

## رابطه هوش هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان دختر رشته‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی

مهرانگیز شعاع کاظمی\* / مهرآور مؤمنی جاوید\*\*

### چکیده

این مقاله به روش پیمایشی به بررسی رابطه هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان می‌پردازد. هدف از این پژوهش بررسی ویژگی‌های شخصیتی دو گروه از دانشجویان علوم انسانی، و تأثیر هوش هیجانی در نوع شخصیت است. فرضیه اصلی پژوهش این است که بین رشته تحصیلی، ویژگی‌های شخصیتی و هوش هیجانی تفاوت معناداری وجود دارد. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه هوش هیجانی شیرینگ با سی‌وسه پرسش و اعتبار ۰/۶۳، و پرسش‌نامه شخصیت نئو با شصت پرسش و اعتبار ۰/۸۰ است.

یافته‌های پژوهش حاکی از ارتباط بین هوش هیجانی و تمامی ابعاد شخصیت، بجز نورو تیسم، در دانشجویان تربیت بدنی  $I=0/68$ ، و همبستگی مثبت و معنادار بین هوش هیجانی و تمامی ابعاد شخصیت، بجز گشودگی تجربه در دانشجویان علوم تربیتی  $I=0/72$  است. با توجه به نتایج، استنباط می‌شود که ویژگی‌های شخصیتی و رشته تحصیلی در دانشجویان تربیت بدنی، موجب اضطراب سطح پایین و تبدیل آن به فعالیت‌های مثبت می‌شود؛ ولی دانشجویان علوم تربیتی به دلیل عدم فعالیت‌های فیزیکی و یا فرصت کم تجربه، ویژگی‌های نورو تیسم یا اضطراب قابل ملاحظه‌ای دارند.

کلیدواژه‌ها: هوش هیجانی، ویژگی‌های شخصیتی، دانشجویان تربیت بدنی و علوم تربیتی.

\* عضو هیات علمی دانشگاه الزهراء اسلام‌الله علیها

\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه الزهراء اسلام‌الله علیها. دریافت: ۸۸/۱۰/۲۹ - پذیرش: ۸۸/۱۱/۲۸

## مقدمه

«شخصیت» مجموعه‌ای از الگوهای پایدار فرد در ادراک، شناخت و روابط بین‌فردی است؛ نوعی سبک قابل پیش‌بینی در طرز تفکر، احساس و عمل، که از ارتباط نزدیک گنجایش‌های فطری، تجربه‌های آغازین زندگی، روند تکامل شخصی و تأثیرات بین‌فردی، اجتماعی و فرهنگی پدید می‌آید. از نظر روان‌شناسی، واژه «شخصیت»، تمامیت فرد و تمامیت عادت‌ها و کنش‌های روانی او را نشان می‌دهد. اساس شخصیت، پیش‌بینی آن است. روان‌شناسان عینی‌گرا با استفاده از تحلیل‌های آماری پیشرفته، تعداد بی‌شماری از صفات دو بعدی را مشخص کرده و افراد را براساس مکان قرار گرفتن آنها در دو قطب مخالف، یک صفت مثل درون‌گرا- برون‌گرا، و فعال - نافع، ارزیابی نموده‌اند.<sup>۱</sup>

با نگاهی به متون اسلامی، به‌ویژه قرآن می‌توان دریافت که در شکل‌گیری شخصیت، عواملی همچون خانواده، دوستان، همسالان، معلم و اراده، نقش اساسی دارند. در همین رابطه، امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «با دوست بد هم‌نشین نشو؛ زیرا طبع تو، بدی را از طبع او به‌سرقت می‌برد و تو خود نمی‌دانی».<sup>۲</sup> درباره‌ی خداوند با عامل اراده در قرآن می‌فرماید: «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا» (دهر: ۳)؛ «ما انسان را به راه (حق و باطل) رهنمون شدیم؛ خواه سپاسگزار باشد و خواه ناسپاس». بنابراین، خداوند توسط پیامبران راه سعادت و نجات را به انسان نشان داده و این خود انسان است که در تعیین سرنوشت و شکل‌گیری شخصیت خود مؤثر است. همچنین، از دیدگاه اسلام خود انسان نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت دارد. چنان‌که امام علی علیه‌السلام در این زمینه فرمودند: «شخصیت انسان در گرو ایمان خود اوست».<sup>۳</sup>

براساس آموزه‌های اسلامی، همان‌گونه‌که عادت‌ها و ملکات اخلاقی در سایه تکرار عمل، شکل می‌گیرند، از همین طریق نیز زوال‌پذیر و تغییر یافته‌اند.

بدیهی است هنگامی که صفتی یا رفتاری به عادت و سرانجام به ویژگی شخصیتی تبدیل شد، تغییر دادن آن دشوار خواهد بود. بر همین اساس، امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «دشووارترین سیاست‌ها، تغییر دادن عادت‌هاست». و نیز می‌فرماید: «عادت بر هر انسانی سلطه دارد». عادت‌ها آنچنان افسار آدمی را می‌گیرند که راه گریز را می‌بندد؛ به گونه‌ای که تغییر دادن و محو کردن یک عادت، به معجزه تعبیر شده است. همچنین، می‌فرماید: «هر کاری شدنی است، مگر تغییر دادن طبایع».<sup>۶</sup>

آزمون R-NEO PI برای اندازه‌گیری عینی طرح پنج‌عاملی شخصیت ساخته شده است.

