

## تأثیر معنادرمانی بر انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی

لیلا حیدریانی<sup>۱</sup>، مجید کرامتی مقدم<sup>۲\*</sup>

۱. استادیار دانشگاه جامع انقلاب اسلامی تهران

۲. دکتری تخصصی مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد واحد بروجرد، بروجرد، ایران

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تأثیر معنادرمانی بر انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی انجام گرفت. طرح تحقیق نیمه‌آزمایشی و از نوع طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مطالعه حاضر، کلیه نوجوانان ورزشکاری تشکیل می‌داد که از تیم‌های ملی، لیگ و باشگاهی و مسابقات کشوری سطح شهر خرم‌آباد در سال ۱۴۰۱ خط خورده بودند که از میان آن‌ها، ۳۰ نفر به صورت دردسترس انتخاب شد و در دو گروه ۱۵ نفری (گروه آزمایش و گروه گواه) با گمارش تصادفی جایگزین شدند. سپس در پیش‌آزمون، همه آزمودنی‌ها پرسش‌نامه‌های انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی را تکمیل کردند. در مرحله بعد، گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای دوبار) مداخله دریافت کرد و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های به‌دست آمده با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره و نرم‌افزار Spss نسخه ۲۲ تحلیل شدند. نتایج پژوهش حاصل از پس‌آزمون از هر دو گروه نشان داد، نمرات انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون به‌طور معناداری متفاوت بود، بنابراین معنادرمانی، بر بهبود انگیزه ورزشی و کاهش انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی مؤثر بوده است.

**کلیدواژگان:** معنادرمانی، انگیزه ورزشی، انزوای اجتماعی، نوجوانان، ضربات روحی، خط خوردن

ایمیل نویسنده مسئول: [majid.keramatimoghadam@gmail.com](mailto:majid.keramatimoghadam@gmail.com)

**The effect of meaning therapy on sports motivation and social isolation of teenagers suffering from trauma after being kicked out of sports teams**

**Leila Heydaryni<sup>1</sup>, Majid Keramati-Moghadam<sup>\*2</sup>**

1. Assistant Professor, Islamic Revolution University of Tehran

2. Specialized Doctorate in Sports Management, Boroujerd Branch Azad University, Boroujerd, Iran

**Abstract**

The present study was conducted with the aim of the effect of meaning therapy on sports motivation and social isolation of teenagers suffering from emotional trauma after being kicked out of sports teams. The design of the research was semi-experimental and pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the current study consisted of all the young athletes who were selected from the national, league and club teams and national competitions in Khorramabad city in 1401. They were replaced by random assignment in two groups of 15 people (experimental group and control group). Then, in the pre-test, all the subjects completed the sports motivation and social isolation questionnaires. In the next stage, the experimental group received 10 sessions of 90 minutes (twice a week) and the control group did not receive any intervention. The obtained data were analyzed using multivariate covariance analysis and Spss software version 22. The results of the post-test of both groups showed that the scores of sports motivation and social isolation of the experimental group were significantly different in the post-test compared to the pre-test, so meaning therapy improves the sports motivation and reduces the social isolation of adolescents suffering from emotional trauma. It has been effective after being banned from sports teams.

**Keywords:** meaning therapy, sports motivation, social isolation, teenagers, emotional trauma, eating disorders

Corresponding author's email: [majid.keramati-moghadam@gmail.com](mailto:majid.keramati-moghadam@gmail.com)

