

بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان

دکتر مهربان پارسامهر^۱ و الهه حدت^۲

تاریخ وصول: ۹۴/۱۲/۱۱

تاریخ پذیرش: ۹۵/۹/۹

چکیده:

سازگاری اجتماعی در نوجوانان به عنوان مهم‌ترین نشانه‌ی سلامت روان است که عوامل متعددی نظیر هوش هیجانی در ایجاد و تقویت آن مؤثر هستند. این پژوهش با هدف سنجش رابطه‌ی بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان با روش پیمایشی انجام گرفته و پرسشنامه‌های استاندارد بین ۴۰۷ نفر از دانشجویان دانشگاه یزد با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده توزیع شده است. نتایج آزمون پیرسون رابطه‌ی بین متغیر هوش هیجانی و تمام متغیرهای هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی را تأیید کرده و تحلیل رگرسیون گام به گام نیز تا چهار گام پیش رفته است. متغیرهای تأثیرگذار مجموعاً ۳۵ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی دانشجویان را تبیین نمودند. با توجه به نظریات بار - آن، دیدگاه پدیدارشناسی و نظریات راجرز، رابطه‌ی مستقیم بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان دیده شد و مشخص گردید، تقویت هوش هیجانی در مقاطع مختلف، باعث سازگاری بیشتر با محیط و اطرافیان می‌شود.

مفاهیم کلیدی: سازگاری اجتماعی، هوش هیجانی، دانشجویان

^۱ دانشیار گروه جامعه‌شناسی دانشگاه یزد parsamehr@yazd.ac.ir

^۲ کارشناس ارشد جامعه‌شناسی دانشگاه یزد (نویسنده‌ی مسئول) re3rcher@gmail.com

مقدمه و بیان مسأله

اجتماعی شدن یک فرایند دو جانبه‌ی ارتباطی میان فرد و جامعه است. به همین دلیل جریانی پیچیده به شمار می‌آید که ابعاد و جوانب گوناگون دارد. کسب مهارت‌های اجتماعی، چگونگی برقراری ارتباط با سایر افراد و سازگاری اجتماعی^۱، از جمله‌ی این ابعاد هستند. از سازگاری اجتماعی تعاریف زیادی شده است. اسلبی و گورا^۲ (۱۹۸۸)، سازگاری اجتماعی را مترادف با مهارت اجتماعی می‌دانند. از نظر آنها مهارت اجتماعی عبارتست از توانایی ایجاد ارتباط متقابل با دیگران در زمینه‌ی خاص اجتماعی، به طریق خاص که در عرف جامعه قابل قبول و ارزشمند باشد. در حالی که اسلاموسکی و دان^۳ (۱۹۹۶)، سازگاری و مهارت اجتماعی را فرایندی می‌دانند که افراد را قادر می‌سازد تا رفتار دیگران را درک و پیش‌بینی کنند، رفتار خود را کنترل کنند و تعاملات اجتماعی خود را تنظیم نمایند (نقل از عابدینی، ۱۳۸۱: ۴۴).

عوامل متعددی در سازگاری شخصی و اجتماعی افراد نقش دارند که نظریه‌ها و دیدگاه‌های مختلف تربیتی، روان‌شناختی و جامعه‌شناختی بر آن‌ها تأکید دارند، هر چند که برای شناسایی عوامل مرتبط با سازگاری اجتماعی تلاش‌های نظری و تجربی زیادی صورت گرفته است، اما این تلاش‌ها کمتر متوجه‌ی شناسایی نقش نظام باورها، ارزش‌ها، شخصیت و هویت، سنن و آداب و رسوم و نگرش‌های افراد در سازگاری شخصی و اجتماعی آنان بوده است و اکثراً متوجه جمعیت عمومی بوده‌اند تا اقشار بخصوصی از جامعه، بخصوص دانشجویان. پژوهش‌های متعدد نیز نشان می‌دهد که عوامل متعددی مانند اضطراب، تنش، تشویش و عدم اعتماد به نفس و سازگاری شخصی و اجتماعی عملکرد تحصیلی دانشجویان را تهدید می‌کند و نه تنها موجب می‌شود که تعدادی از آنها نتوانند به موقع دوره‌ی تحصیل خود را به اتمام برسانند، بلکه موجب دگرگونی روحیه‌ی آنان می‌شود و نوعی نگرانی، ناپایداری هیجانی و حتی گاه پاره‌ای مشکلات عصبی - روانی را برای آنها ایجاد می‌کند و سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی آن‌ها را شدیداً به مخاطره می‌اندازد، این در مورد قشر دانشجو پیچیده‌تر می‌باشد و جدا از تأثیر در عملکرد تحصیلی، دسته‌ای از این مباحث بر روی سازگاری آن‌ها با محیط تحصیلی نیز تأثیر می‌گذارد (والی‌پور، ۱۳۸۰: ۳۸).

¹ social adaptation

² Slubby & Guara

³ Slomowski & Dunn

افلاطون اولین کسی بود که فکر می‌کرد عاطفه جنبه‌ی بسیار ابتدایی و حیوانی است که با عقل و منطق سازگار نیست. تداوم این عقیده که عاطفه، تضعیف‌کننده‌ی تفکر انسان است، مدیون عقاید فروید و دیگران است. شاید لازم است اینجا متواضعانه فعالیت‌های علمی دانشمندان بزرگی چون چارلز داروین را ارج گذاشت، زیرا چارلز داروین موضوع هوش هیجانی را برای اولین بار در سال ۱۸۳۷ میلادی مطرح کرد و در سال ۱۸۷۲ اولین اثر معروف خود را در این زمینه منتشر کرد. داروین سال‌ها قبل از ظهور روش‌شناسی آماری و بدون بهره‌گیری از رایانه‌های سریع امروزی، اثبات کرد که ابراز عواطف در رفتار سازگاران افراد نقشی اساسی ایفا می‌کند. این یافته به‌عنوان یک اصل مهم هوش عاطفی تا به امروز مورد قبول صاحب‌نظران بوده است (سیاروچی، فورگاس و مایر^۱، ۱۳۸۳: ۱۰۲).

اساس سازگاری اجتماعی بوجود آوردن تعادل بین خواسته‌های خود و انتظارات اجتماع است که می‌تواند بر تمام ابعاد زندگی فرد تأثیر گذارد. علاوه بر این، رشد اجتماعی مهم‌ترین جنبه‌ی رشد وجود هر شخصی است و معیار اندازه‌گیری رشد اجتماعی هر کس سازگاری او با دیگران است. سازگاری اجتماعی مانند رشد جسمی، عاطفی و عقلی یک کمیت پیوسته است و به تدریج به کمال می‌رسد و در طول زندگی به‌طور طبیعی و در برخورد با تجربه‌ها حاصل می‌شود. با سپری شدن دوران کودکی و ورود به دوران نوجوانی، رشد روانی - اجتماعی از تحول ساده به تحول عمیق و کیفی تبدیل می‌شود و نوجوان با بکارگیری مهارت‌های اجتماعی، می‌تواند جایگاه خود را در میان مراودات اجتماعی و ارتباط با همسالان خود و بزرگسالان پیدا کند و مورد پذیرش اجتماعی قرار گیرد. موفقیت در امر پذیرش اجتماعی به سازگاری اجتماعی منجر می‌شود و ممکن است فرد را به مرحله‌ی نفوذ و رخنه‌ی اجتماعی برساند که سطحی بالاتر از پذیرش اجتماعی است و در این مرحله می‌تواند بر اطرافیان خود تأثیرگذار باشد. رخنه‌ی اجتماعی، فرایندی است که از طریق آن روابط آدمیان از سطح دوست داشتن به سوی صمیمیت بیشتر سیر می‌کند (اتکینسون، اتکینسون و هیلگارد، ۱۳۸۳: ۲۰۹). منظور از سازگاری، رابطه‌ای است که میان فرد و محیط او، به ویژه محیط اجتماعی وجود دارد و به او امکان می‌دهد تا نیازها و انگیزه‌های خود را پاسخ گوید. فرد زمانی از سازگاری بهره‌مند است که بتواند میان خود و محیط اجتماعی‌اش رابطه‌ای سالم برقرار و انگیزه‌های خود را ارضا کند، در غیر این صورت او را ناسازگار قلمداد می‌کنیم. در واقع سازگاری با محیط، مهارتی است که باید آموخته

^۱ Ciarrochi, Forgas and Mayer

شود و کیفیت آن مانند سایر آموخته‌ها به میزان علاقه و کوشش فرد برای یادگیری بستگی دارد (اسلامی‌نسب، ۱۳۷۳: ۱۸).

