

رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روانی در معلمان

دکتر علیرضا رجایی *

دکتر حمید نجات **

محمد علی هاشمیان ***

چکیده: این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روانی در بین معلمان مدارس مقطع ابتدایی شهر تربت جام اجرا شد. به منظور دستیابی به هدف پژوهش از بین معلمان شاغل در مدارس ابتدایی شهر تربت جام که ۴۱۰ نفر بودند، ۱۵۰ نفر به عیان گروه نمونه (۶۰ نفر معلم مرد و ۹۰ نفر معلم زن) به شیوه نمونه گیری طبقه ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش مشتمل بر پرسشنامه هوش هیجانی بار-آن و پرسشنامه سلامت عمومی بود. شواهد به دست آمده حاکی از آن بود که بین هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان (مرد و زن) همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد، که حدود ۴۴/۳٪ میزان سلامت روانی افراد به وسیله هوش هیجانی آنان تبیین می شود (زنان ۴۹/۶٪ و مردان ۳۸٪). نتایج این نکته را نیز آشکار کردند که بین میزان سلامت روان و هوش هیجانی معلمان مرد و زن تفاوت معناداری وجود ندارد.

واژه های کلیدی: هوش هیجانی، سلامت روانی، معلمان.

* استاد یار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام Rajaei @ iautj.ac.ir

** استاد یار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام Hnejat 54 @ yahoo.com

*** کارشناس ارشد روانشناسی

مقدمه

هیجان ها نقش اساسی در زندگی انسان دارند. خشم، انزجار، ترس، اضطراب، خوشحالی و ... تنها جزیی از احساسات و هیجاناتی هستند که انسان ها ممکن است در شرایط معین آن ها را تجربه کنند. گاهی ممکن است هیجان ها به طور آشکار بروز نکنند. تجربه های هیجانی برای افراد، اطلاعاتی در باره خود و محیط شان فراهم می کند، به صورتی که با آن تعامل پیدا کرده و انطباق می یابند. همه اشکال تجربه هیجانی، از عواطف خالص و اساسی تا هیجان های متمرکز بر احساسات پیچیده، حاصل معانی ذهنی هستند (کندی^۱، ایلن^۲ و واتسون^۳، ۱۹۹۹). هیجان ها، فرد را برای ایجاد پاسخ های سریع حرکتی آماده می سازند و به وی کمک می کنند تا با یک رویکرد شناختی مناسب، سازگاری سودمندی را از خود بروز دهد و نیز به طور انعطاف پذیر، رفتارهای اجتماعی پیچیده را نمایان سازند. اگرچه هیجان ها ممکن است در رفتار انطباقی دخیل باشند ولی پاسخدهی هیجانی بهینه وقتی حاصل می شود که افراد بدانند هیجان های را چگونه تنظیم، تجربه، و ابراز نمایند، و نیز یاد بگیرند چگونه و چه وقت برای شکل دهی هیجان مورد نیاز اقدام کنند (سالووی^۴، ۲۰۰۲). هیجان و توجه^۵ به طور تنگاتنگی با یکدیگر مربوط می شوند، حالات هیجانی بر محتوای آگاهی و اجرای وظایفی که نیازمند انتخاب محرک یا تمرکز عمیق است، تاثیر می گذارد (دالگلیش^۶ و پاور^۷، ۱۹۹۹).

دراواخر قرن بیستم، دیدگاه نسبتاً جدیدی از هوش در عرصه روان شناسی مطرح شد. این دیدگاه عنوان می کند که هوش انسان متشکل از مجموعه محدودی از قابلیت های شناختی نیست، بلکه جنبه ای هیجانی نیز می تواند در آن مطرح باشد (سالووی، ۲۰۰۲). مایرو^۸ سالووی (۱۹۹۷) (هوش هیجانی^۹ (EI) را شامل توانایی برای تشخیص درست هیجانها و عواطف دیگران و پاسخ متناسب به آن ها، همچنین برانگیختن، آگاهی و نظم بخشی، و کنترل و پاسخ های هیجانی خویش می داند. در واقع، هوش هیجانی تلفیقی از هوش میان فردی^{۱۰} و هوش درون فردی^{۱۱} است که توسط گاردنر^{۱۲} (۲۰۰۰) مطرح شده است. گلמן^{۱۳} (۱۹۹۸) هوش هیجانی (EI) را یک سازه کلی می داند که می تواند علت موفقیت فرد در جنبه های مختلف زندگی باشد. گلמן

