

رابطه هوش هیجانی با سبک‌های حل مسأله و سلامت عمومی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲ *

دکتر پری‌ناز بنی‌سی^۱

قنبر علی دلفان‌آذری

وحید بنی‌سی^۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی "رابطه هوش هیجانی با سبک‌های حل مسأله و سلامت عمومی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲" است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲ که در نیم سال اول سال تحصیلی ۱۳۸۸-۸۹ مشغول به تحصیل بوده‌اند. روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی طبقه‌ای ساده است، که از بین واحدهای منطقه ۱۲ دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای رودهن، دماوند، کرج، پرند و قزوین براساس جدول مورگان ۳۸۴ نفر انتخاب شده است. ابزار پژوهش شامل ۳ پرسشنامه استاندارد هوش هیجانی، سبک‌های حل مسأله و سلامت عمومی می‌باشد، که به ترتیب ضریب آلفای کرباخ آنها ۰/۸۴، ۰/۸۹ و ۰/۹۲ محاسبه شده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسأله رابطه خطی وجود دارد. اما بین هوش هیجانی و سلامت عمومی رابطه وجود ندارد. هوش هیجانی و سبک‌های حل مسأله بر سلامت عمومی تأثیرگذار نیست.

واژگان کلیدی: هوش هیجانی، سبک‌های حل مسأله و سلامت عمومی

* این طرح با حمایت مالی معاونت پژوهش و فناوری دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن انجام شده است.

۱- استاد یار و عضو باشگاه پژوهشگران جوان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

۲- کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

۳- دانشجوی کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی واحد رودهن

مقدمه

ما در برهه‌ای از زمان به سر می‌بریم که نظریه‌های سنتی مربوط به هوش دچار تغییر و تحول شده‌اند و نظریات جدیدی به طور مرتب جایگزین آنها می‌شوند. در دهه اخیر نظریه جدیدی به نام «هوش هیجانی» یا «هوش عاطفی» مطرح شده است.

فرایند هیجانی شدن بدین شکل نیست که فقط در یک زمان مشخص، مثل تخلیه ناراحتی یا کسب لذت برای شخص بوجود آید. بلکه همواره وبه شکل غیرملموس باتمام اعمال ماهمراه هستند. افراد اهمیت این تعامل را بیش از پیش درک کرده‌اند.

تازمان کارواکمیر^۱ (۱۹۶۷) کسی قادر نبود که یک بحث منطقی از هیجان مطرح کند. در تمام ادبیات مربوط به هیجان گفته شده است که هیجانان پیچیده هستند و تأثیرات کلی آنها ناشناخته مانده است. ما به طور مداوم و نوعی از هیجان را تجربه می‌کنیم وحالات هیجانی ما در طول شبانه روز با توجه به چیزی که برای ما اتفاق می‌افتد با محرکی که به ما وارد می‌شود تفاوت می‌کند و این شایان ذکر است که ما همیشه از جزئیات نوع هیجانی که تجربه با ابزار کرده ایم آگاهی نداریم (رائتر ۲۰۰۰، به نقل از منصورى ۱۳۸۰).

گلמן با مطرح ساختن پژوهش خارق العاده ای که در زمینه مغز و رفتار انجام شده است نشان می‌دهد که عوامل دیگری به جز هوش شناختی در موفقیت افراد دست اندر کارند. این عوامل جنبه دیگری از هوشمندی را شامل می‌شود که گلמן آن را ((هوش هیجانی)) می‌خواند. در سال ۱۹۹۸ گلמן چارچوب هوش هیجانی را از این نظر بررسی کرد که چگونگی توانایی بالقوه فرد بر اراده مهارتهای مربوط به خود آگاهی، خود نظم دهی، آگاهی اجتماعی و مدیریت در روابط می‌تواند بر پیشرفت در شغل بیانجامد. او هوش هیجانی را به عنوان یک تئوری عملکرد می‌داند وی به تازگی آمادگی هیجانی را مطرح ساخته که منظور وی نوعی توانایی آموخته شده براساس هوش هیجانی فرد است که پیامد و نتیجه آن در عملکرد وی روشن است (حسینی، ۱۳۸۷، ص ۷).

هوش هیجانی یک سازه چند عاملی است که از چند توانایی به هم پیوسته عاطفی، شخصی و اجتماعی تشکیل شده است که ما را در رویارویی با مقتضیات زندگی روزمره یاری می‌دهد. البته به نظر می‌رسد که هوش هیجانی توانایی گول زدن دیگران است، پس دوست داشتن خود و قبول هیجان‌های خود به این معنا نیست که فرد بطور آزادانه، به هیجان‌های خود پاسخ دهد یا اعمال غیرمسئولانه هیجان‌های خود را توجیه کند. بنابراین در اینجا باید به مؤلفه همدلی هوش هیجانی بهای بیشتری داد و اشاره کرد که همراه اخلاقیات با هوش هیجانی، ضروری به نظر می‌رسد؛ بدون همدلی به عنوان یک کفایت از کفایت‌های هیجانی، شخص می‌تواند بطور قابل‌تصوری همه مهارت‌های دیگر کفایت هیجانی را در یک مدل ماکیاولی یا حتی ضد اجتماعی ظاهر کند.

نظریه توانایی (تجدید نظر شده در سال ۱۹۹۷) هوش هیجانی را به چهار حوزه تقسیم می‌کند که حوزه اول شامل ادراک و ابراز هیجان‌ها می‌باشد که در برگیرنده ارزیابی صحیح هیجان‌های خود و دیگران می‌باشد. حوزه دوم شامل توانایی کاربرد هیجان‌ها جهت تسهیل تفکر است که در برگیرنده پیوند و ارتباط صحیح هیجان‌ها با سایر احساسات و نیز توانایی کاربرد هیجان‌ها برای بهبود و افزایش تفکر می‌باشد. سومین حوزه یعنی درک و فهم هیجان‌ها، شامل تجزیه کردن هیجان‌ها به اجزای مختلف، فهمیدن و درک تغییر احتمالی از یک حالت احساسی به حالت احساسی دیگر و فهم احساسات پیچیده در موقعیت‌های اجتماعی می‌باشد. در پایان حوزه چهارم مدیریت هیجان‌ها است که شامل توانایی اداره احساسات خود و دیگران می‌باشد.

