

بررسی رابطه هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان: مطالعه مروری

نسرین حسنی^۱، حسین حسنی^۲، رضا جاویدی^۳
۱- دانشجوی کارشناسی، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان

nasrin.hasani7982@gmail.com

۰۹۰۱۲۹۷۷۳۱۳

۲- دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت محیط زیست، دانشگاه تهران، تهران

hosseinhasani9989@gmail.com

09173503557

۳- مدرس دانشگاه فرهنگیان فارس، زینب کبری (س) کازرون

Javidi1357@gmail.com

۰۹۱۷۳۲۲۴۸۵۴

چکیده

پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان، در کسب موفقیت‌های آتی آن‌ها از اهمیت بسزایی برخوردار است. یکی از عوامل موفقیت در ابعاد مختلف زندگی هوش هیجانی است. این پژوهش با هدف بررسی رابطه هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان انجام شده است. پژوهش حاضر یک مطالعه‌ی مروری است که جهت انجام این مطالعه، مقالات پژوهشی و مروری فارسی در ارتباط با موضوعات تحصیلی که مربوط به دوره زمانی ۱۲ ساله از سال ۱۳۸۵ تا ۱۳۹۷ بودند، از طریق پایگاه‌های اینترنتی و بانک‌های اطلاعاتی مختلف تهیه شدند و در نهایت ۲۴ مقاله فارسی که ارتباط بیشتری با موضوع داشتند مورد تحلیل و بررسی قرار گرفتند. نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که هوش هیجانی همبستگی مثبت و معناداری با موفقیت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان دارد، زیرا هوش هیجانی از طریق توانایی درک هیجان‌ها و تسهیل هیجانی تفکر، باعث برقراری ارتباطات مؤثر، همدلی بیشتر در روابط و سازگاری مناسب فرد با محیط و مکانیسم‌های محیطی می‌شود و همچنین از طریق بینش و مدیریت هیجانی، زمینه شناخت بهتر موقعیت‌های هیجانی و تنش‌زا فراهم می‌شود تا فرد به‌طور مؤثر و کارآمدی مسائل و مشکلات را پیش‌بینی و حل کند. بدین ترتیب هوش هیجانی، با سازوکارهای پیش‌بینی، افزایش قدرت سازگاری و مدیریت مناسب موجب رشد و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان می‌شود. بنابراین آموزش هوش هیجانی یک تحول و نیاز اساسی در مدارس و دانشگاه‌ها محسوب می‌شود و نیاز است که مدیران و برنامه‌ریزان نظام آموزشی این موضوع را مورد توجه قرار دهند.

واژگان کلیدی: هوش، هوش هیجانی، موفقیت تحصیلی، دانش آموزان، دانشجویان.

۱- مقدمه

حدود یک قرن در بین روانشناسان صحبت بر سر هوش بوده است. تعریفی که آنان برای این سازه در نظر گرفته‌اند، شامل دانش واقعی، مهارت‌های کلامی و ریاضی است. اما براساس تحقیقات، این یک نگرش کوتاه‌بینانه نسبت به هوش بوده و این مهارت‌ها به تنهایی معرف ظرفیت کلی هوش افراد نیستند (اسدی، ۱۳۸۲).

هوش یکی از مباحث مهم و اصلی روانشناسی را تشکیل می‌دهد. مغز انسان دارای دو نوع متفاوت هوش شناختی و هوش هیجانی است، این دو نوع هوش اساساً متفاوت از یکدیگرند، ولی در زندگی روانی فرد در تعامل هستند. هریک از این دو نوع هوش توسط منطقه

خاصی از مغز کنترل می‌شوند. هوش هیجانی توسط منطقه لیمبیک و هوش شناختی توسط منطقه نئوکورتیکال پردازش می‌شوند (جلال، ۱۳۸۲).

هوش هیجانی و جنبه‌های جذاب و گسترده‌ی آن در دهه‌های اخیر علاوه بر روان‌شناسان و روان‌پزشکان، توجه عموم را نیز به خود جلب کرده است. به‌کارگیری مفهوم هوش اجتماعی برای اولین بار به دهه‌ی ۱۹۴۰ بازمی‌گردد. پس از آن مایر و سالووی^۱، اصطلاح هوش هیجانی را توصیف کردند. همچنین گاردنر^۲ با مدل تأثیرگذار خود به نام «هوش چندگانه» نقش بسزایی در شکل‌گیری نظریه هوش هیجانی داشت (سلطانی فر، ۱۳۸۶).

