

تعیین ارتباط هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران استان همدان

*دکتر غلامرضا شعبانی بهار^۱، دکتر ابوالقاسم یعقوبی^۲، حسین فاروقی^۳

تاریخ دریافت مقاله: ۸۸/۵/۲۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۸۹/۲/۱۲

چکیده

هدف اصلی این تحقیق، تعیین ارتباط هوش هیجانی با عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته‌های انفرادی و گروهی است. جامعه آماری این تحقیق را ۱۱۰۰ نفر از ورزشکاران رشته‌های ورزشی گروهی و انفرادی تشکیل می‌دادند که در مسابقات استانی همدان شرکت کرده بودند. بر اساس فرمول کرجسی و مورگان، ۲۰۰ نفر از رشته‌های گروهی و ۸۵ نفر از رشته‌های انفرادی، به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی، به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه هوش هیجانی بار-اون (۱۹۹۷) و پرسشنامه عملکرد ورزشکاران چارونو (۲۰۰۱)، استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، علاوه بر توصیف آماری، از آزمون‌های آمار استنباطی مانند آزمون ضریب همبستگی پیرسون، آزمون t مستقل و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته‌های انفرادی ($r=0/495, P<0/01$) و گروهی ($r=0/325, P<0/01$) ارتباط مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی، به طور کلی درمیزان هوش هیجانی تفاوت معنی‌داری با یکدیگر ندارند ($t=-0/263, P=0/793$)، اما در مقیاس هوش بین فردی تفاوت معنی‌داری دارند ($t=-2/23, P<0/05$). همچنین در مقایسه عملکرد ورزشکاران در رشته‌های گروهی و انفرادی تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($t=-2/86, P<0/01$). نتایج این پژوهش نشان داد که میزان هوش هیجانی می‌تواند موفقیت ورزشی ورزشکاران را پیش‌بینی کند ($F=44/05, P<0/05$)، به نحوی که ۱۳ درصد عملکرد ورزشی ورزشکاران را می‌توان از طریق هوش هیجانی آنان پیش‌بینی کرد.

کلیدواژه‌های فارسی: عملکرد ورزشی، هوش هیجانی، ورزشکار، استان همدان.

۱. دانشیار دانشگاه بوعلی سینا همدان

۲. استادیار دانشگاه بوعلی سینا همدان

۳. کارشناس ارشد دانشگاه بوعلی سینا همدان

مقدمه

روانشناسان بر این باورند که مهارت‌های روانی مانند هر مهارت دیگر، قابل آموزش و تمرین هستند و بدون بهره‌گیری از آنها، دستیابی به اوج عملکرد ممکن نخواهد بود؛ بنابراین ورزشکاران نخبه در سطوح مختلف و مربیان آنها، باید به مفاهیم عملی و روش‌های توسعه‌آمادگی روانی آشنا باشند. به همین دلیل امروزه مربیان و ورزشکاران در تلاشند تا با استفاده از دستاوردهای علمی و بهره‌مندی از تکنیک‌های روانشناسی، عملکرد خود را بهبود بخشند و به موفقیت‌های بیشتری دست یابند. به همین منظور روانشناسی ورزشی همواره دو موضوع «سلامت روانی» و «بهبود عملکرد ورزشی» را مد نظر قرار داده است (۱).

در حال حاضر، یکی از مباحث جدید در عرصه روانشناسی ورزشی، هوش هیجانی است. به اعتقاد بار-اون^۱ (۱۹۹۹)، هوش هیجانی، مجموعه‌ای از توانایی‌ها و مهارت‌هاست که فرد را برای سازگاری مؤثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی توانمند می‌سازد (۲). هوش هیجانی و مهارت‌های هیجانی و اجتماعی در طول زمان رشد و تغییر می‌کند و می‌توان با آموزش و برنامه‌های اصلاحی مانند تکنیک‌های درمانی، آنها را بهبود بخشید. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های هیجانی و اجتماعی، که به تعبیری تقویت هوش هیجانی است، نقش مهمی در بهبود کیفیت روابط بین فردی و اجتماعی دارد. این آموزش‌ها اغلب در مدارس و محیط‌های شغلی دریافت می‌شود (۳).

