مقایسه سلامت روان معلولین حسی ورزشکار و غیر ورزشکار

بهنام شکری*: کارشناسی ارشد دانشگاه شهرکرد Behnam.shokri1991@yahoo.com
مصطفی زاعی: استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید بهشتی
امیدرضا صحرایی: کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی

واژگان کلیدی

سلامت روان

معلول حسی

ورزشکار

غیر ورزشکار

چکیده

مقدمه: مطالعات بسیاری به بررسی سلامت روان ورزشکاران و غیر ورزشکاران پرداخته‌اند اما اطلاعات محدودی در زمینه سلامت روان افراد معلول حسی ورزشکار و غیر ورزشکار وجود دارد، بنابراین هدف از تحقیق حاضر مقایسه سلامت روان افراد معلول حسی ورزشکار و غیر ورزشکار بود.

روش: ۱۲۰ معلول حسی شهر تهران ۳۰ نفر نابینای ورزشکار، ۳۰ نفر نابینای غیر ورزشکار، ۳۰ نفر ناشنوا ورزشکار و ۳۰ نفر ناشنوای غیرورزشکاربا روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. از پرسشنامه GHQ-۲۸ که شامل ۴ خرده مقیاس است برای سنجش سلامت روان استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل نتایج از آزمون یو من ویتنی استفاده گردید.

نتایج: یافته‌های تحقیق حاضر نشان می‌دهد که افراد معلول حسی ورزشکار نسبت به همتایان حسی غیر ورزشکار خود به طور معنی‌داری امتیاز بالاتری در پرسشنامه GHQ-۲۸ به دست آوردند. تفاوت معناداری بین دو گروه در خرده مقیاس‌های سلامت جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی و افسردگی مشاهده شد. ولی در خرده مقیاس کارکرد اجتماعی بین دو گروه تفاوت معناداری نشان داده نشد.

بحث و نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج تحقیق می‌توان نتیجه‌گیری کرد که ورزش و فعالیت جسمانی می‌تواند سلامت روان افراد معلول حسی را بهبود بخشد. فعالیت بدنی سبب می‌شود تا آن‌ها از طریق ورزش اعتماد به نفس و سلامت‌روان بهتری بدست آورند و با روحیه بهتری جهت انجام کارهای روزانه و شخصی خود در جامعه حضور داشته باشند.

* نویسنده مسئول
نوع مطالعه: پژوهشی
تاریخ دریافت: ۱۳۹٤/۰۷/۱۶
تاریخ پذیرش: ۱۳۹٤/۰۸/۲۹

نحوه استناد به مقاله: بهنام شکری، مصطفی زاعی و امیدرضا صحرایی. مقایسه سلامت روان معلولین حسی ورزشکار و غیر ورزشکار. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۳۹٤؛ ٤ (۳): ۴۳-۳۷

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

Comparing the Mental Health of the Athletic and Non-Athletic Sensory-Disabled People

Behnam Shokri*: Master of Science, Shahrkord University
Mostafa Zarei: Assistant Professor, Shahid Beheshti University
Omidreza Sahraei: Master of Science, allameh Tabatabai University

Abstract

Introduction: Several studies examined the mental health of athletes and non-athletes, However, There are limited information on the mental health of athletes and non-athletes with sensory disabilities. So, the aim of this study was to compare the mental health of athletes and non-athletes with sensory disabilities.

Methods: The sample population was 120 (30 blind athlete, 30 blind non-athletes, 30 deaf athlete and 30 deaf non-athletes) male sensory disabled people from the city of Tehran, who were selected by Convenience sampling.The measuring instrument of the study was GHQ-28 Questionnaire (MHQ) which includes 4 sub-scales of mental health. The collected data were analyzed using Manvitney U test and T-student test.

Results: The results of the study indicated that there is a significant difference between mental health and sub-scales of somatic symptoms, anxiety and insomnia and severe depression in athletes and non-athletes sensory disabled people ($p<0.001$). But there is no significant difference between the two groups in sub-scale of social disfunction ($p<0.001$).

