



A Study of the Relationship between Teachers' Emotional Intelligence and the Mental Health of First-Year Elementary School Students in Ardabil City, Academic Year 2025-2026

Pariya Asoyaar^{1*}, Fatemeh Nahavandi², Vahideh Shahbazi³, Fatemeh Shahbazi⁴

¹ Masters Student in Clinical Psychology, Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran

² Master of Science in Biology (Histology and Embryology), Urmia University, Urmia, Iran

³ Bachelor of Persian Literature, Payam Noor, Mashginshahr Branch

⁴ Bachelor of Education (Educational Management Orientation), Payam Noor University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran

* Corresponding author: shahrkhnmt@gmail.com

Received: 2025-12-26

Accepted: 2026-02-04

Abstract

This study aimed to investigate the relationship between teachers' emotional intelligence and the mental health of first-year elementary school students in Ardabil city in the academic year 1404-1405. The research method was applied in terms of purpose and descriptive-correlation in terms of data collection method. The statistical population of the study included all teachers working in the first-year elementary school in Ardabil city, which was reported to be 389 people according to education statistics. Using the stratified random sampling method and based on the Cochran formula, 193 people were selected as the research sample. The data collection tools included the emotional intelligence questionnaire of Schott et al. (1998) and the general mental health questionnaire (GHQ-28). The collected data were analyzed using SPSS software version 27. In the descriptive statistics section, the mean, standard deviation, and frequency indices were used, and in the inferential statistics section, the Kolmogorov-Smirnov test was used to examine the normality of the data distribution, and the Pearson correlation coefficient and multivariate regression analysis were used to test the research hypotheses. The results of the study showed that there is a positive and significant relationship between teachers' emotional intelligence and students' mental health. The results of the regression analysis also showed that teachers' emotional intelligence can explain a significant part of the variance in students' mental health. These findings indicate that teachers who have a higher level of emotional intelligence can play an effective role in reducing anxiety, stress, and psychological problems of students by creating positive emotional interactions, better understanding students' emotional needs, and appropriate management of emotions.

Keywords: Emotional intelligence, Teachers, Mental health

© 2023 Journal of Mental Health in School (JMHS)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article: Asoyaar P & et al. (2026). A Study of the Relationship between Teachers' Emotional Intelligence and the Mental Health of First-Year Elementary School Students in Ardabil City, Academic Year 2025-2026. *JMHS*, 3(4): 205-213.





بررسی بین هوش هیجانی معلمان با سلامت روانی دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهرستان اردبیل سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴

پریا اسویار^{۱*}، فاطمه نهاوندی^۲، وحیده شهبازی^۳، فاطمه شهبازی^۴

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، اردبیل، ایران
^۲ کارشناسی ارشد زیست شناسی (یافت شناسی و جنین شناسی)، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران
^۳ لیسانس ادبیات فارسی پیام نور واحد مشگین شهر
^۴ کارشناس علوم تربیتی (گرایش مدیریت آموزشی) دانشگاه پیام نور واحد اردبیل، اردبیل، ایران
* نویسنده مسئول: shahrkhnmt@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۱۱/۱۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۱۰/۰۵

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهرستان اردبیل در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ انجام شد. روش تحقیق از نظر هدف کاربردی و از حیث شیوه گردآوری داده‌ها توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه معلمان شاغل در دوره اول ابتدایی مدارس شهرستان اردبیل بود که بر اساس آمار آموزش و پرورش، تعداد آن‌ها ۳۸۹ نفر گزارش شد. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و بر اساس فرمول کوکران، ۱۹۳ نفر به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه هوش هیجانی شات و همکاران (۱۹۹۸) و پرسشنامه سلامت روانی عمومی (GHQ-28) بود. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌های میانگین، انحراف معیار و فراوانی و در بخش آمار استنباطی از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف به منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها و ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای آزمون فرضیه‌های پژوهش استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که هوش هیجانی معلمان قادر است بخش قابل توجهی از واریانس سلامت روانی دانش آموزان را تبیین کند. این یافته‌ها بیانگر آن است که معلمان که از سطح بالاتری از هوش هیجانی برخوردارند، با ایجاد تعاملات عاطفی مثبت، درک بهتر نیازهای هیجانی دانش آموزان و مدیریت مناسب هیجان‌ها، می‌توانند نقش مؤثری در کاهش اضطراب، استرس و مشکلات روانی دانش آموزان ایفا کنند

واژگان کلیدی: هوش هیجانی، معلمان، سلامت روان

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه سلامت روان در مدرسه محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: اسویار، پریا؛ نهاوندی، فاطمه؛ شهبازی، وحیده؛ شهبازی، فاطمه. (۱۴۰۴). بررسی بین هوش هیجانی معلمان با سلامت روانی دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهرستان اردبیل سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴. *فصلنامه سلامت روان در مدرسه*، ۳(۴): ۲۰۵-۲۱۳.

