



بررسی رابطه هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت

فاطمه پور رسول^۱، الهام سپهری جورشری^۲ فرشته برنجی توچائی^۳، سمیه ایران یار^۴ سمیه یوسفی^۵

۱- لیسانس زبان انگلیسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت

۲- کارشناسی ارشد ریاضی کاربردی دانشگاه آزاد اسلامی واحد لشت نشا

۳- لیسانس زبان انگلیسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت

۴- لیسانس علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی دانشگاه پیام نور واحد رشت

۵- لیسانس علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی دانشگاه پیام نور واحد رشت

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه هوش با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت می باشد ۱۰۰ دانشجوی دختر و پسر به صورت تصادفی چند مرحله ای خوشه ای پرسشنامه هوش هیجانی (بار اون) را تکمیل نمودند برای تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون جهت مشخص کردن رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی استفاده شد نتایج حاکی از آن است که بین هوش هیجانی و استرس رابطه معنادار منفی وجود دارد ($r = -0/42$) و بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود ندارد. بین انعطاف پذیری و خوش بینی با پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار مثبت وجود دارد.

کلیدواژگان: هوش هیجانی، پیشرفت تحصیلی، دانشجویان، دانشگاه آزاد، رشت



مقدمه

در دهه های آخر قرن بیستم، فشارهای عصبی و روانی بخش مهمی از زندگی عامه مردم را تشکیل میدهد که کمتر کسی میتواند از مواجه شدن با آن اجتناب کند به ویژه آنکه دنیای صنعتی و فرا صنعتی حاضر با گرفتاریهای فراوان خود دهه اخیر را به یکی پرفشارترین دوره های زندگی بشر در کره خاکی تبدیل کرده است. نگرانی افراد نسبت به کار - خانواده - فرزند دوری اعضای خانواده از یکدیگر و جدایی آنها، نگرانی اقتصادی، نیازهای گوناگون سبب می شود فرد از لحظه بیداری بامداد تا هنگام آرمیدن شامگاه همواره دچار هیجانها، تنش ها، نگرانی ها و بیمها و امیدهای گوناگون باشد که گاه یا ظرفیت بدنی، عصبی و روانی وی متناسب است

دانشمندان به دنبال پژوهش های فراوان مجموعه شایستگی هایی دست یافتند. که آن را در قالب مفهومی بنام هوش هیجانی معرفی کردند این شایستگی به همراه توانمندی های در حد متوسط IQ می تواند تا حد زیادی موفقیت در زمینه های مختلف زندگی را پیش بینی کند هوش هیجانی به عنوان یک مفهوم جدید در روان شناسی حاصل در هم تنیدگی دو ذهن هیجانی و عقلانی است هوش هیجانی رابطه متقابل عقل و احساس است ، هوش هیجانی ثرندایک به توانایی فهم و مدیریت مردم و عاقلانه عمل کردن در روابط انسانی اطلاق می شود. بار آن هوش هیجانی را دسته ای از مهارتها، استعدادها و تواناییهای غیر شناختی میدانند که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشار زها افزایش میدهد.

از جمله منابع تنش و استرس نظام آموزش عالی، تلاش برای دستیابی به هدفهای آموزشی نسبتاً بالا در محیطی رقابتی همراه محدودیت های ناشی از زندگی دانشجویی (غالباً دوری از خانواده ، خو گرفتن با محیط فیزیکی و اجتماعی جدید، مطابقت با نظام ارزشها و انتظارات دانشگاه و غیره ...) است. بنابراین توجه روز افزون به این عوامل در برنامه ریزی آتی خدمات رسانی به دانشجویان میتواند در ارتقاء سلامت روانی و کارآیی پیشرفت تحصیلی آنان مؤثر باشد. از سالها پیش روان شناسان متوجه شدند که برای کسب موفقیت در هر زمینه ای تنها دارا بودن ظرفیت هوش عقلانی قوی IQ کفایت نمی کند. پدیده ی هوش هیجانی که در دهه ی اخیر مورد توجه و استقبال زیاد قرار گرفته است که دلیل این امر توانایی فرضی هوش هیجانی بالاتر در حل بهتر مسائل کاستن از میزان تعارضات بین آنچه که انسان احساس میکند یا آنچه فکر میکند یا همان تقابل قدیمی عقل و احساس و مشاهده زندگی شاد و موفقیت آمیز کسانی بوده که از تحصیلات عالی برخوردار نیستند ولی بدلائل هوش هیجانی بالا به این خوشبختی دست یافته اند. پژوهشهای متعددی نشان داد که هوش هیجانی میتواند سبب افزایش میزان سلامتی، رفاه، ثروت، موفقیت و عشق و شادی می گردد. بسیاری از روانشناسان علاقمندند با پژوهش های خود این موضوع را بررسی کنند که آیا با استفاده از مؤلفه های هوش هیجانی میتوان به ارتقاء و پیشرفت تحصیلی دانشجویان پرداخت ؟

