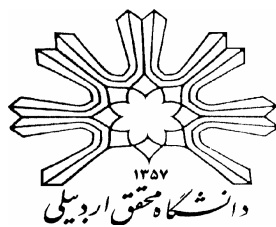


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده ادبیات و علوم انسانی

گروه روان شناسی

بررسی نقش هوش معنوی و هوش هیجانی در پیش بینی میزان اضطراب امتحان
دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی دبیرستان های شهرستان اردبیل

اساتید راهنما :

دکتر محمد نریمانی

دکتر عادل زاهد

استاد مشاور :

دکتر عباس ابوالقاسمی

توسط :

سمیه سلیمی شکراب

تابستان 1389



دانشگاه محقق اردبیلی
دانشکده ادبیات و علوم انسانی
گروه روانشناسی

بررسی نقش هوش معنوی و هوش هیجانی در پیش بینی اضطراب امتحان دانش
آموزان دختر تیز هوش و عادی دبیرستانهای شهرستان اردبیل

توسط:

سمیه سلیمی

پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته روانشناسی عمومی

از

دانشگاه محقق اردبیلی

اردبیل - ایران

ارزیابی و تصویب شده توسط کمیته پایان نامه با درجه: عالی.....
دکتر محمد نریمانی (استاد راهنما و رئیس کمیته) استاد
دکتر عادل زاهد (استاد راهنما) استادیار
دکتر عباس ابوالقاسمی (استاد مشاور) دانشیار
دکتر رضا کاظمی (داور خارجی) استادیار
دکتر بتول احدی (داور خارجی) استادیار

تیر ۱۳۸۹

تقدیم به بارگاه مقدس ثامن الحجج امام رضا(ع)

تقدیم به مادرم او که مظهر ایثار و از خود گذشتگی ست

و تقدیم به خانواده ام آنهایی که در شادی ها و غصه هایم شریک اند.....

تقدیر و سپاس

الهی!... کدام در جز درگاه تو شب و روز باز است؟ کدام مأمن جز آغوش لطف تو گشوده بر اهل نیاز است؟
الهی!... تو برتر از آنی که به وصف آیی و من کمتر از آنم که به حساب آیم. تو سراسر پاک و سبحانی، فضل و کمالی،
عظمت و جمالی، بی شریک و بی مثالی و من ناچیز و سراپا نقصان. الهی!... من هر جایی را یکجایی کن؛ از
«خودم» برهان و «خدایی» کن....

حمد و ستایش تنها زیبنده خدایی است که پروردگار جهانیان است. در سایه لطف و عنایت او بود که این راه پرفراز
و نشیب به سرانجام رسید. او بود که دستان لرزانم را گرفت، دل نگرانم را قوت داد و تا بلندای رهایی هدایت کرد
و من همواره می بایست سجده شکر و سپاسگزاری به درگاهش به جا آورم که بنده را سپاس و سرسپاری پیش
معبود می باید ...

همچنین بر خود لازم می دانم که از زحمات استاد راهنمای بزرگووارم جناب آقای دکتر محمد نریمانی که همواره
با رویی گشاده و مناعت طبع در تمامی مراحل این پژوهش مرا راهنمایی کرده اند، تشکر و قدردانی کنم.

از راهنماییهای ارزشمند جناب آقای دکتر عادل زاهد که با صبر و حوصله و دقت نظر بی پایانشان مرا راهنمایی
نموده و از نقطه نظرات ایشان بهره گرفتم، تشکر و قدردانی می نمایم.

از آقای دکتر عباس ابوالقاسمی که به عنوان استاد مشاور این پژوهش بودند و من در طی این سالها افتخار
شاگردی ایشان را داشتم و از اخلاق و جدان کاری ایشان همواره شگفت زده شده ام، نهایت تشکر و قدردانی را می
نمایم و برای این عزیزان، آرزوی سلامتی و موفقیت روز افزون می نمایم.

در نهایت از خانواده ام، مادر گرانقدرم، اسماعیل و ناصر عزیزم و خانم هاشمیان تشکر و سپاسگزاری می کنم و آرزوی
بهبودی، سلامتی و سربلندی برای یکایک این عزیزان را دارم.

