

راهنمای تدوین مقاله کامل

تعیین ارتباط بین هوش هیجانی و هوش فرهنگی با سبک های مقابله با استرس زنان کونگ

فوکار نخبه ی ایران

الناز بهرامی^{۱*}، سیده فریده هادوی^۲

۱- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، واحد همدان، دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران.

۲- عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران.

خلاصه

هدف از انجام این تحقیق تعیین ارتباط بین هوش هیجانی و هوش فرهنگی با سبک های مقابله با استرس زنان کونگ فوکار نخبه ی ایران بود. تحقیق حاضر از نوع تحقیقات همبستگی است که اطلاعات به روش میدانی جمع آوری شده اند. جامعه ی آماری تحقیق شامل تمام زنان کونگ فوکار شرکت کننده در مسابقات انتخابی کشوری در سال ۱۳۹۳ بود که تعداد ۱۰۰ نفر بودند. برای جمع آوری اطلاعات مورد نیاز، از سه پرسشنامه استفاده شد. پرسشنامه هوش هیجانی سیبر یا شرینگ (۱۹۸۶) با آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و پرسشنامه هوش فرهنگی آنگ (۲۰۰۴) با آلفای کرونباخ ۰/۷۷ و پرسشنامه سبک های مقابله با استرس دادستان و همکاران (۱۳۸۸) با آلفای کرونباخ ۰/۸۵. نتایج تحقیق نشان داد که بین سبک های مقابله با استرس مساله مدار و هوش هیجانی زنان نخبه ی کونگ فوکار ایران ارتباط منفی و معنی داری در سطح آلفای ۰/۰۵ وجود داشت. بین سبک مقابله با استرس هیجان مدار و هوش هیجانی ارتباط معنی دار آماری در سطح آلفای ۰/۰۵ وجود داشت. همچنین بین سبک مقابله با استرس اجتنابی و هوش هیجانی ارتباط منفی و معنی داری در سطح آلفای ۰/۰۵ وجود دارد، و بین سبک مقابله با استرس هیجان مدار و هوش فرهنگی ارتباط معنی داری آماری دیده شد و نیز بین سبک مقابله با استرس مساله مدار و هوش فرهنگی ارتباط مثبت و معنادار آماری دیده شد و در نهایت بین سبک مقابله ای اجتنابی و هوش فرهنگی ارتباط مثبت و معنادار آماری وجود دارد.

کلمات کلیدی: هوش فرهنگی، هوش هیجانی، سبک های مقابله با استرس. زنان نخبه ی کونگ فوکار.

۱. مقدمه

هوش هیجانی و هوش فرهنگی یکی از ویژگی های مهم روان شناختی است که تأثیر مستقیمی بر سبک مقابله با استرس و عملکرد ورزشکاران در ورزش رقابتی دارد. فرایند های هیجانی و فرهنگی توسط بازیکنان و مربیان بر روی سبک مقابله با استرس ورزشکاران اثر دارد و به عملکرد آنان، جهت داده و تنظیم می کند [۶]. با توجه به اهمیت بالای این ویژگی ها، مطالب معدودی در جهت رسیدن به یک مدل نظری جامع در خصوص سبک های مقابله با استرس در بازیکنان رشته های رزمی، به بررسی متغیر های پیش آیند هوش هیجانی و هوش فرهنگی پرداخته است. چنانچه ارتباط بین هوش هیجانی،

* Corresponding author: ۰۹۱۲۹۱۵۸۸۲۴

Email: Ebahrami12@gmail.com

هوش فرهنگی و سبک های مقابله با استرس را بدانیم، در آن صورت می توان در قالب یک مدل نظری چنین فرض کرد که هوش فرهنگی و هوش هیجانی به تنهایی بر سبک های مقابله با استرس ورزشکاران کونگ فو کار نقش دارد.

با توجه به این موضوع که موفقیت تیم های ورزشی نیز همانند سایر سازمان ها، به خاطر توانایی و صلاحیت منابع انسانی است (چلادورای ، ۲۰۰۶) ، مربی تیم های ورزشی برای ایجاد و اجرای هرچه بهتر استراتژی های جذب ، حفظ ، نگهداری بازیکنان، باید به عواملی که باعث پیشرفت آن ها می شود توجه ویژه ای داشته باشد. لذا آگاهی و شناخت این عوامل و بررسی ارتباط آن ها با یکدیگر ضرورت دارد. که در این میان مفهوم هوش فرهنگی برای نخستین بار توسط ایرلی و آنگ (۲۰۰۳) از محققین تجارت لندن مطرح شد ، هوش فرهنگی را قابلیت یادگیری الگو های جدید در تعاملات فرهنگی و ارائه پاسخ های رفتاری صحیح به این الگوها تعریف کرده [۱].

