

فرا تحلیل رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی

مسلم امیری* جواد مصرآبادی**

چکیده

در این پژوهش که با بهره‌گیری از روش فراتحلیل انجام گرفته، به ترکیب عددی نتایج پژوهش‌های انجام شده در ایران در زمینه رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی افراد پرداخته شده است. جامعه آماری فراتحلیل، پژوهش‌های در دسترس مرتبط با رابطه هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی در داخل کشور است که در بین سال‌های ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۶ منتشر شده‌اند. براساس ملاک‌های تعریف شده ورود و خروج پژوهش‌های اولیه و نیز تحلیل حساسیت، در نهایت ۵۰ اندازه اثر از ۲۲ مطالعه اولیه بررسی شد. بعد از بررسی ملاک‌های ورود و خروج، یافته‌های کمی پژوهش‌های منتخب با نرم‌افزار CMA ویرایش ۲، تحلیل شدند. نتایج نشان دادند که هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن بر خودکارآمدی افراد تأثیر معنی‌داری داشته و طبق ملاک کوهن، میزان اندازه اثر ترکیبی رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی برای مدل اثرات تصادفی، در حد متوسط به بالا ($ES = 0.34$) است. بررسی نقش متغیرهای تعدیل‌کننده مؤلفه‌های هوش هیجانی، جامعه آماری تحقیقات اولیه و حجم نمونه تحقیقات اولیه در ارتباط بین متغیرهای مستقل و وابسته تحقیق، رابطه معنی‌داری نشان دادند. به‌طور خلاصه، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش هوش هیجانی می‌تواند بر خودکارآمدی افراد تأثیر چشم‌گیری داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: خودکارآمدی، فراتحلیل، مؤلفه‌های هوش هیجانی، هوش هیجانی

* دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان (نویسنده مسئول)

amiri.moslem@yahoo.com

** استاد روان‌شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

mesrabadi@azaruniv.ac.ir

مقدمه

خودکارآمدی^۱ یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های کسب موفقیت و سازش‌یافتگی است و در حیطه روان‌شناسی مثبت‌گرا جای می‌گیرد. منشأ پیدایش خودکارآمدی، نظریه شناختی-اجتماعی^۲ آلبرت بندورا^۳ است. براساس این نظریه، انسان‌ها موجوداتی فعال هستند که قادر به خودنظم‌دهی و تنظیم رفتار خود هستند و به طور فعال در تحول خویش‌نشدن شرکت کرده، و می‌توانند با رفتارشان وقایع و رویدادها را کنترل کنند (بندورا، ۲۰۰۰).

خودکارآمدی ادراک شده به باورهای افراد در مورد توانایی‌هایشان برای اعمال کنترل بر عملکرد و رویدادهایی که زندگی‌شان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، گفته می‌شود (بندورا، ۱۹۹۴). به عبارتی دیگر، خودکارآمدی ارزیابی فرد از توانایی‌هایش به منظور انجام موفقیت‌آمیز یک مجموعه اقدامات لازم برای دستیابی به اهداف است (زاجاکوا و لینچ^۴، ۲۰۰۵). خودکارآمدی یک ساختار انگیزشی معتبر در روان‌شناسی تربیتی است (مولر و سوفرت^۵، ۲۰۱۸) که بر پایه و اساس باور به قابلیت فرد برای کنارآمدن مؤثر با بسیاری از موقعیت‌های تنش‌زا است (روانی پور، احمدیان، یزدان پناه و سلطانیان، ۲۰۱۵).

ادراک خودکارآمدی، یک ساز و کار شناختی است که توانایی کنترل موارد ترسناک را در شخص ایجاد کرده و او را قادر به رویارویی با مشکلات می‌سازد (محمد امینی، نریمانی، برهمند و صبحی‌قراملکی، ۱۳۸۷). بندورا بر این باور است که خودکارآمدی مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده فعالیت‌هایی است که ما برمی‌گزینیم و نیز عامل تعیین‌کننده شدتی است که ما اعمال‌مان را انجام می‌دهیم (هرگنهان و آلسون، ۲۰۰۹/۱۳۸۹).

سازه خودکارآمدی- باور به اینکه من می‌توانم- به اعتقادات فرد مبنی بر توانایی انجام تکالیف در شرایط خاص و نیز باور کلی فرد در مورد توانمندی و قابلیت‌های خود اشاره دارد. نظریه خودکارآمدی بر این فرض مبتنی است که باور افراد در مورد توانایی‌ها و استعدادهایشان اثرات مطلوبی بر اعمال آن‌ها دارد، و مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده رفتار است. خودکارآمدی، بر انتخاب رفتار، تلاش و پشتکار و پیگیری اهداف مؤثر است و نحوه مواجهه با موانع و چالش‌ها را تعیین می‌کند (رستمی، شاه محمدی، قانیدی، بشارت، اکبری زردخانه و نصرت آبادی، ۱۳۸۹).

اینکه تا چه اندازه‌ای معیارهای رفتار خود را درست ارزیابی کنیم، احساس کارایی ما را تعیین می‌کند. افرادی که احساس کارایی بالایی دارند، معتقدند که می‌توانند به نحو مؤثری با وقایع و

¹ Self-efficacy

² Social-cognitive theory

³ Albert Bandura

⁴ Zajacova & Lynch

⁵ Müller & Seufert

موقعیت‌ها برخورد کنند. چون آنها انتظار دارند که در غلبه کردن بر موانع موفق شوند، در کارهایشان استقامت به خرج داده و اغلب در سطح بالا عمل می‌کنند. آنها در مقایسه با کسانی که احساس کارآیی پایینی دارند، به توانایی‌های خود اطمینان بیشتری داشته و خودناباوری ناچیزی نشان می‌دهند. احساس کارآیی بالا، ترس از شکست را کاهش داده، سطح آرزوها را بالا برده و توانایی حل مسئله و تفکر تحلیلی را بهبود می‌بخشد (شولتز و شولتز^۱، ۲۰۰۵ / ۱۳۹۰).

به‌طور خلاصه، خودکارآمدی به داشتن مهارت یا مهارت‌ها مربوط نمی‌شود، بلکه به داشتن باور به توانایی انجام کار در موقعیت‌های مختلف شغلی اشاره دارد (بندورا، ۱۹۹۷). به همین دلیل، احساس خودکارآمدی، افراد را قادر می‌سازد تا با استفاده از مهارت‌ها در برخورد با موانع، کارهای فوق‌العاده‌ای انجام دهند. بنابراین، خودکارآمدی ادراک شده، عاملی مهم برای انجام موفقیت‌آمیز عملکرد و مهارت‌های اساسی لازم برای انجام آن است. عملکرد مؤثر هم به داشتن مهارت‌ها و هم به باور در توانایی انجام آن مهارت‌ها نیازمند است (عبداللهی، ۱۳۸۵). همچنین احساس قوی خودکارآمدی موجب بهبود دیدگاه‌های مثبت فردی و مشارکت بهتر فرد در انجام فعالیت‌ها، تنظیم اهداف و تعهد کاری می‌گردد (استروبل، توماسجین و اسپورل^۲، ۲۰۱۱) و در کل، بر آنچه افراد سعی می‌کنند انجام دهند، چگونگی انجام آن و میزان تلاشی که برای آن صرف می‌کنند تأثیر می‌گذارد (هیس، هاف، هنل و اینسکر^۳، ۲۰۱۸). از طرف دیگر، خودکارآمدی پایین می‌تواند انگیزه را نابود کند، آرزوها را کم کند، با توانایی‌های شناختی تداخل کرده و تأثیر نامطلوبی بر سلامت جسمانی بگذارد (خوشنویسان و افروز، ۱۳۹۰).

طبق نظریه بندورا، خودکارآمدی نقش مهمی در سازگاری روان‌شناختی، مشکلات روانی، سلامت جسمانی و نیز راهبردهای تغییر رفتار خود رهنمون و مشاوره دارد. خودکارآمدی در انجام شغل‌های پرهیجان و استرس‌آمیز (مانند کنترل ترافیک هوایی) اهمیت اساسی داشته و در ارتباط بین ضرورت‌های شغل‌های هیجانی و ناهماهنگی خلقی نقش حایل و تعدیل‌کننده دارد (رستمی و همکاران، ۱۳۸۹). مفهوم خودکارآمدی در رفتار درمانی، پیشرفت تحصیلی، اختلال‌های هیجانی، بهداشت جسم و روان، اثربخشی آموزشی و بسیاری از حوزه‌های دیگر کاربرد دارد (اصغرزاد، احمدی، قطب‌الدینی‌فرزاد و خداپناهی، ۱۳۸۵). باورهای خودکارآمدی بر میزان انرژی برای انجام فعالیت‌ها و میزان مقاومت در برابر موانع اثر مستقیم دارد (فرلا و والک^۴، ۲۰۰۹). همچنین، پایه‌ای برای انگیزش، بهزیستی و دستاوردهای فردی در همه حیطه‌های زندگی است. در نهایت

¹ Schultze & Schultze

² Strobel, Tumasjan & Sporrle

³ Haase, Hoff, Hanel & Innes-Ker

⁴ Ferla & Valcke

اینکه باورهای خودکارآمدی بر طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با دشواری‌ها، سلامت هیجانی، تصمیم‌گیری، مقابله با استرس و افسردگی تأثیر می‌گذارد (بندورا و لاکي^۱، ۲۰۰۳).