نام خانوادگی دانشجو: سلیمی شکراب		نام: سمیه	
عنوان پایان نامه: بررسی نقش هوش معنوی و هوش هیجانی در پیش بینی اضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیز هوش و عادی دبیرستان های شهرستان اردبیل			
اساتید راهنما: دکتر محمد نریمانی و دکتر عادل زاهد			
استاد مشاور: دکتر عباس ابوالقاسمی			
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد	رشته: روانشناسی	گرایش: عمومی	دانشگاه: محقق اردبیلی
دانشکده: ادبیات و علوم انسانی	تاریخ فارغ التحصیلی: ۱۳۸۹/۴/۱۵	تعداد صفحه: ۱۸۵	
کلید واژه ها: هوش هیجانی، هوش معنوی، اضطراب امتحان			
چکیده:			
<p>اضطراب امتحان پدیده ای شایع در نظام آموزشی کشور ما محسوب می شود که بر پیشرفت تحصیلی و سلامت روانی دانش آموزان تاثیرات مخربی داشته و باعث کاهش کارآمدی تحصیلی آنها می شود. هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش هوش معنوی و هوش هیجانی در پیش بینی اضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیز هوش و عادی دبیرستان های شهرستان اردبیل بود. این پژوهش از نوع همبستگی بوده و دارای ۲ نمونه می باشد: الف- برای تعیین میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر تیزهوش وعادی، نمونه ای به تعداد ۴۵۰ نفر از میان دانش آموزان دختر سال سوم متوسطه انتخاب شد (دانش آموزان تیزهوش از طریق کل شماری انتخاب شدند). ب- درمرحله دوم به منظور بررسی اثر مستقیم هوش هیجانی و اثر غیر مستقیم آن با واسطه هوش معنوی بر میزان اضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیزهوش وعادی، از نمونه اصلی ($N=450$)، نمونه ای با حجم ۲۸۰ نفر با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب گردید(۲۱۰ نفر از دانش آموزان عادی در ۳ رشته علوم ریاضی، تجربی و انسانی و ۷۰ نفر از دانش آموزان تیزهوش در ۲ رشته علوم ریاضی و تجربی انتخاب شدند). ابزار جمع آوری اطلاعات شامل پرسشنامه های اضطراب امتحان اسپیل برگر، هوش هیجانی بار-آن و هوش معنوی غباری بناب بود. از آزمون همبستگی پیرسون، آزمون t برای دو گروه مستقل و تحلیل واریانس چند متغیره برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. همچنین از روش تحلیل مسیر نیز برای آزمون فرضیه ها استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر تیزهوش وعادی مقطع سوم متوسطه شهرستان اردبیل ۲/۲۸ درصد می باشد. همچنین نتایج نشان داد که هوش هیجانی براضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیزهوش وعادی اثر مستقیم دارد. اما این فرضیه که هوش هیجانی با واسطه هوش معنوی براضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیزهوش وعادی اثر غیرمستقیم دارد، تأیید نشد. این نتایج نشان می دهند که آموزش مهارت های هوش هیجانی نقش مهمی در کاهش اضطراب امتحان دانش آموزان دارد. همچنین لزوم توجه به نیازهای معنوی دانش آموزان و ارائه آموزشهای لازم برای رشد و پرورش هوش معنوی آنها ضروری به نظر می رسد و می تواند گامی مهم در کاهش اضطراب امتحان و بهبود عملکرد تحصیلی آنها باشد.</p>			

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	مقدمه
۵	تعریف و بیان مسئله
۱۰	ضرورت و اهمیت تحقیق
۱۲	اهداف تحقیق
۱۲	الف) اهداف کلی
۱۲	ب) اهداف جزئی
۱۲	سوالات و فرضیات تحقیق
۱۲	الف) سوالات
۱۳	متغیرها یا مفاهیم اساسی تحقیق (متغیر مستقل و وابسته)
۱۴	تعاریف مفهومی و عملیاتی متغیرها
۱۴	الف) اضطراب امتحان
۱۴	ب) هوش هیجانی
۱۴	ج) هوش معنوی

