

## بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی

مهری مهانیان خامنه\*، دکتر احمد برجعلی\*، دکتر محمد کاظم سلیمی زاده\*

### چکیده

پژوهش حاضر «بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی در دبیران زن» را مورد توجه قرار داده است. در این پژوهش از طرح تحقیق همبستگی، استفاده شد. ۲۴۰ نفر از دبیران زن متاهل شهر تهران با روش تصادفی چند مرحله‌ای، انتخاب و با توجه به هدف و فرضیات مطرح شده مورد آزمون قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده عبارتند از: «سیاهه هوش هیجانی سبیریا شرینگ» و «مقیاس رضایت زناشویی هادسون». در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آزمون ضریب همبستگی پیرسون، ضریب تعیین و تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد که همبستگی معنی‌داری بین «هوش هیجانی» و «رضایت زناشویی» وجود دارد. همچنین از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی به ترتیب، «خودآگاهی هیجانی»، «مهارت‌های اجتماعی»، «خودمهارگری» و «همدلی» تأثیر معنی‌داری بر رضایت زناشویی دارند و نیز «هوش هیجانی» و «رضایت زناشویی»، تأثیر معنی‌داری بر «موفقیت شغلی» دارند.

کلید واژه‌ها: هوش هیجانی، رضایت زناشویی، خودآگاهی هیجانی، مهارت‌های اجتماعی، خودمهارگری، همدلی، زنان دبیر.



## ● مقدمه

همراه با شروع قرن جدید، جوامع با معضلات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی بسیاری مواجه می‌باشند. نظر غالب کارشناسان بر این است که برای حل بسیاری از مشکلات موجود، به شهروندانی نیاز است که نه تنها دارای قابلیت‌های خردمندانه، بلکه به همان نسبت دارای مهارت‌های اجتماعی و هیجانی قابل توجه نیز باشند. تشخیص اهمیت مهارت‌های اجتماعی و توان کنار آمدن مؤثر با دیگر افراد، موجبات علاقمندی روزافزون به مفهوم «هوش هیجانی»<sup>۱</sup> را فراهم آورده است. طی سالهای اخیر بیشتر نظریه‌های مربوط به هوش بین<sup>۲</sup> و سیمون<sup>۳</sup> (۱۹۱۶)؛ کارول<sup>۴</sup> (۱۹۹۳)؛ اسپیرمن<sup>۵</sup>، (۱۹۲۳)؛ تورستون<sup>۶</sup>، (۱۹۳۸)؛ وکسلر<sup>۷</sup>، (۱۹۵۸)؛ برتری عامل عمومی "g" را در هوش، در رأس قرار داده‌اند (به نقل از کارول، ۱۹۹۷). این در حالی است که تعداد زیادی از منتقدان اظهار می‌دارند که نقطه نظرات سنتی هوش، تأکید زیاد بر توانایی عقلانی فرد دارند؛ (گی، ۱۹۷۱؛ اشتین‌برگ، واگنر و ویلیامز ۱۹۹۷). در این راستا نظریه «هوش اجتماعی»<sup>۸</sup> ژندایک، (۱۹۲۰) و «هوش هفت عاملی گاردنر، (۱۹۸۳)» مطرح می‌باشد.

بسیاری از نظریه پردازان از نقطه نظرات توسعه یافته گاردنر در زمینه «هوش درون فردی» (تعیین دقیق حالات و احساسات درونی خود) و «هوش بین فردی» (درک احساسات دیگران) پیروی کرده‌اند (مانند: داس<sup>۹</sup>، ناگلیری<sup>۱۰</sup>، کربی<sup>۱۱</sup>، ۱۹۹۴؛ فویرشتاین<sup>۱۲</sup> و هافمن<sup>۱۳</sup>، ۱۹۷۹؛ کافمن<sup>۱۴</sup>، ۱۹۹۳؛ به نقل از فیزر، ۲۰۰۱؛ گلמן، ۱۹۹۵؛ مایر و سالووی، ۱۹۹۷).

سالووی و مایر (۱۹۹۹)، برای اولین بار واژه «هوش هیجانی» را مطرح ساختند. سپس روانشناسان دیگری مفهوم هوش هیجانی را مورد بحث و تحقیق قرار دادند. به طور مثال مایر، سالووی و کاراسو (۱۹۹۹)، در مفهوم‌سازی از هوش هیجانی بر عناصر شناختی و تأثیری که هیجان‌ات بر قضاوت و حافظه دارند، تأکید نموده‌اند.

گلמן در پاسخ به این سوال که چرا برخی از افراد هوشمند (از نظر هوش عمومی)، در مقابل هیجان‌ات و تکانه‌های سرکش از پا در می‌آیند یا به طرز حیرت‌آوری در بحران‌های زندگی خصوصی و عاطفی خود تسلیم شکست می‌شوند، مفهوم هوش هیجانی را اینگونه مطرح می‌سازد: «هوش هیجانی شامل توانایی‌های شناخت هیجان‌ات خود، درک احساسات دیگران، مهارکردن هیجان‌ات و اداره و مدیریت روابط، با نرمش و مدارا می‌باشد» (گلמן، ۱۹۹۵).

