

فصلنامه رهبری و مدیریت آموزشی  
دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار  
سال دهم، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۵  
صص ۹۳-۸۳

## رابطه بین هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان الیگودرز

خلیل غفاری<sup>۱</sup>، سید سعید حسینی<sup>۲</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی در دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهرستان الیگودرز در سال ۱۳۹۲ بوده است. روش تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی بوده است. نمونه آماری پژوهش، مشتمل بر ۷۰ نفر دانش آموز مقطع متوسطه (۳۵ نفر دانش آموز پسر و ۳۵ نفر دانش آموز دختر) بوده که با روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شده‌اند. در این تحقیق از دو پرسشنامه: هوش هیجانی بار - آن و شخصیت مینه سوتا M.M.P.I فرم کوتاه، برای جمع آوری اطلاعات استفاده گردیده است. برای پایایی آزمون هوش هیجانی بار - آن، آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۹۳ و پایایی آزمون شخصیت مینه سوتا فرم کوتاه نیز ۰/۹ گزارش شده است. روش‌های آماری مورد استفاده در این پژوهش، ضریب همبستگی و آزمون t مستقل است. نتایج حاصله مبین آن است که بین وسواس فکری - عملی و هوش هیجانی رابطه معنی داری معکوس وجود دارد. همچنین بین وسواس فکری - عملی در دانش آموزان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد و وسواس فکری - عملی در دختران بیش از پسران می‌باشد. علاوه بر این، بین هوش هیجانی در دانش آموزان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد و هوش هیجانی در دختران بیش از پسران می‌باشد.

**کلید واژه‌ها:** هوش هیجانی، وسواس فکری - عملی، دانش آموزان مدارس متوسطه

پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۶/۱۹

دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۲/۸

<sup>۱</sup> - عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین (نویسنده مسئول) ghaffari20500@yahoo.com

<sup>۲</sup> - عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور Hosseiniseyyedsaeed@yahoo.com

### مقدمه

گلמן (۱۹۹۵) هوش هیجانی را به عنوان یکی از مؤلفه‌های سلامت روان معرفی نموده و بر این باور است که برای ارتقاء سلامت روان باید مؤلفه‌های هوش هیجانی را در افراد پرورش داد. همچنین، بار-آن نیز تحت عنوان بهره هیجانی آن را عبارت از قابلیت‌ها و مهارت‌ها می‌داند که بر روی توانایی فرد برای مقابله مؤثر با احتیاجات محیط و فشارهای آن اثر می‌گذارد به طور خلاصه می‌توان گفت که میزان هوش افراد، ضامن موفقیت آنها در بلندمدت و کل زندگی نمی‌باشد، بلکه ویژگی‌های دیگری برای برقراری ارتباطات مناسب انسانی و موفقیت در زندگی لازم است که هوش هیجانی نامیده شود. (هرمان ۱۹۹۲ به نقل از سالوی و همکاران).

امروزه اغلب پژوهش‌ها، سعی بر این دارند که میزان تاثیرگذاری هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن را در جنبه‌های مختلف زندگی همچون ارتباط، تحصیل، شغل، زندگی و نظایر آن مورد بررسی قرار دهند. هوش هیجانی، آخرین و جدیدترین تحول در زمینه‌های فهم ارتباط میان تعقل و هیجان است. (بار-آن، ۲۰۰۶: ۱۵). اختلال و سواس فکری- عملی، یک اختلال اضطرابی بسیار ناتوان ساز است. خصیصه اصلی اختلال و سواس فکری- عملی، وجود و سواس‌های فکری یا عملی مکرر و شدیدی است که رنج و عذاب زیادی را به بار می‌آورد. این و سواس‌ها اختلال قابل ملاحظه‌ای در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت‌های معمول اجتماعی یا روابط فردی ایجاد می‌کنند. (کاپلان و سادوک، ۱۳۷۷: ۱۳۲). افکار و سواسی همان عقاید، تصورات و تکانه‌هایی هستند که به طور مکرر به ذهن فرد خطور می‌کنند. اعمال و سواسی نیز به صورت رفتارهای کلیشه‌ای بروز می‌کند که فرد مبتلا، به طور مداوم آن‌ها را تکرار می‌کند.

