

# ارتباط هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه

فرانک موسوی<sup>۱</sup>

فرهاد حیدری<sup>۲</sup>

شهرام عظیمی<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۱۲/۲۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۴/۹

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه صورت پذیرفت. روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل کل دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه به تعداد ۱۵۰ نفر بود که با توجه به محدود بودن جامعه آماری به روش سرشماری، تعداد ۶۰ نفر از ورزشکاران رشته های انفرادی و ۹۰ نفر ورزشکار رشته های گروهی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. به منظور گردآوری داده ها، از پرسشنامه های هوش هیجانی ویزینگر (۱۹۹۸)، پرسشنامه سلامت عمومی گلدیبرک و هیلر (۱۹۷۹) و پرسشنامه سازگاری اجتماعی کراون و مارلو (۲۰۰۰) استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل یافته ها، از آمار توصیفی (جداول، میانگین و انحراف استاندارد) و در سطح آمار استنباطی از آزمون‌هایی همچون آزمون کولموگراف اسمیرنوف، آزمون همبستگی پیرسون، آزمون رگرسیون و نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ استفاده شد. یافته ها نشان داد که بین هوش هیجانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ( $p \geq 0/05$ ) وجود دارد. همچنین بین سلامت روانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه ارتباط معناداری و معکوسی وجود دارد ( $p \geq 0/05$ ). به منظور پیش بینی سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار از طریق هوش هیجانی و سلامت روانی از ضریب رگرسیون استفاده گردید که ضریب رگرسیون چندگانه بین هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار معادل ( $R^2 = 0/327$ ) می باشد. این مقدار

<sup>۱</sup> استادیار، گروه مدیریت آموزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول)

E-mail: Frnkmosavi@yahoo.com

<sup>۲</sup> دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

<sup>۳</sup> دکترای مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، تهران، ایران

نشان دهنده این واقعیت است که هوش هیجانی و سلامت روانی توانسته اند حدود ۰/۳۲۷ درصد از واریانس تغییرات سازگاری اجتماعی را پیش بینی کنند. میزان تعیین تاثیر متغیر های هوش هیجانی و سلامت روان به عنوان متغیر پیش بین و سازگاری اجتماعی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند ( $F= ۵۹/۵۶, p < ۰/۰۰۱$ ). با توجه به نتایج این تحقیق مشارکت در فعالیت های ورزشی، راهی مؤثر برای کاهش اضطراب و افسردگی و تنظیم هیجانات و بالا بردن سازگاری اجتماعی است. از این رو، هوش هیجانی با تقویت سلامت روان، زمینه بهزیستی عاطفی و بهبود روابط بین فردی و سازگاری اجتماعی را فراهم می کند و به دانشجویان کمک می نماید تا در زمینه های مختلف زندگی موفق تر عمل کنند.

**واژگان کلیدی:** هوش هیجانی، سلامت روانی، سازگاری اجتماعی و دانشجویان ورزشکار

سلامت روان یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در ارتقا و تکامل انسان‌ها محسوب می‌شود. این امر به ویژه در دانشجویان ورزشکار از اهمیت بسیاری برخوردار است (چو، هسلاام<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). از آنجا که ورزشکاران از اقبال مستعد و برگزیده جامعه و سازندگان فردای هر کشور می‌باشند، بنابراین سلامت روانی آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (کاپلان، سادوک<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). درباره مفهوم سلامت روان در میان روانشناسان اختلاف نظرهای زیادی وجود دارد. بنابر تعریف سازمان جهانی بهداشت، سلامت روان عبارت است از: قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب. در واقع، سلامت روانی چیزی بیش از عدم وجود بیماری روحی است؛ بدین معنا که صرفاً به لحاظ نداشتن بیماری روحی نمی‌توان سلامت روانی را در فرد صد در صد تأیید کرد (خلعتبری و همکاران، ۱۳۹۰). سلامت روانی، مفهومی است که چگونگی تفکر، احساس و عملکرد ما را در مواجهه با موقعیت استرس‌زا نشان می‌دهد، به عبارت دیگر، به میزان برخورداری از سلامت روانی، عملکرد افراد در کنترل استرس، برقراری ارتباط با دیگران، ارزیابی و انتخاب راهبردهای مقابله متفاوت است (جوهانسن و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹). بر اساس نظر روانشناسان، یکی از عواملی که باعث ارتقای سلامت روان افراد می‌شود و نقش پیش‌بینی‌کننده‌ای در این زمینه دارد، هوش هیجانی می‌باشد (قادری، شمسی<sup>۴</sup>، ۱۳۹۴). هوش هیجانی امروزه از جایگاهی رفیع، مطمئن و غیر قابل انکاری در عرصه ورزش برخوردار است و دیدگاه جدیدی را درباره پیش‌بینی عوامل مؤثر بر موفقیت فراهم می‌کند. از این رو، هوش هیجانی بزرگترین عامل برای پیش‌بینی عملکرد فرد در محیط کار و قوی‌ترین نیرو برای رهبری و موفقیت است و بهترین امتیاز هوش هیجانی این است که به عنوان یک مهارت بسیار انعطاف‌پذیر، افراد می‌توانند با تمرین، آن را بهبود بخشند (صبحی قراملکی<sup>۵</sup>، ۱۳۹۱). هوش هیجانی نوعی استعداد عاطفی است که تعیین می‌کند از مهارت‌های خود چگونه به بهترین نحو ممکن استفاده کرد- حتی کمک می‌کند فکر در مسیری درست به کارگرفته شود (لی، هاوانگ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶). هوش هیجانی بیانگر آن است که در روابط اجتماعی و در بده‌بستان‌های روانی و عاطفی در شرایط خاص چه عملی مناسب و چه عملی نامناسب است (پون مالی و الکس، نگپال<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸). یعنی اینکه فرد در شرایط مختلف بتواند امید را در خود زنده نگه دارد، با

<sup>۱</sup> - Cho, Haslam

<sup>۲</sup> - Kaplan, sadock

<sup>۳</sup> - Johnson et al

<sup>۴</sup> - Lee, Hwang

<sup>۵</sup> - Poonamallee ,Alex ,Nagpal , Musial.

