



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



تعیین نقش تاب‌آوری، هوش هیجانی و خودکنترلی در پیش‌بینی سازگاری دانش‌آموزان

مقیم مراکز شبانه‌روزی تحت پوشش بهزیستی استان گیلان

سید ابراهیم انجمنی^۱، صیاد زادیونس^۲

چکیده: هدف این تحقیق تعیین نقش تاب‌آوری، هوش هیجانی و خودکنترلی در پیش‌بینی سازگاری نوجوانان مقیم مراکز شبانه‌روزی تحت پوشش بهزیستی بود. برای این منظور تعداد ۶۳ نفر (۳۲ دختر، ۳۱ پسر) از کودکان و نوجوانان تحت پوشش استان گیلان (کل شمار) که در چهار مرکز شبانه‌روزی نگهداری می‌شدند، انتخاب کردیم. برای بررسی تاب‌آوری از مقیاس ۲۵ سوالی کونور و دیویدسون (CD-RIS)، برای بررسی خودکنترلی از پرسشنامه ۲۴ سوالی گراسمیک و همکاران (۱۹۹۳) و برای ارزیابی هوش هیجانی از پرسشنامه ۳۰ سوالی رگه‌های هوش هیجانی پیترایدز و فورنهام و برای بررسی سازگاری از پرسشنامه ۶۰ سوالی سازگاری دانش‌آموزان (AISS) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از روشهای آماری فراوانی، توزیع، درصد، انحراف استاندارد، همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد رابطه معنی‌داری بین تاب‌آوری ($r = .334$)، خودکنترلی ($r = -.531, P < .01$)، هوش هیجانی ($r = .483$)، با سازگاری وجود دارد ($p < .01$). همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد ۴۵ درصد از واریانس سازگاری هیجانی و ۴۶ درصد از واریانس سازگاری آموزشی، و ۵۷ درصد از واریانس سازگاری (کل) توسط متغیرهای تاب‌آوری، خودکنترلی و هوش هیجانی پیش‌بینی می‌شود. ضمن اینکه ۳۰ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی توسط متغیرهای تاب‌آوری، خودکنترلی و هوش هیجانی پیش‌بینی می‌شد که نشان می‌داد معادله معنادار است.

کلمات کلیدی: تاب‌آوری، خودکنترلی، هوش هیجانی، سازگاری

^۱ - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی و نویسنده مسؤل - اردبیل - شورابیل - دانشگاه علوم پزشکی (ستاد) ۰۴۵۳۳۵۲۲۲۴۷ - ۰۹۱۴۷۴۴۹۳۵۵

^۲ - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی - ۰۹۱۴۱۱۸۱۴۸۱



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



مقدمه

سازگاری اجتماعی در نوجوانان به عنوان مهمترین نشانه سلامت روان آنان، از مباحثی است که در دهه‌های اخیر توجه بسیاری از جامعه‌شناسان، روان‌شناسان، و مربیان را به خود جلب نموده است، زیرا دوره نوجوانی، دوره حساسی است و سازگاری اجتماعی نوجوانان در این دوره دستخوش تحولات عاطفی، جسمانی و ذهنی فوق‌العاده شدیدی است و هنوز بطور کامل رشد نیافته است به همین علت ممکن است تأخیر در بلوغ عاطفی به دنبال خود مشکلات جدی در روابط بین فردی در نوجوانان و چالش‌های اجتماعی برای آنان پدید آورد. علاوه بر این، رشد اجتماعی مهمترین جنبه رشد وجود هر شخصی است و معیار اندازه‌گیری رشد اجتماعی هر کس سازگاری او با دیگران است. سازگاری اجتماعی مانند رشد جسمی، عاطفی و عقلی یک کمیت پیوسته است و به تدریج به کمال می‌رسد و در طول زندگی بطور طبیعی و در برخورد با تجربه‌ها حاصل می‌شود. با سپری شدن دوران کودکی و ورود به دوران نوجوانی، رشد روانی- اجتماعی از تحول ساده به تحول عمیق و کیفی تبدیل می‌شود و نوجوان با بکارگیری مهارت‌های اجتماعی، می‌تواند جایگاه خود را در میان مرادفات اجتماعی و ارتباط با همسالان خود و بزرگسالان پیدا کند و مورد پذیرش اجتماعی قرار گیرد. موفقیت در امر پذیرش اجتماعی به سازگاری اجتماعی منجر می‌شود و ممکن است فرد را به مرحله نفوذ و رخنه اجتماعی برساند که سطحی بالاتر از پذیرش اجتماعی است و در این مرحله می‌تواند بر اطرافیان خود تأثیرگذار باشد. رخنه اجتماعی، فرایندی است که از طریق آن روابط آدمیان از سطح دوست داشتن به سوی صمیمیت بیشتر سیر می‌کند (اتکینسون، اتکینسون و هیلگارد، ۱۳۸۳).