محتوای آزمون شامل:

۱. **عصبیت یا بی‌ثباتی هیجانی (N)**: داشتن احساسات منفی، همچون ترس، غم، برانگیختگی، خشم احساس گناه، احساس سردرگمی دائمی و فراگیر، مبنای این مقیاس را تشکیل می‌دهند.
۲. **برون‌گرایی (E)**: افزون بر دوستدار دیگران بودن و تمایل به شرکت در اجتماعات و مهمانی‌ها، این افراد در عمل، قاطع، فعال، حراف یا اهل گفت‌وگویند. این افراد، هیجان و تحرک را دوست دارند و برآنند که به موفقیت در آینده، امیدوار باشند.
۳. **بازبودن (O)**: عناصر تشکیل‌دهنده باز بودن، تصورات فعال، حساسیت به زیبایی، توجه به تجربه‌های عاطفی درونی، و داوری مستقل است.
۴. **توافق (A)**: این شاخص بر گرایش‌های ارتباط بین فردی تأکید دارد. فرد موافق، اساساً نوع دوست است؛ با دیگران احساس همدردی می‌کند و مشتاق کمک به آنان است.
۵. **وجدانی بودن (C)**: به فرایند فعال طراحی، سازمان‌دهی و اجرای وظایف

گفته می‌شود. فرد وجدانی، دارای هدف و خواست‌های قوی و از پیش تعیین شده است.<sup>۷</sup>

یافته‌های پژوهشگران علوم ورزشی، بر ویژگی‌های شخصیتی به منزله‌یکی از مهم‌ترین متغیرهای به کارگرفته‌شده برای تشریح موقعیتها و شکست‌ها در مسابقات ورزش تأکید می‌کنند. برای نمونه نتایج پژوهش *عبدلی* (۱۳۷۲) نشان داد که ورزشکاران سطوح قهرمانی و رقابتی، برون‌گراتر و با ثبات‌تر از ورزشکاران سطح پایین‌ترند. *مورگان* (۱۹۹۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که ورزشکاران حرفه‌ای، در صفات نورو تیسیم، تنش و اضطراب، در سطح پایین‌تری قرار دارند؛ اما در صفت برون‌گرایی، اعتماد بنفس، خودکفایی، جامعه‌پذیری و وظیفه‌شناسی، نمرات بالاتری دارند.<sup>۸</sup>

افزون بر صفات شخصیتی، نتایج مطالعات مختلف، هوش هیجانی را یکی از اساسی‌ترین ویژگی‌های شخصیتی افراد معرفی کرده‌اند. به عقیده *بار-آن*<sup>۹</sup> (۲۰۰۰)، هوش هیجانی شامل درک، فهم، استدلال و اداره هیجان در خود و دیگران، و مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیرشناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با اقتضائات و فشارهای محیطی، تحت تأثیر قرار می‌دهد.

عوامل تشکیل‌دهنده هوش هیجانی از دیدگاه *بار-آن*، عبارت‌اند از:

۱. هوش هیجانی درون‌فردی (آگاهی، جرات‌ورزی، حرمت نفس، خود شکوفایی، استقلال)؛
۲. هوش هیجانی بین‌فردی (همدلی، مسئولیت‌پذیر یا اجتماعی، روابط بین‌فردی)؛
۳. توانایی سازگاری (حل مسئله، واقعیت‌آزمایی)؛
۴. مدیریت استرس (تحمل استرس، کنترل تکانه‌ها)؛
۵. خلق‌وخوی عمومی، شادکامی، خوش‌بینی).

### چرا هوش هیجانی مهم است؟

پاسخ به این پرسش، تا اندازه زیادی بستگی به موضوعی دارد که هوش هیجانی درباره آن صحبت می‌کند. نسخه‌های ترکیبی هوش هیجانی درحقیقت، نسخه‌های تجدیدنظرشده مقیاس‌های شخصیت، اما با برچسب هوش هیجانی‌اند. به عبارت دیگر، هوش هیجانی از طریق ارزیابی سنتی شخصیت، سازمان‌های علاقه‌مند به پیش بینی عملکرد خوب را به خود راغب ساخته است.

