



Comparison of Emotional Investment in the Body and Social Adjustment of Athletic and Non-Athlete Students

Ali Akbar Kabiri¹, Sahar Pirjamadi^{2*}, Amir Ansari Ardali³, Hassan Ghamati⁴

¹PhD in Educational Technology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Allameh Tabataba'i, Tehran, Iran.

²PhD of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Allameh Tabataba'i, Tehran, Iran.

³PhD Student of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran.

⁴PhD of Sport Management, Faculty of Humanities, Trabiati Modares University, Tehran, Iran.

ARTICLE INFO

Received: 04.28.2022

Revised: 06.17.2022

Accepted: 08.17.2022

Keyword:

Body image
Emotional investment
Social development
Sport
Students

***Corresponding Author:**

Sahar Pirjamadi

Email:

pirjamadisahar@yahoo.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare emotional investment in the body and social adjustment of male athletes and non-athletes in the second year of elementary school. The research method was descriptive-comparative. The statistical population included male students of the second year of elementary school in Tehran in the academic year of 2019-2020, of whom 206 were selected as a sample by random cluster sampling. To collect data, two questionnaires were used. The face and content validity of the questionnaires were confirmed by experts and their reliability was obtained using Cronbach's alpha of 0.80 and 0.98, respectively. There was a significant difference in the level of emotional investment in the body and social adjustment between the mean scores of athlete- and non-athlete students. In addition, the average score of social adjustment in students who practiced group sports was higher than students who practiced individual sport. The results of this study emphasized the need to use group sports activities for the development of students in terms of family relationships, school relationships, templates, skills, social relationships and attention to the important role of sports in students' perception and feeling, comfort, care and protection of their body.



EXTENDED ABSTRACT

Introduction

The study of individual and social behaviors in sports and the effect of psychological and emotional factors on movement activities have attracted the attention of sports psychologists. Sports psychologists are constantly searching for new information on how to improve the social status and level of sports activity of people in various sports fields, including team and individual sports. In this regard, social adaptation and emotional investment of the body are among the variables that have become very important today. Social adaptation is a person's compromise with the social environment, which is achieved through adapting oneself to the environment or changing the environment for one's benefit in order to achieve desired goals, socializing and interacting with others and accepting social responsibilities. Body emotional investment also refers to a person's perception of body image, protection, care of the body and the level of comfort in contact. Adolescents who are out of shape might be dealing with negative body image issues. In addition, students who are in good physical condition and have a positive image of their body have higher self-confidence and morale than their peers who have a negative image of their body. On the other hand, the inability to adapt socially will also lead to individual and social problems such as lack of responsibility, weakness in fulfilling individual obligations, lack of motivation and inappropriate mental health conditions in students. In this regard, the findings of Perez et al. (2018) indicate that a significant difference was observed in the evaluation of appearance, satisfaction with body areas, positive feelings and attitudes towards the body, protection of the body, and comfort with physical contact in the two experimental and control groups. In their research, Smith and Hardin (2018) concluded that sports lead to the creation of new social circles in students. According to the above, in the present study, the researchers decided to compare and investigate the state of emotional investment in the body and social adaptation among student athletes and non-athletes. Therefore, the basic question of the current research was: What is the difference between athletic students (group and individual) and non-athletes regarding the amount of emotional investment in the body and social adaptation?

Methodology

The method of the present research was descriptive-causal-comparative. The statistical population included all male students of the second year of elementary school in Tehran who were studying in public elementary schools in Tehran in the academic year of 2018-2019. The sampling method was cluster-random multi-stage. After the research samples were determined, the questionnaires were distributed among the research samples in person. In this research, Orbach and Mikulincer Emotional Investment Questionnaire (1998) and Thorpe et al. (1953) Social Adaptation Questionnaire were used. The form and content validity of the questionnaire was confirmed by 10 professors and the construct validity was confirmed using exploratory and confirmatory factor analysis.

Results and discussion

According to the reported F value (477/96) and the obtained significance level, it can be stated that the observed difference between the groups was significant at the 0.05 level and there was a significant difference between the two groups in the social adjustment variable.

In addition, according to the reported F value (26.35) and the obtained significance level, the observed difference between the groups was significant at the 0.05 level, and there was a significant difference between the two groups in the emotional investment variable.

Conclusion

According to the results of the research, there was a significant difference between student athletes and non-athletic students regarding the amount of emotional investment in the body, but no difference was found between students who were engaged in sports in group and individual disciplines (martial). The obtained result is in line with the results of Perez et al. (2018). In explaining that sports activities can be effective in improving the emotional investment of the body, it can be said that students who engage in high levels of physical activities find greater similarities to beauty standards, which increases satisfaction and perception of their bodies and motivates them to take care of their bodies. Other results of this research showed a significant difference between athletic students and non-athletic students in terms of social adjustment in such a way that students who participated in individual and group sports had higher social adjustment than students who did not play sports. These results are in line with the findings of Smith and Hardin (2018). Based on the results of the current research, regular exercise in group disciplines and individual disciplines was a very important indicator of students' emotional investment. It is recommended that Ministry of Education, physical education managers and sports teachers pay greater attention to the important role of physical activities and sports in the perception, feeling, comfort, care and protection of the student's body. Taking into account that improving adaptation to socialization of students through sports, particularly group sports, is a highly important indicator in their social growth, it is recommended that schools pay attention to this variable and all scales of social adaptation which include social forms, social skills, family relations, school relations, and social relations, and use it for the participation of students in group sports activities, so that the process accelerates the growth of students in the social dimension.



شاپای الکترونیکی: ۲۵۳۸-۴۴۳۰

شاپای چاپی: ۲۳۸۲-۹۷۹۶

مقاله پژوهشی

مقایسه سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار

علی اکبر کبیری^۱، سحر پیرجمادی^{۲*}، امیر انصاری اردلی^۳، حسن قاضی^۴

- ۱- دکتری تخصصی تکنولوژی آموزشی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
- ۲- دکتری تخصصی مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
- ۳- دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران.
- ۴- دکتری تخصصی مدیریت ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

چکیده

اطلاعات مقاله

هدف پژوهش حاضر مقایسه سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار دوره دوم ابتدایی شهر تهران بود. روش پژوهش توصیفی از نوع مقایسه‌ای بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان پسر دوره دوم ابتدایی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بودند که تعداد ۲۰۶ نفر از آنان به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه استفاده شد. روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه‌ها توسط متخصصان تأیید و پایایی آنها با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۹۸ به دست آمد. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که در میزان سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی بین نمرات میانگین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی‌دار وجود داشت ($P \leq 0/05$) و دانش‌آموزان ورزشکار قائل به سرمایه‌گذاری عاطفی بیشتری برای بدن خود نسبت به دانش‌آموزان غیر ورزشکار بودند. همچنین نمره میانگین سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزانی که به ورزش‌های گروهی می‌پرداختند، بالاتر از دانش‌آموزانی بود که در رشته‌های ورزشی انفرادی مشغول به فعالیت بودند. نتایج پژوهش حاضر بر لزوم استفاده از فعالیت‌های ورزشی گروهی در جهت رشد دانش‌آموزان در بعد سازگاری اجتماعی (روابط خانوادگی، مدرسه‌ای، اجتماعی، علائق ضد اجتماعی، قالب‌ها و مهارت‌ها اجتماعی) و توجه به نقش مهم ورزش در سرمایه‌گذاری عاطفی (تصور و احساس، راحتی، مراقبت و محافظت دانش‌آموز از بدن خویش) تأکید دارد.

