



Research Paper

Effect of Perceived Social Support and Coping Strategies on Athletes' Anxiety of Covid-19

Abbas Esmaeili¹, Hassan Bahrololoum², Nahid Darooghe Arefi³

1. PhD student in Sports Management, Department of Physical Education and Sport sciences, Faculty of Physical Education, Shahrood University of Technology, Shahrood, Iran.
2. Associate Professor in Sports Management, Department of Physical Education and Sport sciences, Faculty of Physical Education, Shahrood University of Technology, Shahrood, Iran.
3. PhD in Sports Management, Department of Physical Education and Sport sciences, Faculty of Physical Education, Shahrood University of Technology, Shahrood, Iran.

Received: 9 February 2023

Accepted: 14 June 2023

Abstract

Objective: The new Corona virus pandemic situation and the resulting Covid-19 disease have affected all aspects of human life, especially mental health. Considering the irreparable effects of the corona disease on athletes, the aim of the present study was to investigate the effect of perceived social support and coping strategies on athletes' Covid-19 anxiety during the Covid-19 pandemic.

Methodology: The method of current research work was descriptive-correlative in terms of quiddity, and cross-sectional in terms of time. The research statistical population was all football players of Semnan province league in adult category, where using the random sampling method, 208 people were selected as a sample. The research tools were 4 standard questionnaires of perceived social support by Zimmet *et al.* (1988), efficient coping strategies by Finset *et al.* (2002), and Corona anxiety by Lee (2020). Structural equations with variance-oriented approach were used to check the research hypotheses.

Results: The results of the research work showed that perceived social support and coping strategies have a negative and significant effect on athletes' Covid-19 anxiety. Also perceived social support has a positive and substantial effect on coping strategies.

Conclusion: According to the results of the research work, it is possible to strengthen the level of social support and coping strategies of athletes by planning and psychological counseling in order to reduce the anxiety of the Covid-19 disease, and the mediating role of coping strategy was confirmed.

Keywords: Health anxiety, Support of friends and family, Effective coping strategy, Mental health.

To cite this article:

Esmaeili A, Bahrololoum H, Darooghe Arefi N. Effect of Perceived Social Support and Coping Strategies on Athletes' Anxiety of Covid-19. Human Resource Management in Sport. 2023; 10(2):407-425.
<https://doi.org/10.22044/shm.2023.12695.2529>

Corresponding Author: **Hassan Bahrololoum**

E-mail: bahrololoum@shahroodut.ac.ir



Extended Abstract

Summary

The purpose of this research work was to investigate the effect of perceived social support and coping strategies on athletes' Covid-19 anxiety during the Covid-19 pandemic. The research statistical population was all football players of Semnan province league in adult category, and 208 people were selected as a sample. The results of the research work showed that perceived social support and coping strategies have a negative and significant effect on athletes' Covid-19 anxiety. Also perceived social support has a positive and substantial effect on coping strategies. It is possible to strengthen the level of social support and coping strategies of athletes by planning and psychological counseling in order to reduce the anxiety of the Covid-19 disease.

Introduction

Infectious diseases have caused significant consequences and complications for humanity (1). In this regard, one of the diseases that has spread in this century is the Covid-19 disease. With the increase in deaths caused by this disease and the lack of a definitive treatment for it, the whole world was filled with anxiety (2). The anxiety of Covid-19 is caused by the unknown nature of this disease, and it is referred to as the fear and stress of the disease (3). Stress and anxiety weaken the body's immune system, so people must have strategies to deal with anxiety (4). People use different styles to deal with stressful situations. Effective coping strategies can reduce the impact of stressful factors and prevent short-term and long-term complications. Coping can be defined as cognitive and behavioral efforts to manage internal and external needs in anxiety situations. Another important source of adaptation in stressful situations is the amount of support and attention a person receives from relatives. Perceived social support is a powerful factor in facing anxiety situations (5). The Covid-19 epidemic and the closure of sports clubs have affected the mental health of many people in the world including athletes. Therefore, considering the irreparable effects of this disease on athletes, the aim of the present study is to investigate the effect of perceived social support and coping strategies on athletes' Covid-19 anxiety during the Covid-19 pandemic.

Methodology and Approach

This research work was applied in terms of purpose and descriptive-correlation in terms of method, and was conducted in the form of a survey. The research statistical population was all football players of Semnan province league in adult category, where using the random sampling method, 208 people were selected as a sample. The research tools were 4 standard questionnaires of perceived social support by Zimmet *et al.* (1988), efficient coping strategies by Finset *et al.* (2002), and corona anxiety by Lee (2020), which were evaluated based on a five-point Likert scale. In order to confirm the validity of the measuring instrument, the content validity, structural validity, and convergent validity were examined. In the content validity review, the opinions of 10 experts in the field of sports management and sociology were applied. In order to check the construct validity, confirmatory factor analysis was used. Convergent validity was also confirmed by the Smart PLS software (version 3). In order to determine the reliability of the questionnaire used in this research work, Cronbach's alpha criterion and composite reliability coefficient were used. In this research work, in order to determine the relationship and predict the contribution and role of external hidden variables in internal hidden variables, structural equation modeling method with partial least squares approach was used. In this regard, the SPSS software (version 24) and Smart PLS (version 3) were used.

Results and Conclusion

The results of the analysis of the research findings showed that the perceived social support has an effect on the Covid-19 anxiety of football players in Semnan province. Perceived social support is one of the most important predictors of physical and psychological health of people from childhood to adulthood and it acts as a shield against anxiety. The findings of the research work indicate that the coping strategy has an effect on the anxiety of Covid-19 football athletes in Semnan province. During the corona disease, having effective coping skills allows people to have a correct understanding of the situation and the ability to deal with the anxiety of the disease. In fact, by using effective coping style, a person uses cognitive skills to solve problems. Also, the



findings of the research showed that the perceived social support has a positive and significant effect on the coping strategies of football players. Receiving support from family, friends, and important people in life enables a person to use adaptive coping strategies, and also helps people to effectively and rationally adapt to the environmental stresses caused by the corona disease. If athletes have social support, they consider themselves worthy and their self-esteem increases. As a result, a person will have more ability to correctly reason the issues and challenges ahead. The results of the research work also confirmed the mediating role of coping strategies in the relationship between perceived social support and Corona anxiety. Perceived social support and effective coping skills explain both parts of the mental health index, and the interaction between these two variables leads to better management of stressful conditions and reduction of physical and mental tensions.

Ethical Considerations: In order to protect the rights of the subjects, they were assured about the information obtained from the data analysis that this information will be confidential and the non-identification of the individuals was also guaranteed; also, the principles of scientific trustworthiness regarding the used sources were observed.

Funding: This research work had no financial sponsor, and did not use the financial resources of any organization.

Authors' Contributions: All the authors of this article have actively participated from the stage of research implementation to the writing of the article.

Conflicts of interest: There was no conflict of interest in this research work.

Acknowledgements: The authors are grateful to all the people who collaborated in this research work.

References

1. Cherif A, Barley K, Hurtado M. Homo-psychologicus: Reactionary behavioural aspects of epidemics. *Epidemics*. 2016; 14:45-53.
2. Sohrabi C, Alsafi Z, O'Neill N, Khan M, Kerwan A, Al-Jabir A *et al*. World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *International journal of surgery*. 2020; 76:71-6.
3. Bajema KL, Oster AM, McGovern OL, Lindstrom S, Stenger MR, Anderson TC *et al*. Persons evaluated for 2019 novel coronavirus—United States, January 2020. *Morbidity and mortality weekly report*. 2020; 69(6):166.
4. Shahyad S, Mohammadi MT. Psychological impacts of Covid-19 outbreak on mental health status of society individuals: a narrative review. *Journal of military medicine*. 2020; 22(2):184-92.
5. Elsenbruch S, Benson S, Rütcke M, Rose M, Dudenhausen J, Pincus-Knackstedt MK *et al*. Social support during pregnancy: effects on maternal depressive symptoms, smoking and pregnancy outcome. *Human reproduction*. 2007;22(3):869-77.





تأثیر حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران

عباس اسماعیلی^۱، حسن بحر العلوم^۲، ناهید داروغه عارفی^۳

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران.
۲. دانشیار مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران.
۳. دانش آموخته دکتری مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران.

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۲۰

چکیده

هدف: وضعیت پاندمی ویروس جدید کرونا و بیماری کووید-۱۹ ناشی از آن، تمام ابعاد زندگی بشری و در صدر آن سلامت روان را متأثر ساخته است. با توجه به اثرات جبران‌ناپذیر این بیماری بر ورزشکاران، هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبرد مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران در زمان همه‌گیری کووید-۱۹ بود.

روش‌شناسی: روش پژوهش حاضر با توجه به ماهیت توصیفی - همبستگی و از لحاظ زمان، مقطعی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه بازیکنان فوتبال لیگ استان سمنان در رده بزرگسالان بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی - خوشه‌ای تعداد ۲۰۸ نفر به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار تحقیق سه پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران (۱۹۸۸)، راهبردهای مقابله‌ای فینست و همکاران (۲۰۰۲) و اضطراب کرونا لی (۲۰۲۰) بود. برای بررسی فرضیات تحقیق از معادلات ساختاری با رویکرد واریانس‌محور استفاده شده است.

یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان داد، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و راهبردهای مقابله‌ای تأثیر منفی و معناداری بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران دارند؛ همچنین حمایت اجتماعی ادراک شده بر راهبردهای مقابله‌ای تأثیر مثبت و معناداری دارد و نقش میانجی راهبرد مقابله‌ای در ارتباط بین حمایت اجتماعی و اضطراب کرونا تأیید گردید.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج پژوهش می‌توان با انجام برنامه‌ریزی و مشاوره‌های روانشناسی و مددکاری، سطح حمایت اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای ورزشکاران را تقویت نمود تا اضطراب ناشی از بیماری کووید-۱۹ کاهش یابد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب سلامتی، حمایت دوستان و خانواده، راهبرد مقابله‌ای کارآمد، سلامت روان.

