

مدیریت ورزشی \_ خرداد و تیر ۱۳۹۴  
دوره ۷، شماره ۲، ص: ۲۲۷-۲۵۲  
تاریخ دریافت: ۹۱/۱۲/۱۲  
تاریخ پذیرش: ۹۲/۰۶/۰۵

## بررسی ارتباط بین هوش هیجانی مربیان با انسجام تیمی ورزشکاران در پنجمین المپیاد دانشجویان دختر دانشگاه‌های پیام نور کشور در سال ۱۳۹۰

عادل رحمان پور<sup>۱\*</sup> - محسن غفرانی<sup>۲</sup> - حسن فهیم دوین<sup>۳</sup>

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران، ۲. استادیار، گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران، ۳. استادیار، گروه تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی ارتباط بین هوش هیجانی مربیان با انسجام تیمی ورزشکاران پنجمین المپیاد دانشجویان دختر دانشگاه‌های پیام نور کشور در سال ۱۳۹۰ بود. روش تحقیق از نوع همبستگی و از نظر هدف کاربردی است و به شکل میدانی انجام گرفته است. جامعه آماری کلیه مربیان (۸۶ نفر) و ورزشکاران (۱۰۶۸ نفر) شرکت‌کننده در پنجمین المپیاد دانشجویان دختر دانشگاه‌های پیام نور کشور بود. براساس جدول نمونه‌گیری مورگان، ۷۰ نفر از مربیان و ۲۸۵ نفر از ورزشکاران به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند و برای جمع‌آوری داده‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شد. برای گردآوری اطلاعات از دو پرسشنامه هوش هیجانی سبیریا شرینگ و پرسشنامه انسجام تیمی کارون استفاده شد. روایی پرسشنامه‌ها توسط هشت تن از استادان رشته مدیریت ورزشی تأیید شد و پایایی پرسشنامه‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۸۱ به‌دست آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی (ضریب همبستگی اسپیرمن و رگرسیون چندگانه) استفاده شد. نتایج نشان داد، بین همه مؤلفه‌های هوش هیجانی با انسجام تیمی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $P < 0/05$ ).

### واژه‌های کلیدی

ارتباط، المپیاد، انسجام تیمی، تیم ورزشی، هوش هیجانی.

**مقدمه**

از هنگام شکل‌گیری روان‌شناسی علمی در اواخر قرن نوزدهم میلادی، سعی بر آن بوده است که شخصیت آدمی، مناسبات اجتماعی، چگونگی تفکر و شناخت او نسبت به پدیده‌های متفاوت بررسی شود. در این بین کشف پدیده‌ای به نام هوش، کشفی بسیار جذاب و چشمگیر بود. پدیده‌ای که ریشه‌های زیستی و وراثتی دارد و عوامل محیطی و اجتماعی نیز بر آن تأثیر می‌گذارد، توجه همگان را به خود جلب کرد (۴).

هوش هیجانی دسته‌ای از توانایی‌ها و مهارت‌های غیرشناختی است که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش می‌دهد (۱۱). نتایج حاصل از پژوهش‌ها، اغلب به ترکیبی از دانش، مهارت و صفات ژنتیکی (مانند هوش) به‌عنوان بهترین شاخص صلاحیت فردی اشاره دارند (۲۱)، به هر حال شواهد تحقیقاتی این حوزه نشان از آن دارد که هوش هیجانی<sup>۱</sup> بالا با سلامت، شادمانی، زندگی کارآمدتر و عملکرد مطلوب‌تر در محیط‌های کاری ارتباط دارد (۲۲،۷). توانمندی‌ها و شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی از عامل‌های تعیین‌کننده و تأثیرگذار بر کیفیت روابط اجتماعی و موفقیت در حوزه‌های گوناگون زندگی به‌شمار می‌روند (۱۵). در خصوص هوش هیجانی، شاید کوتاه‌ترین تعریفی که می‌توان گفت، استفاده هوشمندانه از عواطف، احساسات و هیجانات باشد (۱۰). اگر مربی بتواند در یک لحظه خاص احساسات و عواطف خود را تشخیص دهد و درک درستی از توانایی‌های خود داشته باشد، بهتر خواهد توانست با توجه به شرایط بهترین تصمیم را برگزیند و در جهت پیشبرد اهداف و برنامه‌های خود گام بردارد و به‌راحتی ضعف‌ها و قوت‌های خود را شناسایی و بر این اساس نیازهای خود را برآورده کند و علاوه‌بر برانگیختن خود در ایجاد روحیه و انگیزش در دیگر افراد تیم که لازمه انسجام تیمی است نیز نقش مهمی ایفا کند.

توجه به هوش هیجانی به‌عنوان یک ویژگی انسانی و نقش آن در موفقیت‌های انسان، از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار است، بنابراین فعالیت در زمینه هوش هیجانی به‌منظور شناسایی عواملی غیر از عوامل عقلی در زندگی افراد مؤثر و راهگشاست و موجب تکمیل صلاحیت‌های انسانی می‌شود (۱). هوش هیجانی به شناخت فرد از خویش و دیگران، ارتباط بین‌فردی، سازگاری و تطبیق با محیط در راستای ارضای نیاز خود و انتظارات اجتماعی وابسته است و هوش شناختی در برنامه‌ریزی درازمدت و

---

## 1. Emotional Intelligence

اهداف کلی فرد دخیل است (۹). مربیان جایگاه والایی در برنامه‌های ورزشی دارند و محور اصلی و سکندار تیم‌های ورزشی تلقی می‌شوند. مربیان با اتکا به دانش، تجربیات و اطلاعات خویش در جهت رساندن ورزشکار به سکوه‌های افتخار، نقش اصلی را ایفا می‌کنند (۲).