دانشجویان هر جامعه نیروی انسانی و سازندگان فردای آن جامعه هستند. از این رو سلامت جسم و روان آنان از اهمیت زیادی برخوردار است و تأمین آن از طریق پیشگیری و ارتقای سلامت حاصل می‌شود. فعالیت‌های آموزشی در جهت تقویت بهزیستی به ویژه آموزش مهارت‌های لازم برای زندگی از بخش‌هایی است که برای ارتقای سلامت روان باید توسعه یابد. از جمله فعالیت‌های آموزشی که محققان

روان‌شناسی بر روی آن تأکید دارند، آموزش مهارت‌های هوش هیجانی است. هوش هیجانی نشان‌دهنده توانایی تشخیص، ارزیابی و بیان هیجان‌ها به نحو صحیح و سازگارانه می‌باشد، هم‌چنین شامل توانایی درک درست محیط انسانی، توانایی تشخیص احساسات خود و دیگران و استفاده از دانش هیجانی برای تسهیل فعالیت‌های شناختی، هدایت تفکر و عمل سازگارانه است. به نظر می‌رسد که می‌توان سلامت جسم و روان را از طریق آموزش مهارت‌های هوش هیجانی بهبود بخشید ولی با وجود تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته، توافق کلی در رابطه با تمامی مؤلفه‌های هوش هیجانی با سلامت روان دیده نمی‌شود. در تحقیقی که توسط سیاروچی و همکاران صورت گرفته نشان داده شده است که بعضی از اشکال هوش هیجانی، افراد را در برابر استرس مصون می‌دارد. ولی بعضی از اشکال آن مثل مهارت خودکنترلی هیجانی با افسردگی رابطه مثبت داشته و افرادی که از مهارت خودکنترلی هیجانی برخوردارند ناامیدی بیشتری را گزارش کرده‌اند. لذا این مسأله لزوم انجام تحقیقات بیشتری را در این زمینه آشکار می‌کند. هیجان‌ها بخشی از زندگی روزمره ما را تشکیل می‌دهند. واژه هیجان گویای احساساتی است که هر یک از ما می‌تواند با درون‌نگری در وجود خودشناسی یا با برون‌نگری به دیگران نسبت دهد. ویژگی‌های هیجان‌ها از طریق احساس‌های کم و بیش آشکار از خوشی یا از ناخوشی تعیین می‌شود. هیجان‌های خوشایند یا مثبت با وقوع رویدادهای خوشایند یا پیش‌بینی آنها همراه است. هیجان‌های ناخوشایند یا منفی با تجربه درد، خطر یا تنبیه ارتباط دارد. هر کسی تجربیات هیجانی زیادی دارد، ولی تعریف کردن این مفهوم کار دشواری است. هیجان عناصر شناختی، فیزیولوژیکی و رفتاری دارد که در تعریف زیر خلاصه شده‌اند: هیجان عبارت است از: (۱) تجربه ذهنی هوشیار (عنصر شناختی) که با (۲) انگیزتگی بدن (عنصر فیزیولوژیکی) و (۳) جلوه‌های آشکار خاص (عنصر رفتاری) همراه است.

هیجانها باعث:

الف: سبب به وجود آمدن تجارب عاطفی یا انفعالی (از قبیل خوشایند و

ناخوشایند) است.

ب: فرد را در به وجود آمدن تبیین‌های شناختی تحریک می‌کند (مثلاً علت هیجان را به خودش یا به محیط نسبت دهد).

ج: سبب به وجود آمدن پاسخ‌های فوری درونی گوناگون (از قبیل ضربان قلب) می‌شود.

د: رفتارهایی را فرا می‌خوانند که اغلب، اما نه همیشه، بیانگر (مانند خندیدن و گریستن) هدف و ایسته (گرایشی یا اجتنابی) و (انطباقی) (حذف یا از بین بردن چیزی که ممکن است بقای فرد را مورد تهدید قرار دهد) هستند. یکی از کارکردهای خیلی مهم هیجان‌ها، رفتار ناشی از پاداش یا تنبیه است. وقتی افراد هیجان خیلی مثبتی را تجربه می‌کنند، اغلب دست به رفتاری می‌زنند که دوباره سبب به وجود آمدن آن هیجان می‌شود. به همین نحو، وقتی که یک هیجان خیلی منفی را تجربه می‌کنند، از رفتارهایی اجتناب خواهند ورزید که سبب به وجود آمدن مجدد احساس آن هیجان است. براساس گفته افلاطون از حدود ۲۴۰۰ سال پیش تاکنون دانشمندان، پژوهشگران و فیلسوفان زیادی در جهت اثبات یا نفی نقش احساسات در یادگیری مطالعات زیاد انجام دادند. متأسفانه تفکر حاکم در این مدت این بود که «هیجان‌ها مانع انجام کار و تصمیم‌گیری صحیح می‌شوند و تمرکز حواس را مختل می‌سازند.» اما سال‌هاست که با حرارت‌ترین نظریه‌پردازان هوشبهر کوشیده‌اند تا احساس‌ها را به حیطه هوش وارد کنند، به جای آن که عواطف و هوش را متضاد و ناهم‌ساز در نظر بگیرند. واژه «Emotion» از فعل لاتین «moere» به معنی حرکت و جنبش ریشه گرفته است. در فرهنگ لغت «Emotion» به معنای هیجان، برانگیختگی و عاطفه است. هیجان در این جا، نوعی واکنش شدید و کوتاه‌ارگانیسم به موقعیت غیرمنتظره‌ای می‌باشد که همراه با نوعی حالت عاطفی خوشایند و یا ناخوشایند است. در فارسی معادل واژه «Emotion» را هیجان و عاطفه آورده‌اند (خائف الهی و دوستار، ۱۳۸۲، ۸۴).

