

عنوان: تبیین تاب آوری در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار مقطع متوسطه شهرستان کازرون

نویسندگان: 1-مرتضی باباییدهکردی 2- زهرا کبیری

1 و 2- دانشجویان دکتری دانشگاه ازاد اسلامی واحد بروجرد

آدرس ایمیل: morteza_dehkordi@yahoo.com

چکیده:

هدف از پژوهش مطالعه تاب آوری دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار مقطع متوسطه شهرستان کازرون می باشد. با استفاده از جدول حجم نمونه کوهن اطلاعات مربوط به ۳۳۵ دختر (۶۵ نفر ورزشکار و ۲۷۰ نفر غیر ورزشکار) و ۳۳۱ پسر (۱۱۱ نفر ورزشکار و ۲۲۰ نفر غیر ورزشکار) جمع آوری شد. ابزار اندازه گیری پرسشنامه مقیاس تاب آوری کونور- دیویدسون (CD-RISG) بود که شامل ۲۵ سؤال می باشد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS18 و آزمون ناپارامتریک یومن ویتنی استفاده شد. بر اساس یافته های این تحقیق ورزشکاران نسبت به غیر ورزشکاران با تفاوت معنی داری از تاب آوری بهتری برخوردار می باشند. بنابراین طبق نتیجه تحقیق حاضر لازم است جهت بهبود تاب آوری افراد، آنها را به شرکت در فعالیت های ورزشی و بدنی تشویق کرد.

واژه های کلیدی :

تاب آوری ، تربیت بدنی ، آموزش و پرورش

مقدمه

تاب آوری یکی از سازه های روانشناسی مثبت نگر است که جایگاه ویژه ای مخصوصاً در حوزه های روانشناسی تحولی، روانشناسی خانواده و بهداشت روانی را به خود اختصاص داده است (کمپل- سیلس، کوهان و استین، ۲۰۰۶). تاب آوری یک ساختار دو بعدی دارد که یکی مربوط به قرار گرفتن در معرض سختی و دیگری سازگاری مثبت با نتایج آن سختی است (لوتار، سیجی و بکر، ۲۰۰۰). در طی دو دهه گذشته توجه روز افزونی به مفهوم تاب آوری شده است. تاب آوری را فرآیند مقابله و سازگاری موفقیت آمیز با شرایط چالش برانگیز و تهدید کننده زندگی (والر، ۲۰۰۱) یا نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت هیجانی ، عاطفی و شناختی (ماستن، ۲۰۰۱؛ به نقل از سامانی و همکاران، ۱۳۸۶) می دانند. البته، تاب آوری تنها پایداری در برابر آسیب یا شرایط تهدید کننده نیست و در مواجهه با شرایط خطرناک حالتی انفعالی ندارد، بلکه شرکت فعال و سازنده فرد در محیط پیرامون خود است و شامل توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی _ روانی هنگام مواجهه با شرایط خطرناک است (کونور و دیویدسون، ۲۰۰۳؛ به نقل از صفاری نیا و بازیاری میمند، ۱۳۹۱). در زمینه ویژگی های افراد تاب آور (ماستن ، بست، و گارمزی، ۱۹۹۰) به سه ویژگی بارز در افراد تاب آور اشاره داشته اند، این خصایص عبارتند از : توانایی رشد و پیشرفت با وجود شرایط ناگوار و پرخطر و بروز پیامدهای مثبت پس از تجربه کردن آنها؛ قابلیت همیشگی در عملکرد تحت فشار روحی و تنش ؛ و توانایی بازگشت پس از ضربه روحی ناشی از تجربه موقعیت های ناگوار در زندگی (جلیلی و حسینیچاری، ۱۳۸۹). بیشتر تحقیقات نشان می دهد که تاب آوری نتیجه تعاملات افراد با محیط اطرافشان است و فرآیندی است که بهزیستی را ارتقاء می دهد یا از آن ها در مقابل تأثیر قاطع عوامل خطر محافظت می کند (زاترا، هال و موری، ۲۰۱۰). این فرآیند می تواند استراتژیهای کنار آمدن فردی باشد یا کمک به داشتن خانواده، مدرسه، جامعه و سیاستهای اجتماعی خوب که احتمال وقوع تاب آوری را بالا می برد به همراه داشته باشد (لیدبیتر، دودجین، سولارز، ۲۰۰۵). عوامل چندگانه ای برای تغییر (تعدیل) اثرات منفی شرایط سخت زندگی یافت شده است. بعضی مطالعات نشان داده اند که فاکتورهای اولیه با مراقبت و حمایت، ایجاد عشق و اعتماد و تشویق در داخل و خارج خانواده ارتباط دارد (ورنر، ۱۹۹۵). پژوهش ها نشان می دهد که خصوصیات فردی، خانوادگی، اجتماعی می تواند در تاب آوری کودکان تأثیر به سزایی داشته

