

## عنوان مقاله:

اهمیت هوش هیجانی در موفقیت تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان

## محل انتشار:

دهمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

محدثه عاطفی - کارشناسی، علوم تربیتی، آموزش و پرورش خراسان رضوی

مریم ابراهیم زاده - کارشناسی، آموزش و پرورش ابتدایی، آموزش و پرورش گرگان

## خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی اهمیت هوش هیجانی در موفقیت تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان است. روش پژوهش بصورت مروری با مطالعه اسناد و متون کتابخانه ای است. نتایج کلی پژوهش حاضر، نشان می دهد هوش هیجانی به طور معنی دار تاثیر مثبت بر عملکرد تحصیلی دارد. افراد با هوش هیجانی بالا معمولا نمرات بهتری در مواردی مانند امتحانات و پروژه های تحصیلی دارند و به عنوان دانش آموزان و دانشجویان موفق شناخته می شوند. هوش هیجانی بر موفقیت شغلی و حرفه ای تاثیرگذار است و عزت نفس را در آن ها افزایش می دهد. افراد با توانایی های هوش هیجانی بالا معمولا در محیط کاری به موفقیت بیشتری دست می یابند و به عنوان کارمندان و مدیران موثر شناخته می شوند. هوش هیجانی به مدیریت استرس و احساسات موثر کمک می کند. افراد با توانایی های هوش هیجانی بهتر می توانند با تنش ها و فشارهای تحصیلی و شغلی کنار بیایند و از اثرات منفی آن ها جلوگیری کنند. یکی از اصلی ترین توانایی های هوش هیجانی، مدیریت استرس و احساسات در مواجهه با فشارهای تحصیلی و حرفه ای است. توانایی های هوش هیجانی به بهبود ارتباطات بین فردی کمک می کند. افراد با این توانایی ها معمولا در ارتباطات خود با دیگران موثرتر عمل می کنند و مشکلات کمتری در روابط خود دارند. هوش هیجانی می تواند به افراد کمک کند تا رشته تحصیلی مناسبی را انتخاب کنند که با توانایی ها و علایق شخصی شان سازگار باشد. توسعه هوش هیجانی می تواند به پیشگیری از اختلالات روانی و روانپزشکی کمک کند. افراد با توانایی های هوش هیجانی از اضطراب، افسردگی و استرس زیاد دور هستند. هوش هیجانی به توسعه مهارت های حل مساله و تفکر انتقادی کمک می کند. هوش هیجانی می تواند به بهبود مهارت های ارتباطی و تعاملی کمک کند. این توانایی ها به افراد در ایجاد روابط بهتر با دیگران و در محیط های کاری و اجتماعی مثبت کمک می کنند. توسعه هوش هیجانی به افراد کمک می کند که به مرور زمان در حرفه خود بهبود یابند و به توسعه مهارت های جدید بپردازند. افراد با هوش هیجانی بالا معمولا در محیط کاری خود راضی تر هستند و توانایی مدیریت احساسات خود را در محیط کاری به بهترین شکل دارند.

## کلمات کلیدی:

هوش هیجانی، عزت نفس، موفقیت تحصیلی دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2012883>

