مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره دوازدهم، خرداد ۱۳۹۲، ۲۳۲-۲۱۹

بررسی ارتباط بین هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان

طیبه یگانه[۱]، رضا سلطانی‌شال[۲] سیّد موسی کافی[۳]، عباسعلی حسین‌خانزاده[۴]

دریافت مقاله: ۹۱/۶/۱۹ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۹۱/۷/۲۴ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۹۱/۸/۲۰ پذیرش مقاله: ۹۱/۹/۶

چکیده

زمینه و هدف: بر اساس پژوهش‌های انجام شده و با توجه به گستردگی و تنوع عوامل مرتبط با پیشرفت تحصیلی؛ هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان است.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. برای انجام این تحقیق تعداد ۲۰۷ دانشجوی دانشگاه گیلان با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. از پرسش‌نامه هوش هیجانی، مدیریت زمان و پرسش‌نامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت به عنوان ابزار پژوهش استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش همبستگی پیرسون، رگرسیون گام به گام و آزمون T گروه‌های مستقل انجام شد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش حاضر بیانگر وجود همبستگی مثبت معنادار بین هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی با پیشرفت تحصیلی است ($p<۰/۰۱$). تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی به‌طور معناداری قادر به پیش بینی پیشرفت تحصیلی هستند.

نتیجه‌گیری: از طریق آموزش مهارت‌های هوش هیجانی، مدیریت زمان و ارتقاء سطح کیفیت زندگی دانشجویان، می‌توان اقدام به بسترسازی مناسب جهت پیشرفت تحصیلی دانشجویان نمود.

واژه‌های کلیدی: هوش هیجانی، مدیریت زمان، کیفیت زندگی، پیشرفت تحصیلی، دانشجویان

مقدمه

امروزه پیشرفت تحصیلی را بسیار فراتر از آن می‌دانند که تنها علت آن، مطالعه زیاد و داشتن بهره هوشی مناسب باشد [۱]. در بهترین حالت، بهره هوشی حدود ۲۰ درصد پیشرفت تحصیلی را تعیین می‌کند [۲]. بنابراین پیشرفت تحصیلی، به عنوان متغیر وابسته، تحت تأثیر یک عامل

۱- (نویسنده مسئول) دانشجوی کارشناسی ارشد گروه آموزشی روان‌شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تنکابن، باشگاه پژوهشگران جوان، تنکابن، ایران

تلفن: ۰۱۹۲-۴۲۷۲۲۹۴، دورنگار: ۰۱۹۲-۴۲۷۴۴۰۹، پست الکترونیکی: taiebeh_yeganeh@yahoo.com

۲- دانشجوی دکترای گروه آموزشی روانشناسی عمومی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

۳- دانشیار گروه آموزشی روانشناسی عمومی دانشگاه گیلان، گیلان، ایران

۴- استادیار گروه آموزشی روانشناسی عمومی دانشگاه گیلان، گیلان، ایران

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

نیست، بلکه عوامل متعددی بر آن تأثیر دارند که تعیین نقش و سهم هر یک به سادگی امکان‌پذیر نیست. با وجود این تحقیقات نشان می‌دهند که در این بین، عوامل آموزشی و فردی با ماهیت شناختی و اجتماعی بیشترین تأثیر را بر پیشرفت تحصیلی دارند. چنان که تأثیر شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی بر موفقیت تحصیلی یکی از زمینه‌های نوین پژوهش است. خاستگاه نظری این دسته از پژوهش‌ها مفهوم هوش هیجانی است که به وسیله Mayer پیشنهاد شده است. مهارت‌های هیجانی و اجتماعی و از جمله این مهارت‌ها یعنی انگیزه، کنترل تکانه‌ها، اطاعت از دستورات و برنامه‌ها، مهارت‌های درخواست کمک از دیگران و اظهار نیازهای هیجانی و آموزشی نقش تأثیرگذار و معناداری بر پیشرفت تحصیلی و سایر جوانب زندگی دانشجویان دارند [۳]. Mayer و همکاران در آخرین تعریف خود به مؤلفه‌های دیگری مانند؛ تسهیل هیجانی تفکر، فهم و تحلیل هیجان‌ها و به کارگیری آگاهی هیجانی و تنظیم واکنشی هیجان به منظور ارتقاء رشد هیجانی و عقلانی نیز اشاره نمودند. این مهارت شناختی، انسان را در سازش‌یافتگی با شرایط محیط زندگی، کنترل تنش‌ها و در نهایت زندگی مؤثرتر یاری می‌دهد [۴].

به عقیده Bar-on هوش هیجانی شامل مجموعه‌ای از توانایی‌ها، قابلیت‌ها و مهارت‌هایی است که فرد را برای سازش‌یافتگی مناسب با محیط و کسب موفقیت در زندگی تجهیز می‌کند [۵]. امروزه هوش هیجانی به عنوان عامل پیش‌بینی‌کننده سلامت روانشناختی، اجتماعی و پیشرفت تحصیلی و شغلی از اهمیت شایانی برخوردار شده است [۶]. چنان که پژوهش‌های انجام شده، هوش هیجانی را به عنوان یکی از بهترین عوامل پیش‌بینی‌کننده پیشرفت در تمامی سطوح زندگی از جمله تحصیل معرفی نموده‌اند [۷]. پژوهشگران فراوانی در بررسی‌های خود به نقش مؤثر هوش هیجانی بر پیشرفت تحصیلی، پیشرفت شغلی، بهداشت، سلامت روانشناختی و کارکردهای شناختی مغز دست یافته‌اند [۱۰-۸].

