

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر بهزیستی روانشناختی در نحوه گذراندن اوقات فراغت در ورزشکاران نخبه

## محل انتشار:

ششمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

اکبر خلیلی - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور تهران جنوب

نرگس دلشادغلامی - دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور

آسیه سهرابی - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور کرج

الهام سلطانعلی - کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی پیام نور کرج

## خلاصه مقاله:

هدف از تحقیق بررسی تاثیر بهزیستی روانشناختی در نحوه گذراندن اوقات فراغت در ورزشکاران نخبه بود. روش تحقیق حاضر توصیفی بوده و شیوه اجرای تحقیق به صورت میدانی و از لحاظ گردآوری اطلاعات کمی و از نظر هدف کاربردی بود. جامعه تحقیق شامل کلیه ورزشکاران نخبه در کشور بودند که حداقل در یک مسابقه ورزشی در سطح کشور مقام آور بودند؛ با مراجعه به جدول مورگان نمونه آماری تحقیق ۳۸۴ نفر (۱۷۲ نفر زن و ۲۱۲ نفر مرد) انتخاب شد. برای دستیابی به اهداف تحقیق از دو پرسشنامه ورزش اوقات فراغت هالر و همکاران (۲۰۰۶) و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (۲۰۰۴) استفاده شد. برای تعیین روایی محتوایی و صوری پرسشنامه به تائید ۱۰ نفر از اساتید تربیت بدنی و مدیریت ورزشی رسید و نظرات آن ها در پرسشنامه ها اعمال شد و اصلاحات مورد نظر انجام و پرسشنامه نهایی تهیه شد. جهت پایایی پرسشنامه از ضرایب کرونباخ استفاده شد که به ترتیب (۸۸/۰) و (۸۲/۰) محاسبه گردید. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد و از آزمون همبستگی برای بررسی ارتباط بین متغیرهای تحقیق و رگرسیون چندگانه برای بررسی تاثیر متغیرها استفاده شد. نتایج یافته های تحقیق حاکی از آن است که بین میانگین نظری با میانگین تجربی وضعیت سطح بهزیستی روانشناختی و نحوه گذراندن اوقات فراغت ورزشکاران نخبه تفاوت معنی داری وجود دارد. همچنین مشخص شد که بهزیستی روانشناختی توانایی پیش بینی متغیر ملاک اوقات فراغت را دارد. در نتیجه لازم است بین دستگاه های اجرایی مرتبط برای تقویت و ارتقای نحوه گذراندن اوقات فراغت کمک گرفته و تعامل مناسب ایجاد گردد.

## کلمات کلیدی:

بهزیستی، بهزیستی روانشناختی، اوقات فراغت، ورزشکاران نخبه.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1391648>

