

Necessities of Holding Sports Olympiad for Policewomen: A Qualitative Study

Mohammad Zare Abandansari,¹ Nasrin Azizian Kohan,² Mehrdad Moharamzadeh³

Received: 26/05/2021

Accepted: 22/08/2021

Abstract

Background and Aim: Considering the importance of women in society and especially in the police force, the purpose of this study is to identify the factors affecting the need to hold a special sports Olympiad for police women in the police force.

Method: This is a qualitative research and was carried out by the method of grounded theory and Glaser approach. The nature of exploratory research was conducted with the aim of recognizing the necessities of holding a female police sports Olympiad. The statistical population of the study consisted of faculty members of the Department of Psychology, Sports Management and female police officers of the police force, and a sample of 18 of them were purposefully interviewed to achieve theoretical saturation. After conducting all the interviews, the collected materials were carefully studied and the data obtained from its implementation were divided into three main steps of open coding (concepts), pivotal (sub-category) and selective (main category). To determine the validity of the research, acceptability, transferability and verifiability were used and its reliability was determined by agreement between the two coders as 0.85.

Results and conclusion: In this study, 42 initial codes were obtained which were placed in three main categories of value enhancement, health improvement and job development. In the section of strengthening values, two categories of cultural values and social values, in the section of improving health, physical health and mental health, and in the section of job development, individual and organizational factors were identified. Among the necessities of holding the Women's Police Sports Olympiad are strengthening the Islamic identity, increasing the public image of the police, gaining team experience, reducing job stress, increasing self-awareness, improving mental performance and preventing burnout.

Keywords: Sports, women, police, Olympiads, health

1. PhD Student in Sports Management, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran:

mmdzare19957m@gmail.com

2. Associate Professor of Sports Management, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran: n.azizian@uma.ac.ir

3. Professor of Sports Management, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran (Corresponding Author): mmoharramzadeh@yahoo.com

ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی پلیس زن با رویکرد کیفی

محمد زارع آبدانسی^۱، نسرين عزيزيان کهن^۲، مهرداد محرم‌زاده^{۳*}

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۵/۳۱

چکیده

زمینه و هدف: باتوجه به اهمیت زنان در جامعه و به‌خصوص در نیروی انتظامی، هدف پژوهش حاضر شناسایی عوامل تاثیرگذار بر ضرورت برگزاری المپیاد ورزشی ویژه زنان پلیس در نیروی انتظامی است. **روش:** این پژوهش کیفی است و با روش نظریه داده بنیاد و رویکرد گلیزر اجرا شد. ماهیت پژوهش اکتشافی و با هدف شناخت ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی پلیس زن انجام گردید. جامعه آماری پژوهش را اعضای هیئت علمی گروه روان‌شناسی، مدیریت ورزشی و پلیس‌های زن نیروی انتظامی تشکیل دادند و نمونه ۱۸ نفری از آن‌ها به صورت هدفمند تا دستیابی به اشباع نظری، مورد پرسش قرار گرفتند. پس از اجرای تمامی مصاحبه‌ها، مطالب گردآوری شده به دقت مطالعه شد و داده‌های حاصل از اجرای آن در سه گام اصلی کدگذاری باز (مفاهیم)، محوری (مقوله فرعی) و انتخابی (مقوله اصلی) قرار گرفت. برای تعیین روایی پژوهش از مقبولیت، قابلیت انتقال و تاییدپذیری استفاده شد و پایایی آن با روش توافق بین دو کدگذار ۰/۸۵ تعیین شد.

یافته‌ها و نتایج: در این پژوهش، تعداد ۴۲ کد اولیه به دست آمد که در سه مقوله اصلی تقویت ارزش‌ها، بهبود سلامت و توسعه شغل جای گرفتند. در بخش تقویت ارزش‌ها، دو مقوله ارزش‌های فرهنگی و ارزش‌های اجتماعی، در بخش بهبود سلامت، سلامت جسمانی و سلامت روانی و در بخش توسعه شغل، عوامل فردی و عوامل سازمانی شناسایی شدند. از جمله ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس، تقویت هویت اسلامی، افزایش وجهه عمومی پلیس، کسب تجربه تیمی، کاهش استرس شغلی، افزایش خودآگاهی، بهبود عملکرد ذهنی و جلوگیری از تحلیل رفتگی در شغل هستند.

واژه‌های کلیدی

ورزش، زنان، پلیس، المپیاد، سلامت

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران:

mmdzare19957m@gmail.com

۲. دانشیار مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران: n.azizian@uma.ac.ir

۳. *استاد مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران (نویسنده مسئول):

mmoharramzadeh@yahoo.com

مقدمه

بر اساس آیات قرآن کریم زنان نقش مهمی در استحکام و تقویت بنیاد خانواده دارند (بنی اسدی، ۱۳۹۹، ص ۸۷) افزون بر تاثیر زنان در درون خانواده، می‌توان به نقش موثر آن‌ها در توسعه، پیشرفت و استقلال کشور نیز اشاره کرد (شایگان و مومنی‌راد، ۱۳۹۷، ص ۴۷). زنان تقریباً نیمی از جمعیت را تشکیل می‌دهند و با حضوری چشمگیر در تمامی بخش‌های مهم جامعه از جمله نیروی انتظامی، نقش مهمی در برقراری نظم و امنیت، ایجاد آسایش اجتماعی و شکل‌گیری آرامش روانی جامعه ایفا می‌کنند (فرزین‌راد و عترت‌دوست، ۱۳۹۸، ص ۸۳). با توجه به اینکه زنان نیز مانند مردان در جامعه وارد جنبه‌های مختلف جرم می‌شوند، وجود نیروهای پلیس زن به دلیل مشروعیت‌های فرهنگی و رعایت مسائل شرعی در برطرف کردن مشکلات ضروری است (محمدی، ۱۳۹۵، ص ۲۰۰). با در نظر گرفتن نقش‌های تاثیرگذار و مهم زنان در جامعه، استفاده از پلیس‌های زن در نیروی انتظامی منجر به بهبود نظم و امنیت بیشتری در جامعه می‌شود (حسینیان، ۱۴۰۰، ص ۷۷). همین‌طور بحران‌های زیادی در یک جامعه ممکن است شکل بگیرد و مدیریت بحران‌ها بدون وجود نیروی انتظامی امکان‌پذیر نیست و با توجه به ملاحظات فرهنگی و ارزش‌های اسلامی جامعه، برخورداری از پلیس‌های زن در نیروی انتظامی نیازی اساسی است (سیفی و کاظمیان، ۱۳۹۹، ص ۳). بدین سبب استفاده از پلیس زن به دلیل ارتباط مستقیمی که با موضوعات مرتبط با زنان و کودکان دارد، نه تنها ضرورت ایجاد یک واحد مجزا در سازمان نیروی انتظامی را سبب می‌شود، بلکه به عنوان یک رکن اساسی از سوی جامعه اسلامی پذیرفته شده است (مرادیان و اعظم کریمائی، ۱۳۹۱، ص ۳۴).

