

## بررسی رابطه حس انسجام و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه آزاد تهران

دکتر علیرضا آقا یوسفی \*

نسیم شریف \*\*

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه حس انسجام و هوش هیجانی در دانشجویان بود. به این منظور ۴۰۰ نفر از دانشجویان (۲۰۰ دختر، ۲۰۰ پسر) با تکمیل پرسشنامه حس انسجام و مقیاس هوش هیجانی در این پژوهش شرکت کردند. پژوهش حاضر، پژوهشی از نوع همبستگی بود و برای تحلیل آماری داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل میانگین، فراوانی، درصد، آزمون t، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. نتایج نشان داد که در کل ۷۱ درصد واریانس مربوط به حس انسجام به وسیله متغیر هوش هیجانی و سازه‌های آن تبیین می‌شود و ضریب تأثیر سازه‌های خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه با توجه به آماره t نشان می‌دهند که این متغیرها با اطمینان ۹۹ درصد می‌توانند تغییرات مربوط به حس انسجام را پیش‌بینی کنند و همچنین ضریب رگرسیون پیش‌بین نشان داد که سازه خودآگاهی نمی‌تواند واریانس حس انسجام دانشجویان را به طور معنادار تبیین کند. در مجموع نتیجه گرفته شد افزایش خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه به افزایش حس انسجام در دانشجویان منجر می‌شود.

### کلید واژه‌ها

حس انسجام، هوش هیجانی، دانشجویان

## مقدمه

بارقه‌های شکل‌گیری مفهوم حس انسجام به سال ۱۹۷۰ برمی‌گردد، آرون آنتونوسکی<sup>۱</sup>، حس انسجام<sup>۲</sup> را مطرح کرد. آنتونوسکی حس انسجام را به صورت یک جهت‌گیری شخصی به زندگی تعریف می‌کند (بنگت سون و لارز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸). او براین باور خود تأکید دارد که از طریق حس انسجام می‌توان توجیه کرد که چرا فردی می‌تواند حد بالایی از استرس را از سر بگذراند و سالم بماند. بنابراین، او اعتقاد دارد آزمون حس انسجام مدیریت بر استرس را ارزیابی می‌کند و این مدیریت از طریق سه مفهوم اساسی (قابل درک بودن وقایع، قابل مدیریت بودن وقایع و معنادار بودن وقایع از نظر فرد)، مفاهیم دارای جنبه روانی-اجتماعی، ممکن می‌شود.

آنتونوسکی (۱۹۸۷) معتقد است قابلیت درک دربردارنده مؤلفه‌هایی است که حس شناخت را به وجود می‌آورند؛ در افرادی که حس انسجام بالا دارند، اطلاعات مربوط به مؤلفه شناختی مرتب، جامع، ساختارمند و روشن است و نه مغشوش، آسیب دیده، تصادفی و انعطاف ناپذیر. مردان یا زنانی که حس قوی در فهم‌پذیر بودن رویدادها دارند، انتظار دارند محرک‌های مورد مواجهه آنها در آینده پیش‌بینی‌پذیر باشند یا حداقل وقتی با رویدادی ناگهانی مواجه شدند رفتاری واضح و مرتبط از خود نشان می‌دهند. همچنین آنتونوسکی مؤلفه مدیریت‌پذیری را به صورت گستره ادراک فرد از منابعی توصیف می‌کند که فرد در اختیار دارد و برای مواجهه با نیازهای ناشی از محرک‌هایی به کار گرفته می‌شوند که فرد را بمباران می‌کنند. این منابع در افراد دارای حس انسجام، بسنده و مؤثر هستند و نیز معناداری، یک مؤلفه کاملاً شناختی است و مؤید تأکید او بر اهمیت شناخت و نقش آن در حس انسجام است و آنتونوسکی معتقد است که معناداری، مؤلفه انگیزشی حس انسجام است زیرا همین مؤلفه است که فرد را به طرف ارتقاء فهم از دنیای شخص و منابع تحت اختیار سوق می‌دهد (آنتونوسکی، ۱۹۷۹).

- 
1. Aaron Antonovsky
  2. sense of coherence
  3. Bengtsson & Lars

فلنسبورگ<sup>۱</sup> و همکاران (نقل از مادسن<sup>۲</sup> و دیگران، ۲۰۰۵) معتقد هستند مفهوم حس انسجام در سال‌های اخیر به درک بهتر ما از عناصر اجتماعی مؤثر بر سلامت و بیماری کمک کرده است. مفهوم "حس انسجام" در سال‌های اخیر توجه در حال افزایشی را زیر عنوان یک مدل سلامتی زا<sup>۳</sup> به خود جلب کرده است (گروهلت<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۳). حس انسجام عبارت است از تمایل افراد به اینکه دنیای خود را درک کردنی، اداره شدنی و با معنا ببینند (کراوتز<sup>۵</sup> و همکاران، ۱۹۹۳). براساس تئوری آنتونوسکی (۱۹۸۷) حس انسجام یک تجربه درونی است که به صورت تدریجی در طی جوانی رشد می‌کند تا در یک فرد به یک کیفیت نسبتاً پایدار می‌رسد. نکته مهم دیگر این است که شدت حس انسجام به صورت مستمر تحت تأثیر رویدادهای بیرونی و واکنش درونی فرد به این رویدادها قرار می‌گیرد از نظر آنتونوسکی به همان میزان که در چرخه زندگی از خردسالی فاصله می‌گیریم از اهمیت تأثیر شبکه عوامل بین نسلی بر حس انسجام کاسته می‌شود؛ همچنین تجربه‌های شخصی می‌توانند به تغییرات اساسی در حس انسجام منجر شوند (لانگ لند و وال<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸). پژوهش‌های متعددی در ارتباط با حس انسجام انجام شده است. اجرای آزمون حس انسجام در پژوهش‌های تحصیلی در سطح دبیرستان نشان داده است که بین نمره دانش‌آموزان در این آزمون و موفقیت شغلی و تحصیلی آنها رابطه قوی وجود دارد (هلم برگ<sup>۷</sup> و همکاران ۲۰۰۴). همچنین سطح مطلوب موفقیت، شادکامی، بهزیستی، توان مقابله با تنش و غلبه بر بحران روانشناختی، موفقیت شغلی، و روابط اجتماعی خوشایند رابطه‌ای قوی با نمره‌های بالا در این آزمون داشته است. مطالعات کرانتز و آسترگرن<sup>۸</sup> (۲۰۰۴) درباره ارتباط حس انسجام و سلامتی نشان داده‌اند که حس انسجام بالا تمایل به مدیریت بهتر و مؤثرتر استرس را افزایش می‌دهد در حالیکه پایین بودن حس انسجام، به آسیب پذیری در برابر بیمار را افزایش می‌دهد (گروهلت و همکاران، ۲۰۰۳).

