



*Original Research*

## The Comparison of Life Quality, Mental Health and Intellectual Intelligence in Teachers of Physical Education and Other Teachers of District 5 of Tehran

Raziye Norouzi\*, Habib Honari

Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Islamshahr Branch, Islamic Azad University, Islamshahr, Iran

### ARTICLE INFO

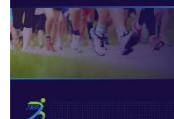
Received: 2023/05/29  
Reviewed: 2023/06/12  
Revised: 2023/07/09  
Accepted: 2023/07/23

### Keyword:

Life Quality  
Mental Health  
Intellectual Intelligence  
Physical Education Teachers  
Non-Physical Education Teachers

### ABSTRACT

The aim of present study is to provide the evidences of the relation between life quality and mental health and intellectual intelligence in teachers of physical education and non- physical education of Tehran municipality area 5 of Tehran. The present study is practical in terms of objective and based on the strategy, it is considered as correlative. Data collection has been done through field methods with implementation of three questionnaires of mental health and intellectual intelligence and life quality. The statistical population includes teachers of physical education and non-physical education of municipality district 5 of Tehran which is concerning statistical population (360 people); out of which 80 were physical education teachers and 280 were teachers of other fields. 66 physical education and 162 non-physical education teachers were selected based on Morgan table and data sampling was stratified-random. Moreover, in order to determine the normality of data distribution, Kolmogorov- Smirnov test and for determine the difference between research variables, independent t test was used. In addition, all statistical data analyses have been done through SPSS. The results of this study showed that there is meaningful relation between life quality of teachers of physical education and non-physical education of Tehran municipality area 5 and the life quality of teachers of physical education had higher mean. There is meaningful relation between intellectual intelligence in teachers of physical education and non-physical education and also in mental health. The teachers of physical education had higher mean in mental health than teachers of non-physical education. It is proposed to consider the physical education programs as recreational programs and holding festivals for physical education teacher as important factor in increasing life quality, intellectual intelligence and mental health of authorities of education organization of area 5 of Tehran.



## مقایسه کیفیت زندگی، سلامت روان و هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران

راضیه نوروزی\*، حبیب هنری

گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران

### اطلاعات مقاله

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۳/۰۸

تاریخ داوری: ۱۴۰۲/۰۳/۲۲

بازنگری مقاله: ۱۴۰۲/۰۴/۱۸

پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۵/۰۱

### چکیده

هدف از تحقیق حاضر فراهم سازی شواهدی از رابطه بین کیفیت زندگی و سلامت روان و هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ شهر تهران بود. نوع تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی و بر اساس استراتژی در گروه همبستگی قرار می‌گیرد. روش گردآوری اطلاعات عمدتاً از طریق روش‌های میدانی با اجرای سه پرسشنامه سلامت روانی و هوش معنوی و کیفیت زندگی انجام شد جامعه آماری شامل معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ شهر تهران می‌باشد که با توجه به جامعه آماری (۳۶۰ نفری) می‌باشد. که از این تعداد ۸۰ نفر معلم تربیت بدنی و تعداد ۲۸۰ نفر معلم غیر تربیت بدنی بودند. تعداد ۶۶ نفر معلم تربیت بدنی و تعداد ۱۶۲ نفر معلم غیر تربیت بدنی براساس جدول مورگان انتخاب شدند و روش نمونه‌گیری معلمان به صورت تصادفی - طبقه بندی می‌باشد. در ضمن جهت تعیین طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف، تفاوت بین متغیرهای تحقیق از  $t$  مستقل استفاده شد. در ضمن کلیه تجزیه و تحلیل‌های آماری با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شد. نتایج این تحقیق نشان داد که بین کیفیت زندگی معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی‌دار مشاهده شد و کیفیت زندگی معلمان تربیت بدنی از معلمان غیر تربیت بدنی میانگین بالاتری بود. بین هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد و بین سلامت روان در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد و معلمان تربیت بدنی دارای میانگین بالاتری در سلامت روانی نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی بودند. پیشنهاد می‌شود تا برنامه‌های فعالیت بدنی برای معلمان بصورت برنامه‌های فوق برنامه و یا برگزاری جشنواره‌ها بعنوان عاملی مهم در افزایش کیفیت زندگی، هوش معنوی و سلامت روانی مورد توجه مسئولین آموزش و پرورش ناحیه ۵ شهر تهران قرار گیرد.

### کلید واژگان

کیفیت زندگی

سلامت روان

هوش معنوی

معلمان تربیت بدنی

معلمان غیر تربیت بدنی

## مقدمه

وجود استرس زاهای موجود در مدرسه از عواملی هستند که می‌توانند سلامت روان<sup>۱</sup> معلمان را تحت تاثیر قرار دهند. استرس زاهای مدرسه برای یک معلم می‌تواند شامل (فرسودگی شغلی، اضافه کاری، کم کاری، ابهام شغلی، ساختار سازمانی، تعارض نقش ها، وجود افراد مسئله ساز، مشکلات نقل و انتقال، تغییر یا ساخت دهی مجدد آموزشی و ... ) باشند (مارمانی و همکاران، ۲۰۰۷). از آنجا که معلمان با انسان های در حال رشد و تاثیرپذیر سروکار دارند، کودکان و نوجوانانی که به شدت تحت تاثیر قدرتهای پاداش دهندگی، مجبورکنندگی، تنبیه ی، قانونی و یا مرجعی و تخصصی آنها قرار دارند به گونه ای کاملا غیرمستقیم تحت تاثیر کلیت وجودی آنها، رفتار، شیوه برخورد و نوع قضاوت آنان قرار می گیرند. بنابراین هرگونه سرمایه گذاری برای شناخت گستره سلامتی معلمان به ویژه سلامت روانی آنان به نوعی به بهبود فرآیند تعلیم و تربیت و راهنمایی و هدایت نسل آتی کمک خواهد کرد. مفهوم سلامت روانی در واقع جنبه ای از مفهوم کلی سلامتی است. برخی چنین تصور کرده اند که نقطه مقابل سلامتی روانی، بیماری روانی است. به عقیده فروید انسان سالم کسی است که مراحل رشد روانی جنسی را با موفقیت گذرانیده باشد و در هیچ یک از مراحل مزبور بیش از حد تثبیت نشده باشد (فریدمن، ۲۰۰۶). انسان سالم به عقیده اسکینر<sup>۲</sup> فردی است که رفتار او منطبق با قوانین و ضوابط جامعه است و وقتی با مشکل روبه رو شود با استفاده از شیوه اصلاح رفتار برای بهبود و به هنجار کردن رفتار خود و اطرافیان اقدام می کند. از نظر راجرز انسان دارای سلامت روان، انعطاف پذیر است، پیش داوری ندارد، احساس آزادی و خلاقیت می کند. منظور از سلامتی روانی سلامت ابعاد خاصی از انسان مثل هوش، ذهن، حالت و فکر می باشد. (وانگ، ۲۰۰۵).