مربیان برای مؤثر بودن و اثربخشی به ابزارهای متفاوتی نیاز دارند که مدیریت (مهار) هیجان‌ها یکی از ابزار مؤثر بودن آنهاست. هوش هیجانی از طریق مدیریت هیجان‌ها و با سازوکارهای پیش‌بینی، افزایش قدرت کنترل و تقویت راهبردهای مقابله کارآمد به فرد کمک می‌کند تا عملکرد ورزشی خود را بهبود بخشد و باعث افزایش احتمال موفقیت ورزشی شود، بنابراین هوش هیجانی فاکتور مهمی است که مربیان باید همزمان با کسب مهارت‌ها و توانایی‌های لازم برای موفقیت در زمینه ورزشی مورد نظر، این مهارت را نیز آموزش و پرورش دهند (۳). از نظر گلمن (۱۳۸۱) هوش هیجانی ظرفیت ما را در شناخت احساسات خود و دیگران تعیین و کمک می‌کند تا در خودمان انگیزش ایجاد کرده و هیجانان را کنترل کنیم و روابط خودمان را با یکدیگر به نظم و حساب درآوریم (۸). مربی‌ای که از لحاظ عاطفی باهوش باشد، می‌تواند از طریق خودآگاهی، روحیات خود را کنترل کند و از طریق خودتنظیمی، آنها را بهبود بخشد و از طریق همدلی، تأثیر آنها را درک کند و از طریق مهارت‌های اجتماعی، به شیوه‌ای رفتار کند که روحیهٔ دیگران را افزایش دهد (۵). مربی می‌تواند به‌راحتی با مسائل و مشکلات برخورد کند و راه‌حل‌های بهتری ارائه دهد و در تصمیم‌گیری‌های خود نیز خشک و نامنعطف نباشد و شور و اشتیاق، اعتماد و حس همکاری را در ورزشکاران خود ایجاد کند و باعث موفقیت تیم شود (۱۳).

تحقیقات نشان داده که آموزش و یادگیری مهارت‌های مربوط به هوش هیجانی، تیم را ارتقا و امتیازات مربوط به آزمون‌های سنجش هوش هیجانی تیمی را نیز افزایش می‌دهد، از این‌رو در دهه‌های اخیر اکثر محققان هوش عاطفی را عاملی برای رهبری (مربیگری) اثربخش معرفی کرده‌اند (۱۶). بین هوش هیجانی و موفقیت مدیران ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد، بدین منظور بهره‌گیری بیشتر از توان مدیریتی مدیران، نسبت به برگزاری کارگاه‌هایی در راستای افزایش هوش هیجانی، موجب ارتقا و پیشرفت آنها خواهد شد (۹).

لاتمر و رنچ (۲۰۰۷) در تحقیقی نشان دادند هوش هیجانی با انسجام تیمی رابطهٔ مثبتی دارد و انسجام تیمی موجب عملکرد بهتر می‌شود و هوش هیجانی مربی می‌تواند در ایجاد روابط اجتماعی در گروه‌ها که یکی از مؤلفه‌های اصلی انسجام تیمی است، مؤثر باشد (۱۷).

گمان و ولف (۲۰۰۸) در پژوهشی بیان داشتند که هوش هیجانی رهبر تیم به‌طور معناداری با پیدایش هنجارهای مطلوب در تیم همراه بوده است و این هنجارهای مطلوب سبب عملکرد بهتر تیم‌ها می‌شود (۱۷). کیودباخ و هانسن (۲۰۰۹) در تحقیقی به بررسی تأثیر هوش هیجانی بر عملکرد تیمی و انسجام پرستاران پرداختند، آنها نشان دادند که کیفیت مراقبت‌های بهداشتی با تنظیم احساسات در ارتباط است. تنظیم هیجان نیز با انسجام گروه همبستگی مثبت داشت و به‌طور کلی، تنظیم احساسات و هیجانات راه جدیدی برای افزایش انسجام تیمی است (۲۰).

جنتنر و همکاران (۲۰۰۴) در تحقیق درباره ادراک مربیان و ورزشکاران در مورد نقش روان‌شناسی ورزشی به این نتیجه رسیدند که آماده کردن ورزشکاران از نظر روحی و روانی مهم‌ترین عامل موفقیت آنها در مسابقات حساس به‌شمار می‌رود (۱۲).

بشارت و همکاران (۱۳۸۴) در تحقیقی با عنوان «تبیین موفقیت ورزشی در ورزش‌های گروهی و فردی بر حسب هوش هیجانی» به این نتیجه رسیدند که هوش هیجانی با موفقیت ورزشی در ورزش‌های گروهی و فردی همبستگی مثبت دارد. هوش هیجانی با سازوکارهای پیش‌بینی، پیشگیری، افزایش قدرت کنترل و تقویت راهبردهای مقابله کارآمد به فرد کمک می‌کند که عملکرد ورزشی خود را بهبود بخشد و موجب افزایش احتمال موفقیت ورزشی شود (۳).

سپاسی و همکاران (۱۳۸۵) در تحقیق خود، نقش مشاور روان‌شناس را از دید مربیان و ورزشکاران در کنار افراد تیم مثبت و ضروری دانستند و بین نگرش نسبت به جایگاه مشاور روان‌شناس ورزش و موفقیت تیم‌های ورزشی رابطه مثبت و معناداری به‌دست آوردند (۴).

پاین و هارود (۲۰۰۴) و اوتلی (۲۰۰۰) درباره مسائلی که مربیان ورزش علاقه دارند تا آنها را با روان‌شناس ورزش در میان بگذارند، مطالعه کردند. مربیان از اطمینان نداشتن عملکرد بازیکنان، سوء تعبیر بازیکنان از نقش مربیان، مشکلات شخصی و خودخواهی ورزشکاران، به مسائل حساس اشاره کردند (۱۸).

از سوی دیگر نتایج تحقیقات اخیر نشان داده که انسجام تیمی بالا بر عملکرد تیم‌ها تأثیر می‌گذارد و سبب می‌شود که نسبت به تیم‌های با انسجام کمتر، نتایج بهتری را کسب کنند (۵).

