

رابطه هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی در دوران کرونا

Association between Emotional Intelligence, humor and loneliness during the covid 19 Pandemic

Shirin Karbassian

Bachelor's degree in psychology, Islamic Azad University, Yadegar Imam branch - Share Rey.

shirinaak@yahoo.com

شیرین کرباسیان*

دانش آموخته مقطع کارشناسی رشته روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام (ره) - شهر ری

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between emotional intelligence, humor and loneliness by quantitative and correlational methods. The study population consisted of residents of District 1 of Tehran in the age range of 19 to 63 years in 2021 who were selected from among 75 people (57 females, 18 males). The research instruments included the Emotional Intelligence Trait Questionnaire (Petrides and Furnham, 2006), the Humor Questionnaire (SHQ) and Russell Loneliness Questionnaire (UCLA). In this study, statistical analysis of variance (ANOVA) was used for the main hypothesis and Pearson correlation method was used for the sub-hypotheses. According to the results of analysis of variance between loneliness and emotional intelligence and humor and emotional intelligence, the null hypothesis is rejected and the opposite hypothesis is confirmed and there is a 95% probability of statistical significance. According to the results, it can be said that high emotional intelligence reduces the feeling of loneliness in people during the corona, and also, as emotional intelligence increases, so does humor.

Keywords: Emotional intelligence, humor, loneliness.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی با روش کمی و از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل ساکنین منطقه ۱ شهر تهران در رده سنی ۱۹ تا ۶۳ سال در سال ۱۴۰۰ بودند که از بین ۷۵ نفر (۵۷ زن، ۱۸ مرد) به صورت در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه رگه هوش هیجانی (پتریدز و فارنهام، ۲۰۰۶)، پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل (UCLA) بود. در این پژوهش از روش آماری تحلیل واریانس (ANOVA) برای فرضیه اصلی و روش همبستگی پیرسون برای فرضیه های فرعی استفاده شد. با توجه به نتایج تحلیل واریانس بین احساس تنهایی و هوش هیجانی و شوخ طبعی و هوش هیجانی فرض صفر رد شده و فرضیه خلاف تایید میگردد و به احتمال ۹۵٪ رابطه معنادار است. ($p < 0.05$). با توجه به نتایج حاصله میتوان گفت که هوش هیجانی بالا موجب کمتر شدن احساس تنهایی افراد در دوران کرونا میگردد و همچنین هرچه هوش هیجانی افزایش پیدا کند، شوخ طبعی نیز افزایش مییابد.

واژه های کلیدی: هوش هیجانی، شوخ طبعی، احساس تنهایی.

مقدمه

همه ی انسان ها در زندگی ممکن است با شرایطی مواجه شوند که تحمل آن برایشان دشوار باشد؛ به همین جهت برای رهایی از چنین وضعیتی سازوکارهایی را بکار میبرند که یکی از مهمترین آنها شوخ طبعی^۱ است (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۸). شوخ طبعی، مکانیزم دفاعی رشد یافته ای است که به افراد کمک میکند با تعارضات هیجانی یا عوامل تنیدگیهای محیطی از طریق تمرکز بر جنبه های طنزآمیز و سرگرمکننده مقابله کنند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۸). افراد شوخ طبع تمایل به لذت بردن از رویدادها و تجربیات روزمره زندگی دارند و در ارزیابی، ابزار و مدیریت هیجانات توانمند هستند (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۸). شوخی و شوخ طبعی به عنوان یک پدیده شناختی، هیجانی، رفتاری، روانشناختی و اجتماعی جزء لاینفک زندگی روزانه و ابزاری برای کنار آمدن با مسائل شخصی شناخته میشود و همچنین به عنوان توانایی شخص برای درک جنبه های جالب یک موقعیت تعریف میشود (عقلی و همکاران، ۱۳۹۷). شوخی اغلب به عنوان کیفیتی مثبت در نظر گرفته میشود که تاثیر مثبتی بر زندگی فردی می گذارد (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۵). تحقیقات نشان میدهند که شوخ طبعی میتواند یک مهارت مقابله ای مهم در برابر مشکلات زندگی باشد (خسروشاهی و خانجانی، ۱۳۹۰). شوخی ممکن است با هردو هوش های شناختی و هیجانی مرتبط باشد (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۵). تحقیقات سولومون^۲ (۱۹۹۶) معتقد است شوخی فرآیند سه مرحله ایست که با برانگیختگی شروع میشود، با حل مسئله ادامه مییابد و با یک تصمیم به پایان میرسد. پس در واقع، شوخی با مهارت های حل مسئله مرتبط است (سادات و ستایشی اظهار، ۱۳۹۷). شوخ طبع بودن باعث بهبود مهارت های بین فردی و پذیرش اجتماعی نیز میشود (میرصیفی فرد و همکاران، ۱۳۹۶).

شوخ طبعی در ارتقاء سلامت روانی و جسمانی افراد نیز نقش مهمی ایفا میکند (سواری و نیسی، ۱۳۹۸). افرادی که شوخ طبع ترند، راحتتر مشکلاتشان را بیان میکنند و با حمایت دیگران در برابر مشکلات روزمره سعی میکنند از غم و اندوه خود بکاهند و این امر موجب میشود از تعامل با دیگران لذت بیشتری ببرند و احساس کارآمدی بیشتری کنند (میرصیفی فرد و همکاران، ۱۳۹۶). فروید^۳ (۱۹۶۰) معتقد بود که شوخی میتواند به عنوان یک روش ناخودآگاه برای ابراز پرخاشگری استفاده شود (قالبی حاجیوند، ۱۳۹۷). شوخ طبعی راهی برای جایگزین کردن انگیزه های غیرقابل پذیرش با یک حالت لذتبخش است که پرخاشگری و بدبینی را با خندیدن جایگزین میکند (شریعتمدار و همکاران، ۱۳۹۹).