انجمن روان‌پزشکان آمریکا (۱۹۹۴)، سازگاری اجتماعی را چنین تعریف می‌کند: هماهنگ ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که غالباً مستلزم اصلاح تکانه‌ها، هیجان‌ها یا نگرش‌هاست (نقل از حجاری، ۱۳۸۴: ۳۵). صدیقی (۱۳۸۰) سازگاری اجتماعی را به‌عنوان جریانی تعریف کرده است که به وسیله‌ی آن روابط میان افراد، گروه‌ها و عناصر فرهنگی در وضعیتی رضایت‌بخش برقرار باشد. به‌عبارت دیگر، روابط میان افراد و گروه‌ها به گونه‌ای برقرار شده باشد که رضایت متقابل آنها را فراهم سازد. بدین ترتیب، سازگاری اجتماعی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها یک فرد توانایی تعلق به یک گروه را پیدا می‌کند؛ به همین علت لازمه‌ی سازگاری اجتماعی، بروز تغییراتی در فرد بوده، آن نیز مستلزم یکپارچگی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها، گروه یک عضو جدید را می‌پذیرد (یمنی‌دوزی سرخابی، ۱۳۷۱: ۶۲). سازگاری اجتماعی دارای مؤلفه‌ها و نشانه‌های خاصی است. یکی از الگوهایی که ممکن است با سازگاری اجتماعی در ارتباط باشد، ظرفیت هیجانی یا هوش هیجانی افراد است؛ همان چیزی که این تحقیق می‌کوشد آن را تبیین نماید. منظور از هوش هیجانی، توانایی فرد در بازنگری احساسات و هیجان‌های خود و دیگران، تمیز قائل شدن میان هیجان‌ها و استفاده از اطلاعات هیجانی به صورت سالم در حل مسأله و نظم‌بخشی رفتار است (سالووی و مایر^۱، ۱۹۹۰: ۱۸۹). بار - آن (۲۰۰۵)، نظریه‌پردازی است که هوش هیجانی را به‌عنوان مجموعه‌ای از ظرفیت‌ها، قابلیت‌ها و مهارت‌های غیرشناختی می‌داند که توانایی‌های فرد را در برخورد موفقیت‌آمیز با مقتضیات و فشارهای محیطی افزایش می‌دهند. اولین مقیاس هوش هیجانی بار - آن در سال ۱۹۸۰ با طرح این سؤال که چرا بعضی مردم نسبت به بعضی دیگر در زندگی موفق‌ترند آغاز گردید. وی در این سال مؤلفه‌های این مفهوم را تعریف و اندازه‌ای از هوش غیر شناختی (بار - آن^۲، ۲۰۰۰) فرد را ارائه نمود و پس از ۱۷ سال تحقیق اولین مقیاس هوش هیجانی ساخته شد. وی هوش هیجانی را در پنج مقوله‌ی کلی تعریف می‌کند: ۱- بهره‌ی هیجانی درون فردی؛ ۲- بهره‌ی هیجانی بین فردی؛ ۳- بهره‌ی هیجانی قابلیت سازش‌یافتگی؛ ۴- بهره‌ی هیجانی مدیریت تنیدگی؛ ۵- بهره‌ی هیجانی خلق عمومی.

^۱ Mayer and Salovey

^۲ Bar-on

از نظر بار - آن کارکردهای هیجانی و اجتماعی در نهایت باید به احساس بهزیستی و رفاه بینجامد که یکی از پیش‌نیازهای اصلی آن سازگار شدن بسنده با جامعه و محیط است بگونه‌ای که فرد در عین حفظ استقلال و فردیت خود با مقتضیات و هنجارهای مورد نظر آن سازش یابد (بار - آن و همکاران، ۲۰۰۵: ۴۵). به همین دلیل مدل هوش او و ابزار آن در رابطه با مسائل مختلف زندگی روزمره مورد بررسی قرار گرفته است. سازگاری و ناسازگاری با جامعه و محیط یکی از متغیرهایی است که در این رابطه مورد توجه قرار گرفته است. منظور از ناسازگاری رفتارهایی هستند که معارض با قوانین پذیرفته شده جامعه، محیط خانواده، کار یا تحصیل هستند (رینولدز، ۲۰۰۱ به نقل از ونگ و آنگ^۱، ۲۰۰۷: ۲۰۲). سازگاری اجتماعی، به‌عنوان یکی از انواع سازگاری، به معنای تطابق با مقتضیات اجتماعی، رعایت اصول و قوانین جامعه و کارایی در تماس‌های اجتماعی است (آبراهام و ورگس^۲، ۱۹۸۶). سازگاری فرایندی پیوسته است که طی آن فرد رفتار خود را با هدف ایجاد رابطه‌ای بسنده و مؤثر با محیط، سایر انسان‌ها و خود تغییر می‌دهد. اساس سازگاری اجتماعی بوجود آوردن تعادل بین خواست‌های خود و انتظارات اجتماع است که می‌تواند بر تمام ابعاد زندگی فرد تأثیر گذارد (دینگرا^۳ و همکاران، ۲۰۰۵). در این راستا، مطالعات افوری و چارلتون^۴ (۲۰۰۲) و افوری (۲۰۰۰)، نشان داده‌اند دانشجویانی با سازگاری اجتماعی پایین عملکرد نازلی در تحصیل داشته و درگیری‌هایی با قانون و سابقه استفاده از الکل و مواد مخدر پیدا می‌کنند.

در این پژوهش ما نیز با سود جستن از نظریه‌ی بار - آن به تبیین ویژگی‌های جامعه‌ی آماری خود خواهیم پرداخت و در نهایت مشخص خواهیم کرد که، آیا رابطه‌ای بین هوش هیجانی جوانان دانشجوی با سازگاری اجتماعی آنها در محیط دانشگاهی وجود دارد؟ اگر پاسخ مثبت باشد، رابطه‌ی موجود از نوع مثبت است یا منفی؟ چه متغیرهایی در ایجاد این رابطه به صورت مستقیم یا غیر مستقیم دخالت داشته‌اند؟

¹ Wong & Ang

² Abraham & Verghese

³ Dhingra

⁴ Ofori & Charlton

پیشینه پژوهش

الف) تحقیقات داخلی

یارمحمدیان و شرفی‌راد (۱۳۹۰)، در مقاله‌ی تحلیل رابطه‌ی بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی در نوجوانان با تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که بین عوامل هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان گروه سنی ۱۲-۱۰ سال و گروه سنی ۱۵-۱۳ سال رابطه‌ی معناداری در سطح ($P=0/05$) وجود دارد؛ همچنین نشان دادند بین هوش هیجانی کلی و سازگاری اجتماعی رابطه معنادار است. نتایج تحلیل واریانس حاکی از عدم تفاوت بین میانگین نمره‌های سازگاری اجتماعی و میانگین نمره‌های هوش هیجانی در سه گروه بود. در نتیجه تربیت و تقویت هوش هیجانی می‌تواند در تربیت مهارت‌های اجتماعی و سازگاری اجتماعی نوجوانان مؤثر واقع شود (یارمحمدیان و شرفی‌راد، ۱۳۹۰: ۳۲).

میکاییلی (۱۳۸۸)، به بررسی رابطه‌ی سازگاری دانشجویان با دانشگاه و هوش هیجانی - اجتماعی در دانشجویان و مطالعه‌ی نقش میانجی‌گرانه‌ی سخت‌رویی روان‌شناختی پرداخت. وی ۳۴۵ نفر دانشجویان سال از رشته‌های تحصیلی مختلف انتخاب شدند. از آزمون‌های پرسشنامه‌ی سازگاری دانشجویان با دانشگاه ($SACQ$)^۱، آزمون هوش هیجانی - اجتماعی بار - آن ($EQ-I$)^۲ و مقیاس بررسی دیدگاه‌های شخصی استفاده گردید. نتایج نشان دادند مؤلفه‌های هوش هیجانی به شکل معناداری می‌تواند ابعاد مختلف سازگاری با دانشگاه را پیش‌بینی و بخش قابل توجهی از واریانس مؤلفه‌های آن را تبیین نمایند. در بین مؤلفه‌های هوش هیجانی - اجتماعی مؤلفه‌ی مدیریت تنش قوی‌ترین پیش‌بینی کننده برای مؤلفه‌های سازگاری تحصیلی، سازگاری شخصی - هیجانی، سازگاری اجتماعی و نمره‌ی کلی سازگاری بود. برای مؤلفه‌ی احساس تعلق نسبت به دانشگاه مؤلفه‌ی سازگاری هوش نقش تبیین‌کننده‌تری داشت. علاوه بر این مؤلفه‌های سخت‌رویی و نمره‌ی کلی آن نیز موجب افزایش قدرت پیش‌بینی شد. به‌عبارتی هوش هیجانی - اجتماعی پیش‌بینی کننده‌ی مناسبی برای سازگاری با دانشگاه به‌شمار رفته و با ورود متغیر سخت‌رویی به تحلیل قدرت آن افزایش می‌یابد (میکاییلی، ۱۳۸۸: ۲۵).

روشنایی (۱۳۸۹)، در پژوهش تأثیر عوامل فردی و خانوادگی بر سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه، مشاهده کرد که با بهبود صمیمیت بین پدر و مادر، حمایت پدر و مادر، وضعیت آموزشی، اجتماعی و اقتصادی پدر و مادر، علاقه‌مندی فرد به رشته‌ی تحصیلی،

^۱ The Student Adaptation to College Questionnaire

^۲ Emotional Intelligence (Quotient)

هوش و پذیرش مسئولیت‌های فردی، سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه نیز بهبود می‌یابد (روشنایی، ۱۳۸۹: ۴۳-۴۱).

نتایج پژوهش صفوی و لطفی (۱۳۸۶)، نشان داد که بین هوش هیجانی و سازگاری هیجانی - اجتماعی رابطه‌ی معناداری وجود دارد. در واقع، عاطفه نه تنها افکار و قضاوت‌های افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بلکه بر تعاملات اجتماعی زندگی واقعی افراد نیز تأثیر می‌گذارد. یافته‌ها نشان می‌دهد که برخورداری از خلق مثبت، واقعاً به افراد کمک می‌کند تا بهتر باشند و بهتر عمل نمایند، موفقیت بیشتری کسب کنند و نتایج درخشان‌تری را به دست آورند (صفوی و لطفی، ۱۳۸۶: ۲۵۵).

رضویان شاد (۱۳۸۴)، در پژوهش خود رابطه‌ی معناداری را بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان به‌دست آورد و همچنین دریافتند که، دانش‌آموزان دبیرستانی با هوش هیجانی بالاتر، در مدرسه، خانه و رابطه با دوستان و محیط کار نسبت به سایر دانش‌آموزان شکست را کمتر تجربه می‌کنند (رضویان شاد، ۱۳۸۴: ۷-۹).

ب) تحقیقات خارجی

وینتر^۱ و همکاران (۲۰۱۱)، عوامل متعددی که به بالا رفتن سازگاری اجتماعی دانشجویان در دانشگاه کمک می‌کند و تأثیراتی که سازگاری بر ابعاد مختلف زندگی دارد را مورد سنجش و ارزیابی قرار دادند. نتایج بدست آمده مشخص‌کننده‌ی این امر بود که؛ سازگاری با دانشگاه در سایر فعالیت‌ها و ابعاد زندگی دانشجویان اثر می‌گذارد. برای نمونه بهداشت جسمی و روانی آنها و یا عملکرد و چگونگی انگیزش فعالیت‌های آکادمیک، موجب ارتقاء عملکرد عمومی، احساس خوشبختی معنوی، خودکارآمدی و در نهایت باعث افزایش سازگاری اجتماعی افراد در حوزه‌های خارج از دانشگاه خواهد شد.