اصطلاح هوش هیجانی^۱ طی دهه ۱۹۹۰ توسط جان مایر^۲ و پیتر سالووی^۳ برای اولین بار در چندین مقاله مطرح شد. این دو روانشناس هوش هیجانی را «توانایی فرد برای کنترل هیجانات خود و دیگران، تمایز میان اثرات مثبت و منفی هیجانات و استفاده از اطلاعات هیجانی برای راهنمایی فرایند تفکر و اقدامات خود» تعریف کرده‌اند. هوش هیجانی صرفاً هیجانی بودن یا کنترل هیجانات نیست بلکه هر دوی این‌ها می‌باشد، یعنی بدانیم چه موقع اظهار هیجانی، موفق عمل می‌کند و چه موقع مشکل‌زا و دردسرساز است. هاوارد گاردنر^۴ (۱۹۸۳) هوش را شامل هفت گونه؛ زبانی، صوری، موسیقایی، بصری، میان‌فردی، درون‌فردی و ارثی دانسته است. مایر و سالووی بیان می‌کنند، هوش هیجانی از انواع هوش ارائه شده توسط گاردنر متمایز بوده زیرا به مدیریت هیجانات پرداخته و از این رو بیانگر فرایند پیچیده‌ای است که هیجانات و ادراکات را به یکدیگر مرتبط می‌سازد.

برخی محققان، هوش هیجانی را شامل گردآوری و اکتساب انواع مهارت‌ها از جمله؛ تشخیص و تبیین هیجانات، ادراک هیجانات، استفاده از هیجانات، مدیریت و یا کنترل هیجانات دانسته‌اند.

دانیل گلمن^۵ اولین کسی است که مفهوم هوش هیجانی را وارد عرصه مفاهیم سازمانی نمود. گلمن هوش هیجانی را استعداد، مهارت و یا قابلیت که عمیقاً تمامی توانایی‌ها را به وسیله تسهیل یا مداخله تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد، تعریف نموده است.

هوش هیجانی شامل شناخت و کنترل هیجان‌های خود است. به عبارت دیگر، شخصی که EQ بالایی دارد سه مؤلفه هیجان‌ها را به طور موفقیت‌آمیزی با یکدیگر تلفیق می‌کند (مؤلفه شناختی، مؤلفه فیزیولوژیکی و مؤلفه رفتاری).

گلمن معتقد است، هوش هیجانی بالا تبیین می‌کند که چرا افرادی با ضریب

1- Emotional intelligence

2- Mayer

3- Salovey

4- Gardner

5- Goleman

هوشی (IQ) متوسط موفق‌تر از کسانی هستند که نمره‌های IQ بسیار بالاتری دارند. تئوری هوش هیجانی دیدگاه جدیدی درباره‌ی پیش‌بینی عوامل مؤثر بر موفقیت و همچنین پیشگیری اولیه از اختلالات روانی را فراهم می‌کند که تکمیل‌کننده علوم شناختی، علوم اعصاب و رشد کودک است. قابلیت‌های هیجانی برای تدبیر ماهرانه روابط با دیگران بسیار حائز اهمیت است.

روانشناسی به نام «گلمن» اظهار می‌دارد که هوش شناختی در بهترین شرایط تنها ۲۰٪ از موفقیت‌ها را باعث می‌شود و ۸۰٪ از موفقیت‌ها به عوامل دیگر وابسته است و سرنوشت افراد در بسیاری از موفقیت‌ها در گرو مهارت‌هایی است که هوش هیجانی را تشکیل می‌دهند. در واقع هوش هیجانی عدم موفقیت افراد با ضریب هوش بالا و همچنین موفقیت غیرمنتظره افراد دارای هوش متوسط را تعیین می‌کند. یعنی افراد با داشتن هوش عمومی متوسط و هوش هیجانی بالا خیلی موفق‌تر از کسانی هستند که هوش عمومی بالا و هوش هیجانی پایین دارند. پس هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده موفقیت افراد در زندگی و نحوه برخورد مناسب با استرس‌هاست.

این هوش بنا به نظر «بار-اون» ۵ مؤلفه به شرح زیر دارد:

۱) مهارت‌های درون‌فردی شامل:

خودآگاهی هیجانی: (بازشناسی و فهم احساسات خود)

جرات: (ابراز احساسات، عقاید، تفکرات و دفاع از حقوق شخصی به شیوه‌ای سازنده)

خودتنظیمی: (آگاهی، فهم، پذیرش و احترام به خویش)

خودشکوفایی: (تحقق بخشیدن به استعدادها و بالقوه خویش)

استقلال: (خودفرمانی و خودکنترلی در تفکر و عمل شخصی و رهایی از وابستگی هیجانی)

۲) مهارت‌های میان‌فردی شامل:

روابط میان‌فردی: (آگاهی، فهم و درک احساسات دیگران، ایجاد و حفظ روابط رضایت‌بخش

دوجانبه که به صورت نزدیکی هیجانی و وابستگی مشخص می‌شود).

تعهدات اجتماعی: (عضو مؤثر و سازنده گروه اجتماعی خود بودن، نشان دادن خود به

عنوان یک شریک خوب)

همدلی: (توان آگاهی از احساسات دیگران، درک احساسات و تحسین آن‌ها)

۳) سازگاری شامل:

مسئله گشایی: (تشخیص و تعریف مسائل، همچنین ایجاد راه کارهای مؤثر)
آزمون واقعیت: (ارزیابی مطابقت میان آنچه به طور ذهنی و آنچه به طور عینی، تجربه می شود)
انعطاف پذیری: (تنظیم هیجان، تفکر و رفتار به هنگام تغییر موقعیت و شرایط).

۴) کنترل استرس شامل:

توانایی تحمل استرس: (مقاومت در برابر وقایع نامطلوب و موقعیت های استرس زا)
کنترل تکانه: (ایستادگی در مقابل تکانه یا انکار تکانه)

۵) خلق عمومی شامل:

