

Prediction of Spiritual Happiness based on Spiritual Health, Life Project Reflexivity and Career Development in Students

ARTICLE INFO

Article Type
Research Article

Authors

Marzieh Malekiha¹
Seyyed Ziaoddin Olyanasab^{2*}

How to cite this article

Marzieh Malekiha, Seyyed Ziaoddin Olyanasab, Prediction of Spiritual Happiness based on Spiritual Health, Life Project Reflexivity and Career Development in Students. Islamic Life Style. 2023; 7 (1) :1-10

1. Consulting Department, Faculty of Humanities, Hazrat-e Masoumeh University, Qom, Iran (Corresponding Author).

2. Department of Quranic and Hadith Sciences, Faculty of Humanities, Hazrat-e Masoumeh University, Qom, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: z.olyanasab@hmu.ac.ir

Article History

Received: 2022/12/16

Accepted: 2023/03/13

ABSTRACT

Purpose: Happiness is one of the types of positive emotions that have many functions in human life in different dimensions. Spiritual happiness is one of the types of happiness that has been the focus of researchers in recent decades due to the increasing attention to the dimension of spirituality in life.

Materials and Methods: The current research was conducted with the aim of predicting spiritual happiness based on spiritual health, life project reflexivity and career development in students. The research method was descriptive and correlational. The statistical population of the research consisted of all male and female undergraduate students in the University of Isfahan at 2022 year. From this community, 360 students were selected using the cluster sampling method. Data collection tools include demographic characteristics questionnaire, spiritual happiness scale (Chirian & Afroz, 2015), spiritual health questionnaire (Delman & Frey, 2004), life project reflexivity questionnaire (Di Fabio & et al., 2019) and career development questionnaire (Patton & Creed, 2004). The data were analyzed by calculating descriptive and inferential statistics indices (Pearson correlation coefficient and step-by-step regression analysis).

Findings: The results of this research showed that there is a positive and significant correlation between spiritual happiness, spiritual health, life project reflexivity and career development. Also, the results of regression analysis in a step-by-step showed that spiritual health, life project reflexivity and career development explain a total of 40% of the variance of spiritual vitality ($P < 0.05$).

Conclusion: The results of this research showed that spiritual health, life project reflexivity and career development are predictors of spiritual happiness.

Keywords: Spiritual Happiness, Spiritual Health, Reflection, Life Project Reflexivity, Career Development

مقدمه

یکی از ویژگی‌های دنیای امروز، بی‌ثباتی و تغییر در ابعاد مختلف زندگی من جمله زندگی اقتصادی و شغلی است. گسترش روز افزون اطلاعات و ورود تکنولوژی در عرصه‌های مختلف زندگی منجر به افزایش بی‌ثباتی و کاهش قابلیت اطمینان‌پذیری در موقعیت‌های شغلی شده است (۱). بر این اساس یکی از چالش‌های موجود که پیش روی نظام‌های آموزش عالی قرار گرفته است کمک به فارغ التحصیلان برای ورود موفقیت آمیز به دنیای مشاغل است. مجهز کردن دانشجویان و فارغ التحصیلان به مهارت‌های مورد نیاز و ویژه (متناسب با دنیای امروز) در طی فرآیند رشد مسیرشغلی‌شان، برای ورود به دنیای مشاغل امروزه حایز اهمیت فراوان است (۲). بر این اساس، در فرایند رشد مسیرشغلی، متخصصان و مشاوران مسیرزندگی علاقمندند دریابند، چطور می‌توانند در این مسیر به افراد کمک نمایند تا به رشد مسیرشغلی پایدار دست یابند (۳). نتایج مطالعات گویای آن است که با آگاهی رساندن به افراد بر اساس سه دسته متغیرهای موقعیتی (ارایه آگاهی به افراد در خصوص ویژگی‌های شخصیتی‌شان و بر اساس آنچه که هستند)، متغیرهای فرآیندی (ارایه آگاهی به افراد در خصوص مهارت‌های مورد نیاز مرتبط با موفقیت مسیرشغلی) و متغیرهای بافتی (ارایه افراد برای تالیف حکایت زندگی خود و عامل‌شدن) می‌توان به افراد در راستای رشد مسیرشغلی‌شان کمک نمود (۴).

یکی از متغیرهای بافتی که در سالهای اخیر مورد توجه محققان در طی فرآیند رشد مسیرشغلی قرار گرفته است تامل بر پروژه‌ی زندگی^۱ است. مطابق با نظر گویچارد^۲ (۲۰۰۹) تامل‌پذیری ابزاری است که می‌تواند به افراد کمک کند تا به یکپارچه کردن هویت خود و خلق آن به صورت معنادار بپردازند. هدف تامل‌پذیری توانا نمودن فرد از درک خود از چشم‌اندازهای مختلف، شناسایی اهداف و پروژه‌های آینده و خلق خود در آینده است (۵). تامل‌پذیری هسته‌ی مداخلات مشاوره برای زندگی و طراحی مسیرشغلی است که به افراد کمک می‌کند تا به بررسی و برقراری ارتباط بین رویدادهای مهم گذشته و حال خود در زندگی بپردازند و بتوانند تشخیص دهند که در حال حاضر معنادارترین امر در زندگی نهایت چیست و بر اساس آن پلی با زندگی آینده خود بسازند. برخی از نظریه پردازان (۶-۹) بر اهمیت تامل‌پذیری تاکید کرده‌اند و از آن به عنوان یک فراشاستگی مسیرشغلی یاد می‌کنند. ساویکاس (۲۰۱۴) معتقد است تامل‌پذیری جز اصلی فرمول موفقیت شخصی است که در ساخت پروژه‌های حرفه‌ای که به لحاظ فردی برای شخص بسیار معنادار و با ارزش است نقش مهمی ایفا می‌کند (۱۰). تامل‌پذیری فرد را مجهز به مهارت‌هایی می‌کند که باعث اتخاذ تصمیمات مناسب در مسیرشغلی می‌شود؛ تصمیمات مستقلانه‌ای که باید بر اساس جنبه‌های مستقل و بی‌همتای خود باشد به جای آنچه که دیگران از فرد می‌خواهند و یا آنچه که مورد تشویق قرار می‌دهند. در حالیکه " دانستن چگونگی انجام دادن کارها" و " دانستن چگونه بودن" به طور سنتی در رشد مسیرشغلی مورد تاکید است در دنیای امروز مطابق با نظر ساویکاس (۲۰۱۳) " دانستن چگونه

پیش بینی نشاط معنوی بر مبنای سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در دانشجویان

مرزیه ملکپها^۱

گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه حضرت معصومه (س)، قم، ایران (نویسنده مسئول).

