

Explain the Lived Experience of Mothers with Children with High Emotional Intelligence

ARTICLE INFO

Article Type
Research Article

Authors
Sedigheh Bagheri Varkaneh *

How to cite this article

Sedigheh Bagheri Varkaneh.
Explain the Lived Experience of
Mothers with Children with High
Emotional Intelligence. *Islamic Life
Style*. 2021; 5(3):95-105

1. Master of Counseling, Allameh Tabatabai University, Faculty of Welfare, Tehran, Iran (Corresponding Author).

* Correspondence:
Address:
Phone:
Email: madk.ali1988@gmail.com

Article History
Received: 2021/06/25
Accepted: 2021/09/13

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study is to provide a conceptual model of contexts and strategies to increase emotional intelligence in adolescents based on the lived experience of mothers.

Materials and Methods: For this purpose, in a qualitative design with a grounded theory approach that has advanced to the stage of selective coding, 12 mothers of adolescents with high emotional intelligence were selected using purposive sampling. In order to screen adolescents with high emotional intelligence, the Bar-On Emotional Intelligence Questionnaire was used and a semi-structured interview was used to collect data from the mothers of these adolescents. A systematic method was used to examine the content of the interviews, conceptualize and extract the categories.

Findings: The analysis of participants' experiences led to the identification of 47 free identifiers, 16 axial identifiers and 4 theoretical identifiers including components, contexts, contexts, consequences and factors interfering in the process of increasing emotional intelligence.

Conclusion: Accordingly, the family has the most important role in developing children's emotional intelligence. Using the findings of this study, family education sessions can be held to provide practical solutions for developing children's emotional intelligence, which are derived from the experiences of successful mothers, in addition to counselors and teachers who are interested in this field. They can use the findings of this research.

Keywords: Mothers, Adolescents, Emotional Intelligence

تبیین تجربه زیسته مادران با فرزندان با هوش هیجانی بالا

مقدمه

توجه به مشکلات نوجوانان و جوانان به جهت این که آن‌ها آینده‌سازان جامعه‌اند از ضروریات هر جامعه است و اهمیت به‌سزایی دارد، لذا توجه به موقعیت‌های آنان در ابعاد مختلف باید در اولویت قرار گیرد. یکی از ابعادی را که باید در این دوران مورد توجه قرار داد، مبحث هوش هیجانی است. دوره نوجوانی یعنی سن ۱۳ تا ۱۸ سالگی از نظر آموزش صلاحیت‌های اجتماعی و عاطفی، دوره مهمی محسوب می‌شود این دوره به خودی خود عاملی برای چالش‌های عاطفی و اجتماعی است. تقریباً همه دانش‌آموزان با ورود به این دوره با کاهش اعتماد به نفس و کاهش عزت اجتماعی یعنی اطمینان خاطر از دوست‌یابی و حفظ ارتباط با آن‌ها، مواجه هستند (۱). ارزشمندترین دارایی یک فرد هیجان است و همه لذت‌ها و شادی‌ها از طریق هیجان‌ات تجربه می‌شوند. هیجان‌ها احساساتی هستند که به زندگی شور و نشاط می‌دهند و اجازه می‌دهند شادی‌ها و غم‌های زندگی را تجربه کنیم (۲). هوش هیجانی شامل شناخت و مهارت‌های هیجان‌ها و هیجان‌های خود است. شخصی که از هوش هیجانی بالایی برخوردار است سه مؤلفه شناختی، فیزیولوژیکی و رفتاری هیجان‌ها را به‌طور موفقیت‌آمیزی با یکدیگر تلفیق می‌کند (۳). بار-ان (۴) فرض می‌کند که هوش هیجانی در اغلب اوقات، رشد می‌یابد و می‌توان آن را با استفاده از آموزش، برنامه‌ریزی و درمان، گسترش داد. او معتقد است که افرادی که دارای هوش هیجانی بالا هستند، عموماً در برخورد با خواسته‌ها و فشارهای محیطی عملکرد موفقیت‌آمیزی دارند. او همچنین معتقد است که نقص و نارسایی در هوش هیجانی می‌تواند به عنوان عدم موفقیت و وجود مشکلات هیجانی معنی شود. پژوهش در زمینه هوش هیجانی به نوجوانان در انتخاب‌های اجتماعی و موفق بودن در زندگی کمک می‌کند (۵). رشد صحیح هیجان‌ات در اوایل زندگی هر فرد زمینه‌ساز سلامت روان در بزرگسالی و حفاظت از فرد در برابر مشکلات روان‌شناختی خواهد شد (۶). همچنین وجود اختلال در رشد هیجانی پیامدهایی همچون خود تنظیمی هیجانی ضعیف، تحمل ناکامی پایین، ضعف در همدلی با دیگران و کاهش آستانه پاسخ‌دهی به محرک‌های محیطی را به دنبال خواهد داشت (۵). هین (Hein) مطرح می‌کند که هر کودکی با یک استعداد فطری هیجانی به دنیا می‌آید که بعداً طی دوران زندگی اتفاق‌هایی که برای این استعدادها رخ می‌دهد ممکن است این هیجان‌ها را شکوفا و یا از بین ببرد (۷).

اکرمی بیان می‌کند از عواملی که بر رشد هیجانی تأثیر مخرب می‌گذارند می‌توان به موارد پایین بودن سطح آگاهی عاطفی والدین، عدم توجه والدین به احساسات و هیجان‌ات فرزندان، نگرش‌های تعصب‌آمیز و انعطاف‌ناپذیری خانواده و جامعه نسبت به بروز نحوه بیان هیجان‌ات در کودکان و بزرگسالان، وجود خانواده‌های تک والدی، بی‌سرپرست و به‌طور کلی محرومیت‌های عاطفی اشاره کرد (۸). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت عاملی که در رشد و یا تحریف هوش هیجانی نقش مهمی دارد، خانواده است. خانواده اولین پایه‌گذار شخصیت، ارزش‌ها و معیارهای فکری کودک است، واکنش‌های متقابل میان والدین و فرزندان اساس تحول عاطفی کودک تلقی می‌شود و این کنش متقابل در تمام عمر خود را نشان می‌دهد از جمله مراحل مهم مرحله نوجوانی است که مرحله استرس‌آور برای والدین و نوجوانان می‌باشد. تأثیرات متقابل و رابطه بسیار نزدیکی که میان مادر و کودک وجود دارد می‌تواند نقش به‌وجود آورنده

صدیقه باقری ورکانه*

کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده رفاه، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر ارائه الگویی مفهومی از بسترها و راهبردهای افزایش هوش هیجانی در نوجوانان بر اساس تجربه زیسته‌ی مادران است.

مواد و روش‌ها: بدین منظور در قالب یک طرح کیفی و با رویکرد گراند تئوری که تا مرحله کد گذاری انتخابی پیش رفته است، از بین مادران نوجوانان دارای هوش هیجانی بالا، ۱۲ نفر با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. به منظور غربال نوجوانان دارای هوش هیجانی بالا، از پرسشنامه هوش هیجانی بار-ان استفاده شد و برای جمع‌آوری داده‌ها از مادران این نوجوانان از مصاحبه نیمه ساخت‌یافته استفاده شد. برای بررسی محتوای مصاحبه‌های صورت‌گرفته، مفهوم‌سازی و استخراج مقوله‌ها از شیوه نظام‌مند استفاده شد.

یافته‌ها: تحلیل تجارب شرکت‌کنندگان به شناسایی ۴۷ شناسه‌ی آزاد، ۱۶ شناسه محوری و ۴ شناسه نظری شامل مولفه‌ها، بسترها و زمینه‌ها، پیامد‌ها و عوامل مداخله‌گر در فرایند افزایش هوش هیجانی منجر شد.

نتیجه‌گیری: بر این اساس خانواده مهم‌ترین نقش را در زمینه‌ی پرورش هوش هیجانی فرزندان بر عهده دارد. با استفاده از یافته‌های به دست آمده از این پژوهش می‌توان جلسات آموزش خانواده جهت ارائه راهکارهایی عملی برای پرورش هوش هیجانی فرزندان، که از تجارب مادران موفق به دست آمده، برگزار نمود، به علاوه مشاوران و معلمانی که به این حوزه علاقه مند هستند می‌توانند از یافته‌های این پژوهش استفاده نمایند.