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۰۸

بازنگری مقاله: ۱۴۰۱/۰۳/۲۷

پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۵/۲۶

کلید واژگان:

تصور از بدن
راحتی
رشد اجتماعی
روابط خانوادگی
ورزش گروهی

*نویسنده مسئول: سحر پیرجمادی

پست الکترونیکی:

pirjamadisahar@yahoo.com



مقدمه

مطالعه رفتارهای فردی و اجتماعی در ورزش و تأثیر عوامل روانی و عاطفی بر فعالیتهای حرکتی از موضوعات مورد توجه روان‌شناسان ورزش است. روان‌شناسان ورزش به‌طور مداوم در پی یافتن اطلاعات جدید در زمینه چگونگی بهبود وضعیت اجتماعی و سطح فعالیت ورزشی افراد در حیطه‌های مختلف ورزشی از جمله ورزش‌های تیمی و انفرادی هستند (نوروزی و محمدی، ۲۰۱۷). در این راستا سازگاری اجتماعی و سرمایه‌گذاری عاطفی بدن از متغیرهایی هستند که امروزه بسیار اهمیت یافته است و پژوهش در این زمینه می‌تواند راهنمایی جهت کمک به رشد فرد در بعد اجتماعی و عاطفی باشد.

سازگاری اجتماعی^۱ عبارت است از: سازش فرد با محیط اجتماعی، که این سازش از طریق وفق دادن خود با محیط یا تغییر دادن محیط به سود خویش برای رسیدن به اهداف موردنظر، معاشرت و تعامل با دیگران و پذیرفتن مسئولیت‌های اجتماعی حاصل می‌شود (ترابی و همکاران، ۲۰۱۵). سازگاری اجتماعی نامناسب، منجر به ضعف در روابط اجتماعی خواهد شد که این امر می‌تواند بر سلامت روان فرد اثرات منفی بگذارد (یانگ و رابینسون، ۲۰۱۸)^۲. مادامی که فرد در برقراری ارتباط مفید با دیگران دچار مشکل باشد، در تنظیم و مدیریت رفتار خود نیز با مشکل مواجه می‌شود (گائو و همکاران، ۲۰۱۹)^۳. از طرفی ویژگی‌های شخصیتی و حساسیت موقعیت‌هایی که شخص با آن در ارتباط است از عوامل تأثیرگذار بر سازگاری اجتماعی فرد در جامعه محسوب می‌شوند، برقراری ارتباط مفید بین فرد و جامعه و هرگونه تلاش از جانب فرد در راستای افزایش تبادل عاطفی مثبت با اجتماع دارای این توان بالقوه است که سلامت روانی و بهزیستی شخص را دستخوش تغییر قرار داده و منجر به بهبود سازگاری اجتماعی فرد گردد (گل‌پرور، ۲۰۱۶). لذا نگرش و احساس فرد به خویش در ارتباطات اجتماعی از اهمیت بالایی برخوردار است (کشاورز افشار و میرزایی، ۲۰۱۸). لذا سرمایه‌گذاری عاطفی بدن و سازگاری اجتماعی به‌منظور همگام شدن یا عدم همراهی فرد با محیط اجتماعی است.

مبانی نظری

سرمایه‌گذاری عاطفی بدن^۴، به برداشت شخص در مورد تصویر بدن، محافظت، مواظبت از بدن و میزان راحتی در تماس معنا می‌شود (مارکو و همکاران، ۲۰۱۸)^۵. از نظر (کش و اسمولاک، ۲۰۱۱)^۶ چهار بعد اساسی که شاکله اصلی سرمایه‌گذاری عاطفی بدن را تشکیل می‌دهند عبارت‌اند از: «محافظت از بدن خود»، «مراقبت و مواظبت کردن از بدن»، «راحتی در لمس کردن بدن توسط افراد دیگر» و «تصور فرد نسبت به بدن خویش» (که شامل احساسات و نگرش‌ها) می‌شود. هنگامی که فرد باور و احساسات منفی درباره فرم بدنی و وزن خود داشته باشد، نارضایتی از تصویر بدنی در وی شکل می‌گیرد (گاتاریو و فریسن، ۲۰۱۹)^۷. نوجوانانی که در سن رشد هستند و از اندام متناسبی برخوردار نیستند، ممکن است درگیر مشکلات مربوط با «تصویر منفی از بدن خود» باشند. همچنین دانش‌آموزانی که از شرایط بدنی مطلوب برخوردار هستند و تصویر مثبتی از بدن خود دارند، دارای اعتماد به نفس و روحیه بالاتری نسبت به دیگر همسالان خود هستند که از بدنشان تصور منفی به‌همراه دارند (قائینی و همکاران، ۲۰۱۶). حمله‌های فیزیکی فرد به بدن خود (از جمله اقدام به خودکشی) در ارتباط نزدیک با برداشت و نگرش فرد نسبت به بدن خویش است، هم جهت با این موضوع آگاهی و تسلط بر روشی که بتواند افراد را -به‌ویژه نوجوانان در سنین رشد- در برابر این‌گونه رفتارهای

¹ Social adjustment

² Yang & Robinson

³ Gao

⁴ Body Image Subscale

⁵ Marco

⁶ Cash & Smolak

⁷ Gattario & Frisén

پرمخاطره ایمن سازد، بسیار ضروری است (امنایی و شاکر دولق، ۲۰۱۸). از طرفی ناتوانی در سازگاری اجتماعی نیز مشکلات انفرادی و اجتماعی از جمله عدم مسئولیت‌پذیری، ضعف در انجام تعهدات انفرادی، کمبود انگیزه و شرایط نامناسب سلامت روانی در دانش‌آموزان به‌همراه خواهد داشت (وردوگو و سانچز-ساندووال، ۲۰۲۲)^۱. در این راستا متخصصان حوزه علوم ورزشی براین باورند که سازگاری اجتماعی و سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن، می‌تواند تحت تأثیر برنامه‌های مداخله‌ای از جمله انجام فعالیت‌های ورزشی قرار گیرد (نوروزی و محمدی، ۲۰۱۷).

