

بررسی نیمرخ بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در راستای ارائه خدمات مشاوره و روان‌درمانی

کامبیز کامکاری^۱، شهره شکرزاده^۲، سیروس فتحی واجارگاه^۳، حسین سعیدی^۴

چکیده

هدف: این پژوهش، بررسی نیمرخ بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در راستای ارائه خدمات مشاوره و روان‌درمانی می‌باشد.

روش: توصیفی از نوع زمینه‌یابی است و جامعه آماری را تمامی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی تشکیل می‌دادند که از بین آن‌ها تعداد ۱۲۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی منظم انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری برای بررسی بهداشت روانی، فرم بازسازی شده پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه‌سوتا-۲ بود که در ایران توسط کامکاری و شکرزاده (۱۳۸۹)، رواسازی، اعتباریابی و استاندارد شده است. بدین ترتیب که پس از اجرای پرسشنامه‌ها و استخراج داده‌ها با استفاده از نمرات استاندارد T مک‌گال و نقاط بُرش استاندارد، به تدوین نیمرخ بهداشت روانی پرداخته شد و سپس از طریق مدل آماری t تک-گروهی به تحلیل داده‌های فوق پرداخته شد.

یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان داد که میانگین کارمندان زن سازمان تربیت بدنی در مقیاس‌های «هیجان‌ات مثبت پایین»، «ناخوشی»، «خودتردیدی»، «علائق ادبی-زیباشناسی» و «درون‌گرایی» بالاتر از حد متوسط (نرم جامعه) بوده و نیاز به ارائه خدمات مشاوره و روان‌درمانی دارند.

نتیجه‌گیری: توصیه می‌گردد، برای افزایش بهداشت روانی در آن‌ها، به بهره‌گیری از خدمات مشاوره و روان‌درمانی پرداخته شود.

واژه‌های کلیدی: بهداشت روانی، ورزشکاران زن، خدمات مشاوره و روان‌درمانی

۱. دکتری تخصصی روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر (نویسنده مسئول)

۲. دکتری تخصصی روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات

۳. عضو هیات علمی دانشگاه علوم انتظامی امین.

۴. مسئول مرکز تحقیقات کاربردی پلیس شرق

مقدمه

علم روان‌شناسی، شاخه‌ها و رشته‌های گوناگونی را به خود اختصاص داده است که می‌توان آنها را در دو طیف بنیادی و کاربردی تقسیم کرد. در طیف کاربردی از رشته‌های روان‌شناسی در راستای ارتقاء سطح زندگی استفاده به عمل می‌آید. روان‌شناسی ورزش از جمله رشته‌های کاربردی علم روان‌شناسی است که تلاش می‌کند تا با استفاده از اصول روان‌شناسی، وضعیت ورزشکاران را به سطح مطلوب نزدیک سازد (سروری، ۱۳۸۴).

در روان‌شناسی ورزش تلاش می‌شود تا با استفاده از اصول و متون روان‌شناسی، عملکرد مطلوب‌تری برای ورزشکاران ایجاد شود. امروزه روان‌شناسان ورزش تلاش می‌کنند تا با استفاده از نظریه‌های روان‌شناختی در حیطه انگیزش و هیجان بتوانند سطح تحریک ورزشکاران را به حد مطلوب نزدیک‌تر سازند. علاوه بر آن، روان‌شناسان ورزش به شناسایی اثرات ورزش بر روی ویژگی‌های شخصیتی پرداخته و حتی در برخی موارد خاص از ورزش به‌عنوان فرایندی برای درمان اختلال‌های روانی و بهسازی بهداشت روانی استفاده می‌شود (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۸).

ارتباط تنگاتنگی بین ورزش و بهداشت روانی وجود دارد، بهداشت روانی تحت تأثیر عوامل متعددی قرار دارد، فعالیت‌های منظم ورزشی نه تنها اضطراب و افسردگی را کاهش می‌دهد بلکه عزت‌نفس را افزایش می‌دهد (آهولا و هتفیلد، ۲۰۰۷؛ به نقل از فلاحی و حاجیان، ۱۳۸۶).

از سویی دیگر، امروزه فعالیت‌های بدنی و ورزشی، جایگاه اساسی در زندگی اجتماعی بشر یافته و نه تنها از لحاظ فرهنگی و اوقات فراغت بلکه از جنبه‌های اقتصادی، سیاسی و اجتماعی نیز نقشی حساس، چشمگیر و قابل تأملی دارد؛ چرا که از یک سو مشاغل بسیاری به موازات جریان فعالیت‌های بدنی و ورزش و عوامل وابسته به آن ایجاد می‌شود و از سویی دیگر، ورزش خصوصاً در قالب و شکل حرفه‌ای آن، یک شغل محسوب می‌گردد. علاوه بر آن، اثرات بازدارنده ورزش در ارتباط با مفاسد و جرایم اجتماعی و اثرات پیش‌برنده آن در ایجاد روحیه همبستگی، وحدت، تلاش، جامعه‌پذیری و همچنین فرهنگ‌سازی، امری ارزشمند تلقی می‌گردد (پره، ۱۳۸۹).

