

تحلیل پیش‌بینی مکانیسم‌های دفاعی با هوش هیجانی ورزشکاران نخبه رشته‌های رزمی

اکبر جمشیدی^۱، الهه عرب عامری^۲، سمیه جوکار تنگ گرمی^۳

۱. کارشناس ارشد دانشگاه تهران*

۲. استادیار دانشگاه تهران

۳. کارشناس ارشد دانشگاه تهران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۰۸/۲۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۰۳/۱۸

چکیده

پژوهش حاضر، به منظور بررسی تحلیل پیش‌بینی مکانیسم‌های دفاعی با هوش هیجانی ورزشکاران نخبه رزمی کار صورت گرفت. این پژوهش از نوع توصیفی و روش آن، همبستگی است. بدین منظور، تعداد ۳۱۷ نفر (۱۵۲ مرد و ۱۶۵ زن) با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی ساده از بین ورزشکاران نخبه رزمی کار انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات، از پرسش‌نامه‌های مکانیسم‌های دفاعی و هوش هیجانی استفاده شد. اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان، پیرسون و آزمون آماری t مستقل مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن می‌تواند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کند. میان مکانیسم‌های دفاعی رشدنا یافته با درک و کنترل عواطف و مهارت‌های اجتماعی، ارتباط معنادار منفی و میان مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته با درک و کنترل عواطف، مهارت‌های اجتماعی و خوش‌بینی، ارتباط معنادار مثبت مشاهده شد ($P \leq 0.05$). هم‌چنین، بین مکانیسم‌های دفاعی نورو تیک با درک و کنترل عواطف، ارتباط معنادار منفی وجود داشت ($P \leq 0.05$). در مورد تفاوت‌های جنسیت، نتایج پژوهش حاکی از این بود که مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته و هوش هیجانی در ورزشکاران زن نسبت به ورزشکاران مرد بالاتر است.

واژگان کلیدی: مکانیسم‌های دفاعی، هوش هیجانی، ورزشکاران نخبه رشته‌های رزمی.

مقدمه

آنچه مشخص است، علم روان‌شناسی ورزش موجب ارتقای کیفیت اجرای ورزشکاران و برتری آن‌ها در رقابت‌ها شده است. این علم تاثیر شگرفی بر ورزش دارد و با پدید آمدن آن، پیشرفت و بهبود عملکرد در ورزشکاران بخصوص ورزشکاران نخبه کاملاً واضح و آشکار می‌باشد (۱). از جمله مباحث مهم علم روان‌شناسی ورزش و روان‌شناختی که اخیراً به طور وسیعی مورد بررسی قرار گرفته است، هوش هیجانی^۱ و مکانیسم‌های دفاعی^۲ می‌باشد. مکانیسم‌های دفاعی به عنوان فرآیندهای نظم‌دهنده خودکار که کارکرد آن‌ها کاهش ناهماهنگی شناختی و کاهش تغییرات ناگهانی در واقعیت‌های درونی و بیرونی است شناخته می‌شوند. مکانیسم‌های دفاعی کار خود را از طریق تغییر دادن نحوه ادراک حوادث تهدیدکننده انجام می‌دهند (۲). دفاع‌ها به ورزشکاران اجازه می‌دهند تا یک دوره استراحت برای مسلط شدن بر تغییرات خودانگاره داشته باشند. همچنین، دفاع‌ها می‌توانند افزایش ناگهانی در سائق‌های زیستی را تخریب یا انکار کنند و ورزشکاران را قادر می‌سازند تا تعارضات حل نشده با افراد مهم را کم کنند. ضمن اینکه، مکانیسم‌های دفاعی می‌توانند اضطراب، شرم و احساس گناه را در محدوده قابل تحمل در طول تعارضات ناگهانی با وجدان و فرهنگ، نگه دارند (۳).

اندروز، سینگ و بوند^۳ (۱۹۹۳) بر اساس طبقه‌بندی سلسه مراتبی ویلنت^۴ (۱۹۷۱، ۱۹۷۶) مکانیسم‌های دفاعی را بر حسب کنش انطباقی آن‌ها به سه دسته رشدیافته^۵، نوروپیک^۶ و رشدنیافته^۷ تقسیم کردند. در سطح دفاع‌های رشدیافته، دفاع‌ها اثرات منفی را توسط توازی که بین تکانه‌های غیر قابل قبول و امیال موافق اجتماع یا بین تقاضاها و نیروهای تطابقی به دست می‌آید، تنظیم می‌کنند. این توازن، احتمال رضایت را افزایش می‌دهد. همچنین، در حالی که توازن به دست می‌آید تکانه‌های تعارضی، امیال، تقاضاها، نیروهای شخصی و هیجان‌های مرتبط نیز، در هوشیاری نگه‌داری می‌شوند. در سطح دفاع‌های نوروپیک، دفاع‌ها اثرات منفی را توسط نگه‌داشتن آرزوهای غیر قابل قبول بیرون از هوشیاری تنظیم می‌کنند. در سطح دفاع‌های رشدنیافته، تخریب تصور واقعی که فرد از خود دارد اثر منفی مرتبط با تعارض واقع‌شده را تنظیم می‌کند. در اینجا، اثر منفی

-
1. Emotional Intelligence
 2. Mechanisms of Defense
 3. Andrews G, Singh A G, Bond
 4. Vaillant
 5. Mature
 6. Neurotic
 7. Immature

توسط نگاه کردن به برخی از مردم به عنوان "همه بد" و معطوف کردن همه تکانه‌های پرخاشگرانه غیر قابل قبول نسبت به آن‌ها تنظیم می‌شود. به طور همزمان زیرمجموعه‌ای از مردم نیز، به عنوان "همه خوب" نگریسته و تقدیس می‌شوند. در سطح عمل نیز، اثر منفی مرتبط با تعارض توسط بیان کردن از طریق رفتار تنظیم می‌شود. همچنین، تنظیم این اثر منفی می‌تواند توسط شکستن رابطه با واقعیت، درگیر شدن در انکار سایکوتیک^۱ و تخریب یا فرافکنی هذیانی انجام گیرد (۴).

کریس و شری^۲ (۲۰۱۱) با انجام پژوهشی بر روی ۲۷۶ آزمودنی جوان دریافتند افراد با مکانیسم دفاعی رشدیافته نسبت به افرادی که دارای مکانیسم دفاعی رشدنیافته هستند از سبک شخصیتی اطلاعاتی استفاده نموده و در نتیجه، از شخصیت متعادل‌تری بهره می‌برند که در چنین حالتی، آن‌ها کنترل هیجان مناسب‌تری دارند (۵).

شواهد تجربی، موید نقش تعیین‌کننده هیجان‌ها در شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی هستند. مکانیسم‌های دفاعی ممکن است هرگز اجازه ندهند که هیجان‌های ناهوشیار، مخصوصاً هیجان‌های مزاحم و نگران‌کننده، در سطح هوشیار تجربه شوند. مکانیسم‌های دفاعی، ادراک بقایای هیجان‌ها را تحریف یا تبدیل می‌کنند؛ مانند آنچه در واکنش متضاد اتفاق می‌افتد که بر اساس آن، احساس پرخاشگری به عاطفه قابل قبول‌تری تغییر شکل می‌یابد. بعضی از مکانیسم‌های دفاعی نیز، کانون توجه را تغییر می‌دهند (۶)؛ بنابراین، بررسی رابطه مکانیسم‌های دفاعی و هوش هیجانی نیازمند پژوهش‌های گسترده‌ای می‌باشد.