سیدضیاءالدین علیانسیب^{۲*}

گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه حضرت معصومه (س)، قم، ایران.

چکیده

هدف: نشاط یکی از انواع هیجان‌های مثبت است که دارای کارکردهای متعددی در زندگی انسان در ابعاد مختلف است. نشاط معنوی یکی از انواع نشاط است که در دهه‌های اخیر و با توجه به افزایش توجه به بعد معنویت در زندگی مورد توجه محققان قرار گرفته است.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر با هدف پیش بینی نشاط معنوی بر مبنای سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در دانشجویان انجام شد. روش پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری پژوهش عبارت بود از کلیه‌ی دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی در دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود. از این جامعه تعداد ۳۶۰ نفر از دانشجویان با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسشنامه ویژگی‌های دموگرافیک، مقیاس نشاط معنوی (چیریان و افروز، ۱۳۹۵)، پرسشنامه سلامت معنوی (دلمن و فری، ۲۰۰۴)، پرسشنامه تامل بر پروژه‌ی زندگی (دای فایو و همکاران، ۲۰۱۹) و پرسشنامه رشد مسیرشغلی (کرید و پتون، ۲۰۰۴) بود. داده‌ها با استفاده از محاسبه شاخص‌های آمار توصیفی و استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام) تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج این پژوهش نشان داد که بین نشاط معنوی، سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در مجموع ۴۰ درصد از واریانس نشاط معنوی را تبیین می‌کنند ($P < .05$).

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان داد که سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی پیش‌بینی‌کننده‌ی نشاط معنوی می‌باشند.

کلیدواژه‌ها: نشاط معنوی، سلامت معنوی، تامل‌پذیری، تامل بر پروژه‌ی زندگی، رشد مسیرشغلی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۹/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۲/۲۲

*نویسنده مسئول: z.olyanasab@hmu.ac.ir

3. Guichard

1. career development

2. life project reflexivity

شده" به طور فزاینده‌ای در طی گستره‌ی مسیرشغلی و گذارهای زندگی-مسیرشغلی موردتاکید است (۱۱). تامل‌پذیری ابزاری اصلی برای قادر نمودن افراد در به دست آوردن وضوح و آگاهی از جنبه‌ی مستقل خود و دانستن چگونه شدن است (۱۲).

وضوح/پروژه‌مندی، رضایت و اعتبار/اصالت سه بعد تامل‌پذیری بر پروژه‌ی زندگی است. وضوح/پروژه‌مندی به معنای داشتن اهداف و پروژه‌هایی روشن برای زندگی آینده است که باید به طور دقیقی تعریف شده باشد. این وضوح نه تنها شامل اهداف و پروژه‌های فردی است بلکه شامل اهداف و پروژه‌های حرفه‌ای هم که به طور دقیقی تعریف شده اند می‌شود. در پرتو این بعد، فرد می‌تواند عنوان فصل بعدی داستان زندگی شخصی و حرفه‌ای خود را تعیین کند و آنچه را که دقیقاً می‌خواهد بشود را دقیق و توأم با جزئیات ترسیم کند. بعد رضایت معرف آن است که پروژه‌های حرفه‌ای فرد ریشه در ارزش‌های جامعه‌ای دارد که فرد در آن زندگی می‌کند به جای اینکه صرفاً براساس ارزش‌های فردی باشند. بعد اعتبار/اصالت به معنای آن است که پروژه‌های زندگی سرشار از معنا برای فرد است و ریشه در ارزش‌هایی دارد که برای فرد حایز اهمیت است (۱۳).

ایده‌ی ارتباط تامل بر پروژه‌ی زندگی بر ارتقاء کمیت و کیفیت رفتارهای معنوی در عرصه‌ی مسیرشغلی برای نخستین بار توسط گوپیچارد و پویاد^۱ در سال ۲۰۱۴ مطرح شد (۱۴). این در حالی است که از ابتدای دهه ۱۹۹۰ میلادی توجه به بعد معنوی در زندگی مورد توجه قرار گرفته است به گونه‌ای که یکی از شاخص‌ها و ابعاد سلامتی از نظر سازمان بهداشت جهانی، سلامت معنوی^۲ است (۱۵). در دهه‌های گذشته، سلامتی بر اساس سه بعد جسمی، روانی و اجتماعی تحلیل می‌شود اما پیشنهاد ارائه سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت روان، توسط راسل و عثمان^۳ حوزه‌ی جدیدی از مطالعات را پیش روی محققان قرار داد (۱۶). سلامت معنوی حسی از متصل بودن، هماهنگی بین خود، طبیعت و وجود متعالی که از طریق یک فرایند رشد پویا و منسجم دستیافتنی است و به یک شناخت هدف نهایی و معنای زندگی منجر می‌شود» است (۱۷). با بررسی تعاریف موجود در زمینه سلامت معنوی (۱۸-۲۱)، می‌توان گفت که سلامت معنوی به معنای احساس مثبت توأم با پذیرش، ادراک ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برترلایتنه‌ی، دیگران و خود در راستای فرآیندی پویا و هماهنگ است که دارای ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری است (۲۱). بعد شناختی، برخورداری از شناخت نسبت به خدا، انسان و فلسفه‌ی خلقت جهان طبیعت و آنچه در آن است می‌باشد؛ بعد عواطف، دربردارنده‌ی احساس آرامش، نشاط، امید و محبت ورزی نسبت به خدا، فرستادگان الهی و مخلوقات اش است. بعد رفتاری، گویای رفتارهایی است که فرد عقاید معنوی درونی خود را در زندگی آشکار می‌کند (۲۲). نشاط معنوی یکی از پیامدهای ورود معنویت در زندگی است. این نوع نشاط دربردارنده‌ی احساس آرامش، مهرورزی و امیدبخش یا وارستگی و بخشایشگری و برخورداری از طراوت و زلالی درون و باور قلبی به خالق هستی است (۲۳). نشاط معنوی مقدمه تجربه نمودن آرامش روانی در زندگی است و زمینه

