



Original Research

Comparing the Happiness and Academic Progress of the Self-Sacrificing and Witnessing Athletes and Non-Athletes of Islamic Azad University, Islamshahr Branch

Daud Mehdinejad¹, Saeed Sedaghati², Sayeda Farideh Hadavi³

1. Master's Degree in Strategic Management, Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Islamshahr Branch, Islamic Azad University, Islamshahr, Iran

2. Assistant Professor, Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Islamshahr Branch, Islamic Azad University, Islamshahr, Iran

ARTICLE INFO

Received: 2023/03/16
Reviewed: 2023/03/26
Revised: 2023/04/14
Accepted: 2023/05/04

Keyword:

Happiness
Educational Achievements
Educational Achievements

ABSTRACT

The purpose of this paper is the comparing athlete and non-athlete sacrificial and martyr family students' happiness and educational achievements in Azad University (Islamshahr Branch). This is comparative – scientific paper in the terms of applying aim and strategy. Its informations are gathered by a field method. The statistical population were sacrificial and martyr family student of Azad University (Islamshahr Branch) and were about 580 students. The sample size of this research are 200 students (100 athletes and 100 non-athlete). The research tool were Oxford questionnaire about happiness (1989) with Alpha Cronbach about 0.90. We have used descriptive indexes in description of research's variability and for data distribution to be normal, we have used of Kolmogorov – Smironov test. The results showed that there is a meaningful differences between athlete and non-athlete sacrificial and martyr family students happiness, positive excitement, and life satisfaction, and this is a bit more in athlete students than non-athletes. But there is no significant deference in educational achievements, but it is a little more in nonathletic students.



مقایسه شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر

داود مهدی نژاد^۱، سعید صدیقتی^۲، سیده فریده هادوی^۲

۱. کارشناسی ارشد مدیریت راهبردی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران

۲. استادیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران

چکیده

اطلاعات مقاله

هدف تحقیق حاضر، مقایسه شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر می باشد. نوع تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی و از لحاظ استراتژی علمی - مقایسه‌ای است و اطلاعات آن به روش میدانی جمع‌آوری شده است. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان ایثار گر و شاهد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر به تعداد ۵۸۰ نفر می‌باشد. حجم نمونه تحقیق شامل ۲۰۰ نفر (۱۰۰ نفر دانشجوی ایثارگر و شاهد ورزشکار و ۱۰۰ نفر غیر ورزشکار) است. روش نمونه‌گیری تحقیق حاضر تصادفی - طبقه‌ای است. ابزار تحقیق شامل پرسشنامه شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) با ضریب آلفای کرونباخ ۰.۹۰ می باشد. جهت توصیف متغیرهای تحقیق از شاخص‌های آماری توصیفی، جهت تعیین طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، تعیین تفاوت بین متغیرها در گروه‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از آزمون t مستقل استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که بین میزان شادکامی، هیجان مثبت، رضایت از زندگی و فقدان عواطف منفی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی داری وجود دارد و میزان آن در دانشجویان ورزشکار بیشتر از غیر ورزشکار است اما بین پیشرفت تحصیلی دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد، ولی میزان آن در دانشجویان غیر ورزشکار بیشتر است.

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۱۲/۲۵
تاریخ داوری: ۱۴۰۲/۰۱/۰۶
بازنگری مقاله: ۱۴۰۲/۰۱/۲۵
پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۲/۱۴