در سالهای اخیر اصطلاح هوش هیجانی گسترش فزاینده‌ای یافته است، خصوصاً در زمینه کاربرد آن در تعلیم و تربیت، زندگی شخصی، محیط کار و تجارت، پژوهشهایی انجام شده است. (تویاس<sup>۱۵</sup>، ۱۹۹۵؛ گلמן، ۱۹۹۵؛ بار-آن<sup>۱۶</sup>، ۱۹۹۶؛ تراویس<sup>۱۷</sup>، ۱۹۹۷؛ به نقل از پلیتری، ۲۰۰۲).

طرفداران هوش هیجانی بر این باورند که برای پیش‌بینی عملکرد فردی، هوش هیجانی نسبت به هوش عمومی توان بیشتری دارد. (گلمن، ۱۹۹۷؛ سالووی و اسلایتر<sup>۱۷</sup>، ۱۹۹۷؛ وایزینگر<sup>۱۸</sup>، ۱۹۹۷؛ به نقل از تی لم و کیربی، ۲۰۰۲). همچنین گلمن (۱۹۹۸)، معتقد است که هوش هیجانی بالا می‌تواند کیفیت عمومی زندگی و موفقیت‌های شخصی و اجتماعی فرد را ارتقاء دهد. اکنون محققان به مطالعه ابعاد گوناگون هوش هیجانی می‌پردازند، آنها در صدد بر آمده‌اند تا رابطه هوش هیجانی را با متغیرهایی همچون «قدرت رهبری» (آشفورت و همفری، ۱۹۹۵)، «همدلی»<sup>۱۹</sup>، «هوش کلامی»، «برون‌گرایی»، «صراحت»، «احرمیت خود» و «رضایت از زندگی» بررسی کنند. (سیاروچی<sup>۲۰</sup>، چان<sup>۲۱</sup>، ۲۰۰۰؛ مایر، سالووی، کاراسو، ۱۹۹۹؛ اسکات و مالوف، ۱۹۹۸؛ به نقل از کنستانتین و گانیور، ۲۰۰۱). همچنین متخصصان روانشناسی بالینی، تحقیقاتی در زمینه رابطه هوش هیجانی با مکانیسم‌های دفاعی «من» (شواریتز و جانسن، ۲۰۰۰)؛ «مشاوره»، (کنستانتین و گانیور، ۲۰۰۱)؛ «خانواده درمانی»، (پلیتری، ۲۰۰۰)؛ «پیشگیری اولیه»، (الیاس و ویسبرگ، ۲۰۰۰) و «نقش آموزش هوش هیجانی در اصلاح پرخاشگری نوجوانان» (هنلی و نیکولاس، ۱۹۹۹) انجام داده‌اند.

بار-آن (۱۹۹۹)، با طرح «الگوی چند عاملی» برای هوش هیجانی، آن را مجموعه‌ای از استعدادها و توانایی‌هایی می‌داند که افراد را در جهت سازگاری مؤثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی آماده می‌کند و این توانایی‌ها در طول زمان تغییر نموده و رشد می‌یابند که با روشهای آموزشی قابل اصلاح و بهبود است.

شواهد فراوان نشان می‌دهد که زوج‌ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و درک احساسات از جانب همسرشان به مشکلات فراگیر و متعددی دچارند. بدیهی است که کمبودهای موجود در کفایت‌های عاطفی و هیجانی همسران در کنار عوامل متعدد دیگر، اثرات نامطلوبی بر زندگی مشترک آنها می‌گذارد که می‌توان به کمبودهایی در توانایی «خودآگاهی»<sup>۲۱</sup>، «خویش‌داری»، «همدلی» و «توانایی تسکین دادن یکدیگر» اشاره نمود. نتایج تحقیقات حاکی از آن است که «کفایت‌های عاطفی»، توان تحمل تندی و حل مشکلات روزانه را افزایش می‌دهد و این مهارت‌های شخصی می‌تواند فرد را در مقابله با فشارهای ناگهانی محیطی، موفق سازد (محراییان، ۲۰۰۰). با توجه به پژوهش‌های انجام شده در خصوص روابط همسران، به نظر می‌رسد که مؤلفه‌های هوش هیجانی می‌توانند در رضایت زناشویی مؤثر باشند. روابط صمیمانه زوجین نیاز به مهارت‌های ارتباطی دارد از قبیل توجه افراد به مسائل از دید همسرشان و توانایی درک همدلانه آنچه که همسرشان تجربه نموده است و همچنین حساس و آگاه بودن از

