

The impact of adverse childhood experiences, psychological distress and resilience on depression in amateur athletes

Mir Hamid Salehian¹, Sima Mokari Saei², Samin Dastani³, Esmail Qiumarsi⁴

1-Assistant Professor, Department of Physical Education, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran
(Corresponding Author). E-mail: M_salehian@iaut.ac.ir

2- Assistant Professor, Department of Physical Education, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran.

3- MA, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran.

4- MA, Department of Physical Education, Urmia University of Technology, Urmia, Iran.

Received: 23/12/2021

Accepted: 04/05/2022

Abstract

Introduction: Depression is one of the athletes' common problems leading to mental and physical damage.

Aim: This study investigates the effect of adverse childhood experiences, psychological distress, and resilience on depression in amateur athletes.

Method: The method is descriptive-analytical. The population included amateur athletes in Iran in 2021. 384 individuals were selected as the research sample based on the convenience sampling method. The data collection tool is Beck's Depression Inventory (1996), Connor & Davidson Resilience scale (2003), Pornaghash and Amini Adverse childhood experiences inventory (2019) and Kessler psychological distress scale (2000). In order to analyze the data, the statistical method of structural equations modeling was used by SPSS-20 and PLS-2.

Results: The results showed that adverse childhood experiences had an effect of 0.380, resilience -0.360, and psychological distress 0.264 on depression.

Conclusion: Conditions for improving athletes' resilience should be provided while managing adverse childhood experiences and psychological distress to reduce burnout. In general, according to the results, it is suggested that by holding training courses, athletes' mental and psychological empowerment are provided.

Keywords: Depression, Resilience, Psychological distress

How to cite this article: Salehian MH, Mokari Saei S, Dastani S, Qiumarsi E. The impact of adverse childhood experiences, psychological distress and resilience on depression in amateur athletes. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2022; 9 (2): 106-116. URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1308-en.pdf>

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

تأثیر تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب‌آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور

میرحمید صالحیان^۱، سیما مکاری ساعی^۲، ثمین دستانی^۳، اسماعیل کیومرثی^۴

۱. استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران (مؤلف مسئول). ایمیل: M_salehian@iaut.ac.ir

۲. استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران.

۳. کارشناس ارشد، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران.

۴. کارشناس ارشد، گروه تربیت بدنی، دانشگاه صنعتی ارومیه، ارومیه، ایران.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۱۴

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۱۰/۰۲

چکیده

مقدمه: افسردگی به عنوان یکی از مسائل شایع در میان ورزشکاران مشهود است که توانسته است تا آسیب‌های فکری و جسمانی را برای آنان ایجاد نماید.

هدف: پژوهش حاضر با هدف تأثیر تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب‌آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور طراحی و اجرا گردید.

روش: روش پژوهش حاضر توصیفی-تحلیلی بود. جامعه آماری شامل ورزشکاران آماتور کشور ایران در سال ۱۴۰۰ بود. تعداد ۳۸۴ نفر براساس روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه پژوهش مشخص شدند. ابزار گردآوری اطلاعات در پژوهش حاضر شامل پرسشنامه‌های افسردگی بک (۱۹۹۶)، تاب‌آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳)، تجارب ناگوار دوران کودکی پورنقاش و امینی (۲۰۱۹) و همچنین پریشانی روانشناختی کسلر (۲۰۰۰) بود. جهت تحلیل داده‌های پژوهش از روش آماری معادلات ساختاری به‌وسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ و PLS نسخه ۲ استفاده گردید.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که تجارب ناگوار دوران کودکی بر افسردگی دارای تأثیری به میزان ۰/۳۸۰، همچنین تاب‌آوری بر افسردگی دارای تأثیری به میزان ۰/۳۶۰- و پریشانی روانشناختی بر افسردگی دارای تأثیری به میزان ۰/۲۶۴ بود.

نتیجه‌گیری: در مسیر کاهش میزان فرسودگی ورزشکاران، نیاز است تا ضمن مدیریت تجارب ناگوار دوران کودکی و پریشانی روانشناختی شرایطی جهت بهبود تاب‌آوری ورزشکاران نیز فراهم گردد. در مجموع با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا با برگزاری دوره‌های آموزشی، شرایطی جهت توانمندسازی ذهنی و روانی ورزشکاران فراهم نمود.