از طرف دیگر واژه «هوش هیجانی» از کلیدی‌ترین واژه‌های موفقیت در زندگی شخصی و اجتماعی محسوب می‌گردد که وجود آن موجب سازگاری بیشتر و جلوگیری از انحرافات در فرد می‌شود. در واقع، افرادی که هوش هیجانی بالاتری داشته باشند، کمتر خود را در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار می‌دهند، زیرا ارزیابی‌های آنان از موقعیت‌ها به طور منطقی صورت می‌گیرد. هوش هیجانی اساساً به عنوان توانایی فرد در بازنگری احساسات و هیجان‌های دیگران، تمیز قائل شدن میان هیجان‌ها و استفاده از اطلاعات هیجانی در حل مسئله و نظم بخشی رفتار تعریف می‌شود (سالوی و مایر^۱، ۱۹۹۰). هوش هیجانی به عنوان یک توانایی، عبارت است از ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره هیجان‌های خود و دیگران. و از آنجا که مولفه‌های اساسی هوش هیجانی عبارت است از توانایی فهم هیجان‌های دیگران و توانایی تنظیم و مهار خود و دیگران به شیوه سازگاران، بنابراین انتظار می‌رود افرادی که دارای هوش هیجانی بالاتری هستند سازگاری اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی بهتری را نشان دهند (مالف و شوت^۲، ۱۹۹۸).

همچنین رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا با توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان (به جای پرداختن به ناهنجاری‌ها و اختلال) در سال‌های اخیر مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. این رویکرد، هدف نهایی خود را شناسایی سازه‌ها و شیوه‌هایی می‌داند که

1. Salovey & Mayer

2. Maloff & Schutte



بهبودی و شادکامی انسان را به دنبال دارد. از این رو عواملی که سبب سازگاری هر چه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی گردند، بنیادی‌ترین سازه‌های مورد پژوهش این رویکرد می‌باشند. در این میان، تاب‌آوری^۱ جایگاه ویژه‌ای در حوزه‌های روان‌شناسی تحول، روان‌شناسی خانواده و بهداشت روانی یافته است، به طوری که هر روز بر شمار پژوهش‌های مرتبط با این سازه افزوده می‌شود (سامانی و همکاران، ۱۳۸۶).

از دیگر متغیرهایی که می‌تواند در سازگاری نوجوانان مؤثر باشد، خودکنترلی^۲ است. خودکنترلی عبارت است از تعارض درون فردی بین عقل و هوش، بین شناخت و انگیزه و بین برنامه ریز درونی و عمل کننده درونی؛ در همه این زوج‌ها غلبه‌ی عنصر اول بر دوم به معنای خودکنترلی بالا است (راچلین^۳، ۱۹۹۵).

خودکنترلی، توانایی کنترل حالت‌های تکانشی توسط منع خواسته‌های کوتاه مدت است. فردی، دارای خودکنترلی است که بتواند انگیزه‌ها و هیجانات آنی خود را مدیریت کند (ساسمن و همکاران^۴، ۲۰۰۳). خودکنترلی فرایندی است که با ارائه راهبردهای مقابله‌ای فعال، به فرد کمک می‌کند تا بطور آگاهانه رفتارهای نامناسب خود را کنترل کنند (ورکمن و کاتز^۵، ۱۹۹۵؛ نقل از خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۸۸). خودکنترلی شیوه‌ای است که در آن فرد نقش اول را در جهت دادن و کنترل رفتاری به منظور پیامدها و تغییرات رفتاری مشخص و از پیش طراحی شده ایفا می‌کند (ساسمن و همکاران، ۲۰۰۳).