یکی از شایستگیهای محوری که موجب موفقیت سازمان میشود، هوش کارکنان است کارکنان نیازمند پرورش هوش خود در تمام سطوح هستند تا بتوانند وظیفه شان را به طور متوازن و همه جانبه به انجام برسانند. از جمله هوشهایی که کارکنان را قادر میسازد تصمیمات استراتژیک در محیط پیچیده و مهم دنیای کسب و کار فعلی اتخاذ کنند هوش معنوی کارکنان است. این نوع هوش، پدیده نوظهوری است که بسیاری از صاحبان نظران مدیریت و سازمان و نیز مدیران را در سطوح مختلف به خود جلب کرده است. بسیاری از آنان هوش معنوی را به عنوان منبعی پایدار برای سازمانها دانسته اند که می تواند به آنها در زمان های پرتلاطم و آشوب زده، یاری رساند و تناقض در نظم و بی نظمی در سازمان را حل و

فصل کند و باعث شناخت ارزش کارکنان در سازمان و ایجاد مبنایی از اعتماد بین کارکنان شود. مفهوم هوش معنوی کارکنان به لحاظ شکل گیری تغییرات بنیادی و تأثیرات آن در محیط کار، مزایای علمی قابل ملاحظه ای دارد بنابراین سازمان هایی که برای کارکنان خود فرصتهایی برای پرورش هوش معنوی<sup>۳</sup> فراهم می کنند، نسبت به سازمانهای دیگر موفق تر هستند (رابینسون، ۲۰۰۴).

هوش معنوی جنبه های بیرونی هوش را با جنبه های درونی معنویت تلفیق میکند و ظرفیت خارق العاده ای در فرد ایجاد می کند، به گونه ای که می تواند معنویت را به شکلی کاربردی مورد استفاده قرار دهد (اسمیت، ۲۰۰۷).

یانگ ( 2007 ) بیان میکند، هوش معنوی ظرفیت انسان است برای جستجو و پرسیدن سؤالات غایی درباره معنای زندگی و به طور همزمان تجربه پیوند یکپارچه بین هر یک از ما و جهانی است که در آن زندگی میکنیم (یانگ، ۲۰۰۷). از آنجایی که جهان سازمانی امروز، جهانی پر رقابت و پر چالش است، این تلاطم محیطی کارکنان را بر آن داشته که بهبود عملکرد کارکنان را به عنوان استراتژی رقابتی خود در جهان امروز برگزینند. بنابراین زیربنای هر گونه حرکت به سوی رشد و توسعه و بهبود فرآیند عملکرد کارکنان در سازمانها، شناخت دقیق وضعیت موجود، تشخیص نقاط قوت و ضعف و سپس طرح برنامه هایی سنجیده برای بهبود عملکرد است (زارعی و همکاران، ۱۳۹۰). اندیشه تاثیر هوش معنوی مدیران بر عملکرد کارکنان جنبه جدیدی از فعالیتهای سازمان را آشکار میکند که هرگز به انسانها، به چشم وسیله و ابزار نگاه نمی کند و با آنان همیشه با احترام و محبت رفتار میکند و به واسطه آن قابلیت های اخلاقی، علمی و اجتماعی کارکنان به سوی توفیق و سربلندی رهنمون می گردد (غباریو همکاران، ۱۳۸۶).

وگان<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) هوش معنوی با زندگی درونی ذهن و نفس و ارتباط آن با جهان رابطه دارد و ظرفیت فهم عمیق سؤالات وجودی و بینش نسبت به سطوح چندگانه هوشیاری را شامل میشود. آگاهی از نفس، به عنوان زمینه و بستر بودن یا نیروی زندگی تکاملی خلاق را در بر میگیرد. هوش معنوی به شکل هوشیاری ظاهر میشود. به شکل آگاهی همیشه در حال رشد ماده، زندگی، بدن، ذهن، نفس و روح در میآید. بنابراین هوش معنوی چیزی بیش از توانایی ذهنی فرد است و فرد را به ماوراء فرد و به روح، مرتبط میکند. علاوه بر این، هوش معنوی فراتر از رشد روانشناختی متعارف است بدین جهت خودآگاهی شامل آگاهی از رابطه با موجود متعالی، افراد دیگر، زمین و همه موجودات میشود (وگان، ۲۰۰۳).

3 spiritual intelligence

4 Voaghan

1 mental health

2 skyner

مسائل معیشتی، اجتماعی و ... است بخاطر مشکلات کشور می تواند آسیب های جدی به معلمان و به تبع آن نوع تدریس آنها در مدرسه وارد کند. یکی از راههای کاهش این مشکلات روی آوردن به ورزش است. در حال حاضر با توجه به اهمیت بحث سلامت روان در معلمان و نقشی که ورزش بر این قسمت از زندگی معلمان می گذارد، متخصصان و روان شناسان به بررسی پیامدهای این پدیده علاقه مند شده اند و در این راستا شاخص های متعددی را مورد توجه قرار داده اند. بدین ترتیب با توجه به تحقیقات انجام شده در مورد اهمیت و نقش هوش معنوی در چگونگی کیفیت زندگی و سلامت روان معلمان، پژوهش حاضر در راستای فراهم سازی شواهدی از رابطه بین کیفیت زندگی و سلامت روان و هوش هیجانی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ شهر تهران انجام گرفت.