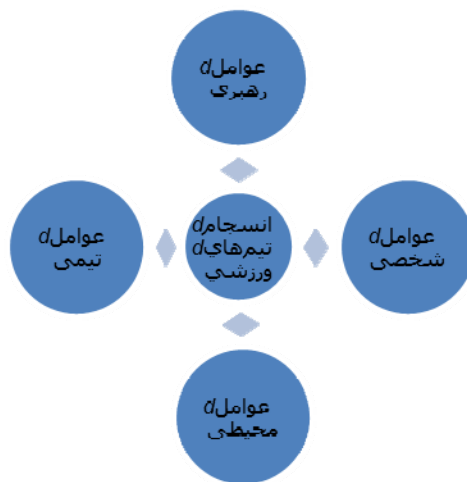
مربیان اساس موفقیت را در انسجام تیمی می‌دانند و سعی در ایجاد صمیمیت و یگانگی در میان بازیکنان دارند که ارتباطات بین‌فردی نزدیک‌تر و احساس اعتماد و پشتیبانی دوسویه در میان ورزشکاران، سبب افزایش احساس و جذابیت بین‌فردی شده و به عملکرد فردی بهتر منجر می‌شود. مثلاً

هنگامی که مربی از تمسخر استفاده کرده، برای بازیکنان خاصی استثنا قائل شده و با فریاد زدن و تنبیه، بازخوردهای منفی و تنبیه را در سطوح بالایی برای ورزشکاران به کار می‌برد، ورزشکاران در می‌یابند که انسجام تیمشان پایین است، زیرا مربی با این رفتارها در میان بازیکنان فاصله ایجاد کرده و تعامل میان ورزشکاران را با یکدیگر و نیز با خود، محدود می‌کند. اما برخی روش‌های مربیگری مانند بزرگ‌نمایی مربیان در مورد توانایی ورزشکاران، شوخی کردن با ورزشکاران، استفاده از سخنان انگیزاننده، ایجاد اعتماد نسبت به آینده، شرکت در مراسم عبادی و مذهبی تیم، نشان دادن شور و شوق و به کار بردن تکنیک‌های ورزشکارمحور، انسجام تیم را بهبود می‌بخشد (۲).

انسجام فرایندی است پویا که در تمایل یک گروه برای وفادار ماندن نسبت به یکدیگر، متحد ماندن در دستیابی به اهداف مؤثر و ارضای نیازهای عاطفی اعضا نشان داده می‌شود (۵). انسجام گروهی بر ایند تمام نیروهایی است که بر اعضا اثر می‌گذارند و موجب باقی ماندن آنها در گروه می‌شوند. نیروهایی که باعث انسجام می‌شوند عبارت‌اند از: جذابیت گروه، مقاومت در برابر ترک گروه و انگیزش. حفظ عضویت گروه و انسجام گروهی به ابعاد متعددی از پویایی گروه مانند بلوغ، تجانس و اندازه آن مرتبط است.

انسجام گروهی شامل دو بعد انسجام اجتماعی و انسجام تکالیف است. انسجام اجتماعی بیانگر میزان جذابیت میان‌فردی در بین اعضای گروه است.

کارون، هاسنبلاس و آیز (۲۰۰۵)، مدل تکامل‌یافته انسجام گروهی کارون و هاسنبلاس (۱۹۹۸) را بار دیگر بررسی کرده و تأیید کردند براساس این مدل عوامل زیادی (عوامل محیطی، شخصی، رهبری و تیمی) وجود دارد که میزان انسجام گروهی در تیم‌های ورزشی را پیش‌بینی می‌کند. البته باید توجه کرد اگرچه این عوامل جدا از هم عنوان می‌شوند کاملاً همبسته و در هم تنیده‌اند (۲).



شکل ۱. مدل مفهومی عوامل اثرگذار بر انسجام تیم های ورزشی (۵)

#### عوامل اثرگذار بر انسجام تیم های ورزشی (شکل ۱)

۱. عوامل محیطی<sup>۱</sup>: براساس این مدل، عوامل محیطی یکی از متغیرهای انسجام تیم های ورزشی است و به دو مقوله ملاحظات فرهنگی - سازمانی<sup>۲</sup> و ملاحظات جغرافیایی تقسیم می شود که ملاحظات فرهنگی - سازمانی شامل مسئولیت های قراردادی، فشارهای هنجاری<sup>۳</sup>، موقعیت سازمانی و سطح رقابت است.

تحقیقات نشان داده هنگامی که بازیکنان تیم از لحاظ جسمانی به یکدیگر نزدیک اند، روابط دوستانه و در نتیجه انسجام اجتماعی در میان آنها بیشتر خواهد شد. سختی پذیرش در گروه نشانه انسجام زیاد آن گروه یا تیم است و موجب واکنش بازیکنان نسبت به ورود اعضای جدید می شود.

۲. عوامل شخصی: براساس این مدل تفاوت های شخصی دومین عامل اثرگذار بر انسجام است، این عامل به سه بخش ویژگی های فردی، شناخت و انگیزش و رفتار تقسیم می شود. هر کدام از ویژگی های فردی مانند سن، جنسیت، نژاد، شخصیت و غیره بر انسجام تأثیر می گذارد. شناخت و انگیزش گروه

1. Environmental Factors
2. Cultural and Organizational Considerations
3. Normative Pressure

شامل ادراک مشترک، رضایت‌مندی اعضای گروه، خودفربیی، قبول مسئولیت برای نتایج ضعیف و رفتار امتیاز به خود یا خودآوانسی است. ادراک مشترک به این معناست که نگرش اعضای تیم مشابه و یکسان است و اعتقادات و انگیزه اعضای تیم در راستای بهبود عملکرد و نتایج تیم قرار دارد. خودفربیی، زمانی به وجود می‌آید که افراد عملکرد تیم خود را از آنچه هست، بیشتر و بهتر تصور کنند و همچنین عملکرد رقیب را کمتر از واقعیت بپندارند، این حالت زمانی روی می‌دهد که انسجام تیم در سطح بالایی باشد که تأثیرات شناخت گروهی را نیز بر انسجام تیم نشان می‌دهد.