بنابراین، ورزش سهم زیادی در ایجاد امنیت و آرامش روانی و اجتماعی برای افراد و جوامع و تأمین بهداشت، سلامتی و زندگی سالم دارد. تأثیر مهارت‌های حسی - حرکتی و فعالیت‌های ورزشی بر کنش‌های ذهنی و تحول روانی، به گونه‌ای است که بسیاری از روان‌شناسان و کارشناسان تعلیم و تربیت عقیده دارند، این قبیل فعالیت‌ها در درجه اول، می‌بایست جزو برنامه‌های موظف آموزشی قرار داده شود. آشنایی دانش‌پژوهان با برنامه‌ها و روش‌های مختلف فعالیت‌های حسی و حرکتی، نه تنها سبب کنش‌های ذهنی آنها می‌گردد؛ بلکه موجبات نشاط روانی و سرزندگی، تقویت اعتماد به نفس و بالطبع بهداشت روانی آنها را فراهم می‌نماید (دیماتو، ۲۰۰۵؛ به نقل از هاشمیان، ۱۳۸۷).

ابهامات زیادی پیرامون بهداشت روانی ورزشکاران زن وجود دارد. در این تحقیق، ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی به-عنوان یکی از اقشار فرهنگی مورد توجه قرار گرفته‌اند که منجر به توسعه فرهنگ ورزشی شده‌اند و می‌توانند نیازهای ورزشی را مرتفع سازند. در این رهگذر، شناسایی بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، به عنوان مسیرهای گشوده در نظر گرفته می‌شود که برنامه‌ریزی ورزشی را تعیین نموده و اطلاعات بنیادی را در اختیار برنامه‌ریزان ورزشی قرار می‌دهد.

تحقیق کامکاری و شکرزاده (۱۳۸۶) پیرامون مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سخت‌رویی بسکتبالیست‌های حرفه‌ای و آماتور، نشان می‌دهد که ورزشکاران حرفه‌ای از برون‌گرایی بالاتری نسبت به ورزشکاران آماتور برخوردارند و با افزایش ویژگی شخصیتی دلپذیربودن، ویژگی سخت‌رویی نیز در ورزشکاران حرفه‌ای و آماتور افزایش می‌یابد.

در تحقیق دیگری که توسط وینر (۲۰۰۷)، تحت عنوان بررسی ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران صورت گرفته، نشان می‌دهد که افراد ورزشکار از منبع کنترل درونی بالاتر و از میزان غرور، خجالت و سرافکندی پایین‌تری نسبت به غیرورزشکاران برخوردار می‌باشند (رابرتس و همکاران، ۱۹۴۰؛ ترجمه واعظ موسوی و شجاعی، ۱۳۸۲).^۳

ویلیامز، در بررسی پژوهش خود که ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران زن موفق حرفه‌ای و پیشکسوت را مطالعه نمود، به این نتیجه رسید، زنان شرکت‌کننده در تیم اعزامی به المپیک سال ۱۹۶۴ آمریکا که در ورزش‌های فردی شرکت داشتند، تسلط‌گراتر، پرخاشگرتر، ماجراجوتر، حساس‌تر، مستقل‌تر، خودکفاتر و درون‌گراتر از زنانی بودند که در ورزش‌های تیمی شرکت داشتند. زنان ورزشکار به طور کلی، تحمیل‌گر، تسلط‌گر، خودکفا، محتاط، پیشرفت‌گرا، باهوش و از لحاظ احساسات عاطفی نیز متوسط یا پایین بودند (نوشادایان، ۱۳۹۰).

تلگن و بن‌پورات^۴ (۲۰۰۸) به «بررسی نیمرخ شخصیتی نیروهای پلیس» پرداختند و با توجه به حجم نمونه ۹۹۸ نفر از مجریان قانون، تحلیل‌های توصیفی را انجام دادند. با مقایسه میانگین تجربی نیروهای پلیس با میانگین نظری یا هنجارهای ابزار، مشخص گردید که سلامت روان‌شناختی نیروهای پلیس بالاتر از سلامت روان‌شناختی نمونه‌های هنجاری یا است. پژوهشگران نشان دادند که شاخص‌های بهداشت روانی در زمینه‌های نارسایی‌های سه‌گانه در نیروهای پلیس، وضعیت مطلوبی را نشان می‌دهد.

در تحقیق کیانی (۱۳۹۲) پیرامون «اثرات نیمرخ هوشی، شخصیتی و خلاقیت بر مهارت‌های مدیریتی در مدیران سازمان تعاونی روستایی ایران» مشخص گردید، ارتباط مثبت معنی‌داری بین حیطة «غیرکلامی» و «حافظه فعال» با «مهارت ادراکی» و «مهارت-های مدیریتی» و ارتباط منفی معنی‌داری بین آسیب‌شناسی شخصیتی در حیطة «درون‌گرایی» با «مهارت انسانی» در مدیران سازمان تعاونی روستایی ایران مشاهده می‌شود.

