

تحلیل ارتباط خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه

فاطمه صیادی*^۱؛ همایون عباسی^۲؛ معصومه بخت^۳؛ کامران عیدی پور^۴

۱- کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه ۲- استادیار مدیریت ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه ۳- کارشناس ارشد مدیریت ورزشی

دانشگاه رازی کرمانشاه ۴- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۱/۲۸

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۱/۱۱

The Analysis of Relationship between Emotional Creativity and Emotional Intelligence with Self-efficacy of Elite Athletes in Kermanshah

Fateme Sayadi^{*1}, Homayon Abbasi², Masomeh Bakhit³, Kamran Eydi-pour

1- M. A. in Sport Management, Razi University 2-Assistant Professor, Razi University 3- M. A. in Sport Management, Razi University 4- Ph. D. Student in Sport Management, Razi University

Received: (2015/01/31)

Accepted: (2015/04/17)

Abstract

The aim of this study was analysis of relationship between emotional creativity and emotional intelligence with self-efficacy of elite athletes Kermanshah City. Research method was descriptive and type of correlation. Population of study was all elite athletes in Kermanshah City that are present in national teams or have been Experience Membership and sample was 127 person that responded to 3 questionnaire of Eddy et al(1392) emotional intelligence, Sheerer et al (1982) self-efficacy and Averill et al (1999) emotional creativity. For analysis of data used K-S Test, Pierson correlation coefficient and multiple regression. The results showed that, significant relationship between components of Emotional creativity and emotional intelligence with athletes Self-efficacy. Also, components of Emotional creativity and emotional intelligence explain a significantly amount of changes in athletes Self-efficacy. Therefore, we suggest to managers and coaches of sports clubs that, through much attention to these two variables provide Conditions for increased athletic performance and improve their efficiency.

Keywords

Emotional Creativity, Emotional Intelligence, Self-Efficacy, Elite Athletes.

چکیده

هدف از این پژوهش، تحلیل ارتباط بین خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه بود. روش تحقیق حاضر، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری تحقیق، شامل کلیه ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه بود که در تیم‌های ملی حضور دارند و یا سابقه عضویت داشته‌اند، که ۱۲۷ نفر از آن‌ها به پرسش‌نامه‌های استاندارد هوش هیجانی عیدی و همکاران (۱۳۹۲)؛ و خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران (۱۹۸۲)؛ و خلاقیت هیجانی آوریل و همکاران (۱۹۹۹) پاسخ دادند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز، از آزمون‌های کالوگروف - اسمیرنوف، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه استفاده شد. یافته‌ها نشان داد بین مؤلفه‌های خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین، مؤلفه‌های خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی مقدار قابل توجهی از تغییرات خودکارآمدی ورزشکاران را تبیین نمودند. بنابراین؛ به مدیران و مربیان باشگاه‌های ورزشی پیشنهاد می‌شود که از طریق توجه زیاد به این دو متغیر؛ شرایط را برای افزایش عملکرد ورزشکاران و بهبود خودکارآمدی آنان، فراهم نمایند.

واژه‌های کلیدی

خلاقیت هیجانی، هوش هیجانی، خودکارآمدی، ورزشکاران نخبه.

* نویسنده مسئول: فاطمه صیادی

E-mail: z.sayadi2010@yahoo.com

*Corresponding Author: Fatemeh Sayadi

مقدمه

امروزه در دنیای ورزش تمرین و ممارست جسمانی تنها ابزار رسیدن به اوج اجرا نیست؛ زیرا علاوه بر توانایی‌های جسمانی و تاکتیکی و مهارت‌های تخصصی، توانمندی و ویژگی‌های شخصیتی نیز از عوامل موثر بر پیشرفت ورزشی است. ورزشکاران مجبورند در موقعیت‌های اضطراب‌زا رقابت کنند و در واکنش با آن موقعیت‌ها دستخوش هیجان می‌شوند (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۹۲). از جمله حوزه‌های مورد علاقه محققان در روانشناسی مثبت نگر شادکامی، سلامت روان، بهزیستی روانی، خلاقیت و هیجان است. از میان سازه‌های مطرح شده، مفهوم خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی به دلیل جایگاه و اهمیت هیجان در زندگی فردی و اجتماعی و ضرورت آن در حفظ سلامت روان، مورد توجه بسیاری از محققان قرار گرفته است (ویدال و همکاران، ۲۰۱۰: ۱۵۲). پژوهشگران روان‌شناسی ورزشی نیز به این نتیجه رسیده‌اند که هر چه ورزشکار در درک، شناسایی، تنظیم و ابراز دقیق هیجان‌ها توانمندتر باشد، موجب می‌شود فردی کارآمدتر باشد و بهترین عملکرد خود را نشان دهد (مه‌یر، ۲۰۰۷). ورزش یک عامل موثر در توسعه تعاملات اجتماعی و توانایی‌های مردم است که از طریق آن افراد می‌توانند احساسات خود را همراه با سازگاری با محیط تنظیم کنند و به طور موثر درباره چگونگی ابراز احساساتشان تصمیم بگیرند که یکی از این توانایی‌های اجتماعی خلاقیت هیجانی است (اکبری و جوکار، ۲۰۱۴: ۲۲۱).

