



رابطه بین هوش هیجانی و تاب آوری با بهزیستی تحصیلی پسران نوجوان

مجید یوسفی افراشته^۱، لیلا رحماندل^۲، معصومه مرادی^{۳*}

۱-استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران، yousefi@znu.ac.ir

۲-کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران، leilarahmandel@gmail.com

۳- کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران، m.moradi3020@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه هوش هیجانی و تاب آوری با بهزیستی تحصیلی در پسران نوجوان انجام گرفته است. این پژوهش با روش توصیفی-همبستگی و جامعه آماری را کلیه دانش آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهر رازمیان (استان قزوین) در سال تحصیلی (۱۴۰۰-۱۴۰۱) مشغول به تحصیل تشکیل می‌دادند که یک دبیرستان با نمونه‌ای ۱۰۰ نفری با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار استفاده شده در بخش گردآوری اطلاعات پرسشنامه هوش هیجانی با ضریب پایایی (۰/۸۰)، پرسشنامه تاب آوری با ضریب پایایی (۰/۷۱) و پرسشنامه بهزیستی تحصیلی با ضریب پایایی (۰/۶۶) بوده است. به منظور بررسی این پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شده است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد بین هوش هیجانی و تاب آوری با بهزیستی تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. هم چنین نتایج رگرسیون چندگانه نشان می‌دهد متغیرهای هوش هیجانی، و تاب آوری پیش بینی کننده‌ی مثبتی برای بهزیستی تحصیلی می‌باشد. علاوه بر آن هوش هیجانی در مقایسه با تاب آوری متغیر پیش کننده قوی‌تری برای بهزیستی تحصیلی می‌باشد. در آخر می‌توان نتیجه گرفت افزایش و ارتقای هوش هیجانی و تاب آوری در نوجوان پسر در بهزیستی تحصیلی نقش مهم و تعیین کننده‌ی دارد.

واژگان کلیدی: تاب آوری، هوش هیجانی، نوجوان، بهزیستی تحصیلی، عملکرد تحصیلی



مقدمه

نوجوانی یکی از دوره‌های بحرانی (رحمان و همکاران، ۲۰۱۲). و یکی از مراحل زندگی که به دلیل تحولات روانشناختی و زیستی که در این دوره رخ می‌دهد نیازمند توجه ویژه به همه مسائل آن‌ها از جمله تحصیل می‌باشد (کامتسیوس و کارگیانوپولو، ۲۰۱۶، ووالت و شنار-گولان، ۲۰۱۷). در جوامع پیشرفته یکی از اهداف مهم در زمینه تحصیل (نویمان، ۲۰۱۴). فراهم آوردن بهزیستی برای همه سنین از جمله نوجوان است (شیخ الاسلامی و قنبری طلب، ۱۳۹۷). بهزیستی در نوجوان یک جنبه حیاتی در رشد زندگی آنان که سطوح بالایی از بهزیستی باعث کاهش درگیر شدن در رفتارهای نامناسب و نشان دادن سلامت روانی و عاطفی بهتر، دستاوردهای تحصیلی و عملکرد اجتماعی می‌باشد (موریرا و همکاران، ۲۰۱۵، برگر و همکاران^۱، ۲۰۱۱). بهزیستی یک مفهوم ذهنی گسترده (چان و همکاران، ۲۰۱۴، دودگه و همکاران، ۲۰۱۳). و بهزیستی تحصیلی را می‌توان دیدگاه که دانش آموزان در زمینه تحصیل (بلفی و همکاران، ۲۰۱۲). و مربوط به روانشناسی مثبت گرا دانست که بر سلامت و احساس امنیت فرد (جلالی و صادقی، ۱۳۹۶). بر رضایت زندگی نوجوانان تاثیر گذار و یکی از فرآیندها و معیارهای است که در فرایند تحصیلی در نظر گرفته می‌شود (کورهون و همکاران، ۲۰۱۴). که باعث رضایت موقعیت تحصیلی خود و افزایش انگیزه برای یادگیری می‌شود. از جمله عوامل تاثیر گذار بر بهزیستی تحصیلی می‌توان تاب آوری را نام برد (ریوس-ریسکز، ۲۰۱۸).