اهمیت تحقیق

هوش هیجانی جدیدترین تغییر در زمینه فهم ارتباط میان تعقل و هیجان است علی رغم دیدگاه های اولیه، نگاه واقع بینانه به ماهیت انسان، نشان می دهد که انسان به منطق صرف است و به احساس (هیجان) صرف بلکه ترکیبی از هر دو است. بنابراین توانایی شخصی برای سازگاری و چالش زندگی، عملکرد منسجم قابلیت های هیجانی و منطق بستگی دارد. امروزه مشخص شده است که کلید تعیین و پیش بینی موفقیت و کامیابی تنها هوش شناختی نیست .هوش هیجانی یکی از متغیرهای مهمی است که با پیشرفت تحصیلی در ارتباط است همچنین انجام تحقیقات اندک در این زمینه به ویژه در انسان و وجود یافته های پراکنده، در ارتباط با هوش هیجانی ضروری به نظر می رسد. بیشتر کشورهای در حال توسعه عمده ترین قشر در آمد خود را به امر آموزش و پرورش صرف می نمایند و هدف عمده آنها آموزش عمومی است در این میان اگر نظام آموزشی نتواند به هدف اصلی خود که همان آموزش همگانی است به صورت مفید و مؤثر است نزدیک شود دچار ضایعات و خسارات فراوانی میشود. و عواقب شومی را بدنبال خواهد داشت در این صورت برای جلوگیری از این ضایعات و خسارات بایدمشکلات و مسائل مضر دانشجویان را شناسایی کرد در جهت رفع آنها تلاش کرد یکی از مشکلات مربوط به ناراحتی های فکری روانی است که استرس یکی از آن است. بار - آن هوش هیجانی را عامل مهمی در شکوفایی توانایی ها به افراد برای کسب موفقیت در زندگی تلقی می



کند و مستقیماً بهداشت روانی فرد را تحت تأثیر قرار میدهد هوش هیجانی با سایر تعیین کننده های مهم توانایی موفقیت فرد را در مقابله با اقتضاهای محیطی از قبیل (آمادگی های زیستی - پزشکی - استعداد هوش شناختی) و واقعیت ها و محدودیتهای محیطی در تعامل است.

(لونینگ ۱۹۹۹) (لازاروس و فولکمن ۱۹۸۷) بلکه باعث افت تحصیلی آنان میشود. نتایج این تحقیق کاربردی مفید برای مراکز مشاوره و دانشجویی دارد. همچنین با توجه به نقش و اهمیت این متغیرها در عملکرد تحصیلی و قابل تغییر بودن متغیرهای مورد مطالعه، میتوان با آموزه ها و ارائه راهکارهای صحیح، سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانشجویان را افزایش داد.

اهداف پژوهش

بررسی ارتباط هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان
اهداف جزئی

تعیین ارتباط هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان

فرضیه های تحقیق

- بین هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان ارتباط وجود دارد.

- بین هوش هیجانی و مؤلفه های آن با پیشرفت تحصیلی دانشجویان ارتباط وجود دارد.

هوش چیست؟

مفهوم هوش، تاریخی طولانی دارد شاید به اندازه خود انسان قدمت داشته باشد. حتی قدیمی ترین داستانهای مکتوب در تاریخ بشری مثل حماسه گیگمش، بعضی قهرمانان داستان را عاقل و بعضی دیگر را برای اینکه مودب باشیم کمتر عاقل توصیف کرده اند. داستانهای رشت از باهوشی نمونه های بسیار واضحی ارائه میدهند. مثل حضرت سلیمان، نمونه ها حماقت را هم آورده اند مثل حماقت حماسه های نوع و نیز خود فرعونهای مصر. به نظر می رسد که ما انسانها مدتهاست این عقیده را پذیرفته ایم که بعضی مردم در تصمیم گیری بهتر از بقیه هستند. این افراد احتمالاً همان اطلاعات را در اختیار دارند که دیگران دارند اما وقتی به سبک و سنگین کردن، ارزیابی و پردازش اطلاعات می پردازند به نتایجی می رسند که خیلی بهتر از نتایج دیگران است با این کار در کل پذیرفته شده است که هوش به عنوان یک ویژگی فردی وجود دارد. تنها از اواخر قرن نوزدهم بود که برای اندازه گیری رسمی و علمی آن تلاشهای جدی آغاز شد. اولین کسی که در این مورد اقدام کرد فرانسویس گالتون بود اما آلفردبینه بود که در سال ۱۹۰۵ نمونه اولیه آزمون هوش واقعی را تهیه کرد. آزمون بینه برای این ساخته شد تا نظام آموزش و پرورش فرانسه بتواند کودکانی را با تواناییهای زیر حد معمولی شناسایی کند و به آنها تعلیمات ویژه ارائه دهد. با این حال با گذشت زمان و بویژه هنگامی که این آزمون به انگلیسی ترجمه شد و در ایالات متحده به کار گرفته شد تمرکز روی این موضوع تغییر جهت داد که هوش همه کودکان اندازه گیری شود. تهیه وسیله برای اندازه گیری هوش، پرترفدار و محسوب شد و چنین آزمونی گسترش یافت بویژه در ایالات متحده (از آنجا که نمره هوش در روش بینه از تقسیم سن عقلی بر سن تقویتی بدست می آمد نمره بدست آمده به ضریب هوشی یا IQ معروف شد از آن زمان تاکنون استفاده از آزمون هوش گاهی بحث برانگیز بوده است.