پس می‌توان گفت: به دلیل برخورداری از ارزش بالقوه، همه روش‌های ارزیابی شخصیت نمی‌توانند بد باشند و با کمی دقت پی خواهیم برد که مقیاس‌های خودسنجی هوش هیجانی، احتمالاً ترکیبی از ویژگی‌های شخصیتی، مانند برون‌گرایی، جامعه‌پذیری، عزت نفس، خوش‌بینی و تعدادی ویژگی جدید، همچون تجربه‌های فراخلقی‌اند. گرچه بخش‌های عمده چنین مقیاس‌هایی، به هوش، هیجان و یا حتی هوش هیجانی - به مفهومی که در اینجا اشاره شد - توجه چندانی نداشته‌اند، نسبت به پیش بینی ویژگی‌های اصیل شخصیت که تحت عنوان جدیدی ارزیابی می‌شدند، داشتند. این درحالی است که ویژگی‌های اصیل شخصیت، همگی بد بودند، ولی متأسفانه تا سال‌های اخیر، کمتر به آنها توجه می‌شد. اگر شخصی در حال حاضر به مفهوم توانایی هوش هیجانی علاقه‌مند شود، به اشارات واضح و عینی‌تری دسترسی دارد و کمتر نیازمند توضیح اضافی است؛ زیرا در بدو امر، مفهوم توانایی، یک ویژگی جدید را معرفی می‌کند که با ویژگی‌های پیشین، کمترین هم‌پوشی را دارد. هوش هیجانی، به منزله یک ویژگی تازه، ممکن است موارد مهمی را که پیش از این، غیر قابل پیش بینی (یا کمتر قابل پیش بینی) بود، پیش بینی کند؛ مثلاً به نظر می‌رسد که هوش هیجانی بالا می‌تواند خشونت کمتر و یا سایر رفتارهای مشکل‌آفرین را پیش بینی نماید. اگر این موضوع کاملاً درست باشد، هوش هیجانی می‌تواند کاربردهای

مهمی داشته باشد. در سطح انفرادی، وجود هوش هیجانی بدین معناست که در برخی از حالات - که قلب‌های شکسته یا آرزوهای بر باد رفته نامیده می‌شوند - پردازش اطلاعات همچنان ادامه یابد. تشخیص این نوع هوش هیجانی توانایی مدار، بحث پیرامون آن را در سطح سازمانی در مدارس، مراکز تجاری و سایر مؤسسه‌هایی که پیش از این، نسبت به زندگی هیجانی بی تفاوت و یا حتی مخالف آن بودند، موجه می‌سازد. افزون‌براین، اگر هیجان‌ها، انتقال‌دهنده اطلاعات باشند، پس نادیده گرفتن آن، خطرپذیری یک سازمان را افزایش می‌دهد. نهایتاً در سطح اجتماعی، مفهوم توانایی، از هوش هیجانی یک فرایند تعالی‌جویی را بین دو جریان متخاصم ایجاد می‌کند. فیلسوفان شاید دو عقیده و رویکرد متخاصم رواقی که هیجانها را راهنمایان غیرقابل اعتمادی می‌دانستند و رومانئیستها که معتقد به پیروی انسان از قلب و دل بودند، از طریق هوش هیجانی بتوانند به سطح بالاتری از درک رسیده، به شکل‌گیری زندگی مسالمت‌آمیز کمک کنند.<sup>۱۲</sup>

#### آیا می‌توان هوش هیجانی را افزایش داد؟

مایر<sup>(۲۰۰۱)</sup>، عقیده دارد هوش هیجانی یک نوع ظرفیت روانی برای معنابخشی و کاربرد اطلاعات هیجانی است. افراد از این لحاظ، ظرفیت‌های مختلفی دارند. قسمتی از این ظرفیت، غریزی است؛ درحالی‌که قسمت دیگر آن، چیزی است که ما از تجارب زندگی می‌آموزیم. قسمت اخیر می‌تواند به وسیله کوشش، تمرین و تجربه افزایش یابد.<sup>۱۴</sup>

سالووی و همکاران<sup>(۲۰۰۱)</sup> نیز عقیده دارند بسیاری از مهارت‌هایی که قسمتی از هوش هیجانی‌اند می‌توانند یاد گرفته شوند. به نظر آنها، هوش هیجانی عبارت است از برخی مهارت‌ها و توانمندهایی است که هم می‌توان آموزش داد و هم یاد گرفت. به گونه‌ای که شخص بتواند از نظر هیجانی بهتر تربیت شود.

روان‌درمانی، مشاوره و آماده‌سازی، راه‌هایی‌اند که به وسیله آنها می‌توان مهارت‌های هوش هیجانی را افزایش داد؛ اما به این معنا نیست که الزاماً انتظار رود نمره فرد در یک قسمت سنجش هوش هیجانی، پس از یک برنامه آموزشی افزایش یابد؛ بلکه ممکن است، افراد معلومات بیشتری کسب کنند و بعضی رفتارها تغییر یابد.

بیشتر پژوهشگران با این مطلب موافق‌اند که افراد، با هوش هیجانی توانایی تنظیم، ادراک دقیق و تولید حالات هیجانی را دارند. و این توانایی، در گستره زندگی رشد می‌کند. کودکان، ابراز ادراک و تنظیم هیجان‌اتشان را در تعامل با والدین و همسالان رشد می‌دهند. تفاوت‌های گسترده دنیای اجتماعی، ازسویی، و تفاوت در توانایی‌های فردی ازسوی دیگر، باعث می‌شود که برخی از کودکان، به گونه‌ای ماهرانه‌تر بر هیجان‌ات خود و دیگران تسلط یابند و این موضوع، از پشتوانه پژوهشی زیادی برخوردار است.<sup>۱۷</sup> همچنین، مایر و سالووی، (۱۹۹۷)