نیازهای او (گاتمن و پروترفیلد، ۱۹۷۶). در پژوهشی که اسکات و مآلوف (۱۹۹۸)، بر روی نمونه‌ای از همسران انجام دادند دریافتند افرادی که نمرات برتری در هوش هیجانی بدست آوردند و نیز افرادی که به همسرانشان نمرات بالایی در هوش هیجانی داده بودند به نحو معناداری از رضایت زناشویی بالاتری برخوردار بودند. نتایج نشان می‌دهد افرادی که نمرات بیشتری در توانایی خود مهارگری و تنظیم هیجانات خود کسب کردند، حتی در موقعیت‌های دشوار و پر فشار نیز در تعامل با همسرشان و در برقراری یک ارتباط خوب موفق‌تر بودند. همچنین آنهایی که امتیازات بالاتری در توانایی درک احساسات خود و دیگران داشتند در موقعیت‌های گروهی که همکاری مؤثر ضرورت دارد، موفق‌تر عمل نموده و توان معاشرت و ارتباط مؤثرتری را به نمایش گذاشتند. در این پژوهش، افرادی که در مهارت‌های اجتماعی نمرات بیشتری کسب نمودند بطور معناداری در روابط بین فردی موفق‌تر بودند.

به دلیل اهمیت «رضایت زناشویی» از یکسو و امکان یادگیری تواناییهای هوش هیجانی از سوی دیگر، و از آنجا که تاکنون در زمینه رابطه رضایت زناشویی و هوش هیجانی، تحقیقی در داخل کشور صورت نگرفته است، هدف پژوهش حاضر «بررسی تأثیر هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن بر رضایت زناشویی» می‌باشد تاگامی در جهت ارتقای سلامت روانی خانواده و پیشگیری از اختلافات زناشویی باشد.

مبنای نظری این پژوهش «نظریه هوش هیجانی گلمن» (۱۹۹۵)، می‌باشد و با توجه به هدف فوق و با در نظر گرفتن سوابق پژوهشی مورد بررسی در این زمینه، این سؤال مطرح می‌شود که «آیا همسرانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردار هستند رضایت زناشویی بیشتری را تجربه می‌نمایند؟» و اینکه کدامیک از مؤلفه‌های «خودآگاهی هیجانی»، «خودمهارگری»، «مهارت‌های اجتماعی» و «همدلی»، نقش مؤثرتری بر «رضایت زناشویی» دارد؟

## ● روش

○ جامعه آماری این پژوهش عبارت است از دبیران زن متأهل، که در دوره راهنمایی مدارس دولتی شهر تهران، در سال تحصیلی ۸۱-۸۲ مشغول به تدریس بوده‌اند. با توجه به اندازه جامعه مورد نظر که ۹۰۰۰ نفر بود و بر اساس جدول پیشنهادی (دیلمن<sup>۲۲</sup> و سالنت<sup>۲۳</sup>، ۱۹۹۴ به نقل از مونت و سالیوان، ۲۰۰۰) حجم نمونه این پژوهش ۲۴۰ نفر تعیین شد که نمونه مورد بررسی به شیوه تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب گردید.

## ○ ابزارهای پژوهش

□ سیاهه هوش هیجانی شرینگ<sup>۲۴</sup>. این آزمون که براساس نظریه هوش هیجانی گلمن (۱۹۹۵)، تنظیم شده، در ایران توسط منصوری (۱۳۸۰)، ترجمه و هنجاریابی شده است. منصوری، برای بررسی «روایی» این آزمون به علت عدم دسترسی به آزمونهای دیگر (در آن زمان) از سویی وجود همبستگی میان هوش هیجانی و «حرمت خود» از سوی دیگر، از روش همبستگی نمرات افراد در این آزمون با «آزمون حرمت خود کوپراسمیت»<sup>۲۵</sup> استفاده نموده است. همچنین در رابطه با روایی سازه، همبستگی بین نمرات آزمون هوش هیجانی با سن آزمودنی‌ها محاسبه شده است. زیرا بنا به پیشنهاد نظریه پردازان، هوش هیجانی با افزایش سن افراد افزایش پیدا می‌کند.

برای بررسی میزان «اعتبار» این آزمون نیز از روش آلفای کرونباخ استفاده شده که میزان همسانی درونی آزمون ۰/۸۵ می‌باشد. در پژوهش حاضر، میزان ضریب اعتبار به روش بازآزمایی ۰/۷۵ و میزان همسانی درونی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۶ محاسبه شد. این آزمون ۳۳ سؤال دارد که مربوط به مؤلفه‌های هوش هیجانی می‌باشند و نمره هرکدام جداگانه محاسبه می‌شوند. این مؤلفه‌ها عبارتند از «خودآگاهی»، «خودمهارگری»<sup>۲۶</sup>، «خودانگیزی»<sup>۲۷</sup>، «همدلی» و «مهارتهای اجتماعی». که هر آزمودنی ۶ نمره جداگانه کسب می‌کند که ۵ نمره، مربوط به مؤلفه‌ها و ۱ نمره کل مربوط به مجموع آزمون است. پاسخ‌ها به صورت ۵ درجه‌ای و ترتیبی می‌باشند.

