



## مقایسه ویژگیهای شخصیتی کارکنان مرد ورزشکار و غیرورزشکار یک دانشگاه نظامی

۱ محمد جواد احمدی زاده، ۲ ایمان حسنونند، ۳ ایوب اسدی

۱ استادیار مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... "عج" mjahmadizadeh@yahoo.com

۲ کارشناس آزمایشگاه دانشگاه شهید بهشتی i.h1363@yahoo.com

۳ دانشجوی دکتری رفتار حرکتی دانشگاه تهران ayoub.asadi68@yahoo.com

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه ویژگیهای شخصیتی کارکنان مرد ورزشکار و غیرورزشکار یک دانشگاه نظامی می باشد بدین ترتیب از بین کارمندان این دانشگاه ۳۵۷ نفر کارمند مرد ورزشکار و غیر ورزشکار به طور هدفمند انتخاب شدند و با رضایت کامل در این پژوهش شرکت کردند. برای اندازه گیری ویژگی های شخصیتی از پرسشنامه ویژگیهای شخصیتی (NEOPI-R) استفاده شد که نتایج حاکی از آن بود که بین میانگین نمرات ویژگیهای شخصیتی دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار از نظر آماری تفاوت معناداری وجود نداشت مقایسه زیر مقیاسها نیز نشان داد که تفاوت فقط در خرده مقیاس انعطاف پذیری از نظر آماری به نفع گروه ورزشکار معنادار می باشد ولی در سایر خرده مقیاس ها تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نشد. بنابراین می توان گفت کارکنان ورزشکار در مقایسه با کارکنان غیر ورزشکار انعطاف پذیری بیشتری در ویژگی شخصیتی دارند.

واژه های کلیدی: ویژگی های شخصیتی، نظامیان، ورزشکار، غیرورزشکار

### Abstract

The aim of this study was investigate of personality characteristics athlete and non-athlete men employees a Military University. 375 subjects were chosen purposefully in two group of a non-athlete and athlete that participate this study full consent. For Measuring of personality characteristics used individual properties Questionnaire (NEOPI-R). finding showed that mean scores of personality traits in both groups there was no significant difference. In other words personality traits components were similar among athletic and non-athletic staffs but comparing sub-components of personality traits in both groups, the author found that a meaningful statistical difference could be recognized in flexibility. Therefore personality traits are alike in athletic and non-athletic staffs. But as a whole sub-component flexibility is higher in athletic staffs.

Key word: Personality traits, Military, Athlete, Non-athlete

است که ورزش و فعالیت بدنی یکی از روشهای مؤثر در پیشگیری و درمان اختلالات شخصیتی و روانی می باشد [۲،۳]. کلب و همکارانش (۱۹۹۹) اظهار میکنند که تمرینات بدنی از دو راه به شکل مستقیم در اصلاح خلق و خو تاثیر دارند. یکی از طریق رها شدن آندروفین<sup>۲</sup> و دیگری از طریق کاهش سطوح کورتیزول (هورمونی که با

### ۱- مقدمه

روانشناسی ورزش در کنار سایر علوم ورزشی سعی دارد افراد و ورزشکاران را از جنبه های گوناگون فیزیولوژیک، روانی و آمادگی جسمانی بررسی کند و رفتار آنان را از بعد شخصیتی، رفتاری و جسمانی در بوته آزمایش قرار دهد و با شناسایی و توسعه مهارتهای جسمانی و روانی افراد سعی در بهبود هرچه بهتر عملکرد و سلامت جسم و روان آنها دارد [۱]. پژوهشها و مطالعات انجام گرفته در حیطه ورزش نشان داده