پیان می کند که افرادی که احساسات شان را به خوبی کنترل می کنند و به طور موثر با دیگران

1- Kennedy

7- Power

2- Eileen

8 -Mayer

3- Watson

9- Emotional Intelligence

4- Salovey

10- Interpersonal Intelligence

5- Attention

11- Intrapersonal Intelligence

6- Dalglish

12- Gardner

13- Goleman

می کند که افرادی که احساسات شان را به خوبی کنترل می کنند و به طور موثر با دیگران برخورد می نمایند زندگی پر محتواتری دارند. همچنین، افراد شاد، استعداد بیشتری در به دست آوردن اطلاعات دارند و بیشتر از افراد ناراضی از زندگی اثربخشی برخوردارند.

بار-آن (۲۰۰۲) عنوان کرد که هوش هیجانی از پنج مولفه تشکیل می شود:

۱. درون فردی: شامل خود شکوفایی، استقلال و خود آگاهی هیجانی،
۲. بین فردی: همدلی و مسئولیت پذیری اجتماعی،
۳. انطباق پذیری: شامل توانایی حل مسایل و آگاهی به واقعیت و انعطاف پذیری،
۴. مدیریت استرس: شامل کنترل تکانه ها و تحمل فشارها،
۵. خلق کلی: شامل شادکامی و خوش بینی.

پتریدس و قرنهام (۲۰۰۲) به وجود دو مدل هوش هیجانی اشاره می کنند: مدل صفت هوش هیجانی و مدل توانایی هوش هیجانی. در مدل صفت، هوش هیجانی به عنوان استعداد و آمادگی فرد برای شناسایی و بکارگیری اطلاعات هیجانی در نظر گرفته می شود. از این نظر، هوش هیجانی با حوزه های مختلف شخصیت نظیر همدلی، تکانش گری و ابراز وجود به علاوه هوش اجتماعی (ثرندایک) و هوش میان فردی و درون - فردی (گاردنر) مرتبط است. هوش هیجانی پایین عاملی تأثیر گذار در بسیاری از رفتارهای انحرافی به شمار می رود. همچنین، سطح پایین هوش هیجانی با افزایش تکانش وری، مهارت های اجتماعی ضعیف و بروز رفتار ضد اجتماعی همراه است.

فاکس و اسپکتور (۲۰۰۰) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سه مولفه هوش هیجانی - همدلی، تنظیم خلق و ابراز وجود - به علاوه صفات عاطفی (عاطفه مثبت و منفی) و هوش هیجانی کلی با موفقیت شغلی ارتباط دارند. همچنین عنوان شده است که افراد دارای هوش هیجانی بالا می توانند با مشکلات و چالش های زندگی بهتر سازگار شوند و به گونه ای موثر به کنترل هیجان های خود پردازند و بدین ترتیب موجب بهبود و افزایش بهداشت روانی گردند. از سوی دیگر، هوش هیجانی پایین، عامل بالقوه تهدید کننده بهداشت روانی است (سیاروچی، فورگاس و مایر، ترجمه نوری، امامزاده ایونصیری، ۱۳۸۳).

