

تاریخ دریافت مقاله: ۹۱/۰۹/۲۷  
تاریخ بررسی مقاله: ۹۱/۱۱/۲۱  
تاریخ پذیرش مقاله: ۹۲/۰۴/۱۶

مجله دست آوردهای روان‌شناختی  
(علوم تربیتی و روان‌شناسی)  
دانشگاه شهید چمران اهواز، پاییز و زمستان ۱۳۹۴  
دوره‌ی چهارم، سال ۲۲، شماره‌ی ۲  
ص:ص: ۱۸۹-۲۰۸

## اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مهارت‌های حل مشکل خانواده در دانشجویان متأهل

شهلا کرائی \*

منصور سودانی \*\*

مهناز مهرابی‌زاده هنرمند \*\*\*

غلامحسین مکتبی \*\*\*\*

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مهارت‌های حل مشکل خانواده در دانشجویان متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز بود. طرح پژوهشی حاضر، نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پی‌گیری با گروه کنترل بود. از بین افراد داوطلب ۴۰ نفر به‌صورت تصادفی انتخاب شد و به‌صورت تصادفی در گروه آزمایش و گروه کنترل گمارده شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش مقیاس حل مشکل خانواده بود. ابتدا روی هر دو گروه پیش‌آزمون اجرا گردید، سپس آموزش هوش هیجانی به مدت ۸ جلسه‌ی ۹۰ دقیقه‌ای و یک‌بار در هفته روی گروه آزمایش اجرا و پس از اتمام برنامه آموزشی، دو گروه در مرحله پس‌آزمون و پی‌گیری یک‌ماهه به ابزار پژوهش پاسخ دادند. نتایج حاصل از تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد آموزش هوش هیجانی باعث افزایش توانایی حل مشکل خانواده و بهبود رابطه در دانشجویان متأهل گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، در مرحله پس‌آزمون و پی‌گیری شده است.

کلید واژگان: هوش هیجانی، مهارت‌های حل مشکل خانواده

\* کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز

\*\* دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز (نویسنده مسئول)

sodani\_m@scu.ac.ir

\*\*\* استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

\*\*\*\* استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

## مقدمه

هوش هیجانی شکلی از هوش اجتماعی است که توانایی کنترل احساسات و هیجان‌های خویشتن و دیگران و تمایز میان آن‌ها و استفاده از این اطلاعات را برای هدایت تفکر و عمل خود شامل می‌شود (مایر، سالوی و کاروزو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). به عقیده مایر و سالوی (به نقل از کویب من و رازل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲)، هوش هیجانی عبارت است از ظرفیت پردازش اطلاعات عاطفی به‌طور صحیح و کارآمد و شامل کردن آن اطلاعات در ارتباط با بازشناسی، بازسازی، تنظیم عواطف خود و دیگران.

پژوهشگران گوناگونی ابراز داشته‌اند هوش هیجانی بر سلامت حافظه و نیروی عقل، ادراک، معنا بخشی به تجربه‌ها، حل مسئله، تصمیم‌گیری مناسب و رشد روانی-اجتماعی افراد تأثیر چشم‌گیری می‌گذارد و افراد دارای هوش هیجانی بالا، قدرت بیشتری برای سازگاری با مسائل جدید روزانه را دارند (هانسنن و بناچی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸؛ آنتوناکس، اشکانسی داسبروگ<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸). هوش هیجانی با ایجاد تعادل بین عاطفه و شناخت منجر به کنش سازگاران می‌شود (شات، ملنوف، ترستین سون، بولار و روک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). الگوی چهاربعدی هوش هیجانی نشان می‌دهد که هوش هیجانی حاصل توانایی مرتبط به هم می‌باشند: (۱) ادراک هیجان خود و دیگران، (۲) استفاده از هیجان برای تسهیل تصمیم‌گیری، (۳) فهم هیجان و (۴) تنظیم خود و دیگران (به نقل از محمدی، ۱۳۹۰). بر اساس الگوی ترکیبی بارون<sup>۶</sup> (۲۰۰۵)، به نقل از گریون، گامورو، پریموزیک، ارتچ و قورنهام<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸) هوش هیجانی از خودآگاهی عاطفی و خصوصیات و مهارت‌های گوناگون تشکیل شده که باعث کاربرد مؤثر تنظیم عواطف، مانند روابط بین فردی مناسب و حل مسئله و تحمل استرس می‌شود.

به‌طورکلی حل مشکل به فرایند شناختی، رفتاری و نگرشی فرد اطلاق می‌شود که به‌وسیله آن فرد تلاش می‌کند راهبردهای مقابله سازگاران و مؤثری برای موقعیت‌های

- 1- Mayer, Salove, & Caruso
- 2- Quibman & Rozel
- 3- Hansenne & Bianchi
- 4- Antonakis, Ashkanasy, & Dasborough
- 5- Shutte, Malunff, Thorsteinsoon, Bhuliar, & Rooke
- 6- Barown
- 7- Greven, Chamorro-Premuzic, Artech, & Furnham

مسئله‌ساز در زندگی روزمره تعیین، کشف و ابداع کند (فیشر<sup>۱</sup> ۲۰۰۹). نزو<sup>۲</sup> (۲۰۰۴)، به نقل از دنیس، آستل و دریسچل<sup>۳</sup>، (۲۰۱۱) مشکلات را به‌عنوان موقعیت‌های کنونی و مورد انتظار تعریف می‌کند که نیاز به پاسخ‌های سازگارانه‌ای دارند که ممکن است این پاسخ‌ها فوراً در دسترس فرد نباشند. این مشکلات می‌توانند بین فردی (همانند مشکلات بین زن و شوهر) و یا مشکلات درون فردی (مشکلاتی که متمرکز بر خود فرد است). مهارت حل مشکل دربرگیرنده فرایندهای شناختی - رفتاری است که راه‌حلی را ایجاد کرده و آن‌ها را یکپارچه می‌کند و منجر به تغییر یک موقعیت و واکنش‌های هیجانی شخص به موقعیت می‌شود و در نتیجه به کاهش پیامدهای منفی و افزایش پیامدهای مثبت می‌انجامد. یولسری، ترن، تنریوردی و کولایس<sup>۴</sup>، (۲۰۱۲) مهارت حل مشکل، فرایندی شناختی-رفتاری است که فرد گزینه‌های مؤثری مؤثری برای مقابله با موقعیت‌های مشکل‌ساز ایجاد می‌کند و سپس از بین این گزینه‌ها مؤثرترین آن را انتخاب می‌کند. برنسفورد<sup>۵</sup> (۱۹۸۴)، به نقل از کرکلی<sup>۶</sup>، (۲۰۰۳). پنج مرحله برای حل مسئله و مشکل بیان می‌کند: (۱) تشخیص مشکل، (۲) تعریف مشکل، تعریف مشکل از طریق فکر کردن راجع به آن و گردآوری اطلاعات، (۳) کشف راه‌حل از طریق به‌کارگیری راه‌حل‌های احتمالی، بارش ذهنی و بررسی نقطه نظرات متفاوت، (۴) عمل کردن به راه‌حل انتخاب‌شده و توجه به مراحل گذشته و (۵) ارزیابی نتایج فعالیت‌ها.

