

عنوان مقاله:

مقایسه منابع اعتماد به نفس ورزشی، اعتیاد به تمرین و راهبردهای عملکردی در بین ورزشکاران با خود اثر بخشی ورزشی قوی و ضعیف

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

محمدرضا نمکی عراقی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساوه، ساوه، ایران

آزاده فرقدانی - استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساوه، ساوه، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: این پژوهش با هدف مقایسه منابع اعتماد به نفس ورزشی، اعتیاد به تمرین و راهبردهای عملکردی در بین ورزشکاران با خود اثر بخشی ورزشی قوی و ضعیف انجام شده است. روش پژوهش، این مطالعه از نوع پس رویدادی است. جامعه آماری پژوهش، کلیه ی کشتی گیران باشگاه های کشتی شهر تهران می باشد که از بین آنها با روش نمونه گیری در دسترس، 70 نفر به عنوان نمونه انتخاب و در دو گروه با خود اثر بخشی ورزشی قوی و ضعیف قرار داده شدند. برای جمع آوری داده ها پرسشنامه های خود اثر بخشی (ESS) (1997)، منابع اعتماد به نفس ورزشی (SSCQ) (1998)، پرسشنامه اعتیاد به تمرین تری (2004) و آزمون راهبردهای عملکردی (TOPS) (1999) اجرا شد. یافته ها: تحلیل داده ها با واریانس چند متغیره و آزمون t مستقل، حاکی از بالاتر بودن تسلط بر مهارت و آمادگی بدنی-روانی در کشتی گیران با خود اثر بخشی ورزشی قوی و بالاتر بودن نمایش توانایی در کشتی گیران با خود اثر بخشی ورزشی ضعیف بود (از منابع اعتماد به نفس ورزشی). در بخش راهبردهای عملکردی، در رقابتی، افراد دارای خود اثر بخشی ورزشی قوی دارای نمرات بالا در راهبردهای خود گفتاری، خود کاری و هدف گزینی و در تمرینی، افراد دارای خود اثر بخشی ورزشی قوی دارای نمرات بالا در راهبردهای خود گفتاری، خود کاری و آرام سازی بودند. همچنین اعتیاد به تمرین نیز در افراد با خود اثر بخشی ورزشی قوی بالاتر از گروه ضعیف بود. نتیجه گیری. نتایج نشان داد گروه با خود اثر بخشی قوی بیشتر از منابع اعتماد به نفس قابل کنترل (درونی) بهره می گیرند و همچنین نتایج نشان داد این افراد بیشتر مستعد ابتلا به اعتیاد به تمرین می باشند. علاوه بر این می توان نتیجه گرفت که ورزشکاران با خود اثر بخشی قوی در راهبردهای عملکردی بیشتر بر عوامل درونی و خود به عنوان یک اهرم اثر بخش تاکید دارند.

کلمات کلیدی:

خود اثر بخشی ورزشی، منابع اعتماد به نفس ورزشی، اعتیاد به تمرین، راهبردهای عملکردی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/670386>