با این حال یکی از فرضیه های اساسی روش IQ هرگز به طور واقعی زیر سوال نرفته است: این که هوش به ما اجازه می دهد تا بدانیم مردم چگونه اطلاعات انتزاعی را پردازش می کنند یعنی هوش همیشه به صورت چیزی تلقی می شود که مردم از طریق آن افکار و عقاید را بررسی می کنند از منطق استفاده می کنند با اعداد کار می کنند، شباهتها را تشخیص می دهند، استنباط و استنتاج می کنند و مفاهیم جدیدی را بدست می آورند همه این کارها بطور واضح در قلمرو شناختی (ادراکی) و عقلی قرار دارند و هنگامی که آزمونها IQ مردم را در این نوع مهارتها ارزیابی می کنند نمره هایی ارائه می دهند که کاملاً براساس تواناییهای شناختی است.



در اکثر مواقع این آزمونها قسمت بزرگی از تجربه انسان را که احساسات تمایلات و انگیزه های او را نشان می دهند کاملاً نادیده می گیرند. بنابراین مقیاس های هوشی همواره روی جنبه معینی از تجربه انسان تمرکز کرده اند این جنبه (هوش) مطمئناً جنبه مهمی است اما تنها جنبه مهم نیست اما مشکلی وجود دارد که همه چیز را خراب می کند و به رغم محبوبیت فراگیر آزمون های هوشی و رشد تصاعدی جنبش آزمون سازی معلوم شده است که در بعضی وضعیتها هوش آن طور که ما فکر می کنیم تعیین کننده های قدرتمندی برای نحوه رفتار نیست. مسلماً IQ یکی از قوی ترین عواملی است که می تواند عملکرد دانش آموز و دانشجو را در مدرسه و دانشگاه پیش بینی کند و این به نوبه خود بسیار مهم است با این حال وقتی نوبت به موفقیت در دیگر زمینه های زندگی می رسد پژوهشهایی که رابطه IQ و کارایی شغلی را بررسی کرده اند به یافته های مختلف و نامطمئن رسیده اند، بعضی پژوهشها نشان میدهند که IQ تقریباً بیست و پنج درصد از انعطاف پذیری و سازگاری شغلی ما تعیین می کنند اما بعضی دیگر این تخمین را بسیار کمتر و در حد پنج یا ده درصد می دانند. حتی اگر رقم بیست و پنج درصد پذیرفته شود باز هم معنای آن این است که سر چهارم سازگاری شغلی نتیجه IQ نیست بلکه از جای دیگری ناشی می شود اگر IQ با همه اهمیتی که دارد باعث بوجود آمدن این موفقیت یا تبیین آن نیست پس چه چیزی آنرا ایجاد می کند؟ پاسخی که از شنیدن آن تعجب نخواهید کرد ممکن است این باشد که مردم چگونه هیجانها را درک و از آنها استفاده می کنند.

نقش هیجانها در هوش :

با این که جنبش IQ در مجموع هیجانها را شامل نمی شد، چنین نمود که همه روانشناسان هیجانها را نادیده بگیرند در واقع بمدت بیش از یک قرن محققان و نظریه پردازان سعی کرده اند هیجانها را درک کنند. این که چه چیزی باعث بوجود آمدن آنها می شود معنی، مفهوم و عواقب (نتایج) آنها چیست.

با این حال نظریه غالب در مورد هیجانها سالهای بسیار چنین بود که آنها تقریباً بطور کامل جدا از هوش یا حتی متضاد و دشمن آن هستند. تفکر عمده در مورد هیجانها این بود که آنها معمولاً باعث می شوند تا مردم حواسشان پرت شود و نتوانند بطور منطقی و در آرامش روی اطلاعات انتزاعی فکر کنند، یعنی نتوانند هوش خود را بکار ببرند فقط از اوایل دهه ۱۹۸۰ بود که مفهوم متفاوتی از هیجانها ایجاد شد و شروع به رشد کرد. عقیده جدید این بود که هیجانها الزاماً در تفکر و رفتار هوشمندانه تداخل ایجاد نمی کنند بلکه به هوش انسان کمک می کنند.

در واقع یکی از تفکرهای مهم که در این سالها بوجود آمد این بود که هیجانها نوعی اطلاعات است. معنای آن این است که مردم از هیجانهای خود درست مثل انواع آشناتری از اطلاعات، استفاده می کنند تا درباره دنیا و محیط اطراف خود قضاوت کنند هیجانها چه نوع اطلاعاتی ارائه می دهند؟ طبق این نظریه هیجانها درباره ارزش اطلاعاتی ارائه می دهند. آنها نوعی علائم اختصاری و سریع هستند که به ما اطلاع می دهند چه چیزی را در محیط خود ارزیابی و قضاوت کرده ایم و آنرا مثبت یا منفی یافته ایم.