شادی: (احساس رضایت از خویشتن، شاد کرن خود و دیگران)
خوشبینی: (نگاه به جنبه های روشن زندگی و حفظ نگرش مثبت حتی در مواجهه با ناملایمات)
به طور کلی حل مسئله به فرایند شناختی - رفتاری ابتکاری فرد اطلاق می شود که به وسیله آن فرد می خواهد راهبردهای مؤثر و سازگارانه مقابله ای برای مشکلات روزمره را تعیین، کشف یا ابداع کند. به عبارت دیگر حل مساله یک راهبرد مقابله ای مهمی است که توانایی و پیشرفت شخصی و اجتماعی را افزایش و تنیدگی و نشانه شناسی روانی را کاهش می دهد (دزور یلا و شیوی، ۱۹۹۶) همه ی افراد به طور مداوم با مسایل و مشکلات مختلف و تصمیم گیری در مورد چگونگی آنها روبرو هستند. به لحاظ اهمیت پیچیده و تغییر یا بنده جوامع کنونی بروز مشکلات و مسائل ریز و درشت فزونی یافته است. بیشتر اوقات فرایند حل مساله روزمره به قدری خودکار انجام می گیرد که افراد از چگونگی انجام دقیق آنها مطلع نمی شوند. با وجود این باید به این نکته توجه کرد که بدون توانایی شناسایی مشکلات و رسیدن به راه حل های قابل اجرا زندگی روزمره مردم از هم می پاشد. حل مساله دربرگیرنده حوزه های عاطفی - شناختی و رفتاری است. افرادی که از توانایی حل مساله بیشتری برخوردارند بیشتر می توانند با استرس و مشکلات زندگی مقابله کنند و آلهایی که حل مسئله را یاد می گیرند امتحان به طور مؤثری با استرس مقابله می کنند. داشتن قدرت حل مساله بیشتر با مشکلات روان شناختی و اجتماعی کمتر همراه است (بعدی، ۱۳۸۰).

در یک نگاه حل مساله را به صورت تشخیصی و به کارگیری دانش و مهارتهایی می توان تعریف کرد که منجر به پاسخ درست یادگیرنده به موقعیت یا رسیدن به هدف مورد نظرش می شود حل مساله فرایندی رفتاری - شناختی آشکاری است که ۱- پاسخهای بالقوه مؤثر برای موقعیتهای دشوار را فراهم می سازد . ۲- امتحال انتخاب مؤثرترین پاسخ را از بین پاسخ های متعدد افزایش می دهد . افرادی که از توانایی حل مساله بالایی برخوردارند به امتحال زیاد در مقابله مؤثر با طیف وسیعی از موقعیتهای موفق می باشند . جهت گیری فرد نسبت به موقعیت تأثیر قاطعی بر نحوه پاسخ او دارد . جهت گیری که رفتار مستقل حل مسئله را ترتیب می کند شامل آمادگی یا نگرش فرد به این فرض است که موقعیت های مشکل بخش از این زندگی معمولی است و لذا می توان از مهره آن بر آمد . همچون لارسون (Larson)^۱ و همکارانش معتقدند اگر موقعیت مشکل زا روی دهد می توان آنها را مشخص کرد و مانع از گرایش بلافاصله پاسخ به نخستین تکانش شد. توقع فرد از توانایی اش در کنترل محیط تا حد زیادی موفقیت او را در کوشش بر مواجهه با مشکلات بوجود آمده را افزایش می دهد(کبداک، ۱۳۸۰) آیزنک حل مساله را اینگونه تعریف می کند «حل مساله عبارت است از پردازش شناختی برای تبدیل موقعیت مفروض به موقعیت مطلوب در حالیکه شخص حل کننده برای حل مساله به طور آماده روشی واضحی ندارد . این ایده شامل ۴ ایده اساسی است.

- ۱- از آنجا که حل مساله یک امر شناختی است یعنی در درون ذهن یا ایستگاه شناختی حل کننده روی می دهد ، پس وجود آن را می توان به طور غیر مستقیم رفتار حل کننده استنباط کرد .
- ۲- حل مساله یک فرایند است یعنی متضمن دستکاری معلومات در دستگاه شناختی یا ذهن حل کننده است .
- ۳- حل مساله جهت دار است یعنی غرضی از آن حل مساله است.
- ۴- حل مساله امری مشخص است دشواری تبدیل یک حالت مفروض از یک مساله به یک حالت مطلوب بستگی به دانش کنونی حل کننده مساله دارد . (حیدری، ۱۳۸۳).

- روش های پیشنهادی در حل مساله از نظر مانیز و ویزدوم عبارتند از: (هریس، ۱۹۹۸)
- ۱- اختصاص زمان لازم برای جستجوی راه مناسب و استخراج سالم .
 - ۲- تقسیم مساله به اجزای کوچکتر و جداگانه بررسی کردن قسمت های مختلف مساله.
 - ۳- وسیع و در دسترس بودن منابع حل مساله.
 - ۴- درک کامل و پس انتخاب راه حل مناسب و نیز داشتن دامنه وسیعی از انتخاب ها به جای تمرکز بر روی تنها یک راه حل .
 - ۵- به تعویق نیانداختن حل مساله .
- اگرچه تعاریف متعددی از حل مساله ارائه شده است . ولی اغلب آنها بر این امر تاکید دارند که مساله و مشکل موقتی بوجود می آید که فرد چندی را می خواهد و نمی داند که چگونه آن را بدست آورد .
- بنابراین مشکل یا مساله را می توان همانند یک خواسته تحقق نیافته ای که به شیوه تحقق آن باید مشخص شود مفهوم سازی کرد . این تعریف جامع مفهوم مشکلاتی را که از نظر اهمیت یا گستردگی ، خاص یا عمومی ، مثبت یا منفی و عمده یا ناچیز هستند را در بر می گیرد (خالچی، ۱۳۸۴) .
- ایان وارویک و همکاران^۱ (۲۰۰۸) پژوهشی را با هدف «حمایت سلامت روان و بهبود هیجانی بین دانشجویان جوان دوره آموزش عالی» انجام داده اند. جامعه آماری دانشجویان ۱۹-۱۶ ساله دانشگاه های انگلستان بودند، نمونه آماری ۵ دانشکده از این دانشگاه ها بودند. دانشکده هایی که خدمات ارتقاء سلامت روان را به دانشجویان ارائه می دادند. نتایج این تحقیق نشان می دهد که درست است که شواهدی بر وجود تمرین های سودمند وجود داشته اند لیکن این شواهد به اندازه کافی گسترده نبودند و در بین کلاس های این دانشکده ها، هیچ واحدی مربوط به سلامت روان و بهبود آن باشد به دانشجویان ارائه نمی شد. نتایج دیگر این تحقیق نشان می دهد که:

