

Investigating the State of Emotional Fatigue and Social Phobia Caused by the Prevalence of Covid-19 Virus in Professional Athletes (Case Study: Track and Field)

M. Mahbobijogan¹, R. Asgarigandomani², K. Eghbali³, and S. khajeafaton⁴

1. Graduate of Sports Psychology, Islamic Azad University, Yadegar Imam Branch, Tehran, Iran
2. PhD student in Sports Management, University of Tehran, Tehran, Iran
3. Department of Physical Education, College of Human Sciences, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)
4. PhD student in Sports Management, Islamic Azad University, Gorgan Branch, Gorgan, Iran

Abstract

The aim of this study was to investigate the state of emotional fatigue and social panic caused by the outbreak of Covid-19 virus in professional athletes (case study: athletics). The research method was descriptive and the statistical population included all Iranian male and female professional athletes in the adult age group. The research instruments included two questionnaires of emotional fatigue Chen et al. (2019) and Connor et al. (2000) social fear. The validity of this questionnaire was examined and confirmed by examining the opinions of experts and the reliability of this questionnaire according to the calculation of Cronbach's alpha. The results showed that the rate of emotional fatigue caused by the prevalence of Covid-19 virus was high among the research samples (overall score = 3.41). The results also showed that the level of social panic caused by Covid-19 virus in the research samples is in a state of severe social panic (overall score = 53.2). The results also showed that there was a significant difference between the state of emotional fatigue and social panic caused by the prevalence of Covid-19 virus regarding demographic characteristics.

Received: 06
Jul 2020

Accepted: 14
Sep 2020

Keywords:
Covid-19 Virus,
Psychological,
Emotional
Exhaustion,
social Phobia

-
1. Email: mahbobi_m@yahoo.com
 2. Email: asgari_r@yahoo.com
 3. Email: ayobameri1295@gmail.com
 4. Email: s.khajeafaton@ymail.com

Extended Abstract

Objective

Identifying emotional exhaustion and social phobia and identifying individual differences in these variables can lead to the identification of vulnerable groups and levels of society (1). In other words, examining the state of emotional fatigue and social panic in some situations, such as the prevalence of Quid-19 virus, can lead to the control of some adverse psychological effects. Examining the psychological dimensions of the prevalence of Quid-19 virus causes the effects of this virus in the field of sports, especially athletes, to be more accurately identified. Undoubtedly, athletes, like everyone else in the community, have been affected by the spread of the Quid-19 virus (2). On the other hand, the negative consequences of this virus among athletes can lead to improved support for athletes to protect themselves from the effects of this virus. Professional athletes, especially track and field athletes, have experienced major training problems during the Quid-19 virus crisis (3). This will undoubtedly have a negative effect on them mentally, which will lead to their dysfunction in the future. The uncertainty of the conditions of some of their psychological variables, including emotional fatigue and social panic, has led to the lack of evidence regarding the condition of athletics athletes in terms of emotional fatigue and social panic following the outbreak of Quid-19 virus. This has prevented intervention activities from taking place to control its effects, and national and athletic team teams have focused solely on how to maintain the athletes' physical fitness (4). This can have negative

psychological effects that are far removed from clubs and coaches. Therefore, the present study was designed to investigate the state of emotional fatigue and social panic caused by the outbreak of Quid-19 virus among athletes in professional athletics. Therefore, the main question of the present study is what is the state of emotional fatigue and social panic caused by the outbreak of Quid-19 virus among professional athletes in athletics?

Material and Methods

The method of the present study was descriptive field study. The statistical population of the present study included all Iranian male and female professional track and field athletes in the adult age category. No information was available on the exact number of these individuals due to the variable number of athletes in each camp. Based on the available selection, 85 people were identified as the research sample. These individuals were identified as a research sample through cyberspace and face-to-face communication. After distributing and collecting research questionnaires, 62 questionnaires were collected and analyzed. The research instruments included two questionnaires of emotional fatigue Chen et al. (2019) and social panic of Connor et al. (2000) (5). The Chen et al. (2019) questionnaire was used to measure emotional fatigue. This test has 21 five-choice questions. The scoring method of this scale is based on a five-point Likert scale, the options of which are ranked from very low = 1 to very high = 5, so that a score of 1 indicates the lowest Fatigue rate and score 5 indicates the highest fatigue rate. Thus, an overall score between 0

and 1 indicates very low fatigue, a score between 2 and 3 indicates moderate fatigue, a score between 3 and 4 indicates high fatigue, and a score between 4 and 5 indicates very high fatigue. The reliability of this questionnaire was determined to be 0.82. The Connor et al. (2000) questionnaire was used to assess social phobia. This questionnaire had 17 questions that ultimately assessed the level of social fear in individuals. The questions of this questionnaire were designed in a 5-point Likert scale. This questionnaire measures three subscales of fear (6 questions), avoidance (7 questions) and physiological symptoms (4 questions). The reliability of this questionnaire was 0.87. In the present study, the validity of this questionnaire was examined by examining the opinions of several experts and also the reliability of the questionnaire was determined to be 0.89 in the emotional fatigue section and 0.81 in the social panic section. Then, the collected data were classified and described using descriptive statistical indicators consisting of mean, standard deviation, frequency, frequency percentage, table and graph. To determine the appropriate statistical method, the data distribution was first examined using the Kolmogorov-Smirnov test. Also, independent t-test and analysis of variance were used to evaluate the research information. The whole process of data analysis was performed in SPSS software.

