



تحلیل مضمون مؤلفه‌های پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی

حسین عبدلی^{۱*}

۱. گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: abdoli88.hossein@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر، شناسایی و تحلیل مؤلفه‌های پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی مدارس از طریق تحلیل مضمون داده‌های کیفی است. این مطالعه با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۱۸ نفر از متخصصان تعلیم و تربیت، برنامه‌ریزان درسی و مربیان با سابقه شهر تهران گردآوری شد. نمونه‌گیری به صورت هدفمند انجام گرفت و مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار NVivo تحلیل و کدگذاری شد. روایی داده‌ها با بازبینی مشارکت‌کنندگان و تحلیل همتایان مورد تأیید قرار گرفت. نتایج تحلیل مضمون منجر به استخراج سه مقوله اصلی شامل آگاهی هیجانی، تنظیم هیجانی، و مهارت‌های اجتماعی و همدلی شد. در مجموع، ۱۸ زیرمقوله و ده‌ها مفهوم (کد باز) از داده‌ها استخراج گردید. یافته‌ها نشان داد که مؤلفه‌های هوش هیجانی عمدتاً به صورت ضمنی در برنامه‌های تربیتی گنجانده شده‌اند و رویکردی نظام‌مند در این زمینه وجود ندارد. همچنین، نقش معلمان و محیط کلاس به عنوان بست‌های کلیدی در پرورش این مؤلفه‌ها برجسته بود. پرورش هوش هیجانی در مدارس نیازمند تدوین برنامه‌های ساختاریافته، بومی‌سازی شده و مبتنی بر شواهد علمی است. ارتقاء مهارت‌های هیجانی معلمان، طراحی مداخلات آموزشی منسجم، و ایجاد فضای عاطفی امن در مدارس از راهکارهای کلیدی برای تحقق این هدف است.

کلیدواژه‌گان: هوش هیجانی، برنامه‌های تربیتی، تحلیل مضمون، مهارت‌های هیجانی، آموزش اجتماعی-هیجانی

تاریخ ارسال: ۲ مرداد ۱۴۰۲

تاریخ بازنگری: ۶ شهریور ۱۴۰۲

تاریخ پذیرش: ۳۰ شهریور ۱۴۰۲

تاریخ چاپ: ۱۲ مهر ۱۴۰۲



How to cite: Abdoli, H. (2023). Content Analysis of Emotional Intelligence Development Components in Educational Programs. *Training, Education, and Sustainable Development*, 1(3), 9-17



© 2023 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Content Analysis of Emotional Intelligence Development Components in Educational Programs Hossein

Hossein Abdoli^{1*}

1. Department of Educational Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email: abdoli88.hossein@gmail.com

Abstract

This study aimed to identify and analyze the components of emotional intelligence development within educational programs through thematic content analysis. This qualitative research employed a thematic analysis method. Data were collected via semi-structured interviews with 18 education experts, curriculum planners, and experienced educators in Tehran. Participants were selected through purposive sampling, and data collection continued until theoretical saturation was achieved. Data were coded and analyzed using NVivo software. Credibility was ensured through member checking and peer debriefing. Thematic analysis revealed three main themes: emotional awareness, emotional regulation, and social-emotional skills and empathy. In total, 18 subthemes and numerous open codes were extracted. Findings indicated that emotional intelligence components are mostly embedded implicitly within educational content, lacking a systematic framework. Additionally, the roles of teachers and classroom environments were highlighted as pivotal in fostering emotional development. Developing emotional intelligence in schools requires structured, localized, and evidence-based programs. Enhancing teachers' emotional skills, designing coherent educational interventions, and fostering emotionally safe school climates are essential strategies to achieve this goal.

Keywords: *Emotional intelligence, educational programs, thematic analysis, emotional skills, social-emotional learning.*

Submit Date: 23 July 2023

Revise Date: 27 August 2023

Accept Date: 20 September 2023

Publish Date: 3 October 2023

در دهه‌های اخیر، توجه به ابعاد غیرشناختی رشد انسانی، به‌ویژه در حوزه تعلیم و تربیت، رشدی فزاینده یافته است. یکی از برجسته‌ترین مفاهیم مطرح در این حوزه، «هوش هیجانی» است که به عنوان ظرفیت افراد برای شناخت، فهم، مدیریت و استفاده مؤثر از هیجانات خود و دیگران تعریف شده است (Mayer, Salovey, & Caruso, 2004). این مفهوم، به‌ویژه در حوزه آموزش و پرورش، نقشی بنیادین در شکل‌گیری توانمندی‌های اجتماعی، اخلاقی و یادگیری عمیق ایفا می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دانش‌آموزانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، نه تنها در روابط بین‌فردی موفق‌تر عمل می‌کنند، بلکه از سلامت روانی، عملکرد تحصیلی و تاب‌آوری بیشتری برخوردارند (Brackett, Rivers, & Salovey, 2011).