## مقدمه

نوجوانی یعنی عبور شخص از مرحله کودکی به بزرگسالی که تغییرات عظیم فیزیولوژیک، روانی و اجتماعی در نوجوانان به منزله بحرانی در زندگی آنان است که طی آن، از مرحله وابستگی به والدین عبور کرده و به استقلال فردی می‌رسند (فرقانی رئیس، ۱۳۸۵). در هر جامعه‌ای توجه به سلامت جسمی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و علایق معنوی افراد بخصوص نسل نوجوان و جوان ضامن سلامت آینده آن جامعه است. رابطه تنگاتنگ عوامل شخصیتی و روان‌شناختی با سلامت روان به وضوح نشان داده شده است (کوچک‌زاده طالمی، علیزاده و نمازی، ۱۳۹۴). در این راستا، ورزش نقش مهمی در سلامت روانی انسان دارد، به طوری که شعار سازمان بهداشت جهانی در سال 2002 "تحرك رمز سلامتی" عنوان و بر کاربرد روان‌شناسی در ورزش به طور مشخص تأکید شده است و روان‌شناسان به خوبی می‌دانند که روان انسان به طور مستقیم تحت تأثیر شرایط بدنی و جسمانی او و متقابلاً جسم او و اعمال اندام‌ها تحت تأثیر فضای روانی و ذهنی او قرار دارد (زاهدبلان، قاسم‌پور و حسن‌زاده، ۱۳۹۰)، به همین دلیل شرکت در تمرینات و رقابت‌های ورزشی به ویژه در سطوح قهرمانی و حرفه‌ای نیز احتمال بروز آسیب‌های ورزشی را افزایش می‌دهد. هر ساله در آمریکا بیش از 5/3 میلیون آسیب‌دیدگی در نوجوانان زیر 15 سال به وسیله مراکز درمانی، بیمارستان‌ها، مراکز جراحی و فوریت‌های پزشکی گزارش می‌شود که حدود نیمی از آن‌ها مربوط به آسیب‌های ورزشی است (موسوی، ۱۳۹۳). از جمله عوامل روانی که می‌تواند تحت تأثیر این ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی در نوجوانان ورزشکار قرار گیرد، انگیزه ورزشی<sup>۱</sup> و انزوای اجتماعی<sup>۲</sup> است.

انگیزه‌ها کلید انجام هر گونه فعالیت به شمار می‌روند و می‌توانند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کنند یا باعث کنترل و توقف آن شوند. انگیزه‌های افراد برای شرکت در فعالیت بدنی بسیار متنوع است. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، محیطی و فرهنگی می‌توانند در تمایل یک فرد برای شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی اثرگذار باشد (گل‌محمدی، لطفی و پاسبانی، ۱۳۹۶). مطالعات تعدادی از عواملی که باعث بی‌انگیزگی در نوجوانان ورزشکار می‌شود را شناسایی کرده است؛ که از جمله آن می‌توان به ترویج رقابت در تیم توسط مربیان (نتون، دودا و این، ۲۰۰۰)، جلسات مربیگری بیش از حد جدی با تأکید بر برنده شدن به وسیله والدین، مربیان و همسالان (ارلیک، ۱۹۷۳)، قضاوت کردن کودکان در یک محیط رقابتی و در نتیجه ترس از شکست به علت ارزیابی در برابر همسالان (ساگار، لاولی و اسپری، ۲۰۰۷) و عدم وجود لذت (ویس، ۱۹۹۳) اشاره کرد. یکی دیگر از متغیرهای مرتبط با سلامت روانی که می‌تواند تحت تأثیرات منفی خط خوردن از تیم‌های ورزشی قرار گیرد، انزوای اجتماعی است. انزوای اجتماعی به معنی ضعف روابط و پیوندهای اجتماعی افراد، با اعضای خانواده، دوستان، خویشاوندان و هم‌چنین با نهادها و سازمان‌های اجتماعی می‌باشد. و عضویت و

<sup>1</sup> Sports motivation<sup>2</sup> Social isolation

مشارکت در گروه‌های رسمی و غیر رسمی، تضعیف و یا قطع می‌شود. در، حقیقت این شرایط به معنای ضعف و یا فقدان پیوندهای اجتماعی و دوستی و همچنین روابط افراد با گروه‌های رسمی و غیر رسمی است (حقیقتیان، ۲۰۱۳).

در این راستا، مطالعات و پژوهش‌های مختلف نقش مثبت معنادرمانی را در عوامل روانی و سلامت روانی نشان داده‌اند. در واقع، محققان معتقدند معنادرمانی در بهزیستی فرد و بهبود او موثر است. از دیدگاه وجودی انگیزه اولیه و ناخودآگاه انسان معناجویی است، افسردگی، ناامیدی و سایر اختلالات روانی اغلب به دلیل عدم توانایی افراد در شناسایی و تحقق معنایی با ارزش‌در زندگی به وجود می‌آید (براون و رومانچاک، ۱۹۹۴). با پذیرش مسئولیت زندگی و تحقق معنایی می‌توان به شایستگی و لیاقت دست یافت (داوینسون، نل و کرینگ، ۲۰۰۴). معنای زندگی فردی با ارزش‌هایی که ما در آن زندگی می‌کنیم و تصمیم‌هایی که می‌گیریم در ارتباط است. زندگی بسیاری از افراد نشان می‌دهد که ما قربانیان در مانده سرنوشت نیستیم (آلریچوا، ۲۰۱۲). و افراد می‌توانند با تغییر نگرش در برابر درد اجتناب ناپذیر اقدام به خلق معنا کنند (فرانکل، ۲۰۰۷). بر این اساس، با توجه به اینکه تا کنون مطالعه‌ایی به بررسی ضربات روحی ناشی از خط خوردن از تیم‌های ورزشی در نوجوانان ورزشکار نپرداخته است؛ مطالعه حاضر با هدف تاثیر معنادرمانی بر انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی انجام گرفت.