باشد که به این خصوصیات عوامل محافظتی گویند. عوامل فردی محافظتی شامل مهارت های حل مسئله، آینده جویی، خودگردانی، اعتماد به نفس و شایستگی و توانمندی اجتماعی فرد است و عوامل محیطی محافظتی نیز شامل فرزند پروری مقتدرانه، پیوندهای مهربانانه، ویژگی های مثبت والدین و خانواده، ایجاد فرصت هایی برای مشارکت (درون خانوادگی)، ارتباط با بزرگسالان حمایت گر و شایسته در خارج از خانواده، ارتباط مثبت با همسالان، مدارس مؤثر، پیوند با سازمان های اجتماعی از قبیل مدارس، گروه ها، اردوها، کانون ها و... (مدی و خوشابا، ۲۰۰۵؛ به نقل از صفاری نیا و بازیاری میمند، ۱۳۹۱).

ورزشکار بودن و انجام فعالیت حرفه ای ورزشی، ویژگی ای است که به کمک آن می توان افراد را حتی از نظر شخصیتی، متمایز ساخت. باید به این موضوع نیز توجه داشت که در جوامع مختلف، امروزه از ورزش به عنوان یکی از روشهای درمانی در بهبود مبتلایان به اختلالهای روانی استفاده می شود. شرکت در فعالیتهای ورزشی، افراد را از نظر فضایی و مکانی به هم نزدیک می کند و راه ها و فرصت های بسیاری را برای توانمند شدن در اجتماع فراهم می آورد. در چشم اندازی کلی، یک جریان و نگرش آموزشی در ابعاد فرهنگی و اجتماعی برای فرد ایجاد می کند. ورزش در سلامت و آمادگی جسمانی، تعادل و ثبات هیجانی، داشتن تصویر بدنی مثبت از خویش، رشد اجتماعی و تحول شخصیت، نقشی بسزا دارد. با توجه به اهمیت این نقش، پژوهش حاضر از آنجا که انجام فعالیتهای ورزشی، به افزایش سلامت عمومی (جسمی و روانی) می انجامد. همچنین، به دلیل اینکه عاملی چون تاب آوری در رفتارهای هدفمند که مستلزم تلاش های سخت هستند اهمیت زیادی دارد، این امکان نیز وجود دارد که انجام فعالیت های ورزشی به تاب آوری نیز کمک کند (جلیلی و حسینیچاری، ۱۳۸۹). مطالعات مختلفی رابطه تاب آوری (جیمو و مارتین، ۲۰۰۸؛ بشارت، صالحی، محمدی، نادعلی و زبردست، ۱۳۸۷؛ جلیلی و حسینیچاری، ۱۳۸۹؛ خدابخشی کولایی، همتی منش و ملکی تبار، ۱۳۸۹؛ رفاقت، قاسم پور، رفاقت، ۱۳۹۰؛ صفی پوریان، ۱۳۹۱) و مجموعه سرسختی روانی (گالی و ویلی، ۲۰۰۸؛ شرد، ۲۰۰۹؛ گاسیاردی و جونز، ۲۰۱۲) را با ورزش به صورت مثبت معنادار گزارش نموده اند. از آنجا که بعضی از کارکردهای این دو متغیر (تاب آوری و ورزش) از جمله ارتقاء اعتمادبنفس و خودکار آمدی و تعادل هیجانی و خودپنداره مثبت و... در هر دو متغیر یکسان می باشد و هر کدام به نحوی برای صفات تأثیر گذار هستند. برآورد محقق این است که متغیر تاب آوری می تواند بر عملکرد ورزشکاران تأثیر گذار باشد و تفاوتی بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران از این جنبه احساس شود. کم بودن مطالعات انجام شده در زمینه تاب آوری در داخل کشور و همچنین نداشتن پیشینه در زمینه تحقق تاب آوری در جهت های خاصی مثل ورزشکاران و همچنین مشخص شدن یکی از ابعاد چند گانه این سازه از دلایل پرداختن به این مبحث در تحقیق حاضر است.

فرضیه تحقیق: بین میانگین نمرات تاب آوری دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.

