

ارتباط بین خودبازبینی و اضطراب اجتماعی در نابینایان ورزشکار

یوسف یاوری^۱، شهرام عروفزاد^۲

چکیده

هدف: تحقیق حاضر بر آن است که روابط بین خودبازبینی و اضطراب اجتماعی را در بین نابینایان ورزشکار بررسی نماید. روش بررسی: مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی با طرح تحقیق پس آزمون بود. نمونه های آماری شامل نابینایان ورزشکار (51 نفر) که گلبال بازی می کردند، بود که به صورت نمونه های در دسترس انتخاب شدند. پرسشنامه های اضطراب اجتماعی جرابک^۳ (1996) به منظور اندازه گیری میزان اضطراب اجتماعی نابینایان و خودبازبینی اسنایدر و گانجستد^۴ (1985) به منظور تعیین میزان خودبازبینی مورد استفاده قرار گرفت.

یافته ها: میانگین امتیاز خودبازبینی آزمودنی ها برابر $10/51 \pm 2/27$ و میانگین اضطراب اجتماعی نابینایان ورزشکار $74/27 \pm 7/85$ مشاهده شد. در بررسی روابط خودبازبینی با اضطراب اجتماعی نتایج به دست آمده حاکی از آن است که رابطه های بین خودبازبینی با اضطراب اجتماعی و عوامل ترس از بیگانگان، ترس از انزوای اجتماعی و ترس از آشکار شدن علایم اضطراب از لحاظ آماری معنی دار نمی باشد، ولی رابطه بین خودبازبینی با عوامل ترس از ارزیابی توسط دیگران ($p=0/02$)، $r = -0/31$ و ترس از صحبت کردن در جمع ($r = 0/36$, $p=0/01$) از لحاظ آماری رابطه های معنی داری بودند.

بحث و 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.

واژه های کلیدی: خودبازبینی، اضطراب اجتماعی، نابینا، ورزشکار

¹ دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان yavarif@yahoo.com

² استادیار دانشگاه فرهنگیان اصفهان