دیگران همدلی نماید، احساسات دیگران را بشنود، برای به دست آوردن پاداش بزرگ‌تر، پاداش‌های کوچک را نادیده انگارد، در برابر مشکلات پایداری نماید و در همه حال انگیزه خود را حفظ نماید (ولکان و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). از نظر مایر و سالوی<sup>۲</sup> (۱۹۹۷)، هوش هیجانی با ابعاد چهارگانه خود (شناسایی عواطف در خود و دیگران، کاربرد عواطف، توانایی درک و فهم عواطف دیگران و مدیریت عواطف) تنها یک ویژگی مثبت نیست؛ بلکه مجموعه‌ای از توانایی‌های استدلالی و هیجانی متمایز است (مایر و سالوی، ۱۹۹۷). به زعم دیگینز<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) هوش هیجانی به افراد، در زمینه آگاهی بیشتر از روش‌های بین فردی، شناسایی و مدیریت تأثیر عواطف بر تفکر و رفتار، توسعه توانایی تشخیص تحرکات اجتماعی در محیط کار و درک چگونگی مدیریت روابط و بهبود آن‌ها کمک می‌نماید. گاهی هیجان‌ات نابجا منجر به شناخت و دانش غلط می‌شود. در نتیجه سازگاری، زندگی اجتماعی، تحصیلی، شغلی و خانوادگی افراد را در معرض خطر قرار می‌دهد (ناوی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱). هر چند که در اثر مطالعات مختلف روشن شده است که موفقیت و کامیابی افراد در زندگی تنها هوش شناختی نیست، چرا که بسیاری از افراد، در زندگی با هوش شناختی بالا توانسته‌اند به روابط اجتماعی بالا دست پیدا کنند، در حالی که افراد با هوش شناختی پایین‌تر هم به موفقیت و مهارت‌های اجتماعی لازم دست یافته‌اند (ژو و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۰۳). سازگاری، تمایل ارگانیزم برای تغییر فعالیت خود در راستای انطباق با محیط است که در واقع پاسخی به تغییرات محیط پیرامون می‌باشد. این ویژگی تعامل و سازگاری فرد با دیگر افراد و ساختارهای ارزشی در واقع مهارت اجتماعی است که تعامل پیوندها و مناسبات او را با دیگران و جنبه‌های ارزشی جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند را تأمین می‌کند. با توجه به این تعریف باید تمایزی بین سازگاری فیزیولوژیکی و سازگاری اجتماعی قائل شد، زیرا اگر ارضای نیازهای فیزیولوژیک زندگی برای موجود غیرممکن شود، بقای موجود زنده به خطر می‌افتد. ولی سازگاری اجتماعی برعکس نیازهای فیزیولوژیک در صورت برآورده نشدن آسیبی به بقای موجود زنده از نظر زیستی نمی‌رساند، اما رفتارهای او را غیرانطباقی می‌کند (پارسا مهر، ۱۳۹۵). سازگاری اجتماعی یکی از ابعاد شناخت اجتماعی می‌باشد. در روانشناسی، سازگاری فرایندی کم و بیش آگاهانه است که بر پایه آن موجودی با محیط اجتماعی و طبیعی یا فرهنگی انطباق می‌یابد. این انطباق مستلزم آن است که تغییراتی در رفتار شخص پدید آید تا به توافق و ایجاد روابطی هماهنگ با آن محیط نایل شود. بنابراین سازگاری اجتماعی

۱ - Volkan Genc. Gulertekin Genc

۲ - Mayer, & Salovey,

۳ - Diggins

۴ - Nawi

۵ - Zhou et al

عبارت است از: مکانیزم هایی که توسط آن، یک فرد توانایی تعلق به یک گروه را پیدا می کند. بنابراین لازمه سازگاری اجتماعی، بروز تغییراتی در فرد و لازمه آن یکپارچگی و مکانیسم هایی است که توسط آن-ها، گروه یک عضو جدید را می پذیرد (رجبی، ۱۳۹۰). توماس<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) معتقد است که سازگاری اجتماعی در محیط ورزشی خیلی متفاوت از سایر محیط های اجتماعی نیست. براساس نظریه سازگاری اجتماعی عمومی، افراد در هنگام تعاملات اجتماع، بسته به شرایط و همکاری، تفاهم، رقابت، گریز یا موقعیتی که در آن قرار می گیرند، یک یا مجموعه ای از پنج سازوکار را در پیش می گیرند. سازگاری اجتماعی بر این ضرورت متکی است که نیازها و خواسته های افراد با منابع و خواسته های گروهی که در آن زندگی می کنند، هماهنگ و متعادل شود و تا حد امکان از برخورد و اصطکاک مستقیم و شدید با منابع و ضوابط گروهی جلوگیری به عمل آید (یانگر و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). با توجه به این نظر، پیازه که هوش را توانایی سازگاری و انطباق با محیط می داند و وکسلر آن را مجموعه شایستگی های فرد در تفکر عاقلانه، رفتار منطقی و سودمند و اقدام مؤثر در سازش با محیط می داند، یکی از عوامل مؤثر در سازگاری اجتماعی، هوش است؛ اما چون در اینجا منظور از سازگاری اجتماعی، سازگاری در جمع است، بنابراین، هوش هیجانی به عنوان عامل مهمی در قدرت سازگاری و پذیرش اجتماعی می تواند نقش ایفا کند.

اهمیت و ضرورت توجه به این مسئله در این است که توانایی شخص برای سازگاری و چالش در زندگی و عملکرد منسجم به قابلیت های هیجانی و منطقی بستگی دارد. توانش های هیجانی نه تنها برای تجربه های اجتماعی، بلکه برای تجربه های فردی نیز کارآیی دارند. در واقع، برخی از محققان اذعان می کنند که خودآگاهی و زندگی درونی فرد به گونه چشمگیری توسط تجربه های هیجانی مشخص می شود (یارمحمدیان، شرفی راد، ۱۳۹۰). اینگلبگ<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) در پژوهشی با عنوان «هوش هیجانی، عاطفه و سازگاری اجتماعی» نشان داد که بین سازگاری اجتماعی موفقیت آمیز و هیجانها ارتباط مستقیمی وجود دارد. مطالعات پانمال و همکاران (۲۰۱۸) حاکی از این بوده که دانشجویان موفق و سازگار از لحاظ هوش هیجانی در قیاس با دانشجویان ناموفق و ناسازگار به شکل معنادارتری برترند. میزان سازگاری افرادی که به سئوالات هوش هیجانی پاسخهای مثبت با درجه بالا داده بودند، بیشتر از دیگر پاسخگویان گزارش شده است. همچنین ادیمو، ترای، لامبرت<sup>۴</sup> (۲۰۱۷) در مطالعه ای در دانشگاه های نیجریه بیان کردند که وجود میزان بالایی از

---

۱ Tomas

۲ - Üngür.

