

# معرفی کتاب

## هوش عاطفی در زندگی روزمره

زیرنظر: ژوزف سیاروچی، ژوزف فورگاس و جان مایر

مترجمان: اصغر نوری امامزاده و حبیب‌الله نصیری

ناشر: نشر نوشته

چاپ اول: ۱۳۸۳

شمارگان: ۱۵۰۰

قیمت: ۳۵۰۰ تومان

تعداد صفحات: ۳۴۳

به انتخاب: سیدعلی آل صاحب‌فصول

می‌توانند این گونه عمل کنند؟ امروزه ما از انواع مختلف و متعدد هوش صحبت می‌کنیم. در هر مورد، هوش به توانایی دریافت، درک و کاربرد نمادها و سمبل‌ها که نوعی توانایی انتزاعی است، اشاره دارد. به عنوان مثال ما از هوش کلامی، هوش فضایی، هوش اجتماعی و سایر هوش‌های وابسته صحبت می‌کنیم. سازه‌های فضایی، کلامی و اجتماعی، هوش و آنچه را بدان اشاره دارد ویژه می‌سازند. بر این اساس هوش کلامی به معنای توانایی درک و کاربرد کلمات و هوش فضایی به معنای توانایی درک و کاربرد اشیا در فضا و هوش اجتماعی به توانایی درک و کاربرد اطلاعات اجتماعی اشاره دارد.

در روان‌شناسی، هوش عاطفی به گروه هوش‌های به هم مرتبط تعلق دارد و به توانایی درک و کاربرد اطلاعات عاطفی و هیجانی اشاره دارد. به علاوه هوش عاطفی منعکس کننده‌ی توانایی نظام عاطفی برای بهبود و افزایش هوش می‌باشد.

نویسندگان کتاب اولین تعریفی که از هوش عاطفی ارائه نموده‌اند، چنین است:

نوعی پردازش اطلاعات عاطفی که شامل ارزیابی صحیح

اگر در زندگی همه‌ی انسان‌ها به دقت توجه کنیم این نکته خود را نمایان می‌کند که همه تلاش می‌کنند جریان زندگی خود را بهبود بخشند و در این راه از تمام امکانات سود می‌برند. آنچه به طور شاخص مطرح می‌شود اینست که هوش افراد (IQ) در این زمینه نقش اساسی دارد و افراد معتقدند این عامل نقش تعیین‌کننده دارد، اما یافته‌ها نشان می‌دهد افراد موفق در جریان زندگی، در بعد هوش IQ همگی دارای برجستگی نیستند و بعضی معتقدند افراد موفق در جامعه حضور دارند که دارای هوشبهر معمولی هستند ولی توانسته‌اند افراد سطح بالا در هوشبهر را تحت مدیریت خویش داشته باشند. این افراد دارای چه توانایی و هوشی هستند که

محتوای این کتاب را می‌توان به سه بخش عمده تقسیم نمود:  
بخش اول با مقدمه‌ای کلی راجع به حوزه‌ی هوش عاطفی و  
مطالعات مرتبط با آن آغاز می‌گردد و در آن مفاهیم و روش‌های  
ارزیابی و پژوهش‌های زمینه‌ساز مطالعه‌ی هوش عاطفی معرفی  
می‌شوند.

بخش دوم کتاب به بررسی چگونگی استفاده از هوش عاطفی  
در زمینه‌های آسیب‌شناسی روانی، تعلیم و تربیت، روابط میان  
فردی، رضایت حرفه‌ای و شغلی، سلامت جسمی، فعالیت‌های  
اقتصادی و تجاری و بهزیستی روانی پرداخته است.

و بخش سوم، نتیجه‌گیری مطالب می‌باشد.  
البته این مطالب در یازده فصل به ترتیب زیر آمده است:  
حوزه‌ای که به‌پیدایش هوش عاطفی رهنمون شد.  
اندازه‌گیری هوش عاطفی

نقش هوش عاطفی در تفکر و رفتار اجتماعی

هوش عاطفی و اختلالات روانی

هوش عاطفی و خودشکوفایی

هوش عاطفی و روابط صمیمانه

هوش عاطفی و هم‌دلی صحیح

هوش عاطفی در تعلیم و تربیت

هوش عاطفی در محیط کار

کاربرد هوش عاطفی

ارزیابی ایده‌ی هوش عاطفی

روی هم رفته این مجموعه مقاله‌ها رویکردهای گوناگون و  
دیدگاه‌های منظمی از هوش عاطفی ارائه می‌دهند. حوزه‌ی هوش  
عاطفی در حال برداشتن گام‌های اولیه‌ی خود و در مراحل آغازین  
رشد است. امید می‌رود که با انجام پژوهش‌های بیشتر یافته‌های آن  
بتواند به جامعه‌ی بشری خدمت کند.

مطالعه‌ی این کتاب را به کلیه‌ی همکاران فرهنگ‌ها به خصوص  
مشاوران تربیتی، مسئولان آموزشی سیستم تعلیم و تربیت،  
مدیران و به‌طور ویژه کسانی که با تربیت معلم سر و کار دارند  
توصیه می‌نمایم. البته والدین نیز می‌توانند از مهم‌ترین بهره  
برداران این مبحث باشند.

عواطف در خود و دیگران و بیان مناسب عواطف و تنظیم  
سازگارانه‌ی عواطف است به‌نحوی که به‌بهبود جریان زندگی منجر  
شود.

عده‌ای معتقدند که عامل موفقیت افراد پیش‌گفته بالا بودن  
توان آنان در بعد هوش عاطفی است و این عامل است که آنان را در  
زندگی توانمند و موفق می‌سازد. نظر به‌اهمیت موضوع، به‌نظر  
می‌رسد که باید اطلاعات جامعه‌ی ما به‌خصوص معلمان از مفهوم  
هوش عاطفی و کاربرد آن در زندگی روزمره افزایش یابد. به‌این  
لحاظ کتاب حاضر جهت معرفی انتخاب گردیده است که البته از  
معدود منابع ترجمه شده و نگارش یافته به‌زبان فارسی در این  
زمینه می‌باشد.

مترجمان دلایل انتخاب کتاب حاضر برای ترجمه را جامعیت  
کتاب، قابل فهم و درک بودن مطالب، سازمان‌بندی علمی و مناسب  
موضوع‌ها و مطالب کتاب و نوشته شدن فصول کتاب توسط جمعی  
از صاحب‌نظران و پیشگامان پژوهش در زمینه‌ی هوش عاطفی و  
به‌روز بودن مطالب کتاب دانسته‌اند. آنان معتقدند در کتاب حاضر  
تمام چیزهایی که شما در مورد هوش عاطفی نیاز دارید بدانید،  
آورده شده است.