□ پرسشنامه شاخص رضایت زناشویی<sup>۲۸</sup> (IMS) هادسون<sup>۲۹</sup> (۱۹۹۲). این شاخص ۲۵ سؤال دارد، که دارای ۲ «نمره برش»<sup>۳۰</sup> است. نمرات کمتر از  $(\pm 5)$  که نشانه عدم مشکلات بالینی در زمینه رضایت زناشویی است. و نمرات بیشتر از ۳۰، دلالت بر وجود مشکلات قابل ملاحظه‌ای در این رابطه است. دومین نمره برش ۷۰ است. نمرات بالاتر از ۷۰، تقریباً همیشه نشانه مشکلات شدید زناشویی و نارضایتی عمده در این زمینه است. «اعتبار» این شاخص براساس محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۶ است. این شاخص با ضریب همبستگی ۰/۹۶، از اعتبار کوتاه مدت خوبی برخوردار است و با «آزمون سازگاری زناشویی لاک - والاس»<sup>۳۱</sup>، همبستگی معناداری را نشان می‌دهد. پاسخها به صورت ۷ درجه‌ای و ترتیبی می‌باشد (به نقل از ثنائی، ۱۳۷۹). در پژوهش حاضر، میزان ضریب اعتبار به روش بازآزمایی ۰/۹۳ و میزان همسانی درونی آن به روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۷ بدست آمد.

○ در این پژوهش پس از انتخاب نمونه مورد نظر، با حضور پژوهشگر در مدارس، هردو پرسشنامه توسط دبیران داوطلب تکمیل شد.

طرح تحقیق حاضر از نوع همبستگی است و با هدف تعیین حدود تغییرات رضایت زناشویی در رابطه با تغییرات «هوش هیجانی» صورت می‌گیرد. بعد از مراحل اجرا و نمره گذاری تجزیه و تحلیل داده‌ها بر مبنای آمار توصیفی و استنباطی صورت گرفت. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و ضریب تعیین و رگرسیون چند متغیری استفاده شده است.

### ● نتایج

برای بررسی این که آیا زنانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند رضایت زناشویی بیشتری دارند و اینکه هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی به تنهایی چه رابطه‌ای با رضایت زناشویی دارند؟ اطلاعات مورد نیاز جمع‌آوری و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. (جدول ۱)

جدول ۱- میزان همبستگی بین رضایت زناشویی با هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن

رضایت زناشویی	شاخص‌ها	ضریب همبستگی	فراوانی	معنی‌داری
هوش هیجانی		۰/۳۷۵	۲۴۰	۰/۰۰۱
خودآگاهی		۰/۳۱۶	۲۴۰	۰/۰۰۱
خودمهارگری		۰/۲۶۲	۲۴۰	۰/۰۰۱
همدلی		۰/۱۹۲	۲۴۰	۰/۰۰۳
مهارت‌های اجتماعی		۰/۲۱۳	۲۴۰	۰/۰۰۱

اطلاعات مندرج در جدول ۱ حاکی از وجود همبستگی بین «رضایت زناشویی» با «هوش هیجانی» و مؤلفه‌های آن است. تمامی ضرایب همبستگی بدست آمده معنی‌داری دارند. به این ترتیب که ضرایب همبستگی «خودآگاهی»، «خودمهارگری» و «مهارت‌های اجتماعی» در سطح ۹۹ درصد اطمینان ( $p < 0/001$ ) و «همدلی» در سطح ۹۷ درصد اطمینان معنادار می‌باشد ( $p < 0/003$ ). همچنین میزان همبستگی بین «هوش هیجانی کلی» و «خودآگاهی» با رضایت زناشویی، تا حدودی بیشتر از میزان همبستگی سایر مؤلفه‌ها با رضایت زناشویی است. این مطلب تا حدی می‌تواند مبین نقش با اهمیت تری باشد که خودآگاهی هیجانی ایفا می‌کند.

در این پژوهش به منظور تبیین واریانس رضایت زناشویی بر مبنای مؤلفه‌های هوش هیجانی، از تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شد. به سخن دیگر برای بررسی این سوال که از میان مؤلفه‌های هوش هیجانی که همبستگی معناداری با رضایت زناشویی دارند، کدام یک توان

پیش‌بینی بیشتری برای رضایت زناشویی را دارد در این مرحله از روش «گام به گام»<sup>۳۲</sup> استفاده شده است. در این روش، مؤلفه‌های هوش هیجانی در کنار هم در نظر گرفته می‌شوند تا اثر مشترک آنها بر تغییرات رضایت زناشویی معلوم شود.

