فصلنامه ایده های نوین روانشناسی

دوره ۴، شماره ۸ ، بهار سال ۹۹

تاثیر خرَد بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه های آزاد اسلامی استان تهران

زهرا جوانی[۱]، طهمورث آقاجانی[۲]، بهزاد شوقی[۳]

چکیده

هدف از پژوهش حاضر پیش بینی سلامت روان دانشجویان بر اساس خرد بود. روش پژوهش برحسب هدف کاربردی و به لحاظ روش گرداوری داده ها توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان دانشگاه های آزاد اسلامی استان تهران می باشد. دراین پژوهش از بین واحدهای دانشگاه های آزاد اسلامی استان تهران دو واحد ملارد و علوم تحقیقات با استفاده از روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند و در هر واحد تعداد ۱۰۰ نفر از دانشجویان (در مجموعه ۲۰۰ دانشجو) در آزمون شرکت کردند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (۱۹۸۸) و پرسشنامه خردمندی آردلت (۲۰۰۳) بودند. متناسب با سطح سنجش داده‌ها و مفروضات آماری، از رگرسیون خطی چندگانه جهت آزمون فرضیه ها استفاده شد. نتایج تحلیل آماری نشان داد عوامل ژرف نگری و عاطفی با سلامت روان دانشجویان در سطح ۰.۰۵ درصد رابطه ی منفی معنادار دارند و منفی بودن ضرایب در واقع نشان دهنده این است که با افزایش این عوامل، میزان اختلالات روانشناختی دانشجویان کاهش می‌یابد.

واژگان کلیدی: خرد، سلامت روان، ژرف نگری، اختلالات روانشناختی

[۱] دانشجوی کارشناسی ارشد، روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ملارد، تهران، ایران

[۲] استادیار گروه روانشناسی، روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهر قدس، تهران، ایران

[۳] فارغ التحصیل دکتری، گروه مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۴، شماره ۸ ، بهار سال ۹۹

مقدمه

سلامت روان[1] «حالتی از رفاه است که در آن هر فرد به توانایی خویش واقف بوده، می‌تواند با فشارهای طبیعی زندگی کنار بیاید، به صورت مفید و ثمربخش کار کند، و قادر به مشارکت در جامعه خود باشد» (فیست و برتون[2]، ۲۰۱۴، به نقل از فیروزبخت، ۱۳۹۷). سلامت روان اغلب در مفهوم ساده فقدان بیماری به کار می‌رود، ولی مفهوم گسترده‌تری را نیز در بر دارد (هریس[3]، اسپنگلر[4] و گولر[5]، ۲۰۱۶). تعریف سلامت روان دارای مولفه‌هایی است که شامل ابعاد مختلف زندگی فرد می‌شود و به صورت کلی می‌توان گفت که سلامت روان را قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب تعریف کرده و بر این باورند که سلامت روان توان واکنش در برابر انواع گوناگون تجربیات زندگی به صورت انعطاف‌پذیر و معنی دار است (کارتر[6]، پاورز[7] و بردلی[8]،۲۰۲۰). در بررسی‌هایی که توسط پژوهشگران صورت گرفته افراد اغلب مواردی از نمونه‌های زیر را به عنوان مشخصه‌های سلامت مطرح کرده‌اند: شرایط مادی و مصرفی، یکی زندگی خانوادگی مانند ازدواج کردن و فرزند داشتن (براون[9] و همکاران، ۲۰۱۶). علاوه بر این بهداشت شخصی و خانوادگی به همراه موضوعات مرتبط به کار نیز تعیین کننده مهمی هستند و هر چند به مسائل بین‌المللی و داخلی به ندرت اشاره شده؛ مطالعات نشان داده‌اند که این موضوع نیز تاثیر قابل توجهی در شادی مردم دارد (میلز[10] و همکاران، ۲۰۲۰).