استفاده از هوش هیجانی در محیط کار یعنی: مهارت توجه به هیجان‌های متفاوت در وضعیت‌های مختلف، توانایی کنترل احساساتی که مانع ادامه کار می‌شوند و جسارت انجام رفتارهای جدید (۴). هوش هیجانی به حدی برای موفقیت ضروری است که ۶۰ درصد عملکرد فرد را در محیط کار رقم می‌زند و قوی‌ترین نیرو برای رهبری و موفقیت است (۵). هوش هیجانی پیش‌بینی موفقیت را نیز ممکن می‌سازد؛ زیرا نشان می‌دهد که فرد چگونه بی‌درنگ واکنش خاص خود را در هر موقعیتی به کار می‌گیرد (۶).

وینتر^۲ (۱۹۸۴) تحقیقی در مورد بازیکنان شرکت‌کننده در مسابقات المپیک لس‌آنجلس انجام داد. از جالب‌ترین یافته‌های تحقیق، این بود که حدود ۲۰ درصد از ورزشکاران تحت فشار (استرس)، کمتر از توانایی‌های خود عمل کرده بودند. اگر آنها مهارت‌های روان‌شناختی خود را مانند مهارت‌های روحی و بدنی افزایش داده بودند، این ناکامی را تجربه نمی‌کردند (۷). بر

1. On-Bar

2. Vinter, Graham

اساس مشاهدات رتلا^۱ امروزه قهرمانان بزرگ، کاربرد و استفاده از هیجانان تسهیل کننده عملکرد را می آموزند و یاد می گیرند تا هیجانان را که برای عملکرد، زیان آور هستند کنترل کرده، آنها را فرو بنشانند (۸).

آرنولد بیرز^۲، معتقد است که حالت روانی فرد به اندازه آمادگی بدنی او بر عملکردش مؤثر است؛ زیرا ورزش می تواند به سازگاری فرد در مقابله با پیرامونش کمک کند (۹). نتایج تحقیقات دیگر نشان داده است که افراد برون گرا با ثبات کمتر، تحت تأثیر هیجانان و فشارهای شرایط حاد مسابقه قرار می گیرند و نمی توانند عملکرد خود را به خوبی به نمایش بگذارند (۱۰).

از میان عوامل دخیل در کسب موفقیت حرفه ای، توجه به هوش هیجانی و بررسی آن در ورزشکاران ضرورتی اساسی دارد. باوجود اهمیت ارزیابی روان شناختی و ویژگی های فردی خاصی که در موفقیت قهرمانان مؤثر است، در کشور ما کمتر به آن توجه شده است و اغلب، افراد بر اساس قضاوت های ذهنی و فردی، برای شرکت در رقابت های مختلف ورزشی گزینش می شوند، در حالی که موضوعی با این اهمیت، مستلزم شناخت علمی، عینی و دقیق تری است. باتوجه به نتایج ضد و نقیض، ضعف برخی تحقیقات، ابهامات موجود در میان مربیان و علاقمندی محققان، پژوهش حاضر انجام شد تا به برخی پرسش های موجود در این زمینه پاسخ دهد. هدف اصلی تحقیق این است که مشخص سازد آیا بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته های گروهی و انفرادی رابطه ای وجود دارد و آیا هوش هیجانی می تواند موفقیت ورزشکاران را پیش بینی کند؟

روش تحقیق

این پژوهش از نوع تحقیقات همبستگی است. جامعه آماری شامل ۱۱۰۰ نفر از ورزشکاران رشته های ورزشی گروهی و انفرادی است که در مسابقات استانی همدان شرکت کرده اند. بر اساس فرمول کرجسی و مورگان^۳، ۲۸۵ نفر (۲۰۰ نفر گروهی و ۸۵ نفر انفرادی) از آنان، به روش نمونه گیری طبقه ای تصادفی، به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. نمونه ها عبارتند از: کشتی ۳۳ نفر (۱۱/۶ درصد)، بوکس ۲۷ نفر (۹/۵ درصد)، دو و میدانی ۲۵ نفر (۸/۷ درصد)، فوتبال ۷۵ نفر (۲۶/۳ درصد)، بسکتبال ۶۱ نفر (۲۱/۴ درصد) و هندبال ۶۴ نفر (۲۲/۵ درصد).

