

## رابطه تیپ های شخصیتی A/B و روش های مقابله با استرس در ورزشکاران

دکتر رحیم رضانی نژاد<sup>۱</sup>، دکتر مهرعلی همتی نژاد<sup>۲</sup>، مسعود صیاد<sup>۳</sup>

عضو هیئت علمی دانشگاه گیلان<sup>۱</sup>، کارشناس ارشد مدیریت ورزشی<sup>۲</sup>

ص ص: ۱۱-۲۸

تاریخ دریافت: ۸۹/۴/۴

تاریخ تصویب: ۸۹/۷/۱

### چکیده

هدف تحقیق حاضر، بررسی رابطه موجود بین تیپ شخصیتی B/A و روش های مقابله با استرس در ورزشکاران شهرستان رشت است. جامعه آماری تحقیق، شامل کلیه ورزشکاران بزرگسال رشته های بدمینتون، هندبال، تنیس روی میز، فوتبال، بسکتبال، دو و میدانی، بوکس، کشتی، ژیمناستیک، کاراته، قایقرانی، تکواندو و والیبال هیأت های ورزشی شهرستان رشت بودند (N=۳۶) که همه آنها در این تحقیق شرکت کردند. پرسشنامه تیپ شخصیتی A و B در قالب ۲۵ پرسش ۳ گزینه ای (بله، خیر و نمی دانم) و پرسشنامه ۳۲ پرسشی روش های مقابله با استرس (CSKA)، چهار روش مقابله با استرس مسأله مدار، هیجان مدار، اجتناب مدار و شهودی را اندازه گیری کرده است. پژوهشگران اصلی ثبات درونی این پرسشنامه ها را به ترتیب  $r=0/90$  و  $r=0/80$  برآورد کرده اند. در این تحقیق نیز روی ۴۰ ورزشکار با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ به ترتیب  $r=0/78$  و  $r=0/73$  محاسبه شده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمونهای ضریب همبستگی کندال و آزمون خی دو در سطح معنی داری  $P \geq 0/05$  استفاده شد. یافته های تحقیق نشان داد که ورزشکاران برای مقابله با استرس بیشتر از سبک مقابله ای مساله مدار و کمتر از سبک مقابله ای

شهودی استفاده می کردند. بین تیپ شخصیتی A و B و هیچ یک از روش های مقابله، رابطه معنی داری مشهود نبود؛ همچنین رابطه معنی داری بین هیچ یک از روش های مقابله با استرس و نوع رشته ورزشی (گروهی - انفرادی)، جنسیت و سن ورزشکاران مشاهده نشد. بنابراین به نظر می رسد که تیپ شخصیتی B/A و ویژگی های فردی سن و جنسیت نمی تواند پیش بینی کننده نوع روش مقابله با استرس در این ورزشکاران باشد.

### کلید واژه ها:

تیپ شخصیتی A، تیپ شخصیتی B، روش مقابله مسأله مدار، روش مقابله اجتناب مدار  
rramguil@yahoo.com