۱. Clapp et al

۲. Anderophin



میلوریزنیکی<sup>۷</sup> پژوهشی درباره شخصیت و درون گرایی و برون گرایی ورزشکاران حرفه‌ای انجام دادند که بیانگر عدم وجود هرگونه تفاوت بین ورزشکاران حرفه‌ای و غیر حرفه‌ای بود [۱]. دیوس<sup>۸</sup> نیز تلاش کرد که موفقیت بازیکنان حرفه‌ای هاکی روی یخ را با آزمون صفات شخصیتی پیش بینی کند که نتیجه قابل توجهی یافت نشد [۱۷]. با توجه به این که بخشی از زندگی یک نظامی درپادگانها، اردوگاهها و شرایط جنگی میگذرد و اینمکانها دارای شرایط خاصی هستند که در صورت عدم آمادگی جسمانی و روانی، کیفیت و توان رزمی نیروها کاهش پیدا میکند. بنابراین برای رسیدن به اهداف نظامی و اینکه نیروها دارای حداکثر کارایی در هنگام کار و جنگ باشند، بررسی شاخصهای بدنی و روانی با توجه به شرایط محیطی و کاری نیروهای نظامی ضرورت پیدا میکند. در این ارتباط، یافتههای غنجال و همکاران (۱۳۸۷) در رابطه با ارتباط شغل و رسته کاری با دیسکوپاتیهای ستون فقرات در پرسنل مذکر نظامی حاکی از آن است که اختلال در ساختمان و عملکرد دیسک (دیسکوپاتی) یکی از علل شایع درد ستون فقرات میباشد که میتواند به شکلهای درجات گوناگونی بروز نماید. علل مختلفی در ایجاد این اختلال دخالت دارند که یکی از آنها شغل و نوع کار فرد مبتلا است. بر اساس تحقیقات موجود این اختلال در نیروهای نظامی نسبت به مردم عادی از میزان بیشتری برخوردار است و عمده علت آن نیز سنگینی کار و ماموریت این افراد مخصوصاً در رستههای عملیاتی میباشد. شیوع دیسکوپاتی در پرسنل نظامی مذکر، بالا است و رابطه معنی داری بین رسته خدمتی با محل دیسکوپاتی وجود دارد. لذا انجام معاینات ادواری، گماردن پرسنل در رستههایی که با وضعیت فیزیکی آنها سازگاری دارد، روشهای تصحیح وضعیت در موقعیتهای مختلف شغلی، آموزشهای ضمن خدمت، رعایت اصول ارگونومیک و انجام تمرینات ورزشی جهت بالا بردن آمادگی ستون فقرات در نیروهای نظامی پیشنهاد شده است.

آمادگی جسمی نظامیان، نقش مهمی در پیروزی یا شکست آنها دارد [۱۸]. یکی از مهم ترین اهداف ورزش و تمرینات بدنی، کسب و نگهداری آمادگی عملی است. آمادگی کامل، باید شامل فعالیتهای بدنی و بدن سازی افراد باشد تا بتوانند تحت هر شرایط جوی و محیطی بتوانند عملیات انجام دهند. ترکیب تمریناتی که باعث توسعه و مهارتهای بدنی می شود و بدن سازی، قدرت و استقامت افزایش یافته و آمادگی جسمانی به وجود می آورد. برای هر نظامی، سطحی از آمادگی جسمی لازم است که فقط از طریق انجام فعالیت های بدنی به دست می آید [۱۹]. هدف برنامه های آمادگی جسمانی، تقویت افراد است تا بتوانند وظایف محوله و ماموریت های خود را در هنگام جنگ، مانور و بحران ها، به خوبی انجام دهند. بنابراین دوره های آموزش نظامی به