انجمن روان‌پزشکان آمریکا^۶ (۱۳۸۵) سازگاری اجتماعی را چنین تعریف می‌کند: هماهنگی ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که غالباً مستلزم اصلاح تکانه‌ها، هیجان‌ها یا نگرش‌هاست. صدیقی (۱۳۸۰) سازگاری اجتماعی را به عنوان جریانی تعریف کرده است که به وسیله آن روابط میان افراد، گروه‌ها و عناصر فرهنگی در وضعیت رضایت‌بخش برقرار باشد. به عبارت دیگر، روابط میان افراد و گروه‌ها به گونه‌ای برقرار شده باشد که رضایت متقابل آنها را فراهم سازد. بدین ترتیب، سازگاری اجتماعی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها یک فرد توانایی تعلق به یک گروه را پیدا می‌کند. به همین علت لازمه سازگاری اجتماعی، بروز تغییراتی در فرد بوده، آن نیز مستلزم یکپارچگی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها، گروه یک عضو جدید را می‌پذیرد (یمنی دوزی سرخابی، ۱۳۷۱).

گارمزی و ماستن^۷ (۱۹۹۱) تاب‌آوری را (یک فرآیند، توانایی، یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز با شرایط تهدید کننده)، تعریف نموده‌اند. به بیان دیگر، تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (والر، ۲۰۰۱).

۱. resilience

۲. self -Management

۳. Rachline

۱. Sussman et al

۲. Workman & Katz

۳. American psychiatry Association

۴. Garnezy & Masten



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



در زمینه پیامدهای تاب‌آوری، تعدادی از پژوهش‌ها به افزایش سطح سلامت روان و رضایت‌مندی از زندگی اشاره داشته‌اند (آنتونوسکی^۱، ۱۹۸۷؛ لازاروس^۲، ۲۰۰۴؛ سیلیمان^۳، ۱۹۹۴). نتایج بررسی‌های برنات^۴ (۲۰۰۹)، نقل از نصیر، (۱۳۹۰)، با عنوان تاب‌آوری نوجوانان و نقش مدارس در افزایش امیدواری، خویش‌بینی و موفقیت در دانش‌آموزان مدارس، نشان داد که بین تاب‌آوری و خوش‌بینی رابطه مثبت معناداری وجود دارد.

اهداف تحقیق

این پژوهش در صدد پاسخ‌گویی به این سؤال اساسی است که آیا تاب‌آوری، هوش هیجانی و خودکنترلی در پیش‌بینی سازگاری نوجوانان مقیم مراکز شبانه‌روزی تحت پوشش بهزیستی گیلان نقش معنی‌داری دارند؟

روش

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است که به صورت گذشته‌نگر انجام شده است. در این پژوهش تاب‌آوری، خودکنترلی و هوش هیجانی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و سازگاری (و مؤلفه‌های آن) به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده‌اند.

جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان دختر و پسر ۱۲ تا ۱۸ سال مقیم مراکز شبانه‌روزی بهزیستی استان گیلان که ۶۳ نفر (چهار مرکز شبانه‌روزی) بودند، تشکیل می‌دهند.

یافته‌ها

جدول ۱ ضریب همبستگی بین تاب‌آوری و سازگاری

متغیر	سازگاری هیجانی	سازگاری اجتماعی	سازگاری آموزشی	سازگاری
تاب‌آوری	*۰/۳۶۵	*۰/۳۳۰	۰/۲۱۹	*۰/۳۳۴
سازگاری هیجانی	۱	*۰/۵۵۵	*۰/۶۱۶	*۰/۸۶۵
سازگاری اجتماعی	*۰/۵۵۵	۱	*۰/۵۰۹	*۰/۸۰۳
سازگاری آموزشی	*۰/۶۱۶	*۰/۵۰۹	۱	*۰/۸۵۱
سازگاری	*۰/۸۶۵	*۰/۸۰۳	*۰/۸۵۱	۱

همانطور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود تاب‌آوری ($r=۰/۳۳۴$) با سازگاری رابطه مثبت معناداری دارد ($P<۰/۰۵$).