کلید واژه‌ها: مادران، نوجوانان، هوش هیجانی.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۴/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۲۲

*نویسنده مسئول: madk.ali1988@gmail.com

می‌باشد، از روش کیفی استفاده می‌کند و از میان روش‌های تحقیق کیفی از نظریه‌ی مبنایی یا نظریه‌ی زمینه‌ای بهره گرفته شده است، منظور از نظریه‌ی زمینه‌ای، نظریه‌ای است که مستقیماً از داده‌هایی استخراج شده است که در جریان پژوهش به صورت منظم گرد آمده و تحلیل شده‌اند. در این پژوهش، گردآوری داده‌ها، تحلیل و نظریه‌ی نهایی با یکدیگر در ارتباط تنگاتنگ بودند. پژوهشگر کار را با نظریه‌ای که از قبل در ذهن دارد شروع نکرد بلکه کار را در عرصه‌ی واقعیت آغاز کرد و گذاشت تا نظریه از دل داده‌هایی که گرد آمده، پدیدار شود. هدف عمده‌ی نظریه‌ی مبنایی، کاوش در فرآیندهای اجتماعی و موضوع‌هایی است که ماهیت فرآیندی، سیال و درحال شدن دارند. از این رو در این پژوهش برای بررسی هوش هیجانی به عنوان موضوعی سیال، از روش مبنایی استفاده شده است. محیط یا میدان یا بستر مطالعه در نظریه‌ی مبنایی همانند همه‌ی روش‌های کیفی می‌تواند اشکال متعددی به خود گیرد. مدارس، آموزشگاه‌ها و آشنایانی که فرزند نوجوان داشتند، میدان مطالعه‌ی این پژوهش بودند.

نمونه‌گیری در این تحقیق از نوع هدفمند می‌باشد. واحدهای نمونه در این تحقیق به این دلیل انتخاب می‌شدند که دارای مشخصه یا مختصات ویژه‌ای بودند (یعنی مادران نوجوانان دارای هوش هیجانی بالا). محقق برای پیدا کردن نمونه‌ها ابتدا از اداره آموزش و پرورش شهر تهران برای مراجعه به مدارس، نامه تهیه کرد و به مدارس تحویل داد و فرم‌های آزمون هوش هیجانی تهیه شده را به کادر اجرایی سپرد و آن‌ها در زمان مناسب آزمون را برگزار کردند سپس محقق آزمون‌ها را نمره‌گذاری و دانش‌آموزانی را که نمره‌ی آن‌ها ۳۰ انحراف معیار بالاتر از میانگین بوده (یعنی نمرات بالای ۳۵۰) را انتخاب کرده و با مادران آن‌ها وقت مصاحبه تعیین کرده. فرآیند این نوع نمونه‌گیری به این صورت بود که محقق یک نمونه‌ی اولیه انتخاب می‌کرد سپس داده‌ها را تحلیل کرده و بعد نمونه‌های بیشتری را برای پالایش مقوله‌ها و نظریه‌های در حال ظهور خود مجدداً برمی‌داشت، این فرآیند ادامه یافت تا زمانی که محقق به اشباع داده‌ها یا به بیانی به اشباع نظری رسید یعنی به مرحله‌ای که در آن بینش جدیدی از گسترش بیشتر نمونه‌ها حاصل نمی‌شد. در این پژوهش از پرسشنامه هوش هیجانی بار-ان برای غربال کردن نوجوانانی که دارای هوش هیجانی بالا هستند، استفاده شده است به این صورت که نوجوانانی که یک انحراف معیار یعنی ۳۰ نمره بالاتر از میانگین می‌گرفتند، انتخاب شدند و سپس با مادرانشان مصاحبه صورت گرفت. محقق در این پژوهش با ۱۲ نمونه، به اشباع داده‌ها رسید.

از آن‌جا که در این پژوهش از روش تحقیق کیفی، استفاده شده است بنابراین ابزار اصلی گردآوری داده‌ها مصاحبه بود. هدف از مصاحبه‌ی این پژوهش گردآوری توصیف‌هایی در مورد جهان واقعی زندگی مصاحبه‌شونده‌ها یعنی مادران نوجوانانی با هوش هیجانی بالا در ارتباط با مولفه‌های افزایش هوش هیجانی می‌باشد. در این پژوهش از روش مصاحبه‌ی نیمه - ساخت یافته استفاده شده است. در این نوع مصاحبه سوالات کاملاً باز یا کاملاً بسته نبودند بلکه براساس میزان ساختارمندی سوالات، پاسخ‌دهندگان سوی پاسخ هدایت می‌شدند. محور کلی سوالات مصاحبه، تجارب و تلاش‌های مادران در زمینه پرورش هوش هیجانی و موانعی که در این مسیر داشتند، بود. مصاحبه‌های انجام شده در پژوهش به وسیله‌ی ضبط صوت ذخیره شده و در نهایت روی برگه پیاده‌سازی گشت.

و یا حداقل نقش تسهیل‌کننده در مشکلات رفتاری و هیجانی داشته باشد. تحقیقات فراوانی به نقش و جایگاه نحوه والدگری و بستری که در آن والدین آموزش دیده و زمینه پرورش و تربیت فرزندشان را فراهم می‌کند، اشاره کرده است (۹). بنابراین با ارائه‌ی مدل‌های آموزشی در جهت افزایش هوش هیجانی می‌توان والدین را در زمینه‌ی پرورش هوش هیجانی نوجوانان یاری نمود. طهماسبی ۱۳۹۰ تاثیر مثبت آموزش مهارت‌ها به مادران را بر کاهش مشکلات کلی، مشکلات برون‌سو و درون‌سو، بهزیستی والدین و روابط خانوادگی گزارش کرد. بر طبق مدل‌های رشد هیجانی، این مهارت قابلیت افزایش و رشد را دارد (۱۰). بر طبق همین یافته کسانی که با کودکان و نوجوانان سر و کار دارند باید در جهت ارتقا این مهارت تلاش کنند. از مهم‌ترین افرادی که با کودکان و نوجوانان بیش تر در تماس هستند و می‌توانند در زمینه‌ی افزایش هوش هیجانی به آن‌ها کمک کنند، والدین هستند. خانواده به عنوان یک عامل اساسی برای حفظ سلامت جامعه محسوب می‌گردد. علاوه بر این، خانواده به عنوان یک واحد زیستی- اجتماعی در جهت تربیت و پرورش ابعاد مختلف روحی روانی و رشد عاطفی مطلوب اعضای جدید جامعه (کودکان و نوجوانان) نقش اساسی ایفا می‌کند (۱۱). در ضمن پدر و مادر آگاه و مسئول بودن مشکل است و احتیاج به آگاهی و کسب دانش‌های لازم دارد. گسترش تمرکز بر آموزش والدین در جهان، دانشمندان را بر آن داشت که بیان کنند والدگری، امروزه تبدیل به یک زمینه مهارت شده که در آن روابط خانوادگی قابل تبدیل به اصول و قواعد تخصصی را دارند که می‌توان آن را آموزش داد (۱۲). پس ما می‌توانیم قواعد و اصولی را از تجربه‌های والدین موفق، استخراج کنیم و در اختیار دیگر والدین قرار دهیم. نقش والدین در تربیت فرزندان و نسل آینده کشورها، به عنوان یک هدف مهم برای تصمیم‌گیران مملکتی قرار گرفته است، از طریق تمرکز بر آموزش‌های والدگری، به این مهم دست پیدا کنند (۱۳).

