



دانشکده روانشناسی

رشته روانشناسی اسلامی

پایان نامه کارشناسی ارشد

طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان با رویکرد اسلامی

استاد راهنما

حجت الاسلام دکتر حمید رفیعی هنر

استاد مشاور

حجت الاسلام دکتر محمد فره‌وش

دانش پژوه

امیر حسن یدالله نژادچاری

خرداد ماه ۱۴۰۲

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دفترت علم، نهیت و تقوی
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

بسمه تعالی

تاریخ: ۱۴۰۲/۷/۲۴
شماره: ۸۰۶۹۷/د

صورت جلسه دفاع پایان نامه

با تمیادت خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه)

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد امیر حسن یدالله نژادچاری کد دانشجویی: ۹۸۱۱۳۰۰۷ رشته: روانشناسی اسلامی

تحت عنوان: تدوین طرحهای آموزشی هوش مصنوعی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان بارویکرد اسلامی (روانشناسی مثبت گرا)

با حضور استاد راهنما، هیأت داوران در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۴۰۲/۰۷/۰۸ برگزار گردید و پایان نامه ایشان با

کب.نم.بر.عد. ۷۲۵۰ به حروف: هفده و پنج، هجدهم با درجه خوب پذیرفته شد.

نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
مدیر گروه: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمد رضا احمدی	دانشیار	
استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر حمید رفیعی هنر	استاد راهنما	
استاد داور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر نجیب الله نوری	استاد داور	
استاد مشاور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمد فروش	استاد مشاور	
نماینده تحصیلات تکمیلی:	نماینده تحصیلات تکمیلی	

معاون آموزشی مؤسسه

فاطمه ابراهیمینی



دانشکده روانشناسی

رشته روانشناسی اسلامی

پایان نامه کارشناسی ارشد

طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان با رویکرد اسلامی

استاد راهنما

حجت الاسلام دکتر حمید رفیعی‌هنر

استاد مشاور

حجت الاسلام دکتر محمد فره‌وش

دانش‌پژوه

امیر حسن یدالله نژادچاری

خرداد ماه ۱۴۰۲

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

این جانب امیرحسین یدالله نژادچاری فرزند عباسعلی متولد ۱۳۷۲/۰۵/۲۵ به شماره شناسنامه ۴۹۸۰۱۳۷۶۰۱ صادره از بابلسر به شماره دانش پژوهی ۹۸۱۱۴۰۰۷ رشته روان شناسی اسلامی مثبت گرا متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی این جانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این زمینه از آنها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادرشده توسط موسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

امیرحسین یدالله نژادچاری

امضاء

حقوق مادی و معنوی پایان‌نامه

چاپ و انتشار پایان‌نامه‌های تحصیلی دانش‌پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیت‌های علمی- پژوهشی مؤسسه است. این‌جانب **امیرحسن یدالله‌نژاد** دانش‌پژوه رشته روانشناسی اسلامی مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می‌گردد موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان‌نامه‌ام با موضوع:

«تدوین طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوان با رویکرد اسلامی» رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده این‌جانب خواهد بود:

۱. در صورت اقدام به چاپ پایان‌نامه، مراتب را قبلاً به‌صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان‌نامه به‌صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان‌نامه به‌صورت کتاب توسط دانش‌پژوه، در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی است که در سال ۱۴۰۲ در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی آقای حجت‌الاسلام دکتر حمید رفیعی هنر و مشاوره آقای حجت‌الاسلام دکتر محمد فرهوش از آن دفاع شده است».

۳. به‌منظور غنی‌سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه، دو نسخه از آن به کتابخانه و دو نسخه از آن نیز جهت بهره‌برداری به معاونت پژوهش اهداء خواهد شد.

امیر حسن یدالله‌نژادچاری

امضاء

اهداء و تقديم

به وجود با برکت صاحب و مولایم حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف

باسپاس بی نهایت از

آن که مراجان بخشید و توفیق اثر بخشی در کیتی را به من عنایت فرمود و مراد مسیر آموختن بگذارد.

و با تقدیر و تشکر از

استاد عزیز و کرانقدر؛ حجت الاسلام دکتر رفیعی هنر که خالصانه و در نهایت سه صدر، با اخلاقی نیکو و فراتر از یک استاد راهنما در جای
جای این اثر مرارانهایی کردند و بدون شک محارث این اثر بدون راهنمایی های ارزنده ایشان امکان پذیر نبود.

