

تأثیر هوش هیجانی بر رضایت از زندگی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز با میانجی‌گری عزت‌نفس و حمایت اجتماعی

پریسا حسینی کوکمری^{۱*}، منیژه قاسمعلی خیرآبادی^۲، الهام بهزادی^۱، فردوس فلاطونی^۲، ضیاء الدین سالاری کوه‌فینی^۳

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی صنعتی - سازمانی، دانشگاه شهید چمران اهواز

^۲ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز

^۳ کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه بابلسر

چکیده

رضایت از زندگی یکی از فرایندهای روان‌شناختی برای افزایش سلامت روان می‌باشد که لازمه‌ی رشد عاطفی و جسمانی انسان است و بر بیشتر شاخص‌های سلامت روان، تأثیر می‌گذارد و در دهه‌های اخیر توجه بسیاری از پژوهش‌گران را به خود معطوف ساخته است. هدف پژوهش حاضر بررسی اثر هوش هیجانی بر رضایت از زندگی با میانجی‌گری حمایت اجتماعی و عزت‌نفس در دانش‌جویان دانشگاه شهید چمران اهواز است. نمونه این پژوهش شامل ۳۰۴ نفر از دانش‌جویان بود که به روش تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. برای سنجش متغیرهای مورد مطالعه از پرسشنامه‌های هوش هیجانی شات (۱۹۹۸) رضایت از زندگی دینر و همکاران (۱۹۹۵) حمایت اجتماعی ادراک شده چند بعدی زیمت و دیگران (۱۹۹۸) و عزت‌نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) استفاده گردید. ارزیابی الگوی پیشنهادی از طریق الگویابی معادلات ساختاری (SIM) و با استفاده از نرم افزارهای SPSS ویراست ۱۸ و AMOS ویراست ۲۰ انجام گرفت. جهت آزمودن اثرهای واسطه‌ای ساده و چندگانه در الگوی پیشنهادی از روش بوت استراپ در برنامه ماکرو پریچر و هیز (۲۰۰۸) استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند که الگوی پیشنهادی از برازش خوبی با داده‌ها برخوردار است ($RMSEA = ۰/۰۷$ ، $GFI = ۰/۹۶$ ، $AGFI = ۰/۹۰$). برازش بهتر با همبسته کردن خطاهای دو مسیر حاصل شد. آن‌گونه که نتایج حاصل از این پژوهش نشان می‌دهند، هوش هیجانی در دانش‌جویان با میانجی‌گری حمایت اجتماعی و عزت‌نفس می‌تواند تأثیر چشم‌گیری بر رضایت از زندگی داشته باشد.

کلید واژه‌ها: هوش هیجانی؛ رضایت از زندگی؛ عزت‌نفس؛ حمایت اجتماعی

مقدمه

در ده سال گذشته، هوش هیجانی توجه زیادی را در ادبیات روان‌شناختی و فراسوی آن به خود معطوف کرده است (پترایدز، پیتا و کوکیناکی، ۲۰۰۷). از دیدگاه گلمن (۱۹۹۸) هوش هیجانی ظرفیت یا توانایی سازمان‌دهی احساسات و عواطف خود و دیگران برای برانگیختن و کنترل مؤثر احساسات خود و استفاده از آن‌ها در روابط با دیگران است. رضایت از زندگی که ارزیابی کلی فرد را از زندگی خویش منعکس می‌کند یکی از آموزده‌ترین متغیرهایی است که با هوش هیجانی ارتباط دارد (مایر و سالووی، ۱۹۹۷). حجم قابل توجهی از پژوهش‌ها، شواهدی را برای اعتبار افزایش هوش هیجانی به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌ی رضایت از زندگی فراهم می‌آورند. معمولاً در این پژوهش‌ها متغیرهایی چون شخصیت، صفت هیجان‌پذیری یا حمایت اجتماعی کنترل شده‌اند (کونگ و زائو، ۲۰۱۱). اگرچه در ادبیات پژوهش روشن است که هوش هیجانی با رضایت از زندگی ارتباط دارد اما ساز و کارها یا فرآیندهای نهان این رابطه هنوز ناشناخته است. یک گزینه‌ی احتمالی برای میانجی‌گری همبستگی بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی حمایت اجتماعی است. برخی نظریه‌ها از این ایده حمایت می‌کنند که توانایی‌های هیجانی در اکتساب مهارت‌های اجتماعی نقش دارند در نتیجه هم کیفیت روابط و هم دسترسی به حمایت اجتماعی را افزایش می‌دهند و این به نوبه خود موجب