هوش هیجانی از زمره‌ی جدیدترین تحولات در زمینه‌ی فهم رابطه میان شناخت و هیجان است (امیدی ارجنکی و همکاران، ۱۳۹۲). در واقع این مفهوم مجموعه‌ای از مهارت‌ها و شایستگی‌های اجتماعی را در برمی‌گیرد 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 مشکلات زندگی سازگار می‌کند (بار-آن، ۲۰۰۶).

تئوری هوش هیجانی دیدگاه جدیدی درباره‌ی پیش‌بینی عوامل مؤثر بر موفقیت و همچنین پیشگیری اولیه از اختلالات روانی فراهم می‌کند (حسینی، ۱۳۸۳). روان‌شناسی به نام دانیل گلمن^۴ (۱۹۹۵؛ ۱۹۹۸)، اظهار می‌کند که هوش شناختی یا هوش عمومی فرد در بهترین شرایط ۲۰ درصد از موفقیت‌ها را باعث می‌شود و ۸۰ درصد از موفقیت‌ها به عوامل دیگر وابسته است و سرنوشت افراد در بسیاری از موقعیت‌ها در گرو مهارت‌هایی است که هوش هیجانی را تشکیل می‌دهند.

هر شخصی با بهره‌مندی از میزانی از هوش هیجانی در رویارویی با وقایع مثبت و منفی زندگی به موضع‌گیری پرداخته و به سازش با آن‌ها می‌پردازد. انسان با استفاده از هوش هیجانی به زندگی خود نظم و ثبات می‌بخشد، به‌طوری‌که اصولاً با هوش هیجانی بالا، شخص رویدادهای منفی کمتری را در زندگی تجربه می‌کند. هوش هیجانی شامل برانگیختن خود، مقاومت در مواجهه با ناکامی‌ها، کنترل تکانه‌ها و به تأخیر انداختن خوشی‌ها، تنظیم خلق و خوی، همدلی کردن و امیدوار بودن تعریف می‌شود (گلمن، ۱۹۹۵). مهارت‌ها و توانایی‌های هیجانی و اجتماعی که تحت عنوان هوش هیجانی مشهورند، از جمله پیش‌بینی‌کننده‌های قوی پیشرفت تحصیلی هستند (پارکر^۵ و همکاران، ۲۰۰۴).

اگر برای حل مسائل ریاضی یا فراگیری یک زبان، بهره‌ی هوشی پیش‌قدم است به طور یقین در زندگی اجتماعی، پرچم به دست هوش هیجانی داده می‌شود (بار-آن و پارکر، ۲۰۰۰). زندگی تحصیلی، یکی از مهم‌ترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تأثیر فراوان دارد. در این بین یکی از مسائل و مشکلات اساسی زندگی افراد و نظام آموزشی هر کشور، افت تحصیلی و پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان آن کشور است. این پدیده علاوه بر زیان‌های هنگفت اقتصادی، سلامت روانی فراگیرندگان را مخدوش می‌نماید. عوامل مختلفی بر عملکرد تحصیلی افراد تأثیر می‌گذارد که متخصصان تعلیم و تربیت آن‌ها را به چهار دسته عوامل فردی، آموزشگاهی، خانوادگی و اجتماعی تقسیم کرده‌اند که در بین عوامل فردی، یکی از عوامل تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی افراد، هوش و توانایی ذهنی او است (زهراکار، ۱۳۸۶).

گلمن (۱۹۹۸) معتقد است که برنامه‌های آموزشی مهارت‌های هیجانی باید در مدارس به کار برده شوند. این برنامه‌ها نه تنها به بینش و شناخت دانش‌آموزان از حالات هیجانی‌شان کمک می‌کنند و عزت‌نفس آنان را تقویت می‌نمایند، بلکه موجب کسب نمرات بهتر توسط آنان در آزمون‌های شناختی می‌شود. او بر این باور است که مدارس باید چگونگی اداره و کنترل هیجان‌ها را به کودکان بیاموزند و معلمان