مقدمه

ایفا می‌کند. مدرسه نه تنها محلی برای انتقال دانش و مهارت‌های شناختی است، بلکه بستری مهم برای رشد عاطفی، اجتماعی و روانی دانش آموزان محسوب می‌شود. در این میان،

نظام آموزش و پرورش به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی، نقشی اساسی در رشد همه‌جانبه کودکان و نوجوانان

هیجان‌ها و مقابله با فشارهای روانی را به‌طور کامل کسب نکرده‌اند. آن‌ها ممکن است در مواجهه با تکالیف درسی، قوانین مدرسه یا تعامل با همسالان دچار اضطراب، ترس یا ناکامی شوند. در چنین شرایطی، نحوه برخورد معلم با این هیجان‌ها می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روانی دانش‌آموزان داشته باشد. معلمانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، معمولاً به‌جای سرزنش یا تنبیه، از راهبردهای حمایتی و گفت‌وگوی سازنده استفاده می‌کنند (رحمانی‌نیا، ۱۳۹۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که جو عاطفی کلاس درس یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر سلامت روانی دانش‌آموزان است. جو عاطفی مثبت می‌تواند احساس امنیت، تعلق و آرامش روانی را در دانش‌آموزان تقویت کند، درحالی‌که جو عاطفی منفی می‌تواند زمینه‌ساز بروز اضطراب، افت انگیزه و مشکلات رفتاری شود (حسین‌زاده، ۱۴۰۱). هوش هیجانی معلم نقش مهمی در شکل‌دهی به این جو عاطفی ایفا می‌کند. از سوی دیگر، معلمان به‌طور روزانه با فشارهای شغلی متعددی مواجه هستند؛ از جمله تراکم بالای کلاس‌ها، تنوع نیازهای دانش‌آموزان، انتظارات والدین و محدودیت‌های سازمانی. این فشارها می‌توانند بر وضعیت روانی معلم تأثیر گذاشته و در صورت نبود مهارت‌های هیجانی مناسب، به انتقال هیجان‌های منفی به دانش‌آموزان منجر شوند (پارسامنش، ۱۴۰۰). در مقابل، معلمانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، توانایی بیشتری در مقابله با استرس‌های شغلی داشته و کمتر دچار فرسودگی هیجانی می‌شوند.

سلامت روانی دانش‌آموزان نه‌تنها بر عملکرد تحصیلی آن‌ها تأثیر می‌گذارد، بلکه نقش مهمی در رشد اجتماعی و عاطفی آنان نیز ایفا می‌کند. دانش‌آموزانی که از سلامت روانی مطلوبی برخوردارند، معمولاً روابط بهتری با همسالان برقرار می‌کنند، اعتمادبه‌نفس بیشتری دارند و در فعالیت‌های کلاسی مشارکت فعال‌تری نشان می‌دهند (دهقان و امیدی، ۱۳۹۸). از این‌رو، توجه به عوامل مؤثر بر سلامت روانی دانش‌آموزان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. با وجود اهمیت موضوع، بررسی نقش هوش هیجانی معلمان در سلامت روانی دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی در پژوهش‌های داخلی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بسیاری از مطالعات انجام‌شده بیشتر بر عملکرد تحصیلی یا مدیریت کلاس درس تمرکز داشته‌اند و ابعاد روانی و هیجانی دانش‌آموزان کمتر به‌طور مستقیم بررسی شده است (سجادی، ۱۳۹۷). این خلأ پژوهشی ضرورت انجام مطالعاتی را آشکار می‌سازد که به بررسی رابطه بین ویژگی‌های هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان بپردازد. شناخت این رابطه می‌تواند پیامدهای کاربردی مهمی برای نظام آموزشی داشته باشد. نتایج

سلامت روانی دانش‌آموزان به‌عنوان یکی از شاخص‌های مهم کیفیت نظام آموزشی، مورد توجه روزافزون پژوهشگران و سیاست‌گذاران آموزشی قرار گرفته است (فرهمند، ۱۴۰۰). دانش‌آموزانی که از سلامت روانی مطلوبی برخوردارند، معمولاً سازگاری اجتماعی بهتری دارند، انگیزه بیشتری برای یادگیری نشان می‌دهند و عملکرد تحصیلی بالاتری را تجربه می‌کنند. دوره اول ابتدایی یکی از حساس‌ترین و سرنوشت‌سازترین مقاطع تحصیلی در زندگی کودکان به‌شمار می‌رود. در این دوره، کودکان برای نخستین‌بار به‌صورت رسمی وارد محیط آموزشی می‌شوند و تجربه‌های اولیه آنان از مدرسه می‌تواند نگرش آن‌ها نسبت به یادگیری، معلم و حتی خودپنداره تحصیلی‌شان را شکل دهد. از نظر رشدی، دانش‌آموزان این دوره از نظر هیجانی آسیب‌پذیرتر بوده و نیاز شدیدی به حمایت عاطفی، احساس امنیت و پذیرش اجتماعی دارند (باقری و سادات‌پور، ۱۳۹۹). هرگونه تنش، اضطراب یا تجربه منفی در این مرحله می‌تواند پیامدهای بلندمدتی بر سلامت روانی آنان داشته باشد. سلامت روانی مفهومی چندبعدی است که شامل احساس بهزیستی، تعادل هیجانی، توانایی مقابله با استرس، روابط مثبت با دیگران و احساس ارزشمندی فردی می‌شود. سلامت روانی دانش‌آموزان در محیط مدرسه تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله جو عاطفی کلاس، روابط با همسالان، شیوه‌های آموزشی و به‌ویژه رفتار و ویژگی‌های شخصیتی معلم قرار دارد (نصیری، ۱۴۰۱). معلم به‌عنوان نزدیک‌ترین و تأثیرگذارترین فرد بزرگسال در محیط مدرسه، نقش کلیدی در شکل‌دهی به تجربه‌های هیجانی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. در سال‌های اخیر، توجه پژوهشگران حوزه تعلیم و تربیت به نقش ویژگی‌های هیجانی معلمان در سلامت روانی دانش‌آموزان افزایش یافته است. یکی از مهم‌ترین این ویژگی‌ها، هوش هیجانی است. هوش هیجانی به توانایی فرد در شناسایی، درک، تنظیم و مدیریت هیجان‌های خود و دیگران اشاره دارد و نقش مهمی در کیفیت روابط بین‌فردی و سازگاری اجتماعی ایفا می‌کند (کوشا، ۱۴۰۰). در حرفه معلمی که مبتنی بر تعامل مستمر با کودکان است، هوش هیجانی به‌عنوان یک شایستگی اساسی تلقی می‌شود. معلمان دارای هوش هیجانی بالا قادرند هیجان‌های خود را در موقعیت‌های مختلف آموزشی به‌خوبی مدیریت کنند و واکنش‌های هیجانی مناسبی از خود نشان دهند. این معلمان معمولاً از همدلی بیشتری برخوردار بوده و قادرند احساسات و نیازهای هیجانی دانش‌آموزان را بهتر درک کنند. چنین توانایی‌هایی می‌تواند به ایجاد فضای عاطفی مثبت در کلاس درس و کاهش تنش‌های روانی دانش‌آموزان منجر شود (زارعی و مهرافزا، ۱۳۹۸). در دوره اول ابتدایی، دانش‌آموزان هنوز مهارت‌های لازم برای تنظیم