روش شناسی

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش: این تحقیق از نظر شیوه جمع آوری داده ها از نوع توصیفی - تحلیلی و از نظر هدف کاربردی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه تشکیل می دهند که در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ در شهر کازرون مشغول به تحصیل می باشند. تعداد این دانش آموزان ۶۰۰۰ نفر می باشد. در این پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای استفاده گردید و با استفاده از جدول کوهن نمونه آماری محاسبه گردید. بر اساس همین محاسبه تعداد ۶۶۶ نفر به عنوان نمونه آماری در پژوهش شرکت کردند که ۳۳۵ نفر دختر (۶۵ نفر ورزشکار و ۲۷۰ نفر غیر ورزشکار) و ۳۳۱ نفر پسر (۱۱۱ ورزشکار و ۲۲۰ نفر غیر ورزشکار) می باشند.

ابزار سنجش: مقیاس تاب آوری کونور- دیویدسون (CD - RISC) : این مقیاس شامل ۲۵ سوال است و کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) جهت اندازه گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید با مرور منابع پژوهشی ۱۹۹۱-۱۹۷۹ حوزه تاب آوری تهیه کردند که بر اساس مقیاس لیکرت نمره گذاری می شود. محمدی (۱۳۸۴) در تحقیق خود، برای تعیین روایی مقیاس از روش تحلیل عاملی استفاده کرده است. همچنین به منظور تعیین پایایی این مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده نموده و ضریب پایایی

حاصله را برابر ۰/۸۹ گزارش کرده است. پایائی مقیاس برابر ۰/۹۳ حاصل شد که کاملاً منطبق با پایائی گزارش شده توسط سازندگان مقیاس بود. نتیجه تحلیل عاملی به روش مولفه های اصلی بیانگر وجود یک عامل کلی در مقیاس بود. ملاک استخراج عوامل شیب منحنی اسکری و ارزش ویژه بالاتر از یک بود (صحراگرد، جوکار و سامانی، ۱۳۸۷).

روش اجرا: در این پژوهش با توجه به اهداف مورد نظر، پرسشنامه مناسب انتخاب گردید. سپس با کسب مجوز از حراست آموزش و پرورش کازرون به مدارس و نهایتاً دانش آموزانی که بصورت تصادفی انتخاب شده بودند مراجعه شد. در ابتدا سعی شد ضمن بیان اهمیت اجرای طرح همکاری و اعتماد دانش آموزان جهت پر کردن پرسشنامه جلب شود و اطمینان حاصل کنند که جواب ها به صورت کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند (پرسشنامه ها بصورت بی نام طراحی شده بود). پس از اجرای آزمون در زمان مقرر پرسشنامه ها جمع آوری شد.

نتایج تحقیق

روش های آماری تحلیل داده ها: از آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار و ...) برای توصیف داده های تحقیق استفاده شده است. آزمون کلموگروف_اسمیرنوف جهت بررسی توزیع نرمال داده ها سپس با توجه به نتیجه حاصله که نشان دهنده این است که داده های تحقیق دارای توزیع نرمال نیستند آزمون ناپارامتریک یومن ویتنی انجام گرفت.

همان طور که جدول (۱)، نشان می دهد فراوانی ورزشکاران ۱۷۶ نفر (۶۵ نفر دختر و ۱۱۱ نفر پسر) و فراوانی غیر ورزشکاران ۴۹۰ نفر (۲۷۰ دختر و ۲۲۰ پسر) می باشد. مجموعاً ۶۶۶ نفر دانش آموز در این تحقیق به عنوان نمونه انتخاب شده اند.

جدول (۱) : فراوانی و درصد آزمودنی های ورزشکار و غیر ورزشکار

مجموع	جنسیت		آزمودنی ها	
	پسر	دختر		
۱۷۶	۱۱۱	۶۵	فراوانی	ورزشکار
۱۰۰	۶۳/۱	۳۶/۹	درصد	
۴۹۰	۲۲۰	۲۷۰	فراوانی	غیر ورزشکار
۱۰۰	۴۴/۹	۵۵/۱	درصد	
۶۶۶	۳۳۱	۳۳۵	فراوانی	مجموع
۱۰۰	۴۹/۷	۵۰/۳	درصد	

همان طور که جدول نشان می دهند ۵۰/۳ درصد آزمودنی ها دختر و ۴۹/۷ درصد پسر می باشند. از ورزشکاران ۶۳/۹ درصد دختر و ۳۶/۱ درصد پسر انتخاب شده اند. و در بین غیر ورزشکاران ۵۵/۱ درصد دختر و ۴۴/۹ درصد پسر به عنوان نمونه برگزیده شده اند.