فصل دوم: ادبیات و پیشینه تحقیق

۱۷	مقدمه
۱۷	تعریف اضطراب
۱۸	تفاوت ترس و اضطراب
۱۸	نظریه های اضطراب
۱۸	دیدگاه روانکاوی
۱۹	دیدگاه رفتار گرایی
۱۹	دیدگاه شناختی
۲۰	دیدگاه انسان گرایی
۲۱	اضطراب مدرسه

۲۲	اضطراب امتحان
۲۴	تعریف اضطراب امتحان
۲۵	شیوع اضطراب امتحان
۲۶	علائم و نشانه های اضطراب امتحان
۲۷	مؤلفه های اضطراب امتحان
۳۳	مدل ها و نظریه های اضطراب امتحان
۳۳	مدل شناختی - توجهی
۳۵	مدل نقص مهارتها
۳۶	مدل نقص دوگانه
۳۷	مدل پردازش اطلاعات
۳۸	مدل خود تنظیمی
۳۹	مدل خود ارزشی
۴۲	مدل فرایند انتقالی
۴۲	عوامل شخصیتی موثر بر اضطراب امتحان
۴۳	اضطراب عمومی
۴۳	عزت نفس
۴۴	خودپنداره
۴۴	تیپ شخصیتی A
۴۵	خود کارآمدی
۴۶	اسناد
۴۷	حواسپرتی
۴۷	هوش
۴۹	آمادگی
۴۹	عوامل خانوادگی موثر بر اضطراب امتحان
۴۹	تعامل والد - کودک
۵۰	شیوه های فرزند پروری
۵۱	عوامل آموزشگاهی موثر بر اضطراب امتحان

۵۱ محیط مدرسه
۵۲ نوع درس
۵۳ مراقبین امتحان
۵۴ انتظارات معلم
۵۵ مهارت های مطالعه
۵۶ روشهای مقابله با اضطراب امتحان
۵۶ درمان شناختی
۵۷ درمان منطقی - هیجانی
۵۸ آموزش توجه
۵۹ آموزش مهارت های مطالعه
۶۰ آموزش ایمن سازی در برابر استرس
۶۰ مرحله اول: مفهوم سازی:
۶۱ مرحله دوم: اکتساب و تمرین مهارتها:
۶۱ مرحله سوم: کاربرد و پیگیری مستمر
۶۳ روش حساسیت زدایی منظم
۶۵ درمان های دارویی
۶۵ هوش هیجانی
۷۰ مدل های هوش هیجانی
۷۱ رویکرد مایر و سالووی درباره هوش هیجانی: مدل توانایی
۷۳ مولفه های اصلی هوش هیجانی از نظر بار-آن: مدل مختلط
۷۶ هوش هیجانی از دیدگاه گلمن
۷۹ هوش هیجانی و هوش شناختی
۸۳ هوش معنوی
۸۵ دیدگاه فروید
۸۶ دیدگاه یونگ: دین بعنوان فرایند کهن الگویی
۸۸ دیدگاه آلپورت
۸۹ دیدگاه فروم

دیدگاه مزلو: دین استوار بر تجربه های عالی.....	۹۰
دیدگاه اریکسون.....	۹۱
تعریف معنویت.....	۹۲
رابطه دین و معنویت.....	۹۳
تعریف هوش معنوی.....	۹۸
مولفه های هوش معنوی.....	۹۹
رابطه بین انواع هوش.....	۱۰۲
پیشینه تحقیق.....	۱۰۴

فصل سوم: روش تحقیق

مقدمه.....	۱۱۹
نمونه و روش نمونه گیری.....	۱۱۹
روش تحقیق.....	۱۲۰
ابزارهای بکار رفته در تحقیق.....	۱۲۰
روش اجرا و جمع آوری اطلاعات.....	۱۲۴
روشهای آماری برای تجزیه و تحلیل اطلاعات.....	۱۲۵

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

مقدمه.....	۱۲۷
الف) یافته های جمعیت شناختی.....	۱۲۷
ب) یافته های توصیفی.....	۱۲۸
ج) یافته های پیش نیاز برای آزمون فرضیه ها.....	۱۳۰
د) یافته های مربوط به سوالات و فرضیات.....	۱۳۳
سوال سوم پژوهش.....	۱۳۶
یافته های مربوط به فرضیات پژوهش.....	۱۴۲
ب) محاسبه تحلیل مسیر برای دانش آموزان دختر تیزهوش.....	۱۴۵

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۱۵۱	مقدمه
۱۵۱	الف)سوالات پژوهشی
۱۵۶	ب) فرضیات
۱۶۷	محدودیت های پژوهش
۱۶۸	پیشنهادات پژوهشی
۱۷۰	منابع
۱۷۰	الف) فارسی
۱۷۸	ب)لاتین

فهرست نمودارها (اشکال)

عنوان نمودار.....	صفحه.....
نمودار شماره ۳-۲: رابطه بین انواع هوش از نظر ویگلیزورث (۲۰۰۴).....	۱۰۲.....
نمودار تفکیک شده شماره ۱۹-۴: اثرات مستقیم هوش هیجانی و هوش معنوی بر اضطراب امتحان دانش آموزان عادی براساس ضریب بتا.....	۱۴۲.....
نمودار تفکیک شده شماره ۲۱-۴: اثر مستقیم هوش هیجانی بر هوش معنوی دانش آموزان عادی براساس ضریب بتا.....	۱۴۴.....
نمودار شماره ۲۲-۴: نمودار نهایی اثر مستقیم هوش هیجانی بر اضطراب امتحان دانش آموزان عادی و اثر غیر مستقیم آن با واسطه هوش معنوی.....	۱۴۴.....
نمودار تفکیک شده شماره ۲۴-۴: اثرات مستقیم متغیرهای هوش هیجانی و هوش معنوی بر اضطراب امتحان دانش آموزان تیز هوش براساس ضریب بتا.....	۱۴۶.....
نمودار تفکیک شده شماره ۲۶-۴: اثر مستقیم هوش هیجانی بر هوش معنوی دانش آموزان تیز هوش براساس ضریب بتا.....	۱۴۷.....
نمودار شماره ۲۷-۴: نمودار نهایی اثر مستقیم متغیر هوش هیجانی بر اضطراب امتحان دانش آموزان تیز هوش و اثر غیر مستقیم آن با واسطه هوش معنوی.....	۱۴۸.....

فهرست جداول

عنوان جدول	صفحه
جدول شماره ۱-۲: شایستگی های هوش هیجانی از نظر گلمن (۲۰۰۱)	۷۸
جدول شماره ۲-۲: مهارت‌های منعکس کننده هوش معنوی از نظر ویگلیزورث (۲۰۰۴)	۱۰۱
جدول شماره ۲-۴: مقایسه هوش معنوی و هوش متعارف (مک هاواک، ۲۰۰۲)	۱۰۴
جدول شماره ۱-۴: توزیع فراوانی رشته های تحصیلی در دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی	۱۲۷
جدول شماره ۲-۴: میانگین و انحراف معیار معدل در دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی	۱۲۸
جدول شماره ۳-۴: میانگین و انحراف معیار متغیرهای هوش هیجانی، هوش معنوی و اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی	۱۲۹
جدول شماره ۴-۴: مقایسه میانگین نمرات دانش آموزان عادی و تیزهوش در متغیر هوش هیجانی	۱۳۰
جدول شماره ۵-۴: مقایسه میانگین نمرات دانش آموزان عادی و تیزهوش در متغیر هوش معنوی	۱۳۰
جدول شماره ۶-۴: مقایسه میانگین نمرات دانش آموزان عادی و تیزهوش در متغیر اضطراب امتحان	۱۳۱
جدول شماره ۷-۴: ضرایب همبستگی بین متغیرهای هوش هیجانی، هوش معنوی و اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر عادی	۱۳۱
جدول شماره ۸-۴: ضرایب همبستگی بین متغیرهای هوش هیجانی، هوش معنوی و اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر تیزهوش	۱۳۲
جدول شماره ۹-۴: ضرایب همبستگی بین متغیرهای معدل، هوش هیجانی، هوش معنوی و اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی	۱۳۲
جدول شماره ۱۰-۴: میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر سال سوم متوسطه شهرستان اردبیل	۱۳۳
جدول شماره ۱۱-۴: میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر سال سوم متوسطه به تفکیک گروه (تیزهوش و عادی)	۱۳۴
جدول شماره ۱۲-۴: میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر سال سوم متوسطه به تفکیک رشته های تحصیلی	۱۳۵
جدول شماره ۱۳-۴: پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان عادی براساس متغیرهای هوش معنوی و هوش هیجانی	۱۳۶