حوادث پرخطر و با استرس بالا که افسران پلیس به طور مرتب با آن روبرو می‌شوند، آنان را در معرض آسیب‌های شدید قرار می‌دهد که می‌تواند منجر به انواع واکنش‌های جانبی از جمله اختلال استرس پس از سانحه، اختلال استرس حاد، اختلال افسردگی اساسی و اختلالات اضطرابی شود (رگهر، کاری، واگنر، آلدن، بویز، کورنیل و فلیچمن^۱، ۲۰۲۱،

1. Regehr, Carey, Wagner, Alden, Buys, Corneil, & Fleischmann

ص ۲۲۵). بنابراین دشواری شغل و پیچیدگی‌های زیادی که در ماموریت‌های کاری و امور روزمره کارکنان نیروی انتظامی وجود دارد، عامل به وجود آورنده استرس و دغدغه‌های ذهنی زیادی برای آنان است (نجاری، کریمی و بی‌باک، ۱۳۹۸، ص ۱۳۲). این فشارهای روانی و استرس زیاد، علاوه بر این که سلامت روحی و جسمانی افسران نیروی انتظامی را به خطر می‌اندازد، در تعاملات و ارتباط با شهروندان نیز می‌تواند اثرات مخربی داشته باشد (کیروش، پاسوس، بارتولو، مارکز، داسیلوا و پیرا^۱، ۲۰۲۰، ص ۵۸۷). یکی از عواملی که سبب مقابله با استرس‌های روانی و افزایش انگیزه کارکنان در شغل می‌شود و سختی‌های موجود در شغل را برای کارکنان آسان می‌کند، توجه کافی به ورزش و فعالیت‌های گروهی است و یکی از فعالیت‌های گروهی مهم در حیطه ورزش، المپیادهای ورزشی هستند و با توجه به اینکه نیروی انتظامی، از جمله پرفشارترین و سخت‌ترین مشاغل از نظر ذهنی و جسمی محسوب می‌شود، فعالیت‌های ورزشی به خصوص ورزش‌های گروهی نقش زیادی در آرامش ذهنی و بهزیستی روانی کارکنان نیروی انتظامی ایفا می‌کند (محبی، باران‌چشمه و صفری، ۱۳۹۴، ص ۶۹). افسران پلیس می‌توانند با ورزش کردن و تقویت جنبه‌های مثبت روانی، سبب پرورش بدنی سالم به منظور انجام ماموریت‌های پرفشار شوند (گوا^۲، ۲۰۱۹، ص ۱۶۳) و به طور کلی می‌توان گفت که ورزش کردن و کسب آمادگی جسمانی منجر به کاهش ابتلا به بیماری‌های مختلف در ماموران نیروی انتظامی می‌شود (مجلسی، سپهری‌فر و متشکرآرانی، ۱۳۹۵، ص ۶۳).

ورزش علاوه بر بالا بردن ظرفیت‌های جسمانی و روانی، کارکردهای دیگری نیز دارد؛ بخش بزرگی از جامعه به شکل‌های مختلف با ورزش سروکار دارند. ورزش و فعالیت ورزشی بخش عظیمی از زندگی اجتماعی را تشکیل داده است. با نگاهی به اخبار رسانه‌ها شاهد آن هستیم که افراد در کنار فعالیت کاری، زمانی را در طول شبانه‌روز به ورزش اختصاص می‌دهند (عیدی‌پور، خزایی، آرین و غلامی ترکسلویه، ۱۳۹۴، ص ۵۸). به همین علت، ورزش به عنوان یکی از مسائل فرهنگی و اجتماعی از اهمیت خاصی در جوامع

1. Queirós, Passos, Bártolo, Marques, da Silva, & Pereira

2. Guo

مختلف برخوردار است که کارکردهای متعدد اجتماعی و فرهنگی داشته و تاثیرات و تحولات زیادی را در مناسبات ملی و بین‌المللی بر جای می‌گذارد.

با توجه به نقش فعالیت‌های ورزشی در توسعه منابع انسانی پلیس، این پژوهش تلاش می‌کند به این سوال پاسخ دهد که چه عواملی لزوم برگزاری المپیادهای ورزشی برای زنان پلیس را مورد تاکید قرار می‌دهد.

مبانی نظری: یکی از شیوه‌های کاربردی ورزش کردن و حضور در فعالیت‌های ورزشی، شرکت در المپیادهای ورزشی است. المپیادهای ورزشی از گذشته تا به امروز یکی از راهبردهای مهم ارتقای رشد و تعالی افراد شرکت‌کننده بوده است. با شرکت در المپیادهای ورزشی و فعالیت‌های گروهی ورزشی، اعتماد به نفس افراد بالا می‌رود و همین‌طور این رویدادها، ابزاری مناسب برای بهبود مسئولیت‌پذیری و ارتقای روحیه جمع‌گرایی نیز هستند (ساعتچیان، کشتیدار، رعنائی و عزیزی، ۱۳۹۸، ص ۳۹). براساس نظریه‌های جامعه‌شناسی، از جمله دیدگاه کارکردگرایی، برگزاری المپیادهای ورزشی، نقش مهمی در شناخت و تشریک مساعی بین افراد، مسئولیت‌پذیری و بروز استعدادها، اجتماعی، تحکیم و گسترش ارتباطات اجتماعی، تقویت همبستگی و مشارکت اجتماعی و ارتقای سرمایه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و انسانی دارد (مرادی، خالدیان و مصطفایی، ۱۳۹۶، ص ۵۶). در همین راستا جمشیدی، باقرزاده، عرب عامری و رستگار (۱۳۸۹) رویدادهای ورزشی را به یک فرایند اجتماعی تشبیه کردند که افراد با اجرای آن، خود را در برخی معیارها با دیگران قیاس می‌کنند و این مقایسه با استانداردها و عملکرد دیگران در فرد، سبب تلاش برای بهبود عملکرد و در نهایت توسعه قابلیت‌های فردی می‌شود. قربانی و بهرام (۱۳۸۸)، نیز در پژوهش خود، حضور در المپیادهای ورزشی و به طور کلی شرکت در فعالیت‌های ورزشی را اساس موفقیت‌های فردی و در نتیجه توسعه سلامت جسمانی، روانی و بهبود موقعیت فرد در اجتماع بیان کردند. همچنین ورزش با تقویت همبستگی ملی، فراهم کردن اعتماد اجتماعی، ارتقای فرهنگ سیاسی، نشان دادن و معرفی پوشش اسلامی به کشورهای دیگر، توجه به شئون اسلامی در رقابت‌های ورزشی، فراهم آوردن

