

Scientific Journal

Journal of Research in Educational Systems

Volume 15, Issue 52,
Pp. 88-99
Spring 2021

Print Issn: 2383-1324

Online Issn: 2783-2341

Indexed by ISC
www.jiera.ir



Journal by
Research in Educational
Science is licensed under a
Creative Commons
Attribution-
NonCommercial 4.0
International License.

Document Type:
Original Article

✉ Corresponding Author:
Ghadampour.e@lu.ac.ir
Received: 12/03/2020
Accepted: 04/26/2021

How to Site: Barzegar, M., Ghadampour, E., Gholamrezai, S. (2021). Investigation of the Relationship of Cognitive Abilities and Mindfulness with Teachers' Wisdom: The Mediating Role of Positive Emotions. *Journal of Research in Educational Science*, 15(52), 88-99.

doi: 20.1001.1.23831324.1400.15.52.6.8

Investigation of the Relationship of Cognitive Abilities and Mindfulness with Teachers' Wisdom: The Mediating Role of Positive Emotions*

Mahdi Barzegar Bafrooei

Ph.D. Candidate of Educational Psychology, Psychology Dept., Lorestan University, Khorramabad, Iran

Ezatollah Ghadampour ✉

Associate Professor, Psychology Dept., Lorestan University, Khorramabad, Iran

Simin Gholamrezai

Assistant Professor, Psychology Dept., Lorestan University, Khorramabad, Iran

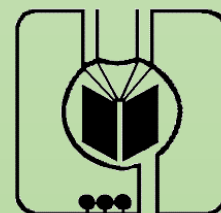
Abstract

This study was aimed to investigate the relationship of cognitive abilities and mindfulness with teacher wisdom with mediating positive emotions. The method of this study was descriptive-correlation. The population included 600 primary school teachers. For this purpose, 375 elementary teacher were selected using simple random sampling method. They completed Nejadi (2013) Cognitive Abilities Questionnaire, Brown & Ryan (2003) Mindfulness Questionnaire, Chen (2016) Positive Emotions Questionnaire and Ardlet (2003) Three-Dimensional Wisdom Scale. After collecting the data, structural equation modelling was used to test the proposed model and hypothesis as well. The results showed that the proposed model has good fit ($NFI = 0/91$ & $SRMR = 0/068$). The results of analyzes showed that cognitive abilities, mindfulness and positive emotions have a significant positive effect on wisdom. Also, the mediating role of positive emotions in the relationship between cognitive abilities and mindfulness with wisdom was confirmed. Findings show that by increasing the variables of cognitive abilities, mindfulness and positive emotions, we can expect an increase in wisdom in teachers.

Keywords:

Cognitive abilities, Mindfulness, Positive emotions, Teachers' wisdom

* The present article is taken from the doctoral dissertation in Educational Psychology, Lorestan University



نشریه علمی

پژوهش در نظام‌های آموزشی

دوره ۱۵، شماره ۵۲،
ص ۸۸-۹۹
بهار ۱۴۰۰

شاپا (چاپی): ۱۳۲۴-۲۳۸۳

شاپا (الکترونیکی): ۲۳۴۱-۲۷۸۳

نمایه در ISC

www.jiera.ir



نشریه علمی
پژوهش در نظام‌های آموزشی تحت قانون
بین‌المللی کپی‌رایت Creative Commons: BY-NC
است.

نوع مقاله: مقاله اصیل پژوهشی

✉ نویسنده مسئول:

Ghadampour.e@lu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۹/۱۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۰۶

استناد به این مقاله: برزگر بفرویی، م.، قدم پور، ع. و غلامرضایی، س. (۱۴۰۰). بررسی رابطه توانایی‌های شناختی و ذهن‌آگاهی با خردمندی معلمان: نقش واسطه‌ای هیجان‌های مثبت. پژوهش در نظام‌های آموزشی، ۱۵(۵۲)، ۸۸-۹۹.
doi: 20.1001.1.23831324.1400.15.52.6.8

بررسی رابطه توانایی‌های شناختی و ذهن‌آگاهی با خردمندی معلمان: نقش واسطه‌ای هیجان‌های مثبت*

مهدی برزگر بفرویی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

✉ عزت‌اله قدم‌پور

دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

سیمین غلامرضایی

استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین توانایی‌های شناختی و ذهن‌آگاهی با خردمندی معلمان با نقش واسطه‌ای هیجان‌های مثبت بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش همه معلمان مدارس ابتدایی شهرستان میبد به تعداد ۶۰۰ نفر بود. به این منظور ۳۷۵ نفر از معلمان مقطع ابتدایی شهرستان میبد با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند و پرسشنامه توانایی‌های شناختی نجاتی (۱۳۹۲)، پرسشنامه ذهن‌آگاهی Brown & Ryan (2003)، پرسشنامه هیجان‌های مثبت Chen (2016) و مقیاس سه‌بعدی خرد Ardelt (2003) را تکمیل کردند. پس از گردآوری داده‌ها، مدل یابی معادلات ساختاری برای آزمون مدل پیشنهادی و فرضیه‌ها مورد استفاده قرار گرفت. نتایج نشان داد مدل مطرح شده از برازش خوبی برخوردار است ($\chi^2/df = 0/91$ و $NFI = 0/68$ ، $SRMR = 0/068$). نتایج تحلیل‌ها نشان داد توانایی‌های شناختی، ذهن‌آگاهی و هیجان‌های مثبت بر خرد تأثیر مثبت معنادار دارد. همچنین نقش واسطه‌ای هیجان‌های مثبت در رابطه بین توانایی‌های شناختی و ذهن‌آگاهی با خرد تأیید شد. یافته‌ها نشان می‌دهد با افزایش متغیرهای توانایی‌های شناختی، ذهن‌آگاهی و هیجان‌های مثبت می‌توان افزایش خرد در معلمان را انتظار داشت.

واژه‌های کلیدی:

توانایی‌های شناختی، ذهن‌آگاهی، هیجان‌های مثبت، خرد، معلمان

* مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری رشته روان‌شناسی تربیتی دانشگاه لرستان است.

مقدمه

کارکردهای عالی و توانایی‌های شناختی^{۱۱} از جمله متغیرهای مهم در ارتباط با خرد است (Yang, 2020). توانایی‌های شناختی به‌عنوان قابلیت ذهنی کلی^{۱۲}، شامل استدلال، حل مسئله، برنامه‌ریزی، تفکر انتقادی، درک ایده‌های پیچیده و یادگیری از تجربه تعریف کرده‌اند (Beer et al., 2004) که معادل تعریف Gottfredson (1997) از هوش است. از نظر Sternberg (2001)، خرد با هوش عملی ارتباط دارد. منظور از هوش عملی، به حداکثر رساندن نتیجه است؛ یعنی استفاده از هوش برای مقاصد عملی و تأمین کردن علائق شخصی تا حد امکان؛ اما Sternberg (2001) خاطر نشان می‌کند که هوش تحلیلی نیز برای رشد خرد ضروری است. توانایی‌های شناختی و قضاوت از عناصر اساسی رشد خرد هستند (Liew, 2013). این روابط را می‌توان در روان‌شناسی رشد یافت که در آن ساختارهای فراوانی مانند منطق جاسازی شده^{۱۳}، هوش عملی، استدلال فراصوری^{۱۴}، تفکر دیالکتیکی^{۱۵}، قضاوت تأملی^{۱۶} و شناخت معرفتی^{۱۷} نشان می‌دهد که چگونه فرد به انتقاد از اندیشه‌ها می‌پردازد، دانش عمیق می‌یابد و داوری دقیق انجام می‌دهد (Brookfield, 1995؛ نقل از Liew, 2013).

از عوامل دیگری که در مورد خردمندی معلمان مورد بررسی قرار می‌گیرد، ذهن‌آگاهی^{۱۸} است (Pascual-Leone, 2000) و پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که ذهن‌آگاهی و خرد باهم مرتبط هستند (Williams et al., 2016). ذهن‌آگاهی یک روش محبوب مداخله درمانی است که در حال حاضر در موقعیت‌های مختلفی به‌کاربرده می‌شود و شواهد اثربخشی آن در حال گسترش است (Creswell, 2017؛ Paulus, 2016). به‌طوری‌که مداخلات ذهن‌آگاهی منجر به نتایج مثبتی در رابطه با استرس، بهزیستی، اضطراب، افسردگی، احساس‌های منفی، تنظیم هیجانی^{۱۹} و همدلی^{۲۰} می‌شود (Verhaeghen, 2017؛ Khoury et al., 2013؛ Ford & Shook, 2019). ذهن‌آگاهی به معلمان در تعادل هیجانی،

در حدود ۲۵۰ سال پیش در تمدن‌های بزرگ زمان، تلاش برای مفهوم خرد^۱ به‌عنوان جوهر زندگی روشنفکری شروع شد و قرن‌ها به‌عنوان موضوع اصلی ادامه یافت. با این حال فقط در اواخر قرن بیستم، اولین کاوش‌های روان‌شناختی آزمایشی در مورد مفهوم خرد آغاز شد. از جمله عواملی که باعث شد مفهوم خرد مورد غفلت قرار بگیرد مشکلات متعدد در درک (ماهیت) و تحقیق در مورد مفهوم خرد تا اواخر قرن بیستم است؛ بنابراین، این غفلت غم‌انگیز و نامطلوب است زیرا عمده‌ترین مشکلات زندگی مدرن ما از بی‌خردی است و جهان‌بینی نیازمند خردمندی است (Walsh, 2015). خرد، زمینه‌ای نسبتاً جدید برای پژوهش‌های روان‌شناختی است و حدود سه دهه است که روان‌شناسان مشغول یافتن تعریف واضح از خرد و تدابیر مناسب برای این سازه پیچیده هستند (Glück, 2011؛ Staudinger & Glück, 2011). نظریه‌پردازان بر اساس رویکردهای ضمنی و تصریحی به مطالعه خرد در فرهنگ‌های مختلف می‌پردازند. Sternberg (2003) در پژوهشی درباره ماهیت هوش^۲، خلاقیت^۳ و خردمندی به‌نوعی از رویکرد ضمنی بهره گرفت. در بررسی او شش عنصر توانایی استدلال، زیرکی و ذکاوت، یادگیری از محیط، قضاوت، استفاده سریع و بلافاصله از اطلاعات و هوشمندی، به‌عنوان عناصر زیربنایی خرد به شمار می‌رود. Ardeli (2005) نیز خرد را به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی می‌داند که از ترکیب سه بُعد شناختی^۴، تأملی^۵ و عاطفی^۶ به دست می‌آید. بعد شناختی تمایل به دانش عمیق و بیش در مورد جنبه‌های درون‌فردی و بین‌فردی زندگی (از جمله معنای زندگی و مرگ) اشاره دارد. بُعد تأملی تلاش برای دیدن پدیده‌ها از دیدگاه‌های متفاوت و نیز دیدن آن‌ها بدون تعصبات ذهنی^۷ و فرافکنی^۸ است و بعد عاطفی متمرکز بر درک احساسات خود و دیگران و تنظیم‌کننده سلامت روان فرد است (Ardeli & Ferrari, 2019).

11. embedded logic
12. post-formal reasoning
13. dialectic thinking
14. lective judgment
15. epistemic cognition
16. mindfulness
17. emotion regulation
18. empathy

1. wisdom
2. intelligence
3. creativity
4. cognitive
5. reflective
6. affective
7. personal biases
8. projection
9. cognitive abilities
10. general mental capability

و میزان تأثیرپذیری فرد از بردو باخت در گذشته و یا آینده حضوری فعال دارد (Bechara, 2004). رابطه بین ذهن آگاهی یا تمرینات مراقبه و هیجان‌های مثبت در پژوهش‌های مختلف تأیید شده است (Coffey et al., 2010; Fredrickson et al., 2017; Du et al., 2019). آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی باعث ایجاد تأثیرات مثبت در زندگی و سلامت هیجانی می‌شود (Fredrickson et al., 2017). سطوح بالای ذهن آگاهی مانند مانعی در برابر حرمت خود پایین عمل می‌کند؛ به طوری که افراد دارای ذهن آگاهی بالا به عقب‌نشینی افکار بالقوه منفی درباره خود قادرند (Haertel, 2016).

با توجه به پیشینه تجربی ذکر شده از بین متغیرهایی که با خرد مرتبط هستند و به دلیل محدود بودن پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی خردمندی، طراحی یک مدل برای خردمندی معلمان مدنظر است. لذا هدف پژوهش حاضر نقش میانجی‌گری هیجان‌های مثبت در رابطه بین توانایی‌های شناختی و ذهن آگاهی با خردمندی معلمان بود.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه این تحقیق را کلیه معلمان ابتدایی شهرستان میبد به تعداد ۶۰۰ نفر در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ تشکیل داد. درباره‌ی حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق مدل یابی معادلات ساختاری نظرات گوناگون وجود دارد، ولی همه بر این موضوع توافق دارند که مدل معادلات ساختاری، شبیه تحلیل عاملی از فنون آماری با نمونه بزرگ (۲۰۰ آزمودنی) قابل اجرا است (Tabachnick & Fidell, 2001). لذا حجم نمونه مورد نیاز در بخش مدل یابی در پژوهش حاضر ۳۷۵ نفر برآورد شد. نمونه مورد نظر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شد و شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. سپس برازش مدل مذکور از طریق معادلات ساختاری بررسی شد.

ابزارهای مورداستفاده در پژوهش در ادامه بیان شده است: پرسشنامه توانایی‌های شناختی. این پرسشنامه توسط نجاتی (۱۳۹۲) طراحی و تدوین شده است. این مقیاس شامل ۳۰ ماده است و از ۷ زیرمقیاس حافظه، توجه انتخابی، تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی، توجه پایدار، شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری

بهبودی شخصی و یادگیری از شکست بدون قضاوت کمک می‌کند (Soloway, 2016). هدف نهایی آموزش‌های ذهن آگاهی یا مراقبه بودیسم پرورش اعتماد به خود و خرد است. افراد با پرورش خرد از طریق ذهن آگاهی در مورد پدیده‌های هستی به درک و هوشیاری نافذ می‌رسند (Bodhi, 2010). Pascual-Leone (2000) استدلال کرده‌اند که تمرین مراقبه ذهن آگاهانه ممکن است از طریق کاربرد دانش، تجربه و بینش در زندگی روزمره با استفاده از روشی محبت‌آمیز و هوشمندانه باعث تقویت خرد شود.

از جمله عوامل دیگری که با خردمندی در ارتباط است هیجان‌های مثبت است که در پژوهش‌ها به آن اشاره شده است (Aldwin, 2006; Staudinger & Glück, 2011). چندین سنت دینی (مانند مسیحی، اسلام، بودایی و کنفوسیوس) قبول دارند که هیجان‌های منفی مانند عصبانیت می‌تواند مانع کسب و بیان خرد شود، در حالی که هیجان‌های مثبت مانند عشق و دلسوزی باعث رشد خرد می‌شود (Brown, 2006; Walsh, 2015). تجربه هیجان‌های مثبت سبب می‌شود که افراد بر توجه خود متمرکز شوند و برای آغاز صحبت با دیگران تمایل بیشتری داشته باشند (Wood et al., 1990). به نقل از میرخوانی و همکاران، (۱۳۹۶). به طور خاص، هنگامی که افراد در وضعیت هیجانی مثبت قرار می‌گیرند (به عنوان مثال شادی و رضایت)، به احتمال زیاد می‌توانند نسبت به مسائل، تفکر خلاق و خردمندانه داشته باشند (Fredrickson, 2006). Ardelt (2005) اضافه می‌کند که خرد به معنای ساختن و پذیرش موقعیت‌های مبهم یا دشوار است که می‌تواند فرد را به سمت هیجان‌های مثبت‌تر سوق دهد. هیجان‌های مثبت علاوه بر روابط مستقیم با خردمندی معلمان، به نظر می‌رسد می‌تواند نقش واسطه‌ای را در ارتباط بین متغیرهای پیشاینده در پژوهش حاضر (توانایی‌های شناختی و ذهن آگاهی) و خرد ایفا نماید. بر اساس عملکردهای شناختی که به دو بخش سرد و گرم تقسیم می‌شود، بخش سرد توصیف‌کننده وظایف شناختی و بخش گرم توصیف‌کننده هیجان و انگیزش است. در فرایند تصمیم‌گیری که یک پردازش عالی شناختی است، هیجان با دخالت در ارزیابی میزان اهمیت محرک‌های محیطی

پرسش از ۵ تا ۱ است. Chen (2016) در مطالعه خود، اعتبار را با استفاده از ضریب آلفا برای کل مقیاس ۰/۸۸ و برای عوامل، شادی ۰/۹۰، عشق ۰/۷۳، غم ۰/۸۶، خشم ۰/۸۴ و ترس ۰/۸۶، به دست آورده است که اعتبار قابل قبول این ابزار را نشان می‌دهد. کارشکی و همکاران (۱۳۹۵) نشان دادند که این پرسشنامه از روایی مطلوبی برخوردار است (RAMSA=0/097). در پژوهش حاضر از دو هیجان لذت و عشق به‌عنوان هیجان مثبت استفاده شد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل هیجان مثبت ۰/۸۵ و برای عامل لذت ۰/۷۶ و عامل عشق ۰/۷۹ به دست آمد.

مقیاس خردمندی. برای سنجش خرد از مقیاس خرد سه‌بعدی Ardelt (2003) استفاده شد که سه بعد شناختی، هیجانی و تأملی خرد را می‌سنجد. این پرسشنامه ۳۹ پرسش دارد که با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت سنجیده می‌شود و نمره‌گذاری هر پرسش از ۵ تا ۱ است. بر مبنای لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. ۱۴ ماده بعد شناختی، ۱۳ ماده بعد تأملی و ۱۲ ماده بعد هیجانی را می‌سنجند. ماده‌های ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۰، ۲۱، ۲۲ و ۳۵ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (Ardelt, 2003). ماده‌های هر بعد با یکدیگر همبستگی کافی داشته و آلفای کرونباخ به ترتیب برای ابعاد شناختی، تأملی و عاطفی ۰/۸۵، ۰/۷۲، ۰/۷۱ در سطح قابل قبولی بوده است (Ardelt, 2003). در ایران نیز مرادی و همکاران (۱۳۹۷) روایی این ابزار را با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی مطلوب گزارش کردند (CFI=0/96, RMSEA=0/05). ضریب اعتبار نیز در پژوهش آن‌ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای ابعاد شناختی، تأملی و عاطفی به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۵۸ و ۰/۷۴ به دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۰ و برای عامل شناختی ۰/۷۸، تأملی ۰/۷۷ و عاطفی ۰/۷۹ به دست آمد.

یافته‌ها

شاخص‌های مربوط به ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ و ۲ ارائه شده است.

شناختی تشکیل شده است. این پرسشنامه با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت سنجیده می‌شود و نمره‌گذاری هر پرسش از ۵ تا ۱ است. پرسش‌های ۲۴، ۲۵ و ۲۶ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نجاتی (۱۳۹۲) با استفاده از روش تحلیل اکتشافی با کمک تحلیل مؤلفه‌های اصلی هفت عامل را تأیید و پایایی این مقیاس را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۳ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۸ و برای عامل حافظه ۰/۷۸، توجه انتخابی ۰/۷۶، تصمیم‌گیری ۰/۶۹، برنامه‌ریزی ۰/۷۹، توجه پایدار ۰/۷۵، شناخت اجتماعی ۰/۸۲ انعطاف‌پذیری شناختی ۰/۸۳ به دست آمد.

پرسشنامه ذهن‌آگاه. این پرسشنامه توسط Brown & Ryan (2003) طراحی و تدوین شده است. این مقیاس شامل ۱۵ ماده است. این پرسشنامه با طیف ۶ درجه‌ای لیکرت سنجیده می‌شود و نمره‌گذاری هر پرسش از ۶ تا ۱ است. Kotzé & Nel (2016) اعتبار این مقیاس را به روش همسانی درونی و روایی آن را از طریق تحلیل عاملی تأییدی و ملاکی تأیید کرده‌اند. زغبی‌قناد و همکاران (۱۳۹۶) روایی این ابزار را با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی مطلوب و اعتبار این مقیاس را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه هیجان‌های معلم. Chen (2016) برای مطالعه هیجان‌های معلمان، مقیاس هیجان‌های معلم را طراحی و تدوین کرده است، وی از طریق بررسی ۲۵۴ معلم در یک مطالعه مقدماتی و ۱۸۳۰ معلم در مطالعه اصلی، ۵ عامل (لذت، عشق، غم، ترس و خشم) را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی شناسایی کرده است. این پرسشنامه از نوع خودگزارش‌دهی و مداد-کاغذی است که دارای ۲۴ ماده است؛ ۷ ماده آن مربوط به عامل لذت، ۳ ماده آن مربوط به عامل عشق، ۴ ماده آن مربوط به عامل غم، ۴ ماده آن مربوط به عامل خشم و ۶ ماده آن مربوط به عامل ترس است. این پرسشنامه با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت سنجیده می‌شود و نمره‌گذاری هر

جدول ۱.

ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
حافظه													
توجه انتخابی	۰/۶۳**												
تصمیم‌گیری	۰/۳۳**	۰/۵۴**											
برنامه‌ریزی	۰/۴۱**	۰/۳۸**	۰/۳۹**										
توجه پایدار	۰/۳۸**	۰/۳۲**	۰/۳۲**	۰/۴۲**									
شناخت اجتماعی	۰/۲۵**	۰/۲۳**	۰/۱۹**	۰/۲۲**	۰/۶۲**								
انعطاف‌پذیری	۰/۳۷**	۰/۲۸**	۰/۲۴**	۰/۳۶**	۰/۳۶**	۰/۴۲**							
شناختی													
ذهن‌آگاهی	۰/۲۲**	۰/۳۸**	۰/۲۰**	۰/۰۶	۰/۲۲**	۰/۲۲**	۰/۰۸						
لذت	۰/۱۷**	۰/۱۳**	۰/۱۳**	۰/۱۲**	۰/۲۳**	۰/۲۳**	۰/۱۳**	۰/۲۴**					
عشق	۰/۱۳**	۰/۱۲**	۰/۱۰**	۰/۱۰**	۰/۱۶**	۰/۱۹**	۰/۱۴**	۰/۲۶**	۰/۸۰**				
بعد شناختی خرد	۰/۲۸**	۰/۱۵**	۰/۲۰**	۰/۱۹**	۰/۴۶**	۰/۵۳**	۰/۲۸**	۰/۲۸**	۰/۳۶**	۰/۳۲**			
بعد تأملی خرد	۰/۳۲**	۰/۲۱**	۰/۲۶**	۰/۱۸**	۰/۲۸**	۰/۳۰**	۰/۱۷**	۰/۲۳**	۰/۱۹**	۰/۲۰**	۰/۴۱**		
بعد عاطفی خرد	۰/۲۸**	۰/۱۷**	۰/۲۳**	۰/۱۱**	۰/۳۱**	۰/۲۹**	۰/۲۱**	۰/۲۶**	۰/۱۸**	۰/۱۸**	۰/۵۶**	۰/۴۹**	

جدول ۲.

ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف معیار نمره کل متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
کل توانایی‌های شناختی	۱۰۸/۷۱	۱۵/۱۷				
ذهن‌آگاهی	۳۵/۵۰	۱۰/۹۹	۰/۳۲**			
کل هیجان‌های مثبت	۲۷/۴۹	۸/۵۰	۰/۲۸**	۰/۳۱**		
کل خرد	۱۲۳/۳۴	۱۷/۳۶	۰/۴۴**	۰/۳۸**	۰/۳۵**	

$p < 0/05, p < 0/01$

جدول ۳.

ماتریس روایی واگرا به روش فورنل و لارکر

متغیر	۱	۲	۳	۴
توانایی‌های شناختی		۰/۶۶۹		
ذهن‌آگاهی	۰/۲۸۷			
هیجان‌های مثبت	۰/۲۴۶	۰/۲۱۲		۰/۹۴۹
خردمندی	۰/۴۸۰	۰/۲۹۶	۰/۲۹۹	۰/۸۷۵

برای برازش مدل اندازه‌گیری از معیار اعتبار، روایی همگرا و واگرا استفاده شد. برای تعیین اعتبار، از معیارهای آلفای کرونباخ و اعتبار ترکیبی، جهت سنجش روایی همگرا از معیار AVE و به‌منظور روایی واگرا از ماتریس Fornell & Larcker (1981) استفاده شد. جدول ۳ ضرایب همبستگی را نشان می‌دهد که واریانس اشتراکی بین هر سازه (متغیر مکنون) با شاخص‌های خودش بیشتر از سازه‌های دیگر در مدل است که روایی واگرا در مدل تأیید می‌شود.

جدول ۴.

مقادیر Q^2 ، R^2 ، AVE ، اعتبار ترکیبی و آلفای کرونباخ متغیرهای مکنون پژوهش

سازه	Q^2	R^2	AVE	CR	α
توانایی‌های شناختی	۰/۵۲۸	۰/۱۸	۰/۵۳	۰/۸۲	۰/۸۰
ذهن آگاهی	۰/۴۸۱	۰/۳۹	۰/۷۶	۰/۸۹	۰/۸۶
هیجان‌های مثبت	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۸۵
خردمندی	۰/۳۹	۰/۳۹	۰/۷۶	۰/۸۹	۰/۸۶

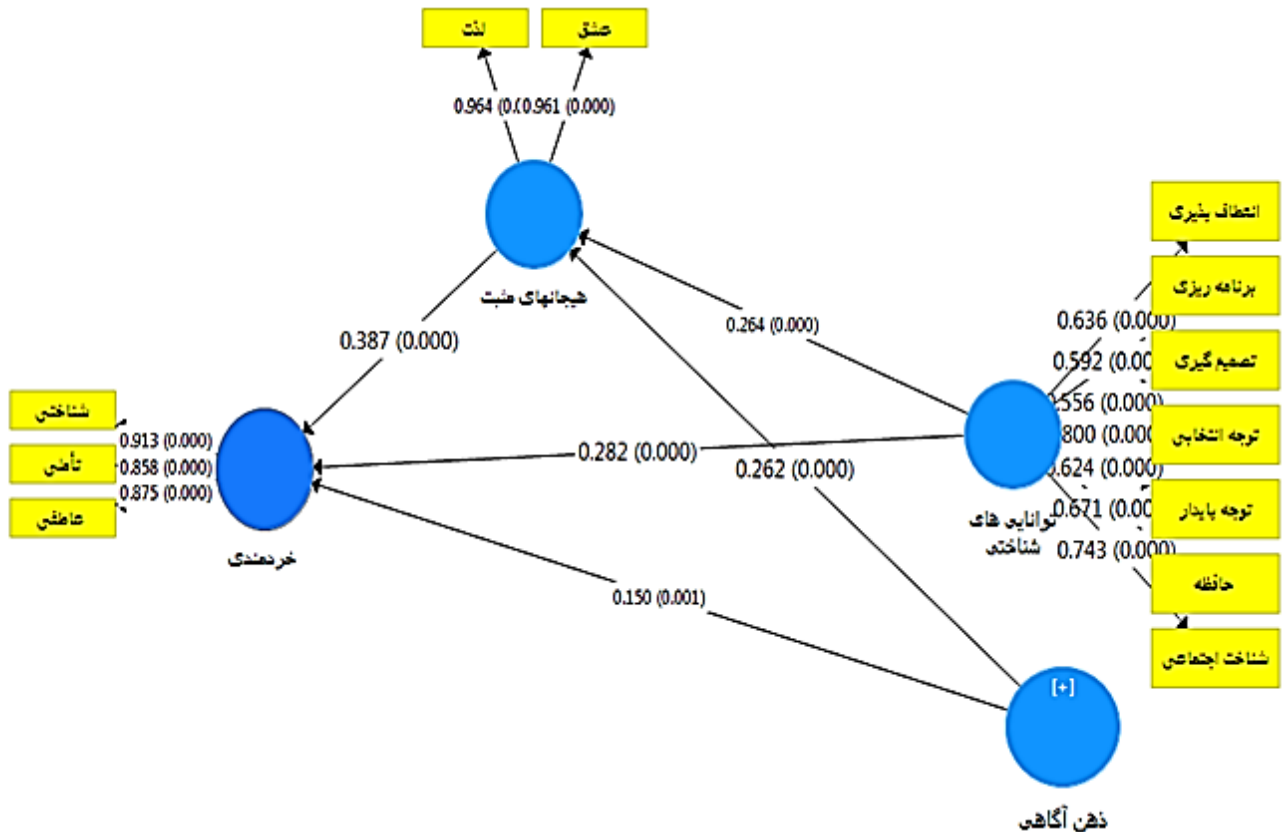
همان‌گونه که در جدول ۴ نشان داده می‌شود ضریب AVE برای همه متغیرها از ۰/۵ بیشتر است که بیانگر روایی همگرایی مناسب مدل اندازه‌گیری است. همچنین مقادیر آلفای کرونباخ و اعتبار ترکیبی (CR) همه متغیرها بالاتر از ۰/۷ است که این امر برازش خیلی خوب مدل اندازه‌گیری را نشان می‌دهد. برای برازش مدل ساختاری نیز معیارهای R^2 و Q^2 مورد استفاده قرار گرفت. ضریب R^2 نشانگر میزان تأثیر متغیر برون‌زاد بر درون‌زاد است و هرچه مقدار آن بیشتر باشد، نشان از برازش بهتر مدل دارد. Chen (1998) سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳،

و ۰/۶۷ را به‌عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی معرفی می‌کند. نتایج برازش این مدل نشان داد که ۳۹ درصد تغییرات متغیر خردمندی توسط متغیرهای موردنظر تبیین می‌شود. معیار Q^2 قدرت پیش‌بینی مدل را مشخص می‌سازد. Cohen (1988) سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را به‌عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی Q^2 بیان کرده است. نتایج حاکی از آن است که مقدار Q^2 مربوط به سازه خردمندی ۰/۴۸۱ است که حاکی از برازش قوی مدل ساختاری است.

شکل ۱ همه بارهای عاملی گویه‌ها، ضرایب مسیر و معناداری را نشان می‌دهد. به‌منظور سنجش برازش کلی مدل از دو آماره $SRMR$ و NFI (شاخص برازش هنجار شده) استفاده شد. آماره $SRMR$ باید کمتر از ۰/۰۸ باشد که در این پژوهش ۰/۰۶۸ به دست آمد که نشان از مقدار قابل قبول است. آماره NFI نیز باید از ۰/۹۰ بیشتر باشد که در پژوهش ۰/۹۱ به دست آمد که نشان از برازش مناسب مدل است. با توجه به مقادیر این دو آماره برازش کلی مدل مناسب است.

شکل ۱.

خروجی نرم‌افزار Smart PLS به‌منظور محاسبه ضرایب مسیر، بارهای عاملی و معناداری برای متغیرهای پژوهش



معناداری در جدول ۵ آمده است. با توجه به نتایج جدول ۵ اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش تأیید می‌شود.

پس از بررسی برازش مدل‌های اندازه‌گیری و مدل ساختاری و داشتن برازش مناسب مدل‌ها، فرضیه‌های پژوهش بررسی و آزمون شدند. ضرایب مستقیم، غیرمستقیم و

جدول ۵.

خلاصه‌ی نتایج مدل ساختاری پژوهش

فرضیه	مسیرهای مطرح‌شده	ضرایب مسیر (β)	مقدار t	P value
اثرات مستقیم	توانایی‌های شناختی ← هیجان‌های مثبت	۰/۲۶	۵/۴۳	۰/۰۰۰۱
	توانایی‌های شناختی ← خردمندی	۰/۲۸	۶/۹۲	۰/۰۰۰۱
	ذهن‌آگاهی ← هیجان‌های مثبت	۰/۲۶۲	۵/۶۸	۰/۰۰۰۱
	ذهن‌آگاهی ← خردمندی	۰/۱۵	۳/۴۸	۰/۰۰۱
	هیجان‌های مثبت ← خردمندی	۰/۳۹	۸/۴۲	۰/۰۰۰۱
اثرات غیرمستقیم	توانایی‌های شناختی ← هیجان‌های مثبت ← خردمندی	۰/۱۰۲	۴/۶۲	/۰۰۰۱
	ذهن‌آگاهی ← هیجان‌های مثبت ← خردمندی	۰/۱۰۲	۴/۴۴	۰/۰۰۰۱

ابعاد توانایی‌های شناختی از قبیل حافظه، توجه انتخابی، تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی، توجه پایدار، شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری شناختی در سطح بالاتری باشند، راحت‌تر در محیط‌های شغلی سازگار می‌شوند و معنای تحصیل را درک می‌کنند و احساس لذت و سرزندگی از زندگی و شغل خود پیدا می‌کنند.

از سوی دیگر، یافته تحقیق حاضر گویای آن بود که توانایی‌های شناختی، خردمندی معلمان را به‌صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. این یافته با نتایج Yang (2020) هم سو است. معلم خردمند، فردی است که از حافظه فعال و سالم برخوردار بوده، در ارتباط با مسائل و حل مسئله توجه خود را به‌خوبی جلب می‌کند، به‌خوبی می‌تواند از نظر شناختی تغییر جهت داده و مسائل را به‌صورت بینش‌مندانه حل کند؛ بنابراین با توجه به این نتیجه توانایی‌های شناختی بالا برای خردمندی لازم و ضروری هستند. تبیین این نتیجه را می‌توان از طریق ارتباط بین هوش و خرد استنباط نمود. هوش از نظر Sternberg (2001) شامل هوش کلامی و هوش عملی است که می‌تواند با خرد مرتبط باشد؛ زیرا سازه‌ی هوش به‌طور کلی توانایی‌های شناختی (تفکر منطقی)، اجتماعی (مهارت‌های اجتماعی) و هوش هیجانی (خودآگاهی، کنترل احساسات، خودانگیختگی، همدلی و تنظیم روابط) را دربر دارد

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه توانایی‌های شناختی و ذهن‌آگاهی با خردمندی معلمان با نقش واسطه‌ای هیجان‌های مثبت بود که با کمک روش مدل‌یابی معادلات ساختاری موردبررسی قرار گرفت. نتایج مربوط به شاخص‌های برازندگی مدل نشان داد که مدل پیشنهادی با داده‌ها برازش نسبتاً خوبی دارد. نتایج پژوهش نشان داد که توانایی‌های شناختی، هیجان‌های مثبت را پیش‌بینی می‌کند. این نتایج با پژوهش Sternberg (2001) هم سو است. توانایی‌های شناختی بالاتر از جمله عملکرد حافظه فعال، تصویرسازی ذهنی، کنترل توجه، توجه انتخابی، شناخت اجتماعی و غیره می‌تواند برای ایجاد انتظارات، انتخاب تفسیرهای جایگزین و یا قضاوت‌های مختلف در مورد محرک‌های عاطفی استفاده شود (Beer et al., 2004). پژوهش‌های چندانی در مورد این نتیجه انجام‌نشده است و همان‌طور که در بیان مسئله مطرح شد ارتباط بین توانایی‌های شناختی و هیجان کمتر مدنظر بوده است؛ اما بر اساس مبانی نظری بین شناخت و هیجان ارتباط تنگاتنگی وجود دارد. به‌طور روزافزون تصدیق شده که بازنمایی‌های ذهنی غالباً با ارزیابی‌های هیجانی که در بسیاری از فرایندهای شناختی به‌ویژه در تصمیم‌گیری نقش دارند، مرتبط است (Bechara, 2004)؛ بنابراین هرچقدر معلمان توانایی‌های شناختی رشدیافته‌تری داشته باشند و از نظر

نتایج دیگر پژوهش نشان داد که هیجان‌های مثبت، خردمندی معلمان را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. این نتیجه با نتایج پژوهش Aldwin (2006)؛ Staudinger & Glück (2011) هم سو است. این نتیجه را می‌توان این‌گونه تبیین کرد که معلمان هنگامی می‌توانند به صورت خردمندانه عمل کنند که از حالت شاد و سرزنده برخوردار باشند. Walsh (2015) معتقد است یک ذهن شاد و خلق سرزنده برای ایجاد خردمندی در افراد لازم است. افراد هنگامی که دچار تنش و اضطراب باشند نمی‌توانند روی مسائل به‌خوبی تمرکز کنند و رویکردی خردمندانه داشته باشند. از آنجاکه افراد خردمند مسائل خود را از طریق بینش و رویکرد گشتالتی حل می‌کنند، باید با لذت و عشق درگیر مسائل شوند. کاهش خودمحوری و درک بهتر رفتار دانش‌آموزان منجر به بهبود هیجان‌های و طرز برخورد فرد با دیگران می‌شود و همدلی و شفقت را بیشتر می‌کند. معلم خردمند فردی است که نسبت به دیگران رفتارهای دلسوزانه و همدلانه دارد و نسبت به دیگران و زندگی آن‌ها و درد و رنجشان بی‌تفاوت نیست.

دیگر یافته پژوهش حاکی از این بود که توانایی‌های شناختی از طریق هیجان‌های مثبت بر خردمندی معلمان تأثیر دارد. بر اساس عملکردهای شناختی که به دو بخش سرد و گرم تقسیم می‌شود، بخش سرد توصیف‌کننده وظایف شناختی و بخش گرم توصیف‌کننده هیجان و انگیزش است. در فرایند تصمیم‌گیری که یک پردازش عالی شناختی است، هیجان با دخالت در ارزیابی میزان اهمیت محرک‌های محیطی و میزان تأثیرپذیری فرد از بردو باخت در گذشته و یا آینده حضوری فعال دارد (Bechara, 2004). با افزایش تنظیم هیجان‌های و تجربه هیجان‌های مثبت از طریق تقویت شناخت و کنترل شناختی، افراد می‌توانند تصمیمات مهم‌تر، حیاتی و خلاق در مورد مسائل بگیرند و رویکردی خردمندانه داشته باشند. این یافته نشان می‌دهد که شناخت و هیجان بر هم مؤثر بوده و افزایش سازه خرد را در فرد موجب می‌شود.

از سوی دیگر، نتایج پژوهش نشان داد که ذهن‌آگاهی از طریق هیجان‌های مثبت بر خردمندی معلمان تأثیر دارد. مشخص شده است که ذهن‌آگاهی به‌طور گسترده برای فرد سودمند است. ذهن‌آگاهی منجر به نتایج مثبتی در مورد استرس، بهزیستی، اضطراب، افسردگی، احساسات منفی،

به‌نحوی که می‌توان بیان کرد که این جنبه‌ها نیز در سازه خرد قابل مشاهده است.

نتایج دیگر تحقیق حاکی از این بود که ذهن‌آگاهی به صورت مثبت هیجان‌های مثبت را پیش‌بینی می‌کند. این نتیجه را می‌توان این‌گونه تبیین کرد، با پذیرش ذهنی تجارب به‌جای استقامت در آن‌ها، منابع شناختی آزاد می‌شوند تا دامنه توجه را وسیع کرده و باعث ایجاد حوادث خوشایند و معنادار شوند و از این طریق انگیزه برای تعامل هدفمند با زندگی ایجاد کنند. بر این اساس تحقیقات نشان داده‌اند که ذهن‌آگاهی از طریق ارتقای توجه بر افکار و هیجان‌های خود، خودتنظیمی هیجانی را افزایش می‌دهد (Coffey et al., 2010)؛ هیجانی را افزایش می‌دهد (Fredrickson et al., 2017). رویکرد غیر قضاوتی مربوط به ذهن‌آگاهی نیز به افراد فرصت می‌دهد تا افکار و احساس‌های خود را سازمان‌دهی کنند و گرایش به افزایش هیجان‌های مثبت از خود نشان دهند (Haertel, 2016).