کلیدواژه‌ها: افسردگی، تاب‌آوری، پریشانی روانشناختی

مقدمه

در روند شکل‌گیری افسردگی مسائل فردی و محیطی تحت تأثیر است که توانسته است شیوع یا عدم شیوع افسردگی را به شدت تحت تأثیر قرار دهد (فریدریچ^{۱۰}، ۲۰۱۷). جنبه‌های فردی و محیطی هر کدام به نوعی نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در روند شکل‌گیری افسردگی دارند که می‌بایست به صورت جدی مورد توجه قرار گیرد (کویچپرس^{۱۱}، ۲۰۱۸). برخی اتفاقات ناخوشایند افراد در زمان‌های گذشته می‌تواند ضمن تأثیرگذاری بر شرایط ذهنی افراد؛ شرایطی جهت افسردگی افراد را ایجاد نماید (کریگ، پیگنور، فرینگتون و توفی^{۱۲}، ۲۰۱۷). تجارب ناگوار در برخی دوران از جمله دوران کودکی بیشترین نقش بر مسائل ذهنی افراد دارد و می‌تواند افراد را دچار بحران‌های ذهنی شدیدی نماید (افیفی، تالیو، سالمون، داویلا، استیوارت توفسکو و همکاران^{۱۳}، ۲۰۲۰). تجارب منفی کودکی یکی از عوامل شیوع مشکلات فکری در سنین بالا محسوب می‌شود. به صورتی که امروزه در روندهای درمانی بزرگسالان از بررسی تجارب منفی دوران کودکی استفاده می‌شود (کریگ و همکاران، ۲۰۱۷). کارکردهای منفی تجارب ناگوار دوران کودکی بر مسائل ذهنی افراد سبب گردیده است تا از آن به عنوان یکی از راهکارهای مهم در حوزه افسردگی استفاده شود (افیفی و همکاران، ۲۰۲۰).

تجارب منفی گذشته در زندگی افراد در اولین گام می‌تواند سبب ایجاد پریشانی در میان افراد گردد (کریگ و همکاران، ۲۰۱۷). در میان انواع پریشانی؛ پریشانی روانشناختی از اهمیت بالایی برخوردار است (مارش، چان و مک‌بس^{۱۴}، ۲۰۱۸). پریشانی روانشناختی در برخی

افسردگی یکی از مسائل مهم و کلیدی در جوامع امروزی است که باعث بروز مشکلاتی در تمامی گروه‌ها و افراد شده است (گولد، کوهر فورسبرگ، موس موریس، مهنرت، میراندا و همکاران^۱، ۲۰۲۰). شیوع افسردگی در میان افراد باعث شده است تا از آن به عنوان یک متغیر مهم در روانشناسی یاد شود که در این بین تلاش‌های بسیاری از سوی محققان در جهت کاهش مشکلات و معضلات مربوط به آن انجام شده است (مجد، ساندرس و اینکلند^۲، ۲۰۲۰). افسردگی می‌تواند باعث بروز بحران‌هایی در زندگی افراد گردد و روند عملکردی آنان را تحت شعاع قرار دهد (لی‌مولت و گوتلیب^۳، ۲۰۱۹). افسردگی در ورزشکاران نیز کاملاً مشهود است و باعث ایجاد مشکلاتی در جهت عملکرد ورزشکاران شده است (مک‌لوقلین، فلتچر، اسلاویچ، ارنولد و موری^۴، ۲۰۲۱). شیوع افسردگی در ورزشکاران می‌تواند روند زندگی شخصی و ورزشی آنان را تحت تأثیر قرار دهد و بحران‌های عملکردی را برای آنان ایجاد نماید (علی، اصغر، لی، هانا، اسپیرا و همکاران^۵، ۲۰۲۱). اهمیت افسردگی در ورزشکاران باعث شده است تا مطالعات بسیاری به بررسی افسردگی در این گروه بپردازد (فرانک، نیسکدورف و بکمن^۶، ۲۰۱۷؛ بلز، کلینرت، اوهرلت، رائو و آلوگن^۷، ۲۰۱۸؛ پلوهار، مک‌کلارکن، گریفیس، چریستینو، سوگیموتو و مهان^۸، ۲۰۱۹؛ نیسکدورف، بکمن و نیسکدورف^۹، ۲۰۲۰).

¹- Gold, Köhler-Forsberg, Moss-Morris, Mehnert, Miranda & et al

²- Majd & et al

³- LeMoult & Gotlib

⁴- McLoughlin, Fletcher, Slavich, Arnold & Moore

⁵- Ali, Asghar, Li, Hannah, Spiera & et al

⁶- Frank, Nixdorf & Beckmann

⁷- Belz, Kleinert, Ohlert, Rau & Allroggen

⁸- Pluhar, McCracken, Griffith, Christino, Sugimoto & Meehan

⁹- Nixdorf, Beckmann & Nixdorf

¹⁰- Friedrich

¹¹- Cuijpers

¹²- Craig, Piquero, Farrington & Tfofi

¹³- Afifi, Taillieu, Salmon, Davila, Stewart-Tufescu & et al

¹⁴- Marsh, Chan & MacBeth

آنان کمک فراوانی نماید. از این رو تلاش جهت بهبود تاب‌آوری به عنوان یک مسئله مهم همواره مورد بحث بوده است (کاردوسو و ساکوموری^۷، ۲۰۱۴).