فعالیت‌های مفید در زمان اوقات فراغت، بالابردن تعاملات فرهنگی و همگرایی ساختارهای اجتماعی، زمینه لازم برای تقویت هویت ملی را فراهم می‌سازد (احمدپور، خیبری و رجبی، ۱۳۹۶، ص ۴۱). اساساً ورزش کردن و فعالیت‌های بدنی از جمله راهکارهای اثربخش کشورهای توسعه‌یافته برای رسیدن به اهداف متعالی است که منجر به بهبود عملکرد کارکنان، بالارفتن رضایت شغلی، ارتقای سطوح انگیزشی و در نهایت سبب کارایی و اثربخشی بیشتر کارکنان سازمان می‌شود (جنکینسون و بنسون^۱، ۲۰۱۰). از دیگر تاثیرات ورزش کردن در بین کارکنان می‌توان به بالارفتن رضایت شغلی و کیفیت زندگی اشاره کرد (نویدی، غفرانی پور، طاهری و خورسندی، ۱۳۹۴، ص ۱۶۱). در همین زمینه جبار و ناجی (۱۳۹۴)، فعالیت‌های ورزشی را عاملی تاثیرگذار در بهبود سلامتی جامعه و به خصوص افراد نظامی عنوان کردند و حضور در فعالیت‌های ورزشی را به منظور مقابله با بیماری‌های مختلف، حفظ سلامتی و بهبود ارتباطات اجتماعی ضروری می‌دانند. به نوعی حضور در فعالیت‌های ورزشی تاثیراتی چندبعدی و باکارکردهای گوناگون بر افراد نظامی دارد (راسخ، ۱۳۹۵، ص ۲۵). همچنین شرکت فعال افراد نظامی در فعالیت‌های ورزشی منجر به بهبود روحیه افراد، توسعه ارتباطات اجتماعی، لذت‌بردن از موفقیت‌های فردی و گروهی، بهبود حس همکاری و مشارکت در فعالیت‌های مختلف، ایجاد روحیه جوانمردی، شکل‌گیری حس تعاون و تقویت ابعاد جسمانی و روانی در آنان می‌شود (سعادت‌طلب، قهرمان و نورائی، ۱۳۹۴، ص ۶۱). به طور کلی رسالت تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی در افراد نظامی، رسیدن به کمال جسم و روح، مقابله با نفس خود، توسعه قابلیت‌های آمادگی جسمانی و روانی، تقویت حس مسئولیت‌پذیری، توسعه همبستگی ملی، احترام به حقوق خود، پایبندی به قوانین و مقررات و ایجاد روحیه فداکاری در افراد نظامی است (طایفه نوروژ، ۱۳۸۱، ص ۴۹).

برخورداری از جنبه‌های مثبت شرکت در فعالیت‌های ورزشی در صورتی امکان‌پذیر می‌شود که افراد حضور فعال داشته باشند. دفلندری، آنتونینی و کورانت^۲ (۲۰۰۴)، ادراک و

1. Jenkinson K A., Benson A C.
2. Deflandre, Antonini, & Lorant

طرز فکر افراد نسبت به حضور در فعالیت‌های ورزشی را عاملی مهم برای تصمیم‌گیری افراد به حضور در این فعالیت‌ها دانسته‌اند و بیان کردند که شناخت افراد از مزایای شرکت در فعالیت‌های ورزشی، عاملی سوق‌دهنده به منظور مشارکت منظم آنان و در نتیجه برخورداری از عوامل کاربردی ورزش می‌باشد.

پیشینه پژوهش: در ادامه به برخی از پژوهش‌های انجام شده در این زمینه پرداخته می‌شود. پژوهش محمدی، زاهدی و تاشکه (۱۳۹۹)، با عنوان «بررسی تاثیر ورزش و مدیتیشن بر کاهش اضطراب و افسردگی: مرور سیستماتیک و فراتحلیل»، نشان داد ورزش کردن و فعالیت‌های بدنی بر کاهش اضطراب و افسردگی موثر است این تاثیر، در زنان بیشتر از مردان است. علوی، احمدی و زر (۱۳۹۶)، در پژوهشی با عنوان «بررسی اثربخشی ورزش بر میزان فرسودگی شغلی، سلامت عمومی و امید به زندگی کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم»، بیان داشتند که ورزش کردن سبب مقابله با فرسودگی شغلی و افزایش انگیزه پیشرفت شغلی می‌شود. رشیدی، روزبهانی و رضایی (۱۳۹۱)، در پژوهشی با بررسی اثر ورزش گروهی بر کاهش افسردگی در زنان، دریافتند ورزش‌هایی که به صورت گروهی انجام می‌شود، سبب بالا رفتن سلامت جسمانی و روانی، شکل‌گیری شادی و نشاط در زندگی و بیشتر شدن امید به زندگی در زنان می‌شود. دوی و ورما^۱ (۲۰۱۸)، در پژوهشی دریافتند که ورزش کردن، منجر به بهبود سلامت جسمانی، کاهش افسردگی، ایجاد احساس خشنودی بیشتر در شغل، رشد اجتماعی و توسعه و سازگاری افسران پلیس با محیط کارشان می‌شود. لیوکا^۲ (۲۰۱۱)، در پژوهشی با بررسی تأثیر تمرینات ورزشی متناوب بر سلامت روانی افسران پلیس در آفریقای جنوبی دریافتند که ورزش کردن افسران پلیس سبب بهبود مدیریت استرس و اضطراب، کاهش عصبانیت در زمان مشکلات، بالا رفتن اعتماد به نفس، ثبات عاطفی و عملکردهای مثبت شناختی می‌شود.