باورهای خودکارآمدی به وسیله چهار منبع اصلی می‌تواند ایجاد یا تقویت گردد: مؤثرترین آن‌ها تجربه‌های مستقیم موفقیت توسط فرد است که باعث نیرومندی کارآمدی وی می‌گردد، درحالی‌که تجربه‌های شکست باعث ضعیف کردن کارآمدی شخص می‌شود (بندورا، ۱۹۹۴). دومین منبع، تجربه‌های جانمایی الگوهای اجتماعی است. مشاهده افرادی که با تلاش مداوم به موفقیت دست پیدا می‌کنند، باعث می‌شود باورهای افراد نسبت به اینکه آن‌ها هم دارای قابلیت انجام فعالیت‌هایی هستند که به موفقیت منجر می‌شود افزایش یابد. در همین راستا، مشاهده شکست دیگران، با وجود تلاش زیاد، باورهای ناظران را نسبت به توانایی‌هایشان کاهش داده و تلاش‌هایشان را کاهش می‌دهد. منبع سوم، تشویق‌های کلامی است. افرادی که به‌طور شفاهی تشویق می‌شوند، زمانی که توانایی تسلط بر تکلیف را دارند، بیشتر تلاش می‌کنند. قانع‌سازی کلامی یعنی اینکه به افراد یادآور شویم که هر کاری را که بخواهند انجام دهند، توانایی آن‌را دارند (شولتز و شولتز، ۲۰۰۵ / ۱۳۹۰). آخرین منبع مربوط به ویژگی‌های جسمانی و هیجانی فرد است. خوش‌بینی و خلق مثبت باعث افزایش باورهای خودکارآمدی و بدبینی و ناامیدی باعث کاهش باورهای خودکارآمدی می‌شوند. همچنین، تفسیر افراد از توانایی جسمانی خود بر باور خودکارآمدی آن‌ها تأثیر می‌گذارد (لويس^۲، ۱۹۹۰؛ به نقل از اصغرزاد و همکاران، ۱۳۸۵).

یکی از عوامل مهم هیجانی افراد که در تعیین میزان ادراک خودکارآمدی افراد اهمیت دارد، هوش هیجانی^۳ است. این اصطلاح اولین بار توسط سالووی و مایر^۴ در سال ۱۹۹۷ مطرح شد. به تعبیر آن‌ها، هوش هیجانی شکلی از هوش اجتماعی است که بیانگر توانایی کنترل احساس‌ها و هیجان‌های خود و دیگران، تمایز میان آن‌ها و استفاده از این درون‌دادها برای هدایت فکر و عمل است (سالووی و مایر، ۲۰۰۲). منظور از هوش هیجانی، توانایی مهار کردن گرایش‌های عاطفی و هیجانی خود، درک خصوصی‌ترین احساس‌های دیگران، رفتار آرام و سنجیده در روابط انسانی با دیگران، خویشتن‌داری، شور، اشتیاق و پشتکار است (بویاتزيس^۵، ۲۰۰۲، به نقل از حدادنیا و جوکار، ۱۳۹۵). هوش هیجانی شامل درک دقیق و درست هیجان‌ها، ایجاد و دسترسی به هیجان‌ها به‌منظور توجه به افکار، درک و دانش عاطفی، تنظیم انعطاف‌پذیر هیجان‌ها در راستای تقویت رشد هیجانی و فکری است (هاشیم و خلیل، ۲۰۱۸).

¹ Bandura & lock

² levis

³ Emotional intelligence

⁴ Salovey & Mayer

⁵ Boyatzis

گلمن^۱ در سال ۱۹۹۸، با توجه به یافته‌های محققان پیشین، هوش هیجانی را چنین توصیف کرد: «هوش هیجانی نوع دیگری از هوش است که مشتمل بر شناخت احساس‌های خویشتن و استفاده از آن برای اتخاذ تصمیم‌های مناسب در زندگی است. به عبارت دیگر، هوش هیجانی بیانگر توانایی اداره مطلوب خلق و خو، وضع روانی و کنترل تنش‌ها است. در واقع عاملی است که به هنگام ناکامی در دستیابی به هدف، در شخص ایجاد انگیزه و امید می‌کند» (آشفورث و هامفری^۲، ۱۹۹۵).

به نظر گلمن (۱۹۹۵)، هوش هیجانی هم شامل عناصر درونی و هم بیرونی است. عناصر درونی شامل میزان خودآگاهی، خودانگاره، احساس استقلال و ظرفیت خودشکوفایی و قاطعیت، و عناصر بیرونی شامل روابط بین فردی، سهولت در همدلی و احساس مسئولیت است. همچنین هوش هیجانی شامل ظرفیت فرد برای قبول واقعیت‌ها، انعطاف‌پذیری، توانایی حل مشکلات هیجانی، توانایی مقابله با استرس و تکان‌ها می‌شود (یارمحمدی منفرد، همتی نژاد و رضانی نژاد، ۱۳۸۹). کاربرد مناسب هیجان‌ها در روابط انسانی، درک احوال خود و دیگران، خویشتن‌داری، همدلی با دیگران و استفاده مثبت از هیجان‌ها در تفکر و شناخت، موضوع هوش هیجانی است (بنی هاشمیان، بهرامی احسان و مؤذن، ۱۳۸۹).

هوش هیجانی به عنوان زیرمجموعه‌ای از هوش اجتماعی، به فرد قدرت کنترل احساس‌های خود و دیگران را می‌دهد (رنجبر، خادمی و آرشتناب، ۲۰۱۷). افراد دارای هوش هیجانی بالا، احساس‌های خود را به دقت درک کرده و به صورت یکپارچه از آن استفاده می‌کنند (وبرادوویکا، جوانوویکا، پتروویکا و متروویکا^۳، ۲۰۱۳). یافته‌ها نشان می‌دهند که هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای برون‌دادهای زندگی است (آستین، ساکلوفسکی و ایگن^۴، ۲۰۰۵).

هوش هیجانی، حداقل پنج نوع مهارت را در بر می‌گیرد، که عبارتند از:

۱- خودآگاهی^۵: توانایی فرد برای فهمیدن و آگاهی از احساس‌ها و خلقیات است.

خودآگاهی، به فرد برای نگه داشتن و مواظبت بر افکار و هیجان‌های خود به منظور فهم بهتر احساس‌ها و هیجان‌های خاص کمک می‌کند و اولین گام برای ارتقای هوش هیجانی است. خودآگاهی یعنی اینکه احساس‌ها خود را در هر لحظه خاص تشخیص داده، بهترین آن‌ها را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داده و با ارزیابی واقع‌بینانه از توانایی‌های خود، حس اعتماد به نفس را در خویش ایجاد کنیم (گلمن، ۱۳۸۹/۱۹۹۵).

¹ Goleman

² Ashforth & Humphrey

³ Obradovica

⁴ Astin, Saklofske & Egen

⁵ Self-Awareness

۲- مدیریت هیجان‌ها (خود کنترلی^۱): این مهارت به افراد کمک می‌کند تا احساس‌ها و عواطف خود را تحت نظر قرار دهد، و با استفاده درست از آن‌ها کارهای خویش را ساده‌تر و راحت‌تر انجام بدهد. همچنین، به جای تلاش در جهت ارضای امیال و هوس‌ها، در جهت اهداف خود حرکت کنند (گلمن، ۱۳۸۹/۱۹۹۵).

۳- خودانگیزی^۲: این مهارت شامل افزایش احساس مسئولیت، توانایی تمرکز بر تکلیف در حال انجام، همچنین توجه و کاهش تکانش‌گری و افزایش خویشتن‌پنداری می‌شود (حقیقت جو، شفیق پور، انصاری و حقیقت جو، ۱۳۸۷).

۴- همدلی (هوشیاری اجتماعی^۳): توانایی فهم اینکه یک شخص چگونه احساس می‌کند. همدلی متفاوت از احساس تأسف برای کسی است. همدلی یعنی حس کردن آنچه که دیگران احساس می‌کنند، و اینکه قادر باشیم دیدگاه آن‌ها را بفهمیم و روابط خود با دیگران را گسترش داده و با تعداد بیشتری از مردم ارتباط دوستانه برقرار کنیم (گلمن، ۱۹۹۸؛ به نقل از درودگر، تجاری و اشراقی، ۱۳۸۴).

۵- مهارت‌های اجتماعی^۴: توانایی گفتگوی مناسب و برخورد شایسته با دیگران و احساسات‌شان در موقعیت‌های اجتماعی است. مهارت‌های اجتماعی، یعنی اینکه بتوانیم بر احساسات خود کنترل داشته و متناسب با هر موقعیت پیش‌آمده به راحتی با دیگران ارتباط برقرار کرده، و هنگام شرکت در کارهای گروهی به جای نزاع با دیگران به مذاکره پرداخته، و با همکاری آن‌ها به نتایج بهتری دست یابیم (گلمن، ۱۳۸۹/۱۹۹۵).

