

روانشناسی عملکرد

نظریه و عمل

www.ketab.ir

استوارت کوتریل

ترجمه

دکتر حسام رمضانزاده

(عضو هیئت علمی دانشگاه دامغان)

سرشناسه	: کترینل، استوارت
عنوان و نام پدیدآور	: Cotterill, Stewart
مشخصات نشر	: روانشناسی عملکرد: نظریه و عمل/ استوارت کوتیریل؛ ترجمه حسام رمضان زاده.
مشخصات ظاهری	: دامغان: دانشگاه دامغان، انتشارات، ۱۴۰۰.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۱۳۰-۴-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Performance psychology : theory and practice, [2017].
یادداشت	: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "روانشناسی اجرا (نظریه و تمرین)" با ترجمه حامد اصولی اودلو، حامد مرادی، محمد صابر میانفر توسط جهاد دانشگاهی، واحد اردبیل در سال ۱۳۹۷ منتشر شده است.
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۴۶ - ۱۸۹.
یادداشت	: نمایه.
عنوان دیگر	: روانشناسی اجرا (نظریه و تمرین).
موضوع	: عملکرد
موضوع	: Performance
موضوع	: فشار روانی کار
موضوع	: Job stress
موضوع	: هیجان‌ها
موضوع	: Emotions
شناسه افزوده	: رمضان زاده، حسام، ۱۳۶۴ -، مترجم
شناسه افزوده	: دانشگاه دامغان. انتشارات
رده بندی کنگره	: ۴۸۱BF
رده بندی دیویی	: ۴/۸۵۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۴۵۶۰۰۵
وضعیت رکورد	: فیبا*



انتهای کتابخانه و اسناد

عنوان کتاب: روانشناسی عملکرد (نظریه و عمل)

نویسنده: استوارت کوتیریل

مترجم: حسام رمضان زاده

ناشر: انتشارات دانشگاه دامغان

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

صحافی و چاپ: چاپ توس

طراحی جلد: نگین حدادفرد

شمارگان: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۱۳۰-۴-۱

حق چاپ محفوظ و متعلق به انتشارات دانشگاه دامغان می باشد.

تلفن و فکس: ۰۲۳-۳۵۲۲۰۲۶۷

فهرست مطالب

۱	تشکر و قدردانی
۲	درباره نویسنده کتاب
۳	دیباچه
۴	۱- مقدمه
۱۲	۲- عملکرد انسان
۲۶	۳- شناخت، ادراک و عمل
۳۷	۴- درک فشار
۴۸	۵- تصمیم‌گیری تحت فشار
۶۰	۶- نقش هیجانات در عملکرد
۷۲	۷- تاب‌آوری
۸۲	۸- سالخوردگی و تجربه
۹۰	۹- اعتماد به نفس
۱۰۱	۱۰- فیزیولوژی روانی
۱۱۳	۱۱- رشد مهارت‌های حرکتی
۱۲۲	۱۲- راهبردهای روانشناختی برای ارتقاء عملکرد تحت فشار
۱۳۱	۱۳- تمرین برای اجرا
۱۴۰	۱۴- پیشرفت‌های آینده در پژوهش و عمل
۱۴۶	۱۵- منابع
۱۹۰	۱۶- نمایه

دیباچه

توانایی اجرا، زمانی که اجرا اهمیت دارد، مشخصه کلیدی بسیاری از حیطه‌های عملکرد در زندگی انسان است. هر کسی که در ورزش رقابت کرده است، در مقابل حضار یا بر روی صحنه اجرا کرده است، بازه زمانی کمی برای اجرا داشته است یا یک تکلیف را با دامنه تحمل خطای پایین اجرا نموده است، بر تأثیری که فشار می‌تواند روی توانایی اجرا داشته باشد، اقرار کرده است. افرادی که موفق هستند و موفقیت آن‌ها به طور منظم تکرار می‌شود، استراتژی‌هایی را برای مقابله با فشار، حفظ برتری تحت فشار و دستیابی به سطوح بالای عملکرد توسعه داده‌اند.

روانشناسی عملکرد: نظریه و عمل، به دنبال این است که درک کند، روانشناسی عملکرد چیست و نیز کشف نماید فشار چیست و چه اثری می‌تواند بر عملکرد داشته باشد. این کتاب همچنین فاکتورهای روانشناختی مرتبط با عملکرد را شناسایی کرده و به دنبال درک این موضوع است که اجرا کنندگان چگونه می‌توانند عملکرد بالقوه خود را بر طبق اصولی صحیح، از طریق دستیابی به پیامدهای مثبت عملکرد به حداکثر برسانند.

این کتاب مبانی تئوریک راهبردهای عملی را شناسایی می‌کند و اجرا کننده را قادر می‌سازد تا تکالیف با اهمیت را به طور موثر اجرا کند. با تکیه بر تجربیات و تخصص نویسنده کتاب، هم به عنوان یک مشاور روانشناسی کاربردی و هم به عنوان یک محقق، این کتاب مجموعه‌ای از فاکتورهای تأثیرگذار و تعیین کننده عملکرد را شناسایی می‌کند: اجرای تحت فشار، تصمیم‌گیری، هیجانات، تاب‌آوری، سرسختی ذهنی، شناخت و ادراک، سالیان‌رودگی و تجربه، اعتماد به نفس، تغذیه و ریکاوری. این کتاب همچنین چگونگی توسعه توانایی اجرا را با هدف توسعه مهارت‌های حرکتی و توسعه مهارت‌های روانشناختی کلیدی شناسایی می‌کند و نیز نشان می‌دهد چگونه به طور موثری برای تقاضاهای محیط اجرا آماده شوید.

این کتاب برای مخاطبینی نوشته شده است که به دنبال ارتقاء درک نظری و عملی خود از فاکتورهای تأثیرگذار و تعیین کننده عملکرد هستند. این کتاب، پیش‌تر به مربیان، آموزش‌دهندگان و معلمینی توصیه می‌شود که درگیر آموزش افرادی هستند که می‌بایست تحت فشار اجرا کنند و نیز به شرکت‌کنندگانی توصیه می‌شود که تئوری، استراتژی‌ها و تکنیک‌هایی را جستجو می‌کنند تا عملکرد فردی خود را توسعه دهند.

هر فصل، تئوری روانشناختی کلیدی و تحقیقاتی را بررسی می‌کند که درک جدیدی از موضوع مورد نظر ایجاد می‌کند. فصول این کتاب، کاربردهای عملی این دانش را شناسایی کرده و یک مطالعه موردی مرتبط را بررسی می‌کنند. کتاب روانشناسی عملکرد: نظریه و عمل، همچنین در خصوص موضوعات کلیدی روانشناختی و مهارت‌های ذهنی مرتبط با عملکرد موفقیت‌آمیز، به صورت تخصصی صحبت می‌کند. در نهایت، این کتاب، سوالات کلیدی که در حیطه روانشناسی عملکرد بی‌پاسخ مانده است و برای تحقیقات آینده مهم است، بررسی می‌نماید.