هوش هیجانی در سلامت افراد اثر مهمی دارد و از استرس موجود به هنگام مواجهه با وضعیت های دشوار نظیر بیماری های سخت، اضطراب و نگرانی می کاهد. تحقیقات انجام شده در دانشکده پزشکی هاروارد - باعکس برداری از مغز - نشان داد که همراه باتغییرات هوش هیجانی، تغییرات جسمانی در مغز شکل می گیرد. مهارت های هوش هیجانی، توانایی مغز برای

مقابله با اضطراب را تقویت می کنند و این باعث می شود که دستگاه دفاعی بدن در مقابل بیماری ها مقاومت بیشتری داشته باشد (برادبری^۱ و گریوز^۲، ترجمه گنجی، ۱۳۸۴). سالووی، استرود^۳، و لری^۴ واپل (۲۰۰۲) رابطه هوش هیجانی و مقابله استرس را بررسی نموده و به این نتیجه رسیدند که بین هوش هیجانی با کارکرد میان فردی^۵ و کارکرد روان شناختی^۶ رابطه وجود دارد. سیاروچی و اندرسون (۲۰۰۰) در پژوهشی به بررسی نقش هوش هیجانی در کاهش استرس و بهبود سلامت پرداختند. نتایج تحقیق نشان داد که هوش هیجانی در رابطه بین استرس و متغیرهای بهداشت روانی اثر تعدیل کننده دارد.

با گسترش حیطه علمی مربوط به هوش هیجانی و سلامت روان و درک رابطه متقابل این دو متغیر می توان با تدوین طرح ها و برنامه هایی برای افزایش هوش هیجانی افراد از طریق آموزش مولفه های هوش هیجانی به سلامت روانی افراد و در نتیجه جامعه، اهتمام ورزید. هدف کلی این پژوهش تعیین رابطه بین هوش هیجانی و سلامت روان معلمان بود. بر همین اساس فرضیه های پژوهش عبارتند از:

- ۱- بین هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان رابطه معناداری وجود دارد.
- ۲- بین هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان زن رابطه معناداری وجود دارد.
- ۳- بین هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان مرد رابطه معناداری وجود دارد.
- ۴- بین سلامت روانی معلمان زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد.
- ۵- بین هوش هیجانی معلمان زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد.

روش

جامعه آماری پژوهش حاضر مشتمل بر کلیه معلمان زن و مرد مدارس ابتدایی شهر تربت جام بود که در سال تحصیلی ۸۵-۱۳۸۴ مشغول به تدریس بودند. تعداد معلمان زن و مرد ۴۱۰ نفر (۲۵۲ نفر معلم زن و ۱۵۸ نفر معلم مرد) بود. نمونه آماری شامل ۱۵۰ نفر از معلمان مدارس ابتدایی شهر

1- Bradberry
2- Greaves
3- Stroud

4- woolery
5- Interpersonal function
6- Psychological function

تربت جام در سال تحصیلی ۸۵-۸۴ (۶۰ معلم مرد و ۹۰ معلم زن) بود که با روش نمونه گیری لایه ای تصادفی^۱ (جنس به عنوان طبقه) انتخاب شدند.

ابزارهای اندازه گیری

الف) پرسشنامه هوشبهر هیجانی بار- آن^۲:

آزمون هوش هیجانی بار- آن در سال ۱۹۸۰ ساخته شد. این آزمون دارای ۹۰ سؤال و ۱۵ مقیاس است. مقیاس های آزمون عبارتند از: خودآگاهی هیجانی^۳، خوددرازی^۴، عزت نفس^۵، خودشکوفایی^۶، استقلال^۷، همدلی^۸، مسئولیت پذیری اجتماعی^۹، روابط میان فردی^{۱۰}، واقع گرایی^{۱۱}، انعطاف پذیری^{۱۲}، حل مساله^{۱۳}، تحمل فشارروانی^{۱۴}، کنترل تکانش^{۱۵}، خوش بینی^{۱۶}، شادمانی^{۱۷}. روایی این پرسشنامه به صورت صوری و محتوایی مورد تایید کارشناسان و صاحب نظران قرار گرفته است. همچنین رابطه بین پرسشنامه با فرم مصاحبه ساخت دار در هیجان ها در سطح $P < 0.001$ معنادار گزارش کرده است (گل پرور، آقایی و خاکسار، ۱۳۸۴). سموعی (۱۳۷۹)، اعتبار این آزمون را از طریق محاسبه آلفای کرونباخ برای دانشجویان پسر ۰/۷۴ و برای دانشجویان دختر ۰/۶۸ و برای کل افراد ۰/۹۳ گزارش می کند. در پژوهش حاضر ضریب اعتبار با روش ۰/۹۴ به دست آمد.

ب) پرسشنامه سلامت عمومی^{۱۸} (GHQ_28):

این پرسشنامه در سال ۱۹۷۹ توسط گلدبرگ^{۱۹} ساخته شد و شامل ۲۸ سؤال و ۴ زیر مقیاس نشانه های جسمانی، علایم اضطراب، اختلال در کنش اجتماعی، علایم افسردگی است. روایی پرسشنامه سلامت عمومی بیشتر متکی بر روایی همگرا است که از طریق محاسبه ضریب همبستگی آن با سایر ابزارهای مشابه که برای غربال اختلال های روانی کارآیی داشته باشند، تعیین گردیده

- 1- Stratified random sampling
- 2- Bar- on Emotional Intelligence Questionnaire
- 3- emotional self- awareness
- 4- stress tolerance
- 5- self- esteem & empathy
- 6- self- actualization
- 7- Independence
- 8- empathy
- 9- social responsibility

- 10- Interpersonal relationship
- 11 realistic
- 12 flexibility
- 13- Problem- Solving
- 14- Stres tolerance
- 15 impulse control
- 16- optimism
- 17- festivity
- 18- General Health Questionnaire
- 19 Goldberg

است (استورا، ترجمه دادستان، ۱۳۷۷). اعتبار فرم ۲۸ سوالی پرسشنامه عمومی توسط پالاهانگ (۱۳۷۵)، ۰/۹۱ گزارش شده است و در پژوهش حاضر از طریق آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به دست آمده است.

یافته ها

برای تجزیه و تحلیل داده از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون معناداری آن و نیز از آزمون t مستقل برای معناداری تفاوت میانگین ها استفاده شد و هم چنین رابطه هوش هیجانی به عنوان متغیر مستقل و سلامت روانی به عنوان متغیر وابسته در معادله رگرسیون (تک متغیری) تحلیل گردید .

جدول ۱: آماره های توصیفی خرده آزمون های هوش هیجانی

شاخص	جنسیت		کل	مردان		خرده آزمون ها
	زنان			مردان		
	میانگین	انحراف معیار		میانگین	انحراف معیار	
حل مسأله	۲۴/۲۵	۲/۰۶	۲۴/۸۳	۲/۸۶	۲۴/۵۴	۲/۹۴
خوشبینی	۲۳/۷۰	۳/۵۹	۲۲/۴۸	۴/۲۹	۲۲/۹۷	۴/۰۶
استقلال	۲۴/۶۸	۴/۱۹	۱۹/۸۲	۴/۰۸	۲۰/۵۷	۴/۲۱
تحمل استرس	۱۹/۸	۴/۱۰	۱۹/۳۸	۴	۱۹/۵۵	۳/۰۴
خود شکوفایی	۲۳/۸۷	۳/۶۱	۲۲/۸۹	۴/۴۸	۲۳/۲۴	۳/۱۶
خود آگاهی هیجانی	۲۰/۷۸	۳/۸۱	۲۰/۳۳	۴/۰۶	۲۰/۴۵	۳/۹۶
واقع گرایی	۲۰/۹۵	۳/۶۵	۲۰/۸۴	۳/۸۴	۲۰/۸۹	۳/۷۵
روابط بین فردی	۲۴/۴۳	۳/۸۵	۲۴/۸۰	۳/۲۴	۲۴/۶۵	۳/۴۹
خوش بینی	۲۳/۸۵	۳/۲۸	۲۳/۶۷	۳/۸۹	۲۳/۷۴	۳/۶۴
عزت نفس	۲۳/۴۲	۳/۱۵	۲۲/۸۲	۲/۶	۱۳/۰۶	۲/۸۴
کنترل تکانش	۱۷/۲	۵/۴۵	۱۸/۱۸	۴/۴۵	۱۷/۷۹	۴/۸۸
انعطاف پذیری	۱۸/۹۷	۳/۰۵	۱۹/۰۶	۳/۰۳	۱۹/۰۲	۳/۰۳
مسئولیت پذیری	۲۲/۴	۳/۲۷	۲۳/۴۴	۲/۶۹	۲۳/۰۳	۲/۹۷
همدلی	۲۳/۶	۳/۶۶	۲۵/۱۳	۲/۷	۲۴/۵۲	۳/۲
خودبرازی	۱۷/۳۲	۲/۶۳	۱۷/۱۷	۲/۹۱	۱۷/۲۹	۲/۷۹
هوش هیجانی کل	۳۲۶/۰۸	۳۸/۵۲	۳۲۵/۲۶	۳۵/۸۴	۳۲۵/۵۹	۳۶/۸۱