عامل دیگری که رابطه زیادی با انسجام تیمی دارد، پذیرش مسئولیت پیامدها یا نتایج منفی در بین بازیکنان تیم است. نتایج تحقیقات نشان داده است افرادی که مسئولیت بیشتری را هنگام شکست تیم بر عهده می‌گیرند، درک بالایی از انسجام تیمی دارند و آن را حفظ می‌کنند. این ویژگی حتی در زمانی که نتایج تیم خوشایند نباشد، انسجام تیم و مسئولیت‌پذیری در میان بازیکنان تیم را افزایش می‌دهد. رفتارهای فردی جنبه دیگری از عوامل شخصی است که بر انسجام تیمی اثر می‌گذارد، این رفتارها شامل فداکاری برای تیم، پیروی و تعهد به مشارکت و تعامل اجتماعی در تیم است. فداکاری افراد برای تیم، تأثیر بسیار زیادی بر انسجام تکلیف اجتماعی دارد، چون هم‌تیمی‌ها، توجه زیادی به این‌گونه رفتارها دارند و تعهد و تمایل به تیم را با این‌گونه رفتارها ارزیابی می‌کنند. وقتی برخی از اعضای تیم به دلیل اندازه گروه تلاش کافی نمی‌کنند، رفتارهای تعامل اجتماعی ممکن است بر تیم اثر بگذارد، همچنین انسجام می‌تواند از انگیزش و هماهنگی ضعیف تأثیر بپذیرد (۲).

۳. عامل رهبری: بخش سوم از عوامل مؤثر بر انسجام است. طبق مدل کارون، هاوسنبلاس و آیز (۲۰۰۵، ۱۹۹۸) رفتارهای مربی (رفتار آموزش و تمرین، حمایت اجتماعی، ارائه انواع بازخورد به ورزشکاران)، تصمیم‌گیری‌های مربی (دموکراتیک و آمرانه)، روابط شخصی بین مربی و بازیکنان و روابط بین تیم و مربی (واکنش به موقعیت‌ها و فشارهای وارد بر تیم) بر انسجام تیم‌های ورزشی مؤثر است.

۴. عوامل تیمی: آخرین عامل مرتبط با انسجام تیمی، عوامل تیمی شامل اندازه گروه، موقعیت گروه، پیچیدگی نقش اعضای گروه، هنجارهای گروه، اثربخشی جمعی و سابقه اعضای گروه است.

مربیان اساس موفقیت را در انسجام تیمی می‌دانند و سعی در ایجاد صمیمیت و یگانگی در میان بازیکنان دارند و ارتباطات بین‌فردی نزدیک‌تر و احساس اعتماد و پشتیبانی دوسویه در میان ورزشکاران، سبب افزایش احساس و جذابیت بین‌فردی شده و به عملکرد فردی بهتر منجر می‌شود، بنابراین رفتار

مربیان در وضعیت‌های تمرین و بازی می‌تواند اثر مثبت یا منفی بر ادراکات ورزشکاران از انسجام تیمشان داشته باشد (۲).

از نتایج این تحقیقات می‌توان دریافت که روان‌شناسی ورزشی و خدمات این رشته در تأمین نیازهای روانی ورزشکاران در سایر کشورها سابقه‌ای طولانی دارد، اما علم روان‌شناسی ورزشی و خدمات آن در بهبود عملکرد ورزشی و موفقیت ورزشکاران در کشورمان سابقه چندانی ندارد. روزه‌روز بر اهمیت کاربرد مبانی روان‌شناسی در آماده کردن تیم‌های ورزشی به‌ویژه مسابقات حساس و مهم افزوده می‌شود، اما تحقیقات اندکی در مورد نگرش مربیان و ورزشکاران در زمینه جایگاه روان‌شناسی در کشورمان وجود دارد و تحقیقات در زمینه مدیریت و روان‌شناسی برای ارتقای سطح ورزش قهرمانی و حرفه‌ای کشور می‌تواند برای مدیران، مربیان و کلیه دست‌اندرکاران مفید و سازنده باشد، تا بتوانند قوت‌ها و ضعف‌های خود را مشخص و برای رسیدن به بیشترین هماهنگی کوشش کنند و از آنجا که تاکنون در کشور ما پژوهش‌های بسیار اندکی در این زمینه به انجام رسیده، ضرورت این تحقیق احساس می‌شود. بدین منظور، هدف پژوهش حاضر تعیین ارتباط بین هوش هیجانی مربیان با انسجام تیمی ورزشکاران است.

### روش تحقیق

روش تحقیق از نوع همبستگی و از نظر هدف کاربردی است که به شکل میدانی انجام گرفته و با توجه به اینکه جامعه آماری پژوهش را فقط بازیکنان و مربیان رشته‌های ورزشی گروهی این المپیک تشکیل می‌دادند، نمونه برابر با جامعه در نظر گرفته شد و ۷۲ نفر از مربیان و ۲۲۳ نفر از ورزشکاران (چهار رشته ورزشی گروهی فوتسال، والیبال، بسکتبال و هندبال) به روش نمونه‌گیری تصادفی به پرسشنامه‌ها جواب دادند (جدول ۱).