یکی از سازه های پیچیده روانشناختی که از زمان فلاسفه مورد بحث بوده، احساس تنهایی^۴ است (رحیم زاده و همکاران، ۱۳۹۰). احساس تنهایی، مجموعه ای پیچیده از احساس ها و شناخت ها، پریشانی ها و تجربه هیجان های منفی است که از کمبودهای ادراک شده فردی، در روابط خصوصی و اجتماعی ناشی میشود (کوشان و همکاران، ۱۳۹۳). احساس تنهایی تجربه ناخوشایندی است که در پاسخ به نارسایی های کمی یا کیفی در روابط اجتماعی ظاهر میشود (رحیمزاده و همکاران، ۱۳۸۸). این وضعیت زمانی به وجود میآید که میان روابط بین فردی مطلوب و روابطی که فرد حال حاضر دارد، شکاف وجود داشته باشد (زربخش بحری و همکاران، ۱۳۹۱). بنابراین احساس تنهایی یک تجربه ذهنی است که ارتباطی به معنای تنهایی به معنای واقعی آن ندارد، به عبارتی دیگر ممکن است فردی روابط اجتماعی محدودی داشته باشد، اما به هیچ وجه احساس تنهایی نکند و بالعکس، فردی دیگر دارای روابط اجتماعی گستردهای باشد و در عین حال، احساس تنهایی کند که علت این امر میزان احساس صمیمیت فرد در روابط اجتماعی است (محمدرضایی و همکاران، ۱۳۹۲).

¹ Humor

² Solomon

³ Freud

⁴ Loneliness

تجربه تنهایی، مسئله ای جهانی است که همه انسان ها، کم و بیش آن را تجربه کرده اند و با زندگی آنها همراه شده است (اناری، ۱۳۸۷). تعاریفی که امروزه از احساس تنهایی وجود دارد با تعاریف قدیم الایام متفاوت است. در آن زمان احساس تنهایی یک مفهوم مثبت به معنای کناره گیری داوطلبانه فرد از درگیری های روزمره زندگی برای رسیدن به اهداف بالاتر مانند تعمق، مراقبه و ارتباط با خدا تلقی میشد (رحیمزاده و همکاران، ۱۳۹۰). اما، امروزه احساس تنهایی به عنوان یک حالت هیجانی منفی تعریف شده است که ناشی از عدم ارضای نیازهای اجتماعی است (ذبیحقاسمی و همکاران، ۱۳۹۷).

این احساس ممکن است توسط هر شخصی در هر مقطعی از زندگی تجربه شود و به بیانی دیگر، این احساس یک حقیقت اساسی زندگی بشری است که محدود به مرزهای جنسیتی، نژادی، سنی، اقتصادی یا جسمی خاص نیست (فاطمی اصل و همکاران، ۱۳۹۸). احساس تنهایی افراد درگیر را با احساس خلاء، غمگینی و بیتعلقی مواجه میکند و به شیوه های مختلف بر تعاملات اجتماعی با دیگران، نحوه زندگی و سلامت جسمانی و روانی تاثیر میگذارد (میکاییلی و همکاران، ۱۳۹۱). آمارها حاکی از آن هستند که از هر چهار نفر در جهان، یک نفر از احساس تنهایی رنج میبرد (فاطمیاصل و همکاران، ۱۳۹۸).

هوش هیجانی^۵ برای اولین بار مفهوم در سال ۱۹۴۰ مطرح شد و پس از آن در سال ۱۹۹۰، سالوی^۶ و مایر^۷، برای نخستین بار مفهوم هوش هیجانی را به صورت کلی بیان کردند (رضوانی و همکاران، ۱۳۹۹). هوش هیجانی به عنوان توانایی، ظرفیت یا مهارت درک خود یا دیگران از طریق کنترل عواطف و احساسات تعریف میشود. افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند خودشان را بهتر میشناسند، با محیط خود بهتر ارتباط برقرار میکنند و برای رسیدن به موفقیت بیشتر تلاش میکنند (قربان زاده و همکاران، ۱۳۹۸). افراد دارای هوش هیجانی بالا رضایت بیشتری از زندگی داشته و در شریک شدن در احساسات اطرافیان نسبت به دیگران متفاوت بوده و افرادی منظم، خوش بین، خون گرم و با انگیزه هستند (رضاقلی و همکاران، ۱۳۹۸).

در گذشته عقیده بر این بود که بهره هوشی بالا عامل اصلی موفقیت در زندگی است؛ اما اخیراً دریافته اند که غیر از هوش و استعداد عوامل دیگری از جمله هوش هیجانی در موفقیت ها دخیل هستند (رضاقلی و همکاران، ۱۳۹۸). افراد در برخورد با شرایط استرس زا، شیوه ها و راهبردهای مختلفی را برای کنترل یا هدایت و تنظیم هیجان بکار میبرند. تنظیم هیجان، تلاش های بکار رفته توسط افراد برای حفظ، مهار و افزایش تجربه و ابراز هیجان است. افراد با هوش هیجانی بالاتر علاوه بر اینکه برای مقابله با تجربیات منفی زندگی سازگارترند، در فهم درست و همدلی با هیجانات دیگران مهارت بیشتری دارند، دارای شبکه حمایت اجتماعی گسترده تری هستند و از سلامت روان بالاتری برخوردار هستند (سعیدی و همکاران، ۱۳۹۹).

مایر، سالوی و کارسو^۸ (۲۰۰۴) هوش هیجانی را شامل سه مولفه ای ارزیابی و ابزار هیجان، تنظیم هیجان و بهره برداری از هیجان میدانند. ارزیابی و ابراز هیجان عبارت است از توانایی تشخیص و فهم هیجانات خویشتن و سایر افراد. ادراک هیجان دربرگیرنده ی ثبت، رمزگشایی و توجه به پیام های هیجانی است. تنظیم هیجان به معنی توانایی مواجهه سازگار با هیجان های مخالف یا منفی با استفاده از شیوه های خودتنظیمی است. بهره برداری از هیجان شامل توانایی استفاده از مطالعات هیجانی در تفکر، علل و مسئله گشایی برای بهبودی فرآیندهای شناختی و پردازش شناختی هیجان است (سالاریپور و همکاران، ۱۳۹۶). گلمن^۹ (۲۰۰۱) در الگوی خود پنج بعد خودآگاهی، خود انگیزشی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی، مدیریت روابط را برای هوش هیجانی در نظر گرفته است (احمدآبادی و فلاحزاده، ۱۳۹۹). هوش هیجانی دارای دو بعد رویارویی با هیجانات خود و همچنین رویارویی با هیجانات دیگران است. رویارویی با هیجانات خود نقشی مهم در سلامت جسمانی دارد و رویارویی با هیجانات دیگران نقشی موثر در تسهیل تعاملات اجتماعی دارد (رسولی و همکاران، ۱۳۹۷). در واقع تفکر، استدلال، ادراک،

^۵ Emotional Intelligence

^۶ Salovey

^۷ Mayer

^۸ Caruso

^۹ Goleman

یادگیری و حافظه فرد تحت تاثیر حالات هیجانی هستند، این امر بیانگر نیاز به درک پویایی هیجانات برای درک رفتار انسان است (مسعودی و علوی، ۱۳۹۹).