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می شود، میانگین نمره های زنان و مردان در اکثر خرده آزمون ها نزدیک به هم است و تنها در خرده آزمون های استقلال و همدلی با یکدیگر تفاوت دارند در

خرده آزمون استقلال میانگین گروه مردان و در خرده آزمون همدلی میانگین نمرات گروه زنان بیشتر است .

جدول ۲: آماره های توصیفی خرده آزمون های سلامت عمومی

جنسیت	خرده آزمونها	اختلال جسمانی	اضطراب	اختلال در کنش وری اجتماعی	افسردگی	نمره کل سلامت روانی
مردان	میانگین	۶/۰۸	۶/۱۵	۸/۹۵	۲/۸۵	۲۴/۰۳
	انحراف معیار	۴/۰۳	۴/۷۸	۳/۹۳	۴/۳۱	۱۴/۲۹
زنان	میانگین	۷/۱۷	۵/۴۶	۹/۳۱	۲/۸۶	۲۴/۷۹
	انحراف معیار	۳/۳۲	۴/۱۵	۳/۸۸	۳/۸۲	۱۳/۰۳
کل	میانگین	۶/۷۳	۵/۷۳	۹/۱۷	۲/۸۵	۲۴/۴۹
	انحراف معیار	۳/۶۴	۴/۴۱	۳/۸۹	۴/۰۱	۱۳/۵۱

با توجه به نتایج خرده آزمون های سلامت عمومی ، تفاوت آشکاری بین میانگین های دو گروه زنان و مردان مشاهده نمی شود .

فرضیه اول : بین هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان (زن و مرد) رابطه معناداری وجود دارد .

جدول ۳: نتایج رگرسیون برای پیش بینی سلامت روانی افراد با توجه به هوش هیجانی آنان در معلمان زن و مرد

متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	مربع ضریب همبستگی	خطای معیار برآورد	ضریب رگرسیون	ثابت رگرسیون
هوش	۹۰ زن	۰/۷۰۴	۰/۰۰۰	۰/۴۹۶	۹/۳	-۰/۲۵۶	۱۰۸/۱۰۷
هیجانی	۶۰ مرد	۰/۶۱۶	۰/۰۰۰	۰/۳۸	۱۱/۳۵	-۰/۲۹۹	۹۸/۵۸۶
سلامت روانی	۱۵۰	۰/۶۶۶	۰/۰۰۰	۰/۴۴۳	۱۰/۱۱	-۰/۲۴۴	۱۰۴/۰۲۹

متغیر وابسته(ملاک): سلامت روانی

در ردیف اول ضریب همبستگی بین دو متغیر (۰/۶۶) از نظر آماری در سطح $P < ۰/۰۱$ معنادار است . یعنی ، هوش هیجانی می تواند ۴۴٪ واریانس سلامت روانی افراد را تبیین کند . با توجه به