1- War Wick, Ian

- ۱- بین سلامت روان دانشجویان و موفقیت آنها در دانشگاه رابطه وجود دارد.
- ۲- داشتن سیاست‌های آموزشی و هدایتی در دانشگاه موجب افزایش سطح سلامت روان می‌شود.
- ۳- دستیابی دانشجویان به مشاوره‌های روانی، داشتن مدیران و مسئولان دانشگاهی که به مسئله سلامت روان اهمیت می‌دهند از عوامل مؤثر بر بهبود سلامت روان دانشجویان به شمار می‌روند.
- زیمیلیاس^۱ (۲۰۰۸) در تحقیقی با عنوان «هیجان‌ات یادگیرندگان بزرگسال در یادگیری به صورت آنلاین» در رابطه با نقش‌های جنسیتی و اجتماعی و مسئولیت‌پذیری به پاسخ‌های هیجانی متفاوت در میان مردان و زنان اشاره کرده است.
- چان^۲ (۲۰۰۸) در پژوهشی با عنوان «هوش هیجانی، خودتأثیری و سازگاری در میان معلمان ضمن خدمت و در انتظار خدمت چینی در هونگ کنگ» به این موضوع پرداخت تا منابع فردی را که تسهیل‌کننده سازگاری فعال و غیرفعال است، آشکار سازد. هوش هیجانی درون‌فردی و میان‌فردی، پیش‌بینی راهبرد سازگاری فعال دخالتی نداشت. اگرچه برخی شواهد نشان می‌داد که خود تأثیری معلم ممکن است در پیش‌بینی سازگاری فعال به ویژه در معلمان مرد با هوش هیجانی درون‌فردی اثر متقابل داشته باشد.
- لئونید و کافتیسوس^۳ (۲۰۰۷) در پژوهشی با عنوان «هوش هیجانی و رضایت شغلی» آزمایش نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی کار نتایج انتظارات حاصل از تئوری تأثیر عواطف راجع به نقش عواطف کاری به عنوان یک مداخله‌گر بین شخصیت و نگرش‌های کاری را تأیید نموده و ادبیات تأثیر هوش هیجانی را در دستگاه‌های سازمانی وسعت می‌بخشد.
- در تحقیقاتی پرکین، مایر، کاروسو و سالووی (۲۰۰۷) دریافتند جوانانی که از هوش هیجانی بالایی برخوردار هستند توانایی بهتر برای اداره کردن و مدیریت نسبت

1- Zenvtkas

2- Chan

3- Leonids, Kafetsios

به جوانانی که از میزان هوش هیجانی پائینی برخوردار هستند دارند.

- امیدیان، مرتضی (۱۳۸۸) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد» به این نتایج دست یافت: دانشجویان دختر و پسر از نظر میانگین نمره در اختلال کلی و شاخه‌های فرعی آزمون سلامت روانی و نمرات آزمون شادکامی با هم تفاوت معنی‌داری ندارند.

- احدی، بتول. (۱۳۸۸) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی ارتباط هوش هیجانی، سبک اسناد و خودکارآمدی با رضایت از زندگی در زنان شاغل» به این نتایج دست یافت: بین هوش هیجانی و خودکارآمدی با رضایت از زندگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین سبک‌های اسنادات و رضایت از زندگی رابطه معنی‌داری دیده نشده است.

- پور رحیمی (۱۳۸۸) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی احساس پوشیدگی، هوش هیجانی و سلامت روان با توجه به نوع پوشش در خانم‌های ۱۵ تا ۴۵ ساله شهر تهران» به این نتایج دست یافت. بین افراد با پوشش چادر، مانتویی معمولی و مانتویی مدل‌دار از لحاظ احساس پوشیدگی تفاوت وجود دارد که در این بین گروه با پوشش چادر بالاترین احساس پوشیدگی و مانتویی معمولی کمترین احساس پوشیدگی را دارا هستند. بین احساس پوشیدگی، سلامت روان و متغیرهای آن رابطه وجود دارد. بین احساس پوشیدگی، هوش هیجانی و متغیرهایش رابطه وجود دارد. بین هوش هیجانی و سلامت روان رابطه وجود دارد.

سؤالات پژوهش شامل:

- ۱- آیا بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسأله رابطه وجود دارد؟
- ۲- آیا بین هوش هیجانی و سلامت عمومی رابطه وجود دارد؟
- ۳- آیا بین هوش هیجانی با سبک‌های حل مسئله و سلامت عمومی دانشجویان رابطه وجود دارد؟

جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲ که در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۱۳۸۸-۸۹ مشغول به تحصیل می‌باشد شامل می‌شود.

نمونه و روش نمونه‌گیری

روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی طبقه‌ای ساده بود که از بین واحدهای منطقه ۱۲ دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای رودهن، دماوند، کرج، پرند، قزوین، براساس جدول مورگان ۳۸۴ نفر انتخاب گردیده است.

ابزار اندازه‌گیری

ابزار اندازه‌گیری در این پژوهش، ۳ پرسشنامه می‌باشد.

الف) پرسشنامه استاندارد سلامت عمومی (GHQ-۲۸): این پرسشنامه اولین بار توسط گلدبرگ (۱۹۷۲) تنظیم گردید. پرسشنامه اصلی دارای ۶۰ سؤال است اما فرم‌های کوتاه شده ۳۰ سؤالی، ۲۸ سؤالی و ۱۲ سؤالی در مطالعات مختلف استفاده شده است. به نظر محققین، فرم‌های مختلف پرسشنامه سلامت عمومی از روایی و کارایی بالایی برخوردارند. دهها پژوهش توسط گلدبرگ و ویلیامز (۱۹۸۸) در انگلستان و سایر کشورها مؤید این دیدگاه است. این پرسشنامه به ۳۸ زبان مختلف ترجمه شده و در ۷۰ کشور مورد مطالعه قرار گرفته است (تقوی، ۱۳۸۰).

ب) پرسشنامه استانداردهای هوش هیجانی: این پرسشنامه برای سنجش هوش هیجانی از دیدگاه سر یا شرینگ که شامل ۳۳ سؤال می‌باشد.

ج) پرسشنامه استاندارد سبک‌های حل مسئله: پرسشنامه فولک لاروز برای سبک‌های حل مسئله که شامل ۲۵ سؤال در مقیاس لیکرت می‌باشد.

روایی ابزار تحقیق

برای تعیین روایی ابزار تحقیق از پرسشنامه‌های استاندارد استفاده شده است. در مرحله بعد از نظرات اساتید و متخصصین امر استفاده شد و روایی پرسشنامه‌ها مورد تأیید قرار گرفت.