-
1. Retla
 2. Arnold birez
 3. Krejcie & Morgan

ابزار اندازه گیری

برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

۱. پرسشنامه هوش هیجانی بار - اون (۱۹۹۷):

این پرسشنامه در سال ۱۹۹۷، توسط بار - اون ساخته شد و زارع در سال ۱۳۸۰، آن را ترجمه کرد. این پرسشنامه مشتمل بر یک نمره کلی (هوش بهر هیجانی کلی EQ)، پنج عامل مرکب و ۱۵ خرده مقیاس می‌باشد. با اجرای پرسشنامه نمره EQ کلی، نمره پنج مقیاس ترکیبی و پانزده خرده مقیاس آن به دست می‌آید. میانگین ضرایب پایایی توسط بار-اون، ۰/۷۵ محاسبه و گزارش شد. دهشیری در سال ۱۳۸۲، پرسشنامه بهر هیجانی بار-اون (EQ-I) هنجاریابی کرد. ضریب پایایی آن، به روش آلفای کرونباخ برای نمونه دانشجویان دانشگاه های تهران، بعد از یک ماه، برابر ۰/۷۳ و میانگین ضریب همسانی درونی خرده مقیاس‌های هوش هیجانی در هفت نمونه از جمعیت‌های مختلف برابر ۰/۷۶ محاسبه و گزارش شد (۸).

۲. پرسشنامه عملکرد ورزشکاران چاربونو^۱ (۲۰۰۱):

این پرسشنامه در سال ۲۰۰۱، توسط چاربونو ساخته شد. پرسشنامه پنج سؤال در مقیاس لیکرت دارد و برای ارزیابی عملکرد ورزشکاران طراحی شده است. نمرات به دست آمده از پنج سؤال، نمرات نهایی عملکرد ورزشکار را نشان می‌دهد (۱۱). میانگین ضرایب پایایی این پرسشنامه توسط چاربونو، ۰/۷۱ محاسبه و گزارش شد. برای اطمینان بیشتر، ۱۲ نفر از استادان روایی صوری پرسشنامه را تأیید کردند. همچنین پایایی مجدد این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ محاسبه و ضریب آن ۰/۷۳/۵ تعیین شد.

روش‌های آماری

برای تلخیص و طبقه‌بندی اطلاعات از روش‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد و تعیین درصد) استفاده گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون و آزمون t برای گروه‌های مستقل و تحلیل رگرسیون برای پیش بینی عملکرد استفاده شد.

نتایج و یافته‌های تحقیق

نتایج توصیفی و استنباطی به دست آمده از این پژوهش به شرح زیر می‌باشد:

جدول ۱. توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های ورزشی

میانگین عملکرد ورزشکاران	میانگین هوش هیجانی	میانگین سن	درصد	فراوانی	رشته ورزشی	
۱۷/۰۱	۳۱۵/۹۲	۲۲/۴	۲۶/۳	۷۵	فوتبال	گروهی
۱۶/۵۵	۳۰۳/۷	۱۶/۹۴	۲۱/۴	۶۱	بسکتبال	
۱۵/۹۷	۳۰۲/۸۴	۱۹/۶۲	۲۲/۵	۶۴	هندبال	
۱۶/۴۸	۳۰۸/۰۱	۱۹/۶۵	۷۰/۲	۲۰۰	کل	
۱۶/۱۲	۳۱۳	۲۱/۷	۱۱/۶	۳۳	کشتی	انفرادی
۱۳/۷۷	۲۹۸/۴۸	۲۲/۷	۹/۵	۲۷	بوکس	
۱۵/۲۸	۳۰۸/۳۲	۱۸/۰۸	۸/۷	۲۵	دو و میدانی	
۱۵/۱۳	۳۰۷/۰۱	۲۰/۸۲	۲۹/۸	۸۵	کل	
۱۵/۸۰	۳۰۷/۵۱	۲۰/۲۳	۱۰۰	۲۸۵	کل دو گروه	

جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین سنی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی به ترتیب ۲۰/۸۲ و ۱۹/۶۵ و میانگین سنی کلیه ورزشکاران ۲۰/۲۳ است.

در رشته‌های انفرادی، بالاترین میزان میانگین هوش هیجانی مربوط به کشتی (۳۱۳) و کمترین آن مربوط به بوکس (۲۹۸/۴۸) است. همچنین در رشته‌های گروهی، بالاترین میزان میانگین هوش هیجانی مربوط به فوتبال (۳۱۵/۹۲) و کمترین آن مربوط به هندبال (۳۰۲/۸۴) است. میانگین کلی میزان هوش هیجانی در رشته‌های گروهی (۳۰۸/۰۱) بیشتر از رشته‌های انفرادی (۳۰۷/۰۱) است.