جدول ۲ ضریب همبستگی بین خودکنترلی و سازگاری

۵. Antonovsky

۶. Lazarus

۷. Silliman

۸. Bernat



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



متغیر	سازگاری هیجانی	سازگاری اجتماعی	سازگاری آموزشی	سازگاری
خود کنترلی	**۰/۴۵۱	*۰/۳۰۸	**۰/۵۵۲	**۰/۵۳۱
سازگاری هیجانی	۱	**۰/۵۵۵	**۰/۶۱۶	**۰/۸۶۵
سازگاری اجتماعی	**۰/۵۵۵	۱	**۰/۵۰۹	**۰/۸۰۳
سازگاری آموزشی	**۰/۶۱۶	**۰/۵۰۹	۱	**۰/۸۵۱
سازگاری	**۰/۸۶۵	**۰/۸۰۳	**۰/۸۵۱	۱

*P<۰/۰۵ **P<۰/۰۱

مطابق جدول ۲ نتایج نشان می‌دهد خود کنترلی (r=۰/۵۳۱) با سازگاری رابطه مثبت معناداری دارد (P<۰/۰۱).

جدول ۳ ضریب همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی

متغیر	انگیزشی	هوش عاطفی	هوش	سازگاری
هوش شناختی	۰/۲۷	**۰/۳۵	۰/۲۴	*۰/۳۲
هوش اجتماعی	-۰/۰۶	-۰/۰۱	۰/۰۰۱	-۰/۰۱۵
هوش ادراکی	**۰/۵۶	**۰/۵۳	**۰/۳۸	**۰/۵۸
هوش هیجانی	*۰/۳۷	**۰/۵۱	۰/۲۹	**۰/۴۸

مطابق جدول ۳ نتایج نشان می‌دهد هوش هیجانی (r=۰/۴۸) با سازگاری رابطه مثبت معناداری دارد (P<۰/۰۱).

جدول ۴ تحلیل رگرسیون چند متغیری هوش هیجانی، تاب‌آوری و خود کنترلی با سازگاری اجتماعی

مدل	SS	DF	MS	F	T	P
رگرسیون	۱۰۸/۹۸	۳	۳۶/۳۳	۴/۵۵		۰/۰۰۹
باقیمانده	۲۴۷/۷۶	۳۱				
کل	۳۵۶/۷۴	۳۴	۷/۹۹			
متغیرهای پیش بین	R	R ^۲	ARS	ضرایب غیر استاندارد	ضرایب استاندارد	
Constant				Beta	B	SE
					۶/۷۴	۲/۶۳
					۲/۵۷	۰/۰۱۵



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



۰/۰۵۲	۲/۰۲	۰/۳۳	۰/۰۷	۰/۰۴	۰/۰۸	۰/۱۱	۰/۳۳	تاب آوری
۰/۰۱۲	۲/۶۶	۰/۴۰	۰/۰۸	۰/۰۳	۰/۲۳	۰/۲۷	۰/۵۲	هوش هیجانی
۰/۲۲۳	۱/۲	۰/۱۹	۰/۱۲	۰/۰۹۵	۰/۲۴	۰/۳۱	۰/۵۵	خود کنترلی

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای تاب آوری، هوش هیجانی و خود کنترلی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و سازگاری اجتماعی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. همان‌طور که مشاهده می‌شود ۳۰ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی توسط متغیرهای تاب آوری، خود کنترلی و هوش هیجانی پیش‌بینی می‌شود. با توجه به ضریب بتا تاب آوری ($B=0/33$)، هوش هیجانی ($B=0/40$)، و خود کنترلی ($B=0/19$) می‌توانند تغییرات مربوط به سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان مقیم مراکز شبانه‌روزی را تبیین کنند که معادله معنادار می‌باشد.

جدول ۵ رگرسیون تحلیل رگرسیون چند متغیری هوش هیجانی، تاب آوری و خود کنترلی با سازگاری

هیجانی

P	t	F	MS	DF	SS	مدل		
۰/۰۰۱		۷/۹۱	۷۱/۴۳۶	۳	۲۱۴/۳۱	رگرسیون		
				۲۹	۲۶۱/۷۵	باقیمانده		
			۹/۰۲۶	۳۲	۴۷۶/۰۱	کل		
		ضرایب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد	ARS	R ₂	R	متغیرهای پیش‌بین	
		Beta	B	SE			Constant	
۰/۲۲	۱/۲۶		۴/۰۱	۳/۱۸				
۰/۰۲	۲/۳۸	۰/۳۹	۰/۱	۰/۰۴۲	۰/۱۳	۰/۱۵۵	۰/۳۹۵	تاب آوری
۰/۰۹	۱/۷۶	۰/۲۸	۰/۰۶۵	۰/۰۳۷	۰/۱۸۵	۰/۲۳	۰/۴۸۵	هوش هیجانی
۰/۰۰۲	۳/۳۸	۰/۴۹	۰/۳۵۴	۰/۱۰۵	۰/۳۹۵	۰/۴۵	۰/۶۷	خود کنترلی