تاب آوری توانایی افراد در شرایط تهدید کننده (اوگینسکا و زادورنا^۲، ۲۰۱۸). سازش ناپذیر و مشکل زا (بحرالوم و ساسانیموگدام، ۲۰۱۳). که با راهبردهای مقابله ای مثبت می‌تواند بهزیستی فرد را بهبود بخشد (گیبون ها همکاران، ۲۰۱۱). تاب آوری مفهومی چند بعدی و پیچیده (ماستن و پاول^۳، ۲۰۰۳، مانینگ^۴، ۲۰۱۴). که رفتار سازش ناپذیر را به نتیجه‌ی سازگارانه و سازش مثبت فرد در برابر مشکلات و تهدیدات زندگی است. (عبادی و همکاران، ۱۴۰۰). که این امر باعث بالا رفتن مهارت فرد

-
- Rahman et al^۱
Kamtsios & Karagiannopoulou^۲
Walte, & Shenaar-Golan^۳
Neumann^۴
Moreira et al^۵
Berger et al^۶
Chan et al^۷
Dodge et al^۸
Blfi, et al^۹
Korhonen et al^{۱۰}
Ríos-Risquez^{۱۱}
Zadworna & Ogińska^{۱۲}
Sasanimogadam & Bahrololom^{۱۳}
Gibbons et al^{۱۴}
Masten & Powell^{۱۵}
Manning^{۱۶}



(میلر و همکاران، ۲۰۱۷). افزایش توانمندی (آنگر و ترون، ۲۰۱۹). و بهزیستی افراد در سنین مختلف از جمله نوجوانی می-شود (توماس، ۲۰۱۲).

یکی از متغیرهای دیگری جز تاب آوری بر بهزیستی تحصیلی تاثیر گذار است هوش هیجانی است (مالیک، ۲۰۱۶). هوش هیجانی را می توان مجموعه از احساسات، عواطف مهارت فرد و نشان دهنده نحوه برخورد افراد با احساسات خود و دیگران، استفاده هوشمندانه از احساسات (پاسکووا و کالیسکا، ۲۰۲۲). و مهم ترین زمینه تحول در فهم هیجان و تفکر افراد نیز می باشد (خلیلی آذر، ۱۳۸۶). پژوهش در زمینه هوش هیجانی به عنوان یکی از حوزه های مهم بهزیستی و سلامت فرد در سال های اخیر مورد توجه قرار گرفته است (رایان و همکاران، ۲۰۱۲). در زمینه هوش هیجانی نظریه پردازان معتقد هستند با ایجاد رابطه هماهنگ و مناسب با دیگران بهزیستی افزایش می یابد (زیدانر و همکاران، ۲۰۱۴) همچنین بار-آن (۲۰۱۲). و زایدنر و دیگران (۲۰۱۲) در پژوهش خود نشان دادند رابطه مثبت و معناداری بین هوش هیجانی و بهزیستی تحصیلی و رضایت از زندگی فرد وجود دارد در این ارتباط یوسفی و هاتف (۱۳۹۸)، نیز به این نتیجه دست یافتند بین هوش هیجانی و ارتقای بهزیستی دانش آموزان در مدرسه رابطه مثبت وجود دارد. بالویوکا و همکاران (۲۰۱۶) طی پژوهشی بیان داشتند بین رابطه هوش هیجانی و بهزیستی روانشناختی دانش آموزان رابطه وجود دارد و افرادی که هوش هیجانی بالای دارند مهارت ارتباطی ان افزایش می یابد. و هوش هیجانی پایین نشان دهنده عملکرد پایین در زمینه تحصیل و بروز رفتارهای پرخطرانه می باشد (علیزاده دربندی، ۱۳۸۶).

نوجوانی یکی از دوره های بحرانی و یکی از مراحل زندگی که به دلیل تحولات روانشناختی و زیستی که نیازمند توجه به ویژه در زمینه بهزیستی تحصیلی است و برای دست یابی به این امر نیازمند بررسی هوش هیجانی و بالا بردن سطح تاب آوری می باشد که در پژوهش های قبلی به بهزیستی تحصیلی پسران نوجوان در رابطه هوش هیجانی و تاب آوری مورد مطالعه قرار داده شود پژوهشی یافت نشد. و هدف پژوهش حاضر بررسی آن ها می باشد. همچنین مطالعه حاضر به دنبال پاسخگویی به پرسش های ذیل می باشد.

-بین هوش هیجانی و تاب آوری با بهزیستی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد؟

-بین متغیرهای هوش هیجانی و تاب آوری کدام متغیر پیش بین کننده ی قوی تری برای بهزیستی تحصیلی می باشد؟

Mealer et al^{۱۷}

Ungar & Theron^{۱۸}

Malik^{۱۹}

Pašková, & Kaliská^{۲۰}

Ryan et al^{۲۱}

et al Zeidner^{۲۲}

Rain et al^{۲۳}

Balluerka et al^{۲۴}



روش

روش این پژوهش توصیفی-همبستگی می باشد. جامعه آماری را کلیه دانش آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهر رازمیان (استان قزوین) در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۰۱ مشغول به تحصیل تشکیل داده است. که یک دبیرستان به شیوه در دسترس انتخاب شد و پرسشنامه هوش هیجانی (شات و همکاران)، بهزیستی تحصیلی (تومینین و سوینی و همکاران)، تاب آوری (کانر و دیویدسون) برای دانش آموزان این مدرسه (۱۰۰ نفر) اجرا شد. ابزار استفاده شده در پژوهش شامل:

پرسشنامه هوش هیجانی: این پرسشنامه توسط شات و همکاران در سال ۱۹۹۸ براساس مدل نظری که توسط سالووی و مایر^{۲۵} در سال ۱۹۹۰ از ساختند (سالووی و مایر، ۱۹۹۰). این پرسشنامه دارای ۳۳ گویه که دارای سه خرده مقیاس تنظیم هیجانی، ارزیابی و ابراز هیجان و بهره برداری از هیجان می باشد. بلوچ و همکاران در سال (۱۳۹۶) اعتبار کل این مقیاس را با استفاده از ضریب الفای کرونباخ (۰/۷۶) و صدوقی و همکاران در سال (۱۳۹۶) اعتبار آن را (۰/۸۷) گزارش کردند. هوش هیجانی شات در نوجوان هم اعتبار سنجی شده است که اعتبار آن را (۰/۸۱) گزارش کرده اند. و تحلیل عاملی خرده مقیاس های آن بهره برداری از هیجان (۰/۵۰)، ارزیابی و ابراز هیجان (۰/۶۰) و تنظیم هیجان (۰/۵۰) گزارش شده است اعتبار این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از الفای کرونباخ (۰/۸۰) این مقدار به دست آمده است.

پرسشنامه بهزیستی تحصیلی: در این پرسشنامه که دارای ۳۱ گویه ای و ۴ بعد رضایت مندی تحصیلی (۴ گویه)، ارزش مدرسه (۹ گویه)، فرسودگی نسبت به مدرسه (۹ گویه) و مشارکت (۹ گویه) دارد که توسط تومینین و سوینی و همکاران ۴۰ سال (۲۰۱۲) ساخته شده است. روایی که توسط پژوهشگران این پرسشنامه محاسبه شده مطلوب و میزان الفای کرونباخ آن برای ابعاد نام برده ارزش مدرسه (۰/۶۴)، رضایت مندی تحصیلی (۰/۹۱)، فرسودگی نسبت به مدرسه (۰/۷۷) و مشارکت (۰/۹۴) گزارش کرده اند. روایی و پایایی این پرسشنامه که در پژوهشی که توسط میرزایی و همکاران در سال (۱۳۹۹) انجام شده پایایی و روایی این پرسشنامه مناسب و مطلوب بوده است. در پژوهش حاضر میزان روایی که با ضریب الفای کرونباخ (۰/۶۶) به دست آمده است.