پیامدهای حل مسئله و مشکل به‌وسیله دو فرایند عمده تعیین می‌شوند: جهت‌گیری نسبت به مشکل و سبک حل مشکل. جهت‌گیری نسبت به مشکل، فرایندی انگیزشی و فراشناختی است که دربرگیرنده مجموعه‌ای از طرح‌واره‌ها شناختی-هیجانی نسبتاً ثابتی است که نشان می‌دهد چگونه فرد به‌طور کلی در مورد مشکلات زندگی و توانایی حل مسئله خود فکر و احساس می‌کند. جهت‌گیری نسبت به مسائل می‌تواند موجب تسهیل یا بازداری عملکرد حل مسئله و مشکل شود (بلزر، دزوریلا و مایدو-الیوارس<sup>۷</sup>، ۲۰۰۲). سبک حل

- 
- 1- Fisher
  - 2- Nezu
  - 3- Dennis, Astell, & Dritschel
  - 4- Ulsory, Turan, Tanriverdi, & Kolaysis
  - 5- Bransfords
  - 6- Kirkly
  - 7- Belzer, Dzurilla, & Maydeu- Olivares

مسئله و مشکل فرایند اصلی حل مسئله است، که دربرگیرنده جستجوی منطقی راه‌حل از طریق بکار بردن مهارت‌ها و تکنیک‌های حل مسئله، همانند تعریف و صورت‌بندی مسئله و مشکل، ایجاد راه‌حل‌های بدیل، تصمیم‌گیری، عمل کردن و ارزیابی می‌باشد، که به‌منظور یافتن بهترین و سازگارترین راه‌حل‌های برای مشکلات طراحی می‌شود. دزوریل و نزو (۱۹۹۰)، به نقل از چیناوه<sup>۱</sup>، (۲۰۱۰) مدل پنج عاملی را برای حل مشکل پیشنهاد کرده‌اند که دو بعد آن مربوط به جهت‌گیری، و سه بعد آن مربوط به سبک حل مسئله و مشکل می‌باشد: جهت‌گیری حل مسئله مثبت، جهت‌گیری حل مسئله منفی، حل مسئله منطقی، سبک بی‌تفاوتی و تکانش‌گری و سبک اجتنابی.

در چند دهه گذشته، پژوهشگران دریافته‌اند که رابطه معنی‌داری بین حل مشکل و ارزیابی‌های مختلف از سازگاری وجود. به‌عنوان نمونه، مهارت‌های ضعیف در حل مسئله با مشکلات شناختی، عاطفی، رفتاری و میزان بالایی از نشانه‌های آسیب روانی رابطه دارد (چنج<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۷).

یکی از مهم‌ترین عواملی که در کارکرد مؤثر خانواده تأثیر دارد، سازگاری اعضای خانواده، به‌خصوص زن و شوهر با یکدیگر است. هوش هیجانی و به‌ویژه تنظیم هیجان‌ها، که یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی است تأثیر بسیار شگرفی در سازگاری اجتماعی و ارتباطات میان فردی می‌گذارد. فرد می‌تواند با تنظیم و مدیریت هیجان‌های خود، هیجان‌های مثبت و تسهیل‌کننده را راه‌اندازی کند و راهبردهای ارتباط اجتماعی مؤثر و انعطاف‌پذیری در توجه و تصمیم‌گیری تحت شرایط استرس‌زا را به شیوه مطلوبی به کنترل خود درآورد (لوپز، سالووی و استراس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳).

شواهد فراوان نشان می‌دهد که زوج‌ها در جوامع امروزی برای برقراری و مدیریت هیجانی روابط خود با همسرانشان با مشکلات فراگیر و متعددی مواجه هستند (خسرو جاوید و رفیعی‌نیا، ۱۳۸۳؛ حسین‌زاده، ۱۳۸۷). بدیهی است که نقص در مهارت‌های هیجانی همسران در کنار عوامل متعدد دیگر، آثار نامطلوبی بر زندگی مشترک آن‌ها می‌گذارد. شواهد پژوهشی نشان داده که مهارت‌های عاطفی و هیجانی توان تحمل فشارهای روانی زندگی و حل

- 
- 1- Chinaveh
  - 2- Change
  - 3- Lopes & Straus

مشکلات روزانه را افزایش می‌دهد (مهرابیان، ۲۰۰۰).

فیتنس<sup>۱</sup> (۲۰۰۱) اشاره می‌کند که هوش هیجانی یا حداقل برخی از جنبه‌های آن ظرفیت غنی سازی یک ازدواج توأم با رضایت و سازگاری مطلوب و باثبات را دارد و احتمال می‌رود که افراد دارای هوش هیجانی بالا در مقایسه با افراد دارای هوش هیجانی پایین رضامندی زناشویی بیشتری را تجربه کنند. در نتیجه یافتن نشانه‌های بی‌کفایتی عاطفی، خطوط فکری یا رفتار اشتباهی که می‌تواند یک زوج را به سوی جدایی بکشاند، نقش حیاتی هوش هیجانی را در بقای ازدواج به اثبات می‌رساند (سپهریان، ۱۳۸۶). در صورتی که یکی از زوجین یا هر دوی آن‌ها کاستی‌های خاصی از نظر هوش هیجانی داشته باشند احتمال عمیق‌تر شدن شکاف‌های عاطفی بین آن‌ها افزایش خواهد یافت (مکتبی، داودی و کرد زنگنه، ۱۳۸۵) و در نهایت موجب آسیب‌پذیری و گسستن پیوند آن‌ها می‌گردد. اما اگر زوجین از روابط عاطفی خود راضی باشند با احتمال زیادی در سایر زمینه‌ها نیز احساس رضایت‌مندی خواهند نمود (گلמן<sup>۲</sup>، ۱۹۹۵، ترجمه‌ی پارسا، ۱۳۸۲). بدون شک اگر زوجین در روش‌های ارتباطی مهارت داشته باشند می‌توانند خیلی از مسائل زندگی را حل کرده و از زندگی لذت بیشتری ببرند (مارکمن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲).