1. Flensburg
2. Madsen
3. Salutogenic
4. Groholt
5. Kravetz
6. Langeland & whal
7. Holmberg
8. Krantz & Ostergren

همچنین همبستگی منفی قوی بین نمره‌های حس انسجام و نمره‌های افسردگی و اضطراب (حاصل از اندازه‌گیری توسط آزمونهای معتبر دیگر) به دست آمده است (کتینن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۸). در پژوهشی دیگر نشان داده شد نوسانات حس انسجام در ارتباط با چرخه زندگی و در دو جنس، از یک الگوی یکنواخت پیروی نمی‌کند (سیمسون<sup>۲</sup> و دیگران، ۲۰۰۸). و نیز در پژوهشی دیگر ناکامورا<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۰) نشان دادند همبستگی منفی متوسط بین حس انسجام و استرس وجود دارد و استرس فیزیکی و روانشناختی می‌تواند پارامترهای ایمنی شناختی، به ویژه سلول‌های NK<sup>۴</sup> و عملکرد آنها را تحت تأثیر قرار دهد. به طور کلی، نمره‌های بالا در حس انسجام همبستگی بالایی با عوامل سلامت در حوزه روانشناسی و پزشکی داشته است (مادسن و همکاران، ۲۰۰۵؛ گروهلت و همکاران، ۲۰۰۳؛ هارت<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۶؛ هلم برگ و همکاران، ۲۰۰۴؛ سورتیز<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ کتینن و همکاران، ۲۰۰۸؛ ونتگت<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۰۵؛ آگارد<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ برگز تین<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۸؛ تزوه و یلی<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۷). و در پیش بینی بهزیستی برای مردان و برای زنان اندکی تفاوت وجود دارد و نتایج نشان داد که تئوری حس انسجام آنتونوسکی، بهزیستی (شامل مسائلی مانند پاسخ موفقیت آمیز به مسائل رشدی) را در دانش‌آموزان پسر بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهد (کوال<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). در حوزه بیماری‌ها، آزمون حس انسجام توانسته است برخی عوامل روانشناختی مؤثر و پیش بین در بروز بیماری‌هایی مانند دیابت را آشکار کند (کوتنن<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۷).

درکل، هوش هیجانی یکی از عوامل مؤثر در بهبود و توسعه حس انسجام است. امروزه

- 
1. Konttinen
  2. Simonsson
  3. Nakamura
  4. Natural Killer
  5. Hart
  6. Surtees
  7. Ventegodt
  8. Agardh
  9. Bergstien
  10. Tzuh & Yili
  11. Kowal
  12. Kouvonen

هوش هیجانی به عنوان عامل پیش بینی کننده سلامت روانی و اجتماعی از اهمیت شایانی برخوردار شده است (لیف و سوزان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳). مایر و سالووی<sup>۲</sup> (۱۹۹۵) دریافته بودند که افراد در تشخیص احساسات خود و دیگران با هم متفاوت هستند و برای نخستین بار هوش هیجانی را بسط دادند؛ مشهورترین فرد در زمینه هوش هیجانی گلמן دانیل<sup>۳</sup> است، گلמן در سال ۱۹۹۴ و اوایل ۱۹۹۵ بر آن شد که کتابی درباره سوادآموزی هیجانی تألیف کند (گلמן، ۱۹۹۵). روون و بارآن<sup>۴</sup> مدل چند عاملی برای هوش تدوین کرده‌اند و معتقد هستند که هوش هیجانی مجموعه‌ای از توانایی‌ها، شایستگی‌ها و مهارت‌هایی است که فرد را برای سازگاری مؤثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی تجهیز می‌کند (بار آن، ۲۰۰۰). پژوهش‌های انجام شده در زمینه رابطه هوش هیجانی با مؤلفه‌های سلامت روانی نشان داده‌اند که این سازه با سلامت روانی (بشارت و همکاران، ۱۳۸۴؛ لین و شوارتز<sup>۵</sup>، ۱۹۸۷)، شناسایی محتوای هیجان‌ها و توان همدلی با دیگران (می‌یر و همکاران، ۱۹۹۰، می‌یر و سالووی، ۱۹۹۳، ۱۹۹۷)، خود هشیاری<sup>۶</sup> (قربانی و همکاران، ۲۰۰۲)، سازش اجتماعی و هیجانی (سالوی و همکاران، ۲۰۰۲)، بهزیستی هیجانی<sup>۷</sup> (می‌یر و گهر<sup>۸</sup>، ۱۹۹۶)، رضایت از زندگی (پالمر<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۲) همبستگی مثبت و با درماندگی روانشناختی (اسلانسکی و کارترایت<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۲؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۴)، افسردگی (دادا و هارت<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۰؛ شات<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۸)، مصرف سیگاروالکل (ترینیداد و جانسون<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۲)، نارسایی هیجانی<sup>۱۴</sup> (قربانی و همکاران، ۲۰۰۲) و اختلال‌های روانشناختی (لین و شوارتز، ۱۹۸۷) همبستگی منفی دارد. شواهد پژوهشی به طور کلی از ارتباط مثبت و

1. Lif & Susan
2. Mayer & Salovey
3. Goleman
4. Bar-On
5. Lane & Schwartz
6. Self - Consciousness
7. Emotional Well-Being
8. Geher
9. Palmer
10. Slaski & Cartright
11. Dawda & Hart
12. Schutte
13. Trinidad & Jounson
14. Alexithymia

معنادار هوش هیجانی با شاخص‌های مختلف سازش یافتگی اجتماعی، نظیر رفتارها مناسب اجتماعی در کودکان دبستانی (روبین<sup>۱</sup>، ۱۹۹۹)، همدلی افراد با یکدیگر و گشودگی در برابر احساس‌ها<sup>۲</sup> (سیاروچی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۰؛ می‌یرو همکاران، ۱۹۹۹؛ شات و دیگران، ۱۹۹۸)، فقدان تعامل منفی با دوستان (براکت<sup>۴</sup> و می‌یر، ۲۰۰۴)، برقراری ارتباط مثبت با دیگران و رضایت از این ارتباط (لوپز<sup>۵</sup> و دیگران، ۲۰۰۳)، گرم بودن و احساس همدردی با دیگران (کنستانتین و گی نور<sup>۶</sup>، ۲۰۰۱)، پذیرش دیدگاه همدلانه<sup>۷</sup> و توانایی خود نظارت‌گری<sup>۸</sup> در موقعیت‌های اجتماعی (شات و دیگران، ۲۰۰۱)، خبر می‌دهد. و در کل پژوهش‌هایی در ارتباط با حس انسجام و مؤلفه‌های هوش هیجانی انجام شده است. جلسما<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۶) در پژوهشی نشان دادند که بین آگاهی اجتماعی و حس انسجام رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و نیز در پژوهشی دیگر نشان داده شد که آگاهی اجتماعی افزایش حس انسجام و سلامتی و کیفیت زندگی در افراد را باعث می‌شود (دراگست<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۰۹). همچنین در پژوهشی دیگر نشان داده شد که بین خودمدیریتی و حس انسجام رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (دانتاس<sup>۱۱</sup> و دیگران، ۲۰۰۲). و نیز در پژوهشی آروالو<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۰۸) نشان دادند که خودمدیریتی افزایش حس انسجام در افراد را باعث می‌شود. در پژوهشی نشان داده شد که بین مدیریت در رابطه و حس انسجام رابطه معنادار و مثبتی وجود دارد (کیوی<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۰). و در پژوهشی دیگر گالاگر<sup>۱۴</sup> و همکاران (۱۹۹۴) نشان دادند که مدیریت در رابطه افزایش حس انسجام در افراد را باعث می‌شود و نیز در پژوهشی دیگر نشان

- 
1. Rubin
  2. Openness of Feeling
  3. Ciarrochi
  4. Brackett
  5. Lopes
  6. Constantine & Gainor
  7. Empathic Perspective Taking
  8. Self – Monitoring Ability
  9. Jellesma
  10. Drageset
  11. Dantas
  12. Arevalo
  13. Kivimäki
  14. Gallagher

داده شد که بین خودآگاهی و حس انسجام رابطه معناداری وجود ندارد (استین و هاگلی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱).

