

هوش هیجانی در پرستاری

مؤلف

نسرین صادقی ابوخیلی

کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه علوم پزشکی استان مازندران
کارشناس پرستاری بیمارستان سوانح و سوختگی زارع ساری



سرشناسه : صادقی ابوخیلی، نسرین، ۱۳۵۲ -
عنوان و نام پدیدآور: هوش هیجانی در پرستاری

مشخصات نشر : ساری: علیم نور، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری : ۱۰۱ ص.: جدول، نمودار.

شابک : 978-600-7341-56-8

وضعیت فهرست نویسی : فیای مختصر

یادداشت : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی

است.

یادداشت : کتابنامه.

شماره کتابشناسی ملی : ۳۸۲۰۵۵۱

شناسنامه کتاب

◀ نام کتاب: هوش هیجانی در پرستاری

◀ مؤلف : نسرین صادقی ابوخیلی

◀ تألیف، امور زبانی و صفحه بندی: سیده فاطمه فضلای سید محله.

◀ طرح روی جلد: شهریانو فرخی.

◀ ویراستار: مریم حسین پور

◀ تدوین: علی گل افشانی

◀ تیراژ: ۵۰۰ نسخه.

◀ ناشر: علیم نور.

◀ چاپ و صحافی: پیشگام

◀ نوبت چاپ: ۱۳۹۴.

◀ قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال.

تمامی حقوق این اثر متعلق به مولف و ناشر بوده است. (نقل مطالب با ذکر مأخذ بلامانع است)
مرکز بخش: ساری - میدان امام - بلوار دانشگاه - پایین تر از حوزه هنری - کوچه گل ترگس - جنب چاپ مازند گستر

۰۱۱۳۳۲۷۳۸۷-۰۹۱۱۲۵۵۹۸۴۴

شابک: ۸-۵۶-۷۳۴۱-۶۰۰-۹۷۸ ISBN: 978-600-7341-56-8 ♦

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

پیش گفتار مولف ۷

سخن ناشر ۱۱

بخش اول

هر آنچه در مورد هوش هیجانی باید بدانیم؟

۱۷	مقدمه
۲۳	مفهوم هوش و تاریخچه ی آن
۲۵	هیجان چیست؟
۲۹	سیر مطالعه ی هوش هیجانی
۳۱	تعاریف هوش هیجانی
۳۷	ویژگی های هوش هیجانی
۳۹	ابعاد هوش هیجانی
۴۱	نظریه های هوش هیجانی
۴۳	مولفه های هوش هیجانی از دیدگاه سالووی و جان مه یر
۴۴	مفهوم هوش هیجانی از دیدگاه بار- آن
۴۷	هوش هیجانی از دیدگاه گلمن
۴۸	عناصر هوش هیجانی
۵۰	ابعاد شناختی هیجان
۵۱	رابطه ی هیجان با انگیزش
۵۲	هیجان به عنوان انگیزش
۵۲	تأثیر هوش هیجانی در زندگی
۵۳	افزایش هوش هیجانی
۵۸	هوش هیجانی و شخصیت
۵۹	هوش هیجانی و بیماری های روانی

- ۶۱ ابراز هیجان و پیامدهای آن در قلمرو سلامت
- ۶۳ یادگیری تنظیم هیجانات برای برخورداری از سلامت بهتر روان و بدن
- ۶۴ نتیجه‌گیری بخش اول

بخش دوم

آموزش هوش هیجانی به پرستاران

- ۶۸ مقدمه
- ۷۹ نقش هوش هیجانی در مدیریت پرستاری
- ۸۲ آموزش هوش هیجانی به پرستاران
- ۸۵ تقویت هوش هیجانی در دانشجویان پرستاری
- ۸۸ ده توصیه برای بهبود هوش هیجانی
- ۸۹ نتیجه‌گیری دو بخش
- ۹۱ فهرست منابع و مآخذ