1- Mayer & Salovey

2- Gardner

3- Bar-On

4- Goleman

5- Parker

نیز باید با تعامل محترمانه با کودکان و نگهداری از آنان، الگوی مناسبی برای تقویت این نوع رفتار باشند. در صورت عدم توجه به این مسأله در نظام تعلیم و تربیت، کسانی که امروز دانش آموز هستند فردا به عنوان بزرگسالان و جوانان در محیط های کار، تحصیل و زندگی قادر نخواهند بود به نحو مطلوبی به موفقیت های بالایی دست یابند و جامعه خود را به سطح بالاتری ارتقاء دهند (گلمن، 1998). اینجاست که افراد باید بدانند برای موفقیت بیشتر در محیط های آموزشی مانند مدارس و دانشگاه ها صرفاً استفاده از هوش شناختی کافی نیست و هوش هیجانی هم در دستیابی به موفقیت بیشتر، نقش دارد (رضویان شاد، 1384). بنابراین با توجه به مورد فوق الذکر و نیز اهمیت هوش هیجانی به عنوان یکی از مقوله های مورد بحث دنیای امروز در مورد تأثیر چشمگیر آن بر سایر شئون زندگی و تعاملات اجتماعی از جمله عملکرد تحصیلی افراد، مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط هوش هیجانی و مؤلفه های آن با پیشرفت و موفقیت تحصیلی انجام گردید.

۲- روش کار

پژوهش حاضر یک مقاله ی مروری است که نتایج مطالعات محققین دیگر را بررسی و تحت تحلیل محتوا قرار داده است. این مطالعه، جهت تعیین میزان تأثیر هوش هیجانی در موفقیت تحصیلی و تأثیر آن بر جنبه های مختلف آن و ارائه پیشنهاد برای مطالعات آینده انجام گرفته است. در این مطالعه از سه کلید واژه هوش، هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی از طریق بانک های اطلاعاتی و مقالات مختلف فارسی جهت جستجو استفاده شد. بدین منظور 24 مقاله چاپ شده در محدوده زمانی 12 سال (از سال 1385 تا 1397) براساس معیارهای ورود به مطالعه انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه عبارتند از:

- مقالات به زبان فارسی باشند.
 - کلید واژه های هوش، هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی در عنوان، متن و کلمات کلیدی مقالات موجود باشند.
 - مقالات در مجلات معتبر فارسی به چاپ رسیده و مورد بررسی و داوری قرار گرفته باشند تا از اعتبار علمی برخوردار باشند.
- بنابراین با توجه به این معیارها، این 24 مقاله مورد تجزیه و تحلیل محتوا قرار گرفت. در همه مقالات، تعاریفی از هوش هیجانی و کاربرد آن در حیطه تحصیل دانشگاهی و تحصیل در مدارس ارائه شده بود که مورد بررسی و سازماندهی قرار گرفت.

۳- یافته ها

۳-۱- تعاریف و مفاهیم

تعاریف زیادی در مورد هوش ارائه شده است که می توان آن ها را در یکی از سه گروه زیر جای داد (فیرس و ترال، 1997):

- 1- تعاریفی که روی سازگاری و انطباق با محیط تأکید کنند، سازگاری با موقعیت های جدید یا توانایی برخورد مناسب با موقعیت های مختلف.

2- تعاریفی که بر توانایی یادگیری تمرکز می کنند: آموزش پذیری به صورت عام.

3- تعاریفی که روی تفکر انتزاعی تأکید می کنند: توانایی استفاده از تعداد زیادی مفاهیم و نمادهای کلامی و عددی.

اما واضح است که هوش با این تعاریف، فقط قسمت محدودی از توانایی را شامل می گردد و لذا سایر ابعاد آن نیز باید تشخیص داده شوند. یکی از این توانایی های شناخته شده ی انسان هوش هیجانی است (زهراکار، 1386). تعاریف متعددی از دیدگاه صاحب نظران برای هوش هیجانی ارائه شده است که در ادامه به چند مورد از این تعاریف اشاره شده است:

- هوش هیجانی، مجموعه ای از توانایی ها، قابلیت ها و مهارت های غیرشناختی است که بر توانایی شخص در کنار آمدن با مشکلات و فشارهای محیطی تأثیر می گذارد (بار-آن، 1997)