تامل بر زندگی به عنوان یک پروژه‌ی هدفمند را فراهم می‌کند. پیامد این نوع نشاط در زندگی، رضایت عمیق و لذتی است که در همه‌ی امواج سطحی زندگی روزمره وجود دارد. این همان احساس رضایت درونی است و ایجاد کننده‌ی ایمان و شکر است که از درون نشئت می‌گیرد (۲۴) و حاوی سه عنصر اساسی لذت، خرسندی و رضایت از زندگی است (۲۵). نتایج مطالعات گویای آن است که نشاط معنوی دارای ارتباط نزدیکی با ابعاد مختلف سلامتی من جمله سلامت روان (۲۶)، سلامت جسمی (مقابله موثر در برابر بیماری‌ها؛ ۲۷)، زندگی تحصیلی (۲۸-۲۹)، زندگی شغلی (۳۰-۳۵) و سلامت معنوی (۳۶-۳۷) است. با توجه به اهمیت نقش نشاط و نشاط معنوی در زندگی از منظر مطالعات مختلف (برای مثال سلامت معنوی، ۲۲، ۳۸، ۳۹، ۴۰؛ رشد مسیر شغلی، ۴۱؛ ۴۲؛ ۴۳؛ تامل بر زندگی و ابعاد آن، ۴۴، ۴۵) تاکنون مطالعات مختلف به بررسی متغیرهای پیش‌بین این مقوله پرداخته‌اند اما در کمتر مطالعه‌ای به بررسی این دسته از متغیرها در حوزه‌ی مسیرشغلی پرداخته‌اند. لذا با توجه به این خلاء پژوهشی، پژوهش حاضر باهدف بررسی متغیرهای پیش‌بین نشاط معنوی در حوزه‌ی مسیرشغلی انجام شد. دلیل انتخاب حوزه‌ی مسیرشغلی آن بود که اولاً برای غالب دانشجویان، مسیرشغلی حایز اهمیت است زیرا در این دوران غالب دانشجویان برای ورود به بازار مشاغل آماده می‌شوند از سوی دیگر در کمتر مطالعه‌ای خصوصاً در داخل کشور به بررسی متغیرهای پیش‌بین نشاط معنوی در حوزه‌ی مسیرشغلی پرداخته شده است. علی‌رغم اینکه ورود معنویت به عرضه‌ی مشاوره‌ی مسیرشغلی به ابتدای دهه‌ی ۱۹۹۰ بر می‌گردد و این امر به دنبال انتقاداتی بود که به نظریه‌های مسیرشغلی معمول در آن زمان مطرح شد (۴۶). مطرح شدن مفهوم خود بر اساس معیارهای جامعه‌ی نه خود، تعیین تکالیف و وظایف رشدی بر اساس انتظارات اجتماعی، مطرح شدن مفهوم هویت به معنای بازشناسی معیارهای جامعه‌ی پسند، و مفهوم بلوغ به معنای اهمیت داشتن آینده نسبت به زمان حال (۴۷) تنها برخی از انتقادات وارده به نظریه‌های مطرح بود. از زمان مطرح شدن این انتقادات برخی از محققان به بررسی تأثیر معنویت بر رفتارهای مسیرشغلی افراد پرداخته‌اند (۴۸-۵۰). عبور موفقیت‌آمیز از گذارهای شغلی و تغییر ماهیت آرزوهای مسیرشغلی (۵۱)، رشد شخصی بر مبنای معنا خودشناسی بر مبنای انگیزه‌های قوی درونی به جای رفتارهای بیرونی (نظیر رغبت‌ها)، احساس تعلق، در ارتباط با دیگران بودن، سهم کردن دیگران در ارزش‌های خود (۵۲)، ابراز خلق خود (۵۳)، پیشرفت، کشف و ارزشیابی اهداف مختلف (۴۱) جستجو و درخواست راهنمایی در راستای شناسایی نقاط قوت (۵۴) تفکر درباره‌ی میزان رشد معنوی خود (۴۶) برخی از پیامدهای تأثیرگذاری معنویت بر رفتار مسیرشغلی افراد است. بر این اساس مطالعه‌ی حاضر با هدف پیش‌بینی نشاط معنوی بر اساس سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در دانشجویان انجام شد.

3. Rossel & Osman

1. Guichard & Pouyau

2. spiritual health

مواد و روش ها

۰/۹۱ و برای دو خرده مقیاس طرح زندگی و خودکارآمدی به ترتیب برابر با ۰/۸۶ و ۰/۸۲ گزارش شده است (۵۶). در مطالعه مدملی و همکاران (۱۳۹۷) ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۹ و برای دو خرده مقیاس طرح زندگی و خودکارآمدی به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۸ گزارش شده است (۵۷).

مقیاس تأمل بر پروژه‌ی زندگی (LPRS)

در این مطالعه جهت سنجش میزان و سطح تأمل بر پروژه‌ی زندگی در خلال مسیرشغلی، زندگی و حوزه‌ی شخصی از مقیاس تأمل بر پروژه‌ی زندگی (۵۸) استفاده شد. این مقیاس شامل ۱۵ سوال است که بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱= قویا مخالفم الی ۵= قویا موافقم نمره‌گذاری می‌شود. مقیاس دارای سه بعد است: ۱- پروژه‌مندی/صراحت (برای مثال پروژه‌های زندگی آینده‌ام به طور واضح تعریف شده است)، ۲- اعتبار (برای مثال پروژه‌های زندگی آینده‌ام سرشار از معنا برای من است و ۳- رضایت (برای مثال پروژه‌های زندگی آینده‌ام (به جای ارزش‌های شخصی) بیشتر ریشه در ارزش‌های جامعه‌ای دارد که در آن زندگی می‌کنم). ضریب آلفای کرونباخ برای سه بعد پروژه‌مندی/صراحت، اعتبار و رضایت به ترتیب برابر با ۰/۸۰، ۰/۸۳ و ۰/۸۰ و برای کل مقیاس ۰/۷۵ توسط سازندگان مقیاس محاسبه شده است. در ایران این پرسشنامه توسط ملکپا (۱۴۰۰) ترجمه و مشخصات روانسنجی آن مورد مطالعه قرار گرفته است (۵۹). در این مطالعه ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۲ و برای ابعاد پروژه‌مندی/صراحت، اعتبار و رضایت به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۷ محاسبه شد.

