MEJDS. 2017; 7.
Published online 2017 Aug. **Research Article**

# Effect of Emotional Intelligence Training on Aggression and Social Adjustment on Students with Behavioral and Emotional Disorders

*Reza Pasha[1], Farzaneh Golshekoh[2]

Author Address
1. Department of psychology, Ahvaz branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran;
2. Department of psychology, Andimeshk branch, Islamic Azad University, Andimeshk, Iran.
***Corresponding Author Address**: Islamic Azad University Ahvaz Branch.
***E-mail**: g.rpasha@yahoo.com

**Received:** 2016 October 25**; Accepted:** 2016 December 11.

**Abstract**

**Background & Objectives**: The purpose of this study was to investigate the effect of emotional intelligence training on maladaptive and aggressive students with emotional and behavioral disorders in Dezful- Iran. Previous studies suggest emotional intelligence and cognitive intelligence capability are not fixed and immutable. Rather, they can develop and change in the course of time. It has also been suggested that special training can boost emotional intelligence.

**Methods:** This study is pretest-posttest control group quasi experimental one. The population consisted of all male students between the ages of 11 to 14-year-old, who were admitted to the medical center SHAFA Dezful- Iran. Convenience sampling was used to recruit to 32 participants. The participants were assigned to the control group and the experimental group in equal numbers. The research instruments were Adjustment Inventory for high School Students (AISS) and Aggression Questionnaire (BPAQ) developed by Arnold H. Buss & Mark Perry (1992). The participants in the experimental group received training for 16 sessions with each session lasting for 90 minutes. Multivariate analysis of covariance (MANCOVA) and analysis of covariance (ANCOVA) were used to analyze the data.

**Results:** The results showed that emotional intelligence training leads to increases in adjustment ($P<0.001$) and reduces aggression in students with emotional and behavioral disorders ($p<0.003$).

**Conclusion**: Emotional intelligence training helps students with emotional disorders in terms of increased adaptability, reduced depression. It also enhances the quality of life and social interactions with family members. The findings of this study are consistent with research showing that emotional intelligence is an effective factor in determining the real-life situations such as success in school, success in business and personal relationships. Emotional intelligence and experience play an essential role in coping with stressful events, finding the desired objectives envisaged in the future, and coping with chronic stress.

**Keywords:** emotional intelligence, aggression, adjustment, emotional and behavioral disorders.

[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

Copyright © 2016, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۳۹۶؛ (۷).

انتشار برخط مردادماه ۱۳۹۶ مقاله پژوهشی اصیل

# تأثیر آموزش هوش هیجانی بر پرخاشگری و سازگاری اجتماعی، عاطفی دانش‌آموزان دارای اختلالات هیجانی و رفتاری

*رضا پاشا[۱]، فرزانه گل‌شکوه[۲]

توضیحات نویسندگان

۱. دانشیار گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران؛

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد اندیمشک، دانشگاه آزاد اسلامی، اندیمشک، ایران.

*آدرس نویسندهٔ مسئول: دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز گروه روان شناسی؛

*رایانامه: g.rpasha@yahoo.com

**تاریخ دریافت:** ۴ آبان ۱۳۹۵؛ **تاریخ پذیرش:** ۲۱ آذر ۱۳۹۵

**چکیده**

**زمینه و هدف:** هوش هیجانی مجموعه‌ای از قابلیت‌های غیرشناختی است که توانایی فرد را در سازگاری با مقتضیات محیطی و فشارهای حاصله افزایش می‌دهد، لذا هدف اصلی پژوهش حاضر، تأثیر آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و پرخاشگری دانش‌آموزان پسر با اختلالات هیجانی و رفتاری شهرستان دزفول بود.

**روش‌بررسی:** پژوهش از نوع شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعهٔ آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان پسر بین سنین ۱۱ تا ۱۴ ساله بود که به مرکز درمانی شفای دزفول مراجعه کرده بودند. از بین آن‌ها تعداد ۳۲ نفر (۱۶ نفر گروه کنترل و ۱۶ نفر گروه آزمایش) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های مقیاس سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی، و آزمون پرخاشگری استفاده شد. ابتدا از هر دو گروه پیش‌آزمون گرفته شد سپس گروه آزمایش به‌مدت ۱۶ جلسهٔ ۹۰دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری تحلیل کواریانس چندمتغیره و یک‌متغیره تجزیه‌وتحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش هوش هیجانی باعث افزایش سازگاری ($p$<۰/۰۰۱) و نیز کاهش پرخاشگری ($p$=۰/۰۰۳) در دانش‌آموزان دارای اختلالات هیجانی و رفتاری می‌شود.

