



مقایسه بلوغ عاطفی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام

نبی شمسائی¹ - هادی عبدی²

مربی، عضو هیأت علمی دانشگاه ایلام 2- مربی، عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور ایلام

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی تفاوت بلوغ عاطفی ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام صورت گرفته است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه ورزشکاران پسر دانشگاه ایلام می‌باشد. بدین منظور 100 دانشجوی ورزشکار (50 نفر ورزشکار تیمی و 50 نفر ورزشکار انفرادی) که در سال تحصیلی 86-87 در دانشگاه ایلام مورد مطالعه قرار گرفتند.

برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه مقیاس بلوغ عاطفی (بهارگاوا) استفاده شد که مشتمل بر 48 سؤال است. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آمار توصیفی و آمار استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که ورزشکاران تیمی با توجه به ماهیت خاص این نوع ورزش‌ها، دارای بلوغ عاطفی باثبات‌تری هستند، اما تفاوت بلوغ عاطفی بین ورزشکاران رشته‌های تیمی با ورزشکاران رشته‌های انفرادی از لحاظ آماری معنی‌دار نمی‌باشد.

واژه‌های کلیدی: بلوغ عاطفی، ورزشکاران، رشته‌های تیمی، رشته‌های انفرادی



مقدمه

ترقی و پویایی و اعتلای هر جامعه‌ای جز در داشتن عناصر و اعضای سالم و کارآمد در آن اجتماع ممکن نمی‌باشد. افرادی که علاوه بر وضعیت جسمانی مناسب از لحاظ وضعیت روحی و روانی نیز در حد متعادل و مطلوبی باشند. بدون تردید تقارن سلامتی جسمانی و روانی اصلی‌ترین نتیجه‌اش داشتن جامعه‌ای شکوفا و با آتیه است (3).

یکی از جنبه‌های مهم روانی و اجتماعی افراد، بلوغ عاطفی است. بلوغ عاطفی به این معناست که فرد به حدی از پختگی برسد که بتواند راه‌حل‌های پیچیده‌تری را برای مشکلات روزمره عاطفی خود پیدا کند و از احساس خود به صورت پیچیده‌تری برای حل این مشکلات استفاده کند و توانایی کنترل نوسانات شدید آن را داشته باشد و یاد بگیرد احساسات خود را کنترل نماید. مسئله بلوغ عاطفی مسئله مهمی است که اگر افراد به آن توجه نکنند ممکن است در زندگی آینده به مشکل مواجه شوند (4).

دوران بلوغ، دورانی مهم و از نظر پایه‌گذاری‌ها، دورانی سرنوشت‌ساز است. آغاز آن به هر گونه‌ای که باشد لاجرم فرجامی خواهد داشت که ممکن است بسیار تلخ یا شیرین باشد. اکثریت افراد بعد از رسیدن به بلوغ نسبی فکری سعی در گرفتن مسئولیت‌های اجتماعی دارند. کاپلان و بارون خصوصیات فردی را که از لحاظ عاطفی بالغ است، بررسی کرده و می‌گویند «او قابلیت مقاومت در برابر تأخیر در ارضای نیازها را دارد، او توان تحمل میزان معقول ناکامی را دارد، او به طرح و نقشه درازمدت معتقد است و می‌تواند توقعات خویش را بر مبنای اقتضای موقعیت به تعویق اندازد یا در آن تجدید نظر نماید» (2).

برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است. بعلاوه شخص بالغ از نظر عاطفی پیوسته دارای گنجایش شادی و تفریح است. افرادی که از لحاظ عاطفی بالغ هستند دارای خصوصیات زیرند: مایل به ایجاد ارتباط با غیرهمجنس، درک نگرش رفتار دیگران، میل به پذیرش نگرش‌ها و عادات دیگران و قابلیت تأخیر پاسخ‌های خود (4).



زمانی می‌توانیم فردی را از لحاظ عاطفی بالغ بدانیم که کلیه عواطف و احساسات خود را به درستی بشناسد و نحوه ابراز صحیح و کنترل آنها را بداند. افسردگی از جایی آغاز می‌شود که فرد عواطف خویش را به درستی نمی‌شناسد و بالطبع نحوه کنترل و ابراز آنها را نمی‌داند. پس یا آنها را به شکل نادرست ابراز می‌کند و یا آنها را انکار و سرکوب می‌نماید (4).