بیان می‌کنند که مهارت‌های هیجانی، در متن ارتباطات بین فردی رشد می‌یابند.<sup>۱۸</sup> تایلور<sup>(۲۰۰۱)</sup> بر این باور است که اگر افراد هوش هیجانی بالایی داشته باشند، می‌توانند با مشکلات و چالش‌های زندگی خود بهتر سازگار شوند و به گونه‌ای مؤثر، به کنترل هیجان‌ات خود پردازند و بدین ترتیب، زمینه‌های بهبود و افزایش سلامت روانی خود را فراهم کنند.<sup>۱۹</sup>

از دیدگاه اکمن<sup>(۱۹۹۵)</sup>، هیجان‌ات، اطلاعات اجتماعی مناسبی دربردارند که در فهم چگونگی تعامل‌های موفقیت‌آمیز با دیگران، به افراد کمک می‌کند. بنابراین، هوش هیجانی، به منزله توانایی تشخیص، پردازش و مدیریت هیجان‌های خود و دیگران تعریف می‌شود. این توانایی‌ها باید در فرآیندهای زیربنایی ادراک، علایم هیجانی و سازش‌یافتگی با موقعیت‌های متفاوت یک بافت اجتماعی و هیجانی، دخالت داشته باشند. این دیدگاه بیان می‌دارد که هوش هیجانی، تصویر

جامعی از توانایی شخص برای دستیابی به موفقیت در حیطه‌های عملکردی متفاوت، ایجاد می‌کند. بنابراین هرچه شخصیت فرد غنی‌تر، متکامل‌تر و یکپارچه‌تر باشد، ظرفیت بیشتری را برای هوش هیجانی دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که هوش هیجانی، به‌علت افزایش توان همدلی، خودنظم‌دهی و خودآگاهی هیجانی، عملکرد فرد را ارتقا می‌بخشد.<sup>۲۱</sup>

مایر و سالوی (۱۹۹۷) هوش هیجانی را ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره هیجان‌ها در خود و دیگران تعریف کرده‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که بسیاری از جنبه‌های هوش هیجانی، با ویژگی‌های شخصیت همخوانی دارند.

کارسون و همکاران (۲۰۰۳) نشان دادند که هوش هیجانی، با کنترل فردی رابطه مثبت و با خشونت کلامی رابطه منفی دارد. سیاروچی و همکاران (۲۰۰۴) بر این باورند که برخی از گونه‌های هوش هیجانی، افراد را از ناامیدی در امان نگه داشته و به سازگاری بهتری می‌انجامد (مثل مورد بالا).

فیلهو و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهشی بر روی فوتبالیست‌های سطح بالای برزیلی دریافتند که هوش هیجانی با ویژگی‌های بازداری، هیجانی و تحریک‌پذیری، ارتباط مثبت و معنادار، ولی با ویژگی‌های خستگی‌پذیری، شکایت‌های جسمانی و نگرانی‌های سلامتی، همبستگی منفی دارد. بر این اساس، پژوهشگران نقش مسائل روان‌شناختی و هوش هیجانی را در تربیت انسان سالم برای جامعه سالم، توصیه کرده‌اند و براساس آن، می‌توان مسئولیت‌هایی متناسب با ظرفیت اشخاص به آنها واگذار کرد. بر اثر ارتباط تنگاتنگ و زیاد فاکتورهای روان‌شناختی (ویژگی‌های شخصیتی) و هوش هیجانی، می‌توان ضریب موفقیت‌های زندگی شخصی، اجتماعی، تحصیلی، شغلی و اخلاقی افراد، به‌ویژه دانشجویان را افزایش داد.



آیزنگ و همکاران<sup>۲۶</sup> وی پژوهش‌های خود را برای بررسی نمونه‌ها و انواع شخصیت و ویژگی‌های آنان در جهت شناخت شخصیت، متمرکز کرده و در این زمینه، به ویژگی‌های روانی گوناگونی که در روان‌شناسی با عناوینی چون خصایص، علت‌ها و سنخها مشخص شده‌اند، توجه نشان داده‌اند. به نظر آیزنگ، فرد برون‌گرا فردی است اجتماعی، علاقه‌مند به میهمانی، دارای دوستان فراوان و جویای هیجان که بدون تفکر و اندیشه، و به صورت تکانشی عمل می‌کند. در زمینه هوش هیجانی و شخصیت، بیشتر نتایج، نشان‌دهنده همبستگی‌های نسبتاً بالا بین این دو سازه بوده‌اند.<sup>۲۷</sup>