پرسشنامه تاب آوری: پرسشنامه ۲۵ گویه ای که در سال ۲۰۰۳ توسط کانر و دیویدسون^{۲۷} ساخته شد که براساس طیف لیکرت ۵ درجه ای بوده است میزان الفای کرونباخ آن توسط این پژوهشگران در دامنه ای ۰/۷۶ تا ۰/۹۰ گزارش شده است. روایی آن هم مناسب و توسط محققان آن در گروه های مختلف اجرا شده است. (جوکار، ۱۳۸۶). این پرسشنامه اعتبار آن در ایران هم مورد بررسی قرار گرفته است بهادری و همکاران در سال (۱۳۹۰) اعتبار آن را (۰/۸۹) و صدوقی همکاران در سال (۱۳۹۶) اعتبار آن را (۰/۷۵) گزارش کرده اند. در پژوهش حاضر اعتبار آن به روش الفای کرونباخ (۰/۷۱) گزارش شده است.



یافته ها

بررسی ویژگی جمعیت شناسی شرکت کنندگان نشان می‌دهد بیشترین میانگین سنی ۱۵/۹۹ می باشد آمار توصیفی متغیرهای مورد بررسی در جدول (۱) آورده شده است. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی چندگانه با استفاده از نرم افزار SPSS v۰.22 استفاده شده است.

جدول(۱): میانگین و انحراف استاندارد هوش هیجانی، تاب آوری و بهزیستی تحصیلی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
هوش هیجانی	۸۵/۳۵	۱۳/۴۸
تاب آوری	۶۶/۴۴	۸/۹۷
بهزیستی تحصیلی	۸۳/۵۹	۸/۸۵

به منظور آزمون ارتباط بین هوش هیجانی و تاب آوری با بهزیستی تحصیلی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است که نتایج آن در جدول(۲) زیر آورده شده است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین بهزیستی تحصیلی، هوش هیجانی و تاب آوری

بهزیستی تحصیلی	هوش هیجانی	تاب آوری
۱	۰.۶۳۹**	۰.۵۲۸**
۰.۶۳۹**	۱	۰.۲۴۷**
۰.۵۲۸**	۰.۲۴۷**	۱

با توجه به جدول(۲) بین بهزیستی تحصیلی و هوش هیجانی رابطه مثبت(۰.۶۳۹) و معناداری(۰/۰۰۰) وجود دارد. همچنین بین بهزیستی تحصیلی و تاب آوری هم رابطه مثبت(۰.۵۲۸) و معناداری(۰/۰۰۰) وجود دارد. و همچنین در ادامه به منظور بررسی هوش هیجانی و تاب آوری در پیش بینی بهزیستی تحصیلی از رگرسیون چندگانه استفاده که نتایج آن در جدول(۳) آورده شده است.

جدول ۳: تحلیل رگرسیون متغیرهای هوش هیجانی و تاب آوری جهت پیش بینی بهزیستی تحصیلی

متغیر پیش بین	R	R ²	خطای استاندارد	B	Beta	t	p
هوش هیجانی	۰.۷۴۴	۰.۵۵۴	۰.۴۳	۰.۳۳۱	۰.۵۴۱	۷/۷۳۸	۰,۰۰۰
تاب آوری			۰.۴۹	۰.۲۷۵	۰.۳۹۴	۵/۶۳۷	۰,۰۰۰

با توجه به جدول(۳)پیش بینی بهزیستی تحصیلی از روی متغیرهای هوش هیجانی و تاب آوری معنی دار می باشد به طوری که ۵۵ درصد واریانس متغیر ملاک(بهزیستی تحصیلی) را نشان می‌دهد



بحث و نتیجه گیری

بهزیستی تحصیلی یکی از عواملی که در نوجوانی باعث افزایش احساس رضایت فرد از پیشرفت و موفقیت در تحصیل و داشتن انگیزه برای یادگیری می‌شود که توسط محققان کمتر مورد توجه گرفته است. بلفی و همکاران (۲۰۱۲) معتقد است که بهزیستی تحصیلی به منزله دیدگاه و نگرش به تحصیل دانش آموزان می‌باشد.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین هوش هیجانی و بهزیستی تحصیلی رابطه مثبت معناداری وجود دارد که این نتایج با پژوهش‌های رحیمی و شهبازی (۱۳۹۷)، سوری و همکاران (۱۳۹۳) یو و ژانگ (۲۰۰۷)، چونگ و چونگ (۲۰۱۶)، در یک سو می‌باشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت نوجوانی یکی از دوره‌های بحرانی که به دلیل تحولات که در این دوره رخ می‌دهد باید مسائل مربوط به آن‌ها مخصوصاً تحصیل مورد توجه قرار گیرد و بهزیستی تحصیلی یک از جنبه‌های حیات در رشد آنان است که افزایش بهزیستی تحصیلی باعث رضایت از موقعیت تحصیلی و بهبود یادگیری آن‌ها می‌شود. که افزایش تاب آوری در نوجوان بر روی بهزیستی تحصیلی آنان تاثیر می‌گذارد. جوکار (۱۳۸۶) معتقد است تاب آوری رسیدن به سازگاری است. تاب آوری باعث پایین آوردن استرس و اضطراب فرد می‌شود. افرادی که تاب آوری بالاتری دارند در شرایط ناگوار زندگی تسلط می‌یابند و سلامت روان خود را حفظ می‌کنند. بالا بودن ظرفیت تاب آوری افراد باعث می‌شود دیدگاه و نگرش آن‌ها در برابر موانع و مشکلات تحصیلی و شغلی متفاوت باشد. و بهزیستی و عملکرد بهتری داشته باشند. علت آن این است که جای اینکه تمرکز آن فقط به آن مسئله و مشکل باشد به ارزیابی مشکل و مسئله خود می‌پردازند. و فعالیت زندگی خود به ویژه فعالیت‌های پرمخاطره را به صورت یک فرصت تهدید می‌بینند و به موفقیت‌های دست می‌یابند همچنین باعث حفظ سلامت روان و افزایش آن در کنار افزایش سازگاری و تحمل فرد می‌شود. (الکساندر و اونوگبوزیه، ۲۰۰۷).

از سوی دیگر نتایج نشان می‌دهد بین هوش هیجانی و بهزیستی تحصیلی رابطه مثبتی وجود دارد که با پژوهش انجام شده باز آن (۲۰۱۲)، زایدنر و دیگران (۲۰۱۲)، بالویرکا و دیگران (۲۰۱۶)، هاتف و یوسفی (۱۳۹۸) همسو می‌باشد. براساس پژوهش‌های انجام شده هوش هیجانی یکی از عوامل موفقیت در زمینه تحصیلی می‌باشد. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت در نظام آموزشی ایران این مشکل وجود دارد که هوش هیجانی که بی اندازه در سرنوشت افراد تاثیر دارد نادیده گرفته می‌شود و صرفاً توانایی تحصیلی آنان مورد توجه قرار می‌گیرد. افرادی که هوش هیجانی بالای دارند قادر به ادراک احساسات خود و دیگران، مدیریت احساسات و عواطف خود هستند و بر ادارک دانش آموزان از رفتار معلمان تاثیرگذار خواهد بود (شیخ الاسلامی و احمدی، ۱۳۹۰). هوش هیجانی در دانش آموزان باعث رضایت از تحصیل آن‌ها و بهزیستی تحصیلی را در آنان افزایش می‌دهد. (موسوی و همکاران، ۱۳۹۰).