این نوع از هوش به افراد کمک می کند که بتوانند نسبت به فرهنگ های مختلف حساس باشند، بتوانند به طور شایسته و مناسبی با افراد از فرهنگ های مختلف ارتباط برقرار کنند و بتوانند فرهنگ های جدیدی را که با آن ها برخورد می کنند، تجزیه و تحلیل نمایند [۲]

تحقیقات انجام شده در داخل و خارج از کشور، بهبود عملکرد افراد را از طریق توسعه هوش فرهنگی تأیید می کنند. پژوهش های دلارام (۱۳۸۷)، ارلی و انگ (۲۰۰۴) ، هیگینز و آلن (۲۰۰۵) نشان دادند توسعه و ارتقاء هوش فرهنگی، به بهبود عملکرد افراد و رسیدن به موفقیت منجر می شود. بنابراین یکی از راه های افزایش عملکرد تیم های ورزشی، می تواند از طریق و توسعه ی هوش فرهنگی آنان حاصل شود. از این رو، مربیان تیم های ورزشی برای بالا آوردن کارایی بازیکنان و سطح عملکرد آنان، لازم است به دانش و اطلاعات فرهنگی بازیکنان خود توجه ویژه داشته باشند امروزه ورزش های رزمی مانند کونگ فو از طرفداران ترین رشته های ورزشی در جهان به ویژه در کشور ایران به شمار می رود و از این طریق توجه بسیاری از مردم به این رشته معطوف شده است . در کونگ فو ، سالیانه میلیارد ها ریال صرف تشکیل تیم های مختلف در سطوح رقابتی مختلف می شود و هدایت بین تیم ها به مربیان سپرده می شود که سمت ، و سوی موفقیت و اثر بخشی این سرمایه گذاری ها را رقم می زند در کونگ فو عوامل مختلفی مانند انتخاب بازیکنان توانمند، تشکیل و ساختار بندی تیم و عوامل فرهنگی آغاز می شده و در نهایت به پیروزی و قهرمانی و یا شکست ختم می شود. این رویکرد ها عواملی هستند که در اثر آن ها یک تیم به ایده آل ترین شرایط خود رسیده و با کسب موفقیت، شهرت اجتماعی خود را رقم می زند و همچنین نحوه ی به کار بردن این اطلاعات را آموزش می دهند. از نظر کاربردی ، نتایج حاصل از تحقیق پیش رو می تواند در شناسایی ابعاد تعیین کننده هوش هیجانی و هوش فرهنگی بازیکنان و اثر آن ها در سبک های مقابله با استرس کمک به مربیان کارآمد و اثربخش باشد . مدیران ورزشی در رشته کونگ فو اعم از مسئولین باشگاه ها ، مسئولین فدراسیون و هیأت های ورزشی و تمامی دست اندرکارانی که در انتخاب مربیان این رشته ورزشی نقش دارند نیز می توانند از نتایج این تحقیق در جهت انتخاب مربیان بهره مند شوند.

همچنین روانشناسان ورزشی و همچنین مربیان و کمک مربیان این رشته نیز با استفاده از نتایج این تحقیق می‌توانند اطلاعات مهمی در جهت بهبود سطح انگیزش بازیکنان و انسجام گروهی تیم‌های خود کسب نمایند [۳].

لذا با شناخت و آگاهی از بعضی از ویژگی‌های بازیکنان در مسابقات ورزشی، مانند میزان هوش فرهنگی آن‌ها و هوش هیجانی آن‌ها و سبک‌های مقابله با استرس در بازیکنان، می‌توان توجه مدیران ورزش کشور را به سمت این افراد معطوف نمود؛ تا در برنامه‌ریزی‌های آتی خود، استفاده از آن‌ها را مورد نظر قرار دهند و زمینه مشارکت هرچه بیشتر این افراد را فراهم آورند. بررسی میزان هوش فرهنگی بازیکنان از جنبه‌های دیگر می‌تواند مقرون به صرفه باشد؛ برای مثال از جنبه بازاریابی، توانایی مربیان را تأمین و پاسخ به اولویت‌های فرهنگی بازارهای محلی افزایش می‌دهد. از جنبه کسب منافع نیز، توانایی مربیان را در جذب نیروهایی با زمینه‌های فکری مختلف بالا می‌برد. از حیث هزینه‌ها، هزینه‌ی ناشی از ریزش مربیان غیر بومی را کاهش می‌دهد. در نهایت، مربیان و بازیکنان با هوش فرهنگی و هوش هیجانی بالا کارایی و اثر بخشی مسابقات را افزایش می‌دهند.