نتایج جدول ۳، معادله رگرسیون برای پیش بینی نمره سلامت افراد با توجه نمره هوش هیجانی آنان به صورت زیر ارایه می شود:

$$۱۰۴/۰۲۹ + (\text{نمره هوش هیجانی}) \times ۰/۲۴۴ = \text{نمره سلامت روانی}.$$

ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شده در ردیف دوم بین دو متغیر هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان زن (۰/۷۰۴) می باشد که در سطح $P < ۰/۰۱$ نیز معنادار است و با توجه به مربع ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۴۹۶) می توان عنوان نمود که حدود ۵۰ درصد میزان سلامت روانی زنان به وسیله هوش هیجانی آنان تبیین می شود. علاوه بر این، ضریب همبستگی پیرسون محاسبه شده در ردیف سوم جدول ۳ بین دو متغیر هوش هیجانی و سلامت روانی معلمان مرد (۰/۶۱۶) می باشد در سطح $P < ۰/۰۱$ از نظر آماری معنادار است. با این مقدار همبستگی محاسبه شده می توان عنوان کرد که حدود ۳۸٪ میزان سلامت روانی معلمان مرد به وسیله هوش هیجانی آنان تبیین می شود.

جدول ۴: نتایج آزمون t مستقل برای معناداری تفاوت سلامت روانی و هوش هیجانی معلمان مرد

وزن

شاخص متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین	آزمون F لاین برای همسانی واریانس ها	سطح معناداری	t محاسبه شده	درجه آزادی	سطح معناداری
سلامت روان مرد	۶۰	۲۶/۰۳	۱۶/۲۹	۱/۸۴	۰/۸۶۹	۰/۳۲۷	-۰/۳۳۵	۱۴۸	۰/۳۳۷
۹۰ زن	۶۰	۲۹/۲۴	۱۳/۰۳	۱/۳۷	۰/۲۱۶	۰/۳۳۵	-۰/۱۱۴	۱۴۸	۰/۸۳۲
هوش هیجانی مرد	۶۰	۳۲/۰۸	۳۸/۵۲	۶/۹۷	۰/۲۱۶	۰/۳۳۵	-۰/۱۱۴	۱۴۸	۰/۸۳۲
۹۰ زن	۶۰	۳۵/۴۶	۲۵/۸۶	۳/۷۸	۰/۲۱۶	۰/۳۳۵	-۰/۱۱۴	۱۴۸	۰/۸۳۲

همان طوری که در جدول ۴ ملاحظه می شود نتایج آزمون F لوین حاکی از برای همسانی واریانس های در گروه و متغیر است. بنابراین، با فرض همسانی واریانس ها در دو گروه نتایج آزمون t تفسیر می گردد.

با توجه به t محاسبه شده (۰/۳۳۵-) برای معناداری تفاوت سلامت روانی دو گروه مرد و زن در سطح ۰/۰۵ از نظر آماری معنادار نیست بنابراین، نتیجه می گیریم که بین سلامت روانی دو گروه مرد و زن تفاوت معناداری وجود ندارد.

همچنین، t محاسبه شده (۰/۱۲۴) برای معناداری تفاوت هوش هیجانی دو گروه مرد و زن در سطح ۰/۰۵ از نظر آماری معنادار نیست بنابراین، نتیجه می‌گیریم که بین هوش هیجانی دو گروه مرد و زن تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

یافته های این پژوهش نشان می‌دهد که میانگین گروه مردان در خرده آزمون استقلال، و زنان در خرده آزمون همدلی بیشتر شده است. بار-آن (۱۹۹۹) نیز نشان داد که زنان در خرده مقیاس های همدلی، مسئولیت اجتماعی و ارتباطات بین فردی نمره های بالاتری دارند و مردان در خرده مقیاس های خود شکوفایی، سازگاری و کنترل استرس نمره های بالاتری داشته اند.

در جدول ۲ مشاهده شد که تفاوت آشکاری بین میانگین های دو گروه زنان و مردان در مولفه های سلامت روانی (علایم روان تنی، اضطراب، اختلال در کنش وری اجتماعی و افسردگی) نیست که با یافته های گروس (۲۰۰۱)، به نقل از افروز و معتمدی (۱۳۸۴) همسو است.