مدیریت زمان به عنوان روشی جهت پایش و کنترل وقت با ارتقاء بخشی به سطح بصیرت فراگیران در مورد نحوه استفاده از زمان از ضروری‌ترین مؤلفه‌های تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی به شمار می‌رود. چنان که برنامه‌ریزی و اختصاص زمان منجر به درک بیشتر افراد از زمان در دسترس شده تا به این ترتیب بتوانند به صورت هدفمند و ساختاریافته از زمان خود استفاده نمایند. پژوهشگران در تعریف مفهوم مدیریت زمان، آن را به عنوان اولویت‌بندی امور، برنامه‌ریزی کارها، توانایی نه گفتن، محدود کردن وقفه‌ها، سرمایه گذاری مطلوب زمان و کنترل بهینه زمان توسط فرد مطرح کرده‌اند. همچنین مدیریت زمان را انضباط شخصی، هدف‌گذاری، کنترل وقفه‌ها، استفاده مؤثر از منابع و راهی جهت رسیدن به اهداف شخصی [۱۱] و استفاده بهینه از وقت برای زندگی راحت‌تر و آسوده‌تر، بکارگیری شیوه‌های علمی و مؤثر، صرفه‌جویی در وقت و تنظیم آن جهت دستیابی به اهداف دانسته‌اند [۱۲].

اهمیت مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی از آنجاست که پژوهشگران استفاده دانشجویان از زمان را تفاوت و تمایز مهم میان آنها مطرح نموده و معتقدند که این تفاوت می‌تواند یکی از ویژگی‌های دانشجوی موفق و تمایز او با دانشجوی ناموفق باشد [۱۳]. پژوهش‌های انجام شده به نقش مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی به عنوان عاملی اصلی تأکید نموده‌اند، چنان‌که Macan معتقد است کنترل بیشتر دانشجویان روی زمان، سبب ارتقاء عملکرد تحصیلی

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

و افزایش رضایت زندگی آنان می‌شود [۱۴]. همچنین Trueman و Hartley بر این باورند که دانشجویان دارای مهارت‌های مدیریت زمان، تمایل بیشتری به موفقیت داشته و پیشرفت بیشتری در درس‌هایشان دارند [۱۵]. به نظر می‌رسد نقش مدیریت زمان در ارتقاء یادگیری، تنها در حیطه ساز وکار کنترل زمان محدود نمی‌شود چرا که در مطالعات متعددی اثربخشی مثبت آن بر سلامت و به ویژه سلامت روانشناختی به عنوان یک راهکار تطابقی نیز مورد تأیید قرار گرفته است [۱۶]. به این ترتیب نقش مؤثر سلامتی در تبیین پیشرفت تحصیلی به عنوان عاملی دیگر مطرح می‌گردد و کیفیت زندگی یکی از شاخص‌هایی است که برای ارزیابی سلامتی معرفی شده است.

طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت کیفیت زندگی عبارتست از ادراک افراد از وضعیت زندگی خود در قالب فرهنگ و ارزش‌های حاکم بر جامعه، در راستای اهداف، انتظارات، استانداردها و علایق شخصی افراد. بر اساس این تعریف جامع، کیفیت زندگی ارتباط تنگاتنگی با وضعیت جسمی، روانشناختی، اعتقادات شخصی، میزان خود اتکایی، پیشرفت، ارتباطات اجتماعی و محیط زیست دارد. در واقع کیفیت زندگی هر فرد به درک منحصر به فرد وی از زندگی بستگی دارد و این‌که زندگی، با وجود ارتباطی که وی با خانواده، دوستان و جامعه دارد به چه میزان ارضاءکننده است [۳].

در بررسی‌های متعددی پژوهشگران به نقش کیفیت زندگی بر پیشرفت تحصیلی اشاره کرده‌اند و دریافته‌اند که عواملی مانند مشکلات بهداشتی، مشکلات اقتصادی، سازش نایافتگی اجتماعی، عدم آشنایی با محیط دانشگاه، دوری از خانواده، سبک زندگی و کیفیت روابط خانوادگی که از ریز مؤلفه‌های کیفیت زندگی محسوب می‌گردند تأثیر منفی معناداری بر پیشرفت تحصیلی دارند [۱۷].

با توجه به نظام آموزشی ما که کماکان در آن بر توانایی تحصیلی تأکید می‌شود و مؤلفه‌هایی مانند کیفیت زندگی فراگیران، توانایی مدیریت زمان و در نهایت هوش هیجانی به عنوان مجموعه‌ای ازصفات که بی‌اندازه در سرنوشت افراد اهمیت دارند، نادیده انگاشته می‌شود، ضرورت انجام پژوهش در این حیطه مشخص می‌گردد، به ویژه این‌که در بیشتر مطالعات انجام شده در این حیطه به بررسی متغیرهای مذکور به صورت مجزا پرداخته شده بود بنابراین در این پژوهش سعی شده است با در نظر گرفتن این سه مؤلفه با هم، به این خلأ پژوهشی پوشش داده شود.

با این نگرش که نتایج این مطالعه بتواند با ارائه تصویر عینی و گویا از کم و کیف نارسایی‌ها و نقاط قوت دانشجویان زمینه مناسبی برای برنامه‌ریزان بهداشت روانی فراهم نماید؛ پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط بین سازه‌های هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی با پیشرفت تحصیلی، به دنبال تعیین سهم پیش‌بینی‌پذیری پیشرفت تحصیلی توسط این سازه‌ها است.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل دانشجویان واحد بین‌الملل دانشگاه گیلان، در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۷ است. با استفاده از فرمول $n = \frac{NZ^2PQ}{Nd^2 + Z^2PQ}$ تعداد ۲۰۷ نفر دانشجو، با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند.

در این پژوهش جهت اندازه‌گیری هوش هیجانی دانشجویان از مقیاس هوش هیجانی Furnham و Petrides

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

استفاده شده است [۱۸]. این ابزار با تغییر مقیاس Schutt و با استفاده از روش تحلیل عوامل بر روی این مقیاس ساخته شد. مقیاس هوش هیجانی Furnham و Petrides متشکل از ۳۰ ماده است که ویژگی‌های هوش هیجانی را در چهار عامل خوش‌بینی، کنترل عواطف، درک عواطف خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی نشان می‌دهد. پاسخ‌ها به صورت درجه‌بندی شده از کاملاً موافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) بر یک مقیاس هفت درجه‌ای از نوع لیکرت تنظیم شده‌اند. هوش هیجانی فرد از مجموع نمره‌های چهار عامل به دست می‌آید، که بیشترین و کمترین نمره در کل آزمون ۲۱۰ و ۳۰ است.