و با سپاس و امتنان از

استاد فرهیخته؛ حجت الاسلام دکتر محمد فرهبوش که متواضعانه، هدایت و مشاوره این پروژه را بر عهده گرفتند و با محکات دقیق خود راهنمایی
نویسنده در اتمام و اکمال این اثر بودند.

و با تشکر فراوان از

پدر و مادر عزیزم که فرصت تحصیل و پژوهش را برایم فراهم کردند و از هیچ حمایتی دریغ نکردند.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان با رویکرد اسلامی مبتنی بر هوش معنوی اسلامی و خودمهارگری اسلامی و روایی سنجی آن انجام شد. این پژوهش از نوع پژوهش‌های کاربردی بوده که در آن از دو روش کیفی (تحلیل مضمون) و کمی (پیمایشی) استفاده شد. ابتدا، مولفه‌های هر کدام از مدل‌های هوش معنوی اسلامی (فرهوش، ۱۴۰۱) که مشتمل بر سه مولفه هدفمندی معنوی، احساس نزدیکی به خدا و تاب‌آوری معنوی، بود و خودمهارگری اسلامی (رفیعی هنر، ۱۳۹۵) که شامل بر نه مؤلفه‌ی خود توانمند شناسی، خود رابطه شناسی متعالی، خود نظارت‌گری، هدف شناسی متعالی، انگیزش مهار، مانع شناسی اهداف، مهار نفس، نظم دهی عمل و تداوم مهار بود، مورد واکاوی قرار گرفت؛ سپس طرح‌نمای آموزشی- روان شناختی، (در نه جلسه) بر اساس مؤلفه‌های هوش معنوی اسلامی، برای ارتقای خودمهارگری در نوجوان طراحی و تنظیم شد. در نهایت روایی محتوایی طرح‌نمای حاضر، توسط کارشناسان با استفاده از آماره‌های CVI و CVR مورد ارزیابی قرار گرفت. کارشناسان ارتباط محتوای کلی جلسات طرح‌نمای آموزشی- روان شناختی با مؤلفه‌های مدل‌های مفهومی هوش معنوی و خود مهارگری اسلامی را تأیید کردند ($CVI=1$). همچنین اهداف هر جلسه را مرتبط با ارتقای خودمهارگری دانسته ($CVI > 0/88$) و نهایتاً در کنار تأیید ضمنی ارتباط تکنیک‌ها با تحقق اهداف جلسات؛ ضرورت تمام تکنیک‌های به کار رفته در هر جلسه برای ارتقای خودمهارگری نوجوانان را به تأیید رساندند ($CVR=1$). یافته‌های پژوهش نشان داد طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوان با رویکرد اسلامی شامل خودآگاهی، هدفمندی معنوی، مانع شناسی، مهار انگیزشی و مهار در عمل است. نتیجه اینکه طرح‌نمای حاضر شامل ابعاد مثبت معنوی و روانشناختی است و می‌تواند در ارتقای خودمهارگری نوجوان موثر باشد.

واژگان کلیدی: هوش معنوی، نوجوان، خودمهارگری، طرح‌نمای آموزشی، منابع اسلامی.

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات.....	۱
۱-۱. بیان مسئله.....	۲
۱-۲. اهمیت و ضرورت پژوهش.....	۵
۱-۳. هدف پژوهش.....	۵
۱-۴. پرسش های اصلی و فرعی تحقیق.....	۶
۱-۵. تعریف نظری مفاهیم.....	۶
۱-۵-۱. هوش معنوی.....	۶
۱-۵-۲. خودمهارگری.....	۶
۱-۵-۳. نوجوان.....	۶
۱-۵-۴. طرحنمای آموزشی.....	۷
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه.....	۸
۲-۱. مبانی نظری.....	۹
۲-۱-۱. خودمهارگری.....	۹
۲-۱-۱-۲. مفهوم خودمهارگری.....	۹
۲-۱-۲-۲. تاریخچه خودمهارگری.....	۱۱
۲-۱-۲-۳. عوامل موثر در خودمهارگری.....	۱۴
۲-۱-۲-۴. نقش دین و معنویت در خودمهارگری.....	۱۹
۲-۱-۲-۵. نوجوان و خودمهارگری.....	۲۱
۲-۱-۲-۶. مدل های خودمهارگری.....	۲۲
۲-۱-۳. هوش معنوی.....	۲۸
۲-۱-۳-۱. مفهوم هوش معنوی.....	۲۸