همچنین، امینی (۱۳۹۲) پیرامون «تأثیر ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی بر میزان بهره‌وری» به تحقیق پرداخت و مشخص نمود که ارتباط منفی معنی‌داری در مقیاس‌های «نارسایی هیجانی»، «نارسایی تفکر»، «شکایات جسمانی»، «عقاید گزند و آزار»، «هیجان‌ات منفی مختل‌کننده»، «تجارب عجیب و غریب»، «فعالیت‌گرایی هیپومانیک»، «ضعف روحیه»، «ترس‌های محدودکننده رفتار»، «بدبینی»، «عقاید گزند و آزار»، «شکایات گوارشی»، «سوء استفاده از مواد» و «ناخوشی» با «شایسته‌سالاری»، «توسعه سازمانی»، «مشارکت سازمانی» و «بهره‌وری» در مدیران فدراسیون‌های ورزشی وجود دارد.

در تحقیق شکرزاده (۱۳۹۲) پیرامون «نیمرخ بهداشت روانی کارکنان فرماندهی انتظامی ویژه شرق تهران» نیز مشخص گردید که وضعیت بهداشت روانی کارکنان فرماندهی انتظامی شرق تهران پایین‌تر از حد مورد انتظار بوده و در نارسایی تفکر، نارسایی هیجانی مقیاس‌های بالینی، مشکلات ویژه و آسیب‌شناسی شخصیت، برافراشتگی بالایی را نشان می‌دهند.

در تحقیق مجاهدی (۱۳۹۲) تحت عنوان «ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی» که بر روی ۳۰ نفر از رؤسای فدراسیون‌های ورزشی فعال انجام گرفت، از پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه‌سوتا-۲ (*MMPI-2RF*) استفاده به عمل آمد و مشخص گردید که رؤسای فدراسیون‌های ورزشی در محور بدبینی دارای برافراشتگی بوده و میانگین آن‌ها بالاتر از حد مورد انتظار می‌باشد.

در نهایت مطرح می‌شود، تحقیقات متعددی در زمینه نیمرخ بهداشت روانی کارکنان سازمان‌های مختلف و از جمله سازمان تربیت بدنی انجام گرفته است اما یافته‌های تحقیقات با یکدیگر متفاوت بوده و این امر منجر به خلاء نظری در حیطة موضوع تحقیق حاضر شده است. از سویی دیگر، در زمینه ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی نیز تحقیقی که با پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه‌سوتا-۲ (*MMPI-2RF*) انجام شده باشد، صورت نگرفته است. از این‌رو، خلاء نظری پیرامون بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، منجر به اجرای تحقیق حاضر شده و سوال اصلی تحقیق بدین ترتیب مطرح می‌شود که: نیمرخ بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی چگونه است؟

در راستای سؤال اصلی، سؤالات فرعی به شرح زیر تدوین می‌شوند:

- نیمرخ مقیاس‌های بالینی در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی چگونه است؟
- نیمرخ مقیاس‌های مشکلات ویژه در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی چگونه است؟
- نیمرخ آسیب‌شناسی شخصیت در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی چگونه است؟

روش‌شناسی

با توجه به اینکه موضوع پژوهش حاضر به بررسی نیمرخ بهداشت روانی در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی معطوف است و هیچکدام از متغیرها مورد دستکاری واقع نشده‌اند، از این‌رو، روش پژوهش، زمینه‌یابی بوده که در حیطه روش‌های توصیفی جای می‌گیرد.

جامعه آماری را تمامی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی کشور تشکیل می‌دهند که از بین آن‌ها تعداد ۱۲۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی منظم انتخاب شدند. از آنجایی که در تحقیقات زمینه‌یابی مطرح شده است که حجم نمونه ۱۲۰ نفر مکفی است (دلور، ۱۳۹۰)، انتخاب حجم نمونه ۱۲۰ نفر در تحقیق حاضر نیز مکفی می‌باشد. با توجه به اینکه دسترسی به تمامی اعضای جامعه آماری امکان‌پذیر می‌باشد، جامعه آماری پژوهش در حیطه جوامع محدود جای می‌گیرد.

ابزار اندازه‌گیری برای بررسی بهداشت روانی ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، فرم بازسازی شده پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه‌سوتا-۲ است که توسط هته‌وی و مک‌کین‌لی (۲۰۰۸) ساختارسازی و در ایران توسط کامکاری و شکرزاده (۱۳۹۰)، رواسازی و اعتباریابی شده است. با توجه به ساختار ابزار می‌توان مطرح نمود که فرم بازسازی شده پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه‌سوتا-۲ (*MMPI-2RF*)، شامل ۵۰ مقیاس است و دارای ۸ مقیاس روایی، ۱۲ مقیاس بالینی، ۲۵ مقیاس مشکلات ویژه و ۵ مقیاس آسیب‌شناسی شخصیت است. مقیاس‌های روایی، تناقض پاسخ‌های متغیر، تناقض پاسخ‌های درست، پاسخ‌های نامتداول، پاسخ‌های آسیب‌شناسی روانی نامتداول، روایی عوارض، پرهیزکاری نامتداول و روایی سازگاری را شامل می‌شود. در زمینه مقیاس‌های بالینی، سه مقیاس بالینی درجه اول یا سطح بالاتر به‌عنوان نارسایی هیجانی/ درونی‌سازی، نارسایی تفکر و نارسایی رفتاری/ برونی‌سازی مطرح شده و پس از آن ۹ مقیاس بالینی اصلی به‌عنوان ضعف روحیه، شکایات جسمانی، هیجانان مثبت پایین، بدبینی، رفتار ضداجتماعی، عقاید گزند و آزار، هیجان‌های منفی مختل‌کننده، تجربیات عجیب و غریب و فعالیت‌گرایی هیپومانیک عنوان می‌گردند (شاهین‌طبع و همکاران، ۲۰۱۰).

