



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی
مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی
با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



بررسی هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

اسلام مرادی (نویسنده مسئول)^۱، بیژن مرادیان^۲

^۱کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی آموزش و پرورش، هلیان eslam.m1396@gmail.com

^۲کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی آموزش و پرورش، هلیان bijanmoradyan1900@gmail.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بود. روش پژوهش حاضر با توجه توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش کلیه در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بود که ۳۶۰ نفر با استفاده از فرم تعیین حجم نمونه کوکران به روش خوشه ای مرحله ای انتخاب شدند. اطلاعات این پژوهش از طریق پرسشنامه های شادکامی آکسفور، هوش هیجانی بارآن جمع آوری شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزارهای آماری SPSS انجام شد. روش آماری استفاده شده برای تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون بود. نتایج نشان داد که بین هوش هیجانی و شادکامی رابطه معنادار وجود دارد. ضریب همبستگی بین هوش هیجانی و شادکامی ۰/۶۴ بود. می توان نتیجه گیری کرد که مولفه های روان شناختی نظیر هوش هیجانی می توانند در میزان شادکامی موثر باشند؛ بنابراین با تعدیل این متغیرها می توان میزان شادکامی را در آنها افزایش داد.

کلید واژه: هوش هیجانی، شادکامی، دانش آموزان



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



مقدمه

هیجان ها بر نظام شناختی فرد تأثیر می گذارند و آنها را تغییر می دهند. هنگامی که شخص خوشحال است، شناخت مثبت و هنگامی که غمگین است، شناخت منفی صورت می گیرد (محمدی و همکاران، ۲۰۰۹). خوشحالی یا شادی لازمه زندگی است. واژه شادکامی در برگزیده چند مفهوم ذهنی مثل شادمانی، خشنودی، لذت و خوشایندی است اما به معنای خودفریبی، انکار واقعیت ها و ندیدن مشکلات نیست (ثابت همکاران، ۲۰۱۰). شادکامی، سلامت روان، خلاقیت و هیجان از حوزه های مورد علاقه روان شناسی مثبت گرا است. مفهوم هوش هیجانی و شادکامی جایگاه زیادی در زندگی فردی و اجتماعی دارد و ضرورت آن در حفظ سلامت روان مورد توجه محققان قرار گرفته است (جوکار و همکاران، ۲۰۱۰). لغت شاد، در فرهنگ عمید به معنای خشنود، خوشحال، خوشوقت، بیغم و خوش و خرم آمده است و در زبان انگلیسی واژه شاد و خوشحال یک صفت به معنای خوشبخت، خوش شانس، خوش یمن، خوشایند، خوش و با صفا تعبیر می شود (ربانی و همکاران، ۲۰۱۱). شادکامی در زمان های مختلف معانی متفاوتی داشته است. یونانیان باستان شادکامی را یک فضیلت می دانستند. رومیان آن را یک نعمت الهی به حساب می آوردند. در ادبیات پیشین، افلاطون شادکامی را حالت تعادل و هماهنگی میان سه عنصر استدلال، هیجان و امیال، و ارسطو آن را زندگی معنوی می داند (منتظری و همکاران، ۲۰۱۱). شادکامی سه جزء دارد: هیجان مثبت، رضایت از زندگی، نبود هیجانات منفی. روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست داشتن زندگی و دیگران از اجزا شادکامی است (علیپور و همکاران، ۲۰۱۱). وقتی از مردم پرسیده می شود فرد شادکام چه کسی است در پاسخ به شبکه حمایتی از روابط زندگی فردی در یک فرهنگ اشاره می کنند که به تغییر مثبت و خوش بینانه از رویدادهای زندگی می انجامد (امیری مجد و همکاران، ۲۰۱۱). برخی پژوهشگران معتقدند که افراد شادکام در پردازش اطلاعات سوگیری دارند. این سوگیری در جهت خوش بینی و خوشحالی است یعنی اطلاعات را به گونه ای پردازش می کنند که به خوشحالی آنها می انجامد (عابدین و همکاران، ۲۰۱۲).

