

## عنوان مقاله:

ارتباط سرسختی ذهنی با فرسودگی ورزشی در ورزشکاران آسیب دیده حرفه ای

## محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 7، شماره 26 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

## نویسندگان:

نگار آرازی - استادیار گروه تربیت بدنی، موسسه آموزش عالی المهدی مهر اصفهان، اصفهان، ایران.

زهرا علیخانی دهقی - کارشناس ارشد روان شناسی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

زهرا محمدی - کارشناس ارشد روان شناسی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش، بررسی رابطه استحکام ذهنی و فرسودگی ورزشی در ورزشکاران حرفه‌ای آسیب‌دیده بود. روش پژوهش توصیفی، از نوع همبستگی و کاربردی بود. نمونه آماری را 142 نفر از ورزشکاران آسیب‌دیده در سطح حرفه‌ای با دامنه سنی 15 تا 35 سال در رشته‌های مختلف با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس تشکیل دادند. از پرسش‌نامه‌های استحکام ذهنی و فرسودگی ورزشی برای جمع‌آوری داده‌ها و از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون ساده و آزمون تی برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج نشان داد استحکام ذهنی با ضریب همبستگی 42/0- با فرسودگی ورزشی ورزشکاران آسیب‌دیده ارتباط قوی منفی دارد. براساس مدل رگرسیون، 18 درصد از واریانس فرسودگی توسط واریانس استحکام ذهنی تبیین می‌گردد. آزمون تی مستقل، تفاوت معنادار بین استحکام ذهنی و فرسودگی ورزشکاران آسیب‌دیده زن و مرد را تایید کرد. در کل یافته‌ها نشان داد هرچه استحکام ذهنی ورزشکاران بالاتر باشد احتمال فرسودگی در دوران آسیب‌دیدگی کمتر است.

## کلمات کلیدی:

استحکام ذهنی، فرسودگی ورزشی، آسیب دیده، ورزش حرفه ای

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/872118>