Conclusions: The results of this study indicated that the mental health of the sensory disabled athletes people were better than those of the sensory disabled non-athletes. Therefore it seems necessary that sports and physical activities be more attended in the daily schedule of disabled people.

Keywords

Mental Health

Sensory Disabilities

Athletes

Non-Athletes

*Corresponding Author
Study Type: Original
Received: 08 Oct 2015
Accepted: 20 Nov 2015

Please cite this article as follows: Shokri B, Zarei M and Sahraei O. Comparing the Mental Health of the Athletic and Non-athletic Sensory-disabled People. Quarterly journal of social work. 2015; 4 (3); 37-43

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

مقدمه

سازمان بهداشت جهانی معلولیت را اختلال یک فرد که پیامد نقص و ناتوانی است و مانع از انجام نقشی می‌شود که با توجه به شرایط سنی، جنسیتی، اجتماعی، فرهنگی و طبیعی برای فرد در نظر گرفته شده است، تعریف می‌کند (باربوته و همکاران ۲۰۰۱). به بیان بهتر معلول به فردی اطلاق می‌گردد که در اثر نقص مادرزادی یا سایر ناهنجاری جسمی، ذهنی و حسی از انجام یک یا چند فعالیت اساسی در زندگی روزمره ناتوان باشد (داورمنش و براتی سده ۱۳۸۵). طبق گزارش منتشر شده از سوی سازمان بهداشت جهانی و بانک جهانی حدود ۱/۵ درصد از جمعیت جهان معلول هستند (گزارش سازمان بهداشت جهانی ۲۰۱۱). در ایران با احتساب جانبازان گرانقدر، آمارهای موجود حدود ۴ درصد جمعیت کشور را دارای معلولیت ذکر می‌کنند (ستاری و همکاران ۲۰۰۵).

طبق برخی گزارش‌ها، معلولیت گاهی با عدم تمایل به شرکت در برخی فعالیت‌های اجتماعی و ورزشی همراه می‌باشد. با پیدایش معلولیت و بروز نشـانه‌های ضعف جسمانی، اتکای افراد معلول بر خویشتن متزلزل گردیده و احساس نیاز به دیگران و وابسـتگی به غیر ظاهر شـده و به مرور قوت می‌یابد. کاهش اعتماد به نفس، شخصیت‌گرایی منفی، احساس بی‌کفایتی و سـر بار بودن، حداقل توانایی‌های معلول را تحت الشـعاع قرار داده و احسـاس اندوه در فرد معلول ظاهر می‌گردد (جوادی و کدیور ۱۹۹۵)، (پورسلطانی و همکاران ۲۰۰۴).

مشکلات روحی و روانی یکی از شایعترین پیامدهای معلولیت محسوب می‌گردد. بروز این مشکلات در میان معلولان در کشـورهای در حال توسـعه به‌ویژه در ایران دامنه وسـیعتری دارد و دائما رو به افزایش اسـت (سپاسی، نوربخش و آقایی ۲۰۱۲). بر این اسـاس با وجود پیشـرفت‌های علمی در یک صد سال گذشـته که باعث شده است تا بسیاری از بیماری‌های عفونی و مسـری از زندگی مردم رخت بر بندد، اما بنظر می‌رسـد که اختلالات روانی با انواع و شدت‌های متفاوت جایگزین آن بیماری‌ها شـده است. راهکارهای بسیاری جهت مبارزه با فشارهای روانی و ارتقاء سطح سلامت روانی و ارتقاء سـلامت عمومی جامعه و قشـرهای مختلف مردم مانند شناخت موقعیت، خواب کافی، همکاری و نوع دوستی، مشارکت دادن دیگران در کار کسب تجارت و لذت بردن از شغل ارائه شده است (سپاسی، نوربخش و آقایی ۲۰۱۲) اما به نظر می‌رسـد ورزش و فعالیت‌های بدنی می تواند یکی از راهکارهای مناسـب ارتقاء سطح سلامت روانی افرادبخصوص معلولین باشد.

