

به نام خدا

تأثیر هوش هیجانی بر مهارت حل مساله و یادگیری

مولفان :

طیبه توفیقیان

مرضیه سپاسی

نرگس جوینی

معصومه برادران

لیلا بهلول و کیلی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: توفیقیان، طیبه، ۱۳۵۹
عنوان و نام پدیدآور: تاثیر هوش هیجانی بر مهارت حل مساله و یادگیری / مولفان طیبه توفیقیان، مرضیه
سیاسی، نرگس جوینی، معصومه برادران، لیلا بهلول و کیلی.
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۱۰۱ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۴۲۳-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: هوش هیجانی - مهارت حل مساله - یادگیری
شناسه افزوده: سیاسی، مرضیه، ۱۳۵۷
شناسه افزوده: جوینی، نرگس، ۱۳۵۹
شناسه افزوده: برادران، معصومه، ۱۳۶۵
شناسه افزوده: بهلول و کیلی، لیلا، ۱۳۴۶
رده بندی کنگره: PN۲۳۵۴
رده بندی دیویی: ۸۰۹/۴۱۴
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۹۴۹۶۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: تاثیر هوش هیجانی بر مهارت حل مساله و یادگیری
مولفان: طیبه توفیقیان - مرضیه سیاسی - نرگس جوینی - معصومه برادران - لیلا بهلول و کیلی
ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳
چاپ: زبرجد
قیمت: ۱۰۱۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۴۲۳-۱
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



فهرست

فصل اول: ۷

تعریف هوش هیجانی ۷

اهمیت هوش هیجانی ۸

تئوری (مدل) های هوش هیجانی ۱۰

رابرت استرنبرگ ۱۰

دیدگاه گاردنر در هوش شناختی و غیر شناختی ۱۱

کفایت‌های هیجانی کارولین سارنی ۱۲

دیدگاه توانایی مایر، سالووی و کارسو ۱۳

دیدگاه بار-آن در هوش هیجانی (مدل شخصیتی هوش اجتماعی و

هیجانی) ۱۷

دیدگاه دانیل گلمن در هوش هیجانی ۲۱

خودآگاهی ۲۲

خود مدیریتی (خود تنظیمی، خودگردانی هیجانی خود)..... ۲۲

مقایسه رویکردهای بار-آن؛ پیتر، سالووی و دانیل گلن نسبت به هوش

هیجانی..... ۲۲

فصل دوم:..... ۲۵

سبک های حل مسئله..... ۲۵

تعاریف و مفاهیم سبک های حل مسئله..... ۲۵

دیدگاه نزو در رابطه با حل مسئله..... ۲۸

دیدگاه دزوریلا و گلدفرید در رابطه با حل مسئله..... ۳۰

دیدگاه بدل و لناکس در رابطه با حل مسئله..... ۳۰

فرآیند حل مسئله..... ۳۳

پژوهش اثر راه حل (کسیدی و لانگ، ۲۰۱۹)..... ۳۴

نظریه های حل مسئله..... ۴۰

نظریه های گشتالت و شناختی:..... ۴۲

نظریه های خبرپردازی و هماندنگاری کامپیوتر..... ۴۲

فصل سوم: ۴۵.....

یادگیری ۴۵.....

مدیریت منابع یادگیری ۴۹.....

راهبردهای مدیریت منابع یادگیری ۵۷.....

کمک طلبی ۶۱.....

نظریه های یادگیری ۶۳.....

دیدگاه رفتارگرایی ۶۳.....

نظریه شناختی اجتماعی ۶۹.....

دستاورد یادگیری ۷۱.....

فصل چهارم: ۷۳.....

منابع : ۸۱.....

