



## بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# Comparison Mental Health and Emotional Intelligence of Female Athletes and Non Athlete Students at Razi University in Kermanshah

## مقایسه سلامت روانی و هوش هیجانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه رازی

رسول نوروزی سید حسینی - حدیث مرادی - هاشم کوزه چیان

همایش ورزش و سلامت روانی  
تهران - بهمن ۱۳۸۹



انجمن علمی  
تزیینت بدنی  
89/11/7

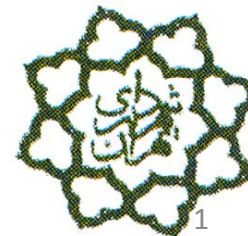


سازمان نظام روانشناسی و مشاوره  
جمهوری اسلامی ایران

همایش ورزش و سلامت روانی



آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک  
جمهوری اسلامی ایران  
N.O.P.A.I.R. IRAN



1



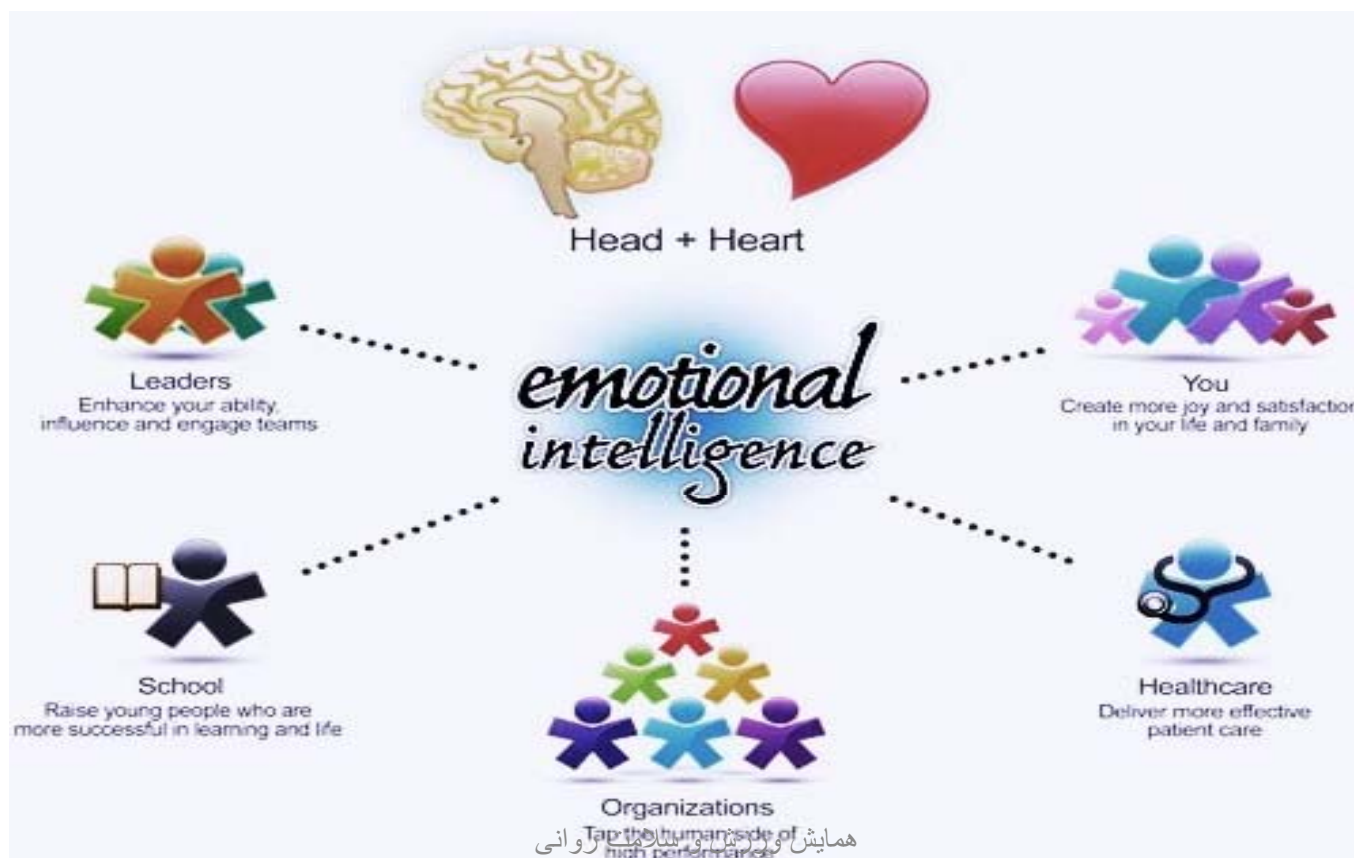
**سلامت عمومی عبارت است از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی فرد، که بین این سه جنبه تأثیر متقابل و پویا وجود دارد. بنابراین، سلامت روان به عنوان یکی از ملاک های تعیین کننده سلامت عمومی افراد در نظر گرفته می شود.**