سپس با توجه به نیمرخ مشکلات ویژه، ۲۵ مقیاس با نام‌های مشکلات سلوکی نوجوانی، سوء استفاده از مواد، پرخاشگری، فعالیت-گرایی، مشکلات خانوادگی، منفعل‌گرایی بین‌فردی، اجتناب اجتماعی، کمروبی، عدم پیوندگرایی، علائق ادبی/ زیباشناسی، علائق مکانیکی/ جسمانی، ناخوشی، شکایات گوارشی، شکایات سردرد، شکایات عصب‌شناختی، شکایات شناختی، عقاید مرگ/ خودکشی، درماندگی/ ناامیدی، خودتردید، ناکارآمدی، فشار روانی/ نگرانی، اضطراب، استعداد خشم، ترس‌های محدودکننده رفتار و ترس-های چندگانه مشخص، عنوان می‌گردند.

در نهایت، با توجه به آسیب‌شناسی شخصیت، ۵ مقیاس پرخاشگری درونی شده، روان‌پریشی، بی‌مسئولیتی، روان‌نژندی/ هیجانان منفی و درون‌گرایی/ هیجانان مثبت پایین عنوان شده‌اند. لازم به ذکر است، ابزار مزبور دارای روایی ظاهری، صوری، محتوایی (مقیاس‌های روایی، مقیاس‌های بالینی، مقیاس‌های مشکلات ویژه که شامل مقیاس‌های درونی‌سازی، جسمانی-شناختی، مقیاس-های برونی‌سازی، بین‌فردی و علائق و مقیاس‌های آسیب‌شناسی شخصیت می‌باشد)، روایی سازه (با استفاده از تحلیل عامل تاییدی) و روایی همزمان (همبستگی پرسشنامه حاضر با پرسشنامه میلون - ۳) می‌باشد. ضرایب اعتبار در تمامی مقیاس‌های فوق، بالاتر از ۰/۸۵ است.

بنابراین، برای ۸ مقیاس روایی، ۳ مقیاس بالینی درجه اول، ۹ مقیاس بالینی اصلی، ۲۵ مقیاس مشکلات ویژه و ۵ مقیاس آسیب-شناسی شخصیت، نیمرخ‌های متنوعی ارائه می‌شود که براساس ۳۳۸ سؤال دو گزینه‌ای با کلیدگذاری صفر و یک، نمرات خام به

نمرات تراز تبدیل گردیده و فقدان برافراشتگی، برافراشتگی خفیف و برافراشتگی شدید مشاهده می‌شود (تلگن و بن‌پورات، ۲۰۰۸). پس از اجرای پرسشنامه‌ها و استخراج داده‌ها، با استفاده از نمرات استاندارد T مک‌گال و نقاط بُرش انحراف چارکی، به ترسیم نیمرخ بهداشت روانی پرداخته شد و سپس از طریق جداول توزیع فراوانی و درصد، به نمایش ارقامی داده‌های فوق پرداخته گردید.

یافته‌ها

با توجه به سه نارسایی عمده یا درجه اول، پس از آن، مقیاس‌های بالینی، سپس مقیاس‌های مشکلات ویژه و در نهایت، مقیاس‌های مرتبط با آسیب‌شناسی شخصیت، یافته‌های زیر ارائه می‌شود:

جدول ۱.۱ تک‌گروهی جهت بررسی مقیاس‌های «نارسایی سه‌گانه» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی

مقیاس	میانگین نظری	میانگین تجربی	میزان t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
نارسایی هیجانی	۵۰	۴۸/۱۶	-۲/۲۶	۱۱۹	۰/۰۲۵
نارسایی تفکر	۵۰	۴۶/۹۲	-۴/۱۷	۱۱۹	۰/۰۰۱
نارسایی رفتاری	۵۰	۴۷/۳۹	-۲/۹۴	۱۱۹	۰/۰۰۴

با تاکید بر میزان مقادیر t، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha = ۰/۰۵$ بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی در مقیاس‌های «نارسایی سه‌گانه» وجود دارد و در هر سه مقیاس، میانگین‌های تجربی پایین‌تر از نظری می‌باشند. از این‌رو، نارسایی هیجانی، نارسایی تفکر و نارسایی رفتاری در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، پایین‌تر از نرم جامعه است.

