



اللَّهُمَّ أَخْرِجْنِي مِنَ ظُلُمَاتِ الْوَهْمِ وَ أَكْرِمْنِي بِنُورِ الْفَهْمِ
اللَّهُمَّ أَفْتِحْ عَلَيْنَا أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ وَ أَنْشُرْ عَلَيْنَا خَزَائِنَ عُلُومِكَ
بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ



دانشگاه علامه طباطبائی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه

موضوع:

بررسی اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش

درونگردی جذب و انطباق برکاهش پرخاشگری

استاد راهنما: سرکارخانم دکتر اسمعیلی

استاد مشاور: جناب آقای دکتر کیومرث فرحبخش

نگارنده: صادق رومیانی

به تو

ای ایران

و آنانی که عاشقانه

در راه آگاهی، آزادی و سرافرازی مردمانت

کوشیده و می کوشند

همان شکوفه های رویده بر تابوتی سنگ

وارثان سروهای ایستاده در باد

پس از حمد و سپاس
پروردگاري که نعمت حیات، تعقل و
بیانم داد، همان یزدانی که جهل را
مایه خفت و دانش را از فضایل نهاد،
قلم و زبان قاصرم را مدد می گیرم
تا به پاس زحمات و حمایت‌های بی دریغ
خانواده عزیزم و تمام کسانی که در
طی زندگی یاری‌گر و راهنمایم بوده
اند بالاخص اساتید محترم دانشگاه
علامه طباطبایی-جناب آقای دکتر
اعتمادی، جناب آقای دکتر کرمی،
جناب آقای دکتر تبریزی، جناب آقای
دکتر سهرابی، جناب آقای دکتر شفیع
آبادی، جناب آقای دکتر فرحبخش و
سرکارخانم دکتر اسماعیلی - که

چکیده

هوش هیجانی مجموعه ای از توانایی هاست که به فرد کمک می کند تا احساسات خود و دیگران را بشناسد، درک کند و در نهایت، به فرد کمک می کند تا احساسات خود را تنظیم کند. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» بر کنترل پرخاشگری دانش آموزان پسر مقطع متوسطه منطقه ۶ آموزش و پرورش شهر تهران بود.

در این پژوهش از طرح آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل استفاده شد. برای این منظور ۲۴ نفر از دانش آموزان پسر مقطع متوسطه منطقه ۶ آموزش و پرورش شهر تهران که در آزمون پرخاشگری باس و پری نمرات بالایی کسب کرده بودند انتخاب و به روش کاملاً تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. افراد گروه آزمایش طی ۱۲ جلسه مورد آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش درونگردی جذب و انطباق قرار گرفتند اما گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند، سپس کلیه آزمودنیها دو پرسشنامه پرخاشگری باس و پری و آزمون هوش هیجانی بار-ان را تکمیل نمودند. داده ها بوسیله آمار توصیفی و تحلیل واریانس چند متغیره یک طرفه و تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج نشان داد که مقادیر F محاسبه شده در نمره کلی پرخاشگری در سطح $P < 0/001$ و در کلیه خرده مقیاسها در سطح $P < 0/000$ معنادار است، لذا آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش

«درونگردی جذب و انطباق» بر افزایش هوش هیجانی موثر است. همچنین نتایج نشان داد که آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» بر کنترل پرخاشگری، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری فیزیکی، خشم و خصومت در سطح $P < 0/001$ موثر بوده است.

با توجه به نتایج بدست آمده می توان آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش درونگردی جذب و انطباق در مدارس و دیگر مراکز آموزشی جهت ارتقای هوش هیجانی و سوادآموزی هیجانی دانش آموزان گنجانده شود تا آنان بتوانند با فشارهای تحصیلی مقابله کنند و کمتر دچار مشکلات هیجانی و ترک تحصیل شوند.