جدول ۱. تعداد نمونه تحقیق

نمونه آماری	والیبال	فوتسال	بسکتبال	هندبال	مجموع نمونه
ورزشکار	۴۷	۷۳	۵۸	۴۵	۸۶
مربی	۱۲	۲۵	۱۷	۱۸	۷۲



ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش دو پرسشنامه هوش هیجانی سبیریا شرینگ در مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت و شامل پنج بعد (خودآگاهی، خودانگیزگی، مهارت‌های اجتماعی، همدلی و خودتنظیمی) و پرسشنامه انسجام تیمی کارون در مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت بودند. در قسمت اول پرسشنامه نیز اطلاعات جمعیت‌شناختی (شامل جنس، سن، وضعیت تأهل و سطح تحصیلات) سؤال شده بود. روایی پرسشنامه‌ها را هشت تن از استادان رشته مدیریت ورزشی تأیید کردند و پایایی پرسشنامه‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه‌های هوش هیجانی و انسجام تیمی به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۸۱ به دست آمد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی انجام گرفت. در سطح آمار توصیفی، از شاخص‌های آماری فراوانی و درصد فراوانی استفاده شده و آمار استنباطی شامل آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K-S)، ضریب همبستگی اسپیرمن و رگرسیون چندگانه استفاده شد و کلیه این محاسبات از طریق نرم‌افزار SPSS (نسخه ۱۷) اجرا شد.

### نتایج و یافته‌های تحقیق

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نتایج نشان داد که بین هوش هیجانی و تمامی مؤلفه‌های آن با انسجام تیمی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $R=0/302$ ).

جدول ۲. ارتباط بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و انسجام تیمی

مؤلفه‌های هوش هیجانی					شاخص‌ها	متغیر
خودانگیزشی	مهارت‌های اجتماعی	همدلی	خودتنظیمی	خودآگاهی		
۰/۳۵۲	۰/۳۱۲	۰/۳۷۶	۰/۳۳۲	۳۰۸	R	انسجام
۰/۰۱	۰/۰۲۷	۰/۰۰۷	۰/۰۱۹	۰/۰۳۶	Sig	تیمی

نتایج رگرسیون چندگانه به روش همزمان در جدول‌های ۳ و ۴ نشان داده شده است، جدول ۳ شامل نتایج آزمون F حاصل از ANOVA در مدل است. نتایج آزمون F به دست آمده از تحلیل رگرسیون معنادار است ( $sig=0/031$ ). این معناداری نشان می‌دهد ضریب همبستگی چندگانه صفر نیست و ضریب B در معادله رگرسیون معنادار است.

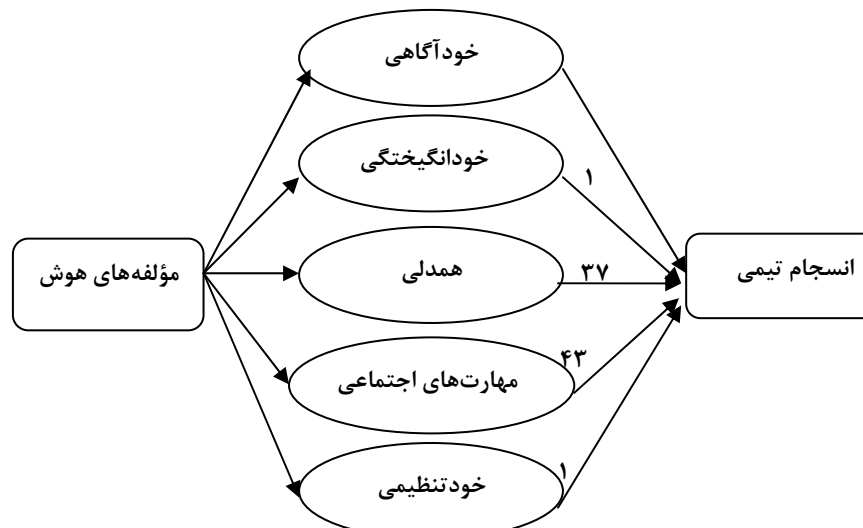
جدول ۳. نتایج آزمون ANOVA

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	sig
رگرسیون	۶۷/۳۴	۵	۱/۴۷	۰/۹۲۹	۰/۰۳۱
باقیمانده	۰۹/۵۸	۴۴	۱/۵۸۲		
کل	۷۶/۹۳۴	۴۹			

تأثیر هر یک از متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک در جدول ۴ ارائه شده است. نتایج نشان می‌دهد مهارت‌های اجتماعی با بتای استاندارد ۰/۴۳۴ بیشتر از دیگر متغیرها بر انسجام تیمی ورزشکاران تأثیر دارد. بعد از مهارت‌های اجتماعی، همدلی با بتای ۰/۳۷۹ در رتبه دوم تأثیرگذاری قرار دارد. خودانگیختگی و خودتنظیمی به ترتیب با بتای ۰/۱۶۷ و ۰/۱۱۷ در رده‌های بعدی تأثیرگذاری در معادله رگرسیون قرار دارند و مؤلفه خودآگاهی بر انسجام تیمی تأثیرگذار نبوده است.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون مؤلفه‌های هوش هیجانی با انسجام تیمی

متغیرهای پیش‌بین	B	خطای استاندارد	ضریب استاندارد Beta	t	Sig
خودآگاهی	-۰/۰۶۹	۰/۴۳۲	-۰/۰۲۵	-۰/۰۶۱	۰/۸۳۷
خودانگیختگی	۰/۴۷۴	۰/۵۱۸	۰/۱۶۷	۱/۹۱۵	۰/۰۴۵
همدلی	۰/۷۴۶	۰/۵۲	۰/۳۷۹	۲/۴۳۴	۰/۰۰۴
مهارت‌های اجتماعی	-۰/۸۳۹	۰/۵۲۹	۰/۴۳۴	۳/۰۸۸	۰/۰۱۹
خودتنظیمی	-۰/۳۷۹	۰/۴۷۹	-۰/۱۱۷	-۲/۰۹۱	۰/۰۳۳