گرچه نظریه پردازان هوش هیجانی بر اهمیت این مفهوم در بهبود و حفظ حس انسجام تأکید کرده‌اند و با توجه به اینکه حس انسجام و هوش هیجانی می‌توانند چهارچوب مناسبی برای سازش یافتگی داشته باشند، اما پژوهشگران درباره رابطه آن کنکاش نکرده‌اند. بی‌شک این کمبود بررسی‌های پژوهشی به دلیل تازگی مفهوم و دشواری‌های مربوط به آن بوده است و از آنجایی که هوش هیجانی به عنوان یکی از وجوه جالب توجه در سازش یافتگی افراد و از عوامل مهم تفاوت‌های فردی به شمار می‌رود و مجموعه‌ای از صفاتی است که در سرنوشت افراد اهمیت دارد، چرا که توانمندی‌ها و شایستگی‌های هیجانی از عوامل تعیین کننده و تأثیر گذار بر حس انسجام محسوب می‌شود و نیز پیوسته هوش هیجانی از لحاظ نظری متضمن مهارت‌های عاطفی، مدیریتی و آگاهی است، پس می‌توان انتظار داشت که بین هوش هیجانی و حس انسجام رابطه وجود داشته باشد. بدین ترتیب هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه حس انسجام و هوش هیجانی است.

بر پایه آنچه عنوان شد، فرضیه‌های این پژوهش به شرح ذیل است :

- ۱- بین حس انسجام و سازه آگاهی اجتماعی همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۲- بین حس انسجام و سازه خود مدیریتی همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۳- بین حس انسجام و سازه خود آگاهی همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۴- بین حس انسجام و سازه مدیریت رابطه، همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۵- حس انسجام دانشجویان پسر بیشتر از حس انسجام دانشجویان دختر است.
- ۶- هوش هیجانی دانشجویان دختر بیشتر از دانشجویان پسر است.

## روش پژوهش

### جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش همه دانشجویان کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران -

مرکز را شامل بود. نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام شد به این ترتیب که ابتدا چند رشته از بین رشته‌های تحصیلی دانشگاه آزاد اسلامی به تصادف انتخاب شد؛ سپس تعدادی کلاس به تصادف از رشته‌ها انتخاب، و نهایتاً پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها مقیاس هوش هیجانی برادبری و گریوز (۲۰۰۵) و پرسشنامه حس انسجام آنتونوسکی (۱۹۸۷) در میان ۴۰۰ دانشجو (۲۰۰ نفر دختر و ۲۰۰ نفر پسر) اجرا شد. میانگین سنی کل دانشجویان برابر ۲۱/۴۳ سال و میانگین سنی دانشجویان دختر ۲۰/۳۵ سال و میانگین سنی دانشجویان پسر ۲۲/۵ سال بود. پژوهش حاضر، پژوهشی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از آزمون  $t$  و ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد.

## ابزار پژوهش

### پرسشنامه حس انسجام - فرم ۲۹ ماده ای

نسخه اولیه پرسشنامه حس انسجام را آرون آنتونوسکی (۱۹۸۷) ارائه داده است. این پرسشنامه حاوی ۲۹ سؤال است که هر سؤال هفت گزینه دارد که از ۱ تا ۷ شماره درجه بندی شده است. روش نمره گذاری به صورت لیکرت، و در ۱۳ سؤال به صورت معکوس است. تکمیل کننده پرسشنامه حس انسجام میزان توافق خود را با هر ماده از طریق تأیید یکی از هفت درجه، مشخص می‌کند. هر شماره انتخاب شده، نمره همان سؤال محسوب می‌شود با این تفاوت که ۱۳ سؤال از این پرسشنامه به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود و در نهایت مجموع اعداد انتخاب شده، به عنوان نمره فرد در آزمون تلقی می‌شود. در این پرسشنامه حداقل و حداکثر نمره قابل اخذ برای مشارکت کننده بین ۲۹ تا ۲۰۳ است. در ارتباط با پایایی و اعتبار پرسشنامه ۲۹ ماده‌ای حس انسجام، آنتونوسکی در سال ۱۹۹۳ در یک بررسی درباره روایی و پایایی پرسشنامه ۲۹ سؤالی، با داده‌های به دست آمده از بررسی در ۲۰ کشور مختلف، نتایج زیر را ارائه داد: در ۲۶ مطالعه با استفاده از آزمون ۲۹ سؤالی، اندازه آلفای کرونباخ به دست آمده برای ثبات درونی، از ۰/۸۲ الی ۰/۹۵ را شامل می‌شد. همبستگی به دست آمده از آزمون - بازآزمون، ثبات جالب توجه ۰/۵۴ در فاصله دو سال را نشان می‌داد. و همچنین



اریکسون و لینداستروم<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) در یک بررسی سیستمی در مجموعه ۴۵۸ مقاله علمی و ۱۳ تز دوره دکتری، منتشر شده در بین سال‌های ۱۹۹۲ و ۲۰۰۳، نتیجه‌گیری کردند که پرسشنامه‌های حس انسجام (هم ۲۹ سؤالی و هم ۱۳ سؤالی آن) پایا و معتبر هستند و قابلیت کاربرد بین فرهنگی را دارند. آلفای به دست آمده برای پرسشنامه ۲۹ ماده‌ای در ۱۲۴ پژوهش، رقم ۰/۷۰ الی ۰/۹۵ را نشان داد. آزمون - بازآزمون بیان‌کننده ثبات پرسشنامه‌ها بود و نشان دهنده همبستگی ۰/۶۹ تا ۰/۷۸ در فاصله یک سال، ۰/۶۴ برای دو سال، ۰/۴۲ تا ۰/۴۵ برای ۴ سال، ۰/۵۹ تا ۰/۶۷ برای ۵ سال و ۰/۵۴ برای ۱۰ سال بود. در پژوهش‌های جدیدتر، آلفای پرسشنامه ۲۹ ماده‌ای، ۰/۸۴ و ۰/۸۶ برآورد شده است (برگز تین<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۸). و نیز در ایران نیز محمدی (۱۳۸۸) تنها فرم ۱۳ ماده‌ای حس انسجام را اعتباریابی کرده که با ضریب آلفای ۰/۷۷ پایا بوده است. که مجموعاً شواهد پژوهشی نشان می‌دهند پرسشنامه ۲۹ ماده‌ای حس انسجام از اعتبار پژوهشی در حوزه پژوهش‌های روانشناختی، علوم سلامت برخوردار است. میزان پایایی به دست آمده این مقیاس در این پژوهش از طریق ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۶۹ بوده است.

### مقیاس هوش هیجانی

این مقیاس یک آزمون ۲۸ سؤالی است که به وسیله برادبری و گریوز<sup>۳</sup> (۲۰۰۵) ساخته شده است. سؤال‌های آزمون چهار مهارت تشکیل دهنده هوش هیجانی شامل خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه را در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از نمره یک (هرگز) تا نمره شش (همیشه) می‌سنجد. در این آزمون ۵ نمره کلی به دست می‌آید که چهار نمره مربوط به چهار مؤلفه سازه هوش هیجانی و یک نمره دیگر هم مربوط به نمره کلی برای هوش هیجانی است که دامنه آن از ۴۰ تا ۴۰۰ متغیر است. ضرایب پایایی به دست آمده بر حسب ضریب آلفای کرونباخ بین نمره‌ها در دو نوبت اجرا برای چهار مهارت تشکیل دهنده هوش هیجانی و جمع کل نمره‌ها (هوش هیجانی) به ترتیب عبارت است از: خودآگاهی:

- 
1. Eriksson & Lindstrom
  2. Bergstien
  3. Bradberry & Greaves

۰/۷۳، خودمدیریتی : ۰/۸۷، آگاهی اجتماعی : ۰/۷۸، مدیریت رابطه : ۰/۷۶ و هوش هیجانی : ۰/۹۰ که همه ضرایب در سطح ۰/۹۹ معنادار بوده اند. به علاوه در گروه ۲۸۴ نفری نیز ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای گروه‌های پسران و دختران و کل گروه ۰/۸۸ به دست آمده است و همه سؤال‌ها با کل آزمون همبستگی مثبت معنادار داشته‌اند و حذف هیچ یک از سؤال‌ها افزایش چشمگیر اعتبار کل آزمون را باعث نشده است. برای تعیین روایی، این آزمون به همراه هوش هیجانی بار - ان اجرا شده و ضریب همبستگی ۰/۶۸ به دست آمده و در سطح ۰/۹۹ معنادار بوده است. بنابراین، پایایی و روایی این آزمون تأیید شده است (گنجی، ۱۳۸۴). میزان پایایی به دست آمده این مقیاس در این پژوهش از طریق ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۴۳ بوده است.