هم‌جهت با این موضوع؛ (سام و همکاران، ۲۰۱۷)^۲ بیان می‌کنند که دانش‌آموزان ورزشکار تحت تأثیر عوامل تعیین‌کننده مرتبط در سطوح مختلف از قبیل؛ سطح خرد (مربی، هم‌تیمی، والدین، خواهر و برادر، معلمان تربیت بدنی، سایر معلمان، فارغ‌التحصیلان، سالمندان و همکلاسی‌ها)، سطح میانی (روابط متقابل بین سطح فردی و خرد)، سطح خارجی (دولتی، مالی، سیاست، دانشگاهی، پزشکی و انجمن اولیا و مربیان)، سطح کلان (نگرش‌ها، هنجارها، ارزش‌ها، باورها، منابع و فرهنگ) و سطح زمانی (انتقال) قرار می‌گیرند. یافته‌های (پرز و همکاران، ۲۰۱۸)^۳ حاکی از آن است که در ارزیابی ظاهری، رضایت از نواحی بدن، احساسات و نگرش‌های مثبت نسبت به بدن، محافظت از بدن و راحتی با تماس فیزیکی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌داری مشاهده شد. (اسمیت و هاردین، ۲۰۱۹)^۴ در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که ورزش منجر به ایجاد حلقه‌های اجتماعی جدید در دانش‌آموزان می‌گردد. همچنین مطالعه (لاو و استمر، ۲۰۲۲)^۵ نشان داد که دانش‌آموزان ورزشکار سطوح بالاتری از تعهد سازمانی، تعهد عاطفی و هنجاری را دارا می‌باشند. به‌علاوه (دسکر، ۲۰۱۹)^۶ در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که دانش‌آموزان ورزشکار محیط مدرسه ورزشی را فرصت‌هایی برای توسعه بین فردی و درون فردی در حضور یک شبکه قوی از حمایت اجتماعی و ساختارهای برنامه‌ای دانش‌آموز-ورزشکار درک می‌کنند. در بررسی مطالعات اخیر؛ (چارتر و همکاران، ۲۰۲۱)^۷ به این نتیجه دست یافتند که جو مثبت ایجاد شده توسط مربیان و خواسته‌های طبیعی ورزش‌های دانشگاهی، جنبه‌های اساسی هستند که منجر به توسعه و انتقال مهارت‌های اجتماعی می‌گردند. علاوه بر این (زانکو و همکاران، ۲۰۲۲)^۸ در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که مقایسه تصویر بدن و ارزیابی تناسب اندام جهت‌گیری قابل توجهی را در ورزشکاران در مقایسه با گروه کنترل دارد. همچنین عملکرد متمرکز بر بدن مزایای عاطفی داشته و سرمایه‌گذاری و رضایت بیشتری از تصویر بدن را به‌همراه دارد.

در مطالعات داخلی مهم‌ترین و مرتبط‌ترین تحقیقات نیز شامل موارد زیر است: (کوثری و همکاران، ۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که سازگاری اجتماعی ورزشکاران رشته‌های گروهی از انفرادی بیشتر است. (نوروزی و محمدی، ۲۰۱۷) نیز در پژوهش خود تصویر بدنی افرادی که در رشته‌های تیمی فعالیت می‌نمایند را نسبت به افرادی که در رشته‌های انفرادی فعالیت می‌کنند بالاتر ارزیابی کرده‌اند. همچنین (امنایی و شاکر دولق، ۲۰۱۸) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که از بین مؤلفه‌های سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن، در زیر متغیر تصور و احساس در مورد بدن و از بین مؤلفه‌های حمایت‌های فردی در زیر مؤلفه توانش اجتماعی در بین گروه‌ها تفاوت معناداری وجود داشت.

¹ Verdugo & Sánchez-Sandoval

² Sum

³ Pérez

⁴ Smith & Hardin

⁵ Love & Stemer

⁶ Decker

⁷ Chartier

⁸ Zancu

بررسی پیشینه‌ها نشان می‌دهد که در حوزه ورزش به‌ویژه در حوزه سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن تاکنون پژوهشی با این عنوان در سطح کشور و با بررسی دانش‌آموزان در سنین حساس به انجام نرسیده است و اندک پژوهش‌های انجام شده در زمینه سازگاری اجتماعی ورزشکاران صورت گرفته است. این خلأ در مطالعات خارجی در حوزه ورزش نیز مشهود است. در نتیجه، به‌نظر می‌رسد در این حوزه، یک خلأ پژوهشی وجود دارد و انجام پژوهش در راستای بررسی سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان نوجوان ورزشکار و غیر ورزشکار از اهمیت بالایی برخوردار است. لذا از یک سو، مشکلات مربوط به ناسازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان و احتمال اندک بهبود خود به خودی آن که موجب تضعیف این گروه از افراد می‌گردد (گارسیا-پیرالس و آلمیدا، ۲۰۱۹)^۱ و توجه به این که بخشی از دلایل آسیب رساندن فرد به بدن خویش و اقدام به خودزنی و رفتار مخاطره‌آمیز محصول نگرش منفی فرد نسبت به بدن خویش است از سوی دیگر، نشان‌دهنده ضرورت و اهمیت بررسی این موضوع مهم و تأکید بر استفاده از روش‌ها و راهکارهای حل این مشکلات در دانش‌آموزان است. با توجه به این که ورزش بر متغیرهایی از قبیل سلامت جسمانی، سلامت روانی و مهارت‌های اجتماعی اثر مثبت داشته است (گیل-مادرونا و همکاران، ۲۰۱۹؛ هیرمات، ۲۰۱۹؛ جیمینز-پاون و همکاران، ۲۰۲۰)^۲، به‌نظر می‌رسد که از ورزش می‌توان به‌عنوان یک عامل مهم در رشد سرمایه‌گذاری عاطفی بدن و بهبود سازگاری اجتماعی بهره برد. انسان با پرداخت به فعالیت‌های ورزشی و توجه به سلامت جسمانی خویش می‌تواند با کیفیت بهتر به امر یادگیری بپردازد (ها و همکاران، ۲۰۲۰)^۳. انجام فعالیت‌های منظم ورزشی توسط دانش‌آموزان موجب کارکردهای متعدد جسمانی از قبیل: جلوگیری از چاقی، پوکی استخوان، تنظیم فشارخون، آمادگی قلبی عروقی و توجه و مراقبت از بدن و کارکردهای روانی - اجتماعی از جمله: کاهش استرس، اضطراب و بهبود وضع خلق، عزت‌نفس، همدلی، مسئولیت‌پذیری، سلامت روانی، تسریع فرآیند اجتماعی شدن و ارتقاء مهارت‌های اجتماعی می‌شود (کلی و همکاران، ۲۰۲۰)^۴.

