

رابطه هوش هیجانی و اضطراب صفتی در تیم ملی تکواندو نوجوانان جمهوری اسلامی ایران

زهرا بیگمی^۱، محمد خبیری^۲، حبیب هنری^۳، علیرضا سالار^۴، مریم بیگمی^۵

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان
۲. دانشیار تربیت بدنی، دانشگاه تهران، دانشکده تربیت بدنی
۳. استادیار تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روانشناسی
۴. مربی پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، دانشکده پرستاری و مامایی
۵. کارشناس ارشد علوم و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، معاونت غذا و دارو

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۱/۲۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۰/۳/۴

اجتماعی و همدلی با اضطراب صفتی رابطه معنی‌داری یافت نشد. تیم ملی ایران کمترین ($15/80 \pm 3$) و تیم ملی ژاپن بیشترین میزان اضطراب ($20/83 \pm 2/63$) را دارا بودند. نتایج حاصل از مقایسه اضطراب صفتی سه کشور با استفاده از روش ANOVA نشان داد که بین اضطراب صفتی سه کشور تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p=0/007$). نتایج آزمون تعقیبی LSD نیز نشان داد که بین اضطراب صفتی تکواندوکاران ایران با ژاپن ($p=0/006$) و ایران با تایلند ($p=0/025$) اختلاف معنی‌داری وجود دارد. در بررسی عملکرد تیم‌ها و کسب نتایج، تیم ایران بیشترین و تیم ژاپن کمترین مدال را کسب نمود. صرف نظر از سایر عوامل مؤثر بر عملکرد افراد، با توجه به نتایج نهایی تیم‌ها به نظر می‌رسد تیم‌هایی که اضطراب بالاتری داشتند، نتایج ضعیف‌تری کسب نمودند. وجود رابطه منفی معنی‌دار بین هوش هیجانی و اضطراب صفتی در این پژوهش، لزوم توجه بیشتر مربیان به هوش هیجانی و آموزش مؤلفه‌های آن جهت کاهش اضطراب افراد را آشکار می‌سازد. برای آموزش هوش هیجانی می‌توان چند نکته را در نظر داشت: فراهم ساختن فرصت‌هایی برای تمرین آموخته‌ها؛ پیش‌بینی فرصت‌های متعدد برای دادن بازخورد، نشان دادن نیازهای اختصاصی هر فرد به او به طور خصوصی و فراهم ساختن منابع حمایتی برای افراد [م ت ع پ ز، ۱۳۹۰؛ ۱۳ (ویژنامه ۱): ۲۴]

هوش هیجانی به عنوان مجموعه‌ای از توانایی‌ها و مهارت‌هایی که فرد را برای سازگاری موثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی تجهیز می‌کند، معرفی می‌گردد. اضطراب صفتی نیز، به صورت استعداد فرد برای ادراک موقعیت‌های خاص به عنوان موقعیت‌های تهدیدکننده و پاسخ‌دادن به آن‌ها با درجات متفاوتی از اضطراب حالتی تعریف شده است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افراد با هوش هیجانی بالا، سطوح پایین‌تری از هورمون‌های استرس و دیگر نشانگرهای برانگیختگی هیجانی را دارا هستند. هم‌چنین، فرضیه‌های جدید پیشنهاد می‌کنند که زمانی که سطح اضطراب افزایش یابد، کاهش شدیدی در سطح عملکرد رخ خواهد داد. یافته‌های تحقیقات پژوهشگران، حاکی از وجود رابطه منفی بین هوش هیجانی و اضطراب صفتی می‌باشد، ورزشکاران انفرادی نسبت به گروهی دارای اضطراب صفتی بیشتری هستند.^{۱۳} هدف از این پژوهش تعیین رابطه هوش هیجانی و اضطراب صفتی در تیم ملی تکواندو نوجوانان ایران بود.

در این مطالعه توصیفی همبستگی، جامعه و نمونه آماری تحقیق کلیه بازیکنان مرد و زن تیم ملی تکواندو نوجوانان شرکت‌کننده در پنجمین دوره رقابت‌های تکواندو قهرمانی نوجوانان آسیا به تعداد ۲۰ نفر (۱۰ نفر مرد و ۱۰ نفر زن) بودند. هم‌چنین از سایر تیم‌های همکاری‌کننده در این پژوهش، از تیم ملی ژاپن (۶ نفر) و تایلند (۱۴ نفر) اطلاعات پرسشنامه انگلیسی اضطراب صفتی جمع‌آوری شد. ابزار تحقیق، پرسشنامه استاندارد هوش هیجانی شرینگ و اضطراب صفتی رینر و مارتنز (SCAT) بود. میانگین سنی تیم ملی ایران ۱۶/۳ (دختران ۱۶ و پسران ۱۶/۶ سال)، تایلند ۱۶/۳۵ و ژاپن ۱۶/۱ سال بود. بررسی ارتباط متغیرهای تحقیق، با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون (با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها در آزمون کلموگراف اسمیرنوف) نشان داد بین هوش هیجانی و اضطراب صفتی رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد ($p=0/033$). هم‌چنین بین مولفه‌های خود آگاهی و اضطراب صفتی ($p=0/027$) و خود تنظیمی با اضطراب صفتی رابطه منفی معنی‌داری حاصل شد ($p=0/042$). میان سایر مولفه‌های هوش هیجانی: خود انگیزی، مهارت‌های

References

1. Soltanifar A. [Emotional intelligence] Persian. J Mental Health Principles 2008; 9(35-36): 83-84.
2. Connor B, Slear SH. Emotional intelligence and anxiety. Int J Learn 2008; 6(1): 249-260.
3. Zamani A, Moradi A. [Comparing the sportsmen's trait anxiety, state anxiety and self confidence in individual and group sports] Persian. Knowledge Res Appl Psychol 2010; 11(40): 63-73.

Please cite this article as: Beigomi Z, Khabiri M, Honari H, Salar A and Beigomi M. Relationship between emotional intelligence and trait anxiety in national youth taekwondo team of Iran. Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS) 2012; 13(suppl 1): 24.