جدول ۲- برآورد انحراف معیار

انگه	R	ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )	برآورد انحراف معیار
۱	۰/۳۱۶	۰/۱۰۰	۱۷/۷۶۴۷۴۱
۲	۰/۴۶۰	۰/۱۳۰	۱۷/۵۰۵۲۲۴
۳	۰/۳۸۴	۰/۱۴۷	۱۷/۳۶۴۷۶۹

ابتدا ۳ الگو تشکیل می‌شود و به ترتیب مؤلفه‌هایی که بیشترین همبستگی را با رضایت زناشویی دارند وارد معادله می‌شوند. الگوی (۱) مؤلفه «خود آگاهی»؛ الگوی (۲) مؤلفه‌های «خود آگاهی» و «مهارت‌های اجتماعی»؛ الگوی (۳) مؤلفه‌های «خود آگاهی»، «مهارت‌های اجتماعی» و «خود مهارگری»، برآورد انحراف معیار این ۳ الگو در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۳- تحلیل واریانس و رگرسیون بین رضایت زناشویی و متغیرهای هوش هیجانی

متغیرها	مجموع مجدورات	درجه آزادی	واریانس	F	سطح معناداری
۱					
رگرسیون	۸۳۵۶/۳۵۱	۲۳۸	۸۳۵۶/۳۵۱	۲۶/۴۷۹	۰/۰۰۰
باقیمانده	۷۵۱۰۹/۴۷۵	۲۳۹	۳۱۵/۵۸۶		
مجموع	۸۳۴۶۵/۹۲۶				
۲					
رگرسیون	۱۰۸۳۹/۶۸۱	۲۳۷	۵۴۱۹/۸۴۱	۱۷/۶۸۶	۰/۰۰۰
باقیمانده	۷۲۶۲۶/۲۴۵	۲۳۹	۳۰۶/۴۴۰		
مجموع	۸۳۴۶۵/۹۲۶				
۳					
رگرسیون	۱۲۳۰۳/۶۱۵	۲۳۶	۴۱۰۱/۲۰۵	۱۳/۶۰۱	۰/۰۰۰
باقیمانده	۷۱۱۶۲/۳۱۱	۲۳۹	۳۰۱/۵۳۵		
مجموع	۸۳۴۶۵/۹۲۶				

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که ۱۰ درصد از واریانس رضایت زناشویی توسط مؤلفه «خود آگاهی»، ۱۳ درصد توسط ترکیب مؤلفه‌های «خود آگاهی» و «مهارت اجتماعی» و ۱۴ درصد از طریق ترکیب مؤلفه‌های «خود آگاهی»، «مهارت اجتماعی» و «خود مهارگری»، قابل پیش‌بینی است. سپس از تحلیل واریانس ANOVA برای تعیین معناداری تفاوت میان این ۳ الگو استفاده می‌شود. در جدول ۳ نتایج مربوط به تحلیل واریانس و تحلیل رگرسیون رضایت زناشویی بامتغیرهای هوش هیجانی ارائه شده است. اطلاعات ارائه شده نشان می‌دهد میزان F محاسبه شده برای سه الگوی ذکر شده، معنی‌دار است ( $p > 0/01$ ).

جدول ۴- ضرایب متغیرهای مستقل (مؤلفه‌های هوش هیجانی)

سطح معناداری	t	ضرایب متغیرهای مستقل		شاخصها	
		ضرایب معیار شده	ضرایب معیار نشده		
		Beta	B	متغیرها	
۰/۰۰۰	۷/۰۹۲		۱۰/۲۴۹	۷۲/۶۸۷	۱. مقدار ثابت
۰/۰۰۰	۵/۱۴۶	۰/۳۱۶	۰/۳۲۵	۱/۷۷۳	خود آگاهی
۰/۰۰۰	۷/۶۶۳		۱۱/۶۲۳	۸۹/۰۶۲	۲. مقدار ثابت
۰/۰۰۰	۴/۷۹۴	۰/۲۹۳	۰/۳۴۳	۱/۶۴۳	خود آگاهی
۰/۰۰۵	۲/۸۴۷	۰/۱۷۴	۰/۴۱۳	۱/۱۷۵	مهارتهای اجتماعی
۰/۰۰۰	۷/۹۱۳		۱۱/۵۹۲	۹۱/۷۴۲	۳. مقدار ثابت
۰/۰۰۱	۳/۵۲۸	۰/۲۳۴	۰/۳۷۲	۱/۳۱۱	خود آگاهی
۰/۰۰۸	۲/۶۷۸	۰/۱۶۳	۰/۴۱۱	۱/۱۰۰	مهارتهای اجتماعی
۰/۰۲۹	۲/۲۰۳	۰/۱۴۶	۰/۲۸۷	۰/۶۳۱	خودمهارگری

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که ضرایب مؤلفه‌های «خود آگاهی»، «مهارتهای اجتماعی» و «خود مهارگری»، معنی‌دار می‌باشند. و الگوی ۳، [خود آگاهی + مهارت اجتماعی + خودمهارگری]، با بالاترین میزان T، ( $t=7/91$ ) بیشترین تفاوت معنی‌دار را با میانگین گروههای دیگر دارد. بنابراین، سه مؤلفه خود آگاهی، مهارتهای اجتماعی و خودمهارگری، بیشترین توان پیش‌بینی تغییرات رضایت زناشویی را دارند.

