

## **The Role of Emotional Maturity, Ego-Resiliency and Spiritual Intelligence in Prediction of Adjustment to College with Control of Cognitive Flexibility on Boy Students**

**Ali sharifi<sup>1</sup>, Mahnaz mehrabizade Honarmand<sup>\*2</sup>, mohamad rahimi<sup>3</sup>, Kiumars Beshlideh<sup>4</sup>,  
zaynab amini<sup>5</sup>**

1. M.Sc. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran
2. Professor of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran
3. M.Sc. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran
4. Associate Professor of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran
5. M.Sc. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Azad University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

### **Abstract**

The aim of the present study was to investigate the role of emotional maturity, ego-resiliency and spiritual intelligence in prediction of adjustment to college with control of cognitive flexibility on students. In a correlation study 277 students of shahidchamran university in Ahvaz city were selected via multistage cluster sampling method during the fall semester of the 2016-2017 academic year. The participants completed the items of Emotional Maturity Scale(Sing and Bahargava), Ego-Resiliency Scale(Block and Kreman), Spiritual Intelligence Scale(King), Adjustment to CollegeScale(Baker and Siryk) and Cognitive Flexibility Inventory(Dennis and Vander). To analysis the data, statistical methods of Pearson correlation coefficient and Analytical Hierrarchy Process were conducted. The results showed that emotional maturity, ego resiliency, spiritual intelligence and cognitive flexibility had a significant positive correlation with adjustment to college. Moreover Analytical Hierrarchy Process showed that emotional maturity, ego-resiliency and spiritual intelligence with control of cognitive flexibility were able to predict 28./. variance of adjustment to college scors. Therefore emotional maturity and spiritual intelligence were important predictors of adjustment to college, so in education programs for increase adjustment to college , emotional maturity, ego-resiliency and spiritual intelligence requires more attention.

**Keywords:** emotional maturity, ego-resiliency, spiritual intelligence, cognitive flexibility ,adjustment with university

---

\*. mahnazmehrabi8890@gmail.com

## نقش بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی در دانشجویان پسر

علی شریفی ریگی<sup>۱</sup>، مهناز مهرابی زاده هنرمند<sup>۲\*</sup>، محمد رحیمی<sup>۳</sup>، کیومرث شلیده<sup>۴</sup>، زینب امینی<sup>۵</sup>

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

[alisharifilordegan@gmail.com](mailto:alisharifilordegan@gmail.com)

۲. استاد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

[mahnazmehrabi8890@gmail.com](mailto:mahnazmehrabi8890@gmail.com)

۳. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

[rahimi.mohamad1990@gmail.com](mailto:rahimi.mohamad1990@gmail.com)

۴. دانشیار روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

[k.beshlideh@scu.ac.ir](mailto:k.beshlideh@scu.ac.ir)

۵. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اهواز، اهواز، ایران

[zeynab.amini91@yahoo.com](mailto:zeynab.amini91@yahoo.com)

### چکیده

هدف پژوهش، تعیین نقش بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه با کنترل «انعطاف‌پذیری شناختی» بود. در یک طرح همبستگی و با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای از بین دانشجویان پسر دانشگاه شهید چمران اهواز، تعداد ۲۷۷ دانشجوی پسر در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۵ انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌های بلوغ عاطفی سینگ و بهارگاوا، خودتاب‌آوری کلاهنن، هوش معنوی کینگ، سازگاری با دانشگاه بیکر و سیریک و انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و واندروال پاسخ دادند. داده‌های حاصل از پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی تجزیه و تحلیل شدند. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان دادند بین همه متغیرهای پیش‌بین و متغیر ملاک، همبستگی معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین انعطاف‌پذیری شناختی و متغیر ملاک همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود داشت. به علاوه، نتایج نشان دادند بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی به تبیین و پیش‌بینی ۲۸ درصد از واریانس سازگاری با دانشگاه قادر است. همچنین در تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی بلوغ عاطفی و هوش معنوی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه داشتند؛ بنابراین با توجه به نقش مهم بلوغ عاطفی، هوش معنوی در پیش‌بینی سازگاری دانشجویان، تمرکز بیشتر بر این متغیرها برای افزایش سازگاری دانشجویان، امری ضروری است و باعث بهبود عملکرد فرد در حوزه‌های فردی - اجتماعی و بهزیستی روانشناختی فرد می‌شود.

**واژه‌های کلیدی:** سازگاری با دانشگاه، بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری، هوش معنوی، انعطاف‌پذیری شناختی.

## مقدمه

دانشجویان با ورود به دانشگاه، مسئولیت‌های بیشتری را بر عهده می‌گیرند؛ با این حال هنوز به والدین خود یا دیگر بزرگسالان به‌عنوان منبع حمایتی تکیه می‌کنند. بیشتر دانشجویان به‌طور مرسوم تا حدودی از مسئولیت‌هایی که فرد بالغ بر عهده دارند، فارغ و آزادند؛ اما انتقال از دبیرستان به دانشگاه می‌تواند تجربه‌ی استرس‌زا برای برخی دانشجویان تلقی شود (عمیدطاهری، میکائیلی و عیسی زادگان، ۱۳۹۵). پژوهش‌ها به‌خوبی نشان دادند سازگاری با دانشگاه<sup>۱</sup> نیازمند توجه و بررسی بیشتری است؛ زیرا سازگاری با دانشگاه بر سایر فعالیت‌ها و ابعاد زندگی دانشجویان مانند بهداشت جسمی - روانی، عملکرد، انگیزش تحصیلی و سازگاری اجتماعی در حوزه‌های خارج از دانشگاه تأثیرگذار است (عمیدطاهری و همکاران، ۱۳۹۵). همچنین پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند فشار و استرس‌های زیاد دانشجویان در زندگی روزمره می‌تواند به شکست تحصیلی، افت عملکرد تحصیلی و مشکلات سازگاری منجر شود و تأثیر منفی بر بهزیستی روانشناختی و ارتباط اجتماعی افراد داشته باشد؛ بنابراین برای نیل به پیشرفت تحصیلی، عملکرد مناسب و بهبود ارتباطات اجتماعی و بهزیستی روانشناختی، بررسی و تمرکز بر سازگاری با دانشگاه حائز اهمیت است (کسکین، کسکین و کارتل، ۲۰۱۶). سازگاری با دانشگاه شامل موفقیت تحصیلی و رشد فردی است. دانشجویان سازگار افرادی‌اند که ضمن کسب نمرات بالا، ارتباط‌های اجتماعی صمیمانه و دوسویه و برخوردار از بهزیستی روانشناختی بالا، می‌توانند به‌خوبی دروس خود را بگذرانند و درنهایت فارغ‌التحصیل شوند (الیاس، محیودین و یولی، ۲۰۰۹). از نظر لوبکر و اتزل (۲۰۰۷) عوامل فشارزای متعددی