نکته‌ای که در این جا حائز اهمیت می‌باشد این است که برنامه‌های ارائه شده اغلب برای گروه‌ها و جمعیت‌های غربی ساختار بندی شده و شکل گرفته‌اند لذا با توجه به این که پژوهش‌های فراوانی بر اهمیت نقش فرهنگ در شکل‌گیری برنامه‌های آموزش والدین تأکید کرده است. همچنین فراتحلیلی در این زمینه که توسط والش (۱۴) انجام شد نشان داد که مداخلات تطابق یافته با فرهنگ هر ملتی تأثیرات بیشتری از مداخلات اصلی که بدون بومی‌سازی کشورهای دیگر به کار گرفته می‌شدند داشت بنابراین مداخلات فرزندپروری بدون توجه به زمینه‌های فرهنگی والدین و خانواده‌ها اثرات مثبت کم تری را به همراه خواهد داشت.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر نیز به این دلیل که به دنبال اکتشاف عوامل موثر بر افزایش هوش هیجانی براساس تجارب مادران موفق در این زمینه

واژگان اعتبار و روایی کمی از معیار اعتماد پذیری یا قابلیت اعتماد، جهت ارجاع به ارزیابی کیفیت نتایج کیفی استفاده می کنند (۱۵). قابلیت اعتماد، به بیانی ساده، میزانی است که در آن می توان به یافته های یک تحقیق کیفی متکی بود و به نتایج آنها اعتماد کرد. لینکلن و گوبا معتقدند که معیار قابلیت اعتماد در برگزیده چهار معیار جداگانه اما به هم مرتبط است: ۱- باور پذیری: در پژوهش حاضر این ملاک در قسمت بحث و نتیجه گیری محقق شده یعنی همسویی یافته ها، با نتایج پژوهش های دیگر نشان داده شده است. ۲- اطمینان پذیری: در پژوهش حاضر در طول مصاحبه ها، موقعیت های تجربه های مادران برای افزایش هوش هیجانی فرزندان استخراج شده از مصاحبه های قبلی، مورد سؤال و بررسی در مصاحبه ها بعدی قرار می گرفت و الگوهای کنشی و واکنشی نسبتاً یکسانی در بین مصاحبه شونده ها در مواجهه با هیجان های فرزندان کشف گردید که مؤید یکدیگر بودند و موجب اطمینان پذیری یافته ها گردید. ۳- تأییدپذیری: در پژوهش حاضر با دو فرایند تلاش شد تا یافته ها مبتنی بر داده ها باشند: اول این که تا حد امکان در مصاحبه تلاش شد تا مفاهیم و معانی موجود در عبارات مصاحبه شونده گان، در حین مصاحبه روشن شوند و مضامین استخراج شده تا جایی که امکان داشت، از همان مفاهیم و مضامین مورد اشاره ی مصاحبه شونده ها برای کدگذاری استفاده شود و دیگر اینکه با بررسی چندین باره و بازنگری های مکرر در اصلاح مضامین و کدهای استخراج شده بر اساس داده های مصاحبه های بعدی روشن و اصلاح شود. ۴- انتقال پذیری: بخشی از داده های خام مورد بازتحلیل قرار گرفت تا همسانی یافته های اولیه با یافته های بازتحلیل مقایسه شود.

یافته ها

از میان صحبت های شرکت کنندگان در پژوهش، مفاهیم مؤثر در برگزیده فرایند افزایش هوش هیجانی نوجوانان بر اساس تجربه زیسته مادرانشان، به صورت طرح مفهومی در شکل ۱ و جدول ۱ و ۲ نشان داده شده است.

در جریان تجزیه و تحلیل داده ها، شناسه گذاری متن (داده ها) طی سه مرحله شناسه گذاری اولیه (آزاد)، شناسه گذاری محوری و شناسه گذاری انتخابی (نظری) صورت گرفت؛ به این معنی که پژوهشگر در مرحله اول یعنی شناسه گذاری اولیه از طریق شناسایی و جدا کردن انواع داده ها در متمایز کردن اطلاعات در ظاهر مشابه سعی کرد و با دسته بندی و کشف روابط میان دسته های گوناگون به درک مفاهیم پنهان در متن مصاحبه شونده یا اسناد مورد مراجعه پرداخت. در این گام، داده ها از پراکندگی و بی نظمی مطلق خارج، و در مقوله های گوناگون دسته بندی می شود. در مرحله دوم شناسه گذاری محوری، فرایند ایجاد ارتباط بین شناسه ها و دسته های مختلف صورت می پذیرد. پژوهشگر در این مرحله به دنبال نظم بخشیدن به عناوین و مقولات شناسه گذاری باز است به این معنی که او در این مرحله به هر دسته از عناوین، عنوانی کلی و عام تر می دهد که این انتخاب عنوان کلی، می تواند هم بر اساس دریافت پژوهشگر و هم مراجعه به دانش پیشین باشد. سرانجام پژوهشگر در آخرین مرحله یعنی شناسه گذاری انتخابی با بیان مقولات و دسته بندی های گوناگون، یک هسته اصلی و مرکزی انتخاب می کند که همه دسته های دیگر را به هم پیوند و ارتباط می دهد تا "خط اصلی داستان" کشف شود که البته برقراری همه این ارتباطها میان مقوله های گوناگون و نتیجه گیری های بعدی با توجه به دانش قبلی و "حساسیت نظری" شخصی محقق صورت می گیرد؛ به این معنا که پژوهشگر از طریق غوطه ور شدن در داده ها و معنادادن به آنها با توجه به دانش قبلی خود، خط سیر پدیده ها و ارتباط میان آنها را کشف می کند. به منظور اطمینان از روایی و پایایی ابزار، متن مصاحبه و سوالات آن پس از یک مصاحبه ی آزمایشی در اختیار یکی از استادان قرار گرفته است و اصلاحات لازم در ساختار سوالات صورت گرفته است. و همچنین نتایج پژوهش در اختیار چند نفر از مادران قرار گرفت و آن ها نیز تأیید کردند که مطالب مطرح شده توسط آن ها در تحلیل ها آورده شده است. لینکلن و گوبا به جای استفاده از

جدول ۱. جملات و شناسه های آزاد در فرآیند افزایش هوش هیجانی نوجوانان بر اساس تجربه زیسته مادرانشان

نمونه ای از جملات مصاحبه شونده ها	شناسه های آزاد
۱- خودم و همسر از فعالیت های روزانه که برامون اتفاق افتاده برای همدیگر و برای بچه هامون تعریف می کنیم، متقابلاً بچه ها هم هر چی براشون اتفاق می افته رو تعریف می کنند همین طوری با صحبت کردن احساساتشون تخلیه میشه.	وقت گذراندن با فرزندان
۲- وقتی کار درستی انجام بده از او تعریف می کنم.	تعریف و تمجید کردن
۳- به راحتی احساسم رو بهش می گم که دوسش دارم.	ابراز محبت
۴- دوست ندارم که بچه ام مانند قدیمی ها از پدر و مادرش بترسد سعی می کنم با او دوست باشم.	ایجاد روابط دوستانه با فرزندان
۵- بهترین تشویق برای بچه ام خوشحالی من است و بدترین تنبیه نگرانی و ناراحتی من است.	تشویق و تنبیه
۶- تاکنون او را چندبار بصورت نامحسوس کنترل کردیم که با چه کسانی رفت و آمد می کند و... اما نمی گذاریم که خودش بفهمد.	عدم کنترل مستقیم و بیش از حد
۷- اگر صلاح بدونیم جایی نرود، به هیچ وجه اجازه نمی دهیم.	اقتدار والدینی
۸- اگر بچه ام بگه نمیتونم فلان مشکل را حل کنم اینقدر تشویقش می کنم و به او مشورت میدم تا بتونه اونو حل کنه.	مهارت حل مسئله
۹- اگر با برادرش دعوا کنن و بیان پیش من گله گی کنن من اهمیت نمیدم ولی بعداً جدا جدا باهاشون حرف می زنم.	مهارت حل تعارض

مهارت تخلیه هیجان	۱۰- دخترم رو با هنر نقاشی آشنا کردم و او هم علاقه داشت، هر وقت خیلی عصبانی یا خیلی خوشحال میشه می بینم میره و نقاشی میکشه انگار خودش رو با نقاشی کردن تخلیه میکنه.
والدین به عنوان الگو	۱۱- وقتی دخترم میبینه که من در نگهداری از فرزند همسایه که شاغل است به او کمک می کنم، او هم یاد می گیره که با دیگران همدلی کنه.
معرفی الگوها توسط والدین	۱۲- وقتی که کوچک بود برایش کتاب های زیادی می خریدم که مهارت های زندگی رو یاد می داد مثلا بچه باید مسئولیت پذیر باشه، به دیگران احترام بذاره و... یا داستان هایی که براش تعریف می کردم توش شخصیت های فداکار و پرتلاش بود.
افزایش اعتماد به نفس بصورت کلامی	۱۳- هر وقت نا امید بشه، نقاط قوتش رو بهش میگم.
افزایش آگاهی	۱۴- کتاب و مجله زیاد براش می خریدم و خودش هم علاقه داره، با همین اطلاعاتش همیشه توی جمع حرف برای گفتن داره.
دادن مسئولیت در حد توان	۱۵- وقتی مهمان داریم، سالاد را دخترم درست میکنه و خیلی خوشحاله که مسئول این بخشه.
تاثیر فضای مجازی	۱۶- به اخبار علاقه داره و از کانال های فضای مجازی اخبار رو دنبال میکنه و اطلاعات سیاسی اش خوبه و اغلب از این طریق با دیگران رابطه برقرار می کنه.
تاثیر خانواده گسترده	۱۷- اوایل زندگی پسرم با خانواده ی همسرم زندگی می کردیم و آنجا رفت و آمد زیاد بود و با بچه ها بازی می کرد به نظرم همون جا یاد گرفت با هم سن و سال هاش چه طوری رفتار کنه.
تاثیر دوستان و همبازی ها	۱۸- هم بازی دخترم خواهر و برادر بزرگترش بودند به نظرم چه طوری بازی کردن با بچه ها رو از اونا یاد گرفت.
یاد خدا و اولیای او	۱۹- وقتی عصبانی بشه میره مسجد و این طوری آرام میشه.
ترس از خدا	۲۰- پسرم خیلی خدا ترس است و به خاطر همین خشمش رو کنترل می کنه
رضایت خداوند	۲۱- میدونم که دخترم برای رضای خدا به دیگران مهربونی می کنه و بهشون کمک می کنه.
اجازه کسب تجربه	۲۲- پسرم علاقه ی زیادی به تجربه کردن چیزهای جدید دارد و تا حد امکان به او این اجازه را می دهم.
دادن حق انتخاب	۲۳- برای انتخاب رشته با این که ما رشته ریاضی دوست داشتیم اما به او تحمیل نکردیم و خودش تجربی را انتخاب کرد
دلگرمی دادن	۲۴- وقتی از چیزی ناراحت میشه و کاری از دستش بر نییاد به او میگم "این نیز بگذرد" این طوری با بعضی از واقعیت ها کنار میاد.
ایجاد دلبستگی ایمن	۲۵- از همان اوایل کودکی خیلی وابسته به خودم نبود اما وقتی برای چند ساعت همدیگرو نمی دیدیم دلش برام تنگ می شد و ابراز احساسات می کرد.
ایجاد روابط دوستانه بین والدین	۲۶- من و همسرم با هم دوستیم و حرفمون در ارتباط با بچه ها یکی است.
کمک بر انتخاب دوستان	۲۷- معمولا با خانواده هایی رفت و آمد داریم که بچه هاشون خوبن و ویژگی های خوب دارن مثلا این که شاد هستن ، با بزرگتر رفتار خوبی دارن و ...
شرکت در کلاس های آموزشی در کودکی	۲۸- شرکت در کلاس های فوق برنامه به اجتماعی شدنش کمک کرد.
امکان حضور در اجتماعات	۲۹- بچه که بود به او اجازه میدم با مادر بزرگش به جلسه قرآن بره، همین جلسات روابط اجتماعی رو قوی کرد.
تاثیرات فیلم ها	۳۰- دخترم عاشق کارتون آنشرلی بود، و همیشه می گفت منم می خوام مثل آنشرلی شاد باشم.
کادر اجرایی مدرسه	۳۱- کادر مدرسه دخترم خیلی به بچه ها احترام می ذاره با همین احترام اونا یاد میگیرن که به خودشون احترام بذارن.
تاثیر معلم	۳۲- معلم ابتدایی شون واقعا مهارت های زندگی به اونا یاد می داد، مثلا احترام به دیگران ، کنترل خشم و ...
توانایی حل مساله	۳۳- می تواند مسائلش را حل کند یا به تنهایی یا با کمک ما (والدین)
احساس رضایت از خود	۳۴- دخترم وقتی که می تونه به دیگران کمک کنه احساس شادایی و رضایت توی چهره اش معلوم میشه
افزایش اعتماد به نفس	۳۵- وقتی برای من (مادر) هم مشکل پیش میاد، مثل یه آدم بزرگ آروم میشکنه.
مسئولیت پذیری اجتماعی	۳۶- خودش به فکر درس هاش هست.
افزایش میزان همدلی با دیگران	۳۷- پدرش که ورشکست شده بود، شرایط را درک می کرد.
عدم اعتماد به نفس	۳۸- اوایل خجالتی بود. خجالتی بودنش برای این بود که خودش رو باور نداشت.
عدم توانایی در حل مسئله	۳۹- دبستانی که بود وقتی با دوستش دعواش می شد. به من می گفت بیام مدرسه..
وابستگی زیاد به والدین	۴۰- حدودا تا نه سالگی خیلی به من وابسته بود و مشق هایش را بدون من نمی نوشت.

۴۱- کوچکتر که بود وقتی عصبانی می‌شد، داد می‌زد.	عدم تحمل فشار روانی
۴۲- دخترم تا چند سال پیش چون خیلی حرف برای گفتن نداشت توی جمع حرف نمی‌زد	عدم آگاهی و اطلاعات عمومی
۴۳- فیلم‌هایی که در آن‌ها خشونت را نشان می‌دهند، به نوبه‌ی خود باعث یادگیری در بچه‌ها می‌شه.	عوامل موثر از رسانه‌ها
۴۴- پسرم خیلی به دیگران کمک می‌کرد تا وقتی که یکی از آشنایان گفته بود که "آدم اول باید مشکل خودش رو حل کنه و مشکل دیگران رو حل کردن، پیش کش" برای مدتی این حرف روی پسرم اثر گذاشته بود.	عوامل موثر از اطرافیان
۴۵- بچه‌ی مسئولیت‌پذیری بود به زمانی شد که توی درس هاش افت کرده بود و من باید به او تذکر می‌دادم، وقتی باهاش صحبت کردم دوستش رو مثال زد که درس نمی‌خونه و اتفاق خاصی هم نمی‌افته.	دوستان و همبازی‌ها
۴۶- من و همسرم اغلب سر این که رفتار کدومون در رابطه با دخترم درسته اختلاف نظر داشتیم	اختلاف موجود بین والدین در امر تربیت
۴۷- من علاقه داشتم که بعضی مهارت‌ها رو توی بچه‌ام تقویت کنم اما اصلاً نمی‌دونستم از کجا باید یاد بگیرم و یا چه کتابی بخونم و....	عدم آگاهی والدین از روش‌های افزایش هوش هیجانی

جدول ۲. شناسه‌های نظری، محوری و آزاد در فرآیند افزایش هوش هیجانی نوجوانان بر اساس تجربه زیسته مادران

شماره جملات	شناسه‌های آزاد	شناسه‌های محوری	شناسه‌های نظری
جملات ۱ تا ۴	۴ شناسه اولیه	روش‌های ارتباط موثر	
جملات ۵ تا ۷	۳ شناسه اولیه	روش‌های انضباط موثر	مولفه‌های افزایش هوش هیجانی بر اساس تجربه زیسته مادران شامل روش‌های ارتباط موثر، انضباط موثر، افزایش مهارت، ارائه الگو، افزایش اعتماد به نفس، عوامل موثر از اجتماع و مهارت‌های مقابله دینی می‌باشند.
جملات ۸ تا ۱۰	۳ شناسه اولیه	روش‌های افزایش مهارت	
جملات ۱۱ و ۱۲	۲ شناسه اولیه	روش‌های ارائه الگو	
جملات ۱۳ تا ۱۵	۳ شناسه اولیه	روش‌های افزایش اعتماد به نفس	
جملات ۱۶ تا ۱۸	۳ شناسه اولیه	عوامل موثر از اجتماع	
جملات ۱۹ تا ۲۱	۳ شناسه اولیه	مهارت‌های مقابله دینی	
جملات ۲۲ و ۲۳	۲ شناسه اولیه	ایجاد محیطی مساعد و آزاد برای رشد استقلال و مسئولیت‌پذیری	
جملات ۲۴ تا ۲۶	۳ شناسه اولیه	ایجاد محیطی مساعد برای ارتقای سلامت روان	بسترها و زمینه‌های فرایند افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران شامل ایجاد محیطی مساعد برای رشد مسئولیت-پذیری، ارتقای سلامت روان و جامعه‌پذیری و نظام آموزشی رسانه‌ها و مدارس می‌باشد.
جملات ۲۷ تا ۲۹	۳ شناسه اولیه	ایجاد محیطی مساعد برای جامعه‌پذیری	
جمله ۳۰	۱ شناسه اولیه	نظام آموزشی رسانه‌ها	
جملات ۳۱ و ۳۲	۲ شناسه اولیه	نظام آموزشی مدارس	
جملات ۳۳ تا ۳۵	۳ شناسه اولیه	تعالی فردی	پیامدهای موثر از افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران در دو حیطه‌ی تعالی فردی و اجتماعی قابل تبیین است..
جملات ۳۶ و ۳۷	۲ شناسه اولیه	تعالی اجتماعی	
جملات ۳۸ تا ۴۲	۵ شناسه اولیه	عوامل فردی (عوامل مداخله‌گر مربوط به خود نوجوان)	عوامل مداخله‌گر در افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران، در دو حیطه‌ی عوامل فردی و برون فردی قابل تبیین است.
جملات ۴۳ تا ۴۷	۵ شناسه اولیه	عوامل برون فردی (عوامل مداخله‌گر غیر از خود نوجوان)	

لازم به ذکر است که بیشترین فراوانی از مولفه‌های افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران (۵ شناسه محوری اول) مرتبط با سبک‌های تربیتی والدین می‌باشد. پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که اساس هوش هیجانی در خانواده شکل می‌گیرد و والدین با صحبت کردن و مکث کردن، توجه کردن به بیان احساس‌ها و حالات هیجانی فرزندان، دادن فرصت تمرین هیجان‌ها به او و ارائه الگوی مناسب به آن‌ها می‌توانند سنگ‌بنای روابط اجتماعی و پرورش هیجانی را در فرزندان پایه‌ریزی نمایند (۱۶). گاتمن نیز از سبک‌های تربیتی که موجب افزایش هوش هیجانی می‌شود به

الف) مولفه‌های افزایش هوش هیجانی بر اساس تجربه زیسته مادران: با توجه به جدول شماره ۲ مفاهیم شناخته شده از مولفه‌های افزایش هوش هیجانی نوجوانان براساس تجربه زیسته مادران، "در ۷ شناسه محوری" روش‌های ارتباط موثر" (ذیل ۴ شناسه ی باز)، "روش‌های انضباط موثر" (ذیل ۳ شناسه باز)، "روش‌های افزایش مهارت" (ذیل ۳ شناسه باز)، "روش‌های ارائه الگو" (ذیل ۲ شناسه باز)، "روش‌های افزایش اعتماد به نفس" (ذیل ۳ شناسه باز)، "عوامل موثر از اجتماع" (ذیل ۳ شناسه باز) و "مهارت‌های مقابله دینی" (ذیل ۳ شناسه باز) طبقه‌بندی شده است.

والدین مربی هیجان، که به احساسات فرزندان اهمیت می‌دهند و راه و رسم مقابله با فراز و نشیب‌های زندگی را به آن‌ها می‌آموزند، اشاره می‌کند (۱۷). از شناسه‌های محوری نیز بیشترین فراوانی به "روش‌های ارائه الگو"، و از شناسه‌های باز بیشترین فراوانی به "والدین به عنوان الگو" اختصاص می‌یابد، برای نمونه مصاحبه‌شونده‌ای در این زمینه بیان می‌کرد که: "توی مشکلات زندگی خودمون رو نمی‌بازیم، پسر من هم از ما یاد گرفته که توی مشکلات کوتاه نیاد و به دنبال چاره باشه" و یا مصاحبه‌شونده‌ای دیگر در این زمینه مطرح می‌کرد که "وقتی دخترم میبینه که من در نگهداری از فرزند همسایه که شاغل است به او کمک می‌کنم، او هم یاد می‌گیره که با دیگران همدلی کنه".

در این پژوهش نیز ثابت شد که توجه والدین به احساس و هیجان-های فرزندان باعث رشد موضوع مورد بحث می‌شود و عبارت "از پسر من می‌خواهم که برای من تعریف کنه چه اتفاقی افتاده که اینقدر ناراحت شده با همین تعریف کردن آروم میشه" نمونه‌ای از این جملات در ارتباط با این موضوع است. گاتمن، گاتز و هوون معتقدند که والدین برای رسیدن به دیدگاه فراهیجانی موثر پنج مرحله را باید پشت سر بگذارند: آگاهی از هیجانات خود و فرزندان، تشخیص هیجان‌ها، گوش دادن به فرزندان از روی همدلی، نام‌گذاری هیجان‌ها و ایجاد محدودیت‌های رفتاری برای فرزندان (۱۸). در این پژوهش عبارت "از او می‌خواهم هر چه را در طی روز برایش اتفاق افتاده برایش تعریف کنه" موبد گوش دادن به احساسات فرزندان می‌باشد که گاتمن نیز بر این نکته توجه داشته است.

در این پژوهش نیز مادران در آموزش مهارت تخلیه هیجان، فرزندان خود را به سمت هنر (نقاشی، موسیقی و...) و ورزش (کشتی، والیبال و...) سوق داده بودند برای مثال یکی از مصاحبه‌شونده‌ها در این زمینه مطرح می‌کرد که: "پسر من را کلاس کشتی ثبت نام کردیم، وقتی میره کلاس کشتی انگار انرژی منفی اش تخلیه میشه." و یا مصاحبه‌شونده‌ای دیگر در این زمینه بیان می‌کرد: "دخترم رو با هنر نقاشی آشنا کردم و او هم علاقه داشت، هر وقت خیلی عصبانی یا خیلی خوشحال میشه می‌بینم میره و نقاشی میکشه انگار خودش رو با نقاشی کردن تخلیه میکنه". مادران نیز در پژوهش حاضر مهارت‌های مقابله‌ای دینی همچون "یاد خدا و اولیای او"، "ترس از خدا" و "رضایت خداوند" که نوجوانان برای کنترل هیجانات خود استفاده می‌کردند را یکی از مولفه‌های رشد هوش هیجانی در فرزندان می‌دانستند در این زمینه یکی از مصاحبه‌شونده‌ها مطرح می‌کرد که: "وقتی عصبانی بشه میره مسجد و این طوری آروم میشه و یا موقع عصبانیت صلوات می‌فرسته" و یا مصاحبه‌شونده‌ای دیگر در این زمینه بیان می‌کرد: "پسر من خیلی خدا ترس است و به خاطر همین خشمش رو کنترل می‌کنه".

