



## Explaining Daniel Goleman's theory of Emotional Intelligence Based on the Views of Allamah Tabatabaei

\_\_\_\_\_ Farah Ramin\*<sup>1</sup>, Zahra Pour Seyyed Aghaei<sup>2</sup>, Faezeh Haghi<sup>3</sup> \_\_\_\_\_

1. Associate Professor, Department of Department of Islamic philosophy and theology, Faculty of theology, Qom University, Qom, Iran.
2. Assistant Professor, Department of psychology, Tehran North Branch, Islamic Azad University. Tehran. Iran.
3. M.Sc. Department of Department of Islamic philosophy and theology, Faculty of theology, Qom University, Qom, Iran.

**DOI:** 10.22034/NRR.2022.12927

**URI:** [https://nrr.tabrizu.ac.ir/article\\_12927.html](https://nrr.tabrizu.ac.ir/article_12927.html)

**Corresponding Author:**  
Farah Ramin

**Email:**  
f.ramin@qom.ac.ir

**Received:**2022/08/05  
**Accepted:**2022/10/25  
**Available:**2022/11/09

**Open Access**



**Keywords:**  
Emotional Intelligence,  
Emotion, Self-  
Knowledge, Practical  
Reason, Daniel Goleman,  
Allamah Tabatabaei.

### ABSTRACT

Emotional intelligence is a fundamental element of human behavior that operates separately from cognitive intelligence. This intelligence, by balancing emotions and intellect, can maximize human success. Allameh Tabatabai believes that practical intellect can benefit human beings by modifying emotions. Thus, emotional intelligence can be defined in the realm of practical reason. The purpose of this study is to explain the theory of emotional intelligence of Goleman through Allamah's view on self-knowledge and practical intellect through analytical-descriptive method. Findings show that the human soul is the main evidence of emotion and emotion is one of the qualities of the soul that is created by the forces of lust and anger. Just as emotional intelligence regulates emotions, so does practical intellect regulate lust and anger, and just as this intelligence is based on self-awareness; Allamah Tabatabaei's theory-self-knowledge also relies on self-awareness.



## فصلنامه دین پژوهی و کارآمدی



### تبیین نظریه هوش هیجانی دانیل گلمن بر اساس آراء علامه طباطبایی (ره)

فرح رامین<sup>۱</sup>، زهرا پورسید آقایی<sup>۲</sup>، فائزه حقی<sup>۳</sup>

۱. دانشیار، گروه فلسفه و کلام اسلامی، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه قم، قم، ایران.
۲. استادیار، گروه روانشناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
۳. کارشناسی ارشد، گروه فلسفه، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه قم، قم، ایران.

DOI: 10.22034/NRR.2022.12927

URI: [https://nrr.tabrizu.ac.ir/article\\_12927.html](https://nrr.tabrizu.ac.ir/article_12927.html)

#### چکیده

#### نویسنده مسئول:

فرح رامین

#### ایمیل:

f.ramin@qom.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۱۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۸/۰۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۹/۰۸



#### دسترسی آزاد

#### کلیدواژه‌ها:

هوش هیجانی، هیجان، معرفت  
نفس، عقل عملی، دانیل گلمن،  
علامه طباطبایی.

هوش هیجانی یک عنصر بنیادین از رفتار انسان است که جدا از هوش شناختی عمل می‌کند. این هوش، با تعادل برقرار کردن بین احساسات و عقل، می‌تواند انسان را به حداکثر کامیابی برساند. علامه طباطبایی معتقد است که عقل عملی می‌تواند با تعدیل احساسات، برای انسان جلب منفعت نماید. بنابراین، می‌توان هوش هیجانی را در قلمرو عقل عملی تعریف نمود. هدف از این پژوهش آن است که با روش تحلیلی-توصیفی، نظریه‌ی هوش هیجانی گلمن را از طریق دیدگاه علامه در باب معرفت نفس و عقل عملی، تبیین نماید. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که نفس انسان مدرک اصلی هیجان است و هیجان از جمله کیفیات نفسانی است که توسط قوای شهویه و غضبیه ایجاد می‌شود. همچنان‌که هوش هیجانی تعدیل هیجان‌ات را بر عهده دارد، عقل عملی نیز قوای شهویه و غضبیه را تعدیل می‌کند و همان‌طور که این هوش بر خودآگاهی مبتنی است؛ نظریه معرفت نفس علامه طباطبایی نیز بر خودآگاهی متکی است.

## بیان مسأله

اصطلاح هوش هیجانی به پیتر سالووی<sup>۱</sup> و جان مایر<sup>۲</sup> منسوب است (۱۹۹۹)، اما این نویسندگان، خود ادعایی در مورد ابداع این اصطلاح ندارند. هوش هیجانی را می‌توان به قدمت رفتار انسانی دانست. از انجیل عهد قدیم و عهد جدید و فلاسفه‌ی یونانی گرفته تا شکسپیر، توماس جفرسون و روان‌شناسی مدرن، جنبه‌ی هیجانی منطق را به عنوان عنصر بنیادین سرشت انسان مطرح کرده‌اند. در سال‌های ۱۹۰۰ تا ۱۹۲۰، جنبش جدیدی پدید آمد که می‌خواست برای اندازه‌گیری هوش شناختی راهی پیدا کند. دانشمندان آن زمان هوش شناختی<sup>۳</sup> را که روشی سریع برای جدا کردن افراد متوسط از افراد باهوش بود، مورد مطالعه قرار دادند و متوجه محدودیت‌های این روش شدند. بسیاری از افراد خیلی باهوش بودند، اما توانایی آنان در اداره‌ی رفتارشان و کنار آمدن با دیگران، محدود بود. مفهوم هوش هیجانی نشان می‌دهد که چرا دو نفر با هوش شناختی یکسان، به درجات متفاوتی از موفقیت در زندگی دست می‌یابند. هوش هیجانی یک عنصر بنیادین از رفتار انسان است که جدا از هوش شناختی عمل می‌کند (تراویس برادبری؛ جین گریوز، ۱۳۸۴: ۱۷-۱۸).