ضرایب آلفای کرونباخ مربوط به پایایی مقیاس از ۰/۷۶ تا ۰/۸۶ گزارش شده است [۱۸]. همچنین در پژوهشی دیگر ضرایب پایایی کل مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۷ و برای خرده مقیاس‌های آن ۰/۷۶، ۰/۷۷، ۰/۷۵ گزارش نموده‌اند. روایی این مقیاس از طریق همبسته کردن آن با آزمون هوش هیجانی Schutt برای کل مقیاس ۰/۴۰ و برای خرده مقیاس‌های آن ۰/۳۹، ۰/۳۳، ۰/۳۷ و ۰/۳۵گزارش شد که همگی در سطح p<۰/۰۰۱ معنی‌دار بودند [۱۹]. همسانی درونی پرسش‌نامه براساس نمونه اولیه ۱۰۲ نفری ۰/۸۶بود [۱۸]. در پژوهش حاضر پایایی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمده است.

پرسش‌نامه مدیریت زمان توسط Hafezi و همکاران تهیه شده است و فرم اصلی آن شامل ۳۰ عبارت است و پاسخ‌ها به صورت درجه‌بندی شده از کاملاًموافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) بر یک مقیاس پنج درجه‌ای از نوع لیکرت صورت می‌گیرند. حداقل نمره ۳۰ و حداکثر آن ۱۵۰ است. این مقیاس مهارت‌های فردی مدیریت زمان که شامل شش بعد هدف‌گذاری، اولویت‌بندی هدف‌ها و فعالیت‌ها، برنامه‌ریزی عملیاتی، تفویض اختیار، مدیریت ارتباطات و مدیریت جلسات می‌باشد را اندازه‌گیری می‌کند. Hafezi و همکاران با محاسبه ضریب همبستگی بعد از دوبار اجرا پرسش‌نامه مذکور، ضریب پایایی آن را در بخش اول پرسش‌نامه برابر با ۹۴٪ اعلام نمودند که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار گردید و همچنین ضریب مذکور در بخش دوم پرسش‌نامه برابر با ۹۷٪ گزارش شد که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار شد. روایی این پرسش‌نامه نیز با ضریب همسانی درونی بالایی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار گردید [۱۳]. در پژوهش حاضر ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۷۵٪ به دست آمده است.

در پرسش‌نامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت مقیاسWHOQOL-BREF توسط سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۹) به منظور سنجش کیفیت زندگی طراحی شده است. فرم کوتاه این پرسش‌نامه دارای ۲۶ سؤال است. جهت سنجش سلامت جسمی ۷ گویه، سلامت روان شناختی ۶گویه، روابط اجتماعی ۳ گویه و سلامت محیطی ۸ گویه طراحی شده است، ۲ سؤال اول نیز حیطه کلی کیفیت زندگی را می‌سنجند. در هر یک از حیطه‌های سلامت جسمی، سلامت روان‌شناختی، روابط اجتماعی و سلامت محیطی به تفکیک امتیازی معادل ۴-۲۰ به دست می‌آید که امتیاز ۴ نشانه بدترین و امتیاز ۲۰ نشانه بهترین وضعیت است [۲۰]. در ایران فرم کوتاه ۲۶ سؤالی آن توسط Nasiri و همکاران ترجمه و اعتباریابی و ساختار عاملی آن تأیید گردید [۲۱].

Nejat و همکاران ضریب آلفای پرسش‌نامه را برای جمعیت سالم در حیطه سلامت جسمانی ۰/۷۰، سلامت روانی ۰/۷۳، روابط اجتماعی ۰/۵۵ و ارتباطات محیطی

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

۰/۸۴ به دست آورده‌اند و ضریب پایایی روش بازآزمایی را پس از دو هفته ۰/۷۰ گزارش کرده‌اند [۲۰]. در پژوهش Nasiri و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۴ گزارش شد [۲۱]. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمد.

پیشرفت تحصیلی به جلوه‌ای از وضعیت تحصیلی دانش‌آموز یا دانشجو اشاره دارد که نشان‌دهنده میانگین نمرات برای مجموعه‌ای از دوره‌ها در یک درس یا میانگین نمرات دوره‌های مختلف است. با توجه به طبقه‌بندی معدل نیمسال تحصیلی دانشجویان، نمره معدل آنها به عنوان ملاک پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته شد.

روش تکمیل پرسش‌نامه‌ها برای تمامی افراد نمونه یکسان بود. پس از کسب رضایت فرد و ارائه توضیح در مورد چگونگی پر کردن پرسش‌نامه، پرسش‌نامه‌ها در اختیار دانشجویان قرار گرفت. برای تکمیل پرسش‌نامه‌ها محدودیت زمانی اعمال نشد.

پس از جمع‌آوری اطلاعات، در تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۱۵ به بررسی میانگین و انحراف معیار هر یک از متغیرها پرداخته شد. جهت بررسی رابطه بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد. از آزمون T مستقل جهت مقایسه دو جنس دختر و پسر در متغیرهای مورد پژوهش استفاده شد.

نتایج

تعداد دانشجویان مورد بررسی ۲۰۷ نفر بود که ۱۴۶ نفر دختر (۷۳٪)، با میانگین سنی برابر با (۲۱/۴۴±۱/۶۰) و ۶۱ پسر (۲۷٪) با میانگین سنی برابر با (۲۱/۶۱±۱/۶۰) مشخص شدند. در بررسی سن دانشجویان حداقل سن ۱۸ و حداکثر ۲۸ سال بود که در مقاطع و رشته‌های مختلف مشغول به تحصیل بودند. ۵۴٪ غیربومی و ۴۶٪ همبستگی بومی بودند.

شاخص‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و همچنین بررسی معناداری تفاوت میانگین مشاهده شده دانشجویان دختر و پسر در متغیرهای پیشرفت تحصیلی، هوش هیجانی، کیفیت زندگی و مدیریت زمان در جدول ۱ ارائه شده است. با توجه به نتایج جدول ۱، تفاوت مشاهده شده در میانگین متغیر مدیریت زمان بین دو جنس از لحاظ آماری معنادار است به این معنی که دانشجویان پسر در سازه مدیریت زمان دارای عملکرد بهتری‌اند. در سازه‌های پیشرفت تحصیلی، هوش هیجانی و کیفیت زندگی از لحاظ آماری تفاوت معناداری بین دو جنس مشاهده نگردید (جدول۱).