پیشگفتار مؤلف

در دنیایی که تغییرات با شتاب و سرعت صورت می‌گیرند، هوش هیجانی برای سازمان‌ها بیش از هر زمان دیگری اهمیت پیدا کرده و عاملی حیاتی برای کسب موفقیت به‌شمار می‌آید. اکثر مردم بر این باورند که اگر فردی ضریب هوشی بالا و عملکردی بسیار خوب در دوران تحصیل داشته باشد، آینده حرفه‌ای موفق خواهد داشت. اگرچه ضریب هوشی بالا عاملی موثر در موفقیت حرفه‌ای افراد است، اما قطعاً تضمین‌کننده آن نیست. طی تحقیقاتی که همراه با کارشناسان نیروی انسانی انجام شده است به این نکته اشاره شده است که بسیاری از مدیران به‌رغم داشتن ضریب هوشی بالا متأسفانه هوش هیجانی پایینی دارند. از هوش هیجانی به عنوان توانایی شناسایی، ارزیابی و کنترل احساسات خود، دیگران، و گروه یاد شده است. شاید روزگاری تردید بود، اما امروز نه. امروز همه می‌دانند و باور دارند که هوش هیجانی نقشی بسیار برتر و بالاتر و جدی‌تر از سایر هوش‌ها دارد. این موضوع را در کتاب‌ها و مقالات مختلف، حتماً خوانده‌اید. حتماً هم می‌دانید که این هوش به شما چه ابزارهایی می‌دهد. در سال‌های اخیر، مفهوم هوش هیجانی مورد توجه قرار گرفته است. عده‌ای معتقدند که هوش هیجانی یکی از عوامل موفقیت در محیط‌های آموزشی، حرفه‌ای و روابط اجتماعی است. امروزه مفهوم هوش هیجانی، به‌طور وسیعی در زمینه‌های مختلف آموزش، پژوهش، مدیریت، روان‌شناسی، هنر، بهداشت، مشاوره روان‌شناسی صنعتی و سازمانی و پرستاری به کار گرفته می‌شود.

پرستارانی که به طور مستمر در موقعیت‌های تنش‌زا و خطرآفرین قرار دارند و با هیجان‌های خود و تیم درمان مواجهند، اگر در کاربرد صحیح هیجانات، منطقی عمل نمایند و نتوانند آن‌ها را به خوبی اداره کنند.

زمینه ساز ایجاد عوارض روانی و جسمی و حتی وقایع ناگوار در خود، بیمار و دیگر افراد می‌شوند. از این روست که کنترل هیجانات و هدایت آن‌ها به سویی که منجر به اجرای تصمیم به موقع شود، مهارتی در خور تأمل به شمار می‌آید. امروزه در میان مشاغل بهداشتی و درمانی، پرستاری از جمله حرفه‌های همراه با موقعیت‌هایی با استرس بالاست که تمرکز بر آرامش و بهبودی بیماران دارد. ابراز حالتهای مثل ناکامی، پریشانی، ناراحتی، غم و بی‌زاری در بیماران به خاطر ناخوشی‌ها و مشکلات ناشی از آنها، شیفت‌های کاری طولانی و خستگی فیزیکی از جمله این موقعیت‌ها می‌باشند، در صورتی که پرستاران مهارت کافی در کنترل هیجانات خود را نداشته باشند قادر به حفظ آرامش خود به هنگام برخورد و برقراری ارتباط با بیمار به خصوص در طول موقعیت‌های مختلف و بحران‌های پیش آمده نخواهند بود. بنابراین عدم کنترل و مدیریت مناسب هیجانات اثرات منفی بر روی پرستار و بیمار گذاشته و پیامدهای جبران‌ناپذیری را به دنبال خواهد داشت. آنان با توجه به حرفه حساسی که دارند، به طور مداوم تحت تأثیر تنیدگی قرار می‌گیرند و در صورتی که این گروه ارائه دهنده خدمات بهداشتی - درمانی از نظر جسمی - روانی مورد توجه قرار نگیرند، این امر در روند بهبودی بیماران و سلامتی جامعه تأثیر بسزایی خواهد داشت و با پایین آمدن بهره کاری پرستاری، این چرخه معیوب ادامه خواهد داشت.. تنها در صورتی این تنش از بین خواهد رفت، که بتوان با تفکر صحیح، مشخص کردن مشکلات و یافتن راه‌حل، آن را از بین برد.

پرستاران از نظر تاثیر بر پدیده سلامتی در موقعیتی منحصر به فرد قرار گرفته اند؛ زیرا پرستاری، حرفه ای کمک رسانی است و نیازمند توانایی پرستار در بررسی موقعیت و پیش بینی نتایج است. به منظور انجام چنین عملی پرستار باید دارای دانش و مهارت بوده و قادر به فعالیت ذهنی. هدفمند، خلق اندیشه نو و ارزشیابی آن باشد.

تا بتواند اطلاعات مفیدی را در قضاوت و تصمیم گیری ها و حل مسائل به کار برد. بنابراین توانایی مدیریت و فهم هیجانات یکی از مهارت های مهم برای کارکنان حرفه سلامت محسوب می شود. چرا که از یک طرف می تواند به طور بالقوه باعث افزایش کیفیت مراقبت بیمار محور، بهبود ارتباطات پرستار با بیمار و سایر کارکنان بالینی و نهایتاً افزایش سطوح رضایت مندی در بیماران شود. از آنجا که پرستاران اصلی ترین و مهم ترین نقش را در ارائه خدمات بهداشتی - درمانی در بیمارستان ها ایفا میکنند، عوامل موثر بر رضایت شغلی پرستاران تاثیر مستقیم بر کیفیت ارائه مراقبت ها دارند و به همین دلیل همواره موضوعی حیاتی و مهم برای بررسی بوده است.