در رشته‌های انفرادی، بالاترین میزان عملکرد ورزشی مربوط به کشتی‌گیران (۱۶/۱۲) و کمترین آن مربوط به ورزشکاران رشته بوکس (۱۳/۷۷) است. همچنین در رشته‌های گروهی، بالاترین میزان عملکرد ورزشی مربوط به بازیکنان فوتبال (۱۷/۰۱) و کمترین آن مربوط به بازیکنان هندبال (۱۵/۹۷) است. میانگین کلی میزان عملکرد ورزشی در رشته‌های گروهی (۱۶/۴۸) بیشتر از رشته‌های انفرادی (۱۵/۱۳) است.

جدول ۲. همبستگی مربوط به رابطه هوش هیجانی و عملکرد ورزشکاران

گروهی				انفرادی				متغیر	شاخص
کل	هندبال	بسکتبال	فوتبال	کل	دو و میدانی	بوکس	کشتی		
۰/۳۲۵	۰/۴۴۲	۰/۳۵۶	۰/۳۱۲	۰/۴۹۵	۰/۴۷۳	۰/۴۲۵	۰/۵۳۶	r	رابطه هوش هیجانی و عملکرد ورزشکاران
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۵	۰/۰۰۶	۰/۰۰۰	۰/۰۱۷	۰/۰۲۷	۰/۰۰۱	P	
	**	**	**	**	*	*	**		

*P = ۰/۰۱ و **P = ۰/۰۵

در جدول ۲ مشاهده می‌شود بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران رشته‌های انفرادی رابطه مستقیم معنی‌داری وجود دارد ($t=۰/۴۹۵, P<۰/۰۱$)؛ بنابراین می‌توان گفت افزایش هوش هیجانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی عملکرد ورزشی آنان را بهبود می‌بخشد. همچنین با توجه به نتایج جدول ۳ مشاهده می‌شود بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران رشته‌های گروهی نیز رابطه مستقیم معنی‌داری وجود دارد ($t=۰/۳۲۵, P<۰/۰۱$)؛ بنابراین هرچه هوش هیجانی ورزشکاران رشته‌های گروهی بالاتر باشد، عملکرد ورزشی آنان نیز بهتر است.

جدول ۳. نتایج آزمون t در مورد میزان ۵ مقیاس هوش هیجانی ورزشکاران در رشته‌های ورزشی

P	t	df	S	M	گروه	متغیر
۰/۰۲۶	-۲/۲۳	۲۸۳	۶۳۲	۶۵/۶۱	انفرادی	هوش بین فردی
			۷۱۸۱	۶۷/۷۵	گروهی	
۰/۰۶۸	۱/۸۳	۲۸۳	۱۲/۹	۱۰۳/۲	انفرادی	هوش درون فردی
			۱۱/۹	۱۰۰/۳	گروهی	
۰/۳۰۶	-۱/۰۲	۲۸۳	۸/۱۶	۵۸/۲۵	انفرادی	سازگاری
			۶/۹۷	۵۹/۲۳	گروهی	
۰/۰۶	-۱/۸۹	۲۸۳	۶/۷	۳۵/۸	انفرادی	کنترل استرس
			۵/۸	۳۷/۳	گروهی	
۰/۳۸	۰/۸۶۸	۲۸۳	۶/۴۸	۴۴/۱۴	انفرادی	خلق عمومی
			۶/۳۱	۴۳/۴۲	گروهی	
۰/۷۹۳	-۰/۲۶۳	۲۸۳	۳۰/۰۷	۳۰۷/۰۱	انفرادی	هوش هیجانی
			۲۸/۹۶	۳۰۸/۰۱	گروهی	

در جدول ۳ مشاهده می‌شود ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی فقط در خرده‌مقیاس هوش بین فردی تفاوت معنی‌داری دارند ($t=-۲/۲۳, P<۰/۰۵$)، اما در سایر خرده‌مقیاس‌ها و

همچنین به‌طور کلی در هوش هیجانی، بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود.

جدول ۴. نتایج آزمون t در مورد عملکرد ورزشی بر حسب رشته‌های گروهی و انفرادی

متغیر اصلی	گروه	M	S	df	t	P
عملکرد ورزشی	انفرادی	۱۵/۱۲	۴/۶۷	۲۸۳	-۲/۸۶	۰/۰۰۴
	گروهی	۱۶/۴۸	۳/۱۱			

در جدول ۴ مشاهده می‌شود بین عملکرد ورزشی ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی تفاوت وجود دارد و در رشته‌های گروهی، بهتر و بیشتر از رشته‌های انفرادی است.