**نتیجه‌گیری:** با استفاده از آموزش هوش هیجانی به دانش‌آموزانی که دارای اختلال هیجانی، رفتاری هستند می‌توان سازگاری آن‌ها را افزایش، پرخاشگری آن‌ها راکاهش داد و در نهایت موجب افزایش کیفیت زندگی آن‌ها در تعامل با خانواده و اجتماع شد. در واقع این پژوهش هماهنگ با پژوهش‌هایی است که نشان می‌دهد، هوش هیجانی عاملی تأثیرگذار و تعیین‌کننده در موقعیت‌های زندگی واقعی مانند موفقیت در مدرسه و تحصیل، موفقیت در شغل و روابط بین شخصی است.

**کلیدواژه‌ها:** هوش هیجانی، پرخاشگری، سازگاری اجتماعی_ عاطفی، اختلالات هیجانی و رفتاری.

**حق انتشار محفوظ است © ۱۳۹۵، مجله مطالعات ناتوانی.** این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار_ غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.



[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

## ۱ مقدمه

در قرن حاضر که فشارهای روانی بر زندگی انسان‌ها سایه افکنده است، توانایی مهار هیجان‌های ناگوار بر حفظ سلامت روان تأثیر به‌سزایی خواهد داشت. افرادی که در تنظیم هیجان‌های خود مهارت دارند، بهتر می‌توانند حالات هیجانی منفی را از طریق فعالیت‌های خوشایند جبران نمایند. مایر و سالوی[1] چنین مهارتی را هوش هیجانی نامیدند (۱). در گذشته، روان‌شناسان به‌منظور بررسی عوامل تأثیرگذار بر موفقیت افراد، بیشتر بر جنبه‌های شناختی همانند حافظه[2] و حل مسئله[3] تأکید می‌کردند؛ اما خیلی زود دریافتند که جنبه‌های غیرشناختی مانند عوامل عاطفی و اجتماعی نیز دارای اهمیت زیادی هستند. با مطرح‌شدن مفهوم هوش هیجانی[4] تحقیقات گسترده‌ای در این زمینه در رشته‌های مختلف به عمل آمد که آشکارا بر درهم‌تنیدگی هوش و هیجان تأکید می‌کردند (۲). بیش از دو دهه پژوهش در زمینهٔ تعامل بین شناخت و هیجان، بنیان‌های لازم را برای گسترش مفهوم هوش هیجانی فراهم ساخته است. از نظر سیاروچی و همکاران، هوش هیجانی عامل مؤثر و تعیین‌کننده در برآیندهای زندگی واقعی مانند موفقیت در مدرسه و تحصیل، موفقیت در شغل و روابط بین شخصی و به‌طورکلی در کنش‌وری سلامت است (۳). سازگاری عاطفی را هم می‌توان شامل سلامت روانی خوب، رضایت از زندگی شخصی و هماهنگی میان احساسات، فعالیت‌ها و افکار دانست. به‌عبارت‌دیگر، سازگاری عاطفی یعنی مکانیزم‌هایی که توسط آن‌ها، فرد ثبات عاطفی پیدا می‌کند و سازگاری اجتماعی شامل سازگاری فرد با محیط اجتماعی خود است که این سازگاری ممکن است با تغییر دادن خود یا محیط به دست آید (۴). چان در پژوهشی نشان داد که سازگاری موفقیت‌آمیز افراد بسته به عملکرد یکپارچهٔ توانش‌های هیجانی دارد. در واقع هوش هیجانی در پرورش سازگاری با تجارب و حوادث استرس‌زای وقوع‌یافته، پیش‌بینی اهداف مطلوب در آینده و نیز سازگاری با استرس‌های مزمن نقشی اساسی دارد (۵). لیو و همکاران نشان دادند دانش‌آموزان دارای هوش هیجانی بالا، افسردگی و نشانه‌های بدنی کمتری را بروز می‌دهند (۶). همچنین بستاین و همکاران دریافتند هوش هیجانی بالا با اضطرابِ کمتر، ارتباط دارد (۷). مطالعات شات و همکاران نیز نشان داد افراد دارای میزان هوش هیجانی بالا به‌لحاظ درک بهتر، فهم و مدیریت هیجان ممکن است بتوانند از حالت‌های ناسازگاری هیجانی خود نظیر اختلال‌های خلقی و اضطرابی پیشگیری کنند (۸). سایو در پژوهشی ارتباط هوش هیجانی را با مشکلات رفتاری نوجوانان مطالعه کرد و به این نتیجه رسید که هوش هیجانی پایین مشکلات رفتاری مثل افسردگی را در پی دارد و خودکنترلی بیشتر، منجر به کاهش اضطراب می‌شود (۹). براساس تحقیقات، آنیماساهون، لاورنس و جین گرگ و راستوجی، بورلی رابطهٔ معناداری بین هوش هیجانی و متغیرهای زیادی، از جمله پرخاشگری[5] و سازگاری[6] به دست آمده است (۱۰ـ ۱۳). یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی مدیریت هیجانات است و به نظر می‌رسد بتوان با آموزش آن به افراد، پرخاشگری را در آن‌ها کنترل نمود (۱۴).

