

## بررسی رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع

### ابتدایی

#### اکرم قرشی نوق

کارشناس رشته روانشناسی، دانشگاه پیام نور رشتتور - ایران akram.gh6213@gmail.com

#### چکیده

دنیای امروز با سرعت زیادی در حال صنعتی شدن می‌باشد و این امر ضرورت نوآوری، انعطاف پذیری، بهره‌وری و پاسخگویی را برای بقا و موفقیت سازمان‌ها بیشتر می‌کند. از این رو باید استانداردهای جدیدی برای سازمان‌ها تدوین گردد تا پاسخگوی مشکلات جهانی باشد و زمینه مناسبی را برای کارکنان فراهم نماید تا بتوانند از مناسب‌ترین مهارت‌ها برخوردار شوند. از آنجا که هوش هیجانی، آگاهی از احساس و استفاده از آن برای تصمیم‌گیری‌های قابل قبول در زندگی و توانایی ضربه‌های روحی و مهار آشفته‌گی‌های روانی است و اعتماد به نفس و کنترل درونی افراد را افزایش می‌دهد در این تحقیق سعی شده است با بررسی رابطه هوش هیجانی با سلامت روانی دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتتور، اثرات آن بر نظام تعلیم و تربیت مورد مطالعه قرار گیرد.

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، دانش آموزان دختر مدارس متوسطه شهر رشتتور در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ به تعداد ۱۸۵ نفر هستند. حجم نمونه به وسیله جدول تعیین حجم نمونه مورگان ۱۴۰ نفر و با روش نمونه‌گیری تصادفی تعیین گردید. ابزار جمع‌آوری داده‌ها دو پرسشنامه استاندارد هوش هیجانی بار-ان (۱۹۹۴) و سلامت روان کلمبرگ (۱۹۹۹) است. روایی محتوایی هر دو پرسشنامه به وسیله صاحب‌نظران تأیید گردید و برای تأیید پایایی، آلفای کرونباخ برای پرسشنامه هوش هیجانی ۰/۹۱ و برای پرسشنامه سلامت روان ۰/۸۵ محاسبه گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها از راه آمار توصیفی و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t مستقل، تحلیل واریانس، رگرسیون چندمتغیره) انجام گرفت.

نتایج نشان دادند که بین هوش هیجانی با سلامت روان دانش آموزان دختر رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بین نظرات دانش آموزان در مورد هوش هیجانی و سلامت روان با توجه به جنس، پایه و مقطع تحصیلی تفاوت معناداری مشاهده نشد.

کلیدواژه‌ها: هوش هیجانی، سلامت روان، دانش آموزان، مقطع ابتدایی، رشتتور.

## مقدمه

توان مندی‌ها و شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی از عوامل تعیین کننده تاثیر گذاری بر کیفیت روابط اجتماعی به شمار می‌آید (آیزن برگ و همکاران)<sup>۱</sup> برنامه‌های مداخله‌ای آموزشی و تربیتی مدارس بر شایستگی‌های هیجانی تاکید می‌کند. مانند برنامه ارتقای راهبردهای تفکر نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های هیجانی برسازش اجتماعی موثر است (آیزن برگ و همکاران) آخاستگاه نظری این دسته از پژوهش‌ها هوشی هیجانی است که به وسیله‌ای سالووی و مه یرد<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) پیشنهاد شد. در واقع مفهوم هوش هیجانی، یک حیطة چند عاملی از مجموعه مهارت‌ها و صلاحیت های اجتماعی است 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 چالشهای زندگی سازگار می‌کند (صفوی، موسوی و لطفی، ۱۳۸۸).

ارتباط یکی از قدیمی‌ترین و در عین حال عالی‌ترین دستاوردهای بشری است. ارتباط زمینه ساز زندگی اجتماعی است. انسان موجودی اجتماعی است و در خلا آفریده نشده است. یکی از رسالت های مهم انسان درجهان خاکی، ایجاد، گسترش و تداوم بخشیدن به روابط فردی است. بهداشت روانی و روان سالم و روابط بین فردی، مهم‌ترین مولفه های زندگی ما از بدو تولد تا هنگام مرگ است. هیچ انسانی از بدو تولد و بدون آموختن نمی‌تواند روابط بین فردی موثری برقرار کند و تا زمانی که انسان زنده است این روابط ادامه دارد که در قالب سلامت روان ظاهر می‌شود و تداوم حیات و اجتماع منوط به افزایش کیفیت روابط بین فردی است (عابدی، ۱۳۸۵).

ازسوی دیگرشواهد موجود نشان می‌دهند که هوش به تنهایی نشان دهنده موفقیت ما در زندگی و محیط کار نیست و عواطف نقش کلیدی در موفقیت سازمانی به عهده دارند (لطفی و همکاران، ۱۳۹۲) افراد هوشمند از نظر هیجانی می‌توانند اثربخشی را در تمام سطوح سازمانی گسترش دهند و نقشی مهم در کیفیت و اثربخشی تعامل اجتماعی با دیگران ایفاء نمایند (عابدی، ۱۳۸۵).

هوش هیجانی<sup>۴</sup> برای موفقیت ضروری است و ۶۰ درصد عملکرد در تمام شغل‌ها را در بر می‌گیرد. هوش هیجانی به تنهایی بزرگترین عامل برای پیش بینی عملکرد فرد در محیط کار و قوی ترین نیرو برای رهبری و موفقیت است (بورادبری و گرویس،<sup>۵</sup> ۲۰۰۷).

هوش هیجانی به افراد در زمینه آگاهی بیشتر از روش های بین فردی، شناسایی و مدیریت تأثیر عواطف بر تفکر و رفتار، توسعه توانایی تشخیص تحرکات اجتماعی در محیط کار و درک چگونگی مدیریت روابط و بهبود آن‌ها کمک می‌کند. هوش هیجانی محصول دو مهارت اصلی قابلیت فردی و قابلیت اجتماعی است. خودآگاهی و خودمدیریتی به فرد برمی‌گردد و آگاهی اجتماعی و مدیریت روابط به رابطه فرد با دیگران بر می‌گردد (بورادبری و گرویس،<sup>۶</sup> ۲۰۰۷).

با توجه به این که هوش هیجانی متغیری درون فردی است که هر فردی آن را داراست می‌توان با ایجاد راه‌ها و روش‌هایی باعث افزایش هوش هیجانی افراد شد و از این طریق شاید بتوان بهزیستی افراد را افزایش داد. از مؤلفه های هوش هیجانی می‌توان به کنترل تکانه، تحمل فشار، خود آگاهی هیجانی، خود شکوفایی، خوش بینی و مانند این‌ها اشاره کرد. همان گونه که به نظر می‌رسد هر یک از این مؤلفه‌ها می‌توانند نقش بسزایی در بهزیستی معلمان و دانش آموزان داشته باشند (گلمن،<sup>۷</sup> ۲۰۰۳).

1 -Ayzen Berg &et all

2 -Kash,Given Berg&et all

3 -salvi,meyerd eat all

4 -Emotional Intelligence

5 -Bradbury & Greaves

6 -Bradbury & Greaves

7 -Goleman

پژوهش‌های انجام شده در زمینه رابطه‌ای هوش هیجانی با مولفه‌هایی همچون سلامت روان نشان داده است که این سازه با کیفیت و سلامت روان، شناسایی هیجانات، توان هم دلی با دیگران سازش هیجانی و اجتماعی، بهزیستی هیجانی و رضایت از زندگی هم بستگی مثبت و با آشفستگی روان شناختی افسردگی و مصرف سیگار و الکل و اختلال روان شناختی همبستگی منفی دارد.