برنامه‌های آموزشی، باهدف افزایش هوش هیجانی در مقاطع گوناگون سنی و آموزشی، ارائه و اجرا شده است و به نتایج مؤثر و مفیدی نائل آمده‌اند (گلמן، ۱۹۹۵، ترجمه‌ی پارسا، ۱۳۸۲). نلسون، لو و ولا<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) اظهار می‌دارند که دوران دانشجویی یک فرصت بسیار ارزشمند برای تحول هیجانی در دانشجویان است. مدل هوش هیجانی آن‌ها مبتنی بر پژوهش است، که به راحتی قابل فهم و کاربرد است و می‌توان با مؤلفه‌ها و مهارت‌های ویژه‌ای که در آن قرار دارد یک چارچوب نو و جذاب برای تحول هیجانی دانشجویان ارائه داد. به نظر آنان تحصیلات عالی باید دارای دو محور بنیادی در دروس باشد: یکی برنامه درسی شناختی و دیگری برنامه درسی هیجانی. برنامه شناختی باید بر اساس حوزه‌های محتوای تحصیلی، ساعات آموزشی در طول ترم، معدل کل تحصیلی و ... تنظیم شود و از سوی دیگر برنامه

- 
- 1- Fitness
  - 2- Golman
  - 3- Markman
  - 4- Nelson, Low, & Vela

درسی هیجانی، باید مواردی همچون گسترش روابط، فعالیت‌های اجتماعی، فعالیت‌های تفریحی و سرگرمی را مدنظر قرار بدهد. آنان ادعا می‌کنند که برنامه درسی هیجانی باعث توسعه نگرش‌ها و رفتارها، بهبود در تصمیم‌گیری‌ها و رفتارهای ارتباطی می‌شود.

ضرورت دارد برنامه آموزشی ویژه، از جمله آموزش هوش هیجانی برای دانشجویان، مخصوصاً دانشجویان متأهل برگزار شود تا در بالا بردن توانایی آن‌ها برای حل مسائل و مشکلات خانوادگی گامی برداشته شود و نتایج حاصل از این پژوهش بتواند توسط درمانگران خانواده برای کم کردن مشکلات خانوادگی و تقویت نهاد خانواده در مراکز مشاوره، بهزیستی و ... دادگاه‌های خانواده و خانواده مورد استفاده قرار گیرد. گرچه نظریه‌پردازان هوش هیجانی بر اهمیت این مفهوم در حفظ و تداوم رابطه زناشویی و اساس رضایتمندی از آن تأکید دارند، اما پژوهش‌های اندکی، هوش هیجانی را در حوزه مسائل و مشکلات زناشویی مورد بررسی قرار داده‌اند (بشارت، حاجی آقازاده و قربانی ۱۳۸۶). با توجه به این نکته پژوهش حاضر به دنبال بررسی این سؤال است، آیا آموزش هوش هیجانی بر مهارت‌های حل مشکل خانواده و دو بعد آن (بهبود رابطه و حل مشکل) در دانشجویان متأهل دانشگاه شهید چمران تأثیر دارد.

## روش

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر یک طرح نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پی‌گیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز بودند که به فراخوان محقق برای شرکت در جلسه‌های آموزش هوش هیجانی پاسخ مثبت دادند. نمونه شامل ۴۰ دانشجوی متأهل مرد و زن دانشگاه شهید چمران اهواز بودند که از میان ۱۰۵ متقاضی شرکت در جلسه‌های آموزشی انتخاب شدند و به صورت تصادفی ساده در گروه آزمایش و گروه کنترل گمارده شدند. روش نمونه‌گیری بدین صورت بود که ابتدا از بین ۱۰۵ دانشجویی که به فراخوان محقق پاسخ مثبت داده بودند، ۴۰ نفر که بر اساس پرسشنامه حل مشکل خانواده نمره‌ای پایین‌تر از یک انحراف معیار از میانگین داشتند، انتخاب شدند. سپس این ۴۰ نفر، در گروه آزمایش ۲۰ نفر (۷ نفر مرد و ۱۳ نفر زن) و در گروه گواه نیز ۲۰ نفر (۷ نفر مرد و ۱۳ نفر زن) به صورت تصادفی ساده گمارده شدند.

## ابزار پژوهش

**مقیاس حل مشکل خانواده:** این مقیاس توسط احمدی (۱۳۸۲) و با الهام از پرسشنامه‌های فورگاج<sup>۱</sup> (۲۰۰۱)، دیارمی<sup>۲</sup> و توماس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴، چمپیون و پاور<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰، دی‌زوریلا، ۱۹۹۹ و برگر و هتا<sup>۵</sup>، ۱۹۹۹، به نقل از احمدی، (۱۳۸۲) برای سنجش میزان مهارت‌های حل مشکل در جامعه‌ی ایران ساخته شده است. مواد این مقیاس درزمینه‌ی مواجهه با مشکلات فعلی، میزان شناخت فرایند و گام‌های حل مشکل و چگونگی به‌کارگیری روش‌های حل مشکل در بین زوجین است و دارای ۳۰ ماده می‌باشد که بر اساس مقیاس ۵ سطحی لیکرت پاسخ داده می‌شود و شامل این سطوح است: هیچ‌وقت = ۱، بندرت = ۲، بعضی مواقع = ۳، خیلی مواقع = ۴، همیشه = ۵. برای نمره‌گذاری، برخی از عبارات مقیاس به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. این مقیاس دارای دو خرده مقیاس حل مشکل و بهبود رابطه است. خرده مقیاس حل مشکل دارای ۱۷ ماده می‌باشد. این عامل شیوه و فرایند حل مشکل را بر اساس مدل ۵ مرحله‌ای حل مشکل اندازه‌گیری می‌کند، و خرده مقیاس بهبود رابطه دارای ۱۳ ماده می‌باشد. این عامل شیوه ارتباط و تعامل زوجینی را که لازمه حل مشکل مؤثر است نشان می‌دهد. در مجموع نمره بالا در این مقیاس نشان‌دهنده مهارت و توانایی زوجین در حل مؤثر مشکل و نمره کم در مقیاس نشانگر فقدان و ضعف توانایی و مهارت زوجین در حل مشکل خانوادگی است.