بر اساس مطالعات شریعتمداری و همکاران (۱۳۹۹) در بررسی نقش شوخ طبعی در تابآوری زنان در برابر فشارهای روانی روزهای قرنطینه بیماری کرونا نشان داد که شوخ طبعی میتواند تحمل شرایط سخت قرنطینه و حتی بیماری را آسانتر نموده و موجب مقابله مناسبتر با فشار روانی در شرایط بحران از طریق تقویت روحیه و ایجاد نشاط فردی گردد. همچنین طبق نتایج عباسی و همکاران (۱۳۹۸) در بررسی اثربخشی آموزش شوخ طبعی مبتنی بر مدل مکگی بر مولفه های اضطراب و کارکرد خانواده در زنان متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت شهر تهران نشان داده شد که آموزش حس شوخ طبعی بر کاهش اضطراب و بهبود کارکرد زنان متأهل موثر است. لذا درنظر گرفتن آموزش حس شوخ طبعی در برنامه ریزی های پیشگیری از مشکلات سلامت روان و بهبود کارکرد خانواده ضروری به نظر میرسد.

بر طبق تحقیقات علیزاده بیرجندی و همکاران (۱۳۹۹) در بررسی رابطه بین احساس تنهایی-عاطفی اجتماعی و اجتناب شناختی با اضطراب کرونا در دانشجویان در بحران کرونا نشان داد که گسترش شیوع کرونا، علاوه بر افزایش سطح اضطراب، موجب آسیب های دیگری مانند ایجاد احساس تنهایی یا اجتناب شناختی شده است. همچنین بر طبق تحقیقات صادقی حساری و همکاران (۱۳۹۹) در بررسی ارتباط بین احساس تنهایی و وضعیت تغذیه سالمندان شهر رامسر نشان داده شد که با توجه به احساس تنهایی بیش از نیمی از سالمندان و ارتباط معکوس بین احساس تنهایی با وضعیت تغذیه، برگزاری کلاس های مشاوره رایگان در جهت ارائه راهکارهای کاهش احساس تنهایی سالمندان از سوی سیاستگذاران نظام سلامت ضرورت دارد.

طبق نتایج نیکومنش و شعبانی (۱۳۹۹) در بررسی نقش آموزش از راه دور با هوش هیجانی و هوش شناختی دانشجویان در دوران کرونا^{۱۰} نشان داد که با توجه به رابطه مستقیم آموزش از راه دور و هوش هیجانی، با افزایش آموزش از راه دور، هوش هیجانی افزایش مییابد. این پژوهش نشان داد بین هوش شناختی و هوش هیجانی رابطه معکوس وجود دارد، بنابراین با افزایش هوش شناختی، هوش هیجانی کاهش مییابد. براساس مطالعات محمدی احمدآبادی و فلاحتزاده (۱۳۹۹) در بررسی تاثیر هوش هیجانی و مهارت های ارتباطی بر شیوه های مدیریت تعارض در بین مدیران آموزشی مدارس نشان داد که تقویت هوش هیجانی و مهارت های ارتباطی مدیران میتواند تاثیر معناداری در ارتقاء سطح شیوه های مدیریت تعارض در مدیران آموزشی داشته باشد.

با توجه به عالمگیری بیماری کرونا و به دنبال آن قرنطینه های مختلف، مردم به ناچار ارتباط کمتری با دوستان و نزدیکان خود برقرار میکنند و همین امر موجب افزایش احساس تنهایی در مردم شده است. شرایط موجود باعث شکل گیری این سوال شد که آیا داشتن هوش هیجانی بالاتر، یعنی دارا بودن مهارت های درک عواطف خود و دیگران و داشتن مهارت های اجتماعی میتواند کاهش دهنده احساس تنهایی باشد یا خیر؟ و آیا استفاده از شوخ طبعی در کاهش احساس تنهایی نقشی را ایفا میکند یا خیر؟ در واقع ما در این پژوهش برای اولین بار به دنبال پاسخ به این سوال هستیم که آیا بین هوش هیجانی و شوخ طبعی و احساس تنهایی در دوران کرونا رابطه ای وجود دارد یا خیر؟

روش

روش پژوهش حاضر کمی و از نوع همبستگی است. جامعه موردنظر از ساکنین منطقه ۱ شهر تهران در رده سنی ۱۹ تا ۶۳ سال در سال ۱۴۰۰ بودند که از بین ۷۵ نفر (۵۷ زن، ۱۸ مرد) به صورت در دسترس انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات

¹⁰ Corona Virus Disease

به صورت غیر تصادفی و دردسترس بود که به دلیل شیوع بیماری کرونا، پرسشنامه ها ابتدا در سایت پرسال ثبت شدند و سپس در اختیار آزمودنی ها قرار گرفت. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه رگه هوش هیجانی (پترایدز و فارنهام، ۲۰۰۶)، پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل ۱۹۷۸ (UCLA) بود.

پرسشنامه رگه هوش هیجانی (TEIQue-SF): این پرسشنامه توسط پترایدز و فارنهام در سال ۲۰۰۶ ساخته شد. فرم اصلی و نخستین آن دارای ۱۴۴ ماده و ۱۵ زیر مقیاس است. فرم کوتاه این پرسشنامه از ۳۰ ماده تشکیل شده است که به هر سوال در یک مقیاس هفت درجه ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره داده می شود. این پرسشنامه از چهار عامل درک و ارزیابی عواطف خود و دیگران، خوش بینی، خودآگاهی و مهارت های اجتماعی تشکیل شده است و عوامل عمده موجود در ساخت نظری، سازه هوش هیجانی را می سنجد. همبستگی های بالا بین نمره های دو مقیاس (باهوش هیجانی شرینگ)، روایی همگرای آن را تایید کردند. اعتبار مقیاس با روش های همسانی درونی و بازآزمایی به ترتیب برابر با ۷۶.۰ به دست آمد. فروغی (۱۳۹۳) در مطالعه خود ضریب آلفای کرونباخ را برای این پرسشنامه ۸۴۵.۰ بدست آورد.

پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ): این پرسشنامه توسط مهدیه سادات خشوعی و همکاران در سال ۱۳۸۷ تا ۱۳۸۸ تدوین شد. این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان شوخ طبعی و عوامل آن است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) میباشد. این پرسشنامه دارای پنج بعد میباشد که خشوعی و همکاران (۱۳۸۷)، پایایی این پرسشنامه را از طریق آلفای کرونباخ بررسی کردند که آلفای کرونباخ هر بعد شامل: لذت از شوخی برابر ۷۴٪، خنده برابر ۸۰٪، شوخی کلامی برابر ۷۷٪، شوخ طبعی در روابط اجتماعی برابر ۷۹٪ و شوخ طبعی در شرایط استرس آور برابر ۹۲٪ گزارش شد. پرسشنامه احساس تنهایی (UCLA): این پرسشنامه توسط راسل، پیلوا و فرگوسن در سال ۱۹۷۸ ساخته شد و نادری و حق شناس در سل ۱۳۸۸ آن را بومی ساختند پرسشنامه دارای ۲۰ سوال می باشد. این پرسشنامه برای یافتن راهی، جهت حل مشکلات نوجوانان طرح شده است. سوالات پرسشنامه بر اساس طیف پنج گزینه ای لیکرت (هرگز تا همیشه) طراحی شده است و آلفای کرونباخ به دست آمده ۸۹.۰ می باشد.

در این پژوهش از دو روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. در آمار توصیفی از شاخص هایی نظیر؛ نما، میانه، میانگین، واریانس، انحراف معیار و جداول و نمودارها استفاده شد و در روش آمار استنباطی از روش همبستگی پیرسون و برای آنالیز اطلاعات نیز از نرم افزار SPSS-23 استفاده شد.

نتایج

جدول شماره ۱- آمار توصیفی

هوش هیجانی			احساس تنهایی	شوخی طبعی
N	Valid	۷۵	۷۵	۷۵
	Missing	.	.	.
Mean		۱۴۶.۵۲	۶۱.۸۴	۸۷.۴۴
Std. Error of Mean		۲.۱۸۸	.۶۵۵	۳.۰۵۰
Median		۱۴۸.۰۰	۶۲.۰۰	۸۸.۰۰
Mode		۱۴۸	۶۲	۷۴ ^a
Std. Deviation		۱۸.۹۵۱	۵.۶۷۶	۲۶.۴۱۰
Variance		۳۵۹.۱۴۵	۳۲.۲۱۷	۶۹۷.۴۹۳

Skewness	-.۴۰۵	.۳۳۵	.۰۳۲
Std. Error of Skewness	.۲۷۷	.۲۷۷	.۲۷۷
Kurtosis	۱.۱۴۱	.۴۵۴	-.۴۷۵
Std. Error of Kurtosis	.۵۴۸	.۵۴۸	.۵۴۸
Range	۱۱۱	۳۰	۱۱۵
Minimum	۷۹	۴۷	۳۱
Maximum	۱۹۰	۷۷	۱۴۶
Sum	۱۰۹۸۹	۴۶۳۸	۶۵۵۸

با توجه به جدول شماره ۱، تعداد افراد شرکت کننده ۷۵ نفر، میانگین هوش هیجانی ۵۲.۱۴۶، میانگین احساس تنهایی ۸۴.۶۱ و میانگین شوخ طبعی ۴۴.۸۷ بود و توضیح داده ها تقریباً نرمال است.

جدول شماره ۲-جنسیت

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	زن	۵۷	۷۶.۰	۷۶.۰	۷۶.۰
	مرد	۱۸	۲۴.۰	۲۴.۰	۱۰۰.۰
	Total	۷۵	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	

با توجه به جدول شماره ۲، از ۷۵ نفر افراد حاضر در این پژوهش تعداد ۵۷ نفر زن و ۱۸ نفر مرد بوده اند.

جدول شماره ۳-سن

N	Valid	۷۵
	Missing	۰
Mean		۳۷.۰۰
Std. Error of Mean		۱.۱۳۸
Median		۳۸.۰۰
Mode		۴۱
Std. Deviation		۹.۸۵۳
Variance		۹۷.۰۸۱
Range		۴۴
Minimum		۱۹
Maximum		۶۳

با توجه به جدول شماره ۳، میانگین سن افراد حاضر در پژوهش ۳۷ سال میباشد و کمترین سن ۱۹ سال و بیشترین سن ۶۳ سال بدست آمده است.

جدول شماره ۴ - میزان تحصیلات

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	دکتری	۶	۸.۰	۸.۰	۸.۰
	کارشناسی ارشد	۲۷	۳۶.۰	۳۶.۰	۴۴.۰
	لیسانس	۳۳	۴۴.۰	۴۴.۰	۸۸.۰
	دیپلم	۹	۱۲.۰	۱۲.۰	۱۰۰.۰
	Total	۷۵	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	

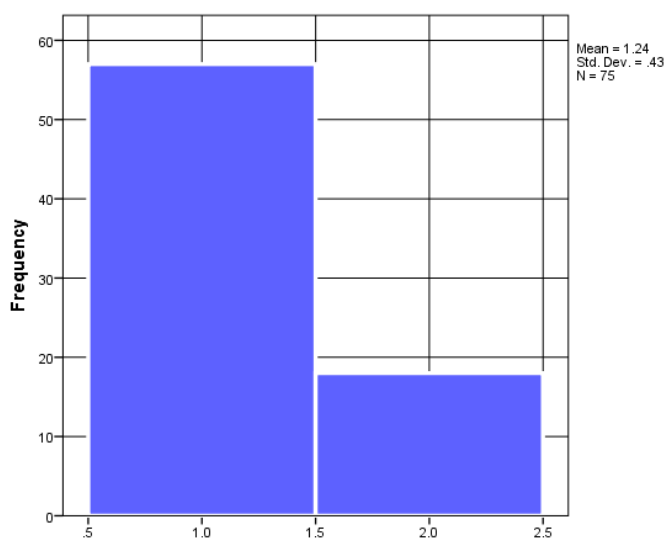
با توجه به جدول شماره ۴، افراد با میزان تحصیلات لیسانس بیشترین تعداد را به خود اختصاص داده اند.

