

مقایسه عوامل حمایت‌کننده فردی در میان دانش‌آموزان دختر ورزشکار و غیرورزشکار

The Comparison of Individual Protective Factors between Athlete and Non- Athlete Girl Students

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۰۴/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۰۵/۰۳

سکینه خلیلی^۱، رشید ذوالفقاری زعفرانی^۲،
نسترن شریفی^۳، مریم ملک شاهی^۴S. Khalili, R. Zolfaghari Za'ferani,
N. Sharifi, M. Malekshahi

Abstract

Imbalance in each of individual protective factors could lead in many disorders and if we notice late to these Imbalances, it might not be able to composite them. The aim of this investigation was the comparison of individual protective factors between athlete and non- athlete girl students. The number of 210 girl students selected by randomly multi-cluster sampling. Iranian version Individual protective factors of Springer and Philips (1997), was used to acquire data. This version has 8 factors. In this research, In order to analyze the data, ANOVA and (H.S.D) were employed. ANOVA showed significant difference between factors and the H.S.D results indicated, there is a significant difference between amateurs self-control and elite control factor and amateurs had the higher self- control. So about internal Locus of Control there is a significant difference between amateurs and non-athletes, and non-athletes had the higher internal locus of control. There weren't any significant different in other cases.

Key Word: Individual Protective Factors, Internal Locus of Control, Self control, Optimism, Need to Accepted, Self- Concept.

چکیده

اختلال در هر یک از عوامل حمایت‌کننده فردی می‌تواند به بروز اختلالات بسیاری منجر شود که اگر دیر متوجه این اختلالات در افراد شویم، شاید هیچ‌گاه نتوان آن‌ها را جبران کرد. هدف از پژوهش حاضر، مقایسه و بررسی عوامل حمایت‌کننده فردی در میان دانش‌آموزان دختر ورزشکار حرفه‌ای، ورزشکار مبتدی، و غیرورزشکار است. نمونه آماری این پژوهش ۲۱۰ دانش‌آموز دختر بودند که به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار تحقیق، نسخه استاندارد شده فارسی فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی اسپرینگر و فیلیپس (۱۹۹۷) بود که پس از استاندارد شدن، هشت عامل از آن استخراج شد. داده‌ها به کمک تحلیل واریانس یک‌طرفه و پس‌آزمون HSD تجزیه و تحلیل شد. تحلیل واریانس یک‌طرفه تفاوت معنی‌داری را نشان داد که برای بررسی محل این تفاوت از آزمون HSD استفاده شد. نتایج آزمون HSD نشان داد بین عامل خودکنترلی مبتدی‌ها و حرفه‌ای‌ها تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F = 0.04$) و خودکنترلی مبتدی‌ها بیشتر است. در مورد عامل منبع کنترل نیز بین غیرورزشکارها و مبتدی‌ها تفاوت معنی‌داری مشاهده شد و در این زمینه، غیرورزشکارها از مبتدی‌ها از حمایت بیشتری برخوردار بودند. در سایر موارد، تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

کلیدواژه‌های فارسی: عوامل حمایت‌کننده فردی، منبع کنترل، خودکنترلی، خوش‌بینی، نیاز به تأیید، خودپنداره.

کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه آزاد رودهن (نویسنده مسئول)

Email: rkhalili1360@gmail.com

۲ و ۳. عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد رودهن

۳. کارشناس ارشد رفتار حرکتی دانشگاه شهید بهشتی

مقدمه

انسان موجودی اجتماعی است؛ از این رو تعامل وی با محیط امری بدیهی خواهد بود؛ زیرا همواره نیازهای گوناگونش او را وا می‌دارد تا با کمک و همیاری دیگران، موانع و مشکلات را از پیش پای خود بردارد و روز به روز زندگی را به سوی کمال سوق دهد (ستوده، ۱۳۸۰). شانکوف و فیلیپس^۱ بر این اعتقادند که معابر توسعه فردی در چرخه زندگی، از واکنش بین عوامل خطر - که احتمال عملکرد ضعیف را افزایش می‌دهند - و عوامل حمایت‌کننده که احتمال عملکرد مثبت را بیشتر می‌کنند - تأثیر می‌پذیرد (شانکوف و فیلیپس، ۲۰۰۰)؛ از این رو، خانواده و روان‌شناسان در پی آنند تا افراد و به‌ویژه دانش‌آموزان را که از نظر روانی حساس‌تر و تأثیر پذیرترند و هنوز بسیاری از مراحل رشد روانی خود را نگذرانده‌اند، از طریق آموزش‌های مختلف در مقابل بسیاری از خطرات محیطی حفظ کنند یا با ارائه راه‌کارهای مناسب برای رویارویی با برخی استرس‌های محیطی، به آن‌ها بیاموزند تا در عین حال که به اهداف خود در اجتماع فکر می‌کنند و در پی دست یافتن به آن‌ها هستند، هماهنگی‌های لازم را برای سازگاری با محیط بیابند (اسپرینگر^۲ و فیلیپس، ۱۹۹۷). سازگاری می‌تواند نتیجه تعادل نسبی بین عوامل حمایت‌کننده و عوامل خطرزا باشد (فراسر^۳ و همکاران، ۲۰۰۴). اسپرینگر و همکارش عوامل حمایت‌کننده فردی^۴ را عواملی می‌دانند که سبب می‌شوند فرد در محیط‌های پر خطر دارای شخصیت سالم و رشد اجتماعی مناسب باشد. ممکن است نبود یا ضعف این عوامل به سلامت شخصیت و رشد اجتماعی فرد آسیب بزند. اختلال در هر یک از عوامل حمایت‌کننده فردی

می‌تواند به بروز اختلالات بسیاری منجر شود که اگر والدین یا روان‌شناسان دیر متوجه این اختلالات در افراد شوند، شاید هیچ‌گاه نتوان آن را جبران نمود (اسپرینگر و فیلیپس، ۱۹۹۷). در سطوح چندگانه اکولوژی اجتماعی، عوامل حمایتی و عوامل خطرزا از ویژگی‌های زیستی و روان‌شناختی فرد گرفته تا خانواده و اجتماع یافت شده‌اند (آکانل، و همکاران، ۲۰۰۹).