جدول ۱.۲ تک‌گروهی جهت بررسی مقیاس‌های «بالینی» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی

مقیاس	میانگین نظری	میانگین تجربی	میزان t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
ضعف روحیه	۵۰	۴۸/۹۴	-۱/۱۴	۱۱۹	۰/۲۵۳
شکایات جسمانی	۵۰	۴۸/۱۴	-۲/۰۱	۱۱۹	۰/۰۴۷
هیجانان مثبت پایین	۵۰	۵۲/۷۳	۳/۷۰	۱۱۹	۰/۰۰۱
بدبینی	۵۰	۴۹/۱۳	-۱/۰۵	۱۱۹	۰/۲۹۳
رفتار ضداجتماعی	۵۰	۴۸/۲۲	-۲/۲۷	۱۱۹	۰/۰۲۵
عقاید گزند و آزار	۵۰	۴۵/۷۵	-۶/۹۱	۱۱۹	۰/۰۰۱
هیجانان منفی مختل‌کننده	۵۰	۴۷/۳۴	-۳/۰۷	۱۱۹	۰/۰۰۳
تجربه‌های عجیب و غریب	۵۰	۴۸/۴۰	-۱/۹۵	۱۱۹	۰/۰۵۳
فعالیت‌گرایی هیپومانیک	۵۰	۴۳/۹۴	-۷/۸۰	۱۱۹	۰/۰۰۱

با توجه به جدول فوق و با تاکید بر میزان مقادیر t، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha = ۰/۰۵$ بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی در تمامی مقیاس‌های «بالینی» به جز مقیاس‌های «ضعف روحیه» و «بدبینی» وجود دارد. بدین ترتیب که در مقیاس «هیجانان مثبت پایین» میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، بنابراین، «هیجانان مثبت پایین» در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی بالاتر از نرم جامعه بوده و در ورزشکاران مزبور، هیجانان مثبت پایین است.

در حالیکه در مقیاس‌های «شکایات جسمانی»، «رفتار ضداجتماعی»، «عقاید گزند و آزار»، «هیجانان منفی مختل‌کننده»، «تجربه‌های عجیب و غریب» و «فعالیت‌گرایی هیپومانیک» میانگین‌های تجربی پایین‌تر از میانگین نظری می‌باشند و مطرح می‌شود که ورزشکاران زن شاغل سازمان تربیت بدنی هیچکدام از ویژگی‌های مذکور را نشان نمی‌دهند و در زمینه مقیاس‌های مطرح شده، پایین‌تر از نرم جامعه نیز می‌باشند.

لازم به ذکر است در دو مقیاس «ضعف روحیه» و «بدبینی»، تفاوت معنی‌داری بین میانگین نظری و میانگین‌های تجربی مشاهده نشده است؛ از این‌رو، «ضعف روحیه» و «بدبینی» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در حد نرُم جامعه و دیگر افراد عادی می‌باشند.

جدول ۳.۳. تک‌گروهی جهت بررسی مقیاس‌های «جسمانی/شناختی و درونی‌سازی» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی

مقیاس	میانگین نظری	میانگین تجربی	میزان t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
ناخوشی	۵۰	۵۲/۳۶	۲/۲۱	۱۱۹	۰/۰۲۹
شکایات گوارشی	۵۰	۴۷/۶۰	-۳/۴۶	۱۱۹	۰/۰۰۱
شکایات سردرد	۵۰	۴۶/۶۴	-۳/۵۶	۱۱۹	۰/۰۰۱
شکایات عصب‌شناختی	۵۰	۵۰/۴۳	۰/۴۳	۱۱۹	۰/۶۶۶
شکایات شناختی	۵۰	۴۸/۵۹	-۱/۸۴	۱۱۹	۰/۰۶۸
عقاید مرگ- خودکشی	۵۰	۴۹/۲۴	-۰/۹۷	۱۱۹	۰/۳۳۲
درماندگی- ناامیدی	۵۰	۴۹/۹۲	-۰/۰۸	۱۱۹	۰/۹۳۶
خودتردیدی	۵۰	۵۱/۸۳	۲/۰۱	۱۱۹	۰/۰۴۷
ناکارآمدی	۵۰	۴۹/۴۴	-۰/۵۸	۱۱۹	۰/۵۶۱
فشار روانی- نگرانی	۵۰	۴۶/۲۵	-۴/۲۵	۱۱۹	۰/۰۰۱
اضطراب	۵۰	۴۸/۷۱	-۱/۵۳	۱۱۹	۰/۱۲۹
استعداد خشم	۵۰	۴۹/۶۴	-۰/۳۷	۱۱۹	۰/۷۰۸
ترس‌های محدودکننده رفتار	۵۰	۵۰/۱۴	۰/۱۶	۱۱۹	۰/۸۷۰
ترس‌های چندگانه مشخص	۵۰	۵۱/۵۳	۱/۵۷	۱۱۹	۰/۱۱۸