۳ - Ingelberg,

۴ - Adeyemo, Terry, Lambert

هوش هیجانی در گروه های سنی مختلف میزان متفاوتی از سازگاری را به بار خواهد آورد و به عبارتی تفاوت معناداری بین سازگاری افراد با هوش هیجانی یکسان در گروه های سنی مختلف به چشم می خورد. پارسامهر و حدت (۱۳۹۵) پژوهشی با هدف سنجش رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان با روش پیمایشی انجام دادند. نتایج آزمون پیرسون رابطه بین متغیر هوش هیجانی و تمام متغیرهای هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی را تأیید کرده و تحلیل رگرسیون گام به گام نیز تا چهار گام پیش رفته است. متغیرهای تأثیرگذار مجموعاً ۳۵ درصد از واریانس سازگاری اجتماعی دانشجویان را تبیین نمودند. با توجه به نظریات بار - آن، دیدگاه پدیدارشناسی و نظریات راجرز، رابطه مستقیم بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان دیده شد و مشخص گردید تقویت هوش هیجانی در مقاطع مختلف، باعث سازگاری بیشتر با محیط و اطرافیان می شود. یارمحمدیان و شرفی راد (۱۳۹۰) در مطالعه ای با عنوان «تحلیل رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی در نوجوانان» نشان دادند که بین عوامل هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان گروه سنی ۱۰-۱۲ سال و گروه سنی ۱۳-۱۵ سال رابطه معناداری وجود دارد، اما این رابطه در گروه سنی ۱۶-۱۸ سال معنادار نبود. نتایج همچنین نشان داد که بین هوش هیجانی کلی و سازگاری اجتماعی رابطه معنادار است. نتایج تحلیل واریانس نشان داد که بین میانگین نمره های سازگاری اجتماعی و میانگین نمره های هوش هیجانی در سه گروه تفاوت معناداری وجود ندارد. بنابراین، می توان نتیجه گرفت که تربیت و تقویت هوش هیجانی می تواند در تربیت مهارت های اجتماعی و سازگاری اجتماعی نوجوانان مؤثر واقع شود. زهری انبوهی، موسویان، محتشمی، نصیری (۱۳۹۰) مطالعه ای با هدف تعیین ارتباط هوش هیجانی با ابعاد سلامت در دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی انجام دادند. هوش هیجانی رابطه معکوس معنادار با هریک از حیطه های سلامت روانی داشت؛ بدین معنا که افرادی که از هوش هیجانی بالاتری بهره مند بودند، به میزان کمتری دچار اختلالات اضطراب، عملکرد اجتماعی، افسردگی و وجود نشانه های جسمانی بوده اند. بخشی سورشجانی (۱۳۸۷) به بررسی رابطه بین هوش هیجانی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی و مقایسه متغیرهای اخیر به تفکیک جنسیت در دانشجویان پرداخت. یافته های پژوهش نشان داد که بین متغیر هوش هیجانی و تمامی مولفه های آن با متغیرهای عملکرد تحصیلی و سلامت روانی کل دانشجویان همبستگی معنادار و مثبت وجود دارد. در مورد متغیر هوش هیجانی و مولفه های آن - جز مولفه های خوشبختی، خودشکوفایی و روابط بین فردی - و همچنین عملکرد تحصیلی بین دو جنس تفاوت معنادار وجود داشت و میانگین نمره کلی هوش هیجانی دانشجویان دختر بیش از دانشجویان پسر بود. یافته ها نشان داد که هوش هیجانی، سلامت روانی و عملکرد

تحصیلی دانشجویان را به طور معنادار و مثبت پیش بینی می کند. حسن طهرانی و همکاران (۱۳۹۱) به تعیین ارتباط هوش هیجانی، سلامت روان و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان پرستاری پرداختند. نتایج نشان داد میانگین هوش هیجانی دانشجویان و میانگین سلامت روان آنها بالا بود. همچنین ارتباط معنادار- آماری بین هوش هیجانی، سلامت روان و پیشرفت تحصیلی وجود داشت. سایر یافته ها نشان داد ارتباط معنادار آماری بین بعضی اطلاعات دموگرافیک با هوش هیجانی (ترم تحصیلی)، سلامت روان (محل سکونت) و پیشرفت تحصیلی وجود دارد. حدادی کوهسار و همکاران (۱۳۸۶) به بررسی مقایسه ای رابطه هوش هیجانی با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان شاهد و غیرشاهد پرداختند. نتایج بیانگر عدم همبستگی بین هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی، همبستگی معنادار با سلامت روان و همبستگی معنادار بین سلامت روان و پیشرفت تحصیلی است. از سوی دیگر، مقایسه میانگین های دو گروه شاهد و غیرشاهد نشان دهنده تفاوت معنادار در هوش هیجانی کل و عدم تفاوت معنادار در دو جنس، عدم تفاوت معنادار دو گروه شاهد و غیرشاهد در سلامت روان کل و تفاوت معنادار در دو جنس است. اویسی (۱۳۹۶) در پژوهش خود نشان داد که میانگین نمره های سازگاری اجتماعی دختران بیشتر از پسران است و میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر بیشتر از پسر است و از میان مولفه های هوش هیجانی، مولفه مدیریت بیشترین مقدار پیش بینی کنندگی را دارا بوده است. در پژوهش پارسامهرو همکاران (۱۳۹۵) با توجه به نظریات بار آ، دیدگاه پدیدارشناسی و نظریات راجرز، رابطه مستقیم بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان دیده شد و مشخص گردید تقویت هوش هیجانی در مقاطع مختلف، باعث سازگاری بیشتر با محیط و اطرافیان می شود. پیرهادی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که بین هوش هیجانی و سازگاری فردی و اجتماعی ارتباط معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش دادگر (۱۳۹۵) نیز بیانگر این بود که بین سازگاری اجتماعی و هوش هیجانی سازگاری اجتماعی باهوش معنوی و همچنین بین هوش هیجانی و هوش معنوی در بین دانش ارتباط وجود دارد. اویسی (۱۳۹۶) در تحلیل نتایج پژوهش خود نشان داد که رابطه معناداری بین هوش هیجانی و مولفه های آن با سازگاری اجتماعی وجود دارد. بنابراین از میان عوامل دخیل در کسب موفقیت حرفه ای، توجه به هوش هیجانی، سلامت روان و سازگاری اجتماعی و بررسی آن در ورزشکاران ضرورتی اساسی دارد. با وجود اهمیت ارزیابی روانشناختی و ویژگی های فردی خاصی که در موفقیت قهرمانان مؤثر است، در کشور ما کمتر به آن توجه شده است و اغلب، افراد بر اساس قضاوت های ذهنی و فردی، برای شرکت در رقابت های مختلف ورزشی گزینش می شوند، در حالی که موضوعی با این اهمیت، مستلزم شناخت علمی، عینی و دقیقتری است. باتوجه به نتایج ضد و نقیض، ضعف برخی

تحقیقات، ابهامات موجود در میان مربیان و علاقمندی محققان، لازم است خلق و خوی هیجانی ورزشکاران در جهت سازگاری اجتماعی توسط مربیان مورد توجه و آموزش قرار گیرد. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه می باشد. بنابراین برای رسیدن به این هدف فرضیه های زیر مطرح گردید:

- بین هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه رابطه معنادار وجود دارد.
- بین سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه رابطه معنادار وجود دارد.

### **روش شناسی پژوهش**

روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی و به لحاظ هدف کاربردی بود که به صورت میدانی به مرحله اجرا درآمد. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه به تعداد ۱۵۰ نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۶۰ نفر از ورزشکاران رشته های انفرادی و ۹۰ نفر ورزشکار رشته های گروهی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. به منظور گردآوری داده از سه نوع پرسشنامه استفاده شد:

#### **الف: پرسشنامه هوش هیجانی**

یک پرسشنامه ۲۵ سوالی که توسط ویزینگر (۱۹۹۸) طراحی شده است و پنج بعد خودکنترلی (۵ سوال)، خودآگاهی (۵ سوال)، انگیزش (۵ سوال)، مهارتهای اجتماعی (۵ سوال) و همدلی (۵ سوال) را می سنجد. نمره هوش هیجانی افراد بین ۲۵ تا ۱۲۵ خواهد بود که بر این اساس، نمره کمتر از ۵۰ به منزله هوش هیجانی پایین، نمره بین ۵۰ تا ۱۰۰ متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۰ نشان دهنده هوش هیجانی بالای افراد است. همچنین برای سنجش هر یک از ابعاد پنج گانه هوش هیجانی، ۵ سؤال پیش بینی شده که در مجموع نمرات این سؤالات وضعیت افراد را می سنجد. در پژوهش یزدانی و همکاران (۱۳۸۹) پایایی آن ۰/۹۷ و در پژوهش ساحقی (۲۰۱۵) ۰/۸۹ به دست آمد. در این پژوهش میزان پایایی آن از طریق آزمون آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

#### **ب: پرسشنامه سلامت عمومی**



این پرسشنامه توسط گلدیبرک و هیلر در سال (۱۹۷۹) ساخته شد و با ۲۸ سوال پنج خرده مقیاس سلامت روانی (علائم جسمانی، اضطراب، افسردگی و اختلال در عملکرد و واکنش اجتماعی) را مورد سنجش قرار می دهد. این پرسشنامه در سال ۱۳۷۶ توسط هومن در دانشگاه تربیت معلم تهران مورد بررسی قرار گرفت. ضریب همسانی درونی مربوط به نمرات خام و نمرات استاندارد شده این مقیاس بر مبنای فرمول کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۸۴ و ۰/۸۳ به دست آمد ( هومن، ۱۳۷۶) و در این پژوهش برابر با ۰/۸۰ می باشد.

### ج: پرسشنامه سازگاری اجتماعی

برای سنجش سازگاری اجتماعی دانشجویان از پرسشنامه ۲۵ سوالی کراون و مارلو (۲۰۰۰) استفاده شد. مقیاس های مورد نظر در سازگاری اجتماعی عبارت اند از: سازگاری با اعضای خانواده، سازگاری با همسالان و دوستان، سازگاری با جنس مخالف و سازگاری شغلی. که هر سوال سازگاری آزمودنی را در زمینه های یاد شده می سنجد. در تهیه سوالات این پرسشنامه، از پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا، تست سازگاری بل و نیز مقیاس اندازه گیری وایلند به طور غیر مستقیم اقتباس شده است. میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ می باشد. در پژوهش حاضر جهت تجزیه و تحلیل یافته ها، از آمار توصیفی (جداول، میانگین و انحراف استاندارد) و در سطح آمار استنباطی از آزمون های همچون آزمون کولموگراف اسمیرنوف بری تعیین نوع توزیع داده ها ( نرمال یا غیر نرمال)، آزمون همبستگی پیرسون برای تعیین رابطه بین متغیرها، آزمون رگرسیون و نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ استفاده شد.

### یافته های پژوهش

بر اساس شاخص های آمار توصیفی، ۶۰ درصد ورزشکاران را دانشجویان مرد و ۴۰ درصد را ورزشکاران زن تشکیل می دادند. در جدول ۱ سایر ویژگی های جمعیت شناختی قابل مشاهده می باشد.

جدول ۱: ویژگی های جمعیت شناختی نمونه های آماری

متغیر		فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	مرد	۹۰	۰/۶۰
	زن	۶۰	۰/۴۰
	جمع	۱۵۰	۱۰۰
تأهل	مجرد	۱۲۱	۰/۸۰
	متأهل	۲۹	۰/۲۰

۱۰۰	۱۵۰	جمع	
۰/۵۰	۷۵	کارشناسی	مقطع تحصیلی
۰/۳۱	۴۷	ارشد	
۰/۱۹	۲۸	دکتری	
۱۰۰	۱۵۰	جمع	
۰/۵۸	۸۷	۳۰ - ۲۰	سن
۲۹/۳	۴۴	۴۰-۳۱	
۱۲/۷	۱۹	۵۰ - ۴۱	
۱۰۰	۱۵۰	جمع	

به منظور بررسی ارتباط بین هوش هیجانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید که نتایج حاصل در جدول ۲ قابل مشاهده می باشد.

جدول ۲: ضریب همبستگی بین هوش هیجانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار

سازگاری اجتماعی			متغیر مستقل
سطح معنی داری	ضریب همبستگی	تعداد	
۰/۰۰۱	۰/۳۱۶	۱۵۰	خود کنترلی
۰/۰۰۰	۰/۳۲۰	۱۵۰	خودآگاهی
۰/۰۰۳	۰/۲۷۸	۱۵۰	انگیزش
۰/۰۰۲	۰/۳۴۹	۱۵۰	مهارت های اجتماعی
۰/۰۰۰	۰/۴۴۴	۱۵۰	همدلی
۰/۰۰۱	۰/۳۹۸	۱۵۰	هوش هیجانی

همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می شود بین هوش هیجانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی ارتباط مثبت و معناداری در سطح  $(p \geq 0/05)$  وجود دارد و در این میان بعد همدلی با ضریب ۰/۴۴۴ بیشترین میزان همبستگی را با سازگاری اجتماعی دارد.

جدول ۳: ضریب همبستگی بین سلامت روانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار

سازگاری اجتماعی			متغیر مستقل
SIG	R	N	
۰/۰۰۲	۰/۲۹۹	۱۵۰	علائم جسمانی
۰/۰۰۰	۰/۲۴۵	۱۵۰	اضطراب
۰/۰۰۰	-۰/۲۴۸	۱۵۰	افسردگی
۰/۰۰۱	-۰/۴۳۲	۱۵۰	اختلال عملکرد اجتماعی
۰/۰۰۲	-۰/۳۸۷	۱۵۰	سلامت روانی

با توجه به یافته های جدول ۳ مشخص می گردد که بین سلامت روانی و ابعاد آن با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه ارتباط معنادار و معکوسی در سطح  $(p \geq 0/05)$  وجود دارد. در این میان، بعد اختلال در عملکرد اجتماعی با ضریب  $0/4327$  بیشترین میزان همبستگی را با سازگاری اجتماعی دارد.

همچنین در این پژوهش به منظور پیش بینی سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار از طریق هوش هیجانی و سلامت روانی از ضریب رگرسیون استفاده گردید که نتایج حاصل در جدول ۴ قابل مشاهده است:

جدول ۴: خلاصه الگوی رگرسیون

خطای استاندارد برآورد	R <sup>2</sup>	R	شاخص
۰/۳۹۸	۰/۳۲۷	۰/۵۱۹	مقدار

با توجه به جدول ۴ مشخص می شود که ضریب رگرسیون چندگانه بین هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار معادل  $(R^2 = 0/327)$  می باشد. این مقدار نشان دهنده این واقعیت است که هوش هیجانی و سلامت روانی توانسته اند حدود  $0/327$  درصد از واریانس تغییرات سازگاری اجتماعی را پیش بینی کنند. جهت بررسی معناداری این مقدار به جدول ۵ مراجعه می شود.

جدول ۵: رگرسیون چند متغیره

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	sig
اثر رگرسیونی	۱۴۱/۲۹۳	۲	۵۴/۷۱۰	۵۹/۵۶	۰,۰۰۱
باقیمانده	۹۸/۵۲۳	۸۴	۸۰/۴۹۶	—	—

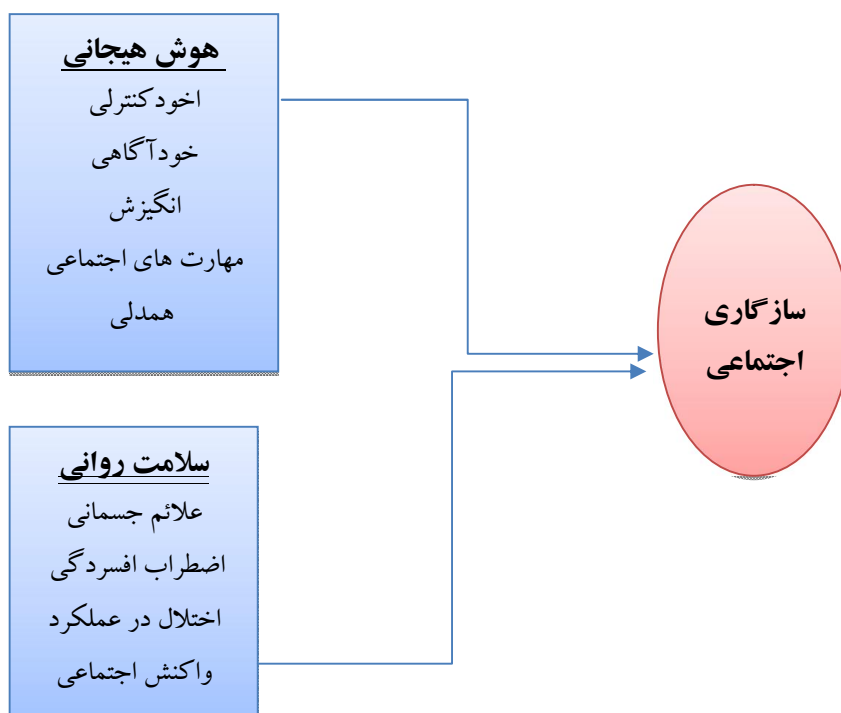
-	-	-	۸۶	۲۳۹/۸۱۶	جمع کل
---	---	---	----	---------	--------

بر اساس جدول ۵ برای تعیین تاثیر متغیر های هوش هیجانی و سلامت روان به عنوان متغیر پیش بین و سازگاری اجتماعی به عنوان متغیر ملاک، آنها در معادله رگرسیون تحلیل شدند. طبق جدول بالا مدل معنی دار به دست آمد ( $F= ۵۹/۵۶, p < ۰/۰۰۱$ ).

جدول ۶: آماره های متغیر وارده در مدل برازش رگرسیون هوش هیجانی و سلامت روانی

نام متغیر	B	ضرایب غیر استاندارد	ضریب استاندارد	T	سطح معنی داری
عرض از مبدا	۴۸/۶۹	۵/۴۳۰	-	۱۲/۸۱	۰,۰۰۱
هوش هیجانی	۰/۷۷۵	۰/۳۱۹	۰/۵۰۱	۳/۱۶۹	۰/۰۰۱
سلامت روانی	۰/۶۴۱	۰/۵۷۵	۰/۳۴۰	۲/۲۷۵	۰/۰۰۲

همانطور که در جدول ۵ ملاحظه می شود، با توجه به مقدار  $F = ۸۴/۵۶$  و سطح معناداری ( $p \leq ۰/۰۰۵$ ) می توان گفت مدل تبیینی بر اساس نتایج تحلیل واریانس معنادار است و به وسیله متغیرهای هوش هیجانی و سلامت روانی، سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار پیش بینی می شود. با توجه به مقدار  $B = ۰/۵۰۱$  می توان گفت بین این دو متغیر، بعد هوش هیجانی بیشترین تاثیر را در پیش بینی میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه دارد.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

## بحث و نتیجه گیری

هدف از مطالعه حاضر، بررسی ارتباط هوش هیجانی و سلامت روانی با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه بود. نتایج فرضیه اول پژوهش نشان داد که بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد. لذا فرضیه تایید شد؛ یعنی هر چقدر میزان هوش هیجانی آنان بالاتر باشد، میزان سازگاری آنان بیشتر می‌شود. نتایج پژوهش حاضر با نتایج یارمحمدیان، شرفی راد (۱۳۹۰)، سخندان (۱۳۸۷)، نادری (۱۳۸۸)، پارسامهر، حدت (۱۳۹۵) و زهری و همکاران (۱۳۹۰) همسو می‌باشد. همچنین نتایج این تحقیق با یافته‌های تحقیق ادیمو، ترای، لامبرت (۲۰۱۷)، پنکراتوا (۲۰۱۰)، استرلا و جوزفینا (۲۰۰۹)، اینگلبِرگ (۲۰۰۴)، کانگلسی و پیترسون (۱۹۹۸)، فورگاس (۲۰۰۰)، ایوت و همکاران (۲۰۰۱)، کاپلس (۲۰۰۵) و سیورز (۲۰۰۸) همسوست. بدین ترتیب، تحلیل آماری داده‌ها نیز نشان داد که هوش هیجانی و چند مؤلفه آن، توان پیش بینی سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار را دارد؛ یعنی با افزایش هوش هیجانی، کارکرد اجتماعی افراد بهبود یافته، زمینه پذیرش اجتماعی و سازگاری اجتماعی فراهم می‌شود و به طور متقابل، با کاهش هوش هیجانی، میزان ارتباط و پذیرش اجتماعی کاهش می‌یابد و در نتیجه، مشکلات سازگاری اجتماعی بیشتر می‌شود. در تبیین نتایج حاصل می‌توان گفت که هوش هیجانی به عنوان یک وسیله خودکنترلی در موقعیت‌های هیجانی با افراد دیگر است که به رفتار و واکنش مناسب فرد کمک می‌کند- بر خلاف هوش اجتماعی که فقط مسئول سازگاری اجتماعی است. ورزشکارانی که هوش هیجانی بالایی دارند، سبک زندگی خود را به گونه‌ای ترتیب می‌دهند که پیامد کمتری را تجربه کنند و در ایجاد و حفظ روابط کیفی بالا مهارت دارند و بهتر می‌توانند خود را با شرایط متغیر سازگار کنند. از سوی دیگر، افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند در مواجهه با شرایط استرس زا، سازگاری و انطباق کمتری دارند و در نتیجه، بیشتر با افسردگی، ناامیدی و دیگر پیامدهای منفی در زندگی شخصی و ورزشی مبتلا می‌شوند (پارسا مهر، حدت، ۱۳۹۵). لذا می‌توان گفت که ظرفیت هیجانی بالا به فرد این امکان را می‌دهد تا در برخورد با دیگران، از خلق و خوی مثبت و سطح تحمل مورد نیاز استفاده کند تا بتواند با آنها به بهترین واکنش و رفتار دست بزند و به سازگاری مطلوبی دست یابد، زیرا می‌داند که افراد از ظرفیت‌های هیجانی متفاوتی برخوردارند و تمایلات و خواسته‌های گوناگونی دارند که ممکن است با تمایلات و خواسته‌های فرد بسیار متفاوت باشد. همچنین، هوش هیجانی با به‌کارگیری مهارت‌های اجتماعی می‌تواند به سازگاری اجتماعی فرد کمک کند و در این

رابطه از رفتارهایی نظیر همکاری، مسؤلیت‌پذیری، همدلی، خویش‌ن‌داری و خوداتکایی استفاده کند (تاکسیک، ۲۰۰۹). در کل، افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند، در مواجهه با استرس‌های زندگی و سازگاری، انطباق ضعیف‌تری خواهند داشت و در نتیجه، بیشتر به افسردگی و ناامیدی و دیگر پیامدهای منفی زندگی مبتلا می‌شوند. بر عکس، افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، سبک زندگی خود را به گونه‌ای ترتیب می‌دهند که پیامدهای منفی کمتری را تجربه می‌کنند (کانگلسی و پیترسون، ۱۹۹۸). از این رو، آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی به منظور افزایش ظرفیت روبرو شدن با مشکلات و سازگاری مؤثر با دیگران برای دانشجویان و بخصوص برای ورزشکاران به منظور عملکرد موفق در عرصه رقابت بسیار ضروری به نظر می‌رسد. بکارگیری برنامه‌های آموزشی هوش هیجانی و مهارت‌های اجتماعی رویکردی مؤثر برای کاهش مشکلات رفتاری، پریشانی و رفتاری می‌تواند مفید واقع شود و فرصت مناسبی برای افزایش سازگاری اجتماعی فراهم کند. لذا با توجه به روابط مثبت هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی، تربیت مولفه‌های هوش هیجانی به منظور افزایش ظرفیت روبرو شدن با مشکلات و سازگاری مؤثر با دیگران برای ورزشکاران امری کلیدی به نظر می‌رسد.