مرحله پنجم رشد اریکسون در مورد موضوع «خود» است که می‌توان آن را با عوامل حمایت‌کننده فردی مرتبط دانست. از نظر کارور و شیرر^۵ (۱۹۹۲) مهم‌ترین موضوع در نظریه اریکسون هویت خود و رشد آن است. آن‌ها بیان می‌کنند که به نظر اریکسون شکل‌گیری و حفظ احساس نیرومند هویت خود در مراحل رشد امری اساسی است. به اعتقاد وی اختلاف در هویت‌یابی، تعیین‌کننده اصلی ناهنجاری‌ها و مشکلات رفتاری است. آن‌ها هویت خود را درک و تجربه هوشیارانه خود واقعی بر اساس تغییرات مهم اجتماعی تعریف کرده‌اند و سردرگمی در نقش، موجب می‌شود که شخص به رفتارهای ناسازگارانه دست بزند. او گاهی برای جبران این سردرگمی با قهرمانان و گروه‌های شناخته‌شده جامعه همانندسازی افراطی می‌کند و گاهی نیز ممکن است به گروه‌های بزهکار پیوندد (شریفی، ۱۳۸۵). همان‌طور که پیداست می‌توان به نقش «خود» و تأثیر پذیری‌اش از محیط در صورت شکل‌گیری نامناسب، رشد نادرست و الگوپذیری اشتباه از محیط پی برد.

عوامل حمایت‌کننده فردی در دانش‌آموزان ایرانی این‌گونه به دست آمده است: خوش‌بینی، خودپنداره، تعلقات خانوادگی، خودکنترلی، منبع کنترل درونی، نیاز به تأیید، روابط اجتماعی و مدرسه (خلیلی، ۱۳۸۹).

1. Shonkoff & Phillips
2. Springer
3. Fraser
4. Individual Protective Factors

5. O Connell
6. Carver & Scheier

فورستر^۱ عقیده دارد خوش‌بینی سبب می‌شود افراد ارزیابی مثبتی از خودشان داشته و از سلامت و سازگاری بیشتری برخوردار باشند (خدایاری، ۱۳۷۸). در خودکنترلی، فرد یک انتخاب برای چگونگی ابراز احساساتش دارد و چیزی که تأیید می‌شود روش ابراز احساسات است به نحوی که این روش بتواند هم جریان تفکر را تسهیل کند و هم از انحراف جلوگیری نماید (گلمن^۲، ۱۹۹۵). نیاز به تأیید شامل کسب توفیق و تأیید، احساس شایستگی و احساس کفایت و مهارت است؛ یعنی نیاز فرد به ایجاد تصور مثبتی در دیگران در مورد خودش (سیف، ۱۳۷۹). با توجه به هرم مزلو می‌توان گفت فرد باید در سطح نیاز به تأیید، ارضا شده باشد تا بتواند به مرحله بالاتر یعنی خودشکوفایی برسد؛ بنابراین نظر مزلو مؤید اهمیت نیاز به تأیید است. گلمن معتقد است افرادی که از لحاظ هیجانی سالم‌اند، در ایجاد ارتباط موفق‌اند و همیشه بازخورد مثبت از دیگران می‌گیرند و این کار باعث تقویت مجدد هیجان مثبت در این افراد می‌شود؛ از این رو، می‌توان به اهمیت روابط اجتماعی پی برد. خودپنداره نوعی نگرش به خویشتن بدون هرگونه قضاوت شخصی یا مقایسه با دیگران را شامل می‌شود (گلمن، ۱۹۹۵). مدرسه اولین محیطی است که فرد بعد از خانواده وارد آن می‌شود (ستوده، ۱۳۸۰) و از دیگر عوامل حمایت‌کننده فردی به شمار می‌رود که برای رشد شخصیت و پرورش استعدادها و توانایی‌های جوانان و نوجوانان مهم است (اکبری، ۱۳۸۱). خانواده به‌عنوان نظامی اجتماعی در طول تاریخ نقشی حیاتی برای رشد، پیشرفت و اجتماعی شدن نوع انسان ایفا کرده است. خانواده بدون شک مهم‌ترین سازمانی است که بسترساز رشد و رفاه جسمی، روانی و اجتماعی کودک و عامل رسیدن وی به تعادل فیزیکی، روانی و اجتماعی است (موسوی،

۱۳۸۳). منبع کنترل، خصیصه‌ای شخصیتی است. روتر^۳ (۱۹۶۶) در نظریه مکان کنترل چنین فرض کرد که افراد از لحاظ اعتقاد به مکان کنترل به دو دسته تقسیم می‌شوند: گروهی که موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به شخص خود و گروهی که موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به عوامل محیطی بیرون از خود نسبت می‌دهند. گروه اول که موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به شخص خود (مثلاً توانایی یا کوشش شخصی) نسبت می‌دهند افراد دارای منبع درونی کنترل نامیده می‌شوند؛ گروه دوم که موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به عوامل محیطی بیرون از خود (مثلاً سطح دشواری تکلیف یا بخت و اقبال) نسبت می‌دهند افراد دارای منبع بیرونی کنترل نام گرفته‌اند (سیف، ۱۳۷۹).