در زندگی مدرن و صنعتی امروز، به دلیل شرایط پیچیده، متغیر و غیرقابل پیش‌بینی، اغلب افراد به نحوی از انحاء، مستعد، ابتلا به و سواس فکری- عملی می‌باشند. بدین ترتیب، یکی از عمده‌ترین مشکلاتی که امروزه افراد مختلف و از جمله دانش‌آموزان با آن مواجه و درگیر هستند، ابتلا به اختلال و سواس فکری- عملی است. بنابراین، آن چه حائز اهمیت بوده و ضرورت انجام پژوهش‌ها و مطالعات مختلف در این زمینه را تبیین می‌کند، شناسایی استراتژی‌های پیشگیرانه و راهبردهای مقابله با اشکال و انواع مختلف و سواس، به ویژه و سواس فکری- عملی در دانش‌آموزان است. استراتژی‌ها و راهبردهایی که می‌توانند به شیوه‌های گوناگون، پیامدهای منفی و نامطلوب و سواس فکری- عملی را مهار و کنترل نمایند.

راهبردهایی که فرد در مقابله با شرایط زمینه ساز و عوامل بروز وسواس فکری - عملی به کار می برد، نقش اساسی در سلامت جسمانی و روانی او ایفا می کند.

**هوش هیجانی:** هوش هیجانی، انتخاب هوشیارانه تفکر، احساس و عمل برای دستیابی به بهترین نتیجه در ارتباط با خود و دیگران است. سالوی و مهیر (۱۹۹۰) هیجانها را پاسخهای سازمان یافته ای تعریف می کنند که محل برخورد زیرسیستم های دیگر روان شناختی بوده و سیستم های فیزیولوژیکی، شناختی، انگیزشی و تجربه ای را در بر می گیرد. (اکبرزاده، ۱۳۸۳: ۷۸). آنان همچنین، هوش هیجانی را نوعی پردازش هیجانی می دانند که توجه به هیجانها ارزیابی صحیح آنها در خود و دیگران، نظم بخشی سازمان یافته آنها و ابزار مناسب آنها را در بر می گیرد. (ریو، ۱۳۸۸: ۴۹). گلמן هوش هیجانی را توانایی حفظ انگیزه، مقاومت در برابر نامایمات، کنترل تکانه ها، توانایی به تعویق انداختن کامیابی ها، همدلی با دیگران و امیدوار بودن تعریف می کند. همچنین، هوش هیجانی توانایی درک و فهم هیجانها و عواطف است به منظور تعمیم آن به عنوان حامی اندیشه، شناخت هیجانها و دانش هیجانی تا بتوانیم آنها را نظم داده تا موجبات رشد عقلی، عاطفی و هیجانی فراهم گردد. (گلמן، ۱۳۸۰: ۶۵). بار-آن (۲۰۰۱) هوش هیجانی را در بر گیرنده مجموعه ای از مهارتها، استعدادها و توانایی های غیر شناختی می داند که توانایی فرد را در رویارویی با فشارها و شرایط محیطی بطور موفقیت آمیزی افزایش می دهد (آقایار، شریفی، ۱۳۸۳: ۹۶).

**مؤلفه های هوش هیجانی:** هوش هیجانی شامل چهار مؤلفه می باشد که عبارتند از:

۱. خود آگاهی: از طریق شناخت عمیق عواطف، هیجانها و حالات روانی دیگران، نقاط قوت و ضعف و توانایی ارزیابی صحیح از خود به دست می آید. خود آگاهی به افراد اجازه می دهد تا نقاط قوت و محدودیت های خود را بشناسند.