همچنین در تأیید فرضیه دوم پژوهش که بین سلامت روانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد، می‌توان چنین استنباط نمود که سلامت روانی و ابعاد آن دارای ارتباط معنادار و معکوس با سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار است. در تبیین نتایج حاصل می‌توان گفت ورزشکاری که دارای سلامت روان می‌باشد، نسبت به نیازهای دیگران حساس است و در جهت ارضای خواسته‌ها و ایجاد آسایش آنان می‌کوشد. همچنان که کلونینگر<sup>۱</sup> (۲۰۱۱)، در پژوهش خود بیان می‌دارد سلامت روانی داشتن سازگاری کافی و احساس خوب بودن (از دیدگاه روانشناختی) متناسب با معیارهای قابل قبول روابط انسانی و جامعه می‌باشد. محمود فخره و همکاران (۱۳۹۳) در بررسی رابطه بین سلامت روانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان رشته روانشناسی دانشگاه پیام نور مهاباد، به این نتایج دست یافتند که بین سلامت روانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد؛ یعنی هر چه سلامت روانی افراد بیشتر باشد، سازگاری اجتماعی وی بیشتر خواهد بود. بنابراین ورزشکارانی که از سلامت روانی بالایی برخوردار هستند در مقابل فشارهای مسابقات که اغلب اجتناب‌ناپذیرند، تحمل بیشتری دارند و لزومی به استفاده از روش‌های غیر منطقی جهت کنترل هیجان‌ها و رفتارهای خود نمی‌بینند. بنابراین سلامت روانی بالا، ورزشکار را در شرایط سخت پیش می‌برد و او را یاری می‌دهد تا وقایع تهدید آمیز را با موفقیت

---

۱ - Cloninger

بیشتری پشت سر بگذارد. این ورزشکاران با جستجو در محیط اطراف خود به دنبال یافتن منابعی برای کمک به کاهش استرس در میدان رقابت هستند و با تکیه بر انعطاف پذیری موجود در این نظام باور شخصیتی موجب کاهش احساس ترس های درونی در موقعیت های جدید می شوند. لذا ورزشکارانی که از سلامت روانی مطلوبی برخوردار هستند، حوادث زندگی شخصی و ورزشی خود را کمتر استرس زا می دانند و با این حوادث بهتر سازگار می شوند.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که هوش هیجانی و سلامت روانی توانسته اند حدود ۰/۳۲۷ درصد از واریانس تغییرات سازگاری اجتماعی را پیش بینی کنند و بین این دو متغیر، بعد هوش هیجانی بیشترین تاثیر را در پیش بینی میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه دارد. در این راستا مطالعات پانسر و همکاران (۲۰۱۶) حاکی از این بوده که دانشجویان موفق و سازگار از لحاظ هوش هیجانی در قیاس با دانشجویان ناموفق و ناسازگار به شکل معنادارتری برترند. میزان سازگاری افرادی که به سئوالات هوش هیجانی پاسخ می دهند، بیشتر از دیگر پاسخگویان گزارش شده، اما در این میان تفاوتی بین میزان سازگاری و هوش هیجانی در بین افراد مجرد یا متأهل یافت نشده است. همچنین ادیمو (۲۰۱۷) در مطالعه ای در دانشگاه های نیجریه بیان کرد وجود میزان بالایی از هوش هیجانی در گروه های سنی مختلف میزان متفاوتی از سازگاری را به بار خواهد آورد و به عبارتی تفاوت معناداری بین سازگاری افراد با هوش هیجانی یکسان در گروه های سنی مختلف به چشم می خورد. همچنین، پژوهش های انجام شده در زمینه رابطه ی هوش هیجانی با مؤلفه های سلامت روانی نشان داده اند که این سازه با سلامت روانی (بشارت، رضازاده، فیروزی و حبیبی، ۱۳۸۴؛ لین و شوارتز، ۱۹۸۷)، شناسایی محتوای هیجان ها و توان همدلی با دیگران (مایر و دیپائولو و سالوی، ۱۹۹۰؛ مایر و سالوی، ۱۹۹۳)، خود-هشیاری (قربانی، بینگ، واتسون، دیویسن و مک، ۲۰۰۲)، سازش اجتماعی و هیجانی (سالوی و مایر و کاروسو، ۲۰۰۲)، بهزیستی هیجانی (مایر و گهر، ۱۹۹۶) و رضایت از زندگی (پالمر، دونالدسون و استاف، ۲۰۰۲) همبستگی مثبت دارند. بر اساس یافته های پژوهش آنگر، کاراگزگی (۲۰۱۳) درباره هوش هیجانی و عملکرد اجتماعی در افراد شیذوفرن، این افراد در هوش هیجانی و دو مؤلفه آن (توانایی دریافت هیجان ها و توانایی مدیریت این هیجان ها) بسیار آسیب پذیرند. همچنین، این افراد در سه جنبه عملکرد اجتماعی (ارتباط با همسالان، روابط خانوادگی و کارکردهای تحصیلی) آسیب پذیرند که این یافته خود نشان دهنده میزان رابطه این دو سازه با همدیگر است. یافته های این پژوهش نشان داد که از میان مؤلفه های هوش هیجانی، دو عامل خوش بینی و کنترل و تنظیم هیجان ها بیشتر با سازگاری اجتماعی در ارتباط هستند. در حقیقت، بدبینی

و ناتوانی در مدیریت هیجان‌های خود و بدخلقی بیشتر به روابط اجتماعی و سازگاری نوجوانان با دیگران لطمه می‌زند. نتایج پژوهش استرلا و جوزفینا (۲۰۰۹) پیرامون رابطه بین توانمندی‌های هوش هیجانی و رفتارهای نامربوط نشان داد که رابطه معناداری بین این دو متغیر وجود دارد. همچنین، بین مدیریت استرس و روابط بین فردی بیشترین رابطه وجود داشت.