با توجه به تعریف اسپرینگر و فیلیپس از عوامل حمایت‌کننده فردی مبنی بر اینکه این عوامل سبب می‌شوند فرد در محیط‌های پرخطر دارای شخصیت سالم و رشد اجتماعی مناسب باشد (اسپرینگر و فیلیپس، ۱۹۹۷) (۳) و با در نظر گرفتن اینکه انسان موجودی اجتماعی است و تعامل وی با محیط امری بدیهی خواهد بود، به نظر می‌رسد این عوامل یکجا و با یکدیگر نقشی مهم در حمایت افراد ایفا می‌کنند و فرد با داشتن مجموعه‌ای از این عوامل در سطح مناسب در مقابل عوامل خطرزا و جوامع پرخطر تا حدودی ایمن خواهد بود.

مطالعات پراکنده‌ای با استفاده از ابزارهای جداگانه در مورد مؤلفه‌های عوامل حمایت‌کننده فردی انجام شده است. در اینجا به ذکر برخی مطالعات این حیطه و همچنین مطالعاتی که روی برخی مقیاس‌های عوامل حمایت‌کننده فردی به‌طور جداگانه انجام شده است، پرداخته می‌شود.

فاگان و همکاران^۴ گزارش کردند دانش‌آموزان در

۱. Fostster
2. Goleman

بیشتر عوامل حمایتی و خطری دارای تظاهرات رفتاری شدید بودند. نتایج نشان داد عوامل روان-شناختی به‌طور معنی‌داری با تخلفات شدید در هر دو جنس همراه بوده است (فاگان و همکاران، ۲۰۰۷). تحقیقی روی نوجوانان ایرانی نشان داد تصور از خود با حرمت خود مرتبط است و هر دو این موارد بر پیشرفت تحصیلی مؤثرند و سطح موفقیت تحصیلی را افزایش می‌دهند (فتحی آشتیانی، ۱۳۷۴). شهیم و باغبان (۱۳۷۳) در بررسی گروه بزرگی از دانش‌آموزان دبیرستان‌های تهران، با اجرای سیاهه بررسی مشکلات مونی، مشکلات را در هشت طبقه مطالع کردند که عبارت بودند از: روابط اجتماعی، اقتصاد، آینده شغلی و تحصیلی، مشکلات تحصیلی، روابط عاطفی، ازدواج و مسائل جنسی، روابط خانوادگی و سلامت و اوقات فراغت. بر اساس گزارش این تحقیق، فراوانی مشکلات شغلی، تحصیلی و روابط عاطفی بیشتر از سایر موارد بود (شریفی، ۱۳۸۵).

دفتر مشاوره و تحقیق وزارت آموزش و پرورش مشکلات کودکان و نوجوانان را در حوزه‌های جسمانی، تحصیلی، روانی، رفتاری، اخلاقی و خانوادگی آشکار کرده است. در این پژوهش، مشکلات خانوادگی در بالاترین سطح و مشکلات روانی در مرتبه دوم گزارش شده است. در پژوهش دیگر نشان داده شده است ۹۷ درصد از دانش‌جویان ۱۹-۲۵ ساله اظهار داشتند که عمده مشکلات آن‌ها به روابط خانوادگی، روابط با جنس مخالف، مشکلات شغلی و مشکلات تحصیلی مربوط می‌شوند (شریفی، ۱۳۸۵). دفتر تربیت معلم وزارت آموزش و پرورش (۱۳۷۲) گزارش کرد دانش‌جویان و معلمان مشکلاتی را در زمینه‌های مختلف مانند افسردگی، ترس از شکست، نگرانی درباره وضع اقتصادی، ترس از سخن گفتن در حضور جمع، بی‌علاقگی به مطالعه، دوری از خانواده و ناراضی‌تی از روابط اولیای مراکز تربیت معلم گزارش داده‌اند (همان منبع).

یافته‌های کرامتی (۱۳۸۰)، حکمتی نژاد (۱۳۸۰) و بندورا^۱ و همکاران (۱۹۹۷) نشان‌دهنده تفاوتی غیرمعنی‌دار بین خودکارآمدی دختران و پسران است. والستن^۲ و همکاران (۱۹۸۷) نیز دریافتند خودکارآمدی افراد با توجه به سن، در سراسر کودکی و اوایل بزرگسالی افزایش یافته، در میان‌سالی به بالاترین حد خود رسیده و پس از ۶۰ سالگی کاهش می‌یابد. کولند^۳ و همکاران در بررسی نقش خانواده‌های حمایت‌گر در محیط‌های پرخطر و کم‌خطر روی دانش‌آموزان کلاس‌های ششم تا دوازدهم نشان دادند در دانش‌آموزانی که در مدارس پرخطر بودند، عوامل سطح خانواده نقش حمایتی کمتری دارند (کولند، ۲۰۱۰).

خلیلیان و همکاران دریافتند بین عوامل استرس‌زای مدرسه و شکایات جسمانی در دانش‌آموزان رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین عوامل استرس‌زای مدرسه و شکایات جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر ارتباط معنی‌داری مشاهده می‌شود. بروفی و مک کاستین^۴ در تحقیقی که روی دانش‌آموزان انجام دادند و در مصاحبه‌هایی که در مورد انواع رفتارهای مشکل‌آفرین با معلمان داشتند، دریافتند به دلیل عوامل استرس‌زای مدرسه دشواری‌های رفتاری متعددی در دانش‌آموزان به چشم می‌خورد که می‌تواند اثرات منفی بر رشد شخصیت آن‌ها داشته باشد. آن‌ها دریافتند عوامل منفی مدرسه مانند رفتارهای نامناسب معلمان و مدیر و قوانین مدرسه در بروز مشکلات روانی و جسمانی دانش‌آموزان نقش قاطعی دارند (خلیلیان و همکاران، ۱۳۷۹).

