

۲۱۴۳۲۲۹



تاب آوری و سخت کوشی در ورزشکاران اجتماعی و انفرادی

مؤلف:

مژده علی زاده

عنوان:

تاب آوری و سخت کوشی در ورزشکاران اجتماعی و انفرادی

مؤلف: مزده علی زاده

ناشر: سنجش و دانش

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۹

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۵-۱۷۲۹-۰

نشانی: میدان انقلاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶.

تلفن: ۰۲۱۶۱۲۶

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»»

سنجش و دانش

www.sanjesh.ir

sanjeshodanesh@iran.ir

قیمت: ۳۵۰۰۰ ریال

ISBN: 978-622-05-1729-0



9

786220

517290

www.ketab.ir

فهرست مطالب

۵.....	چکیده.....
۶.....	فصل اول.....
۶.....	کلیات.....
۷.....	مقدمه.....
۸.....	بیان موضوع.....
۱۴.....	ضرورت و اهمیت.....
۱۵.....	اهداف.....
۱۶.....	فرضیهها.....
۱۶.....	قلمرو.....
۱۷.....	تعریف واژه ها.....
۱۸.....	فصل دوم.....
۱۸.....	مرور ادبیات موضوع.....
۲۰.....	مبانی نظری.....
۲۰.....	سرسختی روانی.....
۲۳.....	مولفه های سرسختی روانشناختی.....
۲۴.....	تاب آوری.....
۲۷.....	راهبردهای محافظتی.....
۲۷.....	نقش والدینی.....
۳۰.....	پیشینه.....
۳۷.....	جمع بندی ادبیات.....
۳۸.....	فصل سوم.....
۳۸.....	روش شناسی.....
۳۹.....	روش.....
۴۱.....	جامعه آماری ، نمونه و روش نمونه گیری.....
۴۱.....	روش گردآوری اطلاعات.....
۴۲.....	ابزار گردآوری اطلاعات.....

۴۴	روایی ابزار
۴۵	پایانی ابزار
۴۶	روش اجرای
۴۶	روش تجزیه تحلیل داده ها
۴۸	فصل چهارم
۴۸	تجزیه و تحلیل داده ها
۵۰	یافته های توصیفی
۵۰	یافته های توصیفی مربوط به اعضای نمونه
۵۳	یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق
۵۵	یافته های اصلی
۶۵	فصل پنجم
۶۵	بحث و نتیجه گیری
۶۶	تبیین یافته های مربوط به فرضیات
۶۶	تبیین یافته های مربوط به فرضیه اصلی
۶۸	تبیین یافته های مربوط به فرضیات فرعی
۷۵	محدودیت ها
۷۶	پیشنهادهای
۷۸	فهرست منابع

چکیده

ارتباط بین تاب آوری و سخت کوشی در ورزشکاران و مقایسه آن در رشته‌های اجتماعی (والیبال و بسکتبال) و انفرادی (شنا و دومیدانی) بر روی نمونه‌ای از بانوان ورزشکار قهرمانی استان فارس آزموده شد. همچنین، در این مطالعه نقش تعدیل کنندگی نوع ورزش (انفرادی یا اجتماعی بودن) در رابطه بین تاب آوری و سخت کوشی ورزشکاران مورد محاسبه قرار گرفت. نمونه این مطالعه شامل ۶۰ نفر از بانوان ورزشکار قهرمانی استان فارس بودند (۱۵ نفر شنا، ۱۵ نفر دومیدانی، ۱۵ نفر والیبال و ۱۵ نفر بسکتبال) که به روش تصادفی انتخاب شدند. این مطالعه از روش تحقیق توصیفی-همبستگی پیروی می‌کند و فرضیه‌ها با استفاده از محاسبه ضریب همبستگی خطی پیرسون و تی-تست، گروه‌های مستقل آزمون شدند؛ برای تحلیل از نرم افزار SPSS ویراست ۲۱ استفاده شد. نتایج آماري تحلیل عاملی موید اهداف و سوالات این پژوهش بودند. بنابراین، بررسی همبستگی بین متغیرها با آزمون صفر درجه پیرسون نشان داد که رابطه مثبت معنی داری بین متغیر تاب آوری و سرسختی ورزشکاران در کل وجود دارد. با این حال، رابطه بین این دو متغیر در ورزشکاران اجتماعی، معنی دار و در ورزشکاران انفرادی غیر معنی دار بود. لذا، نتیجه مهم این است که نوع انفرادی یا اجتماعی بودن ورزش، نقش تعدیل کنندگی در رابطه بین تاب آوری و سخت کوشی ایفا می‌کند. علاوه بر این، مقایسه گروه‌ها با آزمون تی-تست گروه‌های مستقل نشان داد که بین ورزشکاران انفرادی و اجتماعی به لحاظ مقیاس تاب آوری تفاوت معنی داری وجود دارد، اما تفاوت‌های مشاهده شده به لحاظ مقیاس سخت کوشی معنی دار نبود.

کلید واژگان: تاب آوری، سخت کوشی، رشته‌های ورزشی اجتماعی، رشته‌های ورزشی انفرادی