نتایج تحقیقات مختلف نیز بیانگر تاثیر مثبت ورزش بر سلامت روان افراد گوناگون جامعه است. برای مثال لیندوال و همکاران (۲۰۰۷) بیان کردند که افراد ورزشـکار کمتر به افسردگی دچار می‌شوند. همچنین بایدل و همکاران (۲۰۱۱) نیز در یک مطالعه مروری بیان کردند ورزش و فعالیت بدنی در پیشـگیری از بیماری‌های روانی و ارتقا سـلامت روانی نقش به سزایی دارد.

اگرچـه مطالعـات کمتری در زمینه تاثیر ورزش بر سـلامت روان معلولان انجام شـده اسـت امـا تحقیقات موجود بیانگرسـلامت روان بهتر معلولان ورزشکار نسـبت به معلولان فاقد فعالیت بدنی است. برای مثال نتایج تحقیق کویلز و همکاران (۱۹۹۳) نشـان داد که معلولان ورزشـکار نخاعی سلامت روان بهتری در مقایسه با معلولان غیر ورزشکار در فاکتورهایی مانند افسـردگی، رضایت از زندگی، تعامل اجتماعی و برخی از روابط قابل اطمینان داشته اند. پورسلطانی و همکاران (۲۰۱۱) در مقایسـه سـلامت روان معلولان جسمی حرکتی ورزشـکار و غیر ورزشکار بیان کردند معلولان ورزشـکار نسبت به غیرورزشـکاران در چهار خرده مقیاس سـلامت عمومی وضعیت بهتری دارند.کندی و همکاران (۲۰۰۳) تاثیرات فعالیت‌های ورزشـی را به منظور کاهش اضطراب و افسردگی در افراد با آسیب نخاعی بررسی کردند و مشـاهده شـد که یک برنامه تمرینی در طول ۶ هفته منجر به کاهش افسـردگی و اضطراب می‌شود. ثالثی و همکاران (۱۹۹۳)تاثیر فعالیت‌های ورزشـی را بر روی سـلامت روان افراد معلول جسمی بررسـی کردند و دریافتند که تفاوت معناداری بین ورزشـکاران و غیر ورزشـکاران معلـول در علائم فیزیکی، اضطراب و اختلال در خواب، افسـردگی و عملکرد اجتماعی وجود دارد. بخشـایش، بهمنی و کمالی (۱۳۹۱) بیان کردند که افراد معلول ورزشـکار از سـلامت روانی بهتری نسـبت به افراد معلول غیر ورزشکار برخوردارند. همچنین ورزشکاران با معلولیت جسمی-حرکتی نسبت بـه دیگر انواع معلولیت‌ها از سـلامت روانی بالاتـری برخوردارند. توفیقی و همکاران (۱۳۹۱) نیـز در تحقیقی به این

wnloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

نتیجه رسیدند که تمرینات هوازی برای جانبازان غیرفعال می‌تواند در افزایش سلامت عمومی و روانی آنان موثر باشد و در ردیف برنامه‌های ارتقای سلامت قرار گیرد.

بیشتر مطالعات انجام شده در زمینه تاثیر فعالیت بدنی بر سلامت روان معلولان، در جامعه معلولان جسمی حرکتی انجام شده است و معلولان حسی کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند. معلولان حسی آن دسته از معلولانی هستند که دارای آسیب‌دیدگی‌های حس‌شنوایی و یا حس‌بینایی می‌باشند. معلولان حسی معمولا از نظر حرکتی دارای محدویت‌های مستقیم نیستند ولی وجود معلولیت در تمام یا بخشی از ارگان‌های حسی باعث کاهش تسلط بر توانایی‌های حرکتی می‌شود. صدمه دیدن قسمت حسی این افراد موجب می‌شود که این افراد نتوانند بسیاری از اطلاعات بینایی و شنوایی را از محیط دریافت کرده و در نتیجه قادر نخواهند بود با محیط اجتماعی بیرون تعامل اجتماعی برقرار کنند که این عدم تعامل با جامعه موجب منزوی شدن و گوشه‌گیر آنان می گردد و سلامت‌روانی وجسمانی آن‌ها را تضعیف می‌کند. لذا باتوجه به فقدان مطالعه‌ای جامع در زمینه تاثیر فعالیت بدنی و ورزش بر سلامت روان معلولان حسی، این مطالعه در نظر دارد به بررسی مقایسه سلامت روان معلولین حسی ورزشکار و غیر ورزشکار بپردازد.

روش

این مطالعه از نوع توصیفی-پیمایشی و به روش میدانی انجام شده است. نمونه‌آماری این پژوهش را ۱۲۰ نفر از معلولین حسی شهر تهران شامل ۶۰ نفر ورزشکار و ۶۰ نفر غیر ورزشکار تشکیل داده‌است.هر گروه شامل ۳۰ نفر نابینا و ۳۰ نفر ناشنوا. گروه ورزشکار به طور متوسط سه جلسه در هفته به انجام فعالیت‌های ورزشی رشته ورزشی خود می‌پرداختند اما گروه غیر ورزشکار تنها کارهای روزانه خود به انجام انجام می‌دادند.

ابزار مورد اندازه‌گیری در این تحقیق پرسشنامه استاندارد شده سلامت روان GHQ بود. این پرسشنامه حاوی ۲۸ سوال و چهار خرده مقیاس است وسلامت جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی و افسردگی را اندازه‌گیری می‌نماید. نوربالا و همکاران در بررسی اعتبار و روایی نسخه فارسی این پرسشنامه حساسیت و ویژگی و خطای طبقه‌بندی این مقیاس با نقطه برش ۶ به ترتیب ۸۴/۷٪، ۹۳/۸٪ و ۸۲٪ بیان کردند، اعتبار این پرسشنامه نیز ۸۵٪ گزارش شده است (نوربالا و محمدی ۲۰۰۹). نجفی و همکاران (۲۰۰۰) اعتبار نسخه فارسی این پرسشنامه را با روش آزمون-بازآزمون ۸۵٪ به دست آوردند. پالاهنگ و همکاران (۱۹۹۶)نیز براساس همبستگی پیرسون، ضریب اعتبار باز آزمایی نسخه فارسی این پرسشنامه را ۹۱٪ به دست آوردند.

در این پرسشنامه برای تعیین نمره نهایی افراد از مقیاس چهار ارزشی لیکرت استفاده شده است، به این ترتیب که داده‌ها از کمترین به بیشترین و با نمره‌های(۰، ۱، ۲ و۳) نمره‌گذاری می‌شود. پرسشنامه مورد استفاده چهار خرده مقیاس زیر را اندازه‌گیری می‌کند: **۱. نشانه‌های بدنی:** شامل مواردی است درباره احساس فرد نسبت به وضعیت سلامت خود و احساس خستگی. **۲. اضطراب و بی‌خوابی:** شامل مواردی است که سطح اضطراب و بی‌خوابی را در آزمودنی‌ها اندازه‌گیری می‌کنند. **۳. کارکرد و روابط اجتماعی:** گستره توانایی افراد را در مقابل خواسته‌های حرفه‌ای و مسائل روزمره زندگی می‌سنجد و احساسات آن‌ها را درباره چگونگی کنار آمدن با موقعیت‌های متداول زندگی آشکار می‌کند. **٤. افسردگی:** در برگیرنده مواردی است که با افسردگی وخیم مرتبط‌اند (نوربالا و محمدی ۲۰۰۹).