تحقیقات فراوانی حاکی از ارتباط متقابل دو عامل تأثیرگذار خودکارآمدی و هوش هیجانی در موفقیت‌های فردی و اجتماعی در زندگی است. از جمله اینکه هوش هیجانی، توانایی برانگیختگی فرد، پایداری در مواقع شکست، کنترل انگیزه‌های ناگهانی، توانایی کارآمدی و اصرار ورزیدن و امیدواری را به همراه دارد (نوری ثمرین، ۱۳۹۵). کاهش واکنش تنیدگی افراد و تفسیر نادرست حالت‌های هیجانی در تغییر و اصلاح باورهای خودکارآمدی تأثیر دارند (جروسالم و کلاین هسلینگ^۵، ۲۰۰۹). مویرا و الیور^۶ (۲۰۰۸) دریافته‌اند که هوش هیجانی بالا با احساس خودکارآمدی، کنارآمدن با موقعیت استرس‌زا و ارزیابی این رویدادها به عنوان چالش و فرصتی برای یادگیری، نه تهدیدی برای امنیت، رابطه دارد. یافته‌های ویلیام^۷ و همکاران (۲۰۰۸) نشان داد که هوش هیجانی با

¹ Self-Control

² Self- Motivation

³ Social Consciousness

⁴ Social Skills

⁵ Jerusalem & Hess

⁶ Moyira & Oliver

⁷ William

خودکارآمدی و عملکرد بهتر در زمینه‌های خودتنظیمی، ابراز وجود، استقلال، هم‌دردی با دیگران، کنترل و خوش‌بینی رابطه دارد. افراد دارای هوش هیجانی بالاتر دارای قدرت سازگاری، احساس رضایت‌مندی و کارآمدی بیشتری هستند (قنبری طلب و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۴)

در سال‌های اخیر پژوهش‌های زیادی در زمینه رابطه بین هوش هیجانی و خودکارآمدی انجام شده است. یافته‌های پژوهش در این زمینه، به نتایج متفاوتی منجر شده است. غالب پژوهش‌ها رابطه هوش هیجانی و خودکارآمدی را بزرگ‌تر از ۰/۵ گزارش کرده‌اند (به‌عنوان مثال: قنبری طلب و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۴؛ احمدی، اقتصادی و ایزدی، ۱۳۹۳؛ بابایی، مقیمی، الیاسی و موحدیان، ۱۳۹۳؛ باباپورخیرالدین، ۱۳۸۹). تعدادی از پژوهش‌ها نیز همبستگی کوچک‌تر از ۰/۲ را گزارش کرده‌اند (محمدامینی وهمکاران، ۱۳۸۷؛ زندیه و امینی نصر، ۱۳۹۴). همچنین، مقادیر بسیار متفاوتی مانند پژوهش بابایی و همکاران (۱۳۹۳) ضریب همبستگی بسیار بزرگ ۰/۹ را گزارش کرده‌اند. علاوه بر این، یافته‌های پژوهش زندیه و امینی نصر (۱۳۹۴) که همبستگی بسیار پایین ۰/۱۲ را نشان داده‌اند درخور توجه است.

علاوه بر تفاوت در شدت ضرایب همبستگی، گاه در جهت این ضرایب نیز اختلافاتی وجود دارد. به‌عنوان مثال، رابطه خودانگیزی، از مؤلفه‌های هوش هیجانی، با خودکارآمدی در برخی از پژوهش‌ها (جلیل‌وند فرد و مرادی، ۱۳۹۶) به‌صورت مثبت (۰/۸۳) گزارش شده است، اما در برخی دیگر (امیری، ۱۳۹۱) به شکل منفی (۰/۰۶۶-) مشاهده شده است. همچنین، رابطه مؤلفه خودکنترلی با خودکارآمدی در پژوهش‌هایی از جمله جلیل‌وندفرد و مرادی (۱۳۹۶) به‌صورت مثبت معنادار (۰/۷۲)، اما در پژوهشی دیگر (سلیمانی و علی‌بیگی، ۱۳۸۸) به‌صورت منفی و غیرمعنادار (۰/۰۵-) گزارش شده است. همین‌طور، در برخی از پژوهش‌ها از جمله بخشنده (۱۳۹۰) رابطه مؤلفه مهارت‌های اجتماعی با خودکارآمدی بسیار بالا و معنی‌دار (۰/۶۳) گزارش شده است، ولی در برخی دیگر مانند مطالعه سلیمانی و علی‌بیگی (۱۳۸۸) این رابطه به‌صورت منفی و غیرمعنی‌دار (۰/۰۱-) مشاهده شده است. در همین راستا، جلیل‌وندفرد و مرادی (۱۳۹۶) نیز برای مؤلفه همدلی در تحقیق خود همبستگی بالا و معنی‌داری (۰/۸۱) را گزارش کرده‌اند. این درحالی است که نورین ثمرین (۱۳۹۵) به این نتیجه رسیده است که بین این متغیرها همبستگی بسیار پایین و غیرمعنی‌داری (۰/۰۵) وجود دارد.

با توجه به تنوع پژوهش‌های این حوزه و وجود نتایج متفاوت در بررسی‌های مربوط به رابطه بین هوش هیجانی و خودکارآمدی، برای حل تناقضات مربوط به یافته‌ها و نتیجه‌گیری کلی از این یافته‌ها، لازم است این نتایج جمع‌بندی و خلاصه شوند. یکی از شیوه‌های دقیق و کمی دسته‌بندی

یافته‌های پژوهش‌ها، روش فراتحلیل^۱ است. بنابراین، با توجه به یافته‌های تحقیقاتی و نتایج بعضاً متفاوت در خصوص میزان رابطه متغیرهای پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد که انجام یک فراتحلیل به روشن ساختن میزان واقعی همبستگی بین این متغیرها کمک خواهد کرد.

از این رو، با توجه به مبانی نظری و تجربی بحث شده هدف از انجام این پژوهش، اجرای یک فراتحلیل در زمینه رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی است. از طرفی با عنایت به مطالعه مبانی نظری تحقیقات در این حوزه مشخص شد که در پژوهش‌های انجام شده اغلب از رویکرد گلمن (۱۹۹۵) به عنوان چارچوب نظری استفاده شده است، بنابراین، در این فراتحلیل، هوش هیجانی در این دیدگاه لحاظ شده است.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، فراتحلیل است. با توجه به اینکه فراتحلیل حاضر در برگیرنده پژوهش‌های اولیه‌ای از نوع روش تحقیق همبستگی بود، از خانواده I² و ضریب همبستگی پیرسون به عنوان شاخص I² استفاده شد.

ملاک‌های ورود و خروج مطالعات

ملاک‌های ورود و خروج مطالعات به فراتحلیل در این پژوهش به این صورت هستند:
ملاک‌های ورود: تحقیقات انجام شده بین سال‌های ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۶؛ مقاله‌ها و پژوهش‌هایی که با روش همبستگی به بررسی رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن (خودآگاهی-خودکنترلی-مهارت‌های اجتماعی-همدلی و خودانگیزی) با خودکارآمدی پرداخته بودند. پژوهش‌ها باید داده‌های کافی را برای محاسبه اندازه اثر (یا به صورت کلی و یا زیرمؤلفه‌ها) گزارش کرده باشند، به صورت مقاله کامل از طریق آنلاین چاپ شده، یا در آرشیو کتابخانه‌ها در دسترس باشند، و در سطح کارشناسی ارشد و یا دکتری انجام شده باشند، و در نهایت اینکه پژوهش‌ها در ایران و به زبان فارسی منتشر شده باشند.

ملاک‌های خروج: پژوهش‌هایی که یکی از اطلاعات لازم برای محاسبه اندازه اثر را گزارش نکرده باشند؛ پژوهش‌هایی که با روش آزمایشی و اثربخشی ارائه شده باشند؛ پژوهش‌هایی که از کفایت لازم برخوردار نباشند یا دارای ضعف‌های روش‌شناختی جدی باشند.

^۱ Meta analysis

راهبردهای جستجو

تعیین کلیدواژه‌ها: در این فراتحلیل به منظور انتخاب پژوهش‌های اولیه، ابتدا کلیدواژه‌های معتبر بر اساس مرور پیشینه پژوهشی به منظور استفاده در جستجوهای اولیه تعیین شدند. در این تحقیق کلیدواژه‌ها برای متغیر مستقل عبارت بودند از: هوش هیجانی، خودآگاهی، آگاهی از خود، خودکنترلی، مدیریت خود، مهارت‌های اجتماعی، مدیریت رابطه، همدلی، آگاهی اجتماعی، خودانگیزی، خودانگیزگی و برای متغیر وابسته نیز کلیدواژه‌های خودکارآمدی، کارآمدی و کارایی جستجو شدند.

تعیین چارچوب نمونه‌گیری: با توجه به گستردگی جامعه آماری پژوهش که شامل کلیه مطالعات انجام شده در ایران در حوزه مورد پژوهش بوده و محدودیت‌های پژوهشی که برای محقق وجود دارد، ضروری است که یک چارچوب نمونه‌گیری برای انتخاب مطالعات مورد نظر انتخاب شود. براین اساس، جهت تعیین نمونه آماری پژوهش حاضر، چارچوب نمونه‌گیری زیر تعریف شد: پژوهش‌هایی که در بانک‌های رایانه‌ای در دسترس بوده که شامل پایان‌نامه‌های ارشد، مقالات علمی پژوهشی، مقالات کنفرانس‌های علمی به زبان فارسی در داخل کشور از پایگاه‌های اطلاعاتی: سایت جهاد دانشگاهی، ایران داک، نورمگز، پورتال علوم انسانی و همچنین سیویلیکا هستند. نتایج این جستجوها از میان بیش از ۶۰ مقاله، براساس ملاک‌های ورود و خروج در نهایت منجر به شناسایی ۲۲ تحقیق با ۵۴ اندازه اثر شد. در ضمن جامعه آماری تحقیقات اولیه شامل: دانش‌آموزان، دانشجویان، معلمان، اساتید دانشگاه، پرستاران، کارمندان، مدیران، ورزشکاران و مربیان ورزشی بودند.

ابزار گردآوری اطلاعات

در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات، از چک لیست مشخصات طرح‌های پژوهشی که توسط مصرآبادی (۱۳۹۵، ص ۱۶۹) طراحی شده است، استفاده شد. با توجه به اینکه در مطالعات فراتحلیل، واحد تجزیه و تحلیل، گزارش نهایی پژوهش‌های انجام شده در زمینه موضوع مورد بررسی است، از این فرم به منظور ثبت اطلاعات پژوهش‌های اولیه استفاده می‌شود، که شامل این موارد است: عنوان پژوهش، نام پژوهشگر(ان)، نوع اثر(مقاله-پایان نامه- طرح)، سال انجام پژوهش، محل اجرای پژوهش، متغیرهای مستقل و وابسته و تعریف‌های عملیاتی آنها، جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری، روش پژوهش، ابزارهای مورد استفاده، روایی و پایایی ابزارها، فرضیه‌ها یا سؤال‌های پژوهش، آماره‌ها یا مقادیر آزمون‌های آماری لازم جهت محاسبه اندازه اثر. در نهایت، چک لیست‌های تکمیل شده به صورت یک دفترچه کدگذاری شده دسته‌بندی گردید.

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

جهت بررسی و تجزیه و تحلیل پژوهش‌های اولیه، از اندازه اثر تحقیقات اولیه به روش پیرسون-اندازه اثر ترکیبی با دو مدل اثرات ثابت و تصادفی-نمودار کیفی-تحلیل حساسیت-آزمون همگنی-مجذور $I^2 - Q$ کوکران و آماره تعداد امن از تخریب (N-fs) استفاده شد. برای محاسبه اندازه اثر و فعالیت‌های آماری بعدی در ارتباط با ترکیب نتایج از نرم افزار CMA^1 ویرایش ۲ استفاده شد.

یافته‌ها

در جدول ۱، اطلاعات عمومی مربوط به ۲۲ پژوهش اولیه که از یافته‌های آنها در فرا تحلیل استفاده شده، ارائه شده است. این پژوهش‌ها به روش همبستگی، به بررسی رابطه‌ی هوش هیجانی با خودکارآمدی پرداخته بودند. لازم به ذکر است که برخی از پژوهش‌ها تنها همبستگی کلی هوش هیجانی و برخی دیگر مؤلفه‌های پنج گانه و برخی چند تا از مؤلفه‌ها را گزارش کرده‌اند.

جدول ۱. اطلاعات عمومی مربوط به پژوهش‌های اولیه

ردیف	نویسنده‌گان	سال انتشار	حجم نمونه	اندازه اثر
۱	نوری ثمرین	۱۳۹۵	۳۴۰	۰/۱۷ (خودآگاهی) ۰/۲۱ (خودکنترلی) ۰/۱۲ (مهارت‌های اجتماعی)
۲	بیک زاد و همکاران	۱۳۹۱	۲۳۸	۰/۳۵ (خودآگاهی) ۰/۳۳ (مهارت‌های اجتماعی)
۳	قنبری طلب و شیخ‌الاسلامی	۱۳۹۴	۱۹۰	۰/۵۳ (همبستگی کلی)
۴	محمدامینی و همکاران	۱۳۸۷	۲۴۹	۰/۲۰ (همبستگی کلی)
۵	رستمی و همکاران	۱۳۸۹	۲۹۶	۰/۴۸ (همبستگی کلی)
۶	درویش و همکاران	۱۳۹۰	۱۰۰	۰/۳۰ (همبستگی کلی)
۷	سلیمانی و علی بیگی	۱۳۸۸	۸۳	۰/۱۸ (خودآگاهی) -۰/۰۵ (خودکنترلی) -۰/۰۰۱ (مهارت‌های اجتماعی)
۸	صیادی و همکاران	۱۳۹۵	۱۲۷	۰/۳۱ (خودآگاهی) ۰/۱۳ (خودکنترلی) ۰/۴۵ (مهارت‌های اجتماعی)

¹ Comprehensive meta-analysis

۰/۳۶ (همدلی)	۰/۵۲ (همبستگی کلی)	۱۱۲	۱۳۹۳	احمدی و همکاران	۹			
۰/۳۶	۰/۳۰ (همبستگی کلی)	۳۷۳	۱۳۹۶	هاشمی نسب و همکاران	۱۰			
۰/۳۶ (مهارت‌های اجتماعی)	۰/۳۱ (خودکنترلی)	۰/۳۱ (خودآگاهی)	۸۶	۱۳۹۵	برخورداری احمدآبادی و همکاران	۱۱		
۰/۵۶	۰/۱۷ (همدلی)	۰/۸۱	۲۴۲	۱۳۹۶	جلیل‌وندفرد و مرادی*	۱۲		
۰/۵۶ (مهارت‌های اجتماعی)	۰/۷۲ (خودکنترلی)	۰/۸۱ (خودآگاهی)	۰/۸۱ (همدلی)	۰/۸۳ (خودانگیزی)	۸۰	۱۳۹۶	شمالی احمدآبادی و همکاران	۱۳
۰/۴۵ (همبستگی کلی)	۰/۳۴ (همبستگی کلی)	۶۰	۱۳۹۵	رزمی سوها و همکاران	۱۴			
۰/۴۵ (همبستگی کلی)	۰/۱۲ (همبستگی کلی)	۳۰۰	۱۳۹۴	زندیه و امینی نصر	۱۵			
۰/۹۰ (همبستگی کلی)	۰/۱۴	۲۳۸	۱۳۹۳	بابایی و همکاران*	۱۶			
۰/۱۰	۰/۲۳ (خودکنترلی)	۰/۱۴ (خودآگاهی)	۳۸۰	۱۳۹۰	افشار جهانشاهی	۱۷		
۰/۱۰ (مهارت‌های اجتماعی)	۰/۰۷۷ (خودانگیزی)	۰/۱۹۱ (همدلی)	۰/۶۵	۲۴۰	۱۳۹۰	بخشنده	۱۸	
۰/۶۳	۰/۵۷ (خودکنترلی)	۰/۶۴ (همدلی)	۰/۶۰ (همبستگی کلی)	۳۸۴	۱۳۸۹	باباپور خیرالدین	۱۹	
۰/۶۳ (مهارت‌های اجتماعی)	۰/۴۵ (همبستگی کلی)	۲۲۵	۱۳۹۴	براری و جمشیدی	۲۰			
۰/۴۲ (همبستگی کلی)	۰/۴۲ (همبستگی کلی)	۲۴۶	۱۳۹۵	قنبری و سلطانزاده	۲۱			
۰/۳۵	۰/۳۳ (خودکنترلی)	۰/۵۸ (خودآگاهی)	۳۰۰	۱۳۹۱	امیری	۲۲		
۰/۳۵ (مهارت‌های اجتماعی)	۰/۰۷ - (خودانگیزی)	۰/۴۳ (همدلی)						

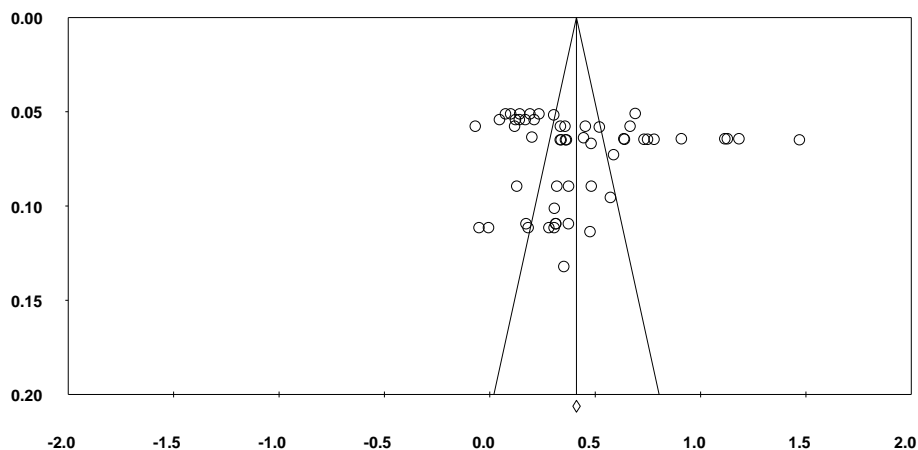
* مطالعاتی که دارای تورش انتشار هستند و در ادامه تحلیل از جریان فراتحلیل خارج شدند.

یکی از پیش فرض‌های اصلی فراتحلیل، نبود سوگیری انتشار^۱ است، قبل از بررسی نتایج ابتدا یافته‌های مربوط به بررسی این پیش فرض ارائه می‌شود. در این فراتحلیل برای بررسی تورش انتشار از دو شیوه گرافیکی (نمودار قیفی^۲) و یک شاخص آماری (تعداد امن از تخریب^۳) استفاده شد.

¹ Publication Bias

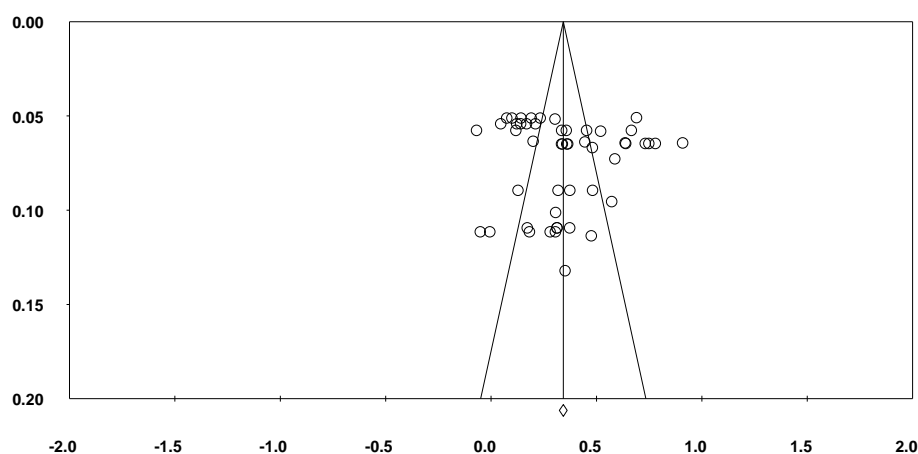
² Funnel plot

³ Safe of fail statistic



شکل ۱. نمودار کیفی سوگیری انتشار قبل از تحلیل حساسیت

با مشاهده شکل ۱ مشخص شد که تعدادی از پژوهش‌ها دارای اندازه‌های اثر نامتعارف و پرت هستند و همین‌ها نمودار را نامتقارن ساخته‌اند. با حذف ۴ اندازه اثر (آنهایی که مقادیر Z فیشر بزرگتر از ۱ دارند) نمودار کیفی شکل ۲ حاصل شد که نسبت به شکل ۱ متقارن‌تر است.