پایایی ابزار تحقیق

برای بررسی پرسشنامه‌ها از نرم‌افزار SPSS و از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. نتایج آلفای کرونباخ برای پرسشنامه هوش هیجانی ۰/۸۴، سبک‌های حل مسئله ۰/۹۲، سلامت عمومی ۰/۸۹، بدست آمده است.

یافته های پژوهش

سؤال یکم پژوهش: آیا بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله رابطه

وجود دارد؟

جدول ۱: آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه

بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله

سبک‌های حل مسئله		
۰/۸۵۵	ضریب همبستگی	هوش هیجانی
۰/۰۰۰	سطح معنی داری	
۳۸۴	تعداد	

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده ۰/۸۵۵ با سطح معنی داری ۰/۰۰۰ و مقایسه این سطح معنی داری با ۰/۰۵ مشاهده می‌شود که رابطه خطی بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله وجود دارد.

با توجه به مقدار ضریب همبستگی ۰/۸۵۵ و ضریب تعیین به دست آمده $R^2 = 0.731$ مشاهده می‌شود متغیر هوش هیجانی ۷۳/۱٪ از تغییرات سبک‌های حل مسئله را تعیین می‌کند.

جدول ۲: تحلیل واریانس مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجموع مربعات	آماره F	سطح معنی داری
منبع تغییرات رگرسیونی	۷۳۰۳۶/۷۲۹	۱	۷۳۰۳۶/۷۲۹	۱۰۴۰/۲۷۲	۰/۰۰۰
منبع تغییرات خطا (باقیمانده‌ها)	۲۶۸۱۹/۹۲۷	۳۸۲	۷۰/۲۰۹		
جمع کل	۹۹۸۵۶/۶۵۶	۳۸۳			

با توجه به مقدار آماره F جدول تحلیل واریانس $F = 1040/272$ با درجه آزادی (۳۸۲ و ۱) با سطح معنی داری ۰/۰۰۰ و مقایسه این سطح معنی داری با $\alpha = 0.05$ مشاهده می‌شود هوش هیجانی بر سبک‌های حل مسئله تأثیر گذار است.

جدول ۳: ضرایب رگرسیون

سطح معنی‌داری	آزمون t	ضرایب		مدل	
		استاندارد شده	استاندارد نشده		
		بتا	برآورد انحراف استاندارد	برآورد پارامترهای مدل	
۰/۰۰۰	-۳/۷۷۷		۱/۰۷۲	-۴/۰۵۱	عرض از مبدأ (مقدار ثابت)
۰/۰۰۰	۳۲/۲۵۳	۰/۸۵۵	۰/۰۲۴	۰/۷۶۰	هوش هیجانی

با توجه به ضرایب رگرسیونی به دست آمده از جدول بالا مشاهده می‌شود ضریب رگرسیونی (هوش هیجانی) در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشد. به عبارت دیگر با افزایش یک واحد نمره هوش هیجانی میزان سبک‌های حل مسئله به اندازه ۰/۷۶۰ افزایش می‌یابد و بلعکس.

سؤال دوم پژوهش: آیا بین هوش هیجانی و سلامت عمومی رابطه وجود دارد؟

جدول ۴: آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه بین هوش هیجانی و سلامت عمومی

بهداشت روانی		
-۰/۰۷۰	ضریب همبستگی	هوش هیجانی
۰/۰۸۶	سطح معنی‌داری	
۳۸۴	تعداد	

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده $-۰/۰۷۰$ با سطح معنی‌داری ۰/۰۸۶ و مقایسه این سطح معنی‌داری با ۰/۰۵ مشاهده می‌شود که رابطه خطی بین هوش هیجانی و سلامت عمومی وجود ندارد.

با توجه به مقدار ضریب همبستگی ۰/۰۷۰ و ضریب تعیین به دست آمده $R^2 = ۰/۰۰۵$ مشاهده می‌شود متغیر هوش هیجانی ۰/۰۵٪ از تغییرات سلامت عمومی را تعیین می‌کند.

جدول ۵: تحلیل واریانس مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجموع مربعات	آماره فیشر	سطح معنی داری
منبع تغییرات رگرسیونی	۲۵۵/۵۷۹	۱	۲۵۵/۵۷۹	۱/۸۶۶	۰/۱۷۳
منبع تغییرات خطا (باقیمانده‌ها)	۵۲۵۸۴/۱۸۵	۳۸۲	۱۳۶/۹۸۶		
جمع کل	۵۲۵۸۴/۱۸۵	۳۸۳			

با توجه به مقدار آماره F جدول تحلیل واریانس $F = 1/866$ با درجه آزادی (۳۸۲ و ۱) با سطح معنی داری ۰/۱۷۳ و مقایسه این سطح معنی داری با $\alpha = 0/05$ مشاهده می شود هوش هیجانی بر سلامت عمومی تأثیر گذار نیست.

جدول ۶: ضرایب رگرسیون

سطح معنی داری	آزمون t	ضرایب		مدل	
		استاندارد شده	استاندارد نشده رگرسیونی		
		بتا	برآورد انحراف استاندارد	برآورد پارامترهای مدل	
۰/۰۰۰	۴۲/۱۲۰		۱/۴۹۸	۶۳/۰۹۸	عرض از مبدأ (مقدار ثابت)
۰/۱۷۳	-۱/۳۶۶	-۰/۰۷۰	۰/۰۳۳	-۰/۰۴۵	هوش هیجانی

با توجه به ضرایب رگرسیونی به دست آمده از جدول بالا مشاهده می شود ضریب رگرسیونی (هوش هیجانی) در سطح ۰/۰۵ معنی دار نمی باشد.

سؤال سوم پژوهش: هوش هیجانی و سبک های حل مسئله تا چه اندازه بر

سلامت عمومی تأثیر دارد؟

جدول ۷: آماره های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین (R^2)	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	۰/۰۸۱	۰/۰۰۷	۱۱/۷۱

با توجه به مقدار ضریب همبستگی $0/081$ و ضریب تعیین به دست آمده $0/007$ = R^2 مشاهده می‌شود متغیرهای هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله $0/07$ ٪ از تغییرات سلامت عمومی را تعیین می‌کند.