فرم کوتاه پرسشنامه رشد مسیرشغلی (CDI)

این پرسشنامه بر اساس تعریف سوپر^۳ (۱۹۵۶) از رشد مسیرشغلی ساخته شده است (۶۰) و فرم ۷۲ سوالی استرالیایی این پرسشنامه آن توسط پتون و کرید^۴ (۲۰۰۴) به ۳۳ سوال کوتاه شد. این پرسشنامه جنبه‌های مختلف رشد مسیر شغلی را اندازه می‌گیرد که شامل ۱) طرح ریزی مسیرشغلی که تشکیل شده از ابعاد جهت‌گیری طرح ریزی شغلی و اطلاعات خاص، ۲) مکاشفه مسیرشغلی که تشکیل شده از ابعاد خودآگاهی از منابع و استفاده از منابع، ۳) اطلاعات دنیای کار و ۴) تصمیم‌گیری مسیر شغلی است. گزاره‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (خیلی کم=۱، کم=۲، متوسط=۳، زیاد=۴ و خیلی زیاد=۵) نمره‌گذاری می‌شود. از جمع کل نمرات میزان رشد مسیر شغلی بدست می‌آید که حداقل نمره ۱ و حداکثر نمره ۱۰۵ است (۶۱). در ایران روایی پرسشنامه توسط صادقی و همکاران (۲۰۱۱) بررسی شد. ساختار پرسشنامه با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی مورد تایید قرار گرفت. پایایی درونی پرسشنامه برای دو خرده مقیاس طرح ریزی و کشف با استفاده از روش دو نیمه‌سازی و برای دو خرده مقیاس اطلاعات دنیای کار و تصمیم‌گیری با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس کشف مسیرشغلی ۰/۷۴، طرح ریزی مسیرشغلی ۰/۸۳، اطلاعات دنیای کار ۰/۶۶ و تصمیم‌گیری مسیر شغلی ۰/۶۳ محاسبه گردید (۶۲). روش اجرا و تحلیل داده‌ها

روش پژوهش، جامعه‌ی آماری و نمونه: طرح پژوهش حاضر توصیفی و از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه‌ی آماری مطالعه شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی (شبان و روزانه) دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود. روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر از نوع خوشه‌ای بود. تعیین حجم نمونه‌ی پژوهش با مطالعه‌ی پیشینه‌ی پژوهشی آلفا ۰/۰۵ و حجم اثر ۰/۳ تعیین شد. سپس با توجه به مقادیر برآورد شده، حجم نمونه ۳۶۰ نفر در نظر گرفته شد. ملاک‌های ورود در این مطالعه عبارت بود از: شاغل به تحصیل بودن در مقطع کارشناسی در دانشگاه اصفهان، تمایل به همکاری در پژوهش. ملاک‌های خروج در این مطالعه عبارت بود از: عدم تمایل به شرکت در پژوهش، تکمیل ناقص پرسشنامه‌های پژوهش.

ابزار سنجش

- پرسشنامه‌ی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

در این مطالعه جهت سنجش ویژگی‌های جمعیت‌شناختی از پرسشنامه‌ی محقق‌ساخته استفاده شد که شامل جنسیت، سن، رشته‌ی تحصیلی و وضعیت اشتغال است.

- مقیاس نشاط معنوی (SVS)

این مقیاس به وسیله چیریان و افروز (۱۳۹۵) به منظور ارزیابی نشاط معنوی در افراد ساخته شده است. این مقیاس دارای ۶۰ سؤال است. کسب نمره بالای ۱۶۰ نشانگر میزان بالای نشاط معنوی و کمتر از ۶۰ نمره غیرقابل قبول است. چیریان و افروز (۱۳۹۵) ابتدا روایی محتوایی را از طریق متخصصان این حوزه مورد بررسی قرار دادند. همچنین با اجرای مقیاس روی ۳۰۰ دانش‌آموز مقطع متوسط دوم در استان تهران همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ را برابر با ۰/۹۹ برآورد کردند. برای تعیین اعتبار، از همبستگی نمره کل با تک تک سؤال‌های تشکیل‌دهنده مقیاس استفاده شد. دامنه ضریب همبستگی به دست آمده از ۰/۱۴۱ الی ۰/۹۲۰ که در سطح $P < 0.001$ معنادار بود. روایی محتوایی این مقیاس زیر نظر چند کارشناس تأیید شده است (۵۵).

پرسشنامه سلامت معنوی (SIWB)

در این مطالعه جهت سنجش سلامت معنوی از پرسشنامه سلامت معنوی دلمن و فری^۵ (۲۰۰۴) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۲ سوال است و نمره‌گذاری آن مطابق با طیف لیکرت ۵ درجه‌ای می‌باشد. دامنه نمرات از ۱۲ الی ۶۰ است و نمرات بالاتر نشانگر میزان بالای سلامت معنوی و نمرات پایین نشانگر آن است که فرد از سلامت معنوی کمتری برخوردار است. این پرسشنامه مشتمل بر دو خرده مقیاس طرح زندگی و خودکارآمدی است که هر کدام با ۶ سوال مورد سنجش قرار می‌گیرد. حداقل نمره ۱۲ و حداکثر نمره ۶۰ می‌باشد که بر این اساس نمره بین ۱۲ الی ۲۴ نشانه سلامت معنوی پایین و نمره بین ۲۴ الی ۳۶ نشانگر سلامت معنوی متوسط و نمرات بالای ۳۶ نشانگر سلامت معنوی بالا در فرد است. ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه توسط سازندگان آزمون برابر با

3. Patton & Creed

1. Daaleman & Free

2. Super

گروهی در عین محفوظ ماندن ماهیت و اطلاعات شخصی مشارکت کنندگان.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن افراد نمونه $19/82 \pm 1/67$ بود. تعداد ۱۵۹ نفر (۴۴/۲ درصد) مرد و ۲۰۱ نفر (۵۵/۸ درصد) زن بودند. تعداد ۱۱۷ نفر (۳۲/۵ درصد) شاغل و تعداد ۲۴۳ نفر (۶۷/۵۱ درصد) بدون شغل بودند. تعداد ۷۴ نفر (۲۰/۶ درصد) در رشته حقوق، ۱۲۵ نفر (۳۴/۷ درصد) در رشته علوم تربیتی، تعداد ۱۲۳ نفر (۳۴/۲ درصد) در رشته مشاوره و تعداد ۳۸ نفر (۱۰/۶ درصد) مشغول به تحصیل بودند. یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

بعد از هماهنگی‌های لازم با مرکز مشاوره دانشگاه، حراست و رؤسای کلیه دانشکده‌های علوم انسانی، از بین دانشکده‌های موجود در دانشگاه، دانشکده‌های علوم تربیتی و روانشناسی، حقوق و ادبیات به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس از هر دانشکده دو کلاس در نوبت صبح و دو کلاس در نوبت عصر انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها در بین دانشجویان توزیع و توسط دانشجویان تکمیل شد. به منظور رعایت اصول اخلاقی پژوهش و حفظ حقوق افراد شرکت کننده به این موارد توجه شد: توضیح برای همه‌ی افراد شرکت کننده درباره‌ی هدف، ماهیت و نحوه‌ی اجرای پژوهش؛ داوطلبانه بودن شرکت در پژوهش؛ رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش؛ محرمانه بودن تمامی اطلاعات حاصل از اجرای پژوهش و درج اطلاعات به صورت

جدول ۱. آماره‌های توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
نشاط معنوی	۱۹۲/۲۴۰	۷۴/۱۳۹
سلامت معنوی	۴۵/۱۲۷	۱۱/۱۷۲
تامل بر پروژه‌ی زندگی	۳۷/۱۵۰	۱۶/۹۲۰
رشد مسیرشغلی	۶۷/۴۳۶	۲۴/۱۲۶

تامل بر پروژه‌ی زندگی ($37/150 \pm 16/920$) و رشد مسیرشغلی ($67/436 \pm 24/126$) به دست آمد. برای بررسی فرض نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون کولموگروف اسمیرنوف^۱ استفاده شد.

