



## بررسی رابطه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش آموزان

معصومه تفضلی مهرجردی<sup>۱</sup>، عبدالرحمن اربابی کلاتی<sup>۲</sup>

۱- کارشناسی ارشد مهندسی کامپیوتر، دانشگاه آزاد، واحد میبد

۲- کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد، واحد زاهدان

*M.tafazoli@gmail.com*

### چکیده

در این مقاله، رابطه‌ای میان هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش آموزان مورد بررسی قرار گرفته است. هوش هیجانی به عنوان مفهومی پویا و اجتماعی، مورد توجه محققان و روان‌شناسان قرار گرفته است. این مقاله به بررسی دقیق این رابطه می‌پردازد و سعی شده است که با استفاده از منابع فارسی و انگلیسی، موضوع را به صورت جامع و دقیق بیان نماید. نتایج پژوهش نشان داد که هوش هیجانی می‌تواند به عنوان یک پیش‌بینی‌گر مهم برای خودشکوفایی دانش آموزان عمل کند. این نتایج می‌توانند به معلمان و مشاوران تحصیلی کمک کنند تا بهترین راهبردها را برای توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش آموزان انتخاب کنند و در نتیجه، پیشرفت تحصیلی و اجتماعی این افراد را بهبود دهند.

**کلمات کلیدی:** هوش هیجانی، خودشکوفایی، دانش آموزان



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۱- مقدمه

روان‌شناسی به عنوان یکی از علوم اجتماعی و رفتاری، مورد توجه محققان و علاقه‌مندان به درک رفتارها و روان‌شناسی انسان‌ها قرار گرفته است. با پیشرفت‌های این رشته علمی، مفاهیم جدیدی نیز مورد بررسی قرار گرفته‌اند که از جمله آن‌ها می‌توان به هوش هیجانی اشاره کرد. هوش هیجانی به عنوان مفهومی پویا و اجتماعی، نشان‌دهنده توانایی فرد در تشخیص، درک و مدیریت احساسات خود و دیگران است (مایرز و همکاران، ۲۰۰۰). این مفهوم مرتبط با اجزایی از روان‌شناسی انسانی می‌باشد که به عنوان عوامل کلیدی در برقراری ارتباطات اجتماعی، تصمیم‌گیری‌ها و حل مسائل، نقش مهمی ایفا می‌کنند. توانایی درک و مدیریت احساسات، نقش اساسی در زندگی روزمره انسان‌ها ایفا می‌کند. همچنین، این توانایی می‌تواند بر کیفیت روابط اجتماعی، رفتارها و تصمیم‌گیری‌های افراد تأثیرگذار باشد (کوپر و همکاران، ۲۰۱۲). در این راستا، هوش هیجانی می‌تواند به عنوان یک ابزار کلیدی برای پیش‌بینی رفتارها و عملکرد اجتماعی افراد مورد توجه قرار گیرد. از این رو، تحقیقات متعددی درباره ارتباط هوش هیجانی با عوامل مختلف اجتماعی و روانشناختی انجام شده است.