به منظور بررسی رابطه هوش هیجانی، کیفیت زندگی و مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد (جدول۲). چنان که مشاهده می‌شود معنی‌دار بودن ضرایب همبستگی هر سه متغیر پیش‌بین، نشانگر یک رابطه مثبت بین پیشرفت تحصیلی و متغیرهای پیش بین است. یعنی با افزایش میزان متغیرهای پیش بین، پیشرفت تحصیلی نیز افزایش می‌یابد.

به منظور بررسی این که کدام یک از زیر مؤلفه‌های متغیرهای پیش‌بین، نقش بیشتری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دارند از زیرمؤلفه‌های این متغیرها به عنوان پیش‌بین برای پیشرفت تحصیلی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است. دو مؤلفه از هوش هیجانی (درک عواطف خود و دیگران، مهارت های اجتماعی)، سه مؤلفه از مدیریت زمان (اولویت‌بندی اهداف و فعالیت‌ها،

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

مدیریت ارتباطات و برنامه‌ریزی) و در نهایت دو مؤلفه از کیفیت زندگی (سلامت روانی و ارتباطات محیطی) به طور معنی‌داری قادر به پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی هستند (جدول۳).

جدول ۱- نتایج آزمون T مستقل جهت مقایسه میانگین دانشجویان دختر و پسر در متغیرهای مورد پژوهش

متغیر	جنسیت	تعداد	انحراف معیار ± میانگین	T	سطح معناداری
پیشرفت تحصیلی	دختر	۱۴۶	۱/۴۳±۱۸/۴۷	۰/۹۶	۰/۳۳۸
	پسر	۶۱	۱/۶۶±۱۷/۶۲		
هوش هیجانی	دختر	۱۴۶	۴۹/۶۱±۱۳۱/۰۱	۰/۱۱-	۰/۹۱۳
	پسر	۶۱	۴۵/۹۲±۱۳۰/۲۴		
کیفیت زندگی	دختر	۱۴۶	۱۲۹/۱۸±۱۰۸/۶۱	۰/۶۹-	۰/۴۹۵
	پسر	۶۱	۶۷/۵۰±۹۶/۱۱		
مدیریت زمان	دختر	۱۴۶	۵۹/۴۱±۱۰۷/۲۷	۰/۳۵	*۰/۰۰۱
	پسر	۶۱	۵۷/۳۶±۱۱۰/۰۰		

p<۰/۰۵ :

جدول۲- نتایج آزمون رگرسیون گام به گام پیشرفت تحصیلی بر اساس متغیرهای هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی

گام	متغیر	R	R^2	F	خطای برآورد	B
۱	**مدیریت زمان**	۰/۸۶	۰/۷۵	۶۲۳/۷	۰/۰۷۲	*۰/۸۶
۲	**مدیریت زمان**	۰/۸۷	۰/۷۷	۳۴۳/۷	۰/۰۷۱	*۰/۴۶
	هوش هیجانی					*۰/۴۲
۳	**مدیریت زمان**	۰/۸۸	۰/۷۸	۲۳۶/۲	۰/۰۷۱	*۰/۴۲
	هوش هیجانی					*۰/۳۱
	کیفیت زندگی					*۰/۱۷

p<۰/۰۵ :

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

جدول ۳- رگرسیون گام به گام پیشرفت تحصیلی براساس زیر مؤلفه‌های هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی

گام	متغیر	R	R^2	F	خطای انحراف معیار	B
۱	اولویت بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۱	۰/۶۶	۴۱۴/۱۱	۰/۵۳۹	*۰/۳۰۵
۲	اولویت بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۵	۰/۶۶	۲۷۳/۰۲	۰/۴۹۱	*۰/۲۴۸
	مدیریت ارتباطات					*۰/۳۴۱
۳	اولویت بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۶	۰/۷۰	۱۹۴/۲۸	۰/۴۷۸	*۰/۲۳۶
	مدیریت ارتباطات					*۰/۳۴۱
	برنامه ریزی					*۰/۹۶۱
۴	اولویت بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۷	۰/۷۲	۱۶۰/۳۵	۰/۴۶۱	*۰/۳۴
	مدیریت ارتباطات					*۰/۳۹۷
	برنامه‌ریزی					*۰/۱۱۳
	مهارت‌های اجتماعی					*۰/۴۲۳
۵	اولویت بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۹	۰/۷۵	۱۵۵/۵	۰/۴۲۸	*۰/۳۵۶
	مدیریت ارتباطات					*۰/۴۲۳
	برنامه‌ریزی					*۰/۰۸۵
	مهارت‌های اجتماعی					*۰/۴۸۱
	درک عواطف خود و دیگران					*۰/۲۷۷
۶	اولویت‌بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۸۹	۰/۷۷	۱۴۰/۰۹	۰/۴۱۴	*۰/۲۷۹
	مدیریت ارتباطات					*۰/۳۳۴
	برنامه ریزی					*۰/۰۸۳
	مهارت‌های اجتماعی					*۰/۳۹۳
	درک عواطف خود و دیگران					*۰/۴۶۵
	سلامت روانی					*۰/۲۷۶
۷	اولویت‌بندی اهداف و فعالیت‌ها	۰/۹۰	۰/۷۸	۱۳۸/۸	۰/۴۰۲	*۰/۲۰۱
	مدیریت ارتباطات					*۰/۱۱۲
	برنامه‌ریزی					*۰/۰۸۱
	مهارت‌های اجتماعی					*۰/۱۲۵
	درک عواطف خود و دیگران					*۰/۱۰۲
	سلامت روانی					*۰/۱۱۸
	ارتباطات محیطی					*۰/۲۸۴

