

## ارتباط بین استفاده از یادگیری مشاهده ای و اعتماد بنفس در ورزشکاران نخبه

دکتر فرشید طهماسبی<sup>۱</sup>، دکتر فرزانه حاتمی<sup>۲</sup>، الهام حاتمی شاه میر<sup>۳</sup>

ص ص: ۱۳۱-۱۱۳

تاریخ دریافت: ۸۹/۵/۱

تاریخ تصویب: ۸۹/۸/۴

### چکیده

هدف از اجرای تحقیق حاضر تعیین اثر جنسیت و نوع رشته ورزشی (انفرادی و تیمی) بر استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده ای و تعیین ارتباط بین استفاده از یادگیری مشاهده ای و اعتماد بنفس صفتی و حالتی در ورزشکاران نخبه بود. به منظور دستیابی به هدف مذکور، ۲۴۷ ورزشکار تیم های ملی با میانگین سن  $4/87 \pm 20/77$ ، پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده ای (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵) را برای اندازه گیری کاربرد سه کارکرد مهارتی، راهبردی و اجرایی تکمیل کردند. نتایج نشان دادند که ورزشکاران بیشترین استفاده را از کارکرد مهارتی، سپس اجرایی و در نهایت از کارکرد راهبردی یادگیری مشاهده ای داشته اند. همچنین نتایج آزمون تحلیل واریانس چندگانه نشان دادند که ورزشکاران زن از کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده ای به طور معنی داری بیشتر از ورزشکاران مرد استفاده کرده اند. علاوه بر این، کارکرد راهبردی در ورزشکاران رشته های تیمی به طور معنی داری بیشتر از ورزشکاران رشته های انفرادی مورد استفاده قرار گرفته است. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بر وجود ارتباط مثبت و معنی دار بین کارکردهای یادگیری مشاهده ای و اعتماد بنفس صفتی و حالتی دلالت

۱ و ۲- مدرس دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران fhatami2010@gmail.com

۳- دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم تهران

داشت. در نهایت اینکه نتایج آزمون رگرسیون چندمتغیره نشان دادند که متغیرهای کارکردهای مهارتی ( $\beta = 0/2$ )، راهبردی ( $\beta = 0/2$ ) و کارکرد اجرایی ( $\beta = 0/15$ ) به عنوان متغیرهای پیش بین در اعتماد بنفس صفتی شناخته شدند، در حالیکه کارکردهای اجرایی ( $\beta = 0/2$ ) و راهبردی ( $\beta = 0/18$ ) به عنوان متغیرهای پیش بین در اعتماد بنفس حالتی ورزشکاران نخبه معرفی شدند. یافته های تحقیق پیشنهاد می کنند که مربیان ورزشی، روانشناسان ورزش و ورزشکاران، کارکردهای شناختی و انگیزشی یادگیری مشاهده ای را به عنوان یک ابزار قدرتمند جهت اکتساب مهارتهای حرکتی و آماده سازی ورزشکاران از لحاظ روانی مورد استفاده قرار دهند.

#### کلید واژه ها:

یادگیری مشاهده ای، کارکردهای مهارتی، راهبردی و اجرایی، اعتماد بنفس صفتی و حالتی