بررسی همبستگی درونی نمرات کل مقیاس و مقیاس‌های فرعی نشان داد که میزان همبستگی بین کل مقیاس با عامل رابطه و حل مشکل به‌طور یکسان  $0/95$  و همبستگی بین عامل رابطه با عامل حل مشکل به میزان  $0/81$  می‌باشد. تمامی ضرایب در سطح  $p < 0/001$  معنی دار هستند. جکمن کرام، دابسون و مارتین<sup>۶</sup> (به نقل از احمدی، فتحی آشتیانی و اعتمادی، ۱۳۸۶) برای سنجش پایایی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ استفاده کردند. این ضریب برای کل مقیاس  $0/91$ ، عامل ارتباط  $0/78$  و عامل حل مشکل  $0/83$  بود. ضریب تمیز

- 
- 1- Forgatch
  - 2- Diarme
  - 3- Thomas
  - 4- Champion & Power
  - 5- Berger & Hannah
  - 6- Jackman-Cram, Dobson, & Martin

مقیاس با استفاده از آزمون رضایت زناشویی (مقیاس رضایت زناشویی اتریج)، برای کل مقیاس ۰/۹۱ و برای عوامل رابطه و حل مشکل به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۳ بود. در پژوهش حاضر برای بررسی ضریب پایایی این مقیاس و خرده مقیاس‌های آن از روش آلفای کرونباخ استفاده شد، ضرایب به‌دست‌آمده در دامنه‌ی بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۲ است.

### جلسه‌های مداخله

پس از گزینش تصادفی آزمودنی‌ها و گماردن آن‌ها در گروه آزمایش و گروه کنترل، مداخله آزمایشی (آموزش هوش هیجانی بر اساس مدل توانایی مایر و همکاران، ۲۰۰۴) توسط محقق به مدت ۸ جلسه‌ی ۹۰ دقیقه‌ای و یکبار در هفته روی گروه آزمایش به شرح زیر انجام گرفت:

جلسه اول: آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، بیان ساختار کلی جلسات، تعریف و تبیین خودآگاهی و درک هیجانی و اجرای پیش‌آزمون.

جلسه دوم: بیان فواید خودآگاهی و درک هیجانی در خود و دیگران، ادراک هیجانی در خود.

جلسه سوم: ادراک هیجانی در دیگران، درک هیجان‌ها و تشخیص هیجانی در دیگران.

جلسه چهارم: تشخیص هیجانی (آموزش مهارت‌های همدلی)، آموزش مهارت‌های گوش دادن فعال و حل مسئله.

جلسه پنجم: تعریف خویشتن‌داری یا کنترل هیجان‌ها، آموزش مهارت‌های کنترل هیجان در خود و اجتناب از تعارض.

جلسه ششم: تعریف خود‌انگیزی و استفاده هیجانی، آموزش چگونگی ایجاد خود‌انگیزی در خود، چگونگی ایجاد خود‌انگیزی و استفاده هیجانی در دیگران.

جلسه هفتم: تعریف مهارت‌های اجتماعی، آموزش مهارت‌های اجتماعی، مدیریت هیجان‌های دیگران.

جلسه هشتم: جمع‌بندی و پاسخگویی به پرسش‌ها، اجرای پس‌آزمون، پیگیری بعد از ۲ ماه به عمل آمد.

### یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه



کنترل را در متغیر مهارت‌های حل مشکل خانواده (کل مقیاس) و دو بعد آن (بهبود رابطه و حل مشکل)، در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمره‌های آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه کنترل در متغیرهای پژوهش در مراحل پیش-آزمون، پس-آزمون و پیگیری

گروه	متغیرها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
گروه کنترل	مهارت‌های حل مشکل خانواده (کل مقیاس)	۸/۶۷	۱۲۲/۳۰	۶/۰۱	۱۲۱/۱۰	۵/۶۲	۱۲۱/۱۰
	بهبود رابطه	۴/۶۶	۵۰/۶۵	۳/۴۵	۵۰/۱۰	۳/۳۰	۵۰/۱۰
	حل مشکل	۸/۵۲	۷۱/۶۵	۳/۹۱	۷۱	۳/۷۷	۷۱
گروه آزمایش	مهارت‌های حل مشکل خانواده	۷/۵۵	۹۵/۲۰	۶/۷۸	۹۴/۷۰	۶/۹۵	۹۴/۷۰
	بهبود رابطه	۳/۶۹	۴۰/۲۰	۳/۱۲	۳۹/۹۵	۳/۲۸	۳۹/۹۵
	حل مشکل	۷/۵۷	۵۵/۰۰	۶/۵۴	۵۴/۷۵	۵/۳۶	۵۴/۷۵

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود. در گروه آزمایش میانگین و انحراف معیار نمره‌های مهارت‌های حل مشکل خانواده (کل مقیاس) در مرحله‌ی پیش‌آزمون ۹۵/۴۰ و ۸/۶۷، پس‌آزمون ۱۲۲/۳۰ و ۶/۰۱ و در پیگیری ۱۲۱/۱۰ و ۵/۶۲ است. این شاخص‌های آماری برای بهبود رابطه در مراحل پیش‌آزمون ۳۹/۸۰ و ۴/۶۶، پس‌آزمون ۵۰/۶۵ و ۳/۴۵ و پیگیری ۵۰/۱۰ و ۳/۳۰ می‌باشد. میانگین و انحراف معیار حل مشکل در مراحل پیش‌آزمون ۷۱/۶۵ و ۸/۵۲، پس‌آزمون ۷۱/۶۵ و ۳/۹۱ و پیگیری ۷۱ و ۳/۷۷ است. در گروه کنترل میانگین و انحراف معیار نمره‌های مهارت‌های حل مشکل خانواده در مراحل پیش‌آزمون ۹۴/۵۰ و ۷/۵۵، پس‌آزمون ۹۵/۲۰ و ۶/۷۸ و پیگیری ۹۴/۷۰ و ۶/۹۵، پس‌آزمون ۴۰/۲۰ و ۳/۶۹ و در پیگیری ۳۹/۹۵ و ۳/۲۸ و نیز در متغیر بهبود رابطه در مراحل پیش‌آزمون ۴۰/۱۰ و ۳/۶۹، پس‌آزمون ۴۰/۲۰ و ۳/۱۲ و در پیگیری ۳۹/۹۵ و ۳/۲۸ و نیز در متغیر حل مشکل در مراحل پیش‌آزمون ۵۴/۴۰ و ۷/۵۷، پس‌آزمون ۵۵/۰۰ و ۶/۵۴ و پیگیری برابر با ۵۴/۷۵ و ۵/۳۶ است.