ویژه‌ای برخوردار است، زیرا آن‌ها در کلاس درس با رفتارهای متنوع و گاه چالش‌برانگیز دانش‌آموزان مواجه می‌شوند. معلمانی که از خودتنظیمی هیجانی برخوردارند، معمولاً در مواجهه با بی‌نظمی، ناکامی یا فشارهای کاری، واکنش‌های آرام‌تر و منطقی‌تری نشان می‌دهند. همدلی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های کلیدی هوش هیجانی، نقش مهمی در تعاملات آموزشی ایفا می‌کند. همدلی به توانایی درک احساسات، نیازها و دیدگاه‌های دیگران اشاره دارد. معلم همدل می‌تواند شرایط هیجانی دانش‌آموزان را بهتر درک کرده و پاسخ‌های حمایتی و سازنده‌تری ارائه دهد. این امر به‌ویژه در دوره اول ابتدایی که دانش‌آموزان از نظر هیجانی آسیب‌پذیرتر هستند، اهمیت بیشتری دارد (کاظمی‌نیا، ۱۴۰۰). مهارت‌های اجتماعی نیز بخش مهمی از هوش هیجانی را تشکیل می‌دهند و شامل توانایی برقراری ارتباط مؤثر، حل تعارض و همکاری با دیگران هستند. معلم دارای مهارت‌های اجتماعی قوی، معمولاً در ایجاد فضای مثبت کلاس درس و تعامل سازنده با دانش‌آموزان و والدین موفق‌تر عمل می‌کنند.

۲. مبانی نظری سلامت روانی دانش‌آموزان دوره اول

ابتدایی

سلامت روانی یکی از ابعاد اساسی سلامت انسان است که به احساس بهزیستی، تعادل هیجانی، توانایی مقابله با استرس و برقراری روابط سالم با دیگران اشاره دارد. در حوزه آموزش، سلامت روانی دانش‌آموزان به‌عنوان یکی از پیش‌نیازهای اساسی یادگیری مؤثر و رشد همه‌جانبه مطرح است (صالحی‌راد، ۱۴۰۱). دانش‌آموزانی که از سلامت روانی مطلوبی برخوردارند، معمولاً انگیزه بیشتری برای یادگیری دارند و سازگاری اجتماعی بهتری از خود نشان می‌دهند. دوره اول ابتدایی مرحله‌ای حساس در رشد روانی کودکان محسوب می‌شود. در این دوره، کودکان در حال شکل‌گیری هویت، خودپنداره و الگوهای رفتاری خود هستند و تجربه‌های هیجانی آن‌ها می‌تواند تأثیرات ماندگاری بر سلامت روانی‌شان داشته باشد. محیط مدرسه و به‌ویژه کلاس درس، یکی از مهم‌ترین بسترهای شکل‌گیری این تجربه‌هاست. سلامت روانی دانش‌آموزان تحت تأثیر عوامل متعددی قرار دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به روابط با همسالان، حمایت خانواده، شرایط اجتماعی و جو عاطفی مدرسه اشاره کرد. در این میان، نقش معلم به‌عنوان نزدیک‌ترین فرد بزرگسال در محیط مدرسه بسیار برجسته است. شیوه تعامل معلم با دانش‌آموزان، میزان حمایت عاطفی و نحوه برخورد با رفتارهای هیجانی می‌تواند تأثیر مستقیمی بر احساس امنیت روانی دانش‌آموزان داشته باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که جو عاطفی مثبت کلاس درس

چنین پژوهش‌هایی می‌تواند مسئولان آموزشی را به طراحی برنامه‌های آموزشی و توانمندسازی معلمان در حوزه هوش هیجانی ترغیب کند. آموزش مهارت‌های هیجانی به معلمان می‌تواند به بهبود کیفیت تعاملات کلاسی، کاهش اضطراب و استرس دانش‌آموزان و ارتقای سلامت روانی آنان منجر شود (کامکار، ۱۴۰۱). در مجموع، با توجه به اهمیت دوره اول ابتدایی در شکل‌گیری بنیان‌های سلامت روانی کودکان و نقش کلیدی معلمان در این فرایند، بررسی رابطه بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان امری ضروری به نظر می‌رسد. این پژوهش می‌کوشد با تبیین این رابطه، گامی مؤثر در جهت ارتقای کیفیت آموزش، بهبود بهزیستی روانی دانش‌آموزان و ایجاد محیط‌های یادگیری سالم و حمایتگر بردارد.