عبارت هوش هیجانی از حدود سال ۱۹۹۰ میلادی در ادبیات پژوهشی به کار برده می‌شد، اما عمومیت یافتن آن به سال ۱۹۹۵، هنگامی که کتاب هوش هیجانی، نوشته‌ی دانیل گلمن، پرفروش‌ترین کتاب نیویورک تایمز شد، بر می‌گردد. وی زاده‌ی سال ۱۹۴۶ میلادی و از دانش‌آموختگان دانشگاه هاروارد است. دانیل گلمن با نوشتن کتاب هوش عاطفی معروف شد. وی مسئولیت نگارش بخش مربوط به رفتار و علوم مغزی را در نیویورک تایمز بر عهده دارد و مقاله‌های او در سراسر جهان منتشر می‌شود. آنچه که کتاب پر جاذبه «هوش هیجانی» دانیل گلمن مطرح می‌کند، آن است که هوش شناختی بسیاری از توانایی‌های مهم و موثر در زندگی را در بر نمی‌گیرد. بلکه عوامل دیگری در نحوه عملکرد ما نقش دارد که گلمن آن را هوش هیجانی می‌خواند.

### ۱. هیجان و اهمیت آن

در فرهنگ لغات انگلیسی آکسفورد، معنای لغوی هیجان چنین ذکر شده است: «هیجان به هر تحریک یا اغتشاش در ذهن، احساس عاطفی یا هر حالت ذهنی قدرتمند یا تهییج شده، اطلاق می‌شود» (به نقل از گلمن، ۱۳۸۰، ص ۳۸۷). طبق تعریف دانیل گلمن در کتاب «هوش هیجانی»، هیجان، برای اشاره به احساسات،

1. Peter Salovey
2. John Mayer
3. (IQ) (intelligence cognitive)

افکار، حالت‌های روانی بیولوژیکی مختص آن و دامنه‌ای از تمایلات شخصی که انسان بر اساس آن به سوی انجام عمل سوق داده می‌شود، اطلاق می‌گردد.

تمام هیجان‌ها در اصل تکانه‌هایی<sup>۱</sup> برای عمل کردن هستند. ریشه‌ی لغت هیجان emotion فعل motor به معنای «حرکت کردن» است که اضافه شدن پیشوند «e» معنای ضمنی دور شدن را به آن می‌بخشد و نشان می‌دهد که در هر هیجان گرایشی به عمل کردن نهفته است (Goleman, 1995, p29).

تعداد هیجان‌های شناخته شده به صدها نوع می‌رسد که برای بسیاری از آن‌ها واژه‌ای وجود ندارد. عنوان برخی از هیجان‌های اصلی چنین است: خشم، اندوه، ترس، شادمانی، عشق، شگفتی، نفرت، شرم (همان: ۳۸۷-۳۸۸ و هین، ۱۳۸۶: ۳۸). از نظر گلمن احساسات در هنگام تصمیم‌گیری و عمل کردن، به همان اندازه‌ی تفکر و گاه حتی بیش‌تر، اهمیت دارند. گلمن با توجه به نقشی که علم امروز برای هیجان‌ها قائل است، نادیده گرفتن هیجان‌ها و تاکید بر عقل صرف و اطلاق عنوان «موجود اندیشه‌ورز» برای انسان را کوتاه بینانه می‌داند (گلمن، ۱۳۸۰: ۲۶-۲۷).

## ۲. هوش هیجانی در روانشناسی

واژه‌نامه‌ی روانشناسی آکسفورد ذیل اصطلاح هوش هیجانی چنین آورده است: «هوش هیجانی یعنی توانایی مراقبت و کنترل هیجان‌های خود و دی‌گران، تمایز بین هیجان‌های مختلف و نام‌گذاری مناسب آن‌ها، و کاربرد اطلاعات هیجانی برای هدایت فکر و رفتار» (Corsini, 2001, p326). برخی گفته‌اند که هوش هیجانی عبارت است از توانایی مهار عواطف و تعادل برقرار کردن بین احساسات و عقل، به طوری که ما را به حداکثر خوشبختی برساند. (هین، ۱۳۸۶، ص ۲۱). از نظر گلمن هوش هیجانی، به معنای این است که فرد بتواند انگیزه‌ی خود را حفظ نماید، در مقابل ناملایمات پایداری کند، تکانه‌های خود را کنترل کند و ارضای خواسته‌های خود را جهت رسیدن به یک هدف به تعویق بیندازد، حالات روحی خود را تنظیم کند و نگذارد پریشانی خاطر، قدرت تفکر او را خدشه‌دار سازد، با دیگران همدلی کند و امیدوار باشد (Goleman, 1995, p63). گلمن اظهار می‌کند که یافته‌های روانشناسی نشان می‌دهد که بر اساس هوش شناختی، نمی‌توان پیش‌بینی کرد که چه کسی در زندگی موفق خواهد شد (گلمن، ۱۳۸۰: ۶۲). وی هوش هیجانی را در پیش‌بینی موفقیت افراد موثر می‌داند. از نظر او هوش هیجانی برخلاف هوش شناختی، از طریق تجربه و آموزش قابل ارتقا است (همان، ص ۶۳).

۱. در روان‌شناسی، میل و رغبت ناگهانی و ضروری به فعالیت فوری را تکانه می‌گویند.

### ۳. رابطه‌ی هوش هیجانی با هیجان

همانطور که بیان شد، هیجان امری گریزناپذیر و مهم در انسان است؛ به طوری که از نظر گلمن اطلاق موجود اندیشه‌ورز بر انسان و ناپیده گرفتن هیجانات کوتاه‌بینانه است. همانطور که در تعریف هوش هیجانی بیان شد، هوش هیجانی کار تعدیل هیجانات را به عهده دارد. بنابراین می‌توان گفت انسان با هوش هیجانی و استفاده صحیح از هیجانات می‌تواند به سوی کامیابی در زندگی گام بردارد.

### ۴. تفاوت هوش هیجانی و هوش شناختی

گلمن اظهار می‌کند که انسان دو ذهن دارد؛ با یکی فکر می‌کند و با یکی احساس می‌کند. تقسیم ذهن به دو بخش هیجانی و خردگرا، مانند تمایزی است که برخی میان «قلب» و «سر» قائلند. این دو ذهن کاملاً مستقل بوده و مداربندی متمایزی در مغز دارند؛ اما در عین تمایز در هم تنیده هستند و بسیاری از مواقع هماهنگی فوق‌العاده‌ای دارند؛ احساس لازمه‌ی فکر و فکر لازمه‌ی احساس است. جنبه‌ی هیجانی ذهن، به صورتی تنگاتنگ، با ذهن خردگرا به کار مشغول می‌شود و فکر را توانا یا ناتوان می‌سازد. مغز متفکر نیز نقشی اساسی در پدید آمدن هیجان‌ها ایفا می‌کند. اما زمانی که هیجانات به غلبان درآیند، این تعادل بر هم می‌خورد؛ در این موارد، ذهن هیجانی در مقام برتر قرار می‌گیرد و بر ذهن خردگرا مسلط می‌شود (همان: ۳۲-۳۳).