جدول شماره ۵ - وضعیت تاهل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	متاهل	۴۱	۵۴.۷	۵۴.۷	۵۴.۷
	مجرد	۳۴	۴۵.۳	۴۵.۳	۱۰۰.۰
	Total	۷۵	۱۰۰.۰	۱۰۰.۰	

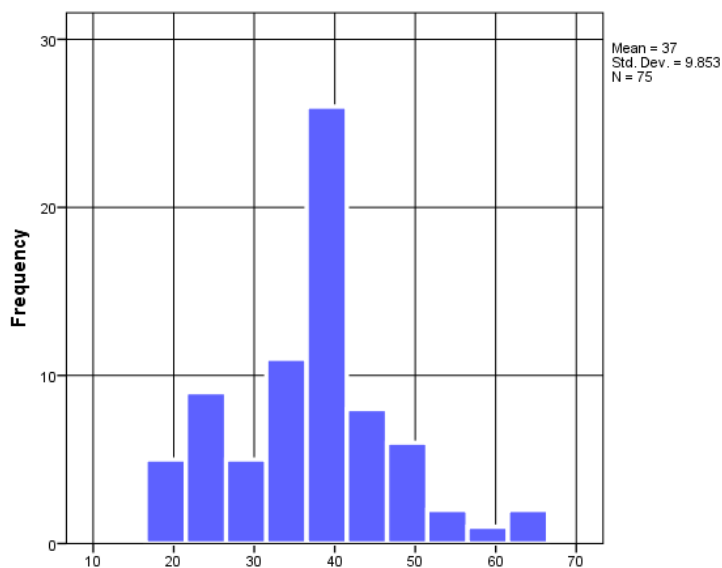
با توجه به جدول شماره ۵، افراد متاهل بیشترین تعداد را به خود اختصاص داده‌اند.

نمودار شماره ۱ - جنسیت



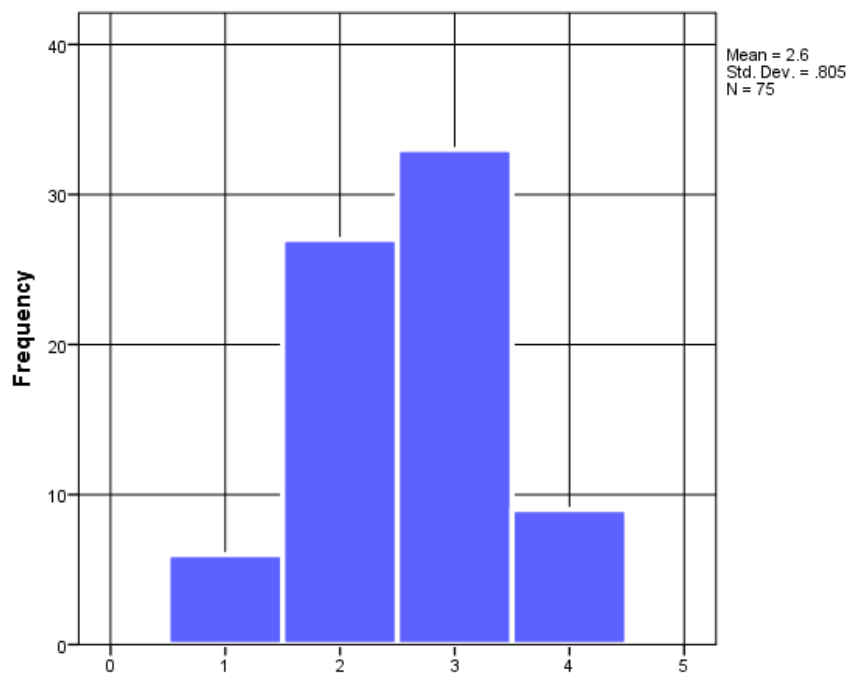
نمودار شماره ۱، نشان دهنده فراوانی جنسیت آزمودنی‌ها می‌باشد. ستون سمت راست فراوانی مردان و ستون سمت چپ فراوانی زنان را بیان می‌کند.

نمودار شماره ۲- سن



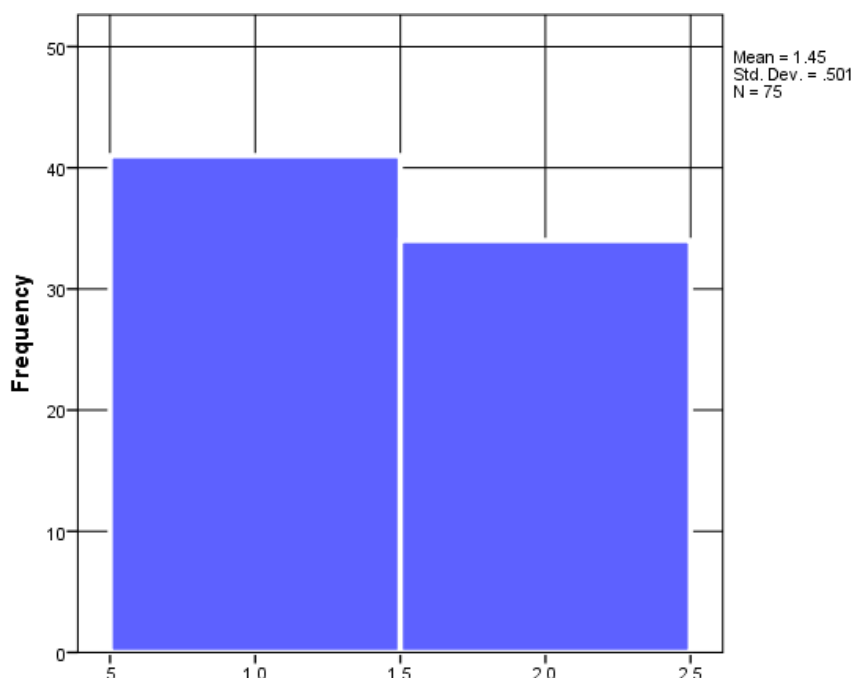
نمودار شماره ۲، نشان دهنده فراوانی سن آزمودنیها میباشد. با توجه به این نمودار میتوان بیان کرد بیشترین رده سنی افراد شرکت کننده ۳۷ تا ۴۱ سال بوده اند که در این میان ۴۱ سال بیشترین تعداد را به خود اختصاص داده است.

نمودار شماره ۳- میزان تحصیلات



نمودار شماره ۳، نشان دهنده فراوانی میزان تحصیلات آزمودنی ها میباشد. افراد با میزان تحصیلات کارشناسی بیشترین تعداد را به خود اختصاص داده اند.

نمودار شماره ۴- وضعیت تاهل



نمودار شماره ۴، نشان دهنده فراوانی وضعیت تاهل آزمودنی ها میباشد. افراد متأهل بیشترین تعداد را به خود اختصاص داده‌اند.