از جمله روابط انسانی جدید، درس‌های جدید، دوری از خانه و اسکان در خوابگاه در محیط دانشگاه وجود دارند که می‌توانند مشکلات سازگاری ایجاد کنند؛ به همین دلیل افراد برای اینکه بتوانند با چنین موقعیت‌های فشارزا سازش یابند، از راهبردهای مختلفی نظیر هوش معنوی بهره می‌گیرند. امروزه هوش معنوی اهمیت روزافزونی در رویکرد روانشناسی مثبت و روانشناسی تحولی دارد. هوش معنوی مجموعه‌ی ظرفیت‌های سازگاری در ذهن بر مبنای جنبه‌های غیرجسمانی و متعالی واقعیت است. درحقیقت هوش معنوی مجموعه‌ای از فعالیت‌هاست که علاوه بر لطافت و انعطاف‌پذیری در رفتار، سبب خودآگاهی و بینش عمیق نسبت به زندگی و هدفدار کردن آن می‌شود؛ به گونه‌ای که اهداف فراتر از دنیای مادی، ترسیم و همین امر موجب سازگاری روانشناختی فرد می‌شود؛ چون فرد با این سازگاری درصدد جلب رضایت خداوند است (عرفان، حقانی، امید و براتی، ۲۰۱۶). کینگ<sup>۲</sup> (۲۰۰۸)، به نقل از نیک‌منش و کیخا، (۱۳۹۴) بیان می‌دارد افراد به واسطه هوش معنوی بهترین و مناسب‌ترین تصمیمات را برای ارتقای سازگاری و انطباق‌پذیری با شرایط زندگی اتخاذ می‌کنند. یافته‌های پژوهشی (منصوری، خورشیدزاده و اصغری، ۲۰۱۶)؛ احمدیان، حکیم‌زاده و کردستانی، (۲۰۱۳) نشان دادند هوش معنوی نه‌تنها سازگاری را پیش‌بینی می‌کند، توانایی افراد را در حل مشکلاتشان و رسیدن به اهداف خود تسهیل می‌کند. احمدیان و همکاران (۲۰۱۳) در پژوهشی بین هوش معنوی و راهبردهای سازگارانه همبستگی مثبت پیدا کردند. گوپتا (۲۰۱۲) توصیف می‌کند هوش معنوی می‌تواند راهبرد مقابله‌ای برای حل مشکلات و مسائل پرتنش روزمره داشته باشد و در

<sup>2</sup>. King

<sup>1</sup>. adjustment with University

هیجان‌ها و رفتارهای ناسازگارانه پاسخ دهند؛ زیرا این افراد روش جایگزین مناسب برای پاسخگویی به استرس ندارند؛ البته در پژوهشی که نهرا (۲۰۱۴) انجام داد بین سازگاری و بلوغ عاطفی همبستگی مثبتی پیدا نکرد؛ ولی بلوغ عاطفی با عملکرد تحصیلی رابطه مثبتی داشت.

ممکن است در زندگی تحصیلی اتفاقاتی رخ دهد که دانشجویان برای مقابله مؤثر با آن نیازمند برخی ویژگی‌ها و مهارت‌ها نظیر خودتاب‌آوری باشند. خودتاب‌آوری همان درک و آگاهی فرد از اینکه می‌تواند به‌طور موفقیت‌آمیزی با خطرات و وقایع فشارزا مقابله کند و به‌واسطه خود کنترل مناسب، اختلال رفتاری - هیجانی خاصی را بروز ندهد (جان و لی، ۲۰۱۷). افراد با ویژگی خودتاب‌آوری نسبت به تجارب جدید پذیرا هستند و توانایی زیادی در حل مسئله دارند؛ به دلیل اینکه نگرش خوش‌بینانه و امیدوارانه نسبت به شرایط مختلف دارند و به‌صورت فعال و مؤثرتری با شرایط فشارزا مقابله می‌کنند و اینکه وقتی با شرایط مبهم و یا جدید روبه‌رو می‌شوند، سطح بیشتری از انعطاف‌پذیری و خودکارآمدی را نشان می‌دهند (جان و لی، ۲۰۱۷). در پژوهشی به نقش مهم تاب‌آوری در بهبود سازگاری افراد اشاره شد (جولانیها، پولادی، لک و احمدی، ۱۳۹۵). در این پژوهش بیان شد که افراد تاب‌آور، بهتر با مشکلات زندگی کنار می‌آیند و انعطاف‌پذیری بیشتری از خود نشان می‌دهند و این در بهبود سازگاری آنان نقش مهمی دارد. سازه روانشناختی دیگری که با سازگاری ارتباط دارد، انعطاف‌پذیری شناختی است.<sup>۲</sup> انعطاف‌پذیری شناختی توانایی فرد برای ارتباط کامل با زمان حال به‌عنوان انسان هوشیار و آگاه و توانایی برای

موقعیت‌های مختلف نقش مهمی ایفا کند؛ چون فرد می‌تواند از هوش معنوی برای چهارچوب‌دهی و تفسیر مجدد تجارب خود بهره‌گیرد و پاسخ بهتری به وضعیتی که در آن هست، بدهد.