در این روش نمره‌دهی در پرسشنامه GHQ نمره بالا نشانه اختلال در سلامت روان افراد است ولی هرچه نمره کلی پرسشنامه سلامت روان پایین‌تر باشد بیانگر سلامت روان بهتر فرد می‌باشد. در این تحقیق نمره کلی آزمودنی‌ها محاسبه و نمره کلی ورزشکاران و غیر ورزشکاران مقایسه می‌شود. همچنین چهار خرده مقیاس به شکل جداگانه بین دو گروه بررسی می‌شود. در این روش امتیاز پایین نشانه سلامت و امتیاز بالا نشانه اختلال است. به این صورت که هر خرده مقیاس از نمره ۶ و در مجموع از نمره ۲۲ به بالا بیانگر علایم اختلال است.

رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان، اختیار و آزادی در خروج از مطالعه در هر مرحله از تحقیق، محرمانه ماندن فایل مصاحبه‌ها و اطمینان دادن به شرکت‌کنندگان در راستای استفاده علمی از اطلاعات کسب شده از ملاحظات

wnloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

اخلاقی مورد توجـــه در این پژوهش بوده اســت. همچنین برای ناشناس ماندن هویت شرکت‌کننده‌گان در مطالعه، تمامی اسامی به کار رفته به صورت مستعار انتخاب شده‌اند.

برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کومولوگروف اســمیرونف اســتفاده شد. بعد از این که مشــخص شــد داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار نیستند از آزمون‌هــای آماری ناپارامتریک از جمله آزمــون یو من ویتنی و برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شــده از روش‌های آماری توصیفی اســتفاده شــد. نرم‌افــزار SPSS22 جهت تجزیــه وتحلیل داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت. در کلیه آنالیزهای آماری نیز سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته ها

جدول (۱) مقایسه ویژگی‌های آنتروپومتری دو گروه (انحراف استاندارد±میانگین)

متغیر	گروه ورزشکار	گروه غیرورزشکار
سن (سال)	۴۱/۴۵ ±۱/۵	۳۹/۳۵ ±۰/۵
قد (سانتی‌متر)	۱۷۴/۰۳± ۵/۵	۱۷۲/۶ ± ۶/۲
وزن (کیلوگرم)	۷۵/۶۴± ۶/۴۵	۷۶/۲۴± ۷/۳

جدول (۲) مقایسه خرده مقیاس های آزمون GHQ به وسیله آزمون یو من ویتنی

	سلامت جسمانی	اضطراب	کارکرد اجتماعی	اضطراب و افسردگی
میانگین رتبه ورزشکاران	۴۱/۱۷	۴۱/۷۶	۵۷/۱۳	۵۳/۷۰
میانگین رتبه غیرورزشکاران	۷۹/۸۳	۷۹/۲۴	۶۳/۸۷	۳۰/۶۷
مقدار آماره یو من ویتنی	۶۴۰	۶۷۵	۱۵۹۰	۱۳۹
نمره Z	-۶/۱۶	-۵/۹۴	-۱/۰۷	-۲/۱۷
سطح معنی داری	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۲۸	۰/۰۳

نتایــج آزمون تــی مســتقل نشــان داد آزمودنی‌های دو گروه در هیچ یک از متغیرهــای آنتروپومتریکی اختلاف معنی‌داری نداشتند (p>۰/۰۵) (جدول ۱).

آزمــون یو من ویتنی نشــان داد که ورزشــکاران معلول حســی در مجموع ســلامت روان بالاتــری (Mdn-۴۲/۳) نســبت به معلولان غیر ورزشکار داشــته‌اند (Mdn-۷۸/۶) (U=۷۱۱/۵، p=۴۲/۳).

همچنیــن همانگونه که جدول شــماره ۲ نشــان می‌دهد ورزشکاران معلول حســی در چهار خرده مقیاس سلامت جســمانی (p=۰/۰۰۱)، استرس و اضطراب (p=۰/۰۰۱) و اضطراب و افسردگی (p=۰/۰۰۳) سلامت روان بهتری نسبت به معلولان حســی غیر ورزشــکار دارند. اما در خرده مقیاس کارکرد اجتماعی تفاوت معنی‌داری بین دو گروه مشاهده نشد (p=۰/۲۸).