از طرفی با توجه به این که امروزه یکی از مشکلات زندگی ماشینی در دانش‌آموزان وجود ناسازگاری‌های مختلف اجتماعی به‌ویژه در پسران نوجوان و در سنین حساس است، بنابراین باید علل ایجاد کننده چنین رفتارهای منفی در انسان را پیدا نمود و از طریق آگاهی از علل مشکلات راه‌های برطرف کردن آنها را ارائه نمود. در ورزش نظریه‌ای تحت عنوان پاکسازی یا تخلیه عواطف وجود دارد. این نظریه بر این باور است که انسان مجموعه‌ای از خواست‌ها، امیال و ویژگی‌های شخصیتی از قبیل ناسازگاری است و فعالیت بدنی این امکان را می‌دهد تا تمامی این خواست‌ها و امیال را به‌صورتی بی‌ضرر از خود دور کرده یا تکامل ببخشد. لذا با توجه به اهمیت سرمایه‌گذاری عاطفی بدن توسط دانش‌آموزان به‌عنوان مبنایی برای برقراری ارتباط در بین همسالان خود از یک سو و اهمیت بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان در جهت زیست مسالمت‌آمیز و بدون تنش در محیط اجتماعی از سوی دیگر، پژوهشگران در جست‌وجوی آزمون رویکردها و ابزارهایی هستند که با استفاده از آن بتوانند موجب بهبود وضعیت سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و همچنین رشد سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان گردند. با توجه به مطالب فوق، در این پژوهش محققان بر آن شدند تا وضعیت سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی در بین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار را مورد مقایسه و بررسی قرار دهند. بنابراین سؤال اساسی پژوهش حاضر این است که بین دانش‌آموزان ورزشکار (گروهی و فردی) و غیر ورزشکار در مورد میزان سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی چه تفاوتی وجود دارد؟

¹ García-Perales & Almeida

² Gil-Madrona; Hiremath; Jiménez-Pavón

³ Ha

⁴ Kelly

روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری شامل تمام دانش‌آموزان پسر دوره دوم ابتدایی شهر تهران بودند که در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ در مدارس ابتدایی دولتی شهر تهران مشغول به تحصیل بودند. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای-تصادفی چند مرحله‌ای بود. با توجه به گستردگی مناطق شهر تهران، شهر تهران به پنج منطقه جغرافیایی شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم و از هر منطقه جغرافیایی یک منطقه انتخاب شد. سپس از میان هر یک از مناطق انتخاب شده یک مدرسه انتخاب شد که در نهایت از میان مدارس انتخاب شده نمونه مورد نظر که شامل دانش‌آموزان غیر ورزشکار (۸۲)، ورزشکار گروهی (۹۵) و ورزشکار انفرادی در رشته‌های رزمی (۷۹) بود توسط پژوهشگران انتخاب گردیدند. معیار ورود به این پژوهش برای دانش‌آموزان غیر ورزشکار؛ عدم انجام فعالیت‌های ورزشی به صورت مداوم و برنامه‌ریزی شده بود و برای ورزشکاران گروهی شامل فعالیت مداوم و پیوسته در یک رشته ورزشی گروهی به مدت حداقل ۳ سال و برای ورزشکاران انفرادی شامل شرکت فعالانه و برنامه‌ریزی شده در یک رشته ورزشی انفرادی (رزمی) به مدت حداقل ۳ سال مدنظر قرار گرفته شد. پس از مشخص شدن نمونه‌های پژوهش، پرسش‌نامه‌ها به صورت حضوری در بین نمونه‌های پژوهش توزیع شدند. در نهایت به علت مخدوش بودن بخشی از پرسش‌نامه‌ها تجزیه و تحلیل داده‌ها بر روی ۲۰۶ پرسش‌نامه شامل دانش‌آموزان غیر ورزشکار (۶۹)، ورزشکار گروهی (۷۴) و ورزشکار انفرادی در رشته‌های رزمی (۶۳) انجام پذیرفت.

در این پژوهش از پرسش‌نامه سرمایه‌گذاری عاطفی بدن آور باخ و مایکیو لیسر^۱ (۱۹۹۸) شامل ۲۴ گویه و ۴ بعد (الف: تصور، احساس و نگرش فرد در مورد بدن (اندام) خود ب: راحتی فرد در لمس کردن بدنش توسط دیگران ج: مراقبت از بدن خویش د: محافظت کردن از بدن خویش) با مقیاس پنج ارزشی لیکرت (خیلی کم=۱ تا خیلی زیاد=۵) استفاده شد. همچنین از پرسش‌نامه سازگاری اجتماعی تورپ و همکاران^۲ (۱۹۵۳) شامل ۹۰ گویه و ۶ بعد (قالب‌های اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، علایق ضداجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه‌ای و روابط اجتماعی) استفاده شد. شیوه پاسخ‌گویی به پرسش‌نامه سازگاری اجتماعی به شکل بله و خیر است که برای گزینه بله یک امتیاز و برای گزینه خیر امتیازی تعلق نمی‌گیرد. روایی صوری و محتوایی^۳ پرسش‌نامه توسط ۱۰ تن از استادان مورد تأیید و روایی سازه^۴ با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی^۵ مورد تأیید قرار گرفت. همچنین در این پژوهش به منظور محاسبه پایایی^۶ درونی سؤالات پرسش‌نامه‌های مورد استفاده؛ در یک مطالعه مقدماتی تعداد ۳۰ پرسش‌نامه در بین نمونه‌های پژوهش توزیع و مقدار ضریب پایایی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۷۹ برای تصور از بدن، ۰/۸۱ برای راحتی فرد در لمس بدن، ۰/۸۲ برای مراقبت بدن، ۰/۷۸ برای محافظت از بدن، ۰/۷۶ برای قالب‌های اجتماعی، ۰/۹۱ برای مهارت‌های اجتماعی، ۰/۷۸ برای علایق ضد اجتماعی، ۰/۸۸ برای روابط خانوادگی، ۰/۹۲ برای روابط مدرسه‌ای و ۰/۸۴ برای روابط اجتماعی به دست آمد، که نشان از پایایی قابل قبول پرسش‌نامه‌های مورد استفاده دارد. در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی استفاده گردید. در سطح آمار توصیفی از میانگین، انحراف معیار و در سطح آمار استنباطی از آزمون تحلیل واریانس استفاده گردید.