جدول ۵. همبستگی مربوط به رابطه (پنج مؤلفه) هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران

رابطه مؤلفه‌های هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران	هوش بین فردی		هوش درون فردی		سازگاری		کنترل استرس		خلق عمومی	
	انفرادی	گروهی	انفرادی	گروهی	انفرادی	گروهی	انفرادی	گروهی	انفرادی	گروهی
r	۰/۳۲۳	۰/۱۶۹	۰/۲۶۲	۰/۳۷۳	۰/۳۲۰	۰/۳۱۳	۰/۵۳۷	۰/۳۰۲	۰/۴۳۷	۰/۰۸۶
P	۰/۰۰۳	۰/۰۱۳	۰/۰۱۵	۰/۰۰۰	۰/۰۰۳	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۲۳

جدول ۵ نشان می‌دهد در رشته‌های انفرادی، بین هر پنج خرده مقیاس هوش هیجانی و عملکرد ورزشی رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. همچنین در رشته‌های گروهی، به‌جز خرده مقیاس خلق عمومی، در سایر خرده مقیاس‌ها رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/01$).

جدول ۶. خلاصه اطلاعات مربوط به پیش‌بینی عملکرد ورزشکاران

متغیر	شاخص	مجدور R تنظیم شده	مقدار F	P	ضریب رگرسیون B	مقدار ثابت
پیش‌بینی عملکرد ورزشکاران رشته‌های انفرادی	۰/۲۰۲	۲۲/۲۱	۰/۰۰۰	۰/۰۶۹	-۶/۱۲	
پیش‌بینی عملکرد ورزشکاران رشته‌های گروهی	۰/۱۰۲	۲۳/۳۹	۰/۰۰۰	۰/۰۳۵	۵/۷۱	
پیش‌بینی عملکرد کل ورزشکاران	۰/۱۳۲	۴۴/۰۵	۰/۰۰۰	۰/۰۴۵	۲/۱۰۶	

جدول ۶ نشان می‌دهد بین میزان هوش هیجانی ورزشکاران و عملکرد ورزشی آنان رابطه معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$)، به‌گونه‌ای که ۱۳ درصد عملکرد ورزشی ورزشکاران را می‌توان از طریق هوش هیجانی آنان پیش‌بینی کرد. همچنین مدل پیش‌بینی عملکرد ورزشی ورزشکاران، با توجه به هوش هیجانی آنان مشخص می‌گردد:

(نمره هوش هیجانی) $\times 0/069 + 12/6 =$ نمره پیش‌بینی شده عملکرد ورزشکاران رشته‌های انفرادی؛

(نمره هوش هیجانی) $\times 0/035 + 5/71 =$ نمره پیش‌بینی شده عملکرد ورزشکاران رشته‌های گروهی؛

(نمره هوش هیجانی) $\times 0/045 + 2/106 =$ نمره پیش‌بینی شده عملکرد کل ورزشکاران.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، تعیین ارتباط هوش هیجانی و عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته‌های انفرادی و گروهی است. نتایج نشان داد بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی، در کلیه ورزشکاران رشته‌های انفرادی ارتباط مستقیم معنی‌داری وجود دارد ($t = 0/495, P < 0/01$)؛ بنابراین می‌توان گفت که افزایش هوش هیجانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی موجب بهبود عملکرد ورزشی آنان می‌شود. نتیجه این تحقیق با تحقیقات مورگان، باکر و همکاران، مینر و لندی هم‌خوانی دارد (۱۲-۱۵).

کوت و همکاران (۲۰۰۶) نیز اعلام کردند بین هوش هیجانی و عملکرد و انجام وظیفه، همبستگی مثبتی وجود دارد (۱۴)؛ بنابراین، با توجه به نتایج تحقیق حاضر و سایر تحقیقات ذکر شده و همچنین با عنایت به مبانی نظری هوش هیجانی و نقش مؤثر آن در کسب موفقیت، ضروری است مربیان ورزشی با برنامه‌ریزی خاص، هوش هیجانی ورزشکاران را حفظ و تقویت نمایند.