کلید واژگان

شادکامی
پیشرفت تحصیلی
دانشجویان ایثارگر و شاهد
ورزشکار و غیر ورزشکار

مقدمه

روانشناسی مثبت نگر به عنوان رویکرد تازه ای در روان شناسی، بر فهم و تشریح شادکامی و احساس ذهنی بهزیستی و همچنین پیش بینی دقیق عواملی که بر آنها مؤثرند، تمرکز دارد. این رویکرد از منظری مثبت گرایانه به ارتقای احساس ذهنی، بهزیستی و شادکامی، در عوض نواقص و اختلالات سروکار دارد. بنابراین روان شناسی مثبت نگر تکمیل کننده روان شناسی بالینی سنتی است. فهم درک و شفاف سازی شادکامی و احساس ذهنی بهزیستی، موضوع محوری روان شناسی مثبت نگر است.^۱ اصطلاحات کیفیت زندگی تصویری، سلامت ذهنی، سلامت، شادکامی و رضایت از زندگی، در ادبیات مربوط به سلامت ذهنی به گونه مترادف و متناقض به کار برده شده اند. درحالیکه هر اصطلاح تعریف نظری خاص خود را دارد (لوکاس و داینر، ۲۰۰۱). معین در فرهنگ فارسی، معنی شادکامی را معادل خوشحالی و شادکامی در نظر گرفته است. در سطح عموم مردم، شادی به مفهوم بودن در حالت خوشحالی و سرور یا دیگر هیجانات مثبت، رضایت از زندگی، فقدان افسردگی و دیگر عواطف منفی است، روان شناسانی همچون آرگایل نیز شادی را ترکیبی از وجود عاطفه منفی و رضایت از زندگی می دانند (معین، ۱۳۸۳). شادکامی، تا حد زیادی به چگونگی نگرش افراد به دنیا و انتخاب فعالیت هایی که دنبال می کنند و شامل ارزشیابی های شناختی و عاطفی است که افراد از خود و زندگیشان به عمل می آورند، این ارزشیابی ها ممکن است جنبه های شناختی داشته باشد، مانند قضاوتهایی که در مورد خشنودی از زندگی صورت می گیرد و شادکامی از چند جزء تشکیل یافته است که عبارتست از خشنودی از زندگی، خلق و هیجانات مثبت و خوشایند، فقدان خلق و هیجانات منفی (لوکاس و داینر، ۲۰۰۱). سوسنین و همکاران در پژوهشی که هدفش تجزیه و تحلیل مفاهیم کیفیت زندگی و شادکامی برای نقش فهم شادکامی در کیفیت زندگی مردم کشور لیتوانی بود، به این نتیجه دست یافتند که مفهوم کیفیت زندگی و شادکامی مرتبط هستند اما یکسان نیستند و افرادی که شاخص کیفیت زندگیشان بالاست می توانند احساس ناکافی داشته باشند و در مقابل شادکامی ضعیفی را تجربه کرده باشند (امیدیان، ۱۳۸۸). از نظر ارسطو حداقل سه نوع شادی وجود دارد نازل ترین سطح که به نظر مردم عادی، همان لذت است، شادی به همراه دارد و سطح نسبتاً بالاتر و در نظر خواص شادی معادل عملکرد خوب است. نوع سوم شادی از نظر ارسطو آن نوع شادی است که برای «زندگی متفکران» ایجاد می شود (لیاقتدار و همکاران، ۲۰۰۸). به اعتقاد لاما^۲ مهمترین هدف

زندگی، رسیدن به شادی است و چه انسان معتقد به اصول ذهنی باشد یا نباشد حرکت و فعالیت انسان برای دست یافتن به این هدف است (امیدیان، ۱۳۸۸). از نظر موری^۳ یکی از غریب ترین نشانه ای مشخص عصر کنونی که کمتر قابل تفسیر است، غفلت روانشناسان از موضوع شادی است. یعنی همان حالت درونی که افلاطون^۴. ارسطو تمام متفکران برجسته گذشته آن را مهمترین متاعی دانسته اند که از راه فعالیت ها قابل حصول است (لیاقتدار و همکاران، ۲۰۰۸). شادکامی مولد انرژی، شعور و نشاط، حرکت و پویایی است و همچون سری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات محافظت نموده و سلامت جسمی و روانی او را نیز تضمین کند (لیاقتدار و همکاران، ۲۰۰۸). رفاه ذهنی^۵ یک حوزه مطالعاتی در زمینه روان شناسی است که پژوهشگران از طریق آن تلاش می کنند ارزیابی افراد از زندگی شان را مورد بررسی و تحلیل قرار دهد و این حوزه رابطه تنگاتنگی به سلامت روان افراد دارد و گاهی اوقات به عنوان اصطلاحی مترادف با شادکامی نیز مطرح گردیده است. خاطر نشان می شود شادکامی به تعبیری رضایت از زندگی و از عناصر رفاه ذهنی محسوب می شود. شادکامی سه جزء دارد که عبارتند از: (۱) هیجانات مثبت، (۲) رضایت از زندگی، (۳) فقدان عواطف منفی، همچنین روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصی و دوست داشتن دیگران از اجزای شادکامی به شمار می رود. عواطف منفی متعددی وجود دارد از قبیل خشم، اضطراب، افسردگی و ... (لیاقتدار و همکاران، ۲۰۰۸). اما در حقیقت فقط یک عاطفه مثبت وجود دارد که به عنوان شادی از آن یاد می شود. شادی نه تنها به سطح بالایی از عاطفه یا هیجان مثبت بستگی دارد بلکه به سنجش عمیق تر و رضایت کلی از زندگی نیز وابسته است. هیجانات بسیار مثبت ممکن است کوتاه مدت باشند، اما رضایت می تواند دراز مدت بوده، بنابراین می تواند هدفی واقع بینانه تر برای وجود انسان تلقی گردد (لوکاس و داینر، ۲۰۰۱). شوارتز^۶ و استراک^۷ معتقدند افراد شادکام کسانی هستند که پردازش اطلاعات در جهت خوش بینی و خوشحالی سوگیری دارند. به عبارت دیگر اطلاعات را طوری پردازش و تفسیر می کنند که به شادکامی آنها منجر می شود و اثرات مثبت خوبی برای افراد دارد، از جمله باعث تعامل اجتماعی بیشتر افراد می شود، کیفیت ارتباطات را بالا می برد، افراد نوع دوست می شوند و به دیگران کمک می کنند، عملکرد شغلی بهتری دارند و بهتر فکر می کنند و در نهایت بهتر قادر به حل مسأله می شوند (لوکاس و داینر، ۲۰۰۱). بدون شک در دنیای