1. Orbach & Mikulincer
2. Thorpe et al
3. Face and content validity
4. Construct validity
5. Exploratory and confirmatory factor analysis
6. Reliability

یافته‌ها

در این پژوهش ۲۰۶ پرسش‌نامه مورد ارزیابی قرار گرفت که از میان این پاسخ‌دهندگان به پرسش‌نامه ۶۹ نفر (۳۳/۴۹ درصد) غیر ورزشکار، ۷۴ نفر (۳۵/۹۲ درصد) ورزشکار گروهی و ۶۳ نفر (۳۰/۵۸ درصد) ورزشکار انفرادی بودند. همچنین ۶۷ نفر (۳۲/۵۲ درصد) سن ۱۰ سال، ۷۸ نفر (۳۷/۸۶ درصد) سن ۱۱ سال و ۶۱ نفر (۲۹/۶۱ درصد) سن ۱۲ سال داشتند.

جدول ۱. نتایج میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق

مؤلفه‌ها	گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	ماکزیمم	مینیمم
سازگاری اجتماعی	غیر ورزشکار	۶۹	۱۱۷/۳۰	۲۸۲	۱۲۰/۰۰	۱۱۴/۰۰
	ورزشکار گروهی	۷۴	۱۵۹/۰۰	۳۹۴	۱۶۵/۰۰	۱۵۶/۰۰
	ورزشکار فردی	۶۳	۱۳۷/۴۰	۲۰۶	۱۳۹/۰۰	۱۳۵/۰۰
سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن	غیر ورزشکار	۶۹	۶۹/۲۰	۳۷۰	۷۷/۰۰	۶۴/۰۰
	ورزشکار گروهی	۷۴	۸۵/۳۰	۰/۷۳۹	۹۶/۰۰	۷۱/۰۰
	ورزشکار فردی	۶۳	۸۶/۲۰	۵۹۷	۹۴/۰۰	۷۷/۰۰

همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود میانگین و انحراف معیار مربوط به سه گروه غیر ورزشکار، ورزشکار گروهی و ورزشکار انفرادی (رزمی) ارائه گردیده است. میانگین متغیر سازگاری اجتماعی در سه گروه غیر ورزشکار، ورزشکار گروهی و ورزشکار انفرادی به ترتیب ۱۱۷/۳۰، ۱۵۹/۰۰ و ۱۳۷/۴۰ و میانگین متغیر سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن به ترتیب برابر است با ۶۹/۲۰، ۸۵/۳۰، ۸۶/۲۰ به دست آمده است. در ادامه به منظور بررسی تفاوت میانگین‌ها از آزمون تحلیل واریانس استفاده شده است. قبل از استفاده از آزمون تحلیل واریانس مهم‌ترین پیش فرض این آزمون (همگنی واریانس‌ها) مورد بررسی قرار گرفت، نتایج این آزمون در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. آزمون برابری واریانس‌ها

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
سازگاری اجتماعی	۲/۸۵۱	۲	۶۵	۰/۰۷۵
سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن	۲/۸۵۱	۲	۶۵	۰/۰۷۵

با توجه به این که سطح معناداری در دو متغیر پژوهش بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد، نشان‌دهنده برابری واریانس‌ها است و پیش فرض همگنی واریانس‌ها برقرار است.

جدول ۳. آزمون آنوا برای بررسی و مقایسه سازگاری اجتماعی در دو گروه

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
سازگاری اجتماعی	پیش آزمون	۵۷۲۱۴۸/۳	۱	۵۷۲۱۴۸/۳	۶۱۹۸۳/۴۵	۰/۰۰۱
	گروه	۸۹۵۳/۸۰	۲	۴۴۷۶/۹۰	۴۷۷/۹۶	۰/۰۰۱
	خطا	۲۵۲/۹۰	۶۵	۹/۳۶۷		
کل		۵۸۱۳۵۵/۰	۶۸			

با توجه به مقدار F گزارش شده (۴۷۷/۹۶) و سطح معناداری به دست آمده می‌توان گفت، تفاوت مشاهده شده بین گروه‌ها در سطح ۰/۰۵ معنادار است و حداقل در بین دو گروه در متغیر سازگاری اجتماعی تفاوت معناداری وجود دارد (P>۰/۰۵). در ادامه به منظور مشخص شدن این که تفاوت گزارش شده در بین کدام از یک گروه‌ها معنادار است از آزمون تعقیبی LSD استفاده شده است و نتایج آن در جدول زیر گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی LSD برای سازگاری اجتماعی در گروه‌ها

گروه‌ها	تفاوت میانگین‌ها	خطای میانگین	سطح معناداری
غیر ورزشکار	ورزش گروهی	-۴۲/۳۰	۱/۳۶
ورزش انفرادی	ورزش انفرادی	-۲۰/۱۰	۱/۳۶
ورزش گروهی	غیر ورزشکار	-۴۲/۳۰	۱/۳۶
ورزش انفرادی	ورزشکار انفرادی	-۲۲/۲۰	۱/۳۶
ورزش انفرادی	غیر ورزشکار	۲۰/۱۰	۱/۳۶
ورزشکار گروهی	ورزشکار گروهی	-۲۲/۲۰	۱/۳۶

با توجه تفاوت میانگین گزارش شده و سطح معناداری به دست آمده (۰/۰۰۱)، بین سه گروه ورزشکار انفرادی و ورزشکار گروهی و غیر ورزشکار تفاوت معناداری در متغیر سازگاری اجتماعی وجود دارد.

جدول ۵. آزمون آنوا برای بررسی و مقایسه سرمایه‌گذاری عاطفی در دو گروه

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
سرمایه‌گذاری عاطفی	پیش آزمون	۱۹۳۱۲/۱۶	۱	۱۹۳۲۱/۶	۵۵۶۳/۰۹	۰/۰۰۱
	گروه	۱۸۳۰/۰۶	۲	۹۱۵/۹۳	۲۶/۳۵	۰/۰۰۱
	خطا	۹۳۷/۳۰	۶۵	۳۴/۷۱		
	کل	۱۹۵۸۸۹/۰	۶۸			

با توجه به مقدار F گزارش شده (۲۶/۳۵) و سطح معناداری به دست آمده می‌توان گفت تفاوت مشاهده شده بین گروه‌ها در سطح ۰/۰۵ معنادار است و حداقل در بین دو گروه در متغیر سرمایه‌گذاری عاطفی تفاوت معناداری وجود دارد (P>۰/۰۵). در ادامه به منظور مشخص شدن این مورد که تفاوت گزارش شده در بین کدام از یک گروه‌ها معنادار است از آزمون تعقیبی LSD استفاده شده است و نتایج آن در جدول زیر گزارش شده است.