شکل ۲. نمودار کیفی سوگیری انتشار بعد از تحلیل حساسیت

همچنین بر اساس شاخص تعداد امن از تخریب پس از ورود ۶۴۵۹ اندازه اثر غیرمعنی‌دار به فرا تحلیل اندازه اثر ترکیبی محاسبه شده غیرمعنی‌دار است. بنابراین با حذف ۴ اندازه اثر افراطی از ۵۴ اندازه اثر اولیه، تعداد ۵۰ اندازه اثر باقی ماند و در تحلیل‌های بعدی فقط از این اندازه اثر

استفاده شد. در جدول ۱، مطالعاتی که دارای تورش انتشار بودند و از جریان فراتحلیل خارج شدند، با علامت ستاره (*) مشخص شده اند. با توجه به اینکه هدف اصلی هر فراتحلیل، ترکیب شاخص‌های عددی پژوهش‌های اولیه در قالب یک شاخص کلی است، در جدول ۲ اندازه‌های اثر ترکیبی یا خلاصه بر اساس دو مدل ثابت و تصادفی برای ۵۰ اندازه اثر ارائه شده است.

جدول ۲. اندازه‌های اثر ترکیبی اثرات ثابت و تصادفی مربوط به رابطه هوش هیجانی با خودکارآمدی

مدل	تعداد اندازه اثر	اندازه اثر ترکیبی	خطای معیار		فاصله اطمینان ۰/۹۵	مقدار Z	مقدار p
			حد پایین	حد بالا			
ثابت	۵۰	۰/۳۳	۰/۰۱	۰/۳۱	۰/۳۵	۳۶/۲۹	۰/۰۰۱
تصادفی	۵۰	۰/۳۴	۰/۰۱	۰/۲۸	۰/۳۹	۱۰/۳۰	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود در این فراتحلیل برای مدل‌های ثابت و تصادفی، اندازه‌های اثر ترکیبی حاصل از ۵۰ اندازه اثر به ترتیب برابر با ۰/۳۳ و ۰/۳۴ به دست آمد که هر دوی آنها از لحاظ آماری معنی‌دار هستند ($p \leq 0/001$).

نتایج بررسی ناهمگنی اندازه‌های اثر در بین پژوهش‌های اولیه بر اساس شاخص Q کوکران نشان داد که مقدار شاخص Q برابر با ۶۱۳/۶۵ است که از لحاظ آماری معنی‌دار است ($p \leq 0/001$) و نشانگر تفاوت واقعی بین اندازه‌های اثر پژوهش‌های اولیه است. با توجه به محدودیت $df=49$ و شاخص Q از لحاظ معنی‌داری، از مجذور I استفاده شد. نتایج مجذور I نشان داد که ۹۲/۰۲ درصد از پراکنش موجود در نتایج پژوهش‌های اولیه واقعی و ناشی از وجود متغیرهای تعدیل‌کننده است که بر طبق معیار هیجینز، تامپسون، دیکس و آلمن (۲۰۰۳) نشان دهنده ناهمگنی بالا در پژوهش‌های اولیه است. بر اساس هر دو شاخص ناهمگنی، مشخص شد که متغیرهای تعدیل‌کننده در روابط بین هوش هیجانی و خودکارآمدی نقش معنی‌داری دارند، بنابراین مدل تصادفی به عنوان مدل فراتحلیل انتخاب شد. همچنین اندازه اثر ترکیبی همان مقدار ۰/۳۴ در نظر گرفته شد، که طبق ملاک کوهن (۱۹۷۷) جزو اندازه‌های اثر متوسط به بالا است.

نکته حائز اهمیت این است که به خاطر کم بودن پیشینه پژوهشی در ارتباط با بررسی نقش متغیرهای تعدیل‌کننده در ارتباط با این فراتحلیل، پژوهشگران خود ۴ نوع متغیر تعدیل‌کننده گسسته و پیوسته را از بطن تحقیقات استخراج کردند که نتایج آن در ادامه آمده است.

تحلیل متغیرهای تعدیل کننده گسسته

در این فرا تحلیل دو نوع متغیر تعدیل کننده گسسته (مؤلفه‌های هوش هیجانی - جامعه آماری تحقیقات اولیه) در ارتباط بین هوش هیجانی و خودکارآمدی بررسی شدند:

۱- مؤلفه‌های هوش هیجانی

همان‌طور که در جدول ۳ آمده است، مشخص شد که از میزان شاخص Q کوکران (۶۱۳/۶۵) برای تبیین ناهمگنی مقدار ۹۹/۷۲ توسط متغیرهای پیش‌آیند چندگانه (مؤلفه‌های هوش هیجانی) تبیین می‌شود و این تفاوت معنی‌دار است ($p \leq 0/001$). همچنین در کل، مؤلفه‌های خودکنترلی و خودآگاهی هر کدام با میزان اندازه اثر ۰/۳۶، بیشترین رابطه را با خودکارآمدی دارند. بعد از خودکنترلی و خودآگاهی، به ترتیب مهارت‌های اجتماعی، همدلی و خودانگیزی بیشترین اندازه اثر را با خودکارآمدی نشان دادند.

جدول ۳. تحلیل متغیرهای پیش‌آیند چندگانه هوش هیجانی با خودکارآمدی

مؤلفه	تعداد اندازه اثر	اندازه اثر خلاصه
هوش هیجانی کلی	۱۲	۰/۴۰
خودکنترلی	۹	۰/۳۶
خودآگاهی	۸	۰/۳۶
مهارت‌های اجتماعی	۹	۰/۳۳
همدلی	۸	۰/۳۱
خودانگیزی	۴	۰/۰۸

۲- جامعه آماری تحقیقات اولیه

نقش جامعه آماری تحقیقات اولیه به عنوان متغیر تعدیل کننده گسسته در رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌هایش با خودکارآمدی نشان داد که از ناهمگنی کل (۶۱۳/۶۵) ۵۶/۲۱ از آن توسط این متغیر تعدیل کننده تبیین می‌شود. همچنین میزان اندازه اثر خلاصه جامعه‌های آماری تحقیقات اولیه در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴. میزان اندازه اثرهای خلاصه جامعه آماری تحقیقات اولیه

در ارتباط بین هوش هیجانی با خودکارآمدی

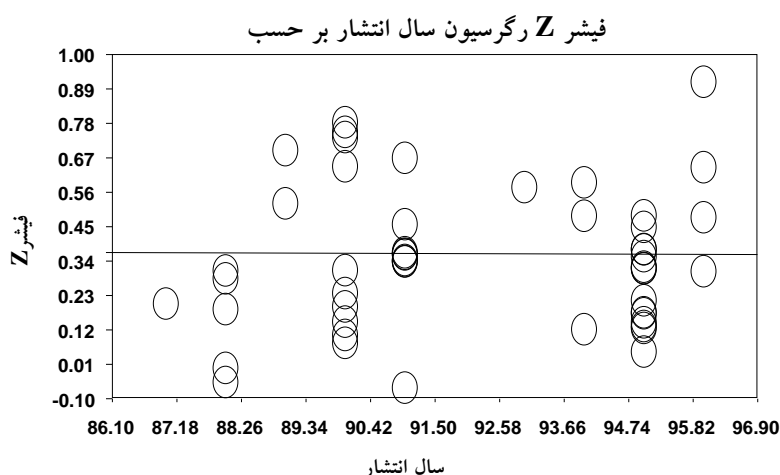
جامعه آماری	تعداد اندازه اثر	اندازه اثر خلاصه
دانشجویان	۲۲	۰/۳۲
معلمان	۹	۰/۴۳
مدیران	۹	۰/۲۸
ورزش‌کاران	۴	۰/۳۲

۰/۲۸	۳	دانش‌آموزان
۰/۵۲	۱	کارمندان
۰/۳۰	۱	پرستاران
۰/۱۲	۱	استادان

همان‌طور که در جدول ۴ آمده است، از بین انواع مختلف جامعه‌های آماری بررسی شده در این پژوهش، به ترتیب جامعه آماری کارمندان با اندازه اثر ۰/۵۲، معلمان با اندازه اثر ۰/۴۳، دانشجویان و ورزش‌کاران هر کدام با اندازه اثر ۰/۳۲، پرستاران با اندازه اثر ۰/۳۰، مدیران و دانش‌آموزان هر کدام با اندازه اثر ۰/۲۸ و جامعه استادان با اندازه اثر ۰/۱۲، بیشترین اندازه‌های اثر را با خودکارآمدی نشان دادند.