با توجه به بررسی‌ها و مطالعات صورت گرفته در مورد عوامل تأثیرگذار بر سلامت روان، به نظر می‌رسد یکی از متغیرهای تاثیرگذار بر سلامت روانی افراد، خرد است (نیکوگفتار و سعیدی، ۱۳۹۳). خرد[11] مقوله‌ای است که علاقه به آن در حوزه روانشناسی و خارج از این حوزه به سرعت رو به فزونی است و در طول دو دهه گذشته، پژوهش‌های روانشناسی پیرامون خرد به شدت از نظر کمیت، رشد یافته است. (نوقابی و همکاران، ۱۳۹۵). کیفیت و پیچیدگی عملیاتی طرح‌های پژوهشی حوزه خرد نیز با رشد فراوانی روبرو بوده است. (گراسمن[12] و همکاران، ۲۰۱۳). برخی روان‌شناسان خرد را صفات شخصی تعریف می‌کنند که برای رشد و بالندگی به زمان نیاز دارند (کرامر، ۲۰۰۳)؛ مثلاً، اریکسون (۱۹۸۲) خرد را فضیلت یا قدرت فردی تعریف می‌کند که پس از سپری شدن سال‌ها و حل بحران‌های روانی نمایان می‌شود. اریکسون همچنین بیان می‌دارد که خرد در دغدغه آگاهانه اما بی‌طرفانه فرد در زندگی هنگام مواجهه با مرگ بروز می‌یابد. خرد می‌تواند از طریق تجاربی مانند حل موفق بحران‌های زندگی توسعه یابد. گلاک[13] و

[1] -Psychological health
[2] -Fist & Burton
[3]- Harris
[4] -Spengler
[5] -Gollery
[6] -Carter
[7] -Powers
[8] -Bradley
[9] -Brown
[10] -Mills
[11] -Wisdom
[12]-Grossmann
[13] -Gluck

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

بلاک[1] (۲۰۱۳) خرد را منبع شخصی بکار رفته برای انتقال چالش‌ها و تغییرات اساسی زندگی تعریف می‌کنند و بیان می‌دارند که افرادی که نمرات بالایی در چهار منبع (تسلط، گشادگی، تعمق و همدلی و تنظیم هیجانی) کسب می‌کنند می‌توانند خرد را از تجربه تغییرات اساسی زندگی، با جستجو برای تجارب تقویت کننده خرد و مواجهه با چالش‌های زندگی خود و دیگران به شیوه‌ای که خرد را ترویج دهد توسعه دهند. محققان گروه سوم خرد را فرآیند مثبت زندگی واقعی تعریف می‌کنند. این نظریه‌پردازان معتقدند خرد از طریق فرآیند تعامل با محیط فرد بوجود می‌آید. آن‌ها بیان می‌دارند که چنین عواملی به‌عنوان صفات شخصی و دانش غنی زندگی می‌توانند بروز خرد را تسهیل کنند، اما هم‌چنین بیان می‌دارند که این عوامل خوشان خرد را تشکیل نمی‌دهند. خرد در زندگی واقعی زمانی بروز می‌یابد که افراد از دانش زندگی و صفات و فضایل شخصی در زمینه‌های زندگی واقعی استفاده می‌کنند و اعمالشان تاثیرات مثبتی بر خودشان و دیگران دارد (استرنبرگ، ۲۰۰۷).

از آنجاییکه مفهوم خردِ فردی یکی از شاخص‌های بلوغ شخصیت و بهزیستی روانی است (فکس[2]، ۲۰۱۷)، انتظار می‌رود در روایی همگرا روابط مثبتی با سایر شاخص‌های بلوغ شخصیت یا رشد مانند رشد خود ، بلوغ خود و مقیاس‌های بلوغ مرتبط با آرامش روانی یعنی رشد و هدفمندی فردی در زندگی وجود داشته باشد (لیماس[3] و هانسون[4]، ۲۰۰۴). جدا از سایر شاخص‌های بلوغ یا رشد شخصیت، ابعادی از شخصیت وجود دارند که پیشایندهای مهم یا روابط رشد شخصیت ژرف نگری می‌شوند مانند گشادگی به تجارب و آمادگی روانی. افرادی که نسبت به تجارب جدید گشادگی دارند، احتمالاً زمینه‌های جدیدی را می‌بینند که در آن‌ها به نگرش‌های جدید دست می‌یابند و احتمالاً اطلاعات متفاوتی را درباره خود پردازش می‌کنند (وبستر[5]، ۲۰۰۷). توجه به مسائل روانی به درون‌نگری و تعمق پیرامون زندگی کمک می‌کند و بنابراین خرد فردی را تسهیل می‌کند (باچمن[6]، هابیچ[7] و دیرکاسمیر[8]، دیرکاسمیر[8]، ۲۰۱۷).