#### روش بررسی

روش پژوهش حاضر به شیوه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مطالعه حاضر، کلیه نوجوانان ورزشکاری تشکیل می‌داد که از تیم‌های ملی، لیگ و باشگاهی و مسابقات کشوری سطح شهر خرم‌آباد در سال ۱۴۰۱ خط خورده بودند که از میان آنها، ۳۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه ۱۵ نفری (گروه آزمایش و گروه گواه) با گمارش تصادفی جایگزین شدند. افراد منتخب در زمان انجام پژوهش دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی بودند. معیار ورود به مطالعه: دچار ضربه روحی ورزشی، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و عدم دریافت درمان همزمان با مداخله پژوهش بود. ملاک خروج: عدم مشارکت منظم در جلسات درمانی، غیبت بیش از دو جلسه، عدم تمایل به ادامه همکاری و رهایی کامل از ضربه روحی در مرحله مداخله بود.

بعد از انتخاب گروه‌های نهایی پژوهش، از آزمودنی‌های دو گروه خواسته شد که در یک جلسه توجیهی شرکت کنند، در این جلسه با تشریح اهداف پژوهش سعی شد که انگیزه و موافقت لازم مراجعان برای شرکت در پژوهش جلب شود. فرم موافقت برای همکاری در پژوهش توسط مراجعان تکمیل شد و به مراجعان اطمینان داده شد که مطالب ارائه شده در جلسات مداخله و نتایج محرمانه خواهد بود. بعد از پایان مداخله و جمع‌آوری داده‌های آماری، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای توصیف داده‌ها از جداول و شاخص‌های آمار توصیفی مثل میانگین، انحراف معیار و برای استنباط آماری داده‌ها، تحلیل کوواریانس چند متغیری محاسبه گردید.

## ابزار پژوهش

پرسشنامه انگیزه ورزشی: پرسشنامه انگیزه ورزشی توسط پیلتر (۱۹۹۵) ساخته شد و با تکیه بر نظریه خودتصمیم‌گیری، سه بعد انگیزه را اندازه می‌گیرد و ۲۸ سوال دارد که از سه بخش تشکیل شده است که عبارتند از انگیزه درونی (۱۲ سوال)، انگیزه بیرونی (۱۲ سوال) و بی‌انگیزگی (۴ سوال). در برابر هر سوال ۷ درجه قرار دارد که میزان ارتباط سوال با فرد پاسخ‌دهنده را مشخص می‌کند که عبارتند از "اصلاً مربوط نیست" با کمترین نمره (۱) تا عبارت "کاملاً مربوط است" با بیشترین نمره (۷) امتیازگذاری می‌شود. پایایی این پاسخ به شیوه همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ  $0.92$  تعیین شد و روایی صوری آن به تایید ۱۲ نفر از استادان رسید (شعبانی‌بهار، عرفانی و حکمتی، ۱۳۹۲).

پرسشنامه انزوای اجتماعی: در این مطالعه به منظور سنجش انزوای اجتماعی از پرسشنامه گیرولد و کمفیوس (۱۹۸۵) استفاده شد که دارای ۱۱ گویه است و به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه با تفاوت میان تنهایی اجتماعی و عاطفی که در مطالعات وایس (۱۹۷۳) بیان شده بسط داده شده است. از آنجا که این پرسشنامه استاندارد بود و ضرورتی برای سنجش اعتبار نبود، اما برای اطمینان بیشتر، برای سنجش اعتبار ابزار از روش صوری استفاده شده است. به این ترتیب که ابزار در دست اساتید قرار گرفته شد و تایید آنها نشانگر اعتبار صوری ابزار بود. برای سنجش پایایی نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب آلفای کرونباخ برای انزوای اجتماعی  $0.79$  به دست آمد که نشانگر مطلوبیت ابزار بود.