- هوش هیجانی عبارت است از توانایی درک عواطف و هیجانات، جهت دستیابی به عواطفی سازنده که به کمک آن‌ها بتوان به ارزیابی افکار و فهم هیجانات و دانش عاطفی و هیجانی خود پرداخت و با استفاده از آن بتوان موجبات پرورش احساسات و رشد هوشی خود را فراهم ساخت (مایر و همکاران، ۲۰۰۰).
- هوش هیجانی، یک سری از توانایی‌های غیرشناختی افراد است که بر روی ظرفیت آن‌ها برای موفقیت در زندگی تأثیرگذار است. در واقع هوش هیجانی همان هوش واقعی است (فرش‌واتر و استیکلر^۱، ۲۰۰۴).
- هوش هیجانی توانایی افراد برای تشخیص هیجانات و احساسات خود و دیگران و فرآیند تنظیم و بروز آن‌ها در پاسخ به موقعیت‌های مختلف زندگی است (استیکلر، ۲۰۰۶).
- هوش هیجانی انعکاسی است از فرآیندها و فعالیت‌های مورد انتظار افراد، که براساس اطلاعات به‌دست آمده از هیجان‌های طبیعی درون و بین فردی حاصل می‌شود (کافتسیوس و زامپتاکیس^۲، ۲۰۰۸).

۲-۳- الگوهای هوش هیجانی

از آن جایی که شناسایی توانمندی‌های موجود در هوش هیجانی براساس چارچوب‌های نظری متفاوتی انجام شده است، ضروری است که ابتدا به بیان الگوهای هوش هیجانی پردازیم. دو الگوی کلی در مورد هوش هیجانی وجود دارد. یک الگو به هوش هیجانی به‌عنوان یک صفت می‌نگرد که در آن توانایی‌ها و ویژگی‌های شخصیتی ترکیب می‌شود. اما الگوی دیگر، هوش هیجانی را به‌عنوان توانایی در نظر گرفته و آن را نتیجه تعامل شناخت و هیجان می‌داند. نظریه گلمن و بار-آن در الگوی اول و نظریه مایر و سالووی در دسته دوم قرار می‌گیرد (وارویک و نِتلبک^۳، ۲۰۰۴).

۱-۲-۳- الگوی هوش هیجانی مایر و سالووی

این الگو چهار بعد دارد که در ذیل توصیف شده‌اند:

- ۱- ادراک و ابراز هیجان: شامل توانایی شناسایی احساسات، بروز هیجانات به‌طور دقیق و تمایز بین هیجان‌های واقعی است.
- ۲- تسهیل هیجانی تفکر: توانایی استفاده از هیجانات برای واکنش مناسب به رویدادهای مهم، ایجاد هیجانانی که تصمیم‌گیری را تسهیل کرده و هیجانات را برای حل مسئله ترکیب و ترغیب می‌نماید.
- ۳- درک هیجانات: شامل توانایی درک هیجانات پیچیده، درک علل هیجانات و روابط بین هیجانات است.
- ۴- مدیریت هیجانات: شامل توانایی فرد در آگاه ماندن از هیجانات خود و توانایی حل مشکلات مربوط به هیجان می‌باشد (مایر و همکاران، ۲۰۰۴).

۲-۲-۳- الگوی هوش هیجانی گلمن

این الگو شامل ۵ بعد می‌باشد که در ذیل به آن‌ها اشاره شده است:

1- Freshwater & Stickler
2- Kafetsios & Zampetakis
3- Warwick & Nettelbeck

۱- شناخت عواطف شخصی: یا خودآگاهی یعنی شناخت و تشخیص هر احساس همان گونه که بروز می کند. افرادی که در مورد احساسات خود شناخت کافی دارند، بهتر می توانند زندگی کنند (هیلی و ام سی شاری، ۲۰۱۱). افراد خودآگاه نسبت به زندگی عاطفی خود حساس هستند، آنان افرادی مستقل اند، حدود خود را به روشنی می شناسند، وضعیت سلامت روان خوبی دارند و نگرش مثبتی به زندگی دارند. این افراد هر زمانی که دچار احساسات منفی شوند خیال پردازی نمی کنند و اسیر آن نمی شوند و به سرعت سعی می کنند از این حالت خارج شوند.

۲- استفاده درست از هیجانها: قدرت تنظیم و استفاده درست از هیجانها بر حس خودآگاهی استوار است، افرادی که از لحاظ این توانایی ضعف دارند دائما احساس نومیدی و افسردگی می کنند. اما افرادی که در این زمینه توانا هستند می توانند ناملازمات زندگی را بهتر پشت سر بگذارند.