جدول شماره ۶- تحلیل واریانس هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
احساس تنهایی	Between Groups	۱۹۲۵.۸۳۰	۵۰	۳۸.۵۱۷	۲.۰۱۷	.۰۳۲
	Within Groups	۴۵۸.۲۵۰	۲۴	۱۹.۰۹۴		
	Total	۲۳۸۴.۰۸۰	۷۴			
شوخی طبعی	Between Groups	۴۴۹۱۴.۴۸۰	۵۰	۸۹۸.۲۹۰	۳.۲۱۸	.۰۰۱
	Within Groups	۶۷۰۰.۰۰۰	۲۴	۲۷۹.۱۶۷		
	Total	۵۱۶۱۴.۴۸۰	۷۴			

در جدول شماره ۶ نتایج تحلیل واریانس بین احساس تنهایی و هوش هیجانی ($\text{sig} = 0.032$) و شوخ طبعی و هوش هیجانی ($\text{sig} = 0.001$) نمایش داده شده است. نتایج بیانگر این است که بین هوش هیجانی و شوخ طبعی و احساس تنهایی رابطه وجود دارد ($\text{sig} < 0.05$). لذا فرض صفر رد شده و فرضیه خلاف تایید میگردد و به احتمال ۹۵٪ رابطه معنادار است.

جدول شماره ۷ - همبستگی بین هوش هیجانی و شوخ طبعی

		هوش هیجانی	شوخ طبعی
هوش هیجانی	Pearson Correlation	۱	-.۵۳۹**
	(-tailed χ^2).Sig		.۰۰۰
	N	۷۵	۷۵
شوخ طبعی	Pearson Correlation	-.۵۳۹**	۱
	(-tailed χ^2).Sig	.۰۰۰	
	N	۷۵	۷۵

در جدول شماره ۷ همبستگی بین هوش هیجانی و شوخ طبعی نمایش داده شده است. بین شوخ طبعی و هوش هیجانی رابطه وجود دارد ($\text{sig} = 0.000$). لذا فرض صفر رد شده و فرضیه خلاف تایید میگردد و به احتمال ۹۵٪ رابطه معنادار است.

جدول شماره ۸ - همبستگی بین هوش هیجانی و احساس تنهایی

		هوش هیجانی	احساس تنهایی
هوش هیجانی	Pearson Correlation	۱	۰۰۲.
	(-tailed χ^2).Sig		۹۸۷.
	N	۷۵	۷۵
احساس تنهایی	Pearson Correlation	۰۰۲.	۱
	(-tailed χ^2).Sig	۹۸۷.	
	N	۷۵	۷۵

در جدول شماره ۸ همبستگی بین هوش هیجانی و احساس تنهایی نمایش داده شده است. بین هوش هیجانی و احساس تنهایی ($\text{sig} = 987.0$) رابطه وجود ندارد ($\text{sig} > 0.05$). لذا فرض صفر تایید شده و فرض خلاف رد میشود و با احتمال ۹۵٪ رابطه معنادار نمیشود.

جدول شماره ۹ - همبستگی بین شوخ طبعی و احساس تنهایی

		شوخ طبعی	احساس تنهایی
شوخ طبعی	Pearson Correlation	۱	۱۰۳.
	(-tailed χ^2).Sig		۳۸۱.
	N	۷۵	۷۵
احساس تنهایی	Pearson Correlation	۱۰۳.	۱
	(-tailed χ^2).Sig	۳۸۱.	
	N	۷۵	۷۵

در جدول شماره ۹ همبستگی بین شوخ طبعی نمایش داده شده است. بین هوش هیجانی و احساس تنهایی ($\text{sig} = 0.038$) رابطه وجود ندارد ($\text{sig} > 0.05$). لذا فرض صفر تایید شده و فرض خلاف رد میشود و با احتمال ۹۵٪ رابطه معنادار نمیباشد.

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش به دنبال بررسی رابطه هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی در دوران کرونا بودیم. یافته های حاصل از این پژوهش در جدول شماره ۶ نشان داد هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی رابطه دارد. با توجه به نتایج حاصله میتوان اینگونه بیان کرد که هوش هیجانی بالا موجب بیشتر شدن شوخ طبعی و کمتر شدن احساس تنهایی افراد در دوران کرونا میگردد. همچنین نتایج آزمون فرضیه در جدول شماره ۷ بیان کرد که بین شوخ طبعی و هوش هیجانی رابطه وجود دارد؛ این بدان معناست که هرچه هوش هیجانی افزایش پیدا کند، شوخ طبعی نیز افزایش مییابد. اما بین احساس تنهایی و هوش هیجانی در جدول ۸ و شوخ طبعی و احساس تنهایی در جدول ۹ رابطه معناداری وجود ندارد. از نتایج حاصله اینگونه استنباط میشود که در شرایط پاندمی کرونا و به طبع آن قرنطینه های مکرر موجب گشته که افراد دچار احساس تنهایی و انزوا شوند؛ در این میان افرادی که درک بیشتری از عواطف خود و دیگران دارند و مهارت های اجتماعی و خودآگاهی بالاتری را دارند، بیشتر توانسته اند احساس تنهایی خود را مدیریت کنند و احساس انزوا و تنهایی کمتری را تجربه میکنند. همچنین افرادی که از لحاظ شوخ طبعی نمره بالاتری را کسب کرده اند، خصوصاً افرادی که مهارت شوخ طبعی در شرایط استرس آور و شوخ طبعی در روابط اجتماعی خود با دیگران را دارند، هوش هیجانی بالاتری را از خود نشان داده اند و تا حدی توانسته اند به احساس تنهایی غلبه کرده و آن را کاهش دهند. در کل یافته های بدست آمده از این پژوهش با برخی از پژوهش ها همخوانی داشته است.

صنعتنما و تجربه کار (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان دادند که بین هوش هیجانی و احساس تنهایی رابطه ی منفی معنادار وجود دارد. در واقع اینگونه نتیجه گرفتند که دانشجویانی که از نظر هوش هیجانی در سطح بالاتری قرار دارند از احساس تنهایی کمتری برخوردارند. تشابه این پژوهش با پژوهش حاضر در بررسی رابطه دو متغیر هوش هیجانی و احساس تنهایی با یکدیگر است. تفاوت این پژوهش نیز در نبود متغیر شوخ طبعی و همچنین جامعه آماری مورد نظر و در معنادار شدن رابطه این دو متغیر میباشد.