خلاقیت هیجانی توسط آوریل (۱۹۸۰)، برای اولین بار مطرح شد. آوریل خلاقیت هیجانی را به صورت توانایی تجربه و ترکیبی از هیجان‌ها بصورتی بدیع و تاثیر گذار تعریف می‌کند. آوریل و نانلی (۱۹۹۲)، در تعریفی ابعاد و عناصر این نوع خلاقیت را تعیین کردند. بر اساس این تعریف: خلاقیت هیجانی عبارت است از ابراز خود به روشی جدید که براساس آن خطوط فکری فرد بسط یافته و روابط میان فردی او افزایش می‌یابد. مطابق این تعریف، بداعت، اثر بخشی و صداقت سه عنصر اصلی خلاقیت هیجانی محسوب می‌شوند. بداعت یعنی توانایی تغییر هیجان‌ها معمول و ایجاد حالات هیجانی جدید که یا برخلاف هنجارها و استانداردهاست یا ترکیبی جدید از هیجان‌ها متداول فرد است. اصالت به این معنی است که یک پاسخ عاطفی خلاق باید خود فرد را بیان کند، نه اینکه نشان دهد فرد با شرایط هماهنگ است. اثربخشی نیز یعنی پاسخ خلاق باید متناسب با موقعیت بوده یا نتایج مفیدی را برای فرد و گروه به همراه داشته باشد و نیز

برقراری روابط مطلوب با دیگران را برای فرد ممکن ساخته و موجبات بهبود شیوه تفکر فردی را فراهم کند (صبری و همکاران، ۱۳۹۲: ۳۷).

توانمندی‌ها و شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی از عوامل تعیین کننده و تاثیر گذار بر کیفیت روابط اجتماعی و موفقیت در حوزه‌های گوناگون زندگی و شغلی به شمار می‌روند. خاستگاه نظری این دسته از پژوهش‌ها مفهوم هوش هیجانی است که سالوی و مایر (۱۹۹۰)، آن را پیشنهاد کردند. سالوی و مایر (۱۹۹۷)، هوش هیجانی را به عنوان توانایی ادراک درست هیجان‌ها، استفاده از هیجان‌ها در آسان سازی تفکر، درک هیجان‌ها و تنظیم هیجان‌ها در خود و دیگران تعریف کرده‌اند. از نظر ویسه‌پینگر (۱۹۹۸) هوش هیجانی استفاده هوشمندانه از عواطف است. به این صورت که شما آگاهانه از عواطف خود استفاده می‌کنید و رفتار و تفکرات خود را در جهت اهداف خود هدایت می‌کنید تا به نتایج جالب توجهی دست یابید. گلمن (۱۹۹۹) عناصر هوش هیجانی را به دو دسته عناصر فردی و اجتماعی تقسیم کرد:

عناصر فردی شامل خودآگاهی، خودتنظیمی و خود انگیزگی و عناصر اجتماعی شامل همدلی و مهارت‌های اجتماعی است. هوش هیجانی روشی جدید برای مدیریت عواطف ذی‌نفعان کلیدی ورزش یعنی مربیان و ورزشکاران محسوب می‌شود. بنابرین هوش هیجانی بالا در ورزشکاران نشان می‌دهد که وی چگونه از هیجان‌ها خود به طور مناسب و در موقعیت‌های مختلف استفاده کند و از طرفی حالت هیجانی متناسب با آن موقعیت را نشان دهد (عیدی و همکاران، ۱۳۹۲: ۳۹).

بسیاری از روان‌شناسان ورزش بر این باورند که مربیان و ورزشکاران در سال‌های اخیر به این نتیجه رسیده‌اند که به منظور رسیدن به اهداف خود به مهارت‌های روانی بیشتر از مهارت‌های فیزیکی نیازمند هستند (سهیلی و همکاران، ۲۰۱۳: ۵۳). سازه خودکارآمدی یکی از تاثیر گذارترین سازه‌های روانی است که تلاش برای موفقیت در ورزش را تحت تاثیر قرار می‌دهد (شلانگوسکی و همکاران، ۲۰۱۴: ۱۸). خودکارآمدی، احساس شایستگی، بسندگی و توانایی در سازگار شدن با زندگی است که تامین و حفظ معیارهای عملکرد، موجب افزایش آن و ناتوانی در تامین و حفظ این معیارها آن را کاهش می‌دهد (قربانی و همکاران، ۲۰۱۲: ۹).