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی LSD برای سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن در گروه‌ها

گروه‌ها	تفاوت میانگین‌ها	خطای میانگین	سطح معناداری
غیر ورزشکار	ورزش گروهی	۱۶/۱۰	۲/۶۳
ورزش انفرادی	ورزش انفرادی	۱۷/۰۰	۲/۶۳
ورزش گروهی	غیر ورزشکار	۱۶/۱۰	۲/۶۳
ورزش انفرادی	ورزشکار انفرادی	-۰/۹۰	۲/۶۳
ورزش انفرادی	غیر ورزشکار	۱۷/۰۰	۲/۶۳
ورزشکار گروهی	ورزشکار گروهی	۰/۹۰	۲/۶۳

با توجه با تفاوت میانگین گزارش شده در جدول بالا و سطح معناداری (۰/۷۳۵) به دست آمده در بین ورزشکاران انفرادی و ورزشکاران گروهی تفاوت معناداری به دست نیامده است ($P > 0/05$). با این وجود بین گروه غیرورزشکار و گروه ورزشکار گروهی تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین بین گروه غیرورزشکار و گروه ورزشکار فردی تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0/05$).

نتایج و بحث

هدف پژوهش حاضر مقایسه سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن و سازگاری اجتماعی در میان دانش‌آموزان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار در دوره دوم ابتدایی شهر تهران بود. براساس نتایج پژوهش بین دانش‌آموزان ورزشکار و دانش‌آموزان غیر ورزشکار در مورد میزان سرمایه‌گذاری عاطفی در بدن، تفاوت معنی‌دار وجود داشت، اما اختلاف میان دانش‌آموزانی که در رشته‌های گروهی و انفرادی (رزمی) مشغول به ورزش بودند یافت نشد. نتیجه به دست آمده با نتایج (پرز و همکاران، ۲۰۱۸)، (امنایی و شاکر دولقی، ۲۰۱۸)، (لاو و استمر، ۲۰۲۲) و (زانکو و همکاران، ۲۰۲۲) همسو و با نتایج (نوروزی و محمدی، ۲۰۱۷) ناهمسو است. یافته‌های (پرز و همکاران، ۲۰۱۸) حاکی از آن است که در ارزیابی ظاهری، رضایت از نواحی بدن، احساسات و نگرش‌های مثبت نسبت به بدن، محافظت از بدن و راحتی با تماس فیزیکی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌داری مشاهده شد. همچنین مطالعه (لاو و استمر، ۲۰۲۲) نشان داد که دانش‌آموزان ورزشکار سطوح بالاتری از تعهد سازمانی، تعهد عاطفی و هنجاری را دارا می‌باشند. علاوه بر این (زانکو و همکاران، ۲۰۲۲) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که مقایسه تصویر بدن و ارزیابی تناسب اندام جهت‌گیری قابل توجهی را در ورزشکاران در مقایسه با گروه کنترل دارد. دلایل تفاوت نتایج پژوهش حاضر با پژوهش (نوروزی و محمدی، ۲۰۱۷) را می‌توان به تفاوت رشته‌های ورزشی انفرادی نسبت داد، به‌نحوی که در تحقیقاتی که رشته‌های ورزشی انفرادی مانند پرورش اندام، زیبایی‌اندام و رشته‌هایی از این قبیل در برابر رشته‌های گروهی مورد مقایسه قرار گرفته بودند، نتیجه نشان از بالا بودن تصویر بدنی ورزشکاران انفرادی در برابر ورزش‌های گروهی داشت اما هنگامی که رشته‌های ورزشی انفرادی از جمله گلف، شطرنج، بیلارد و از این قبیل ورزش‌های انفرادی با ورزش‌های گروهی مقایسه شدند، میزان تصور فرد ورزشکار از بدن خویش در ورزش‌های تیمی بالاتر ارزیابی شده است (پلوهار و همکاران، ۲۰۱۹)^۱. در تبیین این‌که فعالیت‌های ورزشی می‌تواند بر بهبود سرمایه‌گذاری عاطفی بدن مؤثر باشد می‌توان گفت دانش‌آموزانی که به سطوح بالای فعالیت‌های جسمانی می‌پردازند به استانداردهای زیبایی شباهت بیشتری پیدا می‌کنند که این امر سبب افزایش رضایت و تصور از بدنشان می‌گردد و به آنها انگیزه می‌دهد که از بدن خود مراقبت و محافظت بیشتری نمایند. علاوه بر این ورزش احساس شمع و غروری به دانش‌آموزان می‌دهد که چیزی فراتر از ظاهر بدنی و اندام فیزیکی آنها است و به آنان کمک می‌کند که تصور بهتری نسبت به بدن خود داشته و حفاظت و مراقبت بیشتری از بدن خود نمایند (پاناتو و کاراسا، ۲۰۲۰)^۲. لذا انجام فعالیت‌های ورزشی مناسب با بهبود ادراک‌های مثبت تصویر بدنی دانش‌آموز از خودش در ارتباط بوده و پرداختن به ورزش منظم در رشته‌های گروهی و رشته‌های انفرادی راهبردی پیشنهادی برای کاهش آسیب‌های تصویر بدنی در بین دانش‌آموزانی است که تصورشان از بدن خود مثبت نیست.