باران در پژوهشی نشان داد هوش هیجانی، برخلاف هوش شناختی توانایی ثابت و تغییرناپذیری نیست، بلکه قابل رشد و تغییر است و می‌توان از طریق آموزش‌های ویژه میزان آن را افزایش داد و سطح کمّی و کیفی آن را بهبود بخشید (۱۵). هافی در پژوهشی تحت عنوان ارتباط بین هوش هیجانی و سازگاری روان‌شناختی در ۴۷ کودک مبتلا به سرطان با انجام داد. نتایج نشان داد بین هوش هیجانی و نمره‌های سازگاری روان‌شناختی رابطه وجود دارد (۱۶). هامپل و پیترمن طی مطالعه‌ای نشان دادند که دختران نوجوانی که از سازگاری عاطفی بیشتری برخوردارند، توانایی کنترل خشم و عصبانیت در آن‌ها بیشتر است و درواقع از مدیریت هیجانی مناسب‌تری برخوردار هستند (۱۷).

از آنجا که دورهٔ نوجوانی، دوره‌ای بسیار حساس و سرنوشت‌ساز است که در آن تغییرات عمدهٔ جسمی، روانی ـ اجتماعی با هیجانات شدید همراه است و بسیاری از دستگاه‌های عصبی و شناختی که هیجان را کنترل می‌کند در خلال این دوره به رشد می‌رسند؛ ارائهٔ آموزش‌هایی مبتنی‌بر تنظیم و کنترل هیجان‌ها ضروری است.

لذا هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش هوش هیجانی بر افزایش سازگاری و کاهش پرخاشگری نوجوانان پسر با اختلالات رفتاری و هیجانی بود.

## ۲ روش بررسی

روش پژوهش از نوع شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود و جامعهٔ آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر دارای اختلالات هیجانی، رفتاری مراجعه‌کننده به مرکز درمانی شفای دزفول بود. این دانش‌آموزان عمدتاً به دلیل رفتارهای پرخاشگرانه، درگیری‌های فیزیکی با سایر دانش‌آموزان و درگیری با معلمان و سایر رفتارهای پرخطر از طریق اولیای مدارس به این مرکز معرفی شده بودند. نمونهٔ پژوهش شامل ۳۲ نفر از دانش‌آموزان مذکور بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. سن آزمودنی‌ها بین ۱۱ تا ۱۴ سال بود و میانگین سنی آن‌ها ۱۳سال و ۲ ماه بود. رضایت والدین دانش‌آموزان در ابتدا کسب شد و آن‌ها تمایل زیادی جهت شرکت فرزندان‌شان در پژوهش نشان دادند و موجب همکاری آزمودنی‌ها تا پایان کار شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های پرخاشگری و پرسشنامهٔ سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی استفاده شد.