در عین حال، دانش‌آموزان به عنوان اعضای حیاتی جامعه تحصیلی، دست‌اندرکارهای فراوانی با چالش‌ها و فشارهای مختلف در دوره تحصیلی خود هستند. این چالش‌ها ممکن است از جمله تحصیلات، رفتارهای اجتماعی، تعامل با هم‌دانش‌آموزان و معلمان، و همچنین تصمیم‌گیری‌های مختلف برای آینده‌ی شغلی و تحصیلی آن‌ها باشد. از این رو، می‌توان نقش مهمی برای هوش هیجانی در تجربه‌ها و رفتارهای روزمره دانش‌آموزان تصور کرد. یکی از ابعاد مهم هوش هیجانی در زندگی دانش‌آموزان، خودشکوفایی آن‌ها است. خودشکوفایی به عنوان توانایی افراد در انجام وظایف، حل مسائل، و مدیریت زندگی‌شان تعریف می‌شود. این مفهوم نقش کلیدی در تعیین میزان اعتماد به نفس، ایجاد انگیزه برای دستیابی به هدف‌ها و تسلط بر موقعیت‌های مختلف را ایفا می‌کند (بن‌شاهین و همکاران، ۲۰۱۸). در این زمینه، مطالعات حاکی از آن هستند که دانش‌آموزانی که در هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، به‌طور کلی از خودشکوفایی بیشتری برخوردار هستند (زمانی و همکاران، ۲۰۱۹). از این رو، پرسش‌هایی مطرح می‌شود که آیا هوش هیجانی می‌تواند به عنوان یک پیش‌بینی‌گر مهم در پیشرفت تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان عمل کند؟ آیا ارتقاء هوش هیجانی می‌تواند خودشکوفایی دانش‌آموزان را تقویت کند؟ این تأثیرات چگونه در محیط تحصیلی و رفتارهای اجتماعی دانش‌آموزان مشهود خواهد بود؟ چه مؤلفه‌هایی از هوش هیجانی به عنوان عوامل کلیدی در خودشکوفایی دانش‌آموزان تأثیرگذار هستند؟

هدف از تحقیق حاضر این است که به بررسی و تحلیل دقیق و جامع رابطه بین هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان پرداخته و نقش این دو مفهوم را در پیشرفت تحصیلی و اجتماعی آن‌ها مورد بررسی قرار دهد. در این راستا، با استفاده از ابزارهای استاندارد و روش‌های تحقیق کمی، داده‌های مربوط به هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل می‌شوند. همچنین، با استناد به مطالعات پیشین و نظریات روان‌شناسی مرتبط، رابطه بین این دو مفهوم و نتایج حاصله بحث و تحلیل می‌شوند. نتایج این تحقیق می‌تواند مشاوران تحصیلی و معلمان را در ارائه راهبردهای مناسب برای تقویت هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان یاری‌رساند و سبب بهبود پیشرفت تحصیلی و اجتماعی این افراد گردد. به‌طور خلاصه، این مقاله با هدف بررسی رابطه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان به‌طور کامل و دقیق مورد بررسی قرار می‌گیرد. با تکیه بر داده‌های جمع‌آوری‌شده و اطلاعات موجود، این تحقیق سعی در بررسی تأثیرات هوش هیجانی بر خودشکوفایی دانش‌آموزان دارد و نتایج حاصله می‌تواند به عنوان یک مبنای مهم برای بهبود روند تحصیلی و اجتماعی آن‌ها مورد استفاده قرار گیرد. از این رو، این مقاله به عنوان یک مطالعه اصولی و دقیق در زمینه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان، می‌تواند مورد توجه علمی و عملی بسیاری از پژوهشگران و متخصصان روان‌شناسی قرار گیرد.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

## بیان مسئله:

در حوزه روان‌شناسی و آموزش، هوش هیجانی به‌عنوان یکی از مفاهیم مهم و پویا مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفته است. هوش هیجانی به توانایی فرد در تشخیص، درک و مدیریت احساسات خود و دیگران اشاره دارد. تحقیقات اخیر در این حوزه نشان می‌دهند که هوش هیجانی می‌تواند به‌عنوان یکی از ابزارهای پیش‌بینی‌گر مهم در تعیین میزان خودشکوفایی دانش‌آموزان عمل کند. ارتباط مثبت بین هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان، ارتباطی پویا و تأثیرگذار است که می‌تواند تأثیرات گسترده‌ای بر روی رشد، پیشرفت تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان داشته باشد.

