



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۱/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

بررسی رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در بین دانشجویان دانشگاه دولتی میبد سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

فاطمه کلمات^۱، یونس تیموریان نصرآبادی^۲، اشکان هادی رودی^۳، مهدیه لطفی احمدآباد^۴، محدثه فتحی^۵

۱- کارشناس علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان واحد شهید رجایی تربت حیدریه

۲- کارشناس علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان واحد شهید رجایی تربت حیدریه

۳- کارشناس علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان واحد شهید رجایی تربت حیدریه

۴- کارشناس علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان واحد شهید رجایی تربت حیدریه

۵- کارشناس تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید هاشمی نژاد مشهد

چکیده

بسیاری از مردم معتقدند که هوش هیجانی برای زندگی روزمره مهم است. این طور به نظر می رسد که افرادی که در رسیدگی به هیجان ها ناتوانند ، ارتباطات بدتری خواهند داشت ، سلامتی روانی کم و موفقیت کمتری دارند برای مثال اگر شما نتوانید عصبانیتان را در محل کار کنترل کنید ممکن است همکاران را آشفته کنید و حتی ممکن است کارتان را از دست دهید. بعلاوه اگر شما ندانید که بقیه مردم چه احساسی دارند ممکن است از تعاملات اجتماعی مهم وحشت کنید، درگیر احساسات شوید و یا با عده ی محدودی از دوستان بمانیدهدف این پژوهش بررسی رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه دولتی میبد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ می باشد. روش این تحقیق از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری ۳۵۰ نفر می باشد ، نمونه پژوهش حاضر ۵۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه میبد می باشد که در رشته های مهندسی ، روانشناسی،پرستاری ،تربیت بدنی و عربی مشغول به تحصیل اند و این انتخاب به روش تصادفی صورت گرفته است.بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. با بالا رفتن نمره هوش هیجانی معدل در بین نمونه بالا رفته است. بین مولفه های هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود ندارد.

کلید واژگان : هوش هیجانی ، پیشرفت تحصیلی ، دانشجویان، شیراز



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

مقدمه

هوش هیجانی مولفه ی تازه ای است که ان بسیاری به کاربرد آن در امور مختلف علاقه مندند. نظریه های هوش هیجانی دیدگاه نوین را در مورد پیش بینی عوامل موفقیت در زندگی از جمله پیشرفت تحصیلی و مقابله کار آمد با عوامل فشارزا که منشا اختلالهای روانی را فراهم می آورد، چرا که بسیاری از ویژگی های شخصیتی همچون همدردی، خودگرایی، خوش بینی، خود انگیزگی، تحت فشار، کنترل تکانه ها، خود آگاهی، مدیریت هیجانی فرد، زمینه ساز موقعیت در عرصه های گوناگون است. هوش هیجانی بیانگر ابعاد هیجانی - شخصیتی و اجتماعی هوش است که اغلب برای فعالیت های روز مره مهمتر از ابعاد شناختی مورد توجه قرار گرفته است. (حاجلو به نقل از گلمن، ۱۳۸۷).

همچنان که (گلمن) اظهار می دارد که هوش شناختی در بهترین شرایط تنها ۲۰ درصد موفقیت را شامل می شود و ۸۰ درصد بقیه در گروه مهارتهایی است که هوش هیجانی را تشکیل می دهند. افرادی که توانایی استفاده صحیح از هیجانهای خود را دارند می توانند از اضطراب قابل پیش بینی برای برانگیختن خود جهت آماده شدن استفاده کرد و بر مسائل فائق آید. (گلمن ۱۹۹۵). از جمله روان شناسان سالووی^۱ اولین روانشناسی است که اصطلاح هوش هیجانی را برای نخستین بار برای بیان کیفیت و درک احساسات افراد، همدردی با احساسات دیگران و توانایی اداره مطلوب خلق و خوی بکار برد و ثنردایک^۲ که در همگانی کردن نظریه هوش بهر نقش مهمی داشت، بار - آن^۳ که معتقد است هوش هیجانی یک دسته از مهارتهای، استعدادها و توانایی های غیر شناختی است که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش می دهد

این افراد به دلیل داشتن معیارهای بالای عملکرد و ارزیابی سفت وسخت از خود و دیگران، در معرض انواع بیماریها و عملکردهای نامناسب قرار می گیرند.

بیان مسئله

با ظهور عصر اطلاعات و ارتقاء ارزش مندی ارتباطات انسانی و هم چنین بروز موقعیت های استراتژیک سازمانی، نظریه هوش عاطفی رشد چشم گیری یافته و از مباحث پرطرفدار سازمانی شده است. هوش هیجانی، اصطلاح فراگیری است که مجموعه گسترده ای از مهارت ها و خصوصیات فردی را در بر گرفته و معمولاً به آن دسته مهارت های درون فردی و بین فردی اطلاق می گردد که فراتر از حوزه مشخصی از دانش های پیشین، چون هوشبهر و مهارت های فنی یا حرفه ای است. هوش هیجانی از آخرین مباحث متخصصین در خصوص درک تمایز بین منطق و هیجان بوده و برخلاف مباحث اولیه در این جا، فکر و هیجان به عنوان موضوعاتی برای سازگاری و هوش مندی تلقی شده است به علاوه، شبیه سایر مباحث مطرح در خصوص ماهیت انسان، هوش هیجانی نیز دستخوش دو نوع بحث و گفتگوی علمی و عوام پسند گردیده است. توجه به هیجان ها و کاربرد مناسب آنها در روابط انسانی، درک احوال خود و دیگران، خویشتن داری، تسلط بر خواسته های آنی، همدردی با دیگران و استفاده مثبت از هیجان در تفکر و شناخت، موضوع هوش هیجانی است. هوش هیجانی هم در محافل اجتماعی و هم در محافل علمی دانشگاهی مورد توجه قرار دارد عقیده بر این است که تنها، هوش شناختی و ذهنی، موفقیت انسانها را ضمانت نمی کند بلکه ویژگی ها



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

دیگری برای برقراری ارتباطات انسانی و موفقیت در زندگی لازم است که هوش هیجانی نام دارد. (حسن زاده، ساداتی کیادهی، زمستان ۸۸).

اهمیت و ضرورت موضوع

گاردنر معتقد است مهم‌ترین خدمتی که آموزش و پرورش می‌تواند در جهت رشد کودک انجام دهد، این است که او را با توجه به استعدادهایش به سوی مناسب‌ترین زمینه هدایت کند؛ یعنی به جایی که او در آن خشنود و کارآمد است و این مهم با سنجش هوش شناختی صرف ممکن نیست. بنابراین ما می‌توانیم مفهوم هوش هیجانی را در موقعیت‌های آموزشی مانند مدارس به کار ببریم. به یاری مشاوران و روان‌شناسان تربیتی در رفع نیازهای دانش‌آموزانی که مشکلاتی در امر تحصیل و اختلالات رفتاری دارند، اقدام کنیم و با آموزش آن گام مهمی در جهت کاهش مشکلات آموزشی، اخلاقی، هیجانی برداریم. ما می‌توانیم مفهوم هوش هیجانی را در موقعیت‌های آموزشی مانند مدارس به کار ببریم. به یاری مشاوران و روان‌شناسان تربیتی در رفع نیازهای دانش‌آموزانی که مشکلاتی در امر تحصیل و اختلالات رفتاری دارند، اقدام کنیم و با آموزش آن گام مهمی در جهت کاهش مشکلات آموزشی، اخلاقی، هیجانی برداریم. هوش هیجانی دارای نقش حیاتی در سلامت روانی - اجتماعی کودکان است و نبود هوش هیجانی در کودکان به معنای آماده بودن زمینه وقوع انواع مشکلات و مسائل و اختلالات رفتاری در آنها خواهد بود. به عنوان مثال سطح پایین هوش هیجانی باعث کاهش قدرت اراده و قدرت مدیریت می‌شود. همچنین باعث افزایش آلکسی تیمیا، تنبلی، عصبانیت، خشونت و استرس می‌شود.