به یک معنا، انسان دو نوع هوش دارد: هوش هیجانی و هوش عقلانی. هر دوی آن‌ها آن‌چه در زندگی انجام می‌دهیم را تعیین می‌کنند. به طوری که حتی هوش شناختی، نمی‌تواند بدون هوش هیجانی به بهترین شکل کار کند. با آگاهی بر این مطلب، باور کهن کشاکش میان منطق و احساسات، تغییر می‌کند. کنار گذاشتن هیجانات و استفاده‌ی صرف از منطق صحیح نبوده؛ بلکه باید تعادلی هشیارانه میان این دو به وجود آورد. از این رو لازم است هوش هیجانی و طریقه‌ی استفاده از آن شناخته شود (همان: ۵۶-۵۷).

گلمن برای هوش هیجانی پنج مؤلفه معرفی می‌کند: ۱. خودآگاهی، ۲. خودکنترلی، ۳. خودانگیزی، ۴. همدلی، ۵. روابط مؤثر (همان: ۷۴). خودآگاهی توجه مداوم فرد به حالات درونی خود است که امکان می‌دهد که فرد آگاهی بی‌طرفانه‌ای نسبت به احساساتش پیدا کند. این آگاهی نسبت به احساسات، توانایی عاطفی اساسی‌ای است که دیگر توانایی‌ها از جمله خویش‌داری عاطفی، بر پایه‌ی آن بنا می‌شود. زیرا کسی که هنوز نسبت به هیجان خود آگاهی ندارد، مسلماً نمی‌تواند آن را کنترل کند (همان: ۷۷). خودکنترلی به معنای تسلط بر نفس خود، یعنی توانایی مقاومت در مقابل طوفان‌های هیجانی است (همان: ۹۲). خودانگیزی به معنای برای برانگیختن شخصی، تسلط بر نفس خود و خلاق بودن است و لازمه‌ی آن رهبری هیجان‌ها برای رسیدن به اهداف است (همان، ص ۱۲۰). مقاومت در مقابل تکانه، یکی از خصایص هوش هیجانی است که بر به

کارگیری توانایی‌های افراد و خودانگیزی آن‌ها تأثیر بسزایی دارد. در دهه‌ی ۱۹۶۰ آزمایشی روی کودکان چهارساله انجام گرفت که در آن در مقابل کودک یک شیرینی قرار گرفته بود و آزمون‌گر به کودک پیشنهاد می‌داد که اگر تا هنگامی که از اتاق خارج می‌شود و برمی‌گردد، کودک شیرینی را نخورده باشد، یک شیرینی دیگر جایزه می‌گیرد، اما اگر نتواند صبر کند شیرینی دیگری در کار نیست. بعضی از کودکان می‌توانستند این مدت را صبر کنند؛ در نهایت به عنوان پاداش دو شیرینی می‌گرفتند. اما دیگر کودکان، درست چند ثانیه پس از آن‌که آزمون‌گر اتاق را برای انجام کارش ترک می‌کرد، شیرینی را می‌قاپیدند (همان: ۱۲۰-۱۲۱). در این آزمون، خصوصیت خویشتن‌داری و «به تأخیر انداختن کامرواسازی خود»، دو برابر نمره‌ی هوش شناختی، می‌توانست موفقیت کودکان را در سال‌های بعد پیش‌بینی نماید (همان: ۱۲۰-۱۲۱). همدلی به معنای درک احساسات دیگران است؛ به این صورت‌که فرد خود را به جای دیگران بگذارد (هین، ۱۳۸۶:۵۱). روابط موثر نیز امکان می‌دهد فرد احساسات دیگران را برانگیزد و الهام‌بخش آنان واقع شود و تأثیرگذار باشد (همان: ۱۵۹).

## ۵. رابطه هیجان و نفس از منظر علامه طباطبایی

برای بررسی رابطه هیجان و نفس از منظر علامه طباطبایی لازم است ابتدا به چیستی و شناخت نفس پردازیم:

### ۱-۵. نفس

علامه نفس را این‌گونه تعریف می‌نماید: نفس جوهری است که ذاتاً مجرد از ماده ولی در مقام فعل به آن تعلق دارد (طباطبایی، ۱۴۰۶ق: ۶۹). ایشان علاوه بر تعریف فلسفی از نفس بر اساس آیه «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيكُمْ أَنْفُسُكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعاً فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ؛ ای مومنان شما مسوولیت (حفظ و هدایت) خودتان را دارید، چون شما رهیافته باشید، کسی که به بیراهه رفته باشد زیانی به شما نمی‌رساند، بازگشت همگی شما به سوی خداوند است آن‌گاه شما را از حقیقت و نتیجه‌ی آن‌چه انجام داده‌اید آگاه می‌سازد» (مائده: ۱۰۵)، نفس را موجودی معتدل و ساده می‌داند که تقوا و فجور بر اساس آن نسبت پیدا می‌کند؛ در واقع نفس موجودی است که با گناهان آلوده شده و با تقوا تزکیه و تهذیب می‌شود و براساس نفس است که انسان محروم یا سعادتمند و رستگار می‌گردد (طباطبایی، ۱۳۸۲: ۲۴۶).

### ۲-۵. واکاوی نظر علامه در باب ادراک هیجان توسط نفس

از نظر گلمن لحظه‌ای که یک هیجان به خودآگاهی می‌رسد، در قشر پیشانی مغز نیز به همان صورت ثبت می‌شود. او در یک فصل جداگانه در کتاب هوش هیجانی به بررسی قسمت‌هایی از مغز که مسئول تنظیم هیجانات است می‌پردازد (گلمن، ۱۳۸۰: ۳۷-۵۰). در فلسفه‌ی اسلامی نفس انسان، ادراک‌کننده اصلی است.

علامه طباطبایی معتقد است انسانیت انسان به وسیله نفس تحقق می یابد و نفس، افعال انسانی در امور مادی را به وسیله بدن و قوا و اعضای مادی خود انجام می دهد و بدن چیزی به جز آلت و ابزار کار نفس نیست (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق: ۱۱۹-۱۱۸). با توجه به این مطلب، ادراک هیجانات انسانی نیز توسط نفس انجام می شود و مغز که هیجانات در آن ثبت می شود، در واقع ابزار این ادراک است.