۳- برانگیختن خود: افرادی که از این توانایی برخوردارند و توانایی برانگیختن خود را دارند زندگی بسیار مولد و اثربخش خواهند داشت. ۴- شناخت عواطف دیگران یا همدلی: افرادی که از این مهارت بیشتر برخوردار باشند به علائم هرچند کوچک از نیازها و خواستهای مردم توجه بیشتری نشان می دهند. این مهارت در امور مراقبت، آموزش، مدیریت و فروش ضروری است و باعث موفقیت بیشتر می شود (ویلیامز و استیکلی، ۲۰۱۰).

۵- حفظ ارتباط: بخش اعظم داشتن ارتباط اثربخش با دیگران، مهارت کنترل عواطف دیگران است. اینها تواناییهایی هستند که محبوبیت، رهبری و اثربخشی را در بین افراد تقویت می کنند (گلمن، ۱۹۹۶).

۳-۲-۳- الگوی هوش هیجانی بار-آن

این الگو شامل ۵ مؤلفه است و هر مؤلفه از قسمت های مختلفی تشکیل شده است که در ذیل به توضیح آن پرداخته شده است:

۱- مؤلفه های درون فردی: عبارت است از توانایی شخص در آگاهی از هیجانها و کنترل آنها که خود شامل: خودآگاهی هیجانی، قاطعیت، حرمت ذات، خودشکوفایی و استقلال می باشد.

۲- دومین بعد معرفی شده در الگوی هوش هیجانی بار-آن، مؤلفه های سازگاری است که خود از سه عنصر تشکیل می شود: آزمون واقعیت، انعطاف پذیری و حل مسئله (لی یو آ و همکاران، ۲۰۱۴).

۳- سومین بعد از الگوی هوش هیجانی بار-آن مؤلفه خلق و خوی عمومی است که خود شامل موارد زیر است: خوش بینی، نشاط و نداشتن خلق و خوی منفی است.

۴- یکی دیگر از ابعاد الگوی هوش هیجانی بار-آن مؤلفه های میان فردی است. مؤلفه های میان فردی به توانایی فرد برای زندگی مسالمت آمیز با دیگران می گویند که شامل همدلی، مسئولیت اجتماعی و روابط بین فردی می باشد (ویلیامز و استیکلی، ۲۰۱۰).

۵- آخرین بعد از ابعاد الگوی هوش هیجانی بار-آن مؤلفه های کنترل تنش است که تحمل تنشها و کنترل تکانها در این دسته بندی قرار می گیرند (حسن زاده و ساداتی کیادهی، ۲۰۱۲).

۳-۲-۳- هوش هیجانی و رابطه آن با موفقیت تحصیلی

موفقیت تحصیلی از جمله مسائلی است که در بسیاری از مطالعات مورد توجه قرار می گیرد. موفقیت به پاسخ یا عملی گفته می شود که طی آن شخص به هدف برسد، یا موفقیت یک گام قطعی است که به سمت هدف برداشته می شود، ولی در تعلیم و تربیت و موقعیت های

1- Healy & Mc Sharry

2- Williams & Stickley

3- Liu

تحصیلی، موفقیت به درجه‌ای از کارایی اطلاق می‌شود که فرد به فراخور توانایی‌هایش در پیشرفت‌های خود به رضایت شایسته می‌رسد (زمانی و امیری، ۲۰۰۳). موفقیت تحصیلی به عوامل مختلفی بستگی دارد که از آن جمله می‌توان به عوامل فردی، اجتماعی، تحصیلی، آموزشی و روان‌شناختی اشاره کرد. بررسی این عوامل و تعیین میزان سهم هر کدام در پیشرفت تحصیلی به تعیین راه‌کارهایی برای شناخت عوامل مؤثر در موفقیت و افت تحصیلی منجر می‌شود و این به برنامه‌ریزان آموزشی کمک می‌کند تا عوامل تأثیرگذار را بهبود بخشند و از تأثیر عوامل منفی بکاهند (پارکینز، ۱۹۹۷). از بین عوامل متعدد هوش هیجانی موردی است که به دلیل اهمیتی که در زمینه‌های آموزشی و تحصیلی دارد شایسته است که مورد توجه ویژه‌ای قرار گیرد.