شکل ۲. روابط بین متغیرهای تحقیق

همان‌طور که شکل ۲ نشان می‌دهد، اگر مؤلفه مهارت‌های اجتماعی یک انحراف استاندارد افزایش یابد، می‌توانیم پیش‌بینی کنیم که انسجام تیمی به اندازه ۰/۴۳۴ انحراف استاندارد افزایش می‌یابد. همچنین به ازای افزایش یک انحراف استاندارد در مؤلفه همدلی، می‌توانیم پیش‌بینی کنیم که انسجام تیمی به اندازه ۰/۳۷۹ انحراف استاندارد افزایش می‌یابد. به‌طور کلی با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، مؤلفه مهارت‌های اجتماعی بیشترین سهم را در پیش‌بینی انسجام تیمی ورزشکاران تیم‌های ورزشی دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هوش هیجانی زمینه‌ساز رشد و ارتقا است. شانس افراد با ارتقای مهارت‌های هوش هیجانی افزایش می‌یابد (۱۵). در خصوص هوش هیجانی شاید کوتاه‌ترین تعریفی که می‌توان بیان کرد استفاده هوشمندانه از عواطف، احساسات و هیجانات باشد، همچنین در عملکرد ورزشکاران در شرایط استرس‌زا مؤثر واقع می‌شود. سطوح بالای هوش هیجانی ارزیابی فرد را افزایش می‌دهد و سبب عملکرد بهتر او در وقایع می‌شود (۱۵). همچنین محقق با عنایت به مطالعات انجام‌گرفته نتوانست تحقیقات داخلی و خارجی مشابه موضوع تحقیق پیدا کند، از این‌رو به‌منظور آگاهی از همخوانی یا ناهمخوانی تحقیق حاضر از پژوهش‌هایی با موضوعات مشابه استفاده شد (۱۵).

ناتوانی در بروز به‌موقع مهارت‌های هیجانی می‌تواند سلامت فکری، جسمانی و روانی افراد را تهدید کند و سازگاری فرد را در تعامل با دیگران به چالش بکشد. گاهی هیجانات نابجا به شناخت و دانش غلط منجر می‌شود و زندگی اجتماعی، تحصیلی، شغلی و خانوادگی افراد را در معرض خطر قرار می‌دهد. توجه به هوش هیجانی به‌عنوان یک ویژگی انسانی و نقش آن در موفقیت‌های انسان، اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد، بنابراین فعالیت در زمینه هوش هیجانی به‌منظور شناسایی عواملی غیر از عوامل عقلی در زندگی افراد مؤثر و راهگشاست و موجب تکمیل صلاحیت‌های انسانی می‌شود (۱).

هدف پژوهش حاضر، تعیین ارتباط بین هوش هیجانی مربیان و ابعاد آن با انسجام تیمی ورزشکاران پنجمین المپیاد دانشجویان دختر دانشگاه‌های پیام نور کشور در سال ۱۳۹۰ بود. همان‌طور که نتایج تحقیق نشان داد (شکل ۲)، ارتباط مستقیم و معناداری بین مؤلفه مهارت‌های اجتماعی و انسجام تیمی وجود داشت. همچنین مهارت اجتماعی، با بتای استاندارد ۰/۴۳۴ مهم‌ترین فاکتور پیش‌بینی‌کننده انسجام بود؛ این یافته با نتایج تحقیقات لاتمر و رنج (۲۰۰۷)، رحمان‌پور (۱۳۹۰)، ملایی و همکاران (۱۳۹۰) و کمان و ولف (۲۰۰۸) همخوانی دارد (۵، ۷، ۹، ۱۷).

### رابطه بین مؤلفه مهارت های اجتماعی هوش هیجانی با انسجام تیمی ورزشکاران

مهارت های اجتماعی موجب توانایی کنترل و نظم بخشی احساسات خود و هدایت وقایع حساس زندگی می شود (۱۵). کاملاً منطقی به نظر می رسد که موفقیت در رشته های گروهی مستلزم داشتن میزان بیشتری از مهارت های اجتماعی است، از این رو مربیان می توانند در سایه شناخت و ارتباط مؤثرتر با ورزشکاران و تشخیص موقعیت ها و تصمیم گیری سریع به این نتیجه دست یابند که مثلاً در شرایط فعلی و با توجه به موقعیت کدام یک از افراد تیم بهتر می تواند عمل کند و اینکه آرایش و شرایط را چگونه به نفع تیم تغییر دهند. با توجه به رابطه معنادار هوش هیجانی با انسجام تیمی، این کار سبب تقویت فاکتورهای هوش هیجانی مربیان با ساماندهی افکار، هیجانات و تصمیم گیری های بهتر در شرایط سخت، کنترل هیجانات منفی تیم، سازش بیشتر تیم با محیط و محرک های محیطی، کاهش گرایش ورزشکاران به پرخاشگری در شکست های تیمی و تمرکز بیشتر بر اهداف تیمی می شود. با تأکید بر برنامه هایی برای تقویت هوش هیجانی مربیان می توان آن را به عنوان راه حلی تأثیرگذار بر موفقیت و انسجام تیمی بیشتر با هدف بازی بهتر و در نتیجه بهبود عملکرد تیمی به کار گرفت (۲).

پرتی و همکاران (۲۰۰۳) در تحقیقی به توسعه یک مدل مفهومی برای هوش هیجانی، رهبری و پیامدهای تیمی پرداختند و نشان دادند که هوش هیجانی منعکس کننده توانایی و درک زمینه های اجتماعی است، علاوه بر این هوش هیجانی به صورت کنترل شده و منظم بر روابط بین افراد تأثیر می گذارد (۱۹).