Results

The results showed that the rate of emotional fatigue caused by the prevalence of Quaid-19 virus is high among the research samples (overall score = 3.41). The results also showed

that the level of social panic caused by Quaid-19 virus in the research samples is in a state of severe social panic (overall score = 53.2). In order to evaluate the status of research variables by gender, one-sample t-test was used. According to the results, it was found that there is a significant difference between the state of emotional fatigue caused by Quaid-19 virus in male and female samples. The overall score of emotional exhaustion in men was 2.97 and the overall score of emotional fatigue in women was 3.87. Due to the low level of significance from 0.05, it can be stated that there is a significant difference between men and women in the amount of emotional fatigue caused by Quaid-19 virus and women have more emotional fatigue. The results also showed that there was a significant difference in the status of social phobia caused by Quaid-19 virus in male and female samples. The total score of social phobia in men was 50.17 and the total score of social phobia in women was 55.78. Due to the low level of significance from 0.05, it can be stated that there is a significant difference between women and men in the level of social phobia caused by Quaid-19 virus and women have more social phobia. In order to evaluate the status of research variables according to marital status, one-sample t-test was used.

According to the results, there was no significant difference between the emotional fatigue status caused by Quaid-19 virus in married and single samples. The results also showed that there was a significant difference in the state of social phobia caused by Quaid-19 virus in married and single samples. The total score of social panic of

married people was 59.5 and the total score of social panic of singles was 48.2. Due to the low level of significance from 0.05, it can be stated that there is a significant difference between married and single people in the level of social fear caused by Quaid-19 virus and married people have more social fear.

Conclusion

Demographic differences, by influencing people's behaviors and attitudes, cause people to react differently to the Quaid-19 virus (6). Some groups are affected by this virus and have more emotional exhaustion and social fear, and others have less reactions to this virus and have better conditions than other groups. they had. Professional athletes also had varying levels of emotional exhaustion and social panic due to the Quid-19 virus, depending on their demographic characteristics. According to the results of the present study, it is suggested that counseling programs among groups of athletes, while improving their technical knowledge in the fight against Quaid-19 virus, increase their mental capacity. Also, according to the results of the present study, it is suggested that those in charge of professional sports, especially athletes in the field of athletics, create support programs for their athletes in order to provide the necessary items to reduce concerns about the prevalence of Quid-19 virus. In return, it reduced some psychological effects, including emotional exhaustion and social anxiety. It is also suggested that the authorities of athletics to reduce the social fear caused by the outbreak of Quayd-19 virus by observing social distance in the field of athletes' sports programs.

Keywords: Covid-19 virus, psychological, emotional exhaustion, social phobia.

Reference

1. Ahmad AR, Murad HR. (2020). The impact of social media on panic during the COVID-19 pandemic in Iraqi Kurdistan: online questionnaire study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(5), e19556.
2. Chen Q, Liang M, Li Y, Guo J, Fei D, Wang L, He L, Sheng C, Cai Y, Li X, Wang J. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4),e15-6.
3. Wang Y, Di Y, Ye J, Wei W. (2020). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine*, 39 (5), 1-0.
4. Duan L, Zhu G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4),300-2. Connor KM, Davidson JR, Churchill LE, Sherweed A, Foa EB, Weisler RH. Psychometric properties of the social phobia (SPIN): a new selfrating scale. *Brit J Psychiatry*. 2000; 17:379-86.
5. Ho CS, Chee CY, Ho RC. (2020). Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. *Ann Acad Med Singapore*, 49(1), 1-3.

مقاله پژوهشی

بررسی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس
کویید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای (نمونه موردی: رشته دو و میدانی)
مهدی محبوبی جوقان^۱، روح الله عسگری گندمانی^۲، کبریا اقبال^۳، و صدیقه
خواجه افلاطون^۴

۱. دانش آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام، تهران، ایران
۲. دانش آموخته دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران
۳. گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)
۴. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، گرگان، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کویید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای (نمونه موردی: رشته دو و میدانی) انجام گردید. روش پژوهش توصیفی و جامعه آماری شامل تمامی ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی زن و مرد ایران در رده سنی بزرگسالان بود. ابزار پژوهش شامل دو پرسش‌نامه خستگی هیجانی چن و همکاران (۲۰۱۹) و هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بود. روایی این پرسش‌نامه با بررسی نظرات خبرگان و پایایی این پرسش‌نامه با توجه به محاسبه آلفای کرونباخ مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. نتایج نشان داد میزان خستگی هیجانی ناشی از شیوع ویروس کویید-۱۹ در میان نمونه‌های پژوهش در وضعیت بالا قرار دارد (۳/۴۱=نمره کلی). نتایج همچنین نشان داد میزان هراس اجتماعی ناشی از ویروس کویید-۱۹ در نمونه‌های پژوهش در وضعیت هراس اجتماعی شدید قرار دارد (۵۳/۲=نمره کلی). نتایج همچنین نشان داد بین وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کویید-۱۹ پیرامون ویژگی‌های جمعیت شناختی تفاوت معناداری وجود دارد.

تاریخ دریافت:

۱۳۹۹/۰۴/۱۶

تاریخ پذیرش:

۱۳۹۹/۰۶/۲۴

واژگان کلیدی:

ویروس کویید-
۱۹، روان‌شناختی،
خستگی هیجانی،
هراس اجتماعی

مقدمه

شناسایی مشکلات رفتاری و رفع این مشکلات به

عنوان یکی از دغدغه‌های همیشگی روان‌شناسان بوده است. پژوهش‌های گسترده‌ای در راستای بهبود شواهد علمی در این حوزه انجام شده است (لی و چلادورای، ۲۰۱۶). پی بردن به ریشه هر گونه مشکل رفتاری و ذهنی می‌بایستی مشخص گردد تا بتوان برنامه‌ریزی جهت کاهش آن را انجام دهد (جعفریان فرد و عریضی،

1. Email: mahbobi_m@yahoo.com
2. Email: asgari_r@yahoo.com
3. Email: ayobameri1295@gmail.com
4. Email: s.khajeafleton@ymail.com

نشان دهد. لذا پی بردن به وضعیت خستگی هیجانی افراد می‌تواند گام مهمی در جهت کاهش آثار مخرب این متغیر باشد (وفایی و همکاران، ۲۰۱۷).