لویز و تیمونی به تحقیق درباره تأثیر نظم و

1. Bandura
2. Walstone
3. Cleveland
4. Brophy & Mc. Castin

حمایت‌کننده فردی و تأثیرپذیری برخی از این عوامل از انواع فعالیت ورزشی، محققان را بر آن داشت تا دریابند با توجه به نقش مهم این عوامل، آیا دانش‌آموزان ورزشکار و غیرورزشکار در عوامل حمایت‌کننده فردی با یکدیگر تفاوت دارند؛ به عبارت دیگر، آیا ورزشکار بودن دانش‌آموزان سبب می‌شود آن‌ها در این عوامل از غیرورزشکاران بهتر باشند و در نتیجه، در محیط‌های پرخطر شخصیت سالم و رشد اجتماعی مناسب‌تری داشته باشند؟ همچنین قصد داریم در قالب این تحقیق به پاسخ این سؤالات فرعی هم برسیم: آیا بین عوامل حمایت‌کننده فردی در ورزشکاران مبتدی و حرفه‌ای تفاوت معنی‌داری وجود دارد؟ آیا بین عوامل حمایت‌کننده فردی در ورزشکاران مبتدی و غیرورزشکاران تفاوت معنی‌داری وجود دارد؟ آیا بین عوامل حمایت‌کننده فردی در ورزشکاران حرفه‌ای و غیرورزشکاران تفاوت معنی‌داری وجود دارد؟

روش‌شناسی پژوهش

روش تحقیق حاضر توصیفی است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر سال اول و دوم دوره متوسطه شهر تهران تشکیل می‌داد که در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ مشغول به تحصیل بودند و در گروه سنی ۱۵-۱۶ سال قرار داشتند، بنابراین جامعه تحقیق حاضر از جهت پایه تحصیلی، گروه سنی و جنسیت یکسان متجانس شده بود. نمونه تحقیق حاضر، بخشی از نمونه تحقیق خلیلی (۱۳۸۹) در هنجاریابی فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی اسپرینگر و فیلیپس (۱۹۹۷) بود که به صورت نمونه‌گیری چند مرحله‌ای تصادفی از میان مناطق ۱۹ گانه آموزش و پرورش شهر تهران انتخاب شدند.

ابزار پژوهش فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی است که توسط اسپرینگر و فیلیپس (۱۹۹۷) ساخته شده است. این فهرست، برای سنین ۱۰-۱۶ سال طراحی

انضباط موجود در مدرسه بر بازداری و کاهش فراوانی رفتارهای ضداجتماعی و مشکل‌آفرین پرداختند. نتیجه کار آن‌ها این بود که برنامه آموزش مهارت اجتماعی به کاهش رفتارهای مشکل‌ساز منجر می‌شود. تعدادی از محققان روی تأثیر موفقیت و شکست بر ارزشیابی شخص از خود تحقیق کرده‌اند. نتیجه این تحقیقات نشان می‌دهد دانش‌آموزان ناموفق در امر تحصیل یا آن دسته از دانش‌آموزانی که در دست یافتن به انتظارات آموزشی ناتوان‌اند، به‌طور بارزی توانایی ارزش دادن به خود را ندارند (بهرام و شفیع زاده، ۱۳۸۳). شیخ و همکاران ۱۰۰ نفر از بازیکنان بسکتبالیست شرکت‌کننده در پانزدهمین المپیاد دانش‌آموزی مقطع متوسطه و ۱۰۰ نفر غیرورزشکار همسال مشهد را به‌عنوان آزمودنی در نظر گرفتند. نتیجه تحقیق آن‌ها نشان داد بین منبع کنترل (درونی- بیرونی) دختران ورزشکار و غیرورزشکار اختلاف معنی‌داری وجود ندارد. از طرفی، مطالعه پارکز نشان می‌دهد سطح استرس در افراد دارای منبع بیرونی بیشتر است (شیخ و همکاران، ۱۳۸۵).

همان‌طور که در زیرمقیاس‌های ذکر شده برای هر یک از ابعاد عوامل حمایت‌کننده فردی مشاهده می‌شود، عوامل حمایت‌کننده فردی بسیاری وجود دارند که براساس بسیاری از پژوهش‌های حیطة‌های روان‌شناسی و روان‌شناسی ورزشی از فعالیت بدنی متأثرند. بیشتر پژوهش‌ها نشان داده‌اند این عوامل در ورزشکاران بهتر از غیرورزشکاران است و همچنین تجربه دوره ورزشی و فعالیت ورزشی می‌تواند به بهتر شدن آن‌ها کمک کند (حسین علیان، ۱۳۸۴؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۴). از مرور پژوهش‌های پیشین بر می‌آید که بیشتر، عوامل حمایت‌کننده فردی توسط ابزارهایی متفاوت و جداگانه و طی چندین تحقیق بررسی شده است؛ از اینرو، از یک طرف اهمیت عوامل حمایت‌کننده فردی و از سوی دیگر، مهم و حساس بودن دوران نوجوانی، جامعیت فهرست عوامل