هوش هیجانی مفهومی چندوجهی است که ابعادی نظیر آگاهی هیجانی، تنظیم هیجان، همدلی، و مهارت‌های اجتماعی را دربر می‌گیرد (Goleman, 1995). اهمیت این ابعاد در رشد شخصیتی و اجتماعی دانش‌آموزان به اندازه‌ای است که بسیاری از نظام‌های آموزشی دنیا، هوش هیجانی را در قالب برنامه‌های آموزش اجتماعی-هیجانی (SEL) وارد مدارس خود کرده‌اند (CASEL, 2020). به‌طور مثال، نتایج فرا تحلیل پژوهش‌های انجام‌شده توسط Durlak et al. (۲۰۱۱) نشان می‌دهد که برنامه‌های آموزش اجتماعی-هیجانی در مدارس منجر به بهبود مهارت‌های اجتماعی، کاهش مشکلات رفتاری، و افزایش موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان می‌شود.

در ایران نیز با وجود تأکید بر تربیت متوازن در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش، توجه به پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های درسی و تربیتی همچنان با چالش‌هایی همراه است. برخی مطالعات داخلی نشان داده‌اند که برنامه‌های درسی رسمی اغلب بر جنبه‌های شناختی و دانشی متمرکزند و به جنبه‌های هیجانی و اجتماعی توجه کمتری می‌شود (نصیری، ۱۳۹۸؛ جعفری و همکاران، ۱۴۰۰). این در حالی است که پرورش مؤلفه‌های هوش هیجانی نه تنها موجب ارتقای کیفیت یادگیری، بلکه بستری برای رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان فراهم می‌سازد. تحقیقات اخیر در حوزه روان‌شناسی رشد و علوم تربیتی، بر اهمیت محیط‌های یادگیری هیجان‌محور تأکید کرده‌اند. بر اساس دیدگاه ویگوتسکی، هیجانات نقش اساسی در جهت‌دهی به یادگیری دارند و هر نوع یادگیری معنادار در پیوند با عواطف و احساسات شکل می‌گیرد (Vygotsky, 1978). همچنین نظریه دلبستگی بالبی نیز به ارتباط بین امنیت هیجانی و آمادگی برای یادگیری تأکید می‌کند (Bowlby, 1988). از این منظر، برنامه‌های تربیتی که بتوانند فضای عاطفی ایمن، همدلانه و منسجم ایجاد کنند، می‌توانند به طور مستقیم در پرورش هوش هیجانی نقش‌آفرینی نمایند.

با وجود اهمیت نظری و کاربردی هوش هیجانی، یکی از خلأهای مهم در حوزه آموزش و پرورش، فقدان شناخت عمیق و نظام‌مند از نحوه بازتاب مؤلفه‌های هوش هیجانی در محتوای برنامه‌های تربیتی است. بسیاری از برنامه‌های موجود، فاقد طراحی هدفمند برای توسعه این مؤلفه‌ها هستند و صرفاً به صورت ضمنی یا پراکنده به این مقوله پرداخته‌اند (Greenberg et al., 2017). از این‌رو، تحلیل کیفی محتوای برنامه‌های تربیتی برای شناسایی ساختار، ابعاد و مؤلفه‌های هوش هیجانی ضروری به نظر می‌رسد.