افرادی که هوش هیجانی بالا دارند، موفقیت های تنش زا را به عنوان یک چالش و فرصت برای یادگیری می بینند تا یک تهدید. شاید برترین امتیاز هوش هیجانی این است که یک مهارت بسیار انعطاف پذیر است که می توان آن را بهبود بخشید و توسعه داد. مطالعات همچنین نشان داده اند که در جوامع متمدن کنونی انسان های شاد و سالم دارای حس مسؤولیت پذیری بالایی خواهند بود. احساس مثبت و شادکامی در زندگی، تأثیر شگرفی داشته است و بر عملکرد بهینه و اثربخش مؤثر است (روجاس، ۲۰۰۷). طی سال های اخیر در حوزه های تحقیق در روان شناسی، هوش هیجانی مورد توجه قرار گرفته است. واژه هوش هیجانی چند سالی است که در ادبیات علمی مطرح شده است. ابتدا در روان شناسی و سپس به صورت کاربردی در سایر علوم مطرح شد. ریشه این واژه از مفهوم هوش اجتماعی که اولین بار در سال ۱۹۲۰ مطرح شد، نشأت گرفته است (صبحی و همکاران، ۲۰۱۴). هوش هیجانی، مجموعه ای از مهارت ها و شایستگی های اجتماعی را در بر می گیرد که فرد برای تشخیص، درک و مدیریت هیجان، حل مسأله و سازگاری تأثیر می گذارد و به طرز مؤثرتری فرد را با نیازها، فشارها و مشکلات زندگی سازگار می کند (مشبکی و همکاران، ۲۰۰۹). این نوع هوش در چگونگی سازگاری و موفقیت افراد نقش مهم ایفا می کند. نظریه هوش هیجانی، حوزه وسیعی از توانایی های مرتبط با شناخت و به کارگیری هیجانات را می تواند توجیه کند (امیدی و همکاران، ۲۰۱۴). هوش هیجانی دارای مزایای اجتماعی، شناختی و زیست شناسی می باشد. پژوهش ها نشان داده اند که افرادی با هوش هیجانی بالا سطوح پایینتری از هورمون های استرس را دارا هستند. کودکان با هوش هیجانی بالاتر توانایی بیشتری در تمرکز بر مشکل و استفاده از مهارت حل مسأله را دارند (سلطانی فر، ۲۰۰۸). پژوهش یزدانی (۱۳۹۷) نشان داد که بین هوش هیجانی افراد و شادکامی رابطه وجود دارد و هر چه میزان هوش هیجانی افراد بالاتر باشد نسبت به مسائل خوش بین تر و شادتر هستند. با توجه به مطالب گفته شده در بالا هدف این پژوهش پاسخگویی به این سوال است که آیا بین هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معنادار رابطه وجود دارد؟



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



روش شناسی پژوهش:

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است که با استفاده از پرسشنامه انجام خواهد شد و به صورت میدانی صورت می‌گیرد. در پژوهش‌های توصیفی-همبستگی، محقق به دنبال بررسی روابط بین متغیرهای مورد مطالعه می‌باشد. هدف، کشف رابطه علت و معلولی بین متغیرها نیست، بلکه مطالعه روابط یک یا چند متغیر با یک یا چند متغیر دیگر است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بود. حجم نمونه در این پژوهش برابر با برابر با ۳۶۰ نفر بود. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت خوشه‌ای مرحله‌ای می‌باشد.

پرسشنامه هوش هیجانی:

پرسشنامه هوش هیجانی بار-آن (۱۹۹۷) یک مقیاس خود گزارش دهی است که نسخه اصلی آن با ۱۳۳ گویه به صورت فردی و گروهی قابل اجرا است. و در مقیاس پنج‌درجه‌ای "کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم" نمره‌گذاری می‌شود. نسخه فارسی آن با ۹۰ گویه در جامعه دانشگاهی ایران هنجار شده است (سموعی، ۱۳۸۰). در این مقیاس کسب نمره بیشتر نشان‌دهنده هوش هیجانی بالاتر است. این پرسشنامه شامل پنج عامل (درون فردی، بین فردی، سازش‌پذیری، مدیریت تنیدگی، خلق عمومی) که هر کدام دارای ۱۵ سوال می‌باشد که از (۱ تا ۵) نمره می‌گیرند. ضریب آلفای کرونباخ برای فرم اصلی برابر با ۰/۷۶ و ضریب باز آزمایی آن پس از یک ماه برابر با ۰/۸۵ و پس از چهار ماه برابر با ۰/۷۵ گزارش شده است (بار-آن، براون، کرک کالدی و تام، ۲۰۰۰). اعتبار فرم کوتاه آن نیز در دامنه ۰/۷۶ تا ۰/۹۳ برآورد شده است (مارکی و وندروال، ۲۰۰۷). برای نسخه فارسی ضریب آلفای کرونباخ و دو نیمه سازی به ترتیب برابر با ۰/۹۳ و ۰/۸۸ (سموعی، ۱۳۸۰) و در پژوهش دیگری (زینعلی و خسرو جاوید، ۱۳۸۹) ضریب آلفا برابر با ۰/۷۰ و باز آزمایی بافاصله یک ماه برابر با ۰/۷۶ گزارش شده‌اند.