نتایج نشان داد بین هوش هیجانی و عملکرد ورزشی کلیه ورزشکاران رشته‌های گروهی ارتباط مستقیم معنی‌داری وجود دارد ($t = 0/325, P < 0/01$)؛ بدین صورت که هر چه هوش هیجانی ورزشکاران رشته‌های گروهی بالاتر باشد، عملکرد ورزشی آنان نیز بهتر است. نتایج به‌دست آمده با نتایج تحقیقات دیویس و موجک و مهین‌دوست هم‌سو می‌باشد. (۱۶، ۱۷).

بین سطح هوش هیجانی ورزشکاران در رشته‌های گروهی و انفرادی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($t = -2/23, P < 0/05$) که نشان می‌دهد نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات علیان و رضانی نژاد و اهری هاشمی هم‌سو (۱۸-۲۰) و با یافته‌های درخشان مبارکه غیرهم‌سو می‌باشد (۲۱).

در تحقیق علیان مشخص شد ورزشکاران رشته‌های گروهی از نظر هوش بین فردی بالاتر از ورزشکاران رشته‌های انفرادی هستند، اما در خرده‌مقیاس‌های دیگر، تفاوت معنی‌داری بین ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی مشاهده نشد (۱۸)؛ بنابراین، با توجه به نتایج این تحقیق و سایر تحقیقات، می‌توان نتیجه گرفت که هوش هیجانی ورزشکاران، به نوع رشته ورزشی (گروهی و انفرادی) ارتباطی ندارد و تفاوتی بین رشته‌ها گزارش نشده است.

از نتایج دیگر پژوهش این بود که بین سطح عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته‌های گروهی (میانگین، ۱۶/۴۸) و انفرادی (میانگین، ۱۵/۱۲) تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$, $t = -2/86$)؛ به عبارت دیگر میزان عملکرد ورزشی ورزشکاران رشته‌های گروهی بهتر و بیشتر از ورزشکاران رشته‌های انفرادی است. نتیجه تحقیق در این بخش، با یافته‌های رضانی‌نژاد هم‌خوانی دارد (۱۹).

نتایج دیگر این تحقیق نشان داد بین هوش هیجانی و پیش‌بینی عملکرد ورزشی ورزشکاران در رشته‌های گروهی و انفرادی رابطه معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/05$)، به طوری که ۱۳ درصد عملکرد ورزشی ورزشکاران را می‌توان به سبب هوش هیجانی آنان پیش‌بینی کرد؛ بنابراین نتایج این تحقیق با تحقیق آقایی هم‌خوانی دارد (۲۳). در پژوهشی که توسط آقایی و همکاران (۱۳۸۶) انجام شد، مشخص گردید بین نمرات کلی هوش هیجانی و موفقیت ورزشی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/01$) و هوش هیجانی در پیش‌بینی موفقیت ورزشی از توان قابل توجهی برخوردار است. نتایج تحقیق حاضر و سایر تحقیقات، نشان می‌دهد با استفاده از سطح هوش هیجانی ورزشکاران می‌توان عملکرد ورزشی آنها را در رشته‌های گروهی و انفرادی، تا حدودی پیش‌بینی کرد؛ بنابراین، با توجه به اهمیت هوش هیجانی در موفقیت ورزشکاران، در صورت انتخاب بین دو یا چند قهرمان ورزشی که از نظر آمادگی جسمانی و مهارتی در یک سطح هستند، توجه به سابقه عملکرد و نمرات هوش هیجانی ورزشکاران می‌تواند ملاک نسبتاً معتبری برای انتخاب نهایی آنان باشد.

نتیجه‌گیری کلی این است که افزایش هوش هیجانی ورزشکاران با عملکرد ورزشی آنها ارتباط مستقیم و معنی‌داری دارد و موجب عملکرد بهتر ورزشی آنان می‌شود. از سوی دیگر، میزان هوش هیجانی تا حدودی، موفقیت ورزشی ورزشکاران را پیش‌بینی می‌کند؛ بنابراین توجه به نقش و تأثیر هوش هیجانی در عملکرد ورزشکاران و قدرت پیش‌گویی آن در موفقیت آنها، می‌تواند دانش جدیدی برای مربیان محسوب شود که می‌توانند از آن در انتخاب ورزشکاران و پیش‌بینی موفقیت نهایی آنها استفاده کنند. از این رو، توصیه می‌شود مربیان

تیم‌های ورزشی همواره به اهمیت و نقش هوش هیجانی در عملکرد ورزشکاران و تیم‌های ورزشی توجه کرده، به اندازه کافی از آن بهره گیرند.

