هایش آن‌گونه خدا به رؤیت لبخند می‌زند و درهای نعمت را به رویت باز می‌کند که باورکردنی نیست. حال که من چنین معلمی در زندگی دارم و به‌عنوان جانشین باید شبیه او باشم، چگونه رفتارهای مناسب را در رابطه با ممنوع‌م‌یاد نگیرم» (مصاحبه‌شونده کد ۱۰).

#### نتیجه‌گیری و پیشنهادات

در دین اسلام، هیچ مسئله‌ای که مربوط به هدایت انسان‌ها باشد فرو گذاشته نشده است. یکی از مؤلفه‌های مهم در مسائل انسانی، هیجانات و مباحث مربوط به آن است. بررسی تجربه زیسته اساتید از نسبت دیانت (تربیت دینی) با رشد هوش هیجانی نشان داد که دیانت از سه طریق به آن‌ها کمک کرده است که مهارت‌های هوش هیجانی در آن‌ها ایجاد و پرورش یابد:

۱. برخورداری از یک جهان‌بینی و دیدگاه فلسفی ویژه برگرفته از دین: دین نگاه افراد مشارکت‌کننده در این پژوهش را نسبت به انسان، زندگی، رابطه خود با خدا و جهان هستی تحت تأثیر قرار داده است که در نتیجه آن، فلسفه زیستن و زندگانی‌شان از آن متأثر شده است. در این جهان‌بینی، نقطه آغاز زندگی از دیدگاه آن‌ها خدا و غایت آن رسیدن به کمال است. از دیدگاه آن‌ها هیچ چیز والاتر از پرهیزگاری و رسیدن به عبودیت نیست و رضایت خداوند بر هر چیز ارجحیت دارد. مشارکت‌کنندگان در این پژوهش، انسان را جانشین خدا بر روی زمین می‌دانند و برای خود و دیگران احترام قائل هستند؛ زیرا به باور آن‌ها، انسان مسجود فرشتگان است، زندگی را

هدیه و امانت خدا در دستان خود می‌دانند. این امر دید آن‌ها را نسبت به زندگی جهت‌دار و مثبت کرده است و زندگی را همان‌گونه که هست، می‌پذیرند و از آن رضایت دارند. آن‌ها خداوند را نزدیک به خود می‌بینند. اعتماد به خدا در ذهن ایشان نقش بسته است و اتصال خود با خدا را همانند اتصال قطره به اقیانوس می‌پندارند. مشارکت‌کننده‌ها خود چنین دیدگاه‌هایی را عامل رشد هیجانی خویش می‌دانند. به‌طور کلی این دیدگاه‌های برگرفته از دین در بسیاری از عوامل می‌تواند نقش مؤثری داشته باشد، از قبیل ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی خود فرد، فعالیت‌های مقابله‌ای، منابع حمایتی و غیره که قضاوت کردن و رفتار فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهند و این عوامل نقش مهمی در کسب مهارت‌های هوش هیجانی دارند. در این راستا نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش صیادی تورانلو و همکاران (۱۳۸۶)، پهرادین و سورین سیاه (۲۰۱۹)، یزدخواستی، بابایی فرد، کیانی (۱۳۹۷)، زیوری اظهر (۱۳۹۸) و فلیتچر و همکاران (۲۰۱۴) همسو است.

