

عنوان مقاله:

بررسی مولفه های اضطراب رقابتی و کمال گرایی بر تحلیل رفتگی ورزشی شناگران

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی انجمن علمی مدیریت ورزشی ایران (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسنده:

خدیجه نیک نام - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی

خلاصه مقاله:

ماهیت رقابتی و تنیدگی ورزش، مطالبات بسیار را بر ورزشکار تحمیل میکند. پاسخهای هیجانی به این عوامل تنیدگی را، به ویژه اضطراب رقابتی، یکی از عوامل مهم در عملکرد ورزشکاران است. کمالگرایی به عنوان یک صفت شخصیتی، سازه ای چند بعدی است که با تلاش برای بینقص بودن و وضع معیارهای عالی برای عملکرد، همراه با تمایل به ارزشیابی از رفتار شخصی و حساسیت در مورد اشتباهات مشخص میشود. بسیاری از روانشناسان ورزش، کمال گرایی را شاخصه ورزشکاران برجسته و یکی از صفات بارز آنان میدانند. تحلیل رفتگی ورزشی، مجموعه ای از واکنش های جسمی، عاطفی و ذهنی که در نتیجه استرس مستمر و مداوم مربوط به محیط ورزشی و در ادامه با کمبود حمایت و فشارهای بالا همراه می شود. بنظر میرسد توجه و نگاه علمی به مولفه های چون اضطراب رقابتی و کمالگرایی، تحلیل رفتگی ورزشی در شناگران میتواند کمک موثری در رشد بیش از پیش این ورزشها داشته باشد. از این رو هدف پژوهش حاضر، بررسی مولفه های اضطراب رقابتی و کمال گرایی بر تحلیل رفتگی ورزشی شناگران است. روش تحقیق حاضر پیمایشی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را 180 نفر از شناگران زن و مرد حاضر در لیگ کشوری تشکیل داده اند. نمونه گیری بصورت تمامشمار بود و کل جامعه بعنوان نمونه انتخاب گردید. ابزار اندازه گیری این پژوهش پرسشنامه های اضطراب رقابتی مارتنز و همکارانش (1990) و تحلیل رفتگی ورزشکار رادک و اسمیت (2001) کمالگرایی مثبت و منفی تری-شورت و همکارانش (1995) بود ضریب اعتبار آنها از طریق آلفای کرونباخ به ترتیب 0.85، 0.79 و 97.0 محاسبه گردید. داده ها با استفاده از آمار توصیفی، آمار استنباطی (آزمون کلوموگروف اسمیروف، همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس یکطرفه) با استفاده از نرمافزار SPSS تحلیل شدند. نتایج تحقیق نشان داد کمال گرایی مثبت با عامل شناختی و جسمانی اضطراب رقابتی رابطه معنادار منفی و با عامل اعتماد به نفس رابطه معنی دار مثبت دارد $p < 0.05$ جهت این روابط در مورد کمالگرایی منفی با عاملهای اضطراب رقابتی بالعکس کمال-گرایی مثبت میباشد $p < 0.05$ کمالگرایی مثبت ورزشکاران هر چه بیشتر باشد، تحلیل رفتگی ورزشی آنان کاهش مییابد و بالعکس. رابطه عامل جسمانی اضطراب رقابتی با تحلیل رفتگی ورزشکار نیز معنی دار و مثبت میباشد $p < 0.05$ با توجه به یافته های تحقیق بنظر میرسد برنامه ریزی برای آموزش های لازم به ورزشکاران رزمی از سوی مدیران و مربیان جهت افزایش کمال گرایی مثبت و کاهش اضطراب باعث کاهش تحلیل رفتگی ورزشی این ورزشکاران شود.

کلمات کلیدی:

اضطراب رقابتی، کمال گرایی، تحلیل رفتگی ورزشی، شناگران.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1024516>