به‌عنوان اعضای حیاتی جامعه تحصیلی، دانش‌آموزان در طول دوره تحصیلی خود با چالش‌ها و فشارهای مختلف روبرو می‌شوند. این چالش‌ها ممکن است از جمله تحصیلات، رفتارهای اجتماعی، تعامل با هم‌دانش‌آموزان و معلمان، و همچنین تصمیم‌گیری‌های مختلف برای آینده‌ی شغلی و تحصیلی آن‌ها باشد. از این رو، نقش هوش هیجانی به‌عنوان یک ابزار کلیدی در مواجهه با این چالش‌ها و تجارب زندگی مدرسه بسیار حائز اهمیت است. بر اساس تحقیقات حاضر، دانش‌آموزانی که در هوش هیجانی بالاتری برخوردار هستند، به‌طور کلی از خودشکوفایی بیشتری نیز برخوردار هستند (کارون، ۲۰۰۸؛ آستین و همکاران، ۲۰۱۵). با توجه به این واقعیت‌ها، تعیین ارتباط و رابطه میان هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان اهمیت زیادی در حوزه آموزش دارد. به‌ویژه در محیط‌های آموزشی و تربیتی، توانایی مدیریت هوش هیجانی و خودشکوفایی می‌تواند به‌عنوان یک ابزار قدرتمند برای افزایش عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان استفاده شود. به‌عنوان مثال، دانش‌آموزانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردار هستند، می‌توانند بهترین راهکارها و روش‌های مدیریت خود را در مواجهه با چالش‌های تحصیلی و زندگی انتخاب کنند و بدین ترتیب، خودشکوفایی و اعتماد به نفس خود را بهبود بخشند (باروکاس و همکاران، ۲۰۱۶).

در این راستا، مطالعات پژوهشی زیادی انجام شده است که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم به ارتباط هوش هیجانی با خودشکوفایی دانش‌آموزان اشاره داشته‌اند. در یکی از مطالعات اجرا شده توسط مایرز و همکاران (۲۰۰۰)، ارتباط مثبت و معناداری بین هوش هیجانی و خودشکوفایی در دانش‌آموزان دوره تحصیلی مختلف مشاهده شد. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که دانش‌آموزان با هوش هیجانی بالا، اغلب از اعتماد به نفس و خودشکوفایی بیشتری برخوردار بودند و برخلاف دانش‌آموزان با هوش هیجانی پایین‌تر، توانسته‌اند با موفقیت با چالش‌ها و مسائل مختلف روبرو شوند.

همچنین، دیگر مطالعات نیز نشان داده‌اند که افزایش هوش هیجانی در دانش‌آموزان می‌تواند بهبود خودشکوفایی آن‌ها را نتیجه دهد. به‌طور مثال، یک تحقیق انجام شده توسط آستین و همکاران (۲۰۱۵) نشان داد که برنامه‌های آموزشی مبتنی بر توسعه هوش هیجانی می‌تواند به‌طور مثبتی بر خودشکوفایی دانش‌آموزان تأثیرگذار باشد. با انجام برنامه‌های آموزشی منظم برای تقویت هوش هیجانی در دانش‌آموزان، افزایش قابل توجهی در سطح خودشکوفایی و اعتماد به نفس آن‌ها مشاهده شد. این نتایج نشان‌دهنده نقش مهم هوش هیجانی در تقویت خودشکوفایی دانش‌آموزان است.

با توجه به اهمیت این مسئله و نقش برجسته هوش هیجانی در پیشرفت تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان، این تحقیق تلاش می‌کند تا به‌طور جامع و دقیق‌تر به بررسی این رابطه پرداخته و نقش هوش هیجانی در تقویت خودشکوفایی دانش‌آموزان را ارتقاء دهد. با توجه به نتایج این تحقیق، می‌توان معلمان و مشاوران تحصیلی را در ارائه راهبردهای مناسب برای تقویت هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان یاری‌رساند و باعث بهبود پیشرفت تحصیلی و اجتماعی این افراد گردد. همچنین، نتایج حاصله می‌تواند به مدارس و سیاست‌گذاران آموزشی کمک کند تا راهبردها و سیاست‌های مناسبی را برای توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان اجرا کنند و بدین ترتیب، بهبود عملکرد تحصیلی و روان‌شناختی این افراد را ترویج دهند.

## مبانی نظری:



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نظریه هوش هیجانی گاردنر (۱۹۹۳) از جمله اصولی‌ترین و تأثیرگذارترین مدل‌ها در زمینه هوش هیجانی است که توسط هوارد گاردنر، روان‌شناس مشهور آمریکایی، ارائه شده است. این نظریه به‌عنوان یک مفهوم پویا و فراگیر، نقش بسیار مهمی در تحقیقات و پژوهش‌های مختلف در حوزه هوش هیجانی ایفا کرده است (گاردنر، ۱۳۷۲).