ورزش مقوله‌ای است که از بدو خلقت بشری همراه انسان بوده است. فعالیت منظم جسمانی باعث تعدیل خصوصیات جسمانی و روانی افراد می‌شود. ورزش باعث تخلیه هیجانات و نشاط و شادابی خاص می‌گردد و می‌تواند به عنوان عاملی در جهت کاهش اختلالات رفتار مورد استفاده قرار گیرد. فعالیت ورزشی می‌تواند سهم عمده‌ای را در درمان این اختلالات داشته باشد. ورزش با سازگاری اجتماعی و اعتماد به نفس ارتباط دارد و این موضوع نشانگر میزان اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در سلامت روانی و سازگاری اجتماعی افراد ورزشکار است (6).

اهمیت ورزش برای افراد و جوامع امری بدیهی و مسلم است، اما ابعاد اجتماعی - سیاسی و روانی آن در این زمان شناخته‌شده‌تر و از جنبه علمی مورد بررسی‌های عمیق‌تر و گسترده‌تر قرار گرفته و به رابطه آن با بهداشت روانی و اجتماعی، توجه خاص شده است. به‌طور کلی ورزش بخشی از فرهنگ و جامعه ماست. در فرهنگ کشورمان، ورزشکاران و به ویژه پهلوانان همواره توأم با خصلت‌های جوانمردی، صداقت و درستی، یاری‌دادن به دیگران و دستگیری از ضعفا و سرکشی در مقابل نهادهای قدرت و ظلم بوده‌اند. نمونه‌های فراوان از این موضوع در ادبیات کشورمان و به ویژه در حماسه عظیم فردوسی موجود است (5). ورزش علاوه بر اینکه ابزار ارزشمندی برای سلامتی جسمانی است، رابطه نزدیکی با سلامتی روانی و به ویژه پیشگیری از بروز ناهنجاری‌های روانی دارد. ورزش از اضطراب می‌کاهد، اعتماد به نفس را افزایش می‌دهد و خودپنداری مثبت را تقویت می‌کند، ورزش سبب اجتماعی‌شدن، ایجاد کفایت و مهارت، استحکام روابط خانوادگی، سهولت دوست‌یابی و ارتباط سالم با همسالان و همگنان می‌شود. شرکت در فعالیت‌های ورزشی فرصت خودارزیابی، ارتباط و مقایسه با همسالان و رقابت سالم که به نوبه خود به رشد عزت نفس و خودپنداری کمک می‌کند، را ایجاد می‌نماید (6).



شرکت در فعالیت‌های ورزشی به‌طور مثبت با رشد مهارت‌های بین فردی، ارتباط با دیگران، توانایی‌های رهبری گروه و بهزیستی فردی و اجتماعی افراد در ارتباط است. نتایج تحقیق مبارکه (1376)، نشان داد که مدیران ورزشکار نسبت به مدیران غیرورزشکار از سطح بهداشت روانی بهتری برخوردارند و شکایات جسمی کمتری دارند (5).

ورزش‌ها از یک نظر به دو دسته تقسیم می‌شوند: ورزش‌های انفرادی و ورزش‌های تیمی. شخص در ورزش‌های انفرادی فقط با مهارت‌ها و توانایی‌های خودش سروکار دارد در حالی که در رشته‌های گروهی مانند فوتبال، شخص تحت تأثیر اعضای تیمش قرار می‌گیرد و عملکرد او در گروه عملکرد گروهی خواهد بود. در مقابل عملکرد او نیز تحت تأثیر عملکرد گروه می‌باشد (5). تاکنون تحقیقات متعددی در زمینه تفاوت ویژگی‌های روانی و اجتماعی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی صورت گرفته است.

نریمانی (1385)، در مقایسه سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های تفکر، مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار (گروهی - انفرادی) و غیرورزشکار پسر مدارس متوسطه شهر اشنویه، به این نتیجه رسید که بین سه گروه از دانش‌آموزان ورزشکار (گروهی - انفرادی) و غیرورزشکار از لحاظ متغیرهای سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های تفکر، مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی تفاوت وجود دارد. به عبارت دیگر این متغیرها در دانش‌آموزان ورزشکار گروهی بالاتر از دو گروه دیگر بود. همچنین پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار انفرادی بهتر از دو گروه دیگر بود (5).

نوربخش و ملکی (1384)، در مقایسه مهارت‌های روانی پایه، روانی - جسمانی و شناختی ورزشکاران مرد برتر رشته‌های گروهی و انفرادی استان خوزستان و رابطه این مهارت‌ها با خودکارآمدی آنان، دریافت که بین مهارت‌های روانی پایه و روانی - جسمانی و مهارت‌های شناختی ورزشکاران گروهی و انفرادی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد، همچنین بین مهارت‌های روانی ورزشکاران گروهی و انفرادی با خودکارآمدی آنان همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. به‌طور کلی نتیجه تحقیق نشان داد که مهارت‌های روانی و خودکارآمدی اهمیت یکسانی در ورزشکاران برتر رشته‌های انفرادی و گروهی دارد و اجزای جدایی‌ناپذیر رقابت‌های ورزشی به شمار می‌روند (6).



آریاپوران (1385)، با بررسی ارتباط راهبردهای مقابله‌ای، جهت‌گیری هدف و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی در ورزشکاران انفرادی و گروهی، نشان داد که بین راهبردهای مقابله متمرکز بر تکلیف و عملکرد ورزشی در ورزشکاران گروهی رابطه معنی‌داری وجود دارد، جهت‌گیری هدف با عملکرد ورزشی در ورزشکاران انفرادی و گروهی رابطه معنی‌داری دارد، همچنین اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی در ورزشکاران گروهی رابطه دارد (1).

واعظ موسوی (1381)، در تحقیق خود با عنوان مقایسه کیفیت زندگی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی، نشان داد که کیفیت زندگی زنان ورزشکار رشته‌های انفرادی در مقایسه با کیفیت زندگی زنان ورزشکار رشته‌های گروهی برتری دارد و این برتری به عناصر بهزیستی مادی، رابطه با فرزند، و رفتار در تعطیلات مرتبط بود. در مقابل، کیفیت زندگی مردان ورزشکار رشته‌های گروهی از کیفیت زندگی مردان ورزشکار رشته‌های انفرادی برتر بود و این برتری به عناصر بهزیستی مادی، رابطه با اقوام، رابطه شغلی، رضایت شغلی و رابطه با همسر مربوط بود (7).

در این تحقیق سعی شده است تا بلوغ عاطفی ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام مورد بررسی و مطالعه قرار گیرد تا با استفاده از نتایج آن، بتوان به تأثیرات متفاوت احتمالی این نوع ورزش‌ها بر ویژگی‌های روانی و اجتماعی ورزشکاران از جمله بلوغ عاطفی پی برد.

روش تحقیق

در این تحقیق کلیه ورزشکاران پسر شرکت‌کننده در رشته‌های ورزشی انفرادی و تیمی دانشگاه ایلام، که در سال تحصیلی 86-87 مشغول به تحصیل بودند، مورد مطالعه قرار گرفتند. از بین این دانشجویان تعداد 100 نفر بصورت تصادفی ساده به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. بدین صورت که 50 ورزشکار عضو رشته‌های ورزشی تیمی (فوتبال و والیبال) و 50 ورزشکار عضو رشته‌های ورزشی انفرادی (کشتی، تکواندو، کاراته و بدمینتون) دانشگاه ایلام مورد بررسی و مطالعه قرار گرفتند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه مقیاس بلوغ عاطفی^x (EMS) از سینگ و بهارگاو^x استفاده شد.



این پرسشنامه شامل 48 سؤال است که 10 سؤال اول آن معیار عدم ثبات عاطفی، 10 سؤال دوم معیار بازگشت عاطفی، 10 سؤال سوم معیار ناسازگاری اجتماعی، 10 سؤال چهارم فروپاشی شخصیت و 8 سؤال آخر فقدان استقلال را می‌سنجد که به توضیح مختصر هر یک از آنها می‌پردازیم:

- معیار عدم ثبات عاطفی: این عامل مجموعه‌ای از عدم قابلیت در حل و فصل مشکلات، زودرنجی، نیازها، آسیب‌پذیری، لجاجت و تندخویی می‌باشد.

- معیار بازگشت عاطفی: بازگشت عاطفی گروه بزرگی از عوامل است که عواملی چون احساس حقارت، بی‌قراری، خصومت، پرخاشگری و خودمداری را در برمی‌گیرد.

- ناسازگاری اجتماعی: چنین شخصی فاقد قابلیت انطباق اجتماعی است دچار نفرت است گوشه‌گیر و در عین حال متکبر است، دروغ می‌گوید و تنبلی می‌کند.

- فروپاشی شخصیت: این عامل شامل کلیه علائمی است که نشان‌دهنده فروپاشی شخصیت است مانند واکنش‌سازی، هراس، دلیل تراشی، بدبینی و رفتار ضد اخلاقی است.

- فقدان استقلال: چنین فردی وابستگی انگلی نسبت به دیگران نشان می‌دهد، خودبین است، رغبت‌های محسوس ندارد و مردم او را غیر قابل اعتماد می‌دانند (14).

مقیاس بلوغ عاطفی یک مقیاس گزارش شخصی پنج گزینه‌ای است. سؤالات این مقیاس خواستار اطلاعات برای هر یک از پنج گزینه‌ای است که عبارتند از: خیلی زیاد، زیاد، نامشخص، احتمالاً و هرگز. سؤالات براساس مقیاس 5 درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری شدند. کسب نمره بالاتر در این مقیاس نشانه درجه بالاتری از عدم بلوغ عاطفی در فرد می‌باشد و بالعکس (جدول شماره 1). پایایی این مقیاس توسط روش آزمون-آزمون مجدد و روش همسانی درونی تعیین شده است.

جدول 1- تغییر نمرات حاصل از پرسشنامه مقیاس بلوغ عاطفی (EMS)

| | |
|-------|-------|
| تغییر | نمرات |
|-------|-------|

| | |
|----------------|---------------|
| بسیار با ثبات | 80 و پایین تر |
| نسبتاً با ثبات | 81-88 |
| نسبتاً بی ثبات | 89-106 |
| بسیار بی ثبات | 107 و بالاتر |

بعد از برقراری یک رابطه با آزمودنی‌ها سؤالات و ورقه پاسخنامه را در اختیار آنها گذاشته و از آنها خواسته شد که آن را بر حسب دستوراتی که به منظور اجرای تست در اختیارشان گذاشته شده است، تکمیل کنند. اجرای این تست هم به صورت فردی و هم به صورت گروهی امکان‌پذیر است.

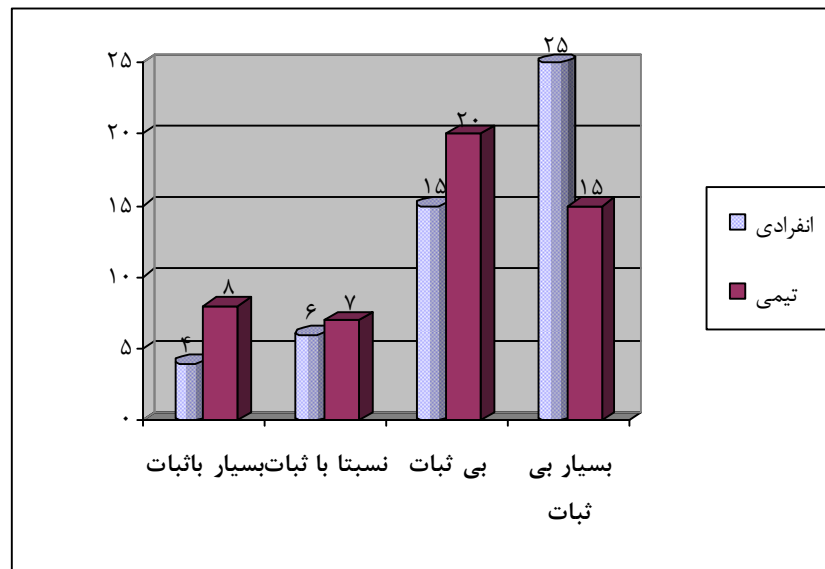
داده‌های آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند، بدین صورت که از آمار توصیفی برای محاسبه شاخص‌های فراوانی و میانگین استفاده شد، همچنین از آمار استنباطی (t-Test) برای بررسی تفاوت بلوغ عاطفی بین دو گروه استفاده شد.

نتایج تحقیق

جدول 2- جدول فراوانی داده‌های مشاهده شده ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام

| بسیار با ثبات | نسبتاً با ثبات | نسبتاً بی ثبات | بسیار بی ثبات | |
|---------------|----------------|----------------|---------------|-------------------|
| 4 | 6 | 15 | 25 | ورزشکاران انفرادی |
| 8 | 7 | 20 | 15 | ورزشکاران تیمی |

شکل 1- نمودارستونی فراوانی مشاهده شده ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام



جدول 3- میانگین پنج معیار بلوغ عاطفی در بین ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام

| فقدان استقلال | فروپاشی شخصیت | ناسازگاری اجتماعی | بازگشت عاطفی | عدم ثبات عاطفی | |
|---------------|---------------|-------------------|--------------|----------------|-------------------|
| 19/12 | 20/07 | 20/87 | 22/67 | 24/95 | ورزشکاران انفرادی |
| 17/52 | 17/89 | 19/47 | 19/96 | 24/05 | ورزشکاران تیمی |

همان‌طور که در جداول و نمودار بالا مشاهده می‌شود، تفاوتی هر چند کم از نظر معیارهای بلوغ عاطفی در

ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی مشاهده می‌شود به طوری که ورزشکاران شرکت‌کننده در ورزش‌های تیمی از نظر

معیارهای بلوغ عاطفی در وضعیت بهتری قرار دارند.

نتایج نشان می‌دهد که در معیار عدم ثبات عاطفی، میانگین ورزشکاران رشته‌های انفرادی بالاتر می‌باشد و نشان-دهنده این است که ورزشکاران رشته‌های انفرادی بیشتر از ورزشکاران رشته‌های تیمی عدم ثبات عاطفی دارند در بازگشت عاطفی نیز به همین صورت است. در سه معیار دیگر نیز، همانطور که در جدول شماره (3) ملاحظه می‌شود، ورزشکاران رشته‌های ورزشی انفرادی میانگین و جمع نمرات بیشتری را نسبت به ورزشکاران رشته‌های تیمی به خود اختصاص داده‌اند.

| Sig | t | انحراف معیار | میانگین | تعداد | گروه | |
|-------|-------|-----------------|---------|-------|-----------------|---------------|
| 0/389 | 0/932 | 9/82 | 94/38 | 50 | ورزشکار انفرادی | بلوغ عاطفی |
| | | 7/48 | 87/23 | 50 | ورزشکاران تیمی | |

جدول 4- تفاوت بلوغ عاطفی ورزشکاران پسر رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام

با توجه به جدول (4)، ملاحظه می‌شود که میانگین عدم بلوغ عاطفی ورزشکاران رشته‌های انفرادی (9/82)، بیشتر از ورزشکاران رشته‌های تیمی (7/48) می‌باشد اما این تفاوت از لحاظ آماری معنی‌دار نمی‌باشد (sig=0/389). بنابراین نتیجه می‌گیریم که تفاوت معنی‌داری از نظر بلوغ عاطفی بین ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

بلوغ عاطفی نه فقط از عوامل مؤثر در الگوی شخصیت است بلکه به کنترل رشد فرد کمک می‌کند. مطالعات حیات عاطفی به صورت یکی از علائم توصیفی مطرح می‌شود که قابل قیاس با علم تشریح است. این عمل با تأثیر متقابل نیروهائی با کیفیت و کمیت گوناگون سر و کار دارد (4).



بلوغ عاطفی در هر سطحی، حاصل رشد طبیعی عاطفی است. فردی که از لحاظ عاطفی بالغ است توان سازگاری مؤثر با خود، اعضای خانواده، همکلاسی‌ها، جامعه و فرهنگ خویش را دارد. اما بلوغ صرفاً به معنای قابلیت نگرش و عمل خاص نیست، بلکه توانایی لذت کامل از آنها را هم شامل می‌شود. کسانی که هنوز به بلوغ عاطفی دست پیدا نکرده‌اند دارای خصوصیتی می‌باشند از جمله: چون کودکان عمل می‌کنند، در جستجوی همدل هستند، خودپسند و اهل دعوا هستند، رفتار کودکانه دارند، خودمحور و پرتوقع هستند و اگر در بازی بیازد عصبانی می‌شوند (2).

در شرایط حاضر ورزشکاران با مشکلات بسیار در زندگی و صحنه ورزشی خویش روبرو هستند. این مشکلات موجب ایجاد مسائل روان-تنی بسیاری در زندگی روزمره آنها می‌شوند. بلوغ عاطفی نقش مهمی را در سازگاری‌های ورزشکاران دارد با این تعبیر که داشتن بلوغ عاطفی در ورزشکاران تا حدی ضروری می‌باشد. با توجه به این مهم، در این تحقیق بر آن شدیم تا میزان بلوغ عاطفی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام را مورد بررسی و مقایسه قرار دهیم.

نتایج حاصل از تحقیق حاکی از آن است که 25 نفر در بین ورزشکاران انفرادی و 15 نفر در بین ورزشکاران تیمی از نظر بلوغ عاطفی بسیار بی‌ثبات بودند. از طرف دیگر در مقیاس بسیار با ثبات تعداد ورزشکاران تیمی 8 نفر و تعداد ورزشکاران انفرادی 4 نفر بودند. در نتیجه به گونه‌ای می‌توان گفت که ورزشکاران تیمی تا حدودی بیشتر از ورزشکاران انفرادی به بلوغ عاطفی دست پیدا کرده‌اند.

همچنین مشخص شد که بطور کلی دانشجویان ورزشکار دانشگاه ایلام، از نظر بلوغ عاطفی نمرات بیشتری را در مقیاس بسیار بی‌ثبات و نمرات کمتری را در مقیاس بسیار باثبات کسب کرده‌اند و این نشان‌دهنده این موضوع است که دانشجویان ورزشکار پسر دانشگاه ایلام از نظر بلوغ عاطفی در سطح پایینی قرار دارند. این مسئله اهمیت ارزیابی عاطفی ورزشکاران توسط مربیان و روانشناسان ورزشی تیم‌ها و آگاه‌ساختن ورزشکاران از نقاط قوت و ضعف عاطفی‌شان و تلاش برای به کمال رساندن این شاخص مهم روانی-اجتماعی را در بین آنها آشکار می‌سازد.



در ارزیابی انجام گرفته، همچنین مشخص شد که از لحاظ آماری تفاوت معنی داری از نظر بلوغ عاطفی در بین ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی دانشگاه ایلام وجود ندارد. که نشان می‌دهد طبیعت گروهی یا انفرادی بودن رشته‌های ورزشی، تأثیری معنی داری بر میزان بلوغ عاطفی ورزشکاران ندارد. این یافته‌ها، با نتایج تحقیقات میرس و همکاران (1998)، میرس و همکاران (1996)، کاکس، ریو و کیو (1996)، اکلوند (1996)، بوش و همکاران (2001)، توماس و آور (1992) مبنی بر عدم وجود اختلاف معنی دار بین مهارت‌های روانی و اجتماعی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی، (12، 13، 9، 10، 8، 15)، همخوانی داشته و با یافته‌های تحقیق هافنر و همکاران (1992)، آریاپوران و ابوالقاسمی (1385)، نریمانی و همکاران (1385) و واعظ موسوی (1381) مبنی بر وجود اختلاف معنی دار بین مهارت‌های روانی و اجتماعی ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی (11، 1، 5، 7)، همخوانی ندارد.

منابع

- 1- آریاپوران، سعید، ابوالقاسمی، عباس (1385)، «ارتباط راهبردهای مقابله‌ای، جهت‌گیری هدف و اضطراب رقابتی با عملکرد ورزشی دانشجویان ورزشکار گروهی و انفرادی»، نشریه علمی- پژوهشی پژوهش در علوم ورزشی، 4(13)، ص: 141-155.
- 2- آقا محمدیان، حمیدرضا، حسینی، مهران (1384)، «روانشناسی بلوغ و نوجوانی»، تهران، انتشارات رشد، ص:
- 3- سرمد، زهره، حجاری، المد و بازرگان، عباس (1385)، «روش‌های تحقیق در علوم رفتاری»، تهران، مؤسسه انتشارات آگاه، ص:
- 4- قاسم زاده، حبیب‌الله (1378)، «شناخت و عاطفه (جنبه‌های بالینی و اجتماعی)»، تهران، انتشارات فرهنگیان، ص:
- 5- نریمانی، محمد، ابوالقاسمی، عباس، برهمند، اوشا، امینی زرار، محمد (1385)، «مقایسه سرسختی روان شناختی، سبک‌های تفکر، مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار (گروهی- انفرادی) و غیرورزشکار»، نشریه علمی- پژوهشی پژوهش در علوم ورزشی، 4(11)، ص: 59-77.



- 6- نوربخش، پیروش، ملکی، محمد (1384)، «مقایسه مهارت‌های روانی پایه، روانی- جسمانی و شناختی ورزشکاران مرد برتر رشته‌های گروهی و انفرادی استان خوزستان و رابطه این مهارت‌ها با خودکارآمدی آنان»، نشریه علمی- پژوهشی حرکت، پیاپی 23، ص: 125-141
- 7- واعظ موسوی، سیدمحمدکاظم (1381)، «مقایسه کیفیت زندگی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و دسته جمعی»، نشریه علمی- پژوهشی پژوهش در علوم ورزشی، 1(3)، ص: 83-93.
- 8- Bush, N.D. Saalmela, J. H. and Green-Demers, I. (200), "*The Ottawa Mental skills assessment tool (OMSAT-3)*". The Sport Psychology. 15(2): PP: 1-19.
- 9- Cox, R.H. Liu, Z., and Qiu, Y. (1996), "*Psychology skills of elite Chinese athletes*". International Journal of Sport Psychology, 27: PP: 123-132.
- 10- Eklund, R.C. (1996), "*Preparing to compete: a season long investigation with collegiate wrestler*". ". The Sport Psychologist, 10: PP: 111-131.
- 11- Hoffner, T.C., Parker, M.A., Pemberton, C.L., and Barber, H. (1992), "*The use of psychological skills by college athletes*". Research Quarterly for Exercise and Sport, 78: PP: 125-132.
- 12- Meyers, M.C., Bourgeois, A.E., and LeUnes, A. and Murray, N.G. (1998), "*Mood and Psychological skills of elite and sub-elite equestrian athletes*". Journal of Sport Behavior, 22: PP: 399-409.
- 13- Meyers, M.C., Bourgeois, A.E., and LeUnes, A. (1996), "*Psychology skills assessment and athletic performance in collegiate rodeo athletes*". Journal of Sport Behavior, 19: PP: 132-146.
- 14- Singh, Y., & Bhargava, M. (1990). "*Manual for Emotional Maturity Scale*". Agra: National Psychological Corporation.
- 15- Thomas, P.R. and Over, R. (1994), "*Psychological and psychosomatic skills associated with performance in golf*". The Sport Psychologist, 8: PP: 73-78.



The comparison of emotional maturity individual and team sports athletes' students of Ilam University

Nabi Shamsaei¹ – Abdi Hadi²

1- Ilam University, 2- Ilam Payam noor University

Abstract

The main aim of this study was to comparison of emotional maturity individual and team sports athlete students of Ilam University. To achieve to this aims 100 athlete students (50 individual athletes and 50 team athletes) of Ilam University in 2007 year, were considered as subjects.

For collect the information, used from Emotional Maturity Scale (EMS) (Singh, & Bhargava), to measure the level of athletes emotional maturity. This Questionnaire includes 48 questions. For analyze gathering data was used from descriptive statistics and Presumptive statistics.

The results were indicated that the team sports athletes are having more stability in emotional maturity than individual sports athletes; however this difference is not meaningful.

Keywords: Emotional Maturity, Athletes, Individual Sports, Team Sports