ورزشکاران به عنوان یکی از ارکان مهم ورزش می‌بایست همواره در حوزه‌های ذهنی و رفتاری از سطح مطلوبی از عملکرد برخوردار باشند. ارتقای شرایط ذهنی آنان و در نتیجه ایجاد بستری جهت عدم ورود آنان به بحران افسردگی می‌بایست به صورت جدی دنبال گردد. عدم مطالعات جامع در خصوص بحران افسردگی در ورزشکاران و به‌خصوص ورزشکاران آماتور باعث شده است تا امروزه شواهد کافی در خصوص وضعیت افسردگی این افراد و متغیرهای درگیر با این بحران وجود نداشته باشد. بدون شک نبود مطالعات جامع در خصوص تأثیر برخی متغیرها از جمله تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب‌آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور باعث شده است تا اطلاعاتی در مسیر کاهش و یا پیشگیری از افسردگی این ورزشکاران در دسترس نباشد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف تأثیر تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب‌آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور طراحی گردید.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی-تحلیلی و از روش علی و مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. همچنین جهت جمع‌آوری اطلاعات از روش میدانی (به منظور گردآوری داده‌ها و جمع‌آوری اطلاعات لازم برای تحلیل آماری) استفاده شد. جامعه آماری پژوهش کلیه

گروه‌ها از جمله ورزشکاران به علت نیاز به تمرکز جدی؛ از اهمیت بالایی برخوردار است (شارپ و سیلر^۱، ۲۰۱۸). پریشانی روانشناختی می‌تواند افراد را وارد تنش‌های ذهنی نماید که در نتیجه عملکرد آنان را تحت شعاع قرار دهد (باچی و لیسینیو^۲، ۲۰۱۷). کاهش میزان پریشانی روانشناختی به عنوان یک دغدغه همواره مورد توجه محققان و روانشناسان بوده است و تلاش‌های عملی در این خصوص ایجاد شده است (مارش و همکاران، ۲۰۱۸). تلاش جهت کاهش مشکلات روانشناختی افراد در مسیر ایجاد ثبات ذهنی در میان آنان است. توانمندسازی ذهنی افراد می‌تواند ضمن کمک به بهبود عملکرد آنان در مسائل مختلف؛ باعث ایجاد تاب‌آوری شود (ماستن، لوکی، نلسون و استالورسی^۳، ۲۰۲۱).

تاب‌آوری از جمله جنبه‌های مهم در حوزه روانشناسی است که می‌تواند به ثبات ذهنی افراد کمک نماید (وردولینی، آمورتی، مونتجو، گارسینازو، هوگ و همکاران^۴، ۲۰۲۱). تاب‌آوری یکی از مسائل مهم در حوزه ورزش است که می‌تواند سبب شکل‌گیری عملکرد مطلوب ورزشکاران گردد (وو، لئو، ما، ژانگ و هوانگ^۵، ۲۰۲۱). توجه به تاب‌آوری به عنوان یکی از مهارت‌های ذهنی مناسب در میان ورزشکاران، یکی از اهداف مهم و کلیدی گروه‌های ورزشی است (دی‌ملو و نوسی^۶، ۲۰۲۰). ماهیت رقابتی ورزش سبب گردیده است است تا تاب‌آوری به عنوان یک مسئله مهم بیش از پیش درک گردد (وو و همکاران، ۲۰۲۱). ارتقای سطح تاب‌آوری ورزشکاران می‌تواند به بهبود عملکرد ورزشی

¹- Sharp & Theiler

²- Bacchi & Licinio

³- Masten, Lucke, Nelson & Stallworthy

⁴- Verdolini, Amoretti, Montejo, García-Rizo, Hogg & et al

⁵- Wu, Luo, Ma, Zhang & Huang

⁶- De Melo & Noce

⁷- Cardoso & Sacomori

فردی اختصاص یافته است. سؤالات این پرسشنامه در طیف ۴ درجه‌ای لیکرت طراحی شده است. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین پاسخ به سؤالات بود. میزان پایایی این پرسشنامه ۰/۸۹ گزارش شد (ارفورد، جانسون و باردوشی^۲، ۲۰۱۶). همچنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش رضویان، عباسی و کاظم‌نژاد (۱۳۸۸) ۰/۸۶ گزارش گردید. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی پرسشنامه از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده گردید ($\alpha=0/87$).

پرسشنامه تاب‌آوری^۳: جهت بررسی متغیر تاب‌آوری از پرسشنامه تاب‌آوری کونور و دیویدسون^۴ (۲۰۰۳) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۵ سؤال بود که دارای پنج بُعد شامل تصور از شایستگی فردی، تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت، کنترل و تأثیرات معنوی بود. سؤالات این پرسشنامه در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت طراحی شده بود. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین پاسخ به سؤالات بود. میزان پایایی این پرسشنامه ۰/۸۷ مشخص گردیده بود (هربرت، پارت، سیمارد و لاوردیری^۵، ۲۰۱۸). همچنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش رضویان، عباسی و کاظم‌نژاد (۱۳۸۸) میزان ۰/۸۶ گزارش گردید. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی پرسشنامه از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده گردید ($\alpha=0/85$).

پرسشنامه تجارب ناگوار دوران کودکی^۶: جهت بررسی متغیر تجارب ناگوار دوران کودکی از پرسشنامه تجارب ناگوار دوران کودکی پورنقاش و امینی (۱۳۹۸) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۲ سؤال بود که چهار حوزه

ورزشکاران آماتور کشور ایران در سال ۱۴۰۰ بود که اطلاعات کاملی در خصوص تعداد آنان در دسترس نبود. براساس فرمول حجم نمونه کوکران در شرایط نامشخص بودن حجم جامعه، تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه پژوهش مشخص شدند. روش نمونه‌گیری در تحقیق حاضر از نوع در دسترس بود. به منظور پخش پرسشنامه‌ها از روش‌های مختلفی از جمله روش پخش به صورت حضوری، با استفاده از پست الکترونیک و استفاده از شبکه‌های مجازی استفاده شد. در نهایت پس از پخش و جمع‌آوری پرسشنامه‌های پژوهش، تعداد ۳۷۱ پرسشنامه مورد تحلیل قرار گرفت. معیار ورود نمونه‌ها شامل: ورزشکار بودن آنان، نداشتن قرارداد حرفه‌ای در ورزش، اشراف بر مسائل ذهنی خود و همچنین آگاهی نسبت به تجارب ناگوار دوران کودکی بود. از طرفی معیار خروج از تحقیق نیز شامل: گرفتن حقوق و مزایا به واسطه انجام ورزش و عدم فعالیت در حال حاضر بود. ملاحظات اخلاقی در این پژوهش ایجاد اطمینان از عدم نشر نظرات و دیدگاه‌های آنان به صورت فردی بود. جهت تحلیل داده‌های پژوهش از روش آماری معادلات ساختاری به وسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ و PLS نسخه ۲ استفاده گردید.

ابزار

پرسشنامه افسردگی بک^۱: جهت بررسی متغیر افسردگی از پرسشنامه افسردگی بک (۱۹۹۶) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۱ سؤال بود که دو ماده از آن به عاطفه، ۱۱ ماده به شناخت، دو ماده به رفتارهای آشکار، پنج ماده به نشانه‌های جسمانی و یک ماده به نشانه‌شناسی میان

^۲- Erford, Johnson & Bardoshi

^۳- Resilience Questionnaire

^۴- Connor and Davidson

^۵- Hébert, Parent, Simard & Laverdière

^۶- Childhood Bad Experiences Questionnaire

^۱- Verdolini, Amoretti, Montejo, García-Rizo, Hogg, Mezquida & Solé

جدول ۱ نتایج توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
افسردگی	۲/۴۱	۰/۷۸۱
تاب‌آوری	۲/۷۸	۰/۵۶۹
تجارب ناگوار	۲/۵۴	۰/۴۱۸
پریشانی روانشناختی	۲/۱۴	۰/۴۵۸

نتایج توصیفی نشان داد که در میان متغیرهای پژوهش تاب‌آوری با میانگین ۲/۷۸ بالاترین میانگین و پریشانی روانشناختی با ۲/۱۴ پایین‌ترین میانگین را دارا بود. نتایج آزمون کلوموگراف-اسمیرنف نشان داد که توزیع داده‌های پژوهش حاضر غیرطبیعی است. از طرفی با توجه به حجم نمونه پژوهش و غیرطبیعی بودن توزیع داده‌ها مشخص گردید که از نرم‌افزارهای واریانس محور و نرم-افزار PLS استفاده شود. جدول ۲، نتایج مربوط به ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همچنین شکل ۱ و ۲ مدل پژوهش در حالت ضرایب مسیر و میزان آنرا نشان می‌دهد.

سوء رفتار جسمانی، سوء رفتار عاطفی، فقدان عشق و غفلت را مورد بررسی قرار داد. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین پاسخ به سؤالات بود. سؤالات این پرسشنامه در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت طراحی شده بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش پورنقاش و امینی (۱۳۹۸) میزان ۰/۷۶ گزارش شد. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده شد $(\alpha=0/85)$.