**سلامت روانی عبارت است از احساس خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکاء به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین نسلی و خود شکوفایی توانایی های بالقوه فکری، هیجانی. (World health organization (2001).**

**سلامت روانی حالت ذهنی، همراه با سلامت هیجانی نسبتاً رها شده از نشانه های اضطراب و ناتوانی در برقراری روابط سازنده، مقابله با خواسته ها و محرک های تنش زای زندگی است ( Corsini, R.J,1999).**



## هوش هیجانی به عنوان نوعی توانایی، عبارت است از ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره کردن هیجان های خود و دیگران (Mayer, & salovery,1997)





## مروری بر پیشینه تحقیق

| ردیف | محقق                | سال  | نتیجه  |
|------|---------------------|------|--|
| ۱    | راس و هایس          | ۲۰۰۸ | بین نمرین و سلامت روانی همبستگی مثبتی وجود دارد.   |
| ۲    | براون               | ۲۰۰۲ | فعالیت بدنی موجب بهبود سلامت روانی افراد جوان و میانسال می شود   |
| ۳    | اسدی و احمدی        | ۱۳۷۹ | بین دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار در ابعاد سلامت روانی شامل «علائم جسمانی»، «اضطراب و اختلال خواب»، «کارکرد اجتماعی» و «افسردگی» تفاوت معنی داری وجود دارد.      |
| ۴    | حسن علیان           | ۱۳۸۴ | قهرمانان ورزشی به طور معناداری نسبت به ورزشکاران غیر قهرمان و غیر ورزشکاران از میزان هوش هیجانی بالاتر برخوردارند.   |
| ۵    | نابش                | ۱۳۸۵ | بین میانگین هوش هیجانی ورزشکاران و غیر ورزشکاران تفاوت معنی داری وجود دارد.  |
| ۶    | نریمانی و همکاران   | ۱۳۸۶ | بین سلامت روانی ورزشکاران گروهی و انفرادی و غیرورزشکاران تفاوت معنی داری وجود دارد.  |
| ۷    | خانمی و نجفی        | ۱۳۸۴ | میزان سلامت روانی (مخصوصاً اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی) در ورزشکاران گروهی بیشتر از ورزشکاران انفرادی بوده است.   |
| ۸    | خسرو جردی و خانداده | ۱۳۸۶ | در مقایسه هوش هیجانی دختران و پسران، پسران از هوش هیجانی بالاتر برخوردار می باشند و نتیجه مقایسه سلامت عمومی دختران و پسران، سلامت عمومی بیشتر در پسران را نشان داد. |



## سوال تحقیق

آیا بین هوش هیجانی و سلامت روانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت وجود دارد؟





## روش شناسی (Methodology)

روش تحقیق توصیفی - تحلیلی است که به صورت میدانی اجرا شد.

### جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این تحقیق را کلیه دانشجویان دختر دانشگاه رازی تشکیل دادند. از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای برای تعیین نمونه تحقیق استفاده شد. در نهایت نمونه تحقیق را ۹۰ دانشجوی دختر غیر ورزشکار و ۷۱ دانشجوی دختر ورزشکار تشکیل دادند.



## ابزار جمع آوری اطلاعات

- پرسشنامه اطلاعات فردی
- پرسشنامه سلامت روانی گلد برگ و هیلر (GHQ)
- پرسشنامه هوش هیجانی برادبری و گریوز

## روش تجزیه و تحلیل داده ها

به منظور سامان دادن و خلاصه کردن نمرات خام و توصیف اندازه های به دست آمده از نمونه ها از شاخص های آمار توصیفی (میانگین، درصد، فراوانی، انحراف معیار و انواع جدول ها) استفاده شد.