ب) بسترها و زمینه‌های فرایند افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران: با توجه به جدول ۲ مفاهیم شناخته شده از بسترها و شرایط افزایش هوش هیجانی نوجوانان براساس تجربه زیسته مادرانشان، شامل ۵ شناسه محوری "ایجاد محیطی مساعد و آزاد برای رشد استقلال و مسئولیت‌پذیری" (ذیل ۲ شناسه‌ی باز)، "ایجاد محیطی مساعد برای ارتقای سلامت روان" (ذیل ۳ شناسه باز)، "ایجاد محیطی مساعد برای جامعه‌پذیری" (ذیل ۳ شناسه باز)، "نظام آموزشی رسانه‌ها" (ذیل یک شناسه باز) و "نظام آموزشی مدارس" (ذیل ۲ شناسه باز) طبقه‌بندی شده است. لازم به ذکر است

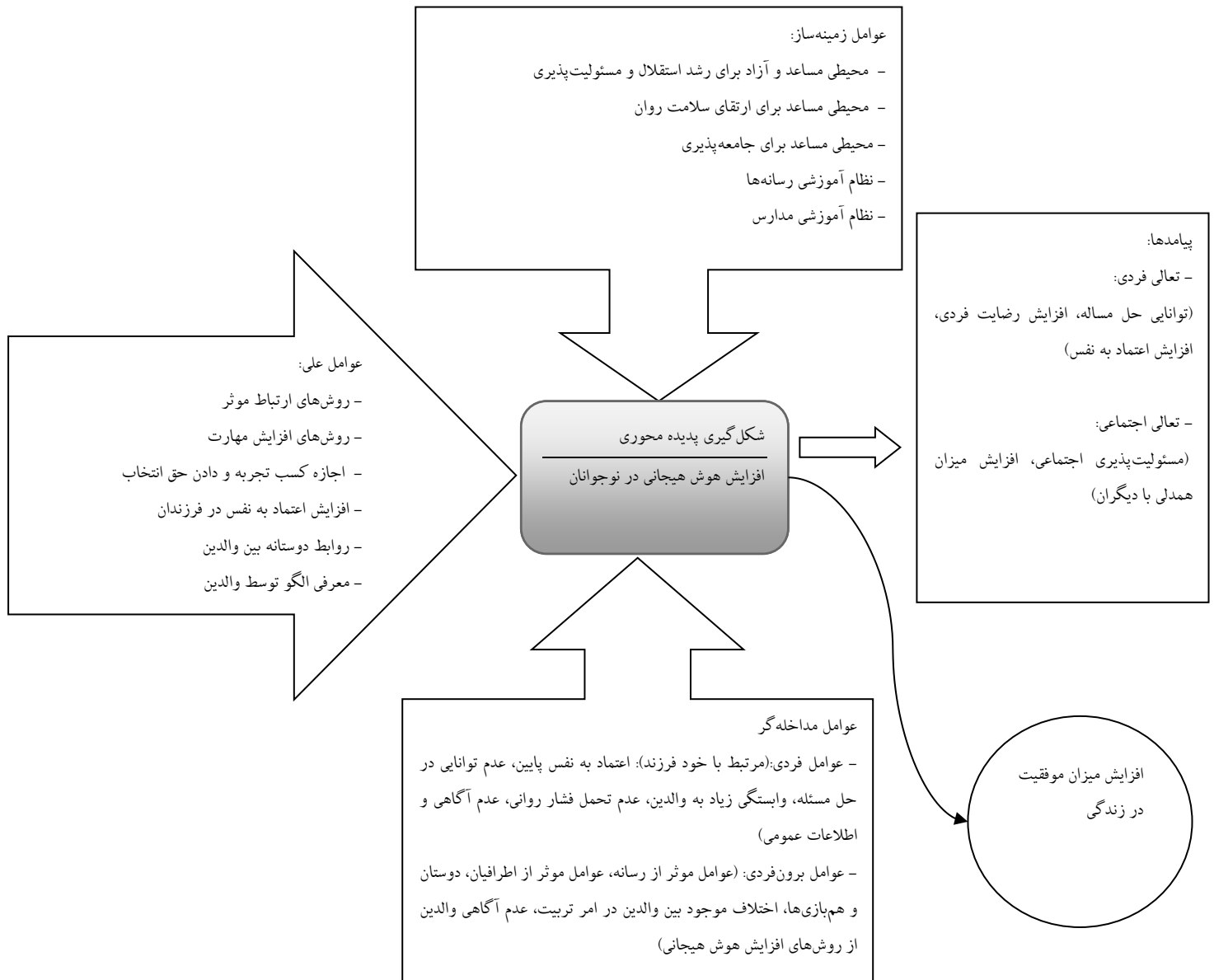
ج) پیامدها و عوامل مداخله‌گر در فرایند افزایش هوش هیجانی براساس تجربه زیسته مادران: یکی از پیامدهای شناخته شده از افزایش هوش هیجانی بر طبق نظرات مادران، توانایی حل مساله است مصاحبه‌شونده‌ای در این زمینه مطرح کرد که: "دخترم از پس مشکلات زندگی برمیاد"، پیامد دیگر افزایش رضایت فردی است، مصاحبه‌شونده‌ای در این زمینه مطرح کرد که: "دخترم وقتی که می‌تونه به دیگران کمک کنه احساس شادابی و رضایت توی چهره-اش معلوم میشه به طور کلی دخترم از زندگی راضی هست". عبارت‌های "یه جوری با افرادی که تا به حال ندیده ارتباط برقرار می‌کنه انگار که چند ساله اونارو می‌شناسه"، "لازم نیست کاری رو که بهش سپردم هی تکرار کنه" و "وقتی از رفتار کسی ناراحت میشه خودش رو جای او می‌گذارد" به ترتیب نمونه‌ای از افزایش اعتماد به نفس، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و افزایش میزان همدلی با دیگران که از پیامدهای شناخته شده از افزایش هوش هیجانی هستند، می‌باشد.

همچنین وجود اختلال در رشد هیجانی پیامدهایی همچون خود تنظیمی هیجانی ضعیف، تحمل ناکامی پایین، ضعف در همدلی با دیگران و کاهش آستانه پاسخدهی به محرک‌های محیطی را به دنبال خواهدداشت (۶).

عوامل مداخله‌گر در رشد هوش هیجانی نوجوانان را دو حیطه‌ی فردی و برون فردی کدگذاری کردیم، منظور از عوامل فردی، عواملی است که مربوط به خود نوجوان می‌باشد، عبارت "کوچک‌تر که بود وقتی با دوستش دعواش می‌شد. به من می‌گفت پیام مدرسه." نمونه‌ای از عوامل فردی می‌باشد. حال عوامل فردی شامل مولفه‌های عدم اعتماد به نفس، عدم توانایی در حل مسئله، وابستگی زیاد به والدین، عدم تحمل فشار روانی و عدم آگاهی و اطلاعات عمومی می‌باشد گلمن باتوجه به مشکلات رفتاری و هیجانی مانند اعتماد به نفس پایین، اضطراب و افسردگی که در کودکان، نوجوانان و جوانان افزایش یافته است، بسیاری از دانشمندان، پژوهشگران و

اختلاف بین والدین در امر تربیت، عدم آگاهی والدین از روش‌های افزایش هوش هیجانی را شامل می‌شود.
در الگوی مفهومی ذیل خلاصه‌ای از مباحث به صورت شمایی کلی نمایش داده می‌شوند.

همچنین اولیاء در سراسر دنیا، آموزش مهارت‌های لازم در زمینه‌ی هوش هیجانی را ضروری می‌دانند (۱۹). این مهارت‌ها منجر به افزایش انطباق و احتمال بیشتر موفقیت حتی در موقعیت‌های پر خطر خواهد شد. و عوامل برون فردی، تمامی عوامل مداخله‌گر غیر از خود نوجوان است عبارت "کارهای اشتباه عموییش را تکرار می‌کرد، مثلاً توی عصبانیت حرف‌های اشتباه او را تکرار می‌کرد" نمونه‌ای از عوامل برون فردی است، عوامل برون فردی شامل عوامل موثر از رسانه‌ها، عوامل موثر از اطرافیان، دوستان و همبازی‌ها،



شکل ۱. مدل مفهومی ارائه شده از افزایش هوش هیجانی نوجوانان براساس تجربه زیسته مادران

مؤثرترین روش‌ها در جهت ارتقای مهارت‌های فرزندپروری والدین و ایجاد نتایج مؤثر در درازمدت است (۲۱). لذا هدف از پژوهش حاضر کمک به خانواده‌ها در پرورش هوش هیجانی نوجوانان براساس واقعیت‌های زندگی و تجربه‌ی زیسته‌ی مادران است. موفقیت و عملی شدن این پژوهش علاوه بر ارتقای جایگاه فردی، بهبود عملکرد جامعه را فراهم خواهد کرد. تحقیقات انجام شده

نتیجه‌گیری
درک ضرورت و ارزش پرورش نسل تربیت‌یافته در جهان صنعتی امروز، علاوه بر ارتقا جایگاه فردی شخص، زمینه بهبود عملکرد جامعه را نیز فراهم می‌کند (۲۰). تحقیقات متفاوت نشان می‌دهند که منابع تخصصی اگر در قالب برنامه‌های آموزشی فرزندپروری متناسب با نیازهای والدین برنامه ریزی شود یکی از بهترین و

توسط والش (۱۴) نشان داد که مداخلات تطابق یافته با فرهنگ هر ملتی تأثیرات بیشتری از مداخلات اصلی که بدون بومی سازی کشورهای دیگر به کار گرفته می شدند داشت بنابراین مداخلات فرزندپروری بدون توجه به زمینه های فرهنگی والدین و خانواده ها اثرات مثبت کمتری را به همراه خواهد داشت. در این پژوهش به کمک روش تحقیق کیفی به کار گرفته شده سعی شد تا مدلی بر طبق فرهنگ ایرانی ارائه شود و در اختیار والدین قرار گیرد.

تجزیه و تحلیل یافته های پژوهش نشان داد که عوامل موثر بر افزایش هوش هیجانی بیشتر در ارتباط به خانواده مخصوصاً والدین می باشد این عوامل شامل سبک های تربیتی، یعنی روش ارتباط گیری والدین با فرزندان، نحوه تشویق و تنبیه، آموزش مهارت های مرتبط با هوش هیجانی و روش های افزایش اعتماد به نفس است. یافته های پژوهش در این قسمت نشان داد که والدینی که در ارتباط خود با فرزندان رابطه ی دوستانه ای دارند و برای این ارتباط گیری برای فرزندان خود وقت می گذرانند و در عین حال اقتدار والدینی خود را حفظ کرده و به راهنمایی فرزند خود می پردازند، در زمینه پرورش هوش هیجانی فرزند خود موفق بوده اند نتایج تحقیق در این قسمت با نظر گاتمن در ارتباط با نقش خانواده و شیوه های تربیتی آن ها همسو می باشد، گاتمن (۱۷) در تقسیم بندی که از سبک های تربیتی که موجب افزایش هوش هیجانی در فرزندان می شود، یک دسته از والدین که مربی هیجان (سبک راهنمای عاطفی) هستند را معرفی می کند که به احساسات فرزندانشان اهمیت می دهند و راه و رسم مقابله با فراز و نشیب های زندگی را به آن ها می آموزند. آن ها احساسات منفی فرزندانشان را به عنوان حقیقتی از زندگی می پذیرند از این موقعیت هیجانی به منزله فرصتی برای آموزش درس های مهم زندگی به او و تقویت روابط خویش با وی بهره می گیرند. صادقی و همکاران (۲۲) نیز در تدوین مدل بومی خانواده سالم، تعاملات کلامی و غیر کلامی مناسب و نیز ابراز مناسب هیجان ها و احساسات را از ابعاد مهم این مدل در نظر گرفتند، که یافته ی آن ها با چگونگی ارتباط گیری والدین با فرزندان در پژوهش حاضر همسو می باشد. یکی دیگر از روش های والدین برای پرورش هوش هیجانی در نوجوانان شان ارائه ی الگو به آن ها است به این صورت که یا به آن ها الگو معرفی می کنند و یا خود نیز الگویی برای فرزندان خود می باشند که مورد دوم فراوانی بیشتری را نشان داده است. اگر آن ها الگو و مثال والدین خود را نداشته باشند در حقیقت بهترین منبع یادگیری را از دست خواهند داد. والدینی که هوش هیجانی را با فرزندان شان تمرین می کنند و به عمل در می آورند پسران و دخترانی تربیت می کنند که شادتر هستند، سازگاری اجتماعی بیشتری دارند، نمره های بهتری می آورند و در بزرگسالی موفقیت های شغلی بیشتری را کسب می کنند. همچنین پژوهش های دیگر نشان دادند که اساس هوش هیجانی در خانواده شکل می گیرد و والدین با صحبت کردن و مکث کردن، توجه کردن به بیان احساس ها و حالات هیجانی فرزندان، دادن فرصت تمرین هیجان ها به او و ارائه الگوی مناسب به آن ها می توانند سنگ بنای روابط اجتماعی و پرورش هیجانی را در فرزندان پایه ریزی نمایند (کار ۱۶). یافته های پژوهش با تحقیقات صبری (۲۳)، استیت و ترنر (۲۴) و آلگه (۲۵) همسو می باشد آنان نیز در پژوهش خود به نحوی بر تاثیر والدین در رشد هوش هیجانی تاکید دارند. دیگر یافته ی پژوهش که از تجربه زیسته مادران نوجوانان دارای هوش هیجانی بالا به دست آمد بر عواملی غیر از خانواده که موثر بر پرورش

هوش هیجانی می باشد، اشاره می کند. این عوامل شامل استقبال از روش های ارتباطی جدید، تأثیرات موثر روابط با همسالان و روابط گسترده ی خویشاوندی و شیوه های مقابله ی دینی می باشد. در ارتباط با تاثیر استقبال از روش های ارتباطی جدید در پرورش هوش هیجانی باید اذعان داشت که وجود برنامه هایی چون تلگرام و اینستاگرام و... باعث تقویت روابط بین فردی از مولفه های هوش هیجانی، می شود. روابط با همسالان و روابط گسترده ی خویشاوندی (پدر بزرگ و مادر بزرگ و...) هم باعث تقویت روابط بین فردی می شوند، و هم می توانند به عنوان الگویی در این زمینه برای افراد تلقی شوند. در ارتباط با تاثیر استقبال از روش های ارتباطی جدید، روابط با همسالان و روابط گسترده ی خویشاوندی پژوهشگر پیشینه ی عملی یافت نکرد ولی در ارتباط با شیوه های مقابله دینی یافته های پژوهش رضایی، در تاج و مهر علیان (۲۶) و عباسی و روشن چلسی (۲۷)، با یافته های این پژوهش همسو می باشد، در این پژوهش ها بین هوش هیجانی و دینداری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در این پژوهش بسترها و شرایطی که مربوط به خانواده (والدین) می باشند شامل: ایجاد محیطی مساعد و آزاد برای رشد استقلال و مسئولیت پذیری، ایجاد محیطی مساعد برای ارتقای سلامت روان و ایجاد محیطی مساعد برای جامعه پذیری است. والدین می توانند از طریق دادن حق انتخاب به فرزندشان و اجازه کسب تجربه توسط فرزندانشان به رشد استقلال و مسئولیت پذیری آن ها کمک کنند و همچنین با حضور خود و فرزندشان در اجتماعات و شرکت فرزندان در کلاس های فوق برنامه همانند زبان و قرآن و... محیطی مساعد برای رشد مهارت های بین فردی فرزندان خود فراهم کنند. تحقیقات یار محمدیان و شرفی راد (۲۸) از آن جهت که تربیت و تقویت هوش هیجانی می تواند در تربیت مهارت های اجتماعی و سازگاری اجتماعی نوجوانان موثر واقع شود با پژوهش حاضر همسو است و پژوهش حسینی فاطمی، پیشقدم و ناوری (۲۹) با یافته های مربوط به قسمت تاثیر کلاس های فوق برنامه از جمله کلاس های زبان بر افزایش مهارت های اجتماعی در نوجوانان در این پژوهش مرتبط می باشد. یکی دیگر از زمینه های موثر برای افزایش هوش هیجانی ارتباط سلامت روان در فرزندان با موضوع مورد بحث می باشد که از چند طریق این به دست می آید اول والدین می توانند از شیوه های دلگرمی دادن به فرزندان به سلامت روان آن ها کمک کنند دوم ایجاد دلبستگی ایمن در فرزندان توسط مادرانشان است. که این یافته ی پژوهش با نظریه دلبستگی بالبی همسو می باشد، در نظریه بالبی، دلبستگی در رابطه والد و کودک می تواند بر رفتار، شناخت و هیجانان در هر زمانی از زندگی تاثیر بگذارد. به نظر او محرومیت از مادر پیامدهای جدی از قبیل اضطراب، وابستگی، اختلال بی عاطفگی و ناسازگاری اجتماعی دارد. بالبی در تاکید بر اهمیت ارتباط مادر و کودک معتقد است آنچه برای سلامت روانی کودک ضروری است تجربه یک ارتباط گرم، صمیمی و مداوم با مادر است (۳۰). سوم ایجاد روابط دوستانه و سالم بین والدین است که بر سلامت روانی فرزندان اثر می گذارد. در یافته های این پژوهش بسترها و شرایطی دیگری معرفی شد که به عواملی غیر از خانواده برمی گردد مانند: نظام آموزشی مدرسه که شامل معلم، دوستان و کادر اجرایی مدرسه است. معلم ها و کادر اجرایی مدرسه می توانند هم الگویی برای پرورش هوش هیجانی باشند و هم زمینه و شرایط پرورش هوش هیجانی را از طریق آموزش فراهم کنند. مایر و سالوی (۵) معتقدند محیط اجتماعی مدرسه نمونه کوچکی از نظام