مایر و سالوی هوش هیجانی را توانایی آگاهی از احساس خود و دیگران جهت تشخیص هراساس و استفاده از این داده‌ها جهت هدایت تفکر و عملکرد خود می‌دانند و آن را به ۴ عامل شناسایی هیجانات، استفاده از هیجانات، درک و فهم هیجانات و مدیریت یا اداره هیجانی تقسیم می‌کنند. از نظر آن‌ها مهم‌ترین جزء تشکیل دهنده هوش هیجانی که تشکیل سایر اجزاء را امکانپذیر می‌سازد، توانایی شناسایی و بیان صحیح هیجان‌ها است (سالوی و همکاران، ۲۰۰۵).

گلمن تعریف متفاوتی از هوش هیجانی ارائه کرده است. او هوش هیجانی را آگاهی از هیجانات خود، برانگیختن خود، تشخیص و شناسایی عواطف دیگران و کنترل ارتباط با دیگران تعریف نموده است. البته، او این تعریف را مورد تجدید نظر قرار داد و مجموعه وسیعی از مهارت‌های دیگری چون خودآگاهی هیجانی، خودارزیابی دقیقی، خویشتنداری، اعتماد به نفس، سازگاری و... را به آن افزوده است (کیاروچی و همکاران، ۲۰۰۷).

افرادی که مهارت‌های هیجانی خود را توسعه دهند، در زندگی شخصی و حرفه‌ای خود رضایت بیشتری دارند. این افراد در پاسخگویی به محرک‌های تنش‌زا منعطف‌تر و پیش‌کنشی‌تر رفتار می‌کنند و کمتر تحت تأثیر تنش قرار می‌گیرند. ویژگی‌های این افراد عبارتند از: رفتار ارادی به جای انفعالی، انعطاف‌پذیری به جای مقاومت در برابر تغییر، برقراری روابط مثبت به جای رفتار پرخاشگرانه یا منفعل، خوش‌بینی و امیدواری به جای بدبینی و تکیه بر مهارت‌ها و عادات مثبت به جای عادات انفعالی (نلسون و همکاران، ۲۰۰۵).

دارا بودن هوش هیجانی به فرد، توانایی خودآگاهی، مدیریت بر خود، آگاهی اجتماعی و برقراری ارتباط با دیگران را می‌دهد. این حیطه‌ها با یکدیگر رابطه پویا و نزدیکی دارند. اگر فرد از هیجانات خود آگاهی نداشته باشد، قادر به مدیریت آنها نمی‌باشد و اگر هیجانات او خارج از کنترل باشند، توانایی او در ایجاد روابط دچار مشکل خواهد شد (گلمن و همکاران، ۲۰۰۵).

تحصیل به عنوان یکی از مشاغل پر فشار روانی در نظر گرفته شده است. بویژه اینکه کار روزانه دانش‌آموزان براساس تعامل اجتماعی است و دانش‌آموزان افزون بر کنترل خود و احساساتشان، باید در کنترل احساسات دانش‌آموزان دیگر، والدین و دوستان نیز تلاش نمایند. احساسات مثبت، سلامت او و سازگاری دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد و با ایجاد جو مناسب و مثبت، یادگیری را تسهیل می‌کند (پالومرا و همکاران، ۲۰۰۵).

در واقع، وجود فشار روانی و مدیریت ضعیف هیجانی همواره از دلایل اصلی نارضایتی دانش‌آموزان از کار خود و سرانجام ترک تحصیل بوده است (دارلینگ همود، ۲۰۰۱).

مطالعات میدانی نشان می‌دهند که رفتار سالم اثربخشی مدارس را افزایش می‌دهد زیرا منابع را برای دستیابی به اهداف مولد آزاد می‌سازد، به هماهنگی فعالیتها در سازمان کمک می‌کند و دانش‌آموزان را به سازگاری بیشتر با تغییرات محیطی قادر می‌سازد (پادساکوف و همکاران، ۲۰۰۷).

1 -Mayer & Salovey

2 -Salovey et al

3 -Goleman

4 -Ciarrochi et al

5 -Nelson et al

6 -Goleman et a

7 -Palomera et al.

8 -Darling-Hammond

9 -Podsakoff et all

اصلی ترین سرمایه هر سازمان بویژه سازمان های دانش محور چون آموزش و پرورش کارکنان و دانش آموزان آن هستند. یکی از معضلات مدارس وجود رفتارهای نامناسبی چون پرخاشگری، لجبازی، کم کاری و... در بین دانش آموزان است که بر عملکرد و کارایی مدارس و هم بر روابط بین فردی و روحیه آنها تأثیرگذار است. لذا، بررسی سلامت روان و عوامل مرتبط با آن می تواند زمینه را برای توجه و مشارکت هر چه بیشتر دانش آموزان در این رفتارها افزایش دهد. در حالت اجبار، شخص وظایف خود را در راستای قوانین و مقررات و در حد الزامات انجام می دهد، ولی در همکاری داوطلبانه، افراد فراتر از وظیفه کوشش می نمایند. دانش آموزانی که هوش هیجانی بالایی دارند، با خودآگاهی نسبت به احساسات خود و مدیریت این احساسات و همچنین، شناسایی احساسات دیگران و برقراری ارتباط مناسب و مطلوب با آنان، فضای مناسب در مدرسه مبتنی بر همدلی، تفاهم، اعتماد و ارتباطات سالم ایجاد می کنند. دانش آموزان به بودن در چنین فضایی افتخار می کنند و رفتارهای فراوظیفه ای از خود نشان می دهند. داوطلب کمک به یکدیگر هستند و شکایت و ابراز ناراحتی از کار کاهش یافته و علاقه و تعهد به کار افزایش می یابد (هزاره ای، ۱۳۸۵).

آنچه بیشتر در این پژوهش مورد توجه و ضروری به نظر می رسد، بررسی همه ابعاد و مولفه های هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوار با توجه به ویژگی های دموگرافیک می باشد. در این نوشتار ابتدا به تعریف لغوی و اصطلاحی مفاهیم پرداخته و سپس در خصوص موضوع تحقیق بحث می کنیم و در مباحث بعدی نیز به آثار تبعی و پیامدهای هوش هیجانی بر سلامت روانی دانش آموزان، خواهیم پرداخت و نهایتاً نتایج و راهکارهای لازم در این تحقیق را بیان خواهیم کرد.

#### ۱- بیان مسأله

هوش هیجانی آگاهی از احساس و استفاده از آن برای تصمیم گیریهای قابل قبول در زندگی و توانایی ضربه های روحی و مهار آشفتنگی های روانی است و اعتماد به نفس و کنترل درونی افراد را افزایش می دهد هوش هیجانی، نشان دهنده توانایی فرد در حل مسایل و چالشهای روزانه است و به پیش بینی فرد برای موفقیت در زندگی کمک می کند، که از آن جمله، موفقیت حرفه ای در زندگی شخصی فرد است (بار - آن، ۲۰۰۰).

دوران زندگی انسان سرشار از رویدادهای مثبت و منفی است که برای هر فرد تصمیم گیری در هر مورد می تواند سرنوشت ساز باشد، این تصمیم گیری ها هم به شرایط خاص محیطی و هم به شرایط فردی و هیجانات شخص بستگی دارد، این که چقدر یک فرد قادر باشد در مواقع حساس بهترین تصمیم را بگیرد به هوش هیجانی آن شخص مربوط می شود. هوش هیجانی نشانگر جدیدترین شکل مزیت رقابتی است. تحقیقات نشان می دهد هوش هیجانی حدود ۷۰ درصد بیش از هوشبهر در موفقیتها نقش دارد (تقی آقا و حسینی، ۱۳۸۷). با این وجود می توان ادعا کرد که هوش هیجانی نقش بسزایی در بهبود رفتار شهروندی سازمانی دارد، و باعث ارتقای اثربخشی و کارایی عملکرد سازمان می شود (کوهن و کول، ۲۰۰۴: ۳۸۷) هدف از این بحث ارائه تصویری روشن از هوش هیجانی و سلامت روان در پیشبرد اهداف سازمانهای آموزشی و مدارس است. هوش هیجانی در آموزش پرورش بسیار کاربردیست؛ اساساً مدارس مکانی مطلوب برای ترویج و پرورش مهارت های اجتماعی و پیشگیری از بروز اختلالات رفتاری به شمار می آیند. هم چنین پژوهش ها نشان داده اند که ضعف پیشرفت تحصیلی اصلی ترین عامل زمینه ساز بروز مشکلات رفتاری و بزه کاری ها و پرخاشگری هاست (هاوکینز او کاتالانو، ۲، ۱۹۸۵) هوش هیجانی چیزی در درون هر یک از ماست که تا حدی نامحسوس است. هوش هیجانی است که تعیین می کند چگونه رفتار خود را اداره کنیم، چگونه با مشکلات اجتماعی کنار بیاییم و چگونه تصمیماتی اتخاذ نماییم که به نتایج مثبت ختم شوند (گلمن، ۱۹۹۸: ۷۲).