جدول ۸: تحلیل واریانس مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجموع مربعات	آماره F	سطح معنی‌داری
منبع تغییرات رگرسیونی	۳۴۲/۳۳۶	۲	۱۷۱/۱۶۸	۱/۲۴۸	۰/۲۸۸
منبع تغییرات خطا (باقیمانده‌ها)	۵۲۲۴۱/۸۴۹	۳۸۱	۱۳۷/۱۱۸		
جمع کل	۵۲۵۸۴/۱۸۵	۳۸۳			

با توجه به مقدار آماره F جدول تحلیل واریانس $F = 1/248$ با درجه آزادی $(2, 381)$ با سطح معنی‌داری $0/288$ و مقایسه این سطح معنی‌داری با $\alpha = 0/05$ مشاهده می‌شود هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله بر سلامت عمومی تأثیر گذار نیست.

جدول ۹: ضرایب رگرسیون

سطح معنی‌داری	آزمون t	ضرایب		مدل	
		استاندارد شده	استاندارد نشده		
		بتا	برآورد انحراف استاندارد	برآورد پارامترهای مدل	
۰/۰۰۰	۴۱/۴۸۶		۱/۵۲۶	۶۳/۳۲۸	عرض از مبدأ (مقدار ثابت)
۰/۴۲۷	۰/۷۹۵	۰/۰۷۸	۰/۰۷۲	۰/۰۵۷	هوش هیجانی
۰/۱۶۶	-۱/۳۸۸	-۰/۱۳۷	۰/۰۶۴	-۰/۰۸۸	سبک‌های حل مسئله

با توجه به ضرایب رگرسیونی به دست آمده از جدول بالا مشاهده می‌شود ضرایب رگرسیونی (هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله) در سطح $0/05$ معنی‌دار نمی‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

توانایی پیش‌بینی موفقیت‌های زندگی و نیز نقش اساسی هوش هیجانی در بیشتر اختلال‌های روانی هم‌چنین دو نوع مفهوم‌سازی صنعتی و توانشی از هوش هیجانی بر گستره پژوهش‌های مربوط به هوش هیجانی افزوده است، لذا این پژوهش با توجه به دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۱۲ به دنبال شناسایی رابطه هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله با سلامت عمومی دانشجویان است.

با ظهور عصر اطلاعات و ارتقاء ارزش‌مندی ارتباطات انسانی و هم‌چنین بروز موقعیت‌های استراتژیک سازمانی، نظریه هوش هیجانی رشد چشم‌گیری یافته و از مباحث پرطرفدار سازمانی شده است. هوش هیجانی، اصطلاح فراگیری است که مجموعه گسترده‌ای از مهارت‌ها و خصوصیات فردی را دربر گرفته و معمولاً به آن دسته مهارت‌های درون‌فردی و بین‌فردی اطلاق می‌گردد که فراتر از حوزه مشخصی از دانش‌های پیشین، چون هوشبهر و مهارت‌های فنی یا حرفه‌ای است. هوش هیجانی از آخرین مباحث متخصصین در خصوص درک تمایز بین منطق و هیجان بوده و برخلاف مباحث اولیه در این جا، فکر و هیجان به عنوان موضوعاتی برای سازگاری و هوشمندی تلقی شده است. به علاوه، شبیه سایر مباحث مطرح در خصوص ماهیت انسان، هوش هیجانی نیز دستخوش دو نوع بحث و گفتگوی علمی و عوام‌پسند گردیده است. اصطلاح هوش هیجانی برای اولین بار در دهه ۱۹۹۰ توسط دو روان‌شناس به نام‌های جان مایر و پیتر سالووی مطرح شد. آنان اظهار داشتند، کسانی که از هوش هیجانی برخوردارند، می‌توانند عواطف خود و دیگران را کنترل کرده، بین پیامدهای مثبت و منفی عواطف تمایز گذارند و از اطلاعات عاطفی برای راهنمایی فرایند تفکر و اقدامات شخصی استفاده کنند. دانیل گلمن صاحب‌نظر علوم رفتاری و نویسنده کتاب «کار کردن به وسیله هوش هیجانی» اولین کسی بود که این مفهوم را وارد عرصه سازمان نمود. گلمن هوش هیجانی را استعداد، مهارت و یا قابلیت دانست که عمیقاً تمامی توانایی‌های فردی را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. مدیران و دست‌اندرکاران سازمانی لازم است بر توانایی و قابلیت‌هایی چون هوش هیجانی

بیش از پیش مسلط گردند. اگر مدیران و دست‌اندرکاران مذکور بخواهند به عنوان افرادی کارآمد و اثربخش نقش آفرینی کنند، لازم است از هوش هیجانی و نیز هوشبهر کافی برخوردار باشند. این عقیده با نظریه معتبری که بیان می‌دارد، برای موفقیت در کار به چیزی بیشتر از مغز (هوشبهر) احتیاج است، مطابقت دارد.

سؤال یکم پژوهش: آیا بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله رابطه وجود دارد؟

باتوجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده $0/855$ با سطح معنی داری $0/000$ و مقایسه این سطح معنی داری با $0/05$ مشاهده می‌شود که رابطه خطی بین هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله وجود دارد.

باتوجه به مقدار ضریب همبستگی $0/855$ و ضریب تعیین بدست آمده $R^2=0/731$ مشاهده می‌شود. متغیر هوش هیجانی $73/1\%$ از تغییرات سبک‌های حل مسئله راتعیین می‌کند. به عبارت دیگر با افزایش یک واحد نمره هوش هیجانی میزان سبک‌های حل مسئله به اندازه $0/760$ افزایش می‌یابد و بالعکس. یافته‌های این پژوهش با امیدیان (۱۳۸۸)، زیمیلیاس (۲۰۰۸) هم خوانی دارد.

سؤال دوم پژوهش: آیا بین هوش هیجانی و سلامت عمومی رابطه وجود دارد؟
باتوجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده $0/070$ - با سطح معنی داری $0/086$ و مقایسه این سطح معنی داری با $0/05$ مشاهده می‌شود که رابطه خطی بین هوش هیجانی و به و سلامت عمومی وجود ندارد. باتوجه به مقدار ضریب همبستگی $0/070$ و ضریب تعیین به دست آمده $R^2=0/005$ مشاهده می‌شود متغیر هوش همان $0/05\%$ از تغییرات سلامت عمومی راتعیین می‌کند. یافته‌های این پژوهش با نیکو گفتار (۱۳۸۷)، چان (۲۰۰۸) هم خوانی دارد.

