

عنوان مقاله:

پیش بینی بین ذهن آگاهی ورزشکاران مرد شهرستان سراب بر اساس مهارت های تاب آوری

محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی نوآوری و تحقیق در علوم تربیتی، مدیریت و روانشناسی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

لیلا ایزدی سرابی - کارشناس ارشد روانشناسی ورزشی

حجت عرب پور - کارشناس ارشد روانشناسی ورزشی

خلاصه مقاله:

هدف از انجام پژوهش حاضر پیش بینی بین ذهن آگاهی ورزشکاران مرد شهرستان سراب بر اساس مهارت های تاب آوری می باشد. روش تحقیق توصیفی- همبستگی است. جامعه آماری تحقیق مشتمل بر کلیه ورزشکاران مرد در هیات ها و باشگاه های ورزشی شهرستان سراب به تعداد 2301 نفر که از این تعداد 335 نفر از طریق جدول گرجسی- مورگان به روش نمونه گیری طبقه ای به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. از پرسشنامه ی پرسشنامه مهارت های ذهن آگاهی کنتاکی که توسط بیر، اسمیت و آلن (2004) تدوین شده است و پرسشنامه تاب آوری کونور و دیویدسون (2003) برای گردآوری اطلاعات استفاده شد. پایایی ابزار اندازه گیری با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه های ذهن آگاهی 0/73 و تاب آوری 0/79 و به دست آمد. داده ها پس از گردآوری با استفاده از نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که خرده مقیاس های تاب آوری در مجموع 32/2 درصد از تغییرات ذهن آگاهی ورزشکاران شهر سراب را به صورت مثبت پیش بینی می کند. ضریب رگرسیون متغیرهای پیش بین نیز نشان داد که کنترل با مقدار بتای ($\beta=0/448$) و تاثیرات معنوی با مقدار بتای ($\beta=0/432$) به تنهایی می توانند تغییرات ذهن آگاهی را پیش بینی نمایند ($p>0/01$). اما سایر زیرمقیاس ها قادر به پیش بینی ذهن آگاهی نیستند ($p<0/05$) به نظر می رسد تمرکز و توجه مربیان بر نقش کلیدی مهارت های روان شناختی از جمله تاب آوری در عرصه رقابت های ورزشی، می تواند باعث بهبود ذهن آگاهی و به دنبال آن زمینه ساز کسب موفقیت های هر چه بیشتر ورزشکاران در میادین مختلف ورزشی باشد.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، تاب آوری، ورزشکاران

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/919974>