همچنین در این پژوهش بین هوش هیجانی و موفقیت شغلی افراد و همچنین بین رضایت زناشویی و موفقیت شغلی همبستگی مشاهده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.



جدول ۵- میزان همبستگی بین موفقیت شغلی با هوش هیجانی و رضایت زناشویی

موفقیت شغلی	شاخص ها	ضریب همبستگی	فراوانی	سطح معنی داری
هوش هیجانی		۰/۲۲۸	۲۴۰	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی		۰/۱۷۹	۲۴۰	۰/۰۰۵

نتایج ارائه شده در جدول ۵ نشان می دهد که میزان همبستگی «موفقیت شغلی» با «هوش هیجانی» در سطح ۹۹ درصد اطمینان ( $p < 0/001$ ) معنادار است و نیز میزان همبستگی موفقیت شغلی با رضایت زناشویی هم در سطح ۹۷ درصد اطمینان ( $p < 0/003$ ) معنادار می باشد. این همبستگی بیانگر آن است که هر قدر میزان هوش هیجانی، و رضایت زناشویی بالاتر باشد موفقیت شغلی نیز افزایش می یابد.

#### ● بحث

○ هدف پژوهش حاضر، مطالعه «رابطه هوش هیجانی و مؤلفه های آن با رضایت زناشویی» بود. یافته های پژوهش نشان داد که «هوش هیجانی»، همبستگی معناداری با «رضایت زناشویی» دارد و سپس به ترتیب مؤلفه های «خودآگاهی»، «مهارت های اجتماعی»، «خودمهارگری» و «همدلی» با رضایت زناشویی همبستگی دارند. در این پژوهش وجود همبستگی بین موفقیت شغلی افراد با میزان هوش هیجانی و رضایت زناشویی آنها تأیید شد.

○ فیزر (۲۰۰۱)، پژوهشی بر ۱۱۲۰ نفر از مدیران متأهل، میزان رضایت زناشویی و توانایی های هوش هیجانی ایشان را مورد ارزیابی قرار داد. در گروه «رضایتمند»، افراد در ۱۴ مؤلفه از عوامل پانزده گانه «هوش هیجانی بار- آن» امتیازات بالاتری از گروه «ناخشنود» کسب کردند.

○ نتایج این پژوهش نشان داد که رضایت زناشویی رابطه ی زیادی با «موفقیت شغلی» دارد. شادکامی و رضایت از خود و زندگی همراه با حرمت خود، مهارت های بین فردی خوب، انتظارات واقع گرایانه، مسئولیت پذیری اجتماعی، خوش بینی در موقعیت های دشوار و مشکل، در رضایت زناشویی مؤثر است. اسکات و مالوف (۱۹۹۸)، ۳۷ زوج داوطلب را در پژوهشی مورد بررسی قرار دادند. شرکت کنندگانی که نمرات برتری در هوش هیجانی بدست آوردند به نحو معناداری از رضایت زناشویی بالاتری برخوردار بودند. علاوه بر این، افرادی که نمرات برتری در هوش هیجانی، به همسرانشان داده بودند نیز به نحو معناداری از رضایت زناشویی بیشتری بهره مند بودند. در مجموع، نتایج این پژوهش نیز تأیید می کند که هوش هیجانی با

ارتباطات بین فردی و رضایت زناشویی کاملاً همبستگی دارد.

○ نتایج این پژوهش با یافته‌های محرابیان (۲۰۰۰)، اسکات و مالوف (۱۹۹۸) و فیزر (۲۰۰۱)، همسویی دارد. نتایج موجود در جدول ۶، نشان می‌دهد که ۱۳ درصد از تغییرات رضایت زناشویی توسط «هوش هیجانی» کلی، ۹ درصد توسط تغییرات «خود آگاهی»، ۶ درصد توسط «خود مهارگری» و ۳ درصد از تغییرات میزان رضایت زناشویی بر اساس تغییرات میزان «همدلی» تبیین می‌شود. این بدان معنا است که زنانی که توانایی شناخت و فهم هیجان‌های خود را دارند از تأثیر آنها بر همسرشان نیز آگاهند و از آنجا که «خود آگاهی»، اساس مدیریت بر احساسات خود و هدایت دیگران می‌باشد چنین افرادی در مهار و مدیریت هیجان‌های خود و همسرشان توانا ترند و به این لحاظ احساس رضایت زناشویی بیشتری خواهند نمود. و از سوی دیگر این نکته را تأیید می‌کند که افرادی که توانایی تنظیم هیجان‌های خود را دارند و بر نحوه ابراز احساسات خود نسبت به همسرشان نظارت دارند، رضایت زناشویی بیشتری را در زندگی مشترکشان تجربه می‌کنند. رابطه «مهارتهای اجتماعی» و «رضایت زناشویی» نشان می‌دهد زنانی با مهارت‌های اجتماعی بالا می‌توانند با استفاده از روشهای مؤثر و مناسب، روابط بین فردی و خصوصاً روابط زناشویی را مدیریت نمایند و همسرانی قابل اعتماد و آرامش‌بخش باشند. البته در پژوهش حاضر شدت همبستگی بین دو متغیر، از پژوهش اسکات و مالوف کمتر است، که می‌تواند علل مختلفی داشته باشد.