با توجه به جدول فوق و با تاکید بر میزان مقادیر t، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha = ۰/۰۵$ بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی در مقیاس‌های «ناخوشی»، «شکایات گوارشی»، «شکایات سردرد»، «خودتردیدی» و «فشار روانی- نگرانی» وجود دارد. بنابراین، با توجه به اینکه در دو مقیاس «ناخوشی» و «خودتردیدی»، میانگین‌های تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشند، عنوان می‌شود که میزان «ناخوشی» و «خودتردیدی» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی بالاتر از نرُم جامعه بوده و برافراشتگی نشان می‌دهند. در حالیکه در مقیاس‌های «شکایات گوارشی»، «شکایات سردرد» و «فشار روانی- نگرانی»، میانگین‌های تجربی پایین‌تر از میانگین نظری بوده و این مطلب بیانگر آن است که ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، دارای «شکایات گوارشی»، «شکایات سردرد» و «فشار روانی- نگرانی» نبوده و پایین‌تر از نرُم جامعه می‌باشند.

لازم به ذکر است، در دیگر مقیاس‌ها تفاوت معنی‌داری بین میانگین‌های تجربی و نظری مشاهده نمی‌شود؛ از این‌رو، میزان «شکایات عصب‌شناختی»، «شکایات شناختی»، «عقاید مرگ و خودکشی»، «درماندگی- ناامیدی»، «ناکارآمدی»، «اضطراب»، «استعداد خشم»، «ترس‌های محدودکننده رفتار» و «ترس‌های چندگانه مشخص» در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در حد متوسط است.

جدول ۴.۴ تک‌گروهی جهت بررسی مقیاس‌های «برونی‌سازی/بین‌فردی و علائق» ورزشکاران زن در شاغل سازمان تربیت بدنی

مقیاس	میانگین نظری	میانگین تجربی	میزان t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
مشکلات سلوکی نوجوانی	۵۰	۴۷/۳۹	-۳/۲۵	۱۱۹	۰/۰۰۲
سوء استفاده از مواد	۵۰	۴۶/۹۳	-۵/۲۲	۱۱۹	۰/۰۰۱
پرخاشگری	۵۰	۴۹/۰۵	-۱/۱۵	۱۱۹	۰/۲۵۱
فعالیت‌گرایی	۵۰	۴۷/۱۳	-۳/۴۱	۱۱۹	۰/۰۰۱
مشکلات خانوادگی	۵۰	۴۸/۸۸	-۱/۳۲	۱۱۹	۰/۱۸۶
منفعل‌گرایی بین‌فردی	۵۰	۴۸/۲۳	-۲/۰۵	۱۱۹	۰/۰۴۲
اجتناب اجتماعی	۵۰	۵۱/۵۵	۱/۵۶	۱۱۹	۰/۱۲۱
کمرویی	۵۰	۵۰/۸۵	۰/۸۴	۱۱۹	۰/۳۹۹
عدم پیوندگرایی	۵۰	۴۸/۰۶	-۲/۴۹	۱۱۹	۰/۰۱۴
علائق ادبی - زیباشناسی	۵۰	۵۲/۹۸	۳/۵۸	۱۱۹	۰/۰۰۱
علائق مکانیکی - جسمانی	۵۰	۴۹/۰۵	-۰/۷۷	۱۱۴	۰/۴۴۰

با توجه به جدول فوق و با تاکید بر میزان مقادیر t، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha = 0/05$ بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی در مقیاس‌های «مشکلات سلوکی نوجوانی»، «سوء استفاده از مواد»، «فعالیت‌گرایی»، «منفعل‌گرایی بین‌فردی»، «عدم پیوندگرایی» و «علائق ادبی - زیباشناسی» وجود دارد. بنابراین، با توجه به اینکه در مقیاس «علائق ادبی - زیباشناسی»، میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی «علائق ادبی - زیباشناسی» بالاتری را نسبت به نرم جامعه و افراد عادی نشان می‌دهند.

در حالیکه در مقیاس‌های «مشکلات سلوکی نوجوانی»، «سوء استفاده از مواد»، «فعالیت‌گرایی»، «منفعل‌گرایی بین‌فردی» و «عدم پیوندگرایی»، میانگین‌های تجربی پایین‌تر از میانگین نظری بوده و این مطلب بیانگر آن است که ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی، دارای «مشکلات سلوکی نوجوانی»، «سوء استفاده از مواد»، «فعالیت‌گرایی»، «منفعل‌گرایی بین‌فردی» و «عدم پیوندگرایی» نبوده و میزان پایین‌تری را نسبت به نرم جامعه دارا می‌باشند.

لازم به ذکر است که در مقیاس‌های «پرخاشگری»، «مشکلات خانوادگی»، «اجتناب اجتماعی»، «کمرویی» و «علائق مکانیکی - جسمانی» تفاوت معنی‌داری بین میانگین تجربی و نظری مشاهده نشده و در ویژگی‌های مذکور میزان متوسطی (در حد جامعه) نمایانگر می‌سازند.