پرسشنامهٔ پرخاشگری[7] یک مقیاس خودگزارش‌دهی مداد کاغذی است. این پرسشنامه را آرنولد اچ باس و پری در سال ۱۹۹۲ ساخته است. این پرسشنامه دارای ۳۰ سؤال است که ۱۴ سؤال آن «خشم»،

[1]. Mayer & Salovey
[2]. memory
[3]. problem solving
[4]. emotional intelligence
[5]. Aggression
[6]. Adaptation
[7]. Aggressive questionnaire



[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]
[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

۸ سؤال «تهاجم» و ۸ سؤال دیگر عامل «کینه‌توزی» را می‌سنجد. در این پرسشنامه آزمودنی به یکی از ۴ گزینهٔ هرگز، به‌ندرت، گاهی اوقات و همیشه، پاسخ گفته و برای هر یک از ۴ گزینهٔ مذکور به‌ترتیب مقادیر ۰، ۱، ۲، ۳ در نظر گرفته می‌شود. به‌جز مادهٔ ۱۸ که بار عاملی منفی دارد و جهت نمره‌گذاری در آن معکوس است. نمرهٔ کل این پرسشنامه از ۰ تا ۹۰ و با جمع نمرات سؤال‌ها به دست می‌آید. افرادی که در این مقیاس نمره‌شان از میانگین کمتر است، پرخاشگری کمتر خواهند داشت و هرچه نمرهٔ فرد در این آزمون بیشتر باشد میزان پرخاشگری او بیشتر است.

ضرایب بازآزمایی به‌دست‌آمده بین نمره‌های آزمودنی در دو نوبت ۰/۶۴ و ۰/۷۹ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ بوده است. همچنین اعتبار این پرسشنامه برای کودکان ۱۰ساله توسط نجاریان در سال ۱۳۷۵ محاسبه و ۰/۸۵ گزارش شده است و توسط اللهیاری برای دورهٔ نوجوانی (۱۶ سالگی) در ایران هنجاریابی شده است (۱۸).

ـ پرسشنامهٔ سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی (AISS)[1] : در سال ۱۹۹۳ به‌وسیلهٔ سینها، سینگ تهیه و به‌وسیلهٔ کرمی ترجمه شد. هدف آن است که سطوح سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی (گروه سنی ۱۴ تا ۱۸ ساله) در سه حوزهٔ سازگاری (عاطفی، اجتماعی و آموزشی) سنجش شود. پرسشنامه شامل ۶۰ سؤال است که با پیش‌بینی پاسخ «بله» یا «خیر» تدوین شده است. ۲۰ سؤال مربوط به حوزهٔ عاطفی، ۲۰ سؤال مربوط به حوزهٔ اجتماعی و ۲۰ سؤال مربوط به حوزهٔ آموزشی است. نمرهٔ بالا نشان‌دهندهٔ ناسازگاری بالا و نمرهٔ پایین نشان دهندهٔ سازگاری بالاست. روایی این پرسشنامه از طریق تعیین هم‌بستگی با فرم موازی (پرسشنامهٔ شخصیتی کالیفرنیا) ۰/۷۳ گزارش شد. براساس گزارش کرمی، پایایی این پرسشنامه به‌روش دونیمه‌کردن برای سازگاری عاطفی ۰/۹۴ و برای سازگاری اجتماعی ۰/۹۳ بوده است (۱۹). لازم به ذکر است که دربارهٔ پرسشنامهٔ سازگاری دانش‌آموزان، هرچه نمرهٔ فرد بیشتر باشد، نشان‌دهندهٔ عدم سازگاری بیشتر است و هرچه نمرهٔ فرد کمتر باشد، نشان‌دهندهٔ سازگاری بیشتر است. همانطور که مشاهده می‌شود در گروه آزمایش نمرهٔ سازگاری دانش‌آموزان کاهش یافته که این نشان از تأثیر آموزش هوش هیجانی است. دربارهٔ پرسشنامه‌های هوش هیجانی و پرخاشگری نمرهٔ بالا نشان‌دهندهٔ هوش بالا و پرخاشگری بالا خواهد بود و افزایش نمره نشان از افزایش سطح متغیر دارد.