با توجه به تحقیقات پیشین، این تحقیق بر آن است که رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوار را بررسی نماید.

**ج- اهمیت و ضرورت انجام تحقیق**

انجام پژوهش حاضر و یافتن پاسخ مناسب برای سوال های آن بر دامنه دانش نظری در حوزه فوق و دستیابی به مباحث و مطالب جدید در این عرصه کمک خواهد کرد. بررسی تاثیر هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان می تواند تا حد زیادی به دست اندرکاران تعلیم و تربیت کمک کند که دریابند تا چه اندازه بررسی این متغیرها می تواند راه گشایی برای معضلات آموزش و پرورش و جامعه معلمان باشد زیرا هوش هیجانی فرد را از نظر هیجانی مورد ارزیابی قرار می دهد به این معنا که فرد به چه میزان از هیجانات و احساسات خود آگاهی دارد و چگونه آنها را کنترل می کند (مقدم و همکاران، ۱۳۸۷).

دانش آموزانی که از نظر هوش هیجانی قوی تر برخوردارند از نظر اجتماعی متعادل، شاد و سرزنده بوده و در محیط کاری و کلاس درس احساس شورش و شورش داشته و می توانند به راحتی با دانش آموزان و استان خود رابطه خوبی برقرار نمایند که این امر موجبات گسترش رفتار سالم و مسوولیت پذیری را در آنان افزایش می دهد. این گروه از دانش آموزان نسبت به سازمان آموزشی و کلاس درس هیچگونه نگرانی نداشته، احساسات خود را به طور مستقیم بیان می کنند و در امور تحصیلی خلاق و نوآور هستند. آنها احساساتی مثل افسردگی، استرس در امور آموزشی را به راحتی کنترل کرده و مانع بروز مشکل می شوند، از راه های خلاق و نو برای حل مشکل خود استفاده می کنند (باتاستینی ۲۰۰۱).

همچنین مهارت های ارتباط امری اکتسابی است که مهم ترین مکان برای، کسب آن کلاس درس است. ارتباط نیز، عامل اصلی یادگیری است. مدیریت کلاس و ارتباط دارای کنش متقابل گسترده و پیچیده ای می باشند که خلل و ضعف در هر کدام تحقق اهداف تعلیم و تربیت را با چالش هایی عمیق روبرو خواهد ساخت (حسینی و صفوی زاده، ۱۳۸۷).

بنابراین توجه به اینکه بررسی رابطه هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان نقش بسزایی دارد انجام پژوهش در این زمینه ضروری به نظر می رسد؛ و همچنین مرور پیشینه پژوهش مشخص کرده است که تاکنون تحقیقی در زمینه بررسی رابطه هوش هیجانی با سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی صورت نگرفته است لذا پژوهش حاضر در این چهارچوب با هدف مذکور بین دانش آموزان مقطع ابتدایی رشتخوار انجام می گیرد. از این رو با بهره گیری از منابع پژوهشی و پرسشنامه های استاندارد شده در این تحقیق بر آن شدیم تا با مطالعه همه جانبه، موضوع را مورد مطالعه قرار داده و دریابان با ارائه نتایج و راهکارهایی به برنامه ریزان آموزشی و دست اندرکاران نظام تعلیم و تربیت به توسعه و تعالی نظام آموزش و پرورش کمک کنیم. لذا تحقیق در این موضوع می تواند بسیار با اهمیت و مورد توجه همه دست اندرکاران نظام تعلیم و تربیت و برنامه ریزان آموزشی باشد.

**پیشینه تحقیق**

اسدی (۱۳۸۴) در بررسی خودبرروی دانش آموزان پیش دانشگاهی نشان می دهد که رابطه معنی داری بین هوش هیجانی و هوش متعارف وجود ندارد. در همین پژوهش دختران و پسران در میزان هوش هیجانی تفاوت جزیی نشان دادند و میانگین هوش هیجانی دختران تا حدودی از پسران بالاتر بود اما این تفاوت معنی دار نبود. (اسدی، ۱۳۸۴)

در مطالعه زیرک و احمدیان (۲۰۱۳) که با موضوع رابطه هوش هیجانی و تفکر خلاق با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی شهر رشتخوار انجام شد میانگین نمرات دانش آموزان به عنوان شاخص سنجش هوش هیجانی و عامل پیشرفت مورد استفاده قرار گرفت نتایج نشان داد که رابطه معنی داری بین هوش هیجانی و پیشرفت وجود ندارد اما رابطه بین تفکر خلاق و پیشرفت تحصیلی مثبت و معنادار بود. در میان اجزای هوش هیجانی و تفکر خلاق، ارتباط بین آگاهی اجتماعی و روانی با پیشرفت تحصیلی معنی دار بود. بود بین هوش هیجانی و تفکر خلاق تفاوت معنی داری وجود نداشت (زیرک و احمدیان، ۲۰۱۳). یکی از موارد محدود تحقیقات انجام شده در این موضوع، تحقیقی است که در کشور ژاپن انجام شده

<sup>1</sup> -Batasini

<sup>2</sup> -Zirak and Ahmadian

است. این تحقیق در جامعه‌ای با حجم ۳۵ نفر از مدیران صنایع به انجام رسیده است. نتایج به دست آمده از این پژوهش نشان می‌دهد هوش هیجانی با سه بُعد از رفتار شهروندی سازمانی ارتباط معناداری دارد. این سه بُعد عبارتند از: دیانت، فضیلت مدنی و نوع دوستی (کورک ماز و آرپسی، ۱۹۹۷).

لاک (۱۹۹۸) نیز پژوهش گسترده‌ای در ارتباط میان فردگرایی و جمع‌گرایی با رفتار شهروندی سازمانی در میان دانشجویان مدیریت دولتی و علوم اجتماعی کشور یونان انجام داده است. او در این پژوهش بیان می‌کند که گرایشهای جمع‌گرایانه، ارتباط مستقیمی با رفتار شهروندی دارد، به نحوی که هر چه میزان این خصوصیت در افراد بالاتر باشد، می‌توان رفتار شهروندی بهتری را انتظار داشت (لاک، ۱۹۹۸).

والومبو و همکارانش (۲۰۰۳) نیز رابطه بین ادراک عدالت رویه‌ای بر رفتار شهروندی سازمانی را بررسی کردند. نتیجه تحقیق، حاکی از تأثیر ادراک رویه‌ای بر رفتار شهروندی سازمانی بود (والومبو و همکاران، ۲۰۰۳).

آلن و مایر (۱۹۹۱) در تحقیقات خود به این نتیجه رسیده‌اند که: ۱- فرصت ارتقا و پیشرفت شغلی با تعهد سازمانی کارکنان همبستگی دارد. ۲- ماهیت کار (چالش شغلی) با تعهد سازمانی کارکنان همبستگی دارد.

