

عنوان مقاله:

رابطه تنظیم شناختی هیجان و سبک های مقابله با موفقیت ورزشی دانشجویان ورزشکار

محل انتشار:

دوفصلنامه روان شناسی ورزش، دوره 3، شماره 1 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسنده:

فاطمه مقصودی - دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی

خلاصه مقاله:

چکیده: هدف: از پژوهش حاضر بررسی رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و سبک های مقابله ای با موفقیت ورزشی در دانشجویان ورزشکار بود. روش آماری: از نوع توصیفی و همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان ورزشکار دانشگاه های در سطح تهران در سال ۹۴-۹۵ بودند. تعداد ۱۴۱ نفر (۹۵ زن و ۴۶ مرد) با میانگین سنی ۲۴.۲۹ و انحراف استاندارد ۴.۶۳۱ با حداقل ۱۸ و حداکثر ۳۷ سال، در رشته های تیمی (والیبال، فوتسال، فوتبال، هندبال، بسکتبال) و رشته های انفرادی (بدمینتون، شنا، کاراته، شمشیربازی، تنیس روی میز) به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. سپس ورزشکاران به کلیه گویه های پرسش نامه تنظیم شناختی هیجان (گارفنسکی، کرایچ و اسپینهاون، ۲۰۰۱)، پرسشنامه راهبردهای مقابله ای ورزشکاران (گادریو و بلوندین، ۲۰۰۲) و پرسش نامه موفقیت ورزشی (موسوی و موسوی واعظ، ۱۳۹۳) پاسخ دادند. داده ها با استفاده از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: نشان داد بین تنظیم شناختی هیجان، سبک مقابله تکلیف مدار و هیجان مدار با موفقیت ورزشی رابطه معنادار وجود داشت. هم چنین رابطه تنظیم شناختی هیجان و سبک تکلیف مدار با موفقیت ورزشی مثبت بود و آنرا به صورت مثبت پیش بینی کرد. اما سبک مقابله ای هیجان مدار با موفقیت ورزشی رابطه منفی داشت و آنرا به شکل منفی پیش بینی کرد. از بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان تنها راهبرد تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، توان پیش بینی موفقیت ورزشی را به طور مثبت داشت. از بین راهبردهای مقابله ای نیز تنها راهبرد میزان تلاش توان پیش بینی موفقیت ورزشی را به طور مثبت داشت ($P < 0.05$). نتیجه گیری: با توجه به نتایج، این پژوهش تلویحات مهمی جهت ارتقا عملکرد ورزشی با برخورداری از مهارت تنظیم شناختی هیجان در ورزشکاران را در بردارد.

کلمات کلیدی:

راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، سبک های مقابله ای، موفقیت ورزشی- دانشجویان ورزشکار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1240536>