حس نیرومندتری از بهزیستی ذهنی می‌شود (سالووی و همکاران، ۲۰۰۰). در پژوهش کونگ، زائو و یو (۲۰۱۲) حمایت اجتماعی به عنوان یک میانجی در رابطه‌ی میان هوش هیجانی و رضایت از زندگی عمل می‌کند. به طریقی مشابه، عزت نفس را می‌توان میانجی‌گری در همبستگی بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی فرض نمود. عزت نفس به حس کلی فرد در مورد ارزش خویش اشاره می‌کند (مکیکنگاز و کینونن، ۲۰۰۳). از یک سو، معلوم شده است عزت نفس با رضایت از زندگی رابطه دارد و در کنار ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، روابط اجتماعی و شخصیت، یکی از آموخته‌ترین متغیرهای پیش‌بین رضایت از زندگی است (کونگ و یو، ۲۰۱۱). از سوی دیگر افراد دارای نمره‌های بالای هوش هیجانی به دریافت حس وسیع‌تری در مورد ارزش خویش (یعنی عزت نفس بالاتر) گرایش دارند (دونگ، یوریستا و گاندروم، ۲۰۰۸). بنابراین هوش هیجانی احتمالاً به واسطه‌ی عزت نفس بالاتر، با رضایت از زندگی بیشتر ارتباط دارد. با توجه به نتایج موجود، در این مطالعه فرض می‌شود که حمایت اجتماعی و عزت نفس ممکن است نقش میانجی‌گر را در رابطه‌ی میان هوش هیجانی و رضایت از زندگی داشته باشند. محدودیت مهم در ادبیات هوش هیجانی این است که قسمت عمده‌ی این مطالعات، در کشورهای غربی انجام گرفته‌اند. بررسی مجدد این یافته‌ها در یک فرهنگ آسیایی شواهد معنی‌داری را برای اعتبار بیرونی فراهم خواهد آورد.

روش

شرکت‌کنندگان و طرح پژوهش

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌جویان کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ بودند که از میان آن‌ها ۳۰۴ نفر (۱۷۹ زن و ۱۲۵ مرد) از طریق نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. طرح حاضر از نوع همبستگی از طریق الگویابی معادلات ساختاری (SEM) است.

ابزار

برای سنجش هوش هیجانی از پرسشنامه هوش هیجانی شات (۱۹۹۸) با ۳۳ آیتم و ۳ خرده‌مقیاس (تنظیم هیجان، ارزیابی و ابراز هیجان، و بهره‌برداری هیجان) و طیف لیکرت ۵ درجه‌ای، برای سنجش حمایت اجتماعی ادراک شده، از مقیاس چند بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت، دالم، زیمت و فارلی (۱۹۸۸) با طیف لیکرت هفت درجه‌ای و ۱۲ ماده و سه خرده‌مقیاس (افراد مهم، خانواده و دوستان)، برای عزت نفس از مقیاس ۱۰ ماده‌ای عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) با طیف لیکرت ۴ درجه‌ای، و دامنه ۱۰ (عزت نفس پایین) تا ۴۰ (عزت نفس بالا) و برای اندازه‌گیری رضایت از زندگی، از مقیاس رضایت از زندگی دینر، ایمونز، لارمن و گریفین (۱۹۸۵) با ۵ ماده و طیف لیکرت ۵ درجه‌ای استفاده شد. در این مطالعه، به ترتیب ضرایب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های هوش هیجانی ۰/۸۵، و در پژوهش کونگ، زائو و یو (۲۰۱۲) ۰/۸۹، مقیاس حمایت اجتماعی ۰/۸۱ و در پژوهش کونگ و یو (۲۰۱۱) ۰/۷۱، مقیاس عزت نفس ۰/۸۰، و در پژوهش کونگ و یو (۲۰۱۱) ۰/۸۳، مقیاس رضایت از زندگی ۰/۸۰، و در پژوهش کونگ، زائو و یو (۲۰۱۲) ۰/۸۳ بدست آمد. به منظور بررسی اعتبار سازه ضریب همبستگی مقیاس‌ها با یک سوال کلی، به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۹، ۰/۸۳ و ۰/۸۱ بدست آمد.

شیوه‌اجرا

پس از اعلام همکاری از سوی دانش‌جویان اطلاعات لازم درباره نحوه تکمیل پرسشنامه به تک تک آن‌ها داده شد. پرسشنامه‌ها بدون درج نام بودند و در مورد محرمانه بودن پاسخ‌ها به آن‌ها اطمینان داده شد. به دانش‌جویان وقت کافی برای تکمیل پرسشنامه داده شد.

