



IQ یا EQ؟

بررسی تأثیر هوش هیجانی بر تعارض
میان کار و زندگی معلمان زن مقطع متوسطه

تلخیص: سیدرضا صاحبی

طرح موضوع

تعارض مسئله‌ای جدی در سازمان‌هاست که می‌تواند تأثیرات ناگواری بر عملکرد هر سازمانی بگذارد یا شرایطی پدید آورد که سازمان، بخشی از نیروهای کارآمد خود را از دست بدهد. یکی از تعارضاتی که ممکن است برای هر کسی روی دهد، تعارض میان کار و زندگی است. استرس ناشی از عدم تعادل میان کار و زندگی بر عوامل مختلفی همچون بهره‌وری، رضایت و کیفیت زندگی افراد تأثیر می‌گذارد. مهارت در کنترل هیجان‌ها و عواطف، یکی از عوامل مهم برقراری ارتباط موفق و حل تعارض با دیگران است. لذا افراد با هوش هیجانی بالا در برقراری ارتباط و حل تعارض با دیگران در محیط کاری موفق‌ترند.

معلمان از جمله افرادی هستند که با کار و فعالیت سخت سروکار دارند و در تمام مدت آموزش علاوه بر فعالیت فکری و روحی باید فعالیت جسمانی هم داشته باشند. بر این اساس تعارض میان کار و زندگی چالش مهمی برای آنان محسوب می‌شود. معلمان به منظور مدیریت مؤثر تعارض در محیط کار و خانواده بایستی با مهارت هوش هیجانی آشنا باشند. لذا توجه به راهبردهایی که به کاهش تنش و تعارض معلمان کمک می‌کند، از اهمیت خاصی

برخوردار است. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر آموزش هوش هیجانی بر کاهش تعارض کار و زندگی معلمان زن شاغل دوره متوسطه در آموزش و پرورش منطقه ۱۹ تهران و به همت فاطمه فرهمند نسب، محمدعلی حسینی و کامران محمدخانی تدوین شده و به روش شبه تجربی با پیش‌آزمون - پس‌آزمون در دو گروه مداخله و کنترل صورت گرفته است. (جامعه آماری: ۵۰ نفر از معلمان زن منطقه ۱۹ شامل ۲۵ نفر برای گروه مداخله و ۲۵ نفر برای گروه کنترل).

کلیدواژه‌ها:

معلمان، هوش هیجانی، تعارض کار و زندگی

پرسش‌های تحقیق

۱. آیا آموزش هوش هیجانی بر کاهش تعارض میان کار و زندگی معلمان زن دوره متوسطه شاغل در آموزش و پرورش منطقه ۱۹ مؤثر است؟
۲. آیا آموزش هوش هیجانی بر افزایش هوش بهر هیجانی معلمان زن دوره متوسطه شاغل در آموزش و پرورش منطقه ۱۹ مؤثر است؟

رشد

در تابلو اعلانات مدرسه ما

اهداف طرح

۱. دسترسی همه دانش‌آموزان مدرسه به مجلات رشد در صورت وجود مشکلات مادی برای خرید مجله
۲. خواندن مجلات رشد توسط تمامی دانش‌آموزان در صورت کمبود شمارگان مجله
۳. پرورش روحیه مطالعه به منظور پیشبرد دانش و معرفت و تجارب دانش‌آموزان
۴. مطالعه و استفاده از مطالب مجلات رشد در کلاس‌های آموزشی توسط دبیران.

نحوه اجرا

هر ماه مدیر با همکاری دانش‌آموزان یک جلد از مجلات رشد را بررسی می‌کند و مطالب مناسب و خواندنی آن را به صورت بریده‌هایی روی تابلو مورد نظر می‌چسباند. دانش‌آموزان می‌توانند در اوقات فراغت - زنگ‌های تفریح و زنگ ورزش - مطالب مورد نظر خود را مطالعه کنند. آن‌ها همچنین می‌توانند مجلات رشد را در تابلو اعلانات کلاس‌های خود نصب کنند.

در یکی از کلاس‌ها پس از معرفی صفحات مجلات رشد و توزیع مجلات در بین دانش‌آموزان علاقه‌مند و سفارش به نماینده کلاس که بهای مجلات را فردای آن روز از دانش‌آموزان دریافت کند و یکجا به دفتر مدرسه تحویل دهد، از دبیری که در کلاس بود تشکر کردم و خواستم از کلاس بیرون بروم که از وسط کلاس صدایی شنیدم: «کاش من هم می‌توانستم یک مجله رشد بخرم.» سرم را چرخاندم و با یک نگاه گوینده این جمله را پیدا کردم؛ شاگرد مؤدب و ممتاز ولی بی‌بضاعت کلاس بود. از کلاس بیرون آمدم و به فکر فرو رفتم: «چگونه می‌توانم از روی این دانش‌آموز را برآورده کرد؟» تا اینکه به نتیجه رسیدم یک تابلو مخصوص مجلات رشد در راهرو مدرسه تعبیه کنم و هر ماه، چند روزی پس از توزیع مجله در میان دانش‌آموزان علاقه‌مند، بریده‌هایی از یک جلد مجله را روی تابلو مورد نظر بچسبانم. طرح مورد نظر را در برنامه آغازین به اطلاع دانش‌آموزان رساندم. از آن به بعد هر دانش‌آموزی که توان خرید مجله رشد را نداشت، می‌توانست به راحتی با مراجعه به تابلو مورد نظر، مطالب مجله را در زنگ‌های تفریح، زنگ ورزش و غیره بخواند.

تحلیل داده‌ها و یافته‌های تحقیق

هوش هیجانی شامل شناخت و کنترل عواطف و هیجان‌های خود است؛ به عبارت دیگر، شخصی که EQ بالایی دارد سه مؤلفه شناختی، فیزیولوژیکی و رفتاری هیجان‌ها را به طور موفقیت‌آمیزی با یکدیگر تلفیق می‌کند.

در تحلیل داده‌ها ابتدا هر دو گروه مداخله و کنترل از نظر همسانی ارزیابی شدند. نتایج نشان داد که متغیرهای جمعیت‌شناسی هر دو گروه همسان بوده‌اند و اختلاف معناداری بین دو گروه وجود ندارد. نتایج تحلیل به عمل آمده نشان می‌دهد که آموزش هوش هیجانی به معلمان زن شاغل در دوره متوسطه منطقه ۱۹ آموزش و پرورش تهران، بر افزایش هوش هیجانی آنان قبل از مداخله، تأثیر معناداری نداشته اما آزمون تی مستقل در میزان تعارض بین دو گروه بعد از مداخله اختلاف معناداری نشان داده است.

با توجه به نتایج تحلیل به عمل آمده، یافته‌ها نشان داد که آموزش هوش هیجانی به معلمان مذکور بر کاهش تعارض میان کار و زندگی آنان به طور معناداری اثر داشته است.

در مجموع، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش هوش هیجانی بر افزایش هوش هیجانی جامعه آماری در گروه مداخله تأثیر معناداری داشته است. همچنین، بین هوش هیجانی و تعارض میان کار و زندگی معلمان همبستگی معناداری یافت شد؛ به این معنا که پس از آموزش هوش هیجانی، سطح تعارض معلمان به میزان قابل توجهی کاهش نشان داده است.

این پژوهش همچنین با تحقیقات نظری که قبلاً در این مورد صورت گرفته و قائل به تأثیر آموزش هوش هیجانی بر کاهش تعارضات کار و زندگی بوده‌اند، همسو می‌باشد.

در یک جمله، نتایج تحقیق نشان داد که آموزش هوش هیجانی در گروه مداخله معلمان زن دوره متوسطه منطقه ۱۹ تهران موجب افزایش هوش هیجانی و کاهش تعارض کار و زندگی آنان شده است.

ارائه پیشنهاد

با توجه به محدود بودن نمونه آماری پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود تحقیقی مشابه در جامعه‌ای بزرگ‌تر و طی زمان طولانی‌تر تکرار گردد.

با توجه به اهمیت تعارض میان کار و زندگی معلمان و تأثیر آن بر کیفیت آموزش آن‌ها به مسئولان محترم توصیه می‌شود برای پرورش هوش هیجانی به عنوان یک متغیر تأثیرگذار در کاهش تعارض کار و زندگی اهمیت بیشتری قائل شوند، کلاس‌های آموزش ضمن خدمت برای ارتقای سطح هوش هیجانی و مهارت‌های مرتبط با آن دایر نمایند و در نشست‌های علمی و همایش‌ها به این مسئله توجه کنند.

پی‌نوشت

۱. این خلاصه پژوهش از مقاله «بررسی تأثیر هوش هیجانی بر تعارض میان کار و زندگی معلمان زن مقطع متوسطه شاغل در آموزش و پرورش منطقه ۱۹ تهران (۹۱-۸۹)» توسط فاطمه فرهمندنسب، محمدعلی حسینی و کامران محمدخانی تهیه شده و در فصلنامه «نوآوری‌های آموزشی» به شماره ۴۹ سال سیزدهم بهار ۱۳۹۳ به چاپ رسیده است.