همان‌گونه که نتایج جدول شماره ۱ نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار پاسخ افراد در متغیر نشاط معنوی ($192/240 \pm 74/139$)، سلامت معنوی ($45/127 \pm 11/172$)،

جدول ۲. آزمون نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیر	آماره آزمون	سطح معنا داری
نشاط معنوی	۰/۲۲۱	۰/۰۰۰
سلامت معنوی	۰/۲۹۰	۰/۰۰۰
رشد مسیرشغلی	۰/۲۶۰	۰/۰۰۰
تامل بر پروژه‌ی زندگی	۰/۲۶۴	۰/۰۰۰

نیست و برای بررسی روابط متغیرهای پژوهش از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن^۲ استفاده شد.

نتایج جدول ۲ گویای آن است که سطح معناداری آزمون برای تمامی متغیرها کمتر از میزان ۰/۰۵ می‌باشد لذا توزیع متغیرها نرمال

جدول ۳. نتایج ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴
نشاط معنوی	۱	۰/۴۵۱*	۰/۵۶۵**	۰/۵۶۰*
سلامت معنوی	۰/۴۵۱*	۱	۰/۵۶۲**	۰/۴۵۴**
تامل بر پروژه‌ی زندگی	۰/۵۶۵**	۰/۵۱۶**	۱	۰/۷۶۱**
رشد مسیرشغلی	۰/۵۶۰**	۰/۴۵۴**	۰/۴۸۹**	۱

۰/۵۶۰ است که این میزان رابطه معنادار است ($P < 0/00$). به منظور تبیین نشاط معنوی بر اساس مولفه‌های سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است. نتایج جدول

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش مثبت و معنی‌دار می‌باشد. میزان ضریب همبستگی بین متغیر نشاط معنوی با متغیرهای سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی به ترتیب برابر با ۰/۴۵۱، ۰/۵۶۵ و

2. Spearman Correlation Coefficient

1. Kolmogorov Smirnov

۰/۰۵ < P). در گام سوم با ورود رشد مسیرشغلی به معادله، میزان تبیین نشاط معنوی به ۴۰ درصد افزایش یافت (۰/۳۵ = β و $P < ۰/۰۵$).

۴ نشان می‌دهد که متغیر سلامت معنوی به عنوان اولین متغیر ۲۵ درصد از نشاط معنوی را دانشجویان تبیین می‌کند (۰/۰۸ = β و $P < ۰/۰۵$). در گام دوم سلامت معنوی و تامل بر پروژه‌ی زندگی وارد معادله شد و قدرت تبیین را ۳۳ درصد افزایش داد (۰/۴۵ = β و $P < ۰/۰۵$).

جدول ۴. تحلیل رگرسیون گام به گام جهت پیش بینی نشاط معنوی بر اساس متغیرهای پژوهش

متغیرها	R	R ^۲	R	β	SE	B
سلامت معنوی	۰/۵۰	۰/۲۵	۲۵/۱	۰/۰۸*	۰/۱۶	۰/۰۵
سلامت معنوی + تامل بر پروژه‌ی زندگی	۰/۵۸	۰/۳۳	۰/۳۳	۰/۴۵*	۰/۱۱	۰/۳۲
سلامت معنوی + تامل بر پروژه‌ی زندگی + رشد مسیرشغلی	۰/۶۳	۰/۴۰	۰/۴۰	۰/۳۵*	۰/۷	۰/۴۰

* $P < ۰/۰۵$ ** $P < ۰/۰۱$

نتیجه گیری

همان گونه که قبلاً بیان شد هدف پژوهش حاضر پیش بینی نشاط معنوی بر اساس سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در دانشجویان بود. مطابق با نتایج جدول ۴، بین نشاط معنوی و سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی همبستگی مثبت و معنی داری وجود دارد. همچنین مطابق با نتایج جدول سلامت معنوی، تامل بر پروژه‌ی زندگی و رشد مسیرشغلی در مجموع ۴۰ درصد نشاط معنوی را تبیین می‌کند. این یافته‌ی پژوهش با نتایج مطالعات (۴۴، ۴۵) به طور غیر مستقیم مبنی بر وجود همبستگی مثبت معنادار بین نشاط معنوی و تامل بر پروژه‌ی زندگی همخوان است. در تبیین این یافته‌ی پژوهش می‌توان گفت که نگاه کردن به زندگی در قالب پروژه فراتر از داشتن اهدافی در زندگی است. در پروژه فرد باید اهداف بلند مدت، میان مدت و کوتاه مدتی را در نظر گیرد و بر اساس آن به طرح ریزی اقدامات لازم جهت رسیدن به اهداف بپردازد.

از سوی دیگر تعیین اهداف بر مبنای ارزش‌ها و معنا در زندگی یکی از مهارت‌های مورد نیاز برای تامل بر پروژه‌ی زندگی است که هم راستا با شناخت هدف خلقت و زندگی است. از سوی دیگر تدوین پروژه عاملی فراتر از هدفمندی است. یادگیری مادالمر، تامل بر تجارب زندگی و بر اساس آن توسعه خود-تنظیمی عناصری است که هم راستا با تجربه ارتقاء و تعالی زندگی و تلاش در جهت تکامل معنوی و خودسازی است و در عین حال جزء مهارت‌های مورد نیاز برای تامل پذیری است. یکی دیگر مهارت‌های مورد نیاز و پایه برای تامل پذیری بر پروژه‌ی زندگی (۱۱) که منجر به تجربه شدن نشاط معنوی می‌شود تاکید بر پابندی به ارزش‌های اجتماعی در عین حفظ پروژه‌های فردی و حرفه‌ای در زندگی است که این امر هم راستا یکی از پیامدهای اجتماعی نشاط معنوی- مبنی بر پابندی به بایسته‌های تعریف شده اخلاقی و انسانی است.