در پژوهش‌های انجام شده مدیریت هیجان‌ها، از فنون گوناگونی استفاده می‌شود که یکی از آنها، استفاده از چراغ راهنماست؛ یعنی در زمانی که گردبادی از هیجان‌ها به ما هجوم می‌آورند، با توجه به مفهوم چراغ راهنما، باید پیش از اینکه کاری انجام دهیم، تأمل کنیم. این‌گونه فنون کمک می‌کنند تا فرد زمام امور خود را در موارد هیجانی بهتر به کار گیرد؛ همان‌گونه که حضرت علی‌علیه‌السلام می‌فرمایند: مالک خود باش؛<sup>۲۸</sup> یعنی هیجان‌ات، ما را کنترل نکنند؛ بلکه ما مالک هیجان‌ات خود باشیم. امام رضا علیه‌السلام می‌فرمایند: بزرگی مرد به بزرگی اندیشه اوست<sup>۲۹</sup> و امام موسی کاظم علیه‌السلام می‌فرمایند: خداوند کارهای بزرگ را دوست دارد.<sup>۳۰</sup> پژوهش‌ها درباره انگیزه‌های موفق نشان داده‌اند یکی از مشخصه‌های انسان‌های موفق در هر شغل، تصویرسازی‌های مثبت آنهاست.<sup>۳۱</sup>

### روش پژوهش

طرح پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است که به بررسی رابطه بین هوش هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان دختر رشته‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی شهر تهران می‌پردازد.

جامعه پژوهش، عبارت است از کلیه دانشجویان دختر دانشکده‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی دانشگاه‌های شهر تهران که در سال تحصیلی ۸۶-۸۷ مشغول تحصیل بودند و نمونه آماری شامل دوست دانشجوی دختر دانشگاه‌های شهر تهران - صد نفر دانشجوی دختر تربیت بدنی و ۱۰۰ نفر دانشجوی دختر رشته‌های علوم تربیتی - است که در دامنه سنی ۱۹-۲۴ قرار داشتند.

ابزار پژوهش، شامل دو پرسش‌نامه است. پرسش‌نامه ویژگی‌های شخصیتی نئو که شصت پرسش دارد و پنج بعد شخصیتی (نوروتیسم، برون‌گرایی، گشودگی تجربه، سازش‌یافتگی و وظیفه‌شناسی) را می‌سنجد. پایایی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ در خارج از کشور، ۰/۸۰ محاسبه شده است.<sup>۳۲</sup>

پرسش‌نامه هوش - هیجانی شیرینک که دارای سی‌وسه پرسش است. روایی سازه آن در نمونه خارجی، از طریق همبستگی آن با آزمون کوپر/سمیت  $r=0/63$  محاسبه شده است. پایایی آزمون، ۰/۸۴ محاسبه شده است.<sup>۳۳</sup>

داده‌های پژوهش، به صورت توصیفی (میانگین، انحراف معیار)، آمار استنباطی  $t$ ، دو گروه مستقل و همبستگی ... ارائه می‌شود.

جدول شمار ۱: میانگین و انحراف معیار ویژگی‌های شخصیتی و هوش هیجانی در دانشجویان تربیت بدنی و علوم تربیتی

شاخص‌ها متغیرها	دانشجویان تربیت بدنی	دانشجویان تربیت بدنی	دانشجویان علوم تربیتی	دانشجویان علوم تربیتی
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
هوش هیجانی	۴/۵۲	۰/۳۴	۳/۸	۰/۲۴
برون‌گرایی	۳/۹۲	۰/۷۱	۳/۲	۰/۳۱
گشودگی به تجربه	۴/۸۱	۰/۵۸	۱/۵۹	۰/۲۶
سازمانی‌افتگی	۳/۷۵	۰/۸۱	۱/۷۲	۰/۳۹
وظیفه‌شناسی	۲/۹۴	۰/۳۵	۱/۹۹	۰/۲۳
نوروتیسم	۰/۸۱	۰/۳۱	۳/۱۷	۰/۳۵

با توجه به نتایج جدول بالا، دیده می‌شود که در تمامی ابعاد شخصیتی و هوش هیجانی، دانشجویان رشته‌های تربیت بدنی، از میانگین بیشتری نسبت، به

دانشجویان رشته‌های علوم تربیتی برخوردارند؛ جز در عامل نوروتیسم که میانگین دانشجویان علوم تربیتی بیشتر از دانشجویان تربیت بدنی است.

جدول شماره ۲: T دو گروه مستقل؛ مقایسه هوش هیجانی دو گروه دانشجویان رشته‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی

T	p	df	M	N	شاخص‌ها آماری گروه
۷/۱۲	۰/۰۰۱	۱۹۸	۱۷/۸	۱۰۰	دانشجویان تربیت بدنی
			۱۳/۴	۱۰۰	دانشجویان علوم تربیتی

با توجه به نتایج جدول بالا و  $r=۱۲/۷$  در سطح معناداری  $P < ۰/۰۰۱$  این گونه استنباط می‌شود که بین دانشجویان رشته‌های علوم تربیتی و تربیت بدنی، در عامل هوش هیجانی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول شماره ۳: رگرسیون متغیرهای پیش‌بینی‌کننده شخصیت و هوش هیجانی در دو گروه دانشجویان علوم تربیتی و تربیت بدنی