با بررسی مطالعات پیرامون حوزه خرد و سلامت روان می توان اظهار داشت سلامت روان یک عامل مهم در پیش‌بینی عواقب و دستاوردهای آتی دانشجویان است (کلینسیو[9] و کازان[10]، ۲۰۱۴) و به عنوان یک عامل مهم و موثر بر ماندگاری دانشجویان در دانشگاه به رسمیت شناخته شده است. با توجه به مطالب گفته شده پژوهش حاضر در صدد پاسخگویی به این سوال است که آیا بین خرد و سلامت روان دانشجویان رابطه وجود دارد؟

روش

این تحقیق را می توان از نظر هدف، از نوع تحقیقات کاربردی و از لحاظ نحوه ی گردآوری داده ها تحقیق توصیفی از نوع همبستگی دانست. جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان دانشگاه های آزاد اسلامی استان تهران می باشد. به منظور توزیع

[1] -Bluck
[2] - Fox
[3] -Limas
[4] -Hansson
[5] -Webster
[6] - Bachmann
[7] - Habisch
[8]- Dierksmeier
[9] - Clinciu
[10] - Cazan

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

یکنواخت نمونه، از بین واحدهای دانشگاه های آزاد اسلامی استان تهران دو واحد ملارد و واحد علوم تحقیقات با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند و در هر واحد تعداد ۱۰۰ نفر دانشجو انتخاب شدند و مورد بررسی قرار گرفتند. لذا، در مجموع تعداد ۲۰۰ دانشجو به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. با توجه به اینکه روش تجزیه و تحلیل داده ها مبتنی بر همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون است، برای برآورد حجم نمونه از قراردادهای مرسوم برای حجم نمونه مطلوب استفاده شده است. دلاور (۱۳۹۸) از بین جامعه پژوهشی ۲۰۰ نفر، حجم نمونه حداقل ۱۰۰ نفر را برای پژوهش های همبستگی پیشنهاد کرده است.

به منظور سنجش متغیرهای پژوهش، از ابزار پرسشنامه استفاده شد، بدین شرح که مقیاس خردمندی آردلت (۲۰۰۳) به منظور سنجش میزان خرد دانشجویان و مقیاس سلامت روان گلدبرگ جهت سنجش میزان سلامت روان در بین دانشجویان مورد استفاده قرار گرفت. در ذیل به توضیح ابزارهای پژوهش می‌پردازیم:

۱. پرسشنامه خردمندی آردلت (۲۰۰۳) (WS-3D)

این مقیاس را که آردلت در سال ۲۰۰۳ طراحی کرد دارای ۳۹ سوال است و در آن خردمندی به عنوان یک متغیر نهفته با شاخص‌های شناختی، ژرف نگری و عاطفی در نظر گرفته می شود. مولفه شناختی (با ۱۴ سوال) توسط آیتم هایی سنجیده می شود شامل درک از زندگی یا اشتیاق به دانستن حقیقت، دانش نسبت به جنبه های متناقض نمای طبیعت بشر (یعنی خوبی و بدی توامان)، تحمل ابهام و اعدم قطعیت و توانایی برای اتخاذ تصمیمات مهم به رغم پیش بینی ناپذیری و عدم قطعیت زندگی (صاحبی، ۱۳۹۸). مولفه ژرف نگری (با ۱۲ سوال) شامل توانایی نگریستن به پدیده ها و رویدادها از دیدگاه های مختلف و اجتناب از ذهنی گرایی و برون فکنی (یعنی اجتناب از ملامت دیگران یا شرایط به دلیل موقعیت یا احساسات خود). مولفه عاطفی (با ۱۳ سوال) در برگیرنده وجود هیجانات و رفتارهای مثبت به سوی دیگران نظیر احساسات و رفتارهای حاکی از شفقت و همدلی و فقدان هیجانات و رفتارهای مثبت به سوی دیگران. تمام آیتم ها با استفاده از یکی از دو مقیاس ۵ دسته ای از آیتم ها دامنه نمره گذاری از ۱ (کاملا موافق) تا ۵ (کاملا مخالف) و برای دسته دیگر از ۱ (کاملا درباره من درست است) تا ۵ (کاملا در مورد من نادرست است) است. همچنین شماری از گویه ها به صورت معکوس نمره گذاری می شوند که پاسخ به این دست پرسش‌ها بیانگر برخورداری کمتر از خردمندی است. این آزمون پس از ترجمه، تصحیح و روان سازی به منظور بررسی مقدماتی اعتبار و روایی در ۱۱۴ سالمند اجرا شد. در مطالعه آردلت (۲۰۰۳) آلفای کرونباخ ابعاد شناختی، ژرف نگری و عاطفی به ترتیب در آزمون نخست ۰/۷۸، ۰/۷۵ و ۰/۷۴، در آزمون دوم ۰/۸۵، ۰/۷۱ و ۰/۷۲ است.

۲. پرسشنامه سلامت روان

پرسشنامه سلامت عمومی(GHQ) در سال ۱۹۷۲، توسط گلدبرگ تهیه شد و یک آزمون مبتنی بر روش خود سنجی می باشد که معمولاً در مجموعه های بالینی با هدف ردیابی کسانی که دارای یک اختلال روانی هستند مورد استفاده قرار می گیرد. در تهیه این پرسشنامه به دو طبقه اصلی از پدیده ها توجه شده، یک طبقه ناتوانی فرد در برخورداری از یک عملکردسالم و طبقه دیگر بروز پدیده های جدید با ماهیت ناتوان کننده. از روی فرم بلند(۶۰ سؤالی) آن یک فرم کوتاه ۲۸ ماده ای تهیه شده است. فرم ۲۸ ماده ای پرسشنامه در سال ۱۳۷۷، توسط دادستان به زبان فارسی برگردانده شده، به منظور استفاده در این پژوهش بر اساس نظر خواهی به عمل آمده در مطالعه مقدماتی برخی از سؤالات مورد بازنگری و ویرایش قرار گرفتند. مزیت فرم ۲۸ ماده ای GHQ این

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

است که برای تمامی افراد جامعه طراحی شده و قادر است به عنوان یک ابزار، احتمال وجود یک اختلال روانی را در فرد تعیین می کند. چهار زیر مقیاس آن، نشانه ها و شکایات جسمانی، اضطراب و بیخوابی، نارسایی عملکرد اجتماعی و افسردگی وخیم می باشد که از مجموع چهار زیر مقیاس آن، یک نمره کلی بدست می آید.

از تعداد ۲۸ عبارت پرسشنامه موارد ۱ الی ۷ مربوط به مقیاس علائم جسمانی است. موارد ۸ الی ۱۴ علائم اضطرابی و اختلال خواب را بررسی کرده و موارد ۱۵ الی ۲۱ مربوط به ارزیابی علائم کارکرد اجتماعی است و نهایتاً موارد ۲۲ الی ۲۸ علائم افسردگی را می سنجد. برای جمع بندی نمرات به الف نمره صفر، ب ۱، ج ۲ و د نمره ۳ تعلق میگیرد. در هر مقیاس از نمره ۶ به بالا و در مجموع از نمره ۲۲ به بالا بیانگر علائم مرضی است.

استافورد و همکاران (۱۹۸۰)، فین‌لای و اکهارت (۱۹۸۱) در مطالعات خود از این پرسشنامه استفاده نموده، اعتباریابی همزمان آن را با مصاحبه تشخیصی روانپزشکی و پایایی بازآزمایی آن را ۰/۸۵ تا ۰/۹۲ گزارش نموده اند. در عین حال وجود چهار زیر مقیاس نامبرده بر اساس تحلیل های عاملی مورد بررسی قرار گرفته و ثابت شده است (گلدبرگ و ویلیامز، ۱۹۸۸). بر اساس مطالعه مقدماتی و با استفاده از ۶۰ مرد (۳۰ نفر معتاد و ۳۰ نفر غیر معتاد) و ۶۰ زن (۳۰ همسر معتاد و ۳۰ همسر غیر معتاد) ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس‌ها، به شرح زیر محاسبه گردید: برای شوهران برای زیر مقیاس‌ها، آلفای کرونباخ ۰/۷۸ تا ۰/۸۸ و برای همسران آنها نیز ۰/۷۴ تا ۰/۸۷ به دست آمد (پورشریفی و یعقوبی، ۱۳۹۴).

یافته‌ها

خرد در این تحقیق با توجه به ادبیات تحقیق، دارای سه بُعد است که رابطه آن ها با سلامت روان دانشجویان مورد سنجش واقع شده است. یافته‌های توصیفی مقیاس های پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی سلامت روان مقیاس‌های تحقیق

شاخص آماری مقیاس	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
شناختی	۲۰۰	۳۵.۲۵	۵.۴۰
ژرف نگری	۲۰۰	۳۲.۷۹	۵.۳۵
عاطفی	۲۰۰	۳۲.۵۹	۵.۳۳
سلامت روان	۲۰۰	۴۵.۴۶	۱۶.۶۱

در بکارگیری روش آماری، ابتدا با استفاده از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنوف نرمال بودن داده ها مورد آزمون و تایید قرار گرفت.

یکی دیگر از مفروضات رگرسیون عدم وجود اثر هم خطی بین متغیرهای مستقل می باشد. شاخص های تحمل واریانس و تورم واریانس این فرضیات را چک می کنند. در پژوهش حاضر، تمامی اعداد نشان از عدم وجود اثر هم خطی شدید بین متغیرهای پیش

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

بین بود. از دیگر مفروضات رگرسیون استقلال خطاها بود که باید فرض وجود همبستگی بین خطاها رد شود. برای چک کردن این فرض می توان از آماره دوربین واتسون استفاده کرد. برای تایید این فرض لازم است که مقدار این اماره در بازه ۱/۵ تا ۲/۵ قرار داشته باشد.در این پژوهش این آماره برابر با۱/۸۷ شده است که حاکی از صادق بودن این پیش فرض می باشد.

اولین آزمون تست مدل کلی می باشد. در واقع اگر حداقل یکی از متغیر های پیش بین تحقیق روی متغیر ملاک تاثیر معنادار داشته باشد، مدل پژوهشگر تایید می گردد. فرض صفر و خلاف به صورت زیر می باشد:

$$\begin{cases} H_0 : \beta_1 = \beta_2 = ... = \beta_5 = 0 \\ H_1 : \beta_i \neq 0 \qquad \forall one \;\; i \;\; for \;\; i = 1,2,3,4,5 \end{cases}$$

جدول ۲. نتایج رگرسیون عوامل خرد بر سلامت روان دانشجویان

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R^2	$adj R^2$	sig
رگرسیون	۱۳۴۱۴.۶۱	۳.۰۰	۴۴۷۱.۵۴	۲۱.۱۳	۰.۴۹	۰.۲۴	۰.۲۳	۰.۰۰۱
باقیمانده	۴۱۴۶۸.۹۹	۱۹۶.۰۰	۲۱۱.۵۸					
کل	۵۴۸۸۳.۶۰	۱۹۹.۰۰						

همان طور که در جدول شناختی می‌شود مقدار sig کمتر از ۰/۰۵ شده است و نشان از معنی دار بودن مدل رگرسیون می باشد، یعنی حداقل یکی از متغیرهای پیش بین بر متغیر ملاک تاثیر معنادار دارد.

شاخص R^2 (ضریب تعیین چندگانه): این شاخص مشخص می کند که چند در صد از تعیرات متغیر ملاک توسط متعیرهای پیش بین تبیین می شوند به عبارت دیگر متغیرهای پیش بین چند در صدتوانایی برازش متغیر وابسته را دارند. در این پژوهش مقدار R^2 برابر ۰/۲۵ شده است به این معنا که عوامل خرد ۲۵ درصد توانایی پیش بینی سلامت روان دانشجویان را دارند و ۷۵ درصد باقیمانده مربوط به سایر عوامل می باشد.

شاخص $adj R^2$ (ضریب تعیین تصحیح شده): این شاخص توانایی پیش بینی متغیر وابسته را توسط متغیر های پیش بین در جامعه بررسی می کند در واقع با کمی تعدیل، نمونه را به تمام جامعه بسط می دهد.

مقدار این ضریب در این پژوهش ۰/۲۳ شده است، یه عبارت دیگر خرد ۲۳ درصد توانایی پیش بینی سلامت روان دانشجویان را دارند.

با توجه به معنادار بودن کل مدل اکنون باید بررسی کرد که کدام یکی از ضرایب صفر نیست و یا به عبارت دیگر کدام متغیر یا متغیرها تاثیر معنادار در مدل دارند. به این منظور از آزمون t استفاده می شود.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

جدول۳. ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و آماره تی متغیرهای وارد شده در معادله رگرسیون

متغیر پیش بین	ضرایب رگرسیون		tآماره	sig	سطح معناداری مورد نظر
	استاندارد نشده	استاندارد شده			
مقدار ثابت	۹۹.۸۶		۱۲.۴۰	۰.۰۰۱	۰.۰۵
شناختی	-۰.۰۹	-۰.۰۳	-۰.۴۰	۰.۶۹	۰.۰۵
ژرف نگری	-۱.۳۸	-۰.۴۵	-۵.۷۹	۰.۰۰۱	۰.۰۵
عاطفی	-۱.۱۹	-۰.۳۶	-۲.۷۴	۰.۰۰۸	۰.۰۵

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد عوامل ژرف نگری و عاطفی با سلامت روان دانشجویان در سطح ۰.۰۵درصد رابطه‌ی معنادار دارند و منفی بودن این ضرایب در واقع نشان دهنده این است که با بالا رفتن عوامل شناختی، ژرف نگری و همچنین عامل عاطفی، میزان اختلالات روانشناختی دانشجویان کاهش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل داده ها نشان داد عوامل عوامل ژرف نگری و عاطفی با سلامت روان (اختلالات روانشناختی) دانشجویان در سطح ۵ درصد رابطه ی منفی معنادار دارند.

همسو با پژوهش های پیشین باید گفت چون مفهوم خرد فردی یکی از شاخص‌های بلوغ شخصیت و بهزیستی روانی است (فکس ، ۲۰۱۷)، انتظار می رود در روایی همگرا روابط مثبتی با سایر شاخص‌های بلوغ شخصیت یا رشد مانند رشد خود ، بلوغ خود و مقیاس‌های بلوغ مرتبط با آرامش روانی یعنی رشد و هدفمندی فردی در زندگی وجود داشته باشد (لیماس و هانسون ، ۲۰۰۴).

با توجه به اینکه نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های پیشینه پژوهش هم‌خوانی دارد، می‌توان گفت که از پشتوانه تئوری قوی و محکمی برخوردار بوده و فرضیه‌های آن بر اساس مبانی نظری قابل اتکایی استوار است. همان‌گونه که از نتایج پژوهش مستفاد می‌شود خرد می‌تواند باعث بهبود سلامت روان افراد شود.

در این خصوص می توان به نظریه‌های برخی از پژوهشگران اشاره کرد؛ اویمیک و پولیشچاک (۲۰۱۷)، در پژوهش‌شان به آموزش و یادگیری خرد در دوره کنونی که در آن خرد اهمیت فلسفی، اجتماعی و آموزشی زیادی دارد می‌پردازد؛ چون فرد می‌تواند خرد را در حوزه‌های رشد و شناخت خود کسب کند و آزادانه و با موفقیت خود را در مراحل مختلف زندگی و تفکر غیرسنتی هدایت کند، جرئت توسعه طرز رفتارش را داشته باشد، انتخاب اخلاقی کند و مسئولیت اعمال خود و توسعه آن‌ها را بر عهده گیرد.

مطابق یافته‌های این مقاله، خرد هر فردی اصولاً از خداست و می‌توان آن را از طریق دانش کتابی، به‌ویژه با مطالعه آثار نوابغ، روح انسان، فلسفه، کتاب مقدس، تجارب و از دانش و دوستی با افراد باهوش و خردمند کسب کرد. درحالی‌که دانش با اطلاعات واقعی سروکار دارد، خرد شامل تفسیر رابطه و کاربرد دانش و تجربه اکتسابی از جامعه و یادگیری از اطلاعات به‌جز اطلاعات سیاسی ارائه شده توسط رسانه‌های اجتماعی می‌باشد. درواقع، خرد بروز ماهیت انسان، استفاده از دانش و باور فردی به‌دست آمده در طول عمر

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

و در رابطه با افرادی است که دانش و تجربه زیادی دارند. نتایج این مقاله هم‌چنین نشان داد، خردمند تجارب زیادی دارد که با دانش سکولار و مسیحی خود معلم زندگی، نظریه‌پرداز و کارشناس زندگی است که می‌تواند تمام مسائل وجودی انسان را حل کند، انسان خردمند نیازی به توصیه ندارد و دیگران را راهنمایی و نصیحت می‌کند؛ بنابراین خردمند باید از نسل جوان آینده با آموزش، تربیت، جهان‌بینی و معنویت کاملاً متفاوت به‌ویژه در عصر پیشرفت سریع علم، مهندسی، تکنولوژی و پیچیدگی زیاد شرایط زندگی باشد. لامارکا (۲۰۱۵)، در پژوهشی نشان داد خرد مفهومی برساخته از شش بُعد در تعامل با یک‌دیگر است: ۱) خودشناسی، ۲) شناخت دیگران، ۳) قضاوت، ۴) شناخت زندگی، ۵) مهارت‌های زندگی، ۶) تمایل به یادگیری. خرد هنگامی پرورش می‌یابد که دانش‌آموزان فرآیند اصلی «آموختن از زندگی» را از سر می‌گذرانند و این تجربه را جزءبه‌جزء در مراحل تأمل، ترکیب و کاربرد مورد بازبینی قرار می‌دهند. شرایطی که از طریق برانگیختن فرآیند آموختن از زندگی به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم پرورش خرد را سهولت می‌بخشند عبارت‌اند از رویکرد دانش‌آموزان به یادگیری، تجربیات، تعامل با دیگران و محیط آموزشی.

یافته های این مطالعه همچنین مؤید این مطلب است که افراد خردمند در فعالیت‌های اجتماعی و سیاسی که از نظر آن‌ها تأثیر مثبت دارند شرکت می‌کنند که باعث تأثیرگذاری بر اجتماع می‌شود. همچنین یانگ مشارکت در جامعهٔ انسانی برای فهم هنجارها و قوانین اجتماعی را برای ظهور خرد در زندگی واقعی ضروری می‌داند. خرد محصول درگیری واقعی با مسائل زندگی و بودن در متن جامعه و همراهی با مردم برای حل مشکلات به شکل جمعی است. برای حل مسائل مهم زندگی واقعی شخص نیاز دارد به عنوان عضوی از جامعه دانش و مهارت خود را به‌کار بگیرد. بسیاری از تجارب غنی که آموزه‌های ناب خرد در آن‌ها نهفته است از حضور فعال در اجتماع به دست می‌آید.

با توجه به اینکه تحقیق در مورد جوانان بخصوص دانشجویان از سابقه طولانی برخوردار است، به ویژه در کشور ایران که نسبت جمعیت جوانان به دیگر گروه‌های سنی کشور بالا است؛ بنابراین نباید نسبت به این قشر بی تفاوت بود تا زمینه توسعه و پیشرفت جامعه فراهم شود. همه انسان‌ها دارای استعدادهای بالقوه‌ای هستند که در صورت وجود شرایط و بسترهای مناسب به عرصه ظهور می‌رسند. هرچه در جامعه‌ای این استعدادها بیشتر پرورش یابد زمینه پیشرفت و سعادت آن جامعه بیشتر مهیا خواهد شد.

دانشگاه به عنوان یکی از منابع مهم و اصلی دانش، می‌تواند نقش قابل‌ملاحظه‌ای در توسعه خرد دانشجویان داشته باشد. از فواید احتمالی خرد در دانشگاه این است که خرد می‌تواند از زیان‌هایی همچون اتلاف منابع در دانشگاه به دلیل اثربخشی و کارایی عملکرد جلوگیری کرده و با تأکید بیشتر بر منابع انسانی، رشد و تعالی دانشجویان را به‌گونه‌ای مؤثرتر پیش خواهد برد که از فرسودگی و بی‌انگیزگی دانشجویان اجتناب می‌کند.

پژوهش حاضر به بررسی رابطه خرد با سلامت روان پرداخت و نشان داده که متغیرهای سطح فردی یعنی مؤلفه‌های خرد بر سلامت روان تاثیر دارند. اما میزان واریانس تبیین شده ۲۵ درصد بود. این امر نشان می دهد که عوامل دیگری نیز در سطح مختلف مانند سطح فردی، اجتماعی و فرهنگی بر این متغیر تأثیر می گذارند که لزوم شناسایی و بررسی آنها در پژوهش های آتی احساس می شود. همچنین با توجه به پیچیده بودن مفهوم خرد پیشنهاد می شود با استفاده از تحقیقات کیفی نحوه ی تاثیر خرد بر سلامت روان دانشجویان مورد بررسی قرار گیرد. همچنین نمونه مورد بررسی تحقیق حاضر دانشجویان دانشگاه های آزاد استان

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

تهران بودند. بنابراین تعمیم یافته ها به دانشجویان سایر دانشگاه ها یا شهرهای دیگر با محدودیت مواجه است و لازم است تحقیقات در زمینه تعمیم پذیری یافته ها تکرار گردد.

منابع

پورشریفی، حمید، یعقوبی، حمید، (۱۳۹۴). *دستورالعمل اجرا، نمره گذاری و تفسیر مقیاس ملی سلامت روانی دانشجویان*. انتشارات جهاد دانشگاهی واحد شهید بهشتی.