۲. عمل به آموزه‌ها و دستورالعمل‌های دین: آموزه‌های دین توصیه‌های ارزشمند و راهبردی برای مدیریت هیجانات خود، رابطه با دیگران و کسب مهارت‌های آن ارائه می‌دهد. در نتیجه هنگامی که آموزش‌های نظری بر پایه دینی تکیه داده شوند، غنا و معناداری افزون‌تری یافته و در تربیت و پرورش احساسات و عواطف فطری و اخلاقیات افراد نیز مؤثرتر واقع می‌گردد. به‌علاوه، رشد و تحول اخلاقی حاصل از انجام دادن اعمال مذهبی در فرایند شناسایی و کنترل هیجانات و رشد هوش هیجانی نقش بسیار متمایزی دارد. آموزه‌های قرآنی، رفتارهایی در زمینه احترام به دیگران، شرکت در کار گروهی، ارتباطات اجتماعی مؤثر، کنترل خشم، رعایت حقوق دیگران، مهربانی و محبت و همدردی را اصلاح و تقویت نموده و انسان‌ها را برای یک زندگی سازگارانه و شاد که از پیامدهای پرورش هوش هیجانی هم است، آماده می‌سازد. نظام تربیتی قرآن جامع‌نگرتر و کارآمدتر و با فطرت انسان هماهنگ‌تر است. چراکه همه ابعاد وجودی انسان (جسمی، روحی، معنوی، هیجانی) را مدنظر دارد. همچنین مشارکت‌کننده‌ها تفکر و عمل به آموزه‌های دینی در قالب آیات و روایات که به معرفی انسان و شناخت انسان می‌پردازد و انسان را به تفکر در خود و جهان وامی‌دارد و آیاتی که مستقیماً انسان را به تقوا، توکل و ارتباط با خدا، ارتباط با دیگران، شادی و سازگاری و صبر، توجه به نیازمندان، چیره شدن بر خشم و سختی‌ها دعوت می‌کند و آیات و روایاتی که شناخت واقعی از دنیا و پدیده‌ها و خالق هستی به آن‌ها داده‌اند، در رشد هوش هیجانی خود مؤثر دانسته‌اند. در این راستا، نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش گانگلو همکاران



(۲۰۱۴)، کریوی و همکاران (۲۰۱۴) و کریوس (۲۰۱۵) همسو است.

۳. تجلی معنویت در شخصیت افراد: دیانت با تأثیر گذاشتن بر فکر، احساسات و کردار و در واقع شخصیت مشارکت‌کننده‌ها موجب ظهور و بروز سلامت معنوی در آن‌ها گشته و با برخورداری از حس پذیرش احساسات مثبت، اخلاق و حس ارتباط متقابل و مثبت با یک قدرت حاکم و برتر قدسی و در پی آن ارتباط مثبت با خویش و دیگران به مهارت‌های هوش هیجانی دست یافته بودند. یکی از اقسام مثبت‌نگری حسن ظن به خداوند و نظام هستی است. انسان با این شخصیت معنوی نگاه عارفانه‌ای نسبت به زندگی پیدا می‌کند و حتی مشکلات را به‌عنوان امتحان الهی، وسیله‌ای برای تکامل خویش و از الطاف خدا می‌پندارد و رفتار بر اساس هوش هیجانی در شخصیت آن‌ها آشکار می‌شود. شخصیت معنوی مشارکت‌کننده‌ها اغلب برگرفته از دو عامل اول است و مرزبندی دقیقی بین این سه مقوله وجود ندارد و تنها به‌منظور مطالعه دقیق‌تر این تفکیک قابل بحث است. در این راستا نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش سابلوسکای (۲۰۱۴)، سزکیلای و همکاران (۲۰۱۵) و سالاری پور و همکاران (۱۳۹۶) همسو است.

با توجه به یافته‌های پژوهش، از آنجا که دیانت به انسان کمک می‌کند که مهارت‌های هوش هیجانی در افراد ایجاد و پرورش یابد و تربیت دینی با توجه به جامعیت و سازگاری که با فطرت انسان دارد به گرایش‌ها، احساسات، عواطف و هیجانات فرد نیز نظر داشته و به آن جهت و معنا می‌بخشد. لذا پیشنهاد می‌گردد در آموزش و پرورش و همچنین آموزش عالی در قالب تربیت دینی روش‌ها و آموزه‌ها و الگوهای ارائه شود که به افزایش سطح توانایی و مهارت و نگرش افراد جهت رشد در همه زمینه‌ها از جمله رشد هیجانی و در نهایت رشد اخلاقی آن‌ها منجر گردد و به صورت کاربردی ارائه گردد.

همچنین پیشنهاد می‌گردد جهت مشخص کردن میزان تأثیرگذاری تربیت دینی، تحقیقاتی در زمینه نقش آموزش‌های دینی در رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی در دانشجویان و دانش‌آموزان نیز انجام گیرد.

## منابع

رستمی، نادیا. (۱۳۸۳). بررسی رابطه وضعیت مذهبی باهوش هیجانی در دانش‌آموزان مقطع پیش‌دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۳-۸۴. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، ۳(۱۰)، ۲۰-۱۳.

