

شادکامی، سازگاری اجتماعی و هوش هیجانی در دانشجویان

محمد ابراهیم مداحی^{۱*}، لیلی مداح^۲، مرضیه محمدی نسب^۳

^۱ عضو هیئت علمی دانشگاه شاهد : memadahi@yahoo.com

^۲ دانشجوی کارشناسی ارشد بالینی دانشگاه علوم تحقیقات

^۳ دانشجوی کارشناسی بالینی دانشگاه شاهد

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ی سازگاری اجتماعی و شادکامی با مؤلفه ی هوش هیجانی است. شناخت این مؤلفه ها و تأثیر آنها بر یکدیگر می تواند تصویرگرایی ارائه دهنده و زمینه مناسبی را جهت برنامه ریزان بهداشت روانی فراهم آورد. جامعه آماری در این پژوهش عبارتند از کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشکده علوم انسانی دانشگاه شاهد که از این میان به صورت تصادفی نمونه ای ۱۰۰ نفری انتخاب شده است. ابزار پژوهش جهت بررسی شادکامی پرسشنامه ی شادکامی آکسفورد بوده که اعتبار آن در ایران ۹۳٪ گزارش شده است. برای بررسی هوش هیجانی از پرسشنامه ی هوش هیجانی شیبر یا شرینگ استفاده شده و برای تعیین میزان سازگاری اجتماعی از تست شخصیت کالیفرنیا سازگاری اجتماعی استفاده شده است و برای بررسی رابطه ی بین سه مؤلفه ی سازگاری اجتماعی، شادکامی و هوش هیجانی ضریب همبستگی و آزمون χ^2 به کار گرفته شده است. نتایج نشان می دهد بین سازگاری اجتماعی و هوش هیجانی رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0.05$). همچنین بین سازگاری اجتماعی و شادکامی رابطه ی معناداری وجود دارد ($p < 0.05$) و اینکه دختران و پسران تفاوت معناداری به لحاظ میزان سازگاری اجتماعی نشان دادند که به نظر می رسد این سازگاری در دختران بیشتر از پسران است. کلید واژه: سازگاری اجتماعی؛ شادکامی؛ هوش هیجانی؛ بهداشت روانی

روزی ۳۰۴ آزمودنی متوجه شدند که هوش هیجانی می تواند افراد را از اسامی محافظت کند و منجر به سازگاری و تطابق بهتر در آنها شود. در این پژوهش از ی دیگری به بررسی مقوله هوش هیجانی (EQ) می پردازیم و در این راستا آن را با سازگاری اجتماعی و شادکامی مورد بررسی قرار خواهیم داد.

روشن

شرکت کنندگان و طرح پژوهش

این تحقیق که با هدف بررسی ارتباط بین سازگاری اجتماعی، شادکامی، هوش هیجانی انجام شده، در گروه طرح های همبستگی قرار دارد. جامعه آماری دانشجویان دختر و پسر دانشکده ی ادبیات دانشگاه شاهد می باشد. نمونه در پژوهش حاضر با توجه به ماهیت پژوهش و رعایت کفایت N در همبستگی ۱۰۰ نفر بوده است که این ۱۰۰ نفر براساس روش تصادفی ساده انتخاب شده و ۵۰ نفر را پسران و ۵۰ نفر دیگر را دختران تشکیل می دهند. شیوه اجرا

در انجام این تحقیق سه نوع پرسشنامه به صورت همزمان ارائه گردید. پرسشنامه ی شادکامی آکسفورد این پرسشنامه شامل ۳۹ سوال است که طیف ۴گزینه ای به آن پاسخ داده می شود و نمرات برحسب پاسخ آزمودنی (۳ تا ۰) محاسبه می شود. جوزف و لویس (۱۹۹۸) دریافتند که این پرسشنامه همبستگی معادل ۷۵٪ با پرسشنامه ی افسردگی یک دارد. اعتبار این پرسشنامه برابر ۹٪ است.

تست شخصیت کالیفرنیا برای سازگاری اجتماعی: برای تعیین مؤلفه سازگاری اجتماعی از این تست استفاده شده که دارای دو قطب سازگاری شخصی و اجتماعی است. که هر کدام ۹۰ سوال دارد و نمرات بر مبنای نمرات فردی که هر یک دارای ۱۵ سوال است. ضریب اعتبار آزمون برای مقیاس های اجتماعی در دامنه ۰/۶ تا ۰/۸۷۷ و برای کل آزمون در محدوده ۰/۹۱۸ تا ۰/۹۳۳ قرار دارد که با توجه به تعداد کم سوالات مقادیر آن رضایت بخش است.