مبانی نظری پژوهش

۱. مبانی نظری هوش هیجانی معلمان

هوش هیجانی یکی از مفاهیم مهم و تأثیرگذار در روان‌شناسی معاصر است که در سال‌های اخیر جایگاه ویژه‌ای در حوزه تعلیم و تربیت یافته است. این مفهوم در واکنش به دیدگاه‌های سنتی هوش که عمدتاً بر توانایی‌های شناختی و عقلانی تمرکز داشتند، مطرح شد و بر نقش هیجان‌ها در رفتار، تصمیم‌گیری و تعاملات انسانی تأکید دارد. هوش هیجانی به توانایی فرد در شناسایی، درک، تنظیم و مدیریت هیجان‌های خود و دیگران اشاره دارد و نقش مهمی در سازگاری روانی و اجتماعی افراد ایفا می‌کند (فرهمندپور، ۱۴۰۰). در حرفه معلمی، هوش هیجانی به‌عنوان یکی از شایستگی‌های اساسی تلقی می‌شود، زیرا معلمان به‌طور مداوم با موقعیت‌های هیجانی پیچیده‌ای در کلاس درس مواجه هستند. تعامل با دانش‌آموزان، پاسخ به رفتارهای هیجانی آنان، مدیریت استرس‌های شغلی و ایجاد روابط انسانی مؤثر، همگی مستلزم برخورداری از مهارت‌های هیجانی پیشرفته است. معلمانی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، معمولاً قادرند هیجان‌های خود را به‌طور آگاهانه مدیریت کرده و واکنش‌های مناسب‌تری در موقعیت‌های چالش‌برانگیز نشان دهند. از منظر نظری، هوش هیجانی شامل مؤلفه‌هایی همچون خودآگاهی هیجانی، خودتنظیمی، انگیزش، همدلی و مهارت‌های اجتماعی است. خودآگاهی هیجانی به توانایی فرد در شناسایی و درک احساسات خود و تأثیر آن‌ها بر رفتار اشاره دارد. معلمانی که از خودآگاهی هیجانی بالایی برخوردارند، بهتر می‌توانند واکنش‌های هیجانی خود را در کلاس درس کنترل کرده و از انتقال هیجان‌های منفی به دانش‌آموزان جلوگیری کنند. خودتنظیمی هیجانی به توانایی کنترل و هدایت هیجان‌ها در شرایط مختلف اشاره دارد. این مؤلفه برای معلمان از اهمیت

هوش هیجانی یک پیش نیاز اساسی در استفاده از ضربیه هوشی است. به بیان دیگر احساسات بر قلب حکومت می کنند در حالی که هوش در مغز برتر است.

سلامت روانی: احساس رضایت و بهبود روانی و تطابق کافی با موازین مورد قبول در هر جامعه.

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، در زمره تحقیقات کاربردی قرار می گیرد و از حیث ماهیت و روش، توصیفی-همبستگی است. همچنین شیوه گردآوری داده‌ها به صورت میدانی و از طریق پرسشنامه انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل دو گروه معلمان و دانش‌آموزان است. بخش نخست، کلیه معلمان زن و مرد شاغل در دوره اول ابتدایی مدارس آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهرستان اردبیل در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ را دربرمی‌گیرد. مطابق آمار ارائه شده از سوی اداره آموزش و پرورش ناحیه ۲، تعداد این معلمان ۳۸۹ نفر است. بخش دوم جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی مدارس آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهرستان اردبیل در همان سال تحصیلی است که بر اساس آمار دریافتی از اداره آموزش و پرورش ناحیه ۲، تعداد آنان ۴۰۴۴ نفر می‌باشد. نمونه آماری این پژوهش از میان جامعه آماری معلمان دوره اول ابتدایی ناحیه ۲ شهرستان اردبیل انتخاب شده است. روش نمونه‌گیری، نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای است؛ بدین صورت که مدارس بر اساس ناحیه و جنسیت معلمان، به عنوان طبقات در نظر گرفته شده و سهم هر طبقه متناسب با حجم آن تعیین و نمونه‌ها به صورت تصادفی انتخاب شده‌اند. برای تعیین حجم نمونه، با توجه به حجم جامعه (۳۸۹ نفر) و با بهره‌گیری از فرمول کوکران، تعداد ۱۹۳ نفر به عنوان حجم نمونه مورد نیاز برآورد گردید. جهت بررسی فرضیات از آزمون پیرسون و رگرسیون چند خطی استفاده می‌شود.