فصل اول:

تعریف هوش هیجانی

صاحب نظران، هوش هیجانی را با توجه به ویژگی‌ها و کارکردهای آن به صورت زیر تعریف کرده‌اند. دانیل گولمن (۲۰۱۱) بیان می‌کند که هوش هیجانی مهارتی است که دارنده آن می‌تواند از طریق خود آگاهی، روحیات خود را کنترل کند، از طریق خود مدیریتی آن را بهبود بخشد، از طریق همدلی، تاثیر آن‌ها را درک کند و از طریق مدیریت روابط به شیوه‌های رفتار کند که روحیه خود و دیگران را بالا ببرد (مشبکی و شجاعی، ۱۳۹۸). جان مایر و پیتر سالوی (۲۰۱۰) هوش هیجانی را توانایی ارزیابی، بیان و تنظیم عاطفه خود و دیگران و استفاده کارآمد از آن دانسته است: همچنین بار-آن (۲۰۱۷) هوش هیجانی را عامل مهمی در شکوفایی توانایی افراد برای کسب موفقیت در زندگی تلقی می‌کند و آن را با سلامت هیجانی و در مجموع با سلامت روانی افراد مرتبط می‌داند (همان منبع: ۱۳۹۸). ویسینگر (۲۰۱۳) هوش هیجانی را هوش به کارگیری عاطفه و احساس در جهت هدایت رفتار، افکار، ارتباط موثر با

1 Daniel Goleman

2 John Mayer and Peter Salovey

3 Weisinger

همکاران، سرپرستان، مشتریان و استفاده از احساس و عواطف خود و دیگران در رفتار فردی و گروهی جهت کسب اهداف از پیش تعیین شده تعریف کرد (مشبکی و دوستار، ۱۳۹۱).

اهمیت هوش هیجانی

در سال‌های اخیر با رشد تحقیقات شواهد تجربی محکمی در زمینه اهمیت به‌کارگیری هوش هیجانی در محیط به دست آمد، و یافته‌های تحقیقات در بیش از صدها سازمان و هزاران مدیر ارشد اجرایی نشان‌دهنده اهمیت قابلیت هوش هیجانی است. مطالعات دکتر دانیل گلن نشان می‌دهد تقریباً ۹۰ درصد علت تفاوت میان عملکرد مدیران برجسته و معمولی سازمان به هوش هیجانی آن‌ها بستگی دارد؛ و برای این که رهبر برجسته سازمانی باشیم حتماً به هوش هیجانی بالا نیازمند هستیم (آقایار و شریفی، ۱۳۹۶). پژوهش‌ها نشان داده که برای داشتن عملکرد بهتر در هر زمینه، اهمیت هوش هیجانی دو برابر توانایی هوش شناختی می‌باشد (چن و دیگران، ۲۰۱۸)؛ میزان شایستگی فرد در زمینه داشتن مهارت‌های هوش هیجانی، برای درک این مطلب که چرا فردی در زندگی پیشرفت می‌کند و فرد دیگری با همان میزان استعداد در نیمه راه متوقف می‌شود، نقشی تعیین‌کننده دارد. گلن (۲۰۱۲)، و مایر و سالوی (۲۰۱۳) نشان داده‌اند که هوش بهره‌ای به تنهایی نمی‌تواند پیش‌بینی‌کننده

موفقیت فرد باشد (کریم زاده، سلسبیلی، ۱۳۹۷) بلکه به هوش هیجانی که مجموعه‌ای از توانایی‌هایی فردی و بین فردی می‌باشد نیاز داریم. تحقیقات نشان داده هوش هیجانی خیلی بیشتر از هوش شناختی می‌تواند موفقیت آتی زندگی فردی و شغلی را پیش‌بینی کند. محققان در این زمینه که مهارت‌های هیجانی چقدر در موفقیت مؤثرند با یکدیگر اختلاف نظر دارند؛ ولی حتی بدترین آن‌ها معتقدند اهمیت مهارت‌های هیجانی در مقایسه با مهارت‌های شناختی یکسان هستند. شما نمی‌توانید برای ارتقای هوش شناختی کار زیادی انجام دهید؛ اما می‌توانید هوش هیجانی یا ضریب هیجانی خودتان را ارتقا دهید. مطالعات انجام‌شده در شرکت‌های بزرگ آمریکایی نشان می‌دهد با افزایش پیچیدگی مشاغل، نیاز به هوش هیجانی در محیط کار رو به افزایش گذاشته است. با رشد ادبیات، در این نظریه مطرح شد که شاید هوش هیجانی برای تضمین موفقیت و عملکرد شغلی اهمیت بیشتری نسبت به هوش شناختی داشته باشد (آقایار و شریفی، ۱۳۹۶). هوش هیجانی می‌تواند بارها قدرتمندتر از هوش علمی یا بهره هوشی باشد. مفهوم هوش هیجانی نشان می‌داد که چرا دو نفر با هوش هیجانی یکسان، ممکن است به درجات بسیار متفاوتی از موفقیت در زندگی دست یابند (برادبری، ۲۰۱۵، ترجمه گنجی، ۱۳۹۵). تحقیقات نشان داده است که تیزهوش‌ترین دانشجویان در مقایسه با دانشجویمان

متوسط موفق تر نبوده‌اند، و همچنین از لحاظ رضایت خاطر در زندگی بهترین نبوده‌اند و ارتباطات آنان ضعیف تر می‌باشد (کریم زاده، سلسبیلی، ۱۳۹۷). هوش هیجانی برای تمام مشاغل در تمام سطوح نسبت به هوش شناختی دو برابر مهم‌تر می‌باشد؛ امروزه در گزینش کارکنان هوش شناختی باعث استخدام می‌شود، ولی آن چه باعث ارتقا شغلی می‌شود، هوش هیجانی می‌باشد (گل‌من، ۲۰۱۸؛ به نقل از سپهریان، ۱۳۹۶). و در نهایت می‌توان گفت، فردی که فقط از نظر بهره هوشی (IQ) در سطح بالا برخوردار بوده و فاقد هوشیاری هیجانی است، تقریباً کاریکاتوری از یک آدم خردمند است که در قلمرو ذهن، چیره‌دست ولی در دنیای شخصی خویش ضعیف است. افرادی که از هوش هیجانی قوی برخوردارند، از نظر اجتماعی متعادل، شاد و سرزنده بوده و هیچ گرایشی به ترس یا نگرانی ندارند، احساس‌های خود را به طور مستقیم بیان و از تفکر مثبتی نسبت به خود برخوردارند (خائف الهی و دوستار، ۱۳۹۲).

تئوری (مدل) های هوش هیجانی

رابرت استرنبرگ

استرنبرگ (۱۹۸۵ به نقل سیف، ۱۳۹۰) بیشتر به جنبه‌های خلاق و عملی هوش اشاره کرده است. و در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسید که سه نوع هوش کلامی، کاربردی یا عملی و هوش اجتماعی داریم (سپهریان، ۱۳۹۶). هم

گاردنر و هم استرنبرگ معتقدند که هوش در فرهنگ‌های مختلف به طور متفاوت ظاهر می‌شود (سیف، ۱۳۹۰؛ به نقل از سپهریان، ۱۳۹۶).

دیدگاه گاردنر در هوش شناختی و غیر شناختی

هاوارد گاردنر استاد دانشگاه علوم تربیتی هاروارد در سال ۱۹۷۵ ایده هوش هیجانی را مطرح کرد و سپس کتابی تحت عنوان چارچوب‌های ذهن آهوست و گفت فقط یک هوش شناختی نداریم. گاردنر با این بیان به افسانه IQ پایان داد، و هوش را مشتمل بر ابعاد گوناگون زبانی-کلامی، موسیقایی، منطقی-ریاضی، جسمی-جنبشی، فضایی، طبیعت‌گرایانه، درون فردی و میان فردی می‌داند، که ۶ تا اول شناختی و ۲ تا آخر غیر شناختی می‌باشند، و لازم به ذکر می‌باشد فقط هوش کلامی و ریاضی به تحصیل مربوط می‌باشد (سبحانی نژاد و یوزباشی، ۱۳۹۷، ص ۲۶-۲۷؛ اسمیت، ۲۰۱۲؛ وینبرگ، ۱۹۸۹۴، به نقل از سپهریان، ۱۳۹۶؛ ضمیری، ۱۳۹۷).

-
1. Gardner, H
 2. Frames Of Mind
 3. Smith
 4. Weinberg

کفایت‌های هیجانی کارولین سارنی

بار - آن و پارکر (۲۰۱۰) مقالات کارولین سارنی را تحت عنوان کفایت هیجانی ۳ و هوش هیجانی در کتاب خود آورده‌اند، که عوامل مهم کفایت هیجانی وی شامل خودآشنی، گرایش‌های اخلاقی او و تاریخچه رشد وی می‌باشند و در بافت فرهنگی و زمان قرار دارند (سپهریان، ۱۳۹۶).

دیدگاه کوپر در هوش هیجانی

کوپر همدل چهارگانه‌ای را برای هوش هیجانی ارائه داد که شامل سواد هیجانی، عمق و ژرفای هیجانی، تناسب یا صلاحیت هیجانی و معجزه هیجانی است و هدفش انتقال شعور هیجانی از حیطه تجزیه و تحلیل روان‌شناسی و نظریه‌های فلسفی به حیطه شناخت، استدلال و کاربرد مستقیم می‌باشد.

1 Bar – On and Parker

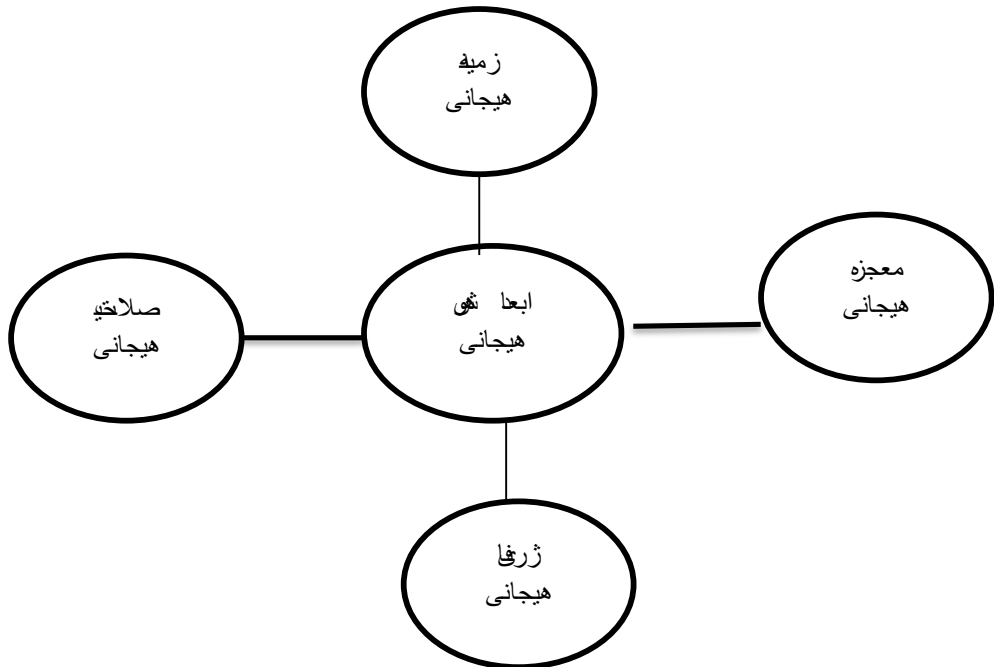
2 Carolyn Saarni

3 Emotional Competence

4. Self

5. Copper

شکل ۱-۲: مدل چهارگانه هوش هیجانی از دید کوپر (سبحانی نژاد، یوزباشی، ۱۳۹۷)