نتایج

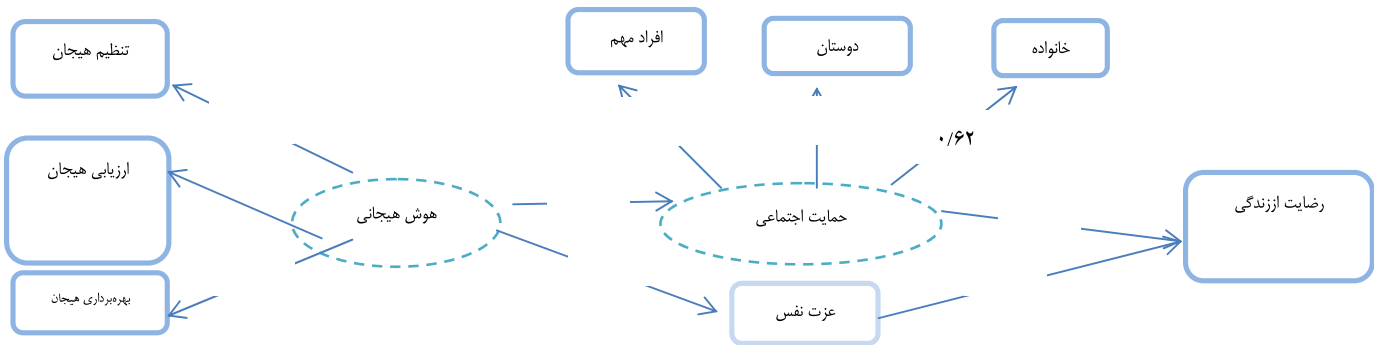
جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
رضایت از زندگی	۳۹/۲۲	۵/۸۶	۱								
هوش هیجانی	۲۹/۱۲	۱۵/۰۷	۰/۱۷*	۱							
تنظیم هیجان	۲۱/۳۸	۵/۱۲	۰/۲۷*	۰/۸۶*	۱						
ارزیابی هیجان	۴۳/۴۹	۶/۶۳	۰/۰۹*	۰/۰۹*	۰/۶۴*	۱					
بهره‌برداری هیجان	۶۵/۳۸	۵/۱۶	۰/۱۳*	۰/۱۸۹*	۰/۶۹*	۰/۷۱*	۱				
عزت نفس	۲۸/۲۰	۴/۷۷	۰/۴۶*	۰/۳۶*	۰/۶۹*	۰/۲۵*	۰/۲۲*	۱			
حمایت اجتماعی	۴۶/۴۲	۹/۹۱	۰/۳۴*	۰/۳۴*	۰/۳۴*	۰/۲۰*	۰/۳۳*	۰/۳۳*	۱		
افراد مهم	۵۹/۱۳	۴/۳۳	۰/۲۳*	۰/۲۴*	۰/۲۴*	۰/۱۵*	۰/۳۰*	۰/۲۱*	۰/۷۸*	۱	
خانواده	۴۹/۱۵	۴/۰۲	۰/۳۵*	۰/۲۰*	۰/۳۳*	۰/۰۳*	۰/۲۱*	۰/۳۳*	۰/۷۷*	۰/۳۸*	۱
دوستان	۳۷/۱۳	۴/۲۰	۰/۲۴*	۰/۳۷*	۰/۳۷*	۰/۲۸*	۰/۳۴*	۰/۲۵*	۰/۸۰*	۰/۴۴*	۰/۴۵*

$P < .0001$

بنابر آن چه در خصوص رابطه بین این متغیرها گفته شد، الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر به منظور بررسی اثر هوش هیجانی بر رضایت از زندگی از طریق میانجی‌گری عزت نفس و حمایت اجتماعی بررسی شده است. پیش از بررسی ضرایب ساختاری، برازش الگوی پیشنهادی با داده‌ها مورد بررسی قرار گرفت. با وجود این که مقادیر اکثر شاخص‌های برازندگی نشان‌دهنده برازش قابل قبول الگوی پیشنهادی با داده‌ها بودند، اما شاخص جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) نشان داد که الگو نیاز به بهبود دارد. گام بعدی ارتقای برازش الگوی پیشنهادی از طریق همبسته کردن خطاهای دو مسیر حاصل شد. نتایج حاکی از برازش مطلوب الگوی نهایی است.

$$(X^2 = 42/64, DF = 17, GFI = 0/96, AGFI = 0/90, RMSEA = 0/07)$$



ضرایب مسیر در شکل حاکی از معناداری تمامی مسیرها هستند. نتایج حاصل از بوت استراپ نشان دهنده این است که فاصله‌های اطمینان برای مسیرهای میانجی‌گر حاکی از قرار نگرفتن صفر در این فاصله‌ها در ارتباط با دو مسیر غیرمستقیم است. سطح اطمینان برای این فاصله ۹۵ و تعداد نمونه‌گیری‌های مجدد بوت استراپ ۱۰۰۰ است.