علاوه بر نقش مهم هوش معنوی، رشد عاطفی و اجتماعی در سازگاری تحصیلی و بهبود سازگاری با محیط نقش اساسی دارد. برخی افراد اگرچه از نظر جسمی به بلوغ می‌رسند، ممکن است هرگز از نظر عاطفی به بلوغ نرسند. بلوغ عاطفی<sup>۱</sup> به توانایی هدایت و تسهیل تمایلات عاطفی برای رسیدن به اهداف در نظر گرفته شده اشاره دارد (یوسف، رحیم، مت‌پا، سی، جعفر و عیسی، ۲۰۱۱). رافیدالی (۲۰۱۷) توصیف می‌کند بلوغ عاطفی توانایی افراد برای مدیریت عواطف خود و همچنین ارزیابی حالت‌های عاطفی دیگران در روابط بین‌فردی، به‌منظور اتخاذ تصمیمات و اقدامات مناسب تعریف می‌شود. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش و در عین حال بی‌تفاوتی به برخی از محرک‌هایی است که بر فرد اثر می‌گذارند و ممکن است او را دستخوش احساسات منفی کنند (رافیدالی، ۲۰۱۷). در پژوهشی که محمودی (۲۰۱۲) روی دانشجویان یاسوج انجام داد، به این نتیجه رسید که بلوغ عاطفی با سطوح سازگاری در دانشجویان همبستگی مثبت دارد. کور و آرورا در پژوهشی (۲۰۱۴) به این نتیجه رسیدند که بلوغ عاطفی برای سازگاری بهتر با محیط تحصیلی لازم و ضروری است. در پژوهشی دیگر، کاپری و رانی (۲۰۱۴) به این نتیجه رسیدند که بلوغ عاطفی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای سطح موفقیت افراد در زندگی محسوب می‌شود. این پژوهشگران توصیف می‌کنند افرادی که بلوغ عاطفی کمتری دارند، هیجان‌ها خود را کمتر کنترل می‌کنند و ممکن است به موقعیت فشارزا تنها با تخلیه

<sup>۲</sup> ego-resiliency

<sup>۳</sup> cognitive flexibility

<sup>۱</sup> emotional maturity

می‌رسد؛ به همین دلیل پژوهش حاضر در پی پاسخ به این مسئله است تا اثر انعطاف‌پذیری شناختی را به‌عنوان متغیر کنترل که همراه با متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک تأثیر می‌گذارد، مشخص کند و نقش بلوغ عاطفی و خودتاب‌آوری و هوش معنوی را در ورای اثر انعطاف‌پذیری شناختی به‌عنوان پیش‌بین‌های سازگاری دانشجویان با دانشگاه بررسی کند. با توجه به کمبود پژوهش در حیطه سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه و همچنین توجه نکردن به نقش انعطاف‌پذیری شناختی، به‌عنوان متغیر کنترل در رابطه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک در پژوهش حاضر این سؤال مطرح است که آیا بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی می‌توانند پیش‌بین سازگاری با دانشگاه باشند، در حالی که انعطاف‌پذیری شناختی کنترل شود.

## روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی است. متغیرهای پیش‌بین در این پژوهش، بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی و متغیر ملاک سازگاری با دانشگاه و همچنین متغیر کنترل، انعطاف‌پذیری شناختی است. ملاک برای انتخاب متغیر کنترل، تأثیرگذاری این سازه همراه با متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک، براساس پژوهش‌های پیشین است. کرلینجر و پدهازور<sup>۲</sup> (کرلینجر و پدهازور، ۱۳۷۳/۱۳۹۳ ترجمه سرایی) درباره کنترل متغیر مداخله‌گر چنین بیان می‌کنند: برای اعمال کنترل در رگرسیون به قرار ذیل عمل می‌شود: در مرحله نخست، متغیر کنترل وارد معامله می‌شود و سپس در مرحله بعد، دیگر متغیرهای مستقل به معادله اضافه می‌شوند که تفاضل واریانس تبیین‌شده ناشی از متغیر کنترل، از واریانس تبیین‌شده کل متغیرها،

تغییر یا ادامه رفتار در جهت ارزش‌هایش است (هایز و استروساهل، ۲۰۰۴). به‌طور کلی توانایی تغییر آمایه‌های شناختی<sup>۱</sup> به‌منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعاریف انعطاف‌پذیری شناختی است (دنيس و واندروال، ۲۰۱۰). افرادی که توانایی تفکر انعطاف‌پذیر دارند، از توجهات جایگزین استفاده می‌کنند. به‌صورت مثبت چهارچوب فکری خود را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش‌انگیز یا رویدادهای استرس‌زا را راحت‌تر می‌پذیرند و نسبت به افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی ندارند، تاب‌آوری و سازگاری بیشتری دارند (پورتون، پاکنهام، براون، ۲۰۱۰). در پژوهشی (جانکو، ووتریچ و رایبه، ۲۰۱۴) انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری و سازگاری همبستگی مثبت داشت. به نظر می‌رسد انعطاف‌پذیری بیشتر به افراد کمک می‌کند تا بر روش‌های جایگزین تغییرات شناختی تمرکز بیشتری داشته باشند و بدین‌گونه سازگاری خود را بالا ببرند (جانکو و همکاران، ۲۰۱۴).

با توجه به اهمیت سازگاری با دانشگاه در بهداشت روانی دانشجویان و همچنین تأثیر آن در حوزه‌های خارج از دانشگاه، آگاهی از وضعیت روانشناختی دانشجویان و شناخت ابعاد سازگاری تحصیلی، اجتماعی، فردی - هیجانی و وابستگی به دانشگاه در آنان ضروری است. به همین منظور با توجه به همبستگی مثبت انعطاف‌پذیری شناختی و تاب‌آوری (پورتون و همکاران، ۲۰۱۰؛ جانکو و همکاران، ۲۰۱۴؛ تقی‌زاده و فرمانی، ۱۳۹۲) و بلوغ عاطفی (توحیدی، تاشک و زینعلی، ۱۳۹۵) و همچنین همبستگی مثبت با هوش معنوی (خدابخشی، حیدری و خوش‌کنش، ۱۳۹۵) تأثیرگذاری این سازه روانشناختی همراه با متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک محتمل به نظر

<sup>2</sup>. Kerlinjer & Pedhazur

<sup>1</sup>. cognitive sets

۱۹۹۰). همسانی درونی این مقیاس با محاسبه ضریب همبستگی‌های بین کل نمرات و نمرات هر یک از ۵ زیر مقیاس تعیین شد. ناپایداری هیجانی ۰/۷۵، بازگشت عاطفی ۰/۶۳، ناسازگاری اجتماعی ۰/۵۸، فروپاشی شخصیت ۰/۸۶ و نبود استقلال ۰/۴۲ به دست آمد (سینگ و بهارگاوا، ۱۹۹۰). در پژوهش سعادت‌ی شامیر، زحمتکش و خجسته (۱۳۹۱) برای تعیین پایایی مقیاس از آلفای کرانباخ استفاده کردند که ۰/۷۹ ذکر شد. همچنین روایی آن ۰/۷۳ گزارش شد. در پژوهش حاضر پایایی با آلفای کرانباخ ۰/۹۳ به دست آمد.