سیورز (۲۰۰۸)، با بررسی تأثیر آموزش (مهارت‌های اجتماعی بر پیشرفت) مهارت‌های اجتماعی بر رفتار دانش‌آموزان نشان داد که استفاده از راهبردهای آموزش مهارت‌های اجتماعی، مانند الگوسازی، بازی نقش، تقویت مثبت و تمرین، دانش‌آموزان را در ایجاد و گسترش روابط اجتماعی مثبت با دیگران و تطبیق مؤثر با شرایط و انتظارات آنها کمک می‌کند.

^۱ Winter

ونگ و آنگ^۱ (۲۰۰۷)، هم در پژوهش خود رابطه‌ی هوش هیجانی - اجتماعی (بر اساس مدل بار - آن) را با ناسازگاری در نوجوانان سنگاپوری مورد مطالعه قرار دادند. یافته‌های حاصل حاکی از این بودند که مهارت مدیریت تنش که یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی است، نیرومندترین رابطه را با سازگاری اجتماعی دارد.

مارکوئز^۲ و همکاران (۲۰۰۶)، نیز در تحقیق خود که در بین افراد مجرد و در گروه‌های سنی ۱۵ تا ۳۰ سال انجام داده بودند، نشان دادند سازگاری و شایستگی‌های اجتماعی رابطه‌ی نیرومندی با هوش هیجانی دارند و افراد مجردی که در آن‌ها نشانه‌های بالاتری از سازگاری قابل مشاهده و سنجش است از هوشبهر بالاتری در آزمون‌ها برخوردار بوده‌اند.

بار - آن و پارکر (۲۰۰۵)، به بررسی ارتباط پیشرفت تحصیلی و هوش هیجانی پرداختند. نتایج این تحقیق که به وسیله‌ی پرسشنامه‌ی استاندارد خود بار - آن جمع‌آوری شده بود، بیانگر ارتباط بسیار بالای میان ابعاد هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی بود. در تبیین داده‌های این پژوهش بیشترین بعد تأثیرگذار بر موفقیت تحصیلی مهارت‌های درون‌فردی و برون‌فردی بوده؛ همچنین مطالعه‌ی ادیمو^۳ (۲۰۰۵)، روی دانشجویان نیجریه‌ای نشان داده است هوش هیجانی بالا با سازگاری سریع و بسنده با محیط دانشگاه و کارکرد موفق ارتباط نیرومندی دارد. در این تحقیق مشخص شد وجود میزان بالایی از هوش هیجانی در گروه‌های سنی مختلف میزان متفاوتی از سازگاری را به بار خواهد آورد و به عبارتی تفاوت معناداری بین سازگاری افراد با هوش هیجانی یکسان در گروه‌های سنی مختلف به چشم می‌خورد.

اینگلبیرگ (۲۰۰۴)، در پژوهشی با عنوان: هوش هیجانی، عاطفه و سازگاری اجتماعی نشان داد که بین سازگاری اجتماعی موفقیت‌آمیز و هیجان‌ها ارتباط مستقیمی وجود دارد. او بر این فرض که هیجان‌ها، ممکن است در سطح سازگاری اجتماعی مؤثر باشند، تأکید می‌کند و تقویت هیجان‌ها را از طریق تقویت رفتارهای هیجانی درون‌فردی و برون‌فردی مؤثر می‌داند (به نقل از رضویان شاد، ۱۳۸۴).

رایلی و شوت^۴ (۲۰۰۳)، نیز در بررسی‌های خود نتیجه گرفتند، نوجوانانی با هوش هیجانی کم بیشتر از مواد مخدر و الکل استفاده کرده و مشکلات قانونی و سازگاری

¹ Wong & Ang

² Marquze

³ Adcyemo

⁴ Riley, H. & Schutte

بیشتری داشتند. در این پژوهش مشخص شد که نوجوانی که در رابطه با دوستان ناباب خود بوده و بیشتر طول روز را با آنها سپری می‌کرده دارای سازگاری کمتر بوده و نتایج پرسشنامه‌ی هوش هیجانی آن افراد میزان بسیار پایینی از هوش هیجانی را گزارش کرده است.

مطالعات پانسر و همکاران (۲۰۰۰)، حاکی از این بوده که دانشجویان موفق و سازگار از لحاظ هوش هیجانی در قیاس با دانشجویان ناموفق و ناسازگار به شکل معنادارتری برترند. میزان سازگاری افرادی که به سئوالات هوش هیجانی پاسخ‌های مثبت با درجه‌ی بالا داده بودند، بیشتر از دیگر پاسخگویان گزارش شده؛ اما در این میان تفاوتی بین میزان سازگاری و هوش هیجانی در بین افراد مجرد یا متأهل یافت نشده است.

مبانی نظری پژوهش

سازگاری و ناسازگاری با جامعه و محیط یکی از متغیرهایی است که در رابطه با هوش هیجانی مورد توجه قرار گرفته است. منظور از ناسازگاری رفتارهایی هستند که معارض با قوانین پذیرفته شده جامعه، محیط خانواده، کار یا تحصیل هستند (رینولدز، ۲۰۰۱ به نقل از ونگ و آنگ، ۲۰۰۷: ۲۱۹۸). سازگاری اجتماعی، به‌عنوان یکی از انواع سازگاری، به معنای تطابق با مقتضیات اجتماعی، رعایت اصول و قوانین جامعه و کارایی در تماس‌های اجتماعی است (آبراهام و ورگس، ۱۹۸۶: ۱۲۶-۱۲۵). سازگاری فرایندی پیوسته است که طی آن فرد رفتار خود را با هدف ایجاد رابطه‌ای بسنده و مؤثر با محیط، سایر انسان‌ها و خود تغییر می‌دهد. اساس سازگاری اجتماعی بوجود آوردن تعادل بین خواست‌های خود و انتظارات اجتماع است که می‌تواند بر تمام ابعاد زندگی فرد تأثیر گذارد (دینگرا و همکاران، ۲۰۰۵: ۳۱۳).

پدیدارشناختی

در رابطه با متغیر سازگاری اجتماعی بر اساس دیدگاه پدیدارشناختی^۱ درک هر فرد از جهان یگانه است. این ادراک‌ها میدان پدیداری فرد را می‌سازد. انسان‌ها همان‌گونه به محیط واکنش نشان می‌دهند که آن را درک می‌کنند. میدان پدیداری فرد، شامل ادراک‌های هشیار و ناهشیار اوست. ادراک‌هایی که فرد نسبت به آن‌ها آگاهی دارد یا ندارد.

^۱ phenomenological view

ولی تعیین‌کننده‌ی مهم رفتار، مخصوصاً در انسان‌های سالم ادراک‌هایی است که می‌توانند به‌صورت آگاه جلوه کنند. اگر چه میدان پدیداری، اصولاً دنیای خصوصی انسان را تشکیل می‌دهد، می‌توانیم این دنیا را (مخصوصاً با تدابیر بالینی) آن‌طور که افراد درک می‌کنند، ببینیم و رفتار را از دریچه‌ی چشم آن‌ها و با معنایی روانشناختی که برای آن‌ها دارد تبیین کنیم (راجرز، ۱۹۵۱؛ به نقل از پروین، ۱۳۷۴: ۹۱-۹۲). روان‌شناسان پدیدارنگر معمولاً قبول ندارند که رفتار را تکانه‌های ناهشیار (در نظریه‌های روان تحلیل‌گری) یا محرک‌های برونی (در رفتارگرایی) کنترل می‌کنند؛ و به جای آن معتقدند که ما بازیچه‌ی دست نیروهای خارج از کنترل خود نیستیم، بلکه اثرگذارانی هستیم که می‌توانیم سرنوشت خود را کنترل کنیم (اتکینسون و همکاران، ۱۳۶۷: ۲۱۶).

راجرز

در راستای تحلیل یافته‌های مربوط به سازگاری اجتماعی که در این پژوهش که از طریق پرسشنامه‌ی سازگاری کالیفرنیا جمع‌آوری شد ما از نظریات راجرز سود جسته و به تبیین داده‌ها و تحلیل آنها پرداختیم. راجرز در یک عبارت شاعرانه، زندگی را به‌عنوان فرایندی فعال تعریف کرده و آن را به تنه‌ی درختی در ساحل اقیانوس تشبیه می‌کند که برافراشته، سرسخت و انعطاف‌پذیر باقی مانده است و ضمن حفظ وضع موجود، رشد می‌کند: میل به زندگی، اعتماد به زندگی و توانایی یورش بردن به محیطی که بسیار خصومت‌آمیز است وجود دارد. درخت در این جریان نه تنها خود را محکم نگه می‌دارد، بلکه خود را وفق می‌دهد، رشد می‌کند و خودش می‌شود (راجرز، ۱۹۶۳؛ به نقل از پروین، ۱۳۷۴: ۹۳). به نظر راجرز، جامعه مهم است، اما خود مقدم بر آن است (کارور و شی‌یر، ۱۳۷۵: ۶۳).

راجرز اصطلاح فرد دارای عملکرد کامل را برای توصیف فردی که به سطح خود شکوفایی رسیده است به کار می‌برد. این افراد با برخورداری از پنج ویژگی خاص (۱) آمادگی کسب تجربه؛ (۲) زندگی هستی‌گرا؛ (۳) اعتماد به ارگانسیم خود؛ (۴) احساس آزادی؛ (۵) خلاقیت، می‌توانند در دگرگونی‌های جدی اوضاع و احوال محیط، سازگاری بیشتری نشان دهند و دوام یابند. این‌گونه افراد از چنان خودانگیختگی و خلاقیتی برخوردارند که حتی با دگرگونی‌های دردناکی چون جنگ یا بلایای طبیعی، کنار می‌آیند. انسان‌های دارای عملکرد کامل با بهره‌گیری از خلاقیت با محدودیت‌های اجتماعی و فرهنگی، هم‌رنگی یا سازش فعل‌پذیر نشان نمی‌دهند. چرا که این‌ها حالت تدافعی ندارند و دلبسته‌ی

ستایش دیگران از رفتار خود نیستند. البته اگر بخواهند می‌توانند با مقتضیات وضعیت خاص هم‌رنگ شوند، به شرط آن‌که این هم‌رنگی به ارضای نیازهای خودشان کمک کند و آن‌ها را توانا سازد تا خود را به بهترین وجه بپروراند (شولتس، ۱۳۶۴: ۳۴).