جدول ۲. نتایج بوت استراب برای مسیرهای واسطه‌ای پژوهش حاضر

متغیر	داده ها	بوت	سوگیری	خطای استاندارد	حد پائین	حد بالا
کل	۰/۰۸۸	۰/۰۸۹	۰/۰۰۱۷	۰/۰۱۶۲	۰/۰۵۹۱	۰/۱۲۱۵
حمایت اجتماعی	۰/۰۳۰۹	۰/۰۳۱۷	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۸۷	۰/۰۱۴۹	۰/۰۴۸۲
عزت نفس	۰/۰۵۷۲	۰/۰۵۸۱	۰/۰۰۰۹	۰/۰۱۶۲	۰/۰۲۹۶	۰/۰۹۳۲

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی‌گر حمایت اجتماعی و عزت نفس در رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی است. نتایج تحلیل‌های همبستگی نشان داد هوش هیجانی با رضایت از زندگی رابطه‌ی مثبت دارد که همسو با پژوهش گالاگر و ولا - برودریک، (۲۰۰۸) است. افراد دارای هوش هیجانی بالا به دریافت حمایت اجتماعی (گالاگر و ولا - برودریک، ۲۰۰۸) و عزت نفس بیشتر (دونگ و همکاران، ۲۰۰۸) گرایش دارند. مطابق با انتظارات ما تاثیر غیرمستقیم هوش هیجانی بر رضایت از زندگی از طریق حمایت اجتماعی و عزت نفس معنادار بود که همسو با مطالعه کونگ و همکاران (۲۰۱۲) است. افراد دارای هوش هیجانی بالاتر قادرند هیجان‌های خود و دیگران را به خوبی شناسایی و مدیریت کنند، از این‌رو بیشتر مستعد افزایش عزت‌نفس و به نوبه خود افزایش رضایت از زندگی هستند. از طرفی افراد دارای صفت هوش هیجانی بالا مستعد ادراک حمایت‌های اجتماعی بالا از سوی دیگران هستند که موجب رضایت از زندگی بالا می‌شود. از جمله محدودیت‌های این پژوهش ماهیت مقطعی همبستگی مطالعه است، که استنباط هرگونه رابطه علی را میان متغیرهای پژوهش مانع می‌شود. از طرف دیگر عزت نفس و حمایت اجتماعی تنها واسطه‌های احتمالی بودند که ما در مطالعه حاضر بررسی کردیم به پژوهش‌گران آینده پیشنهاد می‌شود متغیرهای دیگر را مورد بررسی قرار دهند.

منابع

- Dong, Q., Urista, M. A., & Gundrum, D. (2008). The impact of emotional intelligence, self-esteem, and self-image on romantic communication over My Space. *Cyber psychology & Behavior*, 11, 577–578.
- Gallagher, E. N., & Vella-Brodrick, D. A. (2008). Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 44, 1551–1561.
- Kong, F., & You, X. (2011). Loneliness and self-esteem as mediators between social support and life satisfaction in late adolescence. *Social Indicators Research*. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-011-9930-6>.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Social support mediates the influence of emotional intelligence on mental distress and life satisfaction in Chinese young adults. *Personality and Individual Differences*, 53, 513–517.
- M?kikangas, A., & Kinnunen, U. (2003). Psychosocial work stressors and well-being: Self-esteem and optimism as moderators in a one-year longitudinal sample. *Personality and Individual Differences*, 35, 537–557.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In D. Sluyter & P. Salovey (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). New York: Basic Books.
- Petrides, K., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98, 273–289.
- Salovey, P., Bedell, B. T., Detweiler, J. B., & Mayer, J. D. (2000). *Current directions in emotional intelligence research*. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 504–520). New York: Guilford Press.
- Goleman, Daniel. (1998 b) *Working with the Emotional intelligence*, A Bantam Book.