

نقش هوش هیجانی و عوامل دموگرافیک در عزت نفس و سازگاری اجتماعی، خانوادگی، هیجانی و جسمانی دانشجویان دانشگاه تبریز

دکتر زینب خانجانی^۱، پروانه اشرفیان^۲، شیرین زینالی^۳، نگین منتزع^۴

مقدمه

سازه ی هوش هیجانی بیش از یک دهه است که توسط نظریه پردازان هوش معرفی شده است و به اهمیت تأثیر آن در موفقیت افراد و افزایش سازگاری آنها در مواجهه با محیط تأکید شده است. هوش هیجانی به عنوان یک توانایی عبارت است از ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره ی هیجان های خود و دیگران (مایر و سالوی، ۱۹۹۷). از آنجا که مؤلفه های اساسی هوش هیجانی عبارت است از توانایی فهم هیجانات دیگران، تنظیم و مهارت خود و دیگران به شیوه ی سازگارانه، انتظار می رود افرادی که دارای هوش هیجانی بالاتری هستند سازگاری و مهارت های زندگی بهتری را نشان بدهند. به نظر می رسد این افراد از توانایی برقراری ارتباط اجتماعی مقبول تری با افراد دیگر برخوردارند (مالف و شوت، ۱۹۹۸). سالوی و همکاران (۲۰۰۰) سهم به سزایی برای هوش هیجانی در موفقیت ها و سازش در زندگی قائلند. پژوهش های انجام شده در زمینه ی رابطه ی هوش هیجانی با مؤلفه های سلامت روانی نشان داده اند که هوش هیجانی با سلامت روانی (سیاروچی، دنس و اندرسون، ۲۰۰۲)، توان همدلی و سازگاری با دیگران (مایر و سالوی، ۱۹۹۳، ۱۹۹۷)، سازش های اجتماعی، هیجانی (سالوی، مایر و هماران، ۲۰۰۲)، رضایت از زندگی و سازش با زندگی (پالمر و همکاران، ۲۰۰۲)، همبستگی مثبت دارد. هوش هیجانی با ایجاد توانایی درک خود و دیگران، ارتباط با مردم و انطباق با محیط را تسهیل می کند. توانایی شخص برای سازگاری و چالش با زندگی و عمل کرد منسجم فرد به قابلیت های هیجانی و منطقی او بستگی دارد. گلمن (۱۹۹۵) بیان می کند که افراد زیادی با داشتن هوش بهر بالا، ناسازگار تلقی می شوند و تنها ۲۰ درصد موفقیت های زندگی به هوش شناختی و ۸۰ درصد به عوامل دیگر از جمله هوش هیجانی وابسته است. سالوی و مایر (۱۹۹۰) آشکار ساختند که هوش هیجانی شکلی از هوش اجتماعی است که پیش بینی کننده ی مناسبی در سازگاری شغلی و اجتماعی محسوب می شود. مطالعات شات و همکاران (نقل از جاوید، ۱۳۸۱) نیز نشان داد افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند در سازگاری کلی ضعیف تر هستند. رضویان شاد (۱۳۸۴) آشکار ساخت بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی رابطه ی مثبت وجود دارد. و چون در محیط های آموزشی برای دستیابی به پیشرفت تحصیلی باید بتوان خود را با محیط اجتماعی خویش انطباق داد، پس افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، بالطبع سازگاری و پیشرفت تحصیلی بالاتری نیز دارند. ماتسوماتیو و همکاران (۲۰۰۰) نیز نشان داد که شناخت هیجانات که خود ناشی از هوش هیجانی است، میزان سازش افراد را پیش بینی می کند. اسپویرگ (۲۰۰۱) بیان می کند که توجه به هوش هیجانی بدین خاطر اهمیت می یابد که به سازش فرد با محیط و نیز با خود منجر می شود. این پژوهش نشان داد افرادی که دارای هوش هیجانی بالایی هستند، قدرت بیشتری برای سازگاری با مسایل جدید روزانه و رشد شغلی و حرفه ای دارند.