تئوری فرسودگی شغلی ماسلاچ^۴ و همکاران (۱۹۸۶) یکی از تئوری‌های کلیدی در بیان و تبیین خستگی هیجانی است. به صورتی که مطابق با این تئوری، خستگی هیجانی به عنوان یکی از ابعاد مهم و کلیدی فرسودگی شغلی مشخص است (ماسلاچ و همکاران، ۱۹۸۶). مطابق با این تئوری، خستگی هیجانی ابتدا با احساسات منفی عاطفی شروع می‌گردد. با این توجه شخص احساس می‌کند از نظر عاطفی فرسوده شده و احساس ندارد، از کار افتاده و چیزی ندارد که به دیگران بدهد. سپس شخص به این نتیجه می‌رسد از نظر کاری ناموفق است و کار دیگری برای انجام دادن ندارد. این خصوصیات با توجه به تئوری فرسودگی شغلی ماسلاچ به عنوان علائم خستگی هیجانی مشخص گردید (فریرا^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). سطوح خستگی هیجانی تحت تأثیر ویژگی‌های جمعیت شناختی مختلفی قرار می‌گیرد. به صورتی که رای^۶ و همکاران (۱۹۹۵) اشاره داشتند سطوح مختلف خستگی هیجانی در میان گروه‌های مختلف جمعیت شناختی متفاوت است و برخی گروه‌ها از جمله زنان و افراد سالمند بیشتر تحت تأثیر خستگی هیجانی قرار می‌گیرند. بدون شک خستگی هیجانی در برخی گروه‌ها و افراد حساس‌تر به صورت مشخص‌تری خود را نمایان می‌سازد.

محیط پیرامون افراد همواره نقش مهمی در وضعیت ذهنی و روانی افراد دارد. اگر چه این محیط سبب تأثیرگذاری بر خستگی هیجانی می‌گردد اما در شرایطی بر برخی متغیرها از جمله هراس اجتماعی نیز تأثیرگذار

۲۰۱۲). یکی از مشکلات رفتاری رایج در افراد، خستگی هیجانی است. خستگی هیجانی به وضعیتی از فروپاشی جسمی و روانی افراد اشاره دارد که به علت درگیر شدن بیش‌ازحد با تعارضات، مسئولیت‌ها یا محرک‌های احساسی-عاطفی بر افراد تأثیر می‌گذارد (آرنس و مورین^۱؛ ۲۰۱۶). خستگی هیجانی ناشی از خستگی ناشی از کار و شغل افراد نبوده است، بلکه این شرایط محیطی موجود در پیرامون افراد است که سبب آسیب بر شرایط روانی افراد می‌گردد (چن^۲؛ ۲۰۲۰).

خستگی هیجانی را همچنین یکی از ابعاد مهم و کلیدی افسردگی مشخص نموده اند که در نهایت منجر به از دست دادن انرژی به خصوص انرژی عاطفی در افراد می‌گردد. خستگی هیجانی سبب کاهش انگیزش در میان افراد می‌شود و در نهایت تنش‌های ذهنی را در میان افراد ایجاد می‌نماید (شکری و همکاران، ۲۰۱۵). شرایط محیطی در شکل‌گیری خستگی هیجانی نقش مهمی دارد و باعث تشدید و یا کاهش خستگی هیجانی می‌گردد. به عبارتی اتفاقات محیطی و تغییرات محیطی می‌تواند روند شکل‌گیری و یا کاهش خستگی هیجانی را تحت تأثیر قرار دهند (چن و همکاران، ۲۰۱۹). کاهش میزان خستگی هیجانی می‌تواند ضمن ارتقاء انگیزش افراد و تأثیرگذاری بر عملکرد رفتاری آنان، سبب بهبود بهره‌وری آنان و همچنین افزایش میزان تعاملات اجتماعی افراد گردد. به عبارتی توجه به میزان خستگی هیجانی و کاهش میزان آن می‌تواند مسیر ارتقاء عملکرد فردی را هموار سازد. از طرفی یکی از مسائل مهم در خصوص کاهش میزان خستگی هیجانی، پی بردن به شیوع آن است (فریرا^۵ و همکاران، ۲۰۱۹) با توجه به برخی آثار پنهان این عارضه، همواره نمی‌توان انتظار داشت خستگی هیجانی به عنوان یک وضعیت روان‌شناختی نامناسب خود را در میان همگان

4. Maslach
5. Ferreira
6. Ray

1. Arens & Morin
2. Chen
3. Ferreira

می‌تواند در میان افراد بسیاری خود را نمایان سازد. به عبارتی اتفاقات محیطی می‌تواند در برخی زمان‌ها سبب شکل‌گیری هراس اجتماعی گردد و آن را به یک نگرانی عمومی تبدیل نماید (طاهری فر، ۲۰۱۰). پایه‌های هراس اجتماعی در تئوری‌های مختلف مدنظر قرار گرفته است. هراس اجتماعی در برخی تئوری‌ها از جمله تئوری سرایت^۴ مورد بررسی قرار گرفته است. این تئوری معتقد است وقتی جماعتی گرد هم می‌آیند، واکنش عاطفی از یک شخص به شخص بعدی سرایت می‌کند، تا آنجا که سرانجام، از هویت فردی و خویش‌داری شخص، دیگر چیزی باقی نمی‌ماند (چو و وایت^۵؛ ۲۰۰۵). گوستاو لوبون^۶ معتقد است در این اجتماعات افکار، احساسات و رفتارها به طور مستقیم و خود به خودی از یک فرد به فرد دیگر انتقال می‌یابد. لوبون، منبع سرایت را در نوعی از هیپنوتیزم جمعی می‌بیند. اما آلپورت^۷ در سال ۱۹۲۴، سرایت را با فرایند کاملاً دیگری تبیین می‌کند. وی معتقد است تحریک متقابل شرکت‌کنندگان به عنوان منبع سرایت هراس اجتماعی مشخص است (رمزی، ۲۰۱۷).