**: $p<۰/۰۵$*

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

بحث

تحلیل داده‌های پژوهش حاضر بیانگر وجود همبستگی مثبت معنادار بین پیشرفت تحصیلی و هوش هیجانی و به علاوه پیش‌بینی‌پذیری پیشرفت تحصیلی توسط سازه هوش هیجانی است. نتایج مطالعات Jiwen Song و همکاران، Rode و همکاران، Lyons و Schnieder، Safavi و Moenikia و Zahed-Babelan با این یافته از پژوهش حاضر همسو است [۲۶-۲۲]. در تمامی این پژوهش‌ها به وجود رابطه مثبت معنی‌دار بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی اشاره شده است. به طوری که افراد با بهره‌مندی بیشتر از هوش هیجانی در سازش‌یافتگی تحصیلی موفقیت بیشتری کسب نموده و به پیشرفت تحصیلی بالاتری دست یافته‌اند. در همین راستا salovey و Mayer معتقدند هوش هیجانی بیشتر از بهره هوشی، متضمن موفقیت فرد است [۲۷]. بنا بر اعتقاد Pasi رفتار اجتماعی مناسب در کلاس که نشانگر هوش هیجانی بالاست، با رفتارهای هوشمندانه مثبت مرتبط است و عملکرد در آزمون‌های هنجاریابی شده، پیشرفت تحصیلی را پیش بینی می‌کند. در حالی که رفتار ضداجتماعی که ناشی از هوش هیجانی پایین می‌باشد اغلب با عملکرد تحصیلی ضعیف همراه است [۲۸]. نتایج پژوهش Van der Zee و همکاران که در آن نشان داده شد بین هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی ارتباط ضعیفی وجود دارد، با نتایج پژوهش حاضر مخالف است [۲۹].

مطابق با ویژگی‌های مؤلفه ادراک هیجانی، هرچه سطح هوش هیجانی دانشجویان بالاتر باشد ادراک هیجانی آنان نیز افزایش می‌یابد. این سطح از ادراک با افزایش قدرت درک و ارزیابی مفاهیم آموزشی، کنش‌وری سازمان یافته را افزایش می‌دهد این وضعیت منجر به بسترسازی مناسب درون‌روانی جهت رسیدن به سازش‌یافتگی تحصیلی و آموزشی دانشجویان می‌شود. از سوی دیگر با بالاتر بودن سطح هوش هیجانی، ویژگی تسهیل هیجانی بیشتر به دانشجویان کمک می‌کند تا با سازماندهی افکار، حافظه و محتویات حافظه به گونه‌ای انسجام یافته‌تر با مسائل آموزشی مواجه گردند. همچنین ویژگی تسهیل هیجانی با تغییرات مثبت رفتاری به سازش بهتر فراگیران با محیط کمک می کند. در پرتو ویژگی شناخت هیجانی، افراد با هوش هیجانی بالا علاوه بر افزایش توجه به مسائل آموزشی و اهتمام در به کارگیری راهبردهای مؤثر جهت ارتقای عملکرد تحصیلی خود، به شکلی موفق در این حوزه گام بر داشته که بر این اساس شناخت هیجانی با سازوکارهای پیش‌بینی، کنترل و راهبردهای رویارویی کارآمد به بهبود کیفیت تحصیلی و رسیدن به سازش‌یافتگی مطلوب آموزشی کمک می نماید. ویژگی مدیریت هیجان‌ها نیز که در دانشجویان با هوش هیجانی بالا شکلی مفید و بارز داشته می‌تواند از بروز بحران‌های عاطفی پیشگیری نماید که این امر به نوبه خود می‌تواند بر عملکرد تحصیلی تأثیر مثبت گذارد. افزون بر سازوکار پیشگیری، سازماندهی هیجانی قدرت سازش‌پذیری دانشجویان را به لحاظ اجتماعی و آموزشی نیز ارتقاء می‌بخشد [۳۰].

در جهت ارائه تبیینی دیگر چنان که Zins و همکاران معتقدند، می‌توان گفت که داشتن هوش هیجانی از جوانب مختلف باعث بهبود عملکرد تحصیلی می‌گردد، چرا که دانشجویانی که قادر به مواجهه هوشمندانه با هیجان‌های خویش هستند، خویشتن‌دارترند، اعتماد به نفس بالایی دارند، برای یادگیری تلاش بیشتری می‌کنند، خود انگیخته‌ترند و برای رسیدن به هدف و انجام وظیفه، هیجان‌ها و تنیدگی‌های خود را مهار می‌کنند و در واقع با

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

میانجی‌گری هوش هیجانی و تعدیل عوامل تنیدگی‌زا سبب پیشرفت تحصیلی خود می‌گردند [۳۱]. می‌توان برای رابطه هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی، نقش میانجی یا تعدیل‌کنندگی قائل شد. افراد دارای هوش هیجانی بالاتر، برای واکنش‌های هیجانی اهمیت بیشتری قائلند، در احساس‌های خود از انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردارند، دارای حس وظیفه شناسی هستند و در جهت پیشرفت تحصیلی گام بر می‌دارند [۳۲]. چنانچه برخی از مؤلفان تصریح کرده‌اند مداخله مستقیم در تعیین کننده‌های روانشناختی یادگیری (که هوش هیجانی از آن جمله است) از اثر بخش ترین شیوه های اصلاحی به‌شمار می‌رود. [۳۲].

از دیگر نتایج پژوهش حاضر همبستگی مثبت و معنی‌دار مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی و همچنین پیش‌بینی‌پذیری پیشرفت تحصیلی از طریق مدیریت زمان است. در همین راستا Hashemizadeh معتقد است از مهم‌ترین عوامل اتلاف وقت عبارتند از؛ مکالمات تلفنی، ارتباطات دوستانه بیش از حد، ناتوانی در نه گفتن به تقاضاهای نامعقول دیگران و صحبت‌های طولانی که کاهش این عوامل و کنترل آنها سبب ارتقاء پیشرفت تحصیلی می‌گردد [۳۳]. همچنین Kelly معتقد است که افراد دارای نمره مدیریت زمان بیشتر، نمره بهتری نیز در رضایت شغلی و رضایت زندگی خود کسب می‌کنند و دارای پیشرفت‌های تحصیلی بیشتری هستند [۳۴].