پرسشنامه پریشانی روانشناختی^۱: جهت بررسی متغیر پریشانی روانشناختی از پرسشنامه پریشانی روانشناختی کسلر^۲ (۲۰۰۰) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۰ سؤال بود که بُعد و مؤلفه‌ای را شامل نبود. سؤالات این پرسشنامه در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت طراحی شده بود. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین پاسخ به سؤالات بود. میزان پایایی این پرسشنامه ۰/۸۴ گزارش گردید (ایاستون، سافادی، وانگ و هاسون^۳، ۲۰۱۷). پایایی این پرسشنامه در پژوهش یعقوبی (۱۳۹۴) میزان ۰/۹۳ گزارش شد. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی پرسشنامه از محاسبه آلفای کرونباخ استفاده گردید $(\alpha=0/80)$.

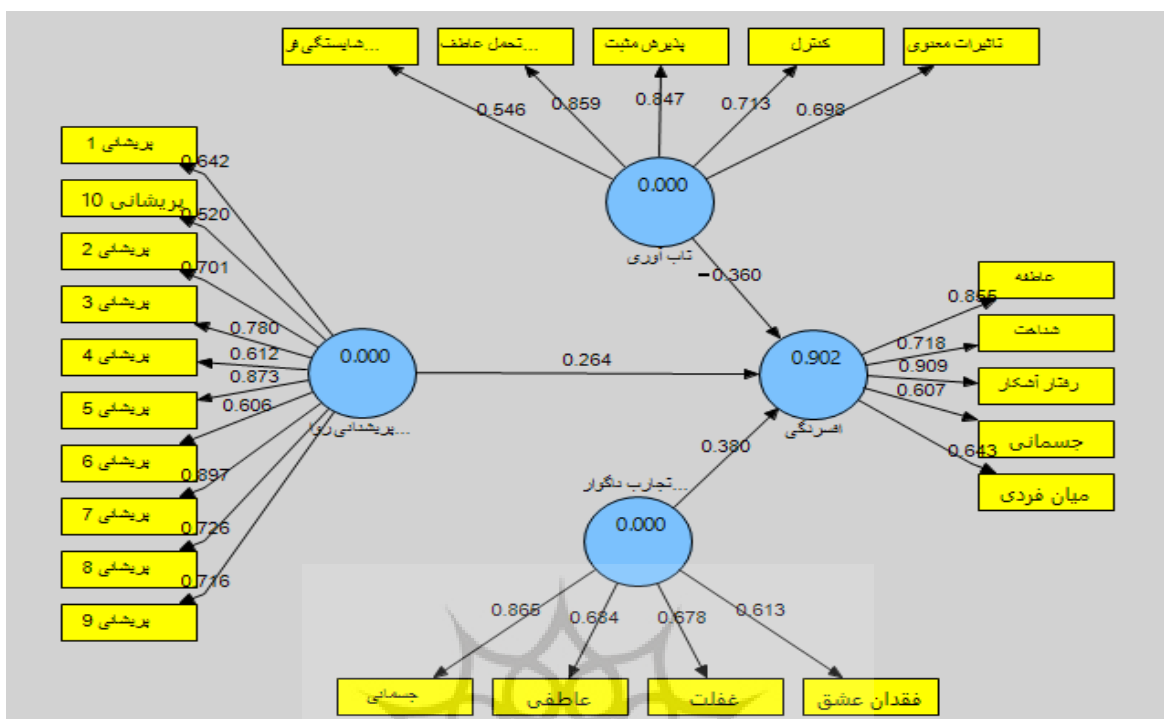
یافته‌ها

نتایج توصیفی مربوط به ویژگی جمعیت‌شناختی نشان داد که ۵۳/۴ درصد نمونه‌ها مرد و ۴۶/۶ درصد را زنان تشکیل دادند. همچنین از میان نمونه‌های پژوهش ۵۱/۲ درصد نمونه‌ها در رده سنی ۲۵-۳۰ سال بودند. جدول ۱ نتایج توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