فشار عصبی در خون ترشح می شود). بر اساس نظر متخصصان فیزیولوژی، آندروفینها داروی طبیعی کاهش درد هستند که منجر به احساسات خوشایند میشوند و تمرینات بدنی باعث افزایش ترشح آندروفین میشود [۴]. روانشناسان اکنون به خوبی میدانند که روان انسان به طور مستقیم تحت شرایط و خصایل بدنی و جسمانی اوست و به طور متقابل جسم انسان و اعمال و رفتار او تحت تأثیر فضای روانی و ذهنی است [۵]. ویژگیهای شخصیتی شامل صفاتی در شخص میدانند که او را مهیا می سازند که در موقعیتهای معین و مختلف واکنش نشان دهد. این ویژگیها برعکس گرایشها، ثابت و پایدارند [۶،۷]. پلنت و رودین<sup>۲</sup> در مورد پژوهشهای انجام گرفته در مورد ورزش و ویژگیهای روانی چهار عامل رضایت از زندگی، شخصیت و خودباوری، استرس و واکنشی و سلامت روانی را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که تمرینات ورزشی باعث بهبود خلق و خو، سلامت روانی و افزایش اعتماد به نفس، خودباوری و احترام به خویشتمیشود [۸]. یافتههای تحقیق علیزاده نشان داد که ورزشکاران نسبت به افراد غیر ورزشکار و کسانی که در فعالیتهای ورزشی شرکت نمیکنند از نظر سلامت روانی و شخصیتی در وضعیت بهتری به سر میبرند [۹]. همچنین نتایج تحقیق پورسلطانی نشان داد که بین سلامت روانی جانبازان و معلولان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معناداری وجود دارد و برتری با افراد ورزشکار است [۱۰]. نتایج پژوهشهای اسدی و احدی نشان داد که وضعیت سلامت روانی و ویژگیهای شخصیتی ورزشکاران شامل افسردگی، اضطراب، اختلال خواب، کارکرد اجتماعی و علائم جسمانی در مقایسه با غیر ورزشکاران با اختلاف معنی داری وضعیت بهتری دارند [۱۱]. نتایج پژوهش حمایت طلب و همکاران نشان دادند که دانشجویانی که در تمرینات بدنی و فعالیتهای ورزشی شرکت میکنند در مقایسه با دانشجویان غیرفعال از عزت نفس و خلق و خوی مثبت تر و بالاتری برخوردارند [۱۲]. نتایج پژوهش نریمانی و همکاران نشان داد که ورزشکاران از نظر علائم جسمانی، اضطراب، افسردگی، اختلال در عملکرد اجتماعی و متغییر اختلال روانی سالمتر از افراد غیر ورزشکارند [۱۳].

کوپر و همکارانش<sup>۴</sup> در پژوهشی افزایش سلامت روانی را بر اثر تمرینات بدنی گزارش کردند. مورگان<sup>۵</sup> نیز نشان داد که ورزشکاران در مقایسه با افراد عادی و غیر ورزشکار امتیاز بالاتری در ویژگیهای مثبت روانی بدست میآورند [۱۴]. شواهد قانع کننده دیگری نشان میدهد که تمرین و فعالیت جسمانی منظم در سلامت روانی افراد مؤثر است و سبب کاهش افسردگی، استرس و اضطراب میشود [۱۵، ۱۶]. در مقابل دی کوپر<sup>۶</sup> و

<sup>۲</sup>. Plant & Rodin

<sup>۴</sup>. Cowper et al

<sup>۵</sup>. Morgen

<sup>۶</sup>. Decuyper

<sup>۷</sup>. Wanmil & Rezneki

<sup>۱</sup>. Daives



کرده اند و یا فاقد سابقه ورزشی (کمتر از ۳ سال) هستند به عنوان گروه غیرورزشکار در نظر گرفته میشود [۲۲، ۲۳].

برای سنجش ویژگی های شخصیتی افراد از پرسشنامه شخصیت NEOPI-R استفاده گردید. پرسشنامه NEOPI-R یکی از آزمونهای شخصیت است که بر اساس تحلیل عوامل ساخته شده است و از ابزارها ارزیابی شخصیت است که توسط مک کری و کوستا در سال ۱۹۸۵ تحت عنوان پرسشنامه شخصیت NEO معرفی شد. فرم تجدید نظر شده این پرسشنامه توسط همان مولفین تحت عنوان فرم تجدید نظر شده پرسشنامه شخصیت NEO ارائه شده است. فرم بلند این پرسشنامه در ۲۴۰ عبارت به منظور اندازهگیری پنج عامل یا حیطه اصلی روان نژندی، برونگرایی، انعطاف پذیری، دلدپذیر بودن و مسئولیتپذیری طراحی شده است. همچنین این پرسشنامه فرم دیگری به نام NEOFEI دارد که یک پرسشنامه ۶۰ سوالی است و برای ارزیابی پنج عامل شخصیت به کار میرود. در فرم ۲۴۰ سوالی هر عامل دارای ۶ سطح یا زیر مقیاس است در حالیکه در فرم کوتاه هر عامل با ۱۲ سوال سنجیده میشود. عوامل پنج گانه شخصیت: پنج عامل اصلی شخصیت عبارتند از: رواننژندی، برونگرایی، انعطافپذیری، دلدپذیر بودن، مسئولیتپذیری و با وجدان بودن.