در تبیین این یافته می‌توان به نقش مدیریت زمان در درک وظایف، محدودیت‌ها و سازش‌یافتگی با موقعیت‌های مختلف اشاره نمود. چنان که دانشجویان در پرتو این توانایی قادرند با تعیین اهداف، وظایف محوله را برنامه‌ریزی و الویت‌بندی کرده و به این ترتیب با افزایش یافتن درک دانشجویان از زمان دردسترس، بتوانند به صورت هدفمند و ساختاربندی شده از زمان خود استفاده کنند. لذا با استفاده از روش‌های مدیریت زمان، بصیرت دانشجویان در مورد نحوه استفاده از زمان افزایش می‌یابد و می‌توانند به طور دقیق‌تری مدت زمان لازم جهت انجام وظایف را تخمین زده و به نتایج بهتری دست یابند. چنان که در پژوهش حاضر نیز مشخص گردید دانشجویان با بهره‌مندی بیشتر از توانایی مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی به نتایج بهتری دست یافته‌اند. بنابراین مدیریت زمان ساختاری جهت پایش خود محسوب می‌شود که بر اساس بازخورد دریافتی، می‌توان محدودیت‌های زمان را به حداقل رساند. تأثیر مثبت مدیریت زمان بر پیشرفت تحصیلی به طور غیر مستقیم نیز قابل تبیین است. چنان که محققان نشان داده‌اند با اثرگذاری مثبت مدیریت زمان روی سلامت جسمانی و روانشناختی افراد و مشکلات روان‌تنی، تنیدگی و فشارهای روانشناختی ناشی از کار کاهش می‌یابد و به این ترتیب می‌توان شاهد افزایش سلامت جسمی و روانشناختی آنان گردید و همین امر سبب ارتقاء عملکرد جنبه‌های مختلف زندگی افراد به ویژه عملکرد تحصیلی دانشجویان می‌گردد [۳۵].

از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر پیش‌بینی‌پذیری پیشرفت تحصیلی بر اساس متغیر کیفیت زندگی است. در همین راستا Hezar jaribidastaki نشان داد مؤلفه‌های کیفیت زندگی از جمله خستگی، عدم تمرکز، شاغل بودن، عدم تأمین بودجه کافی برای تحصیل، عدم استراحت و عدم خواب کافی سبب افت تحصیلی دانشجویان می‌شود [۳۶]. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش Astin نیز مطابقت دارد که نشان داد کیفیت زندگی مناسب دوران دانشجویی نقش مهمی در پیشرفت تحصیلی و فرایند

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

یادگیری دانشجویان دارد [۳۷]. در نتایج پژوهش Esra Ceyhan و Aykut Ceyhan نیز نشان داده شده است که دانشجویان دارای کیفیت زندگی بهتر دارای عملکرد تحصیلی بهتری نیز هستند [۳۸].

در تبیین نقش کیفیت زندگی در پیشرفت تحصیلی همان‌گونه که Fleming و همکاران یافته‌اند می‌توان مطرح نمود که وجود استرس‌ها و اضطراب‌های دوران دانشجویی، کیفیت پایین محیط زندگی، سلامت روانشناختی پایین و کیفیت پایین ارتباطات و روابط اجتماعی و نیز پایین بودن سطح سلامت عمومی که سازنده کیفیت زندگی پایین دانشجویان است می‌توانند سایر عملکردهای دانشجویان از جمله پیشرفت تحصیلی آنان را تحت تأثیر قرار داده و سبب افت تحصیلی دانشجویان و یادگیرندگان گردد [۳۹]. به طور کلی دانشجویان با برخورداری از سطح کیفیت زندگی مناسب می‌توانند با برقراری شبکه‌های اجتماعی قوی‌تر، حمایت اجتماعی، ثبات عاطفی، پیش‌بینی اهداف مطلوب در آینده و سازش‌یافتگی مؤثر با عوامل تنیدگی‌زای محیطی به پیشرفت تحصیلی مناسبی دست یابند.

نتایج تحلیل رگرسیون در پژوهش حاضر نشان داد که پیشرفت تحصیلی دانشجویان توسط دو مؤلفه از هوش هیجانی (درک عواطف خود و دیگران، مهارت‌های اجتماعی)، سه مؤلفه از مدیریت زمان (اولویت‌بندی اهداف و فعالیت‌ها، مدیریت ارتباطات و برنامه‌ریزی) و در نهایت دو مؤلفه از کیفیت زندگی (سلامت روانی و ارتباطات محیطی) به طور معناداری قابل پیش‌بینی است. به طور کلی یافته‌های پژوهش حاضر و سایر پژوهش‌های مشابه بیانگر اهمیت هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی در ارتقاء سطح علمی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان است و این متغیرها به‌عنوان زمینه‌ساز و پیش‌بینی‌کننده پیشرفت تحصیلی معرفی می‌گردند.

یافته دیگر پژوهش حاضر عدم وجود تفاوت معنادار بین دانشجویان دختر و پسر در نمره کلی هوش هیجانی است که با نتایج سایر مطالعات مبنی بر عدم وجود تفاوت معنی‌دار در مؤلفه هوش هیجانی بین دختران و پسران همسو است. همان طور که در مطالعات فراوانی نشان داده شده است توانایی ابراز هیجان و همدلی در زنان بیشتر از مردان است و همچنین در روابط بین فردی میزان توجه زنان به هیجان‌های افراد دیگر بیشتر است. نتایج پژوهش‌های فراوانی که در آن به بیشتر بودن هوش هیجانی زنان نسبت به مردان اشاره شده است با این یافته از پژوهش حاضر همسواند [۴۱-۴۰]. علاوه بر این مطالعاتی نیز وجود دارند که بر عدم اختلاف هوش هیجانی دختران و پسران دلالت می‌کنند [۴۲] و به عنوان یافته مخالف نمود می‌یابند. همچنین نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که عملکرد دانشجویان دختر نسبت به دانشجویان پسر در متغیر مدیریت زمان به طور معناداری بهتر است که با نتایج پژوهش Trueman و Hartley و همچنین Ravari و همکاران همسویی و مطابقت دارد [۳۵، ۱۵].