در این پژوهش، روش مداخله عبارت از آموزش هوش هیجانی براساس مدل توانایی مایر و سالووی بود و طی شانزده جلسهٔ نوددقیقه‌ای، در هر هفته دو جلسه برگزار شد. توضیح اینکه در هر جلسه یکی از مباحث زیر به صورت نظری، اظهارنظر آزاد، ایفای نقش و ... به‌مدت ۹۰ دقیقه ارائه شد، به‌طور خلاصه آموزش شامل موارد زیر بود:

ـ تعریف و تبیین خودآگاهی هیجانی و درک هیجانی: مشاهده و شناخت احساسات خود، یافتن واژگانی برای بیان احساسات، آگاه‌شدن از ارتباط میان افکار، احساسات و واکنش‌ها.

ـ فواید خودآگاهی و درک هیجانی در خود و دیگران: بررسی اعمال خود و آگاهی بر پیامدهای آن‌ها، تشخیص آن‌که بر تصمیمی خاص، اندیشه یا احساسات حاکم‌اند، اعمال این بینش‌ها بر موضوعاتی چون مسائل جنسی و مواد مخدر.

ـ افزایش خودآگاهی هیجانی در خود: استفاده از «گفتگو با خود» برای پیداکردن پیام‌های منفی مانند انتقادهای درونی مخرب، درک آنچه که در پس هر احساسی نهفته است.

ـ افزایش خودآگاهی در دیگران: درک احساسات و علائق دیگران و مدنظر قرار دادن دورنمای ذهنی آنان، احترام گذاردن به تفاوت‌های موجود در احساسات افراد به پدیده‌های مختلف.

ـ درک هیجان‌ها و تشخیص هیجانی در دیگران: صحبت‌کردن دربارهٔ احساسات به‌صورتی مؤثر، شنونده و پرسش‌گری خوب‌شدن، تمایز دادن میان حرف و عمل دیگران و واکنش‌ها و قضاوت‌های خود در برابر آن‌ها.

ـ آموزش مهارت‌های همدلی: ارزش‌دهی به روراست‌بودن و ایجاد حس اعتماد در یک ارتباط، آگاهی بر اینکه چه هنگام می‌توان بدون احساس خطر، دربارهٔ احساسات خصوصی خود صحبت‌کردن.

ـ آموزش مهارت‌های فعال: شناسایی الگوهای موجود در زندگی و واکنش‌های هیجانی خود، تشخیص همین الگوها در دیگران.

ـ تعریف خویشتن‌داری یا کنترل هیجان‌ها.

ـ نحوهٔ مبارزهٔ عادلانه با کودکان دیگر، با والدین، با معلمان.

ـ آموزش مهارت‌ها جهت کنترل هیجان: استفاده از الگوی پیروز ـ پیروز در بحث در جهت حل تعارضات.

ـ تعریف خودانگیزشی و استفادهٔ هیجانی: آگاهی بر اینکه چه هنگام رهبری را برعهده بگیرد و چه هنگام تبعیت کند.

ـ چگونگی ایجاد خودانگیزشی و استفادهٔ هیجانی در دیگران: ابراز علائق و احساسات خود بدون خشم یا انفعال

ـ آموزش مهارت‌هایی جهت خودانگیزشی: افزایش رفتارهای جمع‌گرایانه و یاری‌طلبی دوستان از فرد.

ـ تعریف مهارت‌های اجتماعی: کاهش رفتارهای ضداجتماعی، خودفرسا و مخل، ارتقای سطح مهارت‌های فرد در زمینهٔ یادگیری نحوهٔ آموختن.

ـ مدیریت هیجان‌های دیگران: افزایش خویشتن‌داری، هشیاری اجتماعی و تصمیم‌گیری جمعی در داخل و خارج کلاس.

ـ یک هفته پس از گذراندن دورهٔ آموزشی مجدداً از هر دو گروه آزمایش و کنترل پس‌آزمون به عمل آمد که نتایج آن در بخش یافته‌ها ارائه شده است.