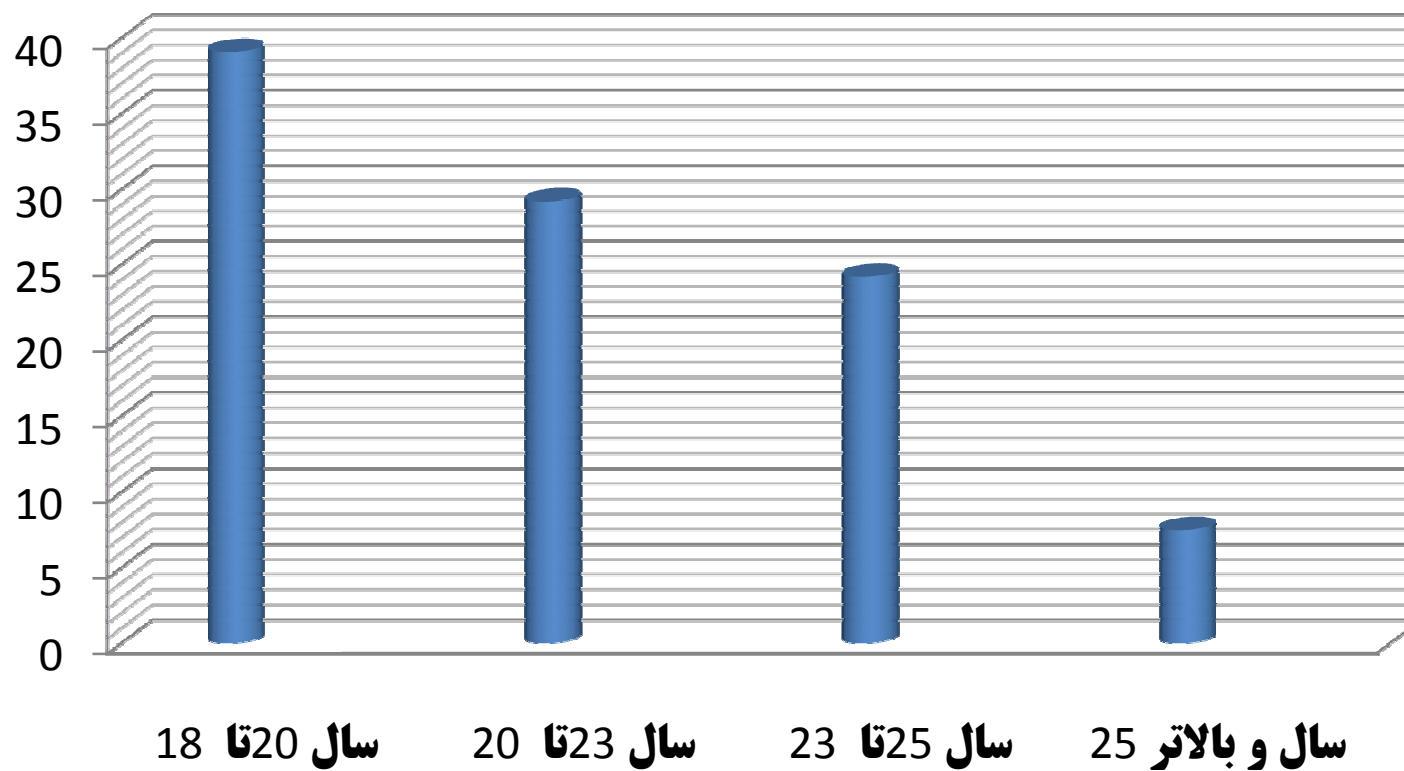
به منظور تعیین نرمال بودن داده ها از آزمون K-S استفاده شد. همچنین برای مقایسه ورزشکاران و غیر ورزشکاران از آزمون t مستقل استفاده شد. داده ها در سطح معنی داری ( $p < 0/05$ ) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و عملیات آماری توسط نرم افزار spss 16 انجام شد.



## یافته ها



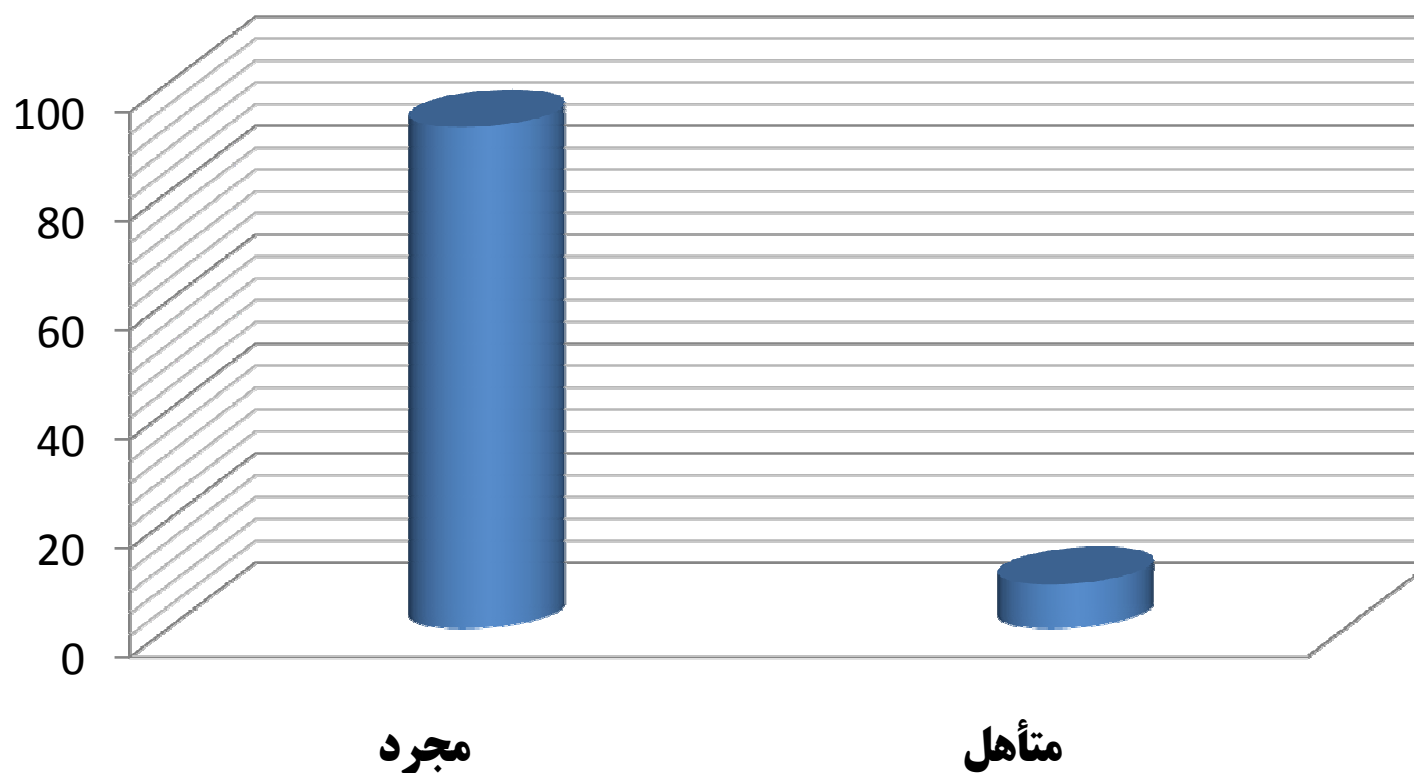
### نمودار سنی نمونه های تحقیق





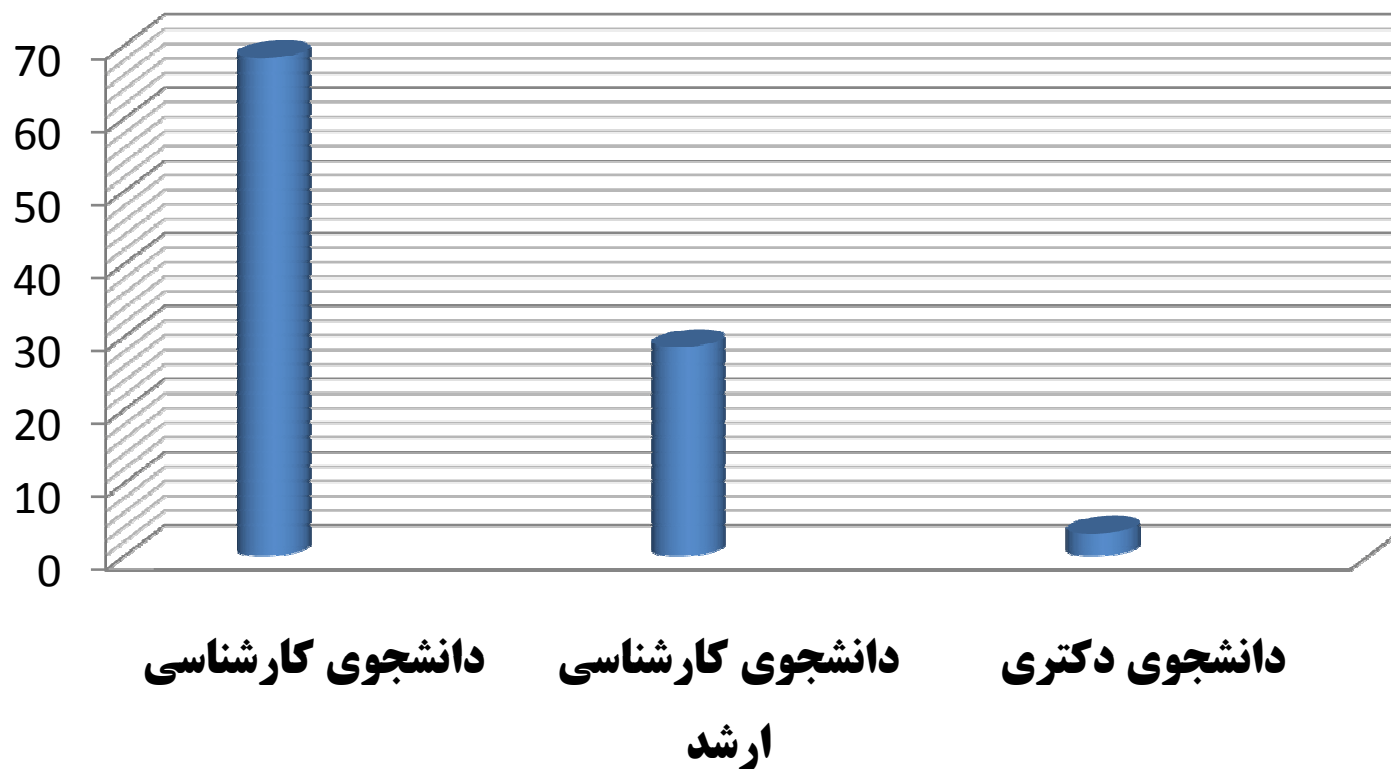


## نمودار وضعیت تأهل نمونه های تحقیق



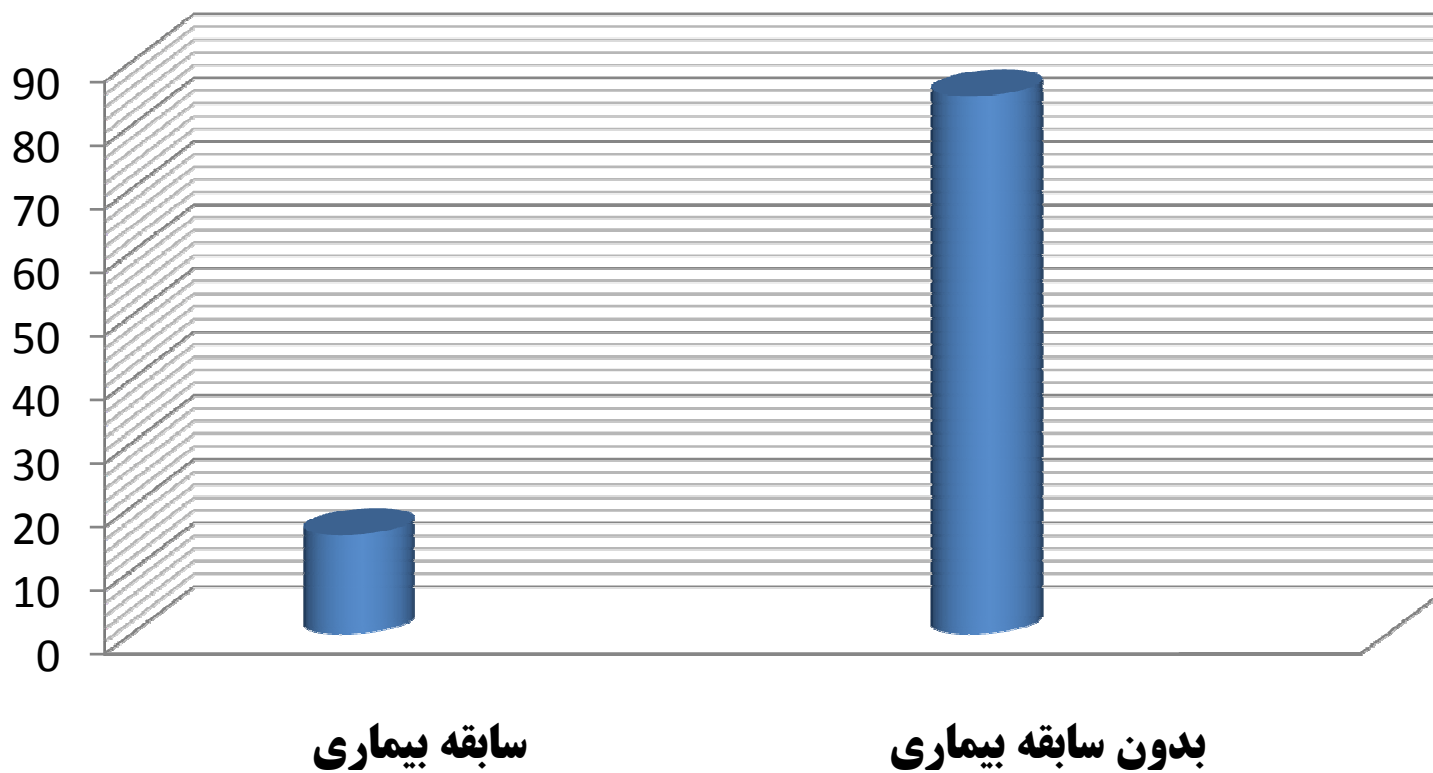


## نمودار وضعیت تحصیلی نمونه های تحقیق





## نمودار وضعیت سابقه بیماری نمونه های تحقیق



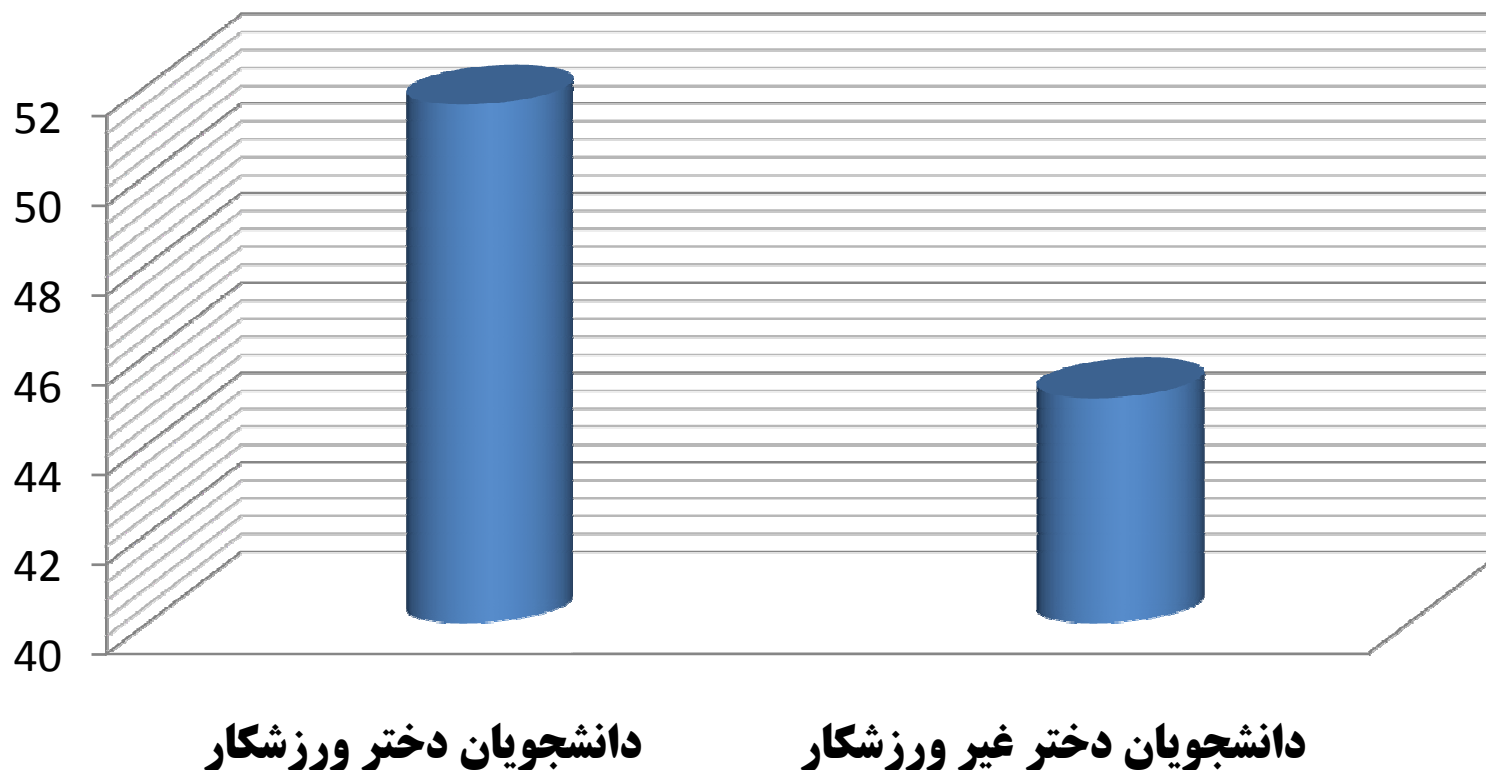


## نتایج آزمون K-S برای تعیین نرمال بودن داده ها

| نتیجه آزمون       | sig   | z     | n   | متغیر                    |
|-------------------|-------|-------|-----|--------------------------|
| داده ها نرمال است | ۰/۰۸۸ | ۰/۸۰۲ | ۱۶۱ | سلامت روانی              |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۷۳ | ۰/۴۱۲ | ۱۶۱ | علائم جسمانی             |
| داده ها نرمال است | ۰/۱۸۷ | ۰/۵۷۱ | ۱۶۱ | اضطراب و بی خوابی        |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۷۸ | ۰/۸۹۷ | ۱۶۱ | اختلال در عملکرد اجتماعی |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۹۲ | ۰/۵۵۲ | ۱۶۱ | افسردگی                  |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۸۲ | ۰/۵۸۷ | ۱۶۱ | هوش هیجانی               |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۷۶ | ۰/۸۷۲ | ۱۶۱ | خود آگاهی                |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۹۷ | ۰/۶۷۱ | ۱۶۱ | خود مدیریتی              |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۶۵ | ۰/۸۰۷ | ۱۶۱ | مدیریت رابطه             |
| داده ها نرمال است | ۰/۰۶۱ | ۰/۷۷۱ | ۱۶۱ | آگاهی اجتماعی            |



## میانگین نمرات سلامت روانی در دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار



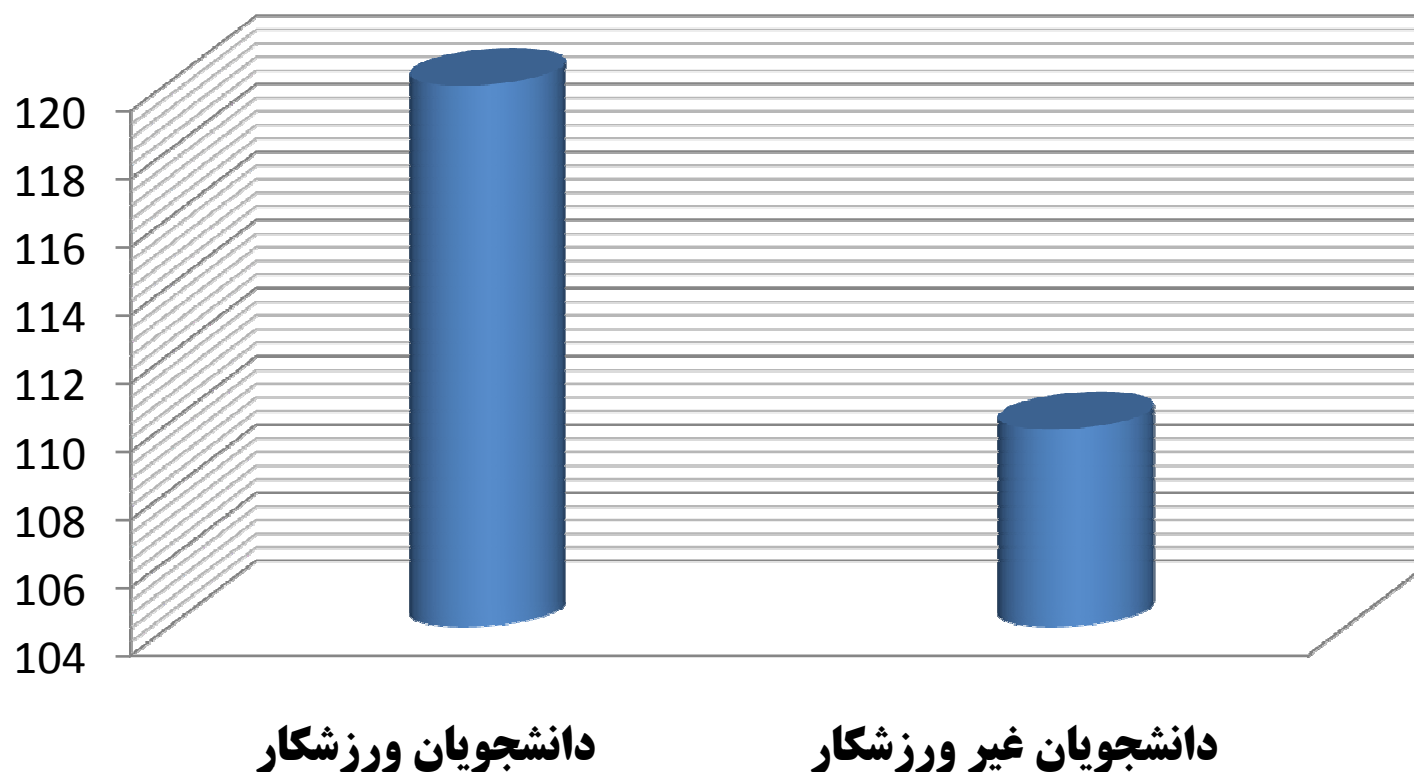


نتایج آزمون t مستقل برای سلامت روانی و مؤلفه های آن در دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار

| Sig     | درجه آزادی | میزان t | سلامت روانی و مؤلفه ها   |
|---------|------------|---------|--------------------------|
| ۰/۰۰۱** | ۱۵۳        | -۳/۵۸۰  | سلامت روانی              |
| ۰/۰۰۱** | ۱۵۷        | -۴/۶۶۷  | علائم جسمانی             |
| ۰/۰۵۷   | ۱۵۵        | -۱/۹۱۸  | اضطراب و بی خوابی        |
| ۰/۰۱۸*  | ۱۵۵        | -۲/۳۹۵  | اختلال در عملکرد اجتماعی |
| ۰/۰۵۷   | ۱۵۹        | -۱/۹۱۵  | افسردگی                  |



## میانگین نمرات هوش هیجانی در دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار





نتایج آزمون t مستقل برای هوش هیجانی و مؤلفه های آن در دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار

| Sig     | درجه آزادی | میزان t | هوش هیجانی و مؤلفه ها |
|---------|------------|---------|-----------------------|
| ۰/۰۰۱** | ۱۳۵        | ۵/۱۶۷   | هوش هیجانی            |
| ۰/۰۶۳   | ۱۴۹        | ۱/۸۷۲   | خود آگاهی             |
| ۰/۰۱۳*  | ۱۵۵        | ۲/۵۰۲   | خود مدیریتی           |
| ۰/۰۰۱** | ۱۵۴        | ۴/۲۳۶   | مدیریت رابطه          |
| ۰/۰۰۱** | ۱۵۱        | ۴/۹۹۶   | آگاهی اجتماعی         |





## بحث و نتیجه گیری

بین سلامت روانی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری ( $p=0/001$ ) وجود دارد. این نتیجه با نتایج تحقیقات راس و هایس (۲۰۰۸)، براون (۲۰۰۲)، اسدی و احمدی (۱۳۷۹)، خاتمی و نجفی (۱۳۸۴)، نریمانی و همکاران (۱۳۸۶) و خسرو جردی و خان زاده (۱۳۸۶) همخوانی دارد.

همچنین نتایج نشان داد که در مؤلفه های سلامت روانی تنها علائم جسمانی ( $p=0/001$ ) و اختلال در عملکرد ( $p=0/018$ ) در بین دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری داشت. این نتیجه با نتایج تحقیقات اسدی و احمدی (۱۳۷۹)، خاتمی و نجفی (۱۳۸۴) و نریمانی و همکاران (۱۳۸۶) همخوانی دارد.

یکی دیگر از نتایج این پژوهش این بود که بین هوش هیجانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری ( $p=0/001$ ) وجود دارد. در واقع دانشجویان دختر ورزشکار در مقایسه با دانشجویان دختر غیر ورزشکار از میانگین هوش هیجانی بیشتری برخوردار بودند که این نتیجه با نتایج تحقیقات حسن علیان (۱۳۸۴)، تابش (۱۳۸۵) و خسرو جردی و خان زاده (۱۳۸۶) همخوانی دارد.

در بین مؤلفه های هوش هیجانی خود مدیریتی ( $p=0/013$ )، مدیریت رابطه ( $p=0/001$ ) و آگاهی اجتماعی ( $p=0/001$ ) در بین دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری داشت؛ ولی بین خود آگاهی ( $p=0/063$ ) در بین دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری مشاهده نشد.



# Questions?

# *Thanks for your attention!*