

مقاله‌ی پژوهشی

مقایسه‌ی ادراک درد، راهبردهای مقابله با درد و خودکارآمدی درد در زنان ورزشکار و غیر ورزشکار

خلاصه

مقدمه: درد، تجربه‌ی حسی ناخوش‌آیندی است که در برابر آسیب جسمی واقعی یا بالقوه به وجود می‌آید. ورزش، یکی از عوامل تاثیرگذار بر درد است. هدف پژوهش حاضر، مقایسه‌ی ادراک شدت درد، راهبردهای مقابله با درد و خودکارآمدی درد در زنان ورزشکار و غیر ورزشکار است.

روش کار: این مطالعه به روش علی-مقایسه‌ای بر روی ۶۰ نفر زن ورزشکار حرفه‌ای و ۶۰ نفر زن غیر ورزشکار از دانشجویان سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲، دانشگاه شیراز صورت گرفته که به روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش پرسش‌نامه‌ی درد مک‌گیل، خودکارآمدی درد و راهبردهای مقابله با درد بوده‌اند. داده‌ها از طریق آمار توصیفی، آزمون لوین و تحلیل واریانس چندمتغیری و با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۱۶ مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که زنان ورزشکار نسبت به زنان غیر ورزشکار ادراک درد پایین‌تر ($P=0/003$) و خودکارآمدی درد بالاتری ($P<0/001$) دارند. به علاوه این زنان از راهبردهای مقابله‌ی توجه‌برگردانی، تفسیر مجدد از درد، نادیده انگاشتن، امیدواری یا دعا، گفتگو با خود و افزایش فعالیت به میزان بیشتری ($P<0/001$) استفاده می‌کنند. این در حالی است که زنان ورزشکار کمتر از زنان غیر ورزشکار به فاجعه‌آفرینی درد ($P=0/003$) می‌پردازند.

نتیجه‌گیری: بنا بر نتایج این پژوهش، ورزش بر تجربه‌ی ادراک درد، خودکارآمدی درد و استفاده از راهبردهای مقابله با درد در زنان، موثر است.

واژه‌های کلیدی: ادراک درد، خودکارآمدی، درد، ورزش

*مریم قضایی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

فخری تاجیک‌زاده

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

راضیه صادقی

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران
روانشناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

لیلی رمضان ساعتچی

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

*مؤلف مسئول:

دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

ma.ghazayi@yahoo.com

تاریخ وصول: ۹۳/۲/۱۶

تاریخ تایید: ۹۳/۱۰/۲۲

پی‌نوشت:

این مطالعه با تایید کمیته‌ی پژوهشی دانشگاه شهید چمران اهواز و بدون حمایت مالی نهاد خاصی انجام شده و با منافع نویسندگان، رابطه‌ای نداشته است. از همکاری شرکت کنندگان در این پژوهش تشکر می‌شود.