جدول (۲) میانگین نمرات تاب آوری ورزشکاران و غیر ورزشکاران را نشان می دهد. همان طور که جدول نشان می دهد، میانگین نمرات تاب آوری ورزشکاران دختر ۶۸/۵۳ ، پسر ۶۸/۶۸ و غیر ورزشکار دختر ۶۳/۹۲ ، غیر ورزشکار پسر ۶۲/۳۳ و مجموع ورزشکار ۶۸/۶۳ ، غیر ورزشکار ۶۳/۲۰ می باشد.

جدول (۲) : میانگین نمرات تاب آوری ورزشکاران و غیر ورزشکاران

آزمودنی	دختر	پسر	مجموع
ورزشکار	۶۸/۵۳	۶۸/۶۸	۶۸/۶۳
غیر ورزشکار	۶۳/۹۲	۶۲/۳۳	۶۳/۲۰
مجموع	۶۴/۸۸	۶۴/۵۸	۶۴/۷۳

همان طور که جدول (۲) نشان می دهد، با توجه به میانگین های به دست آمده، تاب آوری ورزشکاران بالاتر از غیر ورزشکاران، تاب آوری پسران ورزشکار بالاتر از دختران ورزشکار و دختران غیر ورزشکار بالاتر از پسران غیر ورزشکار می باشد. جهت آزمون فرضیه تحقیق از آزمون ناپارامتریک یومن ویتنی استفاده شده که نتیجه آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول (۳) : آزمون یومن ویتنی جهت بررسی فرضیه تحقیق

آزمودنی	مجموع میانگین رتبه ها	یومن ویتنی Z	سطح معنی داری
ورزشکار	۸۲۶۹/۸۲	-۸/۴۲۶	۰/۰۰۰۱
غیر ورزشکار	۷۶۱۵/۴۷		

همانطور که در جدول (۳) مشاهده می شود با توجه به سطح معنی داری بدست آمده فرضیه صفر فوق رد می شود. یعنی دانش آموزان ورزشکار با تفاوت معنی داری نسبت به دانش آموزان غیر ورزشکار از تاب آوری بالاتری برخوردارند.

بحثو نتیجه گیری

براساس یافته های تحقیق با توجه به مقدار Z به دست آمده $-۸/۴۲۶$ و سطح معنی داری به دست آمده از $۰/۰۰۰۱$ بین میانگین نمرات تاب آوری دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد. یعنی دانش آموزان ورزشکار از تاب آوری بالاتری نسبت به غیر ورزشکاران برخوردارند. یافته های تحقیق نقش فعالیت ورزشی را در تاب آوری آشکار می سازد. تحلیل ها نشان داد که ورزشکاران نسبت به افراد غیرورزشکار تاب آوری بیشتری دارند. این یافته، با نتایج پژوهش بشارت و همکاران (۱۳۸۷) همسوست؛ آنان نشان دادند تاب آوری موجب افزایش موفقیت ورزشی می شود. شایان توجه است که در پژوهش بشارت و همکاران (۱۳۸۷) تاب آوری به عنوان متغیرمستقلی در نظر گرفته شده است که موفقیت ورزشی را تبیین می کند. یافته های تحقیق حاضر نقش فعالیت ورزشی را در تاب آوری آشکار می سازد. یافته مورد بحث با نتایج پژوهش هایی که تأثیر مثبت ورزش را در جنبه های مختلف عملکرد انسانی آشکار ساخته اند، همراستاست. برای مثال با پژوهش صفی پوریان (۱۳۹۱)، رفاقت، قاسم پور و رفاقت (۱۳۹۰)، جلیلی و حسینیچاری (۱۳۸۹)، حسینی و بشارت (۲۰۱۰)، صالحی نژاد و بشارت (۲۰۱۰)، خدابخشی کولایی، همتی منش و ملکی تبار (۱۳۸۹)، دهقانی و کارگرفرد (۱۳۸۹)، آتلانتیس و همکاران (۲۰۰۴)، موسوی، گیلانی و همکاران (۱۳۸۱) حسینی و همکاران (۱۳۸۵) و پیرامون نقش ورزش در سلامت روانی همسویی دارد. هم چنین با یافته های حمایت طلب، بزازان و لحمی (۱۳۸۲) که بیانگر افزایش عزت نفس به دنبال فعالیت های ورزشی است، همسوست. همچنین با یافته های واعظ موسوی (۱۳۸۱) در مورد تأثیر ورزش بر رضایت از زندگی مبنی بر نقش و کیفیت زندگی و نیز با نتایج پژوهش های سیدعامری (۱۳۸۲) و هانتون و همکاران (۲۰۰۴) ورزش در افسردگی و کاهش اضطراب همسویی دارد. با توجه به یافته تحقیق می توان چنین گفت که یکی از عواملی که با ایجاد روحیه شاد به انعطاف پذیری و تاب آوری شخص کمک می کند، ورزش است. در تبیین یافته فوق می توان چنین گفت که