هوش هیجانی شیبر یا شرینگ: فرم اصلی آن دارای ۷۰ سوال می باشد که دو قسمت تشکیل شده است. قسمت اول دارای ۴۰ سوال و قسمت دوم ۳۰ سوال است. در قسمت اول هر سوال حاکی از یک موقعیت در زندگی است که آزمودنی باید خود را در آن قرار دهد و گزینه ای را که با حالات روحی مصداق بیشتری دارد برگزیند. در این قسمت سوالات مربوط به ابعاد هیجانی می شود که عبارت است از: ۱- خود آگاهی، ۲- خود کنترلی، ۳- همدلی، ۴- مهارتهای اجتماعی، ۵- خود انگیزی. هر آزمودنی ۶ نمره جدا

سازگاری و هماهنگ شدن با خود و محیط پیرامون خود برای هر موجود زنده یک ضرورت حیاتی است. زندگی روزمره ی آدمیان عموماً بر محور همین سازگاری نور می زند. هر انسانی نیازهای هشیارانه و ناهشیارانه دارد و می کوشد آنها را برطرف سازد. سازگاری اجتماعی بر این ضرورت متکی است که این نیازها باید با منابع گروهی که در آن زندگی می کند هماهنگ و متعادل باشد.

در عین حال شادکامی نیز بخش مهمی از کیفیت زندگی به شمار می رود و بالاتر از ثروت و یا فعالیت جنسی به حساب می آید. تحقیقات زیادی در زمینه تشخیص صفات افراد شادکام صورت گرفته که برخی صفاتی از قبیل خوش بینی، برونگرایی، روابط اجتماعی، عزت نفس و خود کنترلی را برای افراد شاد تشخیص داده اند. باید گفته شود که شادمانی و سرزندگی هم به عنوان یکی از مهمترین نیازهای بشر به دلیل تأثیرات عمده ای که در شکل گیری شخصیت آدمی دارد همیشه ذهن انسان را به خود مشغول کرده است.

هوش هیجانی هم شکلی از هوش اجتماعی است که توانایی ترک و فهم و تنظیم و مهار هیجانات در خود و دیگران را شامل می شود، و در پیش بینی مهارت فرد برای موفقیت در زندگی اهمیت دارد. هوش هیجانی شامل خود آگاهی، کنترل تکانشگری، پایداری، انگیزش، همدلی و مهارتهای اجتماعی است که اینها مشخصه ی افرادی است که در زندگی واقعی موفقند و زندگی زناشویی پربراری دارند. سیاروی و همکارانش رابطه بین هوش هیجانی، هوش، خصایص شخصیت و رضایت از زندگی را مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان داد که بین هوش هیجانی و شخصیت همبستگی مثبت وجود دارد. همچنین در خصوص رابطه هوش هیجانی و رضایت از زندگی دریافتند که دارای همبستگی بالایی با یکدیگر می باشند. اما همبستگی معناداری بین هوش هیجانی و بهره هوشی به دست نیاموردند. بشارت (۱۳۸۴) پژوهشی تحت عنوان بررسی تأثیر هوش هیجانی بر کیفیت روابط اجتماعی را در یک نمونه دانشجویی انجام داد. یافته ها نشان داد که هوش هیجانی با زمینه های مختلف مشکلات بین شخصی دانش جوین همچون قابلیت، مردم آمیزی، صمیمیت و مسئولیت پذیری همبستگی منفی دارد. در بررسی نقش مشکلات سازگاری با مسائل روزمره که در رابطه با هوش هیجانی با استفاده از مدل سازی معادلات ساختاری که توسط مهرا ن فرهادی و کیوان کالیفرنیا صورت گرفت یافته ها نشان داد که تأثیر مؤلفه های هوش هیجانی بر مشکلات سازگاری با مسائل روزمره معنادار بود. (استریم و لاسن، ۲۰۰۵).

سالووی پینل، دنویلر، سومار (۱۹۹۹) بیان کردند که افراد باهوش هیجانی مواجه موفق تری دارند چرا که آنها بافت حالات هیجانشان را ترک و ابراز می کنند و می توانند به گونه ای کارآمد حالات خلقی خود را تنظیم کنند. جزوف سیاروی، فرانک ی، دنیز و استون لارسون (۲۰۰۵) در طی تحقیقی که در مورد هوش هیجانی و رابطه آن با استرس و سلامت روانی انجام دادند در طی بررسی خود بر