برای بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد. نتایج این آزمون در جدول ۲ نشان داده شده است

جدول ۲. نتایج آزمون همگنی واریانس‌ها (لوین) بین متغیرهای وابسته پژوهش در گروه آزمایش و گروه کنترل

اثر	متغیر وابسته	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	F	سطح معنی داری
گروه	مهارت‌های حل مشکل خانواده	۱	۳۸	۱/۶۸	۰/۲۶
	بهبود رابطه	۱	۳۸	۱/۸۳	۰/۱۶
	حل مشکل	۱	۳۸	۱/۱۸	۰/۳۲

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود آزمون لوین در متغیرهای مهارت‌های حل مشکل خانواده، بهبود رابطه و حل مشکل غیر معنی دار می‌باشند. در نتیجه فرض همگنی واریانس‌ها تأیید می‌شود.

در جدول ۳ نتایج حاصل از بررسی همگنی شیب رگرسیون متغیرهای بهبود رابطه و حل مشکل دو گروه، به منظور بررسی پیش فرض ضروری برای تحلیل مانکوا، نشان داده شده است. جدول ۳ نتایج حاصل از همگنی شیب رگرسیون بین بهبود رابطه و حل مشکل را در دو گروه نشان می‌دهد.

جدول ۳: نتایج آزمون همگنی شیب رگرسیون بین متغیرهای وابسته پژوهش در گروه آزمایش و گروه کنترل

پس آزمون‌ها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
بهبود رابطه	۱۰۲/۳۸	۲	۵۱/۱۹	۷/۹	۰/۰۰۲
حل مشکل	۲۷۷/۸۳	۲	۱۳۸/۹۱	۱۶/۵۵	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود تعامل بین متغیرهای کمکی (پیش‌آزمون‌ها) و وابسته (پس‌آزمون‌ها) در سطوح عامل (گروه‌های آزمایش و گروه کنترل) معنی دار است. بنابراین فرض همگنی شیب رگرسیون برای دو متغیر بهبود رابطه و حل مشکل رعایت نشده

است. با توجه به این نکته که فرض همگنی شیب رگرسیون رعایت نشده است. برای تحلیل نمره کل مهارت‌های حل مشکل خانواده از آنوا و برای تحلیل دو خرده مقیاس مهارت‌های حل مشکل خانواده (بهبود رابطه و حل مشکل) از آزمون مانوا استفاده شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس یک متغیری بر روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون - پیش‌آزمون و پیگیری - پیش‌آزمون مهارت‌های حل مشکل خانواده گروه آزمایش و گروه کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس یک متغیری بر روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون - پیش‌آزمون و پیگیری - پیش‌آزمون مهارت‌های حل مشکل خانواده دو گروه

متغیر	مرحله	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
مهارت‌های حل مشکل خانواده	پس‌آزمون	۶۸۶۴/۴۰	۱	۶۸۶۴/۴۰	۸۱/۶۶	$p \leq 0/001$
	پیگیری	۶۵۰۲/۵	۱	۶۵۰۲/۵	۷۶/۰۹	$p \leq 0/001$

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بین آزمودنی‌های گروه آزمایش که آموزش هوش هیجانی را دریافت نموده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه درمانی دریافت نکرده‌اند، در مرحله پس‌آزمون از نظر مهارت‌های حل مشکل خانواده تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $F = 81/66$  و  $p \leq 0/001$ ). به‌علاوه مندرجات جدول ۴ نشان می‌دهد که در مرحله پیگیری هم بین دو گروه از لحاظ مهارت‌های حل مشکل خانواده تفاوت وجود دارد ( $F = 76/09$  و  $p \leq 0/001$ ).

جدول ۵ نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون - پیش‌آزمون و پیگیری - پیش‌آزمون دو بعد مهارت‌های حل مشکل خانواده (بهبود رابطه و حل مشکل) در گروه آزمایش و گروه کنترل را نشان می‌دهد.

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، سطوح معنی‌داری آزمون لامبدای ویلکز بیانگر آن است که گروه‌ها حداقل در یکی از دو متغیر وابسته در مرحله پس‌آزمون و پیگیری باهم تفاوت معنی‌داری دارند. برای پی بردن به این نکته که از لحاظ کدام متغیر بین دو گروه تفاوت وجود دارد، دو تحلیل واریانس تک متغیری در متن مانوا روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون و پیگیری انجام گرفت که نتایج حاصل در جدول ۶ درج شده است.