هوش هیجانی برای اولین بار در اواخر قرن بیستم شناخته شد. اساس این مفهوم این است که تفکر و هیجان، دو مقوله جدا از هم نیست. هوش هیجانی، درک عواطف و راه‌های تأثیرگذاری این عواطف در روابط بین فردی را ارائه می‌کند. امروزه دانشمندان معتقدند که دانش هیجانی، از طبیعت افراد و احساسات آن‌ها به دست می‌آید (۷). گلמן^۳ (۱۹۹۵) هوش هیجانی را از IQ جدا کرده است. به نظر او هوش هیجانی شیوه استفاده بهتر از IQ را از طریق خودمهارگری، اشتیاق، پشتکار و خودانگیختگی شکل می‌دهد. اکثر دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند که از طریق هوش عمومی می‌توان رابطه‌ای را آغاز کرد اما دوام آوردن آن به هوش هیجانی بستگی دارد (۸). هوش هیجانی ممکن است که با هوش عمومی با عنوان "توانایی" مرتبط شود؛ اما، بر حسب مکانیسم‌ها و عملکردشان تفاوت دارند (۹). اوزما هنیف^۴ و همکارش (۲۰۱۳) هوش هیجانی و هوش عمومی را با

-
1. psychotic
 2. Cherrisse & Sherry
 3. Goleman
 4. Uzma Hanif

یکدیگر مقایسه کرده و تاثیر آن‌ها را بر عملکرد، مورد بررسی قرار داده‌اند. این پژوهش نشان داد که نه تنها برای موفقیت، هوش عمومی کفایت نمی‌کند؛ بلکه، تاثیر هوش هیجانی بر عملکرد، بیشتر از هوش عمومی می‌باشد (۱۰).

هوش هیجانی از نظر مایر و سالوی^۱ به عنوان یک توانایی عبارت است از ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره هیجان‌ها در خود و دیگران (۱۱). در سال ۲۰۱۲ در کنفرانس روان‌شناسی ایسلند، جولی مرسچوف^۲ بیان می‌کند که هوش هیجانی افراد تاثیر شگرفی در موفقیت دارد. هم‌چنین، تورنر و مولر^۳ (۲۰۰۵) هوش هیجانی را دارای دو بعد می‌دانند: یکی بعد شخصیتی می‌باشد که در برگیرنده خودآگاهی و خودرهبری می‌باشد و دیگری بعد اجتماعی می‌باشد که در برگیرنده آگاهی اجتماعی و مدیریت ارتباطات می‌باشد (۱۲). هم‌چنین، پترایز و فارنهام^۴ در سال ۲۰۰۱ هوش هیجانی را به چهار خرده‌مقیاس درک عواطف^۵، کنترل عواطف^۶، مهارت‌های اجتماعی^۷ و خوش‌بینی^۸ تقسیم‌بندی نمودند (۸، ۱۳).

در واقع، ما با سه نوع استفاده از هوش هیجانی رو به رو هستیم: ۱- به عنوان روح زمان یا حرکت فرهنگی در طول زمان، ۲- به عنوان یک اصطلاح متعارف یا تقریباً متعارف برای شخصیت ۳- به عنوان نوعی توانایی. این سه برداشت از هوش هیجانی بسیار متفاوت هستند. اولین و کلی‌ترین معنی هوش هیجانی را می‌توان در حوزه فرهنگی یا طرز تفکر یک عصر یا دوره جستجو نمود. روحیه‌ای که در یک زمان وجود دارد را طرز تفکر یک عصر یا دوره می‌نامند و عبارت است از خصوصیات فرهنگی، معنوی و یا احساسی که یک دوره را مشخص می‌نماید (۱۴).

پژوهش‌های گسترده‌ای در زمینه هوش هیجانی انجام شده است و برخی از آن‌ها نشان داده‌اند که هوش هیجانی رابطه منفی با افسردگی، اضطراب اجتماعی و گزارش علائم بیماری‌های روان‌شناختی و رابطه مثبتی با رضایت از زندگی، عملکرد بهتر در تکالیف، مشکلات شناختی کمتر و تفکر روشن در طی تمرینات ورزشی دارد؛ بطور مثال، برخی پژوهش‌گران در سال (۲۰۰۶) هوش هیجانی بازیکنان هاکی لیگ برتر و افراد معمولی را در یک پژوهش زمینه‌ای با هم مقایسه کردند. آن‌ها نتیجه گرفتند که بازیکنان هاکی، هوش هیجانی بالاتری در مقایسه با افراد عادی دارند و هم‌چنین،

-
1. Mayer & Salovey
 2. Julie Merschoff
 3. Turner and Muller
 4. Petrides & Furnham
 5. Emotion perception
 6. Emotion control
 7. Social skills
 8. Optimism

هوش هیجانی بطور مثبت با عملکرد ورزشکاران در حین بازی مرتبط است. هم‌چنین، ساکلوفسکه^۱ و همکاران (۲۰۰۷) در یک پژوهش زمینه‌ای تحت عنوان "رابطه بین هوش هیجانی، شخصیت و تمرینات ورزشی" نتیجه‌گیری کردند که هوش هیجانی، پیش‌بین روابط بین شخصیت و رفتار در تمرین ورزشی است (۱۵).

سرانجام، پترایز (۲۰۱۱) بیان می‌کند که هوش هیجانی در فضاهای کاری، رهبری و مدیریت و کارهای تیمی (مثل ورزش) نقشی حیاتی ایفا می‌کند. در همین راستا، پژوهش‌گرانی همچون نور سکینه توماس^۲ (۲۰۱۲)، شاهین و ناصر (۲۰۱۱) و مارکو^۳ (۲۰۱۰) طی پژوهشی در تایید پژوهش پترایز نشان دادند که هوش هیجانی با خستگی، ارتباط معنادار منفی دارد (۱۶).

برخی پژوهش‌گران با تاکید بر اهمیت توجه و رابطه آن با هیجان‌ها، این موضوع را تایید کرده‌اند که دفاع‌ها، تجربه‌های هیجانی را از طریق تغییر جهت توجه که مانع پردازش هوشیار اطلاعات مزاحم می‌شود تنظیم می‌کنند (۱۷). همان‌طور که پلیتری^۴ (۲۰۰۲) پیشنهاد کرده است، از آنجایی که مکانیسم‌های دفاعی ادراک را تحت تاثیر قرار می‌دهند و تجربه محتویات عواطف را در هوشیاری تنظیم می‌کنند، می‌توان تصور کرد که رابطه‌ای مستقیم با مولفه‌های ادراک و تنظیم هوش هیجانی داشته باشند. مایر و سالوی در سال (۱۹۹۰) بیان می‌کنند که هوش هیجانی از توانایی‌های ذهنی عمده در قلمرو درک عواطف، کنترل عواطف، مهارت‌های اجتماعی و خوش‌بینی تشکیل شده است. بر اساس این نظریه، شناخت و عواطف در تعامل با یکدیگرند و هوش هیجانی به منزله استدلال انتزاعی درباره عواطف و احساسات است (۲۰-۱۸).

قائدی و همکارانش (۱۳۸۷) ارتباط بین هوش هیجانی و ساز و کارهای دفاعی را بررسی نمودند. یافته‌های پژوهش نشان داد که تنها، بین سبک‌های دفاعی رشدیافته و نوروتیک با مولفه‌های هوش هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و در این میان، دختران در ابعاد ادراک، تنظیم هیجانات و نمره کلی هوش هیجانی، نمرات بالاتری را نسبت به پسران کسب کردند (۲۱).