بحث و نتیجه گیری

ب یافته‌های پژوهش حاضرنشــان داد، ســلامت روان افراد معلول حسی ورزشکار و غیر ورزشکار به طور معنی‌داری تفاوت دارد و افراد معلول حســی در مقایســه با افراد عادی از سلامت روان بالاتری برخوردار هستند. کویلز و همکاران (۱۹۹۳) نیز نشان دادند که معلولان ورزشکار نخاعی سلامت روان بهتری در مقایسه با معلولان غیر ورزشکار داشته‌اند. پورســلطانی و همکاران (۲۰۱۱) نیز بیان کردند معلولان ورزشــکار نســبت به غیرورزشــکاران در چهار خرده مقیاس سلامت عمومی وضعیت بهتری دارند. ثالثی و همکاران (۱۹۹۳) تاثیر فعالیت‌های ورزشی را بر روی سلامت روان افراد معلول جسمی بررسی کردند و تفاوت معناداری بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران معلول در علائم فیزیکی، اضطراب و اختلال در خواب، افسرگی و عملکرد اجتماعی یافتند. بخشایش، بهمنی و کمالی (۱۳۹۱) بیان کردند که افراد معلول ورزشکار از سلامت روانی بهتری نسبت به افراد معلول غیر ورزشکار برخوردارند.

در زمینه چگونگی تاثیر ورزش بر ســلامت روان افراد جامعه مطالعات مختلفی صورت گرفته اســت. ماســون وهلت (۲۰۱۲) در یــک مطالعه مروری بیان کردند ورزش و فعالیت بدنی می‌توانــد از طریق افزایش خودکارآمدی، افزایش اعتماد به نفس و کاهش اســترس به بهبود ســلامت روان افراد کمک نماید. فعالیت بدنی می‌تواند به طور بنیادی روی مولفه‌های روانی افراد تاثیر مثبت داشــته باشــد. اتلانتیس و همکارانش (۲۰۰۹) در پژوهش خود به این نتیجه رســیدند که ورزش و فعالیت بدنی در بهبود ســلامت روانی و خلق خوی افراد تاثیر قابل ملاحظه‌ای داشــته است. نکتل (۲۰۱۰) در پژوهــش اظهار داشــت ورزش از طریق تعداد مکانیســم‌های روانی، از جمله افزایــش خودکارآمدی، عزت نفس، فعال‌سازی رفتاری، احساس موفقیت، اعتماد به نفس و جلوگیری از خلق و خوی منفی سلامت روان را تحت تاثیر قرار می‌دهد. کندی و همکاران (۲۰۰۳) نیز تاثیر مثبت ورزش بر کاهش اضطراب و افســردگی در معلولان ضایعات نخاعی را علت افزایش ســلامت روان آن‌ها گزارش نمودند. شــرکت در فعالیت‌های ورزشی سبب افزایش سطح توانایی‌های

wnloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

بدنی و آمادگی فرد می‌شود و این مورد به نوبه خود موجب تغییر نوع ارزیابی و برآورد فرد از قابلیت‌های خود می‌گردد و در نهایت سطح سلامت روان فرد افزایش می‌یابد قاسمی، مومنی و خانکه (۲۰۱۰).