### ۳-۵. تبیین هیجان

با توجه به آراء علامه، هیجانات کیفیات نفسانی هستند. زیرا از نظر ایشان کیفیات نفسانی، مانند قدرت، اراده، لذت و ألم، اعراض مجردی هستند که وجودشان فی نفسه و لفسه نیست، اما وجود فی نفسه آنها لغیره و متعلق به دیگری است. (شیروانی، ۱۳۸۹: ۱۶۷). گلنم نیز هیجانات را همان احساسات، افکار و حالت‌های روانی بیولوژیکی و تمایلات شخصی می داند که انسان را به سوی عمل سوق می دهد (گلنم، ۱۳۸۰: ۳۸۷). این حالت‌های روانی و شخصی همان عوارضی هستند که به تبع نفس تحقق دارند. بنابراین هیجانات حکم همان اراده، ألم و لذت و... را دارند که عارض بر نفس می شوند، وجود مستقلی ندارند و به تبع موضوع نفس تحقق دارند.

از نظر علامه احساسات، همان قوای شهویه و غضبیه اند که بالفعل اند (طباطبایی، ۱۴۱۷: ۱۰). قوه شهویه مبدأ صدور افعالی است که به منظور جلب منفعت انجام می شود، مانند خوردن و نوشیدن و قوه غضبیه مبدأ صدور افعالی است که به منظور دفع ضرر است؛ مانند دفاع ادمی از جان و مال خویش (همو، ۱۳۶۴: ۵۵۸). به عبارت دیگر، هیجانات از قوای شهویه و غضبیه ناشی می گردند.

### ۴-۵. علم حضوری نفس به هیجان

علامه علم را از ویژگی‌های نفس می داند که به دو دسته‌ی حضوری و حصولی تقسیم می شود. علمی که بدون واسطه برای معلوم حاصل شود؛ یعنی وجود معلوم بدون واسطه‌ی ماهیت آن برای معلوم پیدا شود، علم حضوری و علمی که با واسطه‌ی صورت و ماهیت معلوم باشد، علم حصولی است (طباطبایی، ۱۳۷۶: ۹۱). از نظر علامه هیجانات معلوم حضوری نفس هستند. علامه معتقد است که هر نفسی از ابتدای حدوث، به نحو حضوری عالم به خود و حالات نفسانی خود است. زیرا قوه‌ی مدرکه، همان‌طور که از اشیای خارجی صورت‌گیری می کند، پس از مدتی که از راه حواس و تهیه و جمع‌آوری صور اشیاء خارجی قوی شد، به عالم درون توجه پیدا می کند و از نفس و حالات خود هم صورتی تهیه می کند و همه‌ی آنها را با علم حضوری

درک می‌کند (طباطبایی، ۱۳۶۴: ۲۷b). علامه برای حضوری بودن علم انسان به نفس خویش دو دلیل ارائه می‌دهد که یکی از آن‌ها بدین قرار است: علم و آگاهی دائمی انسان به ذات خویش، علمی نیست که تنها با حضور ماهیت ذات انسان نزد او، به نحو حضور مفهومی فراهم آمده باشد، زیرا مفهومی که در ذهن حضور می‌یابد، به هر صورت که فرض شود، با نظر به خودش و فی نفسه بر موارد متعدد قابل صدق می‌باشد و تنها به واسطه‌ی وجود خارجی تشخیص می‌یابد. از طرفی آنچه انسان در درون خود مشاهده و با واژه‌ی «من» از آن تعبیر می‌کند، حقیقتی است که ذاتاً و فی نفسه امری شخصی است و به هیچ نحو اشتراک میان چند چیز را در خود نمی‌پذیرد. و در جای خود به اثبات رسیده است که تشخیص تنها به واسطه‌ی وجود است. بنابراین علم ما به ذات خویش بدین صورت است که ذات ما با وجود خارجی‌اش، که همان وجود شخصی و دارای آثار خارجی ماست، نزد ما و برای ما حضور دارد (همو، ۱۳۸۲b: ۲۷۳). احساسات و هیجانات انسانی نیز به نحو حضوری به ادراک انسان در می‌آیند. علامه در میزان مراد از علم حضوری را اساساً، علم عارف به نفس خود و به قوا و اطوار وجودیش می‌داند (طباطبایی ۱۳۸۲a: ۱۸۸). هیجانات نیز هم‌چنان‌که بیان شد، کیفیات نفسانی و اطوار وجودی انسان هستند و هر چه معرفت انسان به نفس خویش بالاتر باشد، ادراک او از هیجاناتش نیز قوی‌تر و کامل‌تر خواهد بود.

هم‌چنین از نظر ایشان مجردات فی نفسه و لنفسه، می‌توانند خود و مجردات دیگر را به نحو حضوری ادراک کنند. کیفیات نفسانی مانند قدرت، اراده، لذت و ألم اعراض مجردی هستند که وجودشان فی نفسه و لنفسه نیست، اما وجود فی نفسه آن‌ها لغیره و متعلق به دیگری است. بنابراین برای موضوعشان معلوم می‌باشند و برای آن حصول و حضور دارند (شیروانی، ۱۳۸۹: ۱۶۷). موضوع کیفیات نفسانی، نفس است. بنابراین هیجانات، از آن‌جایی که موضوعشان نفس است، معلوم حضوری نفس هستند.

#### ۵-۵. جایگاه هیجان در تعریف انسان

گلمن، با توجه به نقش هیجان‌ها و تأثیری که به اندازه‌ی نیروی عقل بر تصمیم‌گیری و عمل کردن انسان دارد، عنوان «موجود اندیشه‌ورز» را برای انسان کوتاه‌بینانه ارزیابی می‌کند. از نظر او بیش از حد بر ارزش عقل خالص و هوش شناختی، تأکید شده است (گلمن، ۱۳۸۰: ۲۶-۲۷).

در فلسفه اسلامی نیز تعریف انسان به «حیوان ناطق» به معنای نادیده گرفتن بعد هیجانی انسان نیست، زیرا نفس انسانی دربردارنده‌ی نفس حیوانی است که دارای قوه‌ی باعته است. قوه باعته نیرویی است که انگیزه‌ی حرکت را در حیوان به وجود می‌آورد که خود شامل قوه‌ی شهویه و قوه‌ی غضبیه است. (ابن سینا، ۱۳۶۴: ۱۵۹) هیجان نیز از نظر علامه همان قوای شهویه و غضبیه انسان است که بالفعل شده است



(طباطبایی، ۱۴۱۷: ۱۰). بنابراین، عنوان «حیوان ناطق» که علامه طباطبایی به تبع سایر فیلسوفان اسلامی در تعریف انسان، پذیرفته است، بعد هیجانی انسان را نیز در برمی گیرد، از طرفی هیجان، طبق تعریف گلمن، انسان را به سوی انجام عمل سوق می دهد (گلمن، ۱۳۸۰: ۳۸۷). بنابراین اگر طبق نظر علامه، قوه‌ی غضبیه و شهویه را سرمنشأ هیجانات بدانیم، خصیصه‌ی گرایش به سوی عمل که در هیجان وجود دارد، در نفس انسان نیز وجود دارد. قوه‌ی عقل - که در فلسفه‌ی اسلامی خاص نفس انسانی است - نیز مسوولیت کنترل و تعدیل این هیجانات را برعهده دارد.