بندورا (۱۹۹۷)، خودکارآمدی را به عنوان باور افراد به توانایی‌های خود برای انجام وظایف به گونه‌ای که نتایج مورد نظر را

هیجانی در دانش آموزان" به این نتیجه رسیدند که خودکارآمدی با خلاقیت هیجانی رابطه مثبت و معناداری دارد. با توجه به مطالب گفته شده بالا و اهمیتی که دو متغیر خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی جهت افزایش خودکارآمدی افراد دارند و از آنجایی که تحقیقات اندکی در زمینه ارتباط این متغیرها در زمینه ورزش، مخصوصاً خلاقیت هیجانی و خودکارآمدی انجام شده است، بنابراین هدف از انجام این تحقیق، بررسی ارتباط بین خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه می باشد.

روش‌شناسی تحقیق

روش این تحقیق توصیفی می‌باشد که به صورت همبستگی انجام شده است و در دسته تحقیقات کاربردی قرار دارد. جامعه آماری تحقیق، شامل کلیه ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه که در تیم‌های ملی حضور دارند و یا سابقه عضویت داشته‌اند، می باشد که تعداد ۲۰۰ نفر بودند و نمونه آماری هم متناسب با جدول نمونه گیری مورگان، تعداد ۱۲۷ نفر به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده تحقیق پرسش نامه بود که روایی آنها توسط چند تن از اساتید مدیریت ورزشی مورد تایید قرار گرفتند. پرسش نامه خلاقیت هیجانی توسط اوریل و همکاران (۱۹۹۹)، ساخته شده است و دارای ۳۰ سوال بر اساس طیف پنج گزینه ای لیکرت می باشد که چهار مولفه نوآوری، اصالت، آمادگی و کارایی را می‌سنجد. پایایی کل آزمون را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۴ گزارش شده است (هاشمی، ۱۳۸۸). در این پژوهش نیز پایایی کل آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۳۹ بدست آمد.

پرسش نامه هوش هیجانی توسط عیدی و همکاران (۱۳۹۲)، مورد سنجش قرار گرفته است. این پرسش نامه ۳۳ سوال بر اساس طیف پنج گزینه ای لیکرت دارد و شش مولفه ارزیابی احساسات دیگران، ارزیابی احساسات خود، خود تنظیمی، مهارت‌های اجتماعی، به کارگیری عواطف و خوش بینی را می‌سنجد. پایایی آن توسط عیدی و همکاران ۰/۷۸ گزارش شده است. در این پژوهش نیز پایایی کل آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۹۹ بدست آمد. پرسشنامه خودکارآمدی عمومی توسط شرر و همکاران (۱۹۸۲) ساخته شده است و شامل ۱۷ سوال بر اساس طیف لیکرت می باشد. نجفی و فولاد چنگ (۱۳۸۶) پایایی این مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و رضایور و همکاران (۱۳۸۹) پایایی ۰/۸۶ را گزارش کرده اند. برای تجزیه و تحلیل داده ها نیز، از آمار توصیفی و استنباطی کلموگراف اسمیرنوف برای تعیین نرمال

کسب کنند، تعریف می کند. خودکارآمدی، مهارت‌های قابل دسترس ورزشکاران را افزایش و میزان اضطراب رقابتی آنها را کاهش می دهد (نریمانی و آریاپوران، ۱۳۸۶: ۸۶).

افرادی که از منابع کارآمدی غنی (عملکرد گذشته، ترغیب اجتماعی و برانگیختگی هیجانی) برخوردارند، احساس خودکارآمدی بالاتری داشته و در اکثر زمینه‌ها موفق ترند و در تعاملات هیجانی دشوار برخورد مناسب تری از خود نشان می دهند (مادوکس ، ۲۰۰۲). خودکارآمدی در انجام مشاغل پرهیجان و استرس آمیز، اهمیت اساسی داشته و در ارتباط بین مقتضیات شغل های هیجانی و ناهماهنگی خلقی نقش حایل و تعدیل کننده دارد (جکس و همکاران ، ۲۰۰۲: ۱۰۱۶). بندورا و لاکي (۲۰۰۳)، معتقد هستند که باورهای خودکارآمدی می تواند بر سلامت هیجانی و راههای مقابله با استرس و افسردگی تاثیر بگذارد (بندورا و لاکي، ۲۰۰۳).