### رابطه بین مؤلفه های خودانگیختگی و خودتنظیمی هوش هیجانی با انسجام تیمی ورزشکاران

خودانگیختگی و خودتنظیمی نیز با انسجام تیمی ارتباط مستقیم و معناداری داشتند. علاوه بر این، خودانگیختگی و خودتنظیمی از دیگر عوامل مؤثر بر انسجام تیمی افراد بودند که با نتایج تحقیقات کیودباخ و هانسن (۲۰۰۹)، بشارت و همکاران (۱۳۸۴)، جنتنر و همکاران (۲۰۰۴)، همسوست (۲۰۱۲، ۳). در واقع، مربیان بعد از کنترل روحیات خود می توانند آنها را از طریق خودانگیختگی تکامل و از طریق خودتنظیمی بهبود بخشند. مربیان می توانند محیطی از اعتماد و انصاف در میان ورزشکاران خلق کنند و از طریق این حس اعتماد وابستگی و انسجام میان آنها را افزایش دهند. عامل خودنظم دهی به دلایل رقابتی بسیار مهم است، زیرا در محیطی که تغییرات زیاد است، فقط افرادی که بر هیجان هایشان تسلط یافته اند، قادر به انطباق با این تغییرها خواهند بود. همچنین کنترل احساس ها زمینه ساز هر نوع مهارت و موفقیت است و کسانی که قادرند احساس های خود را به موقع برانگیزانند، در

هر کاری که به آنان واگذار شود، سعی می‌کنند مولد و مؤثر باشند. رهبران باانگیزه برای رسیدن به ماورای انتظارات خود و هر کس دیگر حرکت می‌کنند. کلیدواژه این رهبران، پیشرفت است. رهبرانی که بالقوه رهبرند، میل به پیشرفت در آنها درونی شده و برای رسیدن به پیشرفت برانگیخته می‌شوند (۱۴).

#### رابطه بین مؤلفه همدلی هوش هیجانی با انسجام تیمی ورزشکاران

عامل تأثیرگذار دیگر بر انسجام تیمی همدلی بود. گمان و ولف (۲۰۰۸) نیز در تحقیق خود نشان دادند هوش هیجانی رهبران تیم سبب پیدایش هنجارهای مطلوب و به‌وجود آمدن حس همدلی در بین بازیکنان تیم می‌شود. توانایی دیگری که براساس خودآگاهی هیجانی شکل می‌گیرد، همدلی با دیگران است که نوعی مهارت مردمی محسوب می‌شود. مربیان با همدلی سعی می‌کنند همه را راضی کنند. آنها با ملاحظه و فکر، احساس‌های کارکنان را همراه با سایر عوامل در تصمیم‌گیری‌ها در نظر می‌گیرند. امروزه همدلی به‌عنوان جزئی از رهبری بسیار مهم است، مربیان همدل بیشترین همدردی را با ورزشکاران تیمشان نشان می‌دهند و آنها دانش خود را برای پیشرفت تیمشان به روش‌های ظریف، اما با اهمیت استفاده می‌کنند (۱۴).

#### رابطه بین مؤلفه خودآگاهی هوش هیجانی با انسجام تیمی ورزشکاران

افراد با خودآگاهی بالا به حالات روانی خود آگاه و نسبت به زندگی خود حساس‌اند، مستقل‌اند، حدود شخصی خود را می‌شناسند و از سلامت روانی خوبی برخوردارند. مطالعات نشان داده است که هرچه افراد تجارب خود را بهتر توصیف و طبقه‌بندی کنند و نسبت به عوامل، هیجان و اعمال خودآگاهی واضحی داشته باشند از سلامت روانی بیشتری برخوردار بوده و در زندگی خود موفق‌ترند (۱۸). با توجه به نتایج به‌دست‌آمده در این تحقیق، روشن است که در باشگاه‌ها به‌منظور افزایش کیفیت آموزشی باید برای انتخاب مربیان کارآمد، به ویژگی هوش هیجانی آنان نیز توجه شود، زیرا براساس این ویژگی‌هاست که مربی می‌تواند با کاربرد عواطف و تفکر صحیح موجب تولید عقاید، بروز احساس و تقویت روح همکاری (انسجام تیمی) بین ورزشکاران شده و با درک و فهم عواطف خود و دیگران موجب کسب بینش نسبت به انگیزه‌های افراد در تیم شود.

از این‌رو براساس نتایج تحقیق، پیشنهادهایی به شرح ذیل بیان می‌شود: با توجه به این واقعیت که هوش هیجانی پیشرفته می‌تواند در بسیاری از زمینه‌های زندگی کاری مفید واقع شود، ارزیابی و آموزش مهارت‌های هیجانی ضرورت می‌یابد و این امر به‌ویژه در خصوص مربیان حائز اهمیت است پژوهش‌های انجام‌گرفته در زمینه هوش هیجانی، نشان می‌دهد که هوش هیجانی را می‌توان بر خلاف هوش شناختی

از طریق یادگیری بهبود بخشید (۱۰). گلמן با ارائه نتایج ارزیابی‌های عینی متعدد در زمینه بهبود چشمگیر و گسترده آموزش‌های هیجانی، تصریح می‌کند که برنامه‌های آموزشی مهارت‌های هیجانی، توانایی مدیریتی را افزایش می‌دهد. تحقیقات نشان می‌دهد که فعالیت‌های توسعه آموزش‌های مهارت‌های عاطفی، سبب کوتاه کردن مدت زمانی که کارکنان به بهره‌وری می‌رسند خواهند شد، به طوری که مدت زمان منحنی یادگیری برای رسیدن به ۱۰۰ درصد بهره‌وری می‌تواند با آموزش توانمندی‌های هوش هیجانی در دور اول به ۷۰ درصد بهره‌وری برسد و ۳۸ واحد از کل هزینه‌های یادگیری افراد صرفه‌جویی شود (۱۴، ۱۰). گلמן بیان می‌کند که کلاس‌های آموزش مهارت‌های هیجانی با یاد دادن مهارت‌های اساسی اجتماعی و عاطفی تغییرات شگرفی را بر رفتار افراد باقی خواهد گذاشت و مزایای این‌گونه کلاس‌ها عبارت‌اند از: خودآگاهی هیجانی، کنترل و اداره احساسات، مهار احساسات به‌طور ثمربخش، همدلی، درک احساسات دیگران و روابط با دیگران. بنابراین به نظر می‌رسد هوش عاطفی به‌عنوان عنصر اساسی در موفقیت رهبری مطرح است، عامل کلیدی توجیه‌کننده این است که چرا افرادی با قابلیت‌های مهارتی و تحصیلی یکسان، موفقیت‌های یکسانی کسب نمی‌کنند (۱۴). همچنین در زمان انتصاب مربیان و مدیران ارشد ورزشی باید ضریب هوشی آنان را از طریق آزمون هوش هیجانی بسنجند و افرادی را برگزینند که از ضریب هوش هیجانی مناسبی برخوردارند. برگزاری دوره‌های آموزشی مستمر و به‌طور اخص درباره اولویت‌های هوش هیجانی برای بهبود عملکرد مربیان نیز ضرورت دارد (۹، ۱۴).