## جدول ۱- محتوای جلسات معنادرمانی

جلسه	محتوا
۱	تعریف و بیان معنادرمانی و لزوم وجود معنا در زندگی با ذکر یک مثال، ارائه تکلیف به اعضای گروه برای اندیشیدن درباره مطالب جلسه.
۲	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، توجه به آزادی معنوی به عنوان یکی از ابعاد هستی انسان و بیان این موضوع که انسان کاملاً تحت سلطه شرایط قرار ندارد و حق انتخاب دارد که با شرایط مقابله کند یا در برابر آن سر تسلیم فرود آورد، ارائه تکلیف.
۳	مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، بیان این موضوع که مسئولیت شخصی نیز مانند آزادی یکی از ابعاد هستی انسان است و به عهده ماست که به زندگیمان معنا و منظور ببخشیم، اگر آزادی با مسئولیت‌پذیری همراه نباشد به خودکامگی صرف تبدیل خواهد شد، ارائه تکلیف.
۴	تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، بیان این موضوع که اضطراب مرگ به عنوان بخش اجتناب‌ناپذیر زندگی انسان تلقی می‌شود، مردن به زندگی تعلق دارد و به آن معنا می‌بخشد و مسئولیت‌پذیری انسان از محدودیت‌ها سرچشمه می‌گیرد، ارائه تکلیف.
۵	سه قبل و دادن بازخورد، به اعضا توضیح داده شد که آگاهی ما از مرگ باید حس مسئولیت‌پذیری ما را نسبت به زندگی افزایش دهد نه اینکه باعث انکار آن شود، پذیرش واقعیت مرگ در مقابله با اضطراب اهمیت بسیاری دارد و اعضا ترغیب شدند با ترسهای خود در خصوص مرگ مواجه شوند، ارائه تکلیف.



- ۶ مرور جلسه قبل و دادن بازخورد، یکی از اصول معنادرمانی این است که توجه انسانها را به این موضوع جلب کند که انگیزه اصلی و هدف زندگی گریز از درد و لذت بردن نیست، بلکه معناجویی زندگی به آن معنای واقعی می‌بخشد، به همین دلیل انسانها درد و رنجی را با میل تحمل می‌کنند که معنا و هدف داشته باشد، ارائه تکلیف.
- ۷ تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، ارزشهای اخلاقی که با فعالیت آفریننده ادراک می‌شوند، معمولاً ناظر به نوعی کار است. با آفریدن اثری ملموس یا اندیشه‌های ناملموس یا خدمت به دیگران میتوان به زندگی معنا بخشید، ارائه تکلیف.
- ۸ تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، بیان ارزشهای تجربی، مجذوب شدن به زیبایی عوالم، طبیعت یا هنر است. با تجربه شدت و عمق جنبه‌هایی از زندگی، مستقل از هرگونه عمل مثبت فرد میتوان به معنای زندگی دست یافت، ارائه تکلیف.
- ۹ مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، موقعیتهایی که ارزشهای گرایش را می‌طلبند، آنهایی هستند که دگرگون‌ساختن یا دورگزیدن از آنها در توان ما نیست. در چنین مواقعی تنها راه معقول پاسخگویی، پذیرفتن است. شیوه‌هایی که سرنوشت خویش را می‌پذیریم، شهادتی که در تحمل درد، رنج و وقاری که در برابر مصیبت نشان میدهیم، ارائه تکلیف.
- ۱۰ مرور تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، مرور موضوعات جلسه دوم تا نهم به‌صورت نظری و اجمالی، اجرای پساآزمون

## یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون هر یک از گروه‌ها در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- میانگین و انحراف معیار متغیرهای انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی در گروه‌های آزمایش و گواه بر حسب مرحله و

## عضویت گروهی

متغیر	مرحله	گروه آزمایش		گروه گواه	
		SD	M	SD	M
انگیزه ورزشی	پیش‌آزمون	۹۷/۵۵	۹/۹۳	۹۶/۵۶	۸/۸۵
	پس‌آزمون	۱۱۲/۶۳	۱۲/۶۴	۱۰۱/۰۲	۱۰/۳۵
انزوای اجتماعی	پیش‌آزمون	۳۹/۱۶	۷/۱۰	۳۷/۸۳	۴/۳۰
	پس‌آزمون	۲۶/۴۱	۱۱/۸۵	۳۵/۵۷	۶/۹۰

