

مقایسه استرس دانش آموزان دختر ورزشکار و غیرورزشکار ابتدایی دور دوم شهر

کرمانشاه

زهرا رضوانی^۱، زهرا بیات^۲، علیرضا قلی‌پور^۳، سمیه بهرامی^۴

چکیده

استرس را می‌توان واکنش‌های روانی، جسمانی، هیجانی، و رفتاری انسان به هر تهدید یا فشار ادراک‌شده درونی یا محیطی دانست. استرس‌های دراز مدت و یا زیاد بر ابعاد مختلف زندگی ما اثر می‌گذارند. کشور ما جزء کشورهای جوان و در حال توسعه محسوب می‌گردد، که تعداد متنابهی از جمعیت آن را، دانش‌آموزان تشکیل می‌دهند و اگر به وضعیت سلامت روانی این آینده‌سازان به ویژه دختران که مادران آینده هستند، توجه نشود؛ ممکن است آسیب‌های جبران‌ناپذیری به پیکر اجتماع وارد شود. بنابراین با توجه به اهمیت موضوع و با توجه به این‌که پیش‌تر پژوهشی بر روی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی انجام نشده بود، برای مقایسه استرس دانش‌آموزان دختر ورزشکار و غیرورزشکار ابتدایی دور دوم شهر کرمانشاه، این پژوهش انجام شد.

در یک دبستان دوره دوم با حدود ۴۰۰ دانش‌آموز، ۴۵ دانش‌آموز ورزشکار و ۴۵ دانش‌آموز غیرورزشکار به طور تصادفی انتخاب شدند. گروه ورزشکار، حداقل در ۲ سال گذشته، به طور منظم در مجموعه ورزشی فعالیت ورزشی داشته‌اند. گروه غیرورزشکار، حداقل در ۲ سال گذشته، هیچ فعالیت منظم بدنی در مجموعه ورزشی نداشته‌اند. از پرسشنامه ۱۰ سوالی استرس استفاده شد. همچنین، از آزمون t مستقل برای مقایسه دو گروه استفاده گردید. در پژوهش حاضر مشاهده شد که تفاوتی بین میزان استرس دانش‌آموزان ورزشکار و غیرورزشکار وجود ندارد ($p=0/691$). شرکت در هر نوع رقابتی ممکن است میزان استرس افراد را افزایش دهد، در این پژوهش نیز میزان استرس دانش‌آموزان ورزشکار از دانش‌آموزان غیر ورزشکار بیشتر بود که این مقدار معنی‌دار نبود.

واژه‌های کلیدی: پرسشنامه استرس، ورزشکار، دبستان، دانش‌آموزان.

^۱ - کارشناس ارشد رفتار حرکتی دانشگاه رازی، آموزگار تربیت بدنی استان کرمانشاه

^۲ - دانشجوی دکتری تخصصی دانشگاه تهران، پردیس بین‌المللی کیش، آموزگار تربیت بدنی استان هرمزگان

^۳ - کارشناس ارشد آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی دانشگاه رازی

^۴ - دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، آموزگار تربیت بدنی استان کرمانشاه