5 . subjective-well-being

6 . shwartz

7 . strack

1 . happiness

2 . Lama

3 . maray

4 . plato

(امیدیان، ۱۳۸۸). کيارشي (۱۳۹۲) شادكامي ۱۳ درصد پيشرفت تحصيلي دانش آموزان دختر را تبين مي كند و شادكامي پيشرفت تحصيلي دانش آموزان را افزايش مي دهد (اميني، ۱۳۹۳). جانبازان به دليل آسيب هاي جسماني و رواني و برخي معلوليت ها از مشكلات عدیده اي در زندگي شخصي و حرفه اي خود برخوردارند و اين امر موجب کاهش شادابي و شادكامي آنان شده است. از طرفي اين گروه از آحاد جامعه با توجه به نياز جامعه در سنين پايين و مناسب آموزشي جهت حضور در جبهه هاي جنگ مجبور به ترك سيستم آموزشي و رها كردن آموزش هاي رسمي در جبهه هاي جنگ مجبور به ترك سيستم آموزشي و رها كردن آموزش هاي رسمي شده اند، اين امر موجب كندى روند پيشرفت تحصيلي اين گروه گرديده است. در ضمن نتايج مطالعات و تحقيقات از جمله موارد ذكر شده مؤيد تأثير مثبت فعاليت هاي ورزشي^۴ و شادكامي در پيشرفت تحصيلي مي باشد. از اين رو محقق قصد دارد در تحقيق حاضر ميزان شادكامي و پيشرفت تحصيلي دانشجويان^۵ ايتارگر و شاهد ورزشكار و غير ورزشكار دانشگاه آزاد اسلامي واحد اسلامشهر را مورد مقايسه قرار دهد.

روش تحقيق

نوع پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردي و از لحاظ استراتژي علي-مقايسه اي مي باشد و به روش ميداني انجام شده است. جامعه آماري تحقيق حاضر، شامل كلييه دانشجويان ايتارگر و شاهد ورزشكار و غيرورزشكار دانشگاه آزاد اسلامي واحد اسلامشهر است كه در سال تحصيلي ۹۴-۱۳۹۳ در اين واحد دانشگاهي مشغول به تحصيل بودند و تعداد كل دانشجويان ايتارگر و شاهد ۵۸۰ نفر مي باشد.

نمونه و روش نمونه گيريتعداد ۲۰۰ نفر (۱۰۰ نفر ورزشكار و ۱۰۰ نفر غيرورزشكار) به عنوان نمونه تحقيق انتخاب شدند. در ضمن جهت تعيين حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شده است. روش نمونه گيري تحقيق حاضر تصادفي- طبقه اي است. لازم به ذكر است كه با توجه به حجم جامعه آماري در هر يك از طبقات ورزشكار و غيرورزشكار نسبت به انتخاب نمونه آماري اقدام شد. شادكامي: نمره اي است كه آزمودني در پرسشنامه شادكامي اكسفورد (OHI) بدست مي آورد. پيشرفت تحصيلي: براي پيشرفت تحصيلي در پژوهش حاضر، از ميانگين نمرات دروس دانشجويان در پايان نيمسال اول سال تحصيلي ۹۵-۱۳۹۴ استفاده شد. ايتارگر و شاهد: افراي كه در دانشگاه به اين عنوان (ايتارگر و شاهد) شناخته شده باشند و تحصيل مي كنند ورزشكار: دانشجويي

پيشرفته امروزي يكي از علايم موفقيت فرد پيشرفت تحصيلي^۱ مي باشد كه بدون آن توسعه و ترقي هيچ كشوري امكان پذير نخواهد بود. ترقي هر كشوري رابطه مستقيم با پيشرفت علوم و دانش تكنولوژي آن كشور دارد. پيشرفت تحصيلي ضمن اينكه در توسعه و آباداني كشور مؤثر است در سطوح عالي منجر به يافتن شغل و موقعيت مناسب و در نتيجه درآمد كافي مي شود.