برای تحلیل داده‌ها و به منظور کنترل اثر پیش‌آزمون از روش تحلیل کواریانس چندمتغیری استفاده شد و برای استفاده از این روش آماری، رعایت مفروضه‌های همسانی ماتریس‌های واریانس- کواریانس و همگنی واریانس‌ها مورد بررسی قرار گرفت. به منظور بررسی مفروضه یکسانی ماتریس‌های واریانس- کواریانس از آزمون ام‌باکس استفاده شد. نتایج آزمون ام‌باکس نشان داد که این پیش‌فرض برقرار است ( $M=7/24$ ,  $F=1/87$ ,  $p>0/05$ ). برای مفروضه همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد که نتایج آن برای متغیر انگیزه ورزشی ( $F=1/76$ ,  $p>0/05$ ) و انزوای اجتماعی ( $F=0/220$ ,  $p>0/05$ ) معنادار نبود که

این نشان می‌دهد این پیش فرض نیز برقرار است. جدول ۳ نتیجه‌ی تحلیل کواریانس چندمتغیری را روی نمره‌های پس‌آزمون با کنترل پیش‌آزمون‌های متغیرهای وابسته پژوهش (انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی) نشان می‌دهد.

جدول ۳- نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیری نمرات پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و گواه

نام آزمون	ارزش	F	درجات آزادی فرضیه	درجات آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آزمون
اثر پیلائی	۰/۵۹۵	۴۰/۳۴	۲	۵۵	۰/۰۰۱	۰/۵۹۵	۱
لامبدای ویلکز	۰/۴۰۴	۴۰/۳۴	۲	۵۵	۰/۰۰۱	۰/۵۹۵	۱
اثر هتلینگ	۱/۴۶۷	۴۰/۳۴	۲	۵۵	۰/۰۰۱	۰/۵۹۵	۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۱/۴۶۷	۴۰/۳۴	۲	۵۵	۰/۰۰۱	۰/۵۹۵	۱

همان‌طوری که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، سطوح معناداری همه‌ی آزمون‌ها بیانگر آن هستند که بین دو گروه آزمایش و گواه در متغیرهای انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی در مرحله پس‌آزمون تفاوت معنادار مشاهده می‌شود ( $F=40/34, P<0/001$ )؛ به عبارت دیگر، معنادرمانی بر انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی در گروه آزمایش تأثیر داشته است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر با ۰/۵۹۵ است؛ به عبارت دیگر، ۵۹/۵ درصد تفاوت‌ها در نمرات انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی گروه آزمایش مربوط به تأثیر معنادرمانی است. برای بررسی نقطه تفاوت، تحلیل کواریانس یک‌راهه در متن مانکوا استفاده شد. نتیجه این تحلیل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴- نتایج تحلیل کواریانس تک متغیره به منظور مقایسه نمرات پس‌آزمون متغیرهای انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی در گروه‌های آزمایش و گواه

زیرمقیاس	منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
پیش‌آزمون	۵۹/۶۴۱	۱	۵۹/۶۴۱	۰/۹۷۲	۰/۳۲۷	۰/۰۱۷	۰/۱۶۳	
پس‌آزمون	۳۵۹۶/۷۳۵	۱	۳۵۹۶/۷۳۵	۵۹/۱۹۲	۰/۰۰۱	۰/۵۱۴	۱	
خطا	۳۴۰۲/۳۲۲	۵۶	۶۰/۷۵۶	-	-	-	-	
پیش‌آزمون	۶۸/۹۵۵	۱	۶۸/۹۵۵	۳/۵۰۵	۰/۰۶۹	۰/۰۵۹	۰/۴۵۳	
پس‌آزمون	۵۷۸/۷۴۹	۱	۵۷۸/۷۴۹	۲۹/۴۴۸	۰/۰۰۱	۰/۳۴۵	۱	
خطا	۲۳۳۸/۲۳	۲۰	۱۱۶/۹۱	-	-	-	-	

همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود بین آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و گواه تفاوت معناداری در متغیرهای وابسته دیده می‌شود، به گونه‌ای که معنادرمانی برای گروه آزمایش توانسته است به طور معناداری در افزایش انگیزه ورزشی و کاهش

انزوای اجتماعی نسبت به گروه گواه در مرحله پس‌آزمون مؤثر باشد، که این آموزش در مرحله پس‌آزمون ۵۱/۴ درصد بر انگیزه ورزشی و ۳۴/۵ درصد بر انزوای اجتماعی مؤثر بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تاثیر معنادرمانی بر انگیزه ورزشی و انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی انجام گرفت. یافته‌ها بیانگر آن بود که معنادرمانی توانسته است موجب بهبود انگیزه ورزشی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی شود. این یافته با یافته‌های غلامی، پاشا و سودانی (۱۳۸۸) و شاهسواری (۱۳۹۶) هماهنگ و همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که انسان واکنش خود را در برابر رنج‌ها و سختی‌های ناخواسته ولی پیش آمده و شرایط و محیطی، خود انتخاب می‌کند و هیچ کس را جزء (خود) او یارای آن نیست که این حق را از او باز بستانند. آنچه انسان را از پای در می‌آورد، رنج‌ها و سرنوشت نامطلوبشان نیست بلکه بی معنایی شدن زندگی است که مصیبت‌بار است و معنا تنها در لذت و شادمانی و خوشی نیست، بلکه در رنج و مرگ هم می‌توان معنایی یافت. اگر رنج را شجاعانه بپذیریم تا واپسین دم، زندگی معنی خواهد داشت. پس می‌توان گفت معنای زندگی امری مشروط نیست. زیرا معنای زندگی می‌تواند حتی بالقوه درد و رنج را نیز در بر گیرد (فرانکل، ۱۹۶۳، ترجمه صالحیان و میلانی، ۱۳۸۵). بر این اساس، انگیزه ورزشی نوجوانانی که به علت خط خوردن از تیم‌های ورزشی تحت شاع قرار می‌گیرد می‌تواند تحت تاثیر مثبت معنادرمانی قرار گیرد.

یافته دیگر این پژوهش نشان داد که معنادرمانی موجب کاهش انزوای اجتماعی نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی می‌شود. این یافته با یافته‌های نظری فر و قانع‌فر (۱۴۰۰)، زنجیران، کیانی، زارع و شایقیان (۱۳۹۴) و ربیکا و جیاکینگ (۲۰۱۱) هماهنگ و همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت نوجوانان دچار ضربات روحی بعد از خط خوردن از تیم‌های ورزشی بعد از دریافت بسته آموزشی معنادرمانی متوجه شدند که غم و اندوه، کمبودها، بیماری‌ها و رنج و درد اجتناب‌ناپذیر است و فقط یک فرصت باقی می‌ماند که در این موقعیت شیوه نگرش و طرز برخوردشان با مشکل و تحمل مصایب را تغییر دهند، با معنا دادن به رنج‌ها و دردها بر از دست رفته‌ها تمرکز نکنند و با توجه به گذرا بودن زندگی، وقت، عمر و امکانات خود را صرف کیفیت بخشیدن به زندگی و نه کمیت آن کنند و با نگاهی خوش‌بینانه به آینده، تعیین اهداف، ارزش‌ها و طرح‌ریزی برنامه‌های جدید در زندگی جرأت روبه‌رو شدن صادقانه و حقیقی با زندگی را پیدا کنند. در واقع، آگاهی و درک جدیدتر و عمیق‌تری که برای آنها ایجاد شده و آنان را ترغیب کرده که امیدوارانه و با انگیزه‌تر به زندگی خود ادامه دهند، همچنین یاد گرفته‌اند که با تمرکز نکردن به زمان و چگونگی مرگ خود زندگی هدفمندتری داشته باشند و در این راستا به اجتماع و فعالیت‌های اجتماعی بپردازند.