مشکل موجود با وجود اینکه بیشتر متخصصان تعلیم و تربیت در کشورهای توسعه‌یافته و یا در حال توسعه علاقه زیادی به گسترش سوادآموزی هیجانی نشان می‌دهند، اما متأسفانه این دوره‌ها در سیستم آموزش و پرورش کشور ما هنوز هم ناشناخته و نادانند و معلمان، مدیران مدارس و والدین از وجود چنین دوره‌هایی آگاهی ندارند. هنوز تئوری هوش هیجانی را مترادف با هوش‌های چندگانه گاردنر، و یا هوش عمومی می‌دانند. در کشور ما دست‌اندرکاران و تصمیم‌گیران آموزش همچنان نتایج آزمون‌های هوش شناختی را به عنوان معیار انتخاب رشته در دبیرستان‌ها و پیش‌بینی موفقیت تحصیلی در آینده دانش‌آموزان مورد استفاده قرار می‌دهند و چندان توجهی به تئوری هوش هیجانی نشان نمی‌دهند اگر این کار را الان انجام ندهیم، پس چه زمانی اساسی‌ترین مهارت‌های زندگی را به کودکان خواهیم آموخت؟ امید آن داریم که در آینده روان‌شناسان هوش هیجانی و هوش شناختی را برای فهم بهتر توانایی‌های انسان و پیش‌بینی دقیق‌تر موفقیت و سازگاری با محیط با هم تلفیق کنند.

هوش هیجانی یکی از متغیرهای مهمی است که با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد، توانایی شخص برای سازگاری و چالش با زندگی به عملکرد منسجم قابلیت‌های هیجانی بستگی دارد. همچنین انجام تحقیقات اندکی که در این زمینه بویژه در کشور و استان و وجود یافته‌های پراکنده در انجام این پژوهش ضرورتی مهم به نظر می‌آید نتایج این تحقیقات کاربرد مفیدی برای مراکز مشاوره و دانشجوی دارد و به نظر می‌رسد با توجه به نقش و اهمیت این متغیرها در عملکرد تحصیلی و قابل تغییر بودن متغیر مورد مطالعه، می‌توان با آموزه‌ها و ارائه راهکارهای صحیح، عملکرد تحصیلی دانشجویان را افزایش داد. (مه‌دوی، ۱۳۸۹).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

اهداف کلی

بررسی رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه میبد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

اهداف جزئی

۱- بررسی رابطه ای بین هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان

۲- بررسی رابطه ای بین مولفه های هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان

فرضیه های تحقیق

۱- بین هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی دانش جویان رابطه وجود دارد.

۲- بین مولفه های هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی رابطه وجود دارد.

تعریف نظری

هوش هیجانی:

عبارت است از مجموعه ای از دانش ها و توانایی های هیجانی و اجتماعی که قابلیت کلی ما را در پاسخ به نیازهای محیطی به طور موثری تحت تاثیر قرار میدهد. (رون بار- ان، ۲۰۰۰).

هوش هیجانی یک مهارت اجتماعی است که به معنای سهولت برقرار کردن ارتباط با مردم و کنترل هیجانهای خویش در رابطه با دیگران و توانایی تشویق و هدایت آنان است. (جلالی، ۱۳۸۱).

پیشرفت تحصیلی

پیشرفت تحصیلی عبارت است از فرآیندی منظم برای تعیین و تشخیص میزان پیشرفت یادگیرندگان در رسیدن به هدفهای آموزشی است.

تعریف عملیاتی

هوش هیجانی : نمره ای که آزمودنی از آزمون هوش هیجانی بار- ان بدست می آورد.

پیشرفت تحصیلی : نمره ای که دانشجویان در امتحانات پایان ترم بدست می آورند .



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

هوش هیجانی

هوش هیجانی (EQ) سالهاست مورد توجه صاحبان قرار گرفته است. از حدود ۲۰ سال پیش به این سو، مفهوم هوش هیجانی بر بهره هوشی (IQ) چیره شد.

اقبال پژوهشگران به هوش هیجانی از آن رو بود که در عمل می دیدند بسیاری از مدیران ارشد و کارشناسان برجسته به رغم توانمندیها و هوش بالا، کامیابیهای درخشانی ندارند و از همه مهمتر آنکه گاه حضور آنان در مجموعه اختلال برانگیز است، فضای تفاهم به تنش تبدیل شده، میزان استرس کاری افزایش یافته، انگیزه-ی کارکنان کاهش یافته و در نهایت بهره وری روند نزولی خود را طی می کند. چنین رویدادهایی، فضای بیشتری را برای مفهوم هوش هیجانی گسترده تر ساخت. به مرور این مفهوم از حوزه-ی علوم تربیتی و روانشناسی به سایر حوزه ها به ویژه حوزه-ی مدیریت، مدیریت بازرگانی، و حوزه-ی مدیریت بازاریابی گسترش یافت.

در این باره باید بیشتر صحبت کنیم اما به اجمال توضیحاتی در پی می آید که تا حدودی به شاخصهای هوش هیجانی اشاره دارد. همچنین تمایز بین این هوش (هوش هیجانی) و هوش بهر (IQ) را مشخص می سازد.

قطعاً با ملاحظه-ی عوامل تشکیل دهنده-ی هوش هیجانی می توانیم دریابیم افرادی که در این ویژگی نمرات قابل ملاحظه ای به دست می آورند می توانند کامیابیهای وسیعی در حوزه-ی مدیریت خود بیافرینند، همچنین کارکنان را همچون یاران همراه خود ارزیابی می کنند که همگی به خوبی و با رضایت برای کسب موفقیت‌های شخصی و سازمانی می کوشند.

هوش عقلی چیست؟

هوش عقلی ارثی بوده و همان هوشی است که در حل یک مسأله ریاضی، در طرح و اجرای یک پروژه عظیم، در اختراع و اکتشافات علمی و به طور کلی در کلاس درس به ما کمک می کند.

هوش هیجانی چیست؟

به چند نفر از موفقترین افراد در زندگی تان فکر کنید و به خصیصه‌های مشترکی که آنها با یکدیگر دارند. بی شک، دایره دوستان این افراد بزرگ و متنوع است. ارتباطات شخصی‌شان قوی و زندگی خانوادگی‌شان مملو از افتخار و کامیابی است. آنها نسبت به دیگران، حتی نسبت به کسانی که تازه ملاقات می‌کنند، علاقه نشان می‌دهند. آنها رضایت بیشتری از شغل خود دارند، احترام همسالانشان را برمی‌انگیزند و به خاطر خوب انجام دادن مسئولیت شغلی‌شان، از سرپرست خود امتیاز و ترفیع می‌گیرند. آنها عواطفشان بدون ریاکاری، احساساتشان بدون نخوت، و اعتماد به نفسشان عاری از هر خودنمایی است. تفاوت بین این دو



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

گروه، تفاوت میزان IQ یا ضریب هوشی و چیزی است که EQ یا هوش هیجانی نامیده می‌شود. هوش هیجانی شیوه‌ای پذیرفته‌شده برای ارزیابی موفقیت یک فرد است. شیوه‌ای که امروزه در آمریکا رو به گسترش است.

هوش هیجانی EQ و تفاوت آن با IQ

تفاوت بین معلومات کتابی و مهارت در زندگی روزمره و ارتباطات افراد، در واقع همان تفاوت بین IQ یا بهره هوشی و EQ یا هوش هیجانی آنهاست. از اواسط سال‌های ۱۹۸۰ مطالعات روزافزونی در این مورد انجام می‌شود که هیجانانگیز است، و واکنش بعدی ما نسبت به آنها، چه مقدار در سلامت عمومی و موفقیت ما در زندگی نقش دارند، و به خصوص در سال‌های اخیر این مطالعات به شدت مورد توجه قرار گرفته‌است. در واقع، مطالعات وسیعی انجام شده تا نشان دهد ضریب هوشی بالا به تنهایی لازمه موفقیت نیست.

دکتر ریچارد بویاتسیز، استاد دانشکده مدیریت و درهد (Weatherhead) در دانشگاه کیس وسترن ریزرو (Case Western Reserve) در کلیولند، هوش هیجانی را مجموعه‌ای از شایستگی‌ها و توانایی‌هایی می‌داند که ما را قادر می‌سازد تا کنترل خود را به دست بگیریم و در مورد دیگران نیز آگاه باشیم. به بیان ساده، هوش هیجانی استفاده هوشمندانه از هیجانانگیز است، و در زمینه حرفه‌ای به این معناست که احساسات و ارزش‌های خود را نادیده نگیریم و تأثیرشان را بر رفتارمان بشناسیم. دکتر بویاتسیز می‌گوید که برای پی‌بردن به شدت میزان هوش هیجانی، باید توجه کنیم که چقدر نسبت به دیگران دلسوز و حساس هستیم، و همیشه در نظر داشته باشیم که بالاترین درجه همدلی، درک کردن افرادی است که مثل شما نیستند.