ابزار گردآوری اطلاعات

پرسشنامه سلامت روانی GHQ-28

پرسشنامه سلامت روانی (Goldberg Wheeler 1979) از ۲۸ سوال تشکیل شده است. این ابزار ۴ بعد یا زیر مقیاس را مورد بررسی قرار می‌دهد. هر یک از این مولفه‌ها هفت سوال دارد که چهار دسته از اختلالات شامل نشانه‌های بدنی (جسمانی) سوالات ۱-۷، اضطراب و بی‌خوابی سوالات ۸-۱۴، علائم اختلال در کارکرد اجتماعی سوالات ۱۵-۲۱ و افسردگی سوالات ۲۲-۲۸ را ارزیابی می‌کند. در همه گزینه

می‌تواند به کاهش اضطراب، افزایش اعتمادبه‌نفس و بهبود سلامت روانی دانش‌آموزان منجر شود. در مقابل، جو عاطفی منفی و تنش‌زا می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات روانی مانند اضطراب، افسردگی و مشکلات رفتاری شود. بنابراین، توجه به عوامل مؤثر بر جو عاطفی کلاس درس از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی به دلیل محدود بودن مهارت‌های تنظیم هیجان، در مواجهه با فشارهای تحصیلی و اجتماعی نیازمند حمایت بیشتری هستند. برخوردهای سخت‌گیرانه، تنبیه‌های کلامی و بی‌توجهی به نیازهای هیجانی می‌تواند سلامت روانی آنان را به خطر اندازد. در مقابل، حمایت عاطفی، تشویق و ایجاد روابط مثبت می‌تواند احساس امنیت و آرامش روانی را در آنان تقویت کند.

۳. چارچوب نظری ارتباط هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان

از دیدگاه نظری، هوش هیجانی معلمان می‌تواند از طریق تأثیر بر شیوه تعامل، مدیریت هیجان‌ها و ایجاد جو عاطفی کلاس درس، نقش مهمی در سلامت روانی دانش‌آموزان ایفا کند. معلمان دارای هوش هیجانی بالا قادرند محیطی حمایتگر، امن و عاری از تنش ایجاد کنند که در آن دانش‌آموزان احساس پذیرش و ارزشمندی داشته باشند (بهرامی‌نژاد، ۱۴۰۰). این معلمان با درک بهتر هیجان‌های دانش‌آموزان، به‌جای واکنش‌های تنبیهی، از راهبردهای حمایتی استفاده می‌کنند که این امر می‌تواند به کاهش اضطراب، استرس و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان منجر شود. از این رو، انتظار می‌رود بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان رابطه‌ای مثبت و معنادار وجود داشته باشد.

تعاریف مفهومی متغیرها

هوش هیجانی: از نظر بار - آن هوش هیجانی شامل مجموعه‌ای از تواناییها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیر شناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با احتیاجات و فشارهای محیطی تحت تأثیر قرار می‌دهد. (Salovey & Mayer 1990) هوش هیجانی را شکلی از هوش اجتماعی تعریف کردند که به نظارت بر احساسات و عواطف خود و دیگران می‌پردازد و می‌تواند از این اطلاعات برای هدایت تفکر و عمل خود استفاده کند. (Goleman 1995) اظهار داشت که موفقیت در زندگی تا حدودی به هوش هیجانی بستگی دارد که آگاهی از احساسات خود و دیگران را امکان‌پذیر می‌کند و بنابراین فرد باهوش هیجانی با مسائل پیرامون به شیوه‌ای بالغ برخورد می‌کند. گولمن همچنین استدلال کرد که

هیجانی شامل تنظیم هیجان‌ها (۱۰گویه)، بهره‌وری از هیجان‌ها (۱۰گویه) و ارزیابی و بیان هیجان‌ها (۱۳گویه) را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ مورد سنجش قرار می‌دهد، به این ترتیب دامنه نمره کلی این مقیاس از ۳۳ تا ۱۶۵ است. مؤلفه بهره‌برداری از هیجان شامل سؤالهای ۱، ۲، ۵، ۶، ۷، ۸، ۱۲، ۲۱، ۲۴، ۲۸ می‌باشد. مؤلفه ارزیابی و بیان هیجان شامل سؤالهای ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵، ۱۸، ۱۹، ۲۲، ۲۵، ۲۹، ۳۲، ۳۳ و مؤلفه تنظیم هیجان شامل سؤالهای ۱۴، ۱۶، ۱۷، ۲۰، ۲۳، ۲۶، ۲۷، ۳۰، ۳۱ می‌باشد. گویه‌های ۵ و ۲۸، ۳۳ به صورت معکوس نمره گذاری میشوند. همسانی درونی سؤالهای آزمون برحسب ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ و ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس به فاصله دو هفته ۰/۷۸ گزارش شده است. این مقیاس در دانش‌آموزان ایران هنجاریابی شده و ضریب همسانی درونی آن برای هوش هیجانی کلی ۰/۸۷، برای مؤلفه بهره‌برداری از هیجان ۰/۶۳، برای ابراز هیجان ۰/۸۱ و برای تنظیم هیجان ۰/۷۲ به دست آمده بود.

ها درجات پایین نشان دهنده سلامتی و درجات بالا حاکی از نبود سلامت و وجود ناراحتی در فرد است

روایی و پایایی: پایایی پرسشنامه بهداشت روانی را براساس آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار داد که، ضریب پایایی ۰/۸۴۳ را به دست آمد. همچنین در این پژوهش برای مطالعه روایی پرسشنامه سلامت روانی از روش‌های روایی همزمان و تحلیل عوامل استفاده شده است. روایی همزمان پرسشنامه بهداشت روانی از طریق اجرای همزمان با پرسشنامه بیمارستان میدلسکس (۰/۵۵) MHQ گزارش شده است. از روایی صوری و روایی محتوایی برای تعیین روایی پرسشنامه استفاده و طی آن از نظر اساتید و متخصصین بهره گرفته شده است.