مقیاس خودتاب‌آوری (ERS)<sup>۲</sup>: این مقیاس را نخستین بار کلاهنن (۱۹۹۶) به شکل مقیاس خودگزارشی ارزیابی تاب‌آوری از عبارات پرسشنامه روانشناختی کالیفرنیا، اقتباس و روی نمونه‌ای از زوج‌های فارغ‌التحصیل شده کالیفرنیا اجرا کردند. بعدها بلاک و کریمن (۱۹۹۶) مقیاس ارزیابی خودتاب‌آوری را با اقتباس از پرسشنامه چندمرحله‌ای شخصیت مینه سوتا و پرسشنامه روانشناختی کالیفرنیا طراحی کردند. این مقیاس مشتمل بر ۱۴ گویه است که پاسخ‌ها را در یک مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرتی می‌سنجد و نمره‌گذاری آن از «هرگز کاربرد ندارد» (۱) تا «خیلی زیاد کاربرد دارد» (۴) است. ضریب آلفا با فرض تک‌عاملی بودن که آزمون تنها یک فاکتور اصلی را می‌سنجد، ۰/۷۶ گزارش شده است (بلاک و کریمن، ۱۹۹۶). این پژوهشگران ضریب اعتبار بازآزمایی آزمون را برای زنان و مردان در فاصله پنج سال به ترتیب ۰/۶۷ و ۰/۵۱ گزارش کردند. در پژوهش نریمانی و عباسی (۱۳۸۸) روایی آن مطلوب (۰/۷۹) ذکر شد. همچنین پایایی آن در این پژوهش با آلفای کرونباخ ۰/۸۴ گزارش شد. در پژوهش حاضر پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد.

حکایت از اعمال کنترل دارد. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد پسر ساکن مجتمع خوابگاهی وابسته به دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود. از بین کل دانشجویان طبق جدول کرجسی و مورگان، ۲۹۱ دانشجو به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد؛ بدین گونه که از بین همه بلوک‌های مجتمع خوابگاهی (تعداد کل ۴ بلوک) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای، ۲ بلوک، انتخاب و سپس پرسشنامه‌ها به صورت تصادفی بین دو بلوک توزیع شد و دانشجویان به ابزارهای پژوهش پاسخ دادند که از این تعداد، ۱۴ پرسشنامه به دلایلی از قبیل عدم برگشت و پاسخ‌دهی تصادفی از روند کار، خارج و در نهایت ۲۷۷ پرسشنامه تجزیه و تحلیل شدند. برای حفظ اصول اخلاقی، از آنان خواسته شد از ذکر نام و نام خانوادگی پرهیز کنند و با اطمینان از محرمانه‌بودن پاسخ‌ها با صداقت به سؤالات پاسخ دهند.

ابزار سنجش: مقیاس بلوغ عاطفی<sup>۱</sup> (EMS): سینگ و بهارگاوا (۱۹۹۰) این مقیاس را طراحی کردند. یک مقیاس گزارش شخصی ۵ گزینه‌ای (خیلی زیاد "۵"، زیاد "۴"، نامشخص "۳"، احتمالاً "۲"، هرگز "۱") و دارای ۴۸ گویه است. در این مقیاس ۵ خرده‌مقیاس اندازه‌گیری می‌شوند؛ ناپایداری هیجانی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و نبود استقلال. درخور ذکر است در این پژوهش از نمره کل مقیاس استفاده شده است. روایی این مقیاس در برابر معیارهای بیرونی یعنی پرسشنامه سازگاری برای دانشجویان کالج ۰/۶۴ به دست آمده است. همچنین پایایی آزمون - بازآزمون روی دانشجویان اندازه‌گیری شد و فاصله زمانی بین این دو آزمون ۶ ماه بود که همبستگی گشتاوری بین این دو اجرا ۰/۷۵ گزارش شد. همچنین روایی آن ۰/۷۷ ذکر شد. (سینگ و بهارگاوا،

<sup>۲</sup> Ego-Resiliency Scale

<sup>۱</sup> Emotional Maturity Scale

پژوهش میکائیلی منیع (۱۳۸۹) مطلوب ذکر شد (۰/۸۱). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI)<sup>۳</sup>؛ دنیس و واندروال (۲۰۱۰) این پرسشنامه را طراحی کردند و شامل ۲۰ سؤال بود. شیوه نمره‌گذاری آن براساس یک مقیاس لیکرتی ۷ درجه‌ای از کاملاً موافقم (۶)، موافق (۵)، تا حدودی موافق (۴)، نه موافق و نه مخالف (۳)، تا حدودی مخالف (۲)، مخالف (۱) تا کاملاً مخالفم (۰) است و تلاش می‌کند تا ۳ جنبه از انعطاف‌پذیری شناختی را بسنجد؛ ادراک کنترل‌پذیری توانایی، ادراک توجیه رفتار و ایجاد ادراک گزینه‌های مختلف. این پژوهشگران پایایی پرسشنامه حاضر را به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۹۱، و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱ به دست آوردند. دنیس و واندر (۲۰۱۰) در پژوهش خود نشان دادند پرسشنامه حاضر از ساختار عاطفی، روایی همگرا و روایی همزمان مناسبی برخوردار است. روایی همزمان این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک ۰/۳۹- و روایی همگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری رابین و مارتین<sup>۴</sup> ۰/۷۵ بود (رابین و مارتین به نقل از تقی‌زاده و فرمانی، ۱۳۹۲). در ایران ضریب اعتبار کل مقیاس ۰/۷۲ گزارش شد (سلطانی، شاره، بحرینیان و فرمانی، ۱۳۹۲). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد.

روش اجرا و تحلیل: شرکت‌کنندگان پس از ارائه توضیح راجع به اهداف پژوهش، محرمانه بودن اطلاعات و به کارگیری آنان برای اهداف پژوهش و اخذ رضایت کتبی با پرکردن پرسشنامه‌ها در مطالعه شرکت کردند. معیارهای ورود به پژوهش شامل تمایل به شرکت در مطالعه و وجود نداشتن بیماری پزشکی

پرسشنامه هوش معنوی (SIS): فرم اصلی پرسشنامه ۸۳ سؤال است که در پژوهش حاضر از فرم کوتاه آن استفاده شد که شامل ۲۴ گویه است و این مقیاس چهار بُعد را می‌سنجد؛ تفکر وجودی، معنی‌داری شخصی، هشیاری متعالی و گسترش حالت هشیاری (کینگ، ۲۰۰۸، به نقل از نیک‌منش و کیخا، ۱۳۹۴). به هر بعد در یک مقیاس پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافقم (۴) تا کاملاً مخالفم (صفر) نمره داده می‌شود. با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی در یک نمونه ۶۱۹ نفری از دانشجویان دانشگاه ترنت کانادا در سال ۲۰۰۷ آلفای کرونباخ ۰/۹۵ و پایایی با تصنیف ۰/۸۴ به دست آمد. در پژوهشی در ایران اعتبار این آزمون ۰/۷۸ به دست آمد (مشایخی دولت‌آبادی و محمدی، ۲۰۱۴). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسشنامه سازگاری با دانشگاه (SACQ)<sup>۱</sup>: بیکر و سیریک (۱۹۸۴) این ابزار را طراحی کردند و ۶۷ ماده دارد. این مقیاس از معدود مقیاس‌هایی است که با هدف سازگاری در موقعیت دانشگاه به کار رفته است و دارای ۴ خرده‌مقیاس سازگاری تحصیلی (۲۴ گویه)، سازگاری اجتماعی (۲۰ گویه)، سازگاری فردی - هیجانی (۱۵ گویه) و دلبستگی به دانشگاه است. پاسخگو در مقیاس لیکرتی پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافق "۵"، تا حدی موافق "۴"، نظری ندارم "۳"، تا حدی مخالف "۲"، کاملاً مخالف "۱" به سؤال‌های آزمون پاسخ می‌دهد. چهار نمره برای خرده‌مؤلفه‌ها و یک نمره کل محاسبه می‌شود. در بررسی بیکر و سیریک (۱۹۸۴) ضریب آلفای کرونباخ همه خرده‌مؤلفه‌ها بالای ۰/۸۰ بود. میکائیلی منیع (۱۳۸۹) ضریب خرده‌مقیاس سازگاری تحصیلی را در یک گروه ۹۰ نفری دانشجویی ۰/۸۴، سازگاری اجتماعی ۰/۷۲، سازگاری شخصی - هیجانی ۰/۶۹، دلبستگی به دانشگاه ۰/۹۰ و سازگاری کل ۰/۷۸ به دست آورد. روایی آن در

<sup>۳</sup> Cognitive Flexibility Inventory

<sup>۴</sup> Rabin & Martin

<sup>۱</sup> Spiritual Intelligence Scale

<sup>۲</sup> Student Adaptation to College Questionnaire

۲۳ سال بودند که تفاوت خاصی به لحاظ دیدگاه آنان مشاهده نشد. جدول ۱ اطلاعات مربوط به میانگین و انحراف معیار و همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه را نشان می‌دهد. با توجه به جدول ۱، همه متغیرهای پیش‌بین همبستگی معنی‌داری با متغیر ملاک دارند که بیشترین ضریب همبستگی بین بلوغ عاطفی ( $r = 0/56$ ) با متغیر ملاک و کمترین ضریب همبستگی بین تاب‌آوری ( $r = 0/36$ ) با متغیر ملاک است که هر دو در سطح  $p \leq 0/001$  معنی‌داری دارند. بین سایر متغیرها همبستگی معنی‌دار یافت شد.

جدی و محدودکننده بود که موجب کاهش انگیزه در تکمیل پرسشنامه‌ها می‌شود. تحلیل یافته‌ها با بسته نرم‌افزاری در علوم اجتماعی (SPSS) نسخه ۲۲، روش رگرسیون سلسله‌مراتبی و با سطح معنی‌داری  $p \leq 0/05$  انجام گرفت.

## یافته‌ها

تعداد ۱۴ پرسشنامه به دلایلی از قبیل عدم برگشت و پاسخ‌دهی تصادفی از روند کار خارج شد و در نهایت ۲۷۷ پرسشنامه تجزیه و تحلیل شدند. نمونه‌های این پژوهش بیشتر، دانشجویان پسر در دامنه سنی بین ۱۹ تا

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

سازگاری با دانشگاه	انعطاف‌پذیری شناختی	بلوغ عاطفی	خودتاب‌آوری	هوش معنوی
۱				
۰/۳۶*	۱			
۰/۵۶*	۰/۲۹*	۱		
۰/۳۶*	۰/۴۹*	۰/۶۱*	۱	
۰/۴۵*	۰/۴۰*	۰/۵۶*	۰/۵۸*	۱
۱۹۴/۸۰	۹۱/۶۶	۱۷۰/۵۵	۴۰/۵۲	۴۹/۴۶
۳۱/۵۱	۱۲/۹۵	۳۱/۰۲	۷/۲۰	۱۳/۸۸

\* $p \leq 0/001$

کند. در مرحله دوم وقتی همه متغیرها به‌طور همزمان وارد تحلیل می‌شوند، وزن تبیینی همه متغیرها به همراه متغیرهای کنترل برابر ۰/۳۴ می‌شود. تفاضل این دو عدد که می‌شود "۰/۲۸"، حکایت از آن دارد که متغیرهای پیش‌بین با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی ۲۸ درصد از واریانس سازگاری با دانشگاه را تبیین و پیش‌بینی می‌کند که این تفاوت در سطح آماری  $p \leq 0/001$  معنی‌دار است.

به‌منظور پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه براساس متغیرهای پیش‌بین با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی از روش تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی استفاده شد. در تحلیل رگرسیون به شیوه سلسله‌مراتبی به‌منظور کنترل متغیر انعطاف‌پذیری شناختی، لازم است ابتدا متغیر کنترل را وارد تحلیل و سپس متغیرهای پیش‌بین را اضافه کرد. با توجه به مندرجات جدول ۲، در مرحله نخست متغیر انعطاف‌پذیری شناختی (متغیر کنترل) قادر است ۶ درصد از واریانس متغیر ملاک را پیش‌بینی



**جدول ۲. تحلیل رگرسیون نمرات متغیر ملاک بر اساس متغیرهای پیش‌بین با روش سلسله‌مراتبی**

مدل	R	R <sup>2</sup>	R اصلاح شده	F	p
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۳۲	۰/۰۶۱	۰/۰۵۸	۱۴/۵۸۳	≤۰/۰۰۱
انعطاف‌پذیری شناختی					
بلوغ عاطفی	۰/۶۶	۰/۳۴۹	۰/۳۴۱	۳۰/۶۲۹	≤۰/۰۰۱
خودتاب‌آوری					
هوش معنوی					
مقادیر دلنا	ΔR=۰/۳۴	ΔR <sup>2</sup> =۰/۲۷	ΔR اصلاح شده=۰/۲۴	ΔF=۱۶/۰۴	

