

عنوان مقاله:

مقایسه اضطراب اجتماعی نابینایان ورزشکار و غیر ورزشکار

محل انتشار:

همایش ملی علوم کاربردی ورزش و تندرستی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

یوسف یآوری - استادیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

خلاصه مقاله:

هدف: تحقیق حاضر بر آن است که اضطراب اجتماعی را در بین نابینایان ورزشکار و غیر ورزشکار بررسی نماید. روش شناسی: مطالعه از نوع روش علی-مقایسه ای با طرح تحقیق پس آزمون بود. نمونه های آماری متشکل از نابینایان ورزشکار (51 نفر) که گلبال بازی می کنند و نابینایان غیر ورزشکار و غیر فعال (31 نفر) بود که به صورت در دسترس انتخاب شدند. پرسشنامه اضطراب اجتماعی جرابک (1996) (به منظور اندازه گیری میزان اضطراب اجتماعی نابینایان مورد استفاده قرار گرفت. نتایج: میانگین اضطراب اجتماعی در گروه نابینایان ورزشکار 85/727/74 و در گروه نابینایان غیر ورزشکار 38/864/70 مشاهده شد. تجزیه و تحلیل یافته ها با استفاده از آزمون t مستقل نشان داد با وجود اختلاف در داده های مربوط به اضطراب اجتماعی و زیر مجموعه های آن بجز بعد ترس از انزوای اجتماعی در بین دو گروه از لحاظ آماری تفاوت معنی دار وجود ندارد (05/0 p). (همچنین در گروه نابینایان ورزشکار بعد اضطراب ترس از صحبت کردن در جمع با سن افراد و میزان تمرین رابطه معنی داری داشت. نتیجه گیری: به طور کلی می توان گفت تمرینات ورزشی به افزایش سلامت روان منجر می شود و در کاهش اضطراب نقش دارد. این نتایج نشان می دهد که دست اندر کاران امور بهداشت و سلامت و سازمان بهزیستی در خصوص تمرینات ورزشی و جسمانی اهتمام داشته و از این تمرینات به عنوان عامل تاثیرگذار در بهبود وضعیت روانی استفاده نمایند.

کلمات کلیدی:

اضطراب اجتماعی، نابینا، ورزشکار، غیر ورزشکار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/544072>