اکثر پژوهش‌گران بر این باورند که ورزش قهرمانی با افزایش استرس و هیجان همراه می‌باشد و این حالت برای ورزشکاران نخبه که در میادین سخت‌تر و اضطراب‌آورتر به رقابت می‌پردازند بسیار قابل لمس می‌باشد. زمانی که هیجان افزایش می‌یابد، ورزشکار جهت مدیریت هیجان خود، نیاز به مکانیسم‌های دفاعی ویژه‌ای دارد تا بتواند بر شرایط بوجود آمده غالب آید؛ بنابراین، پژوهش‌گر به

-
1. Saklofske
 2. Nur Sakinah Thomas
 3. Marco
 4. Pellitteri

دنبال این است که ارتباط مکانیسم‌های دفاعی و هوش هیجانی را مورد بررسی قرار دهد و طی این پژوهش، به دنبال پاسخ‌گویی به سوالاتی از این جمله است: آیا بین مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن با هوش هیجانی ارتباطی وجود دارد؟ آیا مولفه‌های مکانیسم‌های دفاعی به صورت مجزا با مولفه‌های هوش هیجانی ارتباط دارند؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع توصیفی و روش همبستگی است و رابطه مکانیسم‌های دفاعی به عنوان متغیر پیش‌بین و هوش هیجانی به عنوان متغیر ملاک را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه ورزشکاران نخبه رشته‌های رزمی تشکیل می‌دهند که شامل ۱۰۵۰ نفر (۵۴۷ ورزشکار زن و ۵۰۳ ورزشکار مرد) می‌باشد. لازم به ذکر است که منظور از ورزشکاران نخبه، کلیه ورزشکارانی است که در سطوح بالای رشته رزمی فعالیت دارند و در طول دوره فعالیت ورزشی خود حداقل یک‌بار به اردوی تیم ملی دعوت شده باشند. جهت انتخاب نمونه آماری با توجه به اینکه لیست کلیه افرادی که در زمان اجرای پژوهش در اردوی تیم ملی بودند در اختیار بود، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده و با استفاده از فرمول کوکران^۱، تعداد ۳۱۷ ورزشکار نخبه رزمی کار (۱۵۲ مرد و ۱۶۵ زن) انتخاب شدند. لازم به ذکر است که کل نمونه آماری پژوهش حاضر ۴۰۰ نفر بوده‌اند؛ اما، به دلیل نقص در پرسش‌نامه‌ها و عدم همکاری برخی نمونه‌ها، تعداد ۳۱۷ نفر در نظر گرفته شد. برای جمع‌آوری اطلاعات، پژوهش‌گر یک فرم از پرسش‌نامه‌های پژوهش را تحویل ۴۰۰ ورزشکار نخبه رزمی کار انتخاب شده به عنوان نمونه آماری داد و از آن‌ها خواسته شد تا پرسش‌نامه‌ها را زمانی که در حال استراحت بودند تکمیل نمایند.

در این پژوهش، پژوهش‌گر برای به دست آوردن یک سری اطلاعات شخصی از نمونه‌های آماری مثل جنسیت، سن، رشته ورزشی و سابقه فعالیت، از پرسش‌نامه اطلاعات شخصی استفاده نموده است. همچنین، برای سنجش مکانیسم‌های دفاعی از پرسش‌نامه استاندارد شده مکانیسم‌های دفاعی اندروز، سینک و بوند (۱۹۹۳) که شامل سه نوع مکانیسم دفاعی رشدیافته، رشدنا یافته و نورو تیک می‌باشد، استفاده شد. روایی این پرسش‌نامه توسط اندرز، سینک و بوند (۱۹۹۳) و در داخل کشور نیز، توسط بشارت و همکارانش (۱۳۸۰) به دست آمده است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از سبک‌های دفاعی، رضایت‌بخش توصیف شده‌اند (۲۱). ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از سبک‌های رشدیافته، رشدنا یافته و نورو تیک فرم فارسی مقیاس، در یک نمونه دانشجویی

1. Cochran

برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۴، برای دانشجویان پسر ۰/۷۴، ۰/۷۴ و ۰/۷۲ و برای دانشجویان دختر ۰/۷۵، ۰/۷۴ و ۰/۷۴ بود که نشانه همسانی درونی رضایت‌بخش برای فرم ایرانی پرسش‌نامه سبک دفاعی محسوب می‌شود. در این پژوهش پژوهش‌گر با استفاده از آلفای کرونباخ، پایایی داده‌های مکانیسم‌های دفاعی را در آزمودنی‌های مورد مطالعه به دست آورده است که ضریب آلفای کرونباخ مکانیسم دفاعی رشدیافته، مکانیسم دفاعی رشدنیافته و مکانیسم دفاعی نوروپیک در پژوهش حاضر به ترتیب برابر با ۰/۸۷، ۰/۸۱ و ۰/۸۶ به دست آمد و در نهایت، برای سنجش هوش هیجانی از پرسش‌نامه استاندارد شده هوش هیجانی پترایز و فارنهام^۱ (۲۰۰۱) که شامل چهار خرده‌مقیاس درک عواطف، کنترل عواطف، مهارت‌های اجتماعی و خوش‌بینی می‌باشد استفاده شد. روایی این پرسش‌نامه در ایران، در سال ۱۳۸۲ توسط مارانانی^۲ از طریق تحلیل عوامل و در سال ۱۳۸۵ توسط ارغندی به دست آمد. پایایی پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ در پژوهش مارانانی (۱۳۸۲) و ۰/۸۵ در پژوهش ازغندی و همکاران (۱۳۸۵) گزارش شده است. در این پژوهش پژوهش‌گر با استفاده از آلفای کرونباخ، پایایی داده‌های مکانیسم‌های دفاعی را در آزمودنی‌های مورد مطالعه به دست آورده است که ضریب آلفای کرونباخ هوش هیجانی در پژوهش حاضر برابر با ۰/۸۹ به دست آمد.

در ابتدا اطلاعات و داده‌های پژوهش بر اساس روش‌های آمار توصیفی (جداول، فراوانی‌ها، میانگین‌ها، درصد نمودار) مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرد. همچنین، از آزمون کلموگروف اسمیرنوف^۳ (K.S) برای تعیین نرمال بودن داده‌ها استفاده می‌شود. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل رابطه مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن با هوش هیجانی از آزمون آماری تحلیل رگرسیون چندگانه هم‌زمان، برای رابطه مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته، رشدیافته و نوروپیک با متغیرهای هوش هیجانی به صورت مجزا از آزمون آماری پیرسون، برای مقایسه مولفه‌های مکانیسم‌های دفاعی ورزشکاران نخبه زن و مرد از آزمون t مستقل و برای مقایسه هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن و مرد از آزمون t مستقل استفاده می‌شود. لازم به ذکر است که برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از برنامه SPSS نسخه ۱۳ استفاده شد و آزمون فرضیه‌ها در سطح ۰/۰۵ مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج

میانگین مولفه‌های مکانیسم دفاعی در جدول ۱ ارائه شده است.

-
1. Petrides & Furnham
 2. Maranani
 3. Kolmogorov-Smirnov

جدول ۱- میانگین مولفه‌های مکانیسم دفاعی

مؤلفه	مرد	زن
مکانیسم دفاعی رشدیافته	۵۳/۵۴	۵۷/۱۷
مکانیسم دفاعی رشدنیافته	۱۱۵/۳۸	۱۱۶/۰۵
مکانیسم دفاعی نوروتیک	۴۹/۲۶	۴۹/۹۹

جدول ۲- میانگین مولفه‌های هوش هیجانی

مؤلفه	مرد	زن
درک عواطف	۴۳/۳۵	۴۵/۴۲
کنترل عواطف	۴۰/۷۰	۴۱/۳۱
خوش‌بینی	۳۰/۰۲	۳۸/۰۶
مهارت‌های اجتماعی	۳۹/۲	۳۲/۲۵
هوش هیجانی	۱۵۳/۲۹	۱۵۷/۰۶

در ادامه، به منظور بررسی ارتباط بین مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن با هوش هیجانی، جداول مربوط به تحلیل رگرسیون همراه با توضیحات لازم آورده می‌شود. همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود بر اساس این نتایج، ۸۵/۵ درصد واریانس مربوط به هوش هیجانی به وسیله مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن تعیین می‌شود ($R^2 = 0.855$). این بدان معنی است که ۸۵/۵ درصد تغییرات هوش هیجانی توسط مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن پیش‌بینی می‌شود. تحلیل جدول حاصل از آنالیز رگرسیون چندگانه هم‌زمان مشخص می‌کند که متغیر مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن با توجه به مقدار سطح معناداری، می‌تواند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کند ($P = 0.000$).

