

# بررسی مقایسه خودپنداره، تاب‌آوری و خودکارآمدی در افراد ورزشکار و غیرورزشکار

مونا آرست\*، ایرج صالحی،

1396-10-18

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی رابطه خودپنداره با تاب‌آوری و خودکارآمدی در افراد ورزشکار و غیرورزشکار در سطح شهرستان رشت می‌باشد. برای دستیابی به این هدف، نمونه‌ای شامل 590 نفر از زنان ورزشکار و زنان غیرورزشکار (295 ورزشکار، 295 غیرورزشکار) در سطح شهرستان رشت انتخاب شده است. به منظور گردآوری اطلاعات مورد نیاز از مقیاس خودپنداره، تاب‌آوری و خودکارآمدی و برای تحلیل داده‌ها، از روش آماری تحلیل واریانس، همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیری هم‌زمان استفاده شد. و با توجه به فرضیه پژوهش به بررسی مقایسه سه متغیر در زنان ورزشکار و غیرورزشکار پرداخته شد و نتایج پژوهش نشان داد که در هر سه متغیر خودپنداره، تاب‌آوری و خودکارآمدی بین دو گروه افراد ورزشکار و غیرورزشکار در تفاوت معنی‌داری وجود دارد و مقایسه میانگین‌ها حاکی از بالا بودن میزان این بعد در گروه افراد ورزشکار نسبت به گروه افراد غیرورزشکار بود. از این رو فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر وجود تفاوت معنی‌دار بین میزان خودپنداره، تاب‌آوری و خودکارآمدی دو گروه افراد ورزشکار و غیرورزشکار در سطح (0/0001) تایید می‌شود. مقایسه میزان خودپنداره در دو گروه زنان ورزشکار و غیرورزشکار (F = 544/93، P = 0001/0)، تفاوت معنی‌داری وجود دارد و مقایسه میانگین‌ها حاکی از بالا تر بودن میزان خودپنداره در گروه زنان ورزشکار نسبت به غیرورزشکار بود. واژه کلیدی: خودپنداره، تاب‌آوری، خودکارآمدی، روانشناسی ورزش

کلمات کلیدی : خودپنداره، تاب‌آوری و خودکارآمدی

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان‌نامه‌ها](#)