بار-آن

بار - آن در سال ۱۹۹۷ مدلی چندعاملی برای هوش هیجانی تدوین کرده است. از نظر وی هوش هیجانی شامل «مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیر شناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با احتیاجات و فشارهای محیطی تحت تأثیر قرار می‌دهد». صفات هیجانی در این نوع هوش رکن اساسی است که آن را از هوش شناختی متمایز می‌کند. هوش هیجانی فرد یک عامل مهم در تعیین توانایی موفقیت در زندگی است و به‌طور مستقیم سلامت روانی وی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. هوش هیجانی همچنین با سایر تعیین‌کننده‌های مهم در توانایی فرد برای موفقیت در مقابله با اقتضات محیطی مانند شرایط و پیش‌آمدگی‌های زیستی - طبیعی، استعداد عقلی - شناختی و واقعیت‌ها و محدودیت‌های در حال تغییر محیط نیز ترکیب می‌گردد (بار - آن، ۱۹۹۷؛ نقل از امینی‌ها، ۱۳۸۴: ۱۱۸).

بار - آن (۲۰۰۶)، هوش هیجانی - اجتماعی را آمیزه‌ای از شایستگی‌ها، مهارت‌ها و تسهیل‌کننده‌هایی می‌داند که رفتار هوشمندانه را تحت تأثیر قرار می‌دهند. از نظر او مفهوم مورد بحث دربرگیرنده‌ی ابعاد هیجانی، شخصی، اجتماعی و برزیستی هوش است. از این منظر افراد هوشمند هیجانی در درک خود و دیگران کارآمد بوده، با دیگران ارتباط مناسب برقرار نموده و قادر به سازگاری و مقابله‌ی مناسب با محیط بلاواسطه‌ی خود هستند (وینترز^۱ و همکاران، ۲۰۰۴: ۲۵۵). بار - آن (۲۰۰۶)، در بازنگری اخیر مدل خود مفهوم فوق را هوش هیجانی - اجتماعی نامیده است. از این منظر هوش هیجانی - اجتماعی حد وسط مهارت‌ها، شایستگی‌ها و تسهیل‌کننده‌های اجتماعی و هیجانی می‌باشد که تعیین می‌کند چگونه ما به شکل مؤثری خود را درک کرده و ابراز کنیم. چگونه دیگران را بفهمیم و با آن‌ها ارتباط برقرار نماییم و در نهایت چگونه با مسائل و الزامات زندگی روزمره مقابله کنیم. او پنج زمینه‌ی گسترده‌ی عملکرد در حوزه‌ی مهارت‌های درون‌فردی^۲، مهارت‌های

^۱ Winters

^۲ intrapersonal

بین فردی^۱، سازگاری (انطباق پذیری)^۲، مدیریت تنش^۳ و خلق کلی^۴ را مشخص کرد که هر یک چند جزء را در بر می گیرند (پانزده خرده مؤلفه). مهم ترین مؤلفه‌ی مدل، مهارت‌های درون فردی است. افراد دارای این مهارت خودآگاهند، قوت‌ها و ضعف‌های خود را می شناسند و احساسات و افکارشان را به صورت سالم ابراز می کنند (خود ابرازی مثبت)، جرأت‌ورز و مستقل بوده و به خود احترام می گذارند. دومین مؤلفه مهارت بین فردی است که شامل توانایی آگاهی یافتن از هیجانات، نیازها و احساسات دیگران (همدلی)، برقراری و حفظ رابطه‌ی مشارکتی و رضایت بخش با آنان و مسئولیت پذیری اجتماعی است. سومین مؤلفه توانایی مدیریت مؤثر تنش و تغییرات محیطی، اجتماعی و شخصی به صورت انعطاف پذیر و واقع گرایانه می باشد. این مهارت در برگیرنده قدرت تحمل تنش و کنترل تکانه است. مؤلفه‌ی قدرت سازگاری توانایی حل مسأله، داشتن درک واقع بینانه از تجربیات روزمره و محیط اطراف و انعطاف پذیری از مهارت‌های این مؤلفه است. در کل مدیریت تغییر مفهوم اصلی این مهارت است. آخرین مؤلفه خلق کلی است که خوش بینی (داشتن نگرش مثبت به زندگی) و احساس شادی (احساس رضایت از زندگی، لذت بردن از خود و دیگران) را شامل می گردد (پتریدس و فارنهام^۵، ۲۰۰۱: ۴۲۵).

۱- حوزه‌ی درون فردی: شامل خودآگاهی هیجانی، جرأت‌ورزی، استقلال، حرمت نفس و خودشکوفایی.

۲- حوزه‌ی بین فردی: شامل همدلی، مسئولیت پذیری اجتماعی و مدیریت روابط بین فردی.

۳- حوزه‌ی انطباق پذیری (سازگاری): شامل مسأله گشایی، واقعیت آزمایی (آزمون واقعیت) و انعطاف پذیری.

۴- حوزه‌ی مدیریت استرس: شامل تحمل استرس و کنترل تکانه.

۵- حوزه‌ی خلق عمومی شامل شادکامی پایدار و خوشبینی (بار - آن^۶، ۲۰۰۰: ۱۱۴).

¹ interpersonal

² adaptability

³ stress management

⁴ general mood

⁵ Petrides & Hurnham

⁶ Bar-on

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- بین هوش هیجانی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان رابطه وجود دارد.
- ۲- بین مهارت‌های درون‌فردی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان رابطه وجود دارد.
- ۳- بین مهارت‌های بین‌فردی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان رابطه وجود دارد.
- ۴- بین مقیاس مدیریت استرس دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان رابطه وجود دارد.
- ۵- بین خلق کلی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان رابطه وجود دارد.

روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش با توجه به اینکه حجم جامعه محدود می‌باشد از فرمول زیر جهت تعیین حجم نمونه استفاده می‌شود.

فرمول (۱):

$$n = \frac{Nt^2.p.q}{(N.d^2) + (t^2.p.q)} = \frac{14000 * 1.96 * 0.24 * 0.76}{(14000 * 0.05 * 0.05) + (1.96 * 1.96 * 0.24 * 0.76)} = 275$$

برای برآورد حجم نمونه در این پژوهش ابتدا یک مطالعه‌ی مقدماتی روی ۳۰ نفر از پاسخگویان انجام گردید تا واریانس صفت مورد مطالعه مشخص گردد. سپس حجم نمونه دانشجویان دانشگاه یزد با استفاده از فرمول کوکران با سطح اطمینان ۹۵ درصد و دقت احتمالی ۵ درصد و با واریانسی که بر اساس پیش‌آزمون بدست آمد ($p=0.24$ و $q=0.76$) ۲۷۵ نفر مشخص شد که به منظور کاهش خطای نمونه و بالا بردن دقت در نتایج در این پژوهش تعداد ۴۰۷ عدد پرسشنامه تکمیل و مورد بررسی قرار گرفت (ما تعداد بالای پرسشنامه رو پر کردیم و چون در مقایسه با تعداد اولیه که فرمول به ما داده بود نتایج زیاد تغییر نکرد با توجه به تجربه‌ی اساتید و راهنمایی‌های آنها مقدار را در سطح بالا گزارش و تبیین کردیم). در راستای پردازش و تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده، از نرم‌افزار SPSS استفاده شده است؛ همچنین از روش‌های مختلف آمار توصیفی، آمار استنباطی مثل، ضریب همبستگی پیرسون و ضریب رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد و آلفای کرونباخ

برای پرسشنامه‌ی هوش هیجانی برابر با ۰/۹ و برای پرسشنامه‌ی سازگاری اجتماعی برابر با ۰/۸۷ بدست آمد که در جدول زیر آورده شده است.

جدول ۱: مقدار آلفای کرونباخ گویه‌ها

متغیر	تعداد سؤالات	ضریب آلفای کرونباخ
هوش هیجانی	۴۲	۰/۹۰۰
سازگاری اجتماعی	۳۹	۰/۸۷۴

تعریف نظری مفاهیم

هوش هیجانی: از نظر بار - آن هوش هیجانی شامل «مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیر شناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با احتیاجات و فشارهای محیطی تحت تأثیر قرار می‌دهد». صفات هیجانی در این نوع هوش رکن اساسی است که آن را از هوش شناختی متمایز می‌کند. هوش هیجانی فرد یک عامل مهم در تعیین توانایی موفقیت در زندگی است و به‌طور مستقیم سلامت روانی وی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. هوش هیجانی همچنین با سایر تعیین‌کننده‌های مهم در توانایی فرد برای موفقیت در مقابله با اقتضانات محیطی مانند شرایط و پیش‌آمادگی‌های زیستی - طبیعی، استعداد عقلی - شناختی و واقعیت‌ها و محدودیت‌های در حال تغییر محیط نیز ترکیب می‌گردد (بار - آن، ۱۹۹۷: ۱۱۸).

مهارت‌های درون‌فردی^۱: مهارتی که به ما کمک می‌کند تا با آنچه انجام می‌دهیم افکارمان و احساساتمان و روابطی بین تمام این امور معنا ببخشیم با این وجود می‌توانیم یاد بگیریم خودمان و هیجانانامان را به خدمت بگیریم (همان).
مهارت‌های میان‌فردی^۲: توانایی برقراری ارتباط با دیگران و حفظ این ارتباطات و تأثیرگذاری بر آنها، توانایی صمیمیت و محبت و انتقال دوستی، که خود مستلزم خویشنداری، همدلی و مهارت در ابراز احساسات است، در روابط میان‌فردی مدنظر است (همان: ۱۲۱).