پرسشنامه شادکامی:

آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است و میزان شادکامی فردی را می‌سنجد. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگایل و کراسلند از شادکامی است (آنها به منظور آرایه یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را سازه‌ای دارای سه بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی) این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگایل و براساس پرسشنامه افسردگی بک (BDI، ۱۹۷۶) ساخته شده است. این آزمون شامل ۲۹ عبارت چهار گزینه‌ای است که نمره‌گذاری گزینه‌های هر عبارت به ترتیب عبارت است از: الف: ۰، ب: ۱، ج: ۲، د: ۳ بدین ترتیب بالاترین نمره‌ای که آزمودنی می‌تواند در این مقیاس کسب کند، ۸۷ است که بیانگر بالاترین حد شادکامی بوده و کمترین نمره این مقیاس ۰ است که موید ناراضی بودن آزمودنی از زندگی و افسردگی فرد است. نمره بهنجار این آزمون بین ۴۰ تا ۴۲ است در پژوهشی که توسط علی پور و آگاه هریس (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی آکسفورد با فهرست افسردگی بک وزیر مقیاس‌های برون‌گرایی و نورزگرایی پرسشنامه شخصیتی آیزنگ به ترتیب برابر با ۰/۴۸-، ۰/۴۵ و ۰/۳۹- بود که روایی همگرا و واگرایی فهرست شادکامی آکسفورد را تایید می‌کرد. نتایج تحلیل عاملی با استخراج ۵ عامل: رضایت از زندگی، حرمت خود، بهزیستی فاعلی، رضایت خاطر و خلق مثبت توانستند با ارزش ویژه بزرگتر از ۱ در مجموع ۴۹/۷٪ واریانس کل را تبیین کنند. میانگین نمره‌های آزمودنی‌های ایرانی در در فهرست شادکامی آکسفورد (۴۲/۰۷) با یافته‌های پژوهش آرگایل ($M=35/6$) متفاوت بود.

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمارهای توصیفی و استنباطی استفاده می‌شود. از آمار توصیفی، برای توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی و برای بررسی آزمون فرضیات پژوهش از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده می‌شود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS22 صورت می‌گیرد.

یافته ها

جدول شماره ۱ آماره‌های توصیفی شادکامی

متغیر وابسته	متغیر و ابعاد	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
شادکامی	شادکامی	۴۸/۹۳	۱۰/۳۵	۲۹	۸۷

همانگونه که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد متغیر مستقل شادکامی (۴۸/۹۳ و ۱۰/۳۵) می‌باشد.

جدول شماره ۲ آماره‌های توصیفی هوش هیجانی

متغیر مستقل	متغیر و ابعاد	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
هوش هیجانی	هوش هیجانی	۲۱۳/۴۶	۳۷/۶۵	۹۰	۴۵۰

همانگونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد متغیر مستقل هوش هیجانی (۲۱۳/۴۶ و ۳۷/۶۵) می‌باشد.

فرضیه پژوهش: «بین هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد».

جدول شماره ۳ بررسی فرضیه پژوهش

نتیجه	سطح معناداری (Sig)	ضریب همبستگی	فرضیه جزئی (۱)
تایید	۰/۰۰۱	۰/۶۴	هوش هیجانی ← شادکامی

مطابق با نتایج جدول شماره ۳ ضریب همبستگی متغیر مستقل «هوش هیجانی» بر روی متغیر وابسته «شادکامی» برابر با ۰/۶۴ شده است. از سوی دیگر مقدار سطح معناداری برابر با ۰/۰۰۱ شده که پایینتر از ۰/۰۵ خطاست. این بدان معناست که، متغیر مستقل تحقیق بر روی متغیر وابسته تحقیق از نظر آماری تأثیر معناداری می‌گذارد. بنابراین فرضیه پژوهش تایید می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول: بین هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد.