با مرور پژوهش‌های مختلف در ارتباط با زمینه موضوعی مورد مطالعه پژوهش حاضر درمی‌یابیم که تمامی پژوهش‌های گذشته، حضور در در فعالیت‌های ورزشی را برای افراد

1.Devi, G., & Verma, M.

2.Lyoka, P. A.

مختلف و به ویژه پلیس مفید می‌دانند. اما در میان پژوهش‌های انجام شده خلاء پژوهشی که تمامی عوامل کاربردی حضور در فعالیت‌های ورزشی را برای پلیس‌های زن نیروی انتظامی شرح دهد وجود داشت و نتایج پژوهش‌های گذشته حاکی از نقش چندبعد و معرفی آن‌ها به اختصار بود. بنابراین با در نظر گرفتن اینکه زنان بخش مهمی از جامعه و به خصوص نیروی انتظامی را تشکیل می‌دهند و تاکنون پژوهشی در زمینه ورزش و حضور آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی انجام نشده، این پژوهش به دنبال آن است که ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی برای زنان پلیس را شناسایی کند. اساساً شناخت مزیت‌های یک فعالیتی خاص منجر به ایجاد حس کنجکاوی در ارتباط با موضوع و ایجاد انگیزه برای شرکت کردن در آن فعالیت می‌شود. بنابراین شناخت و معرفی مزیت‌های برگزاری المپیاد ورزشی پلیس‌های زن نیز کمک شایانی به حضور زنان پلیس در رویدادهای ورزشی و در نتیجه بهره‌مندی از مزایای کاربردی شرکت در آن می‌کند.

روش

این پژوهش کیفی است و با روش نظریه داده بنیاد و رویکرد گلیزر اجرا شد. ماهیت پژوهش اکتشافی و با هدف شناخت ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی پلیس زن انجام گردید. جامعه آماری پژوهش را اعضای هیئت علمی گروه روان‌شناسی، مدیریت ورزشی و پلیس‌های زن نیروی انتظامی تشکیل دادند و نمونه ۱۸ نفری از آن‌ها به صورت هدفمند تا دستیابی به اشباع نظری، مورد پرسش قرار گرفتند. پس از اجرای تمامی مصاحبه‌ها، مطالب گردآوری شده به دقت مطالعه شد و داده‌های حاصل از اجرای آن در سه گام اصلی کدگذاری باز (مفاهیم)، محوری (مقوله فرعی) و انتخابی (مقوله اصلی) قرار گرفت. برای تعیین روایی پژوهش از مقبولیت، قابلیت انتقال و تاییدپذیری استفاده شد و پایایی آن با روش توافق بین دو کدگذار ۰/۸۵ تعیین شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی: در جدول ۱ اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت کنندگان در پژوهش ارائه داده شده است.

جدول ۱: اطلاعات جمعیت شناختی مصاحبه شونده‌ها

خبرگان	سمت	تحصیلات	جنسیت
۱	پلیس زن نیروی انتظامی	فارغ التحصیل علوم انتظامی	زن
۲	پلیس زن نیروی انتظامی	فارغ التحصیل علوم انتظامی	زن
۳	پلیس زن نیروی انتظامی	فارغ التحصیل علوم انتظامی	زن
۴	پلیس زن نیروی انتظامی	فارغ التحصیل علوم انتظامی	زن
۵	پلیس زن نیروی انتظامی	فارغ التحصیل علوم انتظامی	زن
۶	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای روان شناسی	مرد
۷	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای روان شناسی	زن
۸	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای روان شناسی	مرد
۹	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای روان شناسی	مرد
۱۰	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای روان شناسی	مرد
۱۱	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۲	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۳	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۴	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۵	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۶	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	مرد
۱۷	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	زن
۱۸	عضو هیئت علمی دانشگاه	دکترای مدیریت ورزشی	زن

یافته‌های تحلیلی: پس از کدگذاری مرحله به مرحله، تعداد ۴۲ کد اولیه به دست آمده که در ۶ مقوله فرعی و ۳ مقوله اصلی: تقویت ارزش‌ها، بهبود سلامتی و توسعه شغل به عنوان ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس قرار گرفتند.

مقوله اصلی اول، تقویت ارزش‌ها را به عنوان ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس مطرح می‌کند که شامل دو مقوله فرعی: ارزش‌های سازمانی و ارزش‌های فردی است و در مجموع، شامل ۱۴ مفهوم در این دو دسته است. جدول ۲ مفاهیم و مقوله‌های فرعی را برای مقوله اول نشان می‌دهد.

جدول ۲: مقوله اصلی اول ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس

مقوله اصلی	مقوله فرعی	مفاهیم
تقویت ارزش‌ها	ارزش‌های فرهنگی	۱. تجدید ارزش‌های فرهنگی
		۲. تربیت نیروهای زبده
		۳. تقویت هویت اسلامی
		۴. نشان دادن قدرت نظامی
		۵. افزایش وجهه عمومی پلیس
	ارزش‌های اجتماعی	۶. کسب تجربه تیمی
		۷. احساس با ارزش بودن در گروه
		۸. افزایش حس تعلق خاطر به شغل
		۹. گذشتن از علائق شخصی به نفع گروه
		۱۰. بهبود روابط اجتماعی
		۱۱. افزایش رفاه اجتماعی
		۱۲. شکل‌گیری ارتباطات گروهی
		۱۳. افزایش مشارکت کار گروهی در شغل
		۱۴. افزایش اعتماد کاری

مقوله اصلی دوم، بهبود سلامتی را به عنوان ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس مطرح می‌کند که شامل دو مقوله فرعی: سلامت روانی و سلامت جسمانی است و در مجموع، شامل ۶ مفهوم در این دو دسته است. جدول ۳، مفاهیم و مقوله‌های فرعی را برای مقوله دوم نشان می‌دهد.

جدول ۳: مقوله اصلی دوم ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس

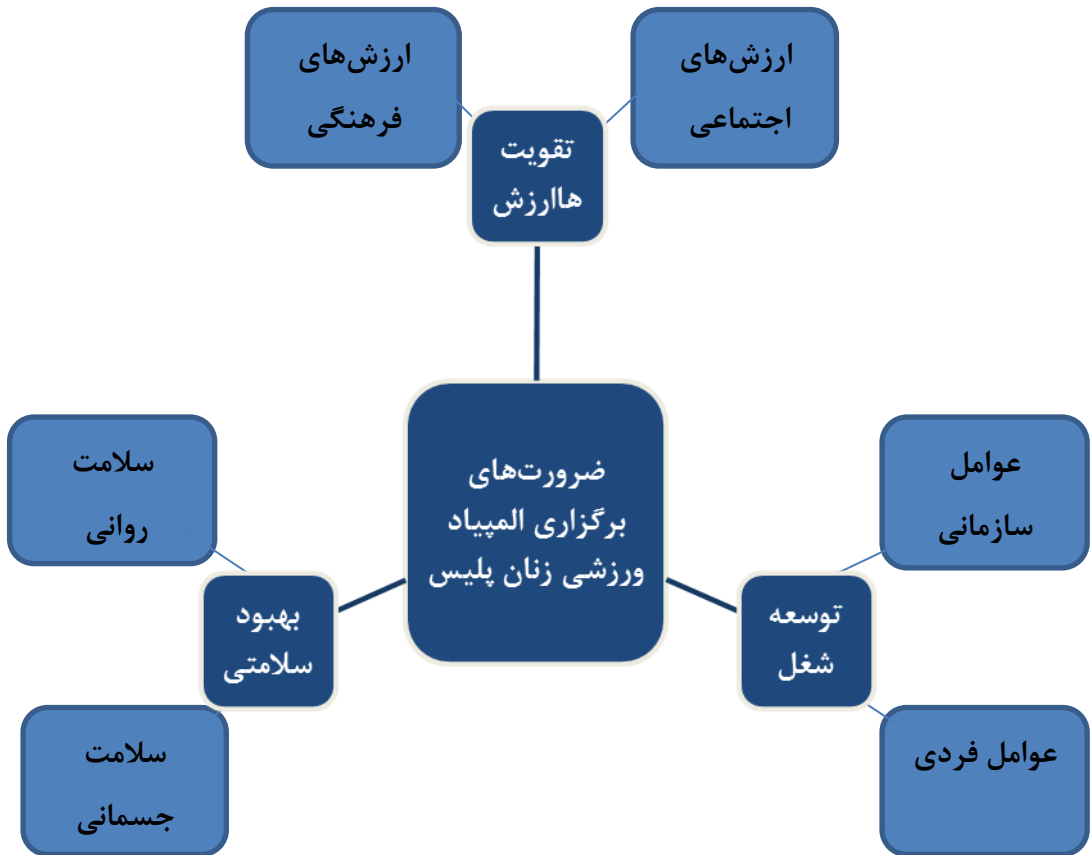
مقوله اصلی	مقوله فرعی	مفاهیم
بهبود سلامتی	سلامت روانی	۱. بهبود سلامت روانی
		۲. احساس شادابی
		۳. کاهش استرس شغلی
		۴. تقویت روحیه و انگیزه کاری در شغل
	سلامت جسمانی	۵. بهبود آمادگی جسمانی
		۶. مقابله با بیماری‌های مختلف

مقوله اصلی سوم، توسعه شغل را به عنوان ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس مطرح می‌کند که شامل دو مقوله فرعی: عوامل سازمانی و عوامل فردی است و در مجموع، شامل ۲۲ مفهوم در این دو دسته است. جدول ۴ مفاهیم و مقوله‌های فرعی را برای مقوله سوم نشان می‌دهد.

جدول ۴: مقوله اصلی سوم ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس

مقوله اصلی	مقوله فرعی	مفاهیم
توسعه شغل	عوامل فردی	۱. ارتقای قابلیت تمرکز
		۲. بهبود مسئولیت‌پذیری فردی
		۳. بروز ایده‌های جدید در شغل
		۴. افزایش خودآگاهی
		۵. انگیزه پیشرفت شغلی
		۶. بالارفتن عزت نفس
		۷. محک زدن مهارت‌های فردی
		۸. بهبود قدرت ریسک‌پذیری در شغل
		۹. بالارفتن قدرت اعتماد به نفس
		۱۰. انعطاف‌پذیری در حل مشکلات
		۱۱. افزایش خلاقیت کاری
		۱۲. افزایش قدرت تحمل و استقامت
		۱۳. بروز استعدادها بالقوه ورزشی
		۱۴. بهبود فرایند تصمیم‌گیری
		۱۵. بهبود عملکرد ذهنی
		۱۶. ارتقای کیفیت زندگی کاری
	عوامل سازمانی	۱۷. افزایش بهره‌وری در شغل
		۱۸. جلوگیری از تحلیل‌رفتگی شغلی
		۱۹. کاهش ترک شغل
		۲۰. افزایش تعهد کاری
		۲۱. بهبود عملکرد شغلی
		۲۲. افزایش رضایت شغلی

در نمودار ۱، مدل نهایی ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس ارائه شده است.



نمودار ۱: ضرورت برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس

بحث و نتیجه‌گیری

در عصر حاضر، زنان نقش تاثیرگذاری بر رشد و شکوفایی کشور دارند و می‌بایست با برنامه‌هایی از پیش تعیین شده در راستای توانمندسازی زنان به منظور توسعه کشور گام-هایی بنیادین برداشته شود (حسینی، ۱۳۹۹). به همین منظور در کشور ما، با توجه به ارزش-های اسلامی و حضور و مشارکت زنان در رویدادهای اجتماعی، استفاده از پلیس زن در نیروی انتظامی امری ضروری است (شایگان و صادقی، ۱۳۹۹). همچنین با در نظر گرفتن

دشواری شغل و مأموریت‌های پیچیده‌ای که پلیس در طول سال با آن‌ها روبه‌رو است، ضرورت اجرای برنامه‌هایی مانند المپیادهای ورزشی به منظور توسعه شغلی، کاهش خستگی کارکنان، توسعه ارتباطات اجتماعی، بهبود عملکرد ذهنی و... احساس می‌شود. یافته‌های این پژوهش، ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس را در سه مقوله اصلی: تقویت ارزش‌ها، بهبود سلامتی و توسعه شغل شناسایی نمود.

در مقوله تقویت ارزش‌ها، دو مقوله فرعی ارزش‌های فرهنگی و ارزش‌های اجتماعی استخراج شد. در بخش ارزش‌های فرهنگی، تجدید ارزش‌های فرهنگی، تربیت نیروهای زبده، تقویت هویت اسلامی، نشان دادن قدرت نظامی و افزایش وجهه عمومی پلیس از عوامل تاثیرگذار بود و در بخش ارزش‌های اجتماعی، کسب تجربه تیمی، احساس با ارزش بودن در گروه، افزایش حس تعلق خاطر به شغل، گذشتن از علائق شخصی به نفع گروه، بهبود روابط اجتماعی، افزایش رفاه اجتماعی، شکل‌گیری ارتباطات گروهی، افزایش مشارکت در کار گروهی و افزایش اعتماد، از ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس است. فعالیت‌های ورزشی و به ویژه ورزش‌هایی که به صورت گروهی انجام می‌شود، نقش مهمی در بالا بردن وجهه عمومی سازمان دارد و سبب ایجاد تصویری مثبت از سازمان می‌شود (فاضلی، ۱۳۹۱). این نتایج با پژوهش احمدپور و همکاران (۱۳۹۶) و مرادی و همکاران (۱۳۹۵) همسو است و دلیل همسویی نیز، تاکید بر نقش ورزش در تقویت همبستگی ملی، بالا بردن تعاملات فرهنگی و بهبود ارتباطات اجتماعی است.

مقوله دوم به دست آمده در زمینه ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس، مقوله بهبود سلامتی است که به دو بخش سلامت روانی و سلامت جسمانی بخش‌بندی می‌شود. سلامت روانی، یکی از بخش‌های مهمی است که باید در شغل کارکنان نیروی انتظامی به آن توجه کرد، زیرا استرس‌های شغلی به مرور زمان منجر به نارضایتی شغلی شده و این موضوع در نهایت سبب کاهش بهره‌وری شغل می‌شود (همتی، دلاور و پور یوسف، ۱۳۹۱: ۱). سلامت روانی به دست آمده در این پژوهش به عنوان ضرورت برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس، شامل بهبود سلامت روانی، احساس شادابی، کاهش استرس شغلی و تقویت

روحیه و انگیزه کاری در شغل است. همچنین مفاهیم مرتبط با سلامت جسمانی نیز شامل: بهبود آمادگی جسمانی و مقابله با بیماری‌های مختلف است. یافته‌های پژوهش در این بخش با نتایج پژوهش محبی (۱۳۹۴)، گاثو (۲۰۱۹)، مجلسی و همکاران (۱۳۹۵)، محمدی و همکاران (۱۳۹۹)، رشیدی و همکاران (۱۳۹۱) و لیوکا و همکاران (۲۰۱۱) همسو است و دلیل همسویی آن نیز، تاثیر شرکت در فعالیت‌های ورزشی نظیر المپیاد ورزشی در کاهش آسیب‌های روانی و بیماری‌های جسمانی ماموران نیروی انتظامی است.

آخرین مقوله تاثیرگذار بر ضرورت‌های برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس، مساله توسعه شغل است که به دو بخش عوامل فردی و عوامل سازمانی بخش‌بندی می‌شود. مفاهیم مرتبط با عوامل فردی شامل: ارتقای قابلیت تمرکز، بهبود مسئولیت‌پذیری فردی، افزایش خودآگاهی، بالارفتن عزت نفس، بهبود قدرت ریسک‌پذیری در شغل، انگیزه پیشرفت شغلی، بروز ایده‌های جدید در شغل، محک‌زدن مهارت‌های فردی و بالارفتن قدرت اعتماد به نفس زنان پلیس است. مفاهیم به دست آمده مرتبط با عوامل سازمانی در برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس نیز شامل: افزایش بهره‌وری در شغل، جلوگیری از تحلیل‌رفتگی شغلی، کاهش ترک شغل، افزایش تعهد کاری، بهبود عملکرد شغلی و افزایش رضایت شغلی است. نتایج پژوهش در این بخش با پژوهش نویدی و همکاران (۱۳۹۴) همسو است و دلیل همسویی نیز، نقش فعالیت‌های ورزشی در بالارفتن رضایت شغلی، کیفیت زندگی و دیگر مفاهیم مرتبط با توسعه شغل است.

به طور کلی می‌توان بیان کرد با توجه به عوامل موثری که در این پژوهش به منظور برگزاری المپیادهای ورزشی پلیس‌های زن مطرح شد و نقش تاثیرگذاری که حضور پلیس‌های زن در فعالیت‌های ورزشی دارد؛ می‌توان با استفاده از افراد خبره در این زمینه، مقدمات برگزاری این رویدادهای ورزشی را در سطح وسیع فراهم کرد.

پیشنهاد: با توجه به نتایج این پژوهش، به مدیران ناجا پیشنهاد می‌شود با برنامه‌ریزی راهبردی در این زمینه و فراهم کردن امکانات مورد نیاز، زمینه برگزاری المپیاد ورزشی زنان پلیس را فراهم کنند. همچنین، با توجه به این که تاکنون مدلی برای توسعه ورزش

زنان پلیس طراحی نشده است، طراحی چنین مدلی می‌تواند در راستای برگزاری المپیاد ورزشی کمک کننده باشد.

قدردانی: نویسندگان این مقاله، از تمام کسانی که آن‌ها را در انجام این پژوهش یاری رساندند، کمال تشکر و قدردانی را دارند.

منابع

۱. احمدپور، ایران؛ خیبری، محمد؛ رجبی، حسین (۱۳۹۶). مدل سازی نقش ورزش در فرآیند شکل گیری هویت ملی. مطالعات ملی ۱۸(۴)، ۴۱-۵۸. قابل بازیابی از:
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=308265>
۲. بنی‌اسدی، رضا (۱۳۹۹). نقش زن در استحکام خانواده با الگوگیری از فرهنگ غنی اسلامی. نشریه علمی زن و فرهنگ. ۱۲۲(۴۵)، ۹۶-۸۷. قابل بازیابی از:
http://jwc.iauhvaz.ac.ir/article_678016.
۳. جبار دانش، علی؛ ناجی، مرتضی (۱۳۹۴). عوامل و موانع گرایش کارکنان یک دانشگاه نظامی به ورزش ابلاغی و رابطه آن‌ها با نگرش افراد به ورزش. فصلنامه روانشناسی نظامی. ۲۴(۶)، ۶۱-۴۷. قابل بازیابی از:
https://jmp.ihu.ac.ir/article_201214.html
۴. جزنی، نسرين؛ رستمی، علی (۱۳۹۰). طراحی و توسعه مدل استراتژیک توانمندسازی منابع انسانی در سازمان‌های دانش محور. پژوهش‌های مدیریت منابع سازمانی. ۱(۳)، ۵۳-۲۳. قابل بازیابی از:
<http://ormr.modares.ac.ir/article-28-8412-fa.htm>
۵. جمشیدی، اکبر؛ باقرزاده، فضل اله؛ عرب عامری، الهه؛ رستگار، احمد (۱۳۸۷). مقایسه جهتگیری ورزشی ورزشکاران شرکت کننده در هشتمین المپیاد ورزشی دانشجویی. حرکت ۱(۳۹)، ۱۴۴-۱۳۳. قابل بازیابی از:
https://joh.ut.ac.ir/article_27772_0.html
۶. حسینی، محمدرضا (۱۳۹۹). تحلیل تماتیک توسعه اجتماعی زنان با تأکید بر توانمندسازی پایدار. مطالعات توسعه اجتماعی ایران. ۱۳(۱)، ۱۸۵-۱۹۸. قابل بازیابی از:
http://jisds.srbiau.ac.ir/article_17101_15c3bc3ab05d32dba719faa08e11693b.pdf
۷. حسینیان، شهاب (۱۴۰۰). برنامه ریزی مسیر شغلی پلیس زن در رسته انتظامی. پژوهشنامه نظم و امنیت انتظامی. ۱۴(۵۳)، ۱۰۲-۷۷. قابل بازیابی از:
http://osra.jrl.police.ir/article_95539.html

۸. راسخ، علی (۱۳۹۵). بررسی تفاوت تاثیر ورزش صبحگاهی بر ابعاد سلامت روانی در افراد نظامی و افراد غیر نظامی. فصلنامه توسعه مدیریت منابع انسانی و پشتیبانی (۴۰)، ۴۴-۲۵. قابل بازیابی از: <https://www.sid.ir/Fa/Seminar/ViewPaper.aspx?ID=91507>
۹. رشیدی، زینب؛ رشیدی، علی؛ روزبهبانی، رضا؛ رضایی، فرحناز (۱۳۹۱). بررسی اثر ورزش گروهی بر کاهش افسردگی در زنان: یک مطالعه‌ی موردی. دانشکده پزشکی اصفهان. ۳۰ (۲۱۲) ۱۸۵۶-۱۸۶۱. قابل بازیابی از: <http://jims.mui.ac.ir/index.php/jims/article/view/2376>
۱۰. ساعتچیان، وحید؛ کشتیدار، محمد؛ رعنائی، مژگان؛ عزیزی، بهادر (۱۳۹۸). تبیین عوامل مؤثر بر موفقیت المپیاد ورزشی درون مدرسه‌ای. پژوهش در ورزش تربیتی، ۷ (۱۶)، ۳۹-۶۰. قابل بازیابی از: https://res.ssrc.ac.ir/article_1770_47cc25e6642447e7bc3e266c22669027.pdf
۱۱. سعادت طلب، محمدباقر، قهرمان تبریزی، کوروش؛ نورائی، طهمورث (۱۳۹۴). نیازهای ورزشی در مراکز آموزش نظامی از دیدگاه سربازان و تبیین نگرش آنان. فصلنامه مدیریت نظامی. ۱۵ (۵۷)، ۸۱-۵۹. قابل بازیابی از: http://jmm.iranjournals.ir/article_14366.html
۱۲. سیفی، مریم؛ کاظمیان، سمیه (۱۳۹۹). واکاوی پدیدار شناسانه نقش پلیس زن در مدیریت بحران طبیعی مبتنی بر تجارب زیسته کارکنان نیروی انتظامی. پژوهشنامه نظم و امنیت انتظامی. ۱۴ (۲)، ۳. قابل بازیابی از: http://osra.jrl.police.ir/article_95538.html
۱۳. شایگان، فریب؛ مومنی راد، فهیمه (۱۳۹۷). نقش بانوان در استحکام درونی نظام از دیدگاه مقام معظم رهبری. فقه و حقوق خانواده (ندای صادق). ۲۳ (۶۸)، ۷۱-۴۷. قابل بازیابی از: https://flj.journals.isu.ac.ir/article_69148.html
۱۴. شایگان، فریبا؛ صادقی، پیمان (۱۳۹۹). آسیب شناسی بکارگیری پلیس زن در ماموریت‌های یگان ویژه (با تاکید بر مردم یاری و کنترل اجتماعات ورزشی). فصلنامه علمی پلیس زن. در نوبت انتشار. قابل بازیابی از: http://ps.jrl.police.ir/article_95676.html
۱۵. طایفه‌نوروز، سعید (۱۳۸۱). کلیات طرح نظام ورزش در نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران (تربیت بدنی نظامی). مصباح، ۴۴ (۱۱)، ۵۲-۴۱. قابل بازیابی از: <http://ensani.ir/file/download/article/20120426173909-5190-300.pdf>

۱۶. علوی، سلمان؛ احمدی، محمد امین؛ زر، عبدالصالح (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی ورزش بر فرسودگی شغلی، سلامت عمومی و امید به زندگی کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم. سلامت اجتماعی. ۴(۳)، ۱۶۰-۱۶۹. قابل بازیابی از:

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=303852>

۱۷. عیدی پور، کامران؛ خزایی، علی اشرف؛ آراین، الهام؛ غلامی ترکسلویه، سجاد (۱۳۹۴). چالش‌ها و موانع توسعه و پیشرفت ورزش فوتبال در استان‌های غرب کشور. مجله مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، ۲(۱)، ۵۷-۶۴. قابل بازیابی از:

http://fmss.journals.pnu.ac.ir/article_1596.html

۱۸. فاضلی، حبیب‌الله (۱۳۹۱). ورزش و سیاست هویت. پژوهشنامه علوم سیاسی. ۷(۲۶)، ۱۵۱-۱۷۴. قابل بازیابی از:

http://www.ipsajournal.ir/?_action=articleInfo&article=174&vol=36

۱۹. فرزین راد، رویا؛ عترت‌دوست، محمد (۱۳۹۸). جایگاه پلیس زن در تأمین امنیت جامعه اسلامی. فصلنامه علمی پلیس زن. ۱۳(۳۱)، ۸۲-۹۶. قابل بازیابی از:

http://ps.jrl.police.ir/article_93275_7c492928a4f7347c97c684b207633dc0.pdf

۲۰. قربانی مرزونی، معصومه، بهرام، عباس (۱۳۸۸). ارتباط بین خودپندارهٔ بدنی با عملکرد ورزشی دانشجویان دختر در المپیاد ورزشی. پژوهشنامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی ۵(۱۰)، ۱۳-۲۰. قابل بازیابی از: http://journals.umz.ac.ir/article_383.html