دانش آموزان و دانشجوياني^۲ كه از موقعيت هاي تحصيلي برخوردارند، خانواده و جامعه با ديده ي احترام به آنان مي نگرند، در جامعه با رويجه و نشاط بيشترى حضور خواهند يافت و در كنار اين، از هزينه هاي گزافي كه از افت تحصيلي بر آموزش و پرورش تحمیل مي شود، كاسته خواهد شد. دستيابي به بهره وري و بهبود كيفيت نظام آموزشي را مي توان اثر گذارترين عامل را در توسعه كشورها دانست. تجارت كشورهاي پيشرفته اي چون ژاپن در زمينه توسعه همه جانبه نيز حكايه از سرمايه گذاري بر روي منابع آموزشي و انساني دارد. در راستاي دستيابي به اين اهداف، بهبود كيفيت تحصيلي، اساس برنامه هاي آموزشي است. در حالي كه امروزه افت تحصيلي يكي از نگراني هاي خانواده ها و دست اندركاران تعليم و تربيت است. از جمله موضوعات مورد علاقه صاحب نظران علوم تربيتي، يافتن شرايط و امكانات لازم و مؤثر در جهت تحصيلي موفق و پيشرفت تحصيلي است. اما عدم موفقيت در تحصيل زمينه ساز مشكلات فردي و اجتماعي، تحديد و انحراف از دستيابي به اهداف سيستم آموزشي است. محققين عوامل مختلفی را در پيشرفت تحصيلي دانش آموزان دخيل دانسته اند. اما با توجه به تفاوت هاي فرهنگي و تغييرات سريع عوامل در طول زمان نمي توان به عنوان يك قانون عمومي و كلي، علل خاصي را براي جوامع مطرح نمود، زيرا قوانين بافت فرهنگي و نسبت جامعه، نگرش مردم به تحصيلات، سطح درآمد والدين و غيره همه از عواملی هستند كه به طور اخص در يك جامعه بر شكست يا موفقيت تحصيلي تأثير مي گذارند. منابع موجود خود نشان مي دهد كه آموزش به طور كلي تحت تأثير عواملی از جمله آموزشگر، تجهيزات و محيط آموزشي است كه هر يك از عوامل مذکور داراي ويژگي هايي است كه مي تواند در پيشرفت تحصيلي و يادگيري تأثيرات متفاوتی داشته باشد (ميكائيلي و همكاران، ۱۳۹۱). پژوهش هاي آكويوميرو و جوشوا^۳ (۲۰۰۴) نشان داد كه پيشرفت تحصيلي دانش آموزان دوره متوسطه را مي توان بر اساس خود پنداره نگرش دانش آموزان به فعاليت هاي تحصيلي پيش بيني كرد (كرمي، ۱۳۸۴). شكرانه، كجياف (۱۳۸۷) نيز در پژوهشي بيان نمودند كه بين شادكامي و پيشرفت تحصيلي رابطه مثبت معناداري وجود دارد

4 . Sports activities
5 . university students

1 . Educational progress
2 . university students
3 . Joshua

ترسیم نمودارها استفاده خواهد شد در ضمن جهت تعیین طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، مقایسه میانگین‌ها از آزمون t (تی) تک نمونه ای، تعیین تفاوت بین متغیرها در گروه‌های ورزشکار و غیر ورزشکار از آزمون t مستقل استفاده شد.

یافته‌ها

قبل از پرداختن به فرضیه‌های پژوهش، نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف بررسی شد. بر این اساس، اگر فرضیه صفر رد نشود، می‌توان گفت توزیع مربوط به متغیرها وضعیت نرمالی داشته است و در صورت رد فرضیه صفر متغیرها از توزیع نرمالی برخوردار نیستند. در صورتی که داده‌های آزمون کولموگروف-اسمیرنوف بیشتر از ۰.۰۵ باشد، توزیع داده‌ها طبیعی است و می‌توان از آزمونهای آماری پارامتریک استفاده کرد.