اعتبار و روایی پرسشنامه: فرم بلند پرسشنامه در کشورهای مختلفی چون ایران اعتبار یابی شده است. در ایران فرم بلند توسط گروهی، مهریار و طباطبایی (۱۳۸۰) اعتبار یابی شده است و نتیجه اعتباریابی شبیه نتایج بدست آمده در آزمون زبان اصلی بود. فرم کوتاه آن در ایران اعتباریابی نشده است ولیکن نتایج مطالعات انجام شده توسط مک کری و کاستا نشان داد که همبستگی ۵ زیر مقیاس فرم کوتاه با فرم بلند از ۰.۷۷ تا ۰.۹۲ میباشد. هم چنین همسانی درونی زیر مقیاسهای آن در دامنه ۰.۶۸ تا ۰.۸۶ برآورده شده است.

نمره گذاری: شیوه نمره گذاری سوالات به صورت پنج گزینه ای از کاملاً مخالفم (۰)، مخالفم (۱)، نظری ندارم (۲)، موافقم (۳) و کاملاً موافقم (۴) است. برخی از پرسشها نیز به صورت معکوس نمره گذاری میشود. مدت زمان لازم جهت تکمیل پرسشنامه ۱۰ تا ۱۵ دقیقه است و پرسشنامه به صورت خودسنجی مورد استفاده قرار میگیرد [۲۴، ۲۵، ۲۶].

برای تجزیه و تحلیل داده ها از دو روش آمار توصیفی و آمار استنباطی به شرح ذیل استفاده میشود. پس از استخراج دادهها برای تجزیه و تحلیل آماری نخست از آماره های توصیفی میانگین، انحراف استاندارد، واریانس، جدول فراوانی و ترسیم نمودارهای مرتبط با استفاده از نرم افزار Excell استفاده میشود. همچنین با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ آماره های استنباطی آزمون t مستقل استفاده شد سطح معنی داری برای تحلیل داده ها  $P < 0.05$  در نظر گرفته شد.

منظور ایجاد آمادگی جسمی در نیروهای نظامی، در زمان صلح به کار می رود و نیروهای نظامی از هیچ طریق دیگری نمی توانند خود را برای شرکت در کارهای دشوار عملیاتی آماده کنند [۲۰]. ارزیابی شرکت در دوره های آموزش نظامی، می توان به بهبود توان عضلانی، آمادگی قلبی - تنفسی، دفع مواد زائد بدن، کنترل چاقی و کاهش احتمال آسیب پذیری اشاره نمود. این آموزش از نظر روانی نیز به کاهش تنش و اضطراب روزانه و افزایش سهم خواب عمیق کمک می کند [۲۱]. با توجه به نظامی بودن جامعه مورد بررسی به عنوان گروهی از جامعه و نیز با توجه به اهمیت آمادگی جسمانی و روانی در میان نیروهای نظامی جهت کارایی هر چه بیشتر در محیط کار و انجام ماموریت های محوله، آمادگی جسمانی از طریق ورزش به عنوان ابزاری کم هزینه و در دسترس و یکی از عواملی که اخیراً به نقش آن در پیشگیری و درمان اختلال های روانی و همچنین ارتقای سلامت روانی و جسمانی، مورد توجه محققان بوده است. هم چنین با توجه به نوع کار و ماموریت دانشگاه و تحرک کم و استرسهای شغلی موجود، سلامت روانی کارکنان در معرض تهدید قرار گرفته و از آن جایی که بحث آمادگی جسمانی و روانی در نیروهای مسلح از اهمیت ویژه ای برخوردار است و افراد بایستی آمادگی جسمانی بالا و خودپنداره بدنی مطلوبی از خود داشته باشند لذا پژوهش حاضر با بررسی و ارتباط متغیرهای این مطالعه در نیروهای نظامی می پردازد. با وجود تحقیقات گوناگونی که در زمینه روانشناسی ورزشی و تربیتی انجام شده، اما این مقوله در نیروهای نظامی به صورت علمی و عملی جای خود را باز نکرده است. از این رو این پژوهش در پاسخ به این سؤال که آیا بین ویژگی های شخصیتی کارکنان مرد ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاه تفاوت معناداری وجود دارد و آیا می توان از فعالیت های ورزشی به عنوان رویکردی سهل الوصول جهت ارتقای بهداشت و سلامت جسمانی، روانی در نیروهای مسلح و جامعه نظامی سود جست، انجام شده است و درصدد است اثر تک تک متغیرهای مورد بررسی پژوهش را در گروه های مورد مطالعه در یکی از دانشگاه های نظامی وابسته به سپاه پاسداران تبیین و مقایسه کند.