از سوی دیگر این احتمال وجود دارد افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، به دلیل موفقیت هایی که در محل تحصیل، خانه، یا در رابطه با دوستان و محیط کار به دست می آورند (کانگلسی و پیترسون، ۱۹۹۸) از عزت نفس بالاتری برخوردار باشند.

۱. استادانگاه تبریز، آدرس پستی: تبریز، بلوار ۲۹ بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه روانشناسی

۲. دانشجوی روانشناسی بالینی

۳. دانشجوی روانشناسی بالینی

۴. دانشجوی روانشناسی بالینی

تحقیقات جوزف کاروچی (۲۰۰۱) آشکار ساخت که بین عزت نفس و عامل درک و تنظیم عواطف خودی و دیگری یعنی هوش هیجانی، همبستگی مثبت وجود دارد. می توان این احتمال را مطرح کرد افرادی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، به دلیل محبوبیتی که در میان سایرین کسب می کنند، هم چنین به دلیل مهارت های اجتماعی بالاتر به نوبه ی خود مورد محبت دیگران بوده، با آنها به خوبی رفتار شود و دیگران نیز آنها را دوست داشته باشند که خود این امر به عزت نفس بالاتر و در نهایت به سازگاری اجتماعی، خانوادگی و شغلی بالاتری منجر شود. از آنجا که هوش هیجانی تقریباً در تمام حوزه های زندگی کاربرد عملی دارد (مایر و سالووی ۱۹۹۷) این احتمال مطرح می شود که به سازگاری های مختلف زندگی مانند سازگاریهای خانوادگی، اجتماعی، هیجانی و ... منجر گردد.

چرا که هوش هیجانی در نهایت به تنظیم هیجانات فرد (سازگاری عاطفی)، تنظیم روابط فرد با دیگران (سازگاری اجتماعی)، رضایت از زندگی و تنظیم روابط خانوادگی (سازگاری خانوادگی)، تنظیم روابط سازمانی با همکاران (سازگاری شغلی) کمک کند. بنابراین می توان این سؤال را مطرح کرد که آیا بین هوش هیجانی و سازگاری روانشناختی ارتباط وجود دارد؟

به هر حال اهمیت هوش هیجانی در بهداشت روانی و سازگاری افراد، ضرورت مطالعات بیشتر و منسجم تر و دریافت ارتباط بین این متغیرها را به خوبی توجیه می کند. درحالی که رابطه ی هوش هیجانی، عزت نفس و انواع سازگاری ها کمتر مورد توجه بوده است، هدف اصلی این پژوهش بررسی نقش هوش هیجانی و عوامل دموگرافیک در سازگاری اجتماعی، خانوادگی، هیجانی و جسمانی و عزت نفس دانشجویان دانشگاه تبریز قرار گرفت.

سؤالات اصلی پژوهش: ۱- آیا بین هوش هیجانی با انواع سازگاری ها (اجتماعی، خانوادگی، جسمانی، هیجانی) رابطه وجود دارد؟، ۲- آیا بین هوش هیجانی با انواع عزت نفس (کلی، خانوادگی، تحصیلی، اجتماعی) رابطه وجود دارد؟، ۳- آیا بین انواع عوامل دموگرافیک (نوع روابط خانوادگی، قومیت، تحصیلات والدین، رشته تحصیلی دانشجویان، جنسیت، نوع دانشگاه آزاد یا سراسری) با انواع سازگاری ها (هیجانی، خانوادگی، شغلی، اجتماعی) رابطه وجود دارد؟ و ۴- آیا بین دانشجویان رشته های مختلف (کتابداری، علوم تربیتی و روان شناسی) از لحاظ هوش هیجانی، انواع-سازگاری ها و عزت نفس تفاوت معنی دار وجود دارد؟