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای تاب آوری، هوش هیجانی و خود کنترلی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و سازگاری اجتماعی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. همان‌طور که مشاهده می‌شود ۴۵ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی توسط متغیرهای تاب آوری، خود کنترلی و هوش هیجانی پیش‌بینی می‌شود. با توجه به ضریب بتا تاب آوری ($B=0/39$)، هوش



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



هیجانی (B=۰/۲۸)، و خودکنترلی (B=۰/۴۹) می‌تواند تغییرات مربوط به سازگاری هیجانی دانش‌آموزان مقیم مراکز شبانه‌روزی را به صورت معنادار تبیین کنند.

بحث و نتیجه گیری

سازگاری به به پذیرش و انجام رفتار و کردار مناسب و موافق محیط و تغییرات محیطی اشاره دارد و مفهوم متضاد آن ناسازگاری است. یعنی، نشان دادن واکنش نامناسب به محرک‌های محیط و موقعیت‌ها، به نحوی که برای خود فرد یا دیگران و یا هر دو زیان بخش باشد و فرد نتواند انتظارات خود و دیگران را برآورده سازد. ناسازگاری ممکن است در بافت‌ها و موقعیت‌های مختلف بروز کند و متوجه درون یا بیرون فرد باشد به همین دلیل، معمولاً صفت سازگاری همراه موصوف خود به کار می‌رود و در ادبیات مکتوب و محاوره‌ای از مفاهیم سازگاری شغلی، تحصیلی، اجتماعی، هیجانی و جزء آن استفاده می‌شود. خشم مهار نشده، اغلب به پرخاشگری و ناسازگاری منجر می‌شود (نویدی، ۱۳۸۵).

امروزه سازگاری موفقیت‌آمیز نوجوان در عصر اطلاعات و انفجار علم و فن آوری مستلزم آنست که او برای حل مسایل و تصمیم‌گیری مناسب از توانایی‌ها و مهارت‌های شناختی و هیجانی کافی بهره‌مند باشد تا از طریق سیالی اندیشه و مهارت‌های هیجانی کار-آمد بتواند خود را با شرایط همواره متحول زمان به نحوی مناسب سازگار نماید (شریفی، ۲۰۰۵). کاملاً بدیهی است که نوجوانان و جوانان حاملین اصلی فرهنگ تمدن در هر جامعه به شمار می‌روند و این در حالی است که در کشور ما این قشر با ناسازگاری‌هایی از قبیل اختلالات روانی، اعتیاد، فرار از منزل، بدهکاری، مشکلات تحصیلی، بزهکاری و ... مواجه‌اند که این مشکلات می‌تواند برخاسته از افت صلاحیت‌های هیجانی در آنان باشد. بطوری که آمارها نشان داده تقریباً ۲۰ درصد از نوجوانان و جوانان هر ساله مشکلاتی را در زمینه سلامت روان تجربه می‌کنند. بررسی‌های دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی وزارت آموزش و پرورش کشور نیز نشان داده که ۱۳/۵ درصد از جمعیت دانش‌آموزان کشور که جمعیتی بیش از دو میلیون نفر را در بر می‌گیرد در معرض خطر اعتیاد قرار دارند (نیکوگفتار، ۲۰۰۶).

نتایج نشان داده که تاب‌آوری، هوش هیجانی و خودکنترلی ۵۷ درصد از واریانس سازگاری کودکان و نوجوانان مقیم مراکز شبانه‌روزی را تبیین می‌کنند، که هر سه متغیر در پیش‌بینی سازگاری نوجوانان تأثیر دارند که در این بین خودکنترلی بیشترین اثر را دارد.

این یافته با پژوهش افتخار سعادی و همکاران (۱۳۸۹) که نشان داده بودند هوش هیجانی بالا در کاهش پرخاشگری و افزایش سازگاری فردی-اجتماعی دانش‌آموزان تأثیر مهم و معنادار دارد، همسو است.

همچنین با پژوهش صفوی و همکاران (۱۳۸۸) که دریافتند هوش هیجانی بالا سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش‌آموزان دختر را پیش‌بینی می‌کند، هماهنگی دارد.