### روش تحقیق

باتوجه به ماهیت این پژوهش که به دنبال بررسی رابطه هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوارمی باشد. این تحقیق یک تحقیق از نوع توصیفی و به روش همبستگی است. جامعه مورد مطالعه در این پژوهش کلیه دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان رشتخوارمی باشد که در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱ مشغول به تحصیل بوده‌اند که  $N=1200$  نفر است. برای تعیین حجم نمونه از روش خوشه‌ای و تعداد ۵ روستا به صورت تصادفی انتخاب و با استفاده از جدول انتخاب نمونه مورگان تعداد ۱۵۰ نفر از دانش آموزان مقطع ابتدایی انتخاب شدند. به این ترتیب حجم نمونه مورد نظر در این پژوهش  $n=150$  است که پرسشنامه‌های تحقیق در اختیار آنها قرار گرفته و اطلاعات لازم در خصوص پژوهش جمع‌آوری شده است. با توجه به اهداف پژوهش، از ابزارهای زیر جهت اندازه‌گیری پژوهش استفاده شده است:

### پرسشنامه هوش هیجانی بار-ان:

این آزمون در سال ۱۹۸۰ با طرح این سؤال که «چرا بعضی مردم نسبت به بعضی دیگر در زندگی موفقترند»، آغاز گردید. در این سال مؤلف، مفهوم، تعریف و اندازه‌ای از هوش غیرشناختی بار-ان، (۱۹۹۲، ۱۹۸۸) را ارائه نمود. این پرسشنامه در ایران استاندارد شده و دارای اعتبار و روایی بالایی است. همچنین پرسشنامه هوش هیجانی بار-ان، از ۹۰ گویه و ۱۵ خرده مقیاس تشکیل شده است که به منظور سنجش هوش هیجانی به کار می‌رود. استراتژی وی (جهت ساخت آزمون) شامل چهار مرحله اصلی است:

۱. طبقه بندی متغیرهای مختلف و تشخیص این که این متغیرها، تحت چه واژه‌های کلیدی قرار می‌گیرند؛

جهت تعیین عملکرد مؤثر و موفق و همچنین سلامت هیجانی مثبت (بر اساس تجارب بالینی مؤلف و مرور پیشینه در رابطه با سلامت روان).

۲. تعریف عملیاتی این عوامل.

۳. ساختن طرحی از پرسشنامه، جهت آزمون این عوامل.

۴. تفسیر نتایج و به کارگیری آنها برای دسترسی به پایایی، ساختار عاملی و روایی آزمون.

در واقع آزمون بار-ان، برای مجموعه قابلیت‌ها، صلاحیت‌ها و مهارت‌های غیرشناختی در نظر گرفته شده است

<sup>1</sup> Korkmaz&Arpacı

2 Luck

1- Walumbwa et al

که بر توانایی شخص، برای موفقیت در مقابله با درخواستها و فشارهای محیطی تکیه دارد.

### نمره گذاری:

از آنجا که گزینه‌ها بر روی یک طیف ۵ درجه ای لیکرت تنظیم شده‌اند، نمره گذاری از ۵ به یک (کاملاً موافقم و ۵ کاملاً مخالفم) و در بعضی سؤالات با محتوای منفی یا معکوس، انجام می‌شود. نمره کل هر مقیاس، برابر با مجموع نمرات هر یک از سؤالات آن مقیاس و نمره کل آزمون برابر با مجموع نمرات ۱۵ مقیاس می‌باشد. کسب امتیاز بیشتر در این آزمون، نشانگر موفقیت برتر فرد در مقیاس مورد نظر یا در کل آزمون و بر عکس می‌باشد. به طورمثال کسب امتیاز بالاتر در مقیاس خود ابرازی؛ نشاندهنده خود ابرازی بیشتر در فرد است.

### اعتبار و روایی:

این آزمون، دارای ۱۱۷ سوال و ۱۵ مقیاس می‌باشد که توسط بار-ان بر روی ۳۸۳۱ نفر از ۶ کشور (آرژانتین، آلمان، هند، نیجریه و آفریقای جنوبی) ۴۸ / ۸ درصد مرد و ۵۱ / ۲ درصد زن، اجرا شده و به طور سیستماتیک در آمریکای شمالی هنجاریابی گردید. نتایج حاصل از هنجاریابی نشان داد که آزمون از حدمناسی از اعتبار و روایی برخوردار است و در سالهای اخیر در ایران، مقالات و تحقیقات زیادی در این زمینه صورت گرفته است که نشانگر پایایی و روایی بالای این پرسشنامه است و تعداد عبارتهای آن به ۹۰ عبارت کاهش یافته است (دهشیری، ۱۳۸۲).

### اعتبار پرسشنامه از طریق محاسبه آلفای کرونباخ

میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۹۱٪ گزارش گردید. این میزان (آلفای محاسبه شده در مرحله سوم) با آلفای محاسبه شده در مرحله دوم پرسشنامه (فرم ۱۱۷ سؤالی) یکسان به دست آمد؛ با توجه به این که در مرحله سوم تعدادی سؤال حذف یا تغییر داده شد. در یادآوری، این نکته حائز اهمیت است که تقلیل تعداد افراد نمونه و کاهش سؤالات در میزان اعتبار آزمون تأثیرگذار است.

### آزمون سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ)

در این پژوهش از آزمون سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ) که البته سؤالات توسط محقق متناسب با سن دانش آموزان اصلاح شده استفاده شده است که به تفصیل توضیح داده می‌شود.

گلدبرگ (۱۹۷۲)، پرسشنامه سلامت عمومی را برای سرند کردن اختلالات غیر سایکوتیک در مراکز درمانی جامعه طراحی و تدوین نموده است. فرم اصلی این پرسشنامه مشتمل بر ۶۰ سوال می‌باشد. فرم‌های کوتاهتر ۱۲ و ۲۰ و ۳۰ و ۴۴ ماده‌ای این مقیاس نیز تهیه شده است. در پژوهش حاضر از فرم ۲۸ سؤالی پرسشنامه سلامت عمومی که توسط گلدبرگ و هیلیر (۱۹۷۹) معرفی شده استفاده گردیده است. پرسشنامه مذکور دارای چهار مقیاس فرعی می‌باشد که هر مقیاس ۷ سوال دارد. هدف اصلی این پرسشنامه دستیابی به یک تشخیص خاص در سلسله مراتب بیماری‌های روانی نیست، بلکه منظور اصلی آن ایجاد تمایز بین بیماری روانی و سلامت است. در واقع فرم ۲۸ ماده‌ای این پرسشنامه دارای این مزیت است که برای تمامی افراد جامعه طراحی شده است. این پرسشنامه به عنوان یک ابزار سرنندی می‌تواند احتمال وجود یک اختلال روانی را در فرد تعیین کند چهار مقیاس فرعی پرسشنامه سلامت عمومی عبارتند از: نشانگان جسمانی، نشانگان اضطرابی و بی‌خوابی، نشانگان اختلال در کارکرد اجتماعی و نشانگان افسردگی، وجود چهار زیر مقیاس بر اساس تحلیل عاملی پاسخ‌ها تعیین شده است:

زیر مقیاس اول (A) شامل مواردی درباره احساس افراد نسبت به وضع سلامت خود و احساس خستگی آنهاست و نشانه‌های بدنی را در بر می‌گیرد. این زیر مقیاس دریافت‌های حسی بدنی را که اغلب با برانگیختگی‌های هیجانی همراهند، ارزشیابی می‌کند. ماده‌های ۱ تا ۷ مربوط به این زیر مقیاس می‌باشند. پرسش‌های زیر مقیاس دوم (B) شامل مواردی است که با اضطراب و بی‌خوابی مرتبطند. ماده‌های ۸ تا ۱۴ مربوط به این زیر مقیاس می‌باشند:

زیر مقیاس سوم (C) گسترده توانایی افراد را در مقابله با خواسته‌های شغلی و مسائل زندگی روزمره می‌سنجد و احساسات آنها را درباره چگونگی کنار آمدن با موقعیت‌های متداول زندگی آشکار می‌کند. ماده‌های ۱۵ تا ۲۱ مربوط به این زیر مقیاس می‌باشند و بالاخره چهارمین

زیر مقیاس (D) شامل موادی است که با افسردگی وخیم و گرایش شخص به خودکشی مرتبطند و ماده‌های ۲۲ تا ۲۸ مربوط به این زیر مقیاس می‌باشند. نمره کلی هر فرد از حاصل جمع نمرات چهار مقیاس فرعی به دست می‌آید (استورا، ۱۹۹۱ ترجمه دادستان، ۱۳۷۷). این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت (۰ - ۱ - ۲ - ۳) نمره گذاری شده است و نمره کل هر فرد از صفر تا ۸۴ متغیر خواهد بود. ضمناً لازم به توضیح است که پایین بودن نمره در این پرسشنامه نشانه سلامت روان بالا و بالا بودن نمره نشانه سلامت روانی پایین است (یک نسخه از این پرسشنامه در پیوست شماره ۱ آمده است).