پرسشنامه هوش هیجانی ثنات و همکاران (۱۹۹۸)

این مقیاس یک آزمون ۳۳ سوالی است که به وسیله ثنات و همکاران در سال ۱۹۹۸ بر اساس مدل هوش هیجانی مایر و سالووی ساخته شده است. سؤالهای آزمون سه مؤلفه هوش

یافته‌های پژوهش

جدول ۱. توصیف نمونه مورد مطالعه بر اساس سابقه شغلی

متغیر	فراوانی	درصد
سابقه شغلی	۱ تا ۵ سال	۱۷
	۶ تا ۱۰ سال	۵۱
	۱۱ تا ۱۵ سال	۲۲
	۱۶ تا ۲۰ سال	۱۹
	۲۱ تا ۲۵ سال	۵۷
	بیشتر از ۲۵ سال	۵۳
	کل	۱۹۳

جدول ۲. میانگین، انحراف استاندارد، کشیدگی، چولگی و آلفای کرونباخ متغیرهای پژوهش

متغیر	ابعاد	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	آلفای کرونباخ
هوش هیجانی	تنظیم هیجان	۲۸/۲	۱۱/۶	۰/۰۱۵	-۱/۲۱۲	۰/۸۲۳
	بهره‌وری از هیجان	۲۹/۸	۱۲/۰	-۰/۰۰۴	-۱/۳۰۲	۸۱۷۰
	بیان هیجان‌ها	۴۰/۴	۱۵/۶	-۰/۱۶۲	-۱/۲۰۰	۰/۸۴۶
	هوش هیجانی	۹۸/۶	۲۱/۷	۰/۰۵۸	-۰/۲۲۸	۰/۸۹۱
سلامت روانی دانش‌آموزان	نشانه‌های جسمانی	۱۳/۷	۵/۷	۰/۹۸۶	۰/۱۵۲	۰/۷۳۶
	اضطراب و بی‌خوابی	۱۴/۰	۵/۷	۰/۶۵۲	-۰/۲۲۱	۰/۷۴۲
	اختلال در کارکرد اجتماعی	۱۳/۶	۵/۳	۱/۰۱۹	۰/۷۳۲	۰/۷۵۹
	افسردگی	۱۲/۹	۵/۶	۱/۱۷۰	۰/۵۲۹	۰/۷۷۴
سلامت روانی دانش‌آموزان		۵۴/۴	۱۸/۸	۱/۳۴۳	۱/۴۲۰	۰/۸۸۷

جدول ۳. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین متغیرهای هوش هیجانی و مدیریت کلاس درس با سلامت روانی

۵	۴	۳	۲	۱	
				۱	تنظیم هیجان
			۱	۰/۷۸۷**	بهره وری از هیجان
		۱	۰/۶۵۳**	۰/۸۰۷**	بیان هیجان ها
	۱	۰/۹۲۰**	۰/۸۶۹**	۰/۹۴۵**	هوش هیجانی
۱	۰/۸۷۶**	۰/۷۹۷**	۰/۷۹۸**	۰/۸۰۷**	سلامت روانی دانش آموزان

جدول ۴. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین متغیرهای هوش هیجانی معلمان با سلامت روانی دانش آموزان

سلامت روان دانش آموزان		
۰/۸۷۶	ضریب همبستگی	هوش هیجانی معلمان
۰/۰۰۰	سطح خطا	
۱۹۳	تعداد	

می‌توانند محیطی امن، حمایتگر و انگیزشی برای دانش‌آموزان ایجاد کنند که در آن استرس و اضطراب کاهش یافته، احساس امنیت روانی افزایش می‌یابد و دانش‌آموزان با تمرکز و انگیزه بیشتری به یادگیری می‌پردازند. بهره‌وری مؤثر از هیجان‌ها به معلم امکان می‌دهد تا هیجان‌ات خود را به عنوان ابزار انگیزشی در هدایت فرآیند یادگیری به کار گیرد، موقعیت‌های چالش‌برانگیز را مدیریت کند و واکنش‌های منطقی و متناسب در برابر رفتارهای مختلف دانش‌آموزان نشان دهد. همچنین، تنظیم و بیان صحیح هیجان‌ات به معلمان کمک می‌کند تا روابط همدلانه و مؤثری با دانش‌آموزان برقرار کنند، حس اعتماد و امنیت روانی را در محیط کلاس تقویت نمایند و فشار روانی کلاس را کاهش دهند. این توانایی‌ها باعث می‌شوند که دانش‌آموزان تجربه‌ای مثبت از کلاس داشته باشند و از فضای آموزشی حمایتگر بهره‌مند شوند، که نتیجه آن بهبود سلامت روانی و ارتقای رفاه روانشناختی آن‌ها است. هوش هیجانی معلمان به عنوان یک پایه اساسی برای مدیریت مؤثر کلاس درس عمل می‌کند و توانایی بالاتر در این حوزه به معنای عملکرد بهتر در کنترل رفتار دانش‌آموزان، هدایت فرآیندهای آموزشی، کاهش تعارضات و ایجاد روابط مثبت است. این مهارت‌ها مستقیماً با سلامت روانی دانش‌آموزان مرتبط هستند، زیرا محیط کلاس را به فضایی امن و قابل پیش‌بینی تبدیل می‌کند و به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد با آرامش و تمرکز بیشتر در فعالیت‌های آموزشی مشارکت داشته باشند. همچنین یافته‌ها نشان داد که توانمندی‌های هیجانی معلمان به ایجاد هماهنگی میان مدیریت رفتار، مدیریت افراد و مدیریت آموزش کمک می‌کند و این هماهنگی به شکل مؤثری سلامت روانی دانش‌آموزان را ارتقا می‌دهد. توانایی مدیریت مناسب هیجان‌ات و