هوش هیجانی مشتمل بر شناخت احساسات خود و دیگران و استفاده از آن برای اتخاذ تصمیمات مناسب در زندگی است. به عبارتی عاملی است که هنگام شکست و بحران، در فرد ایجاد انگیزه می‌کند و به واسطه داشتن مهارت اجتماعی بالا منجر به برقراری رابطه خوب با مردم می‌شود. گلمن، در تشریح هوش هیجانی جایگاه نسبتاً وسیعتری برای هوش قائل شده و معتقد است که هوش هیجانی از ۵ عامل تشکیل شده است.

شناخت عواطف و احساسات دیگران

همدلی، توانایی دیگری است که بر خود آگاهی عاطفی متکی می‌باشد و اساس مهارت رابطه با مردم است. افرادی که از همدلی بیشتری برخوردارند به علائم اجتماعی ظریفی که نشان‌دهنده نیازها یا خواسته‌های دیگران است توجه بیشتری نشان می‌دهند. این توانایی آنان را در حرفه‌هایی که مستلزم مراقبت از دیگرانند، تدریس، فروش و مدیریت موفق تر می‌سازد. انسان‌هایی که در شناخت عواطف دیگران مهارت دارند به راحتی و گاهی بدون دیدن چهره طرف مقابل مثلاً از پشت تلفن قادرند حالت روحی دیگران را حدس بزنند. شناخت عواطف دیگران به ویژه در روابط بین زوجین اهمیت دارد. تا هنگامی که انسان در این کشور کویری که زمان و زندگی نام گرفته زندگی می‌کند، تنهایی و انزوا نیز پابرجاست. پس به ۲ دلیل مهم می‌بایست توانایی شناخت عواطف دیگران را در خود بالا ببریم: اول اینکه چون ما هرگز نمی‌توانیم مستقیماً وارد تجربه دیگران شویم، هیچ‌گاه نمی‌توانیم کاملاً بدانیم که طرف مقابل ما چه چیزی را می‌خواهد به ما برساند. وقتی پی می‌بریم که هر قدر تلاش کنیم



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

نمی‌توانیم چنان با هوش یا حساس باشیم که بفهمیم دیگری چه تجربه ای می‌کند، احساس گناه می‌تواند ما را یاری دهد که از روی اصالت، متواضع باشیم. در این بین هر چقدر قدرت و مهارت شناخت و عواطف دیگران در ما بالا تر باشد بیشتر می‌توانیم در دنیای خصوصی و گاهی درد دیگران سهیم شویم و تنهایی و انزوای آنها را کم کنیم. دوم اینکه «بان» نمی‌تواند تجربه را به خوبی منتقل کند زیرا تجربه نهفته در دل تجارب عمیق انسانی غنی‌تر از آنند که کلمات توان بازگو کردن آنها را داشته باشند

...

نقش دو هوش عقلی و هیجانی در توفیق انسان چیست

شاید تا کنون در مورد هوش عقلی بسیار شنیده باشید و در مورد مزایای آن زیاد گفته باشند. ولی در واقع این هوش هیجانی است که می‌تواند هوش عقلی را بکار گیرد و در جهت مقصودش به پیش ببرد. بدون شک تعداد زیادی از تیزهوشان و افراد دارای بهره هوشی بالا هستند که زندگی موفق دارند اما عده‌ای از آنها هم هستند که با مشکلات بزرگی دست و پنجه نرم می‌کنند یا کارمندانی را دیده‌ایم که باهوشند اما در محیط کار نمی‌توانیم با آنها کنار بیاییم یا آنها توان برقراری ارتباط سودمند با مدیریت یا دیگر کارکنان را ندارند. با دقت در نمونه‌هایی از این گونه افراد مطمئن می‌شویم این افسانه که: ضریب هوشی بالا به تنهایی تضمین کننده سعادت فرد است کم رنگ می‌بازد. دانیل گلن روانشناس معروف در کتاب خود این گونه استدلال می‌کند که موفقیت در کار و رسیدن به هدف‌های با ارزش زندگی نه با هوشبهر بلکه بیشتر با هوش هیجانی یعنی توانایی شناخت و اداره هیجان‌های شخصی و سایر افراد مهمی که شخص با آنها در ارتباط است بستگی دارد.

هنگامی که احساس خوبی داریم، دنیا را با عینک خوش بینی می‌بینیم و بر عکس. عملکرد عاطفی بر کارکرد عصبی-روانشناختی فرد نیز تاثیر می‌گذارد. وقتی خوش خلق هستیم، خاطرات خوب را به یاد می‌آوریم و وقتی افسرده هستیم خاطرات بد اتوماتیک‌وار به ذهن وارد می‌شوند.

هر چقدر هوش هیجانی فردی بالاتر باشد، به نقش و تاثیر عواطف بر کنش‌ها و رفتارهایش آگاه‌تر است و سعی می‌کند متناسب با موقعیت بهترین عاطفه را در خود ایجاد کند تا بهترین نوع تفکر و حل مساله را انجام دهد. فردی که EQ بالا دارد می‌داند که چگونه تاثیر منفی هیجان‌ات را بر تفکر خود اصلاح نماید.

امروزه بین یادگیری، امتحان دادن و نمره گرفتن با آنچه که لازمه زندگی مدرن و روابط پیچیده بین فردی کنونی است، تفاوت زیادی قایل شده‌اند. همه ما انسان‌هایی را می‌شناسیم که در ظاهر از تحصیلات بالایی برخوردارند و نمرات درخشانی گرفته‌اند ولی در عمل و صحنه اجتماع و مسئولیت، بسیار شکننده و دارای زندگی نه چندان خوب و حتی گاه بسیار ملالت بار هستند. واقعیت هوش هیجانی و مولفه‌های آن در این زمینه نیز می‌تواند پاسخگوی بسیاری از چراها باشد، مثل اینکه چرا یک مهندس تحصیل کرده نمی‌تواند با همسر خود زندگی شادمانه‌ای داشته باشد؟ چرا یک شاگرد اول دانشگاه نمی‌تواند در کنکور کارشناسی ارشد موفق شود؟



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

عوامل مؤثر در هوش هیجانی

این هوش بنا به نظر بار-اون ۵ مولفه دارد. افرادی که تعداد بیشتری از این مولفه ها را درون خود بیابند هوش هیجانی بالاتری دارند.

مهارتهای درون فردی: که شامل خودآگاهی هیجانی (بازشناسی و فهم احساسات خود)، جرأت (ابراز احساسات، عقاید، تفکرات و دفاع از حقوق شخصی به شیوه ای سازنده)، خودتنظیمی (آگاهی، فهم، پذیرش و احترام به خویش) و خودشکوفایی (تحقق بخشیدن به استعدادهای بالقوه خویشتن) می شود. همچنین استقلال (خودفرمانی و خودکنترلی در تفکر و عمل شخصی و رهایی از وابستگی هیجانی) یکی دیگر از مهارت های درون فردی است.

مهارتهای میان فردی شامل: روابط میان فردی (آگاهی، فهم و درک احساسات دیگران، ایجاد و حفظ روابط رضایت بخش دو جانبه که به صورت نزدیکی هیجانی و وابستگی مشخص می شود)، تعهد اجتماعی (عضو مؤثر و سازنده گروه اجتماعی خود بودن، نشان دادن خود به عنوان یک شریک خوب) و همدلی (توان آگاهی از احساسات دیگران، درک احساسات و تحسین آنها)

سازگاری شامل: توانایی حل مسئله (تشخیص و تعریف مسائل، همچنین ایجاد راه کارهای مؤثر)، آزمون واقعیت (ارزیابی مطابقت میان آنچه به طور ذهنی و آنچه به طور عینی، تجربه می شود) و انعطاف پذیری (تنظیم هیجان، تفکر و رفتار به هنگام تغییر موقعیت و شرایط)

کنترل استرس شامل: توانایی تحمل استرس (مقاومت در برابر وقایع نامطلوب و موقعیت های استرس زا) و کنترل تکانه (ایستادگی در مقابل تکانه یا انکار تکانه)

خُلق عمومی شامل: شادی (احساس رضایت از خویشتن، شاد کردن خود و دیگران) و خوشبینی (نگاه به جنبه های روشن زندگی و حفظ نگرش مثبت حتی در مواجهه با ناملایمات).