همچنین تامل بر پروژه‌ی زندگی باعث می‌شود که فرد بتواند به این سوال پاسخ دهد: چه کسی هستم و چه کسی می‌خواهم باشم؟ پاسخ گویی به این سوال و طراحی مسیرشغلی و زندگی خود بر این مبنای زمینه ساز ایجاد هماهنگی بین خود، طبیعت و وجود متعالی است. یکی دیگر از پیامدهای تامل بر پروژه‌ی زندگی برخوردارگی از حس پذیرش در خلال استرس‌های و موانع زندگی روزمره است که هم راستا با توکل به خداوند و شناخت او به عنوان قدرت مطلق

است. لذا تامل بر پروژه‌ی زندگی فرد را قادر به داشتن تجربیاتی می‌کند که از اصالت برخوردار بوده و زمینه ساز طراحی زندگی بر مبنای ارزش‌های نهادینه شده در فرد و بالنتج تجربه کردن نشاط واقعی را فراهم می‌کند.

این یافته‌ی پژوهش حاضر به طور مستقیم با نتایج مطالعات (۴۱)، (۳۴)، (۳۳)، (۴۲)، (۴۳) مبنی بر وجود همبستگی مثبت و معنادار بین نشاط معنوی و رشد مسیرشغلی همخوان است. در تبیین این یافته‌ی مطالعه‌ی حاضر می‌توان گفت افرادی که در راستای مسیرشغلی پویا هستند در مواجهه با موانع مسیر شغلی از تاب‌آوری بالاتری برخوردارند. صرف نظر از مواجهه موثر با موانع پیش آمده در طی مسیر شغلی افراد پویا به استقبال چالش‌های در فرآیند رشد مسیر شغلی رفته و با دشواری‌های موجود در طی مسیرشغلی به خوبی مواجه می‌شوند. به عبارت دیگر می‌توان گفت افرادی که دارای رشدی پویا در طی مسیرشغلی خود هستند دارای سبک مقابله‌ای مساله مدار- به جای حل مساله‌ی هیجان مدار در مواجهه با چالش‌های مسیرشغلی‌اند. فردی که از رشد در طی مسیر شغلی خود برخوردار است در اولین گام به خودآگاهی عمیقی دست می‌یابد. دست یابی به درک عمیقی از خود هم راستا با معرفی است که منجر به نشاط معنوی می‌شود. همچنین کسب آگاهی از محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند نیز یکی دیگر از ابعاد خود آگاهی است که فرد را در ارتباط و اتصال با دیگران و جهان طبیعت قرار می‌دهد.

حاصل این اکتشاف، صرفه نظر از تکمیل اطلاعات کسب شده در بعد خود آگاهی برخوردارگی از شناختی عمیق از نقاط قوت، نقاط ضعف و فرصت‌ها و محدودیت‌های محیطی است که فرد را در طی مسیر شغلی‌اش هدایت می‌کند. فرد بر اساس اطلاعات کسب شده در ابعاد خود و محیط باید به طرح ریزی بپردازد. اما این طرح ریزی نه تنها باید بر اساس اطلاعات کسب شده در ابعاد خود آگاهی و اکتشاف باشد بلکه باید بر اساس ارزش‌هایی که ریشه در معنای زندگی دارند باشد؛ در غیر اینصورت طرح ریزی‌هایی که فرد در طی مسیر شغلی‌اش انجام می‌دهد از اعتبار برخوردار نخواهد بود. طرح ریزی و هدف گزینی بر مبنای کشف معنای زندگی هم راستا با نشاط معنوی است. بر این اساس با دقت در مولفه‌های اساسی رشد مسیر شغلی (خودآگاهی، اکتشاف و طرح ریزی) می‌توان پی به این نکته برد که چگونه رشد مسیر شغلی هم راستا با نشاط معنوی

در پژوهش‌های آینده، به بررسی اثربخشی آموزش نشاط معنوی مبتنی بر روان‌درمانی اسلامی بر سرمایه‌های روانشناختی و معنوی دانشجویان پرداخته شود.

تشکر و قدردانی

از مرکز مشاوره دانشگاه اصفهان و کلیه دانشجویانی که پژوهشگران را در اجرای این پژوهش یاری نموده‌اند قدردانی می‌شود.

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی به شماره ی ۴۰۲-۳۹۱۱۲ مصوب شورای پژوهشی دانشگاه حضرت معصومه (س) می‌باشد. بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، دانشگاه حضرت معصومه (س) حمایت مالی این پژوهش را بر عهده داشته است.

References

1. Ruparel N, Bhardwaj S, Seth H, Choubisa R. Systematic literature review of professional social media platforms: Development of a behavior adoption career development framework. *Journal of Business Research*, 2023 Feb; 156(1): 113482.
2. Jalali M, sadeghi A. The Effect of Program Career Design on Career Development and Students' educational Engagement. *Education Strategy Medical Science* 2020 Oct; 13 (5) :422-431
3. Garriott PO. A critical cultural wealth model of first-generation and economically marginalized college students' academic and career development. *Journal of Career Development*, 2020 Jan; 47(1): 80-95.
4. Patton W, McMahon M. *Career development and systems theory: Connecting theory and practice* (Vol. 2). Springer. 2014
5. Guichard J. Self-constructing. *Journal of vocational behavior*, 2009 Dec; 75(3): 251-258.
6. Savickas M L. Constructing careers: Actor, agent, and author. *Journal of Employment Counseling*, 2011 Dec; 48(4):179-181.
7. Savickas ML. *Psychodynamic career counseling. Career Counseling: Contemporary Topics in Vocational Psychology*; Routledge: London, 2014; UK, 79-116.

است و افرادی که از رشد مسیر شغلی برخوردارند به نوعی از نشاط معنوی بالاتری برخوردارند.