### پایایی آزمون سلامت عمومی گلدبرگ

گلدبرگ و ویلیامز<sup>۱</sup> (۱۹۹۸) پایای تنصیف ۹۵ درصد وجان (۱۹۸۵) ثبات درونی پرسشنامه سلامت عمومی را با استفاده از آلفای کرونباخ ۹۰ درصد گزارش نمودند. کی یس<sup>۲</sup> (۱۹۸۴) آلفای کرونباخ پرسشنامه سلامت عمومی را ۹۱ درصد به دست آورد و شک<sup>۳</sup> (۱۹۸۴) ضریب آلفای کرونباخ ۸۸ درصد را بر روی ۲۱۵۰ دانش آموز گزارش نمود (به نقل از تقوی، ۱۳۸۰). پایایی فرم ۲۸ سوالی پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ توسط پالانگ، نصر، براهنی و شاه محمدی (۱۳۷۵)، ۹۱ درصد محاسبه شده است (کلافی، استورا و حق شناس، ۱۳۷۸). تقوی (۱۳۸۰) ضریب پایایی بازآزمایی GHQ را به فاصله ۳ تا ۴ هفته برای کل پرسشنامه ۷۲ درصد و برای نشانگان جسمانی ۶۰ درصد، نشانگان اضطرابی ۶۸ درصد، نشانگان اختلال در کارکرد اجتماعی ۵۷ درصد و نشانگان افسردگی ۵۸ درصد به دست آورد. رجبی (۱۳۸۳) در یک تحقیق ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف پرسشنامه سلامت عمومی را برای کل دانشجویان به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۶ و برای دانشجویان دختر ۰/۸۷ و ۰/۸۴ و برای دانشجویان پسر ۰/۸۸ و ۰/۹۰ به دست آورد. امان الهی (۱۳۸۳) در پژوهشی ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف پرسشنامه سلامت عمومی را برای کل دانشجویان به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۵ و برای دانشجویان دختر ۰/۸۳ و ۰/۸۴ و برای دانشجویان پسر ۰/۸۵ و ۰/۸۶ گزارش نمود. وردی (۱۳۸۳) در پژوهش ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف پرسشنامه سلامت عمومی را به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۸۵ محاسبه نمود که در حد مطلوب است.

### یافته‌های توصیفی و اطلاعات دموگرافیک

#### ۴-۳-۱ اطلاعات جمعیت شناختی نمونه تحقیق

در این قسمت اطلاعات جمعیت شناختی نمونه تحقیق بر حسب پایه تحصیلی در قالب جدول و نمودار ارائه شده است.

#### توصیف نمونه تحقیق بر حسب مقطع تحصیلی

جدول ۴-۱: توزیع فراوانی و درصد نمونه تحقیق بر حسب پایه تحصیلی

جنسیت	فراوانی	درصد
کلاس سوم	۷۵	۵۰
کلاس چهارم	۷۵	۵۰
جمع	۱۵۰	۱۰۰

جدول و نمودار فوق نشان می‌دهد که در این تحقیق ۷۵ نفر از شرکت کنندگان کلاس سوم (۵۰ درصد) و ۷۰ نفر از شرکت کنندگان کلاس چهارم (۵۰ درصد) بوده‌اند.

#### جدول ۴-۴: شاخص‌های آمار توصیفی داده‌های تحقیق

مولفه	انحراف استاندارد	میانگین	حجم نمونه
هوش هیجانی	۲۹۸۵۷.۴۵	۱۸۵۷.۳۲۵	۱۵۰
سلامت روان	۶۵۷۹۷.۱۷	۹۵۰۰.۱۱۲	۱۵۰

<sup>1</sup> - Sora

<sup>2</sup> -Goldberg & Williams

<sup>3</sup> -Keyes

<sup>4</sup> -Shek



میانگین نمرات هوش هیجانی ۳۲۵/۱۸ و انحراف استاندارد ۴۵/۲۹ به دست آمد میانگین نمرات سلامت روان ۱۱۲/۹۵ و انحراف استاندارد ۱۷/۶۵ به دست آمد و میانگین‌های به دست آمده در کلیه مولفه‌ها نشان می‌دهد که رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روان در دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان رشتخوار موثر بوده است.

### آمار استنباطی

آمار استنباطی، مجموعه‌ای از روش‌های آماری است که براساس اصول و نظریه احتمال به انجام استنباط‌های معتبر از نمونه درباره کل جامعه می‌پردازد. در آمار استنباطی به وفور با مقوله‌های برآورد (نقطه‌ای و فاصله‌ای) و آزمون فرض درباره پارامترهای جامعه سروکار داریم. استفاده از این روشها پایه ای برای استدلال به دست می‌دهد تا بتوانیم واقعیات مشاهده شده را به طور منطقی تعبیر نماییم، تعیین کنیم که این واقعیات تا چه حدی مدلی مفروضی را تأیید، یا آن را نقض می‌کنند و پیشنهادهایی برای اصلاح نظریه موجود و یا شاید طرح ریزی تحقیقات دیگر ارائه شود.

### آزمون فرضیه‌ها

به منظور آزمون فرضیه‌ها از رگرسیون چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن به شرح ذیل می‌باشد.

**آزمون فرضیه ۱: فرضیه: بین هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوار رابطه وجود دارد.**

جدول ۴-۵: نتایج تاثیر هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی رشتخوار

هوش هیجانی	سلامت روان		
۰۰۰ .۱	۸۴۶ .۰	هوش هیجانی	همبستگی پیرسون
۸۴۶ .۰	۰۰۰ .۱	سلامت روان	
	۰۰۰ .۰	هوش هیجانی	سطح معنی داری Sig. (1-tailed)
۰۰۰ .۰	.	سلامت روان	
۱۴۰	۱۴۰	هوش هیجانی	حجم نمونه
۱۴۰	۱۴۰	سلامت روان	

می‌باشد Sig با توجه به داده‌های جدول شماره (۴-۵) و اینکه  $0.05 <$

بنابراین بین هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوار در سطح  $0.05$  رابطه معنی داری وجود دارد .

**آزمون فرضیه ۲: هوش هیجانی پیش‌بینی کننده سطح سلامت روان در دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر رشتخوار می‌باشد.**

متغیرهای وارد شده <sup>a</sup>			
مدل	روش	متغیرهای حذف شده	متغیرهای وارد شده
۱	Enter	.	سلامت روان <sup>b</sup>
a. متغیر پیش بین: هوش هیجانی			
b. سلامت روان و مولفه‌های آن			

با توجه به جدول شماره (۴-۵) مقدار همبستگی بین هوش هیجانی و سلامت روان در سطح  $0.70$  رابطه وجود دارد با توجه به اینکه متغیرهای پیش بین به صورت همزمان وارد شده‌اند .

خلاصه مدل				
مدل	برآورد خطای استاندارد	تعدیل شده R	R Square	R
۱	۴۸۵۴۷.۲۸	۷۱۴.۰	۷۱۸.۰	۰.۸۴۸ <sup>a</sup>

a. -متغیر ملاک: سلامت روان

مقدار مجذور  $R^2$  تنظیم شده نشان می‌دهد که مدل مورد استفاده به میزان ۰/۷۱ تغییر در نمرات هوش را به حساب آورده است.