کاربردهای هوش هیجانی در زندگی

هوش هیجانی به دلیل کاربردهایی که دارد، جایگاهی بسیار مهم پیدا کرده است. بویژه برای کودکان که کمک های بسیاری میکند. هوش هیجانی به کودکان کمک میکند تا در موقعیت های تهدید کننده و خطرناک، عکس العمل مناسب تری برای نجات خود انجام دهند. همچنین با کمک هوش هیجانی می توانند به ریشه های غم و شادی در خود پی ببرند و آن را مدیریت کنند. حساسیت و هوش هیجانی بالاتر به کودکان کمک می کند تا نیازهای دیگران را درک کنند و حداقل با همدلی به آنها کمک کنند و با کنترل بر احساسات خود، حس مسئولیت پذیری در خود را تقویت کنند. در مجموع هوش هیجانی به خصوص به کودکان ما کمک می کند تا یادگیری بهتری داشته باشند و خوشحال تر و سالم تر و موفق تر از دیگران باشند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

عوامل مؤثر در هوش هیجانی

این هوش بنا به نظر بار-اون ۵ مولفه دارد. افرادی که تعداد بیشتری از این مولفه ها را درون خود بیابند هوش هیجانی بالاتری دارند.

مهارتهای درون فردی: که شامل خودآگاهی هیجانی (بازشناسی و فهم احساسات خود)، جرأت (ابراز احساسات، عقاید، تفکرات و دفاع از حقوق شخصی به شیوه ای سازنده)، خودتنظیمی (آگاهی، فهم، پذیرش و احترام به خویش) و خودشکوفایی (تحقق بخشیدن به استعدادهاى بالقوه خویشتن) می شود. همچنین استقلال (خودفرمانی و خودکنترلی در تفکر و عمل شخصی و رهایی از وابستگی هیجانی) یکی دیگر از مهارت های درون فردی است.

مهارتهای میان فردی شامل: روابط میان فردی (آگاهی، فهم و درک احساسات دیگران، ایجاد و حفظ روابط رضایت بخش دو جانبه که به صورت نزدیکی هیجانی و وابستگی مشخص می شود)، تعهد اجتماعی (عضو مؤثر و سازنده گروه اجتماعی خود بودن، نشان دادن خود به عنوان یک شریک خوب) و همدلی (توان آگاهی از احساسات دیگران، درک احساسات و تحسین آنها)

سازگاری شامل: توانایی حل مسئله (تشخیص و تعریف مسائل، همچنین ایجاد راه کارهای مؤثر)، آزمون واقعیت (ارزیابی مطابقت میان آنچه به طور ذهنی و آنچه به طور عینی، تجربه می شود) و انعطاف پذیری (تنظیم هیجان، تفکر و رفتار به هنگام تغییر موقعیت و شرایط)

کنترل استرس شامل: توانایی تحمل استرس (مقاومت در برابر وقایع نامطلوب و موقعیت های استرس زا) و کنترل تکانه (ایستادگی در مقابل تکانه یا انکار تکانه)

خُلق عمومی شامل: شادی (احساس رضایت از خویشتن، شاد کردن خود و دیگران) و خوشبینی (نگاه به جنبه های روشن زندگی و حفظ نگرش مثبت حتی در مواجهه با ناملایمات) عناصر تشکیل دهنده مؤلفه های هوش هیجانی، از دیدگاه بار-اون « اینها بودند:

مهارت های درون فردی

۱. خودآگاهی هیجانی. یعنی این که خودت بفهمی که الان دقیقاً چه احساسی داری. داری می ترسی، عصبانی هستی یا از چیزی متنقّری. خیلی از آدمها واقعاً در تشخیص احساسات خودشان هم مشکل دارند.

۲. جرئت ورزی. یعنی این که بتوانی احساسات، عقاید و تفکرات خودت را خیلی قاطعانه و البته محترمانه ابراز کنی و از حقوق دفاع کنی. همان طور که می بینید تا کسی احساسات خودش را نشانسد، نمی تواند آن را ابراز کند. پس خودآگاهی هیجانی، مقدمه جرئت ورزی است.

۳. خودتنظیمی. یعنی این که حالا که احساساتت را می شناسی، آنها را بپذیری و برایشان احترام قائل شوی.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

۴. خودشکوفایی. یعنی بتوانی از استعدادهای خودت، به نحو مطلوب استفاده کنی. در واقع، داشتن هوش، کافی نیست؛ استفاده از آن است که شما را موفق می‌کند.

۵. استقلال. یعنی این که خیلی ساده، فکر و احساسات مال خودت باشد و به کسی وابسته نباشی.

مهارت‌های میان‌فردی

۱. روابط میان‌فردی. یعنی بتوانی اولاً احساسات دیگران را بشناسی؛ ثانیاً آنها را درک کنی و بتوانی یک رابطه صمیمانه را حفظ کنی.

۲. تعهد اجتماعی. یعنی در هر گروهی که عضو می‌شوی، عضو مؤثر و سازنده گروه باشی و همه از تو به عنوان یک شریک خوب یاد کنند.

۳. همدلی. یعنی این که وقتی یک نفر، از احساسات و افکارش با شما حرف بزند، شما بتوانید خودتان را بگذارید به جای او و حسش را از این طریق درک کنید.

تقریباً ده سال بعد از این که مفهوم هوش هیجانی در روان‌شناسی جا افتاد، یک گروه از روان‌شناسان دیگر، در فکر در انداختن سقفی نو در روان‌شناسی افتادند. آنها که نام مکتب قرن بیست و یکمی خودشان را گذاشتند روان‌شناسی مثبت‌گرا، توجه خودشان را گذاشتند روی جنبه مثبت زندگی انسان‌ها. آنها گفتند که تا کی روان‌شناسی می‌خواهد از بیماری و غم و غصه مردم حرف بزند. این آدمیزاد، ویژگی‌های مثبتی هم دارد که باید مورد مطالعه قرار بگیرند. ویژگی‌هایی مثل خوشبینی، شادکامی، شجاعت، امیدواری، جرئت‌مندی، خردمندی و ایمان. آنها همان طور که روان‌پزشکان، بیماری‌های روانی را طبقه‌بندی کرده بودند، به لیست‌بندی توانایی‌های مثبت آدمی پرداختند. آنها می‌گفتند اگر روان‌شناسی، نتواند مردم را شاد نگه دارد، به چه دردی می‌خورد؟ اما قبل از آنها روان‌شناسان هوش هیجانی، به خوبی دریافته بودند که شادکامی، یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی است.

در واقع، آدمی که از هوش هیجانی بالایی برخوردار است، از چند راه می‌تواند شادکامی خودش را حفظ کند:

۱. با شناخت احساس‌هایش: در واقع، آنهایی که هوش هیجانی بالایی دارند، می‌توانند کوچک‌ترین تغییرات در احساسات خودشان را بشناسند و منفی یا مثبت بودنش را تشخیص دهند. آنها می‌دانند که الان، شگفت‌زده شده‌اند یا از چیزی، چندشان شده است. در واقع، تا کسی نتواند احساس‌های خودش را تشخیص دهد، نمی‌تواند آنها را به شادی تغییر دهد.

۲. با توانایی کنترل احساساتش: کسی که هوش هیجانی بالایی دارد، می‌تواند هیجان‌های منفی‌اش را به شکل موقت، در خودش نگه دارد و در این زمان، با تفکر در مورد آنها، به آرامش بیشتری برسد. توانایی در انعطاف‌پذیری هیجانی، باعث می‌شود که انسان بتواند در شرایطی که محیط، نه کاملاً غم‌بار است و نه شاد، خودش را شاد نگه دارد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

۳. با توانایی خودآنگیختگی: افراد با هوش هیجانی بالا، می‌توانند در هر شرایطی، خودشان را برای پذیرفتن یک مسئولیت جدید، شروع یک کار جدید و یا تجربه کردن یک حس جدید (مثل شادی)، برانگیزند.