شده است. نسخه اصلی آن شامل ۷۱ عبارت و دارای سه مقیاس تعهد اجتماعی، صلاحیت فردی و صلاحیت اجتماعی است. ضریب آلفای کل فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی (IPFI) توسط سازندگان آن ۰/۹۳ به دست آمد. دانش‌آموزان باید در مقابل هر سؤال یکی از عبارت‌های کاملاً موافقم، موافقم، مخالفم یا کاملاً مخالفم را برگزینند (اسپرینگر و فیلیپس، ۱۹۹۷). خلیلی در استانداردسازی فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی اسپرینگر و فیلیپس (۱۹۹۷) دریافت ابزار سنجش در جامعه دانش‌آموزان دختر سال اول و دوم دوره متوسطه شهر تهران روایی لازم را دارد و این مقیاس در این جامعه از هشت عامل خوش‌بینی، خودپنداره، خانواده، خودکنترلی، نیاز به تأیید، منبع کنترل درونی، روابط اجتماعی و مدرسه تشکیل شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ برای عامل‌های استخراج شده به ترتیب ۰/۷۷۹، ۰/۷۳۷، ۰/۷۶۱، ۰/۶۹۷، ۰/۶۰۴، ۰/۶۰۲، ۰/۴۴۵، ۰/۶۷۸ بود. برای این پژوهش، از نسخه ۵۵ ماده‌ای استاندارد شده توسط خلیلی استفاده شده است (خلیلی، ۱۳۸۹).

از میان هر ناحیه شهر تهران (شمال، جنوب، شرق، غرب، و مرکز) دو ناحیه آموزش و پرورش و از هر ناحیه، دو مدرسه انتخاب شد. از میان جامعه

گسترده‌تر تحقیق ۲۱۰ آزمودنی انتخاب شدند که پرسشنامه‌های آن‌ها به صورت کامل برگشت خورده و برای تحقیق حاضر مناسب بود. از این تعداد، ۸۷ آزمودنی اصلاً ورزش نمی‌کردند که به‌عنوان گروه غیرورزشکار در نظر گرفته شدند. ۹۳ نفر کسانی بودند که به تازگی به ورزش روی آورده بودند و دارای سابقه ورزشی کمتر از یک سال بودند، ولی سابقه حضور در مسابقات را نداشتند. این گروه به‌عنوان گروه ورزشکاران مبتدی در نظر گرفته شدند. ۳۰ نفر از آزمودنی‌ها کسانی بودند که سابقه حضور در مسابقات (دست‌کم در سطح شهرستان) را داشتند یا دست‌کم پنج سال به‌صورت مداوم ورزش می‌کردند که به‌عنوان گروه ورزشکاران حرفه‌ای در نظر گرفته شدند.

از روش‌های آمار توصیفی برای محاسبه فراوانی، میانگین و انحراف معیار و از روش آماری تحلیل واریانس یک‌طرفه (ANOVA) و پس از آزمون H.S.D برای پاسخ به سؤالات پژوهش استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

نتایج توصیف داده‌ها در جداول ۱ و ۲ نشان داده شده است.

جدول ۱. توصیف سنی آزمودنی‌ها بر اساس سطح ورزشی

گروه	تعداد آزمودنی‌ها	میانگین سنی کل آزمودنی‌ها	انحراف معیار سنی کل آزمودنی‌ها
ورزشکاران حرفه‌ای	۳۰		
ورزشکاران مبتدی	۹۳	۱۵/۴۵	۰/۶۴
غیرورزشکاران	۸۷		

۲ میانگین نمرات کسب‌شده در هر یک از عوامل حمایت‌کننده فردی درج شده است.

جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین سنی آزمودنی‌ها ۱۵/۴۵ و انحراف معیار آن‌ها ۰/۶۴ است. در جدول

جدول ۲. میانگین نمره کسب شده در هر عامل

نام عامل	سطح مهارت	غیرورزشکاران	ورزشکاران مبتدی	ورزشکاران حرفه‌ای
خوش‌بینی		۲۶/۰۳	۲۶/۱۹	۲۷/۴۷
خودپنداره		۳۲/۹۸	۳۲/۶۴	۳۲/۹۷
تعلقات خانوادگی		۱۵/۷۰	۱۵/۳۱	۱۵/۰۳
خودکنترلی		۲۵/۹	۲۶/۳۴	۲۴/۲۷
منبع کنترل درونی		۲۲/۵۰	۲۱/۹۹	۲۲/۶۰
نیاز به تأیید		۲۸/۲۴	۲۷/۲۹	۲۷/۸۷
روابط اجتماعی		۱۶/۰۰	۱۵/۴۵	۱۵/۹۰
مدرسه		۸/۱	۸/۳۰	۸/۸۷

برای بررسی برابری واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد که نتایج آن در سطوح معنی‌داری مشخص شده توسط بررسی‌های آماری نشان داد. دلیلی برای برابری نبودن واریانس‌ها وجود ندارد. نتایج تحلیل واریانس یک‌طرفه (ANOVA) در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. مقدار F به دست آمده از جدول آنوا

نام عامل	خوش‌بینی	خودپنداره	تعلقات خانوادگی	خودکنترلی	نیاز به تأیید	منبع کنترل	ارتباط اجتماعی	نگرش به مدرسه
مقدار f	۱/۰۵	۲/۸۳	۰/۶۸	۲/۸۱	۲/۲۵	۳/۰۵	۱/۵۲	۱/۱۸
سطح معنی‌داری	۰/۳۵	۳/۶۱	۰/۵۰۷	۰/۰۶۲	۰/۱۱	۰/۰۵	۰/۲۲	۰/۳۰۸

با توجه به جدول ۳، نتایج جدول آنوا نیاز به استفاده از آزمون‌های پسین را آشکار می‌سازد. برای این کار از آزمون H.S.D استفاده شد. نتایج این آزمون در جدول ۴ درج شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون HSD