○ «سیاهه هوش هیجانی شرینگ»، یک آزمون خود سنجی هوش هیجانی است. در این خودسنجی توانایی‌ها و خصیصه‌های مورد سنجش، بر درک فرد از خود مبتنی است و به عبارت دیگر ارتباط نزدیکی با «خود پنداشت» فرد دارد و در صورتی که خود پنداشت فرد دقیق نباشد که اغلب چنین است (تیلور، ۱۹۸۸)، اینگونه مقیاس‌ها تنها درک فرد را از خودش انعکاس می‌دهد و نه توانایی‌های واقعی او را.

○ یافته‌های تحقیق فارنهام (۲۰۰۰)، نشان می‌دهد که نتایج آزمون‌های هوش هیجانی خود برآورد در زنان کمتر از نتایج آزمون‌های سنجشی از آنان است. لذا این امکان وجود دارد که زنان شرکت کننده به دلایل فرهنگی و تحت تأثیر سوگیری‌های محافظه کارانه کمتر از توانایی‌های واقعی خویش، خود را ارزیابی نموده باشند. از سوی دیگر ممکن است سؤالات مربوط به مؤلفه‌های هوش هیجانی، بخصوص مؤلفه «همدلی»، با فرهنگ جامعه ما همگون و هماهنگ نباشد و رفتارها و نمادهای دیگری نشان دهنده «خود آگاهی»، «خود مهارگری» و «همدلی» باشد.

○ تجزیه و تحلیل اطلاعات نشان می‌دهد که ۳ درصد از تغییرات میزان رضایت زناشویی بر اساس تغییرات میزان «همدلی» تبیین می‌شود. این مقدار کمتر از حد مورد انتظار است که ممکن است علت‌های مختلفی داشته باشد در این رابطه این سؤال می‌تواند مطرح شود که آیا در جامعه ما، زنان به شیوه‌های دیگری «همدلی» خود را نشان می‌دهند؟ به نظر می‌رسد که در این زمینه باید مطالعات گسترده‌ای انجام شود زیرا این مؤلفه می‌تواند بسیار متأثر از فرهنگ غالب و رایج جامعه باشد. از طرفی این سؤال نیز می‌تواند طرح شود که آیا سؤالات مربوط به «همدلی» در «سیاهه هوش هیجانی شرینگ» می‌تواند هم‌دلی افراد مختلف جامعه را به مفهوم واقعی بسنجد که برای پاسخ‌گویی به این سؤال لازم است تحقیقات صورت پذیرد.

تجزیه و تحلیل اطلاعات بیشتری که از این پژوهش بدست آمده است نشان می‌دهد که سه مؤلفه «خودآگاهی»، «مهارت‌های اجتماعی»، «خودمهارگری»، بیشترین نوان پیش بینی تغییرات رضایت زناشویی را دارند. بنابراین در برنامه‌های زوج درمانی و آموزش توانایی‌های هوش هیجانی بیشترین توجه باید بر این سه مؤلفه متمرکز شود.

○ با توجه به یافته‌های این پژوهش و سایر مطالعات در این زمینه این نکته قابل تأیید است که با فراهم ساختن زمینه مناسب مسئولان فرهنگی و رسانه‌های ارتباطی و مسئولان بهداشت روانی جامعه می‌توانند آموزش روش‌های اکتسابی هوش هیجانی را در برنامه خود قرار دهند و با برگزاری برنامه‌های آموزش هوش هیجانی امکان کسب و ارتقا توانایی‌های آن را در همسران جوان و جوانانی که در آستانه ازدواج قرار دارند فراهم نمایند. بدیهی است که انجام یک پژوهش در این زمینه کافی نیست و انجام پژوهشهایی در زمینه‌های مبنایی مقیاس‌های فرهنگی هوش هیجانی و ساخت تست‌هایی که تنها بر آزمون‌های خودسنجی متکی نبوده و با کمک آنها بتوان واکنش هیجانی افراد را در موقعیت‌های واقعی یا ساختگی مورد بررسی قرار داد ضروری است. همچنین بررسی هوش هیجانی هر دو زوج (زن و شوهر) و در اقسام مختلف در کنار بررسی روش‌های افزایش هوش هیجانی، می‌تواند راهبردهای مناسبی جهت بهبود کیفیت روابط اعضای خانواده و جامعه و پیشگیری از اختلافات خانوادگی، ارائه دهد.