در جمع بندی کلی می‌توان گفت که سازگاری اجتماعی ورزشکاران نتیجه رشد و پرورش مهارت‌های اجتماعی و توانایی ارتباط آنان با دیگران و متأثر از خلق و خوی فرد و توان تبادل عاطفی و هیجانی سالم و خوب با دیگران است. به این ترتیب، فرد در صورت موفق شدن در برقراری ارتباط با دیگران مورد پذیرش اجتماعی قرار می‌گیرد بنابراین لازم است خلق و خوی هیجانی ورزشکاران در جهت سازگاری اجتماعی توسط مربیان مورد توجه و آموزش قرار گیرد. همچنین پژوهش حاضر، مانند دیگر پژوهش‌های علوم انسانی که مربوط به انسان می‌باشد، با محدودیت‌ها و مشکلاتی روبرو بوده که به برخی از آنها نظیر محدودیت‌های ذاتی پرسشنامه کتبی شامل برداشت‌های متفاوت از سئوالات، عدم همکاری کامل بعضی از آزمودنی‌ها با افشای بعضی از خصوصیات فردی حتی در راستای اهداف تحقیق می‌توان اشاره کرد. از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر، محدود بودن جامعه و نمونه بود که بر این اساس، در تعمیم یافته‌ها به سایر شهرها و نمونه‌ها باید احتیاط به عمل آورد.

در پایان، بر مبنای نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می‌گردد:

- با توجه به ارتباط معنی‌دار بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی، تربیت مؤلفه‌های هوش هیجانی به منظور افزایش ظرفیت روبرو شدن با مشکلات و سازگاری مؤثر در ورزشکاران در رأس آموزش قرار گیرد.
- به منظور افزایش سلامت روانی دانشجویان ورزشکار، دانشگاه‌ها به تقویت و گسترش دفاتر خدمات مشاوره و روان‌درمانی به ویژه برای دانشجویان دختر اهتمام ورزند.



## منابع

- اویسی، عاطفه. (۱۳۹۶). «نقش هوش هیجانی در ارتقای سازگاری اجتماعی دانشجویان». هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران.
- بخشی سورشجانی، لیلا. (۱۳۸۷). «رابطه هوش هیجانی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان». فصلنامه پژوهش در برنامه ریزی درسی (دانش و پژوهش در علوم تربیتی برنامه ریزی درسی). دوره ۲۲، شماره ۱۹، صص ۹۷-۱۱۶.
- بشارت، محمد علی؛ رضازاده، سید محمد رضا؛ فیروزی، منیژه و حبیبی، مجتبی. (۱۳۸۴). «بررسی تأثیر هوش هیجانی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی در مرحله انتقال از دبیرستان به دانشگاه». مجله علوم روان شناختی. ۱۳، صص ۲۶-۴۱.
- پارسامهر، مهربان و وحدت، الهه. (۱۳۹۵). «بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان». فصلنامه توسعه اجتماعی (توسعه انسانی سابق). دوره ۱۱، شماره ۲، زمستان ۹۵، صفحه ۶۵-۹۴.
- پیرهادی، زهره. (۱۳۸۵). کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در علوم تربیتی و روانشناسی و آسیب های اجتماعی ایران
- سخندان، توماچ. (۱۳۸۷). «بررسی اثربخشی آموزش گروهی مهارت های اجتماعی بر مشکلات رفتاری و عاطفی کودکان دبستانی شهرستان گنبد کاووس». پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه اصفهان.
- حدادی کوهسار، عادل؛ روشن، رسول و اصغرنژاد، فرید. (۱۳۸۶). «بررسی مقایسه ای هوش هیجانی با سلامت روان». دوره ۳۷، شماره ۱، صص ۸۶-۹۷.
- حسن طهرانی، طیبه؛ کرمی کبیر، ناهید؛ چراغی، فاطمه؛ بکائیان، مهدی و یعقوبی، یاسمن. (۱۳۹۱). «بررسی ارتباط هوش هیجانی با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان پرستاری دانشکده نیشابور». مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان. دوره ۲۰، شماره ۳، صص ۳۵-۴۵.

- خلعتبری، جواد و عزیززاده حقیقی، فرشته. (۱۳۹۰). «تأثیر آموزش های مهارت های زندگی و راهبردهای مقابله با فشار روانی بر سلامت روانی دانشجویان دختر». دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. سال دوازدهم. شماره ۲، پیاپی ۴۴، صص ۳۷-۲۹.
- رجبی، فهیمه. (۱۳۹۰). «بررسی رابطه هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان پیام نور». طرح پژوهشی دانشگاه پیام نور فارس.
- زهری انبوهی، سیما؛ موسویان، سید جواد؛ محتشمی، جمیله و نصیری، ملیحه. (۱۳۹۵). «ارتباط هوش هیجانی با سلامت روانی دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی». فصلنامه پرستاری، مامایی و پیراپزشکی. سال ۲، شماره ۲، پیاپی ۲، صص ۲۱-۹.
- صبحی قراملکی، ناصر. (۱۳۹۱). «پیش بینی انگیزه پیشرفت تحصیلی بر اساس هوش هیجانی دانش آموزان». فصلنامه روانشناسی مدرسه. دوره ۱، شماره ۳، صص ۶۲-۴۹.
- قادری، مصعب و شمسی، افضل. (۱۳۹۴). «همبستگی بین هوش هیجانی و سلامت روان در دانشجویان شهر جیرفت». فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت. شماره ۵، پیاپی (۱)، صص ۷۲-۶۲.
- محمود فخره، هیمن؛ عبدی، مراد و عنایتی، صغری. (۱۳۹۳). «بررسی رابطه بین سلامت روانی و سازگاری اجتماعی دانشجویان رشته روانشناسی دانشگاه پیام نور مهاباد». دومین کنگره روانشناسی اجتماعی ایران. تهران. ایران. صص ۱۳-۱.
- نادری، فرید. (۱۳۸۸). «بررسی تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر سازگاری اجتماعی دختران تیزهوش مقطع راهنمایی شهرکرد». پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشگاه اصفهان.
- یارمحمدیان، احمد و شرفی راد، حیدر. (۱۳۹۰). «تحلیل رابطه بین هوش هیجانی و سازگاری اجتماعی در نوجوانان». مجله جامعه شناسی کاربردی. مقاله ۳، دوره ۲۲، شماره ۴، صص ۵۰-۳۵.
- Adeyemo, D. A., Terry, D. L., & Lambert, N. J. (۲۰۱۷). **“Organizational Climate, Leadership Style and Emotional Intelligence as Predictors of Quality of Work Life among Bank Employees in Ibadan, Nigeria”**. European Scientific Journal, ۱۱(۴), ۱۱۰-۳۰.
- Aquirre, F., Sergi, M. and Levy, C. A. (۲۰۱۰). **“Emotional intelligence and social functioning in persons with schizotypy”**. Schizotypy Research, Volume ۱۰۴, Issue ۱, P. ۲۵۵-۲۶۴.
- Cangelosi, B. R. & Peterson, M. L. (۱۹۹۸). **Peer teaching assertive communication strategies for the work place.**