## ۳ یافته‌ها

داده‌ها با استفاده از تحلیل کواریانس چندمتغیره و یک‌متغیره با هدف حذف اثر پیش‌آزمون تجزیه‌وتحلیل شدند. یافته‌های این پژوهش شامل شاخص‌های آماری میانگین و انحراف‌استاندارد نمره‌های آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در جدول شمارهٔ ۱ ارائه شده است.

[1]. Adjustment Inventory for high School Students (AISS)



[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای سازگاری اجتماعی، عاطفی و پرخاشگری گروه‌های آزمایش و کنترل به همراه نتیجهٔ آزمون تحلیل کواریانس

| متغیر | گروه | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | | نتایج آزمون ANCOVA | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار | مقدار F | مقدار $p$ |
| سازگاری اجتماعی، عاطفی | آزمایش | ۷۸/۶۲ | ۷/۴۷ | ۷۲/۲۵ | ۸/۷۶ | ۱۳/۳۷ | ۰/۰۰۱ |
| | کنترل | ۷۸/۹۳ | ۶/۰۰ | ۷۷/۵۰ | ۵/۶۵ | | |
| پرخاشگری | آزمایش | ۸۲/۰۰ | ۹/۴۵ | ۷۱/۹۳ | ۱۲/۹۰ | ۱۰/۶۶ | ۰/۰۰۳ |
| | کنترل | ۸۰/۴۳ | ۹/۹۵ | ۸۱/۰۶ | ۸/۶۸ | | |

همان‌گونه که در جدول ۱ ملاحظه می‌شود در گروه آزمایش میانگین متغیر سازگاری اجتماعی، عاطفی از ۷۸/۶۲ در پیش‌آزمون به ۷۲/۲۵ کاهش چشمگیری یافته است درحالی‌که این تغییر در گروه کنترل از ۷۸/۹۳ به ۷۷/۵۰ زیاد نیست، با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس و با حذف پیش‌آزمون ملاحظه شد که تغییر در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به‌لحاظ آماری معنادار است ($p<۰/۰۰۱$).

که این امر حاکی از تأثیر آموزش هوش هیجانی بر متغیر سازگاری اجتماعی، عاطفی بوده است. همچنین نتایج نشان می‌دهد میانگین متغیر پرخاشگری در گروه آزمایش از ۸۲ به ۷۱/۹۳ کاهش چشمگیری یافته است درصورتی‌که این تغییر در گروه کنترل از ۸۰/۴۳ به ۸۱/۰۶ زیاد نیست. با استفاده از تحلیل کواریانس و با حذف پیش‌آزمون ملاحظه شد که تغییر در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل از نظر آماری معنادار بوده است. ($p<۰/۰۰۳$) که حاکی از تأثیر آموزش هوش هیجانی بر کاهش پرخاشگری بوده است.

## ۴ بحث

هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش هوش هیجانی بر افزایش سازگاری و کاهش پرخاشگری نوجوانان پسر دارای اختلالات رفتاری و هیجانی بود. یکی از یافته‌های این پژوهش نشان داد که آموزش هوش هیجانی باعث افزایش سازگاری در بین دانش‌آموزان پسر دارای اختلالات هیجانی، رفتاری می‌شود. مطابق با پیشینهٔ پژوهش، مهارت‌های هوش هیجانی از طریق آموزش قابل انتقال هستند. لذا نتایج این پژوهش با پژوهش‌های بستاین، بارنز، نتلبک (۷) همچنین با پژوهش هایاورتس و انیان (۸) همخوان است که در زمینهٔ رابطهٔ اختلال‌های رفتاری و سلامت روان با هوش هیجانی صورت گرفته است و بر رابطهٔ منفی بین هوش هیجانی و اختلال‌های رفتاری صحه می‌گذارد. همچنین یافته‌های این پژوهش تأییدکنندهٔ دیدگاه سایو (۹) است که معتقد است نقص در هوش هیجانی می‌تواند زمینه‌ساز بسیاری از مشکلات رفتاری باشد و آموزش هوش هیجانی دانش‌آموزان بر کاهش مشکلات رفتاری آنان می‌تواند بسیار تأثیرگذار باشد. در تبیین این یافته همچنین می‌توان گفت که سازگاری عبارتست از، میزان هماهنگی فرد با شرایط و تغییرات محیطی که به‌صورت تغییر در نگرش‌ها و نیز رفتارهای بیرونی نمایان می‌شود. تغییرات ناشی از سازگاری، به فرد کمک می‌کند تا در موقعیت‌های مختلف، کاراتر عمل کند. لذا با آموزش مهارت‌های هوش هیجانی، می‌توان سازگاری فرد را نیز افزایش داد. چون این افراد مهارت‌هایی مانند گوش‌دادن بادقت به دیگران (به‌عنوان یکی از آیتم‌های مهم در سازگاری)، مهارت‌های سازش‌جویانه و مسالمت‌آمیز با دیگران، مردم‌آمیزی و همچنین احترام‌گذاردن به احساسات خود و دیگران و همچنین مهارت‌های همدلی (که در واقع همان توانایی برقراری ارتباط با دیگران از طریق شناخت افکار و احساسات است) را یاد می‌گیرند و در روابط شخصی و بین فردی موفق‌تر عمل می‌کنند.