خسوعی (۱۳۸۷) در پژوهش خود بیان کرد که بین هوش هیجانی و کلیه ی مولفه های آن با شوخ طبعی رابطه ی مثبت معنی داری وجود دارد. همچنین، از بین سه مولفه ی خوشبینی، خودشکوفایی و شادمانی قادر به پیشبینی شوخ طبعی هستند. تشابه این پژوهش با پژوهش حاضر در بررسی رابطه دو متغیر هوش هیجانی و شوخ طبعی با یکدیگر و در معنادار شدن رابطه این دو متغیر میباشد. تفاوت این پژوهش نیز در نبود متغیر احساس تنهایی و همچنین جامعه آماری مورد نظر است.

نجفی، صالحین و محمدی فر (۱۳۹۵) در پژوهش خود بیان کردند که بین کمروبی و عزت نفس ارتباط منفی معناداری وجود دارد. بین سبک شوخ طبعی پیوندگرایانه و خودارزندسازانه با احساس تنهایی نیز ارتباط منفی و معناداری وجود دارد. بین احساس تنهایی و شوخ طبعی پرخاشگرایانه و خود تحقیرگرایانه رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بین کمروبی و تنهایی و مؤلفه های آن رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین بین عزت نفس با تنهایی و مؤلفه های آن نیز رابطه منفی معناداری وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که عزت نفس، شوخ طبعی خودارزنده سازانه و کمروبی به ترتیب نقش مهم و معناداری در پیش بینی احساس تنهایی دارند. تشابه این پژوهش با پژوهش حاضر در بررسی رابطه دو متغیر شوخ طبعی و احساس تنهایی با یکدیگر است. تفاوت این پژوهش نیز در انتخاب جامعه آماری مورد نظر و همچنین در نبود متغیر هوش هیجانی و وجود متغیر حرمت خود و کمروبی و در معنادار شدن رابطه دو متغیر شوخ طبعی و احساس تنهایی میباشد.

یافته های پژوهش حاضر که در مدت زمان کوتاهی رابطه بین هوش هیجانی با شوخ طبعی و احساس تنهایی را مورد بررسی قرار داد، میزان هوش هیجانی، شوخ طبعی و احساس تنهایی شهروندان تهرانی ساکن منطقه ۱ تهران را نشان داد. پیشنهاد میشود پژوهش حاضر نه تنها در محیط های آموزشی و سازمانی بلکه در جامعه آماری وسیع تر نیز صورت پذیرد.

منابع

- [۱] اناری، آ. (۱۳۸۷). اثربخشی نمایش درمانگری در کاهش احساس تنهایی و نارضایتی اجتماعی. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۵(۱۸)، ۱۱۱-۱۱۷.
- [۲] بهادری خسروشاهی، ج؛ خانجانی، ز. (۱۳۹۱). ارتباط شوخ طبعی و رویدادهای استرس‌زای زندگی با افسردگی در دانشجویان (گزارش کوتاه). مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان (طیب شرق)، ۱۴(۲)، ۹۶-۱۰۰.
- [۳] پورحسین، ر؛ شفیعی، ر؛ حسینی، م؛ آقاخانی، م. (۱۳۹۶). پیش‌بینی شوخ طبعی دانشجویان بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و بررسی رابطه آن‌ها با سلامت روان. رویش روانشناسی، ۶(۱۱ پی‌پی ۱۸)، ۵-۲۴.
- [۴] خشوعی، م. (۱۳۸۷). رابطه بین هوش هیجانی و شوخ طبعی در دانشجویان دانشگاه. مطالعات تربیتی و روانشناسی، ۹(۲)، ۹۵-۱۱۱.
- [۵] ذبیح قاسمی، م؛ طهرانی زاده، م؛ مردوخ، م. (۱۳۹۸). اثربخشی قصه درمانی بر سازگاری اجتماعی و احساس تنهایی کودکان معلول جسمی حرکتی. کودکان استثنایی (پژوهش در حیطه کودکان استثنایی)، ۱۹(۲)، ۵-۱۶.
- [۶] رحیم زاده، س؛ بیات، م؛ اناری، آ. (۱۳۸۸). احساس تنهایی و خوداثربخشی اجتماعی در نوجوانان. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۶(۲۲)، ۸۷-۹۶.
- [۷] رحیم زاده، س؛ پوراعتماد، ح؛ عسگری، ع؛ حجت، م. (۱۳۹۰). مبانی مفهومی احساس تنهایی: یک مطالعه کیفی. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۸(۵)، ۱۲۳-۱۴۱.
- [۸] رسولی، ر؛ محمدی سیرت، ف؛ حسینیان، س. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش هوش هیجانی به روش قصه‌گویی بر کاهش کمرویی و ارتقای هوش هیجانی دانش‌آموزان دختر. تعلیم و تربیت، ۳۶(۱۱ پی‌پی ۱۴۱)، ۱۵۳-۱۶۹.
- [۹] رضاقلی، پ؛ فروغی، پ؛ فروغی، ا؛ شهسواری، س. (۱۳۹۸). ارتباط هوش هیجانی با رضایت شغلی در تکنولوژیست‌های اتاق عمل. نشریه پرستاری ایران، ۳۲(۱۲۱)، ۷۶-۸۶.
- [۱۰] رضایی، ع؛ صفایی، م؛ هاشمی، ف. (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس احساس تنهایی دانشجویان (SLFS). روان‌شناسی بالینی، ۵(۳ پی‌پی ۱۹)، ۸۱-۹۰.
- [۱۱] رضوانی، س؛ ایمنی، ب؛ نادری به‌راد، ر. (۱۳۹۹). همبستگی سلامت روان و هوش هیجانی در پیشرفت تحصیلی دانشجویان اتاق عمل دانشگاه علوم پزشکی. مجله علمی پژوهان، ۱۸(۴)، ۳۹-۴۵.
- [۱۲] زربخش بحری، م؛ راشدی، خادمی، م. (۱۳۹۱). احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان. مدیریت ارتقای سلامت، ۲(۱۱ پی‌پی ۵)، ۳۲-۳۸.
- [۱۳] سادات، س؛ ستایشی‌اظهري، م. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای سرزندگی تحصیلی و شوخ طبعی در رابطه بین هیجان‌های تحصیلی و درگیری تحصیلی. راهبردهای آموزش (راهبردهای آموزش در علوم پزشکی)، ۱۲(۴)، ۲۷-۴۰.
- [۱۴] سالاری پور، م؛ مکتبی، غ؛ عالیپور بیرگانی، س. (۱۳۹۷). رابطه هوش هیجانی و جهت‌گیری مذهبی با اضطراب مرگ در کارکنان مرد بازنشسته‌ی شرکت صنایع فولاد. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۹(۳۳)، ۹۹-۱۱۷.
- [۱۵] سعیدی، ا؛ صبور، مقدم، ح؛ هاشمی، ت. (۱۳۹۹). پیش‌بینی رابطه هوش هیجانی و نشخوار خشم با پرخاشگری در دانشجویان دانشگاه تبریز. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۱۰(۳۸)، ۶۵-۸۲.
- [۱۶] سواری، ک؛ بیستون، م؛ نیسی، ع؛ صفرزاده، س. (۱۳۹۹). اثر علی-جهتگیری دینی و شوخ طبعی بر فشار روانی با میانجی‌گری خوش‌بینی. فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، ۱۴(۵۰)، ۱۲۵-۱۴۸.
- [۱۷] شریعتمدار، آ؛ اعظمی، م؛ غفوری، س؛ مصباحی، م. (۱۳۹۹). نقش شوخ طبعی در تاب‌آوری زنان در برابر فشارهای روانی روزهای قرنطینه بیماری کرونا. پژوهش‌های مشاوره تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۱۹(۷۴)، ۱۳۷-۱۶۵.
- [۱۸] صادقی حصار، م؛ شمسعلی‌نیا، ع؛ قدیمی، ر؛ نوایی، ن. (۱۳۹۹). ارتباط بین احساس تنهایی و وضعیت تغذیه سالمندان. بالینی پرستاری و مامایی، ۹(۲)، ۶۴۲-۶۵۰.