جدول ۴.۵ تک‌گروهی جهت بررسی مقیاس‌های «آسیب‌شناسی شخصیت» ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی

مقیاس	میانگین نظری	میانگین تجربی	میزان t	درجه آزادی	سطح معنی‌داری
پرخاشگری درونی شده	۵۰	۵۰/۷۸	۱/۳۳	۱۱۹	۰/۱۸۵
روان‌پریشی	۵۰	۴۷/۰۴	-۴/۱۵	۱۱۹	۰/۰۰۱
بی‌مسئولیتی	۵۰	۴۷/۸۱	-۲/۲۷	۱۱۹	۰/۰۲۵
روان‌نژندی	۵۰	۴۷/۹۶	-۱/۹۹	۱۱۹	۰/۰۴۹
درون‌گرایی	۵۰	۵۳/۰۷	۳/۹۱	۱۱۹	۰/۰۰۱

با توجه به جدول فوق و با تاکید بر میزان مقادیر t، تفاوت معنی‌داری در سطح $\alpha = 0/05$ بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی در مقیاس‌های «روان‌پریشی»، «بی‌مسئولیتی»، «روان‌نژندی» و «درون‌گرایی» وجود دارد. بنابراین، از آنجایی که در مقیاس «درون‌گرایی»، میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که میزان «درون‌گرایی» در ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی دارای برافراستگی بوده و بالاتر از حد مورد انتظار (نرم جامعه) در مقیاس‌های «روان‌پریشی»، «بی‌مسئولیتی» و

«روان‌نژندی» میانگین‌های تجربی بالاتر از میانگین نظری بوده و ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی دارای ویژگی‌های مذکور می‌باشند. لازم به ذکر است که در مقیاس «پرخاشگری درونی شده»، تفاوت معنی‌داری بین میانگین نظری و میانگین‌های تجربی مشاهده نمی‌شود و عنوان می‌گردد که ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در ویژگی «پرخاشگری درونی شده» در حد متوسط می‌باشند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های تحقیق نشان داد که ورزشکاران زن شاغل در سازمان تربیت بدنی در مقیاس‌های «هیجانان مثبت پایین»، «ناخوشی»، «خودتردیدی»، «علائق ادبی-زیباشناسی» و «درون‌گرایی» دارای میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری (یا نُرَم جامعه) می‌باشند؛ در حالیکه در دیگر مقیاس‌ها، میانگین‌های تجربی از میانگین نظری پایین‌تر بوده و یا در حد متوسط (یا مورد انتظار) می‌باشند و نمی‌توان به تفاوت‌های معنی‌دار بین نمونه مورد بررسی با پارامترها یا هنجارهای موجود در زمینه شاخص‌های بهداشت روانی زنان شاغل ایرانی تأکید داشت.

با مقایسه یافته‌های تحقیق حاضر و پیشینه تحقیقات انجام گرفته در داخل و خارج از کشور، مطرح می‌شود که یافته‌های تحقیق حاضر با تحقیقات کیانی (۱۳۹۲) پیرامون «اثرات نیمرخ هوشی، شخصیتی و خلاقیت بر مهارت‌های مدیریتی در مدیران سازمان تعاونی روستایی ایران»، امینی (۱۳۹۲) پیرامون «تأثیر ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی بر میزان بهره‌وری»، شکرزاده (۱۳۹۲) پیرامون «نیمرخ بهداشت روانی کارکنان فرماندهی انتظامی ویژه شرق تهران»، مجاهدی (۱۳۹۲) پیرامون «ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی»، کامکاری و شکرزاده (۱۳۸۶) پیرامون مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سخت‌رویی بسکتبالیست‌های حرفه‌ای و آماتور، نوابی‌نژاد (۱۳۷۸) پیرامون شناسایی اثرات ورزش بر روی ویژگی‌های شخصیتی و بهداشت روانی شطرنج‌بازان نخبه، تلگن و بن‌پورات (۲۰۰۸) پیرامون «بررسی نیمرخ شخصیتی نیروهای پلیس»، وینر (۲۰۰۷)، تحت‌عنوان ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران، ویلیامز (۲۰۰۵) پیرامون ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران زن موفق حرفه‌ای و پیشکسوت، هماهنگ و همسو است؛ به طوری که نتایج نشان می‌دهند در تمامی تحقیقات مذکور نیز مطرح شده است که ورزش می‌تواند با کاهش مقیاس‌های «هیجانان مثبت پایین»، «ناخوشی»، «خودتردیدی»، «علائق ادبی-زیباشناسی» و «درون‌گرایی» همراه بوده و منجر به افزایش بهداشت روانی شود.

در نهایت، زنان شاغل در سازمان تربیت بدنی از وضعیت بهداشت روانی همانند با هنجارهای موجود ایران برخوردار بوده و وضعیت اشتغال در سازمان تربیت بدنی نقش مؤثری را در بهداشت روانی زنان شاغل بر جای نگذاشته است. از این‌رو، وضعیت بهداشت روانی زنان شاغل در سازمان تربیت بدنی به مانند وضعیت بهداشت روانی زنان غیرشاغل و زنان و مردان شاغل در سازمان‌ها و مؤسسات دیگر می‌باشد.