به این مقاله این‌گونه استناد کنید:

اسماعیلی عباس، بحر العلوم حسن، داروغه عارفی ناهید. تأثیر حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران.

مدیریت منابع انسانی در ورزش. ۱۴۰۲؛ ۱۰(۲)، ۴۰۷-۴۲۵. <https://doi.org/10.22044/shm.2023.12695.2529>

نویسنده مسئول: حسن بحر العلوم

E - mail: bahrololoum@shahroodut.ac.ir



مقدمه

بیماری‌های عفونی برگرفته از عوامل ناشناخته‌ای هستند که باعث بروز پیامدها و عوارض قابل توجهی برای بشریت شده‌اند (۱). در این راستا یکی از بیماری‌هایی که در قرن حاضر شیوع پیدا کرده و همچنان ادامه دارد بیماری کووید-۱۹ است. کووید-۱۹ یک بیماری حاد تنفسی است که به دلیل قدرت سرایت بسیار بالا به سرعت در کل جهان انتشار پیدا کرده است و در کمتر از ۴ ماه تمامی کشورهای جهان را آلوده نموده است. با افزایش موارد ابتلا و مرگ و میر این بیماری و عدم وجود درمان قطعی برای آن، سراسر جهان را موج عظیمی از اضطراب فراگرفت (۲، ۳). پژوهش‌های انجام شده نشان داده‌اند که ترس و اضطراب شایع‌ترین نشانه روانشناختی در زمان شیوع این بیماری و بیماری‌های مشابه هستند (۴، ۵). در کشور چین نیز نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بیش از نیمی از آزمودنی‌ها از نگرانی و اضطراب در مورد این بیماری رنج می‌برند (۶). بیماری کووید-۱۹ به دلایل بسیاری همچون ترس از بیماری و مردن، پخش اخبار و اطلاعات غلط، محدودیت‌های منع تردد و سفر، کاهش تعاملات و معاشرت‌های اجتماعی، ایجاد مشکلات اقتصادی برای افراد، سلامت روانی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۷). همان‌طور که مطالعات و بررسی‌ها نشان می‌دهند، بیماری‌های مزمن تنفسی، مشکلات و مسائل جسمانی زیادی برای افراد ایجاد کرده و این امر سبب کاهش کیفیت زندگی افراد شده و در برخی موارد، باعث بروز اضطراب ناشی از بیماری گردیده است (۸، ۹، ۱۰). یکی از گروه‌هایی که به شدت تحت تأثیر پیامدهای منفی همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ قرار گرفته‌اند، ورزشکاران هستند. این بیماری محدودیت‌هایی مانند بسته شدن اماکن ورزشی، منع سفر، پیامدهای منفی مانند از دست دادن درآمد، مختل شدن حرفه ورزشی و ناتوانی در آموزش و تمرین منظم را در پی داشته است (۱۱)؛ در نتیجه، ورزشکاران به پیگیری تمرین‌های خود در خانه، اغلب بدون نظارت و تجهیزات تخصصی متوسل شده‌اند که این موضوع باعث افت عملکرد و کیفیت ورزشی آنها شده و پیامدهای جسمانی و روانشناختی نامطلوبی را برای آنها به دنبال داشته است (۱۲) که تحقیقات مختلفی این موضوع را تأیید کرده‌اند؛ به عنوان مثال، دانا و همکاران (۲۰۲۱) با پژوهشی در زمینه پیامدهای شیوع کووید-۱۹ روی ورزشکاران حرفه‌ای، به سه بعد اثرات روانشناختی، رفتاری و اجتماعی اشاره کرده‌اند و در بعد روانشناختی به افزایش استرس، کاهش سلامت روان، اختلال و سواس فکری، افزایش اضطراب، کاهش توجه، شیوع افسردگی، شکل‌گیری خستگی روانی، اختلال، ترس، روان‌پریشی، ایجاد احساسات منفی و ناامیدی اشاره کرده‌اند (۱۳)؛ همچنین، مطالعه جورکا^۲ و همکاران (۲۰۲۱) کاهش آمادگی جسمانی کلی و تعداد روزها و ساعت‌های تمرین، افزایش بروز احساسات منفی (استرس، خستگی و افسردگی) و کاهش کیفیت خواب را به عنوان پیامدهای منفی همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ معرفی کرده‌اند (۱۳). فرانک^۳ و همکاران (۲۰۲۰) نیز اظهار داشته‌اند که شیوع کووید-۱۹ مشکلات روانشناختی متعددی در ورزشکاران از جمله ترس از آلوده شدن، اضطراب بهبودی جسمی در صورت آلودگی، عدم دسترسی به مراکز تناسب اندام، خواب آشفته، اختلالات غذا خوردن، و سواس و درگیری‌های خانوادگی، عدم توانایی در کنترل استرس و عدم مقابله مناسب، افسردگی کوتاه‌مدت یا طولانی‌مدت به وجود آورده است (۱۳).

مطالعات پیشین غالباً بر اضطراب بیماران اشاره می‌کنند؛ در حالی که با شیوع بیماری‌های مسری همچون کووید-۱۹، ترس از مرگ و بیماری همراه با استرس‌های روزمره سبب می‌شود، افراد سالم نیز اضطراب بیماری را تجربه کنند (۱۴). اضطراب کووید-۱۹ به علت ناشناخته بودن این بیماری ایجاد می‌شود و از آن به عنوان ترس و استرس مبتلا شدن به این ویروس یاد می‌شود. به طور کلی نا آگاهی در مورد بسیاری از مسائل همچون بیماری کووید-۱۹ و نبود اطلاعات علمی روشن سبب می‌شود، ایمنی کاهش یابد و این مسئله همیشه برای انسان اضطراب‌آور بوده است (۱۵)؛ در نتیجه افراد در صدد رفع اضطراب خود، توانایی تشخیص درست و غلط را از دست داده و به کرات در معرض اطلاعات و اخبار نادرست قرار می‌گیرند (۱۶). وجود استرس و اضطراب باعث تضعیف سیستم ایمنی بدن می‌شود و بدن را آسیب‌پذیر می‌کند (۱۷)، در نتیجه افراد برای رویارویی با اضطراب باید راهکارهایی داشته باشند (۷).

1. Covid-19
2. Jurecka
3. Frank



افراد از سبک‌های مختلفی جهت رویارویی با موقعیت‌های اضطراب‌آور استفاده می‌کنند. راهبردهای مقابله‌ای مؤثر می‌تواند تأثیر عوامل استرس‌زا را کاهش داده و از عوارض کوتاه مدت و طولانی مدت جلوگیری کنند (۱۸). مقابله را می‌توان به عنوان تلاش‌های شناختی و رفتاری برای مدیریت نیازهای درونی و بیرونی در موقعیت‌های اضطرابی تعریف کرد (۱۹). رحیمیان و دشت‌بزرگی (۲۰۲۱) اذعان داشته‌اند که سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار با اضطراب کرونا در سالمندان رابطه منفی و معنی‌دار و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با اضطراب کرونا رابطه مثبت و معنی‌دار دارد (۲۰). نتایج پژوهش صفری (۲۰۲۰) نشان داد که راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار توانست اضطراب کرونا و ویروس را به صورت منفی و راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی اضطراب کرونا را به صورت مثبت در زنان شاغل پیش‌بینی کنند (۲۱). نیکومنش و شعبانی (۲۰۱۹) اذعان داشته‌اند، بین دو متغیر اضطراب کرونا و سبک‌های مقابله‌ای رابطه معناداری وجود دارد (۲۲). باقری شیخانگش و همکاران (۲۰۲۰) به این نتیجه دست یافتند، اضطراب کووید-۱۹، سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی و اضطراب سلامت در دانشجویان ورزشکار نسبت به غیرورزشکار کمتر و سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار در آنها بیشتر است (۲۳). جعفری و همکاران (۲۰۲۰)، مهرصفر و همکاران (۲۰۱۸)، الشابرایی^۱ و همکاران (۲۰۲۱)، هانگ^۲ و همکاران (۲۰۲۰)، لی و پنگ^۳ (۲۰۲۰) نیز این رابطه را تایید نموده‌اند (۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸).