نتایج ضریب همبستگی نشان داد که بین هوش هیجانی و شادکامی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد و این یافته با نتایج پژوهش یزدانی (۱۳۹۷) همخوانی دارد.

هوش هیجانی در شادکامی عنصری کلیدی و با اهمیت است. نظریه پردازان هوش هیجانی بر این باورند که هوش هیجانی منجر به افزایش شادکامی می‌شود و بالا بودن هوش هیجانی را به عنوان یک عامل محافظت کننده روان مطرح نموده اند (سالووی، و همکاران، ۲۰۰۰). گلمن (۱۹۹۸) معتقد است که افراد با هوش هیجانی، توانایی شناخت و کنترل احساسات خود را دارند که منجر می‌شود عواطف مثبت و منفی خود را شناسایی نموده و در زمان تجربه عواطف منفی، قدرت سازگاری و تفکر بیشتری داشته باشند، این انعطاف پذیری به آنها کمک می‌کند تا حتی در زمانی که محیط شاد نیست، بتوانند خود را شاد نگه دارند. از سوی دیگر افراد با هوش هیجانی، توانایی برقراری ارتباط مطلوب با دیگران را دارند که همین امر باعث می‌شود به خوبی احساسات آنها را درک نمایند، با آنها همدل شوند و رابطه



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



رضایت بخشی داشته باشند (به نقل از مزین، ۱۳۹۲). افرادی که دارای هوش هیجانی بالا هستند، مهارت‌های مدیریت استرس خوبی دارند و قادرند عواطف خود را مدیریت و ارزیابی کنند آنها را ابراز نمایند. هوش هیجانی بالا این توانایی را به افراد می دهد که از دخالت عوامل نامطلوب درونی و بیرونی نظیر ناامیدی و خستگی، عوامل هیجانی منفی، فشارهای روانی اطرافیان و سایر عوامل مزاحم پیشگیری کنند (گرون و همکاران، ۲۰۰۸).

منابع

- یزدانی، فاطمه (۱۳۹۷). رابطه هوش هیجانی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه کاشان. مجله مدیریت فراگیر. ۴(۱)۱۸-۲۳.
- Abedin Abadi A(2012). Relationship between religious orientation and coping style and student happiness in Kashan University. University of Kashan.
- Alipour A, Ali Noorbala A, Aega J, Matiehian H(2011). Shadakami and immune function. Journal of Rolling Science 15.
- Amirimajd M, Zari Moghadam F(2011). The relationship between happiness and marital engagement among employed cultural women and housewives in Arak. Journal of Behavioral Sciences; 2(4).
- Jokar B. Alborzai M(2010). Relationship of personality characteristics with emotional creativity and cognitive creativity. Psychological Studies; 6(1).
- Mahmadi Gh. Esteki M. Demavandi Sh(2009). The relationship between thinking style and emotional intelligence of students. Journal of Behavioral Sciences; 3(8): 107-23.
- Mashbaki A, Teizro A(2009). Extremely emotional and cultural intelligence on the success of world-class leaders. Management Research; 2(3).
- Montazeri A, Omidvari S, Azin A, Aiinparast A, Jahangiri K, Seddiqi J, et al(2011). The happiness of the Iranian people and the effective factors: a study of health from the point of view of the Iranian people. Quarterly Journal of Monitoring; 11(4).
- Omidi S, Kord Noqhabi A, Alborzi M(2014). Educational effect of emotional intelligence on emotional intelligence in elementary school female students. Knowledge and Research in Applied Psychology; 10.
- Rabbani R, Rabbani A, Abedi M, Ganji M(2011). Culture and education: a theoretical and practical approach in the life of everyday family caretakers in Isfahan. Journal of the Iranian Association for Cultural and Communication Studies; 8.



Rojas M (2007). Heterogeneity in the relationship between income and happiness. A conceptually-referent-theory explanation. Journal of Economic Psychology; 28: 1-14.

Sabet, M, Latefi Kashani, F(2010). Standardization of the Oxford Happiness Test. Thought and Behavior;

Sobhi Kharamalkhi N, Porzor P(2014). Comparison of spiritual intelligence and emotional intelligence of students and students. Culture in the Islamic University; 4(2): 297-310.

Soltanifar A(2008). Emotional intelligence. Quarterly Journal of Mental Health. 9.