۴. با توانایی برقراری رابطه خوب با دیگران: دیگران و داشتن رابطه خوب با آنها، یکی از منابع اصلی شادکامی ما هستند. کسانی که هوش هیجانی بالایی دارند، می‌توانند به خوبی، احساسات دیگران را درک کنند، با آنها همدل شوند و رابطه رضایت‌بخشی با آنها داشته باشند. کسانی که هوش هیجانی بالایی دارند، در ضمن، نمی‌گذارند که اوقات تلخی دیگران، اوقاتشان را تلخ کند؛ به این خاطر که آنها احساسات مستقل خودشان را پذیرفته‌اند و به آن، احترام می‌گذارند

قابلیت‌های هوش هیجانی

دکتر دانیل گلمن در پژوهشی که در رابطه با حدود ۲۰۰ سازمان بزرگ جهانی انجام داد، متوجه شد که هرچند ویژگی‌های متعارف مانند هوش، استقامت، اراده و چشم‌انداز، لازمه مدیریت و رهبری اثربخش هستند، اما این ویژگی‌ها برای تضمین موفقیت یک رهبر، کافی به نظر نمی‌آیند. او به این نتیجه رسید که برای موفقیت در رهبری، برخوردار بودن مدیر از هوش هیجانی، قابلیت بسیار مهم و لازم است.

هوش هیجانی و مدیریت بازار

استفاده از هوش هیجانی در تجارت ایده‌ای نوین می‌باشد که برای بسیاری از مدیران و تجار جان‌فخته است. در واقع بیشتر مدیران کماکان ترجیح می‌دهند برای انجام کارها از مغزشان استفاده کنند تا از قلبشان. نگرانی اصلی آنها آن است که احساس همدلی و دلسوزی با همکاران و مشتریان آنها را از پرداختن به اهداف سازمان دور نماید. در هر صورت همه بایستی قبول کنند که قواعد بازی در دنیای پست مدرن متفاوت است و بایستی طبق قاعده روز عمل کرد.

شرکت‌های هوشمند برای نظارت بر تحولات بازار و همسو شدن با تغییرات سلیقه‌ای و استفاده از قوانین تشویقی معمولاً سیستم بازاریابی طراحی می‌کنند. سیستم بازاریابی فرایندی کامل است که موجب هماهنگی شرکت با بهترین فرصت‌های بازار می‌شود.

سنجش هوش هیجانی

بسیاری از افراد با دیدن واژه هوش هیجانی مفهوم هوش، آزمون‌های هوشی، استعداد و هوش بهر را در ذهن خود مرور می‌کنند. اما لازم است بدانید مطالعه تئوری هوش هیجانی کاری نو و جدید است



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

ارتباط هیجان با هوش هیجانی

هوش هیجانی همان توانایی شناخت، درک و تنظیم هیجان‌ها و استفاده از آنها در زندگی است. مجموعه‌ای از استعدادها، توانایی‌ها و مهارت‌هایی است که افراد در جهت سازگاری مؤثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی آماده می‌کند و این توانایی‌ها در طول زمان تغییر می‌کند و رشد می‌یابد که با روش‌های آموزشی قابل اصلاح و بهبود است.

دقت شود در شناخت و درک حالات هیجانی خود و دیگران و کارآیی در تنظیم، کنترل و استفاده از هیجان‌ها در رسیدن به اهداف برای فرد نتایج مثبتی به همراه دارد.

معمول‌ترین علامت اختصار برای هوش هیجانی از روی ضریب هوشی آی کیو (IQ) برداشته شده است که به آن ضریب هیجانی (EQ) می‌گویند.

تفاوت هوش شناختی با هوش هیجانی

آلفرد بینه در سال ۱۹۰۵ نمونه اولیه آزمون هوش واقعی را تهیه کرد. نمره هوش از تقسیم سن عقلی بر سن تقویمی به دست می‌آید.

هوش شناختی به ما اجازه می‌دهد تا بدانیم اطلاعات چگونه پردازش می‌شود. شناخت‌ها، شباهت‌ها، تفاوت‌ها، استنباط و استنتاج همه به طور واضح در قلمرو شناختی (ادراکی) و عقلی قرار دارند.

هوش هیجانی به طور ژنتیکی قابلیت اکتساب دارد و قابل اصلاح و بهبود است و در طول زندگی فرد همراه با آموزش ارتقا می‌یابد.

شناخت احساسات خویشتن و استفاده از آن برای اتخاذ تصمیم‌های مناسب در زندگی، توانایی اداره مطلوب خلق و خوی، وضع روانی و کنترل تکانش‌ها به وسیله هوش هیجانی سنجیده می‌شود.

تعاریف ابعاد هوش هیجانی

۱- خودآگاهی هیجانی که توانایی تشخیص و درک احساسات است.

۲- جرأت‌مندی (قاطعیت)، یعنی توانایی بیان احساسات، عقاید و افکار خود و ایستادگی برای دفاع از حقوق خود بدون کمرویی و یا پرخاشگری.

۳- حرمت نفس که احساس امنیت، نیروی درونی، اعتماد به نفس، خودباوری و مفهوم نسبتاً خوب رشد یافته هویت جنسی در فرد است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

۴- خودشکوفایی که فرآیندی مستمر و پویا برای کسب حداکثر رشد توانایی‌ها، قابلیت‌ها و استعدادهاست و به احساس رضایت از خود و زندگی وابسته است.

۵ - استقلال؛ اشخاص مستقل از اتکا به دیگران در برآوردن نیازهای عاطفی‌شان پرهیز می‌کنند.

۶ - همدلی؛ افراد همدل به دیگران توجه دارند و به احساسات و نگرانی‌ها و علایق آنها توجه نشان می‌دهند و حساس به این هستند که دیگران چرا و چگونه و چه چیزی را احساس می‌کنند؟

۷ - روابط بین فردی که توانایی صمیمیت و محبت و انتقال دوستی به شخص دیگر و احساس رضایت از این روابط است.

۸ - مسئولیت‌پذیری اجتماعی؛ اشخاص مسئولیت‌پذیر می‌توانند دیگران را بپذیرند و استعدادهای‌شان را به نفع جمع به کار گیرند. کسانی که فاقد این توانایی هستند، موجب آزار دیگران می‌شوند، نگرش‌های ضداجتماعی دارند و از دیگران سوءاستفاده می‌کنند.

تعریف پیشرفت تحصیلی

منظور از پیشرفت تحصیلی میانگین سالانه نمرات دروسی است که دانشجویان در هر سال تحصیلی بدست می‌آورند در پیشرفت تحصیلی عواملی دخیل هستند. استفاده از بحث‌های گروهی، بازیهای آموزشی، ایفای نقش مراجعه به کتابخانه و جمع‌آوری اطلاعات و آگاهی از میزان پیشرفت تحصیلی استفاده از تشویق‌های کلاسی مانند عالی، مرحبا، پس از عملکرد درست است (دکتر علی اکبر سیف، ۱۳۸۵). پیشرفت تحصیلی عبارت است از فرآیندی منظم برای تعیین و تشخیص میزان پیشرفت یادگیرندگان در رسیدن به هدفهای آموزشی است. به گفته بلوم (۱۳۶۳) معلم برای افزایش سطح علاقه و بالا بردن عزت نفس دانشجویان خود نسبت به یادگیری موضوع‌های درسی باید سعی کند تاثیر شرایط یادگیری آموزشی را بهبود بخشد و کیفیت روش آموزش خود را افزایش دهد تا از طریق دانشجویان به موفقیت دست یابد و نسبت به توانایی‌های خود و یادگیری اعتماد به نفس کسب کنند (دکتر علی اکبر سیف، ۱۳۸۰).