نتایج دیگر این پژوهش نشان داد که بین دانش‌آموزان ورزشکار و دانش‌آموزان غیر ورزشکار از نظر سازگاری اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود دارد، به‌نحوی که دانش‌آموزانی که به ورزش‌های انفرادی و گروهی می‌پرداختند نسبت به دانش‌آموزانی که فعالیت ورزشی نداشتند از سازگاری اجتماعی بالاتری برخوردار بودند. این نتایج با یافته‌های پژوهش (سام و همکاران، ۲۰۱۷)، (اسمیت و هاردین، ۲۰۱۹)، (دسکر، ۲۰۱۹)، (چارتو و همکاران، ۲۰۲۱) همسو است. (سام و

¹ Pluhar

² Panão & Carraça

همکاران، ۲۰۱۷) بیان می‌کنند که دانش‌آموزان ورزشکار تحت تأثیر عوامل تعیین‌کننده مرتبط در سطوح مختلف از قبیل؛ سطح خرد (مربی، هم‌تیمی، والدین، خواهر و برادر، معلمان تربیت بدنی، سایر معلمان، فارغ‌التحصیلان، سالمندان و همکلاسی‌ها)، سطح میانی (روابط متقابل بین سطح فردی و خرد)، سطح خارجی (دولتی، مالی، سیاست، دانشگاهی، پزشکی و انجمن اولیا و مربیان)، سطح کلان (نگرش‌ها، هنجارها، ارزش‌ها، باورها، منابع و فرهنگ) و سطح زمانی (انتقال) قرار می‌گیرند. (اسمیت و هاردین، ۲۰۱۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که ورزش منجر به ایجاد حلقه‌های اجتماعی جدید در دانش‌آموزان می‌گردد.

از نتایج دیگر این پژوهش می‌توان به این مهم اشاره کرد که بین دانش‌آموزان غیر ورزشکار، ورزشکار گروهی و انفرادی از نظر میزان سازگاری اجتماعی تفاوت معنی‌دار وجود داشت. این یافته با پژوهش (کوثری و همکاران، ۲۰۱۴) همسو است. (کوثری و همکاران، ۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که سازگاری اجتماعی ورزشکاران رشته‌های گروهی از انفرادی بیشتر است. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت دانش‌آموزانی که در رشته‌های گروهی به ورزش می‌پردازند اضطراب و پرخاشگری کمتری نسبت به دانش‌آموزانی دارند که در رشته‌های انفرادی مشغول به فعالیت هستند، این امر ممکن است به دلیل تقسیم مسئولیت در بین افراد در رشته‌های ورزشی گروهی باشد و گروه به‌عنوان یک کل مورد ارزیابی قرار گیرد و این مهم عاملی برای آرامش روانی فردی در گروه خواهد شد که موجب کاهش رفتارهای پرخاشگرانه در جریان بازی می‌گردد. علاوه بر این عضویت و شرکت در رشته‌های ورزشی، برای دانش‌آموزان فرصتی را فراهم می‌سازد تا آنان بتوانند در محیط‌های ورزشی با دیگر افراد از جمله: هم‌تیمی‌ها، مربی، رقیب، داور و هواداران ارتباط برقرار نمایند. همچنین وقتی فرد وارد یک گروه ورزشی می‌شود در کنار برقراری ارتباط با دیگر افراد آن مجموعه، ملزم به رعایت یکسری قوانین و هنجارهای مختص به آن رشته ورزشی است که به عضویت آن درآمده است. علاوه بر این انجام فعالیت‌های ورزشی و شرکت در تمرینات دشوار و مسابقات در سطح بالا و به‌دنبال آن کسب تجربه‌های توأم با ناکامی و موفقیت در محیط‌های ورزشی تجارب بسیار با ارزشی به فرد می‌دهد که موجب می‌گردد یک فرد ورزشکار نسبت به فرد غیر ورزشکار در برخورد با مسائل و موقعیت‌های دشوار از سازگاری اجتماعی بیشتری برخوردار باشد. لازم به ذکر است که ورزشکارانی که در رشته‌های گروهی فعالیت می‌کنند به دلیل شرکت در طراحی و برنامه‌ریزی برای کار گروهی، تقسیم کار بین اعضا گروه، انجام وظایف فردی در قالب و متناسب با فعالیت‌های دیگر هم‌تیمی‌ها، حمایت، تشویق و کمک به دیگر هم‌تیمی‌ها در شرایط دشوار مسابقه، پذیرش مسئولیت نتایج مسابقات در شکست‌ها و پیروزی‌ها در کنار دیگر افراد گروه، تعامل بیشتری با کل مجموعه دارند و این مهم موجب می‌گردد آنان در مقایسه با افرادی که در ورزش‌های انفرادی شرکت دارند از سازگاری اجتماعی بالاتری برخوردار باشند.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر که انجام ورزش منظم در رشته‌های گروهی و رشته‌های انفرادی شاخص بسیار مهمی بر سرمایه‌گذاری عاطفی دانش‌آموزان بود؛ به وزارت آموزش و پرورش، مدیران تربیت بدنی و آموزگاران و معلمان ورزش پیشنهاد می‌شود که به نقش مهم فعالیت‌های بدنی و ورزش در تصور، احساس، راحتی، مراقبت و محافظت دانش‌آموز از بدن خویش توجه بیشتری نمایند و همچنین با عنایت به آن که بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان از طریق ورزش به‌ویژه ورزش‌های گروهی، شاخص بسیار مهمی در رشد اجتماعی آنان است؛ پیشنهاد می‌گردد در مدارس این متغیر و تمام مقیاس‌های سازگاری اجتماعی را که شامل: قالب‌های اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه‌ای و روابط اجتماعی است مورد توجه قرار دهند و از آن در جهت شرکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی گروهی استفاده نمایند تا فرآیند رشد دانش‌آموزان در بعد اجتماعی را تسریع بخشند.

در نهایت بر اساس محدودیت‌های پژوهش از قبیل جامعه آماری محدود به شهر تهران، مدنظر قرار نگرفتن تحصیلات والدین، مسائل خانوادگی، منطقه سکونت، طبقه اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و مشکلات روانی دانش‌آموزان، به سایر پژوهشگران در این زمینه پیشنهاد می‌شود که به بررسی سایر متغیرهایی مانند شهر، استان، موقعیت جغرافیایی و... موانع

آموزشی، فرهنگی، اجتماعی و نگرشی در شهرهای مختلف کشور و مقایسه آنها با یکدیگر و مطالعه تطبیقی در کشورهای پیشرو پردازند.

تشکر و قدردانی

از کلیه مدیران، معلمان و کارکنان مدارس ابتدایی شهر تهران جهت همکاری برای انجام این پژوهش تشکر و قدردانی می‌کنیم. بی‌شک بدون همکاری ایشان انجام این پژوهش میسر نبود.