رضایی، محمد؛ درتاج، فریبرز؛ مهرعلیان، ابراهیم (۱۳۹۵). رابطه هوش هیجانی بار - آن و مؤلفه‌های آن با دین‌داری نوجوانان. *مجله: روانشناسی تربیتی*، زمستان ۱۳۹۵ - شماره ۴۲، ۲۴ صفحه - از ۷۷ تا ۱۰۰).

رهنما، اکبر، عبدالملکی، جمال. (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و اخلاقیات با پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه شاهد. *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۲، ۷۸-۵۵.

سالاری پور، سید مولود، مکتبی، غلامحسین، عالی پور بیرگانی، سیروس (۱۳۹۷). رابطه هوش هیجانی و جهت‌گیری دینی با اضطراب مرگ در کارکنان مرد بازنشسته‌ی شرکت صنایع فولاد خوزستان شهر اهواز. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، دانشگاه علامه طباطبائی، سال نهم، شماره ۳۳، بهار ۱۳۹۷، ص ۹۹ تا ۱۱۷.

صیادی تورانلو، حسین، جمالی، رضا، میر غفوری، سید حبیب‌الله. (۱۳۸۶). بررسی رابطه اعتقاد به آموزه‌های مذهبی اسلام و هوش هیجانی دانشجویان، *فصلنامه علمی - پژوهشی اندیشه نوین دینی*، ۳، ۱۱، ۱۷۲-۱۴۵. عابدی، محمدرضا، اکبر زاده، مهدی، شفیق، عبدالله (۱۳۹۵). بررسی سودمندی هوش هیجانی در سازه آرایبی مسیر تحصیلی-شغلی دانش‌آموزان اول دبیرستان. *فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی*، دوره هشتم، شماره ۲۷، تابستان ۱۳۹۵، صص، ۹۶-۱۲۳.

علوی، حمیدرضا. (۱۳۸۸). اسلام و پژوهش‌های تربیتی اسلام. ۲، ۸۲-۶۱. علم‌الهدی، سید عبدالرسول (۱۳۹۷). نقش تربیت عقیقانه برای ارتقاء اخلاق جنسی. *فصلنامه مطالعات اسلامی آسیب‌های اجتماعی*، دانشگاه شاهد، دوره ۱، شماره ۱، تابستان ۱۳۹۷ (پیاپی ۱) صص. ۴۵-۷۸.

کرسول، جان. (۱۳۹۴). پوشش کیفی و طرح پژوهش انتخاب از میان پنج رویکرد (روایت پژوهی، پدیدارشناسی، نظریه داده بنیاد، قوم‌نگاری، مطالعه موردی). ترجمه حسن دانایی‌فرد و حسین کاظمی. تهران: انتشارات صفار.

گلمن، دانیل. (۱۹۹۵). *هوش هیجانی، خودآگاهی هیجانی، خویش‌داری، همدلی، یاری به دیگران*. ترجمه نسرین پارسا، (۱۳۹۴). تهران: انتشارات رشد.

یزد خواستی، علی، بابایی فرد، اسدالله، کیانی، اعظم (۱۳۹۷). بررسی عوامل مؤثر بر تربیت دینی دانشجویان دانشگاه کاشان. *فصلنامه مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی*، سال سوم، شماره ۴، شماره پیاپی ۹، زمستان، ۱۳۹۷.

Bar-On, R. (2006). **The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)**. *Psicothema*, 18.

Davis, P.E., & Peake, W.O. (2014). The influence of political skill and emotional intelligence on student entrepreneurial intentions: an empirical analysis, *Small Business Institute Journal*, 10(2), 19-34.

Emmerling, R. J., & Goleman, D. (2003). Emotional intelligence: Issues and common misunderstandings. *Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations*. Retrieved October 10, 2004.