منابع :

۱. عبدالله، هادی، ۱۳۸۱، مقایسه مهارت‌های روانی بازیکنان نخبه رشته‌های منتخب ورزشی شرکت کننده در مسابقات ورزشی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه سراسر کشور، پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
2. Bar -on, R . (1999). The emotional question inventory (EQ -I) A measure of emotional intelligence. Sanfrancisco: Tossey- Bass.
3. Elias, M.J, Gara, M., Schuyler, T., Brandon Muller, L R., Sayett, M A. (1991). The Promotion of social competence: Longitudinal study of a preventive school - based program. American Journal of orthopsychiatry, 61: 409 -417 .
۴. برادبری، گریوز، (۲۰۰۵). «هوش هیجانی». ترجمه مهدی گنجی. چاپ اول، تهران: انتشارات ساوالان.
۵. گلمن، دانیل، (۱۳۸۲). «هوش هیجانی». ترجمه نسرين پارسا. چاپ اول، تهران: انتشارات رشد.
6. Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18 , supl., 13-25.
۷. وینتر، گراهام، مارتین، کتی، (۱۹۸۴). «راهنمای عملی روانشناسی ورزشی». ترجمه محمد کاظم واعظ موسوی. تهران: انتشارات دانش افروز.
۸. دهشیری، غلامرضا، ۱۳۸۲، هنجاریابی پرسشنامه بهره هیجانی بار-اون (I-EQ) برای ارزیابی جنبه‌های مختلف هوش دانشجویان دانشگاه‌های تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
۹. ناصح، جواد، ۱۳۷۶، بررسی اثر ورزش صبحگاهی بر کاهش پرخاشگری کودکان عقب مانده ذهنی خفیف، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

۱۰. عبدلی، بهروز، ۱۳۷۳، بررسی ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار نخبه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
11. Charbonneau, D., Barling, J., Kelloway, E.K. (2001). Transformational leadership and sports performance: the mediating role of intrinsic motivation. *Journal of Applied Social Psychology*: 1521-1534
12. Morgan, P., Johnson, W.R. (1978). Personality characteristics of successful and unsuccessful men. *Research Quarterly*, 9: (2): 119 -133.
13. Bakker, F.C., Whiting, H.T.A., Btug, H., Vander. (1994). *Sport Psychology: Concept and Application*. John Wiley and Sons.
14. Cote, S., Miners, C.T.H. (2006). Emotional intelligence, cognitive intelligence and job performance. *Administrative Science Quarterly*.
15. Landy, F.J. (2005). Some historical and scientific issues related to research on emotional intelligence. *Journal of Organizational Behavior*, 26: 411-424.
16. Devis, C., Mog, K.J.P. (1994). Some personality Correlates of interest and excellence in sport, *International Journal of sport psychology*, 25 (2): 131-143.
۱۷. میهن‌دوست، هدایت، ۱۳۸۰، مقایسه مهارت‌های روانی والیبالیست‌های نخبه و غیر نخبه مرد ۱۵ تا ۲۰ سال، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
۱۸. علیان، محسن، ۱۳۸۴، مقایسه هوش هیجانی قهرمانان و ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی با افراد غیرورزشکار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی
۱۹. رضانی نژاد، رحیم، ۱۳۷۲، مقایسه صفات شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار مرد، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
۲۰. اهری هاشمی، جلال، ۱۳۷۵، تعیین و مقایسه ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار مرکز تربیت مدرس پسرانه شهید بهشتی مشهد، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس.

۲۱. درخشان مبارکه، محمد، ۱۳۷۶، بررسی رابطه پرداختن به ورزش با سلامت روانی و ویژگی‌های شخصیتی مدیران میانی سپاه شاعل در رده‌های تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی تهران.
۲۲. حسین‌زاده دهنوی، امیر، ۱۳۷۱، بررسی و مقایسه حالت‌های درون‌گرایی و برون‌گرایی دانش‌آموزان پسر ۲۰-۱۶ سال استان خراسان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
۲۳. آقای، اصغر و همکاران، ۱۳۸۶، رابطه هوش هیجانی با موفقیت ورزشی در ورزشکاران حرفه‌ای و نیمه حرفه‌ای، اولین همایش بین‌المللی علمی- ورزشی دانشگاه‌های جهان اسلام، تهران
۲۴. شامرادلو و همکاران، ۱۳۸۳، مقایسه نقش هوش هیجانی و هوش شناختی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی تهران.