References

- Amanabi, P., & Shakir Dolg, A. (2018). Comparison Emotional Investment in Body, Individual Protective Factors Index and Children's Coping Behavior with Blind and Deaf Children Cope Problems in the City of Tabriz. *Psychology of Exceptional Individuals*, 8(29), 147-178. <https://doi.org/10.22054/jpe.2018.25425.1706>
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2 ed.). Guilford press. <https://www.amazon.com/Body-Image-Second-Handbook-Prevention-ebook/dp/B005KL9GHW>
- Chartier, M.-C., Falcão, W. R., & Trottier, C. (2021). Student-Athletes' Development of Life Skills in a University Sport Setting. *International Journal of Coaching Science*, 15(2), 3-30. https://www.researchgate.net/publication/354577934_Student-Athletes%27_Development_of_Life_Skills_in_a_University_Sport_Setting
- Decker, M. (2019). *Student-athletes' perceptions of the sport school experience while participating in Canadian hockey schools* [Master, University of Manitoba]. Manitoba, Canada. <https://mspace.lib.umanitoba.ca/items/7c0cccbb-688d-4f5e-ab0b-0ede206c99be>
- Gao, F., Yao, Y., Yao, C., Xiong, Y., Ma, H., & Liu, H. (2019). The mediating role of resilience and self-esteem between negative life events and positive social adjustment among left-behind adolescents in China: A cross-sectional study. *BioMed Central Psychiatry*, 19(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2219-z>
- García-Perales, R., & Almeida, L.-S. (2019). An enrichment program for students with high intellectual ability: Positive effects on school adaptation. *Comunicar* 27(60), 39-48. <https://doi.org/10.3916/C60-2019-04>
- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From negative to positive body image: Men's and women's journeys from early adolescence to emerging adulthood. *Body Image*, 28, 53-65. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.002>
- Ghaeni, A., Moosavi, E., Mirzaei, R., & Setoodezadeh, S. (2016). The Relationship between Body Dysmorphic Disorder and Symptoms of Depression, Obsessive-Compulsive Disorder, and Social Phobia in Cosmetic Surgery Patients in Tehran. *Sadra Medical Journal*, 4(2), 137-148. https://smsj.sums.ac.ir/article_44088.html?lang=en
- Gil-Madrona, P., Gutiérrez-Marín, E. C., Cupani, M., Samalot-Rivera, A., Díaz-Suárez, A., & López-Sánchez, G. F. (2019). The Effects of an Appropriate Behavior Program on Elementary School Children Social Skills Development in Physical Education. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01998>
- Golparvar, M. (2016). *Applied Measurement in Organizational Psychology-Volume 1*. Jungle Publications. https://www.researchgate.net/publication/319086617_Applied_Measurement_in_Organizational_Psychology-Volume_1
- Ha, A. S., Lonsdale, C., Lubans, D. R., & Ng, J. Y. Y. (2020). Increasing Students' Activity in Physical Education: Results of the Self-determined Exercise and Learning For FITNESS

- Trial. *Medicine and science in sports and exercise*, 52(3), 696-704. <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002172>
- Hiremath, C. (2019). Impact of sports on mental health. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education* 4(1), 14-18. <https://www.journalofsports.com/archives/2019/vol4/issue1S/SP-4-1-4>
- Jiménez-Pavón, D., Carbonell-Baeza, A., & Lavie, C. J. (2020). Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. *Progress in cardiovascular diseases*, 63(3), 386-388. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.03.009>
- Kelly, R. S., Kelly, M. P., & Kelly, P. (2020). Metabolomics, physical activity, exercise and health: A review of the current evidence. *Biochimica et Biophysica Acta (BBA) - Molecular Basis of Disease*, 1866(12), 165936. <https://doi.org/10.1016/j.bbadis.2020.165936>
- Keshavarz Afshar, H., & Mirzaee, J. (2018). Role of Social Adjustment, Emotional Intelligence and Motivational Strategies in Academic Anxiety among Students. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 9(34), 211-238. <https://doi.org/10.22054/qccpc.2018.31279.1804>
- Kowsari, A. R., Jalili, M. R., & Yar Ahmadi, J. (2014, December 14). *Comparison of emotional intelligence and social adjustment of individual and group athletes*. First National Conference on Educational Sciences and Psychology, Marvdasht, Iran. <https://civilica.com/doc/339130/>
- Love, K. G., & Stemer, A. P. (2022). Commitment to the University as Defined by the Allen and Meyer Model: Student-Athlete Versus Nonstudent-Athlete Differences. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 23(4), 799-814. <https://doi.org/10.1177/1521025119879885>
- Marco, J. H., Cañabate, M., García-Alandete, J., Llorca, G., Real-López, M., Beltrán, M., & Pérez, S. (2018). Body image and nonsuicidal self-injury: Validation of the Body Investment Scale in participants with eating disorders. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(1), 173-180. <https://doi.org/10.1002/cpp.2142>
- Norouzi, H., & Mohammadi, S. (2017). The comparison of Personality Feature, Physical Image and Amount of Anxiety among Athletes of Team and Individual Sports. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 16(35), 211-224. https://fasname.msy.gov.ir/article_198.html?lang=en
- Panão, I., & Carraça, E. V. (2020). Effects of exercise motivations on body image and eating habits/behaviours: A systematic review. *Nutrition & Dietetics*, 77(1), 41-59. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12575>
- Pérez, S., Marco, J. H., & Cañabate, M. (2018). Non-suicidal self-injury in patients with eating disorders: prevalence, forms, functions, and body image correlates. *Comprehensive Psychiatry*, 84, 32-38. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.04.003>
- Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan III, W. P. (2019). Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. *Journal of sports science & medicine*, 18(3), 490-496. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6683619/>
- Smith, A. B., & Hardin, R. (2019). Female Student-Athletes' Transition out of Collegiate Competition. *Journal of Amateur Sport*, 4(2), 61-86. <https://doi.org/10.17161/jas.v4i2.6725>
- Sum, R. K. W., Tsai, H-H., Ching Ha, A. S., Cheng, C-f., Wang, F-j., & Li, M. (2017). Social-Ecological Determinants of Elite Student Athletes' Dual Career Development in Hong Kong and Taiwan. *SAGE Open*, 7(2), 1-12. <https://doi.org/10.1177/2158244017707798>

- Torabi, F., Mandomi, S., & Geramizadeh Shirazi, N. (2015). Comparison of Social Adjustment of Fathers with Intellectually Disabled Children and Fathers with Normal Children. *Journal of Exceptional Education*, 6(134), 22-29. <http://exceptionaleducation.ir/article-1-443-en.html>
- Verdugo, L., & Sánchez-Sandoval, Y. (2022). Psychological and Social Adjustment as Antecedents of High School Students' Future Expectations. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 32(1), 39-53. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.1>
- Yang, C-C., & Robinson, A. (2018). Not necessarily detrimental: Two social comparison orientations and their associations with social media use and college social adjustment. *Computers in Human Behavior*, 84, 49-57. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.020>
- Zancu, S. A., Dafinoiu, I., & Enea, V. (2022). Alexithymia, body image and disordered eating in fashion models and student athletes. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27(2), 709-716. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01207-3>