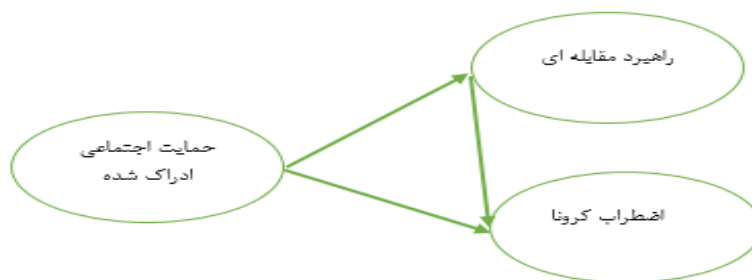
یکی دیگر از منابع مهم سازگاری در شرایط تنش‌زا میزان حمایت و توجهی است که فرد از سوی نزدیکان دریافت می‌کند (۲۹). حمایت اجتماعی ادراک شده عاملی قدرتمند در مواجهه با شرایط اضطرابی است (۳۰). حمایت اجتماعی به عنوان منبعی پشتیبان و حمایت‌کننده تعریف شده است که توسط دیگران مخصوصاً خانواده و دوستان و حتی محیط ایجاد می‌شود (۳۱). حمایت اجتماعی ادراک شده با کمک و غلبه بر مشکلات جسمی و روانی، زمینه افزایش بهبود کیفیت زندگی و کاهش اضطراب را فراهم می‌آورد (۳۲). منظور از حمایت اجتماعی قابلیت و کیفیت ارتباط با دیگران است که منابعی را در مواقع مورد نیاز فراهم می‌کند. نتایج بررسی‌های پیشین نشان می‌دهد، افرادی که حمایت اجتماعی بالاتری دریافت می‌کنند، در مقابل آسیب‌های روانی، مصون‌تر می‌باشند (۳۳). حمایت اجتماعی می‌تواند از سوی خانواده و یا سایرین صورت گیرد. وجود خانواده به عنوان حمایتگر نقش به‌سزایی در کاهش اضطراب دارد. وجود حمایت اجتماعی از سوی دوستان می‌تواند زمینه‌ای برای درک بهتر شرایط موجود و به تبع آن تصمیم‌گیری مناسب باشد (۳۴). حمایت اجتماعی به معنای ارتباطات بین شخص و تعاملات اجتماعی است که به فرد برای مقابله با استرس کمک می‌کند. هم کیفیت و هم در دسترس بودن حمایت اجتماعی برای سازگاری و سلامت شخصی مهم است. حمایت اجتماعی تا حد زیادی با احساس سلامت ارتباط دارد. به نوعی حمایت اجتماعی هم تعدیل‌کننده استرس‌زها و سلامت روانی است و هم از آنها تأثیر می‌پذیرد (۳۵). وجود حمایت دیگران در شرایط اضطرابی می‌تواند نقش مؤثری بر کاهش استرس و اضطراب داشته باشد و دیدگاه مثبتی از زندگی را برای افراد به ارمغان آورد (۳۶). در مورد نقش حمایت اجتماعی در زمان همه‌گیری کووید-۱۹ بر روی سلامت روان جامعه مطالعات محدودی انجام شده است. یکی از این مطالعات توسط تال^۴ و همکاران (۲۰۲۰) انجام شد که یافته‌های آن اهمیت حمایت اجتماعی را برای کاهش پیامدهای منفی بیماری کووید-۱۹ برجسته می‌کند (۳۷)؛ بنابراین، وجود حمایت‌های اجتماعی در فعالیتهای ورزشی باعث کاهش اضطراب کووید-۱۹ می‌شود (۳۶). در مطالعات مختلفی از جمله اکبروند و همکاران (۲۰۲۲)، سید کلان و همکاران (۲۰۲۲)، خساره و میر تاج‌الدینی (۲۰۲۲)، کریمی و همکاران (۲۰۲۱)، جعفرزاده داشبلاغ و همکاران (۲۰۲۱)، اوزمتا و پاک^۵ (۲۰۲۰) و لی^۶ و همکاران (۲۰۲۰) رابطه حمایت اجتماعی و اضطراب تأیید شده است (۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴). با وجود این که مطالعات پیشین در مورد تأثیر روانشناختی شیوع بیماری‌های قبلی جهانی، ارتباط واضحی بین اضطراب مربوط به همه‌گیری و افزایش علائم استرس، اضطراب، نگرانی‌های آلودگی، اضطراب سلامتی، استرس پس از سانحه و

1. Elshabrawy
2. Hung
3. Li and Peng
4. Tull
5. Özmete and Pak
6. Li



خودکشی را نشان می‌دهد (۴۵، ۴۶) و امروزه نیز مطالعات محدودی به صورت تخصصی به بررسی میزان اضطراب در طی بیماری همه‌گیر کووید-۱۹ انجام شده است (۴۷) و با توجه به شیوع کرونا ویروس که امروزه منجر به ایجاد تنش و اضطراب زیادی در افراد شده است، ضرورت مطالعات بیشتری پیرامون حمایت اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای حس می‌شود (۴، ۴۸).

از آنجا که استرس و اضطراب ابتدا به بیماری بخش جدایی‌ناپذیر زندگی امروز در وضعیت شیوع کووید-۱۹ هستند، در نتیجه لازم است افراد راهکارهای مناسب جهت مقابله و رویارویی با اضطراب را بدانند. از این رو، وجود حمایت‌های اجتماعی ادراک شده بستری را ایجاد می‌کند تا مشکلات و مسایل روانی و عاطفی کاهش یابند. همه‌گیری بیماری کووید-۱۹، شرایط قرنطینه خانگی و تعطیلی باشگاه‌های ورزشی وضعیت سلامت روان بسیاری از مردم جهان از جمله ورزشکاران را تحت تأثیر خود قرار داده است. ورزشکاران به خصوص ورزشکاران رشته‌های گروهی همچون فوتبال در طی بروز بحران ویروس کووید-۱۹ دچار مشکلات عمده‌ای جهت تمرینات خود شده‌اند. این مسئله بدون شک از لحاظ روانشناختی بر روی آنان اثر منفی خواهد داشت. شیوع بیماری کووید-۱۹ پیامدهای منفی زیادی اعم از جسمانی، اقتصادی، اجتماعی و ورزشی را به همراه داشته است، اما پیامدهای روانی آن به دلیل آثار طولانی مدت بیشتر مورد توجه است. سایر پیامدهای شیوع این بیماری بیشتر مختص به دوران اپیدمی است و پس از پایان این دوره به اتمام می‌رسد، اما پیامدهای روانشناسی آن در دوران بعد از بیماری هم می‌تواند ماندگار باشد و زندگی حرفه‌ای افراد به خصوص ورزشکاران را دچار اختلال کند. این بیماری هم از نظر جسمی و هم از نظر روانی، فرهنگی و اجتماعی فشار زیادی بر افراد وارد می‌کند و همچنین اهمیت اضطراب کووید-۱۹ در میان ورزشکاران و لزوم بررسی عوامل و متغیرهای مرتبط با این معضل فراگیر بشری و با در نظر گرفتن اینکه این اضطراب می‌تواند یک عامل آسیب‌پذیر برای سایر اختلالات روانشناختی در این قشر از جامعه با توجه به محدودیت‌های به وجود آمده، تعطیلی باشگاه‌ها و احساس خطر از تأثیرات این بیماری بر آینده ورزشی آن‌ها باشد، شناخت عوامل مؤثر بر اضطراب کووید-۱۹ اهمیت به‌سزایی خواهد داشت. بنابر مطالعات انجام شده، به نظر می‌رسد، متغیرهای راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی می‌توانند از عوامل تأثیرگذار بر اضطراب کووید-۱۹ باشند. با توجه به نوظهور بودن این بیماری و اهمیت اضطراب ناشی از آن بر سلامت روانی افراد و اهمیت نقش حامیان اجتماعی و مهارت‌های شناختی همچون راهبردهای مقابله‌ای و فقدان پژوهش‌هایی که در این زمینه انجام شده است، بر این اساس، پژوهش حاضر سعی دارد به تعیین تأثیر حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران بپردازد (شکل ۱) و به این پرسش پاسخ دهد که حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای چگونه می‌توانند بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران تأثیر بگذارند؟



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

Figure 1. Conceptual model of research

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی - همبستگی است و از لحاظ هدف در زمره تحقیقات کاربردی قرار می‌گیرد. داده‌های این تحقیق به صورت میدانی جمع‌آوری شد. جامعه آماری این تحقیق را کلیه بازیکنان فوتبال شرکت‌کننده در لیگ رده بزرگسالان استان سمنان در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ در بخش مردان (۳۳۰ نفر) تشکیل دادند. برای نمونه‌گیری از روش نمونه‌گیری تصادفی-خوشه‌ای استفاده گردید. در

این پژوهش تعداد نمونه با توجه به تعداد سؤالات پرسشنامه‌ها (۲۳)، با برآورد حداقل ۲ و حداکثر ۱۰ برابر تعداد سؤالات بین ۴۶-۲۳۰ تخمین زده شد؛ ولی با توجه به این که در روش مدل‌سازی معادلات ساختاری هر چقدر حجم نمونه بیشتر باشد، صحت و دقت نتایج بیشتر می‌شود، از تعداد ۲۳۰ پرسشنامه توزیع شده، پس از کنار گذاشتن پرسشنامه‌های مخدوش تعداد ۲۰۸ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزار پژوهش شامل سه پرسشنامه بود که به شرح ذیل است:

پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده: برای اندازه‌گیری متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده از پرسشنامه زیمت^۱ و همکاران (۱۹۸۸) استفاده شد که دارای ۱۲ گویه و ۳ خرده مقیاس حمایت خانواده، دوستان و سایرین مهم است (۴۳). مقیاس اندازه‌گیری سؤالات طیف ۵ ارزشی لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) بود. ضرایب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و ماده‌های سه زیر مقیاس حمایت اجتماعی خانواده، دیگران و دوستان به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۸۹ در پژوهش بشارت (۲۰۱۹) محاسبه شد (۴۹) و ضرایب همسانی درونی مقیاس چند بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده را تایید کرد (۴۹).

پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای: برای اندازه‌گیری متغیر راهبردهای مقابله‌ای از پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای فینست^۲ و همکاران (۲۰۰۲) استفاده شد که دارای ۶ گویه است (۵۰). مقیاس اندازه‌گیری این پرسشنامه طیف ۵ ارزشی لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) بود. این پرسشنامه پس از ترجمه و بومی‌سازی و تایید روایی صوری و محتوایی توسط متخصصان مدیریت ورزشی مورد تایید قرار گرفت.

پرسشنامه اضطراب کرونا: برای جمع‌آوری داده‌های مربوط به متغیر اضطراب کووید-۱۹، از پرسشنامه اضطراب کرونا لی^۳ (۲۰۲۰) استفاده شد (۲۸). این مقیاس دارای ۵ سوال بود که بر اساس طیف لیکرت طراحی شده بود و گزینه‌های پاسخ هر سؤال در یک طیف ۵ ارزشی لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) ارزش‌گذاری شده است. محمدپور و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی به بررسی ویژگی‌های روانسنجی نسخه ایرانی مقیاس اضطراب کرونا پرداختند (۵۱). در این پژوهش مقدار آلفای کرونباخ برای پرسشنامه اضطراب کرونا لی (۲۰۲۰) ۰/۹۱ گزارش شد که نشان از پایایی بالای این پرسشنامه است (۵۱).

در این پژوهش به منظور ارزیابی روایی پرسشنامه، ابتدا از روایی صوری و محتوا^۴ استفاده شده است. بدین منظور پس از مرور ادبیات موضوع و مطالعه مقالات مرتبط، پرسشنامه اولیه تنظیم و بدین ترتیب توسط ۱۱ تن از صاحب نظران مدیریت ورزشی، پرسشنامه اولیه تنظیم و در نهایت با اعمال نقطه نظرات اصلاحی به تهیه پرسشنامه نهایی اقدام گردید. در این پژوهش برای تعیین پایایی از آزمون آلفای کرونباخ با استفاده از یک نمونه اولیه به تعداد ۳۰ نفری و پایایی ترکیبی استفاده گردید (جدول ۲). لازم به ذکر است، در پژوهش حاضر برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای آماری SPSS (نسخه ۲۳) و Smart-PLS 3.2.8 استفاده شد.

یافته‌ها

با توجه به یافته‌های پژوهش از مجموع ۲۰۸ نمونه پژوهش، ۳۶/۱ درصد معادل ۷۵ نفر از آن‌ها در دامنه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال قرار دارند و افراد دارای ۳۱ سال و بیشتر نیز کمترین فراوانی را به خود اختصاص داده‌اند و بیشترین فراوانی مربوط به افراد با مدرک تحصیلی دیپلم و زیر دیپلم است که ۹۳ نفر از نمونه آماری را تشکیل دادند (۴۴/۷ درصد). افراد با مدرک کارشناسی (۷۲ نفر) و کاردانی (۲۱ نفر) به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار دارند.

استفاده از رویکرد حداقل مربعات جزئی (PLS)، نیازی به رعایت پیش‌فرض‌های خاص همچون توزیع نرمال داده‌ها، مقیاس اندازه‌گیری آن‌ها و داشتن حجم بالایی از نمونه‌ها ندارد؛ با این حال قبل از اجرای مدل‌سازی معادلات ساختاری با رویکرد حداقل مربعات جزئی، ابتدا

1. Zimmet
2. Finset
3. Lee
4. Content validity



باید پیش فرض عدم همخطی متغیرهای مستقل را بررسی نمود؛ متداول ترین روش، بررسی همبستگی متغیرهای مستقل پژوهش است؛ به طوری که همبستگی های بالاتر از ۰/۸۰ به عنوان وجود همخطی چندگانه تلقی می شود (۵۲). جدول (۱)، همبستگی بین متغیرهای مستقل را گزارش می دهد. همان طور که جدول (۱) نشان می دهد، مقادیر گویای عدم همخطی بین متغیرهای مستقل است. تمامی مقادیر در سطح ۰/۰۱ معنادار هستند.

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

Table 1. Correlation matrix of research variables

متغیرها	اضطراب کووید-۱۹	حمایت اجتماعی ادراک شده	راهبرد مقابله ای
اضطراب کووید-۱۹	۱		
حمایت اجتماعی ادراک شده	۰/۴۶۵	۱	
راهبردهای مقابله ای	۰/۴۳	۰/۳۲	۱

جهت سنجش برازش مدل اندازه گیری از روایی همگرا^۱، روایی واگرا^۲ و پایایی ابزار بهره گرفته شد که شامل سه معیار ضرایب بار عاملی^۳، ضرایب آلفای کرونباخ^۴ و پایایی ترکیبی^۵ است. در ادامه جدول (۲) وضعیت پایایی متغیرهای پژوهش را نشان می دهد. همان گونه که در جدول (۲) نشان داده شده است، هر سه متغیر پژوهش دارای مقدار آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی بالای ۰/۷ می باشند و مناسب بودن وضعیت پایایی را می توان مورد قبول دانست؛ روایی همگرای بالای ۰/۵ برای متغیرها، نشان از تأیید روایی همگرای متغیرهای پژوهش دارد.

جدول ۲. معیارهای آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی و روایی همگرای متغیرهای پژوهش

Table 2. Cronbach's alpha criteria, composite reliability and convergent validity of research variables

متغیرهای مکنون	ضریب آلفای کرونباخ (Alpha \geq 0/7)	ضریب پایایی ترکیبی (CR \geq 0/7)	میانگین واریانس استخراج شده (AVE \geq 0/5)
اضطراب کووید-۱۹	۰/۸۴۰	۰/۸۸۲	۰/۵۸۲
حمایت اجتماعی ادراک شده	۰/۸۱۶		
حمایت خانواده	۰/۷۹۸		
حمایت دوستان	۰/۸۰۱	۰/۸۷۲	۰/۶۸۴
حمایت سایرین مهم	۰/۸۸۳		
راهبرد مقابله ای	۰/۸۴۶	۰/۹۲۶	۰/۷۸۹

جهت بررسی روایی واگرایی مدل اندازه گیری، از ماتریس فروئل-لارکر^۶ و ماتریس بارهای عاملی متقابل استفاده گردیده است که در جدول (۳) و (۴) گزارش شد. بر اساس نتایج به دست آمده از همبستگی ها و مجذور میانگین واریانس استخراج شده که بر روی قطر جدول (۴) قرار داده شده می توان روایی واگرایی و اگرای مدل در سطح سازه را از نظر ماتریس فروئل-لارکر نتیجه گرفت.

1. Convergent Validity
2. Discriminant Validity
3. Factor load coefficients
4. Cronbachs Alpha
5. Composite Reliability
6. Fornell and Larcker



جدول ۳. همبستگی میان متغیرهای مکنون و مقادیر AVE

Table 3. Correlation between latent variables and AVE values

سازه	اضطراب کووید-۱۹	حمایت اجتماعی ادراک شده	راهبردهای مقابله‌ای
اضطراب کووید-۱۹	۰/۷۶۲		
حمایت اجتماعی ادراک شده	۰/۴۶۵	۰/۸۲۷	
راهبردهای مقابله‌ای	۰/۴۳۰	۰/۳۲۳	۰/۸۸۸

جدول ۴. ماتریس بارهای عاملی متقابل

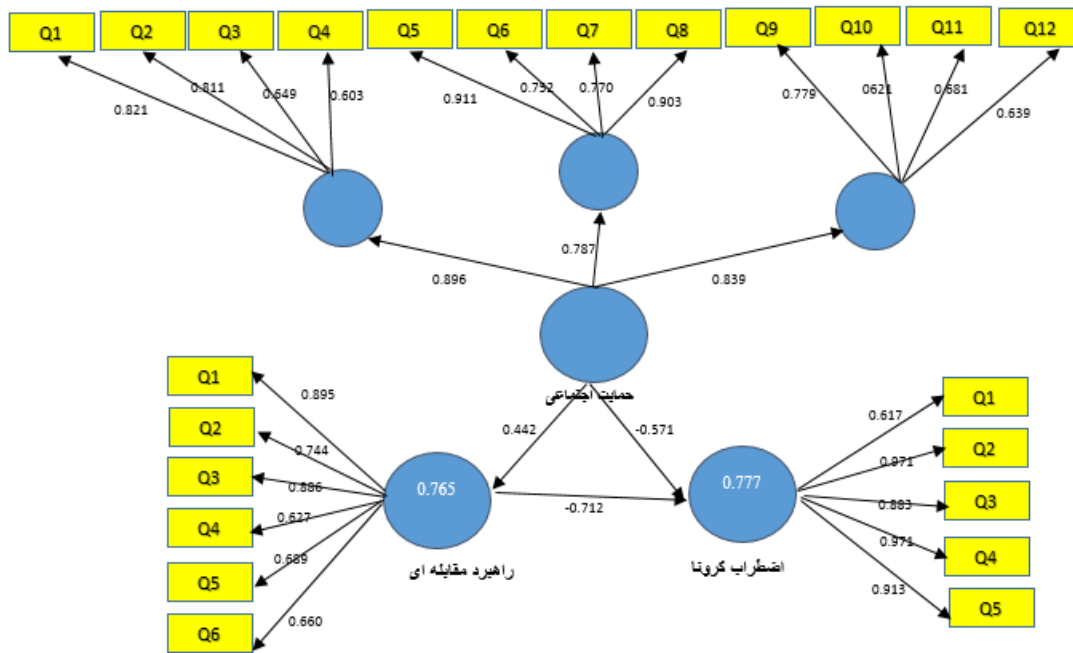
Table 4. The matrix of mutual factor loadings

متغیرهای پنهان	اضطراب کووید-۱۹	حمایت اجتماعی ادراک شده	راهبردهای مقابله‌ای
اضطراب کووید-۱۹	۰/۶۱۷	۰/۵۸۹	۰/۵۲۸
	۰/۹۷۱	۰/۵۸۹	۰/۳۲۹
	۰/۸۸۳	۰/۴۴۱	۰/۳۲۹
	۰/۹۷۱	۰/۳۸۱	۰/۴۸۹
	۰/۹۱۳	۰/۲۲۹	۰/۲۳۹
حمایت اجتماعی ادراک شده	۰/۴۹۹	۰/۸۲۱	۰/۲۵۹
	۰/۲۳۴	۰/۸۱۱	۰/۴۸۹
	۰/۵۲۲	۰/۶۴۹	۰/۴۹۹
	۰/۵۲۳	۰/۶۰۳	۰/۲۳۴
	۰/۱۲۳	۰/۹۱۱	۰/۵۲۲
	۰/۳۲۹	۰/۷۵۲	۰/۵۲۳
	۰/۳۲۹	۰/۷۷۰	۰/۱۲۳
	۰/۴۸۹	۰/۹۰۳	۰/۲۵۹
	۰/۲۳۹	۰/۷۷۹	۰/۴۲۸
	۰/۲۵۹	۰/۶۲۱	۰/۳۳۲
	۰/۴۸۹	۰/۶۸۱	۰/۳۰۷
	۰/۴۹۹	۰/۶۳۹	۰/۱۱۹
راهبردهای مقابله‌ای	۰/۵۹۹	۰/۳۲۹	۰/۸۹۵
	۰/۴۱۷	۰/۴۸۹	۰/۷۴۴
	۰/۴۴۰	۰/۲۳۹	۰/۸۸۶
	۰/۲۵۴	۰/۲۵۹	۰/۶۲۷
	۰/۱۸۰	۰/۴۸۹	۰/۶۸۹
	۰/۳۵۸	۰/۴۹۹	۰/۶۶۰

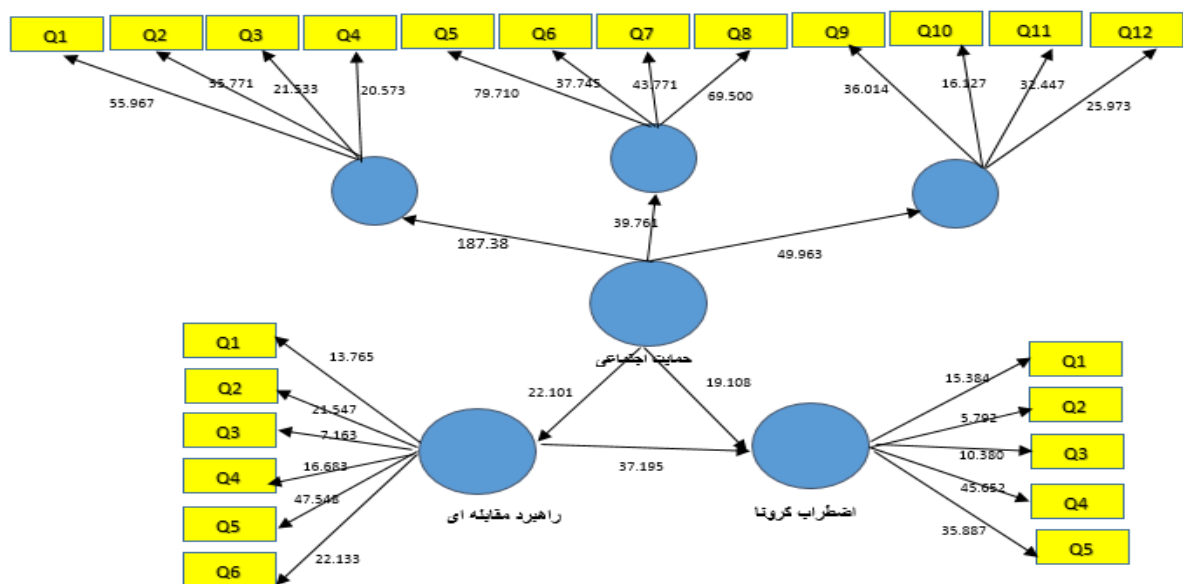
پس از سنجش روایی و پایایی مدل اندازه‌گیری، مدل ساختاری از طریق روابط بین متغیرهای مکنون مورد بررسی قرار می‌گیرد. ضمن اینکه در پژوهش حاضر از پرکاربردترین معیارها برای برازش مدل ساختاری استفاده شده است. این معیارها شامل؛ ضریب معنادار، ضریب تعیین R^2 و ضریب قدرت پیش‌بینی Q^2 است.

اولین و اساسی‌ترین معیار برازش مدل ساختاری، ضریب مسیر و معناداری آن است. مقدار ضرایب معناداری باید معادل یا بیشتر از شاخص معناداری ۱/۹۶ باشد. در صورتی که مقدار این اعداد از ۱/۹۶ بیشتر شود، نشان از صحت رابطه بین سازه‌ها و در نتیجه تأیید فرضیه‌های پژوهش است (۵۳). ضرایب مسیر مدل اجرا شده در شکل (۲) و معناداری آنها در شکل (۳)، نشان داده شده است. همان‌طور که در مدل ترسیم شده (شکل ۲) قابل ملاحظه است، متغیرهای برون‌زای مدل تأثیر قابل توجهی بر متغیرهای درون‌زای تحقیق دارند.





شکل ۲. ضریب مسیر و برازش مدل ساختاری با استفاده از مقادیر R2
 Figure 2. Path coefficient and structural model fit using R2 values



شکل ۳. برازش مدل ساختاری با استفاده از ضرایب معناداری T
 Figure 3. Fitting the structural model using the significance coefficients of T

با توجه به ضرایب معناداری در شکل (۳)، می توان بیان کرد که تمامی روابط بین متغیرهای مدل تحقیق معنادار هستند. به بیان دیگر، تمامی روابط بین متغیرهای مدل مورد تأیید قرار گرفته اند.

R² معیاری است که نشان از تأثیر یک متغیر برونزا بر یک متغیر درونزا دارد و سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی R² در نظر گرفته می شود (۵۳). همانگونه که در شکل (۲) مشاهده می شود، مقدار R² برای متغیرهای



اضطراب به ۰/۷۷۷ و برای متغیر راهبرد مقابله‌ای ۰/۷۶۵ محاسبه شده است که با توجه به سه مقدار ملاک، R^2 برای هر متغیر در سطح قوی ارزیابی می‌شود.

ضریب قدرت پیش‌بینی (Q^2): معیار Q^2 نیز قدرت پیش‌بینی مدل را مشخص می‌کند و در صورتی که این معیار در مورد یک سازه درون‌زا سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را کسب نماید، به ترتیب نشان از قدرت پیش‌بینی ضعیف، متوسط و قوی متغیر برون‌زای مربوط به آن را دارد (۵۳). معیار Q^2 برای متغیر اضطراب ۰/۴۸۲ و برای متغیر راهبرد مقابله‌ای ۰/۳۵۱ محاسبه شده است، بنابراین قدرت پیش‌بینی مدل در سطح قوی ارزیابی گردید.

در نهایت برای بررسی برازش مدل کلی پژوهش از معیار نیکویی برازش^۱ استفاده شد. با توجه به سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ که به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای نیکویی برازش معرفی شده است (۵۳). معیار نیکویی برازش با استفاده از رابطه (۱) محاسبه گردید.

$$GOF = \sqrt{R_{Average}^2 \times AVE_{Average}} \approx 0.721 \quad \text{رابطه ۱}$$

حصول مقدار ۰/۷۱۲ درصد برای معیار GOF، برازش بسیار مناسب مدل کلی پژوهش را تأیید می‌کند. در نهایت برآورد اثرات مستقیم مدل پژوهش در جدول (۵) گزارش گردید.

جدول ۵. برآورد اثرات مستقیم

Table 5. Estimation of direct effects

نتیجه	آماره t	ضریب مسیر	متغیر وابسته	مسیر	متغیر مستقل
تأیید	۱۹/۱۰۸	-۰/۵۷۱	اضطراب کووید-۱۹	<---	حمایت اجتماعی ادراک شده
تأیید	۳۷/۱۹۵	-۰/۷۱۲	اضطراب کووید-۱۹	<---	راهبرد مقابله‌ای
تأیید	۲۲/۱۰۱	۰/۴۴۲	راهبرد مقابله‌ای	<---	حمایت اجتماعی ادراک شده

در ادامه از آزمون سوبل برای سنجش معناداری تأثیر میانجی یک متغیر در رابطه میان دو متغیر دیگر استفاده شد و از رابطه (۲) برای محاسبه معناداری سوبل استفاده شد.

$$Z = \frac{a*b}{\sqrt{(b^2*S^2a)+(a^2*S^2b)}} = 4.40 \quad \text{رابطه ۲}$$

با توجه به نتایج رابطه ۲ می‌توان گفت، در سطح اطمینان ۹۵ درصد، تأثیر متغیر میانجی راهبرد مقابله‌ای، در رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با اضطراب کووید-۱۹ معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این پژوهش تعیین تأثیر حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبرد مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران بود. نتایج حاصل از تحلیل یافته‌های پژوهش نشان داد، حمایت اجتماعی ادراک شده بر اضطراب کووید-۱۹ بازیکنان فوتبال استان سمنان تأثیر دارد. حمایت اجتماعی ادراک شده به‌طور مستقیم و منفی بر اضطراب کووید-۱۹ تأثیر گذاشته و به میزان ۵۷/۱ درصد از تغییرات اضطراب کووید-۱۹ را تبیین می‌نماید. این یافته پژوهش با نتایج تحقیقات کریمی و همکاران (۲۰۲۱)، گوا^۲ و همکاران (۲۰۲۱)، اوزمتا و پاک

1. Goodness of Fit

2. Guo



(۲۰۲۰)، گوندوز^۱ و همکاران (۲۰۱۹) هم‌راستا است (۴۲، ۴۳، ۵۴، ۵۵). لی و همکاران (۲۰۲۰) بیان کرده‌اند، حمایت اجتماعی به عنوان یک محافظ در برابر اثرات منفی و استرس‌زای کووید-۱۹ عمل می‌کند (۲۸). فراهم کردن حمایت اجتماعی به میزان کافی، تأثیر بسیاری بر سطوح اضطراب دارد. چنانکه افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده، کاهش آسیب‌های روانی را به همراه دارد و در نتیجه فرد بهتر می‌تواند با اضطراب و استرس خود را منطبق کند. سازوکار ادراک حمایت اجتماعی بدین صورت است که با خنثی کردن اثرات نامطلوب و کاهش فشارهای روانی در دوران شیوع بیماری کووید-۱۹ سبب کنترل اضطراب ناشی از بیماری خواهد شد (۴۴). مطابق با تئوری توانمندسازی حمایت اجتماعی با توسعه برخی عوامل روانی مثبت همچون باورهای مثبت نسبت به خویشتن در پیش‌بینی و کنترل تجارب اضطراب‌آور مفید است. براساس دیدگاه عاملیت پیش‌گستر وجود حمایت در برابر موقعیت‌های اضطراب‌آور عامل حفاظتی احتمالی محسوب می‌شود (۵۶). با افزایش توانمندی و انطباق‌پذیری فرد در هنگام اضطراب، خودمهارگری فرد افزایش یافته و در نتیجه به فرد در مهار اضطراب کمک خواهد نمود. حمایت اجتماعی ادراک شده یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده سلامت جسمی و روانشناختی افراد از کودکی تا بزرگسالی به شمار می‌آید و به عنوان سپری در برابر اضطراب عمل می‌کند. این یافته تقویت‌کننده نظریه مستقیم حمایت اجتماعی است؛ این نظریه بر آن است که اثر حمایت اجتماعی بر سلامتی شخص مستقیم و خود به خود برای سلامتی و تندرستی سودمند است. طبق این الگو کمبود حمایت اجتماعی یا فقدان آن به خودی خود تنش‌زا است؛ بنابراین حمایت اجتماعی در همه حال، اعم از وقوع حوادث تنش‌زا و غیرتنش‌زا سودمند است. در توجیه این یافته پژوهش می‌توان گفت ورزشکاران دارای سطوح بالای حمایت اجتماعی ادراک‌شده اطمینان دارند در هر موقع که نیاز باشد، دیگران اعم از خانواده، دوستان و مربیان برای کمک به آنها حضور خواهند داشت و در نتیجه ممکن است رویدادهای استرس‌زا همچون بیماری‌ها را کمتر فشارزا تصور کنند. در واقع دریافت انواع متعدد حمایت اجتماعی می‌تواند به فرد کمک کند، اثرات منفی موقعیت‌های استرس‌زا را حذف یا دست کم آنها را کاهش دهد. حمایت اجتماعی نیروی مقابله‌ای برای رویارویی موفقیت‌آمیز و آسان در زمان مواجهه با چالش و تنیدگی محسوب می‌شود. ورزشکاران وقتی مطمئن شود که در هنگامه مشکلات تنها نیستند، از ضعف و ناامیدی در امان می‌ماند و در کنار افراد مهم زندگیشان، نیروی خویش را معطوف به رفع مشکل می‌کنند و در نتیجه اضطراب فرد به هنگام رویارویی با شرایط تنش‌زا همچون بیماری کاهش می‌یابد؛ بنابراین حمایت اجتماعی ادراک‌شده به ایجاد نوعی اعتماد به نفس و اطمینان از مواجهه مؤثر و مفید در برابر بیماری کرونا منجر می‌شود؛ در نتیجه ورزشکاران با حمایت اجتماعی ادراک‌شده بالا، میزان اضطراب ناشی از بیماری کرونا کمتر خواهد بود.

یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که راهبرد مقابله‌ای بر اضطراب کووید-۱۹ ورزشکاران فوتبال استان سمنان تأثیر دارد. راهبرد مقابله‌ای بطور مستقیم و منفی بر ایجاد اضطراب کووید-۱۹ تأثیر می‌گذارد و به میزان ۷۱/۲ درصد از تغییرات اضطراب کووید-۱۹ را تبیین می‌نماید. این یافته پژوهش با نتایج مهرصفر و همکاران (۲۰۱۸)، هانگ و همکاران (۲۰۲۰)، لی و پنگ (۲۰۲۰)، روح افزا و همکاران (۲۰۱۴) هم‌راستا است (۲۵، ۲۷، ۲۸، ۵۷). کرامر آو همکاران (۲۰۲۰) بیان کرده‌اند، راهبردهای مقابله‌ای مؤثر، آگاهی افراد را از شدت تأثیر وضعیت اضطرابی کرونا و ویروس افزایش می‌دهد و به افراد کمک می‌کند با صرف کمترین هزینه (مادی و معنوی) تاب‌آوری خود را افزایش داده و از بحران ناشی از کرونا و ویروس گذر نمایند (۵۸). راهبردها اگر به شکل صحیح خود به کار گرفته شوند، می‌توانند به مردم کمک کنند تا رویدادهای استرس‌زا و هیجان‌های منفی را به خوبی کنترل کرده (۵۹) و اضطراب کووید-۱۹ ناشی از این شرایط را نیز کاهش دهند. راهبردهای مقابله‌ای کارآمد به افراد کمک می‌کنند تا معنا پیدا کنند، تحمل پریشانی خود را بالا ببرند، دیدگاهی از روابط عمیق انسانی ایجاد کنند و افراد اقدامات ارزش محور را در شرایط بیماری همه‌گیر کرونا و ویروس انجام دهند. در واقع افراد با پذیرش شرایط بحرانی، با رعایت شیوه‌ها و رعایت نکات بهداشتی به زندگی خود ادامه داده و با مطالعه هدفمند در این راستا راه‌های مواجهه سالم پیشگیری از کرونا و ویروس را یاد می‌گیرند تا در زندگی روز مره استفاده کنند (۶۰). در تبیین این یافته پژوهش می‌توان گفت، ورزشکاران رشته‌های

1. Gunduz
2. Krammer



گروهی همچون فوتبال با توجه به تمرینات گروهی و نیاز به فضای باز در دوران کرونا بسیار محدود شدند. تعطیلی باشگاه‌ها و قرنطینه شدن افراد در خانه باعث شد اعتماد به نفس افراد تحت‌الشعاع قرار بگیرد و باعث عدم باور فرد به توانایی‌هایش شود. زمانی که افراد در خانه محدود شوند و فعالیت ورزشی خارج از منزل نداشته باشند، الگوی خوابشان آسیب‌دیده و رژیم غذایی افراد نیز بهم می‌ریزد. کمبود فضای مناسب ورزشی در خانه سبب ایجاد افکار ناخوشایند و کسالت‌آور شده و در نتیجه فرد توانایی مقابله با اضطراب ناشی از کرونا را نخواهد داشت. در دوران شیوع بیماری کرونا و قرنطینه، برخورداری از مهارت‌های مقابله‌ای کارآمد سبب می‌شود تا افراد به درک درستی از شرایط رسیده و توانایی مقابله با اضطراب بیماری را داشته باشند. در واقع فرد با به‌کار بستن سبک مقابله کارآمد از مهارت‌های شناختی برای حل مسئله استفاده می‌کند. بر این اساس راه‌های مقابله با مشکل مستقیماً بررسی می‌شود و راه‌حل‌های مناسب برای آن به دست می‌آید. از سوی دیگر این وضعیت باعث نظم و انسجام فکری شده و آشفتگی را کاهش می‌دهد و نتیجه آن کاهش اضطراب خواهد بود.

یافته‌های پژوهش نشان داد حمایت اجتماعی ادراک شده بر راهبردهای مقابله با یکنان فوتبال تاثیر مثبت و معناداری دارد. این یافته پژوهش با نتایج ابوالقاسم فیروزکوهی و همکاران (۲۰۱۹)، حسن‌زاده و همکاران (۲۰۱۳)، فرج‌الهی و همکاران (۲۰۱۵)، شهسوار شیرازی و همکاران (۲۰۱۵) هم‌راستا است (۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴). فرج‌الهی و همکاران (۲۰۱۵) ادعان داشته‌اند که حمایت اجتماعی یک تأثیر محافظتی مهم در ارتباط بین بیماری و سلامت است (۶۳). ارتباطات نزدیک و حمایت اجتماعی که توسط خانواده، دوستان، همکاران و جامعه فراهم می‌شود، ارتباط مثبتی با بهبود عملکرد در محیط کار، مقابله با مشکلات زندگی، سازگاری عمومی و بهزیستی جسمانی و روانشناختی دارد (۶۳). کویک و ایلدیز^۱ (۲۰۱۷) در پژوهشی با عنوان نقش حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای در پیش‌بینی مثبت اندیشی نوجوانان به این مهم دست یافتند، حمایت‌های اجتماعی ادراک شده نقش مهمی در حل مشکلات و مقابله کارآمد با مسائل دارد (۶۵). در تبیین این یافته پژوهش می‌توان گفت، دریافت حمایت از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی، فرد را قادر به استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگار می‌کند و همچنین به افراد کمک می‌کند تا به طور موثر و منطقی با تنیدگی‌های محیطی ناشی از بیماری کرونا سازگاری حاصل کنند. چنانچه ورزشکاران از حمایت اجتماعی برخوردار باشند، خود را فردی شایسته دانسته؛ میزان عزت نفس آن‌ها با توجه به حمایت ادراک شده افزایش یافته و فرد توان بیشتری برای استدلال درست مسایل و چالش‌های پیش رو خواهد داشت. در واقع حمایت اجتماعی ادراک شده به عنوان سپری محافظتی برای ورزشکاران عمل خواهد نمود. حمایت اجتماعی موجب می‌شود که آن‌ها ترغیب و احساس اطمینانی از دوستان، خانواده و مربیان کسب کنند که در هنگام برخورد با اضطراب افراد را مقاوم‌تر می‌کند و توان فرد را برای تصمیم‌گیری سازگار با شرایط بحرانی را افزایش می‌دهد.

نتایج پژوهش نیز نقش میانجی راهبردهای مقابله‌ای را در ارتباط حمایت اجتماعی ادراک شده و اضطراب کرونا تایید نمود. در تبیین این یافته پژوهش می‌توان ادعا نمود که همه‌گیری بیماری‌های مسری به عنوان یک وضعیت بسیار استرس‌زا، واکنشی را به همراه دارد که شامل پاسخ‌های هیجانی، جسمانی و روانی می‌باشد. این امر سبب فشار روانی شده و افراد به‌ویژه ورزشکاران در پی آن هستند که این شرایط استرس‌زا را کنترل، اداره و یا با این شرایط کنار آمده و با آن زندگی کنند و در این میان حمایت اجتماعی یکی از نیرومندترین عوامل مقابله‌ای برای مواجهه موفقیت‌آمیز و آسان افراد در زمان درگیری با شرایط تنش‌زا شناخته شده و تحمل مشکلات را برای افراد تسهیل می‌کند. وجود چنین منبع عاطفی منجر می‌گردد، این افراد همواره تکیه‌گاه و منبع حمایتی مناسبی در پشت سر خود در هنگام مواجهه با مشکلات و شرایط استرس‌زا زندگی احساس کنند و راهبردهای مقابله صحیح را بکار گیرند که این عامل تاثیر بسزایی در کاهش تنش و نگرانی‌های مربوط به ویروس کرونا دارد. حمایت اجتماعی ادراک‌شده و مهارت‌های مقابله‌ای کارآمد هر دو بخشی از شاخص سلامت روانی را تبیین می‌کنند و تعامل بین این دو متغیر وقتی که فرد رویدادهای استرس‌زای زندگی را تجربه می‌کند، باعث مدیریت بهتر شرایط استرس‌زا و کاهش تنش‌های جسمی و روانی می‌شود. وقتی ورزشکاران بتوانند علاوه بر منابع روانشناختی درونی از قبیل راهبردهای مقابله‌ای کارآمد همچنین از طریق حمایت اجتماعی ادراک‌شده به عنوان منبع دارای

اهمیت بالا در کنترل استرس بر اضطراب خود در مقابل همه‌گیری کووید-۱۹ فائق آیند، کاهش اضطراب در شرایط همه‌گیری بیماری را تجربه می‌کنند.

براساس نتایج به دست آمده، برای کاهش اضطراب ناشی از بیماری کرونا، افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده و راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند تاثیرگذار باشد؛ لذا پیشنهاد می‌گردد، مسئولین مربوطه در جهت آگاه‌سازی مناسب عموم مردم و به ویژه ورزشکاران با شرایط واقعی پیش آمده اقدام کنند و راهکارهای پیشگیری و کنترل اضطراب را آموزش دهند. چرا که دانستن و آگاهی درست در مورد این بیماری افراد را برای مواجهه با این بیماری آماده کرده و به جای اجتناب از مسئله و کناره‌گیری نسبت به آن سعی کنند با رعایت شیوه‌نامه‌های صحیح در جهت رفع مشکل اقدام کنند و شرایط به وجود آمده را مدیریت کنند. با توجه به اهمیت کسب موفقیت ورزشی برای ورزشکاران و تاثیر آن‌ها بر کنترل سطوح اضطراب، افراد مهم و دخیل در کسب موفقیت تحت آموزش قرار گرفته و با شیوه‌های حمایتی آشنا شوند و با مشارکت و همکاری مناسب، بستر لازم جهت کنترل سطح اضطراب را فراهم آورند. حضور و حمایت دوستان نزدیک و خانواده در مسابقات، بویژه مسابقاتی که از حساسیت خاصی برخوردارند و در ادامه فعالیت ورزشی نقشی سرنوشت‌ساز و تعیین‌کننده دارند، قطعاً می‌تواند پیامدهای مثبتی به دنبال داشته باشد؛ همچنین وجود مشاور در کنار تیم نیز کمک بزرگی می‌تواند در این مسیر باشد.

منابع

1. Cherif A, Barley K, Hurtado M. Homo-psychologicus: Reactionary behavioural aspects of epidemics. *Epidemics*. 2016;14:45-53. doi: 10.1016/j.epidem.2015.09.003
2. Sohrabi C, Alsafi Z, O'Neill N, Khan M, Kerwan A, Al-Jabir A, et al. World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *International journal of surgery*. 2020;76:71-6. doi: 10.1016/j.ijssu.2020.02.034
3. Yousefi B, Valizadeh S, Ghaffari H, Vahedi A, Karbalaei M, Eslami M. A global treatments for coronaviruses including COVID-19. *Journal of cellular physiology*. 2020;235(12):9133-42. doi: 10.1002/jcp.29785
4. Asmundson GJ, Taylor S. How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. *Journal of anxiety disorders*. 2020;71:102211. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102211
5. Cheng SK, Wong C, Tsang J, Wong K. Psychological distress and negative appraisals in survivors of severe acute respiratory syndrome (SARS). *Psychological medicine*. 2004;34(7):1187-95. DOI: doi: 10.1017/S0033291704002272
6. Jalloh MF, Li W, Bunnell RE, Ethier KA, O'Leary A, Hageman KM, et al. Impact of Ebola experiences and risk perceptions on mental health in Sierra Leone, July 2015. *BMJ global health*. 2018;3(2):e000471. doi: 10.1136/bmjgh-2017-000471
7. Shahyad S, Mohammadi MT. Psychological impacts of Covid-19 outbreak on mental health status of society individuals: a narrative review. *Journal of military medicine*. 2020;22(2):184-92. doi: 10.30491/JMM.22.2.184 [Persian].
8. Wu Z, McGoogan JM. Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in China: summary of a report of 72 314 cases from the Chinese Center for Disease Control and Prevention. *Jama*. 2020;323(13):1239-42. doi: 10.1001/jama.2020.2648
9. Dong X-Y, Wang L, Tao Y-X, Suo X-I, Li Y-C, Liu F, et al. Psychometric properties of the Anxiety Inventory for Respiratory Disease in patients with COPD in China. *International journal of chronic obstructive pulmonary disease*. 2016:49-58. doi: 10.2147/COPD.S117626
10. Valero-Moreno S, Lacomba-Trejo L, Casaña-Granell S, Prado-Gascó VJ, Montoya-Castilla I, Pérez-Marín M. Psychometric properties of the questionnaire on threat perception of chronic illnesses in pediatric patients. *Revista latino-americana de enfermagem*. 2020;28. doi: 10.1590/1518-8345.3144.3242



11. Bok D, Chamari K, Foster C. The pitch invader—COVID-19 canceled the game: what can science do for us, and what can the pandemic do for science? *International journal of sports physiology and performance*. 2020;15(7):917-9. doi: 10.1123/ijsp.2020-0467
12. Mon-López D, de la Rubia Rianza A, Hontoria Galán M, Refoyo Roman I. The impact of Covid-19 and the effect of psychological factors on training conditions of handball players. *International journal of environmental research and public health*. 2020;17(18):6471. doi: 10.3390/ijerph17186471
13. Barani M, Solimani M, Afkhar A. Identifying the Psychological Consequences of Health Crises in Athletes' Lifestyle (Case Study: Coronavirus Epidemic). *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*. 2023;11(42):81-104. doi: 10.22089/spsyj.2022.11784.2266 **[Persian]**
14. Fischhoff B. Speaking of psychology: Coronavirus anxiety. *American Psychological Association*. 2020.
15. Bajema KL, Oster AM, McGovern OL, Lindstrom S, Stenger MR, Anderson TC, et al. Persons evaluated for 2019 novel coronavirus—United States, January 2020. *Morbidity and mortality weekly report*. 2020;69(6):166. doi: 10.15585/mmwr.mm6906e1
16. To KK-W, Tsang OT-Y, Yip CC-Y, Chan K-H, Wu T-C, Chan JM-C, et al. Consistent detection of 2019 novel coronavirus in saliva. *Clinical Infectious Diseases*. 2020;71(15):841-3. doi: 10.1093/cid/ciaa149
17. Alipour A, Ghadami A, Alipour Z, Abdollahzadeh H. Preliminary validation of the Corona Disease Anxiety Scale (CDAS) in the Iranian sample. *Quarterly Journal of Health Psychology*. 2020;8(32):163-75. doi: 10.30473/hpj.2020.52023.4756 **[Persian]**
18. Smith MM, Saklofske DH, Keefer KV, Tremblay PF. Coping strategies and psychological outcomes: The moderating effects of personal resiliency. *The journal of psychology*. 2016;150(3):318-32. doi: 10.1080/00223980.2015.1036828
19. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*: Springer publishing company; 1984.
20. Rahimian M, Bozorgi ZD. The Coronavirus Anxiety in the Elderly: The Role of Coping Styles with Stress and Meta-Worry. *Aging Psychology*. 2021;7(2). doi: 10.22126/jap.2021.6167.1504 **[Persian]**
21. Safari A. Predicting coronavirus anxiety based on coping strategies and stress tolerance in working mothers. *Psychology of Woman Journal*. 2020;1(1):26-37. doi: 20.1001.1.27172430.1399.1.4.3.3 **[Persian]**
22. Nikomanesh N, Shabani R. Investigating the relationship between coping styles and corona anxiety in high school students. *the third international conference of psychology, educational sciences and social studies; Hamedan 2019*. <https://civilica.com/doc/1228075> **[Persian]**
23. Bagheri Sheykhgafshe F, Tajbakhsh K, Abolghasemi A. Comparison of covid-19 anxiety, coping styles and health anxiety in athletic and non-athletic students. *Sport Psychology Studies*. 2020;9(32):283-306. doi: 10.22089/spsyj.2020.9377.2027 **[Persian]**
24. Jafari E, Derakhshan S, Salmani A. Investigating the role of coping strategies in predicting coronary heart disease anxiety in students. *The first national congress of universities and covid-19; Tehran 2020*. **[Persian]**
25. Meharsafar AH, Hemayat Talab R, Khabiri M. The role of competitive anxiety and self-confidence in prediction of burnout in elite wushu athletes. *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*. 2018;7(23):35-50. doi: 10.22089/spsyj.2018.1207 **[Persian]**
26. Shehata GA, Gabra R, Eltellawy S, Elsayed M, Gaber DE, Elshabrawy HA. Assessment of anxiety, depression, attitude, and coping strategies of the Egyptian population during the COVID-19 pandemic. *Journal of Clinical Medicine*. 2021;10(17):3989. doi: 10.3390/jcm10173989
27. Huang L, Lei W, Xu F, Liu H, Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PloS one*. 2020;15(8):e0237303. doi: 10.1371/journal.pone.0237303
28. Li Y, Peng J. Coping Strategies as Predictors of Anxiety: Exploring positive experience of Chinese university in health education in COVID-19 pandemic. *Creative Education*. 2020;11(5):735-50. doi: 10.4236/ce.2020.115053.



29. Narimani M, Eyni S. The causal model of coronavirus anxiety in the elderly based on perceived stress and sense of cohesion: the mediating role of perceived social support. *Aging Psychology*. 2021;7(1):27-13. doi: 10.22126/JAP.2021.6043.1494 **[Persian]**
30. Elsenbruch S, Benson S, Rütke M, Rose M, Dudenhausen J, Pincus-Knackstedt MK, et al. Social support during pregnancy: effects on maternal depressive symptoms, smoking and pregnancy outcome. *Human reproduction*. 2007;22(3):869-77. doi: 10.1093/humrep/del432
31. Harley K, Eskenazi B. Time in the United States, social support and health behaviors during pregnancy among women of Mexican descent. *Social science & medicine*. 2006;62(12):3048-61. doi: 10.1016/j.socscimed.2005.11.036
32. Moshki M, Armanmehr V, Cheravi K. The relationship between depression during pregnancy with social support and some demographic variables in pregnant women. *The Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*. 2015;18(142):12-20. doi: 10.22038/IJOGI.2015.4308 **[Persian]**
33. Abolghasemi A, Taghipour M, Narimani M. The relationship of type D personality, self-compassion and social support with health behaviors in patients with coronary heart disease,. *Health Psychology Quarterly*. 2012;1(1):5-20. **[Persian]**
34. Sarafino D. *Health Psychology*. Edition T, editor. New York: John Wiley & Sons; 1998.
35. Fatehizadeh M, Naghavi A, Soltani M. Investigating the relationship between social support and work/family conflict among working women. *Career and Organizational Consulting Quarterly*. 2001;1(1):121-32. **[Persian]**
36. Hoseinzadeh A, Azizi M, Tavakoli H. Social support and life satisfaction in adolescents: the mediating role of self-efficacy and self-esteem. *Developmental psychology (Iranian psychologists)*. 2014;11(41):103-14. **[Persian]**
37. Tull MT, Edmonds KA, Scamaldo KM, Richmond JR, Rose JP, Gratz KL. Psychological outcomes associated with stay-at-home orders and the perceived impact of COVID-19 on daily life. *Psychiatry research*. 2020;289:113098. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113098
38. Jafar Zadeh Dashblag H, Alizadeh P, Abdi M. Determining the role of social support of family and friends in predicting corona anxiety in students. *Journal of New Achievements in Humanities Studies*. 2021;3(33):16-22. **[Persian]**
39. Aakbarvand T, Mirhashemi M, Bashardoost S. Structural model for explaining Covid 19 disease anxiety based on perceived stress with the mediating role of perceived social support in students. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022;11(4):193-204. doi: 20.1001.1.22287280.1400.21.3.7.9 **[Persian]**
40. Seyyedkalan M, Faryadi S, Zarei N. The relationship between coronavirus anxiety and social support and its effects on academic motivation (Case study: Sanandaj Magnet school). *Research in humanities education*. 2022;8(27):91-106. **[Persian]**
41. Khasareh H, Mirtajadini FS. Prediction of Corona disease anxiety based on health locus of control and perceived social support. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022;10(12):97-108. doi:20.1001.1.2383353.1400.10.12.13.5 **[Persian]**
42. Karimi L, Makvandi S, Mahdavian M, Khalili R. Relationship between social support and anxiety caused by COVID-19 in pregnant women. *Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*. 2021;23(10):9-17. doi: 10/22038/IJOGI.2020.17482 **[Persian]**
43. Özmete E, Pak M. The relationship between anxiety levels and perceived social support during the pandemic of COVID-19 in Turkey. *Social Work in Public Health*. 2020;35(7):603-16. doi: 10.1080/19371918.2020.1808144
44. Li X, Wu H, Meng F, Li L, Wang Y, Zhou M. Relations of COVID-19-related stressors and social support with Chinese college students' psychological response during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in psychiatry*. 2020;11:551315. doi: 10.3389/fpsy.2020.551315



45. Wheaton MG, Abramowitz JS, Berman NC, Fabricant LE, Olatunji BO. Psychological predictors of anxiety in response to the H1N1 (swine flu) pandemic. *Cognitive Therapy and Research*. 2012;36:210-8. doi: 10.1007/s10608-011-9353-3
46. Yip P, Cheung Y, Chau P, Law Y. The impact of epidemic outbreak: the case of severe acute respiratory syndrome (SARS) and suicide among older adults in Hong Kong. *Crisis*. 2010;31(2):86-92. doi: 10.1027/0227-5910/a000015
47. Chen H, Gao J, Dai J, Mao Y, Wang Y, Chen S, et al. Generalized anxiety disorder and resilience during the COVID-19 pandemic: evidence from China during the early rapid outbreak. *BMC Public Health*. 2021;21:1-10. doi: 10.1186/s12889-021-11877-4
48. Zhang Y, Ma ZF. Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*. 2020;17(7):2381. doi: 10.3390/ijerph17072381
49. Besharat MA. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support: Questionnaire, Instruction and Scoring*. 2019. **[Persian]**
50. Finset A, Steine S, Haugli L, Steen E, Laerum E. The brief approach/avoidance coping questionnaire: Development and validation. *Psychology, health & medicine*. 2002;7(1):75-85. doi: 10.1080/13548500120101577
51. Mohammadpour M, Ghorbani V, Moradi S, Khaki Z, Foroughi AA, Rezaei MR. Psychometric properties of the Iranian version of the coronavirus anxiety scale. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2020;26(3):374-87. doi: 10.32598/ijpcp.26.3482.1 **[Persian]**
52. Ghasemi, V. *Structural equation modeling in social research using Amos Graphics (without CD)*. Tehran: Jameeshenasan; 2013. **[Persian]**
53. Mohsenin S, Esfidani MR. *Structural equations based on the partial least squares approach with the help of Smart-PLS software*. Tehran: Ketab Mehraban Publications; 2014. **[Persian]**
54. Guo K, Zhang X, Bai S, Minhat HS, Nazan AINM, Feng J, et al. Assessing social support impact on depression, anxiety, and stress among undergraduate students in Shaanxi province during the COVID-19 pandemic of China. *PLoS One*. 2021;16(7):e0253891. doi: 10.1371/journal.pone.0253891
55. Gündüz N, Ahmet Ü, Atar EA. The impact of perceived social support on anxiety, depression and severity of pain and burnout among Turkish females with fibromyalgia. *Archives of Rheumatology*. 2019;34(2):186. doi: 10.5606/ArchRheumatol.2019.7018
56. Benight CC, Bandura A. Social cognitive theory of posttraumatic recovery: The role of perceived self-efficacy. *Behaviour research and therapy*. 2004;42(10):1129-48. doi: 10.1016/j.brat.2003.08.008
57. Roohafza HR, Afshar H, Keshteli AH, Mohammadi N, Feizi A, Taslimi M, et al. What's the role of perceived social support and coping styles in depression and anxiety? *Journal of research in medical sciences: the official journal of Isfahan University of Medical Sciences*. 2014;19(10):944. PMID: 25538777; PMCID: PMC4274570.
58. Krammer S, Augstburger R, Haeck M, Maercker A. Anpassungsstörung, Depression, Stresssymptome, Corona bezogene Sorgen und Bewältigungsstrategien während der Corona Pandemie (COVID-19) bei Schweizer Klinikpersonal. *PPmP-Psychotherapie· Psychosomatik· Medizinische Psychologie*. 2020;70(07):272-82. doi: 10.1055/a-1192-6608
59. Cai H, Tu B, Ma J, Chen L, Fu L, Jiang Y, et al. Psychological impact and coping strategies of frontline medical staff in Hunan between January and March 2020 during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in Hubei, China. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*. 2020;26:e924171-1. doi: 10.12659/MSM.924171
60. Abdoli M, Mirzaei N, Kmali M, Ghelichkhani N. The role of stress coping strategies on fear of coronavirus. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*. 2020;2(3):49-62. doi: 10.52547/jarcp.2.3.49 **[Persian]**



61. Abolghasem Firoozkahi F, Sharifi M, Pourshahriar H, Shokri O. The Mediating Role of Coping Strategies in the Relationship between Perceived Social Support and Postpartum Depression. quarterly journal of women s studies sociological and psychological. 2019;17(3):57-86. doi: 10.22051/JWSPS.2020.28016.2077 **[Persian]**
62. Hasanzadeh P, Aliakbari Dehkordi M, Khamseh M. Social support and coping strategies in patients with type 2 diabetes. Health psychology. 2013;1(2):12-21. doi:20.1001.1.23455020.1395.4.4.5.8 **[Persian]**
63. Farajolahi M, Esmaili Z, Jadidi A. the relationship between social support and happiness, self-efficacy and performance improvement in the workplace. the first scientific research conference of educational sciences and psychology of social and cultural harms in Iran; Tehran 2015. **[Persian]**
64. Shahsawari Shirazi E, Hojjati N, Rostami Khodavardilo R, Parvaz M. investigation of coping strategies with stress and social support in women with MS and its relationship with type A personality in their husbands. international conference Research in behavioral and social sciences 2015. **[Persian]**
65. Çevik GB, Yildiz MA. The Role of Perceived Social Support and Coping Styles in Predicting Adolescents' Positivity. Universal Journal of Educational Research. 2017;5(5):723-32. doi: 10.13189/ujer.2017.050504