نام عامل	سطح مهارت	غیرورزشکار	مبتدی	حرفه‌ای
	غیرورزشکار	-	-	-
خودکنترلی	مبتدی	-	-	=۲/۰۷۷
	حرفه‌ای	-	=۰/۰۴۹	-
	غیرورزشکار	-	=۰/۹۴	-
منبع کنترل درونی	مبتدی	=۰/۹۴	-	-
	حرفه‌ای	-	-	-

در مورد عامل منبع کنترل، نتایج آزمون H.S.D نشان داد بین غیرورزشکارها و مبتدی‌ها تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ در حقیقت، غیرورزشکارها، در مقایسه با مبتدی‌ها نمره بیشتری به دست آوردند. در سایر موارد، تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

جدول ۴ بیانگر این مطلب است که بین عامل خودکنترلی دانش‌آموزانی که ورزشکار مبتدی محسوب می‌شوند و آن‌ها که در رده حرفه‌ای‌ها جای گرفته‌اند (۰/۰۴ =)، تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ در حقیقت، مبتدی‌ها خودکنترلی بیشتری دارند. همچنین

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد بین عامل خودکنترلی دانش‌آموزان مبتدی و حرفه‌ای تفاوت معنی‌داری وجود دارد و مبتدی‌ها خودکنترلی بیشتری دارند. چنین یافته‌ای قابل توجه است؛ زیرا خودکنترلی از مؤلفه‌های هوش هیجانی است و به نظر گلمن، هوش هیجانی می‌تواند روی روابط اجتماعی اثرگذار باشد. خودکنترلی هیجانی به معنی سرکوب هیجانی نیست و این‌گونه نیست که سد دفاعی محکمی در مقابل احساسات و انگیزه‌های خود درست کنیم، بلکه به این می‌پردازد که افراد یک انتخاب برای چگونگی ابراز احساسات خود دارند و چیزی که مورد تأیید است، روش ابراز احساسات است به شکلی که این روش بتواند هم جریان تفکر را تسهیل کند و هم از انحراف جلوگیری نماید (گلمن، ۱۹۹۵). مدل جنسن^۱ و همکارانش برای هوش هیجانی سه مؤلفه را نشان می‌دهد که خودکنترلی یکی از آن‌هاست. آن‌ها معتقدند مؤلفه خودکنترلی با افزایش همدلی (لطافت در مقابل احساسات دیگران) و تعقیب اهداف باشکوه (استفاده از احساساتان برای گسترش مهربانی و خدمت به دیگران) مرتبط است (جنسن و همکارانش، ۲۰۰۷). همان‌گونه که مشاهده می‌شود، مؤلفه خودکنترلی از منظر جنسن و همکارانش (۲۰۰۷) به‌عنوان یکی از مهارت‌های درون‌فردی با مهارت‌های بین‌فردی (همدلی و مهارت‌های اجتماعی) در دیدگاه گلمن (۱۹۹۵) در ارتباط است.

برخی مطالعات پیشین نشان‌دهنده تأثیرگذاری و ارتباط فعالیت ورزشی با هوش هیجانی، بیشتر بودن هوش هیجانی ورزشکاران در مقایسه با غیرورزشکاران (حسین علیان، ۱۳۸۴) و تعیین‌کننده بودن هوش هیجانی در موفقیت ورزشکاران است (بشارت و همکاران، ۱۳۸۴). با این اوصاف، در

پژوهش حاضر نیز انتظار داشتیم این عامل در حرفه‌ای‌ها بهتر از مبتدی‌ها باشد، اما این‌گونه نبود. به نظر می‌رسد با توجه به افزایش میزان فعالیت فرد در ورزش و رشته ورزشی خاص، همچنین حضور احتمالی وی در عرصه‌های رقابتی ورزش از خودکنترلی فرد -به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های درون‌فردی هوش هیجانی و در سطحی وسیع‌تر به‌عنوان یکی از عوامل حمایت‌کننده فردی- کاسته شده و روابط اجتماعی با دیگران برای وی اولویت کمتری خواهد داشت. شاید بتوان دلیل این تفاوت را به موقعیت اجتماعی نمونه مورد مطالعه یا تفاوت فرهنگی نسبت داد. از طرفی، مطابق با نظر گلمن، افرادی با خودکنترلی زیاد یک انتخاب برای چگونگی ابراز احساساتشان دارند و چیزی که مورد تأیید است، روش ابراز احساسات است (گلمن، ۱۹۹۵). مطابق با مدل جنسن و همکاران در سال ۲۰۰۷ نیز می‌توان دریافت که ممکن است دانش‌آموزان با افزایش فعالیت و حضور احتمالی در عرصه‌های رقابتی ورزش کمتر به دنبال همدلی -که تعبیری از لطافت در مقابل احساسات دیگران است- و استفاده از احساساتشان برای گسترش مهربانی و خدمت به دیگران باشند؛ بنابراین به نظر می‌رسد یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص کمتر بودن خودکنترلی افراد حرفه‌ای در مقایسه با افراد مبتدی بدین نحو قابل تبیین است. با توجه به اینکه عوامل حمایت‌کننده فردی حامی افراد در موقعیت‌های پرخطر زندگی و همچنین در امر ورزش برای ورزشکاران است، پیشنهاد می‌شود روان‌شناسان ورزشی بیشتر به آن توجه کنند. از آنجاکه خودکنترلی از مؤلفه‌های هوش هیجانی است و سالووی^۲ و همکاران نیز عقیده دارند بسیاری از مهارت‌های مربوط به هوش هیجانی را می‌توان یاد گرفت (سالووی و همکاران، ۲۰۰۰)، روان‌درمانی،

1. Jensen

2. Salovey

دارند و بیشتر دچار احساس تنهایی می‌شوند (روتز، ۱۹۷۵).