ویروس‌های کرونا خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که می‌توانند حیوانات و انسان‌ها را بیمار کنند. تعداد زیادی از ویروس‌های کرونا تاکنون شناخته شده‌اند، و موجب ابتلا به طیفی از عفونت‌های دستگاه تنفسی در انسانها شده است که از سرماخوردگی تا ابتلا به بیماری‌های شدیدتری مثل سندروم تنفسی خاورمیانه و سندروم تنفسی حاد متغیر هستند. ویروس کرونایی که به تازگی کشف شده عامل ابتلا به بیماری کووید-۱۹ است. این ویروس نوظهور و بیماری ناشی از آن، تا قبل از شروع طغیان اخیر در دسامبر سال ۲۰۱۹ در شهر ووهان کشور چین ناشناخته بود. در پی

است (سالکوسکیس^۱؛ ۲۰۱۶). هراس و نگرانی همواره از زمان خلقت بشر وجود داشته است و در مواقع به خصوصی این مسأله خود را نمایان ساخته است. افراد همواره با ارزیابی شرایط محیطی و فردی با هراس و نگرانی‌هایی مواجه می‌شوند که این هراس و نگرانی‌ها، عموماً به صورت کوتاه مدت و یا بلند مدت خود را بروز می‌دهد. اگر چه ممکن است دلیل شکل‌گیری هراس همواره محیطی نباشد و برخی ویژگی‌های فردی بر آن تأثیر بگذارد اما غالباً منشا هراس را محیطی می‌دانند (رینهورن^۲؛ ۲۰۲۰).

هراس اجتماعی به عنوان یک وضعیت روان‌شناختی منفی مشخص است که در میان گروه‌های مختلف از وضعیت متفاوتی برخوردار است (رمزی^۳؛ ۲۰۱۷). تفاوت‌های فردی از جمله جنسیت و سن سبب گردیده است تا میزان هراس اجتماعی دستخوش تغییراتی گردد. به عبارتی میزان هراس اجتماعی در میان گروه‌های مختلف تفاوت‌هایی دارند که این مسئله می‌بایستی مورد بررسی‌های دقیق‌تری انجام گردد (رینهورن، ۲۰۲۰). هراس اجتماعی که بعضاً از آن به عنوان اضطراب اجتماعی نیز یاد شده است شامل ترس پایدار از ارزیابی منفی توسط دیگران است. این اختلال یکی از انواع اختلالات اضطرابی به شمار می‌رود. مبتلایان به هراس اجتماعی از تحقیر شدن و شرمساری در موقعیت‌های اجتماعی خاص مثل گفتگو در جمع به شدت می‌ترسند. این ترس ممکن است شامل نگرانی از بروز علائم اضطراب از قبیل سرخ شدن، لرزیدن و عرق کردن باشد. شیوع هراس اجتماعی در طول عمر ۳ تا ۱۳ درصد گزارش شده و اوج شروع این اختلال در دهه دوم عمر است. هراس اجتماعی در برخی زمان‌ها و در پی اتفاقات مختلفی

4. Cho & Witte
5. Gustave Le Bon
6. Allport

1. Salkovskis
2. Reinhorn
3. Ramsey
4. Infection Theory

شیوع ویروس کوئید-۱۹ در جمهوری اسلامی ایران و به طبع آن در سطح بین‌المللی، توجه به گروه‌ها و افراد مختلف جهت کنترل عوارض منفی روانی و ذهنی به امری مهم تبدیل شده است. شناسایی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی و مشخص نمودن تفاوت‌های فردی در خصوص این متغیرها می‌تواند به شناسایی گروه‌ها و سطوح حساس جامعه منجر گردد. به عبارتی بررسی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی در برخی شرایط از جمله شیوع ویروس کوئید-۱۹ می‌تواند به کنترل برخی آثار نامطلوب روان‌شناختی منجر گردد. بررسی ابعاد روان-شناختی شیوع ویروس کوئید-۱۹ سبب می‌گردد تا آثار این ویروس در حوزه ورزش و به خصوص ورزشکاران به صورت دقیق‌تری مشخص گردد. بدون شک ورزشکاران به مانند سایر افراد جامعه تحت تأثیر شیوع ویروس کوئید-۱۹ قرار گرفته‌اند. از طرفی پیامدهای منفی این ویروس در میان ورزشکاران می‌تواند به بهبود حمایت‌ها از ورزشکاران جهت محفوظ ماندن از آثار این ویروس منجر گردد. ورزشکاران حرفه‌ای به خصوص ورزشکاران دو و میدانی در طی بروز بحران ویروس کوئید-۱۹ دچار مشکلات عمده‌ای جهت تمرینات خود شده‌اند. این مسئله بدون شک از منظر ذهنی بر روی آنان اثر منفی خواهد داشت. این مسئله سبب بروز اختلال در عملکرد آنان در آینده خواهد شد. نامشخص بودن شرایط برخی متغیرهای روان‌شناختی آنان از جمله خستگی هیجانی و هراس اجتماعی سبب گردیده است تا امروزه شواهدی در خصوص وضعیت ورزشکاران دو و میدانی از منظر خستگی هیجانی و هراس اجتماعی در پی شیوع ویروس کوئید-۱۹ در دست نباشد. این مسئله سبب گردیده است تا فعالیت‌های مداخله‌ای جهت کنترل آثار آن شکل نگیرد و تیم‌های ملی و باشگاهی دو و میدانی صرفاً تمرکز بر نحوه حفظ آمادگی جسمانی ورزشکاران داشته باشند. این مسئله می‌تواند آثار روانی منفی را داشته باشد که

به دور از باشگاه‌ها و مربیان در حالت گسترش باشد. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای رشته دو و میدانی طراحی گردید. لذا سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای رشته دو و میدانی به چه صورت است؟

روش شناسی پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع میدانی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی زن و مرد ایران در رده سنی بزرگسالان بود. اطلاعاتی در خصوص تعداد دقیق این افراد با توجه به متغیر بودن تعداد ورزشکاران در هر اردو در دست نبود. بر اساس انتخاب در دسترس تعداد ۸۵ نفر به عنوان نمونه پژوهش مشخص شدند. این افراد از طریق فضای مجازی و ارتباطات غیرحضورى به عنوان نمونه پژوهش مشخص شدند. پس از پخش و جمع‌آوری پرسش‌نامه‌های پژوهش، تعداد ۶۲ پرسش‌نامه جمع‌آوری و مورد تحلیل قرار گرفتند. ابزار پژوهش شامل دو پرسش‌نامه خستگی هیجانی چن و همکاران (۲۰۱۹) و هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بود. جهت سنجش خستگی هیجانی از پرسش‌نامه چن و همکاران (۲۰۱۹) استفاده شد. این آزمون دارای ۲۱ سؤال پنج‌گزینه‌ای است که طریقه نمره‌گذاری این مقیاس بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای است که گزینه‌های آن از خیلی کم=۱ تا خیلی زیاد=۵ رتبه بندی شده است. به طوری که نمره ۱ نشان دهنده پایین‌ترین میزان خستگی و نمره ۵ نشان‌دهنده بالاترین میزان خستگی است. بدین صورت نمره کلی بین ۰ تا ۱۰ نشان دهنده خستگی بسیار پایین، نمره بین ۲ تا ۳ نشان دهنده خستگی متوسط، نمره بین ۳ تا ۴

پژوهش حاضر در نرم افزار اس پی اس انجام گردید.

یافته های پژوهش

نتایج توصیفی پژوهش حاضر نشان داد ۵۴/۸ درصد نمونه های پژوهش مرد و ۴۵/۲ درصد نمونه های پژوهش زن بودند. نتایج توصیفی همچنین نشان داد ۲۲/۶ درصد نمونه های پژوهش در رده سنی زیر ۲۵ سال، ۵۸/۱ درصد نمونه های پژوهش در رده سنی ۲۵-۳۰ سال و ۱۹/۳ درصد نمونه های پژوهش در رده سنی بالاتر از ۳۰ سال بودند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد در میان نمونه های پژوهش ۳۷/۱ درصد نمونه ها مجرد و ۶۲/۹ درصد نمونه ها متأهل بودند. به منظور بررسی وضعیت توزیع داده های پژوهش حاضر، از روش آماری کولموگراف-اسمیرنف استفاده گردید. نتایج این آزمون نشان داد متغیر خستگی هیجانی دارای $Z = ۰/۷۲۴$ و سطح معناداری $۰/۶۲۱$ و همچنین متغیر هراس اجتماعی دارای $Z = ۰/۸۲۱$ و سطح معناداری $۰/۴۵۲$ است. لذا به علت بالاتر بودن سطح معناداری از $۰/۰۵$ می‌توان چنین اعلام داشت که توزیع داده های پژوهش حاضر طبیعی است. لذا جهت ادامه پژوهش حاضر از آمار پارامتریک استفاده شد. جدول ۱، نتایج توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

نشان دهنده خستگی بالا و نمره بین ۴ تا ۵ نشان دهنده خستگی بسیار بالا است. میزان پایایی این پرسش‌نامه ۰/۸۲ مشخص گردیده بود. جهت سنجش هراس اجتماعی از پرسش‌نامه کانور و همکاران (۲۰۰۰) استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۱۷ سؤال بود که در نهایت میزان هراس اجتماعی افراد را مورد سنجش قرار می‌دهد. سؤالات این پرسش‌نامه در طیف ۵ ارزشی لیکرت طراحی گردیده بود. این پرسش‌نامه سه خرده مقیاس ترس (۶ سؤال)، اجتناب (۷ سؤال) و نشانه های فیزیولوژیکی (۴ سؤال) را مورد سنجش قرار می‌دهد. میزان پایایی این پرسش‌نامه ۰/۸۷ مشخص گردیده بود. در پژوهش حاضر رویی این پرسش‌نامه با بررسی نظرات چند تن از خبرگان مورد بررسی قرار گرفت. همچنین پایایی پرسش‌نامه نیز در بخش خستگی هیجانی میزان ۰/۸۹ و در بخش هراس اجتماعی میزان ۰/۸۱ مشخص گردید. در ادامه اطلاعات گردآوری شده با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی متشکل از میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی، درصد فراوانی، جدول و نمودار طبقه‌بندی و توصیف شدند. برای تعیین روش آماری مناسب ابتدا توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنف مورد بررسی قرار گرفت. همچنین به منظور بررسی اطلاعات پژوهش از آزمون تی مستقل و آزمون تحلیل واریانس استفاده گردید. کلیه روند تجزیه و تحلیل داده های

جدول ۱- وضعیت متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	نمره	انحراف استاندارد	وضعیت
خستگی هیجانی	۶۲	۳/۴۱	۰/۹۸	خستگی بالا
هراس اجتماعی	۶۲	۵۳/۲	۲/۴۱	هراس اجتماعی شدید

هراس اجتماعی شدید قرار دارد (نمره کلی=۵۳/۲). به منظور بررسی وضعیت متغیرهای پژوهش بر حسب جنسیت از آزمون تی تک نمونه ای استفاده شد. جدول ۲ نتایج این آزمون را نشان می‌دهد.

نتایج جدول ۱ نشان داد میزان خستگی هیجانی ناشی از شیوع ویروس کووید-۱۹ در میان نمونه های پژوهش در وضعیت بالا قرار دارد (نمره کلی=۳/۴۱). نتایج همچنین نشان داد میزان هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹ در نمونه های پژوهش در وضعیت

جدول ۲- مقایسه وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹ بر حسب جنسیت

متغیر	گروه-ها	نمره مشاهده شده	وضعیت	انحراف استاندارد	تی	درجه آزادی	سطح معناداری
خستگی هیجانی ناشی از ویروس کووید-۱۹	مرد	۲/۹۷	خستگی متوسط	۰/۸۴	-۴/۵۱۴	۶۰	۰/۰۰۱
	زن	۳/۸۷	خستگی بالا	۱/۱۱			
هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹	مرد	۵۰/۱۷	هراس اجتماعی شدید	۲/۲۱	-۳/۴۱۷	۶۰	۰/۱
	زن	۵۵/۷۸	هراس اجتماعی شدید	۲/۳۹			

دارد. به صورتی که نمره کلی هراس اجتماعی مردان ۵۰/۱۷ و نمره کلی هراس اجتماعی زنان ۵۵/۷۸ بود. با توجه به پایین بودن سطح معناداری از ۰/۰۵ می‌توان اعلام داشت بین زنان و مردان در میزان هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹ تفاوت معناداری وجود دارد و زنان از هراس اجتماعی بیشتری برخوردارند. به منظور بررسی وضعیت متغیرهای پژوهش بر حسب وضعیت تاهل از آزمون تی تک نمونه ای استفاده شد. جدول ۳ نتایج این آزمون را نشان می‌دهد.

با توجه به نتایج جدول ۲ مشخص گردید بین وضعیت خستگی هیجانی ناشی از ویروس کووید-۱۹ نمونه های مرد و زن تفاوت معناداری وجود دارد. به صورتی که نمره کلی خستگی هیجانی مردان ۲/۹۷ و نمره کلی خستگی هیجانی زنان ۳/۸۷ بود. با توجه به پایین بودن سطح معناداری از ۰/۰۵ می‌توان اعلام داشت بین زنان و مردان در میزان خستگی هیجانی ناشی از ویروس کووید-۱۹ تفاوت معناداری وجود دارد و زنان از خستگی هیجانی بیشتری برخوردارند. نتایج همچنین نشان داد وضعیت هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹ نمونه های مرد و زن تفاوت معناداری وجود

جدول ۳- مقایسه وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹ بر حسب وضعیت تاهل

متغیر	گروه-ها	نمره مشاهده شده	وضعیت	انحراف استاندارد	تی	درجه آزادی	سطح معناداری
خستگی هیجانی ناشی از ویروس کووید-۱۹	مجرد	۳/۴۰	خستگی بالا	۰/۸۵	-۱/۲۶۸	۶۰	۰/۰۷۸
	متاهل	۳/۴۸	خستگی بالا	۰/۹۳			
هراس اجتماعی ناشی از ویروس کووید-۱۹	مجرد	۴۸/۲	هراس اجتماعی شدید	۲/۴۹	-۴/۵۲۱	۶۰	۰/۰۰۱
	متاهل	۵۹/۵	هراس اجتماعی شدید	۲/۶۲			

سطح معناداری از ۰/۰۵ می‌توان اعلام داشت بین متاهلین و مجردین در میزان هراس اجتماعی ناشی از ویروس کوئید-۱۹ تفاوت معناداری وجود دارد و افراد متاهل از هراس اجتماعی بیشتری برخوردارند. به منظور مقایسه وضعیت متغیرهای پژوهش بر حسب رده سنی از آزمون تحلیل واریانس استفاده گردید. جدول شماره ۴ نتایج این آزمون را به نمایش گذاشته است.

با توجه به نتایج جدول ۲ مشخص گردید بین وضعیت خستگی هیجانی ناشی از ویروس کوئید-۱۹ نمونه های متاهل و مجرد تفاوت معناداری وجود ندارد. به نتایج همچنین نشان داد وضعیت هراس اجتماعی ناشی از ویروس کوئید-۱۹ نمونه های متاهل و مجرد تفاوت معناداری وجود دارد. به صورتی که نمره کلی هراس اجتماعی متاهلین ۵/۵۹ و نمره کلی هراس اجتماعی مجردین ۲/۴۸ بود. با توجه به پایین بودن

جدول ۴- مقایسه متغیرهای پژوهش بر حسب رده سنی

متغیرها	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	اف	سطح معناداری
بین گروه‌ها	۱۰/۶۱۶	۲	۵/۳۰۸	۱۱/۷۹۱	۰/۰۰۱
درون گروه‌ها	۲۶/۵۶۱	۵۹	۰/۴۵۰		
مجموع	۳۷/۱۷۷	۶۱			
هراس اجتماعی	۱۰/۴۲۹	۲	۵/۲۱۵	۷/۹۶۷	۰/۰۰۱
درون گروه‌ها	۳۸/۶۱۹	۵۹	۰/۶۵۵		
مجموع	۴۹/۰۴۸	۶۱			

گردیده است تا ورزشکاران حرفه‌ای را نیز درگیر نماید. این ویروس توانسته است به علت تغییرات سبک زندگی افراد، سبب بروز مشکلات رفتاری و روانی در میان ورزشکاران شود. پی بردن به آسیب های رفتاری و روانی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای می‌تواند در کاهش معضلات ناشی از شیوع این ویروس نقش مهم و تعیین کننده ای را داشته باشد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای دوومیدانی در شرایط نامناسب قرار دارد. به عبارتی میزان شیوع ویروس کوئید-۱۹ سبب گردیده است تا میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی به وضعیت نامناسبی برسد. دوان و ژو (۲۰۲۰)،

نتایج جدول ۴ نشان داد میان وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از ویروس کوئید-۱۹ بر حسب رده سنی در میان نمونه های پژوهش، به علت بالاتر بودن سطح معناداری از ۰/۰۵، تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

شیوع ویروس کوئید-۱۹ به عنوان یک نگرانی بین المللی سبب گردیده است تا شرایط جامعه به صورت کلی دستخوش تغییرات شود. این ویروس ضمن درگیر نمودن تمامی افراد توانسته است تا در حوزه های مختلفی تأثیرگذار باشد. ورزشکاران به عنوان ارکان مهم ورزشی نیز دچار مشکلاتی در خصوص این ویروس شده اند. بروز آسیب های روانی در پی شیوع این ویروس به عنوان یک مشکل بین المللی سبب

هراس اجتماعی آنان به نسبت سایر گروه ورزشکاران بیشتر گردد. تفاوت‌های جمعیت‌شناختی موجود در میان ورزشکاران سبب گردیده است تا در برخی گروه‌ها هراس اجتماعی در خصوص شیوع ویروس کوئید-۱۹ شرایط نامناسب‌تری را داشته باشند.

پژوهش حاضر همچنین نشان داد میان برخی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی از جمله جنسیت، وضعیت تاهل و سن در خصوص میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی تفاوت معناداری وجود دارد. به صورتی که میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان برخی گروه‌ها از جمله زنان و افراد متأهل بیشتر از سایر گروه‌ها است. به عبارتی زنان و افراد متأهل از سطح نگران‌کننده‌ای در خصوص خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی برخوردارند. ویچمن و همکاران (۲۰۱۱) مشخص نمودند برخی گروه‌ها از جمله زنان در زمان‌های بروز بحران از توانایی و مقاومت بیشتری برخوردارند. دوود و همکاران (۲۰۲۰) نیز اشاره داشتند برخی وضعیت‌های جمعیت‌شناختی سبب تشدید آثار ویروس کوئید-۱۹ گردیده است. به نظر می‌رسد ویژگی‌های جمعیت‌شناختی به عنوان یک متغیر کلیدی می‌تواند درگیری افراد در زمان‌های بروز بحران از جمله شیوع ویروس کوئید-۱۹ را تحت تأثیر قرار دهد به نظر می‌رسد در میان ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی گروه زنان و همچنین گروه متأهلین به عنوان گروه‌های حساس، از شیوع ویروس کوئید-۱۹ بیشترین آسیب را دیده‌اند. به صورتی که میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کوئید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای

چن و همکاران (۲۰۲۰) و هو و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند ویروس کوئید-۱۹ سبب بروز آسیب‌های روانی و نگرانی‌هایی در میان افراد شده که در نهایت منجر به بروز مشکلاتی رفتاری و روانی در این حوزه شده است. شرایط ذهنی و روانی ورزشکاران در پی شیوع ویروس کوئید-۱۹ به مانند سایر افراد جامعه در شرایط مناسبی قرار ندارد و با توجه به این‌که این ویروس مدت زمان کوتاهی است که در سطح جهان شیوع پیدا کرده، این وضعیت منجر به بروز افسردگی در آنان نشده است (وانگ و همکاران، ۲۰۲۰). به نظر می‌رسد شیوع ویروس کوئید-۱۹ سبب گردیده است تا نگرانی عمومی در خصوص مسائل بهداشتی و درمانی مربوط به این ویروس ایجاد گردد. این نگرانی در تمامی افراد شکل گرفته است و در این بین ورزشکاران حرفه‌ای نیز به مانند سایر افراد از شرایط نامطلوبی در خصوص خستگی هیجانی و هراس اجتماعی برخوردارند. به نظر می‌رسد حساسیت‌های بیشتر ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی در زندگی شخصی و همچنین محیط ورزشی سبب گردیده است تا میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی به صورت شدیدتری در وضعیت نامناسبی قرار گیرد. احمد و موراد (۲۰۲۰) اشاره داشتند رسانه‌ها در زمان ویروس کوئید-۱۹ در برخی مواقع خود سبب شکل‌گیری هراس اجتماعی بودند. به نظر می‌رسد جو ایجاد شده به واسطه شیوع ویروس کوئید-۱۹ در کشور ایران سبب گردیده است تا این مسئله در برخی ورزشکاران از جمله ورزشکاران حرفه‌ای رشته دو و میدانی نیز تأثیرگذار باشد و سبب شیوع هراس اجتماعی در میان ورزشکاران گردد. بدون شک نگرانی‌های برخی گروه‌های ورزشکاران بر حسب ویژگی‌های فردی و موقعیت‌های محیط خود سبب گردیده است تا میزان

به این ویروس داشته‌اند و شرایط مطلوب‌تری را نسبت به سایر گروه‌ها داشتند. ورزشکاران حرفه‌ای نیز بر حسب ویژگی‌های جمعیت‌شناختی خود از سطوح مختلفی در خصوص وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کووید-۱۹ برخوردار بودند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا برنامه‌های مشاوره‌ای در میان گروه‌های ورزشکار، ضمن ارتقاء دانش فنی آنان در خصوص مقابله با ویروس کووید-۱۹ به افزایش توانمندی ذهنی آنان اقدام نمود. همچنین با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا متولیان ورزش حرفه‌ای به خصوص ورزشکاران رشته دو و میدانی با ایجاد برنامه‌های حمایتی از ورزشکاران خود در خصوص تأمین موارد مورد نیاز برای کاهش نگرانی‌ها در خصوص شیوع ویروس کووید-۱۹ و متقابلاً کاهش برخی عوارض روان‌شناختی از جمله خستگی هیجانی و هراس اجتماعی اقدام نمود. همچنین پیشنهاد می‌گردد تا متولیان ورزش دو و میدانی با رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی در حوزه برنامه‌های ورزشی ورزشکاران به کاهش هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کووید-۱۹ اقدام نمود.

دو و میدانی در میان گروه زنان و همچنین گروه متاهلین شرایط نامناسب‌تری نسبت سایر گروه‌ها دارا هستند. پژوهش‌های مختلفی تفاوت‌های بین برخی گروه‌ها از جمله زنان و مردان در خصوص متغیرهای پژوهش حاضر را مورد بررسی قرار داده‌اند. رینهورن (۲۰۲) مشخص نمود بین زنان و مردان در خصوص هراس اجتماعی تفاوت وجود دارد و زنان بیشتر از مردان از هراس اجتماعی برخوردارند. رای و همکاران (۱۹۹۵) نیز مشخص نمودند فرسودگی هیجانی در میان زنان شایع‌تر از مردان است. به نظر می‌رسد حساسیت‌های فکری و ذهنی بیشتر برخی گروه‌ها از جمله زنان و افراد متاهل سبب گردیده است تا در پژوهش حاضر میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کووید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای دو و میدانی در میان گروه زنان و همچنین گروه متاهلین بیشتر از سایر گروه‌ها باشد. تفاوت‌های جمعیت‌شناختی به واسطه نفوذ بر رفتارها و نگرش‌های افراد سبب می‌گردد تا افراد در مواجهه با ویروس کووید-۱۹ واکنش‌های مختلفی ارائه دهند. برخی گروه‌ها تحت تأثیر این ویروس قرار گرفته‌اند و از میزان خستگی هیجانی و هراس اجتماعی بیشتری برخوردارند و برخی دیگر نیز واکنش‌های کمتری نسبت

منابع

- Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020). The impact of social media on panic during the COVID-19 pandemic in Iraqi Kurdistan: online questionnaire study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(5), e19556.
- Arens, A. K., & Morin, A. J. (2016). Relations between athletes' emotional exhaustion and athletes' educational outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 108(6), 800.
- Chen, H., Richard, O. C., Boncoeur, O. D., & Ford Jr, D. L. (2020). Work engagement, emotional exhaustion, and counterproductive work behavior. *Journal of Business Research*, 114, 30-41.
- Chen, K. Y., Chang, C. W., & Wang, C. (2019). Frontline employee's passion and emotional exhaustion: The mediating role of emotional labor strategies. *International Journal of Hospitality Management*, 76, 163-172.
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., & Wang, J. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e15-e16.

6. Cho, H., & Witte, K. (2005). Managing fear in public health campaigns: a theory-based formative evaluation process. *Health promotion practice*, 6(4), 482-490.
7. Connor, K. M., Davidson, J. R. T., Churchill, L. E., Sherweed, A., Foa, E. B., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the social phobia (SPIN): A new self-ratingscale. *British Journal of Psychiatry*, 176, 379-386.
8. Dowd, J. B., Andriano, L., Brazel, D. M., Rotondi, V., Block, P., Ding, X., & Mills, M. C. (2020). Demographic science aids in understanding the spread and fatality rates of COVID-19. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117(18), 9696-9698.
9. Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 300-302.
10. Ferreira, A. I., da Costa Ferreira, P., Cooper, C. L., & Oliveira, D. (2019). How daily negative affect and emotional exhaustion correlates with work engagement and presenteeism-constrained productivity. *International Journal of Stress Management*, 26(3), 261.
11. Ho, C. S., Chee, C. Y., & Ho, R. C. (2020). Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. *Ann Acad Med Singapore*, 49(1), 1-3.
12. Jafarianfard M, Oreyzi H. (2012). Emotional Exhaustion and Organizational Citizenship Behavior: Moderating Role of Organizational Citizenship Behavior Directed at Individual. *rph*; 6 (3), 50-59. (In Persian)
13. Lee, Y. H., & Chelladurai, P. (2016). Affectivity, emotional labor, emotional exhaustion, and emotional intelligence in coaching. *Journal of applied sport psychology*, 28(2), 170-184.
14. Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P., Schaufeli, W. B., & Schwab, R. L. (1986). *Maslach burnout inventory* (Vol. 21, pp. 3463-3464). Palo Alto, CA: Consulting psychologists press.
15. Ramsey, S. D. (2017). Gustave Le Bon, Rhetoric as Mass Contagion, and 19th Century Rhetoric. *Celt: A Journal of Culture, English Language Teaching & Literature*, 17(2), 230-249.
16. Ray, C., Jefferies, S., & Weir, W. R. (1995). Coping with chronic fatigue syndrome: illness responses and their relationship with fatigue, functional impairment and emotional status. *Psychological Medicine*, 25(5), 937-945.
17. Reinhorn, I. M., Bernstein, C. N., Graff, L. A., Patten, S. B., Sareen, J., Fisk, J. D., ... & Marrie, R. A. (2020). Social phobia in immune-mediated inflammatory diseases. *Journal of Psychosomatic Research*, 128, 109890.
18. Salkovskis, P., Clark, D. M., Gelder, M., Hackmann, A., Ludgate, J., & Wells, A. (2016). Social phobia: the role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs—republished article. *Behavior Therapy*, 47(5).
19. Shokri, M. Ghaedi, B. Khodabandelo, V. (2015). Determining the Relationship between Organizational Happiness and Emotional Fatigue in Employees of Hamedan Sports and Youth Administration, First National Conference on Sports Science and Physical Education of Iran, Electronically, Association for Development and Promotion of Basic Sciences and Techniques. 1-8 (In Persian)
20. Taherifar Z, Fata L, Gharai B. (2010). The Pattern of Social Phobia Prediction in Students Based on Cognitive Behavioral Factors. *IJPCP*, 16 (1), 34-45. (In Persian)

21. Vafae Njar A, Vahedian Shahrvidy M, Dogonchi M, Dogonchi A M. (2017). The effectiveness of physical activity training on emotional exhaustion of employees in city of Agh Ghala -2013. *psj*, 15 (2), 20-26. (In Persian)
22. Wang, Y., Di, Y., Ye, J., & Wei, W. (2020). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine*, 1-10.
23. Wichman, C. L., Ehlers, S. L., Wichman, S. E., Weaver, A. L., & Coddington, C. (2011). Comparison of multiple psychological distress measures between men and women preparing for in vitro fertilization. *Fertility and sterility*, 95(2), 717-721.

ارجاع دهی

محبوبی جوقان، مهدی؛ عسگری گندمانی، روح‌الله؛ اقبالی، کبری؛ و افلاطون، صدیقه. (۱۳۹۹). بررسی وضعیت خستگی هیجانی و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کووید-۱۹ در میان ورزشکاران حرفه‌ای (نمونه موردی: رشته دو و میدانی). *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۹(۳۲)، ۸۲-۲۶۷. شناسه دیجیتال: 10.22089/spsyj.2020.9160.1992

Mahbobijogan, M; Asgarigandomani, R; Eghbali, K; & khajeafaton, S. (2020). Investigating the State of Emotional Fatigue and Social Phobia Caused by the Prevalence of Covid-19 Virus in Professional Athletes (Case Study: Track and Field). *Sport Psychology Studies*, 9(32), 267-82. In Persian. DOI: 10.22089/spsyj.2020.9160.1992