

## عنوان مقاله:

مقایسه هوش هیجانی، تاب آوری و سلامت روان در دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار با توجه به جنسیت

## محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

محسن پروازی شندی - کارشناس ارشد روانشناسی ورزش دانشگاه علامه طباطبائی

بیبا آجیل جی - دکترای روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران و مدرس دانشگاه علامه طباطبائی

## خلاصه مقاله:

سلامت روان نیاز اساسی و برای بهبود کیفیت زندگی انسان امری حیاتی است این عامل با ویژگی های توانمند ساز درونی یا منابع درنی قدرت نیز ارتباط دارد و یکی از مسائل مهم و پر اهمیت در زندگی امروزی به شمار می رود علاوه بر این هوش هیجانی به عنوان عاملی روان شناختی در حوزه های مختلف روان شناسی و اخیرا در ورزش نقش مهمی پیدا کرده است تاب آوری نیز صرفا به تطابق سازنده و مثبت در برخورد با مشکلات و شرایط دشوار اطلاق می شود و با توجه به این که گاهی افراد در شرایط سخت قادر به تحمل مشکلات و شکست ها نیستند بررسی این عامل و نحوه تعامل و فراگیری آن برای ورزشکاران و غیر ورزشکاران اجتناب ناپذیر است پژوهش حاضر به منظور مقایسه هوش هیجانی تاب آوری و سلامت روان در میان دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار با توجه به جنسیت آن ها انجام گرفته است روش پژوهش از نوع علمی مقایسه ای است جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه علامه طباطبائی در سال 92-93 تحصیلی بود که از این میان تعداد 60 نفر از دانشجویان ورزشکار و 30 نفر از دانشجویان غیر ورزشکار به روش نمونه گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه انتخاب شدند و از لحاظ سن جنس سطح تحصیلات وضعیت تاهل با یکدیگر همتا شدند سپس به کلیه گویه های پرسشنامه های هوش هیجانی شاته 1998، SSREIT و تاب آوری کانر و دیوید سون 2003، CD-RISC و سلامت روان 1972، GHQ پاسخ دادند با استفاده از آزمون تحلیل واریانس دو راهه چند متغیری نشان داد که بین افراد ورزشکار و غیر ورزشکار در هر سه متغیر هوش هیجانی تاب آوری و سلامت روان تفاوت معناداری وجود دارد اما در مقایسه جنسیتی زنان و مردان تنها در متغیر سلامت روان تفاوت معنادار داشتند بررسی تعامل گروه با جنسیت نشان داد که بین زنان و مردان ورزشکار در مقایسه با زنان و مردان غیر ورزشکار در متغیرهای هوش هیجانی و سلامت روان تفاوت معنادار وجود  $P < 0/05$  با توجه به یافته های فوق این پژوهش گویای اصالت و اهمیت هیجانان و تاب آوری در حفظ و ارتقاء سلامت روان افراد است که در این میان ورزش نقش مهمی را ایفا می کند بنابراین فراهم سازی امکاناتی جهت ترغیب دانشجویان به انجام ورزش های منظم توصیه می گردد

## کلمات کلیدی:

هوش هیجانی، تاب آوری، سلامت روان، ورزشکار، غیر ورزشکار

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/493783>