نتایج پژوهش

مسعودنیا استفاده بیشتر افراد با منبع کنترل بیرونی از استراتژی‌های مقابله معطوف به حل مسئله و استفاده بیشتر افراد با منبع کنترل درونی از استراتژی‌های مقابله هیجان محور و اجتنابی را نشان داده است (مسعودنیا، ۱۳۸۶). این موضوع در تقابل با نتایج بسیاری از تحقیقات دیگر است. پژوهش پارکر نشان داد سطح استرس در افراد دارای منبع بیرونی بالاتر است. با توجه به اینکه این پرسشنامه منبع کنترل بیرونی را نمی‌سنجد، لازم است تحقیقات دیگری در خصوص این مطلب انجام شود که آیا ورزشکاران مبتدی منبع کنترلشان بیرونی است یا درونی، ولی به هر حال از آنجا که تحقیقات پیشین نشان‌دهنده این مطلب است که سطح استرس در افراد دارای منبع بیرونی بالاتر است، نتیجه پژوهش حاضر زنگ خطری برای ورزشکاران مبتدی است. این موضوع می‌تواند روی میزان موفقیت افراد اثر داشته باشد.

برای توجیه این مطلب که بین حرفه‌ای‌ها و مبتدی‌ها تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد می‌توان گفت کسانی که ابتدا به ورزش روی می‌آورند منبع کنترل درونی ضعیف‌تری دارند، ولی شاید اثر ورزش باعث می‌شود که منبع کنترل درونی افراد قوی‌تر گردد.

نبود تفاوت معنی‌دار در مورد دیگر عامل‌ها ممکن است نشان‌دهنده تأثیرپذیری مشابه آن عوامل از برخی متغیرها باشد؛ بدین معنی که دیگر عوامل، به‌طور یکسان، بر همه آزمودنی‌های تحقیق شامل: غیرورزشکاران، ورزشکاران مبتدی و ورزشکاران حرفه‌ای اثرگذار بود؛ عواملی مانند جامعه، مدرسه، خانواده، فرهنگ و حتی برخی ویژگی‌های شخصیتی و نیز نوع ورزشی که ورزشکاران (مبتدی و حرفه‌ای)

مشاوره و آماده‌سازی راه‌هایی هستند که به‌وسیله آن‌ها می‌توان مهارت‌های هوش هیجانی را افزایش داد، اما به این معنی نیست که الزاماً انتظار رود پس از یک برنامه آموزشی نمره فرد در یک قسمت سنجش هوش هیجانی افزایش یابد، بلکه ممکن است افراد معلومات بیشتری کسب کنند و بعضی رفتارها تغییر نمایند (میر^۱ و سالووی، ۲۰۰۲)؛ از اینرو، نقش روان‌شناسان ورزشی بیش از پیش در بهبود این مؤلفه و در نهایت در عوامل حمایت‌کننده فردی دانش‌آموزان افزایش خواهد یافت.

این تحقیق نشان داد در مورد عامل منبع کنترل درونی، بین غیرورزشکارها و مبتدی‌ها تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ بدین معنی که در این زمینه غیرورزشکارها، در مقایسه با مبتدی‌ها از حمایت بیشتری برخوردارند. بین غیرورزشکاران و ورزشکاران حرفه‌ای تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. نتایج تحقیق حاضر همچنین نشان داد بین حرفه‌ای‌ها و مبتدی‌ها تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. شاید بتوان چنین یافته‌ای را به سطح رقابت ورزشی و نوع تجربه‌ای نسبت داد که افراد در آن سطح رقابت برای کنترل وضعیت خود دارا هستند. این موضوع در راستای پژوهشی است که شیخ و همکاران (۱۳۸۵) روی بسکتبالیست‌ها و غیرورزشکاران انجام دادند. روتز عقیده دارد که توان رفتار در وضعیتی خاص، تابع انتظار تقویت یا عدم تقویت و ارزش آن تقویت است. بر این اساس، می‌توان توجیه نمود که شاید روی آوردن ورزشکاران مبتدی به ورزش بدین دلیل باشد که نسبت به غیرورزشکارها از بیرون بیشتر تقویت می‌شوند. با توجه به وجود رابطه معنی‌دار بین احساس تنهایی و منبع کنترل بیرونی (گرایش به شانس) می‌توان بیان کرد که افراد با منبع کنترل بیرونی بر این باورند که کنترل کمی روی رویدادهای زندگی