جدول ۵. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون - پیش‌آزمون و پیگیری - پیش‌آزمون بهبود رابطه و حل مشکل دو گروه

مرحله	متغیر	نام آزمون	مقدار	F	فرضیه df	خطا df	سطح معنی‌داری
پس‌آزمون	بهبود رابطه حل مشکل	آزمون لامبدای ویلکز	۰/۳۱۴	۴۰/۸۶	۲	۳۷	$p \leq 0/001$
پیگیری	بهبود رابطه حل مشکل	آزمون لامبدای ویلکز	۰/۳۳۰	۳۷/۴۹	۲	۳۷	$p \leq 0/001$

جدول ۶. نتایج تحلیل واریانس تک متغیری در متن مانوا روی نمره‌های تفاضل پس‌آزمون - پیش‌آزمون و پیگیری - پیش‌آزمون بهبود رابطه و حل مشکل دو گروه

مرحله	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
پس‌آزمون	بهبود رابطه	۱۱۵۵/۶۲	۱	۱۱۵۵/۶۲	۷۰/۷۸	$p \leq 0/001$
	حل مشکل	۲۳۸۷/۰۲	۱	۲۳۸۷/۰۲	۶۵/۴۵	$p \leq 0/001$
پیگیری	بهبود رابطه	۱۰۹۲/۰۲	۱	۱۰۹۲/۰۲	۶۳/۷۶	$p \leq 0/001$
	حل مشکل	۲۲۶۵/۰۲	۱	۲۲۶۵/۰۲	۶۱/۴۲	$p \leq 0/001$

همان‌گونه که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون از نظر بهبود رابطه تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $F=70/78$  و  $p \leq 0/001$ ). هم‌چنین بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه کنترل از نظر حل مشکل تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $F=65/45$  و  $p \leq 0/001$ ). به‌علاوه، مندرجات جدول ۶ نشان می‌دهد بین دو گروه، در مرحله پیگیری از نظر بهبود رابطه ( $F=63/76$ ) و حل مشکل ( $F=61/42$ ) در سطح  $p \leq 0/001$  تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر تعیین تأثیر آموزش هوش هیجانی بر مهارت‌های حل مشکل خانواده در دانشجویان متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز بود. با توجه به پیشرفت روزافزون دانش و فناوری، شناخت همه‌جانبه توانمندی‌های روان‌شناختی، اهمیتی ویژه یافته است. در

این میان عواملی که در موفقیت فردی در ابعاد تحصیلی، شغلی، زناشویی و ... دخیل هستند، بیش از پیش مورد توجه و مطالعه قرار گرفته‌اند. نکته شایان ذکر این است که برخلاف باور قدیمی و رایج بین عموم مردم هوش بهر (IQ) به تنهایی در موفقیت افراد در ابعاد ذکر شده نقش چندانی ایفا نمی‌کند. مشاهدات و مطالعات حاکی از آن است بسیاری از افرادی که دارای هوش بهر بالاتر از متوسط هستند در عمل توفیق چندانی در تحصیل، اشتغال و مسائل زناشویی و زندگی خانوادگی ندارند. این موضوع منجر به مطرح شدن این پرسش شده که چه عوامل مؤثر دیگری در کنار هوش بهر تعیین کننده هستند، گلمن (۱۹۹۵، ترجمه پارسا، ۱۳۸۲) هوش هیجانی را مطرح می‌کنند، که به عنوان یکی از عوامل بسیار مؤثر در موفقیت فردی شناخته شده است. هوش هیجانی یعنی توانایی مهار تمایلات عاطفی و هیجانی خود، درک خصوصی‌ترین احساسات دیگران، رفتار آرام و سنجیده در روابط انسانی. فردی که از هوش هیجانی بالایی برخوردار است، به دلیل مدیریت هیجان‌های خود و دیگران در روابط بین فردی موفق‌تر است و در نتیجه از توانایی بهتر حل مسائل و مشکلات برخوردار است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین آزمودنی‌های گروه آزمایش که آموزش هوش هیجانی را دریافت نموده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرده‌اند از نظر مهارت‌های حل مشکل خانواده و دو بعد آن (بهبود رابطه و حل مشکل) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر، آموزش هوش هیجانی موجب افزایش مهارت‌های حل مشکل خانواده، بهبود رابطه و حل مشکل در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. نتایج حاصل از این فرضیه با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط یالین، توفیک، اذسلیک و ایگد<sup>۱</sup> (۲۰۰۹)، ابرین<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۸)، آدینگتن، مک کلرلی و مونرو<sup>۳</sup> (۲۰۰۸)، اکین<sup>۴</sup> و همکاران همکاران (۲۰۰۴)، میگان و برگ<sup>۵</sup> (۲۰۰۲) و اسدپور (۱۳۸۶) مطابقت دارد.

در تبیین این یافته می‌توان اظهار کرد، وقتی هوش هیجانی همسران در رابطه‌ی زناشویی افزایش یابد، آن‌ها این توانایی را خواهند یافت که شیوه ارتباط و تعامل را که لازمه حل مشکل

- 
- 1- Yalcin, Tevfik, Ozcelik & Igde
  - 2- O'Brien
  - 3- Addington, McCleary, & Munroe
  - 4- Eakin
  - 5- Meegan & Berg

مؤثر در جریان ارتباطشان است یاد بگیرند. در جریان هر رابطه‌ای و به‌ویژه روابط صمیمانه وقوع آسیب بین افراد اجتناب‌ناپذیر است. مسئله مهم در این‌جا نحوه برخورد همسران برای حل مشکلات و آسیب‌ها است. اگر همسران توانایی درک و فهم هیجان‌های طرف مقابل را داشته باشند و بتوانند ارتباط اجتماعی صحیحی را برقرار سازند؛ در ادامه می‌توانند شیوه‌ای مناسب برای حل مشکلات خود برگزینند. مدیریت هیجانی شامل چگونگی درک فرد از پیشرفت‌های هیجانی در روابطش با دیگران می‌باشد. این روابط می‌تواند غیر قابل پیش‌بینی باشد. مدیریت هیجانی به فرد اجازه می‌دهد تا بهترین راهبرد را انتخاب کند و در آن گام نهد (مایر و سالووی، ۱۹۹۷). در تبیین اثر مثبت آموزش هوش هیجانی بر بهبود حل مشکل بین همسران می‌توان اظهار کرد، وقتی هوش هیجانی همسران در رابطه‌ی زناشویی افزایش یابد، آن‌ها خواهند توانست شیوه و راهبردی صحیح برای حل مشکل خود پیدا کنند. برای هر مشکلی که در جریان رابطه‌ی زناشویی رخ می‌دهد راه‌حل‌های بسیاری وجود دارد و همسران باید بدانند که در چنین موقعیتی نباید ناامید شده و احساس ضعف کنند، بلکه باید با مدیریت صحیح رفتار خود و شناخت نسبت به همه‌ی جنبه‌های مشکل، بهترین راهبرد را انتخاب کرده و برای تداوم ارتباط زناشویی‌شان برنامه‌ریزی کنند. به‌علاوه، افراد دارای هوش هیجانی بالا بیشتر مسئله‌مدار هستند. هوش هیجانی خود تنظیم‌گری موفق را جهت دستیابی به نتایج دلخواه تسهیل می‌کند (ساکلوفسک، آستین، گالووی و دیویدسن، ۲۰۰۷).