تنظیم و کنترل هیجان ها:

تا اینجا مهارتهای هوش هیجانی مورد بحث تا اندازه ای یک ویژگی داشتند یعنی مهارتهای شناسایی مدرک هوش هیجانی با همه اهمیتی که دارند معمولاً ما را وادار نمی کنند که درباره هیجانها کاری انجام دهیم معنای جمله این نیست که شناسایی و درک هیجانها به هیچ تلاشی نیاز ندارند بلکه مهارتها بیشتر در این باره اند که چگونه در برابر هیجانهای زندگی واکنش نشان میدهیم سومین مهارت در هوش هیجانی یعنی توانایی در تنظیم و کنترل هیجانها از حد مهارتهای نسبتاً منفعلانه ای که تاکنون درباره آنها صحبت کرده ایم فراتر میرود. با معرفی این مهارت به تدریج خواهد دید که علاوه بر شناسایی هیجانها و داشتن چگونگی عملکرد آنها می توانید تا حد زیادی هیجانهایی را که در طول زندگی برایتان پیش می آید کنترل و مهار کنید



این موضوع در بحث ما اهمیت زیادی دارد. توانایی در تنظیم هیجانها ما انعطاف پذیری و سازگاری بسیار زیادی را در زندگی هیجانی و اجتماعی موجب میشود به جای آنکه مجبور شوید کارتهای هیجانی دریافتی خود را بپذیرید میتوانید بطور فعالانه برای تعویض آنها تلاش کنید بنابراین توانایی در کنترل موفقیت آمیز هیجانها مستقیماً به چند دست آورد بسیار مهم و مفید ختم خواهد شد بعضی از این دست آوردها نتیجه توانایی در تنظیم هیجانهای خودتان و بعضی دیگر نتیجه توانایی در تنظیم هیجانهای دیگران است و بنابراین بیایید هریک از موارد را جداگانه مورد بررسی قرار دهیم.

تنظیم هیجانهای خود:

از بسیاری جهات نشانه افراد بالغ و پخته توانایی آنها را در کنترل خودشان است. آنها میتوانند امیال، آرزوها، سلیق و هیجانهای خود را کنترل کنند و اجازه نمی دهند که احساسات کنترل آنها را به دست بگیرند. کسانی که این توانایی را ندارند اغلب با اصطلاحاتی از قبیل بچه صفت، نابالغ، غیر منطقی، کوتاه بین و دمدمی توصیف می شوند. اما مسلماً برای همه ما شرایط و وضعیتهایی پیش می آید که آنقدر شدید یا قوی است که ما را تحت کنترل هیجانها قرار میدهد برای کسانی که هوش هیجانی بالایی دارند این طور وضعیتهای خیلی کم پیش می آید و اکثر اوقات آنها بخوبی میتوانند احساس خود را تنظیم کنند و خویشتن داری نشان دهند چنین کنترلی مستقیماً منافع زیادی را موجب میشود.

چگونه هیجانهای خود را تنظیم می کنید؟

امتیازهای تنظیم موفقیت آمیز هیجانها بسیار واضح و جذاب است و خوشبختانه برای کمک به این تنظیم تکنیکهای بسیاری وجود دارد. به نظر ما پنج روش کلی وجود دارد که خیلی مورد استفاده مردم است هر کدام از آنها اگر در زمان مناسب و به شیوه های مناسب بکار گرفته شود. بسیار موثر باشد اما بعضی از آنها بطور کلی مفیدتر از بقیه است.

۱- جلوگیری: یکی از خون ساده و آسان خودداری است. استفاده از روش سرکوبی یا خفه کردن احساسات ناخوشایند به هنگام بروز، کنترل یا از بین بردن علائم خارجی هیجانها و بطور کلی اقوام به کنترل هیجانهای ناخواسته از طریق تلاش آگاهانه و ارادی است.

۲- ارزیابی مجدد شناختی: این فن میتواند چند روش ویژه را در خود جای دهد اما وجه مشترک همه ویژگی ها این است که در همه آنها سعی می کنید وضعیت را در ذهن خود تغییر دهید تا حالت هیجانی خوشایندتر بوجود آید.

۴- برنامه ریزی فعال: در این فن واکنشهای هیجانی خود را از این طریق به کنترل در می آورید که برای کنار آمدن با علل هیجانها برنامه های مشخصی را طرح ریزی می کنید.

۵- کمک خواهی: آخرین فن که برنامه ریزی فعال شباهت دارد کمک خواهی است در این فن تنظیم هیجانها از طریق کمک خواهی از دیگران انجام می گیرد این کمک می تواند به صورت عملی و عادی باشد مثل پول ابزار تلاش، یا می تواند به صورت معنوی باشد مثل حمایت روحی و روانی.

تنظیم هیجان های دیگران :

با این که تنظیم هیجانهای خود هرگز کار ساده ای نیست در اکثر مواقع آسانتر از تنظیم هیجانهای دیگران است وقتی سعی کنید احساسات خود را کنترل کنید از این امتیاز برخوردارید که بر رفتار خود مستقیماً کنترل دارید یعنی امکان دارد گاهی چشم پوشی از یک کیک شکلاتی یا ورزش کردن مرتب دشوار باشد اما دست کم رفتاری که می خواهید روی آن تأثیر بگذارید مال خودتان است. تلاش در تنظیم هیجانهای دیگران دشوارتر است زیرا هیچ کنترل مستقیمی بر آنها ندارید. بنابراین به جای آن باید سعی کنید از طریق کلمات و کارهایتان آنها را بطور غیر مستقیم تحت تأثیر قرار دهید. چگونه می توانید این کار را انجام دهید یکی از موقعیتهایی که زیاد پیش می آید و در آن سعی می کنید هیجانهای دیگران را تنظیم کنید زمانی است که می خواهید به یک نفر دلداری و دلگرمی بدهید. بنابراین مهارت داشتن در آرام کردن کسانی که به شدت تحت تأثیر هیجانها هستند می تواند بسیار مفید باشد همچنین گاهی لازم می بینید کسانی را که غمگین و افسرده هستند شاد کنید و سرحال بیاورید در این مورد هدف این نیست که آنها را آرام کنید زیرا افراد افسرده خود به خود آرام هستند بلکه هدف تا حدی عکس



این کار است: تحریک روان و انرژی و بالا بردن آن به جای پایین آوردن چون هدف هنوز تنظیم هیجانهاست ممکن است همان تکنیکهای آرام سازی باز هم مناسب باشند.