یافتهٔ دیگر این پژوهش چنین بود که آموزش هوش‌هیجانی باعث کاهش پرخاشگری در بین دانش‌آموزان پسر دارای اختلالات هیجانی و رفتاری می‌شود. نتیجهٔ این یافته، با پژوهش‌های همپل و پترمن (۱۷) هماهنگ و همسو است. آن‌ها طی پژوهشی نشان دادند که دختران نوجوانی که از سازگاری عاطفی بیشتری برخوردارند، توانایی کنترل خشم و عصبانیت در آن‌ها بیشتر است و در واقع از مدیریت هیجانی مناسب‌تری برخوردارند. همچنین با نتایج مطالعات باستین بارنز و نتل (۷) سیاروچی، چان‌بگار (۳) که نشان دادند بین هوش هیجانی بیشتر، راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و اضطراب کمتر، ارتباط وجود دارد هماهنگ است. در تبین این یافته می‌توان گفت پرخاشگری عمل آگاهانه‌ای است که با هدف وارد آوردن صدمه و رنج انجام می‌گیرد. این عمل ممکن است بدنی یا کلامی باشد، حتی اگر این عمل به هدف خویش نرسد. این یافته را می‌توان براساس مؤلفه‌های کلیدی هوش‌هیجانی (خودآگاهی و مدیریت هیجانی) چنین تبیین کرد که افراد با هوش هیجانی زیاد از خودآگاهی بیشتری بهره‌مند هستند و در واقع درکی عمیق از هیجانات، نقاط ضعف و قدرت، نیازها و ذائقه‌های خود دارند و قادر به ارزیابی، هدایت و کنترل وقایع زندگی‌شان هستند که این قابلیت‌ها نقش بارزی را در ایجاد بصیرت و بینش به خود و محیط پیرامون ایفا می‌کند و قدرت سازش‌پذیری فرد را به‌لحاظ عاطفی ارتقا می‌بخشد و مانع از آن می‌شود که شخص در سیطرهٔ هیجان‌ها قرار گیرد. از سوی دیگر افراد با هوش هیجانی بالا دارای مدیریت هیجانی مطلوبی هستند و بهتر می‌توانند از هیجان‌های منفی نظیر اضطراب و افسردگی و تحریک‌پذیری رهایی یابند و در فراز و نشیب‌های زندگی کمتر با مشکلی مواجه می‌شوند و در صورت مواجهه نیز به سرعت می‌توانند از موقعیت‌های دشوار و ناراحت‌کننده رهایی یابند و به ثبات عاطفی و شرایط مطلوب دست



[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

یابند.