۲۱. مجلسی، محمد حسن؛ سپهری فر، سعید؛ متشکر آرائی، محسن (۱۳۹۵). مروری بر نقش ورزش و آمادگی جسمانی در سلامتی و توانمندی نیروهای نظامی. پرستار و پزشک در رزم. ۴(۱۰)، ۶۳-۷۱. قابل بازیابی از:

<http://npwj.m.ajaums.ac.ir/article-1-281-fa.pdf>

۲۲. محبی، حمید؛ باران چشمه، مهرعلی؛ صفری موسوی، سید صالح (۱۳۹۴). تعیین رابطه بین عوامل آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی و تعیین نقش پیش‌بینی‌کننده آن بر سلامت روانی کارکنان یک واحد نیروی انتظامی. فصلنامه روانشناسی نظامی. ۶(۲۳)، ۶۹-۷۸. قابل بازیابی از:

https://journals.ihu.ac.ir/article_201209_9ea85573de471d13ae0a818277525052.pdf

۲۳. محمدی، سعید؛ زاهدی، کمیل؛ تاشکه، مجتبی (۱۳۹۹). بررسی تاثیر ورزش و مدیتیشن بر کاهش اضطراب و افسردگی: مرور سیستماتیک و فراتحلیل. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران. ۱۴(۱۸۴)، ۲۲۵-۱۹۴ قابل بازیابی از:

<http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-3218-fa.pdf>

۲۴. محمدی، زهرا (پاییز و زمستان ۱۳۹۵). ضرورت به کارگیری پلیس زن در یگان ویژه. دوفصلنامه پژوهش های انتظامی-اجتماعی زنان و خانواده. ۴(۲)، ۲۰۰-۲۱۴ قابل بازیابی از:

http://pssw.jrl.police.ir/article_17602

۲۵. محمدی، خسرو؛ احمدی، خدابخش؛ فتحی، علی؛ آزاد فلاح پرویز (۱۳۹۳). تعیین شاخص های سلامت روانی در یک سازمان نظامی. فصلنامه روانشناسی نظامی. ۱۷، ۴۳-۲۹.

قابل بازیابی از: https://jmp.i.hu.ac.ir/article_201141_

۲۶. مرادی، سالار؛ خالدیان، محمد؛ مصطفایی، فردین (۱۳۹۶). نقش ورزش در توسعه ارتباطات میان فرهنگی و اجتماعی. مدیریت ارتباطات در رسانه های ورزشی. ۱(۷)، ۶۰-۵۶ قابل

بازیابی از: http://sportmedia.journals.pnu.ac.ir/article_1306_127.html

۲۷. مرادیان، محسن؛ اعظم کریمایی، علی (۱۳۹۱). بررسی انگیزه و چالش های کاری زنان پلیس. فصلنامه پلیس زن. ۶(۱۶)، ۳۴-۵۲ قابل بازیابی از:

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=192699>

۲۸. نجاری، مسعود؛ کریمی، کیومرث؛ بی باک، فرشید (۱۳۹۸). سطح و عوامل موثر بر افسردگی کارکنان نیروی انتظامی شهر سمنان. فصلنامه علمی پژوهشی طب انتظامی. ۸(۳)، ۱۳۱-۱۳۶ قابل بازیابی از:

http://journals.police.ir/article_92795_ac90799e2ef22278a9a5a18a3b1133c2.pdf

۲۹. نویدی، ایمان؛ غفرانی پور، فضل اله؛ طاهری، زهر؛ خورسندی، محبوبه (۱۳۹۴). بررسی تأثیر ورزش صبحگاهی بر کیفیت زندگی کارکنان مرکز بهداشت شهر اراک: یک گزارش کوتاه. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. ۱۴(۲)، ۱۶۶-۱۶۱ قابل بازیابی از:

<http://journal.rums.ac.ir/article-1-2393-fa.pdf>

۳۰. همتی، آزاد؛ دلاور، علی؛ پور یوسف، سیاوش (۱۳۹۱). مدل یابی روابط ساختاری بین استرس شغلی، نگرش معنوی و سلامت روانی کارکنان ناجا. فصلنامه روانشناسی نظامی (۱۲)، ۳، ۱۴-۱ قابل بازیابی از:

https://jmp.i.hu.ac.ir/article_201159.html

31. Deflandre ,A. ,Antonini Philippe ,R. ,& Lorant ,J(2004). Perceived benefits and barriers to physical activity among children ,adolescents and adults. *International Journal of Sport Psychology* ,35(1) ,23–36. Retrieved from: <https://psycnet.apa.org/record/2004-14376-003>
32. Devi ,G. ,& Verma ,M(2018). Role of sports and physical education in the strengthen of police officers. *International Journal of Physical Education ,Sports and Health* ,5(1) ,167-170. Retrieved from: <https://www.kheljournal.com/archives/2018/vol5issue1/PartC/6-2-31-608.pdf>
33. Guo ,D(2019). Analysis of Police Sports’ Functions on the Development of Police Forces(9) ,166-163.Retrieved from: https://webofproceedings.org/proceedings_series/ESSP/SSER%202019/SSER30030.pdf
34. Jenkinson K A. ,Benson A C(2010) Barriers to Providing Physical Education and Physical Activity in Victorian State Secondary Schools ,*Australian Journal of Teacher Education* , Volume 35 ,Issue 8. Retrieved from: <https://ro.ecu.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=1481&context=ahte>
35. Lyoka ,P. A(2011). Impact of intermittent physical exercises on mental health of some police officers in Nkonkobe District ,*South Africa:: sport psychology. African Journal for Physical health education ,recreation and dance* ,17(Special issue 1) ,665-674. Retrieved from:<https://journals.co.za/doi/abs/10.10520/EJC19740>
36. Queirós ,C. ,Passos ,F. ,Bártolo ,A. ,Marques ,A. J. ,da Silva ,C. F. ,& Pereira ,A(2020). Burnout and stress measurement in police officers: Literature review and a study with the operational police stress questionnaire. *Frontiers in psychology* ,11 ,587. Retrieved from :<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7221164/>
37. Regehr ,C. ,Carey ,M. G. ,Wagner ,S. ,Alden ,L. E. ,Buys ,N. ,Cornell ,W.,... & Fleischmann ,M(2021). A systematic review of mental health symptoms in police officers following extreme traumatic exposures. *Police practice and research* ,22(1) ,225-239. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15614263.2019.1689129>