## ۶. تبیین هوش هیجانی بر اساس عقل عملی

نفس انسان دارای دو قوه‌ی عقل نظری و عقل عملی است: عقل نظری نزد علامه، با ادراک حقیقی سروکار دارد. عقل عملی، عقلی است که کار استتینا ناپذیرش، دعوت به جلب نفع و اجتناب از ضرر است» (طباطبایی، ۱۳۸۷: ۱۱۶). از نظر علامه، عقل عملی برعکس عقل نظری، در انسان حالت بالفعل داشته، منشأ آن احساسات باطنی است (همو، ۱۳۸۵: ۱۱۶). قبلاً بیان شد که هیجانات از قوای شهویه و غضبیه ناشی می گردند. بنابراین عقل عملی با تعدیل احساسات ناشی از قوای غضبیه و شهویه برای انسان جلب منفعت و دفع ضرر می کند. این کارکرد دقیقاً همان کارکرد هوش هیجانی است، زیرا هوش هیجانی نیز همان طور که بیان شد احساسات را تعدیل می کند. در اینجا به شباهت‌های هوش هیجانی با عقل عملی، می پردازیم:

۱. در هوش هیجانی، مانند عقل عملی بُعد عمل به وضوح به چشم می خورد. زیرا هیجان همانطور که در تعریف گلمن بیان شد، برای اشاره به احساسات، افکار، حالت‌های روانی بیولوژیکی است که انسان بر اساس آن به سوی «انجام عمل» سوق داده می شود (گلمن، ۱۳۸۰: ۳۸۷). و کار هوش هیجانی تعدیل این هیجانات به نحوی است که بهترین «عمل» قابل انجام باشد. در عقل عملی نیز همان طور که از نامش مشخص است، انسان با تعدیل قوا به سوی انتخاب بهترین عمل سوق داده می شود.

۲. در هوش هیجانی مانند عقل عملی نیز کارکرد جلب منفعت و دفع ضرر وجود دارد، زیرا غایت آن رساندن انسان به حداکثر کامیابی است.

۳. کارکرد تعدیل هیجان در هوش هیجانی مطابق کارکرد تعدیل قوای شهویه و غضبیه توسط قوه‌ی عقل عملی است. هم چنین دانیل گلمن از دستیابی به تعادل در هیجان‌ها و تسلط بر نفس خود، یعنی توانایی مقاومت در مقابل طوفان‌های هیجانی خود، به جای تسلیم شدن در برابر آن‌ها سخن می گوید (گلمن، ۱۳۸۰: ۱۲۰ - ۱۲۱). می توانیم خصیصه‌هایی مثل خویش تن داری، کنترل تکانه را مطابق باید و نبایدهای عقل عملی در

جهت تهذیب نفس بدانیم و همانطور که در هوش هیجانی این خصوصیات در جهت جلب منفعت می‌باشد، باید و نبایدهای عقل عملی و کنترل هواهای نفسانی نیز برای جلب منفعت است.

بنابراین، به این نتیجه رهنمون می‌شویم که هوش هیجانی و عقل عملی اشتراکات زیادی دارند و شاید بتوان ادعا کرد که بین آن‌ها عموم و خصوص مطلق وجود دارد. زیرا در فلسفه‌ی اسلامی عقل عملی صرف نظر از کارکرد مادی و دنیایی، از باید و نبایدهای اخلاقی نیز برای رساندن انسان به سعادت اخروی بهره می‌گیرد، اما در هوش هیجانی، چنین هدفی لحاظ نشده است. پس عقل عملی دایره وسیع‌تری را نسبت به هوش هیجانی در بر می‌گیرد، ولی هوش هیجانی، همواره در قلمرو عقل عملی است. لذا می‌توان چنین استدلال کرد:

مقدمه اول: هوش هیجانی، همواره در گستره عقل عملی است.

مقدمه دوم: عقل عملی محصول معرفت نفس است.

نتیجه: هوش هیجانی با معرفت نفس تقویت می‌شود.

مقدمه‌ی اول استدلال، قبلاً تبیین شد. در تبیین مقدمه دوم می‌توان گفت: معرفت نفس موجب تهذیب نفس و تهذیب نفس موجب افزایش عقل عملی است، پس معرفت نفس موجب افزایش عقل عملی است. به نظر علامه معرفت به نفس عامل تهذیب نفس است؛ زیرا منشأ اخلاق و ویژگی‌های آن در قوای سه‌گانه‌ی نفس یعنی قوه‌ی شهویه، غضبیه و ناطقه است. اخلاق با معرفت به این سه قوه و علم به اعتدال میان آن‌ها، خواستار برقراری چنین اعتدالی است و با این اعتدال، تکالیف را می‌پذیرد و به آن‌ها عمل می‌کند تا بر اثر تکرار در نفس انسان، ملکه شود (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق: ۷۵). علامه هم‌چنین معتقد است که تهذیب نفس موجب افزایش عقل عملی است. علامه با استفاده از آیه شریفه: «وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا؛ قسم به نفس و آن‌که او را متعادل و متکامل آفرید و در او بدکاری و پرهیزکاری الهام کرد.» (شمس: ۷-۸)، می‌گوید: این‌که نفس فجور و تقوا را به الهام در می‌یابد، نشان دهنده‌ی این است که عقل عملی با تهذیب نفس و اعتدال به دست می‌آید (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۵۱۰). براین اساس، از نظر علامه معرفت نفس موجب تهذیب نفس می‌شود؛ تهذیب نفس نیز افزایش عقل عملی را به دنبال دارد و بنابراین، معرفت نفس موجب افزایش عقل عملی است. نتیجه: هوش هیجانی در گستره عقل عملی است. عقل عملی محصول معرفت نفس است، پس نتیجه می‌شود که هوش هیجانی با معرفت نفس تقویت می‌شود. بنابراین می‌توان هوش هیجانی را مانند عقل عملی محصول معرفت شهودی نفس دانست.