P	r	گروه‌ها	شاخص‌ها متغیرها
۰/۰۳۱ ۰/۰۶۴	۰/۳۸ ۰/۴۹	دانشجویان تربیت بدنی دانشجویان علوم تربیتی	هوش هیجانی - نوروتیسم
۰/۰۱ ۰/۰۵	۰/۶۲ ۰/۳۹	دانشجویان تربیت بدنی دانشجویان علوم تربیتی	هوش هیجانی - کشودگی به تجربه
۰/۰۱ ۰/۰۱	۰/۵۲ ۰/۵۴	دانشجویان تربیت بدنی دانشجویان علوم تربیتی	هوش هیجانی - وظیفه‌شناسی
۰/۰۰۱ ۰/۰۰۱	۰/۷۲ ۰/۶۸	دانشجویان تربیت بدنی دانشجویان علوم تربیتی	هوش هیجانی - سازشی‌افتگی
۰/۰۰۱ ۰/۰۰۱	۰/۶۷ ۰/۵۹	دانشجویان تربیت بدنی دانشجویان علوم تربیتی	هوش هیجانی - برون‌گرایی

با توجه به نتایج بالا، این گونه استنباط می‌شود که از ابعاد شخصیت، ویژگی نوروتیسم در دانشجویان علوم تربیتی نسبت به دانشجویان تربیت بدنی، در سطح بالاتری است.  $r=۰/۴۹$  و  $p < ۰/۶۴$ ؛ ولی در دانشجویان تربیت بدنی ویژگی‌های برون‌گرایی و سازش‌یافتگی در سطح بالاتری نسبت به دانشجویان علوم تربیتی قرار دارد.  $r=۰/۶۷$  و  $r=۰/۷۲$  در سطح  $p < ۰/۰۰۱$

## تحلیل و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین هوش هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان رشته‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی انجام شد. نتایج، رابطه مثبت و معنادار بین هوش هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی، در ابعاد گشودگی به تجربه، وظیفه‌شناسی، سازش‌یافتگی و برون‌گرایی در دانشجویان تربیت بدنی، و رابطه منفی با نوروتیسم را نشان داد. بدین صورت که هرچه فرد، هوش هیجانی بالاتری داشته باشد، ویژگی نوروتیسم (اضطراب، دل‌نگرانی و دل‌مشغولی) کمتری دارد. و این مورد ممکن است به دلیل داشتن تحرک بیشتر، درگیر بودن در فعالیت‌های گروهی و در نتیجه، اعتماد بنفس بالاتر باشد که دانشجویان رشته تربیت بدنی، قدرت سازش‌یافتگی و کسب تجربه بیشتری نسبت به دانشجویان علوم تربیتی دارند. براساس مدل روان‌شناختی، شرکت در جسمانی به‌طور معناداری خودباوری فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در نهایت، موجب افزایش عزت نفس می‌گردد. بدیهی است که افزایش عزت نفس، تغییرات مثبتی در روابط بین‌فردی و شبکه اجتماعی ایجاد می‌کند و براساس الگوی ارتباطی، فرد را در برابر فشارهای روانی مقاوم می‌سازد. این یافته با نتایج پژوهشی *داوداو و هار<sup>۳۴</sup>* (۲۰۰۲)، *ساکوفیسکی و همکاران<sup>۳۵</sup>* (۲۰۰۵) و *مایر و سالوی<sup>۳۶</sup>* (۱۹۹۷)، مبنی بر اینکه هوش هیجانی شکلی از هوش اجتماعی است، همخوانی دارد. براین اساس، می‌توان این‌گونه استنباط کرد که رشد اجتماعی، که شکلی از هوش هیجانی است، مجموعه‌ای از مهارت‌های اجتماعی - رفتاری انطباقی فراگرفته شده است که فرد را قادر می‌سازد با افراد دیگر روابط متقابل مطلوب داشته باشد؛ واکنش‌های مثبت بروز دهد و از رفتارهایی که پیامدهای منفی دارند پرهیز کند. وجود مهارت‌هایی چون همکاری، مسئولیت‌پذیری، همدلی، خویش‌داری و خودتکایی، از مؤلفه‌های هوش هیجانی‌اند. شرکت در فعالیت‌های ورزشی، افراد

را از نظر فضایی و مکانی به هم نزدیک می‌کند و راه‌ها و فرصت‌های بسیاری را برای ماهر شدن در اجتماع فراهم می‌آورد و به‌طور کلی، یک جریان و نگرش آموزشی در ابعاد فرهنگی و اجتماعی برای فرد ایجاد می‌کند. ورزش در سلامت و آمادگی جسمانی، تعادل و ثبات هیجانات، تصویر بدنی مثبت، رشد اجتماعی و تأمین نیازهای دوستی، رقابت، جلب توجه، امنیت و تقویت روحیه گروهی، تأثیر دارد. یکی از کارکردهای ورزش، کمک به رشد و تحول شخصیت (روانی، اجتماعی و جسمانی) افراد جامعه، تحکیم معاشرت جمعی و تسهیل دستیابی به رشد مسئولیت اجتماعی و فردی است.