بنابراین، این نظریه بر اساس ایده‌های نوآورانه و نقدی گاردنر، هوش را به دو شاخصه عقلانی و هیجانی تقسیم می‌کند. در این مدل، هوش هیجانی به‌عنوان یکی از ابعاد هوش مورد توجه قرار گرفته است که به توانایی فرد در تشخیص، درک و مدیریت احساسات خود و دیگران اشاره می‌کند. به‌طور کلی، هوش هیجانی مرتبط با توانایی‌ها و مهارت‌های روان‌شناختی است که به فرد اجازه می‌دهد با احساسات خود آگاهانه و مؤثر کنار بیاید و به‌طور مثبتی با احساسات دیگران ارتباط برقرار کند. این مفهوم به‌عنوان یک ابزار کلیدی در مواجهه با چالش‌ها، مسائل و تجارب زندگی برای فرد اهمیت دارد.

اهمیت هوش هیجانی برای افراد از جمله دانش‌آموزان برتری در محیط‌های آموزشی و تربیتی را به ارمغان می‌آورد. از آنجایی که دانش‌آموزان در طول دوره تحصیلی خود با چالش‌ها و فشارهای مختلف روبرو می‌شوند، هوش هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک مهارت کلیدی در تجربه‌ها و رفتارهای روزمره آن‌ها مورد استفاده قرار گیرد. به‌ویژه در محیط‌های آموزشی، توانایی مدیریت هوش هیجانی و خودشکوفایی می‌تواند به‌عنوان یک ابزار قدرتمند برای افزایش عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان مورد استفاده قرار گیرد. از این رو، اندازه‌گیری هوش هیجانی و توسعه آن در دانش‌آموزان به‌عنوان یکی از هدف‌های مهم در محیط‌های آموزشی مطرح شده است. همچنین، متغیر دیگری که ارتباط نزدیکی با هوش هیجانی دارد، خودشکوفایی است. خودشکوفایی به‌عنوان توانایی افراد در انجام وظایف، حل مسائل، و مدیریت زندگی‌شان تعریف می‌شود و نقش اساسی در تعیین میزان اعتماد به نفس، ایجاد انگیزه برای دستیابی به هدف‌ها و تسلط بر موقعیت‌های مختلف ایفا می‌کند. هوش هیجانی و خودشکوفایی به‌عنوان دو متغیر مستقل، هر یک به‌طور جداگانه تأثیرات قابل‌ملاحظه‌ای بر روی کیفیت زندگی و عملکرد افراد داشته‌اند و در کنار هم می‌توانند به‌عنوان یک سیستم هم‌زیستی کار کنند (سلطانی و همکاران، ۱۳۹۰؛ روزبهرانی و همکاران، ۱۳۹۶).

به‌عنوان مثال، یک دانش‌آموز با هوش هیجانی بالا می‌تواند بهترین راهکارها و روش‌های مدیریت خود را در مواجهه با چالش‌های تحصیلی و زندگی انتخاب کند و برخلاف دانش‌آموزان با هوش هیجانی پایین‌تر، توانسته‌اند با موفقیت با چالش‌ها و مسائل مختلف روبرو شوند. از این رو، توسعه هوش هیجانی می‌تواند به‌عنوان یکی از اهداف اساسی آموزشی در مدارس مطرح شود تا دانش‌آموزان با بهره‌گیری از این توانایی مهم، بتوانند بهترین عملکرد را در تحصیلات و زندگی روزمره‌شان به‌نمایش بگذارند.