همچنین نتایج نشان می‌دهد ورزشکاران معلول حسی در خرده مقیاس‌های "استرس و اضطراب" و "اضطراب و افسردگی" وضعیت بهتری نسبت به معلولان حسی غیر ورزشکار دارند. کوجپیر و همکاران (۲۰۱۴)در یک مطالعه مروری نشان دادند که ارتباط معکوسی بین افسردگی وفعالیت بدنی وجود دارد. هرچه سطح فعالیت بدنی افراد بیشتر باشد کمتر به افسردگی دچار خواهند شد. مک آولی و همکاران (۲۰۰۲) در یک تحقیق کنترل شده کاهش معنی‌داری را در سطح اضطراب اجتماعی افراد پس از شرکت در یک دوره تمرین شش ماهه را نشان داده شد. شواهد مختلف درباره ارتباط فعالیت بدنی با اضطراب، نشان می‌دهد که ورزش اثر کاهندگی بر اضطراب صفتی و وضعیتی دارد و در مواردی موجب بهبود عزت نفس می‌گردد مک اولی و همکاران (۲۰۰۲). هورات و همکاران (۱۹۸۶) معتقدند بسیاری از معلولیت‌های حسی و حرکتی که در نتیجه آن برخی از توانایی‌های فرد از بین می‌رود، می‌تواند به‌عنوان منبع استرس عمل کرده و به افسردگی مزمن افراد منجر شود. اما در نقطه مقابل ورزش سبب افزایش توانایی فرد می‌شود و از افسردگی آنها جلوگیری می‌نماید.

نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان می‌دهد تفاوتی در کارکرد اجتماعی بین معلولان ورزشکار و غیر ورزشکار دیده نمی‌شود. بخشایش و همکاران (۲۰۱۲) نیز نتایج مشابهی در معلولان جسمی و حرکتی گزارش نمودند. ارتقا روابط اجتماعی مقوله بسیار پیچیده‌ای است که به نظر می‌رسد ورزش به تنهایی نمی‌تواند سبب بهبود آن گردد. در توجیه این مساله می‌بایست به نوع معلولیت نیز توجه نمود. معلولان حسی به دلیل از دست دادن یکی از مهمترین حواس خود خواه ناخواه در برقراری ارتباط با دیگران با مشکل مواجه می‌شوند. نقش والدین، دوستان و همتایان و معلمان در ارتقا مهارت‌های اجتماعی این معلولان غیرقابل انکار است ماس و گریتنس (۲۰۰۴).

مطالعه حاضر به دلیل محدویت‌های مختلف فقط شامل مردان معلول حسی ورزشکار و غیر ورزشکار بود، همچنین انتخاب هدفمند آزمودنی‌ها و پرسشنامه مورد استفاده و دامنه سنی آزمودنی‌ها نیز می‌بایست در تعمیم نتایج مورد توجه قرار گیرد.

نتایج تحقیق حاضر نشان می‌دهد که ورزش و فعالیت جسمانی ضمن بهبود آمادگی جسمانی می‌تواند به بهبود سلامت روان معلولان حسی کمک کند. به همین دلیل بسیاری از متخصصین حوزه علوم ورزشی و فعالیت بدنی معتقدند که ورزش برای افراد معلول یک امری واجب و حیاتی است. با توجه به نتایج تحقیق حاضر و سایر تحقیقات مشابه به مردان معلول حسی و سایر نهادهای مرتبط توصیه می‌شود که جهت بهبود سلامت جسمانی و روانی ورزش به شکل منظم و اصولی را جایگزین استراحت و کم‌تحرکی نمایند.

تشکر و قدردانی

از مسئولان فدراسیون جانبازان و معلولین و فدراسیون ورزش نابینایان و کم بینایان کشور و همچنین تمام معلولان عزیزی که ما را در انجام این پژوهش یاری کرده‌اند تشکر به عمل می‌آید.

منابع

References:

Atlantis, E., C. Chaw, and A. Kirby, An effective exercise based intervention for important mental health and quality of measures. Prev Med, 2009: p. 424-34.

Bakhshayesh S H, Bahmani F, Kamali M. Comparative of Mental Health Disabled People of Athletic and Non-Athletic. Iran J War Public Health. 2012; 5 (1) :22-26 . [Persian]

Barbotte E, Guillemin F, Chau N, and Lorhandicap Group. Prevalence of impairments, disabilities, handicaps and quality of life in the general population: A review of recent literature. Bulletin of the World Health Organization. 2001; 79(11): 1047-1055.