یکی از رویکردهای مؤثر برای بررسی این موضوع، استفاده از روش تحلیل مضمون است که به‌ویژه در مطالعات کیفی تربیتی کاربرد فراوانی یافته است. این روش با هدف کشف الگوها، مضامین و مفاهیم پنهان در داده‌ها، می‌تواند ابعاد نهفته پرورش هیجانی را در برنامه‌های آموزشی روشن سازد (Braun & Clarke, 2006). به‌علاوه، در شرایطی که مؤلفه‌های تربیتی در قالب ساختارهای پیچیده و متنوع بیان می‌شوند، تحلیل مضمون می‌تواند به شناسایی شبکه‌ای از مفاهیم منجر شود که در طراحی، بازنگری و اجرای برنامه‌های آموزشی مؤثر خواهد بود. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تحلیل مضمون مؤلفه‌های پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی انجام شده است. در این راستا، تلاش شده است تا از طریق تحلیل کیفی مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با متخصصان و مربیان تربیتی، به مؤلفه‌های کلیدی هوش هیجانی در محتوای برنامه‌های تربیتی دست یافته شود. از آنجا که برنامه‌های تربیتی در مدارس نقش بنیادینی در شکل‌گیری نگرش‌ها، رفتارها و مهارت‌های

غیرشناختی دانش‌آموزان دارند، شناخت دقیق این مؤلفه‌ها می‌تواند زمینه‌ساز طراحی نظام‌مند برنامه‌های آموزش هیجانی در نظام تعلیم و تربیت کشور گردد.

مطالعه حاضر با تمرکز بر سه مؤلفه اصلی آگاهی هیجانی، تنظیم هیجانی، و مهارت‌های اجتماعی و همدلی، به بررسی عمیق زیرمقوله‌ها و مفاهیم اجرایی آن‌ها پرداخته است. یافته‌های این پژوهش نه تنها در سطح نظری می‌تواند به توسعه مفهومی در زمینه هوش هیجانی کمک کند، بلکه در سطح عملیاتی نیز برای برنامه‌ریزان درسی، مربیان تربیتی و سیاست‌گذاران آموزشی قابل استفاده خواهد بود. از دیگر ضرورت‌های این پژوهش، خلأ پژوهش‌های کیفی در حوزه تحلیل محتوای برنامه‌های تربیتی مدارس ایران از منظر هوش هیجانی است. اغلب مطالعات داخلی به بررسی رابطه هوش هیجانی با عملکرد تحصیلی یا سلامت روان پرداخته‌اند، در حالی که کمتر به تحلیل برنامه‌های رسمی و غیررسمی مدارس از این منظر توجه شده است (قنبری و همکاران، ۱۳۹۷؛ علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۶). در نتیجه، این مطالعه با بهره‌گیری از مصاحبه‌های کیفی و تحلیل مضمون، می‌کوشد تا تصویری جامع و کاربردی از جایگاه مؤلفه‌های هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی ارائه دهد.

روش‌شناسی

در این پژوهش کیفی، به منظور تحلیل مؤلفه‌های پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی، از روش تحلیل مضمون استفاده شد. هدف از این مطالعه، شناسایی مؤلفه‌ها و عناصر کلیدی مرتبط با پرورش هوش هیجانی در محتوای برنامه‌های تربیتی مدارس می‌باشد. رویکرد پژوهش، کیفی و از نوع اکتشافی بوده است تا از طریق تحلیل داده‌های کیفی، به درک عمیق‌تری از ساختار و محتوای برنامه‌های تربیتی در این زمینه دست یابیم.

جامعه آماری این پژوهش را متخصصان حوزه تعلیم و تربیت، برنامه‌ریزان درسی، و مربیان باسابقه آموزش و پرورش در شهر تهران تشکیل دادند. نمونه‌گیری به صورت هدفمند انجام شد تا افرادی انتخاب شوند که دارای تجربه و شناخت عمیق نسبت به موضوع مورد بررسی باشند. در مجموع با ۱۸ نفر از مشارکت‌کنندگان مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انجام شد. فرایند جمع‌آوری داده‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت، به گونه‌ای که پس از مصاحبه با نفر هجدهم، اطلاعات جدیدی به داده‌ها افزوده نشد.

ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته بود که با طراحی سؤالات باز و انعطاف‌پذیر، امکان بررسی عمیق‌تری از دیدگاه‌ها و تجارب مشارکت‌کنندگان فراهم آمد. سؤالات مصاحبه بر محورهایی چون تجارب تربیتی در زمینه پرورش هوش هیجانی، راهبردهای آموزشی، و مؤلفه‌های ضمنی و آشکار برنامه‌های درسی متمرکز بود.

پس از ضبط و پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار تحلیل کیفی NVivo مورد تحلیل قرار گرفت. در فرایند تحلیل مضمون، ابتدا مضامین اولیه از متن استخراج و سپس در قالب مقوله‌ها و زیرمقوله‌ها طبقه‌بندی شدند. تحلیل داده‌ها به صورت مستمر و همزمان با گردآوری انجام شد تا انسجام و هم‌پوشانی مفهومی بین کدها و مضامین حفظ شود. برای اطمینان از دقت کدگذاری، از بازبینی همتایان (peer debriefing) و بازبینی مشارکت‌کنندگان (member check) بهره گرفته شد.