واژه های کلیدی: هوش هیجانی، روش درونگردی جذب و انطباق، پرخاشگری، دانش آموزان

فهرست مطالب

۱	فصل اول: کلیات تحقیق
۲	مقدمه
۴	بیان مساله
۸	اهمیت و ضرورت تحقیق
۹	اهداف تحقیق
۱۰	فرضیه های تحقیق
۱۱	تعریف مفاهیم و واژگان اختصاصی
۱۵	فصل دوم: ادبیات تحقیق
۱۶	پیش درآمد
۱۶	پرخاشگری
۱۹	انواع خشونت و پرخاشگری در نوجوانان
۲۰	نظریه های پرخاشگری
۲۱	- نظریه کردارشناسان
۲۱	- دیدگاه زیست شناختی
۲۲	- دیدگاه روانکاوی
۲۴	- فرضیه ناکامی - پرخاشگری
۲۵	- رویکرد یادگیری اجتماعی
۲۷	- دیدگاه شناختی
۲۸	- خشم از دیدگاه اسلام
۳۰	- رویکرد تعاملی در سبب شناسی پرخاشگری
۳۱	تفاوت های جنسی و پرخاشگری
۳۳	بخش دوم: مبانی نظری هوش هیجانی
۳۷	الگوهای هوش هیجانی
۳۷	- الگوی توانایی سالووی و مایر
۴۱	- الگوهای ترکیبی
۴۲	- الگوی دانیل گلمن
۴۳	- الگوی بار-ان
۵۰	رابطه الگوی مختلف هوش هیجانی

هوش هیجانی و سازه های مرتبط با آن.....	۵۱
- هوش هیجانی و هوش شناختی.....	۵۱
- هوش هیجانی و شخصیت.....	۵۳
- آلکسی تیما و هوش هیجانی.....	۵۴
- هوش هیجانی و رهبری.....	۵۵
- هوش هیجانی و جنسیت.....	۵۷
- هوش هیجانی و خانواده.....	۵۸
- هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی.....	۶۰
- هوش هیجانی و پرخاشگری.....	۶۰
کاربرد هوش هیجانی در محیطهای کاری.....	۶۱
هوش هیجانی سازه ای آموزش پذیر.....	۶۲
تحقیقات انجام گرفته در ارتباط با هوش هیجانی.....	۶۶
- پژوهشهایی خارج از کشور.....	۶۶
- پژوهشهایی داخل کشور.....	۷۲
فصل سوم: روش تحقیق.....	۷۶
مقدمه.....	۷۷
نوع و طرح کلی تحقیق.....	۷۷
جامعه آماری.....	۷۷
حجم نمونه و روش نمونه گیری.....	۷۷
ابزارهای اندازه گیری.....	۷۸
۱- پرسشنامه پرخاشگری باس و پری.....	۷۸
۲- آزمون هوش هیجانی بار-ان.....	۸۰
روش تجزیه و تحلیل.....	۸۴
فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها.....	۸۵
مقدمه.....	۸۶
جدول شماره (۴-۱) مشخصات دموگرافیک گروهها.....	۸۷
جدول شماره (۴-۲) میانگین و انحراف استاندارد هوش هیجانی.....	۸۸
جدول شماره (۴-۳) آزمونهای چند متغیره هوش هیجانی.....	۸۹
جدول شماره (۴-۴) میانگین تفاوت نمرات هوش هیجانی.....	۹۰
جدول شماره (۴-۵) میانگین نمرات پرخاشگری.....	۹۲

جدول شماره (۴-۶) میانگین و انحراف استاندارد تفاوت نمرات پرخاشگری.....	۹۳
جدول شماره (۴-۷) آزمونهای چند متغیر پرخاشگری.....	۹۴
جدول شماره (۴-۸) خلاصه اطلاعات تحلیل واریانس چند متغیره.....	۹۵
فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری.....	۹۶
مقدمه.....	۹۷
بررسی فرضیه اول.....	۹۷
بررسی فرضیه دوم.....	۹۹
بررسی فرضیه سوم.....	۹۹
بررسی فرضیه چهارم.....	۹۹
بررسی فرضیه پنجم.....	۱۰۲
بررسی فرضیه ششم.....	۱۰۴
محدودیت‌های تحقیق.....	۱۰۷
پیشنهادها.....	۱۰۷
منابع و ضمایم.....	۱۰۹
منابع داخلی.....	۱۱۰
منابع خارجی.....	۱۱۷
پیوستها.....	