ANOVA <sup>a</sup>						
مدل	Sig.	F	میانگین مربعات	Df	مجموع مربعات	
۱	b.۰۰۰	.۱۷۴ ۷۳۷	۱۸۱.۱۴۱۷۸۵	۲	۳۶۳.۲۸۳۵۷۰	
						باقیمانده
						جمع
a. متغیر پیش بین: هوش هیجانی						
b. متغیر ملاک: سلامت روان دانش آموزان						

در جدول تحلیل واریانس معنی داری کل مدل مورد ارزیابی قرار گرفته است از آنجا که می‌باشد مدل معنادار است.

ضرایب <sup>a</sup>					
مدل	Sig.	T	ضریب استاندارد شده	ضریب استاندارد نشده	
			ضریب بتا	خطای استاندارد	B
۱	.۰۰۲.۰	۱۸۶.۳	.۰۰۰	۳۲۱.۱۵	۸۰۸.۴۸
	.۰۰۰.۰	۴۳۳.۱۰	۷۷۴.۰	۲۱۲.۰	۲۱۰.۲

a. متغیر پیش بین: هوش هیجانی

ضریب غیر استاندارد برای هر کدام از متغیرهای پیش بین افزایش پیش‌بینی شده در مقدار ملاک را برای هر یک واحد افزایش در آن متغیر پیش بین نشان می‌دهد با توجه به جدول فوق معادله خط رگرسیونی هوش و سلامت روان زیر را می‌توان نوشت:

$$Y = 2/21x + 48/80$$

### نتیجه گیری

امروزه اهمیت آموزش و پرورش بر هیچ کس پوشیده نیست، سرمایه امروز و آینده ماست، سرمایه‌ای که نمی‌توان قیمتی بر آن نهاد و همان چیزی است که بشر را از عصر تاریکی و جهل به عصر روشنایی و نور سوق داده است. بنابراین معلمی یکی از مشاغل مهم و اساسی هر جامعه‌ای به شمار می‌رود، زیرا مسئولیت هدایت و پرورش یک نسل بر عهدهٔ معلمان جامعه است (زاهدی و همکاران، ۱۳۸۸). با توجه به نقش دانش آموزان در پیشرفت یک جامعه، در این تحقیق نیز سعی شده به بررسی تاثیر هوش هیجانی بر سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان رشتخوار پرداخته شود. برای این منظور تعداد ۱۲۰ نفر به عنوان جامعه آماری و ۱۵۰ نفر از دانش آموزان مقطع ابتدایی شهرستان رشتخوار در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ از طریق جدول انتخاب نمونه مورگان به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند.

## بحث و تفسیر نتایج:

- فرضیه اول: بین هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان رشتخوار رابطه وجود دارد.

یافته های فرضیه نخست نشان داد که بین هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد. نتایج پژوهش با پژوهش های (هادیزاده مقدم و فرجیان؛ ۲۰۰۹) (فوکس و همکاران؛ ۲۰۰۵) مطابقت دارد.

بر اساس نتایج بدست آمده بین هوش هیجانی با سلامت روان رابطه معنادار وجود دارد. دانش آموزانی که هوش هیجانی بالایی دارند، در محیط کار نه تنها با دانش آموزان صمیمی هستند بلکه دوستان مشکل ساز را کنترل می کنند بلکه با درایت و هوشمندی شرایط را مدیریت می کنند. این افراد گوش شنوایی برای شنیدن صحبت های دیگران دارند و به خوبی می توانند با آنان همدردی کنند. این افراد در زندگی شخصی و شغلی با دیگران رابطه دوستانه و صمیمی برقرار می کنند آنان می توانند در سخت ترین و بحرانی ترین شرایط در برابر مشکلات مقاومت کنند و خونسردی خود را برای عملکرد صحیح افزایش دهند. توجه به زبان بدن در شناخت احساسات به افراد کمک می کند. با توجه اینکه دانش آموزی و تحصیل در این مقطع سنی یکی از پر استرس ترین کارها در نظر گرفته شده است، مهارت خودکنترلی برای دانش آموزان از ضروری ترین مهارت هاست. دانش آموزان دارای هوش هیجانی بالا به جای تخلیه خشم، خونسردی و آرامش خود را حفظ می کنند که این توانایی از تبعات زیان باری مانند اضطراب و افسردگی می کاهد و همین امر زمینه را برای مشارکت مؤثر و توجه بیشتر آن ها در انجام امور محوله را افزایش می دهد. یافته ها نشان داد که بین مؤلفه خودانگیزی در هوش هیجانی با رفتار مدنی و ادب در کلاس درس و مدرسه رابطه معنادار وجود دارد. هیجانات باعث می شوند تا افراد انگیزه لازم را برای فعالیت و یا حل مشکلات نشان دهند. داشتن خلق و خوی شاد انسان را معطف تر و توانایی او را برای یافتن راه حل های منطقی برای مسائل افزایش می دهد. افراد شاد و خوش بین به حوادث و تضادها از زوایای گوناگون نگاه می کنند و از آن بهره برداری می کنند. افراد راضی و شاد پذیرش بیشتری بین سایر دوستان دارند و رضایت بیشتری از محیط کار خود و تعامل با دوستان و دانش آموزان دارند. این افراد به خود انگیزه می دهند و همواره جهت رسیدن به اهداف خود تلاش می کنند.

## فرضیه دوم: هوش هیجانی پیش بینی کننده سلامت روانی دانش آموزان است.

همانطور که در فصل قبل اشاره شد در ابتدا با استفاده از روش رگرسیون همزمان، مدل معنی داری به متغیرهای تحقیق برآزش دادیم با توجه به جدول ۴-۵ داده ها وارد مدل رگرسیون شدند.

با توجه به نتایج تحلیل رگرسیون همزمان، متغیر هوش هیجانی بالا اولین نقش را در تعیین سلامت روان دانش آموزان دارد. این صفت از ویژگی های یک دانش آموز خوب است که مفهوم وجدان کاری را نیز دربر می گیرد و شامل صفاتی همچون کفایت، نظم و ترتیب، وظیفه شناسی، تلاش برای موفقیت و خویشتنداری است. یافته های این تحقیق با یافته های امینی و همکاران (۱۳۸۵) در بررسی نقش و جایگاه هوش هیجانی در رشد فردی، کسب صلاحیت ها و توانمندی های اجتماعی نشان می دهد که دانشجویان بالاترین میانگین را در مولفه های مسئولیت پذیری و پایین ترین آن را در مولفه های خودابرازی دارا هستند. همچنین، فرقدانی (۱۳۸۲) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که بین مولفه های هوش هیجانی و تعهدسازمانی رابطه ای معناداری وجود دارد. پیرمحمدی (۱۳۸۱) در پژوهشی به بررسی رابطه ای تعهدسازمانی و هوش هیجانی در دانشجویان پرداخته و گزارش کرده است که میان دو متغیر مذکور رابطه ای مستقیم و معناداری وجود دارد. منصور (۱۳۸۰) در پژوهش خود

<sup>1</sup> -Hadizadeh Moghadam & Farajian

<sup>2</sup> -Spector & Fukus

<sup>3</sup> -Ilgin

<sup>4</sup> -Noorlaila et al

<sup>5</sup> -fox et al

نتیجه می‌گیرد که بین نمرات هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان همبستگی ۹۹ درصد وجود دارد. تحقیقات زارع (۱۳۸۰) نشان داد که نمرات هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی همبستگی معناداری (۸۶ درصد) وجود دارد.