- تجربه آن را داشته‌اند.
- به‌طور خلاصه، دانش‌آموزان در این مقطع سنی و تحصیلی در شش عامل خوش‌بینی، خودپنداره، خانواده، نیاز به تأیید، روابط اجتماعی و مدرسه تفاوت معنی‌داری نداشتند، اما در زمینه منبع کنترل درونی و خودکنترلی تفاوت معنی‌داری بین آن‌ها مشاهده شد بدین نحو که نمره منبع کنترل درونی در غیرورزشکاران از مبتدی‌ها بیشتر بود و بین غیرورزشکاران و ورزشکاران حرفه‌ای تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. شاید بتوان این تفاوت‌ها را به دامنه سنی مورد مطالعه و تفاوت فرهنگی جوامع مورد تحقیق نسبت داد.
- منابع:**
۱. اکبری، ا. (۱۳۸۱). مشکلات نوجوانی و جوانی، تهران، نشر ساوالان.
 ۲. بشارت، محمدعلی؛ عباسی، غلامرضا؛ میرزا کمسفیدی، رضا. (۱۳۸۴). تبیین موفقیت ورزشی در ورزش‌های گروهی و فردی بر حسب هوش هیجانی، فصلنامه المپیک، سال سیزدهم، شماره ۴ (پیاپی ۳۲).
 ۳. بهرام، عباس؛ شفیق زاده، محسن. (۱۳۸۳). تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه خودپنداره و بررسی عوامل مؤثر بر آن در دانش‌آموزان مقاطع مختلف تحصیلی شهر تهران، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.
 ۴. ستوده، هدایت‌اله. (۱۳۸۰). آسیب‌شناسی اجتماعی (جامعه‌شناسی انحرافات)، تهران، نشر آوای نور.
 ۵. سیف، علی‌اکبر. (۱۳۷۹). روانشناسی پرورشی روان‌شناسی یادگیری و آموزش، تهران، انتشارات آگاه.
 ۶. شریفی، نسترن. (۱۳۸۵). بررسی مشکلات شخصی، تحصیلی و اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن و رابطه آن با جنس مخالف، پیشرفت تحصیلی و ... تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، جلد ۵، شماره ۱۸.
 ۷. شیخ، محمود؛ یوسفی، بهرام؛ حسینی، زهره؛ زیویار، فرزاد (۱۳۸۵). بررسی و مقایسه منبع کنترل (درونی - بیرونی) و احساس تنهایی در بین دختران ورزشکار و غیرورزشکار، پژوهش در علوم ورزشی، سال چهارم، شماره ۱۰.
 ۸. حسین علیان، محسن. (۱۳۸۴). مقایسه هوش هیجانی قهرمانان و ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی با افراد غیرورزشکار، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
 ۹. حکمتی نژاد، اقبال. (۱۳۸۰). بررسی تعامل جنسیت و خودکارآمدی (بالا و پایین) بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان سال سوم راهنمایی، شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد.
 ۱۰. خدایاری، محمد. (۱۳۷۸). کاربرد مثبت‌نگری در روان‌درمانگری با تأکید بر دیدگاه اسلامی، مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره جدید، سال پنجم، شماره ۱.
 ۱۱. خلیلی، سکینه. (۱۳۸۹). استانداردسازی فهرست عوامل حمایت‌کننده فردی اسپرینگر و فیلیس (۱۹۹۷) بر روی دانش‌آموزان سال اول و دوم دوره متوسطه شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد رودهن.
 ۱۲. خلیلیان، علیرضا؛ حسن زاده، رمضان؛ ضرغامی، مهران. (۱۳۷۹). بررسی ارتباط بین عوامل

- 115-124.
20. Fraser, M., W., Kirby, L., D., & Smokowski, P., A. (2004). Risk and Resilience in childhood: an ecological perspective, (pp: 13-66).
21. Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. New York. Bantam Books.
22. Jensen Anabel, L., Fiedeldej-Van Dijk, Carina. (2007). Six Seconds. Emotional Intelligence Assessment. SEI-YV. Youth Report. page: 2.
23. Mayer, J., D., & Salovey, P. (2002). Relation of an ability measure of emotional intelligence to personality. Personality assessment, 306-315.
24. O'connell, M., D., Boat, T., & Warner, K., E. (Eds.). (2009). Preventing mental, emotional and behavioral disorders among young people: progress and possibilities. DC: national academy press.
25. Rotter, J., B. (1975). Some problem and misconception related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical psychology, 43, 56-67.
26. Salovey, P., Mayer, J., Bedell, B., T., & Detweiler, J., D. (2000). Current directions in emotional intelligence research (2 Ed). New York the Guildford press. 504-520.
27. Shonkoff, J., P., & Phillips, D., A. (Eds.). (2000). From neurons to neighborhoods: the science of early childhood development. Dc: national academy press.
28. Springer, F., & Phillips, J. (1997). Individual protective factors index (IPFI): a measure of adolescence.
29. Walstone, N., j., Woodward, B., S. (1987). Age and health care beliefs self-efficacy as a mediator of low desire for control. Psychology and Aging, 2, 3-8.
- استرس‌زای مدرسه و شکایات جسمانی در دانش‌آموزان شهرستان ساری در سال تحصیلی ۷۹-۱۳۷۸، مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی مازندران، سال دهم، شماره ۲۶.
۱۳. فتحی آشتیانی، علی. (۱۳۷۴). بررسی تحولی تصور از خود، اضطراب و افسردگی در نوجوانان تیزهوش و عادی، پایان نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
۱۴. کرامتی، هادی. (۱۳۸۰). بررسی روابط خودکارآمدی ادراک شده دانش‌آموزان سال سوم راهنمایی و نگرش آنان نسبت به درس ریاضی با پیشرفت ریاضی آنان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
۱۵. مسعودنیا، ابراهیم. (۱۳۸۶). رابطه بین منبع کنترل و استراتژی‌های مقابله در دانشجویان دانشگاه یزد، مطالعات روان شناختی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، دوره ۳، شماره ۴.
۱۶. موسوی، اشرف السادات. (۱۳۸۳). خانواده درمانی کاربردی با رویکرد سیستمی، ناشر دانشگاه الزهراء، چاپ دوم.
17. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.
18. Cleveland Micheal, J., Feinberg Mark, E., Greenberg Mark, T. (2010). Protective Families in High-and low-risk environments: implications for adolescent substance use. J Youth Adolescence 39: 114-126.
19. Fagan Abigail, A., Lee Wan Horn, M., Hawkins, J., David Arthur Micheal, W. (2007). Gender Similarities and differences in the association between risk and protective factors and self-reported serious delinquency. Prev sci. :



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی