

Comparative Study of Emotional Processing in Military Athletes with Different Levels of Professionalism

Hossein Keshavarz Afshar ¹, Hossein Shirvani ^{2*}, Asghar Barabari ³

¹ Department of Educational Psychology & Counseling, Faculty of Psychology & Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

² Exercise Physiology Research Center, Life Style Institute, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

³ MSc, Department of Psychology, Faculty of Human Science, Sari Branch, Islamic Azad University, Mazandaran, Iran.

Received: 13 November 2017 Accepted: 8 March 2018

Abstract

Background and Aim: The emotional processing has an impact on performance and exercise. The aim of this study was to compare the emotional processing of military athletes at professional, semi-professional and amateur levels.

Methods: A total of 90 male athletes belonging to Mazandaran province clubs in the North of Iran, in 2017 were randomly selected and categorized into three groups (n=30) of professional, semi-professional and amateur levels. An emotional processing questionnaire was used to gather data. Data analysis was performed by one-way ANOVA and Tukey's test using SPSS-18 software.

Results: The three groups were matched in terms of demographics. The age range of subjects was from 20 to 50 years and their sports fields were Soccer, volleyball and bodybuilding. There was no significant difference between the three groups of athletes in terms of emotional processing. However, there was a significant difference between professional, semi-professional and amateur athletes in terms of emotional processing components (e.g. lack of excitement, lack of emotional experience).

Conclusion: In general, professional athletes have more emotional experience than two semi-professional and amateur groups.

Keywords: Emotion Processing, Military Athletes, Professional.

بررسی مقایسه‌ای پردازش هیجانی در ورزشکاران نظامی با سطوح مختلف حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی

حسین کشاورز افشار^۱، حسین شیروانی*^۲، اصغر برابری^۳

^۱ گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران
^۲ مرکز تحقیقات فیزیولوژی ورزشی، پژوهشکده سبک زندگی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)، تهران، ایران
^۳ کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، مازندران، ایران

چکیده

زمینه و هدف: پردازش هیجانی در اجرا و عملکرد ورزشی تاثیرگذار است. هدف از پژوهش حاضر، مقایسه پردازش هیجانی ورزشکاران نظامی در سطوح حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی بود.

روش‌ها: بدین منظور ۹۰ نفر از مردان نظامی ورزشکار باشگاه‌های استان مازندران در سال ۱۳۹۵ به عنوان نمونه تحقیق به صورت تصادفی انتخاب و در سه گروه ۳۰ نفره حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی گروه‌بندی شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه پردازش هیجانی Baker بوده است. تحلیل داده‌ها با آزمون‌های آماری تحلیل واریانس یک طرفه و آزمون تعقیبی توکی با استفاده از نرم‌افزار SPSS-18 صورت پذیرفت.

یافته‌ها: سه گروه شرکت کننده در پژوهش از لحاظ متغیرهای جمعیت شناختی همسان بودند. در این پژوهش سن آزمودنی‌ها بین ۲۰ الی ۵۰ سال از رشته‌های ورزشی فوتبال، والیبال و بدنسازی شرکت کردند. نتایج نشان داد که در مجموع بین سه گروه ورزشکار در پردازش هیجانی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. ولی در بین ورزشکاران حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی از نظر مولفه‌های پردازش هیجانی (عدم تنظیم هیجان، عدم تجربه هیجانی) تفاوت معناداری وجود دارد.

نتیجه‌گیری: بطور کلی می‌توان گفت که ورزشکاران نظامی در سطح حرفه‌ای نسبت به دو گروه نیمه حرفه‌ای و مبتدی از تنظیم هیجان و تجربه هیجانی بیشتری برخوردار می‌باشند.

کلیدواژه‌ها: پردازش هیجانی، ورزشکاران نظامی، حرفه‌ای.

مقدمه

هیجانی و مولفه هایش همچون تنظیم هیجانی، ابرازگری هیجانی و مدیریت هیجانی در افراد ورزشکار بیشتر از هم‌تایان غیرورزشکارشان است (۱۴). همچنین Lane به این نتیجه رسیده اند که هرچه ورزشکار در درک و شناسایی، تنظیم و ابراز دقیق هیجانات توانمندتر باشد عادات فکری در اختیار خواهد داشت که موجب می‌گردد فردی کارآمدتر باشد. همچنین مریبان و بازیکنان از طریق بهبود مهارت هوش هیجانی در ورزشکاران می‌توانند محیط ورزشی پربازده ای را ایجادکنند (۱۵). Zamanian و همکاران به بررسی و مقایسه هوش هیجانی ورزشکاران نخبه زن رشته های بسکتبال، والیبال و فوتسال در زنان غیرورزشکار پرداختند. نتایج نشان داد، اختلاف معناداری بین دو گروه در سازه هوش هیجانی وجود دارد. به عبارتی، ورزشکاران، هوش هیجانی بالاتری نسبت به غیرورزشکاران دارند (۱۶).

با عنایت به آنچه بیان شد و با توجه به این که پژوهش‌های علمی بسیاری نشان داده است، که ورزش علاوه بر اینکه ابزار ارزشمندی برای سلامت جسمانی است و رابطه نزدیکی با متغیرهای روانشناختی و به ویژه پیشگیری از بروز ناهنجاری‌ها روانی دارد (۱۷). و از سویی دیگر، مفهوم پردازش هیجان در حال حاضر در حوزه پژوهش‌های روان شناختی و ورزش وارد شده است و درباره رابطه پردازش هیجان با ورزشکاران نظامی مطالعه‌ای انجام نشده بود. و از آنجایی که ورزشکاران نظامی به دلیل داشتن تکالیف و ماموریت‌های خاص نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. بنابراین هدف مطالعه حاضر تعیین سهم پیش بینی پردازش هیجانی در ورزشکاران نظامی است. و محقق را بر آن داشت تا به این سوال پاسخ دهد که آیا بین پردازش هیجانی در ورزشکاران نظامی حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی تفاوتی وجود دارد یا نه؟

روش‌ها

این پژوهش علی-مقایسه ای و از نوع مورد-شاهدی است که به صورت گذشته نگر انجام شده است. در این نوع تحقیق هدف مطالعه احتمال یا امکان روابط علت و معلولی بین متغیرها با استفاده از مشاهده نتایج حاصله و بررسی دقیق در داده‌ها برای یافتن متغیرهای علی درست و منطقی است (۱۸). در این پژوهش پردازش هیجانی و سرسختی روانشناختی به عنوان متغیرهای وابسته و افراد ورزشکار نظامی (آماتور، نیمه حرفه ای و حرفه ای) به عنوان متغیر مستقل در نظر گرفته شده اند.

جامعه و نمونه آماری: جامعه آماری این پژوهش شامل: کلیه ورزشکاران نظامی مرد در سال ۱۳۹۵ که در یکی از باشگاه‌های ورزشی استان مازندران و در شهرهای ساری، بابل و آمل و در یکی از رشته‌هایی والیبال، فوتبال و بدنسازی مشغول به فعالیت بودند، می‌باشد. از این جامعه به صورت تصادفی ساده ۹۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب و به طور مساوی در سه گروه حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی تقسیم شدند. معیارهای ورود و خروج شامل: شاغل بودن

امروزه عملکرد مطلوب ورزشکاران نتیجه ترکیب عواملی مختلف است و در سطوح بالای رقابتی، جایی که آمادگی جسمانی ورزشکاران به بالاترین میزان ممکن می‌رسد، این عوامل روانی هستند که نقش تعیین کننده در موفقیت ورزشکاران ایفا می‌کنند. روان‌شناسان، مریبان و مفسران ورزشی، همگی بر اهمیت این عوامل روانی در عملکرد ورزشی تأکید کردند (۱). از این روپرداختن به روانشناسی ورزش (sport psychology) و متغیرهای مرتبط با عملکرد ورزشکاران، نتایج سودمندی می‌تواند داشته باشد (۲). یکی از این متغیرها پردازش هیجانی (Emotional processing) می‌باشد، که مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته است (۳). پردازش هیجانی فرآیندی است که به موجب آن آشفتگی‌های هیجانی (Emotional turmoil) یا روانی جذب می‌شوند و به حدی کاهش می‌یابند که فرد می‌تواند سایر تجارب و رفتارها را بدون آشفتگی ادامه دهد (۴). از نظر Rachman چهار دسته عوامل وجود دارد که ممکن است به مشکلاتی در پردازش هیجانی منجر شود، این چهار دسته عبارتند از: اجتناب شناختی، عدم تجربه خوگیری کوتاه مدت، افسردگی و عقاید بیش بها داده شده (۵). Baker و همکاران پردازش هیجانی را در سه سطح "تشخیص و تجربه"، "کنترل و بیان" و "پردازش ناکافی" هیجان طبقه بندی کرد و معتقد است پردازش هیجانی در هریک از این سه سطح می‌تواند با نقصان روبه رو شود (۶). این سه سطح شامل هشت سبک است. سبک‌های مربوط به تشخیص و تجربه هیجانی شامل فقدان همسویی، ناموزونی، برونی‌سازی، سبک‌های مربوط به کنترل و بیان هیجانات شامل سرکوب، تجزیه، اجتناب و عدم کنترل و سبک مربوط به سطح پردازش ناکافی هیجانات شامل مزاحمت می‌باشد (۷). نکته حائز اهمیت این است که ماهیت آشفتگی هیجانی در اختلالات مختلف به صورت متفاوتی بروز می‌نمایند. برای مثال افراد مبتلا به بدریخت انگاری از رویدادهای ایجادکننده آشفتگی هیجانی اجتناب می‌کنند. به بیان دیگر این افراد از موقعیت‌های مرتبط با نقص ظاهری خود پرهیز می‌نمایند. اما افراد دارای اضطراب با رفتارهای منفی به موقعیت‌های هیجانی واکنش نشان می‌دهند و با بیش واکنش به موقعیت‌های تهدیدآمیز سعی در کنترل محیط دارند (۸).

همچنین شواهد زیادی نشان می‌دهند که پردازش هیجانی با موفقیت یا عدم موفقیت در حوزه‌های مختلف زندگی مرتبط است (۹، ۱۰). با این حال، پژوهش‌های اندکی به بررسی ارتباط پردازش هیجانی با ورزشکاران پرداخته‌اند (۱۱، ۱۲). در همین راستا شیروانی و همکاران در پژوهشی نشان داد که بین ورزشکار نیمه حرفه‌ای و ورزشکار مبتدی از نظر تنظیم شناختی هیجان تفاوت معنادار وجود دارد. بدین معنی که ورزشکاران نیمه حرفه‌ای از تنظیم شناختی هیجان سازش یافته تری نسبت به ورزشکاران آماتور برخوردارند (۱۳). نریمانی و همکاران نشان دادند که سطوح و میزان هوش

قرار نخواهد گرفت و آن‌ها مختار خواهند بود که در پژوهش شرکت کنند و هر زمان که خواستند می‌توانند از پژوهش خارج گردند، وارد نمونه پژوهش شدند. پس از جلب رضایت و همکاری کسانی که داوطلب شرکت در پژوهش بودند، درخواست خواهد شد که پرسشنامه‌های مورد نظر را تکمیل کنند. به منظور کنترل اثر ترتیب و خستگی، پرسشنامه‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارایه شدند. لازم به ذکر است که به شرکت کنندگان توضیح داده شد که لازم نیست نام یا اسم رمز (جز در مواردی که شرکت کنندگان خواستار اطلاع از نتیجه پژوهش بودند) خود را بنویسند. بعد از جمع آوری و ورود اطلاعات به کامپیوتر، داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند.

تجزیه و تحلیل آماری: برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آماری توصیفی؛ (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی؛ تجزیه و تحلیل واریانس تک متغیره ANOVA با نسخه SPSS-18 استفاده شد.

ملاحظات اخلاقی: این پژوهش با رضایت کامل پاسخگویان انجام شد و اطلاعات آنها به صورت محرمانه حفظ شد. برخی از ملاحظات اخلاقی پژوهش عبارتند از:

- آزمودنی‌ها به صورت عادلانه انتخاب شدند، و احتمال قرار گرفتن هریک از افراد جامعه در نمونه به یک نسبت بود.
- اخذ رضایت آگاهانه از آزمودنی‌هایی که در پژوهش شرکت کرده بودند و اینکه در هر مرحله از پژوهش می‌توانستند از ادامه آن انصراف دهند.
- تمامی افرادی که در پژوهش شرکت می‌کنند حق داشتند که برای خود اسم مستعار انتخاب کنند تا شناخته نشوند.
- تضمین کردن اینکه اطلاعاتی که از آزمودنی‌ها بدست می‌آید به صورت محرمانه باقی بماند و منتشر نشود (حفظ حریم خصوصی و رازدار بودن).
- پژوهشگر به هر فرد درگیر در فرآیند پژوهش به طور اخلاقی احترام می‌گذاشت و از تبعیض اجتناب می‌کرد.

نتایج

همان‌طور که در جدول ۱- مشاهده می‌شود ۱۰ درصد (۹ نفر) آزمودنی‌های پژوهش تحصیلات سیکل، ۳۲/۲ درصد (۲۹ نفر) از آزمودنی‌های پژوهش دیپلم، ۱۱/۱ درصد (۱۰ نفر) فوق دیپلم، ۳۰ درصد (۲۷ نفر) از آزمودنی‌های پژوهش لیسانس و ۱۶/۷ درصد (۱۵ نفر) از آزمودنی‌های پژوهش فوق لیسانس داشته‌اند. همان‌طور که در جدول ۲- مشاهده می‌شود ۲۰ درصد (۱۸ نفر) از آزمودنی‌های پژوهش حاضر در رده سنی زیر ۲۰ سال، ۵۱/۱۱ درصد (۴۶ نفر) در رده سنی ۲۰-۳۰ سال، ۱۴/۴۴ درصد (۱۳ نفر) در رده سنی ۳۱-۴۰ و ۱۴/۴۴ درصد (۱۳ نفر) در رده سنی ۵۰-۴۱ سال قرار داشتند.

بیش از یک سال بصورت رسمی، پیمانی یا قراردادی در سازمان‌های مختلف نیروهای مسلح و مشمول تعاریف سطوح ورزشکاران در این پژوهش (که منظور از ورزشکار حرفه‌ای، یعنی افرادی که ورزش را به عنوان حرفه و شغل خود انتخاب کرده و از این طریق امرار معاش می‌کنند و درآمد اقتصادی دارند (۱۹)). همچنین ورزشکار نیمه‌حرفه‌ای یعنی افرادی که براساس برنامه‌ای مشخص و در یکی از رشته‌های ورزش رسمی، به صورت منظم فعالیت نمایند و ورزشکار مبتدی (۲۰)، یعنی افرادی که با هدف کسب درآمد ورزش نمی‌کند و ورزش شغل اصلی وی محسوب نمی‌گردد). همچنین عدم مصرف دخانیات یا هرگونه ماده مخدر دیگر، عدم ابتلا به بیماری‌های روانی حاد و اختلالات هیجانی و رفتاری شدید می‌باشد.

ابزار جمع آوری اطلاعات: مقیاس پردازش هیجانی:

مقیاس پردازش هیجانی (Baker و همکاران، ۲۰۱۰) یک مقیاس خود گزارشی ۲۵ آیتمی است که برای اندازه گیری سبک‌های پردازش هیجانی استفاده می‌شود. هر ماده بر اساس مقیاس لیکرت ۵ درجه ای (به هیچ وجه تا بی نهایت) درجه بندی می‌شود. این مقیاس دارای ۵ مولفه (عدم تنظیم هیجان، سرکوب، بهبود تجربیات هیجانی، نشانه‌هایی از عدم پردازش هیجانی و اجتناب‌ها) می‌باشد. عبارات مربوط به هر زیر مقیاس عبارت است از: سرکوب: ۲۵-۲۱-۱۹-۱۶-۹ هیجان‌نا قابل تنظیم: ۱۸-۱۷-۱۵-۱۰-۶ تجربیات هیجانی بی خاصیت: ۲-۱۱-۷-۳-۱ اثرات هیجان‌نا پردازش نشده: ۲۴-۲۲-۲۰-۵-۲ اجتناب: ۲۳-۱۴-۱۳-۸-۴ ضرایب آلفای کرونباخ و بازآزمایی این مقیاس به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۷۹ گزارش شده است. به منظور تعیین ضریب اعتبار، این مقیاس با مقیاس تنظیم هیجان همبسته شد. نتایج نشان داد که بین این دو مقیاس همبستگی منفی معنی داری وجود دارد ($r = -0/54$) در تحقیقی مقدماتی که بر روی ۴۰ نفر از دانشجویان صورت گرفت ضریب اعتبار ۰/۷۷ بدست آمد. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۹۵ محاسبه شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش نریمانی، ۰/۹۵ محاسبه شد.

روش اجرای پژوهش: برای اجرای این پژوهش بعد از

دریافت معرفی نامه از دانشگاه آزاد اسلامی شهرستان ساری، به باشگاه‌های ورزشی شهرستان ساری، بابل و آمل مراجعه شد. به منظور آگاهی از سابقه ورزشی، سلامت و تندرستی و سطح تحصیلات پرسشنامه ویژه ای در اختیار آنان قرار گرفت و سپس بر اساس پرسشنامه، آزمودنی‌ها انتخاب شدند. پس از آن پرسشنامه پردازش هیجانی را به صورت انفرادی پاسخ دادند. برای رعایت اصول اخلاقی و به منظور جلب همکاری شرکت کنندگان، پیش از اجرای آزمون اطلاعاتی درباره موضوع و هدف پژوهش تا آنجا که در نتایج پژوهش تأثیرگذار نباشد به شرکت کنندگان داده شد؛ و پس از جلب اطمینان شرکت کنندگان، در مورد اینکه اطلاعات آن‌ها به هیچ عنوان بصورت فردی مورد تجزیه و تحلیل

و حرفه ای ۷۰ (۱۲/۱۰) می باشد. معنادار بودن تفاوت بین نمرات در جدول ۵- مورد بررسی قرار می گیرد.

جدول ۵- نتایج تحلیل واریانس یک طرفه را بر روی پردازش هیجانی در سه گروه از ورزشکاران نظامی در سطوح آماتور، نیمه حرفه ای و حرفه ای را نشان می دهد. همان طور که در جدول (۵) مشاهده می شود بین سه گروه از لحاظ پردازش هیجانی تفاوت معناداری وجود ندارد. ($F_{(2,87)}=0/099, P>0/906$)

همان طور که در جدول ۳- مشاهده می شود ۳۰ درصد (۲۷ نفر) از آزمودنی های پژوهش در رشته فوتبال، ۳۲/۲ (۲۹ نفر) در رشته والیبالی و ۳۷/۸ درصد (۳۴ نفر) در رشته بدنسازی مشغول به فعالیت بودند.

همانطور که در جدول ۴- مشاهده می شود میانگین (و انحراف استاندارد) نمره پردازش هیجانی در افراد ورزشکار آماتور ۷۱/۱۳ (۸/۸۴)، بیشتر از نمرات ورزشکاران نیمه حرفه ای ۷۰/۱۰ (۱۱/۸۵)

جدول ۱- توزیع فراوانی تحصیلات آزمودنی ها

تحصیلات	آماتور		نیمه حرفه ای		حرفه ای		کل
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
سیکل	۴	۱۳/۳	۴	۱۳/۳	۱	۳/۳	۹
دیپلم	۶	۲۰	۱۰	۳۳/۳	۱۳	۴۳/۳	۲۹
فوق دیپلم	۲	۶/۷	۲	۷/۶	۶	۲۰	۱۰
لیسانس	۹	۳۰	۱۱	۳۶/۷	۷	۲۳/۳	۲۷
فوق لیسانس	۹	۳۰	۳	۱۰	۳	۱۰	۱۵
کل	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۹۰

جدول ۲- توزیع فراوانی سن آزمودنی ها

سن	آماتور		نیمه حرفه ای		حرفه ای		کل
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
زیر ۲۰	۶	۲۰	۶	۲۰	۶	۲۰	۱۸
۲۰-۳۰	۱۴	۴۶/۶۶	۱۵	۵۰	۱۷	۵۶/۶۶	۴۶
۳۱-۴۰	۵	۱۶/۶۶	۶	۲۰	۲	۶/۶۶	۱۳
۵۰-۴۱	۵	۱۶/۶۶	۳	۱۰	۵	۱۶/۶۶	۱۳
کل	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۹۰

جدول ۳- توزیع فراوانی رشته ورزشی آزمودنی ها

رشته ورزشی	آماتور		نیمه حرفه ای		حرفه ای		کل
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
فوتبال	۱۵	۵۰	۱۰	۳۳/۳	۲	۶/۷	۲۷
والیبالی	۹	۳۰	۹	۳۰	۱۱	۳۶/۷	۲۹
بدنسازی	۶	۲۰	۱۱	۳۶/۷	۱۷	۵۶/۷	۳۴
کل	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۳۰	۱۰۰	۹۰

جدول ۴- میانگین و انحراف استاندارد نمرات پردازش هیجانی در سه گروه مورد پژوهش

متغیر وابسته	آماتور		نیمه حرفه ای		حرفه ای	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
پردازش هیجانی	۷۱/۱۳	۸/۸۴	۷۰/۱۰	۱۱/۸۵	۷۰	۱۲/۱۰

جدول ۵- نتایج آزمون تحلیل واریانس یک طرفه ANOVA برای مقایسه نمرات سه گروه در پردازش هیجانی

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	مقدار F	سطح معنی داری
پردازش هیجانی	بین گروهی	۲۳/۶۲	۲	۱۱/۸۱	۰/۰۹۹	۰/۹۰۶
	درون گروهی	۱۰۴۰۸/۱۶	۸۷	۱۱۹/۶۳		
	کل	۱۰۴۳۱/۷۸	۸۹	-		

داشتند. بدین معنی که در مولفه عدم تنظیم هیجانی نمرات ورزشکاران حرفه ای (۱۲/۳۱) پایین تر از ورزشکاران آماتور (۱۴/۶۶) و نیمه حرفه ای (۱۴/۷۰) است. و در عدم تجربه هیجانی نمرات ورزشکاران حرفه ای (۱۳/۲۲) پایین

نتایج حاصل از آزمون مانوا و همچنین آزمون تعقیبی توکی نشان داد دو گروه از ورزشکاران نظامی آماتور و نیمه حرفه ای در مولفه های عدم تنظیم هیجانی و عدم تجربه هیجانی با ورزشکاران نظامی حرفه ای تفاوت معناداری

معناداری وجود نداشت ($P > 0.05$). همچنین بین دو گروه از ورزشکاران نظامی آماتور و نیمه حرفه‌ای در ۵ مولفه پردازش هیجانی تفاوت معناداری مشاهده نشد ($P > 0.05$).

تر از ورزشکاران آماتور (۱۵/۸۱) و نیمه حرفه‌ای (۱۵/۷۸) است. این در حالیست که در بقیه مولفه‌ها بین دو گروه آماتور و نیمه حرفه‌ای با ورزشکاران حرفه‌ای تفاوت

جدول-۶. میانگین و انحراف معیار مولفه‌های پردازش هیجانی

گروه‌ها	مولفه‌های پردازش هیجانی	میانگین	انحراف معیار
آماتور	فرونشانی	۱۴/۳۲	۳/۴۵
نیمه حرفه‌ای		۱۴/۴۱	۳/۱۳
حرفه‌ای		۱۵/۴۸	۳/۰۲
آماتور	عدم تنظیم هیجان	۱۴/۶۶	۲/۴۱
نیمه حرفه‌ای		۱۴/۷۰	۲/۳۸
حرفه‌ای		۱۲/۳۱	۲/۳۳
آماتور	عدم تجربه هیجانی	۱۵/۸۱	۲/۹۱
نیمه حرفه‌ای		۱۵/۷۸	۳/۲۱
حرفه‌ای		۱۳/۲۲	۳/۴۹
آماتور	نشانه‌های عدم پردازش هیجانی	۱۴/۶۹	۳/۳۹
نیمه حرفه‌ای		۱۴/۷۸	۴/۴۱
حرفه‌ای		۱۵/۹۵	۳/۵۶
آماتور	اجتناب	۱۱/۴۸	۳/۷۷
نیمه حرفه‌ای		۱۱/۵۱	۳/۴۹
حرفه‌ای		۱۲/۵۵	۲/۵۴