## منابع

- زاهدبلبلان، علادل؛ قاسم‌پور، عبدالله و حسن‌زاده، شهناز. (۱۳۹۰). بررسی نقش واسطه‌ای سرسختی روانشناختی در رابطه بین گذشت و شوخ‌طبعی با امید در ورزشکاران. نشریه رفتار حرکتی، ۳(۸)، ۱۱۵-۱۳۰.
- زنجیران، شایسته؛ کیانی، لیلا؛ زارع، مریم و شایقیان، زینب. (۱۳۹۴). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر احساس تنهایی زنان سالمند مقیم سرای سالمندان. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۶(۳)، ۶۰-۶۷.
- شاهسواری، زهرا. (۱۳۹۶). بررسی تاثیر معنادرمانی گروهی (با رویکرد دینی) بر پرخاشگری و ناامیدی دانش‌آموزان. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۳۹(۳)، ۶۸-۸۶.
- شعبانی بهار، غلامرضا؛ عرفانی، نصراله و حکمتی، زهرا. (۱۳۹۲). رابطه بین انگیزه ورزشی و میزان موفقیت شغلی کارکنان اداره کل آموزش و پرورش استان کرمانشاه. پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، ۲(۳)، ۱۱-۲۲.
- غلامی، مریم؛ پاشا، غلامرضا و سودانی، منصور. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش معنادرمانی گروهی بر امید به زندگی و سلامت عمومی بیماران دختر تالاسمی. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۲(۴)، ۴۵-۲۵.
- فرانکل، ویکتور. (۱۹۶۳). انسان در جستجوی معنا. ترجمه: نهضت صالحیان و مهین میلانی (۱۳۸۵)، تهران: انتشارات درسا.
- فرقانی ریسی، شهلا. (۱۳۸۵). شناخت مشکلات رفتاری در کودکان و نوجوانان. موسسه فرهنگی منادی تربیت.
- کوچک‌زاده طالمی، سبحانه؛ عزیززاده، شیوا و نمازی، آسیه. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سلامت عمومی در دانشجویان پرستاری. نشریه توسعه آموزش جندی شاپور، ۶(۲)، ۱۴۶-۱۳۹.
- گل محمدی، محمود؛ لطفی، غلامرضا و پاسبانی، هدیه. (۱۳۹۶). رابطه بین انگیزه شرکت در فعالیت‌های ورزشی با سلامت عمومی مردان ورزشکار. اولین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت دانشگاه علوم پزشکی آبادان.
- موسوی، سیدجعفر. (۱۳۹۳). بررسی عوامل موثر بر پایان دوره قهرمانی ورزشکاران حرفه‌ای. پژوهشنامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۱۰(۲۰)، ۱۵۴-۱۴۳.
- نظری‌فر، محسن و قانع‌فر، ندا. (۱۴۰۰). اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر معنادرمانی بر احساس تنهایی و افسردگی مادران دارای فرزند اختلال یادگیری. مجله پژوهش‌های میان‌رشته‌ای زنان، ۲(۳)، ۳۱-۹.
- Brown, J.A., & Romanchuk, B.J. (1994). Existential social work practice with the aged: Theory and practice. *Journal of Gerontological Social Work*, 23, 49-65
- Davinson, C.G; Neal, J.M. & Kring, A.M. (2004). *Abnormal psychology (Ninth Edition)*. New York: John Wiley & sons, INC
- Frankl, V. (2007). *İnsanın Anlam Arayışı*. Trans., S.Budak, (8th ed.), İstanbul: Öteki Psikoloji Dizisi.
- Haghighatian, M. (2013). Effective Social Factors on Social Isolation of the Youth (Case of Study: Isfahan City). *Journal of Iranian Social Development Studies*, 5(4), 87-98.
- Newton M, Duda JL, Yin Z. Examination of the psychometric properties of the perceived motivational climate in sport questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*. 2000;18(14):275-90.
- Orlick TD. Children's sport—a revolution is coming. Canadian Association for Health,

- Physical Education and Recreation Journal*. 1973;40:12-4.
- Sagar SS, Lavallee D, Spray CM. Why young elite athletes fear failure: Consequences of failure. *Journal of Sports Sciences*. 2007;25(11):1171-84.
- Weiss MR. Children's participation in physical activity: *Are we having fun yet?* *Pediatric Exercise Science*. 1993;5(3):205-10.
- Rebecca, P. & Jiaqing, O. (2011). Association Between Caregiving in Life, Life Satisfaction and Quality of life, Beyond 50 in an Asian Sample: Age as a Moderator. *Social Indicators Research*, 108 (3), 525-534.
- Ulrichova, M. (2012). Logo therapy and Existential Analysis in Counselling Psychology as Prevention and Treatment of Burnout Syndrome. *Social and Behavioral Sciences*, 69, 502 – 508.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: The MIT Press.