جدول ۳- مشخصه‌های آماری رگرسیون

شاخص	R	R ²	F	P
رگرسیون	۰/۹۲۵	۰/۸۵۵	۴۳۳/۹۴	۰/۰۰۰

آنالیز رگرسیون هم‌زمان در جدول ۴ نشان داده شده است. با توجه به مقدار سطح معناداری، مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته می‌توانند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کنند

($P=0.000$). ضریب استاندارد شده رگرسیون ($\beta=0.491$) برای این متغیر نشان می‌دهد که به ازای $0/491$ تغییر در مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، $0/491$ تغییر در متغیر هوش هیجانی ایجاد می‌شود. با توجه به مثبت بودن ضریب استاندارد رگرسیون با $0/491$ افزایش در مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، هوش هیجانی نیز، $0/491$ افزایش می‌یابد. هم‌چنین، با توجه به مقدار سطح معناداری، مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک می‌توانند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کنند ($P=0.001$). ضریب استاندارد شده رگرسیون ($\beta=-0.166$) برای این متغیر نشان می‌دهد که به ازای $0/166$ تغییر در مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک، $0/166$ تغییر در متغیر هوش هیجانی ایجاد می‌شود. با توجه به منفی بودن ضریب استاندارد رگرسیون، با $0/166$ افزایش در مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک، هوش هیجانی $0/166$ کاهش می‌یابد. در نهایت، با توجه به مقدار سطح معناداری، مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته می‌توانند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کنند ($P=0.000$). ضریب استاندارد شده رگرسیون ($\beta=-0.309$) برای این متغیر نشان می‌دهد که به ازای $0/309$ تغییر در مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته، $0/309$ تغییر در متغیر هوش هیجانی ایجاد می‌شود. با توجه به منفی بودن ضریب استاندارد رگرسیون، با $0/309$ افزایش در مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته، هوش هیجانی $0/309$ کاهش می‌یابد.

جدول ۴- خلاصه جدول رگرسیون

متغیر	B	Beta	t	P
مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته	0/974	0/491	8/584	0/000
مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته	-0/590	-0/309	-4/024	0/000
مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک	-0/275	-0/166	-2/382	0/011

در جدول ۵ مشاهده می‌شود که به طور کلی، مکانیسم دفاعی رشد نیافته و نوروپیک با متغیرهای هوش هیجانی که ارتباط آن‌ها معنادار بوده است ارتباط منفی دارد و این در حالی است که مکانیسم دفاعی رشدیافته با متغیرهای هوش هیجانی ارتباط مثبت برقرار می‌کند.

جدول ۵- ارتباط بین مکانیسم‌های دفاعی با متغیرهای هوش هیجانی

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	سطح معناداری	ضریب همبستگی
مکانیسم‌های دفاعی رشدنا یافته	درک عواطف	۰/۰۰۰	-۰/۴۲۷
	کنترل عواطف	۰/۰۰۰	-۰/۵۱۹
	مهارت‌های اجتماعی	۰/۰۰۰	-۰/۲۳۶
	خوش‌بینی	۰/۰۹۴	-۰/۰۷
مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته	درک عواطف	۰/۰۰۰	۰/۷۰۲
	کنترل عواطف	۰/۰۰۰	۰/۸۶۷
	مهارت‌های اجتماعی	۰/۰۰۰	۰/۶۶۸
	خوش‌بینی	۰/۰۰۰	۰/۵۷۳
مکانیسم‌های دفاعی نورو تیک	درک عواطف	۰/۰۰۵	-۰/۱۷۳
	کنترل عواطف	۰/۰۰۳	-۰/۱۸۲
	مهارت‌های اجتماعی	۰/۰۷۸	۰/۰۷۶
	خوش‌بینی	۰/۱۱۰	۰/۰۶۱

مقایسه مکانیسم دفاعی رشد یافته و هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن و مرد، در جدول ۶ ارائه شده است. مشاهده می‌شود که میانگین مکانیسم دفاعی رشد یافته ورزشکاران نخبه زن برابر ۵۷/۱۷ و میانگین مکانیسم دفاعی رشد یافته ورزشکاران نخبه مرد برابر ۵۳/۵۴ می‌باشد؛ بنابراین، با توجه به اختلاف میانگین‌های مکانیسم دفاعی رشد یافته زن و مرد و مقدار t که برابر ۸/۹۲۸ می‌باشد و نیز ارزش سطح معناداری ($P=0.000$)، بین مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته ورزشکاران نخبه زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته ورزشکاران زن بهتر می‌باشد.

با توجه به این جدول مشاهده می‌شود که میانگین هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن برابر ۱۵۷/۰۶ و میانگین هوش هیجانی ورزشکاران نخبه مرد برابر ۱۵۳/۲۸ می‌باشد؛ بنابراین، با توجه به اختلاف میانگین‌ها و مقدار t که برابر ۸/۸۸۳ می‌باشد و همچنین، ارزش سطح معناداری ($P=0.000$)، بین هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، هوش هیجانی ورزشکاران زن بالاتر می‌باشد.

جدول ۶- مقایسه مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته و هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن و مرد

میانگین	t	DF	P		
مرد	۵۳/۵۴	۳۱۵	۰/۰۰۰	مکانیسم دفاعی رشدیافته	
زن	۵۷/۱۷				
مرد	۱۵۳/۲۸	۳۱۵	۰/۰۰۰	هوش هیجانی	
زن	۱۵۷/۰۶				

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی تحلیل پیش‌بینی مکانیسم‌های دفاعی با هوش هیجانی ورزشکاران نخبه رزمی کار صورت پذیرفت و نتایج نشان داد که مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن می‌تواند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کند. این یافته با نتایج پژوهش پلیتری (۲۰۰۲) و فائدی و همکاران (۱۳۸۷) همسو می‌باشد. این پژوهش نشان داد که با افزایش استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، هوش هیجانی افزایش می‌یابد در حالی که، با افزایش استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدنا یافته و نوروتیک، هوش هیجانی کاهش می‌یابد. طبق تعریف کمپل^۱ (۱۹۸۸)، مکانیسم‌های دفاعی مجموعه عملیاتی هستند که ارگانسیم، برای محافظت از خود در مقابل تکانه‌ها و عواطف انجام می‌دهد. به عبارتی، مکانیسم‌های دفاعی به عنوان دسته‌ای از عملیات ذهنی تعریف شده است که افکار، تکانه‌ها و آرزوهای غیر قابل قبول را به منظور حفاظت افراد از اضطراب فزاینده برای افزایش عزت نفس یا برای حفاظت از یکپارچگی خود، بیرون از حوزه هوشیاری فرد نگه می‌دارند. مکانیسم‌های دفاعی به عنوان قسمتی از عملکرد شخصیت بهنجار محسوب می‌شوند؛ اما، استفاده فزاینده و نامناسب از دفاع‌های ویژه می‌تواند به آسیب روانی منجر گردد (۲۲). از طرف دیگر، مایر و سالوی در سال ۱۹۹۰ هیجان را به عنوان پاسخ‌های سازمان یافته محل تقاطع مرزهایی از زیرسیستم‌هایی شامل سیستم‌های فیزیولوژیکی، شناختی، انگیزشی و تجربی تعریف می‌کنند. هیجان‌ها در پاسخ به یک واقعه درونی یا بیرونی برانگیخته می‌شوند که معنای مثبت یا منفی دارند (۱۸).

برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانان و جوانان ورزشکار به تدریج، از اهمیت خودآشکارسازی هیجانی متقابل و دو طرفه در ایجاد و نگهداری روابط دوستانه آگاه می‌شوند (۲۳)؛ بنابراین، اگر شخصی یک تکانه پرخاشگرانه یا جنسی غیر قابل قبول را تجربه کند، اضطراب در مورد پیامدهای

عمل کردن به این تکانه تجربه خواهد شد؛ زیرا، چنین اعمالی از تحریم‌های فرامن تخطی می‌کنند. تخطی کردن از این تحریم‌ها منجر به استرس مرتبط با فرآیندهای درونی؛ مانند احساس گناه و فرآیندهای بیرونی مثل خشم می‌شود. مکانیسم‌های دفاعی برای تنظیم یا کاهش اضطراب و حالت‌های هیجانی منفی دیگر که همراه با تعارض است مورد استفاده قرار می‌گیرند.

مکانیسم‌های دفاعی، به عنوان فرآیندهای نظم‌دهنده خودکار که کارکرد آن‌ها کاهش ناهماهنگی شناختی و کاهش تغییرات ناگهانی در واقعیت‌های درونی و بیرونی است شناخته می‌شوند. مکانیسم‌های دفاعی کار خود را از طریق تغییر دادن نحوه ادراک حوادث تهدیدکننده انجام می‌دهند (۲). همان طور که قبلاً ذکر شد، در سطح دفاع‌های رشدیافته، دفاع‌ها اثرات منفی را توسط توازنی که بین تکانه‌های غیر قابل قبول و امیال موافق اجتماع یا بین تقاضاها و نیروهای تطابقی به دست می‌آید، تنظیم می‌کنند. این توازن، احتمال رضایت را افزایش می‌دهد. همچنین، در حالی که توازن به دست می‌آید تکانه‌های تعارضی، امیال، تقاضاها و نیروهای شخصی و هیجان‌های مرتبط نیز، در سطح هوشیاری نگه‌داری می‌شوند. در سطح دفاع‌های نوروتیک، اثرات منفی وجود دارد؛ اما، برخی مواقع دفاع‌ها، اثرات منفی را توسط نگه‌داشتن آرزوهای غیر قابل قبول بیرون از هوشیاری تنظیم می‌کنند؛ اما، در سطح دفاع‌های رشدیافته، تخریب تصور واقعی که فرد از خود دارد اثر منفی مرتبط با تعارض واقع‌شده را تنظیم می‌کند. در اینجا، اثر منفی توسط نگاه کردن به برخی از ورزشکاران دیگر با عنوان "همه بد" و معطوف کردن همه تکانه‌های پرخاشگرانه غیر قابل قبول نسبت به آن‌ها تنظیم می‌شود. به‌طور هم‌زمان زیرمجموعه‌ای از مردم نیز، با عنوان "همه خوب" نگرسته و تقدیس می‌شوند. در سطح عمل نیز، اثر منفی مرتبط با تعارض توسط بیان کردن از طریق رفتار تنظیم می‌شود. همچنین، تنظیم این اثر منفی می‌تواند توسط شکستن رابطه با واقعیت، درگیر شدن در انکار سایکوتیک، تخریب یا فرافکنی هذیانی انجام گیرد (۲۳).

پلیتری (۲۰۰۲) رابطه بین مولفه‌های هوش هیجانی و مکانیسم‌های دفاعی را مورد بررسی قرار داد. تحلیل همبستگی دو متغیر نتایج زیر را نشان داد: سبک‌های دفاعی رشدیافته با هوش هیجانی همبستگی مثبت معنادار داشت. دانش هیجانی با هر دو سبک دفاعی رشدیافته و رشدیافته و با هوش عمومی همبستگی مثبت معنادار داشت (۶). همچنین، برخی از پژوهش‌گران مثل پارکر^۱ و همکاران (۱۹۹۸) بر حسب نظریه تحول شناختی پیازه و نظریه ورنر و کاپلن^۲ در مورد تحول زبان و سمبل‌سازی، بیان کردند که می‌توان هوش هیجانی را به منزله یکی از جنبه‌های تحول هیجانی، با کاربرد مکانیسم‌های دفاعی مرتبط دانست. بر اساس آن، هوش هیجانی بالا می‌تواند باعث استفاده از

1. Parker

2. Werner & Kaplan

سبک‌های دفاعی رشدیافته و هوش هیجانی پایین، باعث استفاده از سبک‌های دفاعی رشدنیافته شود. هم‌چنین، آن‌ها نشان دادند که مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته را به عنوان مکانیسم‌های روانی در نظر می‌گیرند که عواطف مستاصل‌کننده و استرس‌زا را مدیریت می‌کنند. طبق این نظر، مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته تعیین‌کننده سطح و تراز برخی از مولفه‌های هوش هیجانی هستند (۲۱).

به هر حال، هیجان‌ات به دلیل ماهیت متغیرشان می‌توانند در سطوح مختلف هوشیار و ناهوشیار تجربه گردند. به علاوه، آن دسته از هیجان‌ات که منبع اضطراب هستند توسط ساز و کارهای دفاعی به ناهوشیار رانده می‌شوند. پژوهش‌ها نشان داده که آن دسته از افرادی که از ساز و کارهای دفاعی انطباقی (رشدیافته) برخوردارند، دارای هوش هیجانی بالاتری نسبت به کسانی که از ساز و کارهای دفاعی غیرانطباقی (رشدنیافته) برخوردارند می‌باشند. به عبارت دیگر، با توجه به تعریف هوش هیجانی به عنوان توانایی درک و مدیریت هیجان‌ها، آن دسته از افرادی که از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، قادر خواهند بود هیجان‌ات خود را با سازگاری روان‌شناختی بالاتر اداره کرده، از ساز و کارهایی که انطباقی‌تر هستند استفاده می‌کنند؛ بنابراین، هیجان‌ها در سطوح متفاوت هوشیاری تجربه می‌شوند و فرد از بعضی از هیجان‌ها یا تاثیر آن‌ها بر رفتار آگاه نیست. هوش هیجانی بالاتر به فرد این امکان را می‌دهد که در حیطه ناهوشیار بهتر بتواند به مدیریت، شناخت، تنظیم و ارزیابی هیجان‌ها بپردازد. بر این اساس می‌توان این احتمال را مطرح کرد که هوش هیجانی، فعالیت‌های حوزه ناهوشیاری از جمله مکانیسم‌های دفاعی من را تحت تاثیر قرار می‌دهد. راه‌های تاثیرگذاری هوش هیجانی بر مکانیسم‌های دفاعی در سطح ناهوشیار را می‌توان در مولفه‌های هوش هیجانی شامل مدیریت، شناخت، تنظیم و ارزیابی هیجان‌ها جستجو کرد. در نتیجه، فردی که مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته‌تر دارد، احتمالاً از هوش هیجانی بالاتری استفاده می‌کند.

مولفه‌های هوش هیجانی با فرآیندهای توجه (۲۴،۲۵) و ادراک رابطه دارند. هر چه توجه و ادراک در فرد بالاتر باشد، بهتر می‌تواند به ثبت و ادراک هیجان‌ها در خود و دیگران بپردازد؛ بنابراین، مولفه ادراک هیجانی می‌تواند از طریق فرآیندهای توجه و ادراک، کنش‌های شناختی من را تقویت کند و از این طریق بر استفاده بهینه از مکانیسم‌های دفاعی تاثیر بگذارد. افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند از توجه بهتری برخوردارند و بهتر می‌توانند هیجان‌ها را ادراک کنند و این، منجر به استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته‌تر می‌شود.