این یافته همچنین با تحقیق عطاری و همکاران (۱۳۸۴) که دریافتند آموزش مهارت‌های اجتماعی سازگاری نوجوانان بزهکار را افزایش می‌دهد، همسویی دارد.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



همچنین با یافته‌های به‌پژوه و همکاران (۱۳۸۹) که نشان داده بودند آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دیرآموز تأثیر مثبت و معنادار دارد، همسویی دارد.

این یافته با یافته درتاج و همکاران (۱۳۸۹) که نشان داده بودند آموزش مدیریت خشم بر پرخاشگری منجر به افزایش مهارت‌های اجتماعی و سازگاری دانش‌آموزان می‌شود، هماهنگی دارد.

این نتایج با یافته عارفی و رضویه (۱۳۸۲) که نشان داده بودند پرخاشگری با سازگاری عاطفی - اجتماعی رابطه منفی دارد، همسویی دارد.

سازگاری به به پذیرش و انجام رفتار و کردار مناسب و موافق محیط و تغییرات محیطی اشاره دارد و مفهوم متضاد آن ناسازگاری است. یعنی، نشان دادن واکنش نامناسب به محرک‌های محیط و موقعیت‌ها، به نحوی که برای خود فرد یا دیگران و یا هر دو زیان بخش باشد و فرد نتواند انتظارات خود و دیگران را برآورده سازد. ناسازگاری ممکن است در بافت‌ها و موقعیت‌های مختلف بروز کند و متوجه درون یا بیرون فرد باشد به همین دلیل، معمولاً صفت سازگاری همراه موصوف خود به کار می‌رود و در ادبیات مکتوب و محاوره‌ای از مفاهیم سازگاری شغلی، تحصیلی، اجتماعی، هیجانی و جزء آن استفاده می‌شود. خشم مهار نشده، اغلب به پرخاشگری و ناسازگاری منجر می‌شود (نوبدی، ۱۳۸۵).

از طرف دیگر هوش هیجانی در شکل‌گیری، گسترش و ادامه تعاملات انسانی مؤثر، نقش مهمی دارد و عموماً یکی از عوامل اساسی هوش هیجانی این است که فرد راهبردهای ارتباطی را چگونه و در چه زمانی و به چه شکل مورد استفاده قرار دهد و مجموعه‌ای از قابلیت‌های غیرشناختی است که توانایی فرد را در سازگاری با مقتضیات محیطی و فشار حاصله افزایش می‌دهد (موسوی لطفی، ۱۳۸۸).

یکی از مهمترین توانایی انسان که باعث سازگاری مؤثر با عوامل خطر می‌شود، تاب‌آوری است. تاب‌آوری عاملی است که باعث انعطاف‌پذیری و مقابله مؤثر با عوامل خطر می‌شود، تاب‌آوری است. تاب‌آوری عاملی است که باعث انعطاف‌پذیری و مقابله مؤثر با عوامل و موقعیت‌های استرس‌زا می‌شود. تاب‌آوری در طی دو دهه گذشته در حوزه روانشناسی توجه روز افزونی به خود کسب کرده است (سی‌چی رگارفی، به نقل از محمدی، ۱۳۸۴)، مفهومی که گرچه هنوز در مورد ماهیتش توافق چندانی صورت نگرفته اما به دلیل اینکه یکی از شاخصه‌های سلامت روانی و سازگاری است اهمیت خاصی دارد.

منابع

- افتخار صادی و همکاران، (۱۳۸۹). بررسی تأثیر هوش هیجانی بر کاهش پرخاشگری و افزایش سازگاری فردی و اجتماعی در دانش‌آموزان دختر سال دوم متوسطه شهرستان اهواز، یافته‌های نو در روانشناسی، ص ۱۳۷-۱۴۹.
- اتکینسون، ریتا، ال، اتکینسون، ریچارد، س. و هیلگارد، ارنست، ر. (۱۳۸۳). زمینه روانشناسی، ترجمه محمدنقی برهنی، جلد دوم؛ تهران: انتشارات رشد، چاپ دوازدهم.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