مقدمه

در هر لحظه زندگی اشتیاقی وجود دارد، همه چیز را دایره بزرگی در بر گرفته است که گستره آن به همه جا می رسد، و هیچ چیز از این دایره خارج نیست، بررسی تاثیر عواطف و احساسات بر رفتار به

عنوان آخرین تلاش برای درک، فهم و علت پویایی شخصیت انسان است، تا این اواخر آگاهی کاملی نسبت به چگونگی و چرایی این تاثیرات وجود نداشته است. بر این اساس هوش هیجانی به عنوان آگاهی از این موضوع است که چگونه حالات عاطفی بر افکار و رفتار ما تاثیر می گذارند، گرچه بخش عمده این تاثیرات دقیق، نافذ و ناخودآگاهانه است و مشکل بتوان آنها را شناسایی و از هم تشخیص داد ولی با این حال بنظر میرسد که گسترده ترین تاثیر عاطفه شفاف ساختن افکار و واکنشهای آدمی است. عاطفه نه تنها بر محتوای شناخت و رفتار آنچه فکر می کنیم و آنچه انجام می دهیم بلکه بر فرایند شناخت یعنی چگونگی تفکر تاثیر می گذارد. هوش هیجانی به عنوان یک مبحث علمی در روانشناسی نزدیک به دو دهه است که در جهان و اندکی دیرتر در ایران مطرح است و اهمیت آن با بروز تحولات اجتماعی مربوط به عصر صنعتی و فرا صنعتی، به ویژه در گستره ی روابط میان فردی در محیط تحصیل، کار و خانواده روزبه روز نمود بیشتری یافته است، بطوری که بسیاری بر این باورند که برای کامیابی نسبی در زندگی و پیشرفت در عرصه های مختلف، لازم است در کنار بهرمندی از هوش شناختی¹ (IQ) از هوش هیجانی² (EQ) نیز استفاده نمود.

هوش هیجانی مجموعه ای از توانایی هاست که به فرد کمک می کند تا احساسات خود و دیگران را بشناسد، درک کند و در نهایت، به فرد کمک می کند تا احساسات خود را تنظیم کند (مایر³، ۲۰۰۱). هوش هیجانی عبارت است از توانایی پردازش اطلاعات هیجانی که شامل درک و فهم و مدیریت هیجانی است، هوش هیجانی ظرفیت و توانایی ایجاد نتایج مثبت در روابط با خود و دیگران است (مایر و سالوی⁴، ۲۰۰۳).

1-Intelligence Quotient

3- Mayer

2-Emotional Quotient

4 -Mayer & Salovey

در مجموع دو رویکرد در تعریف هوش هیجانی وجود دارد؛ رویکردهای توانایی مانند رویکرد مایر و سالووی و رویکردهای ترکیبی مانند رویکرد گلمن و بار-آن^۱.

دیدگاه های توانایی هوش هیجانی را بطور کامل، برآمده از توانایی ذهنی می دانند و از این رو به عنوان هوش خالص می نامند. در مقابل دیدگاههای مرکب، هوش هیجانی را ترکیبی از توانایی های ذهنی و ویژگی های شخصیتی از قبیل خوش بینی و خرسندی می دانند. در حال حاضر تنها مدل توانایی هوش هیجانی از سوی جان مایر و پیتر سالووی ارایه شده است. مدل های مرکب هوش هیجانی نیز با مفاهیم و روحی متفاوت ارائه شده است.

برخی پژوهشها نشان داده اند که هوش هیجانی، یک عامل ضروری در تعیین موفقیت در زندگی و سلامت روانی است (اوکینزکا - بولیک^۲، ۲۰۰۵). همچنین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی بر افزایش سلامت روانی (اسماعیلی، ۱۳۸۳) و افزایش مهارتهای مقابله با استرس و کاهش نشانگان استرس (ادیب راد، ۱۳۸۳)، مورد تأیید قرار گرفته است. پژوهشهای دیگری، تأثیر آموزش مهارتهای اجتماعی را بر کاهش پرخاشگری (نقدی، ۱۳۸۶ و نجاتی، ۱۳۷۶ و عیدی، ۱۳۷۸) را گزارش کرده اند.

بدین ترتیب بنظر می رسد آموزش مولفه های هوش هیجانی و پرورش آن در پیشرفت فرد و ایجاد زمینه های سالم و فضایی دور از دغدغه و بکارگیری روشهای پیشگیرانه می تواند کمک شایانی در جهت رفع مشکلات نوجوانان و رهایی از احساسات مخرب مشکل ساز بویژه در مدارس باشد.

دانیل گلمن^۳ (۱۹۹۵) معتقد است که مدارس نخستین فضاهاى اجتماعى هستند که می توانند خلأها و ضعف های کودکان را در زمینه ی رشد و تعالی عواطف و تعامل های اجتماعی برطرف سازند و با آموزش و پرورش مهارت های عاطفی- اجتماعی دانش آموزان، حس رقابت جویی های آزارنده، رقابت های سنتی و نظارتهای مرضی آنان را بر اعمال یکدیگر، اصلاح و ترمیم کرد. او یاد آوری می کند که

¹ Baron & golman

² - Opinska -Bulik, N

³- Daniel Goleman

یادگیری مهارت های عاطفی از خانه آغاز می شود و کودکان با مجموعه ای از توانش های عاطفی اولیه و متفاوت وارد مدرسه می شوند. به همین دلیل است که نظام آموزش و پرورش و به تبع آن مدارس با چالش هایی در مورد آموزش و اصلاح مهارت های عاطفی دانش آموزان مواجه اند. این چالش ها را می توان از طریق جایگزین سازی و برطرف ساختن ابهامات موجود، در زمینه ی عواطف و از طریق ترتیب دادن برنامه های استاندارد شده ی آموزش که سبب پرورش و تکامل مهارت های عاطفی و کاربست صحیح آن است، از بین برد (به نقل از شریفی درآمدی، ۱۳۸۶).

بنابراین ما می توانیم مفهوم هوش هیجانی را در موقعیت های آموزشی مانند مدارس بکار برده و به یاری مشاوران و روانشناسان در رفع نیازهای دانش آموزانی که مشکلاتی در امر تحصیل و اختلالات رفتاری دارند، اقدام کنیم و با آموزش آن گام مهمی در جهت کاهش مشکلات آموزشی، اخلاقی و هیجانی جامعه برداریم. ما در این پژوهش با بهره گیری از آموزش مولفه هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» که توسط معصومه اسمعیلی در سال ۱۳۸۳ تنظیم شده است و با هدف بررسی تاثیر این روش آموزشی_ درمانی بر پرخاشگری دانش آموزان مقطع متوسطه گام در این راه نهادیم که امید است حق مطلب را ادا کرده باشیم.

بیان مساله

خشونت بیماری آزار دهنده ای است که روح جامعه را زخمی و رواج آن وحشت و ناامنی را گسترش می دهد.

همه روزه در مدراس شاهد نوجوانانی هستیم که به علت زدو خورد، دعوا و رفتارهای پرخاشگرانه تنبیه انضباطی می شوند.

مطالعات همه گیر شناسی نشان می دهد که ۱۷ تا ۲۲ درصد نوجوانان زیر ۱۸ سال از مشکلات رفتاری و هیجانی رنج می برند و به وضوح نیاز به درمان دارند (دیسکیوسپ و چیپ^۱، ۲۰۰۳). همچنین فراوانی

¹ - Disgiuseppe & Chip

مراجعه افراد پرخاشگر به مراکز درمانی به اندازه مشکلات اضطرابی است. عدم کنترل پرخاشگری، سبب بروز مشکلات بسیار وسیع و متنوعی در موقعیتهای اجتماعی، شغلی، تحصیلی و سلامت جسمی و روانی نوجوانان می شود. دیسکیوسپ و چیپ بر اساس مطالعات انجام شده عنوان می کنند که پرخاشگری پیش بینی کننده رفتار ضد اجتماعی در بزرگسالی، افت تحصیلی، استفاده از مواد مخدر والکل، افسردگی، خودکشی و بزهکاری در نوجوانان است. عدم مهار رفتار پرخاشگرانه علاوه بر اینکه می تواند باعث ایجاد مشکلات بین فردی و جرم و بزهکاری و تجاوز به حقوق دیگران شود می تواند درونریزی شده و باعث انواع مشکلات جسمی و روانی مثل زخم معده، سردردهای میگرنی و افسردگی گردد (به نقل از الیس^۱، ۱۳۸۳).

بیشترین بروز و ظهور پرخاشگری در سنین نوجوانی است. بسیاری از محققین از جمله اریک اریکسون و آنا فروید^۲ (۱۹۷۵)، بر این باورند که دوره نوجوانی به علت طغیانهای جسمی و روانی به دوره پرکشمکش تبدیل می شود و نوجوان سعی دارد از یک طرف با تغییرات جسمی روانی کنار بیاید، و از طرف دیگر به دنبال هویت یابی و استقلال طلبی، آرمان خواهی و شکوفایی ایده آل های اخلاقی خود است. قطعا جهت رسیدن به هویت مستقل با موانع خانوادگی و اجتماعی روبرو می گردد. که این مهم به نوبه خود موجبات رفتارهای پرخاشگرانه را فراهم می سازد (به نقل از دادستان، ۱۳۷۷).

تحقیقات میزان بالایی از جرم های خشونت آمیز را بین نوجوانان از جمله ضرب و جرح، دزدی، آتش سوزی، قتل و تجاوز نشان می دهد. این نوع جنایتها به احتمال زیاد ماهیتی پرخاشگرانه و خشونت آمیز دارند. پرخاشگری و خشم به عنوان نیرومندترین هیجانهای بشر، در صورتی که مهار نشوند می توانند مانع موفقیت همه جانبه شده و کارکرد بهینه افراد و گروهها و جوامع را به شدت تهدید کنند، به همین دلیل تعداد افرادی که به عنوان پژوهشگر متخصص حوزه سلامت و یا مربی تعلیم تربیت، مشغول مطالعه

¹ Ellis A

² -Erikson E & Freud A

و نشان دادن نیازهای نوجوانان مبتلا به مشکلات ناشی از پرخاشگری و خشم هستند روز به روز افزایش می یابد. بسیاری از پژوهشگران با استفاده از برنامه های تدوین شده که عموماً بر رویکرد شناختی - رفتاری مبتنی هستند به آموزش مدیریت خشم و پرخاشگری مبادرت کرده اند .

فیندر و ویسنر(۲۰۰۵) به پژوهشهای متعددی اشاره کرده اند که موثر بودن مداخله های درمانی - تربیتی، کنترل خشم و پرخاشگری برای بسیاری از گروههای هدف در محیط های مختلف مدارس، مراکز درمان بیماران روانی، کانون های اصلاح و تربیت، دلالت دارند. همچنین، نتایج ارزشیابی برنامه های آموزشی مدیریت خشم و پرخاشگری و راهبردهای مقابله ای که به وسیله سایر پژوهشگران و متخصصان حوزه های بهداشت، درمان و تعلیم و تربیت گزارش شده است عموماً نوید بخش است (به نقل از بازرگان و مسعود لواسانی، ۱۳۸۲).

بررسیها نشان داده اند که چنانچه نوجوانان به راهبردهای مقابله ای کارآمد مجهز نباشند و توانایی کمی برای درک هیجانهای خود و دیگران داشته باشند، در برخورد با فشار و بحرانهای دوران نوجوانی توان کمتری خواهد داشت و مشکلات رفتاری بیشتری را بصورت پرخاشگری، افسردگی و اضطراب نشان خواهد داد (به نقل از سیاروچی^۱ و همکاران، ۱۳۸۳).

راهبردهایی که فرد برای مقابله بر می گزینند، بخشی از نیم رخ آسیب پذیری وی به شمار می روند. بکار بردن راهبردهای نامناسب در رویارویی با عوامل فشارزا می تواند موجب افزایش مشکلات گردد، در حالی که به کارگیری راهبردهای درست مقابله ای می تواند پیامدهای سودمندی در پی داشته باشد. در همین راستا اندا، جاویدی، جفورد، کوموروسکی و یانزال^۲(۱۹۹۱) افزایش شمار نوجوانانی که خودکشی می کنند، افسرده می شوند و یا به سوء مصرف مواد روی می آورند را به عنوان شواهدی از فشارهای

¹ -Ciarrochi

² Komrowski &

روانی فزاینده و ناکارآمد بودن راهبردهای مقابله ای آنان در برخورد با این فشارها می دانند (به نقل از مصایبی، ۱۳۸۷).

بنظر می رسد هوش هیجانی نقش محوری در مواجهه کارآمد داشته باشد. پیتر سالوی و جان مایر^۱ (۲۰۰۳) بر این باورند که افراد با هوش هیجانی بالاتر مواجه موفق تری دارند، چرا که آنها با دقت حالات هیجانی خود را درک و ابراز می کنند، می دانند چگونه و چه هنگام احساسات خود را بیان نموده و به گونه ای کارآمد حالت‌های خلقی خود را تنظیم کنند.

از سویی دیگر ریون بار-ان (۲۰۰۶)، کنترل استرس و توانایی انطباق را دو عنصر اصلی هوش هیجانی می داند. به بیان دیگر مواجهه انطباقی، ممکن است همانند هوش هیجانی در عمل، چیره شدن بر هیجانها، رشد هیجانی و تمایز شناختی و هیجانی شمرده شود که به فرد اجازه می دهد تا در یک دنیای پر از چالش رشد کند. بطور کلی توانایی هیجانی در تشخیص پاسخهای هیجانی مناسب به هنگام رویارویی با رویدادهای روزمره، ایجاد انگیزش مثبت درباره رخدادهای زندگی را در پی دارد.

مایر (۲۰۰۱) دریافت که نوجوانان با هوش هیجانی بالاتر توانایی بیشتری برای تعیین هیجانهای خود و دیگران دارند، از آن اطلاعات برای هدایت رفتار خود بهره می برند و در برابر فشار همسالان ایستادگی می کنند.

همچنین سیاروچی^۲ و همکاران (۱۳۸۳) نشان دادند که هوش هیجانی پایین با مقابله ناسازگارانه، آسیب شناسی روانی بالاتر و نشانه های مربوط به اختلال استرس پس از ضربه ارتباط دارد. راجرز و همکاران^۳ (۲۰۰۶) نیز میان ادارک کمتر هیجانهای دیگران و سازگاری اجتماعی ضعیف تر ارتباط گزارش نمودند و نشان دادند افرادی که در مدیریت کردن حالت‌های هیجانی خود و دیگران ناتوان هستند، مهارت‌های اجتماعی و حمایت کمتری دارند (به نقل از به نقل از بازرگان و مسعود لوانسانی، ۱۳۸۲).

¹ -Salovey P & Mayer J

² -Ciarrochi & other

³ -Rogers C & other

با وجود این همه تلاش و اهتمام علمی که در سطح جهان برای آموزش مدیریت خشم و کاهش رفتارهای پرخاشگرانه به عمل آمده و دامنه این تلاشها روزبه روز افزایش می یابد در کشور ما از اتخاذ تدابیر علمی برای کنترل خشم و پرخاشگری بلاخص بهره گیری از هوش هیجانی غفلت شده است. این غفلت نه تنها فاصله ما را با برخی کشورها نشان می دهد بلکه بر نوعی ناآگاهی یا بی اعتنایی نسبت به دوره نوجوانی و مدیریت خشم را بارزتر نشان می دهد. از این رو برای یاری رساندن به خانواده ها و مدارس که ارتباط نزدیکی با دانش آموزان دارند تدوین برنامه ی آموزشی-درمانی که باعث افزایش هوش هیجانی و کمک به مدیریت و کنترل پرخاشگری دانش آموزان می گردد، ضروری و بسیار مهم محسوب می شود، لذا محقق بر آن شد تا با بهره گیری از الگوی آموزشی-درمانی هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» که توسط اسمعیلی (۱۳۸۳) تنظیم شده است، ضمن بررسی موضوع بصورت آزمایشی برنامه ای آموزشی - درمانی جهت استفاده دست اندرکاران مسایل آموزش و پرورش در راستای کنترل پرخاشگری دانش آموزان طراحی نماید. در واقع ما در این تحقیق در پی پاسخگویی به این سوال هستیم که آیا آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» می تواند برنامه ای موثر برای کنترل و مدیریت پرخاشگری دانش آموزان مقطع متوسطه باشد؟۳.

اهمیت و ضرورت تحقیق

در عصر حاضر بخش عمده اخبار رسانه های گروهی شرح و نمایش خشونت هایی است که در نقاط مختلف جهان از سوی انسانهایی نسبت به انسانهای دیگر اعمال می شود. کشتارهای جمعی، قتل های انفرادی، تجاوز، تبعیض و محروم کردن از حقوق اولیه، همه گویای چهره خشن و زشت انسان به همنونان خود است و جای تعجب نیست که آنتونی استر^۱ (۱۹۹۶) گفته است: "ما رفتارهای خشن انسانها

¹ - Esther A

را نسبت به یکدیگر حیوانی می خوانیم، ولی بررسی خشونت های انسان نسبت به انسان نشان می دهد که به کاربرد صفت حیوانی در مورد این گونه رفتارها، در واقع توهین به حیوانات است." در حقیقت هیچ حیوانی نسبت به هم نوع خود تا این اندازه بی رحم و خشن نیست. به عبارت دیگر، "عصر ما عصر پرخاشگری است." در برخی موارد شدت وحدت ابراز خشم به اندازه ای است که با پیامدهای منفی بسیاری مانند رفتار پرخاشگرانه، خشونت خانوادگی، سوء مصرف مواد و مسایل جسمانی همراه است و آن را شایسته مقایسه یا حتی پایین تر از حیوانات قرار می دهد (به نقل از کریمی، ۱۳۷۷).

رفتارهای ضد اجتماعی و پرخاشگری در زمره شایعترین اعمال ارجاع نوجوانان به کلینیک های بهداشت روان و مراکز مشاوره هستند، عدم مهار رفتارهای پرخاشگرانه علاوه بر این که می تواند باعث ایجاد مشکلات بین فردی و جرم شود درون ریزی را نیز به همراه دارد و باعث انواع مشکلات جسمی و روانی مانند زخم معده، سردرد و افسردگی می شود. پژوهش نشان می دهد که نوجوانانی که رفتاری پرخاشگرانه و تهاجمی از خود نشان می دهند به احتمال زیاد مرتکب بزهکاری های متعددی می شوند، به بیان دیگر نوجوانان پرخاشگر به علت نداشتن روابط اجتماعی سالم و شیوه های حل تعارضات فردی و گروهی دست به اعمال تند و خشن می زنند (سلحشور، ۱۳۷۸).

بنابر گزارش های جنایی دایره آگاهی فدرال ایالات متحده در سال ۱۹۹۵، ۸/۱ میلیون جرم خشونت بار (قتل، تجاوز به عنف، سرقت با اعمال زور و تهاجم منجر به ضرب و جرح) روی داده است. از این رقم ۹۷۴۶۴ مورد تجاوز به عنف و ۲۱۵۹۷ مورد دیگرکشی بوده است. اعمال خشن بیشتر از همه بین کسانی روی می دهد که همدیگر را می شناسند یا می شناخته اند. دیگرکشی بین افراد بیگانه شایع تر است (۵۵ درصد) و بیش از ۷۰ درصد در ایالات متحده، دیگرکشی ها با اسلحه کمری صورت می گیرد (کاپلان و سادوک،^۱ ۱۳۷۸). دیگرکشی در گروه سنی ۱۵ تا ۲۴ سال، دومین علت شایع مرگ و میر (پس از تصادفات) است. در یک زمینه یابی ملی بین دانش آموزان دبیرستانی معلوم شد که ۲۸ درصد پسرها و

¹ - Kaplan & Sadock

۷درصد دخترها در یک ماه قبل در نزاع فیزیکی درگیر بوده اند. در حدود ۳۵ درصد افراد مورد تحقیق، گزارش کردند که دست کم در یک مورد نزاع فیزیکی که به جراحات مستلزم کمک های طبی منجر شده است درگیر بوده اند (کاپلان و سادوک، ۱۳۷۸).

افراد در سنین مختلف و در طبقات اجتماعی-اقتصادی متفاوت عصبانی می شوند، خشم احساس طبیعی و قابل قبول است اما نوع درک و بیان این احساس است که مشکل ساز بوده، به طوری که اکثر نوجوانان در درک و بیان مناسب آن دچار اشکال هستند. مشکل عمده نوجوانان بیان انفجاری و خارج از کنترل خشم است.

گفته می شود خشونت زمانی روی می دهد که تعادل بین تکانه ها و کنترل درونی بهم می ریزد، شخص ممکن است افکار یا تخیلات خشونت داشته باشد و تا زمانی که کنترل خود را از دست ندهد افکار تبدیل به عمل نمی گردد. هرگونه شرایطی که افزایش تکانه های پرخاشگری را در زمینه کاهش کنترل فراهم نماید ممکن است به بروز خشونت منجر شود (شکاری، ۱۳۸۴).

ابراز خارج از کنترل خشونت آثار و تبعات ناشناخته و غیر قابل پیش بینی دارد که گاه سرنوشت انسان را در حاله ای از ابهام برده و تمام دنیای او یا دیگران را تحت تاثیر عواقب مخرب خود قرار می دهد. آثار مخرب فردی و اجتماعی خشونت باعث شد تا انسان از همان قرون اولیه به فکر شیوه هایی جهت کنترل و کانالیزه کردن این احساس برآید و هرچه پیش آمد و از ابعاد ناشناخته انسان پرده برداشته شد راهکارهای جدید و علمی پیش پای او گذاشته می شود. یکی از ابعاد ناشناخته دنیای پیچیده انسان که طی سالهای اخیر کشف و حول آن تحقیقات گسترده ای صورت گرفته مفهوی هوش هیجانی یا هوش عاطفی است که گام فراتر نهاده و در شناخت انسان و عواطف او دست آوردهای شایانی داشته است. یکی از دست آوردهای هوش هیجانی ارایه مدلی جهت آموزش مولفه های هوش هیجانی در کنترل پرخاشگری است که در کشورمان ایران تحقیقات چندانی در این زمینه صورت نگرفته است، لذا مطلبد تا پژوهشهای منظم و مبسوطی در این زمینه انجام گیرد به این امید که بتوان از دست آوردهای

آن جهت دستیابی به راهبردی مفید و موثر در کاهش و در نهایت درمان و پیشگیری از آسیبهای ناشی از پرخاش استفاده نمود، همچنین این مهم می تواند شرایط و امکانات مناسب جهت انجام بهتر امور تحصیلی را فراهم ساخته و خود عاملی جهت بالا بردن سطح آگاهی نوجوانان و ایجاد زمینه مناسب جهت استفاده بهینه از فرصتهای موجود و نیز فراهم ساختن الگوی جهت راهنمایی و ایجاد تجربیات علمی و پژوهشی در راستای استفاده دست اندرکاران مدارس و تعلیم و تربیت و مشاوران مدارس باشد.

اهداف تحقیق

۱- تعیین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» در کاهش پرخاشگری.

۲- تعیین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» در کاهش پرخاشگری کلامی.

۳- تعیین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» در کاهش پرخاشگری فیزیکی (جسمانی).

۴- تعیین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» در کاهش خشم.

۵- تعیین اثربخشی آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» در کاهش خصومت.

فرضیه های تحقیق

۱- آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» بر افزایش هوش هیجانی موثر است.

۲- آموزش مولفه های هوش هیجانی به روش «درونگردی جذب و انطباق» بر کاهش پرخاشگری موثر است.