در یک جمع‌بندی کلی انتظار می‌رود افراد با بهره‌مندی از سطح کیفیت زندگی مناسب، مدیریت زمان و توانایی‌های هیجانی در مقابله با چالش‌های زندگی، به موفقیت بیشتری دست یابند. بر این اساس پیشنهاد می‌شود با انجام پژوهش‌های مشابه، به بررسی سایر مهارت‌ها و راهبردهای لازم جهت سازش‌یافتگی بیشتر با تغییرات و وظایف دوره دانشجویی پرداخته شود و از این

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

راه با ایجاد بسترسازی مناسب، انگیزش و توانایی لازم برای یادگیری در سرتاسر عمر به دانشجویان داده شود.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج پژوهش حاضر به نظر می‌رسد در هنگام رویارویی با رویدادهای روزمره، بهره‌مندی از توانمندی‌هایی مانند هوش هیجانی، مدیریت زمان نقش مؤثری در تشخیص پاسخ‌های هیجانی، گسترش دامنهٔ بینش و ایجاد نگرش مناسب دربارهٔ وقایع و هیجان‌ها دارد. بنابراین نتایج پژوهش حاضر می‌تواند توجیه‌کننده مسئولان در اهتمام بیشتر به متغیرهای هوش هیجانی، مدیریت زمان و کیفیت زندگی در برنامه‌ریزی‌های آموزشی شان باشد.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمامی افرادی که در انجام این پژوهش مشارکت نمودند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

[1] Masoudi A. Mohammadi M. Examining the Effects of Residence and Gender on College Student Perceptions and Academic Performance. *J Soc Sci & Humanities of Shiraz Univ* 2006; 25, 4: 185-200.

[2] Akbary M, Rezaeian H, Mody M. Study of emotional intelligence of Arak University students and it's relation with computer anxiety. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health* 2007; 35: 129-34. [Farsi]

[3] Mayer JD, Cobb CD. Educational Policy on emotional intelligence: does it make Sense? *Educational Psychology Review* 2000; 12, 163-83.

[4] Mayer JD, Roberts RD, Barsade SG. Human abilities: emotional intelligence. *Annu Rev Psychol* 2008; 59: 507-36.

[5] Bar-On R. 'Emotional intelligence : an integral part of positive psychology', *South African Journal of Psychology* 2010; 40, 1: 54-2. [http://www.journals.co.za/ej/ejour_sapsyc.html]

[6] Liff S. Social and Emotional intelligence. *Appl Develop Educ* 2003; 26: 28-35.

[7] Parker JD, Summerfield J, Hogan MJ, Majestic SA. Emotional Intelligence and Academic Success: Examination the transition from High School To University. *Personality and Individual Difference* 2004; 36(1): 163-72.

[8] Mehrabiyan A. *Beyond IQ:* broad- based measurement individual success potential or emotional intelligence, *Genetic Soc General Psychol Monographs* 2000. [Farsi]

[9] Bar-On R. The impact of emotional intelligence on subjective well-being. *Perspectives in Education* 2005; 23 (2): 41-61.

[10] Akbari A, Aghayousefi AR. Correlation between fluid intelligence, dimensions of personality

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

(extroversion, neurosis and psychosis) and emotional intelligence with academic success in high school students. *J Appl Psychol* 2010; 4, 2(14): 44-57. [Farsi]

[11] Jerrold S, Greenberg. Comprehensive Stress Mangement. 7th ed.Mcgraw-hill Higher Education. 2000.

[12] Keith G, Morgan S. What are the administrative tasks and Priorities for Continuing Education Administrative? *J Continuing Higher Education* 1998; 36: 2, 6-10.

[13] Hafezi S, Naghibee H, Naderi E, Najafi S, Mahmoodi H. The correlation between personal skill and organizational behavioral time management among educational administrators. *J Behavioral Sci* 2008; 2(2). [Farsi]

[14] Macan TH. Time management: Test of a process model. *J Appl Psychol* 1994; 79: 381-91.

[15] Trueman M, Hartley JA. Comparison between the time-management skills and academic performance of mature and traditional-entry university student's. *J Higher Educe* 1996; 32: 199-215.

[16] Jex JM, Elacqua TC. Time management as a moderator of relations between stressors and employee strain. *Work Stress* 1999; 13: 182-91.

[17] Unalan D, Celikten M, Soyer F, Ozturk A. Quality of life in turkish university students and its relationship to levels of state-trait anxiety. *J Social Behavior and Personality* 2008; 36(3): 417-24.

[18] Petrides KV, Furnham A. On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences* 2000; 29: 313-20.

[19] Mehrabizadehhonarmand M, Ali Akbaridehkordi M, Najarian B, Shokrkon H, SHehni Yeylagh M. Identification and comparison of gender types of employed women and their spouses on mental health, marital satisfaction and emotional intelligence. *J Educ Psychol* 2006; 13(3): 53-80. [Farsi]

[20] Nejat S, Montazeri A, Holakouee K, Mohammad K, Majdzadeh R. Psychometric properties of the Iranian interview-administered version of the World Health Organization's Quality of Life Questionnaire (WHOQOL-BREF): a population-based study. *BMC Health Serv Res* 2008; 8: 61. [Farsi]

[21] Nasiri H, Hashemi L, Hoseini M. Investigation quality of life in Shiraz University students based on world health organization quality of life scale. Proceedings of the 3rd National Seminar of Student Mental Health Shiraz University; 2006; 6-8. [Farsi]

[22] Lyons JB, Schneider TR. The Influence of Emotional Intelligence on Performance. *Elsevier Ltd* 2005.

[23] Song J, Huang G, Peng Z, Law KS, Wong CS, Chen ZJ. Differential effects of general mental ability and emotional intelligence on academic performance and social interactions intelligence. *Intelligence* 2010; 38: 137-43.

[24] Rode JC, Mooney CH, Arthaud-day ML, Near JP, Rubin RS, Baldwin TT & Bommer WH. An examination of the structural, discriminant, nomological, and incremental predictive validity of the MSCEIT© V2.0. *Intelligence* 2008; 4: 350-66.