## یافته‌های پژوهش

### الف) توصیف داده‌ها

#### ۱- هوش هیجانی

جدول ۱، خلاصه‌ای از توزیع آماری میانگین نمره‌های چهار مهارت تشکیل دهنده هوش هیجانی (خود- آگاهی، خود - مدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه) را در دانشجویان نشان می‌دهد.

جدول ۱: توزیع میانگین‌های نمره‌های هوش هیجانی دانشجویان مورد مطالعه هوش هیجانی

خود- آگاهی	خود- مدیریتی	آگاهی اجتماعی	مدیریت رابطه	
۲۳/۹۰	۳۷/۴۵	۲۰/۳۶	۳۴/۳۰	میانگین
۴۶	۴۴	۲۴	۳۸	نما
۹۵۵۹	۱۴۹۷۸	۸۱۴۵	۱۳۷۱۸	کل

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، در دامنه نمره‌های کمترین عدد مربوط به «آگاهی اجتماعی» با میانگین ۲۰/۳۶ و نمای ۲۴ و بیشترین نمره متعلق به «خود مدیریتی» با نمره میانگین ۳۷/۴۵ و نمای ۴۴ در کل افراد مورد بررسی، بیان‌کننده این است که کل مطالعه شوندگان، بیشتر گرایش خود مدیریتی داشته و کمتر به آگاهی اجتماعی تمایل داشته‌اند.

جدول ۲: توزیع میانگین‌های نمره‌های حس انسجام دانشجویان دختر و پسر مورد مطالعه

حس انسجام	حس انسجام دختران	حس انسجام پسران
میانگین	۱۶۵/۴۷	۱۷۲/۵۶
انحراف استاندارد	۴۲/۶۴۴	۴۰/۰۹۲
کل	۳۳۰۹۳	۳۴۵۱۳

جدول ۲، خلاصه‌ای از توزیع آماری میانگین نمره‌های حس انسجام را در دانشجویان دختر و پسر نشان می‌دهد. در دامنه نمره‌ها حس انسجام دارای نمره میانگین ۱۶۹/۰۲ و انحراف استاندارد ۴۱/۴۸۸ در کل افراد مورد بررسی است. همچنین میانگین حس انسجام در دختران برابر با ۱۶۵/۴۷ با انحراف استاندارد ۴۲/۶۴۴ و در پسران میانگین حس انسجام برابر با ۱۷۲/۵۶ با انحراف استاندارد ۴۰/۰۹۲ است.

جدول ۳: توزیع سنی دانش‌آموزان مورد مطالعه به تفکیک گروه‌های سنی

گروه‌های سنی	فراوانی	درصد
۱۹ سال و کمتر	۹۴	۲۳/۵
۱۹ تا ۲۲ سال	۲۹۴	۰/۷۳
۲۲ سال و بالاتر	۱۲	۳/۵

با توجه به جدول ۳ مشاهده می‌شود که تقریباً اکثریت دانشجویان ۱۹ الی ۲۲ ساله بوده‌اند (۰/۷۳ درصد آنها) و عده جالب توجهی، ۹۴ دانشجو، سن آنها ۱۹ سال و کمتر بوده است (۲۳/۵ درصد آنها) و ۱۲ دانشجو سن آنها ۲۲ سال و بالاتر بوده. همچنین میانگین سنی مطالعه شوندگان با ۰/۰۹۵ سال خطای معیار از میانگین، برابر با ۲۱/۴۳ سال و نمای سنی ۲۱ سال بوده است. جوانترین دانش‌آموز ۱۷ سال و مسن‌ترین آنها ۲۶ سال داشته است.

جدول ۴: توزیع وضعیت تاهل در دانشجویان مورد مطالعه

وضعیت تاهل	فراوانی	درصد
متاهل	۵۶	۰/۱۴
مجرد	۳۴۴	۰/۸۶

با توجه به جدول ۴ مشاهده می‌شود که اکثریت دانشجویان ۳۴۴ نفر مجرد (۸۶٪ درصد آنها) و تعداد ۵۶ نفر از دانشجویان (۱۴٪ درصد آنها) متأهل بوده‌اند.

### ب) آزمون فرضیه‌ها

برای پاسخگویی به پرسش اصلی پژوهش که "بین حس انسجام و هوش هیجانی چه رابطه‌ای وجود دارد؟" چهار فرضیه تنظیم شده بود.

جدول ۵: ضرایب همبستگی پیرسون بین مؤلفه‌های هوش هیجانی دانشجویان با حس انسجام آنها

مقیاس	مدیریت	آگاهی اجتماعی	خود- مدیریتی	خود- آگاهی		
کل	رابطه					
۰/۰۷۹	۰/۹۵۵**	۰/۹۶۶**	۰/۹۳۴**	۱	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۳۶۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰	معناداری	خود- آگاهی
۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	تعداد	
۰/۸۲۷**	۰/۹۶۰**	۰/۹۴۶**	۱	۰/۹۳۴**	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰	۰/۰۰۱	معناداری	خود- مدیریتی
۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	تعداد	
۰/۷۹۶**	۰/۹۷۱**	۱	۰/۹۴۶**	۰/۹۶۶**	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	معناداری	آگاهی اجتماعی
۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	تعداد	
۰/۸۳۴**	۱	۰/۹۷۱**	۰/۹۶۰**	۰/۹۵۵**	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۱	۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	معناداری	مدیریت رابطه
۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	تعداد	
۱	۰/۸۳۴**	۰/۷۹۶**	۰/۸۲۷**	۰/۰۷۹	ضریب همبستگی پیرسون	
۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۳۶۱	معناداری	مقیاس کل
۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	۴۰۰	تعداد	

در جدول ۵ نتایج آزمون پیرسون ارائه شده است. این یافته‌ها فرضیه‌های اول، دوم و چهارم پژوهش را درباره همبستگی بین حس انسجام و سازه‌های خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه تأیید می‌کند و نیز بر اساس نتایج رابطه بین حس انسجام با سازه خودآگاهی معنادار نیست و فرضیه سوم پژوهش تأیید نمی‌شود.

جدول ۶: خلاصه مدل رگرسیون همزمان، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری

SE	R2	R	Sig	F	MS	DF	SS	مدل رگرسیون
۲۲/۳۶۴	۰/۷۱۲	۰/۸۴۴	۰/۰۰۱	۲۲۴/۵۵۳	۱۲۲۳۰/۹۸۵	۴	۴۸۹۲۳۹/۹	باقیمانده
								متغیر
sig		T		Beta		SEB	B	خود-آگاهی
۰/۲۵۳		۱/۰۵۳		۰/۱۱۵		۰/۱۹۷	۰/۲۰۸	خود-مدیریتی
۰/۰۰۱		۰/۹۷۳		۰/۳۹۳		۰/۱۷۱	۰/۶۸۰	آگاهی اجتماعی
۰/۰۰۱		-۳/۱۲۶		-۰/۴۲۵		۰/۲۴۸	-۰/۷۷۷	مدیریت رابطه
۰/۰۰۱		۵/۶۳۴		۰/۷۵۹		۰/۲۲۴	۱/۳۳۷	

در چهارچوب همبستگی‌های معنادار، رابطه بین حس انسجام و سازه‌های خودآگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه در معادله رگرسیون همزمان تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون همزمان بین حس انسجام و سازه‌های هوش هیجانی در جدول ۶ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنادار است ( $\text{Sig} < 0/001$ ) و  $0/71$  واریانس مربوط به حس انسجام به وسیله متغیر هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن تبیین می‌شود ( $R^2 = 0/71$ ). ضریب رگرسیون پیش بین نشان می‌دهد سازه خود-آگاهی نمی‌تواند واریانس حس انسجام دانشجویان را به طور معنادار تبیین کند. زیرا سطح معناداری از عدد  $0/01$  بیشتر است ( $\text{sig} > 0/001$ ) و افزایش خود-آگاهی افزایش حس انسجام را باعث نمی‌شود. همچنین ضریب رگرسیون پیش بین نشان می‌دهد سازه خود مدیریتی می‌تواند واریانس حس انسجام دانشجویان را به طور معنادار تبیین کند. ضریب تأثیر سازه خودمدیریتی ( $\beta = 0/393$ ) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر با اطمینان  $0/99$  می‌تواند تغییرات مربوط به حس انسجام را پیش بینی کند یعنی افزایش خود مدیریتی حس انسجام را افزایش می‌دهد. همچنین بر اساس نتایج، ضریب رگرسیون پیش بین نشان می‌دهد سازه آگاهی اجتماعی می‌تواند واریانس حس انسجام دانشجویان را به طور معنادار تبیین کند. ضریب تأثیر سازه آگاهی اجتماعی ( $\beta = -0/425$ ) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر با اطمینان  $0/99$  می‌تواند تغییرات مربوط به حس انسجام را پیش بینی کند یعنی افزایش آگاهی اجتماعی افزایش حس انسجام را باعث می‌شود. و نیز ضریب رگرسیون پیش بین نشان می‌دهد سازه مدیریت رابطه هم می‌تواند واریانس حس انسجام دانشجویان را به طور معنادار تبیین

کند. ضریب تأثیر سازه مدیریت در رابطه ( $\beta = 0/759$ ) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر با اطمینان ۰/۹۹ می‌تواند تغییرات مربوط به حس انسجام را پیش بینی کند یعنی افزایش مدیریت در رابطه افزایش حس انسجام را باعث می‌شود. در نهایت نتیجه می‌گیریم که بین سازه‌های خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و نیز مدیریت رابطه با حس انسجام رابطه معناداری وجود دارد، ولی رابطه بین سازه خود-آگاهی با حس انسجام معنادار نیست.

از آنجایی که هوش هیجانی توانایی بازنگری و اندیشه بر روی هیجان‌ها، توانایی حفظ و تداوم حالت‌های هیجانی، توانایی مدیریت هیجان‌ها در خود و دیگران را در برمی‌گیرد و از سوی دیگر چون هوش هیجانی نوعی پردازش اطلاعات هیجانی است که در آن از هیجان‌ها به عنوان منابع مهم اطلاعاتی، انگیزشی، مدیریتی و اجتماعی استفاده می‌شوند و این فرآیند پردازش اطلاعات شامل توجه به هیجان‌ها، ارزیابی صحیح هیجان‌ها و نظم بخشی سازش یافته هیجان‌هاست و نیز قابلیت درک حس انسجام در بردارنده مؤلفه‌هایی است که حس شناخت، مدیریت پذیری و معناداری را در برمی‌گیرد می‌توان انتظار داشت که بین سازه‌های خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و نیز مدیریت رابطه هوش هیجانی و حس انسجام در دانشجویان رابطه وجود داشته باشد.

جدول ۷: آزمون T برای میانگین‌های دو گروه دختر و پسر در حس انسجام

حس انسجام	M	S	N	T	Df	sig	آزمون برابری واریانس‌ها
دختر	۱۶۵/۴۷	۴۲/۶۴۴	۲۰۰	-۱/۷۵	۳۹۸	۰/۰۰۱	F
پسر	۱۷۲/۵۷	۴۰/۹۲	۲۰۰				۹/۶۰۹

با توجه به جدول ۷ سطح معنادار برای آزمون برابری واریانس‌ها ۰/۰۸۷ است که این میزان، فرض برابر نبودن واریانس‌ها را رد می‌کند. با توجه به اطلاعات جمع آوری شده نتیجه می‌گیریم که بین میانگین‌های دو گروه تفاوت معناداری در سطح ( $P < 0/001$ ) دیده می‌شود. این یافته‌ها فرضیه پنجم پژوهش را تأیید می‌کند و در نتیجه فرض صفر رد می‌شود. یعنی دانشجویان پسر حس انسجام بیشتری نسبت به دانشجویان دختر دارند.

جدول ۸: آزمون T برای میانگین‌های دو گروه دختر و پسر در هوش هیجانی

حس انسجام	M	S	N	T	Df	sig	آزمون برابری واریانس‌ها
دختر	۲۹۶/۸۹	۷۶/۸۸۹	۲۰۰	۱/۷۱۷	۳۹۸	۰/۰۰۱	Sig F
پسر	۲۸۱/۳۴	۱۰۲/۴۴۹	۲۰۰				۰/۰۸۱ ۲۱/۶۷۷

با توجه به جدول ۸ سطح معنادار برای آزمون برابری واریانس‌ها ۰/۰۸۱ است که این میزان، فرض برابر نبودن واریانس‌ها را رد می‌کند. با توجه به اطلاعات جمع آوری شده نتیجه می‌گیریم که بین میانگین‌های دو گروه تفاوت معناداری در سطح (P < ۰/۰۰۱) دیده می‌شود. این یافته‌ها فرضیه ششم پژوهش را تأیید می‌کند و در نتیجه فرض صفر رد می‌شود. یعنی دانشجویان دختر هوش هیجانی بالاتری نسبت به دانشجویان پسر دارند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف اساسی پژوهش حاضر بررسی رابطه حس انسجام با هوش هیجانی در دانشجویان بود. سازه‌های هوش هیجانی در کل دانشجویان به ترتیب از بیشترین به کمترین عبارت بود از: خود مدیریتی، مدیریت رابطه، خودآگاهی و آگاهی اجتماعی. این ترتیب عیناً در زمینه توزیع فراوانی میانگین‌های هوش هیجانی در دانشجویان صدق می‌کرد. با مقایسه ترتیب مؤلفه‌های هوش هیجانی می‌توان گفت که همه دانشجویان بیشتر گرایش به خود مدیریتی و مدیریت در رابطه داشته و کمتر به آگاهی اجتماعی گرایش داشته‌اند. به طور کلی از نظر مایر و سالوی (۱۹۹۷) هوش هیجانی فهم هیجان‌ات و تسهیل هیجانی تفکر را در برمی‌گیرد. فهم هیجان‌ات به نامگذاری هیجان‌ات و فهم چگونگی تغییر آنها اشاره دارد و تسهیل هیجانی تفکر به ارزیابی هیجان‌ات و جذب هیجان‌ات در قضاوت و حل مسأله مربوط می‌شود. به عبارتی با توجه به تعریف هوش هیجانی به عنوان توانایی درک و مدیریت هیجان‌ات آن دسته از افرادی که از خود مدیریتی، مدیریت رابطه و آگاهی اجتماعی بالاتری برخوردار هستند، قادر خواهند بود هیجان‌ات خود را با سازگاری روان شناختی بالاتر اداره کرده و از سازوکارهای انطباقی‌تر استفاده کنند و از آنجایی که مادسن و همکاران (۲۰۰۶) نتیجه گرفته‌اند که وضعیت هیجانی افراد می‌تواند در تعیین حس انسجام آنها مؤثر باشد و آنچه که پرسشنامه ۲۹ سؤالی حس انسجام (پرسشنامه مورد استفاده در این پژوهش) می‌سنجد به سؤالاتی مربوط می‌شود که به

ارزیابی هیجان اختصاص دارند و از سویی دیگر چون هوش هیجانی به عنوان یک توانایی ناظر بر ظرفیت ادراک، ابزار و کاربرد و کنترل هیجان‌ها است و با عملکردهای مؤثر در تطابق با اقتضانات روزمره زندگی پیوند خورده است و از عوامل مؤثر و تعیین کننده در برآیندهای واقعی زندگی و به طور کلی در کنش وری سلامت و حس انسجام است، پس در کل می‌توان انتظار داشت که بین هوش هیجانی و حس انسجام رابطه وجود داشته باشد.

بر اساس نتایج این پژوهش، بین سازه خود مدیریتی با حس انسجام همبستگی مثبت و معناداری وجود داشته است که نتیجه این مطالعه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسویی دارد (دانتاس و همکاران، ۲۰۰۲؛ آروالو و همکاران، ۲۰۰۸). به طور کلی خود مدیریتی یعنی توانایی در کنترل هیجان‌ها، که از طریق آن افراد انعطاف پذیر باقی مانده و در مقابل دیگران و وضعیت‌های متفاوت به طور مثبت و مؤثر واکنش نشان می‌دهند (برادبرای و گریوز، ۱۳۸۴). این نتیجه نشان دهنده این است که دانشجویان شرکت کننده در این مطالعه با توانایی به کارگیری مناسب "هیجان‌ها" توانسته‌اند رفتارهای خود را به صورت مثبت هدایت کنند. و واکنش‌های هیجانی خود را در مقابل دیگران و شرایط مختلف کنترل کرده و توانسته‌اند با افزایش رضایتمندی در زندگی و بهبود کیفیت زندگی شخصی خود وقتی در معرض عوامل استرس زای شدید قرار می‌گیرند استرس را سر بگذرانند یا حداقل وقتی با رویدادی ناگهانی مواجه شدند رفتاری واضح و مرتبط از خود نشان دهند. که همین امر به خودمدیریتی بالاتر در آنها منجر شده است. یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین سازه آگاهی اجتماعی و حس انسجام همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد که نتیجه این مطالعه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسویی دارد (جلسما و دیگران، ۲۰۰۶؛ دراگست و همکاران، ۲۰۰۹). در کل آگاهی اجتماعی یعنی توانایی در شناخت و درک هیجان‌های دیگران، چه به صورت فردی و چه به صورت گروهی که برای کنترل و مدیریت روابط بسیار ضرورت دارد (برادبرای و گریوز، ۱۳۸۴). این نتیجه نشان دهنده این است که دانشجویان شرکت کننده در این پژوهش توانایی تشخیص دقیق هیجان‌های دیگران و داشتن درک این که دقیقاً چه اتفاقی در حال رخ دادن است، به این معنا که آنها طرز تفکر و احساسات دیگران را درک می‌کنند حتی زمانی که خود آنها همان احساسات یا تفکرات را ندارند و با توانایی‌های شخصی توانسته‌اند استرس‌های خود را به نحو مؤثرتری کنترل کنند و در نتیجه افزایش حس انسجام و آگاهی اجتماعی بالاتر



در آنها را باعث شده است. در یافته دیگر این پژوهش نشان داده شد که بین مدیریت رابطه با حس انسجام هم همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد که این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسویی دارد (گالاگر و دیگران، ۱۹۹۴، کیوی ماکو و همکاران، ۲۰۰۰). مدیریت رابطه یعنی توانایی به کارگیری آگاهی از هیجان‌های خود و هیجان‌های دیگران برای مدیریت سازنده و مثبت تعامل‌ها و روابط (برادبرای و گریوز، ۱۳۸۴). این نتیجه هم نشان می‌دهد که دانشجویان شرکت کننده در این پژوهش توانایی در به کارگیری "آگاهی از هیجان‌های دیگران" به منظور مؤفقیّت در کنترل و مدیریت تعامل‌ها را دارا بوده که این توانایی، ارتباط واضح با شرایط و کنترل مؤثر تعارض‌های دشوار را برای آنها مقدور می‌کند و نیز توانسته‌اند با رضایتمندی عمومی از زندگی خود و بالا بردن احساسات مثبت و فقدان احساسات منفی و افزایش سطح تجربه‌های خوشایند بهزیستی خود را بهبود بیشتری ببخشند و با مدیریت رابطه مناسب حس انسجام خود را ارتقاء دهند. یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین خود آگاهی با حس انسجام رابطه معناداری وجود ندارد که این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسویی دارد (استین و هاگلی، ۲۰۰۱). خود آگاهی یعنی توانایی شناخت دقیق هیجان‌ها به هنگام وقوع آنها و درک شیوه‌های معمول برای واکنش نشان دادن به دیگران در وضعیت‌های مختلف که خود نظم بخشی، انگیزش خود و مهارت‌های اجتماعی را در برمی‌گیرد. همچنین عواملی مانند فرهنگ زندگی دانشجویان ایرانی، سن، رشته تحصیلی، شخصیت، انگیزش، عوامل شناختی مانند درک کنترل، اعتماد به نفس، عزّت نفس و نیک بینی و غیره می‌توانند هوش هیجانی و خودآگاهی افراد، شامل توانایی شناسایی هیجان‌ها در ابعاد فیزیکی و روانشناختی، بیان صحیح و دقیق هیجان‌ها و توانایی احساسات درست و نادرست احساسات را تحت تأثیر قرار می‌دهد (برادبرای و گریوز، ۱۳۸۴). همه عوامل فوق می‌تواند تبیینی برای گرایش کمتر دانشجویان به خودآگاهی باشد. علاوه بر این در عین حال که بسیاری از مردم در یک موقعیت از یک مؤلفه هوش هیجانی استفاده می‌کنند بسیاری هم به طور همزمان از چندین سازه هوش هیجانی استفاده می‌کنند. بنابراین، برآوردی دقیق از هوش هیجانی یک فرد می‌تواند فراتر از آن چیزی باشد که یک پرسشنامه می‌سنجد و همچنین یک فرد می‌تواند از ترکیبی از دو یا چند حیطه از سازه‌های هوش هیجانی استفاده کند، بدین معنی که فرد ممکن است یک سازه غالب برای هوش هیجانی نداشته باشد که در پرسشنامه آمده است. معنادار

نشدن این حیطة می‌تواند تبیینی دیگر برای گرایش کمتر دانشجویان به خودآگاهی و گرایش بیشتر به سایر مؤلفه‌ها (خود مدیریتی، مدیریت رابطه، آگاهی اجتماعی) باشد.

نتیجه دیگر پژوهش نشان داد که حس انسجام در دانشجویان پسر بیشتر از دانشجویان دختر است که این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد (وونگوت و همکاران، ۲۰۰۵؛ کوال و همکاران، ۲۰۰۷). به طور کلی آنتونوسکی حس انسجام را به صورت یک جهت‌گیری شخصی به زندگی تعریف می‌کند و بر این باور خود تأکید دارد که از طریق حس انسجام می‌توان توجیه کرد که چرا فردی می‌تواند حد بالایی از استرس را از سر بگذراند و سالم بماند، بنابراین، او اعتقاد دارد آزمون حس انسجام مدیریت بر استرس را ارزیابی می‌کند (آنتونوسکی، ۱۹۸۷). به نظر می‌رسد که دانشجویان پسر مورد مطالعه در این پژوهش نسبت به دانشجویان دختر به دلیل بهره‌مندی بیشتر از توانایی‌های شخصی و نقش محافظتی آن توانسته‌اند استرس‌های خود را به نحو مؤثرتری مدیریت کنند و در نتیجه افزایش حس انسجام در آنها نسبت به دانشجویان دختر را باعث شده است. البته عواملی مانند فرهنگ، سن، رشته تحصیلی، سابقه کار، حس انسجام در والدین را هم نباید از نظر دور داشت که می‌تواند تفاوت معنادار بین حس انسجام در دانشجویان دختر و پسر را باعث شده باشد. همچنین نتیجه دیگر پژوهش نشان داد که هوش هیجانی در دانشجویان دختر بیشتر از دانشجویان پسر است که این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد (ثمیری و طهماسبی، ۱۳۸۶؛ شات و همکاران، ۱۹۹۸؛ یوسفی، ۲۰۰۴ و ۲۰۰۶). به طور کلی دختران و پسران در مواجهه با مسائل روزمره از میزان هوش هیجانی یکسانی بهره نمی‌جویند. به نظر می‌رسد که دانشجویان دختر مورد مطالعه در این پژوهش نسبت به دانشجویان پسر برای واکنش‌های هیجانی اهمیت بیشتری قائل هستند و در احساس‌های خود از انعطاف پذیری بیشتری برخوردارند و حس وظیفه‌شناسی دارند و در جهت موفقیت گام بر می‌دارند و نیز رابطه بین احساس و افکار و رفتار خود را درک می‌کنند و چگونگی تأثیر هیجان‌ها را در بروز افکار و رفتار خود تشخیص می‌دهند و همچنین محدودیت‌ها و توانایی‌های خود را می‌شناسند و به رغم فشارها می‌توانند تصمیمات درستی اتخاذ کنند که هر کدام از این ویژگی‌ها به آنها کمک می‌کند که در مقابل تحریکات خارجی به خوبی عمل کنند که تمام این عوامل می‌تواند تبیینی مبنی بر بالاتر بودن هوش هیجانی دانشجویان دختر نسبت به دانشجویان پسر باشد.

در مجموع، نتایج پژوهش حاضر نقش با اهمیت متغیر درون فردی هوش هیجانی را در قلمرو حس انسجام نشان می‌دهد. توجه به جنبه‌های کاربردی پژوهش حاضر نیز اهمیت جالب توجهی دارد. این یافته‌ها می‌توانند در تکوین و رشد آموزشی و بالینی سودمند واقع شوند. با توجه به اینکه قسمت عمده‌ای از هوش هیجانی آموختنی هستند لذا می‌توان با تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی مؤثر به تقویت این عناصر کمک کرد. با این حال باید توجه داشت که مفهوم سازی نظری از هوش هیجانی و حس انسجام نیازمند مطالعات بیشتری است. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در محیطی مشابه، مؤلفه‌های هوش هیجانی را با حس انسجام با در نظر گرفتن عواملی مانند فرهنگ، تحصیلات والدین و خرده فرهنگ‌های قومی، محلی اجرا کنند تا زمینه تطبیق نتایج پژوهش‌ها فراهم شود. همچنین با توجه به اینکه کمبود پژوهش‌های بنیادی در زمینه هوش هیجانی و حس انسجام و جنبه‌های گوناگون آن در ایران به شدت وجود دارد. بنابراین، توصیه می‌شود متغیرهایی مانند تیپ شخصیتی و به ویژه زمینه‌های فرهنگی - اجتماعی، خانوادگی را در مطالعات مرتبط با هوش هیجانی و حس انسجام لحاظ کنند.

## منابع

- برادبرای، تراویس و جین، گریوز، (۲۰۰۵). *آزمون هوش هیجانی*، ترجمه مهدی گنجی، چاپ اول، تهران، ساوالان.
- بشارت، محمد علی؛ سید محمدرضا رضازاده، منیژه فیروزی و مجتبی حبیبی، (۱۳۸۴). بررسی تأثیر هوش هیجانی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی در مرحله انتقال از دبیرستان به دانشگاه، *مجله علوم روانشناختی*، ۱۳، ۴۱-۲۶.
- ثمیری، علی اکبر و فهیمه طهماسبی، (۱۳۸۶). بررسی رابطه هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان، *فصلنامه اصول بهداشت روانی*، ۳۵، ۱۲۱-۱۲۸.
- محمدی، اکبر، (۱۳۸۸). *بررسی ویژگی‌های روانسنجی آزمون حس انسجام فرم ۱۳ ماده‌ای*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور تهران.
- Agardh,E,E, Ahlbom,A, Andresson,T, Efendic,S, Grill,V, Hallqvist,J, Norman,A & Ostenson,C,G, (2003). *Diabetes in Middle-Aged Swedish Women*,Diabetes Care (American Diabetes Association Inc,) 26, 719-724.
- Antonovsky, A, (1987). *Unraveling the mystery of health,How people manage stress and stay well*,Sanfrancisco, Jossey-Bass.
- Antonovsky, A, (1979). *Health, stress and coping*; Jossey-Bass.
- Arevalo,S, Prado, G & Amaro,H, (2008). Spirituality, sense of coherence , self management, and coping responses in women receiving treatment for alcohol and drug addiction , *Evaluation and Program Planning*, 31, 113-123.
- Bar-On, R, (2000). Emotional and social intelligence :insights from the emotional quotient inventory, In R, Bar-On & J, D, A, Parker (Ed.). *The handbook of emotional intelligence*, 363-388, San Francisco: Jossey-Bass.
- Bengtsson,A & Lars h ,(2008). The Validity of Antonovsky Sense Of Coherence Measure in a sample of Schizophrenic Patients Living in the Community; *Jornal of Advanced Nursing*,33, 432-438,
- Bergstien,M, Weizman,A, Solomon, Z, (2008). Sense of Coherence among delusional patients :prediction of remission and risk of relaps, *Comprehensive Psychiatry*,49, 288-296.
- Brackett, M, A, Mayer, J, D & Warner, R, M, (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior, *Personality and Individual Differences*, 36, 1387-1402.
- Ciarrochi, J,V, Chan , A,Y & Caputi , P, (2000) , A critical evaluation of the emotional intelligence concept, *Personality and Individual Differences*,28 , 539-561.

- Constantine, M,G & Gainor,K,A, (2001).** Emotional intelligence and empathy : their relation to multicultural counseling knowledge and awareness, *Professional School Counseling*, 5, 2, 131-137.
- Dantas, R,A, Motzer, S,A & Ciol, M,A , (2002).** The relationship between self management quality of life, sense of coherence and self-esteem in persons after coronary artery bypass graft surgery, *International Journal of Nursing Studies*, 39, 745,755.
- Dawda, D & Hart, S,D, (2000).** Assessing emitional intelligence: reliability and validity of the Bar- On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) in university students, *Personality and individual Differences*, 28, 797-812.
- Drageset,J, Eide, G,E , Nygaard,H,A, Bondevik,M, Nortvedt,M,W & Natvin, G,K, (2009).** The impact of social awareness support and sense of coherence on health-related quality of life among nursing home residents—A questionnaire survey in Bergen, Norway , *International Journal of Nursing Studies*, 46, 66-76.
- Eriksson, M & Lindstrom, B, (2005).** Validity of Antonovsky s sense of coherence scale:a systematic reviw, *Journal of Epidemiol community health*, 59(6):460-6.
- Liff,S, (2003).** Social and emotional intelligence: Applications for developmental, *journal of Developmental Education*, 26: 28-32.
- Lopes, P,N, Salovey, P & Straus, R (2003).** Emotional intelligence, Personality and the Perceived quality of social relationship, *Pers individ Dif*, 35: 64158.
- Gallagher,T,J, Wagenfeld,M,O, Baro, F & Haepers, K, (1994).** Sense of coherence, coping and Relationship Management caregiver role overload, *Social Science & Medicine*, 39, 1615-1622.
- Ghorbani, N, Bing, M,N, Watson, P,J, Davison, H,K & Mack, D,A, (2002).** Self reported emotional intelligence: construct similarity and functional dissimilarity of higher-order processing in iran and the United State, *Intelligence Journal of Psychology*, 37, 297-308.
- Goleman, D, (1995).** *Emotional intelligence*, New York, Bantam Books Pub.
- Groholt ,E , K, Stigum, H, Nordhagen, R, kohler ,L, (2003).** Is parental sense of Coherence associated with child health?*European Journal of public health*, 13(3): 195-201.
- Hart,K, Wilson, E, Tobil, L, W & Hittner,J,B, (2006).** A Psychological Resilience Model to Account for Medical Well- being in Relation to Sense of Coherence, *Journal of Health Psychology*, 11, 857-862.
- Holmberg, S, Thelin, A & Stiernstrom ,E,L, (2004).** Relationship of sense of coherence to other psychosocial indices, *European Jornal of Psychological Assessment*, 20, 227-236.
- Jellesma, F,C, Rieffe, C, Terwogt, M,M & Kneepkens, C,M, (2006).** Mood, emotion, social awareness and sense of coherence, *Social Science & Medicine*, 63, 2640-2648.
- Kivimäki,M, Feldt, T, Vahtera,J & Nurmi, J,E , (2000).** Sense of coherence , relationship Management and health: evidence from two cross-lagged longitudinal samples , *Social Science & Medicine*, 50, 583-597.

- Konttinen, H, Haukkala, A & Uutela, A, (2008).** Comparing Sense of Coherence, depressive symptoms and anxiety, and their relationships with health in a population-based study; *Social Science & Medicine*; 66, 2401-2412.
- Kouvonen, M, K, Vaananen, A, Woods, A, Heponiemi, T, Koskinen, A & Toppinen, T, (2007).** Sense of coherence and diabetes: A prospective occupational cohort study, 2008, *BMC Public Health*, www.biomedcentral.com.
- Kowal, A, szymona, K, Opolska, A, Piszczek, R & Domaniski, M, (2007).** Family support and the sense of coherence (SOC) in adolescents, *Annals Universitatis Mariae Curie Sklodowska Lublin-polonia*, VOL, LXII, N1, 31.
- Krantz, G & Ostergren, P, O, (2004).** Does it make sense in a coherent way? Determinants of sense of coherence in Swedish women 40 to years of age, *International Journal of Behavioral medicine*, 11, 18-26.
- Kravetz, S, Drory, Y & Florian, V, (1993).** Hardiness and Sense of Coherence and their relation to negative affect; *European Journal of Personality*, 7, 233-244.
- Lane, R, D & Schwartz, G, E, (1987).** Levels of emotional awareness: a cognitive-developmental theory and its application to psychopathology, *American Journal of Psychiatry*, 144, 133-143.
- Langeland, E & whal, A, K, (2008).** The impact of social support on mental health service users' sense of coherence: A longitudinal panel survey, 2009, *International Journal of Nursing studies*, 46, 830-837.
- Madsen, T, F, Vetegodt, S & merrick, J, (2005).** Why is Antonovskys Sense of Coherence Not Correlated to Physical Health? Analysing Antonovskys 29-item Sense of Coherence Scale (SOC). *The Scientific World Journal*, 767-776.
- Madsen TF, Vetegodt S & merrick J, (2006).** Sense of Coherence and Physical Health, A Cross-Sectional Study Using a New Scale (SOC II). *Sci World J*, 6, 1, 2200-2211.
- Mayer, J, D, Caruso, D, R & Salovey, P, (1999).** Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence, *intelligence*, 27, 267-297.
- Mayer, J, D & Geher, G, (1996).** Emotional intelligence and the identification of emotion, *Intelligence*, 22, 89-113.
- Mayer, J, D & Salovey, P, (1995).** Emotional intelligence and construction and regulation of feelings, *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197-208.
- Mayer, J, D, DiPaolo, M & Salovey, P, (1990).** Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence, *Journal of Personality Assessment*, 54, 772-781.
- Mayer, J, D & Salovey, P, (1993).** The intelligence of emotional intelligence, *Intelligence*, 17, 433-442.
- Mayer, J, D & Salovey, P, (1997).** What is emotional intelligence? In P, Salovey & J, D, Mayer (Eds.), *emotional development and emotional intelligence* (pp, 3-31), New York, Basic Books
- Nakamura, H, Ogawa, Y, Nagase, H, Nakajima, M, Kodawa, N, Ogino, K & Ooshita, Y, (2000).** Natural Killer Cell Activity and its Related Psychological Factor, Sense of Coherence in Male Smokers, *Journal of Occupational Health*, 43, 191-198.

- Palmer, B, Donaldson, C & Stough, C, (2002).** Emotional intelligence and life satisfaction, *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-100.
- Rubin, M, M, (1999).** Emotional intelligence and its role in mitigating aggression : *aggression : A correlation study of the relationship between emotional intelligence and aggression in urban adolescents*, Unpublished dissertation, Immaculate College, Immaculate, Pennsylvania.
- Salovey, P & Mayer, J,D & Caruso, D, (2002).** The positive psychology of emotional intelligence, In C,R, Snyder & S,J, Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp, 159-171). Oxford: Oxford University Press.
- Salovey, P & Mayer, J,D, (1990).** Emotional intelligence, *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Schutte, N, S, Malouff, J, M, Bobik, C, Coston, T, D, Greeson, C, Jedicka, C, Rhodes, E & Wendorf,G, (2001).** Emotional intelligence and interpersonal relations, *Journal of Social Psychology*, 141, 4, 523-536.
- Schutte, N,S, Malouff, J,M, Hall, L, E & Dornheim, L, (1998).** Development and validation of a measure of emotional intelligence, *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Simonsson, B,o,Nilsson,K,W, Lepert ,J & Vinod ,k, (2008).** Psychosomatic complaints and sense of coherence among adolescents in a county in Sweden:a cross-sectional study; *Biopsychosocial Medicine; pubMed Central citations*, 2(1):4.
- Slaski, M & Cartwright, S, (2002).** Health, Performance and emotional intelligence: an exploratory study of retail manager, *Stress and Health*, 18, 63-68.
- Steen, E, Haugli, L, (2001).** From pain to self-awareness — a qualitative analysis of the significance of group participation for persons with chronic musculoskeletal pain, *Patient Education and Counseling*, 42, 35-46.
- Surtees, P,Wainwright, N, Luben, R, Khaw ,K,T & Day, N, (2003).** Sense of Coherence and mortality in men and women in the EPIC-Norfolk United Kingdom prospective Cohort Study; *American Journal of Epidemiology*, 1202-1209.
- Trinidad, D,R & Johnson, C,A, (2002).** The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use, *Personality and Individual Differences*, 32, 95-105.
- Tzuh, T, S & Yili, C, (2007).** The important role of Sense of Coherence in relation to depressive symptoms for Taiwanese family caregivers of cancer patients and the end of life, *Journal of Psychosomatic Research*, 64,195-203.
- Ventegodt,S, Madsen,T,F, Anderson,N,J, (2005).** Theory of Extential (Antonovsky) Coherence:A Theory of Quality of Life, Health,and ability for Use in Holistic Medicine, *The Scientific World Journal*, 377-389.
- Yousefi, F (2004).** Levels of Emotional Awareness Scaled among Iranian gifted and nongifted high school students, *Psychological reports*, 95, 504-506.
- Yousefi, F, (2006).** Reliability and validity of a measure of emotional intelligence in an Iranian sample, *Psychological reports*, 98, 541-548.



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی