

## بررسی رابطه ی بین هوش هیجانی با هوشبهر و شیوه های مقابله با استرس در دانشجویان دانشگاه ارومیه

دکتر فیروزه سپهریان<sup>۱</sup>

### مقدمه

بیش از یکصد سال بهره هوشی معیاری برای سنجش هوش فردی به شمار می رفت و نمرات حاصل از آزمون هوشی نشان دهنده توانایی افراد محسوب می شد. اما برای رفع مشکلات فردی، هوش آموزشی کافی به نظر نمی رسد. هر کسی نمونه های از افراد با بهره هوشی بالا در مقایسه با همکلاسی های خود را می شناسد، که در محیط کاری موفق نیستند و به طور آشکاری فاقد مهارت های عملی و اجتماعی می باشند. برای موفقیت و قبولی در دانشگاه نیازمند بهره هوشی هستیم ولی برای استفاده بهینه از هوش شناختی و موفقیت در زندگی فردی و شغلی به هوش هیجانی نیاز داریم. فرض می شود که هوش تحلیلی و هیجانی انواع مختلفی از هوش هستند (زی، چایز و اسچاکل، ۲۰۰۲). هوش هیجانی عموماً به عنوان یک سازه در درون چهار چوب توانایی های شناختی انسان مورد توجه است (گلمن، ۱۹۹۵؛ مایرو همکاران، ۲۰۰۰). تفاوت مهم هوش تحلیلی و هیجانی در استفاده و کاربرد دانش قرار دارد. البته باید ذکر شود که مطالعات تجربی، قادر به مشخص کردن یک همبستگی آشکار بین هوش هیجانی و هوش آموزشی نبوده اند (زی، چایز و اسچاکل، ۲۰۰۲). سال های اخیر دوره مقابله با استرس نامیده می شود (بار-آن، ۲۰۰۰). فوکلمن و لازاروس (۱۹۸۴) مقابله را به دو دسته، راهبردهای مسئله مدار و هیجان مدار، تقسیم کردند. اندلر و پارکر (۱۹۹۰) اجتناب از مشکلات را سومین دسته اصلی راهبرد های مقابله دانستند. مقابله موفقیت آمیز با موقعیت های استرس زا در مرکز سازه هوش هیجانی قرار دارند (بار-آن، ۲۰۰۰). سالوی و همکاران (۱۹۹۹) ادعا می کنند، افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، در مقابله با استرس از موفقیت بیشتری برخوردارند. زیرا این افراد حالات هیجانی خود را بطور دقیق درک و ارزیابی می کنند، می دانند که چگونه و چه زمانی احساسات خود را بیان کنند و می توانند بطور موثری حالات خلقی خود را تنظیم کنند. اکبر زاده (۱۳۸۳) اشاره می کند که " که مقابله به عنوان پاسخ به هیجان، تحت تاثیر هوش هیجانی فرد می باشد. ص ۱۱۳"

هدف از مطالعه حاضر پاسخ به این سوال است که آیا بین هوش شناختی و هوش هیجانی ارتباط وجود دارد، آیا ارتباطی بین هوش هیجانی نوجوانان و شیوه های مقابله با استرس آنان وجود دارد؟

### روش

۹۳ (۴۷ دختر و ۴۶ پسر) دانشجویان این پژوهش شرکت و به آزمون های هوش هیجانی (سپهریان، دلور و اکبرزاده، ۱۳۸۶)، مقابله با استرس (پارکر و اندلر، ۱۹۹۹) پاسخ دادند. سپس آزمون هوش کتل در ۵۰ نفر از این تعداد اجرا شد. این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است.

### یافته ها

همبستگی بین هوش هیجانی و هوش شناختی در مطالعه حاضر برای دختران ۰/۱۲ و در پسران ۰/۰۶ و بدون تفکیک جنسیت برابر ۰/۴ به دست آمد. هیچکدام از ضرایب معنی دار نبودند. ضرایب همبستگی بین هوش هیجانی و شیوه های مقابله با استرس به ترتیب برای مقابله مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی برابر ۰/۵۲، ۰/۰۶، ۰/۰۶۹- به دست آمد.