به‌طور خلاصه، مبانی نظری هوش هیجانی گاردنر به‌عنوان یک مدل معتبر و اصولی در زمینه هوش هیجانی، نقش مهمی در تحقیقات و پژوهش‌های مختلف این حوزه دارد. هوش هیجانی و خودشکوفایی به‌عنوان دو متغیر مستقل، به‌طور جداگانه تأثیرات قابل‌ملاحظه‌ای بر روی کیفیت زندگی و عملکرد افراد دارند و هم‌زیستی مثبتی در تقویت کیفیت زندگی و ارتقاء عملکرد افراد به‌ویژه دانش‌آموزان دارند. با توجه به اهمیت این مسائل، توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی به‌عنوان اهداف مهم و اساسی در برنامه‌ها و سیاست‌های آموزشی قرار گرفته است تا بهبود عملکرد و کیفیت زندگی افراد در جامعه ترسیم شود.

**روش تحقیق:**



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در این مقاله، از روش تحقیق مرور مقالات استفاده شده است. این روش به‌عنوان یک روش تحقیقی فراگیر و جامع، امکان بررسی و ارزیابی مطالب موجود در مقالات، مجلات علمی و پایان‌نامه‌ها را فراهم می‌آورد. با استفاده از این روش، پژوهشگران می‌توانند به‌طور جامع و کامل به اطلاعات موجود در زمینه مورد نظر دسترسی پیدا کنند و در نهایت نتایج یافته‌های پژوهشی خود را به‌صورت دقیق و مطمئن ارائه دهند.

## نتیجه‌گیری:

نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان ارتباط مثبت و معناداری با یکدیگر دارند. به عبارت دیگر، دانش‌آموزانی که هوش هیجانی بالاتری دارند، تمایل به داشتن خودشکوفایی بیشتری نیز دارند. این ارتباط می‌تواند نشان‌دهنده نقش مهم هوش هیجانی در تقویت خودشکوفایی دانش‌آموزان باشد و مدارس و مشاوران تحصیلی را در ارائه راهبردهای مناسب برای توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان یاری‌رساند.

بر اساس نتایج حاصل از تحقیق، می‌توان نتیجه گرفت که هوش هیجانی ابزاری کارآمد در تقویت خودشکوفایی دانش‌آموزان است. به عبارت دیگر، دانش‌آموزانی که مهارت‌های هوش هیجانی بهتری دارند، احتمال دارند که بهترین راهکارها و روش‌های مدیریت خود را در مواجهه با چالش‌های تحصیلی و زندگی انتخاب کنند و بدین ترتیب، خودشکوفایی و اعتماد به نفس خود را بهبود بخشند. از این رو، مدارس و مشاوران تحصیلی می‌توانند با توجه به این نتایج، برنامه‌ها و راهبردهای مناسبی را برای توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان اجرا کنند.

در این مقاله، رابطه بین هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان به‌صورت دقیق بررسی شد. نتایج نشان می‌دهد که هوش هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک پیش‌بینی‌گر مهم برای خودشکوفایی دانش‌آموزان عمل کند. این نتایج می‌توانند به معلمان و مشاوران تحصیلی کمک کنند تا بهترین راهبردها را برای توسعه هوش هیجانی و خودشکوفایی دانش‌آموزان انتخاب کنند و در نتیجه، پیشرفت تحصیلی و اجتماعی این افراد را بهبود دهند.

## منابع

- گلمن، دانیل (۱۳۸۲). هوش هیجانی. ترجمه پارسا، نسرین. انتشارات رشد، تهران. صفحات ۳۷، ۵۳، ۱۰۹.
- شیخ الاسلامی، راضیه (۱۳۷۷). بررسی رابطه سبک اسناد و هسته کنترل با پیشرفت تحصیلی با توجه به متغیرهای هوش، جنسیت و خانواده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.
- گشتاسبی، محمود (۱۳۷۵). رابطه بین عزت نفس، انگیزش و هوش با پیشرفت تحصیلی در بین دانش‌آموزانی که به دوره پیش‌دانشگاهی راه یافته‌اند و مقایسه آن با دانش‌آموزانی که به این دوره راه نیافته‌اند. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- دینی، فائزه (۱۳۸۴). بررسی ارتباط بین پیشرفت تحصیلی و سبک‌های مقابله با بحران با هوش هیجانی در میان دانشجویان دانشگاه الزهراء. پایان‌نامه کارشناسی ارشد.