

عنوان مقاله:

خستگی ذهنی اثر بازخورد به کوشش های موفق در یادگیری حرکتی را تخریب می کند

محل انتشار:

فصلنامه رفتار حرکتی، دوره 11، شماره 37 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

میلاذ خجسته معنی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی، دانشگاه حکیم سبزواری

رسول زیدآبادی - استادیار رفتار حرکتی، دانشگاه حکیم سبزواری

محمد رضا شهابی کاسب - استادیار رفتار حرکتی، دانشگاه حکیم سبزواری

ایمان بحرینی بروجنی - دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، دانشگاه شهید بهشتی

خلاصه مقاله:

خستگی ذهنی یک حالت روان شناختی است که به وسیله دوره های طولانی فعالیت های شناختی ایجاد می شود. تاثیر خستگی ذهنی بر اجرای مهارت های حرکتی شناخته شده است؛ اما تاثیر آن بر یادگیری مهارت های حرکتی کمتر بررسی شده است؛ براین اساس، هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی نقش خستگی ذهنی بر اثربخشی بازخورد به کوشش های موفق در یادگیری تکلیف تولید نیرو بود. بدین منظور، 44 پسر غیرورزشکار (18-25 سال) براساس خستگی ذهنی و نوع بازخورده چهار گروه تقسیم شدند. برای ایجاد خستگی ذهنی از نرم افزار استروپ استفاده شد و برای اطمینان از وقوع خستگی ذهنی از پرسش نامه های چند بعدی سنجش خستگی و مقیاس خودگزارشی بینایی استفاده شد. شرکت کنندگان در مرحله اکتساب در 12 دسته شش کوششی به تولید نیروی ملاک پرداختند. آزمون های یادداری فوری و انتقال یک، 10 دقیقه بعد و آزمون انتقال دو، 24 ساعت بعد از مرحله اکتساب و بدون ارائه بازخورد اجرا شدند. برای تحلیل داده ها در مرحله اکتساب، از آزمون تحلیل واریانس مختلط با اندازه گیری های مکرر و در آزمون های یادداری و انتقال، از آزمون تحلیل واریانس دوطرفه استفاده شد. یافته های پژوهش حاضر نشان داد که در مرحله اکتساب فقط اثر بلوک های تمرینی معنا دار بود و تمام گروه ها در طی مرحله اکتساب به صورت مشابهی پیشرفت معنا دار داشتند. نتایج آزمون های یادداری و انتقال نیز نشان داد که اثر اصلی خستگی ذهنی معنا دار بود؛ اما اثر اصلی بازخورد و تعامل خستگی ذهنی با بازخورد (به جز در آزمون یادداری) معنا دار نبود. یافته ها نشان می دهد که احتمالاً خستگی ذهنی موجب از بین رفتن مزایای بازخورد به کوشش های موفق و کاهش یادگیری می شود.

کلمات کلیدی:

خستگی ذهنی، بازخورد به کوشش موفق، تکلیف تولید نیرو، آزمون استروپ

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1008950>