نتیجه مطالعات و پژوهش‌های مختلف نشان داده است که، عملکرد تحصیلی فرد متأثر از وضعیت هوش هیجانی شخص می‌باشد و هم‌بستگی هوش هیجانی دانش‌آموزان و دانشجویان با موفقیت تحصیلی آن‌ها مثبت و معنادار است. بدان معنا که با افزایش میزان هوش هیجانی، موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان افزایش می‌یابد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۵). این یافته را می‌توان در راستای پژوهش بشارت و همکاران (۱۳۸۵) و نیز بر اساس الگوی هوش هیجانی مایر و سالووی به صورت زیر تبیین کرد:

۱- بر اساس الگوی هوش هیجانی مایر و سالووی، هرچه سطح هوش هیجانی فرد بالاتر باشد، ادراک هیجانی وی نیز افزایش می‌یابد. این سطح از ادراک با افزایش توانایی ارزیابی محرک‌های پیرامونی و بالابردن توان برقراری پیوندهای عاطفی و ابراز هم‌دلی، فعالیت‌سازش-یافته‌ی فرد را افزایش می‌دهد و زمینه‌های ارتباطی و عاطفی لازم را برای فعالیت‌های مؤثر و موفق تحصیلی فراهم می‌آورد.

۲- هرچه سطح هوش هیجانی فرد بالاتر باشد، آسان‌سازی هیجانی تفکر به فرد بیش‌تر کمک می‌کند تا با سازمان‌دهی افکار، حافظه و محتویات حافظه، به‌گونه‌ای منسجم‌تر با مسائل مربوط به تحصیل روبرو شود؛ پدیده‌ای که تأثیری مثبت خلقی به‌سازش بهتر فرد با محیط و محرک‌های محیطی کمک می‌کند. این سازش‌یافتگی نیز، خود بر موفقیت تحصیلی فرد تأثیر می‌گذارد.

۳- شناخت یا بینش هیجانی، عامل دیگر هوش هیجانی، به فرآیندها و ساختارهای حافظه‌ای مربوط به نام‌گذاری هیجان‌ها گفته می‌شود. شناخت هیجانی تعیین می‌کند که فرد چگونه معانی هیجانی و وضعیت‌های هیجانی را شناسایی کند. در پرتو این خصوصیت هوش هیجانی، افزون بر افزایش احتمال درک درست و واقع‌بینانه‌ی هیجان‌ها (معانی و موقعیت‌ها)، توانایی پیش‌بینی و میزان تسلط فرد افزایش می‌یابد و راه‌بردهای مقابله‌ی مؤثرتر برای رویارویی با موقعیت‌های تنش‌زا، مانند مدرسه، دانشگاه و درس به‌کار بسته می‌شود. بر این اساس، درک هیجانی با سازوکارهای پیش‌بینی، کنترل و استراتژی‌های مقابله‌ی کارآمد به افزایش موفقیت تحصیلی کمک می‌کند.

۴- مدیریت هیجان‌ها، به توانایی فرد برای تنظیم هیجان‌ها در خود و دیگران، برای ارتقاء رشد هیجانی و عقلی گفته می‌شود. همچنین توان مدیریت اگر در خدمت سازمان‌دهی هیجان‌ها بیاید، از بحران‌های هیجانی پیشگیری می‌کند. مدیریت هیجانی با پیشگیری و افزایش قدرت سازش، زمینه‌های لازم را برای موفقیت تحصیلی فراهم می‌آورد.

۵- توضیح دیگری که می‌توان برای یافته‌های پژوهش آورد تبیین ساختاری است. بر این اساس، ساختار عوامل چهارگانه‌ی هوش هیجانی مایر و سالووی که از پیوستگی و یکپارچگی برخوردار است، با تعامل و تأثیر دوسویه، نقش یکدیگر را تقویت و تکمیل می‌کند. بدین‌منظور، ساختار سازه‌های هوش هیجانی، و به سخن دیگر، تأثیر دوسویه‌ی سازه‌ها با تقویت و تکمیل ویژگی‌ها و نقش‌های هریک از سازه‌ها، به گونه‌ای یکپارچه در راستای تبیین‌های پیش‌گفته، موفقیت تحصیلی را افزایش می‌دهد.