(گیج و برلانیز، ۱۹۹۲) پیشرفت تحصیلی را به صورت یک میل، علاقه، به موفقیت کلی یا موفقیت در یک زمینه فعالیت خاص تعریف کرده‌اند پژوهش‌های انجام شده در این زمینه نشان داده‌اند که افراد از لحاظ این نیاز باهم تفاوت زیادی دارند بعضی از افراد دارای انگیزه سطح بالایی بوده و در رقابت با دیگران و در کارهای خود برای کسب موفقیت به سختی می‌کوشد بعضی دیگر انگیزه پیشرفت ندارند و از ترس یا شکست داشتن عزت نفس کم‌آماده‌ی خطر کردن برای کسب موفقیت نیستند (همان منبع).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

مطالعه و پیشرفت تحصیلی

برای ایجاد مهارت در کار مطالعه احتیاج مبرم به مواد خواندنی و کتابهای دیگر غیر از کتابهای درسی است و وجود یک کتابخانه کوچک با تعدادی کتابهای مختلف در زمینه عربی کودکان، محیطی فراهم میسازد تا در اوقات مناسب معلم بتواند شاگردان را به مطالعه کردن تشویق نماید. این کار می تواند از همان سالهای سوم و چهارم ابتدایی آغاز شود و در پایان دوره دبستان پیشرفت زیادی حاصل کند. نکته‌های که باید مورد توجه خاص معلم قرار گیرد، این است که خواندن ابتدا با قرائت آغاز می شود و بعد به تدریج کودکان باید به مرحله مطالعه کردن برسند و رسیدن دانشجو به این مرحله مورد خاص معلم فارسی باشد. از سالهای سوم و چهارم دبستان معلم باید رسماً این کار را آغاز نماید تا تدریجاً دانشجو در اواخر دوره دبستان و در اوایل دوره راهنمایی در مطالعه مهارت کافی بدست آورند و در اینجاست که پیشرفت تحصیلی حاصل می شود و دانشجو می تواند بر مشکلات تحصیلی پیروز و فائق آیند. اگر مطالعه به درستی انجام گیرد، پیشرفت تحصیلی حاصل می گردد و آن موقع فرد می تواند در درس تحصیلی پیشرفت کند. (پارسا، ۱۳۷۲).

علل افت تحصیلی

منظور از افت تحصیلی به معنای دقیق آن زمانی است که فاصله قابل توجهی بین توان استعداد بالقوه و توان بالفعل فرد در فعالیت های درسی و پیشرفت تحصیلی مشهود باشد. گرچه این تعریف می تواند همه کسانی که به دنبال شکست های پی در پی تحصیل از تحصیل عقب مانده عموماً به اصطلاح تجدید یا مردود می شود در برمی گیرد اما مفهوم افت تحصیلی صرفاً در رفوزگی و شرکت در امتحانات تجدیدی خلاصه نمی شود می تواند شامل هر دانشجو و دانشجویی شود که اکتساب های آموزشی و پیشرفت دانشگاهی او کمتر از توان بالقوه و انتظار اوست براساس این تعریف دانشجو تیزهوش نیز ممکن است دچار افت تحصیلی و کم آموزی باشد لذا افت تحصیلی مشکلی است عام (سیف، ۱۳۸۰).

شرایط عاطفی و روانی دانشجو را می توان به عنوان اصلی ترین عامل عقب ماندگی تحصیلی یا افت تحصیلی و کم آموزی دانست. بسیاری از دانشجو با اینکه از بهره هوش بالاتر از متوسط و ظرفیت یادگیری قابل توجهی برخوردارند. صرفاً به دلایلی از قبیل فقر عاطفی، انگیزه ناکامی، عدم پشتکار، فقدان اعتماد به نفس، عدم کفایت، در ابراز وجود کسی احساس و خود ارزشمندی، کم رویی نداشتن نگرش مثبت و قوی برای زندگی و تعارض روانی و... دچار بی اشتها تحصیلی شود. نمی توانند پیشرفت تحصیلی مطلوب داشته باشند. این قبیل افراد نیازمند به تقویت، اعتماد به نفس و قوت انگیزه و شناخت درمانی هستند تا آنجا که در حوزه شناختی شناسان نگرش مثبت نسبت به اهداف و خود به خود بوجود آمده از اعتماد به نفس و انگیزه قوی برای تلاش بیشتر و ظاهر ساختن استعدادهای بالقوه برخوردار شوند. از دیگر عوامل موثر بر افت تحصیلی می توان به شرایط نامطلوب اجتماعی، رفتاری، فنون شرایط آموزشی، امکانات مطلوب تحصیلی و عدم توجه به شرایط فیزیولوژی فراگیران، اختلالات روانی و حرکتی، سازش نایافتگی رفتاری و... اشاره کرد (دکتر علی اکبر سیف، ۱۳۸۰).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

در ادامه‌ی این نوشتار، عوامل مربوط به دانش‌آموز چنین عنوان شده است: عوامل فیزیولوژیکی و جسمی مانند ضعف بینایی و شنوایی و غیره، عوامل ذهنی و روانی مانند میزان هوش و قدرت حافظه و سلامت روانی، نداشتن هدف واقعی و عینی و روشن از تحصیل، عدم انگیزش درونی برای تحصیل و مطالعه، نداشتن اعتماد به نفس کافی، ضعف اراده در تصمیم‌گیری‌های تحصیلی و مطالعه و اجرای تصمیمات، عدم برنامه‌ریزی دقیق از لحاظ زمان و میزان مطالعه روزانه، نداشتن روش مطالعه مناسب برای دروس مختلف، مهارت‌های مطالعه‌ی نادرست. (فرجادی، ۱۳۷۷).

رابطه عزت نفس و پیشرفت تحصیلی

یکی از مهمترین عواملی که بر پیشرفت تحصیلی دانشجو تأثیر می‌گذارد داشتن هدف است. بدیهی است دانشجویانی که برای تحصیل خود اهدافی دارند از آنهایی که هدف خاصی را دنبال نمی‌کنند موفقیت بیشتری را کسب می‌کنند. داشتن هدف موجب می‌شود که دانشجو برای رسیدن به آن برنامه‌ریزی نمایند و با جهت از قبل تعیین شده حرکت نمایند. هدف ایجاد انگیزه می‌کند و همچنین از همه مهمتر داشتن عزت نفس بالا باعث موفقیت و پیشرفت تحصیلی می‌شود بسیاری از مواقع نداشتن هدف مشخص و روشن و قابل حصول و متناسب با یادگیرنده و امکانات اجرای او باعث می‌شود که یادگیری به خوبی صورت نگیرد برای آنکه تدریس و آموزش معلم اثربخش باشد باید هدف آموختن هر مطلب برای یادگیرنده و یاددهنده روشن باشد (سیف، ۱۳۸۰).

یکی از مفاهیم که به مفهوم نگرش به آموزشگاه و یادگیری آموزشگاهی بسیار نزدیک است مفهوم نگرش به خود عزت نفس تحصیلی در مورد یادگیری آموزشگاهی است. موفقیت و تأکید یا شکست و عدم تأیید در تعدادی از تکالیف یادگیری و در مدت نسبتاً طولانی به عزت نفس کلی درباره آموزشگاه و یادگیری آموزشگاهی می‌انجامد و به همین نحو موفقیت و تأیید پس از چند سال تحصیل منجر به این خواهد شد که دانشجو این موفقیت یا شکست را به خودش به عنوان یادگیرنده تعمیم دهیم (فرجادی، ۱۳۷۴).

بهره‌مندی از عزت نفس علاوه بر آنکه جزئی از سلامت روانی است با پیشرفت تحصیلی نیز مرتبط است. مطالعات متعددی نشان داده است که بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی همبستگی قابل توجهی وجود دارد (بیابانگرد، ۱۳۷۳).

براساس یک الگوی منطقی هر فردی ممکن است چند الگوی احتمالی علی را مطرح کند که هر کدامشان را می‌توان به صورت نظری مورد بحث قرار داد.

۱- می‌توان گفت که پیشرفت تحصیلی هر فرد بر عزت نفسش از طریق ارزیابی‌های دیگر افراد مهم تأثیر می‌گذارد (فرقانی رئیس، ۱۳۷۴)



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

۲- براساس نظریه همان سازی خویشتن (جونز، ۱۹۷۲) فردی ممکن است پیش بینی کند که دانشجویان دارای عزت نفس تحصیلی پایین ممکن است از موفقیت های که در آن می توانند عزت نفس خود را تغییر دهند اجتناب ورزند. از این رو سعی و تلاش کمتری را از خود نشان می دهند (به نقل از محمودی، ۱۳۸۲).