- جدول شماره ۱۴-۴ : پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان عادی براساس مولفه‌های هوش هیجانی ۱۳۷
- جدول شماره ۱۵-۴ : پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان عادی براساس مولفه‌های هوش معنوی ۱۳۸
- جدول شماره ۱۶-۴ : پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان تیزهوش براساس متغیرهای هوش معنوی و هوش هیجانی ۱۳۹
- جدول شماره ۱۷-۴ : پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان تیزهوش براساس مولفه‌های هوش هیجانی ۱۴۰
- جدول شماره ۱۸-۴ : پیش بینی میزان اضطراب امتحان دانش آموزان تیزهوش براساس مولفه‌های هوش معنوی ۱۴۱
- جدول شماره ۲۰-۴ : پیش بینی میزان هوش معنوی دانش آموزان عادی براساس متغیر هوش هیجانی ۱۴۳
- جدول شماره ۲۳-۴ : محاسبه اثرات مستقیم و غیر مستقیم متغیر هوش هیجانی بر میزان اضطراب امتحان دانش آموزان عادی ۱۴۵
- جدول شماره ۲۵-۴ : پیش بینی میزان هوش معنوی دانش آموزان تیز هوش براساس متغیر هوش هیجانی ۱۴۷
- جدول شماره ۲۸-۴ : محاسبه اثرات مستقیم و غیر مستقیم متغیر هوش هیجانی بر میزان اضطراب امتحان دانش آموزان تیز هوش ۱۴۸

فصل اول:
کلیات تحقیق

مقدمه

یکی از گسترده ترین قلمروهای تحقیق در چند دهه اخیر، اضطراب و حوزه های وابسته به آن بوده است. نویسندگان قرن هفدهم را عصر روشن بینی، قرن هیجدهم را عصر منطق و قرن نوزدهم را عصر پیشرفت و قرن بیستم را عصر اضطراب نامیده اند. اما مسلم است که اضطراب عصر و زمان نمی شناسد و همیشه همراه بشر بوده است (سعید، ۱۳۷۲).

اضطراب^۱ واکنش طبیعی به فشار روانی است و یک علامت هشدار دهنده است که خبر از خطری قریب الوقوع می دهد و شخص را برای مقابله با منبع ترس و تهدید آماده می کند. در طی اضطراب فرد یک احساس منتشر و ناخوشایند و اغلب مبهم از دلواپسی را دارد که با نشانه های بدنی (مانند لرزش، سردرد، تنگی نفس، تپش قلب) و نشانه های روان شناختی (مانند احساس ترس و نگرانی، اشکال در تمرکز، گوش به زنگی افراطی و... همراه است (لطفی کاشانی، ۱۳۸۵).

در جریان رشد کودکان و نوجوانان انواع مختلفی از اضطراب هارا تجربه می کنند. یکی از انواع این اضطرابها، اضطراب امتحان^۲ است. اضطراب امتحان بعنوان یک پدیده متداول و مهم آموزشی رابطه تنگاتنگی با عملکرد و پیشرفت تحصیلی کودکان و نوجوانان دارد (گل پور، ۱۳۸۵).