- [۱۹] صنعت نما، م؛ تجربه کار، م. (۱۳۹۳). بررسی رابطه ی هوش هیجانی و احساس تنهایی در دانشجویان دانشگاه. اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران.
- [۲۰] عباسی، س؛ عبدی، م؛ حیدری، ح. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش شوخ طبعی مبتنی بر مدل مک گی بر مولفه های اضطراب و کارکرد خانواده در زنان متأهل مراجعه کننده به خانه های سلامت شهر تهران. سلامت جامعه، ۱۳(۴)، ۱۲-۲۰.
- [۲۱] عقلی، ا؛ آهی، ق؛ منصوری، ا. (۱۳۹۷). نقش سه گانه های تاریک شخصیت در پیش بینی بهزیستی روانشناختی و سبک های شوخ طبعی پرستاران. روان پرستاری، ۶(۲)، ۴۱-۴۸.
- [۲۲] عزیززاده بیرجندی، ز؛ ایرانیبارانی، ا؛ نیشابوری، م. (۱۳۹۹). بررسی رابطه بین احساس تنهایی -عاطفی اجتماعی و اجتناب شناختی با اضطراب کرونا در دانشجویان در بحران کرونا. اولین کنگره ملی دانشگاه و کووید-۱۹، تهران.
- [۲۳] فاطمی اصل، ش؛ گودرزی، م؛ کریمی ثانی، پ؛ بوستانی پور، ع. (۱۳۹۸). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر احساس تنهایی زنان آسیب دیده از روابط فразناشویی در شهرستان سلماس. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، ۲۰(۲) (پیاپی ۷۶)، ۴۸-۵۷.
- [۲۴] قالبی حاجیوند، ر. (۱۳۹۸). بررسی نقش واسطه ای سبک های شوخ طبعی در رابطه بین کینه توزی با ابعاد اساسی شخصیت. روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)، ۱۷(۲) (پیاپی ۳۳)، ۷۷-۸۷.
- [۲۵] قربان زاده، ب؛ محمدی اورنگی، ب؛ اقدسی، م. (۱۳۹۸). ارتباط بین مهارت های حرکتی ظریف و درشت با پیشرفت تحصیلی در کودکان: نقش واسطه هوش هیجانی. مطالعات روان شناسی ورزشی، ۸(۳۰)، ۲۳۹-۲۵۶.
- [۲۶] کوشان، م؛ ملاشاهی، ز؛ دلبری، ا؛ رخشانی، م. (۱۳۹۳). تاثیر خاطره گویی گروهی بر میزان احساس تنهایی سالمندان. دانشگاه علوم پزشکی سبزوار (اسرار)، ۲۱(۴)، ۵۶۹-۵۷۷.
- [۲۷] محمدی احمد آبادی، ن؛ فلاح زاده، ط. (۱۳۹۹). تأثیر هوش هیجانی و مهارت های ارتباطی بر شیوه های مدیریت تعارض در بین مدیران آموزشی مدارس. مدیریت و چشم انداز آموزش، ۲(۴) (پیاپی ۶)، ۵۵-۸۱.
- [۲۸] مسعودی، ک؛ علوی، ا. (۱۳۹۹). ارتباط هوش هیجانی پرستاران با تصمیم گیری بالینی. مجله مراقبت پرستاری و مامایی ابن سینا (مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان)، ۲۹(۱)، ۱۴-۲۲.
- [۲۹] میرصیفی فرد، ل؛ فتح اله زاده، ن؛ رستمی، م؛ دربانی، س. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش شوخ طبعی بر نشانه های هراس اجتماعی. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۱۴(۵۳)، ۷۵-۸۵.
- [۳۰] میکائیلی، ن؛ آفاجانی، س؛ فایضی، ن؛ رحمتی، م؛ سوره، ج. (۱۳۹۹). مقایسه ی دلسوزی نسبت به خود، شوخ طبعی و ناگویی عاطفی در بین مادران کودکان اتیسم با بهنجار در شهر اهواز. طب توانبخشی، ۹(۱)، ۲۴۲-۲۵۱.
- [۳۱] میکائیلی، ن؛ رجبی، س؛ عباسی، م. (۱۳۹۱). مقایسه احساس تنهایی، سلامت روانی و خودکارآمدی در سالمندان. یافته های نو در روان شناسی (روان شناسی اجتماعی)، ۷(۲۲)، ۷۳-۸۱.
- [۳۲] نجفی، م؛ صالحین، م؛ محمدیفر، م. (۱۳۹۵). رابطه حرمت خود، سبک های شوخ طبعی و کمرویی با احساس تنهایی در دانش آموزان. فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی، ۱۲(۳)، ۵۹۰-۷۷.
- [۳۳] نیکومنش، ن؛ شعبانی، ر. (۱۳۹۹). بررسی نقش آموزش از راه دور با هوش هیجانی و هوش شناختی دانشجویان در دوران کرونا. اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی و علوم انسانی.