این یافته‌ی مطالعه‌ی حاضر به طور غیر مستقیم با نتایج مطالعات (۲۲)، (۳۸)، (۳۹)، (۴۰) مبنی بر وجود همبستگی مثبت و معنادار بین شادی و سلامت معنوی همخوان است. اما مطالعه‌ای که به طور مستقیم به بررسی رابطه سلامت معنوی و نشاط معنوی بپردازد یافت نشد. در تبیین این یافته‌ی پژوهش حاضر می‌توان گفت سلامت معنوی ارتقاء دهنده باورهای فرد در ابعاد مختلف است. یکی از این ابعاد، بعد شناختی است. فردی که دارای سلامت معنوی است می‌داند هدف و فلسفه‌ی خلقت او چیست، خود را در ارتباط با منشاء عالم هستی - خداوند قادر متعال - در نظر می‌گیرد و باور دارد که همواره در گستره‌ی محبت او قرار دارد و لذا سعی بر هدف‌گزینی و طی کردن زندگی خود بر اساس معنای زندگی که بر اساس آن آفریده شده است دارد. این باورهای شناختی هم راستا با نشاط معنوی است. در بعد عاطفی، فردی که دارای نشاط معنوی است همواره و حتی در خلال فراز و نشیب‌های زندگی احساس می‌کند که زندگی یک تجربه مثبت است، آینده نامعلوم نیست و از طی طریق زندگی لذت می‌برد. لذا بر این اساس بعد عاطفی نیز هم راستا با نشاط معنوی است. در بعد رفتاری، فرد همواره خود را در ارتباط با خداوند در نظر می‌گیرد و بر اساس تجربه این ارتباط نه تنها احساس کمال می‌کند بلکه این ارتباط منشا تجربه رضایت و حمایت است. لذا با دقت در ابعاد سلامت می‌توان نتیجه گرفت که سلامت معنوی منجر به نشاط معنوی می‌شود. همچنین نشاط معنوی بواسطه‌ی تقویت معنویت در بین دانشجویان به عنوان عامل مهمی در پیشبرد سطح سلامت معنوی آنها دارد. سلامت معنوی با ایجاد شور و جاذبه قوی و شدید و در عین حال منطقی و صحیح در انسان زمینه پویایی و حرکت در راستای رشد خود را فراهم می‌کند. بر این اساس فرد حسی از متصل بودن و هماهنگی بین خود، طبیعت و وجود متعالی احساس خواهد کرد و اهدافی برای خود تدوین خواهد نمود که در عین نمود اجتماعی زمینه ساز تعالی و ارتقاء فرد می‌شود. تلاش فرد در راستای تکامل معنوی در عین خودسازی نه تنها باعث ارتقاء سطح سلامت معنوی می‌شود بلکه زمینه ساز نشاط معنوی نیز می‌شود. سلامت معنوی باعث می‌شود که فرد به دنبال واکاوی ارزش‌های حقیقی (نظیر عشق، دلسوزی و عدالت) - به جای ارزش‌های عاریتی از جامعه - باشد و در عین حس اتصال (با دیگران، طبیعت و یا الوهیت) به دنبال رسیدن به اهداف خود و در عین حال کمک به دیگران باشد. این پویایی و حرکت در راستای تکامل خود در عین ارتباط با سایر اجزاء طبیعت در هماهنگی با ماهیت نشاط است. از آنجایی که نمونه پژوهش حاضر دانشجویان دختر و پسر دانشگاه اصفهان در مقطع کارشناسی در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بودند؛ در تعمیم نتایج نمونه به دانشجویان و سایر اقدار جامعه در شهرهای دیگر باید جانب احتیاط رعایت شود. استفاده از پرسشنامه به عنوان تنها ابزار مورد استفاده در این مطالعه برای گردآوری داده‌ها و نمونه‌ی دردسترس از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. با توجه به نقش نشاط معنوی در مقابله با چالش‌های زندگی پیشنهاد می‌شود که به تدوین مداخلات کیفی در این زمینه پرداخته شود. همچنین پیشنهاد می‌شود

18. Bensley RJ. Defining spiritual health: A review of the literature. *Journal of Health Education*, 1991 Mar; 22(5): 287-290.
19. Hawks SR, Hull ML, Thalman RL, Richins, PM. Review of spiritual health: definition, role, and intervention strategies in health promotion. *American journal of Health promotion*, 1995 Aug; 9(5): 371-378.
20. Hsiao YC, Chiang HY, Chien LY. An exploration of the status of spiritual health among nursing students in Taiwan. *Nurse education today*, 2010 Jul; 30(5): 386-392.
21. Dhar N, Chaturvedi S K, Nandan D. Spiritual health scale 2011: Defining and measuring 4th dimension of health. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 2011 Dec; 36(4): 275-282.
22. mozafarinia F, Shokravi F A, hydarnia A. Relationship between spiritual health and happiness among students. *Iran J Health Educ Health Promot* 2014; 2 (2):97-108.
23. Afrooz G, Dalir M. Perfectionism in gifted children family. *Rooyesh* 2017 Mar; 5(4) :47-70
24. Janis S. (2010). *Secrets of spiritual happiness*, U.N. published by night lotus book.
25. Ghadampour E, Amirian L, Kkhodaei S. The effectiveness of critical thinking teaching on attitude to creativity and intellectual vitality Lorestan University of medical sciences students. *Journal of Innovation and Creativity in Human Science*, 2018 Feb; 7(4): 219-240.
26. Dehdari, A., Afrooz, G. A., Ghobari Banab, B., & Azarbayejani, M. (2018). The prediction of mental health based on variables of Job Satisfaction, Spiritual Happiness. *Journal of Applied Psychological Research*, 9(2):17-30.
27. Holder MD, Coleman B, Wallace J. M. Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years.
8. Bangali M, Guichard J. The role of dialogic processes in designing career expectations. *Journal of Vocational Behavior*, 2012 Oct; 81(2):183-190.
9. Guichard P, Hachet V, Majubu N, Neves A, Demurtas D, Olieric N, GönczyP. Native architecture of the centriole proximal region reveals features underlying its 9-fold radial symmetry. *Current Biology*, 2013 Sep; 23(17):1620-1628.
10. Savickas ML. Career construction theory and practice. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*, 2013 Sep; 2: 144-180.
11. Di Fabio A. Career counseling and positive psychology in the 21st century: new constructs and measures for evaluating the effectiveness of intervention. *Journal of Counsellogy*, 2014 Jul; 1: 193-213.
12. Di Fabio G, Romanucci V, De Marco A, Zarrelli A. Triterpenoids from *Gymnema sylvestre* and their pharmacological activities. *Molecules*, 2014; 19(8): 10956-10981.
13. Savickas ML. Reflection and reflexivity during life-design interventions: Comments on career construction counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 2016 Dec; 97: 84-89.
14. Guichard J, Pouyaud J. Processes of identity construction in liquid modernity: Actions, emotions, identifications, and interpretations. *Counseling and action: Toward life-enhancing work, relationships, and identity*, 2015 Jan: 91-114.
15. Vader JP. Spiritual health: the next frontier. *The European Journal of Public Health*, 2006 Oct; 16(5):457-457.
16. Esfahani, MM. (2010). *Textbook of special nutrition and diet foods*, volume 1. Tehran: University of Science Tehran Medicine, School of Traditional Medicine.
17. Khomeini R. *Description of forty hadiths*. Tehran: Imam Khomeini (PBUH) Editing and Publishing Institute; 2015.