منابع

- امینی؛ مریم، (۱۳۹۲)، تأثیر ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی بر میزان بهره‌وری، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد اسلامشهر.
- آهولا، اسو و هتفیلد، براد، (۲۰۰۷)، روان‌شناسی ورزش با رویکرد روانی، اجتماعی، ترجمه رضا فلاحتی و محسن حاجیلو، (۱۳۸۶)، چاپ اول، تهران، انتشارات سازمان تربیت بدنی، معاونت امور فرهنگی و آموزشی دفتر تحقیقات و آموزش.
- پره؛ اعظم، (۱۳۸۹)، اثر فعالیت ورزشی بر نیمرخ بهداشت روان‌شناختی نوجوانان بزهکار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی.
- دلاور؛ علی، (۱۳۹۰)، روش تحقیق در علوم رفتاری، تهران، انتشارات ارسباران.
- دیماثو، ام‌رابین، (۲۰۰۵)، روانشناسی سلامت، ترجمه جمعی از نویسندگان پژوهشکده حوزه و دانشگاه زیر نظر هاشمیان؛ کیانوش، (۱۳۸۷)، انتشارات دانشگاه سمت، تهران، ج ۱.
- سروری؛ رحیم، (۱۳۸۴)، راهنمای عملی تمرین‌های ذهنی تا اوج عملکرد، چاپ اول، تهران مؤسسه تحقیقاتی و انتشاراتی نور.
- کامکاری؛ کامبیز، شکرزاده؛ شهره، (۱۳۸۶)، مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سخت‌رویی بسکتبالیست‌های حرفه‌ای و آماتور، طرح پژوهشی، معاونت پژوهشی فدراسیون بسکتبال جمهوری اسلامی ایران.
- کامکاری؛ کامبیز، شکرزاده؛ شهره، (۱۳۸۹)، ویژگی‌های روان‌سنجی فرم بازسازی شده پرسشنامه شخصیتی چندوجهی مینه-سوتا-۲ در ورزشکاران تیم ملی ایران، دوفصلنامه علمی- پژوهشی روان‌شناسی معاصر، دوره ۵ / زمستان ۱۳۸۹.
- شکرزاده؛ شهره، (۱۳۹۲)، نیمرخ بهداشت روانی کارکنان فرماندهی انتظامی ویژه شرق تهران، طرح پژوهشی با نظارت فرماندهی انتظامی شرق تهران.
- کیانی؛ عبدالکریم، (۱۳۹۲)، اثرات نیمرخ هوشی، شخصیتی و خلاقیت بر مهارت‌های مدیریتی در مدیران سازمان تعاونی روستایی ایران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.
- مجاهدی؛ ندا، (۱۳۹۲)، ویژگی‌های روان‌شناختی رؤسای فدراسیون‌های ورزشی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- نوابی‌نژاد؛ شکوه، (۱۳۸۸)، بررسی ویژگی‌های روانی ورزشکاران زن شرکت‌کننده در مسابقات قهرمانی کشور، معاونت ورزش بانوان، انجمن تحقیقات.
- نوشادایان، کارین، (۱۳۹۰). بررسی مقایسه‌ای شاخص‌های سلامت روانی و توانایی‌های شناختی در دو گروه پیشکسوت فعال و غیرفعال در رشته بسکتبال، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی.
- واعظ موسوی، محمدکاظم، شجاعی؛ علی، (۱۳۸۲). روان‌شناسی ورزشی (چاپ دوم)، تهران: انتشارات سمت.

Shahintab, Mehran. Kamkary, Kambiz. Shokrzadeh, Shohreh Behrooz Abedini, Amir Mohammad. (2010). THE EFFECTS OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTION ON ELITE BASKETBALL PLAYERS EMOTIONAL INTELLIGENCE. Conference Proceedings Canadian Society of Psychomotor Learning and Sport Psychology Annual conference Oct 28-30, 2010 Hosted by the University of Ottawa.

Tellegen, Auke and Be-Porath, Yossef S., (2008), Minnesota Multiphase Personality Inventory-2 Restructured Form, Published by: University of Minnesota Press Pearson.

Weiner; B, (2007), The athletes & Nonathletes Properties personality, The Journal of Psychology, Vol 23, P: 24-25

Williams; H, (2005), The Properties Personality of Females Athletes, The Journal of Psychology, Vol 46, P: 51-56.

The Survey of Mental Health Profile among Female Athletes in Sport Organizations to Provide Counseling and Psychotherapy

Kambiz Kamkary, Shohreh Shokrzadeh, Sirous Fathi Vajargah, Hossein saedy

Abstract

The aim of this study was to Survey mental health profile among female athletes in sport organizations to provide counseling and psychotherapy. The research design is descriptive type. Measurement instrument to evaluate mental health was Personality Questionnaire Multiphasic Minnesota Personality-2 Restructured Form (MMPI-2RF) that has been validated by Kamkary and Shokrzadeh in Iran (1389). The results showed that the average female staff of physical education organization is in the sub-scales' "low positive emotions", "Malaise", "self-doubt", "Aesthetic-Literary Interests" and "introversion" above average and they need counseling and psychotherapy services. Hence, it is necessary to increase mental health and counseling services should be enjoying process.

Keywords: evaluate, profile, mental health, athletes, provide counseling and psychotherapy.