ارتباط معناداری بین هوش هیجانی و شیوه مقابله مسئله مدار و ارتباط معنادار منفی با شیوه مقابله هیجان مدار وجود دارد اما رابطه بین هوش هیجانی و شیوه مقابله اجتنابی در این مطالعه معنادار نبود. نتایج حاصل از رگرسیون چند متغیری با استفاده از روش Enter مدل معنی داری به دست آمد ( $F=0/547$  مجذور آر تنظیم شده و  $p=0/005$  و  $F(3 و 91)=38/837$ ).

متغیر پیش بین	بتا	p
مسئله مدار	0/718	000
هیجان مدار	0/140	0/05
اجتنابی	0/036	0/609

روش مقابله اجتنابی در این مدل پیش بینی کننده معنی داری نبود.

### بحث و تفسیر

یافته های حاصل از مطالعه حاضر ارتباط معناداری بین هوش شناختی و هوش هیجانی نشان نداد، این یافته با مطالعه شاتو و همکاران (۱۹۹۸) ارتباط بین سازه های هوش هیجانی و هوش آموزشی؛ دیویس و همکاران (۱۹۹۸) ارتباط بین هوش متبلور و هیجانی، همسو می باشد. اکثریت مطالعاتی که بر ارتباط بین مفاهیمی مانند هوش اجتماعی (ونگ و همکاران، ۱۹۹۵) و هوش عملی (استرنبرگ و واگنر، ۱۹۸۵؛ استرنبرگ و همکاران، ۱۹۹۵) با هوش آموزشی متمرکز بودند، در نشان دادن یک همبستگی معنادار شکست خوردند. زی، چایجز، اسچاکل (۲۰۰۲) ۱۱۶ دانشجویان را از نظر هوش هیجانی و هوش آموزشی و شاخص های موفقیت تحصیلی و اجتماعی مورد بررسی قرار دادند، نتایج مطالعه همبستگی نامرتبیطی ( $r=0/26$ ) بین هوش هیجانی و شناختی نشان داد. "قطعا، کنترل هیجانات ناراحت کننده کلید بهزیستی و سلامت هیجانی است ص ۵۶ (گلمن، ۱۹۹۵). بار-آن مدیریت استرس و انطباق پذیری را به عنوان دو مولفه مهم هوش هیجانی می داند. به عبارت دیگر، مقابله سازگارانه ممکن است در عمل، به عنوان هوش هیجانی مفهوم سازی شود (بار-آن، ۲۰۰۰). محققان مقابله های ناسازگارانه را به هوش هیجانی پایین نسبت می دهند، که در پردازش و تنظیم هیجانات منعکس می شود (متیو، زیندندر، ۲۰۰۰). سالوی و همکاران ادعا کردند که مقابله غیر انطباقی ممکن است، نتیجه مشکلاتی در پردازش هیجانات باشد، به عبارت دیگر، به نظر آن ها، مقابله غیر انطباقی در نتیجه هوش هیجانی پایین است (سالوی و همکاران، ۱۹۹۵). تحقیقات عنوان می کنند که مقابله هیجان مدار غیر انطباقی است و موجب افزایش استرس می شوند (فولکمن، لازاروس، گرون و دلونجیس، ۱۹۸۶). اما نمونه های مخالف نیز گزارش شده است (بایوم، فلمینگ و سینجر، ۱۹۸۳). به استناد گفته های نظریه پردازان و پژوهش های انجام شده، می توان یافته های پژوهش را بنا بر دسته ئی از احتمال ها چنین تبیین کرد. افزایش هوش هیجانی و استفاده از راهبردهای مسئله مدار موجب بهبود در کیفیت روابط اجتماعی دانشجویان (سالوی مایر کاروسو، ۲۰۰۲؛ سارنی ۱۹۹۹؛ هالبرس تد، دن هام، دانس مور، ۲۰۰۰) تامین سلامت روانی (مایر، دی پائولو و سالوی، ۱۹۹۰؛ مایر و سالوی، ۱۹۹۷؛ لین و شوارتز، ۱۹۸۷) می شود.

- Bar-on, R. (2000 .) Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Inventory. In R .Bar-on & J.D.A. Parker (Eds.), Handbook of emotional intelligence. San Francisco: Jossey Bass.
- Baum,A.,Fleming,R.E.&Singer,J.E.(1983).Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression. Journal of personality and psychology, 46,877-891.
- Davies,M.,Stankov,L.,&Roberts,R.D.(1998). Emotional intelligence:In search of an elusive construct. Journal of personality and social psychology,75,989-1015
- Endler,N.S.,Parker,J.D.A.(1990). Multidimensional assessment of coping. A critical evaluation,42,844-854.
- Folkman,S.,Lazarus,R.S., Gruen, R.J., & Delongis, A.(1986). Appraisal, coping, health status, and psychplogical symptoms. Gournal of personality and social psychology,50, 571-579.
- Golman,D.(1995).Emotional intelligence: why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.
- Halberstadt,A.G.,Denham,S.A.,Dunsmore,J.C.(2000).Affective social competence. Journal of development .10,79-119.
- Lane,R.D.,&Schwartz,G.E.(1987).Levels of emotional awareness:Acognitive- developmental theory and its application to psychopathology.American Journal of psychiatry,144,133-143.
- Lazarus,R.S. & Folkman, S.(1984). Stress,appraisal, and coping. New York: Springer.
- Mayer,J.D., Salovey,P.,Caruso,D.R .(2000). Emotinal intelligence as Zeitgeist as a personality , and as a mental ability . in Bar – on , R ., Parker,J.D.(9eds). hand book of emotional intelligence. Sanfrancisco : jossey .
- Mayer,J.D.,Dipaolo,M.,& Salovey,P.(1990).Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli : Acomponent of emotional intelligence.Journal of Personality Assessment,54,772-781.
- Mayer,J.D., Salovey,P.,(1997). What is emotional intelligence?In Emotional development and emotional intelligence: Educational implications, Salovey, p.,Sluyter DJ (ed.).Basic:New York:3-34
- Matthews, G.& Zeidner, M. (2000). Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters, and health outcomes. In R. Bar-on. The hand book of emotional intelligence (pp.459-489). San Francisco: Jossey Bass.
- Saarni, C. (1999). The development of emotional competence. New York: Guilford.
- Salovey,P.Mayer,J.D.,&Caruso,D.(2002).The positive psychology of emotional intelligence.InS.R.Snyder,&S.J.Lopez.(Eds.).Handbook of positive psychology(pp.159-171).Oxford University press.
- Salovey,P., Bedell,B.T.,Detweiler,J.B.,& Mayer,J.D.(1999). Coping intelligently:Emotional intelligence and the coping process. In C.R.Snyder (Ed.), Coping: the psychology of what works (pp.141-164). New York: oxford university press.
- Salovey,P., Mayer,J.D.(1990).Emotional intelligence. Imagination,Cognition,and personality. 9, 185-211.
- Schutte,N.S.,Malouf,M.,hall,L.E.,Haggerty,D.,Cooper,J.I.,Golmen,C.G.and Dornhim,L. (1998). Development and Validation as a measure of Emotional intelligence, Personality and individual difference.25:167-177.
- Wong,CT.,Day,JD.,Maxwell,SE.,Meara,NM.(1995). A multitrait – multimethod study of academic and social intelligence in college students. Journal of developmental psychology. 19:521-530.
- Zee,v.k.;Thijs,m.; Schakel,a.l. (2002).The relationship of emotional intelligence with academic intelligence and the big five.European journal of personality. 16:103-125