

تأثیر یک دوره تصویرسازی بر مهارت اعتماد بنفس فوتبالیست‌های نوجوان مدرسه فوتبال کرمان

۱. محمدجواد رستمی زاده* ۲. الهه زحمتکش سر دوراهی ۳. حسن غریباق زندی
۱. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.
 (*نویسنده مسئول). Email: (m.j.rostamizadeh@gmail.com)
۲. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد یزد، یزد، ایران.
۳. استادیار، گروه روانشناسی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

نوع ارائه مقاله: سخنرانی

چکیده:

هدف پژوهش حاضر تعیین تأثیر یک دوره تصویرسازی بر مهارت اعتماد بنفس فوتبالیست‌های نوجوان مدرسه فوتبال کرمان بود. روش تحقیق از نوع نیمه تجربی و از یک طرح آزمایشی با ۳ گروه تجربی، ۱۰ گروه کنترل و طرح تحقیق حاوی پیش‌آزمون-پس‌آزمون استفاده شد. جامعه آماری تحقیق شامل فوتبالیست‌های نوجوان پسرین ۱۲-۱۶ سال استان کرمان بود. جامعه آماری پژوهشی به ۴ گروه و تعداد نفر ۱۲ تقسیم شدند و تقسیم بندی در گروه‌ها بصورت تصادفی صورت پذیرفت. تمرینات روانشناختی به مدت ۶ هفته، هفته ای ۳ جلسه و در مجموع (۱۸ جلسه) انجام شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه ی omsat^۳ و پروتکل بر اساس پیشینه های مرتبط بود. برای تجزیه تحلیل اطلاعات از روش های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. به منظور نرمال بودن داده ها از آزمون شاپیرو ویلک و جهت بررسی برابری واریانس ها از آزمون لوین استفاده شد. جهت بررسی اثر تمرین بر متغیر های وابسته تحقیق از آزمون تی همبسته و برای بررسی تفاوت های بین گروهی از آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد. تجزیه تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار spss ۱۸ انجام شد. یافته های پژوهش نشان دادند که بین روش های مختلف تمرینات ذهنی بر مهارت های روانشناختی تفاوت معنی داری وجود دارد. پیشنهاد میشود که در آینده به اینگونه تحقیقات (نیمه تجربی) بیشتر پرداخته شود و این کار فراگیر در سایر رشته ها، سنین و جنس متفاوت انجام شود.

واژگان کلیدی: روانشناختی ورزشی، تصویر سازی، مهارت ذهنی.