تحلیل متغیرهای تعدیل‌کننده پیوسته (فرا رگرسیون)^۱

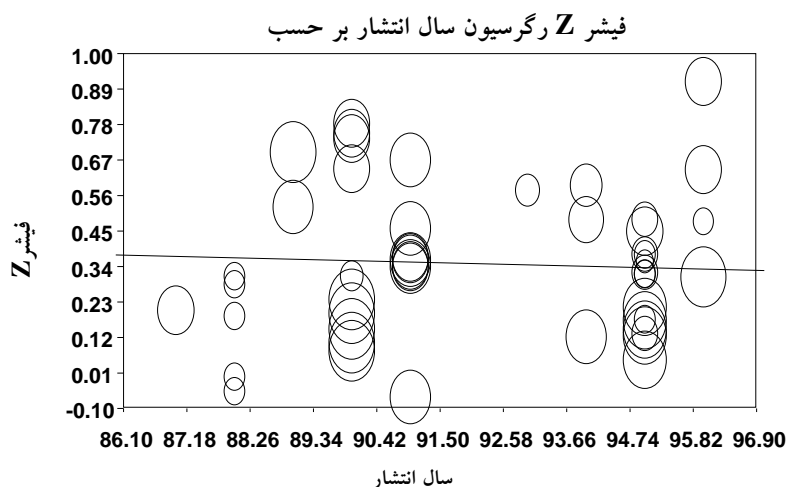
در این فراتحلیل دو نوع متغیر تعدیل‌کننده پیوسته (سال انتشار- حجم نمونه) در ارتباط بین هوش هیجانی و خودکارآمدی بررسی شدند که در ادامه به آنها اشاره می‌شود.



شکل ۳. نمودار پراکنش رگرسیون سال انتشار، بدون وزندهی به اندازه‌های اثر

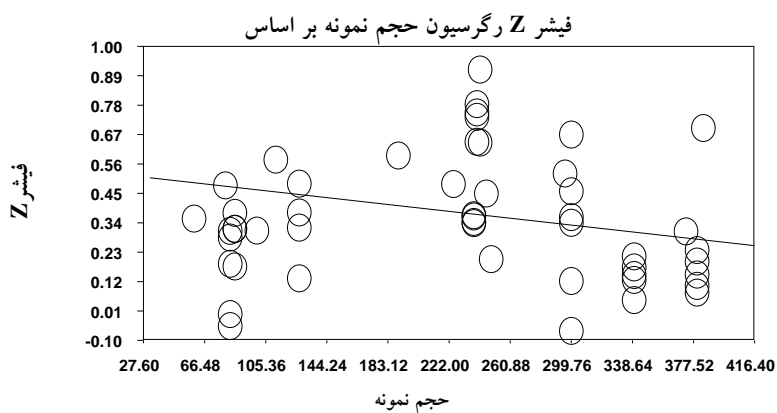
در شکل ۳، در محور Y اندازه‌های اثر به عنوان متغیر ملاک و در محور X سال انتشار به عنوان متغیر پیش بین ارائه شده و دایره‌ها نشان دهنده اندازه‌های اثر مشاهده شده در تحقیقات اولیه هستند. همچنین این شکل، یک خط رگرسیون با شیب بسیار کم منفی را نشان می‌دهد که با افزایش سال انتشار تحقیقات، از میزان اندازه‌های اثر در مطالعات اولیه به میزان بسیار کمی کاسته می‌شود؛ به کلام دیگر، میانگین اندازه‌های اثر تحقیقات در طول سالیان گذشته تقریباً به یک میزان بوده است.

^۱ Meta Regression

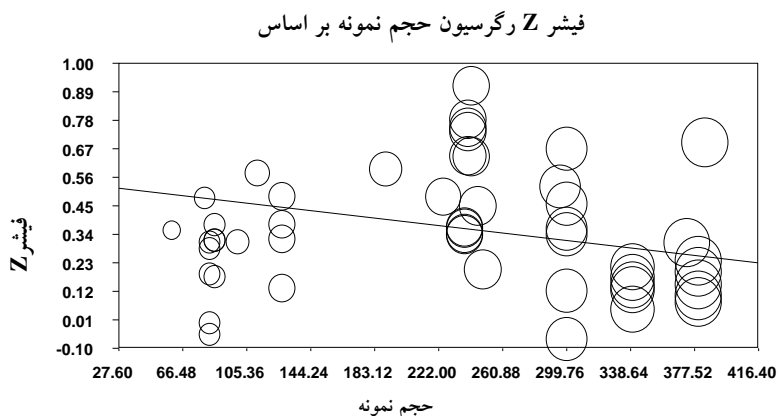


شکل ۴. نمودار پراکنش رگرسیون سال انتشار، با وزن اندازه‌های اثر

در شکل ۴، وزن هر کدام از تحقیقات اولیه در اندازه دایره‌ها منعکس شده است. این نمودار نشان می‌دهد که کدام مطالعه بیشترین تأثیر را روی شیب خط رگرسیون دارد. تحقیقات با حجم نمونه بزرگتر، دایره‌های بزرگتری را نسبت به تحقیقات اولیه با حجم نمونه اندک دارند. تحلیل فرارگرسیون در نرم افزار نشان داد که شیب خط یا ضریب رگرسیون برای سال انتشار برابر با $-0/003$ است که این مقدار معنی دار نیست؛ به کلام دیگر، به ازای یک واحد افزایش به میانگین سال انتشار تحقیقات اولیه، از اندازه اثر $0/003$ کاسته می‌شود. با توجه به نتیجه این فرارگرسیون می‌توان استنباط کرد که سال انتشار تحقیقات اولیه به عنوان متغیر تعدیل‌کننده تأثیر معنی‌داری بر اندازه‌های اثر در تحقیقات اولیه نداشته و همچنین سهم اندکی بر اندازه‌های اثر و همچنین در تبیین ناهمگنی تحقیقات اولیه دارد، چرا که از ناهمگنی کل (۶۱۳/۶۵) تنها $0/۷۷$ مقدار از آن را تبیین می‌کند.



شکل ۵. نمودار پراکنش رگرسیون حجم نمونه، بدون وزن دهی به اندازه‌های اثر در شکل ۵، در محور Y اندازه‌های اثر به عنوان متغیر ملاک و در محور X حجم نمونه به عنوان متغیر پیش‌بین ارائه شده و دایره‌ها نشان دهنده اندازه‌های اثر مشاهده شده در تحقیقات اولیه هستند. همچنین این شکل، یک خط رگرسیون با شیب کم منفی را نشان می‌دهد که با افزایش حجم نمونه تحقیقات، از میزان اندازه‌های اثر در مطالعات اولیه کاسته می‌شود.



شکل ۶. نمودار پراکنش رگرسیون حجم نمونه، با وزن در شکل ۶ نیز مانند شکل ۵، وزن هر کدام از تحقیقات اولیه در اندازه‌ی دایره‌ها منعکس شده است. این نمودار نشان می‌دهد که کدام مطالعه بیشترین تأثیر را روی شیب خط رگرسیون دارد. تحقیقات با حجم نمونه بزرگتر، دایره‌های بزرگتری را نسبت به تحقیقات اولیه با حجم نمونه اندک دارند.

تحلیل فرارگرسیون در نرم افزار نشان داد که شیب خط یا ضریب رگرسیون برای حجم نمونه برابر با $-0/001$ است که این مقدار معنی‌دار است ($p \leq 0/001$)؛ به کلام دیگر، به ازای یک واحد افزایش به میانگین حجم نمونه تحقیقات اولیه، از اندازه اثر $0/001$ کاسته می‌شود. با توجه به نتیجه

این فرارگریسیون می‌توان استنباط کرد که حجم نمونه تحقیقات اولیه به عنوان متغیر تعدیل‌کننده تأثیر معنی‌داری بر اندازه‌های اثر در تحقیقات اولیه دارد. اما باید دقت کرد که حجم نمونه به عنوان متغیر تعدیل‌کننده پیوسته، سهم اندکی بر اندازه‌های اثر و همچنین در تبیین ناهمگنی تحقیقات اولیه دارد، چرا که از ناهمگنی کل (۶۱۳/۶۵) تنها ۳۸/۰۳ مقدار از آن را تبیین می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

این فرا تحلیل با هدف ترکیب مطالعات انجام شده در حوزه رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با خودکارآمدی در داخل کشور انجام شد. پس از بررسی ملاک‌های ورود و خروج مطالعات اولیه، در نهایت تعداد ۲۲ مطالعه که شرایط انجام فرا تحلیل روی آن‌ها وجود داشت، انتخاب شدند. از این مطالعات تعداد ۵۴ اندازه اثر به دست آمد که پس از تحلیل حساسیت و با حذف اندازه‌های اثر پرت، تعداد ۵۰ اندازه اثر باقی ماند که در تحلیل‌ها از آنها استفاده شد. اندازه اثر خلاصه این تحقیق از طریق مدل اثرات تصادفی به میزان ($E=0/34$) بود که طبق ملاک کوهن در حد متوسط به بالاست و لزوم آموزش هوش هیجانی افراد برای ارتقای خودکارآمدی آنان را می‌رساند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد با هوش هیجانی بالا در مواجهه با وقایع استرس‌زا، از توان مقابله‌ای مؤثرتری برخوردارند، زیرا هیجانات خود را دقیق‌تر درک، ارزیابی و کنترل کرده و می‌توانند حالات خلقی خود را به‌طور مؤثرتری مدیریت کرده و در شرایط سخت، از تضعیف خودکارآمدی جلوگیری کنند.

علاوه بر این، طبق ملاک کوهن (۱۹۷۷) میزان اندازه اثرهای خلاصه چهارمؤلفه هوش هیجانی (به جز خودانگیزی) با خودکارآمدی همبستگی متوسط به بالا را نشان داد. همان‌گونه که بیان شده، هوش هیجانی شامل مجموعه‌ای از مهارت‌های به هم پیوسته‌ای است که در ادراک دقیق، ارزیابی و ابراز هیجان‌ها، دسترسی یا ایجاد احساسات، توانایی فهم هیجان‌ها و دانش هیجانی و توانایی تنظیم هیجان‌ها موثر هستند. از طرفی، گفته شد که باورهای خودکارآمدی بر طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات، سلامت هیجانی، تصمیم‌گیری، مقابله با استرس و افسردگی تأثیر می‌گذارد. از این رو، این دو سازه قادرند توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش دهند. بنابراین هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن به استثنای خودانگیزی، توانایی پیش‌بینی‌کنندگی بالای خودکارآمدی را داشته، و لزوم آموزش هوش هیجانی برای ارتقای خودکارآمدی افراد به شدت احساس می‌شود.