اضطراب امتحان در محیط مدرسه بعنوان مجموعه ای از واکنش های شناختی، فیزیولوژیکی، رفتاری و هیجانی نامطبوع توام با نگرانی درباره نتایج منفی احتمالی یا انتظار شکست در امتحان یا موقعیت های ارزیابی مشابه تعریف شده است (ساراسون^۳، ۱۹۷۵؛ زیدنر^۴، ۱۹۸۵، به نقل از چامورو^۵ و همکاران، ۲۰۰۷؛ اسپیل برگر^۶، ۱۹۹۵).

اضطراب امتحان یک مشکل شایع و باز دارنده است. در پژوهشهای مختلف میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش آموزان ۱۰-۳۰ درصد گزارش شده است (واچلکا و کاتز^۷، ۱۹۹۹؛ ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۷۹؛ گل پور، ۱۳۸۵).

موریس ولیبرت^۸ (۱۹۶۷) معتقدند که اضطراب امتحان از دو مولفه عمده تشکیل شده است:

1 - anxiety

2- test anxiety

3- Sarason

4- Zeidner

5 -Chamorro

6- Speilberger

7- Wachelka & Katz

8- Morris & Liebert

۱- مولفه نگرانی^۱: بعنوان نگرانی شناختی اولیه در مورد پیامدهای شکست تعریف شده است. این مولفه بر انحراف توجه امتحان دهنده از تکلیف مبتنی است. در این حالت فرد برای عملکرد در امتحان یا تکلیف ناتوان است. دلیل این امر آن است که نگرانی های فرد درباره عملکرد در امتحان با تکلیف امتحان تداخل می کند.

۲- مولفه هیجان پذیری^۲: به واکنش های فیزیولوژیکی همراه با اضطراب امتحان مانند افزایش ضربان قلب، لرزش، تعریق و... اشاره دارد.

هر چند این دو مولفه بصورت معتبر متمایز شده اند، اما نتایج پژوهشها نشان داده اند که هسته اولیه اضطراب امتحان مولفه شناختی (نگرانی) است و مستلزم اشتغال ذهنی فرد با عملکرد خود و یا نگرانی درباره نتایج حاصل از شکست در امتحان است (وین^۳، ۱۹۷۱؛ همبری^۴، ۱۹۸۸؛ به نقل از ریو و سیلویا^۵، ۲۰۰۷).

بنابراین اضطراب امتحان یک حالت نگرانی است که در افراد شناخت ها و ارزیابی های منفی درباره تکلیف بوجود می آورد و منابع شناختی را از عملکرد آزمون منحرف می سازد (وین، ۱۹۷۱؛ ایسنک^۶، ۱۹۷۳). به عبارت دیگر، آزمون دهنده نگران به جای تمرکز انحصاری بر درست پاسخ دادن به سوالات آزمون باید دائماً تلاش کند تا تداخل افکاری مانند ترس از شکست در امتحان و نتایج بالقوه منفی حاصل از امتحان را مدیریت نماید (ریو و سیلویا، ۲۰۰۷).

عوامل متعددی وجود دارند که می توانند در کاهش اضطراب امتحان نقش داشته باشند. هوش هیجانی و هوش معنوی دو متغیر مهم تاثیر گذار بر اضطراب امتحان دانش آموزان هستند.

امروزه هوش هیجانی بعنوان جدیدترین تحول در زمینه فهم رابطه بین تفکر و هیجان در حوزه های مختلف علم روان شناسی مورد توجه قرار گرفته است. تاکنون پژوهشهای زیادی در رابطه با هوش هیجانی صورت گرفته است که بیانگر نقش هوش هیجانی و مولفه های آن در جنبه های مختلف زندگی

1-worry componetnt

2- emotionality component

3- Wine

4- Hembree

5- Riw & Silvia

6- Eisnek

افراد همچون پیشرفت تحصیلی، آموزش، مشاغل، ازدواج، رشد فردی و روابط اجتماعی می باشد. هوش هیجانی بیانگر ابعاد هیجانی، شخصیتی و اجتماعی هوش است که اغلب برای فعالیت های روزمره مهمتر و برجسته تر از ابعاد شناختی هوش مورد توجه قرار گرفته است (گلمن^۱، ۱۹۹۸).