بحث

پژوهش حاضر با هدف مقایسه پردازش هیجانی و مؤلفه‌های ۵ گانه آن بین ورزشکاران نظامی در سطوح حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی انجام گرفت. بر اساس نتایج بین میانگین نمرات کلی پردازش هیجانی در بین ورزشکاران حرفه‌ای، نیمه حرفه‌ای و مبتدی تفاوت معناداری وجود ندارد. اما بین دو تا از مولفه‌های آن عدم تجربه هیجانی و عدم تنظیم هیجان تفاوت معناداری وجود دارد. بدین معنی که ورزشکاران حرفه‌ای از تنظیم هیجان و تجربه هیجانی بیشتری نسبت به دو گروه برخوردارند. Lane و همکاران با ۱۲ ورزشکار نخبه نشان دادند که ارزیابی‌ها و هیجان‌های منفی تجربه شده در حین مسابقه در عملکرد آینده ورزشکار اثری ناتوان کننده دارد و به علت عدم کنترل بر افکار و علائم، رفتار ورزشکار راتحت تأثیر قرار می‌دهد (۲۱). همچنین آقایی در بررسی رابطه‌ی هوش هیجانی با موفقیت ورزشی در ورزشکاران حرفه‌ای و نیمه حرفه‌ای به این نتیجه رسیدند که بین نمرات کلی هوش هیجانی و موفقیت ورزشی ورزشکاران همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد و ورزشکاران حرفه‌ای از هوش هیجانی بیشتری برخوردارند (۲۲).

در تبیین این یافته می‌توان گفت مدیریت هیجان‌ها سبب قدرت سازمان‌دهی و سازگاری فرد در موقعیت‌های تحریک کننده می‌شود. فردی که توانایی مدیریت هیجانی رشد یافته‌ای دارد، آزاد از هر گونه اجبار بیرونی و درونی می‌تواند هیجان‌ها را تجربه کند و یا از بروز آن‌ها جلوگیری نماید در واقع عدم توانایی تنظیم هیجان‌ها، باعث می‌شود که احساسات فرد بر عقل و منطقش غلبه

داشته باشد و فرد در موقعیت‌های مختلف تنها با تکیه بر جو احساسی محیط و بدون توجه به راه‌حل‌های منطقی ممکن تصمیم‌گیری کند. بنابراین، ورزشکارانی که از توانایی تنظیم و تجربه هیجانی مثبت برخوردار باشند به ویژه توانایی تجربه هیجانی سازنده با هم تیمی‌ها، مربیان و سایر افراد در محیط تمرین و مسابقه داشته باشند، عملکرد مناسب‌تری را در مقایسه با دیگر ورزشکارانی که از این توانایی‌ها برخوردار نیستند، خواهند داشت (۲۳). از طرفی، ورزشکاران در یک تیم نیازمند آگاهی از احساسات خود هستند، به طوری که احساسات آنها ممکن است بر پویایی و فرهنگ تیم تأثیرگذار باشد. به طور کلی، این نتیجه استنباط می‌شود که آموزش تنظیم و تجربه هیجانی و همچنین متغیرهای روانشناختی در افراد به ویژه در ورزشکاران به این دلیل با اهمیت می‌باشد که بین عملکرد روانی ورزشکاران و موفقیت آنها پلی ایجاد می‌کند و می‌تواند برای پیش‌بینی موفقیت ورزشی ورزشکاران مفید و ضروری واقع شود (۲۴). در نتیجه استفاده از متغیرهای روانشناختی و پردازش هیجانی پیامدهای مطلوبی را به وجود می‌آورند به طوری که اثرات هیجان‌ها منفی را تعدیل می‌نمایند و به دنبال آن عملکرد ورزشی را در ورزشکاران بهبود می‌بخشند، چرا که اکثر ورزشکاران به روانشناسان ورزشی دسترسی ندارند و بنابراین اولین تجربه آنها در ارتباط با روانشناسی از طریق مربیان صورت می‌گیرد، در نتیجه مربیان رشته‌های مختلف ورزشی باید به این آگاهی دست یابند که ورزشکاران برای موفقیت و پیروزی بحریمان خود باید چه ویژگی‌های شخصیتی داشته باشند. این موضوع در ورزشکاران نظامی اهمیتی مضاعف پیدا می‌کند زیرا

دارند، ضروری است. برگزاری دوره‌های آموزشی با حضور روانشناسان ورزشی در مورد کاربرد عواطف و هیجانات در زندگی شخصی و ورزشی ورزشکاران و آشنایی ورزشکاران با مهارت‌های روانی ارزیابی هیجانات خود و دیگران، مدیریت روابط با دیگران، مهم خواهد بود. در پایان، به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌گردد که این پژوهش را به تفکیک ویژگی‌های فردی مانند سن، جنسیت، و سطوح ورزش‌های استقامتی و سرعتی در نظامیان و غیر نظامیان تهیه و اجرا نمایند.

نتیجه‌گیری

نتیجه‌گیری کلی این است که دو گروه از ورزشکاران نظامی آماتور و نیمه حرفه‌ای در مولفه‌های عدم تنظیم هیجانی و عدم تجربه هیجانی با ورزشکاران نظامی حرفه‌ای تفاوت معناداری داشتند. بدین معنی که نمرات ورزشکاران حرفه‌ای در این دو مولفه به طور معنادار پایین‌تر از ورزشکاران آماتور و نیمه حرفه‌ای است. این در حالیست که در بقیه مولفه‌ها بین دو گروه آماتور و نیمه حرفه‌ای با ورزشکاران حرفه‌ای تفاوت معناداری وجود نداشت. همچنین با توجه به یافته‌های این پژوهش پیشنهاد می‌شود، پردازش هیجانی به ورزشکاران نظامی معرفی و چگونگی تمرین و توسعه آن آموزش داده شود و برنامه‌های تمرینی برای بهبود پردازش هیجانی تنظیم شود تا مهارت‌های آن را در کنار سایر تمرینات مربوط به مهارت‌های روانی انجام دهند. بهتر است ورزشکاران نظامی آماتور در فعالیت‌های ورزشی جهت تقویت پردازش هیجانی شرکت نمایند.

تشکر و قدردانی: از کلیه افرادی که نویسندگان را در انجام

پژوهش حاضر یاری رساندند تشکر به عمل می‌آید.

تضاد منافع: بدین وسیله نویسندگان تصریح می

نمایند که هیچگونه تضاد منافی در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Motesharrei A. Norm of mental skills of elite male and female male Badminton players. Seventh International Conference on Physical Education and Sport Sciences. 2009.
2. Abolghasemi AA, Kiamasi A, Aryapooran S, Dortaj FA. Survey on the Relationship of Role Ambiguity, Role Conflict and Competitive Anxiety with Sport Performance and Academic Achievements in the Athletes. IRPHE. 2006; 12(2), 39-53.
3. Golman D. Emotional intelligence. New York: Bantam Books. 2015.

بهبود نیمرخ روانشناختی آنها بویژه تنظیم مولفه‌های پردازش هیجانی به آنها در انجام تکالیف و ماموریت‌های خاص شغلی شان نیز کمک می‌کند (۱۳، ۲۶).

در مولفه‌های دیگر پردازش هیجانی تفاوت معناداری در بین سه گروه از ورزشکاران مشاهده نشد. و در کل بین سه گروه ورزشکار در پردازش هیجانی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد که با تحقیقات اصلانخانی و همکاران مغایرت دارد (۲۵). اصلانخانی همکاران در پژوهشی دریافتند که ورزشکاران معلول نسبت به معلولین غیر ورزشکار در زیر مقیاس‌های خود آگاهی، مسولیت پذیری اجتماعی، روابط بین فردی، حل مسئله، تحمل تنیدگی و شادکامی و در کل هوش هیجانی نمره‌های بالاتری را کسب کردند همچنین نوع رشته ورزشی و نیز تکالیف جسمانی و نظامی ویژه نیز ممکن است از نظر فیزیولوژی روانشناختی و تولید برخی هورمون‌ها و نوروترانسمیترها در این پدیده نقش داشته باشد (۲۷). معنادار نبودن تفاوت ورزشکاران در پردازش هیجانی می‌تواند ناشی از این واقعیت باشد که ورزشکاران در پژوهش حاضر همگی مرد بودند و همچنین از جنبه فرهنگی- اجتماعی مشابهت‌های بسیار زیادی دارند و این مشابهت‌ها می‌تواند موجب همسانی در ورزشکاران شود. و مهمتر از همه این که سه گروه از ورزشکاران از نظر سطح تحصیلات و رده سنی در یک سطح و میانگین قرار داشتند که خود موجب همسانی در پردازش هیجانی می‌شود. پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی مانند عدم همکاری و پاسخگویی برخی از ورزشکاران، احتمال جهت‌گیری در پاسخ به سوالات، محدود بودن جامعه و نمونه پژوهش، که تعمیم‌پذیری نتایج را محدود خواهد کرد. از طرف دیگر، بر مبنای نتایج مولفه‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود که مدیران فدراسیون‌ها، هیئت‌های ورزشی و همچنین متولیان اعزام ورزشکاران به مسابقات ارتش‌های جهان (سیزم) توجه بیشتری به ابعاد روانشناختی ورزشکاران به مثابه پیش‌بینی‌کننده بخشی از پیشرفت ورزشکاران داشته باشند. به عبارت دیگر، علاوه بر توجه به نیازهای فیزیولوژیک ورزشکاران، توجه به عواطف و هیجانات ورزشکاران از جانب مدیران، مربیان و سایر افرادی که با ورزشکاران همکاری

4. Mehrinjad SA, Bijjari AF, Nargesi MN. Comparison of attention biases and emotional processing styles in female students with generalized anxiety disorder, illiterate and non-addictive. Clinical Psychology Studies. 2017; 6: 99-114.
5. Rachman SJ. Emotional processing. Behaviour Research and Therapy. 2010; 18(5), 51-60.
6. Baker R. Thomas, S. Thomas P. W. Owens, M. Development of an emotional processing scale. Journal of Psychosomatic Research. 2007; 62(2), 167-178.
7. Kabir NS, Mahmoud AM, Hashemi NT. Predict changes in emotional processing indicators based

- Cognition intruder anxiety, perfectionism and disorder. *Journal of Clinical Psychology*. 2009; 1(1), 56-47.
8. Bayazi MH, Gohari Z, Hojjat SK, Behrad A. The Relationship between Emotional Schemas and Anxiety, Depression and coping Stress Styles in Patients with coronary artery disease. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*. 2013; 5(5), 1091-1098.
9. Jacobs M, Snow J, Geraci M, Meena Vythilingam M, Blair RJ, Charney DS et al. Association between level of emotional intelligence and severity of anxiety in generalized social phobia. *Journal of Anxiety Disorder*. 2008; 87, 9-24.
10. Schutte NS, Malou JM, Thorsteinsson EB, Bhullar N, Rooke SE. A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences*. 2007; 42, 921-933.
11. Eccles JS, Wigfield A. Motivational beliefs, Values and goal. *Annual Review of Psychology*. 2002; 53,1090-132.
12. Lane A, Thelwell R, lowther J, Davonport TJ. Emotional intelligence and Psychological skills use among athletes'. *Social behavior and personality: an international Journal*. 2009; 37 (2),195-201.
13. Shirvani H, Barabari A, Keshavarz Afshar H. A Comparison of Cognitive Emotion Regulation Strategies in Semi Professional and Amateur Athletes. *J Mil Med*. 2015; 16(4), 237-242.
14. Narimani M, Soleimani A. Comparison of emotional intelligence and resilience in solos, team and non-athlete athletes. *Journal of psychodynamic*. 2010; 2(1), 145-129.
15. Lane AM. Emotional intelligence research, positive thinking for sport. Tuning up performance – music and video as ergogenic aids. *Peak Performance; issue*. 2006; 228, 5-7.
16. Zamanian F. Haghighi H. Forouzandeh E. Sedighi Z. Salehian M. S. Comparison of Emotional Intelligence in Elite Student Athletes and Non-Athletes, *Annals of Biological Research*. 2011; 2(6), 179-183.
17. Bradbury T, Graves J. Emotional intelligence (skills and quizzes). Mehdi Ganji (Translator). Publisher: Savalan. 2017.
18. Delaware A. Theoretical and practical foundations of research in humanities and social sciences. Publisher: Growth. 2017.
19. Narimani M, Ghaffari M, Ganji M, Abolghasemi A. comparing self-esteem and excitement among professional and non-professional athletes. *Research in Sport Sciences*. 2005; 3(9), 137-149.
20. Qalibaf BM. A strategic look at the sports system in the country from the program for advancement and justice. Publisher: Negarestan Hamed. 2017.
21. Neil R, Hanton S, Mellalieu S, Fletcher D. Competition stress and emotions in sport performer: The role of further appraisals. *Psychology of Sport and Exercise*. 2011; 12(4), 460-470.
22. Aghaei A. The relation between emotional Intelligence and successfully of athletes. *Sports Science Journal International*, Tehran, 2007.
23. Sassanid Moghaddam S, Bahr Al-ulum H. Relationship between Emotional Intelligence and Mental Skills of Athlete Female Students in Shahrood University of Technology. *Research in Sport Management and Motor Behavior (Martial Arts and Sports)*. 2011; 1(17) 27- 39.
24. Deborah W, Boucher C. Fundamentals of Physical Education, Sport Sciences and Sports. Ahmad Azad (translator). Publisher: Organization for the Study and Compilation of Humanities Books of Universities (position), Center for Human Sciences Research and Development. 2017.
25. Aslankhani MA, Abdoli B, Zamani Sani S, Fathi Rezaei Z. Emotional Intelligence in Athletes with Disabilities. *Evolutionary Psychology (Iranian Psychologists)*. 2009; 6(21) 15-24.
26. Keshavarz H, Shirvani H, Sobhani V, Barabari A. Comparison of Resiliency and Self-efficacy between Athlete and Non-athlete Military Personnel . *J Police Med*. 2016; 4 (4):227-234
27. Shirvani H, Rahimi M, Rostamkhani F. Effect of a Karate Competition on Indicators of Inflammation and Muscle Tissue Injury in Soldier's Karate-Ka. *J Mil Med*. 2015; 17 (3):137-143