اما اندازه اثر خلاصه مؤلفه خودانگیزی به میزان بسیار کم ۰/۰۸ و معنی‌دار بود. دلیل آن شاید این باشد که علی‌رغم اینکه خودانگیزی از طریق پشتکار فرد موجب موفقیت و تقویت

خودکارآمدی می شود، اما آرمان‌گرایی و پافشاری بر اموری که خارج از توان فرد است، منجر به شکست و در نهایت موجب تضعیف خودکارآمدی فرد می‌شود.

همچنین، از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، مؤلفه‌های خودکنترلی و خودآگاهی هرکدام بیشترین میزان اندازه اثر را با خودکارآمدی داشتند (۰/۳۶). از آنجاکه از خودآگاهی می‌توان برای ارتقای درک و فهم، تصمیم‌گیری، واقع‌بینی، اعتماد به نفس و شناخت نقاط قوت و ضعف بهره برد و نیز مهارت خودکنترلی موجب اجتناب فرد از هیجانات منفی مانند اضطراب و ناامیدی می‌شود، فرد را در برابر فراز و نشیب‌های زندگی کمتر آسیب‌پذیر ساخته و یا به سرعت فرد می‌تواند از موقعیت ناراحت‌کننده به شرایط مطلوب بازگردد، از این رو، با چنین مهارت‌هایی می‌توان از تضعیف خودکارآمدی پیشگیری کرد.

از آنجا که پژوهش مدونتی در رابطه با موضوع این فراتحلیل یافت نشد که بتوان نتایج این تحقیق را با آن مقایسه کرد، طبق تحلیل‌های ناهمگنی این پژوهش مشخص شد که در رابطه دو متغیر هوش هیجانی و خودکارآمدی، متغیرهای تعدیل‌کننده‌ای وجود دارند که بر رابطه بین این دو متغیر تأثیر دارند. ناهمگنی بین اندازه‌های اثر مطالعات اولیه می‌تواند ناشی از این موضوع باشد که تعاریف عملیاتی متغیرهای مستقل و وابسته و حجم نمونه در پژوهش‌های مختلف متفاوت بوده است، و اگر آزمودنی‌ها در مطالعات مختلف به گونه و سببی متفاوت باشند، نتایج حاصل از آنها نیز ممکن است باهم متفاوت باشد. به همین دلیل نقش جامعه آماری تحقیقات اولیه به عنوان آزمودنی‌ها و همچنین نقش تعدیل‌کنندگی مؤلفه‌های هوش هیجانی به عنوان متغیرهای تعدیل‌کننده گسسته و کیفی، و نقش سال انتشار تحقیقات اولیه و حجم نمونه آن تحقیقات به عنوان متغیرهای تعدیل‌کننده پیوسته و کمی به عنوان تحلیل فرارگرسیون بررسی شد.

در مورد نقش جامعه آماری تحقیقات اولیه، انواع آزمودنی‌ها وجود داشتند و نتایج نشان دادند که در همه انواع آزمودنی‌ها رابطه مثبت و معنی‌داری بین هوش هیجانی و خودکارآمدی وجود دارد ($p \leq 0/001$). بنابراین آموزش هوش هیجانی در ارتقای خودکارآمدی انواع مختلف افراد مخصوصاً دانشجویان، معلمان، مدیران، ورزش‌کاران و دانش‌آموزان تأثیر بسزایی دارد.

همچنین، تحلیل فرارگرسیون نشان داد که سال انتشار تحقیقات اولیه به عنوان متغیر تعدیل‌کننده پیوسته تأثیر معنی‌داری بر اندازه‌های اثر در تحقیقات اولیه ندارد، اما حجم نمونه تأثیر معنی‌داری دارد ($p \leq 0/001$). ضریب همبستگی حجم نمونه و سال انتشار به ترتیب ۰/۰۱- و ۰/۰۳- به دست آمد که نشان‌دهنده سهم بسیار اندک این دو متغیر تعدیل‌کننده بر اندازه‌های اثر است. به کلام دیگر، به طور میانگین با افزایش حجم نمونه تحقیقات اولیه، از میزان اندازه‌های اثر به میزان بسیار ناچیزی کاسته شده است، که این مقدار بسیار ناچیز اغماض‌شدنی بوده و نیازی به تبیین ندارد.

بر اساس این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که آموزش هوش هیجانی قادر است به نحو مثبت و معنی‌داری منجر به ارتقای خودکارآمدی تمام اقشار جامعه شود، از این رو پیشنهاد می‌شود که در این زمینه برنامه‌های آموزشی تدوین و اجرا شود.

علی‌رغم نتایج به دست آمده، این پژوهش با محدودیت‌هایی هم‌رو به رو بوده است. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به این موارد اشاره کرد: ۱- برخی از تحقیقات اولیه تنها همبستگی هوش هیجانی کل و برخی دیگر مؤلفه‌های هوش هیجانی را گزارش کرده‌اند؛ ۳- این تحقیق تنها به روش تحقیقی همبستگی پرداخته است؛ ۴- کامل گزارش نشدن اطلاعات روش‌شناسی در برخی از پژوهش‌ها به صورتی که امکان مشخص کردن متغیرهای تعدیل‌کننده را به صورت دقیق‌تری فراهم آورد؛ ۵- این فراتحلیل محدود به داخل کشور و منحصر به زبان فارسی بود، و ۶- تنها به تحقیقات در دسترس چاپی و الکترونیکی اکتفا شد و تحقیقات کتابخانه‌ای بررسی نشد.

منابع

الف: فارسی

- احمدی، عباداله، اقتصادی، سعیده و ایزدی، احمد. (۱۳۹۳). بررسی رابطه هوش هیجانی و کیفیت زندگی کاری با خودکارآمدی کارکنان آموزش و پرورش ناحیه ۳ شیراز. فصلنامه نوآوری‌های مدیریت آموزشی، ۹ (۲)، ۵۹-۴۴.
- اصغرنژاد، طاهره، احمدی، محمد، قطب‌الدینی فرزاد، ولی‌الله و خداپناهی، محمدکریم. (۱۳۸۵). مطالعه ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خودکارآمدی شرر، مجله روان‌شناسی، ۱۰ (۲)، ۲۶۲-۲۷۴.
- افشارجهانشاهی، رضا. (۱۳۹۰). رابطه بین هوش هیجانی و مهارت‌های مقابله‌ای بر خودکارآمدی دانشجویان پیام نور شهرستان سیرجان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد مرودشت.
- امیری، مسلم. (۱۳۹۱). رابطه هوش هیجانی و خودکارآمدی با رضایت شغلی معلمان دبیرستان‌های شهر کرمانشاه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید رجایی تهران.
- باباپورخیرالدین، جلیل. (۱۳۸۹). رابطه هوش هیجانی و احساس خستگی دانشجویان با واسطه‌گری خوش‌بینی، خودکارآمدی، اضطراب و افسردگی. مجله روان‌شناسی، ۱۴ (۲)، ۱۴۱-۱۳۱.
- بابایی، کلیم‌اله، مقیمی، معصومه، مقیمی، فاطمه، الیاسی، فرنگیس و موحدیان، سیدکمال. (۱۳۹۳). رابطه هوش هیجانی با خودکارآمدی و شادکامی در دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهراصفهان. ارائه شده در کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی و مطالعات رفتاری.
- بخشنده، سمیه. (۱۳۹۰). مقایسه تاثیر هوش هیجانی و گرایش به تعادل در خودکارآمدی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی.
- براری، رضا و جمشیدی، لاله. (۱۳۹۴). نقش میانجی خودکارآمدی معلمان در رابطه بین هوش هیجانی و فرسودگی شغلی معلمان ابتدایی. فصلنامه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۶ (۴)، ۲۰۰-۱۷۷.
- برخورداری احمدآبادی، عاطفه، اخوت، علی محمد و شمالی احمدآبادی، مهدی. (۱۳۹۵). بررسی رابطه هوش هیجانی با خودکارآمدی دانشجویان دختر رشته روانشناسی پیام‌نور میبد. ارائه شده در نخستین همایش ملی تازه‌های تعلیم و تربیت در نظام آموزشی ایران، دانشگاه آزاد اردکان.
- بنی‌هاشمیان، کورش، بهرامی احسان، هادی و مؤذن، منصور. (۱۳۸۹). رابطه سلامت عمومی و هوش هیجانی مدیران و رضایت شغلی معلمان. مجله علوم رفتاری، ۴ (۱)، ۴۵-۵۰.
- بیک زاد، جعفر، خدیوی، اسداله، حسین پورسنبل، علیرضا و محمدنژاداصل، راحله. (۱۳۹۱). رابطه هوش هیجانی مدیران با خودکارآمدی و سلامت روانی آنان. فصلنامه علوم تربیتی، ۵ (۱۹)، ۱۴۱-۱۲۷.
- جلیلودفرد، یاسمن و مرادی، مسعود. (۱۳۹۶). بررسی نقش هوش هیجانی در خودکارآمدی معلمان مدارس ابتدایی ناحیه یک شهر زنجان. مجموعه مقالات دومین کنگره سراسری تحول و نوآوری در علوم انسانی، شیراز. حدادنیا، سیروس و جوکار، ناصر. (۱۳۹۵). رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با رفتار شهروندی سازمانی دبیران. فصلنامه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۷ (۲)، ۱۷۹-۱۵۷.
- حقیقت جو، زهرا، شفیق پور، محمدرضا، انصاری، حمید و حقیقت جو، زینب. (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی بر رضایت شغلی کارکنان زن و مرد دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور. فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، ۶ (۴)، ۱۶۹-۱۵۸.