### منابع و مآخذ

۱. آقاپور، مهدی. (۱۳۸۸). "بررسی مقایسه‌ای هوش هیجانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی تبریز". نشریه زن و مطالعات خانواده، سال اول، شماره ۳، صص ۴۲-۲۵.
۲. آنشل، مارک اچ. (۱۳۸۰). "روانشناسی ورزشی". ترجمه سید علی اصغر مسدد. تهران: انتشارات اطلاعات، چاپ اول، صص ۴۷-۲۰.
۳. بشارت، محمدعلی؛ عباسی، غلامرضا و میرزاکسفیدی، رضا. (۱۳۸۴). "تبیین موفقیت ورزشی در ورزش‌های گروهی و فردی بر حسب هوش هیجانی". نشریه المپیک، سال سیزدهم، شماره ۴، صص ۹۶-۸۷.
۴. حسینی، محمد. (۱۳۸۵). "بررسی ارتباط بین هوش عاطفی و عملکرد مدیران دبیرستانهای منطقه ۹ شهر تهران". پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران، صص ۵۸-۳۳.

۵. رحمان پور، عادل. (۱۳۹۰). "رابطه منابع قدرت مربیان با انسجام تیمی تیم‌های ورزشی استان خراسان جنوبی". پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد، صص ۷۰-۲۸ و ۱۳۳-۱۱۰.
۶. سپاسی، حسین؛ نوربخش، پیوش و داوودی، بابک. (۱۳۸۵). "مقایسه نگرش مربیان و ورزشکاران لیگ برتر و غیربرتر درباره جایگاه مشاور روانشناس ورزش و رابطه آن با موفقیت ورزشی". نشریه المپیک، سال چهاردهم، شماره ۳، صص ۷۹-۷۰.
۷. گل‌پرور، محسن و خاکسار، فخری. (۱۳۸۹). "رابطه بین هوش هیجانی با عملکرد شغلی کارکنان کارخانجات صنعتی شهر تهران". دوماهنامه دانشور رفتار، شماره ۴۰، صص ۳۴-۱۹.
۸. گلمن، دانیل؛ بویاتزیس، ریچارد و مک‌کی، آن‌نی. (۱۳۸۱). "رهبری اصیل: محرک پنهان عملکرد برتر". ترجمه محمود احمدپور، گزیده مدیریت، شماره ۱۶، صص ۳۱-۲۲.
۹. ملایی، عین‌اله؛ هروی، لادن؛ افتخارالدین، رضا و آسایش، حمید. (۱۳۹۰). "بررسی رابطه هوش هیجانی و موفقیت مدیران آموزشی دانشگاه علوم پزشکی گلستان". فصلنامه دانش و تندرستی، دوره ۶، شماره ۴، صص ۲۴-۲۰.
۱۰. یاراحمدی، معصومه. (۱۳۸۷). "مقایسه هوش هیجانی ورزشکاران تیم‌های انفرادی و اجتماعی اعزامی به المپیک ۲۰۰۸ پکن". پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه شمال، صص ۸۱-۲۴.
11. Eigder, J. B., Ahmadi, H. R., Eigder, B. B., Sayyadfar, M., Bakhtiari, M. H. (2013). "The relationship between emotional intelligence and self-evaluation of physical education teachers". *Journal of Teaching in Physical Education*, 32, pp: 342-354.
12. Gentner, N. B., Fisher, L. A., Wrisberg, C. A. (2004). "Athletes' and coaches' perceptions of sport psychology services offered by graduate students at one NCAA Division". USA, Knoxville, University of Tennessee, pp: 32-58.
13. George, J. (2000). "Emotions and leadership: The role of emotional intelligence". *Human Relations*, 53(8), pp: 1027-1055.
14. Goleman, D. (1996). "Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ". London, *Leadership & Organization Development Journal*, 26(5), pp: 388 - 399.
15. Halberstadt, A. G., Denham, S. A., Dunsmore, J. C. (2001). "Affective social competence". *Journal of Educational and Management Studies*, 3(4), pp:436-441.

16. Higgs, M. (2003). "How can we make sense of leadership in the 21st century? ". *Leadership and Organization Development Journal*, 24(5), pp: 273- 284.
17. Latomer, A., Rench, T. (2007). "Emotional intelligence: A framework for examining emotions in sport and exercise groups". *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology*, 5(3), pp: 3-27.
18. Ottely, E. (2000). "Knowledge attitude and perceptions of selected Trinidad and Tobago coaches and athletes regarding sport psychology consultation". *The Sport Psychologist*, 26, pp: 29-42.
19. Prati, L. M., Douglas, C., Ferris, G. R., Ammeter, A. P., Buckley, M. R. (2003). "Emotional intelligence: Leadership, effectiveness and team outcomes". *International Journal of Organizational Analysis*, 11(1), pp: 21 – 40.
20. Quoidbach, J., Hansenne, M. (2009). "The impact of trait emotional intelligence on nursing team performance and cohesiveness". *Journal of Professional Nursing*, 25(1), pp: 23–29.
21. Rastegar, M., Memarpour, S. (2009). "The relationship between emotional intelligence and self-efficacy among Iranian EFL teachers". *System*, 37(4), pp: 700-707.
22. Tischler, L., Biberman, J., McKeage, R. (2002). "Linking emotional intelligence, spirituality and workplace performance: Definitions, models and ideas for research". *Journal of Managerial Psychology*, 17(3), pp: 203-218.