## ۲- روش شناسی

روش تحقیق حاضر از نوع علی- مقایسه ای است که به شکل میدانی انجام می شود.

برای انتخاب نمونه آماری با هماهنگی قبلی و به عمل آمده با مسئولین ذیربط در دانشگاه و براساس پرسشنامه و مشخصات فردی ۳۵۱ (با توجه به حجم جامعه) نفر با جنسیت مذکر که سابقه بیماری قلبی خاصی را نداشته اند در دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار به عنوان نمونه به صورت هدفمند و در دسترس انتخاب شده اند. ملاک ورزشکار بودن داشتن حداقل ۳ سال سابقه در رشته ورزشی یا فعالیتهای جسمانی است. آزمودنیهایی که به صورت نامنظم در فعالیتهای جسمانی شرکت



اجتماعی و علایم جسمانی در مقایسه با غیرورزشکاران با اختلاف معنی داری وضعیت بهتری دارند. هم چنین حمایت طلب و همکاران نشان دادند که دانشجویانی که در تمرینات بدنی و فعالیتهای ورزشی شرکت میکنند در مقایسه با دانشجویان غیرفعال از عزت نفس و خلق و خوی مثبت تر و بالاتری برخوردارند. علاوه بر این نتایج پژوهش

### ۳- یافته ها

جدول ۱. نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه ویژگی های شخصیتی دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار

P	t	میانگین	گروه	متغیرها
0/903	-0/122	23/73	ورزشکار	روان رنجور خوبی
		23/86	غیرورزشکار	
0/070	1/818	25/11	ورزشکار	برون گرایی
		23/42	غیرورزشکار	
0/001(**)	3/481	26/65	ورزشکار	انعطاف پذیری
		23/69	غیرورزشکار	
0/591	0/538	27/53	ورزشکار	دلپذیر بودن
		27/06	غیرورزشکار	
0/231	1/201	30/17	ورزشکار	مسئولیت پذیری
		29/03	غیرورزشکار	

جدول شماره ۱ نشان دهنده مقایسه ویژگیهای شخصیتی بین کارکنان ورزشکار و غیرورزشکار است. به منظور بررسی تفاوت ویژگی های شخصیتی بین کارکنان ورزشکار و غیرورزشکار از آزمون t مستقل استفاده شد که نتایج حاکی از تفاوت میان کارکنان ورزشکار و غیرورزشکار فقط در خرده مقیاس انعطاف پذیری از نظر آماری معنادار ( $P < 0/01$ ) و برتری با گروه ورزشکار است و در سایر مولفه ها تفاوت معناداری مشاهده نشد.

### ۴- بحث و نتیجه گیری

ورزش و فعالیت بدنی نه فقط به عنوان یک فعالیت تفریحی بلکه به عنوان یک ابزار آموزشی- تربیتی، اهداف روانی اجتماعی فراوانی را به دنبال دارد که این اهداف در بالا بردن توان جسمانی، اجتماعی، شکل پذیری شخصیت، بالا بردن عزت نفس و سلامت جسمانی و روانی نقش بسزایی دارد [۱]. امروزه کارشناسان تعلیم و تربیت و روان شناسان ورزش معتقدند که بیشتر رفتارهای ورزشکاران اکتسابی است. ورزشکاران به دلیل عوامل گوناگونی که در میدانهای ورزشی و مسابقات وجود دارد، ویژگیهای روانی و رفتارهای خاصی را تجربه میکنند که این تجربیات چارچوب رفتاری آنان را شکل میدهد [۲۷]. برپایه یافتهها میانگین نمره ویژگیهای شخصیتی درمیان کارکنان ورزشکار و غیرورزشکار یکسان است، این در حالی است که اکثریت تحقیقات قبلی بیانگر تفاوت اساسی در ویژگیهای شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران است. نتایج پژوهش حاضر با یافتههای تحقیق علیزاده که نشان داد ورزشکاران نسبت به افراد غیرورزشکار و کسانی که در فعالیتهای ورزشی شرکت نمیکند از نظر سلامت روانی و شخصیتی در وضعیت بهتری به سر میبرند ناهمسو است. هم چنین نتایج این تحقیق با نتایج پژوهش پورسلطانی که نشان داد بین سلامت روانی جانبازان و معلولان ورزشکار و غیرورزشکار تفاوت معناداری وجود دارد و برتری با افراد ورزشکار است ناهمخوانی دارد. نتایج پژوهشهای اسدی و احدی نشان داد که وضعیت سلامت روانی و ویژگیهای شخصیتی ورزشکاران شامل افسردگی، اضطراب، اختلال خواب، کارکرد