## ۵ نتیجه‌گیری

می‌توان گفت که یافته‌های این پژوهش مبنی‌بر اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر پرخاشگری و سازگاری اجتماعی، عاطفی دانش‌آموزان دارای اختلالات هیجانی و رفتاری در راستای یافته‌های قبلی قرار دارد. در نتیجه‌گیری از این یافته می‌توان به این نکته اشاره کرد که تنظیم هیجان و مخصوصاً راهبرد مثبت با ارزیابی شناختی هیجانات باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازگارانهٔ این دانش‌آموزان می‌شود؛ بنابراین آنان با استفادهٔ درست از هیجانات مثبت مخصوصاً در موقعیت‌های زندگی احساسات منفی خویش را کاهش دهند و به‌دنبال آن میزان سازگاری آن‌ها در ابعاد مختلف از جمله اجتماعی، فردی و تحصیلی و غیره افزایش می‌یابد. بعد از آموزش هوش‌هیجانی، آزمودنی‌ها نکاتی مانند مهارت‌های فکرکردن قبل از واکنش نشان‌دادن و به تأخیر انداختن واکنش‌های مخرب و آنی در مقابل تهدید دیگران را یاد می‌گیرند و می‌توانند در موقعیت‌های مختلف بر بروز هیجان و پرخاشگری کنترل لازم را داشته باشند همچنین یاد می‌گیرند به جای تکانشی رفتارکردن و بدون واردکردن ضربهٔ جسمی و روانی به خود یا به دیگران واکنش سازنده و صحیح داشته باشند.

[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]

## References


1. Mayer J, Salovey P. What Is Emotional Intelligence? New York: Basic Books; 1997.
2. Forgas JP. Introduction: Affect and social cognition. In: Forgas JP, editor. Handbook of Affect and Social Cognition. 1st ed. Mahwah, NJ: Psychology Press; 2001. [Link]
3. Ciarrochi J, Chan AYC, Bajgar J. Measuring emotional intelligence in adolescents. Personality and Individual Differences. 2001;31(7):1105–19. [Link]
4. PoorAfkari N. Psychological-Psychiatric Comprehensive Dictionary. Tehran: Farhange Moaser Publication; 2006, pp: 29. [Persian]
5. Chan DW. Emotional intelligence, social coping, and psychological distress among Chinese gifted students in Hong Kong. High Ability Studies. 2005;16(2):163–78. [Link]
6. Noorian M. Emotional intelligence. Journal of Eslah and Tarbiat. 2003;2(23):9–12(2003). [Persian]
7. Bastian VA, Burns NR, Nettelbeck T. Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. Personality and Individual Differences. 2005;39(6):1135–45. [Link]
8. Ortese PT, Tor-Anyiin SA. Effects Of Emotional intelligence on marital adjustment of couples in Nigeria. IFE PsychologIA. 2008;16(2):101–12. [Link]
9. Siu AFY. Trait emotional intelligence and its relationships with problem behavior in Hong Kong adolescents. Personality and Individual Differences. 2009;47(6):553–7. [Link]
10. Animasahun RA. Intelligent quotient, emotional intelligence and spiritual intelligence as correlates of prison adjustment among inmates in Nigeria prisons. J Soc Sci. 2010;22(2):121–8.
11. Lawrence EJ. Priming emotion using metaphors reprehensive of family functioning [Ph.D dissertation]. [Alabama, US]: Psychology Department. Auburn University; 2010. [Link]
12. Garg P, Rastogi R. Emotional Intelligence and Stress Resiliency: A Relationship Study. International Journal of Educational Administration. 2009;1(1):1–6. [Link]
13. Kirk BA, Schutte NS, Hine DW. Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. Personality and Individual Differences. 2008;45(5):432–6. [Link]
14. Bar-On R. EQ-i: BarOn Emotional Quotient Inventory. Canada: Multi-Health System, 2004.
15. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). Psicothema. 2006;18 Suppl:13–25. [Link]
16. Haffy K. The relationship between emotional intelligence and psychological Adjustment in children with cancer [Ph.D dissertation]. [Alabama, Us]: Counseling Psychology Department. Auburn University;2006. [Link]
17. Hampel P, Petermann F. Perceived stress, coping, and adjustment in adolescents. J Adolesc Health. 2006;38(4):409–15. [Link]
18. Kimiaee A, Raftar M, Soltanifar A. Emotional intelligence training and it's effectiveness on aggression of aggressive adolescence. Research in Clinical Psychology and Counselings. 2011;1(1):153–66. [Persian] [link]
19. Singh RP, Sinha AKP. Adjustment Inventory for high School Students (AISS). 1993.


[ Downloaded from jdisabilstud.org on 2026-11-05 ]

[ DOR: 20.1001.1.23222840.1396.7.0.61.9 ]