دلاور، علی، (۱۳۹۸). *روش تحقیق در روان شناسی و علوم تربیتی*. تهران: انتشارات ویرایش.

صاحبی، علی، (۱۳۹۸). *اراده به خردورزری*. تهران: انتشارات سایه سخن.

فیست، جس، برتون، لیندا (۲۰۱۴). *رونشناسی سلامت: مقدمه ای بر رفتار و سلامت*. ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۹۷). تهران: انتشارات ارسباران.

نوقابی، رسول، جهان، فائزه، رشید، خسرو، رضایی، اکبر، سنجش خرد در ایران (معرفی و اعتباریابی ۳ ابزار)، (۱۳۹۵). *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی*، دوره ۶، شماره ۲۲، ص ۱۹۰-۱۶۵.

نیکوگفتار، منصوره و سعیدی، محمد تقی. (۱۳۹۳). نقش پیش بین خردمندی در سلامت عمومی سالمندان. *فصلنامه روانشناسی سلامت*، ۳(۱۰)، ۴۶-۳۸.

Bachmann, C., Habisch, A., & Dierksmeier, C. (2017). Practical Wisdom: Management's No Longer Forgotten Virtue. *Journal of Business Ethics*, 1-19.

Brown, C. L., Robitaille, A., Zelinski, E. M., Dixon, R. A., Hofer, S. M., & Piccinin, A. M. (2016). Cognitive activity mediates the association between social activity and cognitive performance: A longitudinal study. *Psychology and Aging*, *31*(8), 831-846.

Carter, S., Powers, A., & Bradley, B. (2020). PTSD and self-rated health in urban traumatized African American adults: The mediating role of emotion regulation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy 12(1), 84-91*.

Fox, J. (2017). The contribution of experiential wisdom to the development of the mental health professional discourse. *Schizophrenia bulletin*, 43(3), 481-485.

Grossmann, I., Karasawa, M., Izumi, S., Na, J., Varnum, M.E. W., Kitayama, S., et al. (2013). *Aging and wisdom: culture matters. Psychol. Sci*. 23, 1059-1066.

Harris, K. A., Spengler, P. M., & Gollery, T. J. (2016). Clinical judgment faith bias: Unexpected findings for psychology research and practice. *Professional Psychology: Research and Practice, 47(6), 391-401*.

Limas, M. J., & Hansson, R. O. (2014). Organizational wisdom. *The International Journal of Aging and Human Development*, 59(2), 85-103.

Mills, S. D., Fox, R. S., Bohan, S., Roesch, S. C., Sadler, G. R., & Malcarne, V. L. (2020). Psychosocial and neighborhood correlates of health-related quality of life: A multi-level study among Hispanic adults. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 26(1), 1-10.

Webster, J. D. (2007). Measuring the character strength of wisdom. *The International Journal of Aging and Human Development*, 65(2), 163-183.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۴، شماره ۸، بهار سال ۹۹

Effect of Wisdom on Students' Mental Health of Islamic Azad University, Tehran City

Zahra Javani[1], Tahmores Aghajani[2], Behzad Shoghi[3]

Abstract

The purpose of this study was to predict students' psychological health based on wisdom. The research method is descriptive-correlational. The statistical population of the present study is students of Islamic Azad Universities in Tehran. In order to distribute the sample uniformly, among the units of Islamic Azad Universities of Tehran, two units of Mallard and Research and Sciences were selected and in each unit, 100 students were randomly selected and examined. The tools used in this study were the Goldberg General Health Questionnaire (1988) and the Ardlett wisdom questionnaire (2003). Depending on the level of data measurement and statistical assumptions, multiple linear regressions has been used to test the hypotheses. The results of statistical analysis showed that deepening and emotional factors have a significant negative relationship with student's psychological health at 5%, and the negative coefficients actually show that by increasing these factors, students' mental health (psychological disorders) decrease.

Keywords: Psychological health, Wisdom, Students, Psychological disorders

[1] M.A Students of General Psychology, Islamic Azad University, Malard, Tehran, Iran
psycho.doc1985@gmail.com

[2] Assistant Professor of Psychology Department, General Psychology, Islamic Azad University, ShahreQods, Tehran, Iran
t.aghajani2014@gmail.com

[3] Ph.D graduated, Educational Management, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran
b.shoghi@srbiau.ac.ir (Corresponding author)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی

دوره ۴، شماره ۸ ، بهار سال ۹۹

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-23]