## ۷. تبیین هوش هیجانی بر اساس معرفت نفس

هوش هیجانی را بر اساس عقل عملی تبیین کردیم و به این نتیجه رسیدیم که معرفت نفس موجب تقویت هوش هیجانی است. می‌توان هوش هیجانی را بر اساس معرفت نفس نیز تبیین کرد. بدین منظور، لازم است ابتدا نظریه‌ی «معرفت شهودی نفس» علامه طباطبایی (ره) بیان شود:

### ۷-۱. نظریه «معرفت شهودی نفس»

از نظر علامه طباطبایی شناخت نفس دو روش وجود دارد. اگر روشی که برای شناخت نفس برگزیده می‌شود، روشی عقلی باشد که تنها با استفاده از قیاس‌هایی که دارای مقدمات یقینی هستند، به شناخت نفس می‌پردازد، به شناخت به دست آمده علم‌النفس گفته می‌شود و اگر روش به کار رفته برای شناخت نفس تنها از راه شهود و اشراق باشد و به بیان دیگر تنها از طریق حضوری باشد، معرفت نفس نامیده می‌شود (طباطبایی، ۱۳۸۸: ۲۰۷).

علامه در رساله الولایه «معرفت شهودی نفس» و مراتب آن را به گونه‌ای ژرف و نظام‌مند مورد بررسی قرار داده‌اند: «نشئه ماده، مسبوق الوجود نشئه‌های دیگر است و این ارتباط به طریق علیت و معلولیت است. نقص‌ها از لوازم مرتبه معلولیت است. بنابراین کمالات عالم ماده در عوالم بالاتر بدون نقص‌های این عالم موجود است تا اینکه به واجب الوجود منتهی گردند» (طباطبایی، ۱۳۶۰: ق: ۱۳). این نقصانها ریشه در ماده دارد. نقصان‌های عالم ماده به عالم مثال راه ندارد؛ زیرا موجودات عالم مثال، صورتهای بدون ماده هستند. اما در عالم مثال نیز نقصان وجود دارد؛ زیرا برای هر محدودی در ذات خود مرتبه‌ای خالی از حد وجود دارد که خارج از ذات اوست. لذا عالم دیگری باید باشد که در آنجا این کمالات بدون محدودیت یافت شود که آن عالم تجرد و عالم عقل است که فوق عالم مثال به شمار می‌رود. ولی در عالم تجرد که مافوق عالم مثال است، همه این محدودیتها ساقط می‌باشد و تمامی این کمالات به طریق وحدت است. عالم مثال در سیر نزولی قبل از عالم ماده و بعد از عالم عقل قرار دارد در سیر صعودی، بعد از عالم ماده و قبل از نشئه‌ی عقلی است. ماده‌ی صورتهای مثالی در سیر صعودی، همان نفس است که این صورتهای به اذن پروردگارش برای او ایجاد می‌شود. توجه به عالم ماده و غفلت از حق، حجابی برای عالم‌های بالاتر ایجاد می‌کند. نفس انسان در عالم ماده با صورتهای مثالی، ملکات و احوالی را برای خود کسب نموده که چه بسا خود، حجاب‌هایی به شمار آیند. نفس بعد از انقطاع از عالم ماده، بر صورتهای عالم انوار مثالی اشراف پیدا می‌کند. سپس با دست یافتن به ملکاتی که حاجب کلیات نیست، می‌تواند به انوار عالم تجرد احاطه پیدا نماید. نفس به تمام تمکن خود دست می‌یابد و درجه به درجه ترقی می‌کند تا به نشئه اسماء نایل می‌شود. که عالم محض و خالص

است و نفس همه چیز را در آن جا ناب و خالص مشاهده می‌کند؛ علم ناب، قدرت ناب، حیات ناب، وجود و ثبوت و.. (همان: ۱۶-۱۴). نسبت عالم ماده با ورای ماده، نسبت علیت و معلولیت و کمال و نقص است که علامه از این ارتباط تعبیر به ظاهر و باطن می‌کند:

«ظاهر ضرورتاً مشاهده می‌شود و شهود ظاهر، خالی از شهود باطن نیست، زیرا ظاهر همان باطن است که تجلی کرده است. و از انجاییکه ظاهر، حد و تعیین باطن است، اگر انسان با مجاهدت از این حد اعراض نماید، باطن را مشاهده خواهد کرد. از این رو برای انسان امکان پذیر است که در عالم ماده باشد، و در عین حال به حقایق پوشیده‌ی بعد از مرگ وقوف پیدا کند. هر خصوصیت وجودی متعلق به ظاهر، در واقع متعلق به باطن است؛ از این رو ادراک ضروری که نفس نسبت به خودش دارد، اولاً و در واقع، متعلق به باطن است و به عرض آن، متعلق به خود نفس می‌باشد. نفس از آن جایی که، با بدن اتحاد دارد، در ابتدای امر خود را عین بدن می‌داند و در مرتبه بدن متوقف شده و از مرتبه علیای خود غافل است. با این حال، انیت و حقیقت خودش را به نحو ضروری مشاهده می‌کند. اما با انقطاع «من» از «تن» دیگر هیچ حجابی باقی نمی‌ماند و انسان حقیقت نفس و عوالم باطنی را مشاهده خواهد کرد» (همان: ۲۳-۲۴ و ۳۱)

علامه معتقد است که کمال حقیقی هر ممکن الوجودی، همان چیزی است که او در او فانی گردد؛ بنابراین کمال حقیقی برای انسان نیز رهایی از همه قیدها و فانی شدن در او است. انسان ذات خود را شهود می‌کند، در حالی که فانی می‌گردد، پس انسان خود شاهد خود نیست، در حالیکه حقیقت او همان شهود نفس خود است. پس کمال حقیقی انسان، همان فنای ذاتی و وصفی و فعلی او در حق سبحان است؛ به این معنا که انسان دریابد که هیچ ذاتی و وصفی و فعلی، جز برای خداوند سبحان وجود ندارد. از این مقام تعبیر به توحید ذاتی و اسمی و فعلی می‌شود. (همان: ۳۳-۳۴)

نکات مهمی که، با تأمل در این نظریه به دست می‌آید، از این قرار است:

۱. عوالم وجود منحصر در عالم مادی نبوده و عوالم دیگری در باطن این عالم وجود دارد. نسبت عالم ماده با آن عوالم، نسبت علیت و معلولیت و کمال و نقص است. عالم مثال بعد از عالم ماده در قوس صعود می‌باشد که نواقص عالم ماده را ندارد، اما خود، دارای محدودیت‌هایی است. عالم بعد از آن عالم عقل و مجرد تام است که در آن هیچ نقص و محدودیتی وجود ندارد. پس از آن علم به اسماء است که عالم محض و خالص است.

