

عنوان مقاله:

نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای کارآمد و ناکارآمد در رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با فرسودگی ورزشی

محل انتشار:

دوفصلنامه روان شناسی ورزش، دوره 3، شماره 2 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسنده:

اصغر جعفری - عضو هیئت علمی دانشگاه کاشان

خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر به منظور مطالعه نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای کارآمد و ناکارآمد در رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با فرسودگی ورزشی در فوتبالیست های نیمه حرفه ای انجام شد. روش شناسی: روش پژوهش همبستگی بود. ۱۲۰ شرکت کننده به شیوه نمونه گیری خوشه ای تک مرحله ای از بین فوتبالیست های نیمه حرفه ای در تهران انتخاب شدند. داده ها با استفاده از پرسشنامه های راهبردهای مقابله ای لازاروس، کمال گرایی تری- شورت، اوونز، اسلیدو دیوی و فرسودگی مسلش جمع آوری و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون به شیوه گام به گام تحلیل شدند. یافته ها: نتایج حاکی از آن است که بین کمال گرایی مثبت و منفی با فرسودگی ورزشی در فوتبالیست های نیمه حرفه ای رابطه معناداری وجود دارد و راهبرد مقابله ای کارآمد به طور معکوس و راهبرد مقابله ای ناکارآمد به طور مستقیم در رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با فرسودگی ورزشی نقش واسطه ای دارند ($p < 0.01$). نتیجه گیری: نتایج شواهدی را پیشنهاد می کند که نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای کارآمد و ناکارآمد در رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با فرسودگی ورزشی جزئی بود. راهبردهای مقابله ای کارآمد و ناکارآمد تاثیر کمال گرایی مثبت و منفی بر فرسودگی را کاهش می دهند اما این تاثیر کامل نیست. لذا به منظور کاهش فرسودگی ورزشی، پیشنهاد می شود علاوه بر توجه به کمال گرایی بازیکنان، زمینه ارتقاء راهبردهای مقابله ای کارآمد فراهم شود.

کلمات کلیدی:

راهبردهای مقابله ای، فرسودگی ورزشی، فوتبالیست های نیمه حرفه ای، کمال گرایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1240529>