- Eryilmaz, A. (2015). Investigation of the Relations between Religious Activities and Subjective Well-Being of High School Students. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(2), 433-444.
- Fletcher, J., & Kumar, S. (2014). Religion and risky health behaviors among US adolescents and adults. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 104, 123-140.
- Gunkel, Marijauna, schlagel, Christopher, Engle, Robert (2014). Culture's influence on emotional intelligence: An Empirical study on nine Countries. *Journal of International Management*. volume 20, Issue 2, page 256-274.
- Hajihassani, Mehrdad. & Sim, Timothy (2018): Marital satisfaction among girls with early marriage in Iran: Emotional intelligence and religious orientation, *International Journal of Adolescence and Youth*, DOI: 10.1080/02673843.2018.1528167.
- Jarvela, S. (Ed.). (2011). **Social and emotional aspects of learning**. Elsevier.
- Krause, N., Ironson, G., & Pargament, K. I. (2016). Spiritual struggles and resting pulse rates: Does strong distress tolerance promote more effective coping?. *Personality and Individual Differences*, 98, 261-265.
- Krause, N. (2015). Race, Religious Involvement, and Feelings of Personal Control in Middle and Late Life. *Archive for the Psychology of Religion*, 37(1), 14-36.
- Leslie J. Francis, V. John Payne, Neville J. Emslie (2019) / Just how emotionally intelligent are religious leaders in Britain? A study among Anglican clergy in Wales / *Emotional Intelligence 2* / 2019.
- Pahrudin Ali Hamid, Ahmad Suriansyah, (2019). The Relationship between Interpersonal and Emotional Intelligence on Teacher Performance/ Ngadimun / *Journal of K6, Education, and Management (J-K6EM)* Vol. 2, No. 1, 2019, pp. 71-77. ISSN 2580-2135.
- Sablosky, R. (2014). Does religion foster generosity?. *The Social Science Journal*, 51(4), 545-555.
- Szekely, R. D., Opre, A., & Miu, A. C. (2015). Religiosity enhances emotion and deontological choice in moral dilemmas. *Personality and Individual Differences*, 79, 104-109.
- Watts, F. (2016). **Self-conscious emotions, religion and theology. In issues in science and theology: Do emotions shape the world?** (pp. 201-210). Springer International Publishing.



## علم الظواهر لتجربة الحية للأساتذة للعلاقة بين الدين وتنمية الذكاء العاطفي

بدر السادات الدانشمند \*

إحدى الظواهر التي لقيت ترحيباً واسعاً في العقد الماضي هي ظاهرة الذكاء العاطفي. ويرجع ذلك إلى القدرة العالية للذكاء العاطفي على حل المشكلات بشكل أفضل وتقليل حجم التعارضات بين التصورات الفكرية والعاطفية. الذكاء العاطفي هو القدرة على إدارة الحالة المزاجية والعقلية والتحكم في الدوافع بشكل صحيح والعامل الذي يحفز ويعطي الرجاء عندما يفشل الشخص في تحقيق الهدف. أجريت الدراسة الحالية لشرح ظاهرة تطور الذكاء العاطفي بناءً على التجربة الدينية المعاشة لمجموعة من أساتذة الجامعات من أجل إنشاء إطار مفهومي للعلاقة بين الدين وتنمية الذكاء العاطفي والذي تم باتجاهه كيفي باستخدام طريقة علم الظواهر. المشاركون هم عشرة أعضاء من اساتذه للجنة العلمي من كلية المعارف الإسلامية و الالهيات و فلسفة التعليم و التربية بجامعة الشهيد الباهر في الكرمان تم اختيارهم بأخذ عينات هادفة. كانت أداة تجميع البيانات عبارة عن مقابلة شبه منظمة. أظهر تحليل البيانات المأخوذة من التجربة الحية للأساتذة للعلاقة بين التدين (التربية الدينية) وتنمية الذكاء العاطفي أن الدين ساعد الاساتذه على تطوير مهارات الذكاء العاطفي من خلال ثلاث طرق: ١. وجود رؤية للعالم ونظرة فلسفية خاصة مشتق من الدين ٢. العمل بالتعاليم والوامر الخاصه للدين ٣. إظهار الروحانية في شخصية الأفراد (في نص المقالة ، يتم وصف وشرح كيفية ارتباط هذه المواضيع الرئيسية الثلاثة بمكونات تنمية الذكاء العاطفي ).

**الكلمات الرئيسية:** الذكاء العاطفي ، التربية الدينية، التجربة الحية؛ أساتذة ، علم الظواهر.

\* أستاذة مساعده ، دكتوراه في فرع تخطيط المناهج الدراسي، جامعة الشهيد الباهر ، كرمان ، إيران.