همچنین پژوهش و مطالعه در زمینه ورزش حرفه‌ای در جهت بهبود عملکرد، از دیدگاه مدیران و حامیان مالی بسیار حایز اهمیت می‌باشد، چراکه شناسایی عوامل تاثیرگذار در سطح استرس بازیکنان و در نهایت عملکرد تیمی به موفقیت تیم‌ها کمک شایانی می‌نماید. این مهم در رشته کونگ فو نیز از اهمیت قابل توجهی برخوردار است چرا که هزینه‌های صرف شده برای کسب موفقیت تیم‌ها در سطح بالایی قرار دارد. از نقطه نظر کاربردی، نتایج حاصل از تحقیق حاضر می‌تواند در شناسایی ابعاد تعیین‌کننده هوش فرهنگی و هوش هیجانی پرورش مربیان کارآمد و اثربخش حایز اهمیت باشد. مدیران ورزشی در رشته کونگ فو اعم از مسئولین باشگاه‌های فرهنگی ورزشی، مسئولین فدراسیون و هیئت‌های ورزشی کونگ فو تمامی دست‌اندرکارانی که در تشکیل یک مسابقه کونگ فو نقش دارند، نیز می‌توانند از نتایج این تحقیق در جهت بهتر بودن یک تیم کاهش استرس بازیکنان تیم و در نهایت پیروزی بهره‌مند شوند. همچنین روانشناسان ورزشی و مربیان کونگ فو نیز با استفاده از نتایج تحقیق حاضر می‌توانند اطلاعات مهمی در جهت بهبود سطح هوش هیجانی و هوش فرهنگی و کاهش استرس بازیکنان تیم‌های خود کسب نمایند [۴].

یکی از مسابقات مهم در کشور ایران، مسابقات کشوری کونگ فو می‌باشد که هر سال با نظارت فدراسیون کونگ فو برگزار می‌شود. باتوجه به اینکه بازیکنان و مربیانی که در این مسابقات حضور پیدا می‌کنند به دلیل ویژگی‌های اقلیمی، آب و هوای متفاوت و نژادها و قوم‌های مختلف، دارای ویژگی چند فرهنگی بوده و این امر بنابر نتایج تحقیقات می‌تواند با هوش فرهنگی و هوش هیجانی بازیکنان در ارتباط باشد. علاوه بر این با توجه به اینکه تحقیقات نشان دهنده‌ی آن است که هوش فرهنگی و هوش هیجانی از طریق سبک‌های مقابله با استرس قابل کنترل هستند، لذا محقق تلاش دارد تا این امر را در خصوص بازیکنان زن نخبه‌ی کونگ فو در ایران تحقیق نماید.

۲. روش تحقیق

روش پژوهش حاضر با توجه به اهداف آن از نوع کاربردی و از نظر ماهیت توصیفی و از نوع همبستگی است و روش اجرای آن پیمایشی است و برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه استفاده می شود. جامعه آماری این تحقیق شامل ۸۰ نفر از زنان کونگ فوکار که در مسابقات کشوری در سال ۱۳۹۳ شرکت کردند.

نمونه آماری تحقیق با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی و بر اساس جدول مورگان تعداد ۸۰ نفر انتخاب شدند. برای این منظور از چارچوب نمونه گیری، که شامل لیست زنان شرکت کننده در مسابقات کشوری که از شهرهای مختلف ایران انتخاب گردید.

پرسشنامه هوش هیجانی:

پرسشنامه هوش هیجانی سبیر یا شرینگ (۱۹۸۶) دارای ۳۳ سوال پنج ارزشی است که بر اساس مقیاس پنج ارزشی لیکرت تنظیم شده است. خرده مقیاس های پرسشنامه هوش هیجان را مولفه های همدلی دارای ۶ سوال، مولفه خود انگیزی دارای ۷ سوال مولفه خود تنظیمی دارای ۷ سوال، مولفه خود آگاهی دارای ۸ سوال و مولفه مهارت های اجتماعی دارای ۵ سوال، تشکیل می دهند. ۵ نمره ی آن مربوط به هر کدام از مولفه ها و ۱ نمره به صورت کل می باشد. در بعضی از سوالات چنانچه آزمودنی گزینه اول را انتخاب کند، نمره ی یک و چنانچه گزینه پنج را انتخاب کند نمره ی پنج می گیرد و برعکس، اگر آزمودنی در سوالات ۲۸، ۲۲، ۱۸، ۳۱، ۳۳، ۱۳، ۱۴، ۲۰، ۱۲، ۹، ۱۰، گزینه ی الف را انتخاب کند نمره ۵ می گیرد و چنانچه گزینه ب، ج، د، ه، را انتخاب کند به ترتیب نمره ی کمتر می گیرد نمره گذاری سوالات دیگر برعکس می باشد. دامنه نمرات این پرسشنامه از ۳۳ تا ۱۶۵ بوده است. روایی سازی پرسشنامه هوش هیجانی سیبری شرینگ (۱۹۸۶) در نمونه ی خارجی از طریق همبستگی نمره های آن با آزمون عزت نفس کوپر اسمیت مورد بررسی قرار گرفته است که داری میزان همبستگی (۰/۱) و $p=0/63$ است که در حد متوسط ارزیابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۴ و همچنین میزان همسانی درونی خرده مقیاس های آن به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۵۴، ۰/۶۴، ۰/۵۱، و ۰/۵۰ در مولفه های همدلی خود-انگیزی، خود تنظیمی، خود آگاهی، و مهارت های اجتماعی توسط منصور (۱۳۸۰) محاسبه شده است [۵]

پرسشنامه سبک های مقابله با استرس:

این پرسشنامه توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰). تهیه شده و به وسیله ی دادستان و همکاران (۱۳۸۸) ترجمه شده است. این تست شامل ۲۲ ماده است که پاسخ ها به روش لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) مشخص شده است. سه زمینه ی اصلی رفتارهای مقابله ای را در برمی گیرد.

۱- مقابله ی مساله مدار یا برخورد فعال با مساله در جهت مدیریت وحل آن.

۲- مقابله ی هیجان مدار یا تمرکز بر پاسخ های هیجانی به مساله.

۳- مقابله اجتنابی یا فرار از مساله.

با توجه به اینکه به صورت ۵ درجه ی لیکرت می باشد حداکثر نمره برای هر ماده ۵ و حداقل ۱ می باشد. باشد. آزمودنی بایستی به همه سوالات پاسخ دهد. اگر آزمودنی تعداد ۵ سوال یا کمتر از ۵ سوال را پاسخ داده

باشد و یا جواب نداده باشد در زمان نمره گذاری پژوهشگر می تواند به این سوالات گزینه ۳ را علامت بزند

اما در غیر این صورت یعنی اگر بیش از ۵ سوال بدون پاسخ باشد آن پرسشنامه نمره گذاری نمی شود.

دامنه تغییرات سه نوع رفتار رویارویی به این شکل است که نمره ی هر یک از رفتارهای رویارویی سه گانه یعنی مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی از ۱۶ تا ۸۰ است. به عبارتی شیوه ی رویارویی غالب فرد با توجه به نمره ای که در آزمون کسب می کند مشخص می شود. یعنی هر کدام از رفتارها نمره ی بالاتری را کسب کند، آن رفتار به عنوان شیوه ی رویارویی فرد در نظر گرفته می شود [۷]

برای به دست آوردن پایایی پرسشنامه سبک های مقابله با استرس در گروه دانشجویان از آلفای کرونباخ استفاده شد که در مقابله مساله مدار پسران ۰/۹۲ و دختران ۰/۸۵ و هیجا مدار پسران ۰/۸۲ و دختران ۰/۸۵ اجتنابی پسران ۰/۸۵ و دختران ۰/۸۲ به دست آمد (فتوت احمدی، ۱۳۸۰).

ضریب اعتبار پرسشنامه با موقعیت های استرس زا از طریق آلفای کرونباخ در پژوهش قریشی در سطح بالایی (۰/۸۱۳۳) به دست آمده است. که در ایران انجام شده ثابت گردیده است. به منظور محاسبه همبستگی عوامل پرسشنامه مقابله با استرس از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردیده.

پرسشنامه ی هوش فرهنگی:

پرسشنامه ی هوش فرهنگی توسط آنگ و همکاران در سال (۲۰۰۴) طراحی شده و متشکل از ۲۰ عبارت و چهار خورده مقیاس با نام های شناختی (دانش) (عبارت های ۱-۶)، انگیزش (۷-۱۱)، رفتار (۱۲-۱۶) و فراشناختی (استراتژی) (۱۷-۲۰) بوده و پاسخ های آن روی پیوستار ۵ درجه ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) درجه بندی می شود. در تحقیق حاضر همسانی درونی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۷ بدست آمد که از نظر آماری قابل قبول می باشد [۲]. برای اجرای تحقیق ابتدا مکاتبات و هماهنگی های لازم جهت معرفی محقق به فدراسیون کونگ فو جمهوری اسلامی ایران بعمل آمد. پس از مشخص شدن تیم های شرکت کننده مسابقات کشوری، اسامی تیم های وارده به مسابقه از استان ها و اسامی شرکت کنندگان از هر استان فهرست شد. سپس با هماهنگی های انجام شده، زمان مشخصی برای تکمیل پرسشنامه ها تعیین شد. در ادامه بر اساس زمان بندی و برنامه ی تعیین شده محقق در محل مقرر حاضر شده و پس از تنظیم شرایط تکمیل پرسشنامه و ارائه ی توضیحات لازم به بازیکنان تعداد ۱۰۰ پرسشنامه توزیع و پس از تکمیل گردآوری شد. از شرکت کنندگان خواسته شد به تمامی سئوالات پاسخ دهند و قبل از پر کردن پرسشنامه به توضیحات و دستورالعمل های مربوطه که توسط پژوهشگر قرائت می گردد با دقت توجه نمایند. در مورد حفظ پرسشنامه به صورت محرمانه نزد محقق توضیحاتی داده و اطمینان داده شد که نتایج کلی این تحقیق به صورت خلاصه و بدون ذکر نام افراد در اختیار مرکز علمی قرار می گیرد. همچنین از شرکت کنندگان خواسته شد آنچه را که همان لحظه احساس می کنند با صداقت و دقت جواب دهند و روی هر سؤال زیاد فکر نکنند و تنها احساس خودشان را بیان کنند چرا که جواب صحیح یا غلطی وجود ندارد. در نهایت در بین پرسشنامه های گردآوری شده تعداد ۸۰ مورد به صورت کامل تکمیل شده و جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات مورد استفاده قرار گرفت.

۳. یافته های تحقیق

جدول (۱) بررسی ارتباط بین مولفه های هوش فرهنگی و سبک های مقابله با استرس بانمونه های تحقیق با استفاده از همبستگی پیرسون با سطح معناداری ۰/۰۵

سبک های مقابله	مؤلفه هوش فرهنگی			
	دانش هوش فرهنگی	هوش فرهنگی انگیزشی	هوش فرهنگی فرا شناختی	هوش فرهنگی رفتاری
مسئله مدار	ضریب همبستگی	-۰/۹۷	-۰/۰۷	۰/۱۲۳
	سطح معنی داری	۰/۱۵	۰/۲۵	۰/۲۱
	تعداد	۷۶	۷۶	۷۶
هیجان مدار	ضریب همبستگی	*-۰/۳۵۷	*-۰/۵۹۱	۰/۱۱
	سطح معنی داری	۰/۰۱	۰/۰۴	۰/۴۵

۷۶	۷۶	۷۶	۷۶	تعداد	
-۰/۳۱۹*	۰/۱۶۳	-۰/۳۸۹*	-۰/۳۵۸*	ضریب همبستگی	اجتنابی
۰/۰۲	۰/۲۱	۰/۰۲	۰/۰۲	سطح معنی داری	
۷۶	۷۶	۷۶	۷۶	تعداد	

جدول (۱) نتایج همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که بین سبک مقابله مسئله مدار و مولفه‌های هوش فرهنگی در میان نمونه‌های تحقیق ارتباط معنی داری وجود ندارد. از طرفی بین سبک مقابله هیجان مدار و مولفه‌های دانش هوش فرهنگی (با ضریب $0/357-$ و سطح معنی داری $0/05$) ارتباط منفی و معنادار آماری و با هوش فرهنگی انگیزشی (با ضریب $0/591$ و سطح معنی داری $0/05$) ارتباط منفی و معنا داری مشاهده می‌گردد اما بین سبک مقابله هیجان مدار و مولفه‌های هوش فرهنگی فرا شناختی و هوش فرهنگی رفتاری ارتباط معنی داری وجود ندارد. و از طرفی بین سبک مقابله اجتنابی و مولفه‌های دانش هوش فرهنگی (با ضریب $0/358$ و سطح معنی داری $0/05$)، هوش فرهنگی انگیزشی (با ضریب $0/389-$ و سطح معنی داری $0/05$) و هوش رفتاری (با ضریب $0/319-$ و سطح معنی داری $0/05$) ارتباط منفی و معنا داری مشاهده می‌شود. اما بین سبک مقابله اجتنابی با هوش فرهنگی فراشناختی ارتباطی مشاهده نمی‌شود.

جدول (۲) بررسی ارتباط بین مولفه‌های هوش هیجانی و سبک‌های مقابله با استرس در نمونه‌های حاضر در

تحقیق

مهارت‌های اجتماعی	خود تنظیمی	خود آگاهی	خود انگیزی	مؤلفه‌های هوش هیجانی	
				سبک مقابله با استرس	هیجان مدار
۰/۰۹	۰/۵۳۴*	۰/۳۹۴*	۰/۴۵۳*	ضریب همبستگی	مسئله مدار
۰/۵۳	۰/۰۱	۰/۰۲	۰/۰۳	سطح معنی داری	
۷۶	۷۶	۷۶	۷۶	تعداد	
-۰/۰۹۸	-۰/۰۸	-۰/۴۱۸*	-۰/۵۹۳*	ضریب همبستگی	هیجان مدار
۰/۳۱	۰/۲۱	۰/۰۱	۰/۰۲	سطح معنی داری	
۷۶	۷۶	۷۶	۷۶	تعداد	
-۰/۴۵۳	-۰/۳۷۸	-۰/۴۳۷	-۰/۱۳	ضریب همبستگی	اجتنابی
۰/۰۱	۰/۰۲	۰/۰۱	۰/۲۳	سطح معنی داری	
۷۶	۷۶	۷۶	۷۶	تعداد	

با توجه به جدول (۲) نتایج حاصل از همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که بین سبک مقابله مسئله مدار با مولفه‌های خود انگیزی (با ضریب $0/453$ و سطح معنی داری $0/05$)، خود آگاهی (با ضریب $0/394$ و سطح معنی داری $0/05$) و خود تنظیمی (با ضریب $0/534$ و سطح معنی داری $0/05$) ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد اما بین سبک مقابله مسئله مدار با مولفه‌های مهارت‌های اجتماعی ارتباطی مشاهده نشد. همچنین بین سبک مقابله هیجان مدار با

مولفه های خود انگیزی (با ضریب ۰/۵۹۳ و سطح معنی داری ۰/۰۵) و خود آگاهی (با ضریب ۰/۴۱۸ و سطح معنی داری ۰/۰۵) ارتباط منفی و معنی داری وجود دارد اما بین سبک مقابله هیجان مدار با مولفه های خود تنظیمی و مهارت های اجتماعی ارتباطی مشاهده نشد. در نهایت بین سبک مقابله اجتنابی با مولفه های خود آگاهی (با ضریب ۰/۴۳۷ و سطح معنی داری ۰/۰۵) ، خود تنظیمی (با ضریب ۰/۳۷۸ و سطح معنی داری ۰/۰۵) و مهارت های اجتماعی (با ضریب ۰/۴۵۳ و سطح معنی داری ۰/۰۵) ارتباط منفی و معنی داری وجود دارد اما بین سبک مقابله اجتنابی با مولفه های خود انگیزی ارتباطی مشاهده نشد.

۴. بحث و نتیجه گیری

بین سبک های مقابله با استرس با مولفه های هوش فرهنگی زنان کونگ فو کار نخبه ایران ارتباط وجود دارد. نتایج بدست آمده حاصل از تحقیق با نتایج رضاپور (۱۳۸۹) و زیمر (۲۰۰۷) همسو می باشد. یاسر رضاپور و همکاران (۱۳۸۹)، رابطه سبک های مقابله با استرس و مولفه های هوش فرهنگی را در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه شیراز مورد بررسی قرار دادند و بدین نتیجه رسیدند که نوع سبک مقابله با استرس با مولفه های هوش فرهنگی در این دانشجویان دارای ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد. زیمر (۲۰۰۷). ضرورت بررسی ارتباط سبک های مقابله با استرس با مولفه های هوش فرهنگی در جوامع وی در این تحقیق بیان کرده که می توان هوش فرهنگی افراد جامعه رو از روی سبک مقابله با استرس آنان پیش بینی کرد و برای داشتن جامعه ای با هوش فرهنگی بالاتر باید سبک های مقابله با استرس مردم آن جامعه مورد بررسی قرار گیرد. بین سبک های مقابله با استرس با مولفه های هوش هیجانی زنان کونگ فو کار نخبه ایران ارتباط وجود دارد. که نتایج حاصل از تحقیق با نتایج بران (۲۰۰۵) همسو می باشد. بران (۲۰۰۵) ارتباط بین سبک های مقابله با استرس با مولفه های هوش هیجانی (خود آگاهی . خود تنظیمی. و ...) پسران دبیرستانی . نتایج بدست آمده حاصل از تحقیق عبارت بود از وجود رابطه معنادار در سبک های مقابله با استرس و مولفه های هوش هیجانی در پسران دبیرستانی. [۸]

باتوجه به نتیجه تحقیق در خصوص ارتباط هوش هیجانی و هوش فرهنگی با سبک های مقابله با استرس در زنان کونگ فو کار نخبه ی ایران پیشنهاد می شود:

- ۱- در معیار انتخاب بازیکنان تیم های کونگ فو نتایج آزمون های هوش فرهنگی و هوش هیجانی گنجانده شود.
- ۲- با توجه به اهمیت هوش فرهنگی و هوش هیجانی در سبک های مقابله با استرس، پیشنهاد می شود که روش های تقویت هوش فرهنگی و هوش هیجانی در تیم های ورزشی اعمال گردد.
- ۳- همچنین پیشنهاد می شود که تکنیک های مقابله با استرس به ورزشکاران آموزش داده شود تا شیوه ی بکارگیری سبک مقابله با استرس بازیکنان ارتقا یابد.

مراجع

۱. خدایاری فرد، محمد . (۱۳۸۶) . استرس و روش های مقابله با آن. تهران، انتشارات دانشگاه تهران، فصل چهارم.
۲. حرمتی و همکاران (۱۳۹۰) . جایگاه هوش فرهنگی و اثرات آن در شخصیت فرد. انتشارات فجر، سال ۱۳۹۰.

۳. دستجردی، حسن . (۱۳۷۶) . تحلیل عوامل تنیدگی شغلی و ارتباط با سبک مقابله با استرس بین مدیران سازمانهای تربیت بدنی و برنامه و بودجه. پایان نامه ی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران، سال ۱۳۷۶.
۴. رضائی نژاد رحیم. (۱۳۸۰). بررسی و مقایسه رفتار حمایتی مدیر، عوامل نگهدارنده شغل و عوامل استرزای شغلی مربیان تربیت بدنی و ورزش دانشگاه های کشور. رساله دکتری مدیریت و برنامه ریزی در تربیت بدنی. دانشگاه تهران، سال ۱۳۸۰.
۵. رضایی، یداله (۱۳۹۳) . بررسی میزان هوش اجتماعی و هیجانی در دانش آموزان نخبه ی استان خراسان- شمالی. پایان نامه ی کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد بیرجند، سال ۱۳۹۳.

6. Ashforth, B. E., Kreiner, G. E., & Fugate, M. (2000). All in a day's work: Boundaries

Bushman, B. J., Baumeister, R. F., & Phillips, C. M. (2001). Do people aggress to improve their mood? Catharsis beliefs, affect regulation opportunity, and aggressive responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 17-32. 65

7. Brunner, L. & Colarelli, S. M. (2004). **Individual unemployment accounts**. *The Independent Review*, 8, 569-585. doi: 1086-1653

8. Brown, S. P., Westbrook, R. A., & Challagalla, G. (2005). Good cope, bad cope: Adaptive and maladaptive coping strategies following a critical negative work event. *Journal of Applied Psychology*, 90, 792-798. doi: 10.1037/0021-9010.90.4.792