



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: معصومه فروتنی راد، ۱۳۹۷

## ارتباط خودگفتاری خودکار با سرسختی ذهنی و پرخاشگری دانشجویان دختر تربیت بدنی

هدف از انجام این پژوهش، تعیین ارتباط خودگفتاری خودکار با سرسختی ذهنی و پرخاشگری دانشجویان تربیت‌بدنی شهر سبزوار بود. جامعه آماری این پژوهش تعداد 139 نفر دانشجوی دختر تربیت‌بدنی بودند که 103 نفر به‌صورت تصادفی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش، شامل پرسش‌نامه خودگفتاری خودکار زوربانوس (2009)، پرسش‌نامه سرسختی ذهنی ورزشی شیرد و گلبی (2009) و پرسش‌نامه پرخاشگری و خشم ماکسول و موریس (2007) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی و از آزمون‌های آماری متناسب با مقیاس داده‌ها استفاده شد.

جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنوف و آزمون آماری شاپیرو-ویلک استفاده شد. در آزمون فرضیه‌های تحقیق و بررسی ارتباط بین متغیرهای تحقیق بسته به نرمال بودن و یا نرمال نبودن توزیع داده‌ها از آزمون‌های پارامتریک و نا پارامتریک بهره برده شد. همبستگی در داده‌های نرمال با ضریب همبستگی پیرسون سنجیده شد؛ و برای سنجش همبستگی داده‌هایی که از توزیع نرمال پیروی نمی‌کردند از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که رابطه معناداری بین خودگفتاری مثبت و خرده مقیاس‌های آن (برانگیخته شدن، کنترل اضطراب، اعتماد و آموزش) و سرسختی ذهنی وجود ندارد؛ اما رابطه مستقیم معنادار ضعیفی به میزان 0/26 بین خودگفتاری مثبت و پرخاشگری وجود دارد. بین خرده مقیاس‌های خودگفتاری مثبت به‌غیر از کنترل اضطراب با پرخاشگری رابطه معنادار وجود دارد. بین خودگفتاری منفی و سرسختی ذهنی رابطه معنادار وجود ندارد. ضریب همبستگی اسپیرمن به میزان 0/23 رابطه ضعیف و مستقیم معنادار بین دو متغیر خودگفتاری منفی و پرخاشگری را نشان داد. بین خرده مقیاس‌های خودگفتاری منفی (نگرانی، رهایی و افکار نامربوط) با پرخاشگری رابطه معنادار وجود ندارد؛ اما بین خرده مقیاس خستگی بدنی با پرخاشگری رابطه معناداری مشاهده شد

**کلیدواژه‌ها:** خودگفتاری خودکار، سرسختی ذهنی، پرخاشگری

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۱۴۱۸۹۶۲۰۲۰

تاریخ دفاع: ۱۳۹۷/۰۶/۲۲

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی ورزشی

دانشکده: علوم پایه

استاد راهنما: سید ابراهیم حسینی



## ***M.A. Thesis:***

# The Relationship Automatic Self-Talk With Mental Toughness and Aggression among the Girl Physical Education Students

The purpose of this study the relationship automatic self-talk with mental toughness and aggression among the girl physical education students the population of this study, all the girl physical education students at Sabzevar Universities. The statistical population of this study is 139 female students that 103 individuals were randomly selected as samples. Research tools, Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports (ASTQS) Zourbanos (2009), Sports mental toughness questionnaire (SMTQ) Sheard and Golby (2009) and Competitive Aggression and Anger Questionnaire (CAAQ) Maxwell and Moores (2007) were used. To analyze data, the statistical methods are descriptive and inferential and Statistical tests were used to fit the data scale.

To analyze the normal distribution of data, Kolmogrov-Smirnov test and Shapiro-Wilk test were used. To test the hypothesis of research and to investigate the relationship between research variables Parametric and nonparametric tests were used depending on the normal or non-normal distribution of data. Correlation was measured in normal data with Pearson correlation coefficient and In order to measure the correlation between data that did not follow normal distribution, Spearman correlation coefficient was used. The research findings showed that there is no significant relationship between positive self-talk and its subscales (Excitement, Anxiety Control, Trust and Training) and mental hardiness; but there is a significant direct correlation of 0.26 between positive self-talk and aggression. There is a significant relationship between positive self-talk subscales other than anxiety control with aggression. There is not a meaningful relationship between negative self-talk and mental hardiness. Spearman correlation coefficients at a rate of 0.23 direct relationships between the two variables, the negative self-talk and aggression showed. There is no significant relationship between negatively negative self-talk subscales (Concern, liberation and there was a significant relationship between physical fitness subscale and aggression.irrelevant thoughts) with aggression; however