نتایج دیگر (جدول ۳) نشان داد که رابطه معناداری بین هوش هیجانی و سلامت روانی وجود دارد. بنابراین، با افزایش هوش هیجانی میزان سلامت روان معلمان نیز افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر با یافته های بشارت و همکاران (۱۳۸۴) و همچنین، سیاروچی و آندرسون (۲۰۰۰) (و مندولیا و کلک^۱ (۱۹۹۳) در زمینه رابطه بین هوش هیجانی و سلامت روانی مطابقت دارد. با توجه به یافته های این پژوهش، روشن است که هوش هیجانی از طریق تاثیر بر روی سلامت روان می‌تواند عامل مهمی برای پیش بینی عملکرد معلمان در محیط کار (مدرسه) باشد، و چنانچه بتوان از طریق دوره های آموزش هوش هیجانی معلمان را بهبود بخشید ممکن است در یادگیری دانش آموزان اثر بگذارد.

سایر داده ها (جدول ۴) نیز نشان داد که بین دو متغیر هوش هیجانی و سلامت روانی رابطه معنی دار وجود دارد. این نتایج با یافته های سالووی و مایر (۱۹۹۵) که نشان دادند بین هوش هیجانی و عملکردهای روانی و بین شخصی ارتباط معنادار وجود دارد، و با پژوهش های بار-آن (۱۹۹۹) در بررسی رابطه هوش هیجانی با سلامت روانی که در آن داده های حاصل از آزمون هوش هیجانی از طریق پرسشنامه بار-آن با نمرات بدست آمده از آزمون SCL90-R همبستگی نشان می‌دهد تطابق دارد. همچنین، با یافته های قربانی و همکاران (۲۰۰۲) و نیز نتایج براکت^۲، مایر و وارنر^۳ (۲۰۰۳) در مورد ارتباط بین هوش هیجانی پایین با رفتارهایی که نشان دهنده عدم مراقبت

1- Mendolia & Kleck
2- Brackett
3- Warner

از خود، مثل سیگار کشیدن، سوء مصرف دارو و استفاده از الکل است، با یافته مطالعه حاضر همخوانی دارند.

در ضمن، معلمان زن و مرد از یک سطح برابر هوش هیجانی برخوردارند و تفاوت معناداری دیده نشد. یافته های بدست آمده با نتایج سیمونز^۱ (۲۰۰۱) مطابقت دارد، آنان در بررسی های خود به این نتیجه رسیدند که جنسیت با هوش هیجانی رابطه ندارد و پسران و دختران در نمره های هوش هیجانی با هم تفاوت ندارند و آن چه جنس را از یکدیگر متفاوت می کند نمره های آنان در مولفه های هوش هیجانی است.

بر اساس نتایج حاصل از بررسی فرضیه های پژوهش به مسئولان نظام آموزشی پیشنهاد می شود تا با تشکیل دوره های ضمن خدمت برای معلمان، آنان را با مولفه های هوش هیجانی و تاثیر در سلامت روان آشنا سازند تا عملکرد آموزشی و رفتارهای دانش آموزان مطلوب تر گردد.

منابع فارسی:

- استورا، ج. (۱۳۷۷). *تنیدگی یا استرس، بیماری جدید تمدن*. (ترجمه پریسرخ دادستان). تهران: رشد.
- افروز، غ؛ و معتمدی، ف. (۱۳۸۴). *خودکارآمدی و سلامت روانی در دانش آموزان عادی و تیزهوش*. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*، ۶، ۹۷-۸۹.
- برادبری، ت؛ و گریوز، ج. (۱۳۸۴). *هوش هیجانی (مهارت ها و آزمون ها)*. (ترجمه مهدی گنجی). تهران: ساوالان.
- بشارت، م؛ رضازاده، س؛ فیروزی، م؛ و حبیبی، م. (۱۳۸۴). *بررسی تاثیر هوش هیجانی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی در مرحله انتقال از دبیرستان به دانشگاه*. *مجله علوم روان شناختی*، ۱۳، ۳۲-۲۵.
- پالاهنگ، ح. (۱۳۷۵). *بررسی همه گیر شناختی اختلالات روانی در شهر کاشان*. پایان نامه کارشناسی ارشد (چاپ نشده). تهران: انستیتو روان پزشکی ایران.
- سموعی، ر. (۱۳۷۹). *آزمون هوش هیجانی بار-آن*. تهران: موسسه تحقیقات علوم رفتاری سینا.