37. Diego-Cordero R, Suárez-Reina P, Badanta B, Lucchetti G, Vega-Escano J. The efficacy of religious and spiritual interventions in nursing care to promote mental, physical and spiritual health: A systematic review and meta-analysis. *Applied Nursing Research*, 2022 Oct; 67: 151618.
38. Ebadi B N, Hosseini M A, Rahgoi A, Fallahi Khoshknab M, Biglarian A. The Relationship between Spiritual Health and Happiness among Nursing Students. 3 2017 Jne; 5 (5) :23-30
39. Monk-Turner E, Turner C. Does yoga shape body, mind and spiritual health and happiness: Differences between yoga practitioners and college students? *International journal of yoga*, 2010 Nov; 3(2): 48-54.
40. Jallalian N, Ziapour A, Makari Z, Kianpour N. Investigating the relationship between the components of spiritual health and vitality in the students of Kermanshah University of Medical Sciences, *African Journal of Health Research*, 2017 Feb; 13(3):1010-1014.
41. Royce-Davis J, Stewart M. Addressing the Relationship between Career Development and Spirituality When Working with College Students. 2000
42. Duffy RD, Lent RW. Relation of religious support to career decision self-efficacy in college students. *Journal of Career Assessment*, 2008 Apr; 16(3): 360-369.
43. Duffy RD, Reid L, Dik BJ. Spirituality, religion, and career development: Implications for the workplace. *Journal of management, spirituality & religion*, 2010 Sep; 7(3):209-221.
44. Yang J. The happiness of the marginalized: Affect, counseling and self-reflexivity in China. In *The political economy of affect and emotion in East Asia* (pp. 45-62). Routledge. 2014
45. Yonaha YY. Pro Deo et patria: Reflexive spirituality and the youth of *Journal of happiness studies*, 2011 Dec; 11:131-150.
28. Dillard CB. On spiritual strivings: Transforming an African American woman's academic life. State University of New York Press. 2012.
29. Wood JL, Hilton AA. Spirituality and academic success: Perceptions of African American males in the community college. *Religion & Education*, 2012 Feb; 39(1):28-47.
30. Pattanawit P, Charoensukmongkol P. Benefits of workplace spirituality on real estate agents' work outcomes: the mediating role of person-job fit. *Management Research Review*, 2022 Jan; 45(11):1393-1411.
31. Lips-Wiersma M. The influence of spiritual "meaning-making" on career behavior. *Journal of Management Development*, 2002 Sep; 21(7): 497-520.
32. Smith JM, Arendt C, Lahman JB, Settle GN, Duff A. Framing the work of art: Spirituality and career discourse in the nonprofit arts sector. *Communication Studies*, 2006 Aug; 57(1): 25-46.
33. Duffy, R. D. Spirituality, religion, and career development: Current status and future directions. *The career development quarterly*, 2006 Dec; 55(1): 52-63.
34. Constantine MG, Miville ML, Warren, A. K., Gainor, K. A., & Lewis-Coles, M. A. E. Religion, spirituality, and career development in African American college students: A qualitative inquiry. *The Career Development Quarterly*, 2006 Dec; 54(3): 227-241.
35. Hirsbrunner LE, Loeffler DN, Rompf E L. Spirituality and religiosity: Their effects on undergraduate social work career choice. *Journal of Social Service Research*, 2012 Jan; 38(2): 199-211.
36. Oman D, Thoresen CE. Do religion and spirituality influence health? *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, 2005; 24: 435-459.

- Psychology and Educational Sciences, Karaj Branch. Islamic Azad University; 2015.
56. Daaleman TP, Frey BB. The Spirituality Index of Well-Being: A New Instrument for Health-Related Quality-of-Life Research. *Annals of Family Medicine*, 2004 Sep; 2(5): 499-503.
57. Madmoli Y, Ahmadi Y, Bigdeli Shamloo M, Rostami F, Khodadadi M, Raji M, Bandani Tarashoki E. Quarterly Journal of Medical Ethics, 2019 Jan; 12(43):1-9.
58. Di Fabio A, Maree JG, Kenny ME. Development of the Life Project Reflexivity Scale: A new career intervention inventory. *Journal of Career Assessment*, 2019 Feb; 27(2):358-370.
59. Malekiha M. Examining the psychometric characteristics of the reflection scale on the life project. *Journal of Researches of Cognitive & Behavioral Silences*, (In Press).
60. Super DE. Vocational development: The process of compromise or synthesis. *Journal of Counseling Psychology*, 1996 Dec; 3(4): 249-253.
61. Creed PA, Patton W. The development and validation of a short form of the Australian version of the Career Development Inventory. *Journal of Psychological Counseling School*, 2004 Feb; 14(2): 125-38
62. Sadeghi A, Baghban I, Bahrami F, Ahmadi S A, Creed P. Validation of the short form of the Career Development Inventory with an Iranian high school sample. *International Journal of Educational and Vocational Guidance*, 2011 Mar; 4 (2): 472-81.
- Iglesia Filipina Independiente. *Philippine Sociological Review*, 2016 Sep: 139-164.
46. Sharf RS. Applying career development theory to counseling. Cengage Learning. 2016
47. Savickas ML. Career counseling in the postmodern era. *Journal of cognitive Psychotherapy*, 1993 Feb; 7(3): 205-215.
48. Biberman J, Whitley M. A postmodern spiritual future for work, *Journal of Organizational Change Management*, 1997 Apr; 10(2): 30-188.
49. Howard BS, Howard JR. Occupation as spiritual activity, *The American Journal of Occupational Therapy*, 1997 Mar; 51(3): 181-185.
50. Kahnweiler W, Otte F L. In search of the soul of HRD. *Human Resource Development Quarterly*, 1997 Oct; 8(2): 171-181.
51. Chenot D, Kim H. Spirituality, religion, social justice orientation, and the career aspirations of young adults. *Journal of Social Work Education*, 2017 May; 53(4): 699-713.
52. Gockel A. The trend toward spirituality in the workplace: Overview and implications for career counseling. *Journal of employment counseling*, 2004 Dec; 41(4): 156-167.
53. Duffy RD, Blustein DL. The relationship between spirituality, religiousness, and career adaptability. *Journal of Vocational Behavior*, 2005 Dec; 67(3): 429-440.
54. Weiss JW, Skelley MF, Haughey JC, Hall DT. Calling, new careers and spirituality a reflective perspective for organizational leaders and professionals. In *Spiritual intelligence at work: Meaning, metaphor, and morals* (Vol. 5, pp. 175-201). Emerald Group Publishing Limited. 2003 Dec.
55. Chirian K, Afrooz G A. The relationship between religious beliefs and creativity and spiritual vitality. Master's thesis in psychology. Faculty of