

اثر بخشی آموزش هوش هیجانی بر مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی در زنان مطلقه

مرضیه آهنگری^۱، مجید غفاری^۲، ابراهیم صالحی عمران^۳

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

۲- نویسنده مسئول، استادیار، عضو هیأت علمی گروه روانشناسی دانشگاه مازندران

۳- استاد، عضو هیأت علمی گروه علوم تربیتی دانشگاه مازندران

چکیده

پژوهش‌ها بر آسیب‌های روانی-اجتماعی به عنوان عوامل و پیامدهای طلاق در زنان تأکید کرده‌اند. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی زنان مطلقه بود. این مطالعه در چهارچوب طرح نیمه آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش شامل زنان مطلقه تحت پوشش کمیته امداد شهرستان بابل در سال ۱۳۹۵ بود. پس از اعلام داوطلبانه شرکت در پژوهش، تعداد ۴۰ نفر از زنان مطلقه با توجه به اطلاعات مندرج در بانک اطلاعاتی سازمان مذکور به طور همتا انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری آزمایشی و گواه جای‌دهی شدند. برای گردآوری داده‌ها از نسخه کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف استفاده شد. داده‌ها از طریق تحلیل کوواریانس چندمتغیری با استفاده از نرم افزار SPSS 22 تحلیل گردید. یافته‌ها نشان داد که آموزش هوش هیجانی منجر به افزایش معنی‌دار نمرات مولفه‌های پذیرش خود، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی و خودپیروی در مرحله‌ی پس‌آزمون در گروه آزمایشی نسبت به گروه گواه گردید ($p < 0/05$). بر اساس یافته‌های مطالعه‌ی حاضر، توصیه می‌گردد آموزش هوش هیجانی به منظور پیشگیری از آسیب‌های فردی و اجتماعی زنان مطلقه، مورد توجه قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: هوش هیجانی، طلاق، بهزیستی روان‌شناختی، زنان