نریمانی و همکاران نشان داد که ورزشکاران از نظر علائم جسمانی، اضطراب، افسردگی، اختلال در عملکرد اجتماعی و متغییر اختلال روانی سالمتر از افراد غیرورزشکارند. کوپر و همکارانش<sup>۱</sup> در پژوهشی افزایش سلامت روانی را بر اثر تمرینات بدنی گزارش کردند. مورگان نیز نشان داد که ورزشکاران در مقایسه با افراد عادی و غیرورزشکار امتیاز بالاتری در ویژگیهای مثبت روانی بدست میآورند [۱۴] که همگی با پژوهش حاضر ناهمسو هستند. عدم همخوانی یافتههای این پژوهش با برخی از نتایج تحقیقات را میتوان به تنوع رشته ورزشی نسبت داد چرا که در پژوهش حاضر اکثریت افراد ورزشکار در دو یا چند رشته ورزشی مشغول به فعالیت بودند. محقق عامل دیگری را که سبب تضاد با برخی از تحقیقات شده است به سابقه ورزشی در نظر گرفته شده برای ملاک ورزشکار بودن میدانند که ملاک داشتن ۳ سال سابقه ورزشی است که متفاوت با ملاک ورزشی بودن در سایر پژوهشها است. همچنین محقق عامل دیگر را به نوع رشته ورزشی (انفرادی و گروهی، مقاومتی و استقامتی) نسبت میدهد چرا که در بیشتر تحقیقات به یک رشته ورزشی پرداخته شده و یا شرکت در یک برنامه تمرینی خاص مد نظر

<sup>۱</sup>. Cowper et al





۱۰- پورسلطانی زرندی، حسین، مقایسه سلامت عمومی جانبازان و معلولین جسمی ورزشکار و غیرورزشکار ایران، پایان نامه دکتری دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم (۱۳۸۲).

۱۱- اسدی، حسن، احمدی، محمدرضا. مقایسه سلامت روانی دانش آموزان پسر ورزشکار و غیرورزشکار دبیرستانهای شهرستان سنج، نشریه حرکت (۱۳۷۹)، جلد ۵، شماره ۱، ۶۹-۸۴.

۱۲- حمایت طلب و همکاران، مقایسه میزان شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاههای تهران و پیام نور، نشریه حرکت (۱۳۸۲)، جلد ۱۸، شماره ۱، ۱۴۰-۱۳۱.

۱۳- نریمانی، محمد و همکاران، مقایسه مکان کنترل و سلامت روانی در ورزشکاران حرفهای و غیرحرفهای، نشریه حرکت، جلد ۳۰، زمستان (۱۳۸۵).

۱۴- فروزش، مجید. مقایسه میزان اضطراب دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار مقطع متوسطه شهرستان شیروان، پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران (۱۳۷۴).

۱۵- اصلانخانی، محمد علی رابطه میزان فعالیتهای بدنی با سطح سلامت عمومی سالمندان زن و مرد شهر تهران، مجله علوم حرکت انسان (۱۳۸۷)، شماره ۱، ص ۵۷-۵۱.

۱۶- عرب عامری، الهه و همکاران، بررسی ارتباط بین وضعیت سلامت عمومی، شیوع افسردگی و شاخص توده بدنی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دختر و پسر دانشگاه تهران، نشریه حرکت شماره ۳، (۱۳۸۹).

17-Davies, wr, gphares, E. Internal - Extant Control As A Determinant Of Information - Seeking In A Social Influence Situation Journal Of Personality -35(1997).

۱۸- غنجال علی، متقی منیره، صدیق نادر. ارتباط شغل و رسته کاری با دیسکوپاتیهای ستون فقرات در پرسنل مذكر نظامی. مجله طب نظامی. ۱۳۸۷؛ ۱۰ (۲): ۱۰۷-۱۱۲.

19-Jones BH, Cowan DN, Tomlinson JP, Robinson JR, Polly DW. Epidemiology of injuries associated with physical training among young men in the army. Med Sci Sport Exer. 1993;25:197-203.

