

## عنوان مقاله:

ارائه الگوی بهزیستی ذهنی و عملکرد ورزشکاران ووشو بر اساس رفتار مربیان

## محل انتشار:

دوفصلنامه روان شناسی ورزش، دوره 7، شماره 2 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

## نویسندگان:

نوید مهتاب - استادیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد قروه، دانشگاه آزاد اسلامی، قروه، ایران.

امیر کریمی - گروه مدیریت ورزشی، واحد قروه، دانشگاه آزاد اسلامی، قروه، ایران.

فرزاد غفوری - دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف: رفاه ذهنی یک سازه چندبعدی است که هم زمان با حضور تجارب عاطفی مثبت، رضایت از زندگی و شادکامی و فقدان حالت های عاطفی منفی را نشان می دهد. هدف پژوهش حاضر، ارائه الگوی رفاه ذهنی و عملکرد ورزشکاران ووشو بر اساس رفتار مربیان بود. روش ها: این مطالعه گرند تئوری در سال ۱۴۰۰ با مشارکت ۱۵ نفر ووشوکار، ۵ نفر مربی ووشو و ۳ نفر روانشناس ورزشی شاغل و در سطح باشگاه های ورزشی سطح استان کردستان انجام گرفت. نمونه گیری به صورت هدفمند بود و تا زمان اشباع داده ها ادامه پیدا کرد. داده ها از طریق مصاحبه های نیمه ساختاریافته و ضبط مصاحبه ها جمع آوری شد. صحت و دقت داده ها با استفاده از معیارهای لینکن و گوبا بررسی شد و داده ها بر اساس روش اشتراوس کوربین مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج: رفتار مربیان از هفت زیر طبقه (سازگاری رفتاری با ورزشکار، ارتباط نزدیک با ورزشکار، مکمل ورزشکار بودن، شفافیت و انتقادپذیری، حمایت عاطفی، آرامش رفتاری، رفتار رهبریت)، رفاه ذهنی از چهار زیر طبقه (خودباوری، رضایت حرفه ای، آرامش و عزت نفس) عملکرد ورزشی نیز از سه زیر طبقه (بهبود کیفیت زندگی حرفه ای، تعهد حرفه ای و تکامل حرفه ای) تشکیل شده است. نتیجه گیری: نتایج نشان داده شد که رفتار مربیان می تواند به طور مستقیم رفاه ذهنی و عملکرد ورزشی ووشوکاران را تحت تاثیر قرار دهد و نیز دو مولفه رفاه ذهنی و عملکرد ورزشی رابطه علت و معلولی متقابل دارند.

## کلمات کلیدی:

بهزیستی ذهنی، عواطف مثبت، عواطف منفی، ووشو، عملکرد ورزشی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1676482>