بار- آن^۲ (۱۹۹۷) هوش هیجانی را بعنوان مجموعه ای از قابلیتها و مهارت های غیر شناختی می داند که توانایی فرد را در برخورد موفقیت آمیز با متقضیات و فشارهای محیطی افزایش می دهد و افراد را در جهت سازگاری موثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی آماده می کند.

به نظر می رسد عاملی که باعث موفق تر بودن عده ای از دانش آموزان و داشتن رفتار حفاظتی بیشتر نسبت به سایرین می شود، مسئله تنظیم هیجانی است که با آموزش و به کارگیری آن می توان باعث پرورش و تقویت رفتارهایی در دانش آموزان شد که حاصل آن بهبود عملکرد تحصیلی و اجتماعی فرد و کاهش عوارض حاصل از مسئله اضطراب امتحان است (اندلر، کانتور^۳، پارکر^۴، ۱۹۹۴؛ به نقل از کاویانی و همکاران، ۱۳۸۶). بنابراین به نظر می رسد افرادی که از هوش هیجانی بالایی برخوردار باشند می توانند با اضطراب قابل پیش بینی در موقعیت امتحان کنار آیند و عملکرد موفقیت آمیزی در امتحانات داشته باشند.

متغیر مهم دیگری که در این پژوهش مطرح شده است، هوش معنوی^۵ می باشد. مفهوم هوش معنوی اخیراً در پژوهشهای روان شناسی مطرح شده است. سانتوس^۶ (۲۰۰۶) معتقد است هوش معنوی در مورد ارتباط با آفریننده جهان است. وی این هوش را توانایی شناخت اصول زندگی (قوانین طبیعی و معنوی) و بنا نهادن زندگی براساس این قوانین تعریف کرده است.

هوش معنوی از روابط فیزیکی و شناختی فرد با محیط پیرامون خود فراتر رفته و وارد حیطه شهودی و متعالی دیدگاه فرد به زندگی می شود و همین مسئله، پاسخ به سوالاتی همچون «من کیستم؟»، «چرا اینجا هستم؟» و «چه چیزی مهم است» را برای انسان روشن می سازد تا فرد در نهایت بتواند با کشف

1- Goleman

2- Bar- on

3- Kantor

4- Parker

5- spiritual intelligence

6- Santos

منابع پنهان عشق و لذت که بگونه ای نهفته در زندگی آشفته و پر استرس امروز می باشد، به خود و دیگران کمک نماید (غباری بناب و همکاران، ۱۳۸۶).

هوش معنوی در بردارنده رابطه معنوی فرد با خداوند، احساس تعلق به منبعی والا، امیدواری به یاری خداوند در شرایط دشوار و استرس زای زندگی است. لذا در می یابیم که هوش معنوی نیز می تواند نقش بسیار مهمی در کاهش اضطراب امتحان دانش آموزان ایفا کند. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی اثرات مستقیم و غیر مستقیم هوش هیجانی با واسطه هوش معنوی بر میزان اضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیزهوش و عادی تدوین گردیده است.

تعریف و بیان مسئله

اضطراب امتحان پدیده ای رایج در هر نظام آموزشی است که رابطه تنگاتنگی با پیشرفت تحصیلی و سلامت روانی دانش آموزان دارد. اضطراب امتحان شامل تجربه نامطبوع نگرانی و هیجانات ناخوشایند در موقعیتهایی است که شخص احساس می کند مورد ارزیابی قرار می گیرد (دوسک^۱، ۱۹۸۰). به اعتقاد اریکسون و پال^۲ (۱۹۶۴؛ به نقل از ابوالقاسمی، ۱۳۸۱) دانش آموز دارای اضطراب امتحان فردی است که به خوبی مواد و موضوعات درسی کلاس و دوره را فرا گرفته است، اما بعلت اضطراب قادر به بیان دانسته های خود در امتحان نمی باشد. هر چند که میزان کمی از اضطراب در حین امتحان می تواند نقش انگیزشی داشته باشد و بوسیله تشویق فرد به تلاش بیشتر عملکرد او را بهبود بخشد، اما اضطراب بیش از حد تاثیر معکوسی داشته و می تواند پردازش فرایندهای ذهنی که برای عملکرد مطلوب فرد ضروری است را مختل نماید (نیکیس^۳، ۱۹۹۵). اضطراب امتحان غالباً به ارزیابی شناختی منفی، واکنش های فیزیولوژیکی نامطلوب و افت عملکرد تحصیلی منجر می شود و به همین دلیل در سلامت روانی دانش آموزان نقش مخرب و باز دارنده دارد (ساراسون^۴، ۱۹۷۴؛ به نقل از کاظمیان و همکاران، ۱۳۸۷).