20-Knapi KJ, Ang P, Reynolds K, Jones B. Injury incidence in infantry soldiers. J Occup Med 1993;35:598-603.

21-Gruhn J, Leggat P, Muller R. Injuries presenting to army physiotherapy in north Queensland, Australia. Mil Med. 1999;164(2):145-52.

22- تابش، سعید؛ مقایسه هوش هیجانی در بین زنان ورزشکار (با مهارت باز و بسته) و زنان غیرورزشکار. نشریه حرکت (۱۳۸۵). شماره ۲۹، صص ۴۲-۳۳.

23- ساسانی مقدم، شیوا؛ بحرالعلوم، حسن "مقایسه هوش هیجانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه صنعتی شاهرود. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی. (۱۳۸۸). شماره ۳۲، صص ۶۰-۴۷.

بوده است، در حالی که در پژوهش اخیر ورزشکار را با تعدد رشته ورزشی در نظر گرفته است. در مقابل دی کوپر، ون میل و ریزنیک پی پژوهشی درباره شخصیت و درون گرایی و برون گرایی ورزشکاران حرفهای انجام دادند که بیانگر عدم وجود هرگونه تفاوت بین ورزشکاران حرفهای و غیرحرفهای بود. دیوس<sup>۲</sup> نیز تلاش کرد که موفقیت بازیکنان حرفهای هاکی روی یخ را با آزمون صفات شخصیتی پیش بینی کند که نتیجه قابل توجهی یافت نشد که با پژوهش حاضر همخوان و همسو است.

## ۵- منابع

۱- نوربخش، پروش، ضرغامی مهدی، حسنی، سعید، مقایسه جهتگیری ورزشی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار در رشتههای گروهی و انفرادی شرکت کننده در هفتمین المپیاد ورزشی و رابطه آن با انگیزههای رقابتی، نشریه حرکت، جلد ۳۰، پیاپی ۱۳۸۵.

۲-Mcconvil, B Revealed Nine Ways To Find Your Inner Hoppiness, Www.The Cost Man.Co.Uk Ink.Cfm(2003) Id:12627.

۳-Sutter, E.&Etal. Effects If Jogging On Mental Well-Be And Seasonal Anood Variations. Journal Of Sport Medicine.(1998).

4- Clapp, L.L & et al. Acute effects of thirty minutes of high intensity intermittent exercise on patients with chronic fatigue syndrome, physical therapy. (1999), 79(8), p:749-756.

۵- خیاابانچیان، نازیلا، مقایسه و بررسی میزان عزت نفس دختران دبیرستانی ورزشکار و غیر ورزشکار شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی (۱۳۷۶).

۶- واعظ موسوی، سید محمد کاظم، مسیبی، فتح اله، روان شناسی ورزش، انتشارات سمت، تهران (۱۳۸۶).

۷- گیل، دایان، پویاییهای روانشناختی در ورزش، ترجمه نورعلی خواجهوند، انتشارات کوثر (۱۳۸۳).

۸-Pierce .F .&Etal" Mood Alternation In Older Adults Following Acute Exercise " , Journal Of Perceptual Motor Skills.(1994).

۹- علیزاده اصلی، افسانه، مقایسه میزان ابعاد سلامت عمومی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاه شیراز و رابطه تعاملی آن با جنسیت، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز، (۱۳۸۱).



Archive of SID

24-Costa P.T , And Mccare R.R . Cross – Sectional Of Personality In A National Sample : I .D Development And Validation Of Surrey Measures . Psychology And Aging 1,(1986):140-143.

۲۵-Alirezafarmand , Mohammad H Somi , Firouzsarami , Sara Farhang , Sana zyasrebibni , Personality Factors And Profiles In Variants Of Irritable Bowel Syndrome World J Gastroenterol(2007) December 21 , 13 ( 47 ) . 6414- 6418.

۲۶-GarousiMt, Application Of The Neopir Test And Analytic Evaluation Of Its Characteristics And Faetorial Structure Among Iranian University Students .Human Scialzahrauni. (2001) .11.30-38.

۲۷- برد ، آن ماری (۱۳۷۰). روان شناسی رفتار ورزشی ، ترجمه حسن مرتضوی ، سازمان تربیت بدنی ، دفتر آموزش و تحقیقات.