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع طرح های پس رویدادی است. جامعه ی آماری را کلیه ی دانشجویان دختر در حال تحصیل در سال تحصیلی ۸۶-۱۳۸۵ در بر می گیرد که در دانشکده های علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه سراسری تبریز و در دانشکده ی علوم انسانی دانشگاه آزاد در حال تحصیل بودند. ۳۸۰ نفر از دانشجویان جامعه ی فوق الذکر به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای انتخاب شدند که در طی آن ابتدا از بین رشته های دانشکده های مذکور سه رشته ی علوم تربیتی، روان شناسی و کتابداری به صورت تصادفی انتخاب شده، سپس از بین رشته های مذکور چند کلاس به طور تصادفی انتخاب شدند و در مرحله ی بعد از هر کلاس تعدادی آزمودنی بر حسب تصادف برگزیده شدند. به منظور جمع آوری اطلاعات در این پژوهش از چهار آزمون استفاده شد:

۱- آزمون هوش هیجانی تجدید نظر شده (EISR): مقیاس هوش هیجانی (EIS) توسط اسکوتی و همکاران ساخته شد (اسکوتی و همکاران، ۱۹۹۸)، در پژوهش حاضر از فرم تجدید نظر شده ی ۴۱ سؤالی آن که در مقیاس لیکرت ۵ رتبه ای نمره گذاری می شوند، استفاده شده است. پایایی درونی این آزمون توسط آوستین و همکاران (۲۰۰۳) ۸۵٪ گزارش شده است. همسانی درونی فرم فارسی آن برابر با ۷۸٪ گزارش شده است (اسداله پور و همکاران، ۱۳۸۵).

۲- آزمون عزت نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷): کوپراسمیت مقیاس عزت نفس خود را بر اساس تجدید نظری که بر روی مقیاس راجرز دیموند (۱۹۵۴) انجام داد، تهیه و تدوین کرد. این مقیاس دارای ۵۸ ماده است که ۸ ماده آن دروغ سنج و ۵۰ ماده آن بر چهار خرده مقیاس کلی، عزت نفس اجتماعی، عزت نفس خانوادگی، عزت نفس تحصیلی تقسیم شده است. پایایی درونی این پرسش نامه بر روی ۲۳۰ نفر از آزمودنی های ایرانی ۸۳٪ گزارش شده است (پورشافعی، ۱۳۷۰). آلفای کرونباخ آن در پژوهشی که در مناطق ۱۹ گانه ی تهران اجرا شد ۸۳٪ اعلام گردید (ثابت، ۱۳۷۵).

۳- آزمون سازگاری بل: فرم بزرگسالان پرسش نامه سازگاری بل (۱۹۶۱) دارای ۱۶۰ سؤال است. این مقیاس دارای ۵ زیر آزمون بوده که شامل سازگاری خانوادگی، شغلی، هیجانی، اجتماعی و جسمانی است. قابلیت اعتماد آزمون با استفاده از همبستگی مواد زوج - فرد و با کاربرد فرمول اسپیرمن براون تعیین شده است. جدول ضرایب قابلیت اعتماد برای هر یک از بخش های پنج گانه ی زیر آزمون ها و نمره ی کل عبارت است از: سازگاری خانوادگی ۰/۹۱، سازگاری اجتماعی ۰/۸۸، سازگاری جسمانی ۰/۸۱، سازگاری هیجانی ۰/۹۱، سازگاری شغلی ۰/۸۵، نمره ی کل ۰/۹۴ (بل ۱۹۶۱). بنابراین، این آزمون از سطح اعتماد بالایی برخوردار است. این آزمون در ایران توسط نقشبندی (۱۳۷۸) نرم شده و پایایی بالایی برای آن گزارش شده است.

۴- پرسش نامه ی دموگرافیک: این آزمون محقق ساخته و شامل ۱۳ آیتم است که توسط آن اطلاعاتی در مورد آزمودنی ها شامل جنسیت، رشته ی تحصیلی، وضعیت اقتصادی، نوع روابط والدین، تحصیلات والدین، سن، قومیت، وضعیت جسمانی و روانی و شهر محل زندگی به دست آمد.

یافته ها

در زیر سؤالات پژوهش پاسخ داده شده است :

سؤال ۱: نتایج به دست آمده از مدل همبستگی نشان داد که از بین چهار نوع سازگاری مورد سنجش (خانوادگی، هیجانی، اجتماعی و جسمانی) فقط بین هوش هیجانی و سازگاری هیجانی همبستگی مثبت $r=0/34$ وجود دارد که در سطح بالایی $P<0/0001$ از لحاظ آماری معنی دار بود و بین هوش هیجانی با سه نوع سازگاری دیگر همبستگی معنی دار به دست نیامد.

۲- هوش هیجانی با تمامی چهار نوع عزت نفس یعنی عزت نفس کلی با $r=0/32$ و سطح معنی داری $P<0/0001$ ، عزت نفس تحصیلی با $r=0/283$ و $P<0/0001$ ، عزت نفس خانوادگی با $r=0/184$ و $P<0/02$ و عزت نفس اجتماعی با $r=0/23$ و $P<0/03$ همبستگی مثبت معنی دار داشت.

۳- نتایج تحلیل واریانس نشان داد از بین متغیرهای دموگرافیک فقط بین یک متغیر دموگرافیک یعنی نوع روابط خانوادگی (عالی، متوسط، همراه با مشاخره) با سازگاری خانوادگی ($F=12/08$ و $P<0/001$)، با سازگاری هیجانی ($F=3/1$ ، $P<0/04$) و با سازگاری جسمانی ($F=3/8$ ، $P<0/02$) از لحاظ آماری تفاوت وجود دارد. و سایر متغیرهای دموگرافیک یعنی جنسیت، رشته ی تحصیلی، نوع دانشگاه، تحصیلات والدین، قومیت و غیره از لحاظ انواع سازگاری ها تفاوت معنی دار با یکدیگر نداشتند. به طوری که بررسی میانگین ها نشان داد دانشجویانی که روابط خانوادگی توام با مشاخره داشتند، از سازگاری کمتری برخوردار بودند.

۴- یافته ی دیگر تحلیل واریانس حاکی از آن بود که بین دانشجویان رشته ی روان شناسی، کتابداری و علوم تربیتی از لحاظ هوش هیجانی ($F=9/4$ ، $P<0/0001$)، سازگاری اجتماعی ($F=4/7$ ، $P<0/01$) و نیز سازگاری هیجانی ($F=4/9$ ، $P<0/008$) تفاوت معنی دار آماری وجود دارد و از لحاظ سازگاری خانوادگی و جسمانی تفاوت معنی دار بین سه رشته ی مذکور وجود نداشت. به طوری که میانگین های هوش هیجانی و سازگاری ها نشان می دهند بالاترین هوش هیجانی متعلق به دانشجویان رشته ی روان شناسی با $M=153$ و پایین ترین آن متعلق به دانشجویان رشته ی علوم تربیتی با $M=140$ می باشد.

از سوی دیگر بالاترین سازگاری هیجانی متعلق به دانشجویان رشته ی روان شناسی با $M=10/05$ و پایین ترین آن متعلق به دانشجویان رشته ی کتابداری با $M=13$ است و این تفاوت ها از لحاظ آماری معنی دار بود. از لحاظ سازگاری اجتماعی نیز بالاترین میزان سازگاری متعلق به رشته ی علوم تربیتی با $M=6$ و پایین ترین آن متعلق به دانشجویان رشته ی روان شناسی با $M=9$ می باشد که از لحاظ آماری معنی دار است. لازم به ذکر است در شیوه ی نمره گذاری آزمون سازگاری بل کاهش نمره ی فرد نشانه ی سازگاری بالاتر و افزایش نمره نشانه سازگاری کمتر است.

۵- نتایج تحلیل واریانس نشان داد که بین دانشجویان رشته های سه گانه ی مذکور از لحاظ عزت نفس نیز تفاوت معنی دار ($F=4/003, P<0/02$) آماری وجود دارد. به طوری که مقایسه ی میانگین ها نشان می دهد بالاترین میانگین عزت نفس $M=34/8$ متعلق به دانشجویان رشته ی روان شناسی و پایین ترین آن متعلق به دانشجویان رشته ی کتابداری $M=30/8$ است.

بحث و تفسیر

نخستین یافته ی پژوهش حاضر حاکی از آن بود که فقط بین هوش هیجانی با سازگاری عاطفی رابطه وجود دارد. تبیین احتمالی این یافته آن است که چون هوش هیجانی با خودکارآمدی هیجانی (پتریدس، فردریکسون، ۲۰۰۴) و تنظیم عواطف درون فردی و بین فردی مرتبط است، در نتیجه بالابودن هوش هیجانی فرد به سازگاری عاطفی و هیجانی او نیز منجر خواهد شد. هوش هیجانی منبعی از اطلاعات را برای فرد در مورد محیط اطراف و عواطف خود او مهیا می سازد. سطح هوش هیجانی فرد در سلامت و رشد هیجانی و سازگاری عاطفی او نقش به سزایی دارد (سالوی و همکاران، ۲۰۰۰). اگرچه پژوهشی که مستقیماً رابطه ی هوش هیجانی با انواع سازگاری ها را بررسی کرده باشد، به دست نیامد، اما به طور غیرمستقیم از طریق پژوهش هایی که ارتباط هوش هیجانی را با سلامت روانی بررسی کرده اند می توان این یافته را تأیید کرد. از آنجا که فردی که از سازگاری هیجانی برخوردار است، در واقع واجد سلامت روانی است بنابراین می توان نتیجه گرفت تحقیقاتی که رابطه ی مثبت بین هوش هیجانی و سلامت روانی را تأیید کرده اند، مانند سالوی و همکاران (۲۰۰۰)، کرسینی (۱۹۹۹)، سیاروچی و همکاران (۲۰۰۲)، به نوعی با این یافته ی پژوهش حاضر همخوانی دارند. در واقع سازگاری هیجانی یکی از متغیرهای دخیل در سلامت روانی است که به تنظیم هیجانات مختلف و درک و تفسیر آنها در موقعیت های مختلف کمک بسیاری می کند (ماتسوماتیو، ۲۰۰۶). بر اساس مایر و سالووی (۱۹۹۷) می توان تبیین دیگری ارائه داد. یکی از فواید مهم توانایی تنظیم هیجانات، بهبود هیجانات منفی و پرورش هیجانات خوشایند و مثبت است.

بنابراین افرادی که در تنظیم هیجانات خود مهارت دارند، از توانایی بیشتری جهت جبران حالات هیجانی منفی برخوردارند. بنابراین هوش هیجانی افراد را از استرس مصون داشته و منجر به سازگاری هیجانی بهتری می شود.

در این پژوهش مشخص شد که بین هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی، شغلی و خانوادگی رابطه ی معنی دار وجود ندارد. این یافته با برخی از پژوهش های دیگر مانند سالووی، می یو و همکاران (۲۰۰۲) که نشان داد بین هوش هیجانی با سازش اجتماعی رابطه وجود دارد و با پژوهش رضویان شاد (۱۳۸۴) که حاکی از ارتباط هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی است، همخوان نیست. یک تبیین احتمالی این ناهمخوانی می تواند ناشی از تفاوت در نوع آزمودنیها و گروه سنی و تحصیلی آنها باشد. مثلاً در پژوهش رضویان شاد آزمودنی ها دانش آموز بوده و گروه سنی زیر ۱۸ سال را تشکیل می دادند، در حالی که در این پژوهش آزمودنی ها همگی دانشجو و بالای ۲۰ سال می باشند و محیط دانشگاه را تجربه کرده اند. تبیین احتمالی دیگر تفاوت در ابزار ارزیابی سازگاری و همچنین تحلیل های آماری متفاوت می باشد.

یکی دیگر از یافته های این پژوهش نشان داد که بین هوش هیجانی و انواع عزت نفس همبستگی مثبت و معنی دار وجود دارد. به عبارت دیگر هر چه هوش هیجانی فرد بالاتر باشد، عزت نفس او نیز افزایش می یابد. این یافته ی پژوهش حاضر با پژوهش جوزف کاروچی (۲۰۰۱) و کانگوسی و پیترسون (۱۹۹۸) همخوان می باشد. تبیین احتمالی این یافته آن است افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، به دلیل موفقیت هایی که در محل تحصیل، خانه، و یا در رابطه با دوستان و محیط کار به دست می آورند، از اعتماد به نفس بالاتری برخوردارند.

هوش هیجانی بالاتر به تصور مثبت از خود منجر می شود که این امر نیز مفهوم خودمبستی را در فرد ایجاد می کند و به عزت نفس بالاتر می انجامد. تبیین احتمالی دیگر مربوط به کسب محبوبیت در بین دیگران می باشد. احتمالاً افراد دارای هوش هیجانی بالاتر، به دلیل توانایی هیجانی بالاتر برای تنظیم عواطف و روابط خود با دیگران، دارای مهارت های اجتماعی بالاتر بودند که این امر به نوبه ی خود باعث می شود تا فرد مورد محبت دیگران قرار گرفته شاهد برخوردهای مثبت دیگران با خود باشد که مسلماً سطح عزت نفس فرد را بالا می برد. زیرا خودپنداره ی افراد تا حد زیادی متأثر از نوع برداشت ها و برخوردهای اطرافیان می باشد.

همچنین تحقیق حاضر حاکی از عدم رابطه ی عوامل دموگرافیک مانند وضعیت اقتصادی، سطح تحصیلات والدین، نوع دانشگاه (آزاد و سراسری) جنسیت با هوش هیجانی می باشد. برخی تحقیقات قبلی هم حاکی از عدم وجود تفاوت معنی دار بین دو جنس مذکر و مؤنث از نظر هوش هیجانی می باشد (زندى ۱۳۷۹، زارع و همکاران، ۱۳۸۱). اما در مورد تفاوت هوش هیجانی افراد دارای وضعیت اقتصادی متفاوت و والدین با سطح تحصیلات مختلف، تحقیق خاصی گزارش نشده است. اما پژوهش اسداله پورو همکاران (۱۳۸۴) همخوان با پژوهش حاضر، حاکی از آن بود که بین هوش هیجانی دانشجویان تبریز در رشته های مختلف تحصیلی تفاوت معنی دار وجود ندارد. همچنین این نتیجه نیز به دست آمد که رشته ی تحصیلی فرد بر میزان عزت نفس وی تأثیر دارد. به نظر می رسد هر چه رشته ی تحصیلی فرد در سطح بالاتری (از دید دانشجو) قرار داشته باشد، دانشجو شاغل به تحصیل در آن رشته عزت نفس بالاتری خواهد داشت. این احتمال وجود دارد که دانشجویان رشته ی روان شناسی بالینی به دلیل رضایت بیشتر از رشته ی تحصیلی خود نسبت به دانشجویان رشته ی کتابداری از عزت نفس بالاتری برخوردار باشند. این یافته ی پژوهش حاضر با تحقیق یوسفی (۱۳۷۴) که نشان داد افرادی که در زمینه ی تحصیلی خود را موفق می دانند، نسبت به افرادی که ناراضی و به زعم خود ناموفق در تحصیل هستند، عزت نفس بالاتری دارند.

منابع

- اکبرزاده، نسرین (۱۳۸۳). هوش هیجانی، تهران، انتشارات فارابی
- گلمن، دانیل (۱۳۸۲). هوش عاطفی، ترجمه ی نسرین پارسا، تهران، انتشارات رشد.
- Ciarrochi, J.Deanc.F.P & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates The relationship between stress and mental health. Personality and Individual Differences, 32-197-209.
- Matsumoto, Jeffery.A.Lerouy. (2000). The influence of emotion recognition and emotion regulation on interactural adjustment. Article International,3.303-345.
- Mayer, J.D.& Salove Y, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. Intelligence, 17-433-442.
- Palmer, B.Donaldson,C.& Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. Personality and Individual Differences, 33,1091-1000
- Salovey, P.Bedell,B.J.Detweiler, J.B.mayer, J.D. (2000). current directions in emotional intelligence Researcn. Handbook of emotions, New yourk: Gailford press.
- Salovey, p.& Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality,9,185-211.