5. Mayeer, J. D; Salovey, P. (1997). Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. New York: Basic Books.
6. Choi, E; Lee, K. (2015). Comparative Effects of Emotion Management Training and Social Skills Training in Korean Children With ADHD: Journal of Attention Disorders.
7. Hein, S. (2007). Emotional literacy. Accessed through. Steve Hein s Emotion intelligence site.
8. Yazdkhasti, Fariba; Yarmohammadian, Ahmad (1388). Comparison of the relationship between maternal depression and emotional intelligence of hearing and deaf adolescent girls in Isfahan. Technology Science Research, Volume 8.
9. Foy-Phillips P; Lloyd-Evans S. (2011). Shaping children's mobilities: expectations of gendered parenting in the English rural idyll: Children's Geographies.
10. Brackett, M. A; Rivers, S. E; Reyes, M. R; Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. Learning and Individual Differences
11. Khajeh Nouri, Bijan; Dehghani, Rudabeh (1395). Adolescents 'problems and its relationship with the family institution, case study: The relationship between parental conflicts and adolescents' mental health. Bi-Quarterly Journal of Sociology of Social Institutions.
12. Gillies V. (2010). Is poor parenting a class issue? Contextualizing anti-social behavior and family life. in Is Parenting a Class Issue? Ed. M Klett-Davies, Family and Parenting Institute, London.
13. Jupp E. (2012). Parenting policy and the geographies of friendship: encounters
14. Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. family Process.
15. Lincoln, Y. S; Guba, E. G. (1985). Naturalistic Inquiry, Thousand Oaks. CA: Sage.
16. Carter, Philip. (2009). Assess your emotional intelligence. Translated by Amirinia, Mahmoud; Aghazadeh, Parisa. Tehran: Arasteh Publishing.

اجتماعی جامعه تلقی می‌گردد. روابطی که دانش آموزان با معلمان و همسالان خود در مدارس برقرار می‌کنند، نقش اساسی در اکتساب نگرش‌ها، باورها و ارزش‌های بنیادین اجتماعی دارد و درک دانش-آموزان را از جامعه و محیطی که در آن قرار دارند تحت تاثیر قرار می‌دهد. مدرسه یکی از مهم‌ترین بافت‌های یادگیری مهارت‌های هیجانی است. آموزش هیجانی می‌تواند از طریق گستره‌ای از تلاش‌ها مانند آموزش کلاسی، فعالیت‌های فوق برنامه، جو و شرایط حمایتی مدرسه، و درگیر کردن دانش آموزان، معلمان و والدین در فعالیت-های اجتماعی صورت گیرد. با توجه به اهمیت هوش هیجانی و نتایج به دست آمده در این پژوهش پیشنهاد می‌گردد: ۱- یک واحد درسی، حدوداً یک ساعت در هفته به منظور آموزش مهارت‌ها مولفه‌های مرتبط با هوش هیجانی برای دانش‌آموزان اختصاص یابد. ۲- در مدارس دوره‌هایی آموزشی برای والدین با موضوع "چگونگی افزایش هوش هیجانی در فرزندان" برگزار گردد. ۳- جامعه آماری این پژوهش مادران نوجوانان دارای هوش هیجانی بوده است، پیشنهاد می‌شود که همین تحقیق با جامعه آماری پدران نیز صورت گیرد.

نقاط قوت تحقیق: با استفاده از یافته‌های به دست آمده از این پژوهش می‌توان جلسات آموزش خانواده جهت ارائه راهکارهایی عملی برای پرورش هوش هیجانی فرزندان، که از تجارب مادران موفق به دست آمده، برگزار نمود، به علاوه مشاوران و معلمان که به این حوزه علاقه مند هستند می‌توانند از یافته‌های این پژوهش استفاده نمایند. هر تحقیقی از انتخاب موضوع تا مراحل اجرا، تجزیه و تحلیل و نتیجه‌گیری دارای محدودیت‌هایی است. این تحقیق نیز دارای موانع و محدودیت‌هایی بوده برای مثال نوجوانان پسر که دارای هوش هیجانی بالا باشند، به سختی یافت شد، آگاهی مادران مورد مصاحبه، از هوش هیجانی و راه‌های افزایش آن بسیار کم بود و کلی‌گویی مادران از اطلاعات، فرایند مصاحبه را دشوار کرده بود.

References

1. Hoveizavi, Venus; Enayati, Mir Salahuddin (1390). Evaluation of the effectiveness of emotional intelligence training on the use of stress coping methods among female high school students in Ahvaz. New discoveries in psychology.
2. Shurji Golangdari, Fatemeh (1391). A comparative study of emotional intelligence training on improving resilience and reducing aggression by introspection of absorption and adaptation. Master Thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabatabai University.
3. Ljungholm, D. P. (2014). Emotional Intelligence in Organizational Behavior. Economics, Management, and Financial Markets.
4. Bar-on, R. (2006). The Bar-on model of emotional social intelligence (ESI) Psicothema.

29. Hosseini Fatemi, Azar; Pishgadam, Reza; Navari, Safura. (1389). The effect and role of English language classes in increasing emotional intelligence and related structures. *Journal of Language and Translation Studies*, No. 1.
30. Masson et al. (1384). *Child personality development*. Translated by Mahshid Yasai. Tehran: Markaz Publishing.
17. Guttman, John (1391). *Fostering emotional intelligence in children*. Translated by Hamid Reza Baluch. Tehran: Roshd.
18. Gottman, J; Katz, I; Hooven, c. (1997). *Meta emotion: How families communicate emotionally*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
19. Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*, New York. Bantam Books.
20. Jones, A) .2011 (.Theorising international youth volunteering: training for global (corporate) work ?. *Transactions of the Institute of British Geographers*, New Serie.
21. Vesely, C; Ewaida, M; Anderson, E. (2014). *Cultural Competence of Parenting Education Programs Used by Latino Families: A Review*: *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*.
22. Sadeghi M, Fatehizadeh M, Ahmadi S, Bahrami F, Etemadi A. (1393). *Development of a healthy family model by exploratory mixed research method*. *Family Psychology* . Volume 1.
23. Sabri, Mustafa; Alborzi, Mahboubeh; Bahrami, Mahmoud (1392). *Relationship between family communication patterns, emotional intelligence and emotional creativity in high school students*. *Quarterly Journal of New Educational Thoughts*. Issue 2.
24. Stets, J. E .; Turner, J. H. (2014). *Handbook of the Sociology of Emotions: Volume II*. New York, NY: Springer.
25. Alegria, A. (2011). *Parenting Styles and Childrens Emotional intelligence: What Do We Know?* *Family Journal: Counseling and Therapy for couples and Families*.
26. Rezaei Mohammad, Dartaj Fariborz, Mehr Alian Ebrahim. (2016). *The Relationship between Emotional Intelligence and Its Components and Adolescent Religiosity*. *Journal of Educational Psychology*, Volume 12.
27. Abbasi, Ruhollah, Roshanchelsi, Rasool (1389). *Investigating the relationship between religious beliefs and emotional intelligence in high school students*. *Bi-Quarterly Journal of Clinical Psychology and Personality*. Volume 1.
28. Yarmohammadian, Ahmad; Sharafirad, Haidar (1390). *Analysis of the relationship between emotional intelligence and social adjustment in adolescents*. *Applied Sociology*.