ارتباط آموزش هوش هیجانی با مهارتهای روانی در بازیکنان والیبال 15-13 ساله شهرستان اقلید

**چکیده:**

هوش هیجانی به عنوان عامل مهم موفقیت در زندگی فردی ، اجتماعی و حرفه ای شناخته شده است هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط آموزش هوش هیجانی با مهارت های روانی بازیکنان والیبال 15- 13 ساله شهرستان اقلید بود. بدین منظور 80 دانش آموز والیبالیست با میانگین سنی 4/0±14 سال به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب و به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. برای سنجش مهارت های هوش هیجانی از پرسشنامه برادبری و کریوز و برای سنجش مهارت های روانی از پرسشنامه آمادگی روانی اوتاوا (OMSAT 3) استفاده شد.گروه آزمایش طی 5 جلسه مهارت های هوش هیجانی را آموزش دیدند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آماری همسانی واریانس ها ،آزمون کلوموگروف اسمیرنوف و آزمون t مستقل در سطح معناداری 05/0>p استفاده شد. نتایج بدست آمده نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل در 4 مؤلفه هوش هیجانی (خود مدیریتی، خود آگاهی، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) و مهارت های روانی در پس آزمون وجود دارد و گروه آزمایش نمرات بهتری را کسب کرده بودند. گروه آزمایش در مؤلفه های هوش هیجانی و مهارت های روانی به طور معناداری در پس آزمون نسبت به پیش آزمون پیشرفت داشتند اما گروه کنترل تغییر معناداری در این مؤلفه ها نداشتند.

بنابراین به نظر می رسد آموزش مهارت های هوش هیجانی علاوه بر اینکه باعث افزایش هوش هیجانی می شود، مهارت های روانی ورزشکاران را نیز افزایش می دهد که این فرآیند منجر به اجرای بهینه ورزشی می شود.

**واژه های کلیدی:**

هوش هیجانی، مهارت های روانی،بازیکنان، والیبال