مدیریت/سترس: این واژه بیشتر بر تحمل فشار^۳ و توانایی مقاومت در برابر رویدادها و موقعیت‌های فشارزا بدون توقف، همراه با سازگاری فعال و مثبت بدون از پا درآمدن تکیه

^۱ skills within individual

^۲ interpersonal relationships

^۳ bear the brunt

دارد و تحمل فشار و قابلیت انتخاب روش‌هایی برای سازگاری با فشار و چاره‌جویی و یافتن راه‌حل‌های مناسب و داشتن نگرش خوش‌بینانه به توانایی خود در برخورد با موقعیت‌های جدید برای غلبه بر مشکل به دور از هیجانات شدید را مطرح می‌کند (همان: ۱۲۲).

کنترل تکانه! بارها شاهد عصبانیت‌های شدید اطرافیان خود بوده‌اید، طوری که تعجب شما را برانگیخته، که چرا این موضوع تا این حد او را خشمگین کرده است و یا چرا او نامتناسب با موقعیت و این چنین تند واکنش نشان داد؟ توانایی به تأخیر انداختن تکانه، وسوسه‌ی انجام عملی، تحت عنوان کنترل تکانه نامگذاری شده است. این توانایی شامل قابلیت پذیرش تکانه‌های پرخاشگرانه، خودداری و کنترل خشم است. در واقع خویش‌داری و توانایی مهار احساسات و به تعویق انداختن کامروایی در جهت رسیدن به هدف مشخص را کنترل تکانه گویند (همان).

خلق عمومی: این بعد که در اصلاً مباحثی مثل خرسندی^۲ و توانایی لذت بردن از زندگی خود و دیگران و داشتن رضایت از زندگی است و به‌طور کلی خرسندی با شادی و نشاط رابطه دارد. به‌عبارت دیگر زمانی که افراد از زندگی خود احساس رضایت داشته باشند، شادی را تجربه خواهند کرد (بار - آن، ۱۹۹۷: ۱۲۳)؛ و یا مباحثی مثل خوش‌بینی^۳ و توانایی روشن دیدن زندگی و داشتن نگرش مثبت، حتی در زمان بداقبالی که نشان‌دهنده‌ی امید به زندگی است؛ که منظور از خوش‌بینی، ساده‌انگاری نیست؛ مهم این است که واقعیت‌ها را زیبا دید (همان).

سازگاری اجتماعی: سازگاری اجتماعی عبارت است از توانایی ایجاد ارتباط متقابل با دیگران در زمینه‌ی خاص اجتماعی به طریق خاص که در عرف جامعه قابل قبول و ارزشمند باشد و فرایندی است که افراد را قادر می‌سازد تا رفتار دیگران را درک و پیش‌بینی کنند، رفتار خود را کنترل و تعاملات اجتماعی خود را تنظیم کنند (ویزمن^۴، ۱۹۷۵: ۱۳۲). سازگاری اجتماعی معمولاً در اصطلاحات نقش‌های اجتماعی، عملکرد نقش، درگیر شدن با دیگران، و رضایت با نقش‌های متعدد مفهوم سازی شده است (کلیرو کاردینز، ۱۹۷۸؛ نقل از بیدرمن و همکاران، ۱۹۹۳: ۱۰۶۵-۱۰۵۹).

¹ impulse control

² happiness

³ optimism

⁴ Weissman

قالب‌های اجتماعی^۱: فردی که قالب‌های قابل قبول اجتماعی را می‌پذیرد دیگران را به درستی درک نموده و روابط واقعی و احتیاجات اجتماعی را با روشن‌بینی پذیرا می‌شود چنین فردی خوب می‌فهمد چه چیز صحیح و چه چیز غلط می‌باشد (نقل از بیدرمن و همکاران، ۱۹۹۳).

مهارت‌های اجتماعی^۲: فردی دارای مهارت اجتماعی است که به مردم علاقمند باشد، یار و یاور آن‌ها باشد، و در رفتارش با دوستان و بیگانگان مدیر باشد (همان).

گرایش ضد اجتماعی^۳: فردی ضد اجتماعی قلمداد می‌شود که بخواهد دیگران را بیازارد، نزاع کند، طرد نماید و اموال عمومی را منهدم سازد نمره‌ی بالا در این زیر آزمون نشانه‌ی تمایل کم به رفتار ضد اجتماعی است (نقل از بیدرمن و همکاران، ۱۹۹۳).

روابط خانوادگی^۴: فردی به روابط و عقاید خانوادگی پایبند است که در خانه مورد قبول بوده و دوست داشته شود و در ارتباطش با همه‌ی افراد فامیل احساس اطمینان و احترام کند (همان).

روابط آموزشی^۵: دانش‌آموز وقتی با مدرسه سازش کامل خواهد داشت که احساس کند معلمان او را دوست می‌دارند از بودن با محصلین دیگر لذت می‌برد و تکالیف مدرسه را مناسب با علائق و استعدادهای خود می‌داند (همان).

روابط اجتماعی^۶: فردی که با همسایگان خود آمیزش کرده و از فعالیت اجتماعی احساس غرور می‌نماید. در رفتارش با آشنا و بیگانه شکیبیا و بردبار باشد. روابط حسنه‌ی اجتماعی، احترام به قوانین و قواعد موضوعه را نیز رعایت کند (کلیرو کاردینز، ۱۹۷۸؛ نقل از بیدرمن و همکاران، ۱۹۹۳: ۱۰۶۵-۱۰۵۹).

تعریف عملیاتی مفاهیم

هوش هیجانی: در این تحقیق هوش هیجانی میزان امتیازی است که افراد از پر کردن پرسشنامه‌ی استاندارد طراحی شده توسط بار - آن دریافت می‌کنند. تست هوش هیجانی افراد که در آن ۴۲ سؤال گنجانده شده است دارای گزینه‌هایی بین کلمات موافقم تا کاملاً

¹ social standard

² social skills

³ anti-social tendency

⁴ family relations

⁵ school relation

⁶ community relation

مخالقم می‌باشد که میزان مطابقت یک فعالیت خاص با خصوصیات شخصی افراد را نشان می‌دهد. این ۴۲ سؤال پنج مؤلفه‌ی هوش هیجانی که بار - آن در سال ۱۹۹۷ طبق مدلی چندعاملی برای هوش هیجانی تدوین کرده و پنج زمینه‌ی گسترده‌ی عملکرد در حوزه‌ی مهارت‌های درون‌فردی^۱، مهارت‌های بین‌فردی^۲، سازگاری (انطباق‌پذیری)^۳، مدیریت تنش^۴ و خلق عمومی^۵ را شامل می‌شود، مورد سنجش قرار می‌دهد. از نظر وی هوش هیجانی شامل «مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیر شناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با احتیاجات و فشارهای محیطی تحت تأثیر قرار می‌دهد». وی مهم‌ترین هدف خود از تدوین مدل مورد بحث را پاسخگویی به این سؤال که چرا برخی از افراد در زندگی موفق‌تر از دیگران هستند؟ ذکر کرده است.

سازگاری اجتماعی^۶: در این تحقیق سازگاری اجتماعی میزان امتیازی است که افراد از پر کردن پرسشنامه‌ی طراحی شده‌ی کالیفرنیا دریافت می‌کنند. این پرسشنامه‌ی استاندارد که توسط کلارک و همکاران (۱۹۵۳)، جهت تعیین سازگاری فردی و اجتماعی ساخته شده است، در بخش سازگاری اجتماعی که در این پژوهش دنبال می‌شود شامل ۳۹ سؤال است که با آن سازگاری اجتماعی دانشجویان مورد بررسی قرار می‌گیرد. این ۳۹ سؤال نیز در شش بخش طراحی شده‌اند که به ترتیب قالب‌های اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، گرایش ضد اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط آموزشی و روابط اجتماعی را می‌سنجد. پاسخ‌های این ۳۹ سؤال نیز هر یک از طیف لیکرت پنج قسمتی تشکیل شده‌اند که میزان موافقت فرد را با سؤال موردنظر و با توجه به دو سر طیف که در پرسشنامه مشخص شده است، نشان می‌دهد.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت جداول مربوط به رابطه‌ی همبستگی دو متغیر اصلی یعنی هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان و همچنین مؤلفه‌های آنها آورده شده است.

¹ intrapersonal

² interpersonal

³ adaptability

⁴ stress management

⁵ general mood

⁶ social adjustment

همچنین رابطه‌ی متغیر هوش هیجانی با هر یک از مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی دانشجویان مورد ارزیابی قرار گرفته است.

جدول ۲: آزمون ضریب همبستگی میان هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان

سازگاری اجتماعی	همبستگی	
۰/۵۵۷**	ضریب همبستگی پیرسون	هوش هیجانی
۰/۰۰۰	سطح معناداری (دو طرفه)	
۴۰۷	تعداد کل نمونه	

** همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

آزمون فرضیه‌ی اول: در جدول بالا همبستگی میان دو متغیر هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان نشان داده شده است. همان‌طور که در جدول فوق مشخص است رابطه‌ی میان این دو متغیر مثبت و معنادار می‌باشد. ضریب همبستگی پیرسون میان این دو متغیر برابر با ۰/۵۷۷ بوده و رابطه‌ی آنها در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد. در نتیجه فرض صفر رد شده و فرض یک تأیید می‌شود.

جدول ۳: آزمون ضریب همبستگی میان مؤلفه‌های هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان

همبستگی	سازگاری اجتماعی	مهارت‌های درون فردی	مهارت‌های میان فردی	مدیریت استرس
مهارت‌های درون فردی	۰/۴۸۳**	۱		
مهارت‌های میان فردی	۰/۳۶۴**	۰/۲۰۱**	۱	
مدیریت استرس	۰/۳۸۳**	۰/۵۴۳**	۰/۰۴۴**	۱
خلق عمومی	۰/۴۴۸**	۰/۵۷۰**	۰/۳۲۶**	۰/۴۳۹**

** در سطح ۹۹ درصد معنادار است.

آزمون فرضیه‌ی دوم: بر اساس جدول بالا دیده می‌شود که سطح معنی‌داری رابطه‌ی متغیر مهارت‌های درون فردی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان برابر با ۰/۰۰۰ می‌باشد و با توجه به اینکه این مقدار کمتر از ۰/۰۵ است، فرضیه‌ی صفر رد می‌شود و می‌توان ادعا کرد که، بین مهارت‌های درون فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه رابطه‌ی مستقیم وجود دارد زیرا ضریب همبستگی مهارت‌های درون فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه برابر است با (۰/۴۸۳)

و به بیانی دیگر می‌توان گفت هر چه میزان مهارت‌های درون‌فردی بیشتر باشد سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه نیز بیشتر است.

