

بررسی نقش ورزش بر میزان تاب‌آوری و فراشناخت جامعه در دوران همه‌گیری ویروس کرونا و قرنطینه عمومی

زهرا آقابابایی^۱، سیدپوریا طباطبایی نبوی^۲، بهنام غلام نیای قصاب سرایی^۳، وحید صوابی نیری^۴

^۱ کارشناسی ارشد علوم شناختی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

^۲ کارشناسی ارشد روانشناسی ورزش، دانشگاه تهران، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

^۳ کارشناسی تربیت‌بدنی، دانشگاه جامع علمی کاربردی تهران، تهران، ایران

^۴ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، اردبیل، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش ورزش بر میزان تاب‌آوری و فراشناخت جامعه در دوران همه‌گیری ویروس کرونا و قرنطینه عمومی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه ورزشکاران و غیر ورزشکاران شهر سمنان می‌باشد. از پرسش‌نامه‌های مقیاس تاب‌آوری کانتر-دیویدسون و مقیاس باورهای فراشناخت ولز استفاده شد. پرسشنامه به صورت اینترنتی در بین افراد توزیع شد که در نهایت با توجه به ریزش‌ها ۳۳۸ پرسشنامه (۵۰ درصد ورزشکار و ۵۰ درصد غیر ورزشکار) مورد قبول واقع شد. مقایسه نتایج با استفاده از آزمون t سنجیده شد. همچنین بررسی نرمال بودن داده‌ها با آزمون کلموگروف اسمیرنوف صورت پذیرفت. آنالیز داده‌های پژوهش حاضر نشان داد که تفاوت معناداری بین فراشناخت ($p=0/001$) و تاب‌آوری ($p=0/001$) ورزشکاران و غیر ورزشکاران وجود دارد. میانگین تاب‌آوری و فراشناخت ورزشکاران در دوران استرس‌زا مانند ویروس کرونا به نسبت افراد غیر ورزشکار بالاتر بود. پژوهش حاضر بیان می‌دارد که در دوران کرونا و قرنطینه عمومی که یک وضعیت فشارزا و استرس‌آور برآورد می‌شود میانگین فراشناخت‌های ورزشکاران بالاتر از غیر ورزشکاران برآورد شد. ورزش از دو جهت، یکی راهی برای پیشگیری و تعدیل عوارض در شرایط استرس‌زا و دیگری به عنوان کمک درمانی برای کاهش عوارض شرایط تهدیدزا مؤثر واقع می‌شود.

واژه‌های کلیدی: بحران کرونا، فراشناخت، ورزشکار، غیر ورزشکار، قرنطینه

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۷، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۸۲۱-۸۱۰