

## عنوان مقاله:

نقش طرحواره های هیجانی و تصویر بدن با تنظیم رفتار ورزشی زنان

## محل انتشار:

دوفصلنامه روان شناسی ورزش، دوره 5، شماره 1 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

الهام نصرتی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل

سمیه تکلوی - مدیرگروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل

## خلاصه مقاله:

هدف: این پژوهش، تعیین رابطه طرحواره های هیجانی و تصویر بدن با تنظیم رفتار ورزشی زنان بود. روش ها: روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه ی آماری این پژوهش کلیه زنان شهر اردبیل بود که در باشگاه های سطح شهر به ورزش مشغول بودند. نمونه تحقیق شامل ۱۵۰ نفر از زنان بود که به شیوه نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. جهت جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه های طرحواره های هیجانی (۲۲ سوال)، تصویر بدن (۶۹ سوال) و تنظیم رفتار ورزشی (۲۴ سوال) استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از آزمون های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده گردید. نتایج: نتایج نشان داد بین طرحواره های هیجانی و تصویر بدن با انگیزش درونی، تنظیم خودآمیخته و تنظیم خودپذیر رابطه مثبت معنی دار و با تنظیم متمایل به درون رابطه منفی معنی داری وجود دارد. و همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد متغیرهای پیش بین طرحواره های هیجانی و تصویر بدن در کل ۶۹ درصد از تغییرات تنظیم رفتار ورزشی زنان را پیش بینی می کنند. طرحواره های هیجانی با ضریب تاثیر ۲۳ درصد بیشترین قدرت پیش بینی تنظیم رفتار ورزشی زنان را دارد. نتیجه گیری: نتایج تحقیق حاضر به اهمیت نقش طرحواره های هیجانی در تنظیم رفتار ورزشی زنان تاکید دارد.

## کلمات کلیدی:

طرحواره های هیجانی، تصویر بدن، رفتار ورزشی، زنان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1240510>