پژوهش های داخلی

زارع (۱۳۸۰) در پژوهشی به منظور مطالعه توان پیش بینی هوش هیجانی در موفقیت تحصیلی، دانشجویان سال سوم دبیرستان را با استفاده از آزمون هوش هیجانی بار-اون در شهر شیراز مورد آزمون قرار داد. نتایج حاصل، همبستگی معنی داری را بین این دو عامل نشان داد. یعنی حدود ۴۸٪ از واریانس کل موفقیت را هوش هیجانی تبیین می کند و همچنین این مطالعه نشان داد که در نمره کل هوش هیجانی، بین دو جنس تفاوت معنی داری وجود ندارد ولی در خرده مقیاس های آن تفاوت معنی داری وجود داشت.

منصوری (۱۳۸۰) پژوهشی تحت عنوان هنجاریابی آزمون هوش هیجانی شیرینگ بر روی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه های دولتی تهران انجام داد که همبستگی ۱۹٪ بین نمرات هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی به دست آمد.

خسرو جاوید (۱۳۸۱) پژوهشی تحت عنوان بررسی اعتبار و روایی سازه مقیاس هوش هیجانی شوت در میان نوجوانان مقطع تحصیلی دوم و سوم راهنمایی در شهر تهران انجام داد. یافته ها نشان داد که مقیاس هوش هیجانی شوت در میان نوجوانان از اعتبار بالایی برخوردار است (۸۱٪) در ضمن با استفاده از تحلیل مولفه های اصلی سه عامل تنظیم هیجان، ۷۸٪، ارزیابی و ابراز هیجان، ۶۷٪ = و بهره برداری از هیجان ۵۰٪ = به دست آمد.

همچنین تمامی مولفه های هوش هیجانی در پیش بینی متغیر ملاک تاثیر معنی داری داشته اند. در بررسی میانگین نمرات آزمودنی ها بر حسب جنس تنها در مولفه های مهارت اجتماعی ($p=0/001$) و هشیاری اجتماعی ($p=0/007$) تفاوت معنی داری مشاهده شد. از یافته های بسیار جالب این تحقیق وجود رابطه معنی دار بین محل سکونت، هوش هیجانی و خرده مولفه های آن (خود آگاهی، خود کنترلی، خود انگیزی و هشیاری اجتماعی) با محل سکونت دانشجویان بود؛ دانشجویان ساکن خوابگاه از هوش هیجانی کمتری نسبت به دانشجویان ساکن خانه برخوردار بودند؛ این امر میتواند ناشی از عوامل متعددی باشد؛ از جمله اینکه دانشجویان ساکن خوابگاهها، از مناطق روستایی و دور افتاده آمده بودند و فقر محیط زندگی، تاثیر نامطلوبی بر رشد مهارت های عاطفی آنان گذاشته است.

پژوهشی درباره بررسی رابطه وضعیت مذهبی با هوش هیجانی در دانشجویان نشان داد که در نمره کلی هوش هیجانی تفاوت معنی داری میان پسران و دختران وجود ندارد. این نتیجه با تحقیقات دهسیری (۱۳۸۲) و زارع (۱۳۸۰) همخوانی دارد همچنین مشخص شده است که از میان مولفه های هوش هیجانی، دختران در مولفه هوش هیجانی میان فردی و هوش هیجانی سازگاری نمره بالاتری از پسران دارد و در سایه مولفه های هوش هیجانی، تفاوت معنی داری میان دختران و پسران وجود ندارد. همچنین



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

در مورد تفاوت میان دو جنس مخالف در خرده مقیاسهای هوش هیجانی می توان چنین گفت که اظهار نظر قطعی با مورد تأثیر جنسیت در نمرات هوش هیجانی نیازمند تحقیقات بیشتر است.

نتایج پژوهش غلامرضا دهشیری در رابطه با هوش هیجانی و مدیریت زمان بااسترس شغلی معلمان نشان داد که هوش هیجانی به تنهایی ۵۰٪ از تغییرات استرس شغلی معلمان را تبیین می کند این یافته بیانگر این است که افرادی که دارای هوش هیجانی بالایی هستند از توانایی مقاومت در برابر رویدادها و موقعیت های فشار زا برخوردار هستند. اسدی نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسید که هوش هیجانی با فرسودگی شغلی رابطه منفی و معنی دار دارد.

چان(۲۰۰۳) در بررسی رابطه هوش هیجانی و خودکارآمدی معلمان به این نتیجه دست یافت که چهار بعد هوش هیجانی، سازگاری، خودآگاهی، آگاهی اجتماعی و خلق و خوی عمومی پیش بینی کننده خودکارآمدی هستند. خلق و خوی عمومی پیش بینی کننده خودکارآمدی عمومی، آگاهی اجتماعی پیش بینی کننده خودکارآمدی نسبت به دیگران است.

جورج، اسمیت، براون(۲۰۰۳) در پژوهشی تحت عنوان نقش هوش هیجانی در تعهد شغلی و خودکارآمدی در تصمیم شغلی به این نتیجه دست یافت که مؤلفه های هوش هیجانی، درون فردی، احساس سودمندی، ارتباط بین فردی و خودکنترلی به عنوان فاکتورهای مثبتی در ارتباط با باورهای کارآمدی در تصمیم شغلی هستند.

پژوهش های خارجی

حسینی (۱۳۵۲) پژوهشی را بر روی دانشجویان موفق و ناموفق دانشگاه شیراز انجام داد. نتایج نشان داد که ۹۰ درصد این دانشجویان از خانواده هایی آمده اند که با محاسبه والدین تعداد آنها از شش نفر نیز کمتر نبوده است. افراد موفق از طبقه اجتماعی متوسط و اقتصادی متوسط و بالا بودند و دلیل آن اهمیتی است که این طبقه به تحصیل می دهند در طبقه پایین دانشجویان ناموفق در اکثر مشکلات تامین مخارج تحصیل، مشکلات ارتباط خانوادگی و عوامل جانبی موثر در تحصیل ناموفق بودند.

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دانشگاه میبد که در نیمسال اول سال تحصیلی (۱۴۰۰-۱۴۰۱) مشغول به تحصیل بودند که تعداد آنها ۳۵۰ نفر بوده است.

روش تحقیق

روش این تحقیق از نوع همبستگی می باشد. نمونه پژوهش حاضر ۵۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه میبد می باشد که در رشته های مهندسی، روانشناسی، پرستاری، تربیت بدنی و عربی مشغول به تحصیل اند و این انتخاب به روش تصادفی صورت گرفته است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

ابزار پژوهش

آزمون هوش هیجانی بار-آن

آزمون هیجان بار - آن که به آزمون هوش هیجانی بار - آن شهرت دارد، در سال ۱۹۸۰ با طرح این سوال که «چرا بعضی مردم نسبت به بعضی دیگر در زندگی موفق ترند؟» آغاز شد. در این سال، مولف، مفعون تعریف و اندازه ای از هوش غیر شناختی را ارائه نمود. راهبرد وی جهت ساخت آزمون، شامل چهار مرحله اصلی است:

۱- طبقه بندی متغیرهای مختلف و تشخیص این که این متغیرها، تحت چه واژه های کلیدی قرار می گیرند، جهت تعیین عملکرد موثر و موفق و هم چنین سلامت هیجانی، براساس تجارب بالینی مولف و مرور پیشینه در رابطه با سلامت روان، به دست آمده است.

۲- تعریف عملیاتی این عوامل

۳- ساختن طرحی از پرسشنامه، جهت آزمون این عوامل

۴- تفسیر نتایج و به کارگیری آن ها برای دسترسی به پایانی، ساختار عاملی و روایی آزمون

روایی و پایایی ابزار پژوهش

نتایج حاصل از هنجاریابی نشان داد که آزمون از حد مناسبی از اعتبار و روایی برخوردار است.

۲- پرسشنامه افسردگی بک: این مقیاس خود گزارشی ۲۱ ماده ای است و هر ماده دارای ۴ گزینه به ترتیب (الف- ب- ج و د) است که بر اساس مقداری (۰ و ۱ و ۲ و ۳ و ۴) نمره گذاری می شود گرفتن نمره بالا در مقیاس نشان دهنده افسردگی بالا می باشد. مطالعات زیادی در ارتباط بررسی اعتبار و پایایی این آزمون انجام گرفته است که همگی حاکی از ابعاد و پایایی و بالای این آزمون می باشد. به خلاصه ای از این تحقیقات اشاره می شود:

الیور مک لی و ۱۹۷۶ مشاهده کردند که نمرات مقیاسی بک در جمعیت دانشجویی همبستگی زیادی (۰.۷۷٪) با درجه بندی مصاحبه روان پزشکی دارد.

بک و همکاران ۱۹۸۸ تعداد زیادی از مطالعات را در مورد بازبینی قرار دادند که در آنها پایایی و اعتبار این مقیاس به اثبات رسیده است. کراکر و همکاران ۱۹۸۸ در مطالعه خود پایایی درونی این مقیاس را ۰.۹۰٪ ذکر کرده است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

روش تجزیه و تحلیل داده ها

برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش حاضر از روش های موجود در آمار توصیفی و آمار استنباطی با استفاده از روش همبستگی استفاده شده است.

فرضیه اول : بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی افراد رابطه معنادری وجود دارد.

خطا	نمره تی	خطای استاندارد	نمره بتا	معدل
۰/۰۱۲	۲/۵	۰/۰۲	۰/۲۵	رگرسیون

متغیر وابسته هوش هیجانی

با توجه به اینکه آزمون در سطح کمی و کمی بحث شده است از آزمون رگرسیون برای بررسی این فرضیه استفاده شده است . خطای استاندارد یا سطح معناداری آزمون کمتر از ۰/۰۵ و استاندارد است بنابراین آزمون معنادار است یعنی بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد .

با توجه به اینکه نمره بتای آزمون مثبت است نشان میدهد که با بالا رفتن نمره هوش هیجانی معدل در بین نمونه بالا رفته است .

خطای استاندارد آزمون ۰/۰۲ و نمره تی آزمون ۳/۷ بدست آمده است .

فرضیه دوم : بین مولفه های هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان تحصیلی افراد رابطه معنادری وجود دارد.

خطا	نمره تی	خطای استاندارد	نمره بتا	معدل
۰/۲۲	۱/۲	۰/۱۴	۰/۱۴	حل مسئله
۰/۴۳	۰/۷	۰/۱۱	۰/۱۱	خوش بختی
۰/۴۹	۰/۶۸	۰/۲۴	۰/۰۷۹	تحمل فشار



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

۰/۱۱	۱/۵	۰/۲۰	۰/۱۷	خود آگاهی هیجانی
۰/۱۰	-۱/۶	۰/۰۸	-۰/۱۷	واقع گرایی
۰/۵۴	۰/۶	۰/۱	۰/۰۸	روابط فردی
۰/۲۲	۱/۲	۰/۰۹	۰/۱۳	خوش بینی
۰/۱۵	۱/۴	۰/۰۹	۰/۱۵	کنترل تکانش
۱/۵۰	۱/۰۳	۰/۰۹	۰/۱۱	انعطاف پذیری
۰/۵۷	۰/۵۶	۰/۲۳	۰/۰۶	مسئولیت پذیری
۰/۴۹	-۰/۶۸	۰/۰۹	-۰/۰۸	همدلی
۰/۸۲	۰/۱۴	۰/۰۹	۰/۰۱۶	خود ابرازی

متغیر وابسته هوش هیجانی

با توجه به اینکه آزمون در سطح کمی و کمی بحث شده است از آزمون رگرسیون برای بررسی این فرضیه استفاده شده است . خطای استاندارد یا سطح معناداری آزمون بالاتر از ۰/۰۵ و استاندارد است بنابراین آزمون معنادار نیست یعنی بین مولفه های هوش هیجانی هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود ندارد. با توجه به اینکه آزمون در دو سطح کمی مطرح شده است از آزمون همبستگی برای بررسی این فرضیه استفاده شده است .



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

نتیجه گیری

در بررسی وضعیت سنی در بین افراد مورد مطالعه بدست آمد بالاترین فراوانی مربوط به افراد دارای سن ۲۳ سال (۲۶/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به سن ۲۷ سال به بالا میباشد. رشته تحصیلی در بین افراد بدست آمد بالاترین فراوانی مربوط به رشته تحصیلی پرستاری و کمترین فراوانی در بین افراد دارای رشته تحصیلی عربی میباشد. وضعیت تاهل در بین افراد بدست آمد عداد افراد مجرد ۱۸ (۶۰ درصد) و فراوانی افراد متاهل ۱۲ (۴۰ درصد) گزارش شده است. وضعیت تحصیلی افراد بدست آمد بالاترین درصد پاسخ مربوط به افراد ترم ۷ (۳۳/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به افراد ترم ۲ (۳/۳) میباشد. بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. با بالا رفتن نمره هوش هیجانی معدل در بین نمونه بالا رفته است. بین مولفه های هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان رابطه معناداری وجود ندارد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

محدودیت ها

هر تحقیقی در فرآیند پژوهش با توجه به موقعیت و شرایط آن ممکن است با محدودیت هایی مواجه شود. در پژوهش حاضر نیز به جهت گستردگی موضوع و اهمیت و ضرورت آن با محدودیت هایی روبرو شد که نمونه های آن عبارتند از :

۱-مواجه شدن با محدودیت های زمانی

۲-گستری محدود آن که فقط شامل جامعه آماری استان اردبیل می باشد.

۳-عدم دسترسی به منابع اطلاعاتی

۴-همکاری ضعیف بعضی از افراد در پر کردن پرسشنامه ها

۵-محدودیت منابع علمی و عدم دسترسی به آخرین تحقیقات در دانشگاههای معتبر

پیشنهادها

برای پر بار شدن پژوهش های انجام یافته به ویژه پژوهش حاضر و برای دستیابی به اهداف کلی و جزئی آن در گستره وسیع پیشنهاد می شود که :

۱-فرصت زمانی مناسب برای انجام عملیات پژوهش وجود داشته باشد تا بتوان اطلاعات جامع و وسیعی بدست آورد .

۲-موضوع در گستره وسیع جغرافیایی صورت گیرد تا نتیجه ای مطبوع و منطقی حاصل شود.

۳-تمامی سازمانها، نهادها و یکایک احاد جامعه برای تحقیق اهداف موضوع مساعدتهای لازم را کرده باشند.

۴-پیشنهاد می شود تحقیقاتی در رابطه با عوامل موثر در افزایش هوش هیجانی در پیشرفت تحصیلی افراد انجام گیرد.

۵-مقالات و نتایج تحقیقات انجام گرفته در این زمینه در مجلات و سایر منابع مطالعاتی منتشر شود تا به اهمیت چنین نگرشی

پی ببرند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

منابع

- ۱- سبحانی نژاد، مهدی و یوزباشی، علیرضا(۱۳۸۷). هوش هیجانی و مدیریت در سازمان(مبانی نظری، شیوه‌های آموزش و ابزارهای سنجش)، تهران: انتشارات یسطرون
- ۲- هوش هیجانی، دکتر تراویس برادبری، ترجمه مهدی گنجی، ویراستار: دکتر حمزه گنجی، نشر ساوالان، تهران، ۱
- ۳- مبانی شناخت انسان - اثر مایکل آیزنک - ترجمه ُ ب. کوشا - چاپ اینترنتی - ویرایش اول ۱۳۸۷ - (فصل اول)
- ۴- ایلین ریچ، هوش هیجانی ترجمه آزاد از دکتر مهرداد فهیمی، نشر جلوه، ۱۳۷۵،
- ۵- هوش هیجانی : دیدگاه سالوی و دیگران ترجمه دکتر نسرین اکبر زاده
- ۶- شعاری نژاد، علی اکبر، روانشناسی رشد بزرگسالان، تهران، انتشارات پاژنگ ۱۳۷۴.
- ۷- شاملو، سعید ۱ ۵۰۸، بهداشت روانی، تهران، انتشارات، رشد ۱۳۸۳.
- ۸-تکینسون. ریتال ال و دیگران، (۱۳۷۸)، زمینه روان شناسی هیلگارد، ترجمه ی دکتر محمد نقی براهنی و دیگران، چاپ سیزدهم، تهران: رشد
- ۹- هوش هیجانی مولف دانیل گلمن- مترجم نسرین پارسا - انتشارات رشد چاپ پنجم ۱۳۸۷
- ۱۰- هوش هیجانی مولف مهناز حاجلو - انتشارات قصیده - چاپ اول ۱۳۸۷
- ۱۱- هوش هیجانی مولف دکتر رمضان حسن زاده - سید مرتضی ساداتی کیادهی انتشارات نشر روان چاپ اول

۱۳۸۸