بر اساس یافته‌های جدول، مقدار ضریب همبستگی پیرسون (r) بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان برابر با ۰/۸۷۶ گزارش شده است. این مقدار بیانگر یک رابطه مثبت و بسیار قوی میان دو متغیر است؛ به این معنا که با افزایش سطح هوش هیجانی معلمان، سطح سلامت روانی دانش‌آموزان نیز به طور معناداری افزایش می‌یابد. همچنین مقدار سطح خطا (Sig) برابر با ۰/۰۰۰ است که کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد. این نتیجه نشان‌دهنده معناداری آماری رابطه مشاهده‌شده است؛ بنابراین، فرضیه صفر مبنی بر نبود رابطه بین دو متغیر رد شده و فرضیه پژوهش تأیید می‌شود. حجم نمونه این آزمون ۱۹۳ نفر بوده که برای انجام تحلیل‌های آماری و تعمیم نتایج به جامعه آماری مورد نظر، مناسب و کفایت‌کننده است. این یافته‌ها بیانگر آن است که هوش هیجانی معلمان نقش بسزایی در سلامت روانی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. معلمانی که از مهارت‌های هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، با درک و مدیریت بهتر هیجان‌ات خود و دانش‌آموزان، قادرند محیطی آرام، ایمن و حمایتگر در کلاس ایجاد کنند. این محیط مثبت به کاهش اضطراب، استرس و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان کمک کرده و در نتیجه سلامت روانی آن‌ها را ارتقا می‌دهد.

نتیجه‌گیری

افزایش سطح هوش هیجانی معلمان به طور مستقیم با ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان همراه است. هوش هیجانی معلمان شامل توانایی درک، تنظیم، بهره‌وری و بیان مناسب هیجان‌ها است و این مهارت‌ها باعث می‌شود معلمان قادر باشند به شکل مؤثر تعاملات عاطفی و ارتباطات میان فردی خود با دانش‌آموزان را مدیریت کنند. معلمان با هوش هیجانی بالا

منابع فارسی

- باقری، م.، و سادات پور، ن. (۱۳۹۹) تحلیل ویژگی‌های رشدی، هیجانی و اجتماعی کودکان دوره اول ابتدایی و نقش محیط مدرسه در شکل‌گیری سلامت روانی آنان. مجله روان‌شناسی رشد و آموزش، ۱۱(۳)، ۸۵-۱۱۰.
- بهرامی‌نژاد، ح. (۱۴۰۰) بررسی نقش معلمان برخوردار از شایستگی‌های هیجانی در ایجاد محیط‌های یادگیری حمایتگر و تأثیر آن بر بهزیستی روانی دانش‌آموزان ابتدایی. فصلنامه پژوهش‌های نوین آموزشی، ۱۱(۲)، ۴۱-۶۶.
- پارسامنش، ی. (۱۴۰۰) تحلیل فشارهای شغلی معلمان ابتدایی و نقش مهارت‌های هیجانی در پیشگیری از انتقال استرس به دانش‌آموزان. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی در آموزش، ۱۰(۲)، ۴۹-۷۴.
- حسین‌زاده، ک. (۱۴۰۱) بررسی تأثیر جو عاطفی کلاس درس بر اضطراب، انگیزه تحصیلی و سلامت روانی دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی. مجله پژوهش‌های علوم تربیتی، ۱۷(۱)، ۱۰۱-۱۲۶.
- دهقان، س.، و امیدی، ر. (۱۳۹۸) سلامت روانی دانش‌آموزان ابتدایی و ارتباط آن با تعاملات اجتماعی، خودپنداره تحصیلی و جو عاطفی کلاس درس. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۹(۴)، ۱۲۱-۱۴۵.
- رحمانی‌نیا، ع. (۱۳۹۹) بررسی شیوه‌های پاسخ‌دهی هیجانی معلمان به رفتارهای دانش‌آموزان و پیامدهای آن بر سلامت روانی و سازگاری تحصیلی کودکان. فصلنامه روان‌شناسی مدرسه، ۷(۲)، ۹۳-۱۱۸.
- زارعی، ف.، و مهرافز، ل. (۱۳۹۸) تحلیل نقش هوش هیجانی معلمان در کاهش تنش‌های روانی کلاس درس و ارتقای احساس امنیت هیجانی دانش‌آموزان دوره ابتدایی. مجله تعلیم و تربیت معاصر، ۱۲(۱)، ۵۷-۸۲.
- سجادی، م. (۱۳۹۷) مروری نظام‌مند بر پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه سلامت روانی دانش‌آموزان ابتدایی در ایران با تأکید بر عوامل مدرسه‌محور. مجله مطالعات آموزش ابتدایی، ۶(۱)، ۱-۲۸.
- فرهمنده، ن. (۱۴۰۰) نقش مدرسه در ارتقای سلامت روانی کودکان: بررسی ابعاد آموزشی، عاطفی و اجتماعی محیط‌های یادگیری ابتدایی. تهران: انتشارات دانایی.
- کامکار، س. (۱۴۰۱) کاربرد آموزش مهارت‌های هوش هیجانی به معلمان در بهبود تعاملات کلاسی و ارتقای بهزیستی روانی دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی. اصفهان: انتشارات اندیشه‌وران.
- کوشا، م. (۱۴۰۰) مبانی نظری و کاربردی هوش هیجانی در حرفه معلمی با تأکید بر نقش آن در روابط آموزشی و سلامت روانی دانش‌آموزان. شیراز: انتشارات تعلیم نو.
- نصیری، ه. (۱۴۰۱) بررسی عوامل مؤثر بر سلامت روانی دانش‌آموزان ابتدایی با تأکید بر نقش معلم، جو عاطفی کلاس و تعاملات بین‌فردی. مجله سلامت روان و آموزش، ۱۵(۳)، ۶۷-۹۲.