#### منابع و مأخذ

۱. اسدی، بختیار (۱۳۸۴) بررسی رابطه هوش هیجانی، هوش متعارف و سلامت اجتماعی در دانش آموزان پیش دانشگاهی شهرستان کامیاران، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه تهران.
۲. امینی، محمد؛ مقدم، اعظم؛ نیک بخت، اکرم؛ نیک نشان، شقایق و سیادت، علی، (۱۳۸۵) بررسی رابطه ی هوش هیجانی با خلاقیت دانشجویان. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۹۹، ۱-۱۱۲
۳. اولیوا، پیتر، هودسون، اف (۱۳۷۹) نظارت و راهنمایی آموزشی در مدارس امروز، ترجمه غلامرضا احمدی و سعیده شهبایی. اصفهان: دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.
۴. البرزی، شهلا و سیف، دیبا (۱۳۸۱) رابطه باورهای انگیزشی، راهبردهای یادگیری و برخی از عوامل جمعیتی بایشرفت تحصیلی گروهی از دانشجویان علوم انسانی در درس آمار. مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، شماره ۱، صص ۷۳-۸۲
۵. برهانی، فاطمه (۱۳۸۱) بررسی عوامل مؤثر بر تعهد سازمانی کارکنان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران.
۶. بولتون، رابرت (۱۳۸۴) روان‌شناسی روابط انسانی، مهارتهای مردمی، ترجمه حمید رضا سهرابی. تهران: انتشارات رشد.
۷. بولتون، رابرت (۱۳۸۴) روان‌شناسی روابط انسانی، مهارتهای مردمی، ترجمه حمید رضا سهرابی. تهران: انتشارات رشد.
۸. بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۸۰) روش های پیشگیری از افت تحصیلی. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
۹. پرداخت چی، محمد حسن (۱۳۷۸) نقش نظارت و راهنمایی آموزشی در بهبود کیفیت آموزش عمومی، فصلنامهٔ تعلیم و تربیت، شماره ۴۷، صص ۶۲-۷۸.
۱۰. پورشریفی، حمید و بهرامی احسان، هادی و طایفه تبریزی، رضا (۱۳۸۵) بررسی اثر بخشی کوتاه مدت مهارت های سازندگی در میان دانش آموزان دختر سال اول دبیرستان های منطقه ۱۸ تهران. مجموعه مقالات اولین کنگره روان‌شناسی ایران.
۱۱. جعفری، علیرضا (۱۳۹۲) تاثیر روش تدریس همیاری بر مهارتهای ارتباطی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی درس مطالعات اجتماعی دانش آموزان پسر پایه ششم. پایان نامه کارشناسی ارشد. علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قاینات.
۱۲. جلالی، سید احمد (۱۳۸۲) هوش هیجانی. فصلنامه تعلیم و تربیت شماره ۶۹ و ۷۰، صص ۸۵ - ۱۰۵.
۱۳. جوادی حکیم، منصور (۱۳۸۳) بررسی رابطه کیفیت دلبستگی و هوش هیجانی در دانش آموزان تیزهوش و عادی، پایان نامه دکتری روانشناسی، دانشگاه تهران.
۱۴. جهانگیر، فریدون؛ بازارکاری، مهرنوش؛ محفوظ پور، سعادت؛ اکبرزاده باغبان، علیرضا (۱۳۸۶) بررسی رابطه بین تعهد سازمانی، رضایت شغلی و عوامل فردی پرستاران در بخش های داخلی جراحی بیمارستان های وابسته به دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی. پژوهنده، سال دوازدهم، شماره ۵، پی در پی ۵۹: ۴۰۷ - ۴۱۶.
۱۵. حسینی، تقی آقا و صفوی زاده، نسرین (۱۳۸۷) شیوه های مدیریت کلاس و مهارتهای ارتباط با دانش آموزان. مجله علوم اجتماعی، شماره ۱۳، صص ۴۲-۵۷.
۱۶. حسینی، افضل السادات (۱۳۸۶) بررسی تاثیر آموزش خلاقیت معلمان بر پیشرفت تحصیلی و خودپنداره دانش آموزان. فصلنامه نوآوری های آموزشی، ۷۸، ۲۳-۵۹.

۱۷. خسرو جاوید، مهناز (۱۳۸۱) بررسی اعتبار و روانی سازه مقیاس هوش هیجانی شوت در نوجوانان، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
۱۸. خویشتن دار، پرویز (۱۳۸۵) بررسی رابطه هوش هیجانی و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی دانش آموزان دبیرستان بویین زهرا، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهیدبهشتی.
۱۹. چهارسوقی، حامد (۱۳۸۱) بررسی کارکرد مهارت گوش دادن موثر در سازمان. تدبیر، فصلنامه علمی-آموزشی در زمینه مدیریت، شماره ۶۲، صص ۲۳-۴۰.
۲۰. دولت آبادی فراهانی، رضا (۱۳۷۸) بررسی تعهد سازمانی در سازمانهای دولتی و رابطه آن با عملکرد شاغلین. پایان نامه کارشناسی ارشد. به راهنمایی دکتر الوانی، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم اداری.
۲۱. رئوفی، محمد حسین، عراقی، حمید (۱۳۷۷) مدیریت رفتار کلاس. مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
۲۲. زارع، احسان (۱۳۸۰) توان پیش‌بینی هوش هیجانی در موفقیت تحصیلی دانش آموزان سوم دبیرستان شهرستان شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد.
۲۳. زارع، حسین و موسی پور، نعمت اله و سرمد، محمد رضا و هرمزی، محمود (۱۳۸۵) ارتباط راهبردهای شناختی، فراشناختی و تعامل دانشجویان در آموزش مجازی با پیشرفت تحصیلی. فصلنامه پژوهش و برنامه ریزی در آموزش عالی، شماره ۷۳، صص ۵۸-۹۶.
۲۴. زیرک، مهدی واحمدیان، الهه (۱۳۹۴) رابطه هوش هیجانی و تفکر خلاق بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی شهر رشتخوار.
۲۵. ساروخانی، باقر (۱۳۷۹) جامعه‌شناسی ارتباطات. تهران: انتشارات اطلاعات.
۲۶. ساغروانی، سیما (۱۳۸۸) بررسی ارتباط بین هوش معنوی و تعهد سازمانی کارکنان شرکت گاز استان خراسان رضوی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی مشهد.
۲۷. سالوی و دیگران (۱۳۸۳) هوش هیجانی. مترجم نسرین اکبرزاده. تهران: فارابی.
۲۸. سرمد، غلامعلی (۱۳۷۶) روشهای تدریس و هنر معلمی. قم: انتشارات اشراق.
۲۹. سلاجقه، پیمان (۱۳۸۰): بررسی تأثیر عوامل مؤثر بر تعهد سازمانی مدیران سطوح مختلف در صنایع کرمان.
۳۰. سیاروچی، ژوزف و فورگاش، ژوزف و مایر. جان (۱۳۸۳) هوش عاطفی در زندگی روزمره. مترجمان اصغر نوری امامزاده ای و حبیب الله نصیری. اصفهان: انتشارات نوشته.
۳۱. سیف، علی اکبر (۱۳۸۲) اندازه‌گیری، سنجش و ارزشیابی آموزشی. تهران: نشر دوران.
۳۲. سیف، علی اکبر (۱۳۸۰) روان‌شناسی پرورشی. تهران: انتشارات آگاه.
۳۳. شادمرادلو، مهران (۱۳۸۳) مقایسه نقش هوش هیجانی و هوش شناختی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید بهشتی تهران.
۳۴. شکرزاده، صادق (۱۳۸۱) تعهد در سازمان‌های آموزشی. فصلنامه مدیریت در آموزش و پرورش، دوره هشتم، شماره ۳۲: ۵۳ - ۴۶.
۳۵. صفوی، محبوبه؛ موسوی لطفی، مریم و لطفی، رضا (۱۳۸۸) بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶. دو ماهنامه پژوهنده، شماره ۵، صص ۲۶۱-۲۵۵.
۳۶. عابدی، حسین (۱۳۸۵) بررسی رابطه هوش هیجانی و منابع قدرت مدیران مقطع ابتدایی شهرستان نیشابور. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
۳۷. علیان، محسن (۱۳۸۴) مقایسه هوش هیجانی قهرمانان و ورزشکاران رشته های گروهی انفرادی با افراد غیرورزشکار. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهید بهشتی.

۳۸. گلمن، دانیل (۱۳۸۳) هوش هیجانی: خودآگاهی هیجانی، خویشتنداری، همدلی و یاری با دیگران، ترجمه نسرین پیرسا. تهران: انتشارات رشد.
۳۹. مدنی، حسین و زاهدی، محمد جواد (۱۳۸۴) تعیین اولویت عوامل مؤثر بر تعهد کارکنان، مجله جامعه شناسی ایران، دوره ششم، شماره ۱.
۴۰. هاشمی، سید رضا (۱۳۷۶) بررسی میزان تعلق و وفاداری کارشناسان به سازمان و عوامل مؤثر بر آن. پایان نامه کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، دانشگاه علامه طباطبایی.
۴۱. هزاره ای، محمد مهدی (۱۳۸۵) تاثیر سه روش آموزشی فعال سخنرانی، بازی و ایفای نقش بر آگاهی و عملکرد دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی در مورد تغذیه دوران بلوغ. گام های توسعه در آموزش پزشکی، ۲، ۱۳۳-۱۲۶.
1. Ainley J & Bourke S. F. (۱۹۹۲) Student views of primary schooling. *Research Papers in Education*, ۷(۲), ۱۰۷-۱۲۸.
  2. Ainley J. Apelbam, k (۱۹۹۱) High school factors that influence students to remain in school. *Journal of Educational Research*; ۸۵(۲): ۶۹-۸۰.
  3. Allen, Myria. Wat Kins (1991) the relationship between communications affect, job alternative and voluntary turnover intentions, journal citation: southern – communication –journal , vol41 , n3.
  4. Bar- on, (۱۹۹۷). Bar- on Emotional Quotient Inventory. Technical manual. Toronto, Canada: mult systems.
  5. Bar- on, R (۲۰۰۲). Emotional and social intelligence: insights from the emotion quotient inventory. the hand book of emotional intelligence. Sanfrancisco: jossey –bass
  6. Batastini, Susan Dutch. (۲۰۰۱) Relationship among student's emotional intelligence, creativity and leadership. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*. ۶۲(۲-A), ۴۵۶.
  7. Batastini, Susan Dutch. Hawkins, J. D. , Catalano (۲۰۰۱) Relationship among student's emotional intelligence, creativity and leadership. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*. ۶۲(۲-A), ۴۵۶.
  8. Bohle, G. Sghank, T. (۱۹۹۳) High school factors that influence students to remain in school. *Journal of Educational Research*; ۸۵(۲): ۶۹-۸۰.
  9. Bradbury, T. & Greaves, A. J. (2007) *The Emotional Intelligence (skills and testes)* ,Translated by M. Ganji ,Tehran, Savalan (in Persian)
  10. Brakett, m. a & Mayer, J. D (۲۰۰۳). Convergent , Diseriminent and incremental validity of competing measures of emotional intelligence personality. ۲۹(۹) ۱۱۴۷-۱۱۵۸.
  11. Cano, F. Organ, N (1998), "An In-Depth Analysis of the Learning and Study. *Computers in Human Behavior*, ۲۴, ۱۰۵-۱۱۸.
  12. Carson, K. D. & Carson, P. Kohan, P. (1998) Career Commitment, Competencies, and Citizenship, *Journal of Career Assessment*, Vol. 6, No. 2, 195-208
  13. Ciarrochi, J. Forgas, J. P. & Mayer, J. D. (2007) (Eds.), *Emotional Intelligence in everyday life*, Translated by A. , Noori Emamzadehi & H. , Nasiri. , Isfahan, Neveshte (in Persian)
  14. Darling-Hammond, L. (2001) *The challenge of staffing our schools*. *Educational leadership*, Vol. 58. pp 12-17
  15. Diggins, C. Podsakoff, B (2004), "Emotional Intelligence: The Key to Effective Performance and to Staying Ahead of the Pack at Times of Organizational Change", *Human Resource Management International Digest*, Vol. 12, No. 1, pp: 33-5.

16. DiPaola, M. Costa Neves, Katzwill, p. Yankelovich, G (2009) Organizational citizenship behaviors in American and Portuguese public schools, Journal of Educational Administration, Vol. 47 No. 4, pp. 490-507
17. DiPaola, Parvani. F. , & Mendel, W. K. (2005) School Characteristics that Foster Organizational Citizenship Behavior. Journal of School Leadership, Vol. 15, No. 4, pp. 387 – 406.
18. Friedman, I. A. (۲۰۰۲) Student behavior patterns contributing to teacher burnout. The Journal of Educational Research, ۸۸(۵), ۲۸۱- ۲۸۹.
19. Gardner. h (۱۹۸۳) Frames of mind. new york: basic book.
20. George, J. Rastogi M. (2000) Emotions and Leadership: The Role of Emotional Intelligence, Human Relations, Vol. 53, No. 8, PP. 1027-1055
21. Goleman. d. (۱۹۹۵) Emotional intelligence. New york: bantam book.
22. Goleman, D. (۲۰۰۰) "Intelligent leadership", Executive Excellence,
23. Goleman, D. P. McKee, A, Boyatzis, R. E. (2006) Primal Leadership: Realizing the Power of Emotional Intelligence, Translated by B. , Ebrahimi, Tehran, Industrial Management organization (in Persian)
24. Golman. d (۱۹۹۸) Working with emotional intelligence. Hand book of intelligence. pp. ۳۹۰- ۴۲۰. cambridge university press.
25. Golman. d (۲۰۰۱) Emotional intelligence. Issue in paradigm building in chernissand D. Goldman. Sanfrancisco jossy bass.
26. Grandey, A. Bradbury & Greaves (۲۰۰۳) When "the show must go on" Surface and deep acting as determinants of emotional exhaustion and peer-rated service delivery. Academy of Management Journal.
27. Hadizadeh Moghadam, A. & Farajian, M. (2009) Survey of Emotional Intelligence impact on Organizational citizenship behaviors in personnel with consideration of affective commitment role (case study Melat bank), Message of Management, Vol. 28, pp. 107-132 (in Persian)
28. Harigie, O.. & dicks\_on\_D. Ghatman, l. Orayelli, H (۲۰۰۴) Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice. Routledge. New York: USA.
29. Hopkins, Margaret, M (۲۰۰۵) The Impact of Gender, Emotional Intelligence Competencies, and Styles on Leadership Success; PH. D.
30. Hrrison, J. K and Hubbord , Russel (1998): Antecedents to organizational commitment among Mexican employees of a U. S. firming Mexico. Journal of social psychology. oct. 98, vol136.
31. Ilgin, B. & Guney, S. & Ergeneli, A. & Tayfur, O. (2009) The Relationship between Emotional Intelligence and Organizational Citizenship Behaviors and the Moderating Effects of Gender on This Relationship, Creativity, Innovation and Management Abstracts of the 10th International Conference Sousse, Tunisia
32. Janjetovic, D. and Malinic, D. (۲۰۰۹) Family Variables as Predictors of Mathematics and Science Self-concept of Students. Proceedings of the IRC, ۲, ۱۸۷-۱۹۰.
33. Janjetovic, D. and Malinic, D. Castro, B (۲۰۰۹) Family Variables as Predictors of Mathematics and Science Self-concept of Students. Proceedings of the IRC, ۲, ۱۸۷-۱۹۰.
34. jegde jo., Korkmaz ,M. Arpacı, D (1997) ugodlunwa CA. EFFECTS of achievement motivation and study habits on Nigerian secondary school students academic performace. j psycho. ; ۱۳, ۵۲۳-۹
35. Lazarowitz, R. (۱۹۹۴) Setting academic achievement and affective outcomes. Journal of Research in Science Teaching, ۳۱(۱۰), ۱۱۲۱- ۳۱.