در این بخش، روایی داده‌ها از طریق اعتبارسنجی سه‌گانه شامل تنوع مشارکت‌کنندگان، بررسی توسط چند تحلیل‌گر، و بازخورد از مشارکت‌کنندگان تقویت گردید و قابلیت اطمینان نیز از طریق کدگذاری مضاعف در مراحل اولیه تحلیل تضمین شد.

یافته‌ها

مقوله اول: آگاهی هیجانی

درک هیجانات خود:

یکی از مؤلفه‌های بنیادین در پرورش هوش هیجانی، توانایی درک هیجانات خود در موقعیت‌های مختلف است. مشارکت‌کنندگان تأکید داشتند که بسیاری از برنامه‌های تربیتی به کودکان و نوجوانان کمک می‌کنند تا بتوانند احساسات خود را در لحظه تشخیص دهند، واکنش‌های بدنی خود را بشناسند و آنچه را در درونشان می‌گذرد با واژگان مناسب بیان کنند. یکی از مربیان اظهار داشت: «وقتی بچه‌ها یاد می‌گیرند فرق بین خشم و ناراحتی رو تشخیص بدن، بهتر می‌تونن باهاش کنار بیان».

نام‌گذاری هیجانات:

بر اساس داده‌های به‌دست‌آمده، نام‌گذاری صحیح هیجانات یکی از پیش‌نیازهای تنظیم هیجانی است. کودکان باید بتوانند برای احساسات مختلف خود واژگان دقیق بیابند. مشارکت‌کننده‌ای بیان کرد: «گاهی یه بچه فقط می‌گه حالم بده، ولی وقتی راهنمایی‌ش می‌کنی می‌فهمه که در واقع مضطربه، نه ناراحت». در این مسیر، آموزش واژگان احساسی و روایت تجربه‌های هیجانی نقش مهمی دارد.

بازتاب هیجانی در موقعیت‌های تربیتی:

پژوهش نشان داد که برنامه‌های تربیتی موفق، هیجانات را به عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از تجربه یادگیری در نظر می‌گیرند. معلمان با آگاه‌سازی دانش‌آموزان از هیجانات خود در کلاس، محیطی امن برای بیان احساسات فراهم می‌کنند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «کلاس جاییه که بچه‌ها باید احساس امنیت کنن تا بتونن احساساتشون نشون بدن، نه اینکه سرکوبش کنن».

آگاهی از تأثیر هیجان بر رفتار:

یافته‌ها نشان می‌دهد که شناخت پیوند میان هیجان و رفتار، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا رفتارهایشان را بهتر تفسیر و مدیریت کنند. این آگاهی شامل درک پیامدهای هیجانی تصمیمات و تعاملات بین‌فردی نیز هست. یک مشارکت‌کننده اشاره کرد: «وقتی دانش‌آموز می‌فهمه خشم باعث شده به دوستش توهین کنه، اولین قدم برای اصلاح رفتارش برداشته شده».

آگاهی از هیجانات دیگران:

توانایی درک و تفسیر حالت‌های چهره، لحن صدا و زبان بدن دیگران، بخشی از فرآیند آگاهی هیجانی است که در برنامه‌های تربیتی مؤثر مورد توجه قرار گرفته است. یکی از مربیان توضیح داد: «ما تمرین می‌کنیم بچه‌ها با نگاه کردن به چهره هم‌کلاسی‌هاشون بفهمن که اون‌ها خوشحال‌ان، ناراحت‌ان یا عصبانی».

خودبازنگری هیجانی:

تربیت هیجانی مؤثر، بازاندیشی در احساسات گذشته و بازسازی آن‌ها را نیز شامل می‌شود. در این فرآیند، دانش‌آموزان می‌آموزند چگونه از طریق درون‌نگری یا نگارش احساسات خود، به اصلاح الگوهای هیجانی بپردازند. مشارکت‌کننده‌ای گفت: «دفترچه احساسات خیلی کمک می‌کنه. بچه‌ها یاد می‌گیرن بنویسن امروز چی حس کردن و چرا».

