

رابطه کمال‌گرایی و شوخ‌طبعی با رضایت از زندگی در ورزشکاران رشته فوتسال

داود اکبرزاده^{۱*}، علی نقی اقدسی^۲

1 و ۲- نویسنده مسوول: کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم انسانی و دانشگاه

آزاد اسلامی واحد تبریز

3- استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال‌گرایی و شوخ‌طبعی با رضایت از زندگی در ورزشکاران رشته فوتسال بود. این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش را ورزشکاران رشته فوتسال باشگاه‌های جوانان تیم ملکی، سایپا، صنم، دبیری استان آذربایجان شرقی تشکیل می‌دادند که 300 ورزشکار پس از توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها نیز از مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی تری-شورت، پرسشنامه شوخ‌طبعی خشوعی و مقیاس رضایت از زندگی هبئر استفاده شد. برای تجزیه تحلیل داده‌ها نیز از روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج نشان داد که رضایت از زندگی با کمال‌گرایی منفی رابطه منفی و معنی‌دار و با کمال‌گرایی مثبت رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. همچنین شوخ‌طبعی با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. از سویی بر اساس نتایج تحلیل رگرسیون، متغیرهای کمال‌گرایی و شوخ‌طبعی قادرند تغییرات رضایت از زندگی را در ورزشکاران پیش‌بینی کنند. بنابراین ضمن تأکید بر سلامت روانی ورزشکاران پیشنهاد می‌شود که برنامه‌هایی جهت افزایش کمال‌گرایی و شوخ‌طبعی ورزشکاران تدارک دیده شود تا میزان رضایتمندی آنها نیز افزایش یابد.

واژگان کلیدی: کمال‌گرایی؛ شوخ‌طبعی؛ رضایت از زندگی؛ ورزشکاران.

1- نویسنده مسوول: کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم انسانی و دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز

3- استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز