پژوهنده (مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)
سال چهاردهم، شماره ۵، پی در پی ۷۱، صفحات ۲۵۵ تا ۲۶۱
آذر و دی ۱۳۸۸

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۸/۱/۲۰
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۸۸/۶/۴

بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶

دکتر محبوبه صفوی [۱]، سیده‌مریم موسوی‌لطفی [۲*]، دکتر رضا لطفی [۳]

۱. استادیار، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران پزشکی
۲. مربی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی قم
۳. پزشک عمومی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ایران

چکیده

سابقه و هدف: این مطالعه با توجه به اهمیت هوش هیجانی در تعدیل استرس، سلامت روان و رفتارهای سازگارانه، به منظور تعیین همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶ انجام گردید.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه توصیفی- همبستگی، ۳۰۰ دانش‌آموز دختر پیش‌دانشگاهی شهر تهران، به روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه مشخصات فردی، پرسشنامه هوشبهر هیجانی بار- اُن (EQ-I) و پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی (AISS) بود. داده‌ها با استفاده از آزمون آماری کای دو و ضریب همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی مستقیم و معنادار بود. همچنین اکثریت دانش‌آموزان دارای سازگاری عاطفی در سطح خوب (۵۶٪) و سازگاری اجتماعی در سطح متوسط (۳۹/۷٪) بودند.

نتیجه‌گیری: با توجه به همبستگی معنادار بین هوش هیجانی و متغیرهای فوق‌الذکر نیاز به آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی برای ارتقای توانایی مقابله با مشکلات و سازگاری مؤثر در دانش‌آموزان احساس می‌شود.

واژگان کلیدی: هوش هیجانی، سازگاری عاطفی، سازگاری اجتماعی، دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی

مقدمه

هوش هیجانی، جدیدترین تحول در زمینه فهم رابطه میان تعقل و هیجان است و از آن به عنوان ماشه‌چکان یک انقلاب بزرگ در زمینه ارتقای بهداشت روانی یاد می‌شود. در واقع مفهوم هوش هیجانی، یک حیطه چندعاملی از مجموعه مهارتها و صلاحیت‌های اجتماعی است که بر تواناییهای فرد برای تشخیص درک و مدیریت هیجان، حل مسأله و سازگاری تأثیر می‌گذارد و به طرز مؤثری فرد را با نیازها، فشارها و چالشهای زندگی سازگار می‌کند (۱). ریشه‌های تاریخی این مفهوم را می‌توان در قرن ۱۹ جستجو کرد. داروین در سال ۱۸۷۲ میلادی، اولین اثر معروف خود را در این زمینه منتشر نمود. او اثبات کرد که ابراز عواطف در رفتارهای سازگارانه افراد، نقشی اساسی ایفا می‌کند. این یافته به عنوان یک اصل مهم هوش هیجانی تا امروز مورد قبول صاحبنظران بوده است (۲). در مطالعه Engelberg و Sjoberg، هوش هیجانی به عنوان یک توانایی کلی جهت سازگاری عاطفی و اجتماعی مطرح شده است (۳). سازگاری عاطفی را می‌توان شامل سلامت روانی خوب، رضایت از زندگی شخصی و هماهنگی میان احساسات، فعالیتها و افکار دانست. به عبارت دیگر، سازگاری عاطفی یعنی مکانیزم‌هایی که توسط آنها، فرد ثبات عاطفی پیدا می‌کند و سازگاری اجتماعی شامل سازگاری فرد با محیط اجتماعی خود است که این سازگاری ممکن است با تغییر دادن خود و یا محیط به دست آید (۴). به طور کلی آنچه از متون تحقیقی برمی‌آید این است که سازگاری موفقیت‌آمیز افراد بسته به عملکرد یکپارچه توانش‌های هیجانی دارد. در واقع هوش هیجانی در پرورش سازگاری با تجارب و حوادث استرس‌زای وقوع‌یافته، پیش‌بینی اهداف

*نویسنده مسئول مکاتبات: سیده‌مریم موسوی‌لطفی؛ قم، بلوار ساحلی، دانشگاه علوم پزشکی قم، دانشکده پرستاری و مامایی؛ پست الکترونیک: mmousavi.msc@gmail.com

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

مطلوب در آینده و نیز سازگاری با استرس‌های مزمن نقشی اساسی دارد (۵).

Extremera و همکاران در سال ۲۰۰۷ طی بررسی خود مطرح نمودند نوجوانانی که در رابطه با شناخت هیجانات خود دچار مشکل هستند و تواناییهای لازم را برای تنظیم هیجاناتشان ندارند، در شرایط پراسترس از کنترل خوبی برخوردار نبوده، ماهیت استرس را با شدت بالاتری درک می نمایند و از سازگاری روانشناختی کمتری برخوردارند (۶). همچنین در مطالعه‌ای که Bastian و همکاران در سال ۲۰۰۵ انجام دادند، مشخص گردید که هوش هیجانی بالا در نوجوانان با ارتباط بهتر با همسالان، ثبات عاطفی، شبکه‌های اجتماعی قوی‌تر، رابطه مستقیم و با ناسازگاریهایی همچون اعتیاد، مصرف الکل، فرار از منزل، رابطه عکس دارد (۷). در تبیین این نوع دستاوردهای پژوهشی، برآورد شده است که هوش شناختی حداکثر ۲۰٪ در پیش‌بینی موفقیت افراد در زندگی سهم دارد. در حالی که ۸۰٪ باقیمانده در گرو مهارتهایی است که هوش هیجانی را شکل می‌دهند. بنابراین بهره هوش افراد، هیچگونه پیش‌آگهی نمی‌دهد که آنها در فراز و نشیب زندگی چگونه عمل خواهند کرد. همچنین هوش و استعداد تحصیلی، هیچگونه آمادگی و مهارتی را برای جدال با ناملایمات زندگی یا استفاده ازفرصت‌های مطلوب به دست نمی‌دهد (۸). لذا امروزه سازگاری موفقیت‌آمیز نوجوان در عصر اطلاعات و انفجار علم و فناوری مستلزم آن است که او برای حل مسایل وتصمیم‌گیری مناسب، از تواناییها و مهارتهای شناختی و هیجانی کافی بهره‌مند باشد تا از طریق سیالی اندیشه و مهارتهای هیجانی کارآمد بتواند خود را با شرایط همواره متحول زمان به نحوی مناسب سازگار نماید (۹). کاملاً بدیهی است که نوجوانان و جوانان، حاملین اصلی فرهنگ و تمدن در هر جامعه‌ای به شمار می‌روند و این در حالی است که در کشور ما این قشر با ناسازگاریهایی از قبیل اختلالات روانی، اعتیاد، فرار از منزل، بزهکاری و.... مواجهند که این مشکلات می‌تواند برخاسته از افت صلاحیت‌های هیجانی درآنان باشد؛ به طوری که آمارها نشان داده تقریباً ۲۰٪ از نوجوانان و جوانان هرساله مشکلاتی را در زمینه سلامت روان تجربه می‌کنند. بررسیهای دفتر پیشگیری از آسیبهای اجتماعی وزارت آموزش و پرورش کشور نیز نشان داده که ۱۳/۵٪ از جمعیت دانش‌آموزان کشور که جمعیتی بیش از دو میلیون نفر را در بر می‌گیرد، در معرض خطر اعتیاد قرار دارند (۱۰). همچنین برزگر ضمن بیان این مطلب که در سالهای اخیر فرار از منزل در دختران نوجوان افزایش یافته، به ذکر آماری در این رابطه پرداخته است: بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی در سراسر جهان بیش از ۱۰۰ میلیون نوجوان از خانه‌های خود فرار می‌کنند که از این تعداد ۷۴٪ دختر و ۲۶٪ پسر می‌باشند (۱۱). نگاهی دقیق به مکانیزم مشکلات مذکور نشان می‌دهد، کاستیهایی که در صلاحیت‌های هیجانی یا اجتماعی افراد به وجود آمده، زمینه‌ساز چنین مشکلات بغرنجی گردیده است و راهبردهای پیشگیرانه یا اصلاحی که به خوبی سازماندهی شده باشند، می‌توانند نوجوانان را در مسیر صحیح نگاه دارند.

با توجه به این که تاکنون مطالعات محدودی پیرامون هوش هیجانی و رابطه آن با سازگاری انجام گردیده و از سوی دیگر بررسی و شناسایی هوش هیجانی به لحاظ نظری در تقویت کفایت شخصی و بهبود روابط بین فردی امری ضروری بوده و به لحاظ عملی می‌تواند تا حدودی مسایل و مشکلات افراد را در حوزه سازگاری حل یا جبران نماید (۱۲)، لذا این پژوهش با هدف تعیین همبستگی هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶ انجام شده است. نتایج این مطالعه می‌تواند زمینه‌ساز تدوین برنامه‌های آموزشی هوش هیجانی توسط مسؤولان آموزش و پرورش کشور باشد تا صلاحیت‌های هیجانی را در فراگیران تقویت و به رفع مشکلات و مسایل هیجانی و رفتاری آنها کمک نمایند.

مواد و روش‌ها

این بررسی از نوع توصیفی- همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر ۱۶ تا ۱۸ ساله مقطع پیش‌دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶ بودند. حجم نمونه پژوهش را ۳۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر مقطع پیش‌دانشگاهی در گرایشهای علوم انسانی، تجربی و ریاضی در مناطق ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۸، ۱۱ و ۱۳ آموزش و پرورش شهر تهران تشکیل دادند. انتخاب این افراد به روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای بود، بدین صورت که در مرحله اول از ۳۸۴ آموزشگاه پیش‌دانشگاهی دخترانه شهر تهران، ۱۵ مرکز به طور تصادفی انتخاب گردید و در مرحله دوم از هر مدرسه یک کلاس به تفکیک هر سه رشته تحصیلی برگزیده شد و در مرحله سوم مجموعاً ۲۰ دانش‌آموز (رشته ریاضی ۱۰ نفر، علوم تجربی ۵ نفر و علوم انسانی ۵ نفر) انتخاب شدندکه با توجه به توزیع بیشتر دانش‌آموزان در رشته ریاضی نسبت به تجربی و انسانی تعداد نمونه‌ها نیز به همان نسبت متفاوت انتخاب گردید. ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه‌ای

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

مشتمل بر بخش اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه هوش بهر هیجانی بار– اُن و پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی (AISS) بود.

پرسشنامه هوشبهر هیجانی (EQ-i) اولین بار توسط Bar-on در سال ۱۹۹۷به کار برده شد (۱۲) که دارای ۹۰ سؤال بوده و پاسخهای این آزمون بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای در طیف لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، تا حدودی، مخالفم، کاملاً مخالفم) تنظیم شده است. این آزمون شامل ۵ عامل مرکب شامل ترکیب روابط بین‌فردی، ترکیب روابط درون‌فردی، ترکیب مقابله با فشار، ترکیب سازگاری، ترکیب خلق کلی و ۱۵ خرده مقیاس شامل خودآگاهی هیجانی، ابراز وجود، حرمت نفس، خودشکوفایی، استقلال، همدلی، روابط بین‌فردی، مسؤولیت‌پذیری اجتماعی، حل مسأله، آزمون واقعیت، انعطاف‌پذیری، تحمل استرس، کنترل تکانه، شادکامی و خوش‌بینی می‌باشد. نحوه نمره‌گذاری در این پرسشنامه نیز از ۵ به ۱ (کاملاً موافقم =۵ و کاملاً مخالفم=۱) و در برخی سؤالات با محتوای منفی یا معکوس (کاملاً موافقم=۱و کاملاً مخالفم=۵) انجام می‌شود. نمره کل آزمون نیز برابر با مجموع نمرات ۱۵ مقیاس می‌باشد که حداقل نمره برای آزمودنیها ۹۰ و حداکثر ۴۵۰ در نظر گرفته شده است (۱۳). پایایی این پرسشنامه در هفت نمونه از جمعیت‌های مختلف به روش بازآزمایی و به فاصله یک ماه توسط Bar-on محاسبه شد. میانگین ضرایب آلفای کرونباخ برای همه خرده‌مقیاسها در دامنه‌ای از ۰/۶۹ (مسؤولیت‌پذیری اجتماعی) تا ۰/۸۶ (حرمت نفس) و میانگین ۰/۷۶ گزارش گردید. بررسی پایایی به روش بازآزمایی نیز میانگین ضرایب پایایی را برابر ۰/۶۶ نشان داد (۱۲). در ایران نیز پایایی پرسشنامه توسط سموعی و همکاران، با روش همسانی درونی توسط آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و با روش زوج فرد ۰/۸۸، برآورد گردیده است (۱۳). نتایج مطالعات زوارقی و فتاح‌زاده نیز در سال ۱۳۸۵ پایایی قابل قبولی را نشان داده است (۱۴و۱۵).

پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی نیز اولین بار در سال ۱۹۹۳ جهت سنجش سازگاری دانش‌آموزان در سه حوزه عاطفی، اجتماعی و آموزشی توسط A.k.p Singha تهیه گردیده و در سال ۱۳۷۷ توسط کرمی ترجمه و نگارش شده است. این آزمون شامل ۶۰ سؤال می‌باشد که برای سنجش دو حوزه عاطفی و اجتماعی ۴۰ سؤال در نظر گرفته شده و گزینه‌های هر سؤال نیز به صورت بله یا خیر طراحی گردیده است. در این پرسشنامه برای پاسخهای نشانگر سازگاری در هر سه حوزه نمره ۰ و در غیر این صورت نمره ۱ منظور می‌گردد. برای آزمودنیها در حوزه سازگاری عاطفی و اجتماعی بر طبق نمرات خام به دست آمده از پرسشنامه، ۵ طبقه با دامنه نمرات مربوط به آن توصیف گردیده است؛ به این طریق که برای سازگاری عاطفی طبقه الف: خیلی خوب: ۱-۰، ب: خوب: ۵-۲، پ: متوسط: ۷-۶، ت: ضعیف: ۱۰-۸، ث: خیلی ضعیف: ۱۱ به بالا و در مورد سازگاری اجتماعی نیز الف: خیلی خوب: ۲-۰، ب: خوب: ۴-۳، پ: متوسط: ۷-۵، ت: ضعیف: ۱۰-۸، ث: خیلی ضعیف: ۱۱ به بالا در نظر گرفته شده است. در ایران نیز روایی محتوایی و صوری این پرسشنامه توسط سه نفر از اساتید مشاوره، روانسنجی و آمار تأیید شده است. اساتید فوق‌الذکر تأیید کرده‌اند که این پرسشنامه برای سنجش سازگاری در سه حوزه عاطفی، اجتماعی و آموزشی برای دانش‌آموزان دبیرستانی و پیش‌دانشگاهی قابل تأیید است. بر اساس گزارش کرمی، پایایی این پرسشنامه به روش دو نیمه‌کردن برای سازگاری عاطفی ۰/۹۴ و برای سازگاری اجتماعی ۰/۹۳ بوده است (۱۶).

پژوهشگران پس از اخذ موافقت اخلاقی و قانونی ضمن جلب رضایت آگاهانه دانش‌آموزان مورد پژوهش، داده‌ها را جمع‌آوری کردند و سپس برای تجزیه و تحلیل داده‌ها ازآزمون مجذور کای، ضریب همبستگی پیرسون و نرم افزار SPSS استفاده نمودند. با توجه به اینکه اخذ نمره بالا در هوش هیجانی نشان‌دهنده هوش هیجانی بالای دانش‌آموزان مورد مطالعه می‌باشد و کسب امتیاز پایین در حوزه سازگاری با رفتارهای سازگارانه بیشتری همراه است، در نتیجه منفی‌شدن ضریب همبستگی پیرسون در این مطالعه رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی را مثبت ارزیابی می‌کند.

یافته‌ها

اکثریت دانش‌آموزان ۱۸ ساله (۵۱/۷٪) بودند. در مراکز پیش‌دانشگاهی دولتی (۶۶/۷٪)، درمناطق ۱، ۲، ۳، ۵ و ۶ (به تفکیک ۱۳/۳٪) و در رشته ریاضی (۵۰٪) تحصیل می‌کردند. معدل اکثریت افراد ۱۸ به بالا (۴۶/۷٪) بوده و در خانواده‌ای با تعداد اعضای ۴ نفر (۴۱/۳٪) زندگی می‌کردند. شغل پدر اکثریت دانش‌آموزان آزاد (۴۷/۳٪)، شغل مادر خانه‌دار (۸۰٪)، تحصیلات پدر دیپلم (۴۴/۷٪)، تحصیلات مادر نیز دیپلم (۵۷٪) و سرپرست آنها هر دو والد (۹۴/۷٪) بوده است (جدول ۱).

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

جدول ۱- توزیع فراوانی مطلق و نسبی دانش آموزان بر حسب مشخصات دموگرافیک

متغیرهای دموگرافیک		تعداد	درصد
سن	۱۶ سال	۹	۳
	۱۷ سال	۱۳۶	۴۵/۳
	۱۸ سال	۱۵۵	۵۱/۷
تعداد اعضای خانواده	۳	۲۷	۹
	۴-۵	۲۱۲	۷۰/۶
	>۵	۶۱	۲۰/۴
شغل پدر	کارگر	۴	۱/۳
	کارمند	۱۰۹	۳۶/۳
	آزاد	۱۴۲	۴۷/۳
	سایر	۴۵	۱۵
شغل مادر	خانه‌دار	۲۴۰	۸۰
	کارمند	۳۹	۱۳
	سایر	۲۱	۷
تحصیلات پدر	بیسواد	۷	۲/۳
	ابتدایی و راهنمائی	۳۸	۱۲/۷
	دیپلم	۱۳۴	۴۴/۷
	دانشگاهی	۱۲۱	۴۰/۳
تحصیلات مادر	بیسواد	۵	۱/۷
	ابتدائی و راهنمائی	۵۴	۱۸
	دیپلم	۱۷۱	۵۷
	دانشگاهی	۷۰	۲۳/۳
سرپرست	پدر و مادر	۲۸۴	۹۴/۷
	فقط پدر	۱	۰/۳
	فقط مادر	۱۵	۵
رشته تحصیلی	ریاضی	۱۵۰	۵۰
	تجربی	۷۵	۲۵
	انسانی	۷۵	۲۵
مرکزپیش‌دانشگاهی	دولتی	۲۰۰	۶۶/۷
	غیرانتفاعی	۱۰۰	۳۳/۳
معدل	زیر ۱۲	۱	۰/۳
	۱۲-۱۳/۹۹	۱۱	۳/۶
	۱۴-۱۵/۹۹	۴۴	۱۴/۷
	۱۶-۱۷/۹۹	۱۰۴	۳۴/۷
	بالای ۱۸	۱۴۰	۴۶/۷

بین هوش هیجانی با ویژگیهایی مانند سن، نوع مرکز آموزشی، رشته تحصیلی، تعداد اعضای خانواده، شغل و تحصیلات پدر و مادر ارتباطی یافت نگردید؛ اما بین هوش هیجانی و معدل رابطه معنادار (p<۰/۰۵) مشاهده شد و همبستگی بین این دو متغیر نیز مثبت و معنادار بود (p<۰/۰۲، r=۰/۱۸).

همچنین بر اساس یافته‌های جدول ۲، اکثریت دانش‌آموزان مورد مطالعه دارای سازگاری عاطفی خوب (۵۶٪) و سازگاری اجتماعی متوسط (۳۹/۷٪) بودند.

جدول ۲- توزیع فراوانی و فراوانی نسبی (درصد) سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی (n=۳۰۰)

متغیر		فراوانی (٪)
سازگاری عاطفی	خیلی خوب	۱۷ (۵/۷٪)
	خوب	۱۶۸ (۵۶٪)
	متوسط	۴۷ (۱۵/۷٪)
	ضعیف	۴۳ (۱۴/۳٪)
	خیلی ضعیف	۲۵ (۸/۳٪)
سازگاری اجتماعی	خیلی خوب	۳۵ (۱۱/۷٪)
	خوب	۷۳ (۲۴/۳٪)
	متوسط	۱۱۹ (۳۹/۷٪)
	ضعیف	۵۱ (۱۷٪)
	خیلی ضعیف	۲۲ (۷/۳٪)

بر اساس یافته‌های جداول ۳ و۴، بیشترین درصد فراوانی (۳۷/۳٪) مربوط به دانش‌آموزانی بود که از هوش هیجانی بالا و سازگاری عاطفی خوب و کمترین درصد فراوانی (۰/۳٪) مربوط به دانش‌آموزانی بود که از هوش هیجانی بالا و سازگاری عاطفی خیلی ضعیف برخوردار بودند. همچنین بیشترین درصد فراوانی (۲۰٪) مربوط به دانش‌آموزانی بود که از هوش هیجانی بالا و سازگاری اجتماعی متوسط برخوردار بودند و کمترین درصد فراوانی مربوط به آنهایی بود که دارای هوش هیجانی بالا و سازگاری اجتماعی خیلی ضعیف بودند. نتایج آزمون آماری مربع کای نیز نشان داد که بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد (p<۰/۰۰۱). با توجه به این که نمره بالای هوش هیجانی نشان‌دهنده هوش هیجانی بالای دانش‌آموزان مورد مطالعه می‌باشد و کسب امتیاز پایین در حوزه سازگاری، با رفتارهای سازگارانه بیشتری همراه است؛ در نتیجه همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی (p=۰/۰۰۱ و r=-۰/۵۹) و اجتماعی (p=۰/۰۰۱ و r=-۰/۵۸) مستقیم و معنادار ارزیابی شده است.

جدول ۳- توزیع فراوانی مطلق و نسبی هوش هیجانی دانش‌آموزان مورد پژوهش بر حسب سطوح سازگاری عاطفی

سازگاری عاطفی / هوش هیجانی	خیلی خوب		خوب		متوسط		ضعیف		خیلی ضعیف		جمع		نتایج آزمون
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
پایین	۴	۱/۳	۵۶	۱۸/۷	۲۴	۸	۳۸	۱۲/۷	۲۴	۸	۱۴۶	۴۸/۷	p=۰/۰۰۱
بالا	۱۳	۴/۳	۱۱۲	۳۷/۳	۲۳	۷/۷	۵	۱/۷	۱	۰/۳	۱۵۴	۵۱/۳	
جمع	۱۷	۵/۷	۱۶۸	۵۶	۴۷	۱۵/۷	۴۳	۱۴/۳	۲۵	۸/۳	۳۰۰	۱۰۰	

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

جدول۴- توزیع فراوانی مطلق و نسبی هوش هیجانی دانش‌آموزان مورد پژوهش بر حسب سازگاری اجتماعی*

سازگاری عاطفی / هوش هیجانی	خیلی خوب		خوب		متوسط		ضعیف		خیلی ضعیف		جمع		نتایج آزمون
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
پایین	۸	۲/۷	۱۶	۵/۳	۵۹	۱۹/۷	۴۱	۱۳/۷	۲۲	۷/۳	۱۴۶	۴۸/۷	p=۰/۰۰۱
بالا	۲۷	۹	۵۷	۱۹	۶۰	۲۰	۱۰	۳/۳	۰	۰	۱۵۴	۵۱/۳	
جمع	۳۵	۱۱/۷	۷۳	۲۴/۳	۱۱۹	۳۹/۷	۵۱	۱۷	۲۲	۷/۳	۳۰۰	۱۰۰	

* ستون ضعیف و خیلی ضعیف در تحلیل آماری ادغام شده است.

بحث

هوش هیجانی با تقویت سلامت روان، زمینه بهزیستی عاطفی، بهبود روابط بین فردی و سازگاری اجتماعی را فراهم می‌کند و به افراد کمک می‌کند تا در زمینه‌های مختلف زندگی موفق‌تر عمل نمایند. امروزه چالش کنونی نظام آموزش و پرورش کشور نیز هدایت نوجوانان در توسعه مهارتها و صلاحیت‌های هیجانی است تا امکان مشارکت فعالانه و نقادانه در جهان پیرامون، ابراز واکنش مناسب نسبت به موقعیت‌های جدید، خود رهبری و اداره خود در بافت اجتماعی پیچیده امروز را ممکن سازد. چنان که گفته شد، در بین مشخصات فردی دانش‌آموزان تنها ارتباط معناداری بین هوش هیجانی و معدل یافت شد؛ به عبارت دیگر دانش‌آموزانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردار بودند، معدل بالاتری نیز داشتندکه این یافته مشابه با نتایج مطالعات Topia و Marsh و بشار تمی‌باشد (۱۷و۱۸).

پارکر و همکاران نیزدر مطالعه خود نشان دادند که اخذ معدل بالا و کارکرد تحصیلی مطلوب با هوش هیجانی همبستگی مثبت دارد (۱۹). همچنین Petrides و همکاران در بررسی خود بر روی ۶۵۰ دانش‌آموز دبیرستانی در انگلستان دریافتند که هوش هیجانی عامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت تحصیلی است و دانش‌آموزان با هوش هیجانی بالا از معدل و عملکرد تحصیلی بالاتری نسبت به سایرین برخوردارند (۲۰). همچنین نتایج مطالعه گویای آن بود که اکثریت دانش‌آموزان مورد مطالعه از سازگاری عاطفی خوب و سازگاری اجتماعی متوسط بهره‌مند بودند. علاوه بر این بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی نیز رابطه معناداری گزارش شد واین بدان معناست که هرچه سطح هوش هیجانی دانش‌آموزان بیشتر بود، از سازگاری عاطفی بالاتری هم برخوردار بودند که این یافته را می‌توان بر اساس مؤلفه‌های کلیدی هوش هیجانی (خودآگاهی و مدیریت هیجانی) چنین توجیه نمود که افراد با هوش هیجانی بالا از خودآگاهی بیشتری بهره‌مند هستند و در واقع درکی عمیق از هیجانات، نقاط ضعف و قدرت، نیازها و سائقه‌های خود دارند و قادر به ارزیابی، هدایت و کنترل وقایع زندگیشان می‌باشند که این قابلیت‌ها نقش بارزی را در ایجاد بصیرت و بینش نسبت به خود و محیط پیرامون ایفا می‌کند و قدرت سازش‌پذیری فرد را به لحاظ عاطفی ارتقا می‌بخشد و مانع از آن می‌شود که شخص در سیطره هیجانها قرار گیرد. از سوی دیگر افراد با هوش هیجانی بالا دارای مدیریت هیجانی مطلوبی هستند و بهتر می‌توانند از هیجانهای منفی نظیر اضطراب و افسردگی و تحریک‌پذیری رهایی یابند و در فراز و نشیب‌های زندگی کمتر با مشکلی مواجه می‌شوند و در صورت مواجهه نیز به سرعت می‌توانند از موقعیت‌های دشوار و ناراحت‌کننده رهایی یابند و به ثبات عاطفی و شرایط مطلوب دست یابند (۲۱).

در کاوش برای یافتن مطالعه‌ای که با این یافته همسو باشد می‌توان به پژوهش Lopes و همکاران اشاره نمود. آنها در بررسی خود به این نتیجه دست یافتند که مهارتهای هیجانی برای سازگاری عاطفی و اجتماعی افراد حایز اهمیت است (۲۲). Hample و Peterman نیز در سال ۲۰۰۶ طی مطالعه‌ای بیان داشتند که دختران نوجوانی که از سازگاری عاطفی بالاتری برخوردارند، توانایی کنترل خشم و عصبانیت در آنها بیشتر است و در واقع از مدیریت هیجانی مناسبتری برخوردار می‌باشند (۲۳).

از سوی دیگر یافته‌ها مؤید آن بوده که بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی رابطه‌ای معنادار وجود دارد که این یافته مشابه با نتایج برخی مطالعات است (۲۷-۲۴، ۵ و۳). با توجه به آنچه گفته شد می‌توان این یافته را براساس الگوی بازنگری‌شده هوش هیجانی مه‌یر و سالوی (۱۹۹۷) که چهار مؤلفه ادراک هیجانی، تسهیل‌سازی هیجانی تفکر، شناخت هیجانی و مدیریت هیجانی را بر اساس این سازه مشخص کردند، چنین تبیین نمود که مطابق با ویژگیهای مؤلفه ادراک هیجانی، هرچه سطح هوش هیجانی فرد بالاتر باشد ادراک هیجانی وی نیز افزایش می‌یابد. این سطح از ادراک با افزایش قدرت، ارزیابی محرک‌های محیطی و بالابردن توان برقراری روابط عاطفی و ابراز همدلی کنش‌وری سازمان‌یافته فرد را افزایش می‌دهد. این وضعیت زمینه‌های درون روانی لازم را

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

برای رسیدن به سازگاری اجتماعی فراهم می‌آورد؛ از سوی دیگر هر چه سطح هوش هیجانی فرد بالاتر باشد، ویژگی تسهیل هیجانی بیشتر به وی کمک می‌کند تا با سازماندهی افکار، حافظه و محتویات حافظه به گونه‌ای انسجام‌یافته‌تر با مسایل و تنشهای مربوط به محیط اجتماعی روبه‌رو شود. علاوه بر این ویژگی تسهیل هیجانی با تغییرات مثبت رفتاری به سازش بهتر فرد با محیط و محرک‌های محیطی کمک می‌کند؛ همچنین در پرتو ویژگی شناخت هیجانی، افراد با هوش هیجانی بالا، علاوه بر افزایش احتمال شناخت صحیح و واقع‌بینانه هیجانها توان پیش‌بینی و میزان چیرگی‌شان افزایش یافته و راهبردهای رویارویی مؤثر با هیجانها و موقعیت‌های تنش‌زا به کار گرفته می‌شود که بر این اساس شناخت هیجانی با سازوکارهای پیش‌بینی، کنترل و راهبردهای رویارویی کارآمد به بهبود کیفیت روابط اجتماعی و رسیدن به سازگاری مطلوب اجتماعی کمک می‌نماید.

ویژگی مدیریت هیجانها نیز که در افراد با هوش هیجانی بالا شکلی مفید و بارز داشته، می‌تواند در خدمت سازماندهی هیجانها قرار گیرد و از بروز بحران‌های هیجانی پیشگیری نماید. افزون بر سازوکار پیشگیری، سازماندهی هیجانی قدرت سازش‌پذیری فرد را به لحاظ اجتماعی افزایش می‌دهد (۳).

نگاهی دقیق به ماهیت انسانها نشان می‌دهدکه انسان نه منطق صرف است و نه احساس (هیجان) صرف، بلکه ترکیبی از هر دو می‌باشد. لذا توانایی شخص برای سازگاری و چالش با زندگی به عملکرد منسجم قابلیت‌های هیجانی و منطقی بستگی دارد. از آنجایی که تغییرات سریع و پیچیده فرهنگی دهه‌های اخیر ضرورت سرنوشت‌ساز افزایش قابلیت‌های هیجانی و اجتماعی را برای عملکرد موفق و سازش‌یافته افراد آشکار ساخته است (۲۸)، لذا بر اساس نتایج حاصل از تحقیق پیشنهاد می‌شود:

۱. مسوولین و دست‌اندرکاران وزارت آموزش و پرورش کشور، دروس مربوط به قابلیتهای هیجانی را در برنامه درسی فراگیران بگنجانند تا متناسب با ظرفیت و شرایط سنی و تحصیلی فراگیران رشد مهارتها و صلاحیتهای هیجانی در آنها صورت گیرد.

۲. آموزش مهارتهای هیجانی از دوره پیش‌دبستانی در قالب شیوه‌هایی همچون نمایش عروسکی، ایفای نقش، فیلم‌های آموزشی صورت گیرد تا مشکلات عاطفی، اجتماعی و بین‌فردی را بتوان از همان دوران کودکی حل نمود.

۳. طراحی و تدوین الگوهایی برای آموزش هوش هیجانی دانش‌آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی انجام گیرد.

۴. رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دختران و پسران نوجوان مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد.

در پایان لازم است به این نکته تأکید شود که جامعه مورد پژوهش و نیز نوع مطالعه، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای بررسی‌شده مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شود.

نتیجه‌گیری

با توجه به همبستگی معنادار بین هوش هیجانی و متغیرهای ذکرشده، نیاز به آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی جهت ارتقای توانایی مقابله با مشکلات و سازگاری مؤثر در دانش‌آموزان احساس می‌شود.

تشکر و قدردانی

نگارندگان این مقاله مراتب سپاس و قدردانی خود را از مسؤولین آموزش و پرورش، هسته مشاوره، پرسنل و دانش‌آموزان مدارس مورد مطالعه ابراز می‌دارند.

REFERENCES

1. Bar–on R. The Bar-On model of emotional– social intelligence (ESI). Psicothema 2006;18:13-25.

2. Noori Emamzadei A, Nasiri H, translators. Emotional intelligence in daily life. Esfahan: Neveshteh Publication;2004. p. 142.(Text in Perian)

3. Engelberg E, Sjoberg L. Emotional intelligence, affect intensity, and social adjustment. Pers Individ Dif 2004;37(3):533-42.

4. Poor Afkari N. Psychological-Psychiatric comprehensive dictionary. Tehran: farhange moaser publication;2006. p. 29. (Text in Perian)

5. Chan DW. Emotional intelligence, social coping and psychological, distress among chines gifted students in Hong Kong. High Ability Studies 2005;16:163-78.

6. Extremera N, Duran A, Rey L. Perceived emotional intelligence and dispositional optimism– pessimism analyzing their role in predicting psychogical adjustment. Pers Individ Dif 2007;42:1069-79.

7. Bastian VA, Burns NR, Nettelbeck T. Emotional intelligence predicts life skills but not as well as personality and cognitive abilities. Pers Individ Dif 2005;39:1135-45.

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]

8. Ashayeri N. Emotional intelligence. Tabib J 2006;7(5):1-14.(Full Text in Persian)

9. Sharifi P. Primary study of Gardner multiple theory in the base of educational subjects and students adjustment. Journal of Educational Introduction 2005,11:11-29. (Full Text in Perian)

10. Nikoogoftar M. Study of Emotional intelligence role in educational improvement and public health of high school students [dissertation], Tehran. School of Literature and Humanities, Tarbiat Modares University 2006. (Text in Perian)

11. Barzegar S. Escape of girls. 1st ed. Qom: Jamal Publication;2002. p. 9. (Text in Perian)

12. Bar-on R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ-I) .In: Bon R, Parker JDA, editors. Hand book of Emotional Iintelligence. Sanfrancisco: Jossy–Bass;2000.

13. Samoui R. Normalization of bar-on emotional quotient questionnaire. Tehran: Sina psychological institute publication; 2004. p. 1-13. (Text in Perian)

14. Zavareghi R. Study of relationship between emotional intelligence and cognition in pre university girls and boys students [dissertation], School of Psychiatry and Social Sciences, Islamic Azad University 2006. (Text in Perian)

15. Fatahzadeh Kh. Study of relationship between emotional intelligence and critical thinking in high school students [dissertation], School of Psychiatry and Social Sciences, Islamic Azad University 2006. (Text in Perian)

16. Karami A. Normalization of adjustment inventory for high school students. Tehran: Sina Psychological Institute Publication;1998. p. 1-8. (Text in Perian)

17. Tapia M, Marsh GE. The effect of sex and grade point average on Emotional intelligence. Psicothema 2006;18:108-11.

18. Besharat MA, Shalchi B, Shamsi Poor H. Study of relationship between emotional intelligence and educational success in students. J Educ New Ideas 2006;3,4:73-84. (Full Text in Perian)

19. Parker JDA, Creque RE, Barnhart D, Harris JI, MajeskiS A, Wood LM, et al. Academic achievement in high school: does emotional intelligence matter? Pers Individ Dif 2004;37(7):1321-30.

20. Petrides KV, Frederickson N, Furnham A. The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school. Pers Individ Dif 2004;36(2):277-93.

21. Golman D. Emotional Intelligence In sadoc V. A (Eds). Kaplan & Sadock's comperhensive text book of psychiatry (7^{th} ed). Philadelphia: Williams & Wilkins 2000. p:447.

22. Lopes PN, Salovey P, Straus R. Emotional intelligence, personality and the perceived quality of social relationship. Pers Individ Dif 2003;35:641-58.

23. Hample P, Peterman F. perceived coping and adjustment in adolescents. J Adolesc Health 2006;38(4):409-15.

24. Adeymo DA. The buffering effect of emotional intelligence on the adjustment of secondary school students in transition. Electronic Journal of Research in Educational psychology 2005;6-3(2):79-90.

25. Brackett MA, Mayer JD, Warner RM. Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour. Pers Individ Dif 2004;36:1387-402.

26. Gil-Olarte Márquez P, Palomera Martín R, Brackett MA. Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. Psicothema 2006;18:118-23.

27. Qualter P, Witeley HE, Hutchinson JM, POPe DJ. Supporting the development of emotional intelligence competencies to Ease the transition from primery to high school. Educational Psychology in Practice 2007;23(1):79-95.

28. Mousavi Lotfi SM, Akbari V, Safavi M. Why emotional intelligence? Qom: Fanoose Andishe. 2009. (Text in Perian)

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-02]