سؤال سوم پژوهش: هوش هیجانی و سبک‌های حل مسئله تا چه اندازه بر سلامت عمومی تأثیر دارد؟

با توجه به مقدار ضریب همبستگی $0/081$ و ضریب تعیین به دست آمده $R^2=0.007$ مشاهده می‌شود متغیرهای هوش و سبک‌های حل مسئله $0/07$ از

تغییرات سلامت عمومی را تعیین می کند. یافته های این پژوهش با پوررحیمی (۱۳۸۷)، لئونید کافیتوس (۲۰۰۵) هم خوانی دارد.

پیشنهادهای پژوهش

- ۱- برگزاری کارگاههای آموزشی برای افزایش مهارتهای هوش هیجانی، سبکهای حل مسئله و سلامت عمومی.
- ۲- برگزاری همایش ها و نشست های تخصصی برای تقویت مهارتهای زندگی در بین دانشجویان .
- ۳- بررسی رابطه هوش هیجانی با متغیر های دیگر از جمله مهارتهای مقابله با استرس ، پرخاشگری،...
- ۴- بازنگری در تدوین دروس رشته ها و اختیاری کردن واحدهای روان شناسی اعم از سلامت عمومی.

منابع

- اعتباریان، اکبر. (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی و رضایت شغلی کارکنان آموزش و پرورش شهر ابرکوه، **اندیشه و رفتار**. تابستان ۸۷.
- پوررحیمی، مریم. (۱۳۸۸). بررسی احساس پوشیدگی، هوش هیجانی و سلامت روان با توجه به نوع پوشش در خانمهای ۱۵ تا ۴۵ ساله شهر تهران. **دو فصل نامه علمی تخصصی اسلام و پژوهش های تربیتی**.
- جهانزاد، آرش. (۱۳۸۶). **مطالعه هوش هیجانی، منبع کنترل و متغیرهای جمعیت شناختی با میزان بی ثباتی ازدواج در زوجین شهر اصفهان**. پایان نامه دکترای روانشناسی عمومی دانشگاه اصفهان.
- خسروی، اللهوردی**. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر آموزش مهارت جرأت ورزی بر سلامت روان دانش آموزان پسر سال دوم متوسطه شهرستان اردبیل. **پایان نامه کارشناسی ارشد**.

دانش. (۱۳۸۷). **تعیین میزان تأثیر هوش هیجانی و سلامت عمومی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد کرج**، پایان‌نامه کارشناسی ارشد.

سبحانی‌نژاد، مهدی. (۱۳۸۷). **هوش هیجانی و مدیریت در سازمان**. تهران: یسطرون.

سپهریان، فیروزه. (۱۳۸۶). **هوش هیجانی**. جهاد دانشگاهی دانشگاه ارومیه.

سید جوادین، سیدرضا. (۱۳۸۶). **بررسی تأثیر هوش هیجانی بر عملکرد کارکنان در سازمان تأمین اجتماعی**، سومین کنفرانس ملی مدیریت عملکرد.

شفیعی تبار، مهدیه. (۱۳۸۷). **بررسی رابطه هوش هیجانی و عوامل پنج‌گانه شخصیت در دانش‌آموزان**. *مجله علوم رفتاری*، دوره دوم. شماره ۲.

صیادی تورانلو، حسین. (۱۳۸۶). **بررسی رابطه اعتقاد به آموزه‌های مذهبی اسلام و هوش هیجانی دانشجویان**. *فصلنامه علمی - پژوهشی اندیشه نوین دینی*. زمستان

کلهر، روح‌الله. (۱۳۸۷). **رابطه هوش هیجانی با راهبردهای مدیریت تعارض بین مدیران بیمارستانهای آموزشی قزوین**.

نیکوگفتار، منصوره. (۱۳۸۷). **آموزش هوش هیجانی، ناگویی خلق، سلامت عمومی و پیشرفت تحصیلی**. *فصلنامه روان‌شناسان ایرانی*. سال پنجم. شماره ۱۹. بهار ۱۳۸۸.

یعقوبی، ابوالقاسم و همکاران. (۱۳۸۷). **بررسی رابطه هوش هیجانی با احساس غربت و سلامت عمومی دانشجویان**. *فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز*. بهار ۱۳۸۷.

Barnet, J. M. (2005). **The Bar-On model of emotional social intelligence**. www.eiconsortium.org.

Barsade, S.G. (2000). **The ripple effect: Emotional contagion in groups**. Working paper: New Haven. CT: Yale University press.

Brackett, M. A.; Mayer, J. D. & Warner, R. M. (2004). Emotional Intelligence and Its Relation to Everyday Behaviour. *Personality and Individual Differences*. 36, 1387-1402.

- Busso, Licia. (2003). The relationship between emotional intelligence and contextual performance as influenced by job satisfaction and locus of control orientation. Abstract retrieved from: www.proquest.com.
- Caruso, D. R., & Wolff, C. (2001). **Emotional intelligence in the workplace. In the emotional intelligence in everyday life: A Scientific inquiry**. Edited by: Joseph Ciarrochi, Joseph. P. Forgas, & John, D. Mayer psychology press.
- Cham, David. (2008). Emotional intelligence, self efficacy and coping among chines prospective, **educational Psychology**, V28.
- Chan, Y. C., Ciarrochi, J., Bajgar, J. (2008). Measuring emotional intelligence in Adolescents, **Personality and individual differences**, Vol. 31.
- 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.
- Goleman, D. (2003). The emotionally workplace, chapter 3-AnEI-based theory of performance, www.erconsortium.org.
- Goleman, Daniel. (2003). The emotionally intelligent workplace, chapter 3- An EI-based Theory of Performance, retrieved from. www.eiconsortium.org.
- Jones, Jeff. (2005). Management skills in school: A Resource for school leader (Paul Champan Publishing), p. 16.
- Jordan, P. et al. (2002). **Workgroup Emotional intelligence scale development and relationship to team process effectiveness and goal focus, human resource management review**, www.HRmanagementreview.com.
- Lopes, P. N.; Salovey, P. & Straus, R. (2003). Emotional Intelligence Personality, and The Perceived Quality of Social Relationships. **Personality and Individual Differences**. 35, 641-658.