۴- نتیجه‌گیری

همان‌طور که پیش‌تر گفته شد هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه‌ی بین هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان بوده است. از لحاظ رابطه بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی، نتایج پژوهش‌های مختلف (پترایدز، فردیکسون و فورنهام، ۲۰۰۴؛

پارکر و همکاران، ۲۰۰۴؛ آستین، ساکلوفسکی و اگان^۱، ۲۰۰۵؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۵؛ ثمری و طهماسبی، ۱۳۸۶؛ شیخ الاسلامی و احمدی، ۱۳۸۹) نشان می‌دهد که هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان همبستگی مثبت معنی‌دار دارد. این به آن معنی است که با افزایش هوش هیجانی، موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان افزایش می‌یابد. هوش هیجانی از طریق توانایی درک هیجان‌ها و احساسات سایر افراد، باعث برقراری ارتباطات مؤثر و همدلی بیشتر فرد در روابط می‌شود و از طرفی از طریق تسهیل هیجانی تفکر، موجب سازگاری مناسب فرد با محیط و مکانیسم‌های محیطی می‌شود. همچنین بینش هیجانی، زمینه شناخت بهتر موقعیت‌های هیجانی و پیش‌بینی مسائل و مشکلات را جهت رویارویی مناسب با این موقعیت‌ها فراهم می‌کند تا فرد با کمک مدیریت هیجانی به‌طور مؤثری مسائل و مشکلات را پیش‌بینی و حل کند. بدین ترتیب، چهار عامل درک هیجانی، تسهیل هیجانی تفکر، بینش هیجانی و مدیریت هیجانی زمینه رشد و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان را فراهم می‌کند. بنابراین لازم است با برگزاری دوره‌های آموزشی، معلمان و متولیان تعلیم و تربیت را نسبت به اهمیت هوش هیجانی و نقش آن در موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان آگاه نمود. همچنین می‌توان با قراردادن پرورش هوش هیجانی در سر فصل اهداف آموزش و پرورش، زمینه موفقیت هرچه بیشتر دانش‌آموزان را فراهم کرد. برای بررسی دقیق‌تر چگونگی تأثیر هوش هیجانی بر موفقیت تحصیلی، پیشنهاد می‌شود تأثیر جداگانه عوامل سازنده‌ی هوش هیجانی بر موفقیت تحصیلی، تأثیر درازمدت هوش هیجانی بر موفقیت تحصیلی (برای نمونه، سال‌های مختلف تحصیلی) و تأثیر هوش هیجانی بر کارکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان در درس‌های مختلف بررسی شود. همچنین، افزون بر میانگین کل نمره‌های درسی، دیگر شناسه‌های درسی (مانند تعداد درس‌ها و واحدهای گذرانده) و هوشی (مانند هوش‌بهر و توانایی‌های هوش) نیز در بررسی‌های آینده گنجانده شود.

منابع و مراجع

- ۱- اسدی، ج. (۱۳۸۲). بررسی رابطه هوش هیجانی، فرسودگی شغلی و سلامت روان کارکنان ایران خودرو، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۲- امیدداری ارجنکی، ص.، کردنوقایی، ر.، قربعلی، ا. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش هوش هیجانی بر تقویت هوش هیجانی دانش‌آموزان دختر آموزش ابتدایی، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال چهاردهم، شماره ۱، بهار ۱۳۹۲، ۱۳-۵.
- ۳- بشارت، م.، شالچی، ب.، شمسی‌پور، ح.، (۱۳۸۵). بررسی رابطه هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان، اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره ۲، شماره ۳ و ۴، پاییز و زمستان ۱۳۸۵، ۷۳-۸۴.
- ۴- ثمری، ع.، طهماسبی، ف.، (۱۳۸۶). بررسی رابطه هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان، فصلنامه اصول بهداشت روانی، سال نهم، شماره ۳۵ و ۳۶، پاییز و زمستان ۱۳۸۶، ۱۲۸-۱۲۱.
- ۵- جلال، ا.، (۱۳۸۲). هوش هیجانی، فصلنامه تعلیم و تربیت، ویژه‌نامه ارزشیابی تحصیلی، شماره ۶۹ و ۷۰، ۱۰۶-۸۹.
- ۶- حسینی، ف.، (۱۳۸۳). درباره هوش هیجانی چه می‌دانید؟، به نقل از روزنامه همشهری.
- ۷- رضویان شاد، م.، (۱۳۸۴). رابطه هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز.
- ۸- زهراکار، ک.، (۱۳۸۶). بررسی رابطه مؤلفه‌های هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی، اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی (اندیشه و رفتار)، دوره ۲، شماره ۵، پاییز ۱۳۸۶، ۹۸-۸۹.
- ۹- سلطانی‌فر، ع.، (۱۳۸۶). هوش هیجانی، فصلنامه اصول بهداشت روانی، سال نهم، شماره ۳۵ و ۳۶، پاییز و زمستان ۱۳۸۶، ۸۴-۸۳.
- ۱۰- شیخ‌الاسلامی، ر.، احمدی، س.، (۱۳۸۹). رابطه هوش هیجانی و رضایت از تحصیل در دانش‌آموزان. مجله علوم رفتاری، دوره ۵، شماره ۲، ۱۳۵-۱۴۲.