خوشنویسان، زهرا و افروز، غلامعلی. (۱۳۹۰). رابطه خودکارآمدی با افسردگی، اضطراب و استرس. فصلنامه اندیشه و رفتار، ۵(۲۰)، ۸۰-۷۳.

دروذگر، آزاده، تجاری، فرشاد و اشراقی، حسام. (۱۳۸۴). رابطه هوش عاطفی و رهبری تحول آفرین مدیران ادارات تربیت بدنی استان اصفهان. مجله دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه. آرشیو سایت جهاد دانشگاهی. درویش، حسن، شعبانی، فاطمه و قاسم پور، رباب. (۱۳۹۰). بررسی رابطه میان هوش هیجانی با خودکارآمدی و رضایت شغلی پرستاران مراکز آموزش و درمانی تبریز. نشریه دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه شهید بهشتی، ۱(۷۵)، ۵۸-۵۳.

رزمی سوها، فریده، رزمی سوها، عارف و رزمی سوها، بهنام. (۱۳۹۵). بررسی رابطه هوش هیجانی و هوش سازمانی با خودکارآمدی معلمان. ارائه شده در نخستین کنفرانس بین المللی پارادایم های نوین مدیریت، هوش تجاری و سازمانی، دانشگاه شهید بهشتی تهران.

رستمی، رضا، شاه محمدی، خدیجه، قائدی، غلامحسین، بشارت، محمد علی، اکبری زردخانه، سعید و نصرت آبادی، مسعود. (۱۳۸۹). رابطه خودکارآمدی با هوش هیجانی و حمایت اجتماعی ادراک شده در دانشجویان دانشگاه تهران. افق دانش، فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد، ۱۶(۳)، ۵۴-۴۶.

زندیه، زهرا و امینی نصر، زینب. (۱۳۹۴). رابطه بین هوش هیجانی و کیفیت زندگی کاری با خودکارآمدی شغلی در بین استادان. ارائه شده در دومین کنفرانس ملی و اولین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در علوم انسانی.

سلیمانی، نادر و علی بیگی، فرزانه. (۱۳۸۸). رابطه هوش هیجانی مدیران گروه های آموزشی با خودکارآمدی آنان در واحدهای دانشگاه آزاد منطقه ده کشور. فصلنامه رهبری و مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد گرمسار، ۳(۴)، ۱۵۴-۱۳۷.

شمالی احمدآبادی، مهدی، شاطری احمدآبادی، زهرا، مروتی، اعظم و حسینی پناه، فاطمه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین هوش هیجانی با خودکارآمدی دانش آموزان دختر و پسر مقطع ششم ابتدایی احمدآباد. ارائه شده در پنجمین همایش روان شناسی و علوم تربیتی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران. شولتز، دوان و شولتز، سیدنی ال. (۱۳۹۰/۲۰۰۵). نظریه های شخصیت (ترجمه یحیی سیدمحمدی). تهران: ویرایش.

صیادی، فاطمه، عباسی، همایون، بخت، معصومه و عیدی پور، کامران. (۱۳۹۵). تحلیل ارتباط خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزش کاران نخبه شهر کرمانشاه. فصلنامه مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، ۳(۱۰)، ۶۶-۵۹.

عبداللهی، بیژن. (۱۳۸۵). نقش خودکارآمدی در توانمندسازی کارکنان. ماهنامه تدبیر، ۱۱۸(۱۶۸)، ۴۰-۳۵. قنبری، سیروس و سلطانزاده، وحید. (۱۳۹۵). نقش واسطه ای هوش هیجانی در ارتباط بین خودکارآمدی پژوهشی و انگیزه پیشرفت تحصیلی. فصلنامه مطالعات اندازه گیری و ارزشیابی آموزشی، ۶(۱۴)، ۶۷-۴۱.

قنبری طلب، محمد و شیخ الاسلامی، راضیه. (۱۳۹۴). رابطه بین هوش هیجانی و نشاط ذهنی با خودکارآمدی دانشجویان دانشگاه پیام نور. مجله رویش روان شناسی، ۴(۱۲)، ۸۶-۷۵. گلמן، دانیل. (۱۳۸۹/۱۹۹۵). هوش هیجانی (ترجمه نسرين پارسا). تهران: رشد.

محمد امینی، زرار، نریمانی، محمد، برهمند، تراوشا و صبحی قراملکی، ناصر. (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی با خودکارآمدی و سلامت روان و مقایسه آنها در دانش‌آموزان ممتاز و عادی. دانش و پژوهش در روان‌شناسی، دانشگاه آزاد خوراسگان، ۳۵ و ۳۶، ۱۲۲-۱۰۷.

مصراآبادی، جواد. (۱۳۹۵). فراتحلیل: مفاهیم، نرم افزار و گزارش نویسی. تبریز: انتشارات دانشگاه شهید مدنی آذربایجان.

نوری ثمرین، شهرام. (۱۳۹۵). رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه آزاد واحد دزفول. فصلنامه روان‌شناسی و دین، ۹ (۱)، ۱۲۲-۱۰۷.

هاشمی نسب، هاتف، کشاورز، ناهید و جمال زاده، پدram. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین هوش هیجانی با خودکارآمدی دانش‌آموزان متوسطه شهرستان میاندو در سال ۹۶-۹۵. طرح پژوهشی آموزش و پرورش میاندو. موجود در سایت سیویلیکا.

هرگنهان، بی.آر. و السون، ام. اچ. (۱۳۸۹/۲۰۰۹). مقدمه ای بر نظریه‌های یادگیری (ترجمه علی اکبرسیف). تهران: دوران

یارمحمدی منفرد، سعید، همتی نژاد، مهرعلی و رضانی نژاد، رحیم. (۱۳۸۹). رابطه هوش هیجانی و رضایت شغلی معلمان تربیت بدنی. نشریه مدیریت ورزشی، ۲(۶)، ۴۷-۶۵.

ب: انگلیسی

- Ashforth, B. E. & Humphrey, R. H. (1995). Emotion in the Workplace: a Reappraisal, *Human Relations*, 48(2), 97-125.
- Bandura, A. (2000). *Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness*, *Hand book of principles of organization behavior*. Oxford: UK: Blach well.
- Bandura, A & Locke, E. A. (2003). Negative Self-efficacy and goal revisited. *Journal of Applied Psychology*, 88, 87-89.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. *Educational Psychology*, 28(2), 117-148.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P. T & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to Meta-Analysis*. John Wiley & Sons: Ltd, UK.
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- Astin, E.J., Saklofske, D.H & Egen, V. (2005). *Correlates of trait emotional intelligence: results from Canadian and Scottish groups*. Edinburgh: University of Edinburgh.
- Ferla, J & Valcke, M. (2009). Academic self-efficacy and academic self-concept: reconsidering structural relationships. *Learning and Individual Differences*, 19, 499-505.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York, NY: Bantam Books.
- Hashim, S.H & Khalil, M.S. (2018). Self-efficacy, emotional intelligence and quality of life amongst Saudi sample cancer patients. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 9(5), 450-454. Higgins, J.P, Thompson, S.G, Deeks, J.J & Altman, D.G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *BMJ*, 6 (7414), 557-560.
- Ranjbar, H. Khademi, S.H & Areshtanab, H.N. (2017). The Relation between Academic Achievement and Emotional Intelligence in Iranian Students: A Meta-Analysis. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(1), 65-76.
- Haase, J., Hoff, E.V., Hanel, P.H. P & Innes-Ker, A. (2018). A Meta-Analysis of the Relation between Creative Self-Efficacy and Different Creativity Measurements. *Creativity Research Journal*, 30(1), 1-16.
- Jerusalem, M & Klein Hessling, J. (2009). Mental health promotion in schools by strengthening self-efficacy, *Health Education*, 109(4), 329-341.

- Moira, M., & Olivier, L. (2008). Train emotional intelligence and the cognitive appraisal of stressful events: An exploratory study, *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1445-1453.
- Müller, N.M. & Seufert, T. (2018). Effects of self-regulation prompts in hypermedia learning on learning performance and self-efficacy. *Learning and Instruction*, 58, 1-11.
- Obradovica, V., Jovanovica, P., Petrovica, M & Mitrovica, Z. (2013). Project Managers' Emotional Intelligence – A Tichet to success. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 74, 274-284.
- Ravanipour, M, Ahmadian, A. Yazdanpanah, A & Soltanian, A. (2015). Assessing the relationship between self-efficacy and clinical decision-making in hospital nurse. *Sci J Hamadan Nurs Midwifery Fac*, 23(4), 77-86.
- Salovey, P & Mayer, J. D. (2002). Emotional intelligence. *Cognition and personality*, 9, 185-211.
- Strobel, M. Tumasjan, A & Sporrle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scand J Psychol*, 52(1), 43-48.
- William, D.S., Killgore, Ellen, T., Kahn-Green, Ercal. Lipizzi. Rachel, A. Newman, Gary.H. Kamimori, Thomas. J & BalKin. (2008). Sleep deprivation reduces perceived emotional intelligence and constructive thinking skills. *Sleep Medicine*, 9(5), 517-526.
- Zajacova, A & Lynch, S. M. (2005). Self-efficacy, stress and academic success in college. *Journal of Research in Higher Education*, 46(6), 677-706.