- Caples, R. (۲۰۰۵). **Effects of social skills training on the interpersonal behaviors of elementary school students in an after school program.** University of south Florida.
- Cherniss, C. (۲۰۰۸). **What is emotional intelligence?**
- Cho YB, Haslam N. (۲۰۱۰). **Suicidal ideation and distress among immigrant adolescents: the role of acculturation, life stress, and social support.** New School University, New York, New York, USA.
- Elliot, S. & Gersham, F. (۲۰۰۳). **“Social skills interventions for children”.** Behavior modification. N. ۱۶, P. ۲۸۷-۳۰۹.
- Estrella Esturgo-Deu, M. & Josefina, S. (۲۰۰۹). **Disruptive behavior of students in primary education and emotional intelligence.** Teaching and teacher education, Volu Forgas, J.P., & Gunawardena, A. (۲۰۰۰). Affective influences on spontaneous interpersonal behaviors. Unpublished manuscript, university of New South Wales, Sydney. Australia.me ۲۶, Issue ۴, P. ۸۳۰-۸۳۷.
- Ghorbani, N., Bing, M. N., Watson, P. J., Davison, H. K. & Mack, D. A. (۲۰۰۲). **“Self-reported emotional intelligence: construct similarity and functional dissimilarity of higher-order processing in Iran and the United States”.** International psychology, ۳۷, ۲۹۷-۳۰۸.
- Johnson, S. Batey, M. Holdsworth, L. (۲۰۰۹). **“Personality and health: The mediating role of Trait Emotional Intelligence and Work Locus of Control”.** Personality and Individual Differences ۴۷. ۴۷۰-۴۷۵.
- Ingelberg, E. (۲۰۰۴). **“Examining the effect of organization culture and leadership behaviors on organizational commitment”.** Journal of American Academy of business. ۵(۱/۲), ۴۳۲-۴۳۹.
- Kaplan, H., & sadock, B. J. (۲۰۰۸) **Synopsis of psychiatry: Bahavioural sciences, clinical psychiatry.** Ninth edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Willkins Psychiatry, ۳۴: ۶۵-۹.
- Lee, J. J., Ok, C. M., & Hwang, J. (۲۰۱۶). **“An emotional labor perspective on the relationship between customer orientation and job satisfaction”.** International Journal of Hospitality Management, ۵۴, ۱۳۹-۱۵۰.
- Kord Tamini, B. Narendra K. Chadha, Senior (۲۰۱۸). **“Emotional Intelligence and Quality of Work Life between Iranian and Indian University Employees: A Cross-Cultural Study”.** International Journal of Psychology, Vol. ۱۲, No. ۱.
- Lane, R. D. & Schwartz, G. E. (۱۹۸۷). **“Levels of emotional awareness: a cognitive-developmental theory and its application to psychopathology”.** American Journal of Psychiatry, ۱۴۴, ۱۳۳-۱۴۳.

- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). **“What is Emotional Intelligence?”**. Emotional development and Emotional intelligence, (pp.3-31).
- Mayer, J. D., Dipaolo, M. & Salovey, P. (1990). **“Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence”**. Journal of personality assessment, 55, 572-581.
- Mayer, J. D.; Salovey, P. Caruso, D. R. & Sitarnios, G. (2001). **“Emotional Intelligence as a Standard Intelligence”**. Emotion, 1, 232-242.
- Mayer, J. D.; Salovey, P. & Caruso, D. R. (2002). **“Selecting a measure of emotional intelligence”**. In Bar-on et al. (eds). *Handbook of emotional intelligence*, (PP 320-342). California, Bass Inc.
- Nawi .M. Redzuan .M. (2011). **“Emotional Intelligence, Personality and Self Esteem: A Comparison of the Characteristics among Two Categories of Subjects”**. International Journal of Humanities and Social Science, Vol. 1 No. 1.
- Palmer, B., Donaldson, C. & Stough, C. (2002). **“Emotional intelligence and life satisfaction”**. Personality and individual differences, 3, 1091-100.
- Poonamallee, L. Alex M. Nagpal, M. Musial, A. (2018) **Improving Emotional Intelligence through Personality Development: The Effect of the Smart Phone Application based Dharma Life Program on E Seever**s.
- R. & Jones- Blank, M. (2008). **“The effects of social skills training on social skill development and on student behavior”**. National forum of special educational journal, V. 19. National Emotional Intelligence Hand. Clin. Neurol. 110, 3-12.
- Taksic, V. (2009). **“Programmes for enhancing emotional and social competencies in children and adolescents”**. Suvremena Psihologija, Volume 12, Issue 2, P. 300-311.
- Thomas, S., Linda. A. (2006). **“Relation of employee and manager emotional intelligence to job satisfaction and performance”**. Journal of Vocational Behavior, Orlando: Jun06. Vol. 68, Iss. 3; p461

- Volkan Genc. V. Gulertekin Genc, S. (۲۰۱۸) **“Can hotel managers with social intelligence affect the emotions of employees”**. Genc & Gulertekin Genc, Cogent Business & Management (۲۰۱۸), ۵: ۱۴۳۲۱۵۷.
- Zhou, J. George, J. M. (۲۰۰۳). **“A waking Employee Creativity: The Role of leader emotional Intelligence”**. The Leadership quarterly, ۱۴, ۴۵, ۵۴۵-۵۶۸.
- Üngür, G. Karagözoğlu, C. (۲۰۱۳). **“The Relationship between Emotional Intelligence, Social Physique Anxiety and Life Satisfaction in Physical Education and Sports Students”**. International Journal of Humanities and Social Science, Vol. ۳ No. ۱pp۱۱۵-۱۱۹.

# **Relationship between Emotional Intelligence and Mental Health with Social Adjustment of Athlete Students of Islamic Azad University- Kermanshah Branch**

**Faranak Moosavi**

Ph.D., Assistant Professor, Educational Management Department, Faculty of Humanities, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

**Farhad Haydari**

Ph.D. Student, Educational Management Department, Faculty of Humanities, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

**Shahram Azimi**

Ph.D. in Sport Management, Sport Sciences Research Institute, Ministry of Science, Research and Technology, Tehran, Iran

*Received: 14 Mar. 2017*

*Accepted: 30 Jun. 2018*

The study is to investigate the relationship between emotional intelligence and mental health with social compatibility of students from the Islamic Azad University- Kermanshah province. The research method was descriptive - correlation. The statistical population consisted of the total number of students from the Islamic Azad University- Kermanshah branch (100 persons) with limited attention to statistical population, 90 athletes were selected as the statistical samples according to the census method. To collect data from emotional intelligence inventories (1998), Gladberk and Hillier's public health questionnaire (1999) and a social compliance questionnaire of Crown Crown and Marlow (2000) were used. To analyze the findings, descriptive statistics (standard, mean and standard deviation) and at the level of inferential statistics such as smirnov test, pearson correlation test, regression test and SPSS version 21 were used. The results showed that there is a positive and significant correlation between emotional intelligence and its dimensions with the social compatibility of students from the Islamic Azad University ( $P < 0.05$ ). There is also significant and inverse relationship between mental health and its dimensions with the social compatibility of the students ( $p < 0.05$ ). In order to predict social compatibility of athlete students through emotional intelligence

and mental health, the regression coefficient was used, which is the multiple regression coefficient between emotional and psychological intelligence with the social compatibility of the athlete students ( $r^2 = .$ ). This represents the fact that emotional intelligence and mental health have been able to predict around 33 per cent of the variance of social compliance changes. The determination of the influence of mental intelligence variables and mental health as a predictor variable and social compatibility was analyzed as a criterion variable in the regression equation ( $p < .05$ ,  $F = .$ ). According to the results of this research, participation in sports activities is an effective way to reduce anxiety and depression, and to regulate emotions and promote social harmony. Thus, emotional intelligence provides mental well-being with mental well-being, improving interpersonal relationships and social harmony, helping students to be more successful in the different contexts of life.

**Key Words:** Emotional Intelligence, Mental Health, Social Adjustment and Athlete Students