آزمون فرضیه‌ی سوم: در رابطه با فرضیه‌ی سوم در جدول بالا دیده می‌شود که سطح معنی‌داری رابطه‌ی متغیر مهارت‌های بین‌فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان برابر با $0/000$ می‌باشد و با توجه به اینکه این مقدار کمتر از $0/05$ است، فرضیه‌ی صفر رد می‌شود و می‌توان ادعا کرد که، بین مهارت‌های بین‌فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه رابطه‌ی مستقیم وجود دارد زیرا ضریب همبستگی مهارت‌های بین‌فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه برابر است با $(0/364)$ و به بیانی دیگر می‌توان گفت هر چه میزان مهارت‌های بین‌فردی بیشتر باشد سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه نیز بیشتر است.

آزمون فرضیه‌ی چهارم: در رابطه با فرضیه‌ی فرعی سوم دیده می‌شود که سطح معنی‌داری رابطه‌ی متغیر مدیریت استرس دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان برابر با $0/000$ می‌باشد و با توجه به اینکه این مقدار کمتر از $0/05$ است، فرضیه‌ی صفر رد می‌شود و می‌توان ادعا کرد که، بین مدیریت استرس دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه رابطه‌ی مستقیم وجود دارد زیرا ضریب همبستگی مدیریت استرس دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه برابر است با $(0/383)$ و به بیانی دیگر می‌توان گفت هر چه میزان مدیریت استرس بیشتر باشد سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه نیز بیشتر است.

آزمون فرضیه‌ی پنجم: با توجه به نتایج جدول بالا دیده می‌شود که سطح معنی‌داری رابطه‌ی متغیر خلق کلی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنان برابر با $0/000$ می‌باشد و با توجه به اینکه این مقدار کمتر از $0/05$ است، فرضیه‌ی صفر رد می‌شود و می‌توان ادعا کرد که، بین خلق کلی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه رابطه‌ی مستقیم وجود دارد زیرا ضریب همبستگی خلق کلی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه برابر است با $(0/448)$ و به بیانی دیگر می‌توان گفت هر چه میزان خلق کلی بیشتر باشد سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه نیز بیشتر است.

در جدول ۳ رابطه‌ی همبستگی میان هوش هیجانی و مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی دانشجویان نشان داده شده است. همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود تمامی

مؤلفه‌های هوش هیجانی دارای رابطه‌ی همبستگی مثبتی با سازگاری اجتماعی دارند. رابطه‌ی همبستگی دیگر مؤلفه‌های هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان معنادار می‌باشد و از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی همان‌طور که در جدول ۳ دیده می‌شود، مؤلفه‌ی مهارت‌های درون‌فردی با مقدار $0/483$ همبستگی بیشتری با سازگاری اجتماعی دانشجویان دارد.

رگرسیون

با استفاده از روش رگرسیون گام به گام به منظور تعیین سهم و نقش هر یک از متغیرهای پیشین در تبیین واریانس متغیر مورد بررسی استفاده شد که جدول زیر ضرایب رگرسیون مربوط به رابطه‌ی دو متغیر اصلی این پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۴: مدل رگرسیون هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان

F		T			R ^r	R	
Sig	F	Sig	t	B			
0/000	202/184	0/000	9/788	16/68	0/333	0/577	(Constant)
		0/000	3/075	0/525			هوش هیجانی

در جدول ۴ اثر هوش هیجانی به‌عنوان متغیر مستقل بر روی سازگاری اجتماعی دانشجویان به‌عنوان یک متغیر وابسته مورد ارزیابی قرار گرفته است. همان‌طور که در جدول فوق نشان داده شده است، با توجه به اینکه $P\text{-Value}$ برای این اثر برابر است با $0/000$ و این مقدار کوچکتر از $0/05$ می‌باشد، اثر معنادار و مثبت هوش هیجانی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان در سطح معناداری $0/999$ را می‌توان نتیجه گرفت و در نتیجه فرضیه‌ی H رد می‌شود. همچنین ملاحظه می‌شود که ضریب بتا برای این اثر برابر است با $0/525 =$ و ضریب تعیین این اثر برابر است با $R^r = 0/333$ که در سطح $0/999$ معنادار می‌باشد. در این قسمت دیده می‌شود که $P\text{-Value}$ مربوط به آماره‌ی F از $0/05$ کمتر است و در نتیجه رابطه‌ی بررسی شده بین دو متغیر از نوع خطی می‌باشد. مدل رگرسیونی حاصل از تأثیر هوش هیجانی بر روی سازگاری اجتماعی دانشجویان عبارتست از:

$$\text{(هوش هیجانی)} = 16/68 + 0/525 \times \text{سازگاری اجتماعی دانشجویان}$$

رگرسیون گام به گام متغیر وابسته سازگاری اجتماعی

در این بخش در جدول ۵ ضرایب مربوط به اثر رگرسیونی هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان نشان داده شده است. به منظور ارزیابی قدرت تبیین متغیرهای پیش‌بین مطرح شده در مدل برنامه‌ریزی شده که روابط آنها قبلاً به آزمون گذاشته شده، از روش تحلیل خطی چند متغیره، به روش گام به گام استفاده شده است. جهت استفاده از رگرسیون گام به گام، با توجه به نتایج آزمون فرضیات در بخش جداول همبستگی عمل شده و متغیرهایی وارد معادله گردیده‌اند که بر اساس نتایج آزمون‌های انجام شده، رابطه‌ی معنی‌داری میان آنها با متغیر ملاک مشاهده شده است (در اینجا همه دارای رابطه‌ی معنادار بوده‌اند؛ در نتیجه همه وارد شدند).

جدول ۵: نتایج رگرسیون گام به گام متغیر وابسته سازگاری اجتماعی

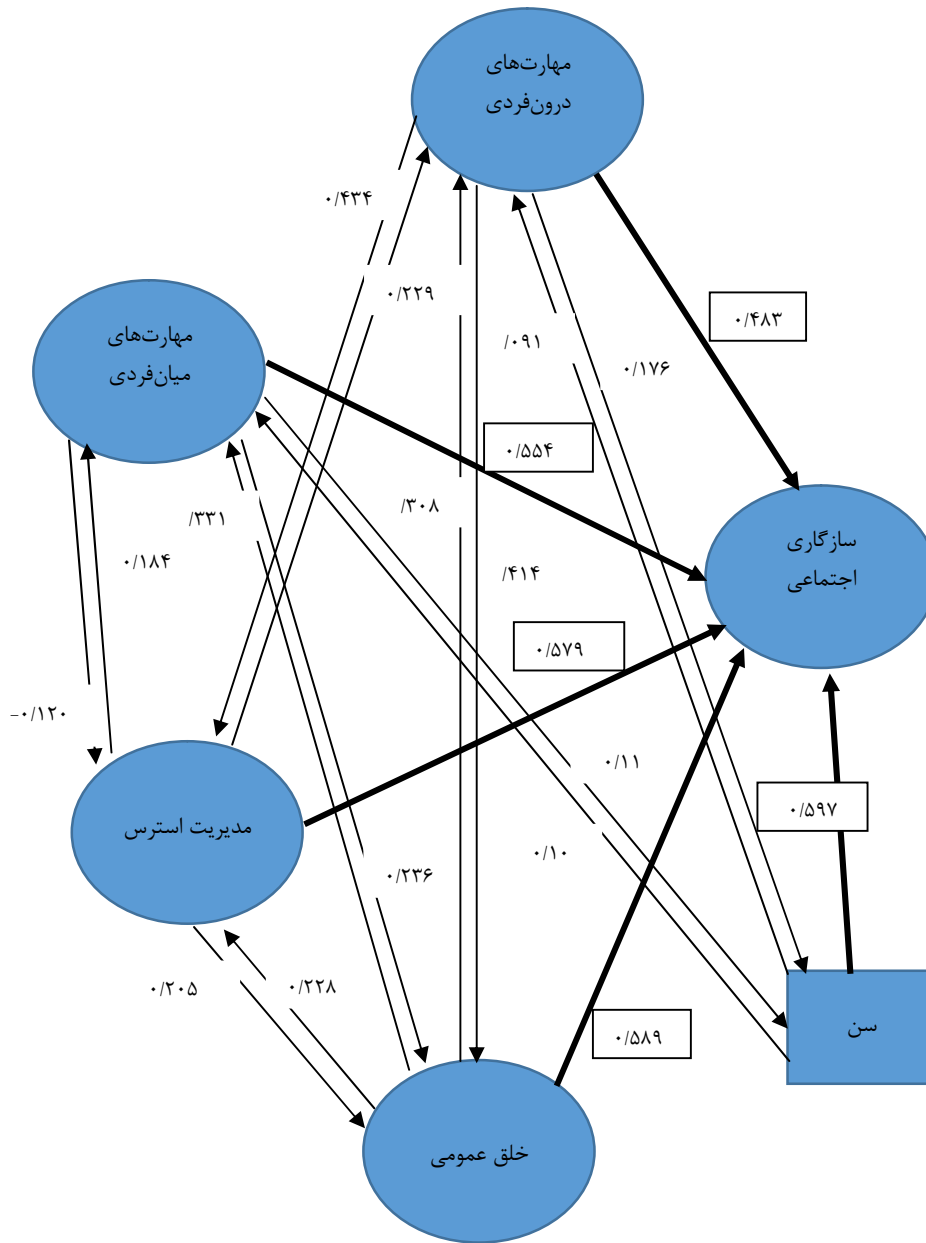
Sig	F	R ^r	R	sig	T	B	متغیر پیش‌بینی کننده	
.۰۰۰	۱۲۲/۹۰۷	۰/۲۳۳	۰/۴۸۳	۰/۰۰۰	۴/۴۶۷	۰/۲۴۰	۰/۴۸۴	مهارت درون‌فردی
	۸۹/۵۸۴	۰/۳۰۷	۰/۵۵۴	۰/۰۰۰	۵/۷۵۰	۰/۲۴۷	۰/۹۴۹	مهارت میان‌فردی
	۶۷/۵۷۵	۰/۳۳۵	۰/۵۷۹	۰/۰۰۱	۳/۳۹۳	۰/۱۶۶	۰/۵۸۸	مدیریت استرس
	۵۳/۳۹۸	۰/۳۴۷	۰/۵۸۹	۰/۰۰۵	۲/۸۰۷	۰/۱۴۵	۰/۶۸۶	خلق عمومی

همان‌طور که جدول بالا نشان داده، تحلیل رگرسیون گام به گام تا چهار گام پیش رفته است. در گام اول، متغیر مهارت درون‌فردی وارد معادله شده که میزان ضریب همبستگی آن (R) با متغیر وابسته (سازگاری اجتماعی) $۰/۴۸۳$ بدست آمده است. در این مرحله، ضریب تعیین برابر $R^r = ۰/۲۳۳$ به دست آمده است. با وارد شدن دومین متغیر یعنی مهارت میان‌فردی، ضریب همبستگی چندگانه $R = ۰/۵۵۴$ ، ضریب تعیین $R^r = ۰/۳۰۷$ بدست آمد. با ورود متغیر سوم یعنی مدیریت استرس، ضریب همبستگی چندگانه $R = ۰/۵۷۹$ و در این مرحله، ضریب تعیین برابر $R^r = ۰/۳۳۵$ گزارش شده. با ورود آخرین متغیر یعنی خلق عمومی، $R = ۰/۵۸۹$ و ضریب تعیین $R^r = ۰/۳۴۷$ بدست آمده است. در نتیجه قوی‌ترین پیش‌بینی کننده‌ی متغیر سازگاری اجتماعی دانشجویان، متغیر مهارت‌های درون‌فردی است که به تنهایی ۲۳ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی دانشجویان را تبیین می‌کند. در مرحله‌ی دوم با ورود متغیر مهارت میان‌فردی به مدل، ضریب تعیین به ۳۱ درصد می‌رسد که نشان می‌دهد این متغیر، ۷ درصد به قدرت پیش‌بینی مدل افزوده است. در مرحله‌ی سوم با ورود متغیر مدیریت استرس به مدل، ۳

درصد به قدرت پیش‌بینی مدل افزوده شد و بعد از آن در مرحله‌ی چهارم و با ورود متغیر خلق عمومی به مدل، ضریب تعیین به ۳۵ درصد می‌رسد، این نکته بیانگر این می‌باشد که این متغیر هم توانسته، ۱ درصد به قدرت پیش‌بینی اضافه کند. با این تفصیل، چهار متغیر مهارت درون‌فردی، مهارت میان‌فردی، مدیریت استرس و خلق عمومی به ترتیب قدرت پیش‌بینی، قادرند ۳۵ درصد از میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان را تبیین نمایند.

تحلیل مسیر

به منظور تعیین چگونگی تأثیر مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته از تحلیل مسیر استفاده شده است. در این میان متغیر سن که از نوع جمعیت‌شناختی می‌باشد و رابطه‌ی معنی‌داری را با متغیر وابسته دارا بوده است نیز در مدل آورده شده است. مقدار تأثیر مستقیم متغیرها بر سازگاری اجتماعی در مستطیل آمده و همان‌طور که در شکل مشخص است، بیشترین تأثیر مستقیم را از مؤلفه‌های هوش هیجانی خلق عمومی بر سازگاری اجتماعی داشته است. اما در کل بر حسب تبیین متغیرهای وارد شده در مدل متغیر سن توانسته با مقدار $0/598$ بیشترین تأثیر مستقیم را بر متغیر وابسته‌ی این پژوهش داشته باشد.



نمودار ۱: نمودار تحلیل مسیر

بحث و نتیجه‌گیری

اجتماعی شدن یک فرایند دو جانبه ارتباطی میان فرد و جامعه است. به همین دلیل جریانی پیچیده به‌شمار می‌آید که ابعاد و جوانب گوناگون دارد. کسب مهارت‌های اجتماعی، چگونگی برقراری ارتباط با سایر افراد و سازگاری اجتماعی، از جمله این ابعاد هستند. هر چند که برای شناسایی عوامل مرتبط با سازگاری اجتماعی تلاش‌های نظری و تجربی زیادی صورت گرفته، اما یکی از پدیده‌هایی که در دهه‌ی اخیر در رابطه با سازگاری قشر دانشجویی با محیط تحصیلی نظر پژوهشگران را به خود جلب کرده پدیده‌ی هوش هیجانی بوده است که دلیل این امر توانایی فرضی هوش هیجانی بالاتر در حل بهتر مسائل، کاستن از میزان تعارضات بین آنچه که انسان احساس می‌کند یا آنچه فکر می‌کند یا همان تقابل عقل و احساس، مشاهده‌ی زندگی شاد و موفقیت‌آمیز، برقراری ارتباط سالم و کارآمد با اطرافیان و سازگار شدن با محیط‌ها و همسالان جدید است. هوش هیجانی به‌عنوان یک مفهوم جدید در روان‌شناسی حاصل در هم تنیدگی دو ذهن هیجانی و عقلانی است؛ هوش هیجانی رابطه‌ی متقابل عقل و احساس است و از آنجا که انسان‌ها به طور غالب نه به‌طور عقلانی هستند و نه احساسی از قابلیت فرد برای انطباق با محیط اطراف و کنار آمدن با مشکلات زندگی به کارکرد ترکیبی قابلیت‌های عاطفی و عقلانی بستگی دارد. امروزه هوش هیجانی به غیر از روانشناسی موضوع مورد بحث بسیاری از تحقیقات و پژوهش‌های مربوط به حوزه‌های روان‌شناسی اجتماعی و حتی جامعه‌شناسی نیز شده است.

در این پژوهش رابطه و اثر هوش هیجانی بر سازگاری اجتماعی ۴۰۷ نفر از دانشجویان دانشگاه یزد که در رده‌ی سنی ۱۸ تا ۳۴ سال بودند، به‌عنوان نمونه مورد ارزیابی قرار گرفت. از کل تعداد حجم نمونه ۱۸۳ دانشجوی پسر و ۲۲۴ دانشجوی باقی‌مانده دختر می‌باشند. ۹۰ نفر از کل جمعیت جامعه‌ی آماری متأهل و ۳۱۷ باقی‌مانده مجرد هستند. در این میان ۳۰۷ نفر دانشجوی لیسانس ۷۹ نفر دانشجوی فوق لیسانس و ۲۱ نفر نیز در مقطع دکتری مشغول به تحصیل بوده‌اند. در بخش اول رابطه و اثر هوش هیجانی به‌عنوان یک متغیر مستقل بر روی سازگاری اجتماعی دانشجویان به‌عنوان یک متغیر وابسته بررسی شد. تجزیه و تحلیل‌های انجام شده با استفاده از روش‌های آمار استنباطی نشان داد که هوش هیجانی ارتباط و اثری مثبت و معنادار بر روی سازگاری اجتماعی

دانشجویان دارد که این نتیجه با تمام یافته‌های مطالعه‌ی ادیمو (۲۰۰۵)، مطابقت دارد و بدین ترتیب فرضیه‌ی اصلی این پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. در ادامه به منظور آزمون فرضیه‌های فرعی این پژوهش، اثر مؤلفه‌های هوش هیجانی به‌عنوان پنج متغیر مستقل به صورت جداگانه بر روی سازگاری اجتماعی دانشجویان به‌عنوان متغیر وابسته مورد سنجش قرار گرفت. در آخر با آزمون رگرسیون گام به گام و وارد کردن متغیرهایی که معنادار گزارش شده بودند، مدل پنج گام پیش رفت و متغیرهای معنادار توانستند در کل ۳۶ درصد از متغیر سازگاری اجتماعی را تبیین کنند.

همان‌طور که نتایج نشان داد، یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه رابطه‌ی معنادار دارند؛ همچنین تمام مؤلفه‌های هوش هیجانی نیز دارای رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری با سازگاری اجتماعی دانشجویان بوده‌اند که این نتایج با نتایج مربوط به پژوهش‌های میکایلی (۱۳۸۸)، رضویان شاد (۱۳۸۴) و پژوهش صفوی و لطفی (۲۰۰۸) همخوانی داشته است.

به صورت جزئی‌تر نتایج نشان داد، مهارت‌های درون‌فردی دانشجویان دانشگاه یزد که یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های هوش هیجانی بوده، با سازگاری اجتماعی دانشجویان با محیط دانشگاه رابطه‌ی مثبت و معناداری داشته است. بنابر تحلیل داده‌ها بخش دیگری از نتایج مبنی بر وجود رابطه بین مهارت‌های بین‌فردی دانشجویان دانشگاه یزد و سازگاری اجتماعی آنان با محیط دانشگاه بوده و حتی رابطه‌ی معنی‌دار و مثبتی بین مقیاس مدیریت استرس دانشجویان دانشگاه یزد با محیط دانشگاه گزارش شد و این نتایج نیز با مطالعات ونگ و آنگ (۲۰۰۷)، هماهنگی می‌کرد. آخرین مؤلفه از مؤلفه‌های هوش هیجانی که مقیاس خلق عمومی دانشجویان بود نیز با سازگاری اجتماعی آنان دارای رابطه‌ی معنادار گزارش شده است.

سازگاری آموزشی، اجتماعی، فردی و هیجانی با محیط دانشگاه به معنای موفقیت آموزشی، رضایت اجتماعی و آرامش روحی است. دورانی که فرد در در دانشگاه سپری می‌کند دوران حساسی است، زیرا دانشجو با تغییرات اساسی در آموزش، ارتباطات اجتماعی و خانوادگی و امور فردی روبه‌رو می‌شود. آموزش در دانشگاه فرآیند پیچیده‌ای است که دانشجویان تجارب متفاوتی از آن به‌دست می‌آورند. اتفاقاتی که در زندگی دانشجو

رخ می‌دهد و فشار بیش از حد بر او ممکن است اضطراب و ناراحتی برایش ایجاد کند. دانشجویان سال اول با موارد خاصی روبه‌رو می‌شوند که نیاز به صرف انرژی بیشتری برای سازگاری با محیط دانشگاه دارند. آنها باید با محیط اجتماعی جدید و فشارهای جدید آموزشی خود را تطبیق دهند. آموزش هوش هیجانی باعث افزایش سازگاری فردی - اجتماعی دانشجویانی می‌شود که تازه وارد محیط جدید دانشگاه شده‌اند و احتمالاً این آموزش می‌تواند در آن نکته نهفته باشد که این افراد چون مهارت‌هایی مانند: گوش دادن با دقت به دیگران (به‌عنوان یکی از آیتم‌های مهم در سازگاری)، مهارت‌های سازش‌جویانه و مسالمت‌آمیز با دیگران مردم‌آمیزی و همچنین احترام گذاردن 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 گرفته‌اند، در روابط شخصی و بین‌فردی موفق‌تر عمل کنند، زیرا آن مهارت‌ها تأثیر متقابل روی مخاطبان آن‌ها گذاشته و باعث پذیرش بیشتر و ارتباط بهتر و صمیمی‌تر شده، اعتماد به نفس فرد را افزایش داده و در نهایت میزان سازگاری فرد را ارتقاء می‌بخشد.

تحقیق حاضر تلاش اولیه‌ای در راستای بررسی اثر هوش هیجانی افراد بر سازگاری اجتماعی دانشجویان دانشگاه یزد به‌شمار می‌رود و بی‌شک کاستی‌های بسیاری دارد. با این حال در این تحقیق تلاش شد تا میزان هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه یزد با استفاده از پرسشنامه‌ای استاندارد و نرم‌افزار *SPSS* مورد ارزیابی قرار بگیرد و ارتباط و اثر آن بر سازگاری اجتماعی دانشجویان دانشگاه یزد بررسی شود؛ بنابراین برای سنجش میزان هوش هیجانی افراد و بکارگیری آن در راستای افزایش سازگاری آموزش؛ پیگیری‌های گسترده‌تری لازم است. همان‌طور که پیش از این نیز اشاره شد در راستای استفاده از اثر هوش هیجانی برای بالا بردن میزان سازگاری نه تنها تقویت و توجه به یک بعد هوش هیجانی بی‌نتیجه نخواهد بود، اما بهتر است که تمامی مؤلفه‌های هوش هیجانی مدنظر قرار بگیرند و ارتقاء یابند. در نتیجه با توجه به اینکه در این تحقیق برای بررسی دو مؤلفه‌ی مربوطه از پرسشنامه‌هایی استاندارد و مدل‌های مربوطه استفاده شده است باید توجه داشت که در این راستا پرسشنامه‌های دیگری نیز وجود دارد که برای این دو مؤلفه فاکتورها و مؤلفه‌های دیگری را در نظر گرفته‌اند. محققانی که علاقه‌مند به انجام تحقیقاتی

در این زمینه می‌باشند، می‌توانند از مدل‌ها و پرسشنامه‌های دیگری نیز استفاده نمایند. مطمئناً انجام چنین تحقیقاتی در صورتی که به جوابی مشابه برسند، مؤید وجود رابطه بین این دو مؤلفه می‌باشند و اعتبار این رابطه را افزایش می‌بخشند.

فهرست منابع:

- اتکینسون، ریتال؛ اتکینسون، ریچارد و هیلگارد، ارنست (۱۳۸۳). زمینه‌ی روانشناسی، ترجمه‌ی محمدنقی براهنی و دیگران، جلد دوم، تهران: انتشارات رشد، چاپ دوازدهم.
- اسلامی‌نسب، علی (۱۳۷۳). روانشناسی سازگاری، تهران: چاپ و نشر بنیاد.
- پروین، لارنس‌ای (۱۳۷۴). روانشناسی شخصیت، ترجمه‌ی محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، تهران: رسا.
- حجاری، سارا (۱۳۸۴). بررسی اثربخشی آموزش گروهی حل مسأله بر میزان سازگاری اجتماعی زنان مبتلا به اختلال دوقطبی شهرستان اصفها، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه اصفهان.
- رضویان‌شاد، مرتضی (۱۳۸۴). رابطه‌ی هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تبریز.
- روشنایی، مهرناز (۱۳۸۹). "تأثیر عوامل فردی و خانوادگی بر سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه"، پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، دوره‌ی ۱۶، شماره‌ی ۱۹.
- سیاروچی، ژوزف؛ فورگاس، ژوزف و مایر، جان (۱۳۸۳). هوش عاطفی در زندگی روزمره، ترجمه‌ی اصغر نوری امام‌زاده‌ای و حبیب‌ا... نصیری، اصفهان: انتشارات نوشته.
- شولتس، دوان (۱۳۶۴). روانشناسی کمال، ترجمه‌ی گیتی خوشدل، تهران: نشر نو.
- صدیقی، کلثوم (۱۳۸۰). بررسی رابطه‌ی بخشی آموزش شناختی - رفتاری عزت نفس بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر پایه‌ی سوم دبیرستان‌های نیشابور، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.
- صفوی، محبوبه؛ موسوی لطفی، سیده مریم و لطفی، رضا (۱۳۸۸). "بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و سازگاری عاطفی - اجتماعی دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی شهر تهران"، مجله‌ی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، سال چهاردهم، شماره‌ی ۵.
- عابدینی، یاسمین (۱۳۸۱). بررسی رابطه‌ی مهارت‌های حل مسائل اجتماعی با پذیرش همسالان در دانش‌آموزان دختر پایه‌های دوم و پنجم ابتدایی شهر تهران، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی روانشناسی تربیتی، دانشگاه تهران، دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی.

میکائیلی منبع، فرزانه (۱۳۸۷). "رابطه‌ی سبک‌های هویت، تعهد هویت و جنسیت با سازگاری دانشجویان با دانشگاه"، فصلنامه‌ی مطالعات روانشناختی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره‌ی ۶، شماره‌ی ۲.

_____ (۱۳۸۸). "بررسی رابطه‌ی سازگاری با دانشگاه و هوش هیجانی - اجتماعی در دانشجویان سال اول دانشگاه ارومیه: نقش سخت‌روی"، مجله‌ی پژوهش‌های مشاوره، دوره‌ی ۳، شماره‌ی ۳۵.

والی‌پور، ایرج (۱۳۸۰). روانشناسی سازگاری، تهران: انتشارات وحید.

یارمحمدیان، احمد و شریفی‌راد، حیدر (۱۳۹۰). "تحلیل رابطه‌ی بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی در نوجوانان"، جامعه‌شناسی کاربردی، سال بیست و دوم، شماره‌ی پیاپی (۴۴)، شماره‌ی چهارم.

یمنی‌دوزی سرخابی، محمد (۱۳۷۱). "تحلیلی بر ناسازگاری دانش‌آموزان دوره‌ی ابتدایی"، فصلنامه‌ی تعلیم و تربیت، شماره‌ی ۴.

Abraham, A. Verghese, A. (1986). "Eysenck Personality Inventory and Bell's Adjustment Inventory", *Indian Journal of Clinical Psychology* 13: 125-126.

Adcyemo D. A. (2005). "The buffering effect of emotional intelligence on the adjustment of secondary school students in transition", *Electronic Journal of Research Educational Psychology* 2 (6-3): 79-90.

Bar-On, R. (2005). "The Impact of Emotional Interlligence on Subjective Well-being", *Perspectives in Education*, 23 (2): 41-61.

Bar-On, R. (1997). "The Emotional Quotient Inventor (EQ-I) ; A Measure of emotional intelligence", Toronto, Conada: Multi-Health systems: 118-130.

Baron, R. A. and Markman, G. D. (2000). "Beyond social capital: how social skills can enhance entrepreneurs", *The Academy of Management Executive*. 14: 106-116.

Biederman J. Faraone S. Barth R. P. Chen W. J. (1993). "Social adjustment inventory for children and adolescents", *Journal of American Academic Child and Adolescence Psychiatry*, 32 (5): 1059-1065.

Ciarrochi, J., & Scott, G. (2006). "The Link between Emotional Competence and Well-being: A Longitudinal Study", *British Journal of Guidance & Counselling*. 34: 231-243.

Dhingra, R., Manhas, S., & Thakur, N. (2005). "Establishing Connectivity of Emotional Quotient (E.Q), Spiritual Quotient with Social Adjustment: A Study of Kashmiri Migrant Woman", *J. Hum. Ecol.* 18 (94): 313-317.

Marquze P. G-O. Martin R. P. & Brackett M. C (2006). "Relating emotional intelligence to social competence and academic achivment in high school students", *Psicothema* 18: 118-123.

Petrides, K.V. & Hurnham , A. (2001). "Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies", *European Journal of Personality*. 15: 425-448.

Salovey, P. & Mayer J. D (1990). "Emotional Intelligence. Imagination", *Cognition and Personality* 9: 185-211.

Seevers, R. & Jones-Blank, M. (2008). "The effects of social skills training on social skill development and on student behavior", *National forum of special educational journal*. V. 19. N1.

Wintre; M.G, S. K. E. Gates; W. M. Pancer; M. S. Pratt; J. Polivy; S.Birnie-Lefcovitch; G. Adams (2011). "The Student Perception of University Support and Structure Scale: Development andValidation", *Journal of Youth Studies*, 12, 25.

Wong, S. & Ang R. P. (2007). "Emotional competencies and maladjustment in Singaporea adolescents", *Peresonal and Individual Differences* 43 (8): 2193-2204.