با توجه به جدول شماره ۳، در رگرسیون سلسله‌مراتبی، وزن استاندارد انعطاف‌پذیری شناختی (متغیر کنترل) برابر ۰/۲۳۹ است و این بیان‌کننده ضریب همبستگی ساده این متغیر با سازگاری با دانشگاه (متغیر ملاک) است که ارتباط در اینجا مثبت و معنی‌دار است. در مرحله بعد وقتی همه متغیرهای پیش‌بین به همراه متغیر کنترل وارد تحلیل می‌شود، سهم متغیر انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی متغیر ملاک (۰/۰۰۹=بتا) تقلیل پیدا می‌کند که این مقدار بیانگر ضریب تأثیر انعطاف‌پذیری شناختی بر سازگاری با دانشگاه پس از کنترل یا زدودن اثر متغیرهای پیش‌بین از ارتباط انعطاف‌پذیری شناختی و سازگاری با دانشگاه

است که در اینجا همبستگی بین انعطاف‌پذیری شناختی و سازگاری با دانشگاه معنی‌دار نیست. به نظر می‌رسد انعطاف‌پذیری شناختی در یک سطحی از کنش با متغیرهای پیش‌بین به‌منظور پیش‌بینی متغیر ملاک، اهمیت کمتری پیدا می‌کند و در نتیجه تأثیر آن تقلیل پیدا می‌کند؛ البته آزمون دوربین واتسون ۱/۷۲ به دست آمد که بیان‌کننده استقلال مشاهدات است. با توجه به جدول ۳، پس از کنترل انعطاف‌پذیری شناختی، نقش متغیرهای پیش‌بین بلوغ عاطفی و هوش معنوی به‌جز خودتاب‌آوری در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه معنی‌دار است.

**جدول ۳. پیش‌بینی متغیر ملاک از روی متغیرهای پیش‌بین (ضرایب رگرسیون سلسله‌مراتبی)**

مدل	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده	t	p
	B	خطای معیار			
مقدار ثابت	۱۴۵/۰۷۳	۱۱/۸۱۰		۱۱/۴۵۵	۰/۰۰۱
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۴۹۸	۰/۱۲۹	۰/۲۳۹	۳/۷۱۵	۰/۰۰۱
مقدار ثابت	۱۵۷/۰۰۰	۲۱/۰۵۰		۷/۱۰۹	۰/۰۰۱
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۰۱۱	۰/۱۲۲	۰/۰۰۹	۰/۰۷۵	۰/۸۶۰
بلوغ عاطفی	۰/۳۶۰	۰/۰۶۹	۰/۳۲۱	۴/۱۵۵	۰/۰۰۱
خودتاب‌آوری	۰/۰۸۳	۰/۲۸۵	۰/۰۲۷	۰/۲۰۹	۰/۷۳۰
هوش معنوی	۰/۵۱۰	۰/۱۴۸	۰/۲۶۱	۳/۳۱۴	۰/۰۰۱

## بحث

هدف پژوهش، تعیین نقش بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی بود. نتایج پژوهش حاکی از تبیین و پیش‌بینی ۲۸ درصد از واریانس متغیر ملاک توسط متغیرهای پیش‌بین با کنترل انعطاف‌پذیری شناختی است و این تفاوت در سطح آماری  $p \leq 0/001$  معنی‌دار است. نتایج پژوهش نشان دادند بلوغ عاطفی به‌طور مثبت نقش معنی‌داری در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه دارد و این همسو با پژوهش‌های پیشین (رافیدالی، ۲۰۱۷؛ محمودی، ۲۰۱۲؛ کور و آرورا، ۲۰۱۴؛ کاپری و رانی، ۲۰۱۴) است. در تبیین مطلب فوق می‌توان ذکر کرد افراد با ویژگی بلوغ عاطفی گرایش به خودتنظیمی دارند و مدیریت بهتری بر هیجانات خود دارند. این افراد توانایی تحمل تنش و نگرانی را در عین حال که نسبت به آن بی‌تفاوت‌اند، دارا هستند؛ بنابراین امکان بروز رفتارهای ناسازگانه در واکنش به موقعیت‌های فشارزا در آنان تقلیل پیدا می‌کند و این در بهبود سازگاری آنان نقش مهمی دارد. در این پژوهش هوش معنوی پس از کنترل متغیر انعطاف‌پذیری شناختی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه داشت که این با پژوهش‌های پیشین (منصوری و همکاران، ۲۰۱۶؛ احمدیان و همکاران، ۲۰۱۳؛ گوپتا، ۲۰۱۲) همسو است. کینگ (۲۰۰۸)، به نقل از نیک منش و کیخا، (۱۳۹۴) توصیف می‌کند که افراد با هوش معنوی زیاد، زندگی را با معنا و هدفمند تلقی می‌کنند و با توجه به اینکه اتفاقات را در پرتو معنای کلی زندگی تفسیر می‌کنند، هنگام مواجهه با ناسازگاری‌های زندگی، کمتر دچار ناامیدی می‌شوند، راحت‌تر با آن کنار می‌آیند و تحمل بیشتری در برابر فشارهای زندگی دارند و این باعث افزایش سازگاری می‌شود. به عبارت دیگر، افراد با هوش

معنوی از خودآگاهی بیشتری برخوردارند و درک عمیق‌تری از نقاط ضعف و قدرت خود دارند و این قابلیت نقش بارزی در ایجاد بصیرت و بینش نسبت به خود و محیط پیرامون دارد و قدرت سازش‌پذیری را افزایش می‌دهد. از دیگر یافته‌های مهم پژوهش حاضر می‌توان اشاره کرد که در همبستگی ساده بین متغیرها، ارتباط خودتاب‌آوری با سازگاری با دانشگاه مثبت و معنی‌دار بود که با پژوهش‌های جان و لی (۲۰۱۷)؛ تقی‌زاده و فرمانی (۱۳۹۲) همسو است. جان و لی (۲۰۱۷) توصیف می‌کنند که افراد خودتاب‌آور می‌توانند به‌طور موفقیت‌آمیزی با خطرات و وقایع فشارزا مقابله کنند و با خودکنترلی مناسب اختلال رفتاری هیجانی خاصی را بروز ندهند. در واقع این افراد در شرایط و موقعیت‌های متغیر و به‌هنگام ناملایمات و مشکلات زندگی، انعطاف‌پذیری خوبی از خود نشان می‌دهند و قدرت تحمل‌پذیری بیشتری پیدا می‌کنند؛ اما در تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی، نقش خودتاب‌آوری در پیش‌بینی سازگاری با دانشگاه معنی‌دار نبود. به نظر می‌رسد خودتاب‌آوری در سطحی از کنش با متغیرهای پیش‌بین به‌منظور پیش‌بینی متغیر ملاک اهمیت کمتری پیدا می‌کند و همبستگی مثبت و معنی‌دار این سازه با متغیرهای پیش‌بین دیگر گویای این مسئله است؛ البته در پژوهش کنونی، آزمون دوربین واتسون بیان‌کننده استقلال مشاهدات است؛ بنابراین همبستگی زیاد بین متغیرهای پیش‌بین دور از انتظار است. علاوه بر موارد ذکر شده، در پژوهش حاضر وقتی انعطاف‌پذیری شناختی به‌صورت متغیر پیش‌بین و جدا از بقیه متغیرهای پیش‌بین وارد تحلیل شد، همبستگی مثبت و معنی‌داری با متغیر ملاک داشت که این همسو با پژوهش‌های پیشین (دنيس و واندروال، ۲۰۱۰؛ بورتون و همکاران، ۲۰۱۰؛ جانکو و همکاران، ۲۰۱۴) است. بورتون و همکاران (۲۰۱۰) توصیف می‌کنند افرادی که توانایی

تفکر انعطاف‌پذیر دارند، از توجهات جایگزین استفاده می‌کنند، به صورت مثبت چهارچوب فکری خود را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش‌انگیز یا رویدادهای استرس‌آمیز را راحت‌تر می‌پذیرند و نسبت به افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی ندارند سازگاری و تاب‌آوری بیشتری دارند؛ ولی در مرحله بعد، وقتی متغیر انعطاف‌پذیری شناختی به همراه دیگر متغیرهای پیش‌بین وارد تحلیل سلسه‌مراتبی شد، سهم آن در تبیین و پیش‌بینی متغیر ملاک تقلیل پیدا کرد؛ به گونه‌ای که نقش معنی‌داری در پیش‌بینی متغیر ملاک نداشت. کاهش ضریب استاندارد رگرسیون انعطاف‌پذیری شناختی در مرحله دوم، یعنی پس از ورود متغیرهای بلوغ عاطفی، خودتاب‌آوری و هوش معنوی نشان می‌دهد تمام اثر انعطاف‌پذیری شناختی از طریق متغیرهای پیش‌بین به سازگاری در دانشگاه منتقل می‌شود؛ هرچند در این تحلیل، کارکرد متغیر انعطاف‌پذیری شناختی به عنوان متغیر کنترل در نظر گرفته شد، بررسی وضعیت این متغیر به عنوان متغیر مستقل و متغیرهای پیش‌بین به عنوان متغیرهای میانجی‌گر نیز با اهمیت است. از دیگر یافته‌های جانبی پژوهش به همبستگی مثبت و معنی‌دار بین خودتاب‌آوری و بلوغ عاطفی اشاره می‌شود. بلوغ عاطفی در واقع توانایی تحمل تنش و در عین حال بی‌تفاوتی به برخی از محرک‌هایی است که بر فرد اثر می‌گذارد و او را دستخوش احساسات و هیجانات منفی می‌کند. این افراد به کنترل و کنار آمدن با احساسات و هیجانات خود قادرند و این در افزایش خودتاب‌آوری نقش مهمی دارد (یوسف و همکاران، ۲۰۱۱). در این پژوهش همچنین انعطاف‌پذیری شناختی همبستگی مثبت و معنی‌داری با خودتاب‌آوری داشت؛ بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت در ورای اثر انعطاف‌پذیری شناختی، متغیرهای پیش‌بین،

بلوغ عاطفی و هوش معنوی، به جز خودتاب‌آوری هر کدام نقش مهمی در افزایش سازگاری با دانشگاه دارند. به همین منظور لازم است متخصصان درگیر در امر آموزش با ارائه راهکارها و برنامه‌های آموزشی، بلوغ عاطفی و هوش معنوی دانشجویان را افزایش دهند تا سازگاری دانشجویان با دانشگاه بیشتر شود و در نتیجه عملکرد فرد در حوزه‌های فردی - اجتماعی و بهزیستی روانشناختی بهبود یابد. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان ذکر کرد که پژوهش حاضر روی نمونه دانشجویی پسر بود و مشکل تعمیم‌نیافتن به نمونه‌های غیردانشجویی و جمعیت‌های بالینی وجود دارد؛ بنابراین پژوهش‌های آتی می‌تواند وجود این ارتباط را در دانشجویان دختر و غیردانشجویی بررسی کند. همچنین پژوهش‌های آینده می‌تواند بر شناسایی متغیرهای واسطه‌ای متمرکز شوند که در ارتباط بلوغ عاطفی و هوش معنوی با سازگاری با دانشگاه نقش دارند.

با توجه به اینکه سازگاری با دانشگاه، یکی از ابعاد سلامتی است و به توجه بیشتری نیاز دارد، پیشنهاد می‌شود در مراکز مشاوره و دانشگاه مشاوره‌های تخصصی و برنامه‌های مداخله‌ای در زمینه بهبود سطوح سازگاری، ارائه و کارگاه‌های آموزشی مرتبط هم برگزار شوند. همچنین با توجه به اینکه سازگار نبودن با دانشگاه ممکن است به ترک تحصیل و رها کردن دانشگاه منجر شود، توصیه می‌شود دانشجویان نیازمند کمک که نمی‌توانند خود را با محیط دانشگاه سازگار کنند، شناسایی و مشاوره‌های تخصصی در این زمینه به آنان ارائه شوند.

### منابع

نقی‌زاده، ا.، و فرمانی، ا.، (۱۳۹۲). بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی نومییدی و

- اول. پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، ۴ (۱۳)، ۳۱-۴۴.
- میکائیلی منیع، ف. (۱۳۸۹). رابطه سبک هویت، تعهد هویت، جنسیت با سازگاری با دانشگاه. *مطالعات روانشناختی*، ۲ (۶)، ۵۲-۷۳.
- نریمانی، م. و عباسی، م. (۱۳۸۸). بررسی ارتباط سرسختی روانشناختی و خودتاب‌آوری با فرسودگی شغلی. *مدیریت بهره‌وری (فراسوی مدیریت)*، ۲ (۸)، ۷۵-۹۲.
- نیک‌منش، ز. و کیخا، ش. (۱۳۹۴). نقش خودکارآمدی و هوش معنوی در تاب‌آوری پرستاران مراکز آموزشی و درمانی شهرستان زاهدان. *مجله توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی*، ۱۲ (۳)، ۷۱-۷۸.
- Ahmadian, E., Hakimzadeh, A., & Kordestani, S. (2013). Job stress and spiritual intelligence: A case study. *World Applied Sciences Journal*, 22(11), 1667-1676.
- Baker, R. W., & Stryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-188.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349.
- Burton, N. W., Pakenham, K. I., & Brown, W. J. (2010). Feasibility and effectiveness of psychosocial resilience training: a pilot study of the READY program. *Psychology, Health & Medicine*, 15(3), 266-277.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253.
- Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment among first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.
- Erfan, A., Haghani, F., Omid, A., & Baratali, M. (2016). Midwifery and Nursing Students' Emotional Intelligence and Its Relation to Spiritual Intelligence. *Iranian Journal of Psychology*, 1(1), 1-12.
- تاب‌آوری در دانشجویان. *فصلنامه روانشناسی شناختی*، ۱ (۲)، ۶۵-۷۵.
- توحیدی، ا.، تاشک، آ.، و زینعلی، آ. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بلوغ عاطفی و هوش هیجانی با انعطاف‌پذیری و سازگاری تحصیلی در دانش آموزان. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید باهنر کرمان.*
- جولائیها، س.، پولادی، ا.، لک، ا.، و احمدی، ن. (۱۳۹۵). نقش تاب‌آوری در پیش‌بینی سازگاری بیماران با علائم درد مزمن. *مجله دانشور دانشگاه شاهد*، ۲۴ (۱۲۵)، ۱۳-۲۳.
- خدابخشی، آ.، حیدری، ص.، و خوش‌کنش، ا. (۱۳۹۵). ارتباط هوش معنوی با تاب‌آوری و انعطاف‌پذیری در برابر استرس و ترجیح روش زایمان در بین زنان باردار. *مجله زنان مامایی و نازایی ایران*، ۱۶ (۵۸)، ۵-۸.
- کرلینجر، ف. ا. و پدهازور، آل. جی. (۱۳۹۳). رگرسیون چندمتغیری در پژوهش‌های رفتاری. *ترجمه ح. سرایی. تهران: نشر دانشگاهی (سال انتشار به زبان اصلی، ۱۹۷۳)*
- سعادت‌ی شامیر، ا.، زحمتکش، ز.، و خجسته، ش. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش راهبردهای شناختی رفتاری بر افزایش بلوغ عاطفی و شادکامی. *فصلنامه پژوهش‌های تربیتی*، ۸ (۳۳)، ۱-۱۲.
- سلطانی، ا.، شاره، ح.، بحرینیان، ح.، و فرمانی، ا. (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی در ارتباط بین سبک‌های مقابله‌ای و تاب‌آوری با افسردگی. *اصول بهداشت روانی*، ۱۸ (۲)، ۸۸-۹۶.
- عمیدطاهر، م.، میکائیلی منیع، ف.، و عیسی‌زادگان، ع. (۱۳۹۵). بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های شناختی - اجتماعی سازگاری با دانشگاه در دانشجویان سال

- Lubker, J. R., & Etzel, E. F. (2007). College adjustment experiences of first-year students: Disengaged athletes, nonathletic and current varsity athletes. *NASPA Journal*, 44(3), 457-480.
- Mahmoudi, A. (2012). Emotional maturity and adjustment level of college students. *Education Research Journal*, 2(1), 18-19
- Mansoury, M., Khorshidzade, M., & Asgary, A. (2016). Relationship of spiritual intelligence components with students' adjustment (Hubungan Perkaitan Komponen Kecerdasan Spiritual dengan Kesesuaian Pelajar). *Jurnal Pendidikan Malaysia (Malaysian Journal of Education)*, 41(1), 25-32.
- Mashayekhi - Dolatabadi, M. R., & Mohammadi, M. (2014). Resilience and spiritual intelligence predictors of academic self-efficacy in urban and rural students. *Journal of School Psychology*, 3(2), 205-225.
- Nehra, S. (2014). Relationship between adjustment and emotional maturity of IX class students. *Educationia Confab*, 3(2), 14-22.
- Rafeedali, E. (2017). Influence of self-concept and emotional maturity on leadership Behavior of secondary schools Heads in Kerala, India. *European Journal of Education Studies*, 8(11), 11-19.
- Singh, Y., & Bhargava, M. (1990). Manual for Emotional Maturity Scale. Agra: *National Psychological Corporation*, 12(9), 7-16.
- Yusoff, M. S. B., Rahim, A. F. A., Mat Pa, M. N., See, C. M., Ja'afar, R., & Esa, A. R. (2011). The validity and reliability of the USM Emotional Quotient Inventory (USMEQ-i): its use to measure Emotional Quotient (EQ) of future medical students. *International Medical Journal*, 18(4), 293-9.
- Journal of Medical Education*, 16, 232-241.
- Gupta, G. (2012). Spiritual intelligence and emotional intelligence in relation to self-efficacy and self-regulation among college students. *International Journal of Social Sciences and Interdisciplinary Research*, 1(2), 60-70.
- Hayes, S. C., & Strosahl, K. D. (2004). A practical guide to acceptance and commitment therapy. Springer Science and Business Media, 12(14), 17-21.
- Johnco, C., Wuthrich, V. M., & Rapee, R. M. (2014). The influence of cognitive flexibility on treatment outcome and cognitive restructuring skill acquisition during cognitive behavioural treatment for anxiety and depression in older adults: Results of a pilot study. *Behavior Research and Therapy*, 57(21), 55-64.
- Jun, W. H., & Lee, G. (2017). The role of ego-resiliency in the relationship between social anxiety and problem solving ability among South Korean nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 17-21
- Kapri, U. C., & Rani, N. (2014). Emotional Maturity: Characteristics and Levels. *International Journal of Technological Exploration and Learning*, 3(1), 359-361.
- Kaur, J., & Arora, B. (2014). Coping styles among teachers trainees in relation to emotional maturity. *Impact: International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature*, 2(4), 29-34.
- Keskin, Y., Keskin, S. C., & Kirtel, A. (2016). Examination of the compatibility of the questions used by social studies teachers in the class with the program achievements according to the SOLO taxonomy. *Journal of Education and Training Studies*, 4(4), 68-76.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 297-309.