

عنوان مقاله:

تاثیر ورزش بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی لارستان

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسنده:

احمد روان - عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی لارستان

خلاصه مقاله:

این پژوهش سعی دارد به مقایسه سطح سلامت روانی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی لارستان بپردازد. در این پژوهش برای اندازه گیری سلامت روانی از پرسشنامه سلامت روانی GHQ_28 استفاده به عمل آمد. آزمودنی های این تحقیق را 80 نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی لارستان (40 نفر ورزشکار و 40 نفر غیر ورزشکار) که به طور تصادفی از بین تمام رشته ها انتخاب گردیدند تشکیل می دهند. روش آماری برای بررسی و مقایسه میانگین دو جامعه (ورزشکار و غیر ورزشکار) آزمون t بود. بنابر نتایج حاصله بین علایم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی در دو گروه دانشجویان تفاوت معنی داری مشاهده می شود.

کلمات کلیدی:

بعد جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال در کارکرد اجتماعی، افسردگی و سلامت روانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/823852>