○ ○ ○

#### یادداشت‌ها

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| 1- Emotional intelligence | 2- Bine, A.        |
| 3- Simon, T.              | 4- Spearman, C. E. |
| 5- Thurstone, L. L.       | 6- Wechsler, D.    |

- |   |   |
|---|---|
| 7- Das, J. P.                                 | 8- Naglieri, J. A.                          |
| 9- Kirby, J. R.                               | 10- Feuerstein, R.                          |
| 11- Hoffman, M.                               | 12- Kaufman, N.                             |
| 13- Tobias, C.                                | 14- Bar-On, R.                              |
| 15- Travis,                                   | 16- Slayter, D. J.                          |
| 17- Weisinger,                                | 18- Empathy                                 |
| 19- Ciarrochi, J.                             | 20- Chan, A.                                |
| 21- Self-awareness                            | 22- Dillman, D.                             |
| 23- Salant, P.                                | 24- Shrink Emotional Intelligence Inventory |
| 25- Koopersmith Self-esteem                   | 26- Self controle                           |
| 27- Self-motivation                           | 28- Index of Marital Satisfaction           |
| 29- Hudson, W. W.                             | 30- Cutting scores                          |
| 31- Marital Adjustment Test (Locke & Wallace) |   |
| 32- Stepwise                                  |   |

## منابع

- ثنائی، باقر. (۱۳۷۹). مقیاس سنجش خانواده و ازدواج، تهران: انتشارات بعثت.
- منصوری، بهزاد. (۱۳۸۰). ترجمه و هنجاریابی تست هوش هیجانی سیریاشرینک در دانشجویان دانشگاه‌های دولتی تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته سنجش، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران.
- Ashforth, B. E.; & Humphrey, R. H. (1995). Emotions in the workplace: *A reappraisal, Human Relations*, 97-125.
- Carrol, Y. B. (1997). *Psychometrics, intelligence and public perception*, 24(1), 25-52.
- Constantine, M.; & Gainor, K. (2001). Emotional intelligence and empathy. *Professional School Counseling*, 5,(2), 101-107.
- Elias, M.; Tobias, S.; & Fried Lander, B. (2002). *Emotionally intelligent parenting*. Harmony Books. New York.
- Elias, M.; & Weissberg, R. (2000). Primary prevention: Educational approaches to enhance social and emotional learning. *The Journal of School Health*, 70(5), 187-190.
- Fizser, M. (2001). *EQ and marital satisfaction*. Personal mastery in imi emotional intelligence site. <http://www.imi.org>.
- Furnham, A. (2000). Gender differences in measured and self-estimated trait emotional intelligence. *Sex Roles*. 42(5-6), 449-461.
- Gardner, H. (1983). A multiplicity of intelligence. *Scientific American Presents Intelligence*. 9,

18-23.

- Gay, J. (1971). *The cultural context of learning and thinking*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligent*. New York, Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligent*. New York, Bantam Books.
- Gottman, Y. M.; & Proterfield, A. (1976). Communicative competence in nonverbal of married couples. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 817-824.
- Henley, M.; & Nicholas, Y. (1999). Teaching emotional intelligence to impulsive aggressive youth. *Reclaiming Children and Youth*, 7(4), 242.
- Mayer, J. D.; & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* Emotional development and emotional intelligence. New York.
- Mayer, J. D.; Salovey, P.; & Caruso, D. (1999). *Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence*. New York, Cambridge.
- Mehrabian, A. (2000). Beyond IQ: Broad based measurement of individual success potential or emotional intelligence, *Genetic, Social & General Psychology Monographs*, 126(2), 102-133.
- Monette, D.; & Salivan, T. (2000). *Research strategies*. Guilford Press. New York.
- Pellitteri, J. (2002). The relationship between emotional intelligence and ego mechanisms. *The Journal of Psychology*, 136(2), 182-194.
- Pfeiffer, S. (2001). Emotional intelligence: Popular but elusive. *Roeper Review*, 23(3), 138-143.
- Salovey, P.; & Mayer, Y. (1999). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality* 9(3), 185-211.
- Schutte, N.; & Malouff, J. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relation. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523-536.
- Schwartz, R. C.; & Johnson, S. (2000). Does couple and family therapy have emotional intelligence? *The Journal of Family Therapy*, 39(1), 29-32.
- Steinberg, R. J.; Wagner, R. K.; & Williams, W. M. (1997). Testing common sense. *American Psychologist*, 50, 912-927.
- Taylor, G. (1998). Emotional intelligence and the emotional brain: Points of convergence and for psychoanalysis. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*. 27(3), 339.
- Thilam, L.; & Kirby, S. (2002). Is emotional intelligence advantage? *The Journal of Social Psychology*, 142(1), 133-143.
- Thorndike, R. L.; & Stein, S. (1990). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, 34, 275-284.