با این وجود، هیجان‌ها قسمت مهمی از شبکه ارتباطات برای ورزشکاران را شامل می‌شوند. نقص در شناخت، ابراز، تنظیم و مدیریت هیجان‌ها موجب نقص در ارتباط ورزشکار با دیگران می‌شود. دفاع‌ها نیز، به عنوان قسمتی از یک مجموعه الگوهای ارتباطی و شناختی نگریسته می‌شوند که در بافت

ارتباطات نزدیک با اشخاص مهم، گسترش می‌یابند؛ بنابراین، با کاهش هوش هیجانی، در این شبکه ارتباطی خلل ایجاد می‌شود و در نتیجه، سیستم دفاعی ورزشکار به خوبی گسترش نمی‌یابد و فرد بیشتر از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته استفاده می‌کند. برعکس، ورزشکارانی که هوش هیجانی بالاتری دارند می‌توانند هیجان‌ها و احساسات خود را بدون ایجاد ناراحتی برای خود و دیگران به نحو مناسب‌تر و موثرتر ابراز کنند. در تعریف شوخ‌طبعی که از جمله مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته به شمار می‌آید نیز، بر همین موضوع تاکید شده است؛ یعنی، فراهم کردن امکان ابراز آشکار افکار و احساسات بدون ایجاد ناراحتی برای خود و دیگران؛ بنابراین، با افزایش استفاده از مکانیسم دفاعی، شوخ‌طبعی و مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، هوش هیجانی نیز افزایش می‌یابد. از طرفی، در تعریف پرخاشگری فعل‌پذیر که از جمله مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته به شمار می‌آید، بر ابراز نامناسب پرخاشگری از طریق انفعال و خودآزاری و آسیب به خود تاکید شده است؛ بنابراین، به نظر می‌رسد که افراد هر چه بیشتر از مکانیسم دفاعی رشدنیافته استفاده کنند، هوش هیجانی کاهش می‌یابد.

هم‌چنین، این پژوهش نشان داد که بین مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته با درک عواطف و کنترل عواطف، ارتباط معنادار منفی وجود دارد. به‌طوری‌که، با افزایش مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته، درک عواطف کاهش می‌یابد. همانطور که قبلاً بیان شد، مکانیسم دفاع‌های رشدنیافته، مکانیسم‌های ابتدائی و رشدنیافته هستند و با انزوا، عملکرد دفاعی به دور از واقعیت، انفعال و خیال‌پردازی مشخص می‌شوند. آن‌ها در مراحل اولیه رشد شکل گرفته‌اند. از طرف دیگر، این مکانیسم‌ها اسناد ویژگی‌های فکری، احساسی و آرزوهای منفی و اضطراب‌آور خود به دیگران است (۳). در این مکانیسم دفاعی رشدنیافته، انکار نقش اساسی دارد و شامل نادیده گرفتن حقایق مطلوب، بی‌ارزش‌سازی و انکار شایستگی‌های واقعی آن‌ها می‌باشد؛ بنابراین، این منطقی به نظر می‌رسد که افرادی با مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته، از درک و کنترل عواطف پایینی برخوردار باشند.

هم‌چنین، نتایج حاکی از وجود ارتباط معنادار منفی بین مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته با مهارت‌های اجتماعی است. در واقع، با افزایش مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته، مهارت‌های اجتماعی کاهش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش وایس و همکارانش^۱ (۱۹۹۱) همسو می‌باشد. در این مکانیسم فرد از طریق خیال‌پردازی، برای حل تعارض‌ها و کسب رضایت به عقب‌نشینی اوتیستیک متوسل شده و از صمیمیت بین شخصی پرهیز می‌کند و از دوری و فاصله‌گذاری عاطفی در رابطه با دیگران سود می‌جوید. در پژوهشی که پارکر، تیلور و بگی^۲ (۱۹۹۸) انجام دادند به این نتیجه

1. Wise

2. Parker & Taylor & Bagby

رسیدند که ناگویی خلقی و گوشه‌گیری به طور مثبت و قوی با مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته و به طور مثبت اما ضعیف با مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و به طور منفی با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته همبستگی دارد. همچنین، در پژوهشی که وایس و همکاران (۱۹۹۱) انجام دادند به این نتیجه رسیدند که ناگویی خلقی و مهارت‌های اجتماعی، با مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته همبستگی مثبت و با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته همبستگی منفی معنادار دارد (۲۶).

یکی دیگر از نتایج پژوهش نشان داد که بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته با درک عواطف و کنترل عواطف ارتباط معناداری وجود دارد. به طوری که، با افزایش مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، درک عواطف نیز، افزایش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش پلیتری (۲۰۰۲) و قانیدی و همکاران (۱۳۸۷) همسو می‌باشد. مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، شیوه‌های انطباقی و سالم مواجهه‌ی بهنجار هستند که عمدتاً رضایت‌خاطر و خشنودی روانی را به بار می‌آورند (۳). سازگاری بهینه، حداکثر رضایت و تعادل بین انگیزه‌های متعارض در شخص، از ویژگی‌های این دفاع‌ها است. این نوع دفاع، تحمل و در عین حال تمرکز بر آنچه که بسیار ناراحت‌کننده است را فراهم می‌سازد. شواهد تجربی موید نقش تعیین‌کننده فرآیندهای ناهوشیار در شکل‌گیری هیجان‌ها نشان داده‌اند که فرآیندهای ناهوشیار، در تنظیم هیجان‌ها نیز فعالیت دارند. مکانیسم‌های دفاعی من، فرآیندهای ناهوشیاری هستند که کنش سازشی سرکوبی اضطراب مرتبط با سابق‌ها را بر عهده دارند (۲۷). مکانیسم‌های دفاعی ممکن است هرگز اجازه ندهند که هیجان‌های ناهوشیار، مخصوصاً هیجان‌های مزاحم و نگران‌کننده، در سطح هوشیار تجربه شوند. مکانیسم‌های دفاعی، ادراک بقایای هیجان‌ها را تحریف یا تبدیل می‌کنند؛ مانند آنچه در واکنش متضاد اتفاق می‌افتد که بر اساس آن احساس پرخاشگری به عاطفه قابل قبول‌تر ضد آن تغییر شکل می‌یابد. بعضی از مکانیسم‌های دفاعی نیز، کانون توجه را تغییر می‌دهند؛ فرآیندی که برای مثال در فرافکنی به جریان می‌افتد؛ یعنی، اسناد خصومت خود به دیگری. در عقلی‌سازی نیز، توجه به جنبه‌های کمتر نگران‌کننده معطوف می‌گردد تا تنها جنبه‌های غیر هیجانی؛ یعنی، عقلی یک تجربه ادراک شود. ولس و متیوز^۱ (۱۹۹۴) با تاکید بر اهمیت توجه و رابطه آن با هیجان‌ها، این موضوع را تایید کرده‌اند که دفاع‌ها تجربه‌های عاطفی را از طریق تغییر جهت توجه که مانع پردازش هوشیار اطلاعات مزاحم می‌شود تنظیم می‌کنند. پلیتری (۲۰۰۲) پیشنهاد کرده است چون مکانیسم‌های دفاعی، ادراک را تحت تاثیر قرار می‌دهند و تجربه محتویات عواطف را در هوشیاری تنظیم می‌کنند، می‌توان تصور کرد که رابطه‌ای مستقیم با مولفه‌های ادراک و کنترل هوش هیجانی داشته باشند. همچنین، بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته با خوش‌بینی ارتباط

معناداری وجود دارد. با توجه به مثبت بودن رابطه، با افزایش مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، خوش‌بینی نیز، افزایش می‌یابد. در واقع، این دفاع بر برنامه‌ریزی دقیق و یا نگرانی واقع‌بینانه در خصوص رویدادهای خطرناک آینده دلالت دارد؛ بنابراین، به نظر می‌رسد ورزشکارانی که با استفاده از مکانیسم دفاعی رشدیافته، از درک و کنترل عواطف بالایی برخوردارند، افراد منطقی و خوش‌بینی باشند. ضمن اینکه بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته با مهارت‌های اجتماعی، ارتباط معناداری وجود دارد. با توجه به مثبت بودن رابطه، با افزایش مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، مهارت‌های اجتماعی نیز، افزایش می‌یابد. با توجه به نتایج چند فرضیه گذشته که نشان داد مکانیسم دفاعی رشدیافته با درک و کنترل عواطف و همچنین، با خوش‌بینی ارتباط مثبت دارد و با اشاره به این نکته که ورزشکاران با درک و کنترل عواطف خود و همچنین خوش‌بینی، می‌توانند با افراد دیگر ارتباط بسیار خوبی برقرار نمایند؛ بنابراین، ورزشکاران با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته می‌توانند مهارت‌های اجتماعی بسیار بالایی داشته باشند (۶).