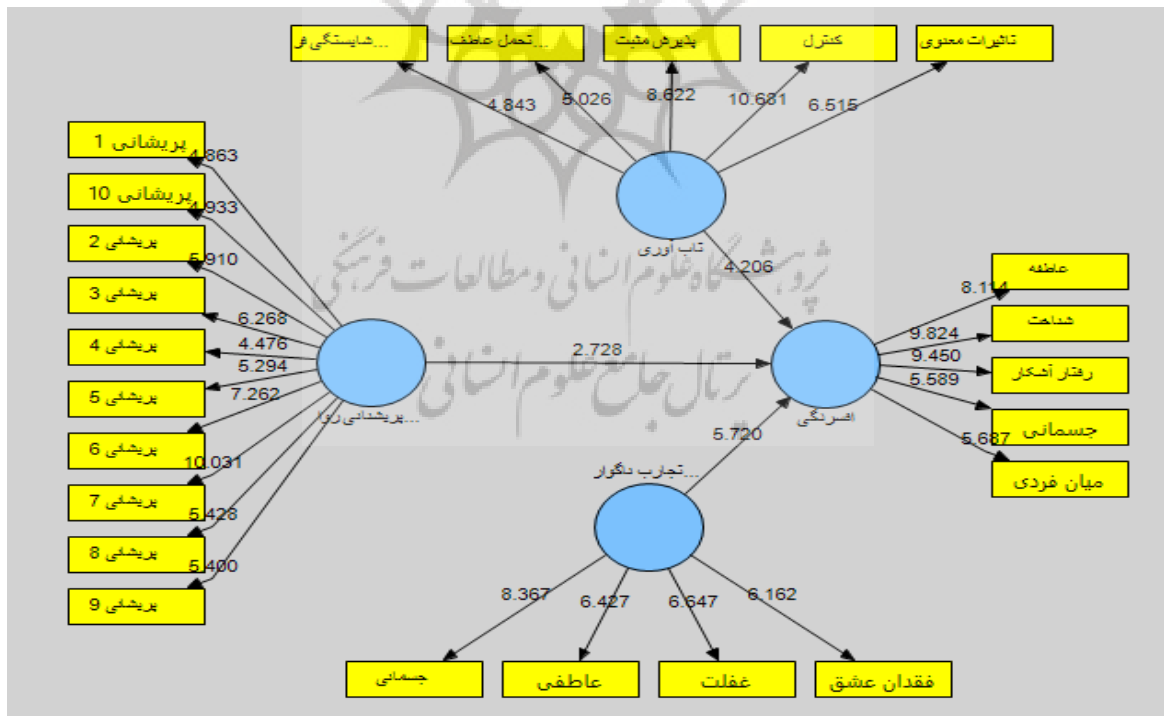
^۱- Psychological Distress Scale

^۲- Kessler

^۳- Easton, Safadi, Wang & Hasson



شکل ۱ مدل پژوهش در حالت ضرایب مسیر



شکل ۲ مدل پژوهش در حالت میزان t

جدول ۲ خلاصه مدل پژوهش

روابط	تأثیر	t	سطح معناداری
تجارب ناگوار دوران کودکی بر افسردگی	۰/۳۸۰	۵/۷۲۰	۰/۰۰۱
تاب آوری بر افسردگی	-۰/۳۶۰	۴/۲۰۶	
پریشانی روانشناختی بر افسردگی	۰/۲۶۴	۲/۷۲۸	

مطابق با نتایج جدول ۲ تجارب ناگوار دوران کودکی بر افسردگی تأثیری به میزان ۰/۳۸۰ دارد که با توجه به میزان t که ۵/۷۲۰ است، مشخص شد تجارب ناگوار دوران کودکی بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیرگذار است. همچنین تاب آوری بر افسردگی دارای تأثیری به میزان -۰/۳۶۰ بود که با توجه به میزان t که ۴/۲۰۶ است، مشخص گردید که تاب آوری بر افسردگی ورزشکاران

آماتور تأثیرگذار است. در نهایت، مطابق با نتایج پژوهش مشخص شد پریشانی روانشناختی بر افسردگی دارای تأثیری به میزان ۰/۲۶۴ بود که با توجه به میزان t که ۲/۷۲۸ است، پریشانی روانشناختی بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیرگذار است. در جدول ۳، شاخص های برازش مدل پژوهش حاضر ارائه شده است.

جدول ۳ شاخص های برازش پژوهش

متغیر	آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی	روایی همگرا	ضریب تعیین R ²	شاخص کلی برازش
افسردگی	۰/۸۷	۰/۹۰	۰/۴۲	۰/۹۲	۰/۶۲
پریشانی روانشناختی	۰/۸۰	۰/۸۴	۰/۵۷	-	-
تجارب ناگوار	۰/۸۵	۰/۸۷	۰/۴۴	-	-
تاب آوری	۰/۸۵	۰/۸۶	۰/۴۱	-	-
استاندارد وضعیت	بیش از ۰/۷	بیش از ۰/۷	بیش از ۰/۴	بیش از ۰/۳۳ = متوسط	بیش از ۰/۳۶
	مناسب	مناسب	مناسب	بیش از ۰/۶۷ = قوی	مناسب

با توجه به جدول فوق مشخص شد شاخص های مدل پژوهش، در وضعیت مناسبی است که این مسئله نشانگر مناسب بودن برازش مدل پژوهش است. همچنین نتایج نشان داد تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیر معناداری دارد.

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی و تاب آوری بر علائم افسردگی ورزشکاران آماتور طراحی و اجرا شد. نتایج نشان داد تجارب ناگوار دوران کودکی بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیر معناداری دارد؛ که در مطالعات مختلفی به این مسئله اشاره شده است. افیفی و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند که تجارب ناگوار دوران کودکی به واسطه ایجاد ذهنیت های منفی در میان

بحث

تا شرایطی جهت افزایش سطوح افسردگی در آنان داشته باشد. این مسئله می‌تواند ناشی از کارکردهای منفی پریشانی روانشناختی در حوزه‌های ذهنی و رفتاری ورزشکاران آماتور باشد.

نتایج نیز نشان داد تاب‌آوری بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیر معناداری دارد. در این زمینه وردولینی و همکاران (۲۰۲۱) مشخص نمودند تاب‌آوری می‌تواند منجر به کاهش افسردگی گردد. با این توجه می‌توان چنین اعلام داشت که نتایج پژوهش حاضر با نتایج مطالعات وردولینی و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. در تفسیر این مسئله لازم به ذکر است که تاب‌آوری به واسطه بهبود سیستم‌های ذهنی و فکری و ارتقا توانایی افراد در مدیریت ذهن می‌تواند منجر به کاهش میزان افسردگی گردد؛ به عبارتی تاب‌آوری به‌واسطه افزایش مهارت‌های ذهنی ورزشکاران؛ زمینه جهت کاهش میزان افسردگی را فراهم می‌نماید. تاب‌آوری به واسطه ارتقای شرایط ذهنی افراد می‌تواند نقش مهمی در جهت توانمندسازی ذهنی ورزشکاران آماتور داشته باشد و شرایطی جهت ارتقای سیستم‌های ذهنی آنان را فراهم نماید. با این توجه ظرفیت‌های تاب‌آوری در حوزه ورزش می‌تواند باعث کاهش میزان علائم افسردگی در میان ورزشکاران آماتور شود؛ به عبارتی کنترل تجارب ناگوار دوران کودکی و همچنین کاهش میزان پریشانی روانشناختی در کنار ایجاد ظرفیت‌هایی در جهت ارتقا تاب‌آوری می‌تواند سبب کاهش افسردگی ورزشکاران آماتور گردد.

نتیجه‌گیری

به صورت کلی تجارب ناگوار دوران کودکی، پریشانی روانشناختی به‌واسطه تأثیرگذاری منفی و همچنین تاب-

افراد می‌تواند نقش مهمی در جهت کاهش سطح افسردگی افراد گردد. با این توجه می‌توان چنین اعلام داشت که نتایج پژوهش حاضر با نتایج مطالعات آندا و همکاران (۲۰۰۲) همسو است. بنابراین به نظر می‌رسد تجارب ناگوار دوران کودکی به‌واسطه ایجاد نگرش‌های منفی در میان افراد و تحت تأثیر قرار دادن برخی شاخص‌های مهم روانشناختی از جمله اعتماد به نفس می‌تواند شرایطی جهت بروز مشکلات ذهنی در میان ورزشکاران آماتور را فراهم نماید. بدون شک تجارب ناگوار دوران کودکی در میان ورزشکاران آماتور می‌تواند به‌واسطه تأثیر بر جنبه‌های ذهنی آنان؛ شرایطی جهت بروز افسردگی در میان این گروه از افراد را فراهم نماید.

همچنین نتایج نشان داد پریشانی روانشناختی بر افسردگی ورزشکاران آماتور تأثیر معناداری دارد. شارپ و سیلر (۲۰۱۸) نیز مشخص نمودند که پریشانی روانشناختی به عنوان یک متغیر مهم و کلیدی نقش اساسی در بروز افسردگی در میان افراد دارد. بنابراین می‌توان چنین اعلام داشت که نتایج پژوهش حاضر با نتایج مطالعات شارپ و سیلر (۲۰۱۸) همسو است. در تفسیر این مسئله لازم به ذکر است که پریشانی روانشناختی به واسطه بروز بحران‌های ذهنی در ورزشکاران می‌تواند آنان را دچار بحران‌هایی در حوزه‌های ذهنی و رفتاری نماید که در نتیجه منجر به بروز آسیب‌های ذهنی گردد. بدون شک پریشانی روانشناختی نقش مهمی در ایجاد تنش‌های ذهنی افراد دارد که این تنش‌ها می‌تواند بستری در جهت شکل‌گیری افسردگی داشته باشد. با این توجه می‌توان چنین اعلام داشت که آثار منفی ناشی از پریشانی روانشناختی در ورزشکاران آماتور سبب گردیده است

- anxiety taking antidepressants. *Journal of Neurosurgery: Pediatrics*, 1, 1-7. (In Persian)
- Belz J, Kleinert J, Ohlert J, Rau T, Allroggen M. (2018). Risk for depression and psychological well-being in German national and state team athletes- Associations with age, gender, and performance level. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(2), 160-178.
- Cardoso F, Sacomori C. (2014). Resilience of athletes with physical disabilities: A cross-sectional study. *Revista de Psicologia del Deporte*, 23(1), 15-22.
- Craig J, Piquero A, Farington D, Tfofi M. (2017). A little early risk goes a long bad way: Adverse childhood experiences and life-course offending in the Cambridge study. *Journal of Criminal Justice*, 53, 34-45.
- Cuijpers P. (2018). The challenges of improving treatments for depression. *Jama*, 320(24), 2529-2530.
- Frank R, Nixdorf I, Beckmann J. (2017). Analyzing the relationship between burnout and depression in junior elite athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 11(4), 287-303.
- Friedrich M. (2017). Depression is the leading cause of disability around the world. *JAMA*, 317(15), 1517-1517.
- Gold S, Köhler-Forsberg O, Moss-Morris R, Mehnert A, Miranda J, Bullinger M, Otte C. (2020). Comorbid depression in medical diseases. *Nature Reviews Disease Primers*, 6(1), 1-22.
- LeMoult J, Gotlib I. (2019). Depression: A cognitive perspective. *Clinical Psychology Review*, 69, 51-66.
- Majd M, Saunders E, Engeland C. (2020). Inflammation and the dimensions of depression: A review. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 56, 100800.
- Marsh C, Chan S, MacBeth A. (2018). Self-compassion and psychological distress in adolescents—a meta-analysis. *Mindfulness*, 9(4), 1011-1027.
- Masten A, Lucke C, Nelson K, Stallworthy I. (2021). Resilience in development and psychopathology: multisystem perspectives.

آوری به واسطه تأثیرگذاری مثبت؛ می‌تواند افسردگی ورزشکاران آماتور را تحت شعاع قرار دهد. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود باشگاه‌های ورزشی با ایجاد سامانه‌های اطلاعاتی در خصوص شاخص‌های روانشناختی ورزشکاران؛ زمینه ارزیابی و نظارت بر شرایط ذهنی آنان را فراهم نمود. همچنین با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌گردد تا با برگزاری دوره‌های آموزشی؛ شرایطی جهت توانمندسازی ذهنی و روانی ورزشکاران را فراهم نمود. در پژوهش حاضر محدودیت‌هایی از جمله: عدم امکان مقایسه متغیرهای تحقیق در میان ورزشکاران آماتور و حرفه‌ای، عدم امکان مقایسه متغیرهای تحقیق بر حسب ویژگی‌های جمعیتی-شناختی و همچنین پراکندگی جغرافیایی بالای نمونه‌های پژوهش وجود داشت.

سپاسگزاری

پژوهش حاضر دارای مجوز پژوهشی به شماره ۳۱۱۰۸/۱۱/۱۳ از معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز می‌باشد. نویسندگان از تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش کمال تشکر را دارند.

References

- Afifi T, Taillieu T, Salmon S, Davila G, Stewart-Tufescu A, Fortier J, ... & MacMillan H. (2020). Adverse childhood experiences (ACEs), peer victimization, and substance use among adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 106, 104504.
- Ali M, Asghar N, Li A, Hannah T, Spiera Z, Marayati N, ... & Choudhri T. (2021). Incidence of concussion and recovery of neurocognitive dysfunction on ImPACT assessment among youth athletes with premorbid depression or

- Annual Review of Clinical Psychology, 17, 521-549.
- McLoughlin E, Fletcher D, Slavich G, Arnold R, Moore J. (2021). Cumulative lifetime stress exposure, depression, anxiety, and well-being in elite athletes: A mixed-method study. *Psychology of Sport and Exercise*, 52, 101823.
- Nixdorf I, Beckmann J, Nixdorf R. (2020). Psychological predictors for depression and burnout among German junior elite athletes. *Frontiers in Psychology*, 11, 601.
- Pluhar E, McCracken C, Griffith K, Christino M, Sugimoto D, Meehan W. (2019). Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18(3), 490.
- Sharp J, Theiler S. (2018). A review of psychological distress among university students: Pervasiveness, implications and potential points of intervention. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 40(3), 193-212.
- Verdolini N, Amoretti S, Montejo L, García-Rizo C, Hogg B, Mezquida G, Solé B. (2021). Resilience and mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 283, 156-164.
- Wu D, Luo Y, Ma S, Zhang W, Huang C. (2021). Organizational stressors predict competitive trait anxiety and burnout in young athletes: testing psychological resilience as a moderator. *Current Psychology*, 1-9.