ب..... طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان با رویکرد اسلامی

۲-۱-۳-۲. نقش هوش معنوی در خودمهارگری ۴۶

۲-۲. پیشینه پژوهش ۴۷

۲-۲-۱. تحقیقات داخلی ۴۷

۲-۲-۲. تحقیقات خارج از کشور ۵۰

فصل سوم: روش تحقیق ۵۳

۳-۱. روش تحقیق ۵۴

۳-۱-۱. روش کیفی ۵۴

۳-۱-۲. روش کمی ۵۵

۳-۲. جامعه آماری ۵۶

۳-۳. روش نمونه‌گیری ۵۶

۳-۴. ابزار گردآوری داده‌ها ۵۷

۳-۵. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها ۵۷

فصل چهارم: یافته‌های پژوهش ۵۹

۴-۱. ویژگی‌های طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری با رویکرد اسلامی

..... ۶۰

۴-۱-۱. منطق ارتباط بین مولفه‌های مدل هوش معنوی اسلامی با ارتقای خود مهارگری

نوجوان..... ۶۰

۴-۱-۱-۱. خودآگاهی متعالی ۶۰

۴-۱-۱-۲. رابطه متعالی ۶۱

۴-۱-۱-۳. هدفمندی معنوی ۶۱

۴-۱-۱-۴. مانع‌شناسی و حل مسئله معنوی ۶۲

۴-۱-۱-۵. تاب‌آوری معنوی ۶۳

فهرست ج

۴-۱-۲. منطق ورود به مدل و چرخه هوش معنوی و خودمهارگری اسلامی بر اساس ادبیات روان شناختی و دینی.....	۶۴
۴-۱-۳. توصیف ویژگی های طرحمای آموزشی.....	۶۶
۴-۱-۳-۱. توصیف جلسات آموزشی.....	۶۸
جدول ۴-۱: روند کلی جلسات طرحمای آموزشی.....	۶۹
۴-۲. میزان روایی طرحمای آموزشی.....	۸۱
فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری.....	۸۶
۵-۱. تحلیل ویژگی های طرحمای آموزشی.....	۸۷
۵-۲. فرایند ارتقای خودمهارگری نوجوان بر اساس آموزش هوش معنوی.....	۸۹
۵-۳. تحلیل نتایج روایی طرحمای آموزشی.....	۹۱
۵-۳-۱. محدودیت های پژوهش.....	۹۱
۵-۳-۲. پیشنهادهای پژوهش.....	۹۲
فهرست منابع.....	۹۳
قرآن.....	۹۳
منابع فارسی.....	۹۳
پیوست ها.....	۱۰۸
پیوست الف: فرم ارزیابی روایی محتوای طرحمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری با رویکرد اسلامی برای نوجوان.....	۱۰۸
پیوست ب: کاربرگ ها.....	۱۲۲
کاربرگ شماره اول: ویژگی های دوران نوجوانی و معرفی قوانین جلسات.....	۱۲۲
ویژگی های دوران نوجوانی:.....	۱۲۲
کاربرگ شماره دوم: پرسشنامه لیکرتی میزان خودآگاهی.....	۱۲۳

د طرح‌نمای آموزشی هوش معنوی در ارتقای خودمهارگری نوجوانان با رویکرد اسلامی

- پرسشنامه خودآگاهی جسمی ۱۲۴
- پرسشنامه خودآگاهی روانی ۱۲۴
- پرسشنامه خودآگاهی اجتماعی ۱۲۵
- پرسشنامه خودآگاهی معنوی ۱۲۵
- کاربرگ شماره سوم: جدول اهداف ۱۲۵
- کاربرگ شماره چهارم: جدول ارزش ها ۱۲۵
- کاربرگ شماره پنجم: جدول خودگویی های منفی ۱۲۶
- کاربرگ شماره ششم: جدول ارزش ها و موانع ۱۲۶
- کاربرگ شماره هفتم: جدول امکانات ۱۲۷
- کاربرگ شماره هشتم: پرسشنامه لیکرتی احساس نزدیکی به خدا ۱۲۷
- کاربرگ شماره نهم: جدول مثبت من ۱۲۹
- کاربرگ شماره دهم: جدول شکرگزاری ۱۲۹
- کاربرگ شماره یازدهم: انواع مقابله هیجان مدار ۱۲۹
- کاربرگ شماره دوازدهم: انواع مقابله مسئله مدار ۱۳۰
- کاربرگ شماره سیزدهم: جدول حل مسئله ۱۳۰
- کاربرگ شماره چهاردهم: جدول صبر ۱۳۱
- کاربرگ شماره پانزدهم: جدول تداوم مهار ۱۳۳