از نظر اسمیت، فرسودگی شغلی در پرستاری، به عنوان آخرین مرحله از ناتوانی شخص در حل تنش شغلی توصیف شده است. این عامل می تواند موجب افت سلامت فیزیکی و روانی، بد شدن روابط اجتماعی و خانوادگی، کاهش مهارت های شغلی، افزایش قصد ترک محل کار و غیبت از کار شود. شاید هوش هیجانی بتواند راهکاری برای مقاومت در برابر این معضل باشد. در این راستا هوش هیجانی و قابلیت های آن از جمله مقوله هایی است که به طور عام در مباحث مدیریتی و روانشناختی و اخیراً نیز به عنوان یک مشخصه بالقوه فردی خاص در پزشکی، پرستاری و دیگر حرفه های بهداشت و درمان مورد توجه ویژه قرار گرفته است و می تواند کمک کننده باشد.

هدف اصلی از بکارگیری آن نیز افزایش و ارتقای کیفیت خدمات می‌باشد. پرستاران از نظر تأثیر بر بدیده سلامتی در موقعیتی منحصر به فرد قرار گرفته اند؛ زیرا پرستاری، حرفه‌ای کمک رسانی است. امروزه مدل‌های مختلفی جهت تعریف و تبیین مفهوم هوش هیجانی وجود دارد، اما در یک نگاه کلی می‌توان کفایت‌های اساسی سازنده هوش هیجانی را شامل ادراک هیجان در خود و دیگران، فهم و استدلال درباره هیجان و اداره هیجان ذکر نمود.

مهارت‌های هوش هیجانی به پرستاران اجازه می‌دهد که هیجانات، رفتارها و عکس العمل‌های خود را در مواجهه با بیمار و مشکلات او بهتر بشناسند. هدف کلی این کتاب بررسی تأثیر آموزش هوش هیجانی در پرستاران می‌باشد. کتاب حاضر بر آن است با توجه به اهمیت در سطح آموزش پزشکی و آموزش عالی، به لحاظ موضوعی این رشته‌های علوم تربیتی، روانشناسی و علوم اجتماعی کاربرد دارد.

این کتاب قابل استفاده اساتید، معلمان، مشاوران، روان‌شناسان، دانشجویان و دانش‌پژوهان و همه کسانی که با رویکرد یاددهی و یادگیری سر و کار دارند مفید می‌باشد و از این روش به عنوان یک روش مطلوب در آموزش و یادگیری بهره گیرند. در پایان از همه خوانندگان محترم تقاضا می‌نمایم نظرات، پیشنهادات و انتقادات خود را به آدرس پست الکترونیکی ارسال نموده و مولفان را از نظرات ارزشمند خود بهره‌مند سازند.

توفیق از خداست و تکیه بر اوست.

مولف

اردیبهشت ماه ۱۳۹۴

به بسم الله الرحمن الرحيم است

گرت فتحی ز فتاح علیم است

در جهان امروز پژوهش و تحقیق، اساس و بنیاد همه پیشرفت‌ها و توسعه امور محسوب می‌شود. به طوری که «توانایی» در گرو «دانایی» است و می‌توان گفت بدون دانایی، توانایی جایگاهی ندارد. همان طوری که حضرت علامه حسن زاده آملی حفظه الله فرموده است :

منم آن تشنه دانش که گر دانش بود آتش

مرا اندر دل آتش همی‌باشد نشیمن‌ها

انتشارات «علیم نور» از زمان تاسیس و شروع فعالیت خود، همواره تلاش وافری در جهت بسط و توسعه علوم و امور فرهنگی داشته است. به طوری که دستاوردهای متعددی در خصوص نشر امور علمی از خود به جای گذاشت. کتاب حاضر منبع مناسب، مفید و ارزشمندی برای سطح رشد و توسعه در زمینه علوم پرستاری و روان‌شناسی خواهد بود. مؤلف هدف اصلی این کتاب را بررسی هوش هیجانی در پرستاری می‌داند. انتشارات «علیم نور» این افتخار را دارد که در زمینه نشر و توسعه علمی از نظرات ارزشمند مؤلف محترم بهره‌مند گردیده و این افتخار را دارد که کتاب‌های بعدی این مؤلف را به چاپ برساند. امید است استادان، دانش‌پژوهان و صاحب‌نظران، جهت اصلاح بیشتر کتاب حاضر و تدوین دیگر آثار، از ارائه پیشنهادات و نظرات خود به این مرکز دریغ ننمایند.

«مدیریت انتشارات علیم نور»

Alimonnour@yahoo.com