۲. برای نفس انسان نیز مابازای عوالم وجود، عوالم و مراتبی است. از این رو برای انسان امکان پذیر است که در عالم ماده باشد و در عین حال به به عوالم دیگر راه پیدا کند. اما نفس به خاطر تعلق و اتحادی که با بدن

دارد، خود را همان بدن می بیند، مراتب بالاتر و خصوصیات مختص به آنها را فراموش می کند. ولی در عین حال، حقیقت خودش را به نحو ضروری مشاهده می کند.

۳. توجه به عالم ماده و غفلت از حق، حجابی برای شهود عالم های بالاتر ایجاد می کند. اما از انجاییکه ظاهر، حد و تعیین باطن است، اگر انسان با مجاهدت از این حد اعراض نماید، باطن را مشاهده خواهد کرد.

۴. نفس بعد از انقطاع از عالم ماده، بر صورتهای عالم انوار مثالی و پس از آن به عالم مجرد تام دست می یابد. نفس درجه به درجه ترقی می کند، به تمام تمکن خود دست می یابد و به عالم اسماء نایل می شود.

۵. شهود ذات انسان به نحو کامل و رسیدن او به کمال حقیقی خویش مستلزم رهایی او از همه قیدها و فانی شدن در خدای سبحان است. بنابراین معرفت شهودی نفس، راه سعادت و کمال انسان است که با چشم پوشیدن از جلوه های عالم مادی و توجه به عوالم بالاتر نفس حاصل می شود.

## ۲-۷. هوش هیجانی و خود آگاهی

هوش هیجانی بر خود آگاهی مبتنی است و خود آگاهی در تطابق با معرفت نفس قرار می گیرد. خود آگاهی در واقع مرتبه ای از معرفت نفس است و پیشرفت در معرفت نفس، به افزایش خود آگاهی و هوش هیجانی منجر خواهد شد. این ادعا را از دو جنبه بررسی می کنیم:

۱. در «خود آگاهی» و نیز در «معرفت نفس» توجه انسان به درون خود معطوف می شود. گلمن خود آگاهی را این گونه تعریف می کند: «توجه مداوم فرد به حالات درونی خود.» (گلمن، ۱۳۸۰: ۷۷) این توجه به حالات درونی همان التفات به نفس و ادراک حضوری نفس و اطوار وجودی نفس است که در معرفت نفس نیز مطرح است. با این تفاوت که در معرفت نفس فقط به هیجانات و حالات درونی عطف توجه نمی شود، بلکه فراتر از آن تمام جوانب نفس حتی در نشئه های مثالی و عقلی و اسماء شهود می شود. براساس نظریه ی «معرفت شهودی نفس» علامه معتقد است برای نفس انسان مابازای عوالم وجود، عوالم و مراتبی است.

با این حال هیجانات به عنوان کیفیات مجرد نفسانی، بر صفحه ی نفس تحقق دارند و معرفت به آنها در واقع مرتبه ای از مراتب نفس خواهد بود و آگاهی از آن لازمه ی ادراک شهودی نفس است. هم چنین بزرگان عرفان که سالک را در مسیر معرفت نفس رهنمون می شوند، توصیه به مراقبه و محاسبه ی نفس دارند. این که انسان مراقب اعمال، افکار و احساسات خود باشد، لازمه ی سلوک و معرفت نفس است. بنابراین لازمه ی این مراقبه و محاسبه، آگاهی و توجه انسان به اطوار وجودی خویش از جمله هیجانات خویش است. پس در معرفت نفس که انسان به نفس خود، التفات نشان می دهد، ناگزیر هیجانات خود را نیز مورد توجه قرار خواهد داد و خود آگاهی مدنظر هوش هیجانی حاصل خواهد شد.

۲. در معرفت نفس و نیز در هوش هیجانی، نوعی رهایی از عوامل بیرون نفس و حجاب‌های مادی وجود دارد. گلمن این نکته را بیان می‌کند که هنگام بروز هر هیجانی، آگاهی از آن هیجان به کنترل و تعدیل آن کمک می‌کند. اما هنگامی که نسبت به آن هیجان آگاهی وجود ندارد، شخص بر «عامل بروز آن هیجان» متمرکز است. به عبارت دیگر شخص به جای توجه به خود هیجان، بر یک عامل بیرونی که باعث ایجاد آن هیجان شده، توجه دارد. او کودکی را هنگام کتک زدن به همبازی‌اش مثال می‌زند که تا وقتی به عامل بروز هیجانش تمرکز دارد - یعنی به این می‌اندیشد که همبازی اسباب بازی‌اش را برداشته است - خشم او فروکش نخواهد کرد (همان: ۷۷-۸۰). تمرکز بر «عامل بروز هیجان»، در معرفت شهودی نفس به عنوان «حجاب» تلقی می‌شود؛ حجاب‌هایی مادی که انسان را از معرفت شهودی نفس باز می‌دارند. بنابراین در نظریه هوش هیجانی مانند نظریه «معرفت شهودی نفس» نوعی انصراف توجه از عوامل بیرونی به سوی خود نفس وجود دارد. نتیجه آن که خودآگاهی به عنوان سنگ بنای هوش هیجانی، زیرمجموعه‌ای از معرفت شهودی نفس است. با افزایش معرفت نفس، خودآگاهی و به تبع آن هوش هیجانی افزایش پیدا خواهد کرد، زیرا معرفت شهودی نفس و خودآگاهی، اساس و پایه‌ی هوش هیجانی است. خودآگاهی در واقع مرتبه‌ای از معرفت نفس است و پیشرفت در معرفت نفس، به افزایش خودآگاهی و هوش هیجانی منجر خواهد شد.

بیان شد که همه انسان‌ها به هیجانات خود علم حضوری دارند؛ اما همواره آدمی به هیجانات خود توجه ندارند. انسان‌های معمولی به دلیل توجه به لذت‌های حیوانی و مادی تنها به لایه‌ی ظاهری نفس علم دارند؛ اما علم به علم ندارند. می‌توان آگاهی از هیجانات را لایه‌ای عمیق‌تر از لایه ظاهری نفس دانست؛ زیرا در لایه ظاهری به نشئه مادی توجه می‌شود ولی هیجان کیف نفسانی مجرد است و در صحنه خود نفس حضور دارد. گلمن در این باره از تعبیر «آگاهی از هیجان» استفاده می‌کند و معتقد است هیجان‌هایی که پایین‌تر از سطح آگاهی به غلیان درمی‌آیند، می‌توانند تأثیر نیرومندی بر نحوه‌ی ادراک و واکنش ما باقی گذارند. به عنوان مثال فردی که یک ارباب رجوع خشن او را در آغاز روز آزرده خاطر ساخته است و سپس ساعت‌ها پس از آن با افراد تندخویی می‌کند، ممکن است او از این‌که در حال تندخویی با دیگران است، کاملاً بی‌خبر باشد. اما همین‌که آن واکنش به سطح آگاهی او برسد می‌تواند نگرش و حالت روحی خود را تغییر دهد. (گلمن، ۸۸-۸۷: ۱۳۸۰). همانطور که در مثال گلمن مشخص است، کارمندی که با افراد تندخویی می‌کند، به وجود یک هیجان در خود - یعنی آزرده‌گی - توجه ندارد. به سطح آگاهی آمدن هیجان، در معرفت نفس همان عطف توجه به معلوم حضوری نفس (هیجان) و در واقع علم به علم است. یعنی انسان به جای توجه صرف به حجاب‌های مادی (عامل بروز هیجان) به خود هیجان که در صحنه‌ی نفس حضور دارد توجه کند.