۲. خود مدیریتی: توانایی کنترل و اداره کردن عواطف و هیجانها، توانایی حفظ آرامش در شرایط بحرانی و استرس زا، توانایی خود انگیزشی و ابراز منویات درونی است. به عبارتی خود مدیریتی، توانایی کنترل عواطف و هیجانات و رفتارهای صادقانه و درست است. افراد با مهارت خود مدیریتی اجازه نمی دهند بدخلقی ها در طول روز از آنها سر بزنند و می دانند منشاء بد خلقی ها کجاست و ممکن است چقدر طول بکشد. (الیاسی، ۱۳۸۹: ۵۳).

۳. آگاهی اجتماعی: افراد دارای این مهارت دقیقاً می‌دانند که گفتار و کردارشان بر دیگران تأثیر می‌گذارد و می‌دانند اگر تأثیر رفتارشان منفی باشد باید آن را تغییر دهند. یک نمونه از مهارت آگاهی اجتماعی، همدلی است. همدلی یعنی توانایی ورود به احساسات دیگران یا توانایی درک احساسات کارکنان در فرآیند تصمیم‌گیری هوشمند فردی یا گروهی.

۴. مدیریت روابط: شامل برقراری ارتباطات، تاثیرگذاری، تشریک مساعی و کار گروهی است. از این مهارت می‌توان در جهت گسترش شور و اشتیاق و حل تعارضات استفاده کرد. مهارت‌های خود آگاهی و خود مدیریتی مربوط به حوزه فردی است اما مهارت‌های آگاهی اجتماعی و مدیریت روابط به چگونگی برقراری رابطه با افراد و اجتماع بر می‌گردد و بیشتر به توانایی افراد در حفظ صحیح روابط خود با دیگران می‌پردازند. (بلوچی، ۱۳۷۹: ۸۲).

**وسواس فکری - عملی:** وسواس یک اختلال اضطرابی دارای پایه زیست‌شناختی است که اغلب از کودکی شروع می‌شود و ممکن است الگوی خانوادگی داشته باشد. (صالحی و همکاران، ۱۳۸۳: ۵۹). وسواس در واقع فکر، کلمه یا تصویری است که به رغم اراده انسان، به هشیاری وی هجوم می‌آورد، سازمان روانی را تحت سیطره خود قرار می‌دهد و اضطراب گسترده‌ای را در فرد بر می‌انگیزد. در واژگان پزشکی، وسواس این‌گونه تعریف می‌شود: "عقاید، افکار، تکانه‌ها، یا تصوراتی که تکرار شونده و با دوام‌اند و می‌توان گفت که حداقل در ابتدا، تجربه‌ای مزاحم و احمقانه هستند" (محمدی و مسعودی، ۱۳۸۳: ۲۴). واکنش‌سازی، ابطال، جداسازی، توجیه عقلی و دلیل تراشی از جمله مکانیسم‌های دفاعی هستند که ممکن است منجر به پیدایش وسواس شوند.

روانکاوان وسواس را نوعی غریزه‌ناخورده و ناخودآگاه و حالتی می‌دانند که در آن فکر، میل یا عقده‌ای خاص که اغلب وهم آمیز و اشتباه است، آدمی را در بند خود می‌گیرد. آنچنان‌که حتی اختیار و اراده را از او سلب می‌کند. (قائمی امیری، ۱۳۶۵: ۱۵).

وسواس یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها و اختلالات عصبی عصر ما است که "شکل خفیف آن در اغلب انسان‌ها به صورت افکار و اعمال ناخواسته وجود دارد و جلوه آن را به صورت شک و تردید، عدم امکان تمرکز فکری، تصمیم‌گیری‌ها و اجراهای نامتعارف می‌بینیم". (همان: ۱۷). بدین ترتیب، ممکن است هر یک از ما با افکاری برجای مانده از گذشته در ذهنمان مواجه شویم. این افکار، حتی با وجود عدم تمایل ما، به طور مرتب به ذهن ما می‌آیند و طبیعت تکرار

شونده آنها تا حدی موجب ناراحتی ما می‌گردد؛ و یا برخی از ما گاهی مجبور به انجام یک کار به شیوه‌ای می‌شویم که خودمان می‌دانیم غیرمنطقی است. افراد مبتلا به وسواس، به راحتی نمی‌توانند از شر افکار و اعمال غیرمنطقی و مداوم خلاصی یابند. (ویل و ویلسون، ۱۳۸۵: ۱۰۸).

وسواس ممکن است به دو شکل فکری و عملی افراد مبتلا را درگیر نماید. وسواس فکری، عقیده، هیجان یا تکانه‌ای است که به طور مکرر و برخلاف میل شخص وارد ضمیر هشیار او می‌شود. این افکار، تکانه‌ها یا تصاویر ذهنی به طور مداوم و مقاوم برای شخص اتفاق افتاده و ناراحتی و اضطراب بارزی را در او برمی‌انگیزند. "وسواس عملی تکانه غیرقابل مقاومتی برای انجام یک عمل غیرمنطقی مانند شستن مکرر، دعای مداوم و غیره است." (کاپلان و سادوک، ۱۳۷۷: ۳۱).

بنابراین، اختلال وسواس فکری - علمی با وسواس‌های فکری، رفتارهای اجباری و یا هر دو آنها مشخص می‌گردد. وسواس‌های فکری افکار یا تجسم‌های ناخوانده‌ای هستند که به طور مکرر وارد آگاهی و ضمیر هشیار می‌شوند. در حالی که رفتارهای اجباری، در ظاهر امر رفتارها و عادات مکرر غیر قابل توقف هستند که شخص باهدف کاهش ناراحتی و اضطراب خود آنها را انجام می‌دهد. هم افکار وسواسی و هم رفتارهای اجباری معمولاً توسط خود مبتلایان، غیر واقع‌گرایانه و غیر منطقی ارزیابی می‌شوند؛ اما آنان خود را ناتوان از متوقف کردن آن افکار و رفتارها می‌دانند. (دادستان، ۱۳۸۸: ۱۴۵). به بیان دیگر، وسواس فکری - عملی، یکی از اختلالات روانی است که گاهی اوقات به صورت اعمال مستمر و پی‌در پی و گاهی هم به صورت وسواس فکری بروز می‌کند. (رمضانی، موسوی، ۱۳۸۶: ۱).

هنگام بروز اختلال وسواس فکری - عملی، فرد نسبت به اختلال خود هشیار است، او در واقع، اختلال را تحمل می‌کند. مع‌هذا در پاره‌ای از شخصیت‌های وسواسی، نشانه مرضی به منزله بخشی از سازمان یافتگی روانی فرد در می‌آید. (حیدری نراقی، ۱۳۸۹: ۴۷).

تردیدهای وسواسی ممکن است بر زندگی گذشته و یا آینده متمرکز شوند. تردید وسواس آمیز نسبت به گذشته، به باز پدید آوری دائم آن منجر می‌شود و پرسش فرد از خود درباره درست بودن اعمال گذشته و پیامدهای آنها، [نگرانی] اصلی وی را تشکیل می‌دهد. تردید نسبت به آینده زندگی را دچار اختلال می‌سازد؛ زیرا توانایی تصمیم‌گیری را از فرد سلب می‌کند.

(دادستان، ۱۳۸۸: ۱۴۸). رفتارهای وسواسی دارای دو دامنه‌اند: افکار وسواسی (وسواس ذهنی شده) و اعمال بی اختیار.

امروزه باور غالب این است که توجه واقعی مدیران، معلمان و مربیان به عواطف، احساسات و هیجانات دانش آموزان می‌تواند از بروز عوامل و شرایط وسواس فکری - عملی و متعاقب آن در خانه و محیط خانوادگی جلوگیری نموده و سلامت روانی و در پی آن کارایی و اثر بخشی تحصیلی ایشان را افزایش دهد. استفاده هوشمندانه و آگاهانه از عواطف، احساسات و هیجانات را می‌توان تعریفی برای هوش هیجانی دانست. طبق نظر سیاروچی و همکاران، هوش هیجانی، عامل مؤثر و تعیین کننده در موقعیت‌های زندگی واقعی مانند موفقیت در مدرسه و تحصیل و موفقیت در شغل و روابط بین شخصی می‌باشد. (سیاروچی، ۲۰۰۲: ۱۹۷).

در این پژوهش، هوش هیجانی به عنوان یک استراتژی مناسب و یک راهبرد مؤثر برای پیشگیری و مقابله با وسواس فکری - عملی دانش آموزان مورد توجه و مطالعه قرار می‌گیرد. به نظر می‌رسد، هوش هیجانی توانایی افراد برای سازگاری با مسائل و مشکلات زندگی به قابلیت‌ها و مهارت‌های منطقی و هیجانی ایشان بستگی دارد و هوش هیجانی در عملکرد مناسب و مؤثر افراد در مواجهه با وقایع روزمره زندگی عامل بسیار مؤثری باشد. بنا بر نظر کول<sup>۱</sup> و همکاران، مهارت افراد در تنظیم هیجان می‌تواند بر بهزیستی اجتماعی ایشان تأثیر بگذارد. (کول، ۲۰۰۴: ۳۱۷). بدین ترتیب، این احتمال وجود دارد که هوش هیجانی به فرد کمک می‌کند تا بتواند ضمن سازگاری با محیط زندگی و تحصیلی خود راه حل‌های مطلوب‌تری برای حل مسائل و مشکلات موجود و پیش رو، انتخاب و به آنها عمل نماید. در این استنباط، هوش هیجانی می‌تواند در رفع و کاهش وسواس فکری - عملی دانش آموزان و پیامدهای منفی آن، نقش اساسی و مهمی ایفا نماید. پژوهش حاضر در پی آن است که با مطالعه رابطه هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی در دانش آموزان دختر و پسر، دریابد که هوش هیجانی چه تأثیری در وسواس فکری - عملی دانش آموزان دارد و دانش آموزان با درجات مختلف برخورداری از مؤلفه‌های هوش هیجانی، تا چه حد قادر به کنترل وسواس فکری - عملی می‌باشند و آیا اصولاً بین هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی دانش آموزان رابطه معنی داری وجود دارد؟

<sup>۱</sup>. Cole

### فرضیه‌های پژوهش

۱. بین هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه رابطه معنی داری وجود دارد.
۲. بین هوش هیجانی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.
۳. بین وسواس فکری - عملی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.

### روش پژوهش

این پژوهش از نوع تحقیقات توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری پژوهش عبارت از دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهرستان الیگودرز در سال ۹۲ می‌باشد. نمونه پژوهش ۷۰ نفر از دانش آموزان، مشتمل بر ۳۵ نفر دانش آموز پسر و ۳۵ نفر دانش آموز دختر مقطع متوسطه می‌باشند که با روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب می‌شوند. ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش عبارتند از: ۱- پرسشنامه هوش هیجانی بار - آن، ۲- پرسشنامه شخصیت مینه سوتا M.M.P.I. فرم کوتاه. برای پایایی آزمون هوش هیجانی بار - آن، آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۹۳ گزارش گردیده (راجله سموعی و همکاران، ۱۳۸۴)؛ و پایایی آزمون شخصیت مینه سوتا فرم کوتاه نیز ۰/۹ گزارش شده است. همچنین، پژوهش‌های مختلفی بر روایی سازه هر دو آزمون صورت گرفته و نتایج روایی سازه مورد نظر با چند پرسشنامه نظیر: پرسشنامه افسردگی بک (۱۹۸۷)، پرسشنامه کنار آمدن با استرس (اندلر و پارکر ۱۹۹۰) پرسشنامه شخصیتی آیزنک (۱۹۷۵) پرسشنامه هوش هیجانی مایر، سالووی و کارسو، و پرسشنامه ۵ عاملی (NED) (۱۹۹۱) نشان داده شده است. در این پژوهش، با بهره گیری از نرم افزار SPSS از آماره‌های توصیفی و استنباطی نظیر ضریب همبستگی و آزمون t مستقل استفاده می‌شود. برای آزمون فرضیه تحقیق و بررسی رابطه بین هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی دانش آموزان از ضریب همبستگی پیرسون استفاده می‌گردد. همچنین، به منظور سنجش فرضیه تحقیق و مقایسه هوش هیجانی در بین دختران و پسران و همچنین وسواس فکری - عملی در بین دختران و پسران از آزمون t مستقل استفاده می‌شود.

### یافته‌ها

به منظور آزمون فرضیه‌های تحقیق و بررسی رابطه هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی در افراد گروه نمونه و مقایسه هوش هیجانی و وسواس فکری - عملی در دانش آموزان دختر و پسر

از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t مستقل استفاده گردیده است. نتایج حاصله در جداول ذیل ذکر می گردد:

فرضیه اصلی پژوهش: بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی دانش آموزان رابطه معنی داری وجود دارد.

همانگونه که ملاحظه می گردد جهت آزمون فرضیه تحقیق و بررسی رابطه بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی در بین آزمودنی ها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردیده و جدول شماره ۱ بیانگر نتایج حاصله می باشد:

تعداد آزمودنی ها	$r_{xy}$	T بدست آمده	T جدول	سطح معنی داری	درجه آزادی
۷۰ دانش آموزان	۰/۶۷۲	۴/۶۷۱	۲/۷۶۱	%۵	۶۹

همانطور که ملاحظه می گردد، چون ضریب همبستگی به دست آمده برابر ۰/۶۷۲ و t حاصله (برای اعتبار ضریب همبستگی به دست آمده) برابر ۴/۶۷۱ و از t جدول ۲/۷۶۱ با درجه آزادی ۶۹ در سطح معنی داری ۵٪ بزرگ تر است؛ پس می توان گفت که فرضیه تحقیق تأیید می شود، به بیان دیگر، بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی دانش آموزان رابطه معنی دار و معکوس وجود دارد.

فرضیه های فرعی پژوهش:

فرضیه شماره ۱: بین وسواس فکری- عملی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد.

همانگونه که ملاحظه می گردد برای آزمون فرضیه دوم و مقایسه هوش هیجانی در بین دانش آموزان دختر و پسر از آزمون t مستقل استفاده گردیده و نتایج آن در جدول شماره ۲ آورده شده است.

جدول ۲. مقایسه وسواس فکری- عملی در دانش آموزان دختر و پسر

تعداد آزمودنی ها	میانگین	t بدست آمده	t جدول	df	سطح معنی داری
۳۵ دختران	۱۹/۶۱	۴/۱۳۷	۲/۷۶۱	۶۸	%۵
۳۵ پسران	۱۲/۴۸				

همانطور که یافته های مندرج در جدول ۲ نشان می دهد، چون t به دست آمده ۴/۱۳۷ از t جدول یعنی عدد ۲/۷۶۱ با درجه آزادی ۶۸ در سطح معنی داری ۵٪ بزرگ تر است؛ پس می توان گفت



که فرض صفر رد و فرض تحقیق تأیید می‌شود. به عبارت دیگر، بین وسواس فکری- عملی دختران و پسران تفاوت معنی داری وجود دارد و دختران بیش از پسران دچار وسواس فکری- عملی می‌شوند.

فرضیه شماره ۲: بین هوش هیجانی دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد. همانگونه که ملاحظه می‌گردد، جهت آزمون فرضیه تحقیق و مقایسه هوش هیجانی در بین دانش آموزان دختران و پسران از آزمون  $t$  مستقل استفاده گردیده و نتایج آن در جدول شماره ۳ درج شده است:

**جدول ۳. مقایسه هوش هیجانی در بین دانش آموزان دختر و پسر**

تعداد	میانگین	آزمودنی‌ها	$t$ بدست آمده	$t$ جدول	df	سطح معنی داری
۳۵	۶۴/۷۱	دختران	۳/۹۶۱	۲/۷۶۱	۶۸	٪۵
۳۵	۵۲/۶۱	پسران				

همانطور که جدول شماره ۶ نشان می‌دهد چون  $t$  به دست آمده ۳/۹۶۱ از  $t$  جدول یعنی ۲/۷۶۱ با درجه آزادی ۶۸ در سطح معنی داری ٪۵ بزرگ‌تر است؛ پس می‌توان گفت که فرض صفر رد و فرض تحقیق تأیید می‌شود. به بیان دیگر، بین هوش هیجانی دانش آموزان دختران و پسران تفاوت معنی داری وجود دارد و هوش هیجانی در دختران بیش از پسران می‌باشد.

### نتیجه گیری

در این پژوهش که با هدف مطالعه رابطه بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی در بین دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهرستان الیگودرز انجام گرفت، فرضیه اصلی پژوهش: «بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی دانش آموزان رابطه معنی داری وجود دارد»، با استفاده از روشهای آماری توصیفی و استنباطی به ویژه ضریب همبستگی پیرسون و آزمون  $t$  مستقل مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها مبین آن است که بین هوش هیجانی و وسواس فکری- عملی دانش آموزان دختر و پسر رابطه معنی دار و معکوس وجود دارد، یعنی فرضیه اصلی پژوهش تأیید گردید. علاوه بر این، سایر یافته‌های پژوهش بیانگر آن است که: بین وسواس فکری- عملی در دانش آموزان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد و وسواس فکری- عملی در دختران بیش از دانش آموزان پسران می‌باشد؛ همچنین بین هوش هیجانی در بین دانش آموزان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد و هوش هیجانی در دانش آموزان دختر بیش از دانش آموزان پسر می‌باشد.

لذا به نظر می‌رسد، هوش هیجانی توانایی افراد برای سازگاری با مسائل و مشکلات زندگی به قابلیت‌ها و مهارت‌های منطقی و هیجانی ایشان بستگی دارد و هوش هیجانی در عملکرد مناسب و مؤثر افراد در مواجهه با وقایع روزمره زندگی عامل بسیار مؤثری باشد. هوش هیجانی به فرد کمک می‌کند تا بتواند ضمن سازگاری با محیط زندگی و تحصیلی، راه حل‌های مطلوب‌تری برای حل مسائل و مشکلات موجود و پیش رو، انتخاب و به آنها عمل نماید. بدین ترتیب، توجه واقعی مدیران، معلمان و مربیان به استفاده هوشمندانه و آگاهانه از عواطف، احساسات و هیجانات (هوش هیجانی) دانش آموزان می‌تواند از بروز وسواس فکری - عملی در آنان جلوگیری نموده و سلامت روانی و در پی آن کارایی و اثر بخشی تحصیلی ایشان را افزایش دهد. دانست.

بنابراین و با توجه به یافته‌های حاصل از این پژوهش، می‌توان بر این نکته تأکید و توصیه نمود که بر سیاستگذاران آموزشی و اولیاء و مربیان مدارس - در سطوح مختلف مدیریتی و تربیتی - است که با نگاهی فلسفی و زیرساخت گرایانه، هوش هیجانی را در قامت مؤلفه‌های مختلف آن، به عنوان راهبردی مؤثر برای پیشگیری و مقابله با وسواس فکری - عملی محتمل دانش آموزان مورد توجه واقعی قرار داده و به احسن وجه، آموزش مهارت‌های هوش هیجانی را در برنامه‌های تربیتی و آموزشی مدارس بگنجانند.

### منابع

- آقابار، سیروس؛ شریفی درآمدی، پرویز؛ (۱۳۸۵). **هوش هیجانی** (کاربرد هوش هیجانی در قلمرو هیجان)؛ اصفهان: سپاهان
- اکبرزاده، نسرين؛ (۱۳۸۳). **هوش هیجانی** (دیدگاه سالووی و دیگران)؛ تهران: فارابی.
- الیاسی، حسین؛ (۱۳۸۹). **هوش هیجانی و راهکارهای تقویت آن**؛ جلد اول، تهران: گلشن.
- بار-آن، ریون؛ (۱۳۸۵). **هوش هیجانی و خود شکوفایی**؛ ترجمه جعفر نجفی زند. مجموعه مقالات هوش هیجانی در زندگی روزمره - کندو کاو علمی - تهران: سخن.
- برادبری، تراویس؛ گریوز، جین؛ (۱۳۸۶). **هوش هیجانی (مهارتها و آزمون‌ها)**؛ ترجمه مهدی گنجی، چاپ دوم، تهران: ساوالان.
- حیدری نراقی، علی محمد؛ (۱۳۸۹). **وسواس: شناخت و راههای درمان**؛ چاپ سوم، تهران: بهار.
- رمضانی، ولی الله؛ موسوی، علی محمد؛ (تابستان ۱۳۸۶). درمان وسواس فکری (مداخله شناختی - رفتاری)؛ فصلنامه تخصصی روانشناسی و اطلاع رسانی، شماره دوم، صص ۷۸ - ۷۰.

- زارع، علی؛ (۱۳۸۰). **مقایسه سهم هوش هیجانی و هوش عمومی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه سوم متوسطه شهر شیراز**. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- دادستان، پریخ؛ (۱۳۸۸). **روانشناسی مرضی تحولی، از کودکی تا بزرگسالی**؛ جلد اول، چاپ هشتم، تهران: سمت.
- سادوک، کاپلان؛ (۱۳۸۶). **خلاصه روانپزشکی**؛ جلد دوم، ترجمه نصرت ... پورافکاری، چاپ چهارم، تهران: شهرآب.
- سموعی، راحله؛ (۱۳۸۲). **هنجاریابی پرسشنامه هوش هیجانی بار- آن بر روی دانشجویان دانشگاه اصفهان**؛ پایان نامه کارشناسی ارشد رشته سنجش و اندازه گیری.
- شاملو، سعید؛ (۱۳۸۷). **آسیب شناسی روانی**، چاپ هشتم، تهران: رشد.
- شمس، گیتی و همکاران؛ (۱۳۸۶). شیوع علایم وسواس فکری-عملی در نوجوانان و میزان هم ابتلایی آن با سایر علایم روان پزشکی؛ **تازه‌های علوم شناختی**، سال ۹، شماره ۴، صص ۵۹-۵۰.
- صالحی، منصور؛ سالاری فر، محمد حسین؛ هادیان، مینا؛ (۱۳۸۳). بررسی فراوانی الگوی علائم اختلال وسواسی-جبری؛ **تازه‌های علوم شناختی**، سال ششم، شماره ۱ و ۲، صص ۶۶-۵۴.
- قائم امیری، علی؛ (تابستان ۱۳۶۵). **وسواس**، تهران: امیری.
- کاپلان، هارولد؛ بنیامین سادوک، بنیامین؛ (پاییز ۱۳۷۷). **چکیده روانپزشکی بالینی**. ترجمه نصرت‌الله پورافکاری. چاپ سوم. تهران: آزاده.
- کلارک، دیوید؛ فریورن، کریستوفر؛ (۱۳۸۰). **دانش و روش‌های کاربردی رفتار درمانی شناختی**؛ ترجمه حسین کاویانی. جلد دوم. چاپ اول. تهران: سنا.
- گلمن، دانیل؛ (۱۳۸۰). **هوش هیجانی**؛ ترجمه نسرین پارسا، تهران: رشد.
- ویل، دیوید؛ ویلسون، راب؛ (۱۳۸۵). **وسواس و درمان آن**؛ ترجمه سیاوش جمالفر، تهران: ارسباران
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of emotional-social intelligence (ESI). **Psicothema**, 18, suppl., 13-25.
- Ciarrochi, J., Dean, F., Anderson, S. (2002), Emotional Intelligence, Moderates The Relationship Between Stress And Mental Health. **Personality and Individual Differences**, 32, P 197.
- Cole, P. M., MARTIN, S. E., Dennis, T. A. (2004). Emotion Regulation as a Development Research. **Child Development**, 75, P 317.
- Maina, G., Albert, U., Bogetto, F., & Ravizza, L. (1999). Obsessive compulsive syndromes in older adolescents Obsessive compulsive syndromes in older adolescents.
- Zohar, A. H. (1999). The epidemiology of obsessive compulsive disorder in children and adolescents. **Child and Adolescent Psychiatry Clinics of North America**, 8(3), 445-460.