است که حداقل ۳ سال و در هفته ۲ جلسه دارای فعالیت ورزشی در یکی از رشته‌های ورزشی باشد. ابزار جمع‌آوری اطلاعات تحقیق به شرح زیر است.

پرسش‌نامه ویژگی‌های فردی

شامل سن، وضعیت تأهل، جنسیت، رشته تحصیلی و وضعیت فعالیت ورزشی می‌باشد.

پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد (OHI)

آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است و میزان شادکامی فردی را می‌سنجد. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگایل و کراسلند از شادکامی است (آنها به منظور ارائه یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را سازه‌ای دارای سه بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی). این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط آرگایل و براساس پرسشنامه افسردگی بک ساخته شده است.

توصیف متغیرهای تحقیق از شاخص‌های آماری توصیفی مانند میانگین، میانه، انحراف معیار، فراوانی، درصد فراوانی و

جدول ۱. آزمون کولموگروف - اسمیرنوف جهت تعیین طبیعی بودن داده‌ها

متغیرها	تعداد	آزمون کولموگروف-اسمیرنوف	سطح معناداری
هیجان مثبت	۱۰۰	۰.۹۴۱	۰.۱۲۴
رضایت از زندگی	۱۰۰	۰.۷۸۳	۰.۱۰۷
فقدان عواطف منفی	۱۰۰	۰.۸۹۷	۰.۲۳۶
شادکامی	۱۰۰	۰.۸۲۰	۰.۱۵۷
	۱۰۰	۰.۹۲۳	۰.۲۵۶
	۱۰۰	۰.۸۷۴	۰.۲۱۸
	۱۰۰	۰.۸۷۶	۰.۱۶۷
	۱۰۰	۰.۶۷۹	۰.۱۴۸

جدول ۲. مقایسه میزان شادکامی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار

متغیرها	شاخص آماری	تعداد	تفاوت میانگین‌ها	درجه آزادی	t	سطح معنی داری
شادکامی	ورزشکار	۱۰۰	۲۱.۳۴	۱۹۸	۲.۴۹	۰.۰۴۳
	غیر ورزشکار	۱۰۰				

ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی دار آماری وجود دارد.

با توجه به اینکه سطح معنی داری آزمون کمتر از ۰.۰۵ است، بنابراین فرضیه صفر رد شده و بین شادکامی دانشجویان

جدول ۳. مقایسه میزان مولفه هیجان مثبت دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار

متغیرها	شاخص آماری	تعداد	تفاوت میانگین‌ها	درجه آزادی	t	سطح معنی داری
هیجان مثبت	ورزشکار	۱۰۰	۸.۳۲	۱۹۸	۲.۵۴	۰.۰۰۲
	غیر ورزشکار	۱۰۰				

دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی دار آماری وجود دارد.

با توجه به اینکه سطح معنی داری آزمون کمتر از ۰.۰۵ است، بنابراین فرضیه صفر رد شده و بین مولفه هیجان مثبت

جدول ۴. مقایسه میزان مولفه رضایت از زندگی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار

متغیرها	شاخص آماری	تعداد	تفاوت میانگین ها	درجه آزادی	t	سطح معنی داری
رضایت از زندگی	ورزشکار	۱۰۰	۷.۱۳	۱۹۸	۱.۹۹	۰.۰۴۶
	غیر ورزشکار	۱۰۰				

تحقیقات فرجی و همکاران (۱۳۸۷) کیامرثی (۱۳۹۲) آنتونی کارن (۲۰۱۲) و استون چن (۲۰۱۰) همسو است و با تحقیق سلیمانی (۱۳۹۱) ناهمسو است. به نظر می رسد که این ناهمسویی به دلیل تفاوت در جامعه آماری، فرهنگ یا جو سازمانی باشد. در ضمن احتمال دارد که نشاط و شادابی ناشی از فعالیت های ورزشی موجب شادکامی دانشجویان ورزشکار شده باشد.

