

عنوان مقاله:

رابطه راهبردهای تنظیم هیجان و سرسختی ذهنی در تکواندوکاران لیگ برتر

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 6، شماره 21 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

محمود محبی - دانشجوی دکترای روانشناسی ورزشی، دانشگاه تهران

سحر زارعی - دانشجوی دکترای روانشناسی ورزشی، دانشگاه تهران

محمد صحبتی ها - دکترای رفتار حرکتی دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه راهبردهای تنظیم هیجان و سرسختی ذهنی در تکواندوکاران لیگ برتر بود. بدین منظور، 110 تکواندوکار به صورت نمونه گیری تصادفی از جامعه تکواندوکاران ایرانی شرکت کننده در مسابقات لیگ برتر انتخاب شدند و پرسشنامه های تنظیم هیجان و سرسختی ذهنی را تکمیل نمودند. نتایج نشان میدهد که راهبردهای تنظیم هیجان با سرسختی ذهنی رابطه معناداری دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نیز حاکی از آن است که راهبرد بازارزیابی به صورت مثبت و راهبرد بازداری به صورت منفی، در مجموع 0/48 درصد از تغییرات سرسختی ذهنی را تبیین می کنند. علاوه بر این، نتایج آنوا نشان می دهد که مردان نسبت به زنان به شکل معناداری از راهبردهای بازارزیابی بیشتر و بازداری کمتری استفاده می کنند. براساس نتایج پژوهش حاضر، راهبردهای تنظیم هیجان میتواند برای پیریزی مداخلات و برنامه های آموزشی سرسختی ذهنی آنها مورد توجه قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

بازارزیابی، بازداری، تنظیم هیجان، تکواندوکاران لیگ برتر، استحکام ذهنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/793637>