[25] Safavi M, Mousavi-Lotfi SM, Lotfi R. [Correlation between emotional intelligence and socio-emotional adjustment in pre-university girl students in Tehran in [2008] Persian. *Pajoohandeh* 2010; 14(5): 255-61. [Farsi]

[26] Zahed-Babelan A, Moenikia M. The role of emotional intelligence in predicting students' academic achievement in distance education system.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

Procedia - Social and Behavioral Sciences 2010; 2(2): 1154-7. [Farsi]

[27] Mayer JD, Salovey P, Caruso D. Models of Emotional Intelligence in Handbook of intelligence. Cambridge, England: Cambridge University press 2000; 369-420

[28] Pasi RJ. Higher expectations: Promoting social emotional learning and academic achievement in your school. New York: Teachers College Press 2001. (pp. 89).

[29] Van der Zee K, Thijs M, Schakel L. The relationship of emotional intelligence with academic intelligence and the Big Five. *European J Personality* 2002; 16: 103-25.

[30] Mousavi M, Raeesi M, Asgharnezade F. Study of relationship between emotional intelligence and educational adjustment in pre-university girl students of Tehran in 2008; 1-5. [Farsi]

[31] Zins JE, Weissberg RP, Wang HJ, Walberg RP. Building academic success on social and emotional learning: What dose the research say? New York 2004; Teachers College Press, (pp. 170-88).

[32] Costa PT, Jr, McCrae RR. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *J Personal Social Psychology* 1980; 38, 668-78.

[33] Hashemizadeh H. Analysis of relation between time management behaviors and occupational stress of medical surgical ward's Head Nurses of educational hospitals depend on shaheed beheshti medical university. *The Quarterly J Fundamentals of Mental Health* 2006; 29(30): 51-6. [Farsi]

[34] Kelly WE. No time to worry: the relationship between worry, time structure, and time management .Graduate Department of Counseling, George Fox University, *Personality and Individual Differences* 2003; 35: 1119-26.

[35] Ravari A, Alhani F, Anoosheh M, Mirzaie-Khalilabadi T. The pattern of time management in college students of Kerman University of Medical Sciences in the year 2006. *HBI_Journals -ISMJ* 2008; 11(1): 76-84. [Farsi]

[36] Hezar jaribidastaki J. Study of students' academic achievement of educational adjustment in students of Tehran university 1994. [Farsi]

[37] Astin AW. *what matters in college? Four critical tears revisited.*san Francisco: jossey-bass. 1993; 398

[38] Ceyhan E, Ceyhan A. Earthquake survivors' quality of life and academic achievement six years after the earthquakes in Marmara, *Turkey* 2007; 31: 4, 516-29.

[39] Fleming DA, Sheppard VB, Mangan PA, Taylor KL, Tallarico M, Adams I, Ingham J. Caregiving at the end of life: perceptions of health care quality and quality of life among patients and caregivers. *J Pain Symptom Manag* 2006; 31(5): 407-20

[40] Adeyemo DA. Demographic characteristics and emotional intelligence among workers in some selected organizations in Oyo State, Nigeria. Vision. *J Business Perspective* 2008; 12(1).

[41] Harrod NR, Scheer SD. An Explanation of dolescent Emotional Intelligence in Relation to Demographic Characteristics. *Adolescence* 2005; 40: 503-12.

[42] Mandell B, Pherwani S. Relationship between Emotional Intelligence and Transformational Leadership Style: A Gender Comparison. *Journal of Business Psychol* 2003; 17(3): 387-404.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]

The Relationship between Emotional Intelligence, Time Management and Quality of Life with Academic Achievement among Students

T. Yeganeh[1], R. Soltani shal[2], S.M. Kafi[3], A.A. Hosseinkhanzadeh[4]

Received: 09/09/2012 Sent for Revision: 15/10/2012 Received Revised Manuscript: 10/11/2012 Accepted: 16/11/2012

Background and objectives: Based on previous researches and according to variety and widespread of factors related to academic achievement, the current research aimed to study the relationship between emotional intelligence, time management and quality of life with academic achievement among students.

Materials and Methods: This descriptive –correlative study was performed on all the students at university of Guilan. Two hundred seven individuals were selected via multi level cluster sampling. Research tools included emotional intelligence questionnaire, time management and World Health Organization quality of life questionnaire. Data were analyzed using Pierson Correlation Coefficient, Stepwise Multiple Regression and T-test.

Results: Data analysis showed that there is a meaningful relationship between emotional intelligence, time management and quality of life with academic achievement. In addition, Stepwise regression analysis showed that emotional intelligence, time management and quality of life significantly predict academic achievement.

Conclusions: A suitable infrastructure for students' achievement can be achieved via training of emotional intelligence skills, time management and promotion of students' life quality level.

Key word: Emotional Intelligence, Time Management, Quality of Life, Academic Achievement**,** Students

Conflict of interest: None declared.

Funding: This research was funded by Young researchers' club, Tonekabon branch, Islamic Azad university

Ethical approval: The Ethics Committee of Young researchers' club, Tonekabon branch, Islamic Azad university approved the study

How to cite this article: Yeganeh T, Soltani shal R, Kafi SM, Hosseinkhanzadeh AA. The Relationship between Emotional Intelligence, Time Management and Quality of Life with Academic Achievement among Students. *J Rafsanjan Univ Med Scie* 2013; 12(3): 219-32. [Farsi]

1- **MSc Student in Clinical Psychology,** ***Young Researchers Club, Tonekabon Branch, Islamic Azad University,Tonekabon, Iran (Corresponding Author) Tel: (0192) 4272294, Fax: (0192) 4274409, E- mail: taiebeh_yeganeh@yahoo.com***

2- PhD Students Dept. of Psycology, Ferdowsi University, Mashhad, Iran

3- Associate Prof., Dept. of Psycology, Guilan University, Guilan, Iran

4- Assistant Prof., Dept. of Psycology, Guilan University, Guilan, Iran

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.17353165.1392.12.3.4.2]