

## عنوان مقاله:

ارتباط هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار

## محل انتشار:

اولین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 3

## نویسندگان:

حکیمه موسوی نژاد - دبیر آموزش و پرورش شهرستان اقلید

مریم مرتضوی - دبیر آموزش و پرورش شهرستان اقلید

لیلا نیکویی - دبیر آموزش و پرورش شهرستان اقلید

سید اسد موسوی - دبیر آموزش و پرورش شهرستان اقلید

## خلاصه مقاله:

مقدمه: در جهان امروز، سلامت روانی اهمیت بسیاری دارد، زیرا در عصری زندگی می کنیم که به موازات پیشرفت های تکنولوژیکی، صنعتی، اقتصادی و اجتماعی، نابسامانیهای روانی و نفسانی، در حال گسترش است. سلامت روانی، علمی است در جهت بهزیستی، رفاه اجتماعی و سلامت زندگی که با تمامی دوره های زندگی (پیش از تولد تا مرگ) و با تمامی زوایای زندگی (محیطهای خانواده، مدرسه، دانشگاه، کار و جامعه) ارتباط دارد. ۱. سازه دیگری که در روانشناسی به آن توجه شده است هوش هیجانی است. هوش به عنوان یک ویژگی اساسی که تفاوتهای فردی را در بین انسانها موجب میشود از ابتدای تاریخ مکتوب انسان مورد توجه بوده است. ۲. پژوهش های انجام شده در زمینه رابطه مولفه های هوش هیجانی و سلامت روان نشان داده اند، که مولفه های این دو سازه ارتباط معناداری با یکدیگر دارند. این روابط متعلق به هر دو جنبه درونفردی و بین فردی هوش هیجانی است. (۳-۴-۵-۶) با این پیش زمینه چنین به نظر میرسد که میتوان سلامت جسم و روان را از طریق آموزش مهارتهای هوش هیجانی بهبود بخشید. ورزش به عنوان ابزار چندبعدی با تاثیرات گسترده و نقش ارزشمند، یکی از شیوه هایی است که افراد می - توانند با استفاده از آن بر فشارهای جسمانی، روحی و روانی و اجتماعی فایز آیند. به همین دلیل سوال مورد بررسی این می - باشد که آیا هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار با هم متفاوت هستند؟ روش شناسی: روش تحقیق توصیفی همبستگی، نوع تحقیق کاربردی بود. جامعه آماری این تحقیق را دانش آموزان دختر - مدارس متوسطه شهر اقلید تشکیل داده اند. نمونه آماری بصورت تصادفی و با استفاده از جدول مورگان ۲۵۱ ورزشکار و ۴۲۷ غیرورزشکار (انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات از دو پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ و هوش هیجانی پترایذر و فارنهام استفاده شد که روایی و پایایی پرسشنامه ها تعیین و به تایید رسید. از آمار توصیفی جهت توصیف آزمودنی ها و در قسمت آمار استنباطی از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t - مستقل استفاده شد. یافته ها: بین هوش هیجانی و سلامت روان دانش آموزان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنیدار وجود دارد. بحث و نتیجه گیری: بر اساس یافته های بدست آمده از تجزیه و تحلیل دادهها میتوان گفت که تفاوت معناداری بین دو گروه دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار در متغیر هوش هیجانی وجود دارد. که با تحقیقات تابش ۱۳۸۳ اساکات و همکاران ۲۰۰۷ داگلاس ۲۰۰۷ همسو میباشد (۷-۸-۹) همچنین ماهونی و همکارانش ۱۹۸۷ اعلام کردند که ورزشکاران سطح بالا در مقابل دیگر ورزشکاران از نظر مهارت روانی بهتر بوده اند ۱۰. در یافته دیگر نیز مشخص گردید که تفاوت معناداری بین دو گروه دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار در متغیر سلامت روان وجود ندارد. این مطلب بیانگر این نتیجه است که متغیر سلامت روان در دو گروه دانش آموزان متفاوت نبوده است. که باتحقیق خلعتبری همسو و با تحقیق بوستنی ۲۰۱۱ غیرهمسو می- باشد. یافته های ای ...

## کلمات کلیدی:

هوش هیجانی، سلامت روان، ورزشکار و غیر ورزشکار