نتایج پژوهش‌های مختلف نیز، نشان می‌دهد که بین خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ارتباط وجود دارد. سرخوش و رضایی (۲۰۱۴)، با بررسی چگونگی رابطه هوش هیجانی معلمان با باورهای خودکارآمدی آنها، نشان دادند که همبستگی مثبت و قوی بین هوش هیجانی و باورهای خودکارآمدی وجود دارد (سرخوش و رضایی، ۲۰۱۴: ۹۵). شهاب زادگان و همکاران (۲۰۱۳)، در تحقیق خود که رابطه بین مولفه‌های هوش هیجانی و نگرش مثبت با سلامت روانی و خودکارآمدی در زنان ورزشکار دوندۀ بود به این نتیجه رسیدند که آموزش هوش هیجانی می‌تواند خودکارآمدی را در ورزشکاران افزایش دهد (شهاب زادگان و همکاران، ۲۰۱۳: ۶۷۰). قربانی و همکاران (۲۰۱۲)، به این نتیجه رسیدند که خودکارآمدی با خلاقیت هیجانی رابطه مثبت و معناداری دارد. در نتیجه افرادی که خودکارآمدی بالاتری را تجربه می کنند در بعد خلاقیت هیجانی، بهره‌وری بیشتری دارند (قربانی و همکاران، ۲۰۱۲: ۱۲). گورول و همکاران (۲۰۱۰)، در تحقیق خود با عنوان مقایسه هوش هیجانی و خودکارآمدی معلمان قبل از خدمت، به این نتیجه رسیدند که بین هوش هیجانی و خودکارآمدی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد (گورول و همکاران، ۲۰۱۰: ۳۲۵۰). عبدالوهابی و همکاران (۲۰۱۲) در تحقیقی با عنوان رابطه بین هوش هیجانی و خودکارآمدی در دوره‌های عملی در میان معلمان ورزش به این نتیجه رسیدند که بین هوش هیجانی و خودکارآمدی ارتباط وجود دارد (عبدالوهابی و همکاران، ۲۰۱۲: ۱۷۸۲). کاظمی و همکاران (۱۳۹۰)، در تحقیقی با عنوان " بررسی رابطه خودکارآمدی با خلاقیت شناختی و خلاقیت

می‌باشد.

جدول ۳. ضریب همبستگی پیرسون بین هوش هیجانی و مولفه های آن با خود کارآمدی

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نمونه	همبستگی معناداری
هوش هیجانی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۴۳** ۰/۰۰۱
ارزیابی احساسات دیگران	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۳۶** ۰/۰۰۱
ارزیابی احساسات خود	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۳۱** ۰/۰۰۱
خود تنظیمی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۱۳** ۰/۲۹
مهارت های اجتماعی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۴۵** ۰/۰۰۱

نتایج جدول ۳- نشان می دهد که در مجموع بین هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران ارتباط ۰/۴۳۱ به دست آمده است که نشان دهنده ارتباط معنادار و مثبت بین آن ها می باشد.

جدول ۴. خلاصه الگوی رگرسیون برای مولفه های خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی

خطای معیار برآورد	مجدور همبستگی	ضریب همبستگی	متغیرها
۰/۶۷ ۱۶	۰/۲۹	۰/۵۴	خلاقیت هیجانی - خودکارآمدی
۰/۳۲ ۲۲	۰/۲۵	۰/۴۱	هوش هیجانی - خودکارآمدی

با توجه به جدول ۴- ضریب همبستگی بین ابعاد خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی با خودکارآمدی ورزشکاران، به ترتیب معادل ضریب تعیین ۰/۲۹۴ و ۰/۲۵۸ است که نشان می دهد؛ ابعاد خلاقیت هیجانی به طور کلی توانسته ۰/۲۹۴ از تغییرات خودکارآمدی و هوش هیجانی توانسته است ۰/۲۵۸ از تغییرات خودکارآمدی را تبیین کنند.

بودن داده‌ها، ضریب همبستگی پیرسون برای ارتباط بین متغیر ها و رگرسیون چند گانه برای پیش بینی متغیرهای پژوهش استفاده شد. نرم افزار آماری مورد استفاده، SPSS نسخه ۲۰ بوده است.

یافته‌های تحقیق

ابتدا داده‌ها جمع آوری شد و سپس نرمال بودن آن ها مورد بررسی قرار گرفته است. برای آزمون نرمال بودن داده‌های به دست آمده برای متغیرهای تحقیق از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف استفاده شده‌است. نتایج در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق را نشان می دهد.

جدول ۱. نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف

شاخص متغیر	Z	N	Sig.
خلاقیت هیجانی	۱/۱۸	۱۲۷	۰/۱۱
هوش هیجانی	۲/۴۸	۱۲۷	۰/۱۳
خودکارآمدی	۱/۲۰	۱۲۷	۰/۱۱

نتایج جدول ۱ نشان می دهد که سطح معناداری سه متغیر اصلی تحقیق، یعنی خلاقیت هیجانی، هوش هیجانی و خودکارآمدی به ترتیب ۰/۱۱۹ و ۰/۱۱۱ و ۰/۱۳۶ است و چون این مقادیر بیشتر از مقدار معناداری ۰/۰۵ می باشد، بنابراین داده‌ها دارای توزیع نرمال بوده و برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار پارامتریک استفاده می‌شود.

جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون بین خلاقیت هیجانی و مولفه های آن با خود کارآمدی

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نمونه	همبستگی معناداری
خلاقیت هیجانی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۰۰۱ ۰/۴۹**
آمادگی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۰۰۱ ۰/۴۷**
نوآوری	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۰۰۱ ۰/۴۵**
کارایی	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۰۰۱ ۰/۳۷**
اصالت	خودکارآمدی	۱۲۷	۰/۰۸۶ ۰/۱۲

نتایج جدول ۲- نشان می دهد که در مجموع بین خلاقیت هیجانی با خود کارآمدی ورزشکاران ارتباط ۰/۴۹۷ به دست آمده است که نشان دهنده ارتباط معنادار و مثبت بین آن‌ها

جدول ۵. نتایج رگرسیون چند گانه برای پیش بینی خود کارآمدی از طریق مولفه های خلاقیت هیجانی

شاخص متغیر	ضرایب استاندارد نشده	ضرایب استاندارد شده	مقدار تی	سطح معناداری
مقدار ثابت	۳۱/۵۵	۶/۱۰	۵/۱۷	۰/۰۰۱
نوآوری	۰/۹۱	۰/۳۴	۲/۶۷	۰/۰۰۹
کارایی	-۰/۳۱	۰/۳۸	-۰/۸۱	۰/۴۱
اصالت	۰/۶۱	۰/۵۸	۱/۰۴	۰/۳۰
آمادگی	۰/۵۷	۰/۱۳	۴/۲۲	۰/۰۰۱

نتایج رگرسیون جدول ۶- نشان می‌دهد که از بین شش مولفه هوش هیجانی، چهار مولفه ارزیابی احساسات دیگران، خوش بینی، ارزیابی احساسات خود و مهارت اجتماعی، به ترتیب با مقدار بتای ۰/۲۳۴، ۰/۱۹۱، ۰/۲۱۷ و ۰/۲۸۱ توان و قدرت ایجاد کردن خودکارآمدی ورزشکاران را دارند.

نتایج رگرسیون جدول ۵- نشان می‌دهد که از بین چهار مولفه خلاقیت هیجانی، دو مولفه نوآوری و آمادگی به ترتیب مقدار بتای ۰/۳۱ و ۰/۳۳ توان و قدرت ایجاد کردن خودکارآمدی ورزشکاران را دارند.

جدول ۶. نتایج رگرسیون چند گانه برای پیش بینی خود کارآمدی از طریق مولفه های هوش هیجانی

شاخص متغیر	ضرایب استاندارد نشده	ضرایب استاندارد شده	مقدار تی	سطح معناداری
مقدار ثابت	۲۷/۴۶	۴/۱۰	۴/۲۷	۰۰/۰۰۲
ارزیابی احساسات دیگران	۰/۸۱	۰/۳۲	۳/۵۷	۰۰/۰۰۵
خوش بینی	-۰/۲۲	۰/۴۱	-۰/۱۹	۰/۰۰۱
ارزیابی احساسات خود	۰/۵۰	۰/۴۷	۲/۰۳	۰۰/۰۰۹
مهارت اجتماعی	۰/۵۲	۰/۲۳	۵/۳۳	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه گیری

نتایج تحقیق نشان می‌دهد که بین خلاقیت هیجانی و خود کارآمدی ورزشکاران نخبه شهر کرمانشاه ارتباط معناداری وجود دارد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که وجود خلاقیت هیجانی در ورزشکاران می‌تواند باعث خود کارآمدی بهتر ورزشکاران شود. در تحلیل این بخش از یافته های تحقیق می‌توان عنوان کرد که ابراز هیجان مثبت باعث می‌شود که ورزشکاران نخبه پیوند های تازه‌ای بین ایده‌ها ببینند، اطلاعات را سازماندهی کنند و راه حل های جدیدی برای رفع مشکلات و مسائل جدید خلق کنند. خلاقیت ناشی از این هیجانهاست؛ آمادگی ورزشکار را برای درگیر شدن در فعالیت های مختلف ارتقا می‌بخشد. مادوکس (۲۰۰۲)، نیز معتقد است افرادی که از منابع کارآمدی غنی مانند خلاقیت هیجانی برخوردارند، احساس خودکارآمدی بالاتری داشته و در اکثر زمینه ها موفق ترند و در تعاملات هیجانی دشوار، برخورد مناسب‌تری از خود نشان می‌دهند (مادوکس، ۲۰۰۲).