- برک، ل. (۱۳۸۶). روانشناسی رشد، جلد ۱، ۲، ترجمه یحیی سید محمدی، ویرایش اول، نشر ارسباران.
- به پژوه، ا.، ۱۳۸۹. آسیب شناسی خانواده و پیشگیری از ستیزه های خانوادگی در : استادان طرح جامع آموزش خانواده ، خانواده و فرزندان در دوره پیش دبستان ، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- خداياری فردم، م، شهابی، ر.، اکبری زردخانه، س.، (۱۳۸۸). دینداری، خودکنترلی و گرایش به مواد در دانشجویان. فصلنامه علمی-پژوهشی رفاه اجتماعی، سال دهم، شماره ۳۴.
- رضویان شاد، م.، (۱۳۸۴). رابطه هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تبریز.
- سامانی، س.، جوکار، ب.، صحراگردن، (۱۳۸۶). تاب آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی، مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی ایران، سال ۱۳، ریال شماره ۳، صفحه ۲۹۵-۲۹۰.
- شرفی، م. ۱۳۸۶. تأثیر آموزش هوش هیجانی بر شیوه های مقابله با فشار روانی دانش آموزان شهر ارومیه. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه علامه طباطبائی
- صدیقی ارفعی، ف.، تمنائی فری، م.، منصوری نیک، ا.، ۱۳۹۰. ارتباط میان تصویر بدن، میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دبیرستانی، فصلنامه نوآوری های آموزشی، شماره ۳۸، سال نهم، ص ۵۱-۶۶.
- صدیقی، ک. (۱۳۸۰). بررسی میزان اثربخشی آموزش شناختی - رفتاری عزت نفس بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر پایه ی سوم دبیرستان های نیشابور، پایان نامه ی کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.
- صفوی، م.، موسوی لطفی، م.، لطفی، ر.، (۱۳۸۸). بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی و اجتماعی در دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶، مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، سال ۴، شماره ۵ پی در پی ۷۱، ص ۲۵۵-۲۶۱.
- صنعتی نیا، ع. ۱۳۷۰. در مسیر داوری، ویرایش اول، تهران، نشر روابط عمومی سازمان بهزیستی کشور.
- عطاری، ی.، شهنی بیلاق، م.، کوچکی، ع.، بشلیده، ک.، ۱۳۸۴. بررسی تأثیر آموزش گروهی مهارت های اجتماعی در سازگاری فردی-اجتماعی نوجوانان بزهدار در شهرستان گنبد کاووس، مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، سال دوازدهم، شماره ۲، ص ۲۵-۴۶.
- علی اکبری دهکردی، م.، (۱۳۸۶) شناسایی و مقایسه گروه های ترکیبی نه گانه سنخ های جنسیتی زنان شاغل شهر اهواز و همسران آنان از لحاظ سلامت روانی و رضایت زناشویی و هوش هیجانی. دانشگاه شهید چمران
- عطاری، ی.، شهنی بیلاق، م.، کوچکی، ع.، بشلیده، ک.، ۱۳۸۴. بررسی تأثیر آموزش گروهی مهارت های اجتماعی در سازگاری فردی-اجتماعی نوجوانان بزهدار در شهرستان گنبد کاووس، مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، سال دوازدهم، شماره ۲، ص ۲۵-۴۶.
- علمچی مبینی، م. ۱۳۸۱. تیم در قرآن و حدیث، ویرایش اول، تهران، نشر شرکت چاپ و نشر بین الملل.
- فروغی، ا.، حسینیان، س.، یزدی، س.، ۱۳۸۷. بررسی رابطه بین هوش هیجانی و مولفه های آن با رضایت زناشویی کارکنان بیمارستان، تازه ها و پژوهش های مشاوره ، سال ۷ ش ۲۶ ص ۲۵-۳۵.
- کاپلان، هارولد، سادوک، بنیامین. (۱۹۹۴). خلاصه ی روان پزشکی علوم رفتاری- روان پزشکی بالینی، ترجمه ی نصرت اله پورافکاری، جلد سوم، تهران: انتشارات شهر آب.
- گلن، دانیل. (۱۳۸۰). هوش هیجانی، ترجمه ی نسرين پارسا، تهران: انتشارات رشد.
- موسوی لطفی، سیده م؛ اکبری، و؛ صفوی، م؛ لطفی، رضا (۱۳۸۸). چرا هوش هیجانی؟ تهران- چاپ اول- انتشارات فانوس اتدیشه.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