اضطراب امتحان یک مشکل مهم آموزشی است که سالیانه میلیون ها دانش آموز در جهان آن را تجربه می کنند (هیل^۵، ۱۹۸۴). اضطراب امتحان بر ۱۰-۳۰ درصد کل دانش آموزان تاثیر دارد (واچلکا و کاتز^۶،

1- Dusek
4- Sarason

2- Eriksen & Paul
5- Hill

3- Nicaise
6- Wachelka & Katz

۱۹۹۹). بهرامی (۱۳۷۶) با پژوهش بر روی ۴۰۰ دانش آموز دبیرستانی دختر و پسر شهرستان اصفهان نشان داد که ۴۱ درصد از آنها اضطراب آموزشی را تجربه می کنند. ابوالقاسمی و همکاران (۱۳۷۹) طی پژوهشی، میزان همه گیر شناسی اضطراب امتحان را در دانش آموزان سال دوم دبیرستان های اهواز ۱۷/۳ درصد بر آورد کردند. در این پژوهش فراوانی اضطراب امتحان در دختران بیشتر از پسران بود و دختران اضطراب امتحان را با شدت بیشتری تجربه می کردند. همچنین گل پور (۱۳۸۵) در پژوهش خود نشان داد که از مجموع ۸۲۲ دانش آموز سال سوم راهنمایی شهرستان نوشهر، ۱۱/۹ درصد مبتلا به اضطراب امتحان بودند.

پژوهشهای زیادی درباره اضطراب امتحان و رابطه آن با متغیرهای روان شناختی مختلف صورت گرفته است:

اضطراب امتحان تاثیرات مخربی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارد و ارزیابی دقیق از پیشرفت تحصیلی شان را دشوار می سازد. بین اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان همبستگی منفی و معنی داری وجود دارد (زیدنر، ۱۹۹۸؛ ساپ^۱، ۱۹۹۹؛ به نقل از نامی^۲، ۲۰۰۶؛ علی محمدی، ۱۳۷۵؛ بیابانگرد، ۱۳۸۱). بین اضطراب امتحان و اضطراب عمومی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد (ساراسون، ۱۹۸۴؛ کال و جو و بیر^۳، ۱۹۹۴؛ ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۷۵؛ نریمانی و همکاران، ۱۳۷۹). همچنین پژوهشهای مختلف نشان داده اند که بین عزت نفس و اضطراب امتحان همبستگی منفی و معنی داری وجود دارد (مانی و مانی^۴، ۱۹۷۵؛ همبری^۵، ۱۹۹۸؛ تایلر و دل^۶، ۱۹۹۲؛ ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۷۵؛ اسدی مقدم و همکاران، ۱۳۷۵). اضطراب امتحان بر سلامت روانی دانش آموزان تاثیرات مخربی دارد (ساراسون، ۱۹۷۵؛ حق شناس و همکاران، ۱۳۸۸).

عوامل متعددی وجود دارند که می توانند فشار روانی حاصل از اضطراب امتحان دانش آموزان را کاهش دهند. از جمله متغیرهایی که به نظر می رسد با اضطراب امتحان رابطه داشته باشند، هوش هیجانی و هوش معنوی هستند. این دو متغیر می توانند بعنوان راهبردهای مقابله ای عمل کرده و از افراد

1-Sapp

2- Nami

3- Call, Joe, & Beer

4 - Many & Many

5- Hembree

6--Taylor & Del