### روش تحقیق

نوع تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی و بر اساس استراتژی در گروه همبستگی قرار میگیرد. همچنین این نوع تحقیق بر اساس محیط اجرا چون مطالعه آزمودنی در موقعیت طبیعی واریه داده ها توسط خود آزمودنی انجام گردید و از نوع میدانی محسوب می شود. جهت انجام تحقیق حاضر، پس از دریافت مجوز و انجام هماهنگی های لازم نسبت به توزیع و جمع آوری پرسشنامه ها از جامعه آماری مورد نظر اقدام گردید. روش گردآوری اطلاعات عمدتاً از طریق روش های میدانی با اجرای سه پرسشنامه سلامت روانی و هوش معنوی و کیفیت زندگی انجام شد. جامعه آماری شامل معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ شهر تهران می باشد که با توجه به جامعه آماری (۳۶۰ نفری) می باشد. که از این تعداد تعداد ۸۰ نفر معلم تربیت بدنی و تعداد ۲۸۰ نفر معلم غیر تربیت بدنی بودند. تعداد ۶۶ نفر معلم تربیت بدنی و تعداد ۱۶۲ نفر معلم غیر تربیت بدنی بر اساس جدول مورگان انتخاب شدند و روش نمونه گیری معلمان به صورت تصادفی - طبقه ای می باشد.

ابزار

پرسش نامه هوش معنوی: این پرسشنامه دارای ۴۲ سوال در چهار حیطه است. حیطه اول: تفکر کلی و بعد اعتقادی (۱۲ سوال)، حیطه دوم: توانایی مقابله و تعامل با مشکلات (شامل ۱۵ سوال)، حیطه سوم: پرداختن به سجایای اخلاقی (شامل ۸ گویه)، حیطه چهارم: خودآگاهی و عشق و علاقه (شامل ۷ گویه). این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت ۵ گزینه ای از کاملاً موافق: ۵، موافق: ۴، تا حدودی: ۳، مخالف: ۲، کاملاً مخالف ۱ نمره دهی می شود. بدیع و همکاران (۲۰۱۰) برای تعیین پایایی پرسشنامه هوش معنوی از دو روش آلفای کرونباخ و

آرام<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) معتقد است هوش معنوی شامل حس معنا و داشتن مأموریت در زندگی حس تقدس در زندگی، درکم تعادل از ارزش ماده و معتقد به بهتر شدن دنیا میشود (آرام، ۲۰۰۵). زوهر و مارشال<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) معتقدند هوش معنوی از طریق جستجوی معنای اصلی موقعیت ها، مطرح برای مسائل و تلاش برای برقراری ارتباط میان رویدادها رشد میکند. همچنین "چرا" کردن یادگیری و بازشناسی و گوش دادن به پیامهای شهودی راهنمایی کننده یا صدای درونی، متفکر بودن، بالا بردن خود آگاهی، آموختن از اشتباهات و صداقت داشتن با خود باعث افزایش هوش معنوی میشود (زوهر و مارشال، ۲۰۰۰).

از اهداف این رویکرد شناسایی و تعریف مفاهیمی است که به تأمین سلامتی و شادکامی افراد و بهره مندی آنها از یک زندگی سالم کمک کند. یکی از این مفاهیم، کیفیت زندگی است. کیفیت زندگی به تأمین سلامتی و شادکامی در افراد و بهره مندی آنها از یک زندگی سالم کمک میکند. کیفیت زندگی، مفهومی است که در سه دهه گذشته، تلاش های زیادی برای تعریف و اندازه گیری عینی آن انجام شده است (لیو، ۲۰۰۶).

اما با وجود پژوهش های گستردهای که در زمینه کیفیت زندگی انجام شده است اما هنوز تعریف واحد و مورد توافق همگان درباره کیفیت زندگی ارائه نشده است. برخی از محققان کیفیت زندگی را با رویکرد عینی تعریف کرده اند و موارد آشکار و مرتبط با معیارهای زندگی از جمله سلامت جسمانی<sup>۳</sup>، شرایط شخصی (ثروت، شرایط زندگی و...)، ارتباطات اجتماعی، اقدامات شغلی یا دیگر عوامل، اجتماعی و اقتصادی را با کیفیت زندگی معادل دانسته اند (هاگرتی و همکاران، ۲۰۰۱). در مقابل این رویکرد، رویکرد ذهنی وجود دارد که کیفیت زندگی را مترادف با شادی یا رضایت فرد در نظر میگیرد و بر عوامل شناختی در ارزیابی کیفیت زندگی تاکید دارد. در حال حاضر کیفیت زندگی یکی از نگرانی های عمده سیاستمداران و متخصصان علم پیشگیری است و به عنوان شاخصی برای اندازه گیری وضعیت سلامت در تحقیقات شناخته شده و بهکار می رود. به دلیل اهمیتی که مفهوم کیفیت زندگی پیدا کرده است، سازمان جهانی بهداشت یکی از اهداف عمده خود را تا سال ۲۰۱۰ افزایش کیفیت زندگی ذکر می کند

امروزه با توجه به مشکلات روانی و جسمانی معلمان و مشغله های زیاد شغلی و غیر شغلی که در بیشتر معلمان دیده می شود اکثر معلمان از کیفیت زندگی ضعیفی برخوردارند که این کیفیت پایین زندگی باعث مشکلات در سلامت روان و ضعف هوش معنوی آنها می شود. این مشکلات که اکثراً بخاطر

3 Health physical

1 Amram

2 Zohar & Marshall

نشان داده اند که ضریب های همبستگی مربوط به روایی آن با ضریب های همبستگی نسخه انگلیسی قابل مقایسه است. اسدی و همکاران (۱۳۸۱) حساسیت آزمون را برابر ۸۶/۵، ویژگی ۸۴/۰ و ضریب پایایی بازآزمایی و آلفای کرونباخ را ۸۰/۰ گزارش کرد. از این رو، می توان عنوان نمود که پرسشنامه سلامت عمومی دارای روایی و اعتبار مقبولی است و با توجه به مفروضات مقیاس لیکرت در دامنه یک تا چهار بر اساس شدت، بگونه ای عینی نمره گذاری می شود. این آزمون را می توان به صورت گروهی اجرا کرد.