تاب آوری یکی از مؤلفه‌هایی روانشناختی است که تحت تأثیر ورزش و فعالیت‌های حرکتی قرار دارد. تاب آوری نوعی مصون سازی در برابر مشکلات روانی- اجتماعی بوده و کارکرد مثبت زندگی را افزایش می‌دهد. منظور از تاب آوری فرآیند و یا قابلیت سازگاری موفق با چالش‌ها و یا شرایط تهدید کننده است که بیانگر ظرفیت افراد برای سالم ماندن و مقاومت و تحمل در شرایط سخت و پرخطر است که فرد نه تنها بر آن شرایط دشوار فائق می‌آید، بلکه طی آن و با وجود آن قوی تر نیز می‌گردد. (اوشیو، کانکو، ناقامین و ناکابا، ۲۰۰۳). در مجموع، با توجه به این یافته، می‌توان نتیجه گرفت که فعالیت ورزشی می‌تواند تاب آوری را در افراد افزایش دهد. تاب آوری به وسیله‌ی پاسخ فرد به حوادث استرس‌زای زندگی و یا مواجهه‌ی مستمر با استرس مشخص می‌شود تاب آوری عاملی است که به افراد در مواجهه و سازگاری با شرایط سخت و استرس‌زای زندگی کمک می‌کند و آنها را در برابر اختلالات روانی و مشکلات زندگی محافظت می‌کند. افراد تاب آور سازگاری فردی بالایی با عوامل استرس‌زای محیطی در زندگیشان دارند. یکی از شرایط سخت و استرس‌زایی که فرد ممکن است با آن مواجه شود حضور در میادین ورزشی است که سبب می‌شود استرس زیادی را در چند لحظه یا برای دقایقی به مقدار زیاد تجربه کنند، که فائق آمدن بر این استرس‌ها و ارائه عملکرد درست و حداکثری در این مواقع نیازمند کنترل استرس و هیجانات زائدی است که عملکرد فرد را تحت تاثیر قرار داده و احیاناً از آن می‌کاهد.

نتایج این پژوهش نشان داد بین تاب آوری دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد. ورزشکاران دارای سطح بالاتری از تاب آوری نسبت به غیرورزشکاران می‌باشند بنابراین لازم است جهت بهبود تاب آوری افراد، آنها را به شرکت در فعالیت‌های ورزشی و بدنی تشویق کرد. تا بدینوسیله علاوه بر سود جستن از مزایای فیزیولوژیکی چنین فعالیت‌هایی، تاب آوری آنان نیز بهبود یابد و در سطح مناسبی قرار گیرد.

با توجه به تأثیر مثبت فعالیت‌های بدنی و ورزشی بر تاب آوری به مراکز مشاوره‌ای پیشنهاد می‌شود فعالیت‌های بدنی و ورزشی را به عنوان یک رویکرد درمانی در کنار شناخت درمانی در برنامه‌ی کاری خود بکار گیرند. همچنین آموزش و آشناسازی استادان و مربیان ورزش، در زمینه‌ی اصول روانشناسی و روانشناسی کاربردی نیز می‌تواند مسیری سازنده باشد.

در شمار محدودیت‌های پژوهش حاضر، می‌توان یادآوری کرد که اعمال کنترل برای حذف اثر تفاوت‌های فردی (مانند درون گرایی / برون گرایی) یا دیگر متغیرهای مداخله‌گر احتمالی، در پژوهش‌هایی از نوع پژوهش حاضر به صورت مستقیم امکان ندارد و تنها به شیوه‌های نمونه‌گیری و مشابه سازی نمونه با جامعه طبیعی بسنده می‌شود.