یکی دیگر از نتایج پژوهش نشان داد که بین مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک با درک عواطف و کنترل آن، ارتباط منفی معناداری وجود دارد. به طوری که با افزایش استفاده از مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک، درک عواطف کاهش می‌یابد. دفاع‌های نوروتیک، راهبردهایی غیرانطباقی برای مقابله با اضطراب ناشی از امیال نهفته و سرکوب شده‌اند. این دفاع مشتمل است بر ترکیبی از وابستگی به دیگران و اظهار امیال شخصی (۲۲). در واقع مکانیسم دفاعی نوروتیک، مکانیسمی است که بر اساس آن فرد برای از بین بردن اثر کار خود، به عمل دیگری می‌پردازد. عذرخواهی، پشیمانی و تحمل ناراحتی، همگی انواع گوناگون باطل ساختن و نفی اعمال و افکار ناپسند است. به بیان دیگر، این مکانیسم، مستلزم چشم‌پوشی از ارضا مستقیم نیازهای غریزی خود برای تسهیل برآورده شدن نیازهای دیگران است و با اغراق و بزرگ‌نمایی حس نوع دوستی نسبت به دیگران تظاهر می‌کند. در این مکانیسم، تکانه‌ای نامقبول به تکانه‌ای متضاد تبدیل می‌شود؛ بنابراین، به نظر می‌رسد که با افزایش استفاده از دفاع‌های نوروتیک، درک و کنترل عواطف کاهش یابد.

یکی دیگر از نتایج پژوهش، نشان داد که بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته ورزشکاران نخبه زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، میزان استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته در ورزشکاران زن نسبت به ورزشکاران مرد، بهتر می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش ویلنت^۱ (۱۹۹۴)، لویت^۲ (۱۹۹۱) و بشارت و همکاران (۲۰۱۱) همسو می‌باشد (۳، ۲۸، ۲۹). در یک مطالعه طولی که توسط ویلنت صورت گرفت (۱۹۹۴)، استفاده از دفاع‌های تطابقی با سلامت روان، ثبات زناشویی،

-
1. Vaillant
 2. Levit

موفقیت کاری و رضایت از زندگی مرتبط بود. در یک مطالعه ۵۰ساله طولی دیگر که از سه گروه بزرگ تشکیل شده بود، ویلنت (۱۹۹۴) در دانشگاه هاروارد از مقیاس رتبه‌بندی برای ارزیابی دفاع‌های مثبت مثل دوستی، والایش، فرونشانی، پیش‌بینی و شوخ‌طبعی در مصاحبه‌های خود استفاده کرد. او دریافت که استفاده از دفاع مثبت با جنسیت، سال‌های آموزش، وضع اقتصادی و اجتماعی و IQ مرتبط نیست؛ اما، استفاده از این دفاع‌ها در بزرگ‌سالی اولیه، پیش‌بینی کننده خوبی برای عملکرد روانی در میانه زندگی، حمایت اجتماعی، بهزیستی، رضایت زناشویی و درآمد است. استفاده از دفاع‌های مثبت همچنین، با ناتوانی پایین در میانه زندگی و انعطاف‌پذیری بیشتر در مقابل افسردگی ناشی از استرس‌های زندگی مرتبط است. همچنین، وی دریافت که به طور کلی میزان استفاده از مکانیسم دفاعی رشدیافته در زنان بیشتر از مردان می‌باشد (۳).

در مقاله‌ای که توسط لویث (۱۹۹۱) ارائه شد به توصیف تفاوت‌های جنسی در رابطه با مکانیسم‌های دفاعی در نوجوانان پرداخته شد. این پژوهش که بر روی ۳۱ پسر و ۲۵ دختر دبیرستانی اجرا شد نشان داد که پسران در دفاع‌های فرافکنی و پرخاشگری علیه دیگران، نمرات بالاتری را در مقایسه با دختران کسب می‌کنند و در واقع، بیشتر از این نوع دفاع‌ها استفاده می‌کنند. در مقابل، دختران نیز نمرات بالاتری را در درون‌فکنی کسب می‌کردند. او نتیجه گرفت که این تفاوت جنسیتی در استفاده از دفاع‌ها به تفاوت در نقش‌های جنسی پسران و دختران برمی‌گردد؛ اما، بطور کلی نمره دختران نسبت به پسران در مکانیسم دفاعی رشدیافته بالاتر می‌باشد (۲۸).

همچنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، هوش هیجانی ورزشکاران زن نسبت به ورزشکاران مرد بالاتر می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش بارون^۱ و همکاران (۲۰۰۰)، براکت و می‌یر و وارنر^۲ (۲۰۰۴) و کریک^۳ (۲۰۰۲)، جمشیدی و همکاران (۱۳۸۷) همسو می‌باشد (۳۲-۱۵،۳۰)؛ اما، با نتیجه پژوهش زارع (۱۳۸۰) که تفاوت معناداری را در این زمینه نیافت، ناهمسو می‌باشد (۳۳). بارون (۲۰۰۰) نشان داد که افراد در سنین متفاوت و جنسیت‌های متفاوت، بهره‌های هیجانی یا نیمرخ‌های بهره هیجانی متفاوتی دارند. مردان و زنان در هوش هیجانی کلی مشابه هستند اما نمره مردان در بعد درون شخصی، قابلیت تطابق و مدیریت استرس بالاتر است در حالی که، نمره زنان در بعد بین شخصی بالاتر است. زنان از هیجان‌هایشان آگاه‌تر هستند و همدلی بیشتر نشان می‌دهند و همچنین، به صورت بین شخصی رابطه برقرار می‌کنند و به صورت اجتماعی‌تر پاسخگو هستند. در

1. Bar-on
2. Brackett & Mayer & Warner
3. Crick

مقایسه، مردان حرمت خود بهتر، استقلال بیشتر، سازگاری بهتر با استرس‌ها در کوتاه مدت، انعطاف بیشتر، مسئله‌گشایی بهتر و خوش‌بینی بیشتری را نسبت به زنان نشان می‌دهند (۳۰). در تحقیق زارع (۱۳۸۰) در زمینه تاثیر جنسیت بر نمرات پرسش‌نامه بهره‌هیجانی نشان داد که در نمره کل هوش هیجانی، بین دو جنس تفاوت معناداری وجود ندارد؛ اما، تفاوتی معنادار بین آن‌ها در خرده‌مقیاس‌های خودآگاهی هیجانی، همدلی، روابط بین شخصی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی به نفع دختران و در خرده‌مقیاس‌های قاطعیت، حرمت خود، استقلال، انعطاف‌پذیری و تحمل فشار و خوش‌بینی به نفع پسران وجود داشت (۳۳). قاندى و همکاران (۱۳۸۷) طی پژوهشی بر روی ۱۵۳ دختر و ۱۴۷ پسر که به طور تصادفی ساده از دانشگاه شاهد انتخاب شدند دریافتند که بین دو جنس، در درک و کنترل هیجان و نمره کلی هوش هیجانی تفاوت معناداری وجود دارد. آن‌ها دریافتند که دختران در این سه عامل نسبت به پسران نمرات بالاتری کسب کرده‌اند (۲۱)؛ بنابراین، به نظر می‌رسد که با توجه به ویژگی‌های متفاوت زنان و تجزیه و تحلیل‌های آن‌ها، همانگونه که اکثر پژوهش‌ها چنین نتیجه‌ای را به دست آورده‌اند، زنان ورزشکار از هوش هیجانی بالاتری برخوردار می‌باشند.

در پایان، با توجه به این که مکانیسم‌های دفاعی و مولفه‌های آن می‌تواند تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کند، پیشنهاد می‌شود از بازیکنانی استفاده گردد که از مکانیسم دفاعی رشدیافته استفاده می‌نمایند. در واقع، توصیه می‌شود برای افزایش عملکرد و کارایی بازیکنان نخبه به ویژه در سطح ملی، به مکانیسم‌های دفاعی توجه ویژه‌ای شود و با استفاده از روان‌شناسان ورزش، عملکرد ورزشکاران را ارتقا دهند.

منابع

- 1) Richard Bailey and et al. Participant Development in Sport: An Academic Review. The National Coaching Foundation, sport coach UK and sport Northern Ireland; 2010.
- 2) Davidson K W, Macgregor M W, Johnson E A, Woody E Z, Chaplin W F. The relation between defense use and adaptive behavior. *Journal of Research in Personality*. 2004 ;(38):105-29.
- 3) Vaillant G E. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal psychology*. 1994 ;(103):44-50.
- 4) Andrews G, Singh A G, Bond M. The defense style questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 1993 ;(81):246-56.
- 5) Cherisse L S, Sherry L B. Identity Processing Styles and Defense Styles during Emerging Adulthood: Implications for Life Distress. *Identity: An International Journal of Theory and Research*. 2011;11(1):1-24.

- 6) Pellitteri J. The relationship between emotional intelligence and ego defense mechanisms. *The Journal of Psychology*. 2002;(136):182-94.
- 7) Saeed karimi. Early Maladaptive versus Emotional intelligence in Substance Addicts and Non-addicts living in Tehran. *Life Science Journal*. 2013; 10(1):481-6.
- ۸) یوسفی فریده. الگوی علی هوش عاطفی، رشد شناختی، تنظیم شناختی عواطف و سلامت عمومی، رساله دکتری بخش روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز؛ ۱۳۸۲.
- 9) Mayer J D, Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993;(17):433-42.
- 10) Uzma Hanif Gondal, Tajammal Husain. A Comparative Study of Intelligence Quotient and Emotional Intelligence: Effect on Employees' Performance. *Asian Journal of Business Management*. 2013;5(1):153-62.
- 11) Mayer J D, Salovey P, Caruso D R. Emotional intelligence as zeitgeist: as personality, and as a mental ability. *The handbook of Emotional Intelligence*. San Francisco; Jossey-Bass, a Wiley Company; 2000.p. 92-117.
- 12) Julie Merschoff. Social Support, Personality and Leadership. *The 2012 Long Island Psychology Conference*, St. John's University, Oakdale, NY; 2012. P.12.
- 13) Harprit K, Varinderjeet S, Parwinder S. Emotional Intelligence: Significance of Psychology and Spirituality. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*. 2012;(2):32-6.
- 14) Mayer J D, Salovey P. What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*. New York: Basic Books; 1997.p.3-31.
- ۱۵) جمشیدی اکبر، زارع قاسم. مقایسه هوش هیجانی ورزشکاران قایقران و بدمینتونبست‌های حرفه‌ای استان فارس. همایش ملی روان‌شناسی و کاربرد آن در جامعه؛ ۱۳۸۷؛ دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت فارس.
- 16) Nur Sakinah Thomas, Mousavy Seyedehhava, Mukundan Jayakaran, Nimehchisalem Vahid. The Relationship between Burnout and Trait Emotional Intelligence among Secondary School Teachers in Malaysia. *International Journal of Applied Linguistics & English Literature*. 2012;1(4):15-23.
- 17) Campbell A, Ntobedzi A. Emotional Intelligence, Coping and Psychological Distress: A Partial Least Squares Approach to Developing a Predictive Model. *Electronic Journal of Applied Psychology*. 2007;3(1):39-54.
- 18) Mayer J D, Salovey P. Emotional intelligence. Imagination, cognition and personality. 1990;(9):185-211.
- 19) Joseph Dana L, Newman Daniel A. Emotional intelligence: An integrative meta-analysis and cascading model. *Journal of Applied Psychology*. 2010; 95(1): 54-78.
- 20) Ernest H, oboyle J R, Ronald H, Humphrey, Jeffry M, Thomas H, et al. The relation between emotional intelligence and job performance: A meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior, J. Organiz. Behav.* 2011;(32):788-818.

- ۲۱) قائدی غلام حسین، ثابتی آزاد، رستمی آزاد و شمس جمال. ارتباط بین هوش هیجانی و ساز و کارهای دفاعی. دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشور پزشکی. ۱۳۸۷؛ ۷۴-۱۵.
- 22) McAdams D P. The role of defense in the life story. *Journal of Personality*. 1998;(66):1125-46.
- 23) Carr A. *Positive Psychology: The science of happiness and human strength*. New York: Brunner-Routledge; 2004.
- 24) Pessoa L, Ungerleider L G. Visual attention and emotional perception. In L. *Neurobiology of attention*. San Diego, CA: Elsevier; 2005.
- 25) Mourão-Miranda. Contributions of stimulus valence and arousal to visual activation during emotional perception. *Nero Image*. 2003;(20):1955-63.
- 26) Wise T N, Mann L S, Epstein S. Ego defense styles and alexithymia: a discriminate validation study. *Psychother Psychosomatic*. 1991;(56):141-5.
- 27) Freude S. Instincts and their vicissitudes. In J. Rickman (Ed.), *a general selection from the works of Sigmund Freud*. New York: Anchor Book; 1915.
- 28) Levit D B. Gender differences in ego defenses in adolescence: sex roles as one way to understand the differences. *Journal of personality and Social psychology*. 1991;(61):992-9.
- 29) Besharat M A, Shahidi S. What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students. *Asian Journal of Psychiatry*. 2011;4(2):145-9.
- 30) Bar-on R, Parker J D A. *The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment, and application at home, school, and in the work place*. San Francisco. Jossey-Bass;2000.
- 31) Brackett M A, Mayer J D, Warner R M. Intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*. 2004;(36):1387-402.
- 32) Crick A T. Emotional intelligence, Social competence and succession high school students. Unpublished master's thesis, Western Kentucky University: Bowling green; 2002.
- ۳۳) زارع محمد. بررسی رابطه هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی؛ ۱۳۸۰.

ارجاع دهی به روش ونکوور:

جمشیدی اکبر، عرب عامری الهه، جوکار تنگ کرمی سمیه. تحلیل پیش‌بینی مکانیسم‌های دفاعی با هوش هیجانی ورزشکاران نخبه رشته‌های رزمی. رفتار حرکتی. پاییز ۱۳۹۳؛ ۶(۱۷):۱۰۴-۸۵.

Analysis of regression mechanisms of defense and emotional intelligence in the elite martial arts athletes

A.Jamshidi¹, E. Arabameri², S. jowkar angkarami³

1. Master of University of Tehran*
2. Assistance Professor at University of Tehran
3. Master of University of Tehran

Received date: 2013/06/08

Accepted date: 2013/11/12

Abstract

The purpose of this study was the relationship between mechanisms of defense and emotional intelligence in elite martial arts athletes. The present study is descriptive and correlational method. In order to do this study, 317 subjects (165 female and 152 male) were selected by using systematic sampling. For providing data, subjects filled mechanisms of defense and emotional intelligence questionnaire. Data was analyzed using enter multiple regression, Pierson and t.test. In total, the results showed that mechanisms of defense and its subtitles can predict change in emotional intelligence in a way that there was negative relationship between immature mechanisms of defense with emotional control and perception and society skills while there was positive relationship between mature mechanisms of defense with emotional control and perception, society skills and optimism ($P \leq 0.05$). Finally, the results showed that female athletes are higher than male athletes in mature mechanisms of defense and emotional intelligence.

Keywords: Mechanisms of defense, Emotional intelligence, Elite Martial arts athletes.

* Corresponding Author

Email: jamshidiakbar@yahoo.com