یافته ها نشان داد که بین میزان مؤلفه هیجان مثبت دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی دار آماری وجود دارد. فرجی و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهشی به این نتایج رسیدند که میانگین متغیرهای عزت نفس، و سلامت روان در دانش آموزان ورزشکار بالاتر از دانش آموزان عادی بود. ورزش، دمای بدن را افزایش می دهد و به ترشح موادی در بدن منجر می شود که شادمانی ایجاد می کنند. همچنین اعتماد به نفس و احساس رضایت فردی را که در افراد افسرده کاهش می یابند، زیاد می کند. این نتیجه با تحقیقات فرجی و همکاران (۱۳۸۷) داود آبادی (۱۳۸۹) رضانی نژاد (۱۳۸۹) و آنتونی کارن (۲۰۱۲) همسو است و با تحقیق سلیمانی (۱۳۹۱) ناهمسو است. به نظر می رسد که این ناهمسویی به دلیل تفاوت در جامعه آماری، فرهنگ یا جو سازمانی باشد. در ضمن احتمال دارد که نشاط و شادابی ناشی از فعالیت های ورزشی موجب افزایش هیجان مثبت در دانشجویان ورزشکار و تفاوت ایجاد شده باشد.

یافته ها نشان داد که بین میزان مؤلفه رضایت از زندگی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی دار آماری وجود دارد. فرجی و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهشی به این نتایج رسیدند که میانگین متغیرهای عزت نفس، و سلامت روان در دانش آموزان ورزشکار بالاتر از دانش آموزان عادی بود. ورزش، دمای بدن را افزایش می دهد و به ترشح موادی در بدن منجر می شود که شادمانی ایجاد می کنند. همچنین اعتماد به نفس و احساس رضایت فردی را که

با توجه به اینکه سطح معنی داری آزمون کمتر از ۰.۰۵ است، بنابراین فرضیه صفر رد شده و بین مولفه رضایت از زندگی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی دار آماری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

یافته ها نشان داد که بین میزان شادکامی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی دار آماری وجود دارد. گودرزی و حمایت طلب (۱۳۸۴) تحقیقی با عنوان "مقایسه میزان شادکامی دانشجویان ورزشکار دختر و پسر دانشگاه تهران" انجام دادند. پس از توزیع و جمع آوری پرسشنامه مذکور در بین افراد مورد مطالعه و استخراج نتایج، تجزیه و تحلیل آماری نشان داد که دانشجویان ورزشکار دختر نسبت به دانشجویان ورزشکار پسر از سلامت روانی، خلق مثبت، کارآمدی و رضایت از زندگی بیشتری برخوردارند. هر چند در مورد شاخص عزت نفس این دو گروه در یک سطح قرار داشتند، اما به طور کلی دانشجویان دختر ورزشکار از میزان شادکامی بیشتری برخوردار بودند. فرجی و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهشی به این نتایج رسیدند که میانگین متغیرهای عزت نفس، و سلامت روان در دانش آموزان ورزشکار بالاتر از دانش آموزان عادی بود. ورزش، دمای بدن را افزایش می دهد و به ترشح موادی در بدن منجر می شود که شادمانی ایجاد می کنند. همچنین اعتماد به نفس و احساس رضایت فردی را که در افراد افسرده کاهش می یابند، زیاد می کند. در ضمن، ورزش با بهبود فعالیت سیستم عصبی، موجب خونسردی، نرمش و بهبود مهارت ها می شود. در واقع پرداختن به بازی و ورزش، اصولاً موجب انبساط خاطر و شادابی می شود (فاضل کلخوران، ۱۳۹۰). صفاری و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی به این نتایج دست یافتند که همبستگی مثبت و معنی داری بین سه متغیر اصلی مطالعه یعنی شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی یافت گردید. این نتیجه با

مغزی، عملکردی شناختی، یادگیری و عزت نفس افزایش می‌یابد؛ با افزایش عزت نفس، به توانایی های خود اطمینان بیشتری می‌یابند و برای رسیدن به موفقیت، حداکثر تلاش خود را به کار می‌گیرند و عملکرد تحصیلی آنها در سطح بالاتری قرار می‌گیرد؛ همچنین می‌توان گفت که به دلیل این که ورزش عاملی است که از فشارهای روانی آنها از جمله استرس و اضطراب که عامل پایین آوردن معدل و افت تحصیلی است، می‌کاهد و عملکرد را افزایش می‌دهد. کومیتز و همکاران^۱ (۲۰۰۹) بین میزان آمادگی بدنی و پیشرفت تحصیلی ارتباط معنا داری وجود دارد. بر اساس این یافته ها دانش آموزانی که از لحاظ بدنی فعال ترند از آمادگی جسمانی بهتری برخوردارند و نسبت به دانش آموزانی که فعالیت بدنی کمتری دارند پیشرفت تحصیلی بالاتری دارند. همچنین غلامعلی لوانسانی و همکاران (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان دادند که خودکارآمدی تحصیلی، میزان تلاش، راهبردهای شناختی و فراشناختی و ارزش تکلیف، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را به شکل معناداری پیش بینی می‌کند. این نتیجه با تحقیقات کیامرئی (۱۳۹۲) آنتونی کارن (۲۰۱۲) و استون چن (۲۰۱۰) همسو است و با تحقیق باشقره و همکاران (۱۳۹۱) کومیتز و همکاران^۲ (۲۰۰۹) و سلیمانی (۱۳۹۱) ناهمسو است. به نظر می‌رسد که این ناهمسویی به دلیل تفاوت در جامعه آماری، فرهنگ یا جو سازمانی باشد. در ضمانت‌های ورزشی پیشرفت تحصیلی دانشجویان ورزشکار نسبت به غیر ورزشکار به دلیل وقت‌گذاری بیشتر آنها در فعالیتهای ورزشی و تفریحی اوقات فراغت و عدم توجه صرف به مسائل درسی و آموزشی باشد.