سیاروچی، ژ؛ فورگاس، ژ؛ و مایر، ج. (۱۳۸۳). هوش عاطفی در زندگی روزمره. (ترجمه اصغر نوری امام زاده ای و حبیب الله نصیری). اصفهان: نشر توشه. تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۲۰۰۳).

گل پرور، م؛ آقایی، ا؛ و خاکسار، ف. (۱۳۸۴). رابطه هوش هیجانی و مولفه های آن با پیشرفت گزایی شغلی در بین کارگران کارخانجات و صنایع. فصلنامه دانش و پژوهش، ۲۵، ۱۰۳-۷۵.

منابع انگلیسی :

- Bar-on, R. (2002).** *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I)*. Technical Manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bar-on, R. (1999).** *The emotional Quotient Inventory (EQ-I), A measure of emotional intelligence*. Toronto, Canada: Multi-Health systems.
- Brackett, M.A; Mayer, J.D & Warner, R.M (2003).** *Emotional intelligence and its relation to every day behavior*. *Journal of Personality and Individual Differences*. 24.3-14
- Ciarrochi, V; & Anderson, Y.C. (2000).** *A critical evaluation of the emotional intelligence construct*. *Journal of Personality and Individual Differences*. 28.539-551.
- Dalglis, T. Power, M. (1999).** *Handbook of Cognition and Emotion*. New York: Jhon wiley.
- Fax, S; & Spector, P (2000).** *Relations of Emotional Intelligence, Practical Intelligence, General Intelligence and Trait affectivity with interview outcomes*. <http://www.interscience.org>
- Gardner, H. (2000).** *Multiple intelligence: The theory in practice*. New York: Basic books
- Ghorbani, N; Bing, M, N; Watson, P, J; Davison, H, K; & Mach, D, A. (2002).** *Self reported Emotional intelligence: construct similarity and functional dissimilarity of higher order processing in Iran and the United States*. *International Journal of Psychology*. 12.35-64.
- Goleman, D. (1998).** *What is your EI? An inventory on Emotional Abilities*. Retrieved at 18/9/2006 from: <http://inst.santafe.ccl.FL.us/mwehr/Lio Emo.html>.

.Kennedy,M;Eileen,J;& Watson,C.(1999).*Expressing emotion*. New York & London: Guilford press.

.Mayer , J. D . , & salovey , P. (1997) . *What is emotional intelligence ? In P. Salovey & D. J. sluyter (Eds) .Emotional development and emotional intelligence : Educational implications* . New York : Basic Books .

.Mendolia,M;& Klec,R,E .(1993).Effects of talking about a stressful event on arousal : Does what me talk about make a difference?*Journal of Personality and Social Psychology* . 64,283-292.

.Petrides,K,V;& Furnham,M,E.(2002).*The role of tarit EI in academic performance and deviant behavior at school.* [http://www.ioe.ac.school/phd/kpetvides/reprins/PAID\[20/10/2006\]](http://www.ioe.ac.school/phd/kpetvides/reprins/PAID[20/10/2006])]

.Salovey, P.(2002). *Emotions. Current issues and future directions*. New York & London : Guilford press.

.Salovey,P; & Mayer,J.(1995).Emotional attention clarity,and repair.Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale.In j.w.pennebaker(Ed).*Emotion, Disclosur, and Health*(pp.125-154)Washington,D.C.American psychological Association.

.Salovey,P;Stroud,R;Woolery,A;& Epel,M.(2002).*Perceived EI, stress reactivity and symptoms reports* .[http://www.Taylor & francis.Meta press.com\[18/9/2006\]](http://www.Taylor & francis.Meta press.com[18/9/2006]).

.Simmons,K.(2001).*Emotional intelligence:What smart manager know.* [http://www.gwsas.irg.\[18/9/2006\]](http://www.gwsas.irg.[18/9/2006])