بنابراین روشن می‌شود که در نظریه هوش هیجانی مانند نظریه «معرفت شهودی نفس» نوعی انصراف توجه از عوامل بیرونی به سوی خود نفس وجود دارد. نتیجه آن که خودآگاهی به عنوان سنگ بنای هوش هیجانی، زیرمجموعه‌ای از معرفت شهودی نفس است. با افزایش معرفت نفس، خودآگاهی و به تبع آن هوش هیجانی افزایش پیدا خواهد کرد، البته معرفت نفس فقط شامل توجه به هیجان‌ها نیست و به لایه‌های عمیق‌تر نفس نیز توجه دارد. با این حال انسانی که در مسیر معرفت نفس پیشرفت کند، هوش هیجانی خود را نیز تقویت کرده است.

### نتیجه‌گیری

با توجه به آنچه گذشت با این که دانیل گلنم جایگاه هیجان و هوش هیجانی در مغز را ترسیم می‌کند، از منظر علامه طباطبایی ادراک کار نفس است و مغز انسان فقط نقش ابزار ادراک را دارد. همچنین با توجه به آراء علامه، هیجان‌ها، همان کیفیات نفسانی هستند و به نحو حضوری به ادراک انسان در می‌آیند. همانطور که گلنم نادیده گرفتن هیجان در تعریف انسان را نادرست می‌داند؛ در تعریفی که علامه از انسان پذیرفته، یعنی تعریف به حیوان ناطق، نیز نقش هیجان نادیده گرفته نشده است؛ زیرا نفس حیوانی شامل قوه‌ی شهویه و قوه‌ی غضبیه است که مولد هیجان است.

با توجه به آراء علامه طباطبایی هوش هیجانی را با عقل عملی و معرفت نفس تبیین کردیم. تبیین هوش هیجانی بر اساس عقل عملی بدین گونه بود که: کار عقل عملی دعوت به جلب نفع و اجتناب از ضرر است و منشأ آن احساسات باطنی است. احساسات باطنی همان قوای شهویه و غضبیه‌اند که بالفعل اند. بنابراین عقل عملی با تعدیل هیجان‌ها برای انسان جلب منفعت می‌کند. هوش هیجانی نیز مطابق تعریف تعدیل هیجان‌ها را به عهده دارد به نحوی که انسان را به حداکثر کامیابی برساند.

تبیین هوش هیجانی بر اساس نظریه معرفت نفس نیز چنین بود که: انسان در معرفت نفس، نفس و تمام اطوار وجودی خود را شهود می‌کند که لازمه‌ی آن آگاهی به هیجان‌ها است؛ در هوش هیجانی مانند «معرفت نفس» توجه انسان به درون خود معطوف می‌شود و به خودآگاهی می‌رسد. همچنین در هوش هیجانی مانند خودآگاهی، نوعی رهایی از عوامل بیرون نفس و حجاب‌های مادی وجود دارد. بنابراین هرچند معرفت نفس دارای مراتب و عوالم عمیق‌تری است، اما پیشرفت در معرفت نفس منجر به افزایش هوش هیجانی خواهد شد.

## منابع

قرآن کریم.

ابن سینا، حسین بن عبدالله. (۱۳۶۴) *النجاه*، قم: مکتبه المرتضویه.تراویس برادبری، جین گریوز. (۱۳۸۴) *هوش هیجان (مهارت‌ها و آزمون‌ها)*، مترجم: مهدی گنجی، تهران: ساوالان.شیروانی، علی (۱۳۸۹)، ترجمه و شرح *نهایه الحکمه*، ج ۳، قم: بوستان کتاب، چاپ دهم.طباطبایی، سیدمحمدحسین. (۱۳۶۰ق)، *رساله‌الولایه*، قم: موسسه اهل‌البیت(ع)، قسم الدراسات الاسلامیه.\_\_\_\_\_ (a۱۳۶۴)، ترجمه *المیزان فی تفسیر القرآن*، ج ۱، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.\_\_\_\_\_ (۱۴۱۷ق)، ترجمه *المیزان فی تفسیر القرآن*، ج ۱۲، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.\_\_\_\_\_ (a۱۳۸۲)، ترجمه *المیزان فی تفسیر القرآن*، ج ۶، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.\_\_\_\_\_ (۱۳۷۴)، ترجمه *المیزان فی تفسیر القرآن*، ج ۲۰، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.\_\_\_\_\_ (b۱۳۶۴) *اصول فلسفه و روش رئالیسم*، یاورقی مرتضی مطهری، ج ۲، تهران: صدرا.\_\_\_\_\_ (۱۳۸۷)، *بررسی‌های اسلامی*، به کوشش سید هادی خسروشاهی، ج ۱، قم: بوستان کتاب.\_\_\_\_\_ (۱۳۸۸)، *بررسی‌های اسلامی*، به کوشش سید هادی خسروشاهی، ج ۲، قم: بوستان کتاب.\_\_\_\_\_ (۱۴۰۶ق)، *بدایه‌الحکمه*، قم: موسسه النشرالاسلامی.\_\_\_\_\_ (b۱۳۸۲)، *نهایه‌الحکمه*، قم: جامعه‌المدرسین بقم المشرفه، موسسه النشرالاسلامی، چاپ ۱۸.\_\_\_\_\_ (۱۳۸۵). *معنویت تشیع*، گردآوری محمد بدیعی، قم: تشیع.هین، استیو. (۱۳۸۶). *هوش هیجانی برای همه*، مترجمان: رویاکوچک انتظار-مژگان موسوی شوشتری، تهران: انتشارات سفیر اردهال.Daniel Goleman. (1995). *Emotional Intelligence; Why it can matter more than IQ*, New York: Bantam Book.Corsini R. (2001). *The Dictionary of Psychology*, London: Routledge.