با توجه به یافته‌ها که نشان می‌دهد هوش هیجانی پیش بینی کننده قوی تری برای بهزیستی تحصیلی می‌باشد. هر چند پژوهشی که دقیقاً به مقایسه میزان پیش بینی هوش هیجانی در بهزیستی تحصیلی پرداخته باشد نبود با این وجود چندین پژوهش با این پژوهش هم راستا بوده است چراغی خواه و همکاران (۱۳۹۴) به این نتیجه دست یافتند که بین هیجان‌ات تحصیلی



اولین کنفرانس ملی مطالعات خانواده و مدرسه

بندرعباس-دانشگاه هرمزگان- بهمن ماه ۱۴۰۰



و بهزیستی تحصیلی رابطه معنا داری وجود دارد . همچنین مرادی و همکاران در سال ۱۳۹۷ به این نتیجه دست یافتند که بین بهزیستی تحصیلی و هیجان مختلف رابطه وجود دارد.

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های همبستگی می‌باشد به همین دلیل در استنباط علی آن باید احتیاط کرد. همچنین نتایج این پژوهش قابل تعمیم به همه موسسات با صفات و ویژگی‌های متفاوت نیست و تکرار چنین پژوهشی برای اینکه ببینند در سایر موسسات آموزشی دیگر صادق است ضروری می‌باشد. با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌شود در مدارس و موسسات آموزشی به ویژگی‌های روانشناختی نوجوانان تاکید و مورد توجه قرار گیرد و در برنامه ریزی و سیاست گذاری‌های خود مداخلات مناسب را با اجرای کارگاه‌های آموزشی برای بالا بردن و ارتقاء ویژگی‌های روانشناختی مانند هوش هیجانی، تاب آوری به منظور افزایش بهزیستی تحصیلی در محیط مدارس بپردازند.



منابع

- بلوچ، حفیظه، عسگری، علی، حامدی نسب، صادق، (۱۳۹۶)، مقایسه هوش هیجانی دانش آموزان یک زبانه و دو زبانه و نقش آن در نگرش نسبت به یادگیری زبان انگلیسی، فصلنامه سلامت و روان، دوره چهارم، شماره ۴، ۱۴-۲۳.
- بهادری، خسروشاهی، جعفر و هاشمی نصرت آباد، تورج، (۱۳۹۰)، رابطه امیدواری و تاب آوری با بهزیستی روان شناختی در دانشجویان، مجله ی اندیشه و رفتار ، دوره ۶ شماره ۲۲، ۶-۱۲.
- جوکار، بهرام، (۱۳۸۶)، نقش واسطه ای تاب آوری در رابطه ی بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی، فصلنامه روانشناسی معاصر، دوره ۲، شماره ۲، ۳-۱۲.
- جلالی، م.، و صادقی، ع. (۱۳۹۶). تأثیر برنامه انتقال آمادگی مدرسه به دانشگاه بر سازگاری شغلی و بهزیستی تحصیلی دانشجویان سال اول. فصلنامه پژوهش و برنامه ریزی در آموزش عالی، دوره ۲۳، شماره ۱، ۲۷-۴۷.
- چراغی خواه، زهرا، عرب زاده، مهدی، پروین، کدیور، نقش خوشبینی تحصیلی، هیجانات تحصیلی و بهزیستی مدرسه در عملکرد ریاضی دانش آموزان، دوره ۱، شماره ۳، ۱۱-۲۰.
- خلیلی آذر، هایده. (۱۳۸۶) مقایسه هوش هیجانی دانش آموزان تیزهوش و غیر تیزهوش و رابطه آن با پیشرفت تحصیلی. برنامه ریزی درسی. ، دوره ۲۱، شماره ۱۰۷، ۱۴-۱۲۴.
- رحیمی، علی، شهبازی، مهرانگیز، (۱۳۹۷)، رابطه تاب آوری با بهزیستی روانشناختی در دانش آموزان، پنجمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران دوره ۴، شماره ۴، ۱۴-۲۳.
- سوری، حسین، حجازی، الهه، سوری نژاد، محسن، (۱۳۹۳)، رابطه تاب آوری و بهزیستی روان شناختی نقش واسطه ای خوش بینی، دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دوره ۱۵، شماره ۱، ۵-۱۵.
- شیخ الاسلامی، قنبری طلب، محمد، (۱۳۹۷) رابطه دانش فراشناخت و بهزیستی مدرسه: نقش واسطه ای هیجان های تحصیلی، فصلنامه روانشناختی کاربردی، دوره ۱۲، شماره ۳، ۳۷۵-۳۹۵.
- شیخ الاسلامی، راضیه، احمدی، ساره، (۱۳۹۰)، رابطه ی هوش هیجانی و رضایت از تحصیل در دانش آموزان، مجله ی علوم رفتاری، دوره ۵، شماره ۳، ۱۳۵-۱۴۲.
- صدوقی، مجید، تمثایی فر، محمد رضا، ناصری، جملیه، (۱۳۹۶)، رابطه ی تاب آوری ، امیدواری و هوش هیجانی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان، مجله ی مطالعات آموزش و یادگیری، دوره ۹، شماره ۱، ۵۰-۶۷.
- عبادی، زینب، ضیغمی، رضا، زهرا هاشمی، سیده، رنجبران، مهدی، ۱۴۰۰، تاثیر آموزش هوش هیجانی بر تاب آوری همسران بیماران دارای اختلال اسکیزوفرنی، مجله پرستاری و مامایی، دوره ۱۹، شماره ۳، ۲۴۳-۲۵۰.
- علیزاده دربندی، ۱۳۸۶ حمید. بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی دانش آموز دختر دبیرستانی. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- مرادی، مرتضی، سلیمانی خشاب، عباسعلی، شهاب زاده، صدیقه، صیاغیان، حمید، دهقانی زاده، محمد حسین، (۱۳۹۷)، آزمون ساختار و سنجش همسانی درونی نسخه ی ایرانی پرسشنامه ی بهزیستی تحصیلی، فصلنامه اندازه گیری تربیتی، دوره ۷، شماره ۷، ۱۲۳-۱۴۸.



موسوی، ستاره، جبل عامل، جلال، و علی بخشی، فاطمه، (۱۳۹۱) بررسی رابطه ی هوش هیجانی و مولفه های آن با باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، مجله ی تحقیقات علوم رفتاری، دوره ۳۱، شماره ۱۰، ۹۱-۱۷۹.

میرزایی فندخت، امید، درتاج، فریبرز، سعدی پور، اسماعیل، ابراهیمی قاوم، صغری، دلاور علی، (۱۳۹۹)، رابطه محیط حامی خود پیروی با بهزیستی تحصیلی: نقش واسطه ای نیازهای اساسی روانشناختی، دوره ۱۹، شماره ۸۷، ۲۹۹-۳۱۱.

یوسفی، فریده، هاتف، نجمه، (۱۳۹۸) رابطه هوش هیجانی کلاس و جو روانی- اجتماعی کلاس با بهزیستی مدرسه: نقش واسطه ای ارضای نیازهای اساسی روانشناختی، دوره ۱۶، شماره ۶۱، ۳-۲۲.

- Alexander, E. S. & Onwuegbuzie, A. J. (2007). *Academic procrastination and the role of hope as a coping strategy Personality and Individual Differences, 42 (7), 1301-1310*
- Balluerka, N., Gorostiaga, A., Alonso-Arbiol, I., & Aritzeta, A. (2016). Peer attachment and class emotional intelligence as predictors of adolescents' psychological well-being: A multilevel approach. *Journal of Adolescence, 53, 1-9*
- Bar-On, R. (2012). *The impact of emotional intelligence on health and wellbeing, emotional intelligence- n perspectives and applications, Annamaria Di Fabio, IntechOpen*. Retrieved May 20, 2018 from:
- Berger, C., Alcalay, L., Torretti, A., & Milicic, N. (2011). Socio-emotional well-being and academic achievement: Evidence from a multilevel approach. *Psicologia Reflexão e Crítica, 24, 344-351*.
<https://doi.org/10.1590/S0102-79722011000200016>.
- Belfi B, Goos M, Fraine BD, Damme JV(2012) ,The effect of class composition by gender and ability on secondary school students school wellbeing and academic self-concept: A literature review. *Journal Educational Research Review, 7(1): 62- 74*.
- Cheung, F.M., & Cheung, S.F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences, 48, 658-663*.
- Dodge R, Daly AP, Huyton J, (2012). Sanders LD. The challenge of defining wellbeing. *Int J Wellbeing; 2(3):222-35*
- Kamtsios, S., & Karagiannopoulou, E. (2016). Validation of a newly developed instrument establishing links between motivation & academic aardiness. *Europe's Journal of Psychology, 12(1), 29-48*.
- Korhonen, J., Linnanmäki, K. & Aunio, P. (2014). Learning difficulties, academic well-being and educational dropout: A person-centred approach. *Learning and individual differences, 31, 1-10*.
- Malik Z, Shahid S (2016). Effect of emotional on academic performance among business student in pakestan. *J Bull Educ Res.; 38(1):197-208*.
- Masten, A. S., & Powell, L. (2003). A Resilience Framework for Research, Policy. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities, 1*.
- Manning, L. K. (2014). Enduring as lived experience: exploring the essence of spiritual resilience for women in late life. *Journal of religion and health, 53(2), 352-362*.
- Mealer M, Hodapp R, Conrad D, Dimidjian S, Rothbaum BO, Moss M. Designing a resilience program for critical care nurses. *AACN Advanced Critical Care. 2017;28(4):359-65*.
- Gibbons C, Dempster M, Moutray M. (2011) .Stress, coping and satisfaction in nursing students. *J Adv Nurs.; 67:621-32*.
- Moreira, P. A. S., Cloninger, C. R., Dinis, L., Sá, L., Oliveira, J. T., Dias, A., & Oliveira, J. (2015). Personali and well-being in adolescents. *Frontiers in Psychology Retrieved from*.
- Neuman, Y. (2014). Derrminants and conse quences of student, burnout in universities. *The journal of Higher Education, 61(1), 20-3*.



- Ogińska-Bulik, N., & Zadworna-Cieślak, M. (2018). The role of resiliency and coping strategies in occurrence of positive changes in medical rescue workers. *International emergency nursing*.
- Pašková, L., & Kaliská, L. (2021). Trait emotional intelligence as a predictor of the achievement motivation of Slovak university students. In *Eastern European Perspectives on Emotional Intelligence* (pp. 197-209).
- Rahman W, Mullick M, Pathan MAS, Chowdhury NF, Shahidullah M, Ahmed H, et al. Prevalence of behavioral and emotional
- Ríos-Risquez, M. I., García-Izquierdo, M., Sabuco-Tebar, E. D. L. Á., Carrillo-Garcia, C., & Solano-Ruiz, C. (2018). Connections between academic burnout, resilience, and psychological well-being in nursing students: A longitudinal study. *Journal of Advanced Nursing*, 74(12), 2777-2784.
- Ryan, R. M., Bernstein, J. H., & Brown, K. W. (2010). Weekends, work, and well-being: Psychological need satisfactions and day of the week effects on mood, vitality, and physical symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 95-122.
- Salovey P, Mayer JD. Emotional intelligence. *Imagin Cogn Pers*. 1990; 9 (3): 185-211.
- Sasanimogadam S, Bahrololom H (2011) Relationship between emotional intelligence with psychological skills in female athletes. *Research in sport management & motor behavior (journal of movement science & sports)*; 1 (1):27-39.
- Thomas, J., Jack, B. A., & Jinks, A. M. (2012). Resilience to care: A systematic review and meta-synthesis of th qualitative literature concerning the experiences of student nurses in adult hospital settings in the UK. *Nurse Education Today*, 32(6), 657-664.
- Ungar, M., & Theron, L. (2019). Resilience and mental health: how multisystemic processes contribute to positive outcomes. *The Lancet Psychiatry*.
- Walter, O., & Shenaar-Golan, V. (2017). Effect of the parent-adolescent relationship on adolescent boys' body image & subjective well-being. *American Journal of Men's Health*, 11(4), 920_929.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2012). The emotional intelligence, health, and well-being nexus: What have we learned and what have we missed? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 4(1), 1-30.
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis psychometric evalutoin of the Conner-Davidson resilience scale(CD-RISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality*, 35(1), 19-30.