**تحلیل داده ها:** به منظور توصیف ویژگی های فردی و متغیرهای تحقیق از شاخص های توصیفی از جمله میانگین، انحراف معیار، فراوانی، درصد فراوانی و ترسیم نمودارها استفاده شد. در ضمن جهت تعیین طبیعی بودن توزیع داده ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، تفاوت بین متغیرهای تحقیق از t مستقل استفاده شد. در ضمن کلیه تجزیه و تحلیل های آماری با استفاده از نرم افزار spss انجام شد.

### یافته ها

تربیت بدنی و ورزش را می توان یک پدیده اجتماعی خاص تلقی نمود که به توسعه روابط و مناسبات دوستانه و انسانی در بین اقشار مختلف اجتماعی دامن می زند. بدون شک در جوامع کنونی اکثر مردم به نقش ورزش در تحکیم روابط اجتماعی به طور نسبی وقوف دارند، و کمتر کسی است که به لحاظ ذهنی و تئوریک این موضوع را نا دیده بگیرد. عدم بهره برداری و استفاده صحیح و سالم از ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی مفید و سازنده در تحکیم و توسعه روابط اجتماعی، یک واقعه تأسف بار در سیر حرکت تاریخی بشر تلقی می شود. ورزش علاوه بر اثرات بهداشتی و نقش مهم آن در سلامت و به عنوان یک پدیده اجتماعی، با ارزش های اجتماعی و اخلاقی رابطه تنگاتنگی دارد. در این تحقیق نیز بطور واضح نشان داده شده که معلمان تربیت بدنی که فعالیت بدنی جزو شغل آنها به حساب می آید و همیشه باید خود را از لحاظ جسمی آماده نگه دارند نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی که کمتر به فعالیت بدنی می پردازند دارای سلامت روحی بهتر، هوش معنوی بالاتر و همچنین دارای کیفیت زندگی بهتری بودند که این می تواند از نقش مهم ورزش و تحرک حکایت کند چرا که تنها معجزه ورزش هست که می تواند انسان را چه از لحاظ جسمی و چه از لحاظ روحی در بهترین شرایط حفظ کند.

تنصیف استفاده شد که برای کل پرسشنامه به ترتیب برابر با ۸۵/۰ و ۷۸/۰ می باشد که بیانگر پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده است. ضرایب پایایی مقیاس هوش معنوی بین ۰/۶۹ تا ۸۵ نوسان دارد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول می باشد (هوشنگی، ۱۳۷۵).

**پرسشنامه کیفیت زندگی دیوید ایوانس و کوپ ویندی:** پرسشنامه کیفیت زندگی که توسط سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۹ ارائه شد ۷۲ سؤال است، که ۶ مقیاس از ۱۵ مقیاس کیفیت زندگی شامل: بهزیستی بدنی (۱۲ سؤال)، رشد فردی (۱۲ سؤال)، رضایت شغلی (۱۲ سؤال)، روابط اجتماعی (۱۲ سؤال)، رفتار خلاق و مبتکرانه (۱۲ سؤال)، رفتار نوع دوستانه (۱۲ سؤال) را اندازه گیری می کند. پرسشنامه کیفیت زندگی به گفته هوشنگی (۱۳۷۵)، توسط صادقی و دلاور روی یک نمونه ۱۴۰ نفری اجرا و پایایی کلی ۸۵/۰ به دست آمده است. در تحقیق حاضر پرسشنامه ها بین دو گروه از نمونه آماری (شرکت کننده در ورزش همگانی و غیر شرکت کننده) توزیع و پایایی آن ۸۱/۰ برآورد شد و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد. همچنین پایایی پرسشنامه افراد فعال ۷۳/۰ و افراد غیر فعال ۸۶/۰ می باشد (اسدی، ۱۳۸۱).

پرسشنامه سلامت روانی: در این پژوهش از فرم ۲۸ سوالی پرسشنامه سلامت عمومی<sup>۲</sup> (GHQ) گلدبرگ استفاده شد. این پرسشنامه توسط گلدبرگ و هیلبر (۱۹۷۹) ساخته شده و به ۳۶ زبان زنده دنیا ترجمه شد. بررسی های انجام شده در زمینه روایی این پرسشنامه در زبانهای غیرانگلیسی نشان داده اند که ضریب های همبستگی مربوط به روایی آن با ضریب های همبستگی نسخه انگلیسی قابل مقایسه است. این فرم دارای چهار مقیاس فرعی می باشد و هر مقیاس ۷ پرسش به روش پاسخ دهی طیف چهار گزینه ای لیکرت دارد که عبارتند از:

- ۱- علائم اضطرابی<sup>۳</sup> ۲- علائم جسمانی<sup>۴</sup> ۳- کارکرد نادرست اجتماعی<sup>۵</sup> ۴- علائم افسردگی<sup>۶</sup>

پرسشنامه فوق دارای روایی مقبولی می باشد و در گزارش انجمن سازمان بهداشت جهانی بعنوان یکی از ابزارهایی که دارای روایی و پایایی مطلوبی می باشد، مطرح شده است. این پرسشنامه بر اساس نظریه سلامت عمومی به تنیدگی عوامل زیستی، روانی و اجتماعی معطوف بوده و دارای روایی سازه می باشد. لازم به ذکر می باشد که ضرایب پایایی این پرسشنامه در دامنه ۰/۸۴ تا ۰/۹۲ بدست آمده است. بررسی های انجام شده در زمینه روایی<sup>۷</sup> این پرسشنامه در زبانهای غیرانگلیسی

5 Social Dysfunctioning Symptoms

6 Depression Symptoms Validity

1. Evans and cupvinde

2. General Health Questionnaire (GHQ)

3 Anxiety Symptoms

4 Somatic Symptoms

جدول ۱. مقایسه کیفیت زندگی معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران

متغییر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	sig
کیفیت زندگی	معلمان تربیت بدنی	۶۶	۱۶/۲۴	۲/۱۹	۶/۲۴	۲۲۸	*./۰۰۱
	معلمان غیر تربیت بدنی	۱۶۲	۱۴/۱۷	۲/۱۲			

در سطح  $P \leq 0.05$  معنی دار است

تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد.