نتایج پژوهش‌های مختلف هم، با یافته های این بخش از

تحقیق همخوانی دارد. قربانی (۲۰۱۲)، در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند افرادی که بهره‌وری بیشتری از خلاقیت هیجانی دارند؛ می‌توانند خود کارآمدی بیشتری نیز داشته باشند. کاظمی و همکاران (۱۳۹۰) نیز، در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که خلاقیت هیجانی با خود کارآمدی ارتباط مثبت و معناداری دارد. دیگر نتایج تحقیق نشان داد که از بین مولفه‌های خلاقیت هیجانی، بین سه مولفه آمادگی، نوآوری و کارایی با خود کارآمدی ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد و این مولفه‌ها با مقدار بتای ۰/۲۳۴، ۰/۱۹۱، ۰/۲۱۷ و ۰/۲۸۱ توان و قدرت ایجاد کردن خودکارآمدی ورزشکاران را دارند. اما بین مولفه اصالت با خودکارآمدی ورزشکاران ارتباط مثبت و معناداری وجود ندارد.

همان گونه که قبلاً گفته شد، نوآوری به معنای ترکیب جدیدی از هیجانات متداول یا ایجاد حالت هیجانی جدید است. بنابراین، تاکید ورزشکاران با جهت‌گیری گفت و شنود و ابراز هیجانات موجب تقویت بروز هیجانات بدیع می‌شود و از این طریق خود کارآمدی آنها را نیز افزایش می‌دهد. آوریل (۱۹۹۹)، معتقد است افرادی که در تنظیم و بروز احساسات خود بهتر از دیگران عمل می‌کنند؛ ایجاد هیجانات خلاق در آنها بیشتر است و زمینه بهتری برای رسیدن به موفقیت دارند (آوریل، ۱۹۹۹). آمادگی و کسب اطلاعات نیز، موجب افزایش خلاقیت هیجانی و خود کارآمدی بهتر افراد می‌شود. در واقع آمادگی در خلاقیت هیجانی منوط به داشتن ارتباطات باز، همدلی و برانگیختگی است. بنابراین، ورزشکارانی که با دیگران ارتباطات زیادی دارند، در احساسات خود تامل می‌کنند و هیجانات خود را ابراز می‌کنند؛ هم اطلاعات موضوعی، هم مهارت‌های خلاقانه و هم برانگیختگی درونی آنها افزایش می‌یابد و می‌توانند در محیط‌های مختلف خود کارآمد تر باشند. ورزشکاران دارای کارایی بالا نیز با پاسخ خلاق متناسب با موقعیت، نتایج مفیدی را برای فرد و تیم به همراه دارند و نیز با برقراری روابط مطلوب با دیگران موجبات بهبود شیوه تفکر فردی و تیمی را فراهم می‌کنند و باعث افزایش خود کارآمدی می‌شوند. نتایج تحلیل رگرسیونی نیز نشان داد که به طور کلی بین خلاقیت هیجانی و خود کارآمدی ورزشکاران ضریب تعیین ۰/۲۹ بدست آمد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که خلاقیت هیجانی از عوامل تبیین کننده خود کارآمدی ورزشکاران است که می‌تواند مقدار قابل توجهی از تغییرات آن را پیش بینی کند.

بین هوش هیجانی با خود کارآمدی ورزشکاران نیز، ارتباط مثبت و معناداری بدست آمد. به طور کلی، از بین مولفه‌های هوش هیجانی، بین چهار مولفه ارزیابی احساسات دیگران،

ارزیابی احساسات خود، مهارت‌های اجتماعی و خوش بینی با خود کارآمدی ورزشکاران ارتباط مثبت و معناداری وجود داشت، اما بین دو مولفه خود تنظیمی و به کارگیری عواطف با خود کارآمدی ورزشکاران ارتباط معناداری وجود نداشت. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که داشتن هوش هیجانی می‌تواند باعث افزایش خود کارآمدی ورزشکاران شود. در تحلیل این بخش از نتایج تحقیق می‌توان عنوان کرد ورزشکارانی که توانایی درک و تنظیم هیجان‌های خود و دیگران را دارند، می‌توانند شبکه‌های حمایت اجتماعی محکم‌تری بنا کنند و به تبع آن احساس توانمندی بیشتری نمایند. در مقابل، ورزشکاران با هوش هیجانی پایین، از توانایی تشخیص و سازگاری با احساسات دیگران که لازمه‌ی روابط بین فردی مؤثر است، بی‌بهره‌اند. بنابر این، ورزشکارانی که از درک دقیق هیجانات خود و دیگران عاجزند، سازگاری اجتماعی ضعیفی دارند که این امر به نوبه‌ی خود موجب کاهش حمایت‌های اجتماعی و احساس کارآمدی می‌شود. در این زمینه بندورا (۱۹۹۷) نیز معتقد است فردی که از درک هیجانی بالایی برخوردار است، رابطه‌ی مناسب‌تری با دیگران برقرار می‌سازد و متقابلاً حمایت‌های آنها را فراخوانده و احساس کارآمدی بیشتری می‌نماید (بندورا، ۱۹۹۷). ورزشکاران کارآمد در حیطه ارزیابی احساسات خود می‌توانند از هیجان‌های منفی نظیر ناامیدی، اضطراب، تحریک‌پذیری‌های بی‌بند و در فراز و نشیب‌های مسابقه کمتر با مشکل مواجه می‌شوند و یا در صورت بروز مشکل به سرعت می‌توانند از موقعیت مشکل‌زا و ناراحت کننده به شرایط مطلوب باز گردند و به صورت خود کارآمد تری عمل کنند. ارزیابی احساسات دیگران با احساس مسئولیت در قبال دیگران نسبت دارد و به عقیده گلن عبارت است از درک احساسات و جنبه‌های مختلف دیگران و به کارگیری یک عمل مناسب و واکنش مورد علاقه برای افرادی که پیرامون ما قرار گرفته‌اند. مهارت اجتماعی به مهارت در مدیریت روابط و ساختن شبکه برای به دست آوردن نتایج و اهداف مورد نظر و توانایی یافتن در زمینه‌های مشترک و توافق حاصل کردن با دیگران است که ورزشکاران دارای این مهارت می‌توانند در میدانی ورزشی موفق‌تر عمل کنند. خوش بینی به انتظارات مثبت از پیامدهای آینده اشاره دارد. ورزشکاران خوش بین از رسیدن به هدف اطمینان دارند و اضطراب و آشفتگی کمتری در مسابقات دارند، بنابراین به صورت خود کارآمد تر می‌توانند عمل کنند. سرخوش و رضایی (۲۰۱۴)، در تحقیق خود نشان دادند که همبستگی مثبت و قوی بین هوش هیجانی و باورهای خودکارآمدی

