



بررسی همبستگی بین هوش هیجانی و کیفیت زندگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم در سال ۱۳۸۸

یاسر تبرایی^۱، مرضیه شاه‌سیاه^۲، مهدی اسدی^۳، سیامک محبی^۴، سمیه چپوایی^۵، سمیرا فلاحی^۵

۱- دانشگاه علوم پزشکی قم- مربی آمار حیاتی- گروه بهداشت عمومی. ۲- دانشگاه جامعه المصطفی العالمیه- کارشناس ارشد مشاوره خانواده. ۳- دانشگاه علوم پزشکی قم- مربی بهداشت محیط- گروه بهداشت محیط. ۴- دانشگاه علوم پزشکی قم- دانشجوی دکتری آموزش بهداشت- گروه بهداشت عمومی. ۵- دانشگاه علوم پزشکی قم- دانشجوی کارشناسی پرستاری.

چکیده

مقدمه: هدف اصلی بهداشت روانی پیشگیری از وقوع ناراحتی‌ها و حفظ سلامت روانی است. هوش هیجانی به عنوان یک موضوع جدید در حوزه روانشناسی مورد توجه قرار گرفته است. مطالعاتی که در این زمینه انجام شده است، مبین نقش هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن در جنبه‌های مختلف زندگی فرد همچون پیشرفت تحصیلی، ازدواج، شغل و روابط اجتماعی می‌باشد. امروزه این عقیده مطرح است فردی که دارای هوش هیجانی است بهتر می‌تواند بر مشکلات زندگی غلبه کند به‌طور مؤثرتری هیجانات خود را مهار کند که این هر دو سهم زیادی در تأمین بهداشت روانی خوب و کامل دارند، لذا این مطالعه به‌منظور تعیین رابطه بین میزان هوشبهر هیجانی و کیفیت زندگی دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی قم انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه، یک مطالعه توصیفی- تحلیلی از نوع مقطعی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ می‌باشد. روش نمونه‌گیری به‌صورت تصادفی ساده از میان دانشجویان فوق انتخاب گردید. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسش‌نامه مشخصات فردی، پرسش‌نامه هوشبهر هیجانی بار-آن و پرسش‌نامه کیفیت زندگی بود. پس از جمع‌آوری اطلاعات داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و t توسط نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: میانگین و انحراف معیار نمره کیفیت زندگی در نمونه فوق به‌ترتیب ۸۹/۳۸ و ۱۱/۸۸ به‌دست آمد ۲۵٪ نمونه فوق نمره کیفیت زندگی بیش‌تر از ۹۵ داشتند در حالی که ۲۵٪ نیز نمره کیفیت زندگی کم‌تر از ۸۲ دارند. بین نمره کیفیت زندگی و هوش هیجانی ارتباط معناداری مشاهده شد ($P < ۰/۰۰۱$). بین متغیرهای نمره کیفیت زندگی و جنس ارتباطی مشاهده نشد ($P = ۰/۷۹۰$). بین متغیرهای نمره کیفیت زندگی و تأهل ارتباطی مشاهده نشد ($P = ۰/۶۳۷$).

نتیجه‌گیری: هوش هیجانی می‌تواند سبب افزایش سلامتی، رفاه، ثروت، موفقیت، عشق و شادی گردد. افرادی با هوش هیجانی بالا توانایی اداره مطلوب خلق و خوی، وضع روانی، کنترل تکانه‌ها، همدلی، آگاهی یافتن از احساسات خود و دیگران دارند و عاملی است که هنگام شکست ناشی از دست نیافتن به هدف در شخص امید و انگیزه ایجاد می‌کند. تمام موارد ذکر شده نشانه سلامت فرد است که به‌طور مستقیم و غیر مستقیم بر کیفیت زندگی اثر مثبت می‌گذارد.

واژگان کلیدی: کیفیت زندگی، هوش هیجانی، دانشجویان، بهداشت روان.