یافته دیگر پژوهش، مقایسه هوش هیجانی بین دانشجویان علوم تربیتی و تربیت بدنی است که  $t=12/7$  در سطح  $P < 0/001$  تفاوت معناداری را نشان می‌دهد. به نظر می‌رسد، این تفاوت نمایانگر روحیه جامعه‌گرایی، جسارت، ابراز وجود، فعال و باانرژی بودن است که سبب افزایش خودآگاهی، عزت نفس و گسترش روابط بین فردی بیشتر در دانشجویان تربیت بدنی می‌شود و به دنبال این رفتارها، دانشجویان رشته‌های تربیت بدنی، قدرت کنترل بیشتری روی تکانه‌ها، احساسات و عواطف خود دارند و بدین ترتیب، از قدرت مسئولیت‌پذیری و تعهد بیشتری برخوردارند و همه این موارد می‌تواند ناشی از کسب تجربه در میدان‌های متفاوت زندگی، تحصیلی و شخصی آنان باشد که چنین فرصت‌هایی، بالطبع برای دانشجویان رشته‌های علوم تربیتی کمتر است. موارد مطرح‌شده، با نتایج پژوهش‌های گانون و راینزین (۲۰۰۵)، تروی ویس و اس واران (۲۰۰۳) و فیلهو و همکاران (۲۰۰۵) همخوانی دارد. در نگاهی وسیع‌تر می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که تعامل ویژگی‌های شخصیتی و هوش هیجانی می‌تواند به مریان در انتخاب نوع بازیکن و سپردن مسئولیت‌ها کمک کند؛ زیرا همه دانشجویان، به‌ویژه دانشجویان تربیت بدنی، باید در موقعیت‌های هیجانی بسیار

بالا همچون مسابقه‌های ورزشی رقابت‌آمیز، قدرت کنترل و انعطاف‌پذیری و درعین‌حال، سازش‌یافتگی بیشتری داشته باشند تا احیاناً در مواقع شکست و باخت، تحمل فشار روانی و کوشش مجدد برای دستیابی به موفقیت را داشته باشند. درعین‌حال، دانشجویان رشته‌های علوم تربیتی نیز باید با توجه به رویکرد حل مسئله، قدرت کنترل هیجانات به ویژه هیجانات منفی همچون اضطراب و خشم را داشته باشند؛ به دلیل اینکه در بسیاری از مواقع، در نقش درمانگر و الگو برای سایرین، به‌ویژه مرجعان به‌منزله اشخاص معنادار، مطرح‌اند. بنابراین، بهتر است قدرت کنترل بیشتری روی هیجانات خود داشته باشند.

پی‌نوشت‌ها

۱. سعید شاملو و محمدرضا محمدی، *مصاحبه شمیمی*، ص ۱۵۳.
  ۲. ابن‌ابی‌الحدید، *شرح نهج البلاغه*، ج ۲۰، ص ۲۷۲.
  ۳. علی همت بناری، همت بناری، علی، «شخصیت و مهمترین عوامل غیر وراثتی شکل‌گیری آن»، *معرفت*، ش ۱۱۹، ص ۱۱۸، به نقل از: شرح غرر الحکم و درر الکلم، ج ۱، ص ۶۲.
  ۴. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، *غرر الحکم و درر الکلم*، حدیث ۲۹۶۹، ج ۲، ص ۶۵.
  ۵. همان.
  ۶. سیدمحمدرضا موسوی‌نسب، «ثبات و تغییر شخصیت»، *معرفت*، ش ۱، ۱۱۶-۱۱۹، به نقل از غرر الحکم و درر الکلم، حدیث ۶۹۰۶.
  ۷. حسن حق شناس، طرح پنج‌گانه ویژگی‌های شخصیت: راهنمای تفسیر و هنجارهای آزمون‌های NEO-PI و NEO-FFI، شیراز، دانشگاه علوم پزشکی، ۱۳۸۵، ص ۱۲۸.
  ۸. محمد اصلانخانی و همکاران، «رابطه هوش هیجانی و عوامل شخصیتی در ورزشکاران بزرگسال نخبه و غیر نخبه»، *علوم حرکت انسان*، ش ۴، ص ۲۲۵.
- ۹Bar-on .
- ۱Metamood
- ۱Ability-based EI
۱۲. نرگس موسوی‌نوری، *بررسی رابطه هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان استعدادهای درخشان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء سلام‌الله‌علیها، ۱۳۸۸، ص ۲۸.
- ۱Mayer
۱۴. همان.
- ۱Salovey & etal
- ۱C.F: sharf.Richard.S, theories of psychotherapy and counseling
۱۷. موسوی‌نوری، نرگس، *بررسی رابطه هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان استعدادهای درخشان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء سلام‌الله‌علیها، ص ۲۹، به نقل از تروی و ایس واران، ۲۰۰۴.
- ۱Tylor.
۱۹. اسماعیل اسدپور، «اثر بخشی آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی از طریق درون‌گردی جذب و انطباق بر ارتقاء سلامت روانی دانشجویان»، *مجموعه مقالات چهارمین همایش بهداشت روانی دانشجویان* شیراز، ص ۳۱۲.
- ۲Akman
۲۱. اصلانخانی، محمد و دیگران، «رابطه هوش هیجانی و عوامل شخصیتی در ورزشکاران بزرگسال نخبه و غیر نخبه»، *علوم حرکت انسان*، ش ۴، ص ۲۲۶.
- ۲MaYer & Salovey
- ۲Arson etal
- ۲Ciarrochi etal