شناخت هیجانات در یادگیری:

یافته‌ها نشان داد که هیجان نقش مهمی در انگیزش، تمرکز و حافظه دارد. برنامه‌هایی که به این ابعاد توجه دارند، تأثیرگذاری بیشتری در فرآیند یاددهی-یادگیری دارند. به گفته یکی از معلمان: «وقتی آموزش با شادی همراه باشه، یادگیری هم بهتر اتفاق می‌افته».

مقوله دوم: تنظیم هیجانی

کنترل تکانه:

کنترل تکانه به عنوان یکی از مهارت‌های کلیدی تنظیم هیجان در شرایط برانگیزاننده مورد توجه قرار گرفته است. دانش‌آموزان با یادگیری مهارت‌هایی مانند تنفس عمیق، فاصله گرفتن از موقعیت و مهار واکنش‌های سریع، می‌توانند هیجانات خود را مدیریت کنند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «بهشون یاد دادیم وقتی عصبانی شدن، اول سه تا نفس عمیق بکشن و بعد تصمیم بگیرن چی بگن».

مدیریت استرس:

یکی از زیرمقوله‌های مهم، آموزش راهبردهایی برای کاهش فشار روانی در موقعیت‌های تحصیلی و اجتماعی است. راهبردهایی مانند برنامه‌ریزی روزانه، استراحت کافی و سازمان‌دهی فعالیت‌ها در این راستا مؤثرند. مربی‌ای اظهار داشت: «خیلی از استرس‌های بچه‌ها از بی‌نظمی ناشی میشه، با آموزش ساده‌ترین برنامه‌ریزی‌ها، وضعیت فرق می‌کنه».

بازسازی شناختی:

این زیرمقوله به تغییر زاویه دید نسبت به موقعیت‌های هیجانی و منفی اشاره دارد. مشارکت‌کنندگان بر اهمیت آموزش معنابخشی مثبت و جایگزینی افکار منفی تأکید داشتند. «به بچه‌ها یاد می‌دیم هر تجربه‌ای رو به جور دیگه هم میشه دید. یه دعوا ممکنه فرصتی برای صلح باشه».

مهارت حل مسئله هیجانی:

توانایی تشخیص و تحلیل موقعیت‌های احساسی و یافتن راه‌حل‌های مناسب، یکی از جنبه‌های پرورش هوش هیجانی است. یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «وقتی بچه‌ها تو موقعیت‌های ناراحت‌کننده یاد می‌گیرن راه‌حل‌های مختلف رو بررسی کنن، کمتر دچار بحران هیجانی می‌شن».

پذیرش هیجان:

پذیرش هیجانات، به‌ویژه احساسات منفی مانند غم، اضطراب یا خشم، از اصول مهم در آموزش هوش هیجانی است. مربی‌ای عنوان کرد: «نمی‌خوایم بچه‌ها فکر کنن گریه کردن یا ناراحت شدن اشتباهه. احساسات همه‌مون واقعی‌ان و باید باهاشون کنار بیایم».

تأخیر در پاسخ هیجانی:

در این زیرمقوله، تأکید بر مهارت زمان دادن به خود قبل از واکنش هیجانی است. مشارکت‌کننده‌ای اظهار کرد: «وقتی یاد می‌گیرن قبل از جواب دادن یا واکنش نشون دادن یه مکث کوچیک کنن، خیلی از دعوها اصلاً اتفاق نمی‌افته».

مقوله سوم: مهارت‌های اجتماعی و همدلی

گوش دادن فعال:

توانایی گوش دادن بدون قضاوت، با حفظ تماس چشمی و بازخورد کلامی و غیرکلامی، از مؤلفه‌های مهم روابط اجتماعی سالم است. یکی از معلمان گفت: «یاد می‌دیم بچه‌ها فقط گوش ندن، بلکه نشون بدن که گوش می‌دن. این خودش نصف راه همدلیه».

حل تعارض بین‌فردی:

برنامه‌های تربیتی مؤثر به کودکان می‌آموزند که تعارض را نه به عنوان تهدید، بلکه به مثابه فرصت رشد ببینند. یکی از مشارکت‌کنندگان عنوان کرد: «بچه‌ها باید یاد بگیرن به جای قهر کردن، با هم حرف بزنن و دنبال راه‌حل باشن».

ابراز وجود مؤثر:

ابراز خواسته‌ها و احساسات بدون پرخاشگری، بخشی از هوش هیجانی است. مشارکت‌کننده‌ای بیان داشت: «وقتی دانش‌آموز یاد می‌گیره بگه "من ناراحتم چون..."، به جای اینکه فریاد بزنه یا تو خودش بریزه، یعنی هوش هیجانی داره».

همدلی هیجانی:

درک عاطفی دیگران و پاسخ‌دهی مناسب به احساسات آن‌ها، در این زیرمقوله بررسی شد. یکی از مربیان گفت: «یکی از زیباترین صحنه‌ها وقتی‌ه که دانش‌آموزی دوستش رو که ناراحته بغل می‌کنه یا کنارش می‌شینه و فقط ساکت می‌مونه».

احترام به تفاوت‌ها:

یادگیری پذیرش دیدگاه‌ها و هیجانات متفاوت، یکی دیگر از ابعاد مهم تربیت هیجانی است. به گفته یک مشارکت‌کننده: «بچه‌ها باید یاد بگیرن همه مثل خودشون فکر نمی‌کنن، و این نه تهدید بلکه فرصته».

رفتار مسئولانه اجتماعی:

تربیت هیجانی با پرورش حس تعهد نسبت به دیگران و انجام وظایف اجتماعی پیوند دارد. یکی از معلمان تأکید کرد: «وقتی بچه‌ها برای کمک به هم‌کلاسی‌شون داوطلب می‌شن یا تو کار گروهی مسئولیت می‌پذیرن، یعنی داریم درست آموزش می‌دیم».

بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی پژوهش حاضر، تحلیل مضمون مؤلفه‌های پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی با تمرکز بر تجارب و دیدگاه‌های متخصصان تعلیم و تربیت بود. نتایج تحلیل مضمون نشان داد که مؤلفه‌های هوش هیجانی را می‌توان در سه مقوله اصلی «آگاهی هیجانی»، «تنظیم هیجانی» و «مهارت‌های اجتماعی و همدلی» دسته‌بندی کرد که هر یک از آن‌ها دارای زیرمقوله‌ها و مفاهیم مشخصی هستند. یافته‌ها نشان می‌دهند که گرچه برخی برنامه‌های تربیتی تلاش‌هایی برای توسعه هوش هیجانی انجام داده‌اند، اما این تلاش‌ها بیشتر به صورت پراکنده، ضمنی و فاقد انسجام بوده‌اند.

نخستین مقوله اصلی شناسایی شده، «آگاهی هیجانی» بود که شامل زیرمقوله‌هایی همچون درک هیجانات خود، نام‌گذاری هیجانات، بازتاب هیجانی، آگاهی از تأثیر هیجان بر رفتار، آگاهی از هیجانات دیگران، خودبازنگری هیجانی و شناخت هیجانات در یادگیری بود. این یافته با نظریه هوش هیجانی مایر و سالوی (Mayer, Salovey, & Caruso, 2004) هم‌راستا است که آگاهی از هیجانات را پیش‌نیاز تنظیم مؤثر آن‌ها می‌داند. شرکت‌کنندگان در این مطالعه بیان داشتند که بسیاری از دانش‌آموزان قادر به تشخیص و بیان هیجانات خود نیستند و این مسئله در عملکرد تحصیلی و تعاملات بین‌فردی آن‌ها اثرگذار است. این نتایج با یافته‌های Brackett et al (۲۰۱۱) هم‌خوان است که نشان داد آموزش مؤلفه‌های آگاهی هیجانی می‌تواند موجب بهبود سلامت روانی و عملکرد اجتماعی دانش‌آموزان شود.

در مقوله دوم، یعنی «تنظیم هیجانی»، زیرمقوله‌هایی نظیر کنترل تکانه، مدیریت استرس، بازسازی شناختی، مهارت حل مسئله هیجانی، پذیرش هیجان و تأخیر در پاسخ هیجانی استخراج شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که برنامه‌های تربیتی اثربخش باید نه تنها بر شناخت هیجانات بلکه بر شیوه‌های سالم مدیریت آن‌ها نیز تمرکز داشته باشند. این بخش از نتایج با مدل تنظیم هیجان گراس (Gross, 2002) هماهنگ است که بر اهمیت فرایندهای شناختی-رفتاری در کنترل هیجانات تأکید دارد. همچنین نتایج پژوهش با یافته‌های Greenberg et al (۲۰۱۷) نیز تطابق دارد که بر نقش برنامه‌های آموزش هیجان‌محور در کاهش رفتارهای پرخاشگرانه و افزایش خویشتنداری تأکید می‌کنند. مشارکت‌کنندگان اشاره داشتند که دانش‌آموزان در نبود آموزش‌های رسمی در زمینه کنترل خشم، اغلب در مواجهه با تعارضات، رفتارهای هیجانی کنترل‌نشده از خود بروز می‌دهند.

مقوله سوم، «مهارت‌های اجتماعی و همدلی» بود که شامل مؤلفه‌هایی همچون گوش دادن فعال، حل تعارض بین‌فردی، ابراز وجود مؤثر، همدلی هیجانی، احترام به تفاوت‌ها و رفتار مسئولانه اجتماعی می‌شود. این یافته‌ها هم‌راستا با چارچوب پیشنهادی CASEL (۲۰۲۰) برای آموزش مهارت‌های اجتماعی و عاطفی هستند که بر اهمیت همدلی، ارتباط مؤثر، و تصمیم‌گیری مسئولانه تأکید دارند. درواقع، این مهارت‌ها نه تنها در ایجاد روابط مثبت مؤثرند بلکه نقش مهمی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نظیر زورگویی، انزوا و ناسازگاری اجتماعی ایفا می‌کنند. به گفته Durlak et al (۲۰۱۱)، پرورش مهارت‌های اجتماعی می‌تواند منجر به کاهش مشکلات رفتاری، ارتقای سلامت روان و بهبود عملکرد تحصیلی شود. شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر نیز به کرات تأکید داشتند که همدلی و ارتباط مؤثر در میان دانش‌آموزان به‌ویژه در سنین نوجوانی کاهش یافته و نیازمند توجه بیشتر برنامه‌های تربیتی است.

نکته قابل تأمل در یافته‌های پژوهش، نبود رویکرد نظام‌مند و هدفمند در برنامه‌های تربیتی برای آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی است. اغلب تجارب مشارکت‌کنندگان حاکی از آن بود که آموزه‌های هیجانی بیشتر به صورت ضمنی یا از طریق تجربه‌های زیسته منتقل می‌شود و برنامه مشخص، مدون یا ارزیابی‌پذیری در این زمینه وجود ندارد. این امر با یافته‌های مطالعاتی چون نصیری (۱۳۹۸) و جعفری و همکاران (۱۴۰۰)

همسوست که بیان می‌کنند مؤلفه‌های هیجانی و اجتماعی در برنامه‌های درسی رسمی نظام آموزشی ایران کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند. این وضعیت، ضرورت طراحی و تدوین برنامه‌های ساختاریافته مبتنی بر چارچوب‌های نظری معتبر را بیش‌ازپیش آشکار می‌سازد. همچنین، یکی از نکات کلیدی در یافته‌ها، نقش معلمان و مربیان در انتقال مؤلفه‌های هوش هیجانی بود. شرکت‌کنندگان بیان کردند که بسیاری از آموزش‌های هیجانی نه از طریق محتواهای رسمی، بلکه از طریق رفتار، تعامل، و منش شخصی مربیان به دانش‌آموزان منتقل می‌شود. این یافته با نظر (Greenberg et al, ۲۰۱۷) مطابقت دارد که مربیان را به‌عنوان مدل‌های عاطفی مهم در کلاس درس معرفی می‌کنند. در نتیجه، توانمندسازی حرفه‌ای معلمان در زمینه سواد هیجانی، شرطی اساسی برای موفقیت برنامه‌های تربیتی در پرورش این مؤلفه‌ها است. به طور کلی، نتایج پژوهش حاضر ضمن تأیید اهمیت و ضرورت پرورش هوش هیجانی در برنامه‌های تربیتی، نشان‌دهنده شکاف میان نظریه و عمل در نظام آموزشی ایران نیز هست. این شکاف از یک‌سو ناشی از کمبود منابع و برنامه‌های آموزشی مناسب و از سوی دیگر، ناشی از ضعف در تربیت معلمان و سیاست‌گذاری تربیتی می‌باشد. لذا برای ارتقای کیفیت تربیت هیجانی در مدارس، نیاز به بازنگری در اسناد بالادستی، ارتقای مهارت‌های مربیان، و طراحی نظام‌مند برنامه‌های SEL (یادگیری اجتماعی-هیجانی) احساس می‌شود.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

References

- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2020). Core SEL competencies. <https://casel.org>

- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Durlak, J. A. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *The Future of Children*, 27(1), 13–32. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0001>
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_02
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.