

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش کنترل خشم بر پرخاشگری دختران تکواندوکار نوجوان مبتدی

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 3، شماره 8 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

سیمین جعفری - دانشجوی دکترای روانشناسی ورزش، دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)

مجتبی امان الله نژادکلخوران - دانشجوی دکترای روانشناسی ورزش، دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)

روح الله طالبی - دانشجوی دکترای رفتار حرکتی، دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

هدف کلی پژوهش حاضر بررسی اثرات آموزش کنترل خشم بر پرخاشگری دختران تکواندوکار مبتدی 12 تا 14 ساله است. در این پژوهش نیمه آزمایشی 100 تکواندوکار دختر با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند و پرسشنامه پرخاشگری (شامل مولفه های رفتار، نگرش و احساس پرخاشگرانه)، در مورد آنها اجرا شد. سپس 30 نفر از افرادی که درآزمون نمره بالاتر از میانگین (بالاتر از 38) اخذ کرده بودند به صورت تصادفی در دو گروه 15 نفری آزمایش و گواه جای داده شدند. گروه آزمایشی طی هشت جلسه 60 دقیقه ای پیش از تمرینات ورزشی آموزش کنترل خشم دیدند، درحالیکه گروه کنترل هیچگونه آموزشی دریافت نکردند. داده ها با استفاده از آمار توصیفی و تحلیل واریانس با سنجش های تکراری تحلیل شد. نتایج نشان داد که آموزش کنترل خشم به کاهش هر سه مولفه رفتار، احساس و فکر پرخاشگرانه شرکت کنندگان منجر می شود. یافته های پژوهش حاکی از آن است که روش آموزش کنترل خشم می تواند باعث افزایش توانایی ورزشکاران نوجواندر کنترل و پیشگیری از خشم شود و از دلایل احتمالی بهبود توانایی آنها در استدلال های اخلاقی باشد.

کلمات کلیدی:

کنترل خشم، پرخاشگری، تکواندوکار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/793521>