مطابق با نظر انگل برگ و سوبری<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) توانایی‌های هوش هیجانی برای تعامل و تداوم روابط اجتماعی و پیشگیری از احساس تنهایی و تنش، بسیار ضروری و اساسی است. در تبیین اثر مثبت آموزش هوش هیجانی بر بهبود رابطه می‌توان اظهار کرد، وقتی هوش هیجانی همسران در رابطه‌ی زناشویی افزایش یابد، روابط آن‌ها دوستانه، صمیمانه و همدلانه خواهد شد و می‌توانند هیجان‌های شریکشان را بهتر درک کرده و احساس نزدیکی بیشتری نمایند. این وضعیت می‌تواند نقش مهمی در چگونگی احساس یکی بودن همسران ایفا کند و با احساس یکی بودن بتوانند نحوه‌ی رویارویی با مسائل و مشکلات روزمره و موقعیت‌های فشارزای زندگی را بیابند.

<sup>۱</sup> - Saklofske, Austin, Galloway, & Davidson  
<sup>۲</sup> - Engelberg, & Sobery

مطابق نظر بار- آن<sup>۱</sup> (۲۰۰۱) هوش هیجانی نقشی اساسی و مرکزی در ارتباطات افراد با یکدیگر و سازگاری در حوزه‌های مختلف، همچون روابط زناشویی، مسائل حرفه‌ای، تحصیلی، شغلی و دیگر موقعیت‌ها دارد. الگوی چهار بعدی هوش هیجانی نشان می‌دهد که هوش هیجانی حاصل توانایی مرتبط به هم می‌باشند: (۱) ادراک هیجان خود و دیگران، (۲) استفاده از هیجان برای تسهیل تصمیم‌گیری، (۳) فهم هیجان و (۴) تنظیم خود و دیگران (به نقل از محمدی، ۱۳۹۰). بر اساس الگوی ترکیبی بارون<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، به نقل از گریون و همکاران، (۲۰۰۸) هوش هیجانی از خودآگاهی عاطفی، خصوصیات و مهارت‌های گوناگون تشکیل شده که باعث کاربرد مؤثر تنظیم عواطف، مانند روابط بین فردی مناسب و حل مسئله و تحمل استرس می‌شود. در تبیین یافته مربوط به حل مشکل می‌توان گفت از آنجا که ایجاد و تقویت توانایی‌های هوش هیجانی لازمه یک زندگی موفق، کارآمد و زمینه‌ساز رشد و بهروزی در سرتاسر عمر است، بنابراین می‌توان با استفاده از آن در حوزه‌های مختلف میان فردی و درون فردی به پیشرفت‌های چشمگیر و پایداری دست یافت.

در نهایت، در تبیین احتمالی این یافته می‌توان به این نکات اشاره کرد: (۱) سطح بالای هوش هیجانی افراد را آماده می‌کند به طریقی فکر و عمل کنند که به تجارب عاطفی مثبت منتهی و مانع تجارب عاطفی منفی شود، (۲) هوش هیجانی شامل همدلی و کفایت در مدیریت عواطف خود و دیگران است و افراد باهوش هیجانی بالا راحت‌تر می‌توانند عواطف دلخواه را در دیگران ایجاد کنند و این نکته در بهبود رابطه نقش مهمی دارد. به علاوه، پژوهش‌ها نشان می‌دهد افرادی که از هوش هیجانی بالایی برخوردارند، افرادی با انگیزه، مهربان و صمیمی بوده و مرکز توجه در یک جمع هستند. هوش هیجانی به فرد کمک می‌کند تا ارتباطات فردی موفق‌تری داشته باشد، بداند در کجا چگونه صحبت کند، چگونه احساساتش را مدیریت کند.

به دلیل این که اعضای نمونه از بین داوطلبانی که ثبت نام کرده‌اند انتخاب شده‌اند، به همین دلیل تعمیم نتایج باید با احتیاط صورت گیرد.

با توجه به کارآمدی آموزش هوش هیجانی در بهبود حل مشکل زوجین به سیاست‌گذاران و مسئولین محترم وزارت علوم، تحقیقات و فن‌آوری پیشنهاد می‌شود تا

1- Bar-on  
2- Barown

برنامه‌های آموزشی، در راستای هوش هیجانی به صورت واحدهای درسی به دانشجویان ارائه شود. به علت عدم دسترسی همگان به خدمات مشاوره‌ای، پیشنهاد می‌شود از افراد متخصص در امر خانواده برای آشنا کردن مردم در زمینه اهمیت و ترغیب آن‌ها برای آموزش مهارت‌های ارتباطی از رسانه‌های گروهی، به خصوص تلویزیون به عنوان پرمخاطب‌ترین رسانه استفاده شود. به علاوه، توصیه می‌شود در زمینه حل مشکل پژوهش‌های جداگانه در زنان و مردان انجام شود.

## منابع

### فارسی

- احمدی، خدابخش (۱۳۸۲). بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی.
- احمدی، خدابخش، فتحی آشتیانی، علی و اعتمادی، احمد (۱۳۸۶). بررسی تأثیر روش مداخله‌ای حل مشکل خانوادگی بر کاهش ناسازگاری زوجین. فصلنامه تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، سال پنجم، شماره ۱۷، ص ۴۰۳-۸۹۳.
- اسدپور، اسماعیل (۱۳۸۶). اثر بخشی آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی بر رضایت زناشویی و رابطه ساختاری آن‌ها در دانشجویان دانشگاه تربیت معلم تهران ۱۳۸۵. تهران: مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان.
- بشارت، محمدعلی، حاجی آقازاده، ماریا و قربانی، نیما (۱۳۸۶). تحلیل رابطه‌ی هوش هیجانی، مکانیسم‌های دفاعی و هوش عمومی. روان‌شناسی معاصر، دوره دوم، شماره ۳، ۵۹-۴۹.