---

۲Filho etal

۲aysenck & etal

۲۷. مریم سجادی و همکاران، «رابطه هوش هیجانی با برون‌گرایی و گرایش‌های روان‌رنجوری و روان‌پریشی در دانشجویان»، *مجموعه مقالات چهارمین همایش بهداشت روانی دانشجویان*، ۱۳۸۷، ص ۳۴۲.
۲۷. و راینزین، Ganon&rienzen ۲۰۰۵؛ و تروی ویس و اس واران، Trvey,viesvasvaran ۲۰۰۳، نقل از سجادی و همکاران، ص ۳۴۲، ۱۳۸۷.
۲۸. آقابابایی، ناصر، «هوش هیجانی»، *معرفت*، ش ۱۱۹، آبان، ۱۳۸۶، ص ۸۰-۶۱.
۲۹. همان
۳۰. همان.
۳۱. آقابابایی، ناصر، «هوش هیجانی»، *معرفت*، ش ۸، ص ۷۰.
۳۲. اصلانخانی، محمد و دیگران، «رابطه هوش هیجانی و عوامل شخصیتی در ورزشکاران بزرگسال نخبه و غیر نخبه»، *علوم حرکت انسان*، ش ۴، ص ۲۲۶.
۳۳. منصوری، بهزاد، *هنجاریابی پرسش‌نامه شیرینک در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، منصوری، ص ۱۱۲.

۲Dadwa & Harth

۲Saklofoske

۲Mayer & Salovy

۲Ganon & Rienzen

۲Trvey,viesrasvaran

۲Filho & etal



## منابع

- آقابابایی، ناصر، «هوش هیجانی»، *معرفت*، ش ۱۱۹، آبان، ۱۳۸۶، ص ۸۰ - ۶۱.
- اسدپور، اسماعیل، «اثر بخشی آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی از طریق درونگردي جذب و انطباق بر ارتقاء سلامت روانی دانشجویان»، *مجموعه مقالات چهارمین همایش بهداشت روانی دانشجویان* شیراز، ۱۳۸۷.
- اصلانخانی، محمد و دیگران، «رابطه هوش هیجانی و عوامل شخصیتی در ورزشکاران بزرگسال نخبه و غیر نخبه»، *مجله علوم حرکت انسان*، شماره ۴ خرداد، ۱۳۸۷، ص ۲۲۶ - ۲۲۵.
- حق شناس، حسن، *طرح پنج عامی ویژگی‌های شخصیت: راهنمای تفسیر و هنجارهای آزمون‌های NEO PI-R و NEO FFI*، شیراز، دانشگاه علوم پزشکی، ۱۳۸۵.
- سجادی، مریم و همکاران، «رابطه هوش هیجانی با برون‌گرایی و گرایش‌های روان رنجوری و روان‌پریشی در دانشجویان»، *مجموعه مقالات چهارمین همایش بهداشت روانی دانشجویان*، شیراز، ۱۳۸۷.
- شاملو، سعید و محمدی، محمد رضا، *مصاحبه تشخیصی*، تهران، رشد، چ دوم، ۱۳۷۸.
- تیممی آمدی، عبدالواحد، *غیر الحکم و درر الکلم*، تحقیق میرسیدجلال‌الدین المحدث، جامعه طهران، ط. الثالثه، ۱۳۶۰.
- منصوری، بهزاد، *هنجاریابی پرسش‌نامه شیرینک در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، ۱۳۸۰.
- موسوی‌نسب، سیدمحمدرضا، «ثبات و تغییر شخصیت»، *معرفت*، ش ۱۱۲، فروردین ۱۳۸۶، صفحه ۱۰۸-۸۹.
- موسوی‌نوری، نرگس، *بررسی رابطه هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان استعدادهای درخشان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء سلام‌الله‌علیها، تهران، ۱۳۸۸.
- همت‌بناری، علی، «شخصیت و مهمترین عوامل غیر وراثتی شکل‌گیری آن»، *معرفت*، ش ۱۱۹، آبان، ۱۳۸۶، ص ۱۰۱ - ۱۲۰.
- Bar-on, R, The emotional quotient inventory (EQ-I) a test of emotional intelligence. Toronto, Canada. Multi-health, 2000.
- CARSON, K. ETAL, PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS of a peak performance. Applied sport psychology. Personal growth to peak performance, ۲۰۰۳.
- Ciarrochi, R. D. et al, levels of emotional awareness. American Journal of psychiatry. ۱۴۴: ۱۳۳-۱۳۵, ۲۰۰۱.
- Dadwa, P, 8Harth, S. D assessing Emotionall intelligence reliability and validity of The Bar-on Emotional quotient inventory (EQ-۱) in university, personality and individual differences, 2002.
- Fillho M. g. ethal Comparison of personality eharacterics between high level barsilian athletes and athletes. J. Rer, 2005.
- MAYER J. d. Salory. p The intelligence in Telligence. ۱۷. ۴۳۳, ۱۹۹۷.
- Saklofoske D. H, Factors and validity of a trait motion al intelligence measure. Personality and individual differences, 2005.