دیدگاه توانایی مایر، سالووی و کارسو

میر و سالووی در سال ۲۰۱۰ هوش هیجانی را از انواع هوش دیگر متمایز می‌دانند زیرا هوش هیجانی به مدیریت عواطف می‌پردازد و از این رو فرایند

پیچیده‌ای را توصیف می‌کند که عواطف و ادراکات را به یکدیگر مرتبط می‌سازد. هوش هیجانی از نظر این دو روان‌شناس چهار بعد دارد که عبارتند از:

آگاهی هیجانی

تسهیل هیجانی

شناخت هیجانی

کنترل هیجانی

بنابراین مدل هوش هیجانی ساختی چند وجهی دارد و این ابعاد می‌توانند متقابلاً در افزایش سایر توانایی‌ها نقش داشته‌اند (لاجوردی، ۱۳۹۷).

ادراک و بیان هیجانی: شامل توانایی تشخیص هیجانات، حالات احساسی و فکری خود و دیگران، توانایی ابراز دقیق هیجانات، ابراز نیازها و ضرورت‌های مرتبط با آن نیازها و توانایی تمایز میان ابراز صحیح و ناصحیح احساسات می‌باشد (مؤمنی و بابایی، ۱۳۹۴، دوستار ۱۳۹۵). و در برگیرنده ارزیابی صحیح از خود و دیگران می‌باشد (شریفی درآمدی، ۱۳۹۶: ۱۹). ادراک هیجانی شامل، توانایی ثبت می‌باشد (سپهریان، ۱۳۹۶).

تسهیل هیجانی: به توانایی فرد برای استفاده هیجانات در اولویت‌بندی تفکرات با تأکید بر اطلاعات مهمی که علت تجربه احساسات را شرح می‌دهند، اشاره دارد همچنین تفکر سیستمی را در بر می‌گیرد (سبحانی نژاد و یوزباشی،

(۱۳۹۷). این الگو به توانایی ارزیابی و تولید احساساتی که تفکر را تسهیل می‌کند، اشاره دارد (سپهریان، ۱۳۹۶). در برگیرنده ارتباط صحیح هیجان‌ها با سایر احساسات می‌باشد (شریفی درآمدی، ۱۳۹۶ : ۱۹). و یا عبارت است از به‌کارگیری هیجان‌ها به عنوان قسمتی از جریان شناختی مانند خلاقیت و حل مسئله (ضمیری، ۱۳۹۷). و شامل مهارت‌هایی مانند: یوگا، مطالعه و ایجاد آرامش فیزیکی می‌باشد. (امیمه علیق، ۱۳۹۳).

فهم هیجانی: به معنای فهم و تحلیل اطلاعات هیجانی و به کار بردن دانش هیجانی است که شامل توانایی فهم ارتباط میان هیجان‌های مختلف، توانایی ادراک علل و پیامدهای هیجانات، توانایی فهم و پیش‌بینی انتقال میان هیجانات مختلف و بازشناسی ارتباط میان هیجانات و تعاریف لغتی است (مومنی و بابایی، ۱۳۹۴؛ دوستار، ۱۳۹۵). شامل درک احساسات پیچیده در موقعیت‌های زمانی می‌باشد (شریفی، ۱۳۹۶)، و یا توانایی فهم مفاهیم ضمنی از هیجانات می‌باشد (سپهریان، ۱۳۹۶) مدیریت و کنترل هیجانی (اداره یا تنظیم هیجانی) : تنظیم هوشمندانه هیجان جهت ارتقا هیجانی و رشدی هوشمندانه (مومنی و بابایی، ۱۳۹۴؛ دوستار ۱۳۹۵). مدیریت هیجانی در مورد تنظیم هیجان‌ها در خود و افراد دیگر می‌باشد (ضمیری، ۱۳۹۷).