منابع

۱. بشارت، محمدعلی؛ صالحی، مریم؛ شاه محمدی، خدیجه؛ نادعلی، حسین؛ زبردست، عذرا (۱۳۸۷)، رابطه تاب آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران، روانشناسی معاصر، شماره ۶.
۲. جلیلی، علی؛ حسینیچاری، مسعود (۱۳۸۹)، تبیین تاب آوری روانشناختی بر حسب خودکارآمدی در دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار، نشریه رشد و یادگیری حرکتی- ورزشی، شماره ۶.
۳. خدابخشی کولایی، آناهیتا؛ همتی منش، اسداله؛ ملکی تبار، علیرضا (۱۳۸۹)، مقایسه تاب آوری در برابر استرس و سلامت روانشناختی در دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار، مقاله منتخب همایش ورزش و سلامت روانی.
۴. رفاقت، ابراهیم؛ قاسم پور، عبدالله؛ رفاقت، محمد (۱۳۹۰)، مقایسه بهزیستی روانشناختی و تاب آوری در دانشجویان ورزشکاران و غیر ورزشکار، مقاله منتخب همایش ورزش و سلامت روانی.

۵. سامانی، س؛ جوکار؛ ب و صحراگرد، ن، (۱۳۸۶) تاب آوری، سلامت روانی و رضایت مندی از زندگی، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، شماره ۱۳.

۶. صفاری نیا، مجید؛ بازیاری میمند، مهتاب. (۱۳۹۱). مقایسه تاب آوری هیجانی و اجتماعی در دانش آموزان مناطق محروم و با غیر محروم، اندیشه های نوین تربیتی، دوره ۸، شماره ۱.

۷. صفی پوریان، زینب (۱۳۹۱)، مقایسه سلامت روان و تاب آوری در دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار شهر خرم آباد، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد.

۸. Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 585-599.

۹. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC).

۱۰. Galli, N.; Vealey, R. S. (2008). Bouncing back" from adversity: athletes' experience of resilience. *Sport Psychologist* 2008 Vol. 22 No. 3 pp. 316-335.

۱۱. Gucciardi DF, Jones MI. (2012). Beyond optimal performance: mental toughness Profiles. and developmental success in adolescent cricketers. *J Sport Exerc Psychol*.

۱۲. Jimoh SHEHU & Martin M. MOKGWATH (2008). HEALTH LOCUS OF CONTROL AND INTERNAL RESILIENCE FACTORS AMONG ADOLESCENTS IN BOTSWANA: A CASCONTROL STUDY WITH IMPLICATIONS FOR PHYSICAL EDUCATION. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 2008, 30(2): 95-105.

۱۳. Leadbeater, B., Dodgen, D. & Solarz, A. (2005). *The resilience revolution: A paradigm shift for research and policy. Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy*, 47-63. New York: Kluwer.

۱۴. Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-88.

۱۵. Maddi, S.R & Khoshaba, D.M. (2005). *Resilience at work*, Brodway, AMA con. American management association, NY 10019.

۱۶. Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2,

۱۷. Masten, A. (2001). *Ordinary magic: resilience processes in development*. *American Psychologist*, 56, 227-238.

۱۸. Sheard M. (2009). A cross-national analysis of mental toughness and hardiness in elite university rugby league teams. *Percept Mot Skills*. 2009 Aug; 109(1): 213-23.

۱۹. Waller, M.A, (2001). Resilience ecosystemic context: Evolution of the child, *American Journal of Orthopsychiatry*, 71.

20. Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 81-85.

21. Zautra, A.J., Hall, J.S. & Murray, K.E. (2010). Resilience: A new definition of health for people and communities. In J.W. Reich, A.J. Zautra & J.S. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 3-34). New York: Guilford.

Explanation resilience in athletic and non-athletic high school students in kazeroon

Authors: 1-Mortezababaeidehkordi 2-Zahra kabiri

Sport management student (ph) Islamic Azad University, borojerd Branch

Morteza_dehkordi@yahoo.com

Abstract

The purpose of this study is resiliency explanation of athlete and non – athlete high school students of kazeroon city. By using cohen's sample table, data on 335 girls (65 athletes and 270 non – athletes) and 331 boys (111 athletes and 220 non – athletes) were collected. Measuring tool was connor Davidson Resiliency Scale (CD- RISG) that contains 25 questions. For data analysis the nonpara metric test of whitneyUmann were used. According to the study, athleres have better resiliency Significantly. They achieved their tolerance on their glory. The non – athletes also achieved their tolerance in believing to interest in any thing.thus, according to The results of the present investigation is needed to improve their resiliency, they are encouraged to participate in physical activities.

Keywords:

Resiliency, physical Education, Education.