براساس اطلاعات جدول و با توجه به  $t$  کسب شده (۶/۲۴) و سطح معناداری مشاهده شده (۰/۰۰۱) در آزمون  $t$  مستقل، فرض صفر رد می شود. بنابراین بین کیفیت زندگی معلمان

متغییر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	sig
کیفیت زندگی	معلمان تربیت بدنی	۶۶	۲۴/۱۶	۱۹/۲	۶/۲۴	۲۲۸	*./۰۰۱
	معلمان غیر تربیت بدنی	۱۶۲	۱۷/۱۴	۱۲/۲			

مقایسه هوش معنوی معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران

متغییر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	sig
هوش معنوی	معلمان تربیت بدنی	۶۶	۱۵/۱۳	۲/۰۵	۶/۱۱	۲۲۸	*./۰۰۱
	معلمان غیر تربیت بدنی	۱۶۲	۱۴/۴۳	۲/۰۳			

در سطح  $P \leq 0.05$  معنی دار است

تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد.

براساس اطلاعات جدول و با توجه به  $t$  کسب شده (۶/۱۱) و سطح معناداری مشاهده شده (۰/۰۰۱) در آزمون  $t$  مستقل، فرض صفر رد می شود. بنابراین بین هوش معنوی در معلمان

مقایسه سلامت روان معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران

متغییر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	sig
سلامت روان	معلمان تربیت بدنی	۶۶	۱۷/۱۰	۲/۷۳	۶/۳۸	۲۲۸	*./۰۰۱
	معلمان غیر تربیت بدنی	۱۶۲	۱۵/۶۴	۲/۴۱			

در سطح  $P \leq 0.05$  معنی دار است.

و کیفیت زندگی ارتباط مثبتی وجود دارد. هوش معنوی بالا عملکرد را بهتر می کند و باعث ایجاد انگیزه در افراد خواهد شد. با توجه به این نتایج آنها که محیط کاری پرتنش و فاقد امکانات اجرای فعالیت های بدنی در کاهش عملکرد اجتماعی دبیران نقش دارد و سلامت عمومی این اعضا را با مشکل کاهش یا محدودیت مواجه می سازد. در مراحل ازدیاد فشار، پاسخ های فرد در محیط های آموزشی مورد توجه قرار می گیرد. در این شرایط ممکن است فرد در مواجهه با شرایط اضطراب آور، ابتدا خود را کاملاً تطبیق دهد و مسئله مهمی برایش روی ندهد، اما در اثر استمرار محرک های پرفشار و عدم موفقیت در مواجهه با مشکل جدید، به آستانه سرکوبید پاسخ ها نزدیک شود، پس از گذر از این مرحله و به نتیجه نرسیدن وسایل دفاعی روانی مناسب، فرد دچار اضطراب شدید شده و با رشد مسائل و مشکلات، علائم و نشانه های روان- تنی در او ظاهر می شود و در مراحل آخر دچار بی رمقی و از هم گسیختگی روانی می شود. همچنین نتایج با تحقیقات قاسمی و

براساس اطلاعات جدول و با توجه به  $t$  کسب شده (۶/۳۷) و سطح معناداری مشاهده شده (۰/۰۰۱) در آزمون  $t$  مستقل، فرض صفر رد می شود. بنابراین بین سلامت روان در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد.

## بحث

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که بین هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد و معلمان تربیت بدنی از دارای میانگین بالاتری در هوش معنوی نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی بودند. نتایج این تحقیق با تحقیقات عباسی و همکاران (۲۰۱۵) همسو بود. آنها در پژوهشی به نقش هوش معنوی در عملکرد و کیفیت زندگی معلمان تربیت بدنی پرداخت بررسی های آنها نشان داد که بین ابعاد هوش معنوی

عاطفی (عاطفه مثبت و منفی) و هوش هیجانی کلی با موفقیت شغلی ارتباط دارند همچنین افراد دارای هوش هیجانی بالا میتوانند با مشکلات و چالشهای زندگی بهتر سازگار شوند و به گونه ای موثرتر به کنترل هیجانهای خود بپردازند و بدین ترتیب موجب بهبود و افزایش بهداشت روانی گردند. از طرف دیگر، هوش هیجانی پایین، عوامل بالقوه تهدیدکننده بهداشت روانی می باشد. علت همسویی تحقیق حاضر با تحقیقات قبلی می تواند این باشد که هوش معنوی بخاطر ارتباط مثبتی که با ورزش و فعالیت بدنی دارد و افرادی که از لحاظ جسمانی دارای تحرک بیشتری هستند از هوش معنوی بالاتری نیز برخوردارند بنابراین فهم بیشتری از محیط محیط پیرامون خود دارند.

نتایج این تحقیق نشان داد که بین سلامت روان در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد و معلمان تربیت بدنی از دارای میانگین بالاتری در سلامت روانی نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی بودند. نتایج این تحقیق با تحقیقات حسین پور و همکاران (۱۳۹۴) همسو بود. آنها در پژوهشی به بررسی چگونگی ارتباط هوش معنوی و هوش هیجانی با سلامت روان در دانشجویان پرداختند به این نتیجه رسیدند که بین نمره سلامت روان و نمره هوش معنوی همبستگی معکوس و بین نمره سلامت روان و نمره هوش هیجانی همبستگی منفی و همچنین بین نمره هوش معنوی و هوش هیجانی همبستگی مثبت مشاهده شد. در پیش بینی سلامت عمومی از طریق هوش معنوی و هوش هیجانی مشاهده شد که هوش معنوی پیش بینی کننده معنی داری برای سلامت روان می باشد لیکن رابطه ای بین هوش هیجانی و سلامت روان معنی دار نبود. از آنجا که هوش معنوی بالاتر به سلامت روان بهتری می انجامد لذا می توان با برنامه ریزی و آموزش های لازم در جهت بهبود کیفیت هوش معنوی دانشجویان اقدام نمود. همچنین نتایج با تحقیقات سمیاری و همکاران (۱۳۹۴) همسویی داشت. آنها در پژوهشی با عنوان بررسی ارتباط بین هوش معنوی و سلامت عمومی دانشجویان به این نتیجه رسیدند که هوش معنوی دانشجویان دندانبزشکی در سطح متوسطی قرار دارد و تفاوتی بین زن و مرد دیده نشد. بین هوش معنوی و سلامت عمومی به صورت کلی و در همه ی ابعاد رابطه معنادار و مثبتی وجود داشت معدل، وضعیت تأهل و وضعیت اقتصادی با سلامت عمومی رابطه معنادار و مثبت داشتند. سن، ترم تحصیلی، معدل و وضعیت اقتصادی نیز دارای رابطه معناداری با هوش معنوی بودند. هوش معنوی و سلامت عمومی رابطه نزدیکی با هم داشته و انتظار می رود ارتقاء هوش معنوی باعث ارتقاء سلامت عمومی دانشجویان دندانبزشکی شود. همچنین محمدی و همکاران (۱۳۹۳) نیز در تحقیقی به بررسی اثر آموزش هوش معنوی بر سلامت روان دانش آموزان پسر دبیرستانی پرداختند نتایج نشان داد که که هفت جلسه ی مداخله ی هوش

همکاران (۱۳۹۳) نیز همسویی داشت. آنها در پژوهشی با عنوان سنجش رابطه رضایت شغلی با کیفیت زندگی مرتبط با سلامت در معلمان شهر گیلان غرب به این نتیجه رسیدند که رابطه بین رضایت شغلی با کیفیت زندگی معلمان مورد تأیید قرار گرفت. با توجه به اهمیت بالای شغل معلمی و وظیفه ای که بر عهده آنان است، طراحی و اجرای برنامه های مدون و هدفمند توسط وزارت آموزش و پرورش برای تأثیرگذاری مثبت بر رضایت شغلی و ارتقاء کیفیت زندگی معلمان، امری ضروری دانستند. همچنین نتایج با تحقیق هیگز و اسلاسکی و دولویز<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) نیز همسویی داشت. آنها نقش خود مدیریتی هیجانانی از قبیل استرس، اندوه و کیفیت پایین زندگی کاری را بررسی کردند. این پژوهش نشان داد که هوش هیجانی به صورت گستردهای با سلامت روانشناختی و فیزیکی در ارتباط است. علت همسویی تحقیق حاضر با تحقیقات قبلی احتمالاً به این علت است که معلمان و کارکنانی که فعالیت بدنی منظم دارند دارای یک نوع سلامتی و شادابی مثبتی هستند که این شادابی ناشی از ورزش تاثیر مستقیم روی کیفیت زندگی آنها در طول شبانه روز دارد.

نتایج این تحقیق نشان داد که بین هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران تفاوت معنی داری وجود دارد و معلمان تربیت بدنی دارای میانگین بالاتری در هوش معنوی نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی بودند. نتایج با تحقیقات اگروال و همکاران (۲۰۱۵) همسو بود. آنها در تحقیقی با عنوان نقش هوش معنوی در کیفیت زندگی دانشجویان بیان داشتند که در بین ابعاد کیفیت زندگی، بین دانشجویان در ابعاد جسمانی، روانی، عملکرد فیزیکی، محدودیت نقش ناشی از سلامت جسمانی، محدودیت نقش ناشی از سلامت روانی، احساس حیات، سلامت روانی، تفاوت معنی داری وجود داشت. آنها همچنین بیان داشتند که افرادی که از هوش معنوی بالایی برخوردارند، در رسیدن به اهداف خود موفق ترند و به رشد، شکوفایی و پیشرفت مؤسسه، سازمان یا شرکت خود مساعدت های بیشتری می کنند. همچنین نتایج با تحقیقات حسینیان و همکاران (۱۳۹۰) همسو بود. آنها در تحقیقی به پیش بینی کیفیت زندگی معلمان زن براساس متغیرهای هوش هیجانی و هوش معنوی پرداختند و به این نتیجه رسیدند که اکثریت مولفه های هوش هیجانی رابطه مثبت معناداری با زیر مقیاسهای کیفیت زندگی دارند. از طرف دیگر روابط مثبت معنی داری میان بعضی مولفه های هوش معنوی و زیر مقیاس های کیفیت زندگی مشاهده شد. همچنین تحلیل دادهها با استفاده از روش رگرسیون چندگانه نشان داد که بعضی مولفه های هوش هیجانی و هوش معنوی به صورت معنی - داری کیفیت زندگی را پیش بینی میکنند. همچنین نتایج با تحقیق آریانا<sup>۲</sup> (۲۰۰۹) همسو بود. آنها در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سه مؤلفه هوش هیجانی- همدلی، تنظیم و ابراز وجود به علاوه صفات

افشار مختلف اجتماعی دامن می زند. بدون شک در جوامع کنونی اکثر مردم به نقش ورزش در تحکیم روابط اجتماعی به طور نسبی وقوف دارند، و کمتر کسی است که به لحاظ ذهنی و تئوریک این موضوع را نا دیده بگیرد. عدم بهره برداری و استفاده صحیح و سالم از ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی مفید و سازنده در تحکیم و توسعه روابط اجتماعی، یک واقعه تأسف بار در سیر حرکت تاریخی بشر تلقی می شود. ورزش علاوه بر اثرات بهداشتی و نقش مهم آن در سلامت و به عنوان یک پدیده اجتماعی، با ارزش های اجتماعی و اخلاقی رابطه تنگاتنگی دارد. در این تحقیق نیز بطور واضح نشان داده شده که معلمان تربیت بدنی که فعالیت بدنی جزو شغل آنها به حساب می آید و همیشه باید خود را از لحاظ جسمی آماده نگه دارند نسبت به معلمان غیر تربیت بدنی که کمتر به فعالیت بدنی می پردازند دارای سلامت روحی بهتر، هوش معنوی بالاتر و همچنین دارای کیفیت زندگی بهتری بودند که این می تواند از نقش مهم ورزش و تحرک حکایت کند چرا که تنها معجزه ورزش هست که می تواند انسان را چه از لحاظ جسمی و چه از لحاظ روحی در بهترین شرایط حفظ کند.

معنوی موجب کاهش معنی دار حساسیت در روابط متقابل، شکایت های جسمانی، وسواسی- اجباری، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، ترس مرضی، افکار پارانوئیدی و روان پریشی در پس آزمون نسبت به پیش آزمون می شود و در مقایسه با گروه کنترل، هفت جلسه ی مداخله ی هوش معنوی موجب کاهش حساسیت در روابط متقابل، شکایت های جسمانی، وسواسی- اجباری، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، ترس مرضی، افکار پارانوئیدی و روان پریشی شد. علت این همسویی می تواند در این باشد که فعالیت بدنی نقشی موثر بر تمام ابعاد سلامت روحی و روانی انسان می گذارد و افراد را از فکر و استرس های روزمره زندگی حتی برای چند ساعت شده دور می کند و احساس نشاط و انرژی می دهد که این عامل سبب شده تا معلمان تربیت بدنی که حداقل در مدارس با دانش آموزان به فعالیت بدنی می پردازند دارای سلامت روانی بهتری نسبت به معلمان دیگر رشته باشند.

### نتیجه گیری

تربیت بدنی و ورزش را می توان یک پدیده اجتماعی خاص تلقی نمود که به توسعه روابط و مناسبات دوستانه و انسانی در بین

### References

- Maremmanni I, pani PP, Pacini M, Perugi G2007. Substance use and quality of life over 12 month among buprenorphin maintenance-treated and methadone maintenance-treated heroin addicted patients. **Journal subst abus treat.**; (33): 41-48.
- Friedman GL. 2006Narcotic Anonymous: Promotion of change and growth in spiritual health, quality of life and attachment dimensions of avoidance and anxiety in relation to program involvement and time clean. [Dissertation]. Alliant International University. Los Angeles, California.: 4-32.
- Wong JG, Cheung E, Chen EY, Chan RC, Law CW. et al. 2005 An instrument to assess mental patients capacity to appraise and report subjective quality of life. **Quartry Life Researcc.**; 14(3): 687-694.
- Robinson PF. Measurement of quality of life. **Journal Assoc Nurses in AIDS Care.** 2004; (15): 14-19.
- Smith KP. 2007Nursing and stroke rehabilitation: A study of the rehabilitation of stroke survivors quality of life, functional, and meaningful function. [dissertation]. university of Florida.: 11-25.
- Yang, Ke-ping and Maou, Xiu-Ying. (2007). "A study of nurses spiritual intelligence: A cross-sectional questionnaire survey", **international Journal of nursing studies**, vol.44, pp:999-1010
- Voaghan,F. (2003). What is spiritual intelligence? **Journal of humanistic psychology**, vol.42, N.2.
- Amram, Joseph Yosi. (2005). "Intelligence Beyond IQ: The contribution emotion and spiritual intelligences to effective business leadership", Institute of Tranpersonal psychology.
- Zohar, D. & Marshall, I. (2000). "SO-Spiritual intelligence, the ultimate intelligence", London: Bloombur .
- Liu, L, (2006). "Quality of life as a social representation in China: A qualitative study", **Social Indicators Research**, 75, 217 - 240.
- Hagerty, M. R, Cummins, R. A, Ferriss, A. L, Land, K, Michalos, A. C, Peterson, M, Sharpe, A, Sirgy, J & Vogel, J, (2001). "Quality of life indexes for national policy: Review and agenda for research", **Social Indicators Research**, 55, 1, 1-96.
- Agrawal, Nancy, Mahmood S. Khan(2015). Role of Education on Spiritual Intelligence between Science and Arts Undergraduate Students. **The International Journal of Indian Psychology.**2 (4),17-27.
- Behloli ,Abbas Abbasi, Motlag, Mahbobeh Karimi, Farashah ,Hashem Dehghanpour(2015). Examine the Role of Spiritual Intelligence on Optimism and Psychological Well-Being of Teachers in City Taibad of Iran. **Journal of Applied Environmental and Biological Sciences.** 5(7)163-170
- Aryana- ki TBuxcHu & SHB. (2009) Life Satisfaction of Thai Religious women. Sam louis university (Private) Bonifacio Street, Baguio city DECS-CAR.
- Augusto Landa, J.M., Lopez-Zafra, E., Martinez de Antonana, R., and Pulido, M. (2006). A study of nurses spiritual intelligence: A cross-sectional questionnaire survey", **international Journal of nursing studies**, vol.44, pp:999-1010.
- Dulewicz, v., Higgs, M., & Slaski, M. (2003). "Measuring emotional intelligence: content,