که: خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی، جزء متغیرهای جدید و نو در کشور ما به حساب می آید که ارتباط آن با متغیرهای مختلف در داخل و خارج از کشورمان به خوبی نشان داده شده است. در این تحقیق نیز، رابطه این متغیرها با خودکارآمدی ورزشکاران مورد بررسی قرار گرفت که بر طبق یافته های تحقیق، سهم قابل ملاحظه ای در ایجاد خودکارآمدی در جامعه مورد بررسی تحقیق، داشته است. بنابراین؛ به مدیران و مربیان باشگاه های ورزشی پیشنهاد می شود که شرایط را برای ایجاد خلاقیت هیجانی و هوش هیجانی در ورزشکاران فراهم کنند و از طریق توجه زیاد به این دو مورد؛ شرایط را برای افزایش عملکرد ورزشکاران و بهبود خودکارآمدی آنان، فراهم کنند.

وجود دارد. شهاب زادگان و همکاران (۲۰۱۳)، در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که آموزش هوش هیجانی می تواند خودکارآمدی را در ورزشکاران افزایش دهد. گورول و همکاران (۲۰۱۰)، نیز در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین هوش هیجانی و خودکارآمدی همبستگی مثبت و معنا داری وجود دارد (گورول و همکاران، ۲۰۱۰) که با این بخش از نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارند. نتایج تحلیل رگرسیونی نیز نشان داد که به طور کلی بین هوش هیجانی و خودکارآمدی ورزشکاران ضریب تعیین ۰/۲۵ بدست آمد. بنابراین، می توان نتیجه گرفت که هوش هیجانی از عوامل تبیین کننده خودکارآمدی ورزشکاران است که می تواند مقدار قابل توجهی از تغییرات آن را پیش بینی کند. از مجموع یافته های این تحقیق، می توان نتیجه گرفت