- 1۵- Austin, E. J., Saklofske, D. H., and Egan, A., *Personality, well-being, and health correlates of trait emotional intelligence. Personality and Individual Differences*, 38(3), (2005), pp. 547-558.
- 1۶- Bar-On, R., *Bar-On Emotional Quotient Inventory: User's manual*. Toronto: Multi-Health Systems, (1997).
- 1۷- Bar-on, R., *The bar-on model of emotional intelligence skills development training, program and student achievement and retention. Unpublished raw data, Texas A & M University*, (2006).
- 18- Bar-on, R., Parker, J.D.A., *The hand book of Emotional intelligence. San Francisco: Jossey – Bass*, (2000), pp. 92 – 117.
- 19- Freshwater, D., Stickley, T., *The heart of the art: emotional intelligence in nurse education. Nursing Inquiry*; 11(2), (2004), pp. 91-98.
- 1۹- Goleman, D., *Emotional intelligence. New York. NY, USA: Bantam Books*, (1995).
- ۲۰- Goleman, D., *Why it can matter more than IQ. Great Britain, Clays Ltd*, (1996).
- 2۱- Goleman, D., *Working with emotional intelligence. New York. NY, USA: Bantam*, (1998)
- 2۲- Hassanzadeh, R., Sadati Kiadehi, M., [(Emotional Intelligence (Feeling, Emotion and Excitement Management)]. Tehran, Nashre Ravan Publishing (Persian), (2012).
- 2۳- Healy, D., Mc Sharry, P., *Promoting self awareness in undergraduate nursing students in relation to their health status and personal behaviors. Nurse Education in Practice*. 11(4), (2011), pp. 33-228
- 2۴- Kafetsios, K., Zampetakis, L., *Emotional intelligence and job satisfaction: testing the mediatory role of positive and negative affect at work. Personality and Individual Differences*. 44, (2008), pp. 710-720.
- 2۵- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., Li, T., *Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. Personality and individual differences*. 66, (2014), pp. 7-92.
- 2۶- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, DR., *Emotional intelligence as zeitgeist, as personality and as a mental ability. In Bar-On R, Parker JDA. (Editor). The handbook of emotional intelligence. San Francisco , CA : Josey-Bass*, (2000).
- 2۷- Mayer, J., Salovey, P., Caruso, DR., *Emotional intelligence: Theory, findings and implications. Psychological inquiry*. 15 (3), (2004), pp.197-215.
- 28- Parker, J. D. A., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J., Majeski, S. A., *Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university. Personality and Individual Differences*. 36(1), (2004), pp.163-172.
- 29- Parkins, S. Y., *Exploring Hope: A Journey Tanzanian Adolescents in a School Setting, Thesis for the Degree of Master of Education in Counseling Psychology, Department of Educational Psychology, Edmonton, Alberta*, (1997).
- ۳۰- Petrides, K. V., Frederickson, N., Furnham, A., *The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school, Personality and Individual Differences*. 36(2), (2004), pp.277-293.
- 3۱- Phares, E.S.T., Trull, T.J., *clinical psychology: concepts, methods and profession. Pacific grove, CA: Brook // Cole Salovey, P. & mayer , J.D., 1990. emotional intelligence imagination, cognition and personality*, 9, (1997), pp.185-211.
- 3۲- Stickler, JF., *Emotional intelligence. A critical leadership quality for the nurse executive. Association of Woman's Health, Obstetric, and Neonatal Nurses lifelines*. 10(5), (2006), pp.5-422.
- 3۳- Warwick, J., Nettelbeck, T., *Emotional intelligence is...? Personality and individual differences*. 37(5), (2004), pp. 100-1091.
- 3۴- Williams, J., Stickley, T., *Empathy and nurse education. Nurse education today*. 30(8), (2010), pp.5-752.
- 3۵- Zamani, Gh., Amiri, M., [Movafaghiate tahsili az dide farhikhtegane keshavarzi], *Journal of Shiraz university*. 1(35), (2003), pp.94-109.