- construct, and criterionrelated validity". *Journal of Managerial Psychology*, 18, 405- 420.
- Strassle CG, Mckee EA, Plant DD. (2000). Optimism an indicator of psychological health: Using psychological assessment wisely. *Personality Assessment*; 72 (2): 190-199.
- Tacey, DJ (2003). *The Spirituality revolution: The emergence of contemporary spirituality*. Sydney, Australia: HarperCollins Publishers.
- Taylor, S.; Kemeny, M.; Reed, G.; Bower, J. Grunewald, T. (2000). Psychological resources, Positive illusions and health. *American Psychologists* 55: 99-109.
- Tse, WS, & Yip, TH (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46, 365-368.
- Unterrainer HF, Ladenhauf KH, Moazedi ML, Wallner-Liebmann SJ, Fink A. (2010). Dimensions of Religious / Spiritual Well-Being and their relation to Personality and Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*; 49: 192-197
- Vaughan, F. (1993). Spiritual in psychotherapy. *Journal of Transpersonal psychology*, 23 (2), 105-119.
- West, V. (2004). *Psychotherapy and spirituality*. Translated by Sultan Ali Shirafkan and ShariyarShahidi. Tehran: Roshd.
- Yaghoubi, A. (2008). Spiritual intelligence and mental health of students of Bu Ali University. Proceedings of the Fourth National Conference on Mental Health.
- Yaghoubi, A. (2010). Investigate the relationship between spiritual intelligence and happiness of students of Bu Ali Hamadan University. *Research on the psychological*, Volume II, No. III.
- Pollner. M. (1989). Divine relations. Social relations. And well -being. *Journal of Health and social Behavior*. 30, 92, 104.
- Raeisi, M., Ahmari Tehran, H., Heydari, S., Jafarbeyglou, E., Abedini, Z., and Bathaei, S. A., (2013). Relationship between spiritual intelligence, happiness and academic achievement of students in Qom University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*; 13 (5 (55): 431-440.
- Ramirez de Leon, A. (2002). An investigation of the relationship between spiritual well- being and Psychological well- being among Mexican American Catholics. Dissertation, doctor of philosophy. St. Marys University of San Antonio.
- Badie A, Savari A, Bagheri Dasht Bozorg N, Lattifi Zadegan V.(2010). [Construction and validity of a questionnaire spiritual intelligence]. Booklet first National Conference of Psychology Payame Noor University, Tabriz University.: 59. [On-line]. Available:
- Abbasi R, Rosahn Chelsi R, 2010. Examine the relationship between religious beliefs and emotional intelligence among high school students. *Clinical Psychology and Personality*. 17: 31-38.
- Baezat F, Sharifzadeh H, 2012. The relationship between emotional intelligence and spiritual intelligence and occupational stress among university staff. *Journal of Occupational and Organizational Consulting*.13: 55-68.
- Balswick J, Macrides C, 2005. Parental stimulus for adolescent rebellin. *J Adolesc*. 10: 53-56
- Besharat M, 2007. Examine the relationship between parental anxiety and test anxiety of students. *Journal of Psychological Science*. 91: 68-39.
- Bukatko D, Daehler MW, 2006. *Child development*. 2rd edn. Boston: Houghton Publications.
- Burke L, 2001. *Developmental psychology (from childhood until the end of life)*. Translated by Sayyed Mohammadi A. Tehran: Dorsa Publications.
- Burns D, 2008. *Ten Steps to Happiness*. 2rd edn. translated by Ghorachedaghi M. Peikan Publications.
- Cassidyj J, Shaver PR, 2008. *Handbook of Attachment: Theory, Rrsarch and clinical Applications*. NY: Guilford Houghton Publications.
- Cushen PJ, Wiley J, 2012. Cues to solution- restructuring patterns and reports of insight in creative problem solving. *Consciousness and Cognition*. 21: 1166-1175.
- Dadsetan C, 2013. *Morbid psychological from childhood to adulthood*. Tehran: ISBN Publications.
- Dehshiri G, 2010. Comparison of the efficacy of intensive short-term dynamic and cognitive-behavioral therapy in generalized anxiety disorder. PhD Thesis, University of Allameh Tabatabai.
- Diener E, 2007. Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of personality and social psychology*. 69: 851-864.
- Dzurilla TJ, Goldfried MR, 2005. Problem solving and behavior modification. *Journall of Abnormal Psychology*. 78: 107-126.
- Goleman D, 1996. *Emotional Intelligence*. Translated vy Parsa M. Tehran: Roshd Publications.
- Happner PP, 1995. *The problem solving inventory: manual*. CA: Consulting psychologist Publications.
- Hoseinian Q, Ghasem-Zadeh S, Vnyknam M, 2010. Predicting the quality of life of women teachers based on variables such as emotional intelligence and spiritual intelligence. *Career counseling, Organizational*. 3: 42-60.
- Hosseinian S, Ghasemzade S, Niknam M, 2009. Predication of quality of life of female teachers based on variables of Spiritual Intelligence and emotional intelligence. *Job and organizational counseling*. Tehran: Psychometric Publications.
- Howard B, White R, 2009. *Spiritual Intelligence and Transformational Leadership: A New Theoretical Framework*. *Journal of Curriculum and Instruction*. 3: 67-81.

- Keramati F, 2004. Attitudes and academic performance in mathematics among students in Tehran. *Journal of Human Sciences*. 42: 12-24.
- Khodabandeh M, 2009. A Review on computer games with creativity of students in Tehran. MA Thesis, Islamic azad university.
- Khoshabi K, Abuhamze A, 2008. John Bowlby's Attachment. Tehran: Danzh Publications.
- Kolayis H, Turan H, Ulusoy YO, 2012. Comparison of Problem-Solving Disposition of Students in Physical Education Teacher and Psychological Counseling and Guidance. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 46: 1939-1942.
- Nasr Isfahani N, Etemadi A, 2013. The relationship between Personality characteristics and spiritual intelligence and quality of life among students in Allameh Tabatabai University. *Journal of Research & Health*. 34: 236-227.
- Pakdaman Sh, Sayyid Musa P, Malhy A, 2012. Quality of attachment to parents and internalizing and externalizing symptoms in adolescents: a comparative study on the role of fathers and mothers. *Journal of Modern Psychological sixth year*. 23: 39-51.
- Rezazadeh A, 2010, Study the effectiveness of problem solving training on self-efficacy in high school students in Rasht. MA Thesis, Islamic Azad University.
- Shariatmadari AS, 1989. Philosophy, philosophical issues at Philosophical schools. *Foundations of Science*. 56: 58-67.

**ارجاع:** نوروزی راضیه، هنری حبیب، مقایسه کیفیت زندگی، سلامت روان و هوش معنوی در معلمان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی منطقه ۵ تهران، مجله علوم حرکتی و رفتاری، دوره ۶، شماره ۱، بهار ۱۴۰۲، صفحات ۶۷-۷۶.