منابع

۱. رضا پور میر صالح، یاسر، عبدی، کیانوش، رهگذر، مهدی، ریحانی کیوی، شهناز. «رابطه سبک های مقابله با استرس و خودکارآمدی در دانشجویان کارورز رشته توانبخشی». فصل نامه توانبخشی، (۱۳۸۹). ۴: ۴۷-۵۴.
۲. صبری، مصطفی، البرزی، محبوبه، بهرامی، محمود. «رابطه الگوی های ارتباطی خانواده، هوش هیجانی و خلاقیت هیجانی در دانش آموزان دبیرستانی». اندیشه های نوین تربیتی، (۱۳۹۲). ۲: ۶۳-۳۶.
۳. عیدی، حسین، عباسی، همایون، بخشی چناری، امین، فدایی، معصومه. «پیش بینی رضایتمندی ورزشکاران از طریق هوش هیجانی و مولفه های آن». مطالعات روان شناسی ورزشی، (۱۳۹۲). ۶: ۴۸-۳۷.
۴. عیدی، حسین، عباسی، همایون، بخشی چناری، امین، فدایی، معصومه. «تحلیل عاملی تاییدی پرسشنامه هوش هیجانی در ورزش». پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، (۱۳۹۲). ۲: ۱۵۰-۱۳۹.
۵. کاظمی، حمید، شفق، منصوره. «بررسی رابطه خودکارآمدی با خلاقیت شناختی و خلاقیت هیجانی در دانش آموزان». همایش ملی یافته های علوم شناختی در تعلیم و تربیت. (۱۳۹۰). ۷۶۹-۷۵۷.
۶. نجفی، محمود، فولادچنگ، محبوبه. «رابطه خودکارآمدی و سلامت روان در دانش آموزان دبیرستانی». دانشور رفتار، (۱۳۸۶). ۲۲: ۷۰-۸۱.
۷. نریمانی، محمد، آریا پوران، سعید. «مقایسه خودکارآمدی و تحمل ابهام در ورزشکاران گروهی و انفرادی با افراد غیر ورزشکار». نشریه حرکت، (۱۳۸۶). ۳۲: ۸۵-۹۶.
۸. هاشمی، سیده زلیخا، گراوند، نوراله، صیاد طلایی اعظم. «رابطه بینم اضطراب و مولفه های هوش هیجانی در ورزشکاران نخبه». نشریه رفتار حرکتی، (۱۳۹۱). ۱۱: ۲۰۴-۱۹۱.
9. Abdolvahabi, Z., Bagheri, S., Haghghi, S., & Karimi, F. "Relationship between Emotional Intelligence and Self-efficacy in Practica courses among Physical Education Teachers", *European Journal of Experimental Biology*, (2012). 2 (5):1778-1784.
10. Averill, J.R.A constructivist view of emotion. In R. Plutchik & N. Kellerman(Eds.), *Theories of emotion*, Vol, 1, New York: Academic Press, .(1980). 305-339.
11. Averill, J. R., & Nunley, E, P. *Voyages of the heart: Living anemotionally creative life*. New York: The free Press.(۱۹۹۲).
12. Akbari, R., & Jowkar, B., "Investigating effect of sport on cognitive and emotional creativity", *Reef Resources Assessment and Management Technical Paper*, (2014). 40 (4): 221-227

13. Averill, J.R., "Individual differences in emotional creativity: structure and correlates", *J Pers*, (1999). 67(2): 331-71.
14. Bandura A., "Self-efficacy: The exercise of control", New York: Freeman.(۱۹۹۷).
15. Bandura, A., & Locke, E.A., "Negative self-efficacy and goal revisited", *Journal of Applied Psychology*, (2003). 88 (1): 87-89.
16. Bandura, A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman .1997.
17. Ghorbani, M., Kazemi, H., Shafaghi, M., & Massah, H., " An Assessment of relation between self efficacy and Cognitive / Emotive creativity", *Journal of Guidance & Counselling*, (2012). 02 : 08-13.
18. Gürol, A., Güher Özercana, M., & Yalçın H., "A comparative analysis of pre-service teachers' perceptions of self efficacy and emotional intelligence", *Procedia Social and Behavioral Sciences*, (2010). 2: 3246–3251.
19. H, Gunduz,C., Ayse, G., & Tugce, U., "Effects Of Emotional Intelligence On Job Satisfaction: An Empirical Study On Call Center Employees", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, (2012). 58: 363 – 369
20. Jex, M.S., Bliese, D.P., Buzzell, SH., "Peimeau J. The Impact of Self-Efficacy on Stressor-Strain Relation:Coping Style as an Explanatory Mechanism", *J consclinic psych*, (2002). 73: 1015-1025.
21. Maddux, JE., "The power of believing you can", *Handbook of positive psychology*, Oxf Uni press.(۲۰۰۲).
22. Meyer, B., & Fletcher, T., "Emotional Intelligence :A theoretical overview and Implications for research and professional practice in sport psychology", *Journal of applied sport psychology*, (2007). 19: 1–15.
23. Salovey P., & Mayer Y.D. Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, (1990). 9, 185-211.
24. Sarkhosh, M., & Rezaee, A., "How Does University Teachers' Emotional Intelligence Relate To Their Self-Efficacy Beliefs?", *Porta Linguarum*, (2014). 21: 85-100.
25. Salovey, P., & Mayer, J.D. What is emotional intelligence? In P. Salovey, & J. D. Mayer (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence*. New York: Cambridge University Press.(۱۹۹۷).
26. Shahbazzadegan, B., Samadzadeh, M., & Abbasi, M., "The relationship between education of emotional intelligence components and positive thinking with mental health and selfefficacy in female running athletes", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, (2013). 83: 667 – 671.
27. Shelangoski, B.L., Hambrick, M.E., Gross, J.P., & Weber, J.D., " Self-Efficacy in Intercollegiate Athletes", *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, (2014).7: 17-42.
28. Sherer, M., & et al., "The self-efficacy scale: construction and validation", *psychological reports*, (1982). 51: 663-671.
29. Soheili, B., Tojari, F., & Amirtash, A., "The impact of coaches self efficacy on relationship between the coach - athlete in sports leagues of Iran", *Journal of Experimental Biology*, (2013). 3(1):52-56.
30. Vidal, S., Skeem, J., & Camp, J., "Emotional Intelligence: Painting Different Paths for Low-Anxious and High-Anxious Psychopathic Variants", *Law and Human Behavior*, (2010). 34: 150-163.