برقراری روابط همدلانه و منطقی با دانش‌آموزان باعث می‌شود معلمان فضایی حمایتگر، انگیزشی و سالم ایجاد کنند که مستقیماً به بهبود رفاه روانشناختی دانش‌آموزان منجر می‌شود. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که رابطه مثبت و بسیار قوی بین هوش هیجانی معلمان و سلامت روانی دانش‌آموزان شامل مهارت در بهره‌وری، تنظیم و بیان هیجانات، ایجاد فضای امن و حمایتگر، توانمندی در مدیریت رفتار و فرآیندهای آموزشی و نقش بنیادین هوش هیجانی در ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان است. این نتایج نشان می‌دهد که آموزش و تقویت هوش هیجانی معلمان می‌تواند نقش کلیدی در ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان و ایجاد محیط یادگیری سالم و پویا ایفا کند. در نتیجه، برنامه‌های توانمندسازی معلمان باید تمرکز ویژه‌ای بر توسعه مهارت‌های هیجانی داشته باشند تا اثرات مثبت آن بر سلامت روانی و کیفیت یاددهی-یادگیری به وضوح مشاهده شود.

پیشنهادات کاربردی

پیشنهاد می‌شود که دوره‌های تخصصی آموزش مدیریت کلاس درس همراه با مهارت‌های هوش هیجانی برای معلمان برگزار شود. این دوره‌ها می‌توانند مهارت‌های هدایت رفتار دانش‌آموزان، سازمان‌دهی فعالیت‌های آموزشی و تعاملات مؤثر در کلاس را تقویت کنند. همچنین، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های کوچینگ یا مربی‌گری فردی برای معلمان فراهم شود تا بتوانند توانمندی‌های خود در مدیریت کلاس را در محیط واقعی توسعه دهند.

موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

- Koosha, M. (2019) Theoretical and practical foundations of emotional intelligence in the teaching profession with an emphasis on its role in educational relationships and students' mental health. Shiraz: Taalem-e-No Publications. [Persian]
- Nasiri, H. (2019) A study of factors affecting the mental health of elementary school students with an emphasis on the role of the teacher, the emotional climate of the classroom and interpersonal interactions. *Journal of Mental Health and Education*, 15(3), 67–92. [Persian]
- Parsamanesh, Y. (2019) Analysis of job pressures of elementary school teachers and the role of emotional skills in preventing the transmission of stress to students. *Quarterly Journal of Applied Psychology in Education*, 10(2), 49–74. [Persian]
- Rahmaninia, A. (2019) Investigating teachers' emotional response to students' behaviors and its consequences on children's mental health and academic adjustment. *School Psychology Quarterly*, 7(2), 93–118. [Persian]
- Sajjadi, M. (2018) A systematic review of research conducted in the field of mental health of elementary school students in Iran with an emphasis on school-based factors. *Journal of Elementary Education Studies*, 6(1), 1–28. [Persian]
- Zarei, F., & Mehrafza, L. (2019) Analyzing the role of teachers' emotional intelligence in reducing classroom psychological tensions and promoting the feeling of emotional security of elementary school students. *Journal of Contemporary Education*, 12(1), 57–82. [Persian]
- Bagheri, M., & Sadatpour, N. (2019) Analysis of developmental, emotional and social characteristics of first grade elementary school children and the role of the school environment in shaping their mental health. *Journal of Developmental Psychology and Education*, 11(3), 85–110. [Persian]
- Bahraminejad, H. (2019) Investigating the role of teachers with emotional competencies in creating supportive learning environments and its impact on the mental well-being of elementary school students. *Quarterly Journal of New Educational Research*, 14(2), 41–66. [Persian]
- Dehghan, S., & Omid, R. (2019) Mental health of elementary school students and its relationship with social interactions, academic self-concept and emotional classroom climate. *Journal of Educational Psychology Studies*, 9(4), 121–145. [Persian]
- Farahmand, N. (2018) The role of school in promoting children's mental health: A study of educational, emotional and social dimensions of elementary learning environments. Tehran: Danaei Publications. [Persian]
- Hosseinzadeh, K. (2020) Investigating the effect of classroom emotional climate on anxiety, academic motivation and mental health of first grade elementary school students. *Journal of Educational Sciences Research*, 17(1), 101–126. [Persian]
- Kamkar, S. (2019) The application of emotional intelligence skills training to teachers in improving classroom interactions and promoting the psychological well-being of first-year elementary school students. Isfahan: Andishevaran Publications. [Persian]