نتیجه گیری

در پاسخ به سوال اصلی تحقیق مبنی بر مقایسه شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر، بین میزان شادکامی، هیجان مثبت، رضایت از زندگی و فقدان عواطف منفی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی داری وجود دارد و میزان آن در دانشجویان ورزشکار بیشتر از غیر ورزشکار است اما بین پیشرفت تحصیلی دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد، ولی میزان آن در دانشجویان غیر ورزشکار بیشتر است.

در افراد افسرده کاهش می‌یابند، زیاد می‌کند. این نتیجه با تحقیقات فرجی و همکاران (۱۳۸۷) داود آبادی (۱۳۸۹) رضانی نژاد (۱۳۸۹) و آنتونی کارن (۲۰۱۲) همسو است و با تحقیق سلیمانی (۱۳۹۱) ناهمسو است. به نظر می‌رسد که این ناهمسویی به دلیل تفاوت در جامعه آماری، فرهنگ یا جو سازمانی باشد. در ضمانت‌های ورزشی ناشی از فعالیتهای ورزشی موجب افزایش شادکامی، هیجان مثبت و نیز رضایت از زندگی بیشتر دانشجویان ورزشکار شده باشد.

یافته ها نشان داد که بین میزان مؤلفه فقدان عواطف منفی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی دار آماری وجود دارد. فرجی و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهشی به این نتایج رسیدند که میانگین متغیرهای عزت نفس، و سلامت روان در دانش آموزان ورزشکار بالاتر از دانش آموزان عادی بود. ورزش، دمای بدن را افزایش می‌دهد و به ترشح موادی در بدن منجر می‌شود که شادمانی ایجاد می‌کنند. همچنین اعتماد به نفس و احساس رضایت فردی را که در افراد افسرده کاهش می‌یابند، زیاد می‌کند. این نتیجه با تحقیقات فرجی و همکاران (۱۳۸۷) کیامرئی (۱۳۹۲) آنتونی کارن (۲۰۱۲) و استون چن (۲۰۱۰) همسو است و با تحقیق سلیمانی (۱۳۹۱) ناهمسو است. به نظر می‌رسد که این ناهمسویی به دلیل تفاوت در جامعه آماری، فرهنگ یا جو سازمانی باشد. در ضمانت‌های ورزشی ناشی از فعالیتهای ورزشی موجب افزایش شادکامی و عواطف منفی کمتر در دانشجویان ورزشکار شده باشد.

یافته ها نشان داد که بین میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر تفاوت معنی دار آماری وجود ندارد. باشقره و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی به این نتایج رسیدند که تفاوت معنادار بین پیشرفت تحصیلی دانش آموزان ورزشکار گروهی و انفرادی با دانش آموزان غیر ورزشکار بود که ورزشکاران اعم از گروهی و انفرادی، پیشرفت تحصیلی بالاتری نسبت به غیر ورزشکاران داشتند. همچنین تفاوت معنادار، بین پیشرفت تحصیلی دانش آموزان ورزشکار گروهی با انفرادی بود که ورزشکاران گروهی پیشرفت تحصیلی بالاتری نسبت به ورزشکاران انفرادی داشتند. هر چه شرکت دانش آموزان در فعالیت های ورزشی و افزایش سطح مهارت های حرکتی از طریق ورزش افزایش یابد؛ به نسبت، فاکتور رشد

References

- Appelbaum, S.H, Hare, A (1996). "Self-efficacy as a mediator of goal setting and Performance, Some human resource applications". *Journal of Managerial Psychology*, (11)(3),33-47
- Appelbaum, S.,H. & Honeggar, K (1998). "Empowerment: a contrasting overview of organizations in general and nursing in particular- an examination of organizational factors, managerial behaviors, job design, and structural Power". *Empowerment in Organizations*, (6)(2),29-50
- Antonine tte, c.(2012). Anin vestigatory study of effects of sport participation on aggvession, self-steem and life satisfaction. Department of Psychology DBS School of Arts.
- Bandura, A.(2000) "Cultivate self–efficacy for personal and organizational effectiveness". *Handbook of principles of organization behavior*. oxford,uk: Blachwell.pp.120-139
- Bandura, A. & Locke, E.A. (2003). Negative Self-efficacy and goal revisited. *Journal of Applied psychology*. 88(1):87-89.
- Bandura, A. (2004). Social cognitive theory: and agnatic perspective, *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Bandura, A., & Schuk, D. H. (2004). Culturing competence, self-efficacy and intrinsic interest through proximal self-motivation. *J Pers & Phyciology*, 41(3):586- 598.
- Beverley, A., Kir, Nicola, S., Schutte Donald, W. Hine. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*. 45(5):432-436.
- Chan, W. (2007) , Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 22(8):1042 –1054.
- 98.Dinomais, M., Gambart, G., Bruneau. A., Bontoux, L., Deries, X., Tessiot, C., Richard, I. (2010). Social Functioning and Self-Esteem in Young People with Disabilities Participating in Adapted Competitive Sport. *National center for Biotechnology Information*,49-54.
- Ferla J, Valcke M, Cai Y. (2009). Academic self-efficacy and academic self-concept :Reconsidering structural relationships. *Learning and Individual Differences* 19: 499–505.
- Gilardi, S. & Gulgielmetti, C. (2011). University life of non-traditional students: Engagement styles and impact on attrition. *Journal of Higher Education*, 82 (1). 33-53.
- Gonzalez-dehass, A. R. Willems, P. P. & DoanHolbin, F. D. (2005) Examining the relationship between parental involvement and student motivation. *Educational Psychology Review*.17 (3): 99- 121.
- Ireland, J. L., Boustead, R., & Ireland, C. A. (2005). Coping style and Psychological health among adolescent prisoners: A Study of young and juvenile offenders. *Journal of Adolescent*, 28, 411-428.
- Khan, Mehjabeen (2013) "Academic Self-Efficacy, Coping, and Academic Performance in College," *International Journal of Undergraduate Research and Creative Activities: Vol. 5, Article 4*.
- Kantoma, M., Tammelin, T.H, Ebeling, H.E.,and Taanola, A.M. (2010). Emotional and Behavioral Problems in Relation to Physical Activity in Youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 40(10), 1749-1756.
- Kristjansson, A.L., Sigfusdottir, I.D., Allegrante, J.P., (2010). Health behavior and academic achievement among adolescents: the relative contribution of dietary habits, physical activity, body mass index, and self-esteem. *Health Educ. Behav*. 274-280
- Kurbanoglu, S.S. (2003). "Self- Efficacy: A concept closely linked to information literacy and lifelong learning ". *Journal of Documentation*, (59)(6),635-646.
- Pajares, F., & Schunk, D. H. (2001). Self-beliefs and school success: Self-efficacy and self-concept in academic settings. In R. Riding & S. Rayner (Eds.), *Self-perception*(pp. 239-266). London: Ablex Publishing.
- Perlman D. (2010). Influence of the sport education model on physical self-efficacy, *Public health Nursing*. 24:1-5.
- Schunk, D.H. (2008). Metacognition, self-regulation, and self-regulated learning: Research Recommendations. *Educational Psychology Review*, 20, 463-467.
- Soares AP, Guisande AM, Almeida LS, Paramo FM (2009). Academic achievement in first-year Portuguese college students: The role of academic preparation and learning strategies. *Int J Psychol*. 44(3):204-212.
- Virginia R. Chomitz, Meghan M. Slining, Robert J. McGowan, Suzanne E. Mitchell, Glen F. Dawson and Karen A. Hacker (2009). Is There a Relationship Between Physical Fitness and Academic Achievement? Positive Results From Public School Children in the Northeastern United States. *Journal of School Health*, Volume 79, Issue 1, pages 30–37.

ارجاع: مهدي نژاد داود، صداقتی سعید، هادوی سیده فریده، مقایسه شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان ایثار گر و شاهد ورزشکار و غیر ورزشکار

دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر، مجله علوم حرکتی و رفتاری، دوره ۶، شماره ۱، بهار ۱۴۰۲، صفحات ۶۶-۵۹.