مثلاً استفاده از شوخی می تواند برای آرام کردن یک فرد عصبانی، خوشحال کردن یک فرد غمگین یا آرامش دادن در یک فرد مضطرب مناسب باشد. به کار بردن جملاتی از روی همدردی و حمایت معنوی می تواند هم برای آرامش دادن به یک دوست هراسان و هم برای دلگرمی کردن یک دوست افسرده مفید باشد.

پیشرفت تحصیلی

نظام آموزشی امروزه مبتنی بر نمرات هوش دانش آموزان از کودکان ال دانشگاه است طرفداران این دیدگاه سنتی می کوشند که همچنان این روند را حفظ کنند. در برابر این دیدگاه بسیاری از محققان، معلمان و والدین اظهار کرده اند که چنین آزمونهایی برای ارزیابی توانایی دانش آموزان ناقص اند.

اخیراً یک دیدگاه جدید درباره یادگیری و هوش، مربیان و برنامه ریزان را بر آن داشته تا در روشهای آموزشی تجدید نظر کنند که همان نظریه هوش چند وجهی است. آموزش مهارت های هیجانی و اجتماعی در مدرسه بسیار مهم است و می تواند هم در دراز مدت و هم در کوتاه مدت ضامن موفقیت افراد باشد. الیاس و همکارانش (۱۹۹۷) در پی انجام مطالعاتی دریافته اند که مهارت های هیجانی می تواند تأثیرات دراز مدت بر پیشرفت تحصیلی داشته باشد. ریچاردسون و ایواز (۱۹۹۷) به نقل از سامرا (۲۰۰۰) برخی از روشهای آموزش بندگی و کفایت هیجانی و اجتماعی را در جامعه چند فرهنگی شرح دادند هدف آنها کمک به دانش آموزان برای ارتباط بهتر با یکدیگر بود آنها دریافته اند که پس از آموزش مهارتهای درون فردی و بین فردی سطح عملکرد تحصیلی آنها به طور معنی داری ($P < .1$) بهبود یافت.

پول در مقاله ای (۱۹۹۷) بیان کرد که بهداشت روانی هیجانی عامل پیش بینی کننده ای برای پیشرفت تحصیلی و شغلی است وی با انجام مطالعه بر روی ۲۷ نفر از دانش آموزان میانگین نمرات تحصیلی دانش آموزان دارای هوش هیجانی بالاتر از دانش آموزان دارای هوش هیجانی پایین تر به طور معنی داری بهتر بود ($P < .1$) گانگولسی و پیترسن (۱۹۹۸) به نقل از سامرا (۲۰۰۰) با انجام مطالعاتی بر روی ۱۷۵ دانش آموز دبیرستانی با استفاده از هوش هیجانی بار - اون دریافت که دانش آموزان با هوش هیجانی بالاتر در مدرسه، خانه و رابطه با دوستان و محیط کار نسبت به دانش آموزان دارای هوش هیجانی پایینتر کمتر شکست را تجربه می کنند. سورات (۱۹۹۶) به نقل از بار - اون (۱۹۹۹) با استفاده از پرسشنامه هوش هیجانی بار - اون بر روی ۴۴۸ دانشجوی سال اول دانشگاه پروتوریا به مطالعه توان هوش هیجانی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی پرداخت وی براساس انحراف یک استاندارد از میانگین نمرات در امتحانات دانشجویان را به دو دسته تقسیم کرد»

دانشجویان ناموفق به لحاظ تحصیلی (یعنی آنهایی که یک انحراف استاندارد پایین تر از میانگین بودند) و دانشجویان موفق (آنهایی که یک انحراف استاندارد بالاتر از میانگین بودند) سپس آنها را براساس نمرات هوش هیجانی بار - اون طبقه بندی کرد. نتایج حاصله نشان داد که بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود دارد کسانی که به لحاظ تحصیلی موفق بودند از گروه دیگر در نمره هوش هیجانی نمره بالاتری کسب کردند ($P < .1$) نتایج نشان داد که هوش هیجانی می تواند پیشرفت تحصیلی را پیش بینی کند.

جیمز کرسیتید (۱۹۹۹) با استفاده از ۴۱۵ دانشجوی سال اول و با بهره گیری از پرسشنامه بهره هیجانی بار - اون مطالعه همبستگی هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی پرداخت نتایج حاصله نشان داد که همبستگی پایین بین هوش هیجانی و موفقیت وجود دارد. این یافته در مورد هوش عمومی و پیشرفت تحصیلی صادق نبود و هوش عمومی همبستگی بالایی با پیشرفت تحصیلی نشان داد. همچنین نتایج این مطالعه مبین این امر بود که هوش هیجانی میتواند ۵ تا ۱۰٪ واریانس شاخص پیشرفت تحصیلی باشد. بار - اون (۱۹۹۸) جهت بررسی نقش هوش هیجانی بر پیشرفت تحصیلی ۴۷ دانش آموز دارای معدل الف که هوشبهر آنها ۱۰۳ مطابق با آزمون وکسلر داشتند را مورد مطالعه قرار داد. نتایج نشان داد که میانگین بهره هیجانی آنها برابر با ۱۱۳ بود که بیانگر توانای بالایی این افراد دربرآوردن استلزامهای محیط و کنار آمدن با فشارهای روزمره بود.