Biddle, S.J. and M. Asare, Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of

wnloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]

reviews. British journal of sports medicine, 2011: p. bjsports90185. [Persian]
Coyle, C.P., et al., Psychosocial functioning and changes in leisure lifestyle among individuals with chronic secondary health problems related to spinal cord injury. Therapeutic Recreation Journal, 1993.
Cuijpers, P., L. de Wit, and A. Taylor, The effects of psychological treatments for adult depression on physical activity: a systematic review. Mental Health and Physical Activity, 2014. 7(1): p. 6-8.
Ghasemi A, Momeni M, Khankeh H R. Comparison of Body Image between Disabled Athletes, Disabled Non-Athletes and Non-Disable Non-Athletes Males. RJ. 2010; 10 (4) :0-0. [Persian]
Horvat, M., R. French, and K. Henschen, A comparison of the psychological characteristics of male and female able-bodied and wheelchair athletes. Spinal Cord, 1986. 24(2): p. 115-122.
Javadi M, Kadivar P. Personality psychology. 4th edition.Rasa publication.1995. [Persian]
Kennedy, P., et al., Coping effectiveness training reduces depression and anxiety following traumatic spinal cord injuries. British Journal of Clinical Psychology, 2003. 42(1): p. 41-52.
Knachtle, B., Influence of physical activity on mental well-being and psychiatric disorder. Schweiz roundsch med prax, 2010: p. 1403-11.
Lindwall, M., et al., Depression and exercise in elderly men and women: findings from the Swedish national study on aging and care. Journal of aging and physical activity, 2007. 15(1): p. 41.
Maes, B. and H. Grietens, Parent-reported problem behavior among children with sensory disabilities attending elementary regular schools. Journal of Developmental and Physical Disabilities, 2004. 16(4): p. 361-375.
McAuley, E., et al., Physical activity and physique anxiety in older adults: fitness, and efficacy influences. Aging & mental health, 2002. 6(3): p. 222-230.
Mason, O.J. and R. Holt, Mental health and physical activity interventions: A review of the qualitative literature. Journal of Mental Health, 2012. 21(3): p. 274-284.
Najafi, M., The relationship between staff burnout and mental health in Esfahan Nuclear Fuel Research and Production Center, Shahrekord Univ. Med. Sci, 2000. 2(2): p. 34-41. [Persian]
Noorbala, A. and K. Mohammad, The validation of general health questionnaire-28 as a psychiatric screening tool. Hakim Research Journal, 2009. 11(4): p. 47-53. [Persian]
Satari B, Omidvar KH, Yaghobi V. Comparison of family attitudes towards people with disabilities before and after community based rehabilitation in Ardabil. Rehabilitation. 2005; 6(3): 25-32. [Persian]
Palahang, H., M. Nasr, and D. Shahmohammadi, Epidemiology of mental illnesses in Kashan city. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology, 1996. 2(4): p. 19-27. [Persian]
Poursoltani Zarandi, P.Z., et al., Comparing the Mental Health of the Athletic and Non-athletic Physically-disabled People. Iranian Journal of Health and Physical activity, 2011. 2(1). [Persian]
Pursoltani H. The comparison of athletes and nonathletes disables general health in iran. Ph.D. dissertation. Tarbiat Moallem University,Tehran. 2004. [Persian]
Sepasi, H., P. Nourbakhsh, and H. Aghaei, A Comparison of Sport Personality Characteristics and Mental Health Dimensions of Disabled and Non-disabled Male Athletes. International Journal of Health, Wellness & Society, 2012. 2(3). [Persian]
tofighi A, Nozad J, babaee S, dastah S. Effect of aerobic exercise training on General Health indices in Inactive Veterans. Iran J War Public Health. 2013; 5 (2) :40-45.[Persian]
WHO & World Bank. (2011). World Report on Disability. WorldHealth Organization and the World Bank.

wnloaded from socialworkmag.ir on 2024-03-28]