نتایج تحلیل یافته‌ها نشان داد که ذهن‌آگاهی به صورت مثبت خردمندی معلمان را پیش‌بینی می‌کند. این نتیجه با نتایج پژوهش Williams و همکاران (2016) همسو است. همسو با این نتایج Ardelt (2005) به صراحت ادعا می‌کند که خرد مستلزم تعالی از ذهنیت و فرافکنی فرد است که می‌تواند از طریق آزمایش خودآزمایی، خودآگاهی و تأمل در رفتار خود و تعاملات فرد با دیگران حاصل شود. این یافته را این‌طور می‌توان تبیین کرد که کار کردن برای افزایش سطح هوشیاری و آگاهی و همچنین تلاش برای فعال‌سازی تفکر چندبعدی و آگاهانه، می‌تواند بر خرد افراد در ابعاد شناختی، تأملی و عاطفی مؤثر باشد. افزایش سطح ذهن‌آگاهی باعث می‌شود افراد از لحاظ شناختی موقعیت‌ها را به صورت چندبعدی و تحلیل‌محور بررسی کنند، عمیق‌تر و آگاهانه‌تر موقعیت‌ها را تجزیه و تحلیل کنند و خود را در مسائلی که بار عاطفی و هیجانی دارد درگیر کنند. Pascual-Leone (2000) بر این باورند ذهن‌آگاهی از طریق پرورش بینش، تعالی خود و تعادل هیجانی، خردمندی در فرد را تقویت می‌کند. ذهن‌آگاهی بودایی شامل ایجاد اخلاق و خیرخواهی، آموزش آرام‌سازی ذهن، کاهش سرگردانی ذهنی و درنهایت پرورش خرد است (Walsh, 2015).

منابع

- زغیبی قناد، س.، عالی پور، س.، شهنی بیلاق، م و حاجی یخچالی، ع. (۱۳۹۶). رابطه علی ذهن آگاهی با سرگردانی ذهنی با میانجی‌گری تنظیم التزام راهبردی، اضطراب، افسردگی و حافظه فعال. *فصلنامه روان‌شناسی شناختی*، ۵(۳)، ۳۴-۴۶.
- کارشکی، ح.، کوهی، م و آهنی، ز. (۱۳۹۵). رواسازی مقیاس هیجان‌های معلم در مدارس ابتدایی شهر مشهد. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۶(۲۴)، ۱۷۱-۲۰۰.
- مرادی، ش.، کردنوقابی، ر.، یعقوبی، ا و رشید، خ. (۱۳۹۷). تبیین خرد بر مبنای دارایی‌های تحولی و میانجی‌گری بالندگی (ارائه مدلی علی). *فصلنامه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۲(۴۱)، ۷-۲۵.
- ملک‌محمدی، ح. (۱۳۹۳). *پیش‌بینی خرد بر اساس عوامل هوشی، شناختی، تأملی، هیجانی، شخصیتی و اخلاقی*. رساله دکترای رشته روان‌شناسی و کودکان استثنایی. دانشگاه علامه طباطبایی تهران. تهران.
- میرزاخانی، پ.، رضایی، ع. م.، امین بیدختی، ع.، نجفی، م.، رحیمیان‌بوگر، ا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزشی شکوفایی بر هیجان‌های مثبت، روابط، احساس معنی، پیشرفت و مجذوبیت پژوهشگران جوان و نخبگان. *فصلنامه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۱(۳۶)، ۲۰۹-۲۳۰.
- نجاتی و. (۱۳۹۲). *پرسشنامه‌ی توانایی‌های شناختی: طراحی و بررسی خصوصیات روان‌سنجی*. *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، ۱۵(۲)، ۱۱-۱۹.

References

- Aldwin, C. M. (2009). Gender and wisdom: A brief overview. *Research in Human Development*, 6(1), 1-8.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on aging*, 25(3), 275-324.
- Ardelt, M. (2005). How wise people cope with crises and obstacles in life. *ReVision*, 28(1), 7-20.
- Ardelt, M., & Ferrari, M. (2019). Effects of wisdom and religiosity on subjective well-being in old age and young adulthood: exploring the pathways through mastery and purpose in life. *International psychogeriatrics*, 31(4), 477-489.
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American psychologist*, 55(1), 122-136.
- Bechara, A. (2004). The role of emotion in decision-making: evidence from neurological patients with orbitofrontal damage. *Brain and cognition*, 55(1), 30-40.

تنظیم هیجان، نشخوار فکری، خود - دلسوزی و همدلی می‌شود (Verhaeghen, 2017). یک مکانیسم مهم ذهن آگاهی، تغییر در خودتنظیمی بوده که شامل تنظیم بهتر احساسات، افزایش خود - دلسوزی، افزایش احساسات و انعطاف‌پذیری شناختی، کاهش نشخوار فکری و نگرانی است که این عوامل باعث خردمندی و اعمال هوشمندانه می‌شود؛ بنابراین با توجه به مطالب گفته‌شده می‌توان این‌گونه تبیین کرد که ذهن آگاهی با جلوگیری از سرکوب هیجان‌های منفی و در مقابل آن با کنترل هیجان‌هایی چون خشم در جهت جلوگیری از آسیب رساندن به دیگران و همچنین مراعات و همدلی و درک هیجان‌های دیگران می‌تواند پیش‌بین خوبی برای خرد باشد. لذا می‌تواند خرد را در دیگران افزایش داده و زمینه رشد آن را نیز فراهم کند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر ابزار جمع‌آوری داده‌ها (پرسشنامه)، افت آزمودنی‌ها و طولانی بودن زمان تکمیل پرسشنامه‌ها بود.

در مجموع با توجه به اهمیت خرد به‌عنوان یکی از سازه‌های مهم روان‌شناسی مثبت در نظام‌های آموزشی دنیا به‌خصوص در سال‌های اخیر، شناسایی پیشایندها و متغیرهای مرتبط با خردمندی پیام‌های مهمی برای متخصصان و برنامه‌ریزان تعلیم و تربیت دارد، زیرا با افزایش فناوری و تکنولوژی افراد (به‌ویژه معلمان) با چالش‌ها و مشکلات جدید روبرو می‌شوند که نیاز به خرد و خردمندی در جامعه باید افزایش یابد. رسالت معلمان در آموزش و پرورش نباید تنها آموزش دانش‌آموزان باشد بلکه معلمان باید علاوه بر آموزش با فراهم آوردن محیط‌های غنی صداقت، شجاعت اخلاقی، بینش اخلاقی، ایثار، مراقبت و دلسوزی، تعالی فکری، تفکر خلاق و انصاف و برابری را در دانش‌آموزان پرورش دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود متغیرهایی مانند حل مسئله، هدفمندی در زندگی، جهت‌گیری مذهبی و فرسودگی شغلی با خرد در پژوهش‌های آتی موردبررسی قرار گیرند.

تعارض منافع

تعارض منافع ندارم.

- Karshki, H., Koohi, M., & Ahani, Z. (2016). *Validation of teacher emotion scale in primary schools of Mashhad. Educational Measurement, 6*(24), 171-200. [In Persian]
- Khoury, B., Lecomte, T., Fortin, G., Masse, M., Therien, P., Bouchard, V., ... & Hofmann, S. G. (2013). Mindfulness-based therapy: a comprehensive meta-analysis. *Clinical psychology review, 33*(6), 763-771.
- Khoury, B., Lecomte, T., Fortin, G., Masse, M., Therien, P., Bouchard, V., ... & Hofmann, S. G. (2013). Mindfulness-based therapy: a comprehensive meta-analysis. *Clinical psychology review, 33*(6), 763-771.
- Kotzé, M., & Nel, P. (2016). The psychometric properties of the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) and Freiburg Mindfulness Inventory (FMI) as measures of mindfulness and their relationship with burnout and work engagement. *SA Journal of Industrial Psychology, 42*(1), 1-11.
- Liew, A. (2013). DIKIW: Data, information, knowledge, intelligence, wisdom and their interrelationships. *Business Management Dynamics, 2*(10), 49-62.
- Malek Mohammadi, H. (2014). *Prediction of wisdom by intelligence, cognitive, reflective understanding, emotional control, personality and creativity*. Doctoral Dissertation of Psychology and exceptional children. Allameh Tabatabai University of Tehran, Tehran. [In Persian].
- Mirzakhani, p., Rezaei, A. M., Aminbeidokhti, A. A., Najafi, M., Rahimian Bougar, I. (2017). Examining the Effectiveness of Educating Flourishing on Positive Emotions, Relationships, Sense of meaning, Achievement and Engagements among Young Researchers and Elites. *Journal of Research in Educational Systems, 11*(36). 209-230. [In Persian]
- Moradi, SH., kordnoghabi, R., Yaghoobi, A., rashid, K. (2018). Wisdom explanation based on transformational assets and growth mediation (causal model presentation). *Research in Educational Systems, 41*, 7-25. [In Persian]
- Nejati, V. (2013). Cognitive Abilities Questionnaire: Development and Evaluation of Psychometric Properties. *Advances in Cognitive Science, 15*(2), 11-19. [In Persian].
- Pascual-Leone, J. (2000). Mental attention, consciousness, and the progressive emergence of wisdom. *Journal of Adult Development, 7*(4), 241-254.
- Paulus, M. P. (2016). Neural basis of mindfulness interventions that moderate the impact of stress on the brain. *Neuropsychopharmacology, 41*(1), 373.
- Soloway, G. B. (2016). Preparing teacher candidates for the present: Investigating the value of mindfulness training in teacher education. In: *Handbook of Mindfulness in Education*. Springer: New York.
- Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual review of psychology, 62*, 215-241.
- Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual review of psychology, 62*, 215-241.
- Sternberg, R. J. (2003). What is an "expert student?". *Educational Researcher, 32*(8), 5-9.
- Sternberg, R.J. (2001). What is the Common Thread of Creativity? Its Dialectical Relation to Intelligence
- Beer, J. S., Shimamura, A. P., & Knight, R. T. (2004). Frontal lobe contributions to executive control of cognitive and social behavior. In *The Cognitive Neurosciences: III* (Gazzaniga, M.S., ed.), pp. 1091-1104, MIT Press.
- Bodhi, B. (2010). *The noble eightfold path: The way to the end of suffering*. Buddhist Publication Society.
- Brown, D. (2006). *Pointing out the great way: The stages of meditation in the Mahamudra tradition*. Boston, MA: Wisdom.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology, 84*(4), 822-848.
- Chen, J. (2016). Understanding teacher emotions: The development of a teacher emotion inventory. *Teaching and Teacher Education, 55*, 68-77.
- Chin, W.W. (1998). The partial least squares approach to structural equation modeling. *Modern methods for business research, 295*(2), 295-336.
- Coffey, K. A., Hartman, M., & Fredrickson, B. L. (2010). Deconstructing mindfulness and constructing mental health: Understanding mindfulness and its mechanisms of action. *Mindfulness, 1*(4), 235-253.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Creswell, J. D. (2017). Mindfulness interventions. *Annual review of psychology, 68*, 491-516.
- Du, J., An, Y., Ding, X., Zhang, Q., & Xu, W. (2019). State mindfulness and positive emotions in daily life: An upward spiral process. *Personality and Individual Differences, 141*, 57-61.
- Ford, C. G., & Shook, N. J. (2019). Negative Cognitive Bias and Perceived Stress: Independent Mediators of the Relation Between Mindfulness and Emotional Distress. *Mindfulness, 10*(1), 100-110.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research, 18*(3), 382-388.
- Fredrickson, B. L. (2006). The broaden-and-build theory of positive emotions. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 85-103). New York, NY: Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L., Boulton, A. J., Firestone, A. M., Van Cappellen, P., Algoe, S. B., Brantley, M. M., ... & Salzberg, S. (2017). Positive emotion correlates of meditation practice: A comparison of mindfulness meditation and loving-kindness meditation. *Mindfulness, 8*(6), 1623-1633.
- Frenzel, A. C., Goetz, T., Lüdtke, O., Pekrun, R., & Sutton, R. E. (2009). Emotional transmission in the classroom: exploring the relationship between teacher and student enjoyment. *Journal of educational psychology, 101*(3), 705-706.
- Glück, J. (2016). Wisdom. In: N. Pachana (Ed.), *Encyclopedia of Geropsychology*. New York: Springer.
- Gottfredson, L. S. (1997). Mainstream science on intelligence: An editorial with 52 signatories, history, and bibliography. *Intelligence, 24*, 13-23.
- Haertel, R. L. (2016). *The Relationship between Fragile Self-Esteem, Mindfulness, and Hostile Attribution Style*. A dissertation for the degree of Doctor of Philosophy, The City University of New York.

- Williams, P. B., Mangelsdorf, H. H., Kontra, C., Nusbaum, H. C., & Hoeckner, B. (2016). The relationship between mental and somatic practices and wisdom. *PloS one*, *11*(2), 1-14.
- Yang, S. Y. (2020). Wisdom and memory: Autobiographical memories as the foundation for the recall of wisdom incidents. *New Ideas in Psychology*, *57*, 1-7.
- Zeqeibi Ghannad, S., Allipour, S., Shehni Yailagh, M., & Hajiyakhchali, A. (2017). The Causal Relationship of Mindfulness and Mind Wandering with Mediating Strategical Engagement Regulation, Anxiety, Depression and Working Memory. *Journal of Cognitive Psychology*, *5*(3), 34-46. [In Persian]
- and Wisdom. *American Psychologist*, *56*(4), 360-363.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics* (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: Pearson.
- Verhaeghen, P. (2017). *Presence: How mindfulness and meditation shape your brain, mind, and life*. New York: Oxford University Press.
- Walsh, R. (2015). What is wisdom? Cross-cultural and cross-disciplinary syntheses. *Review of General Psychology*, *19*(3), 278-293.