- مشهدی، ع؛ و همکاران (۱۳۸۸). مقایسه بازداری پاسخ و کنترل تداخل در کودکان مبتلا به نارسایی توجه/فزون کنش و کودکان بهنجار. مجله روانشناسی بالینی، سال اول، شماره ۲، ۳۷-۵۰.
- منصف، گیتونی (۱۹۹۳). ناسازگاری کودکان و نوجوانان. (ترجمه بازرگان، زهرا، ۱۳۸۲). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- نادری، ف. (۱۳۸۸). بررسی تاثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر سازگاری اجتماعی دختران تیزهوش مقطع راهنمایی شهر کرد، پایان نامه ی کارشناسی ارشد روان شناسی دانشگاه اصفهان.
- نصیری، م. ۱۳۹۰. رابطه راهبردهای مقابله با استرس و تاب‌آوری باخوش بینی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان دزفول، یافته های نو در روانشناسی، ص ۵۶-۶۹.
- یمنی دوزی سرخابی، م، (۱۳۷۱). «تحلیلی بر ناسازگاری دانش‌آموزان دوره ابتدایی»، فصلنامه تعلیم و تربیت، شماره چهارم، صفحه ۶۱-۷۷.
- A. Lee, A.L. Duckworth, K.E. Elkind-Hirsch, M.E. Seligman, R.T. Scott Jr. What is addiction? Age-related differences in the meaning of addiction Original Research Article Drug and Alcohol Dependence, Volume ۸۷, Issue ۱, ۲۳ February ۲۰۰۷, Pages ۳۰-۳۸ Journal of Consumer Research, ۲۹ (March) ۵۰۷-۵۱۶.
- Antonovsky, A. (۱۹۸۷). Unraveling the mystery of health. Sanfrancisco: Jossey-Bass.
- Conner, K., Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience: the Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Depression and Anxiety. ۱۸.۷۶-۸۲.
- Garmezy, N., Masten, A. (1991). The Protective role of Competence indicators in children at risk. In EM, Cummings, Green AL, Karraki KH. Life span developmental psychology: perspectives on stress and Coping. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 151-174.
- Grasmick HG, Title CR, Bursik RJ, Arneklev BJ (۱۹۹۳). Testing the Core empirical implications of Gottfredson and Hirschi's General Theory of Crime. Journal of Research in Crime and Delinquency ۳۰, ۵-۲۹.
- Lazarus, A. (۲۰۰۴). Relationships among indicators of Child and Family resilience and adjustment following the september ۱۱, ۲۰۰۱ Tragedy. The Emory Center for myth and ritual in American Life. Available on: www.marile.emory.edu/Faculty/Lazarus.htm.
- Maloff J.M., schutte, N.S. (۱۹۹۸). Emotional Intelligence meets Traditional standard for an Intelligence. Personality and Individual Difference. ۲۷, ۲۶۷-۲۹۸.
- Mosavi lotfi, SM., Akbari, V., Safavi, M. 2009. Why emotional intelligence? Qom: Fanoose Andishe.
- Nikoogoftar M. Study of Emotional intelligence role in edcutional improvement and public health of high school students [dissertation], Tehran. School of Literature and Humanities. Tarbiat Modares University ۲۰۰۶. (Text in Perian).
- Rachline, H. (۱۹۹۵). Self control: Beyond Commitment. Behavior and Brain Sciences. ۱۸(۱); ۱۰۹-۱۵۹.
- Salovey. P. & Mayer, J.D. (۱۹۹۰). Emotional intelligence. Imagination. Cognition and personality. ۹, ۱۸۵-۲۱۱.
- Sharifi P. ۲۰۰۵. Primary study of Gardner multiple theory in the base of educational subjects and students adjustment. Journal of Educational Introduction, ۱۱:۲۹. (Full Tex in Perian).
- Silliman, B. (۱۹۹۴). Resilience review. Available on: <http://www.cyfernet.org/Research/resiliencereview.html>.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



- Sussman, S., Dent, C. W., & Leu, L. (۲۰۰۳). The one year Prospective Prediction of Substance abuse and Dependence Among high Risk Adolescents. Journal of Substance Abuse. ۱۲: ۳۷۳-۳۸۶.
- Waller, M.A. 2001. Resilience in eco systemic context: Evaluation of the child. American journal of Orthopsychiatry. ۷۱. ۲۹۰-۲۹۷.