- حسین‌زاده، علی (۱۳۸۷). راه‌های سازگاری همسران سازگار. قم: مرکز نشر مؤسسه‌ی آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
- خسرو جاوید، مهناز و رفیعی‌نیا، پروین (۱۳۸۳). رابطه‌ی بین هوش هیجانی و سازگاری زناشویی. مجموعه‌ی چکیده مقالات نخستین کنگره‌ی سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی، ص ۷۴.
- سپهریان، فیروزه (۱۳۸۶). هوش هیجانی (از IQ تا EQ و SQ). ارومیه: انتشارات جهاد دانشگاهی واحد آذربایجان غربی.
- گلمن، دانیل (۱۹۹۵). هوش هیجانی. ترجمه نسرين پارسا (۱۳۸۲). تهران: انتشارات رشد.
- محمدی، شهناز (۱۳۹۰). ارتباط بین هوش هیجانی و سلامت سازمانی مدیران مدارس. مجله دست آوردهای روان‌شناختی، دوره چهارم، سال ۱۸-۳، شماره ۲، ۲۶۰-۲۴۷.
- مکتبی، غلامحسین (۱۳۸۷). تأثیر آموزش هوش هیجانی بر اضطراب اجتماعی، سازگاری اجتماعی و هوش هیجانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شهید چمران اهواز. پایان نامه دکتری روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- مکتبی، غلامحسین، داودی، کبری و کردزنگنه، رقیه (۱۳۸۵). بررسی رابطه ساده و چندگانه بین هوش هیجانی و تعارضات زناشویی با رضایت زناشویی. دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی.

#### لاتین

- Addington, L., McCleary, H., & Munroe, B. (2008). Relationship and emotional intelligence on problem families parents with schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 34, (9), 59-66.
- Antonakis, J., Ashkanasy, N., & Dasborough, M. (2008). Does leadership need emotional intelligence. [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com).
- Bar-on, R. (2001). *Emotional intelligence and self-actualization*. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas & J. D. Mayer (Eds), *Emotional intelligence in everyday life*: Taylor & Francis.
- Belzer, D., Dzurilla, J., & Maydeu- Olivares, A. (2002). Social problem solving and trait anxiety as predictors of worry in a college student population. *Personality and Individual Differences*, 33, 573-585.

- Chang, E. C., Sanna, L. J., Riley, M., Thornburg, A. M., Zumber, M., & Edwards, M. C. (2007). Relations between problem solving styles and psychological adjustment in young adults: Is stress a mediating variable? *Personality and Individual Differences, 42*, 135-144.
- Chinaveh, M. (2010). Training problem- solving to enhance quality of life: Implication towards diverse learners. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 7*, 302-310.
- Dennis, A., Astell, A., & Dritschel, B. (2011). The effects of imagery on problem- solving ability and autobiographical memory. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 1-8*.
- Eakin, L., Minde, K., Hechtman, L., Ochs, I., Krane, E., Bouffard, R., Greenfield, B., & Looper, K. (2004). Emotional intelligence training on marital adjustment and family functioning of adults with ADHD and their spouses. *Journal of Attention Disorders, 6*, 1-10.
- Engelberg, E., & Sobery, L. (2004). Emotional intelligence, affect intensity, and social adjustment. *Personality and Individual Differences, 37*, 533-542.
- Fisher, B. (2009). Relationship between social problem- solving skill, quality of life, and family adjustment in caregivers of children with developmental disability. *Philadelphial College of Osteopathic Medicine, Psychology Dissertations, 1-188*.
- Fitness, J. (2001). Emotional intelligence and intimate relationship. In: J. Ciarrochi, J. P. Forgas & J. D. Mayer (editors). *Emotional intelligence in every day life. Philadelphia: Taylor & Francis, 98-112*.
- Greven, C., Chamorro-Premuzic, T., Arteché, A., & Furnham, A. (2008). A hierarchical integration of dispositional determinants of general health in students: The Big Five, trait Emotional Intelligence and humour style. *Personality and Individual Differences, 44*, 1562-1573.
- Hansenne, M., & Bianchi, J. (2008). Emotional inelligence and personality in major. *www.sciencedirect.com*.
- Kirkley, J. (2003). Principles for teaching problem solving. Indiana University, Plato, 1-14.
- Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality & Individual Differences, 35*, 641-658.

- Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of Social relationships. *Personality & Individual Differences, 35*, 641-658.
- Markman, H. J. (2002). Preventing marital distress through communication and conflict management training. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 61*, 70-77.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educator* (3-31). New York: Basic.
- Mayer, Y. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). A further consideration of issues of emotional intelligence. *Psychological Inquiry, 15*, 249-255.
- Meegan, S. P., & Berg, C. B. (2002). Contexts, functions, emotional intelligence, and processes of collaborative every day problem solving family in older marriage. *International Journal of Behavioral Development, 26* (1), 6-15.
- Mehrabian, A. (2000). Beyond IQ: Broad-based measurement of individual success potential or emotional intelligence. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 126*, 133-239.
- Nelson, D., Low, G., & Vela, R. (2003). ESAD emotional skills assessment process: Interpretation and intervention guide. *Texas A & M University-Kingsville, Kings Ville, Texas*.
- O'Brien, M. P., Jamie, L., Zinberg, L. H., Alexandra, R., Alex Kopelowicz, Melita Daley, Carrie E. Bearden and Tyrone D. Cannon. (2008). The effects of an emotional intelligence program on the quality of life and family problem solving of patients with type 2 diabetes mellitus. *British Journal of Social and Clinical Psychology, 7*, 198-205.
- Quibman, A. J., & Rozell, E. J. (2002). Emotional Intelligence and dispositional affectivity as moderators of work place aggression. The impact on behavior choice. *Human Resouce Management Review, 12*, 125-143.
- Saklofske, D. H., Austin, E. J., Galloway, J., & Davidson, K. (2007). Individual difference correlates of health-related behaviours: preliminary evidence for links between emotional intelligence and coping. *Personality and Individual Differences, 42*, 491-502.
- Shutte, N. C., Malnuff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences, 42*, 921-933.

- Ulusory, Y., Turan, H., Tanriverdi, B., & Kolayis, H. (2012). Comparison of perceived problem solving skills of trainee students graduated from different. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 46, 2099-2103.
- Yalcin, B. M., Tevfik, T. F., Ozcelik, M., & Igde, F. A. (2009). Relationship of emotional intelligence and improve the quality of marital communication and relationship problems with couples. *Journal of the Counseling Psychologist*, 17 (2), 344-428.