پیشینه پژوهش

خارجی

چندین مطالعه (بورک و وک و همکاران، ۱۹۸۳، هزلت و استفنس، ۱۹۹۷؛ ملینگز و آلون ۲۰۰۰؛ رینولدزولز، بورک و همکاران ۱۹۸۷) مطرح کردند که نگرانی و نشخوار ذهنی بر خود تنظیمی شناختی تاثیرات منفی دارد. یعنی احتمال دارد که در بسیاری از شرایط و موقعیتها نگرانی یک راهبرد مقابله ای ناسازگارانه باشد احتمال دارد نگرانی باعث سوء گیری فرایندهای شناختی که برای تشخیص خطر بکار میرود، شود. احتمال دارد نگرانی فعالیت باورهای ناسازگارانه را حفظ کند و احتمال دارد که توجه را از پردازش کردن اطلاعات جدید که میتواند باورها را اصلاح کند دور کند. رادزیروسکا و همکاران (۱۹۹۶)، ریچاردسون و همکاران (۱۹۹۳) و کندل و دیویس (۱۹۸۶) گزارش دادند که بین سلامت روانی پایین (مثل اختلالات عاطفی و اضطرابی) و مشکلات رفتاری از جمله پیشرفت تحصیلی پایین ارتباط وجود دارد (اسویدل ۱۹۹۶) همچنین گریفین و همکاران (۲۰۰۱) گزارش دادند که سلامت روان شناختی بین یادگیری مهارتهای توانش شخصی و کاهش در مصرف مواد به عنوان یک عامل میانجی عمل میکند (اسکیتکا ۲۰۰۲) سالوی (۱۹۹۹).

در پژوهش دیگری بار - آن (۲۰۰۰) به این نتیجه رسید که هوش هیجانی و اجتماعی شامل توانایی های در هم تنیده شخصی، هیجانی و اجتماعی است که مجموع توانایی شخصی را برای انطباق موثر و فعال با فشارهای روزمره تحت تأثیر قرار میدهد داودا (۲۰۰۰) نشان داد که هوش هیجانی با افسردگی و اضطراب همبستگی منفی دارد. اوکادا (۲۰۰۱) و رولاندا (۲۰۰۰) نشان دادند که اضطراب، افسردگی، خوش بینی و عزت نفس از جمله شاخص هایی است که با هوش هیجانی ارتباط معنی دار دارند. کوپر و هامیلن (۲۰۰۵) بین هوش هیجانی و روانی دانشجویان ارتباط معنی داری بدست آورد. همچنین هوش هیجانی با ثبات هیجانی ارتباط مثبت معنی داری داشت.

آنستین و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهشی بر روی دانشجویان نشان دادند که هوش هیجانی به طور قوی تری با اندازه و کیفیت شبکه اجتماعی ارتباط دارد، اما کیفیت شبکه اجتماعی رضایت از زندگی و وضعیت بهداشتی به طور قویتری با شخصیت مرتبط بودند.

یافته های پژوهشی آدستین، سالکوفسکی وایگان (۲۰۰۵) نشان میدهد که هوش هیجانی با میزان رضایت از زندگی و شبکه روابط اجتماعی و کیفیت آن رابطه مثبت دارد. همچنین هوش هیجانی با پریشانی روان شناختی و افسردگی رابطه منفی دارد. (اسلالسکی و کارت رایت، ۲۰۰۲) داود اوهارت ۲۰۰۰، شوتی و همکاران ۱۹۹۸، نقل از آدستین و همکاران، ۲۰۰۵)

داخلی

حسین زاده (۱۳۹۰) در پی پاسخگویی به این سوال بوده است که سهم پیش بینی کنندگی عوامل انگیزشی و راهبردهای شناختی بر پیشرفت تحصیلی در درس تاریخ و ریاضی در بینایان و نابینایان چگونه است نتیجه تحقیق نشان داد که استراتژیهای شناختی قدرت پیش بینی کنندگی مثبت و معنی دار از پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی در دانش آموزان بینا را دارند. عوامل انگیزشی و راهبردهای شناختی قدرت پیش بینی کنندگی معنادار بر پیشرفت تحصیلی در تاریخ در دانش آموزان نابینا داشتند. که از عوامل انگیزشی عامل اضطراب امتحان و از عوامل شناختی عامل راهبردهای شناختی قدرت پیش بینی کنندگی معنادار بر پیشرفت تحصیلی در تاریخ در دانش آموزان نابینا داشتند که از عوامل انگیزشی عامل اضطراب امتحان و از عوامل شناختی عامل راهبردهای خود تنظیمی قدرت پیش بینی کنندگی بر پیشرفت تحصیلی در درس تاریخ در دانش آموزان نابینا داشته اند.



حسینیان (۱۳۹۲) در تحقیقی بدست آوردند که ۱۸/۶ درصد هوش هیجانی دانشجویان توسط منبع کنترل، صاحبان قدرت، شانس، خودپایایی و هیجان خواهی تبیین میشود. فرزاد و همکاران (۱۳۹۳) با بررسی تغییرات هوش هیجانی دانشجویان دانشگاههای شهر تهران نشان دادند که تنها ۲۴/۲ درصد تغییرات مربوط به هوش هیجانی افراد توسط متغیرهای کنترل درونی صاحبان قدرت، شانس، هیجان خواهی و خود پایایی تبیین می گردد.

وفایی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی بر روی دانشجویان لبنانی و ایزونی بدست آوردند که ایرانی ها در ارزیابی مجدد کنترل هیجانی نمره بالاتری نسبت به دانشجویان لبنانی دارند ولی در راهبرد بازداری ابراز هیجان ایرانی ها نمره پایین تری بدست آوردند. این نتیجه در تحقیق گروس و جان (۲۰۰۳) مورد تایید قرار گرفته است (محسن علی و همکاران ۱۳۸۳) زارعان، اسدالله پور و بخش پور (۱۳۹۶) رابطه هوش هیجانی و سبک های حل مسأله را با سلامت عمومی دانشجویان بررسی کردند. نتایج پژوهش نشان داد که هوش هیجانی با سلامت عمومی رابطه مثبت دارد. ($r = 0.37$, $P < 0.01$)

روش تحقیق

با توجه به اینکه در پژوهش حاضر رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در بین دانشجویان مورد مطالعه قرار گرفته است بنابراین روش پژوهش، همبستگی است. از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شده است.

جامعه آماری

جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان رشته های علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت که تعداد آنها ۷۵۰ نفر می باشد، با استفاده از فرمول کوکران تعداد نمونه برابر ۱۰۰ نفر محاسبه شد.

حجم نمونه

۱۰۰ نفر دانشجوی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت می باشد.

روش اجرا: روش جمع آوری اطلاعات پژوهش حاضر پرسشنامه می باشد. پژوهشگر با مراجعه به قسمت ارائه آمار دانشگاه و دریافت لیست رشته های مربوط با تحقیق و تعداد دانشجویان هر رشته مربوطه و انتخاب درصدی از این دانشجویان با هماهنگی استاد راهنما قرار شد که از ۱۰۰ نفر از دانشجویان آزمون گرفته شود. سپس پرسشنامه ها را به دانشجویان داد، و از آنان خواسته شد تا گزینه صحیح را انتخاب کنند.

ابزار پژوهش

در این تحقیق برای جمع آوری داده ها به منظور بررسی فرضیه های مورد نظر از پرسشنامه هوش هیجانی استفاده شد. پرسشنامه آزمون هوش هیجانی بار - آن :

آزمون هوش هیجانی بار - آن در سال ۱۹۸۰ ساخته شد آزمون هوش هیجانی بار - آن دارای ۱۱۷ سوال و ۱۵ مقیاس می باشد که توسط بار آن بر روی ۳۸۳۱ نفر از ۶ کشور (آرژانتین، آلمان، هند، نیجریه، و آفریقای جنوبی، که ۴۸/۸ درصد آنان مرد و ۵۱/۲ درصد آنان زن بودند اجرا شده و به طور سیستماتیک در آمریکای شمالی هنجاریابی گردید. نتایج حاصل از هنجاریابی نشان داد که آزمون از حد مناسبی از اعتبار و روایی برخوردار است پاسخهای آزمون نیز بر روی یک مقیاس ۵ درجه ای در طیف لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، تا حدودی، مخالفم، کاملاً مخالفم، تنظیم شده است)

مقیاس های آزمون عبارتند از خود آگاهی هیجانی، خود ابرازی، عزت نفس، خود شکوفایی، استقلال همدلی، روابط بین فردی، مسئولیت پذیری اجتماعی، واقع گرایی، انعطاف پذیری، حل مسئله، تحمل فشار روانی کنترل تکانش، خوش بینی، شادمانی.

یافته ها

بین میانگین نمره هریک از مقیاسها و میانگین نمره کل آزمون رابطه مستقیم و معنی دار وجود دارد یعنی تمام مقیاسهای موجود در آزمون با متغیر هوش هیجانی دارای ارتباط مستقیم است.



میزان آلفای کرنباخ برای کل آزمون ۹۳٪ گزارش گردید. این میزان (آلفای محاسبه شده در مرحله سوم) با آلفای محاسبه شده در مرحله دوم آزمون (فرم ۱۱۷ سوالی) یکسان بدست آمده است. نتیجه گیری از تحلیل: مطابق با نتایج متون علمی ضریب اعتبار برای آزمون ها با هدف پژوهشی ۰/۷ و بالاتر و برای آزمون ها با هدف بالینی ۰/۹ مورد تأیید و مناسب می باشد در آزمون مورد نظر آلفای کرنباخ ۰/۹۳ محاسبه گردید بنابراین برای مقاصد مختلف قابلیت کاربرد داشته، مورد پذیرش است از طرفی میزان پایایی مناسب در روش های دیگر سنجش پایایی، ۰/۸۰ گزارش شده که در این مطالعه، پایایی به روش زوج - فرد ۰/۸۸ اعلام گردید.

توزیع فراوانی جنس

متغیر	فراوانی	درصد
زن	۵۰	۵۰
مرد	۵۰	۵۰
جمع	۱۰۰	۱۰۰

توزیع فراوانی وضعیت تاهل

متغیر	فراوانی	درصد
مجرد	۸۵	۸۵٪
متاهل	۱۵	۱۵٪
جمع	۱۰۰	۱۰۰

بین هوش هیجانی با شرایط تحصیلی، شرایط غیر تحصیلی و استرس رابطه منفی معنادار و بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری بدست نیامد. همچنین از مولفه های هوش هیجانی بین خوشبختی، واقعگرایی، عزت نفس، با شرایط تحصیلی، شرایط غیر تحصیلی و استرس؛ و بین استقلال، تحمل، خودشکوفایی، انعطاف پذیری و خود ابرازی با شرایط غیر تحصیلی و استرس و بین همدلی با شرایط تحصیلی و استرس و بین مسئولیت و شرایط تحصیلی و خود آگاهی و استرس رابطه معنادار منفی وجود دارد همچنین بین پیشرفت تحصیلی با انعطاف پذیری و خوشبینی رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

ضرایب همبستگی برای بررسی ارتباط بین استرو مولفه های آن با پیشرفت تحصیلی

متغیر	شرایط تحصیلی	شرایط غیر تحصیلی	استرس
پیشرفت تحصیلی	$r = -0/076$ $P = 0/57$	$r = -0/12$ $P = 0/37$	$r = -0/107$ $P = 0/42$

همانطور که در جدول بالا مشاهده می شود بین استرس با پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری بدست نیامد.

نتیجه گیری

هدف از این پژوهش بررسی رابطه هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ می باشد در این قسمت نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر مورد بحث و بررسی قرار می گیرد.



بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود ندارد ($r=0/144$) چون بیشتر معدل آزمودنی های این تحقیق ۱۶ بوده و نمرات خیلی بالا و خیلی پایین کم مشاهده شده پس این فرضیه رد می شود. از مولفه های هوش هیجانی بین خوشبختی، واقع گرایی، عزت نفس با شرایط تحصیلی رابطه معنادار معکوس وجود دارد یعنی هرچه خوشبختی، واقع گرایی، عزت نفس بالا باشد استرس در شرایط تحصیلی کم می شود بین خوشبختی، واقع گرایی، عزت نفس با شرایط غیر تحصیلی رابطه معنادار منفی وجود دارد. یعنی هرچه خوشبختی، واقع گرایی عزت نفس بالا باشد بین انعطاف پذیری و پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار مثبت وجود دارد. یعنی هرچه انعطاف پذیری بالا باشد پیشرفت تحصیلی همه بیشتر است. بین خوش بینی و پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار مثبت وجود دارد یعنی هرچه خوش بینی بالا باشد پیشرفت تحصیلی هم بالا می رود و بیشتر می شود.

پیشنهادات

- ۱- پیشنهاد می شود که پژوهشهای بیشتری در مورد رابطه هوش هیجانی و استرس و تأثیر آن بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه ها و دانش آموزان انجام پذیرد.
- ۲- پیشنهاد می شود در تحقیقات دیگر از تکنیکهایی مانند مصاحبه برای جمع آوری اطلاعات استفاده شود.
- ۳- پیشنهاد می شود کارگاه های آموزشی جهت ارتقای هوش هیجانی و راهبردهای شناختی برای دانشجویان در نظر گرفته شود.

محدودیت ها

- ۱- عدم دسترسی کافی به منابع موجود در رابطه با موضوع پژوهشی
- ۲- عدم همکاری آزمودنیها
- ۳- زیاد بودن تعداد سوالات پرسشنامه
- ۴- استفاده صرف از پرسشنامه و عدم استفاده از دیگر روشها همچون مصاحبه، مشاهده و غیره



منابع

- ۳- اسداله پور ، امین - زارعان، مصطفی ۱۳۸۴ بررسی رابطه هوش هیجانی با شخصیت و پیشرفت تحصیلی، سومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان (پایان نامه کارشناسی)
- ۳- رحمانی عادل - فولادی سیما ۱۳۸۹، بررسی رابطه بین هوش هیجانی و راهبردهای مقابله ای در بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت (پایان نامه کارشناسی).
- ۴- ایمانی، فاطمه - لطفی ویدا ۱۳۸۴، بررسی رابطه هوش هیجانی با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت (پایان نامه کارشناسی)
- ۵- کاظمی ۱۳۸۷، بررسی رابطه هوش هیجانی با سبک های مقابله ای در بین دانشجویان رشته های پزشکی و غیر پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی رشت (پایان نامه کارشناسی)
- ۶- جعفری پیله رود، رقیه - ۱۳۸۵ بررسی رابطه عزت نفس با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت.
- ۷- پناهی، عزیزه ۱۳۸۵، بررسی ارتباط خشم، استرس، خستگی و افسردگی با کارکردهای خانوادگی و شغلی در زنان مبتلا به سندرم پیش از قاعدگی (پایان نامه کارشناسی ارشد)
- ۸- گلمن، دانیل - ۱۳۸۷ کتاب هوش هیجانی - انتشارات باغ رضوان - نریمانی، محمد - موسی زاده توکل ۱۳۸۴، کتاب استرس و روشهای مقابله با آن انتشارات باغ رضوان.