

بسم الله الرحمن الرحيم

کتابچه راهنمای نرم افزار مایند کلاب

گردآوری و تالیف:

دکتر ناصر صبحی قراملکی

دانشیار روان شناسی و عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبائی

بهروز کبرزاده

دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی عمومی

میلاد اسماعیلی حیدر آباد

کارشناسی ارشد روان شناسی ورزش

محمدصادق رفعت

کارشناسی ارشد روان شناسی ورزش

کیمیا مصطفوی

کارشناسی ارشد روان شناسی ورزش

مجید داداش زاده

دکتری سنجش و اندازه گیری دانشگاه علامه طباطبائی تهران

۱۳۹۹

عنوان و نام پدیدآور	کتابچه راهنمای نرم افزار مایند کلاب / گردآوری و تالیف ناصر صبحی قراملکی... (و دیگران).
مشخصات نشر	گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	۲۱۷ص.
شابک	978-622-02-1209-6
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	گردآوری و تالیف ناصر صبحی قراملکی، بهروز اکبرزاده، میلاد اسماعیلی حیدرآباد، محمدصادق رفعت، کیمیا مصطفوی، مجید داداش زاده.
موضوع	نرم افزار مایند کلاب
موضوع	(Mind club (Computer software
شناسه افزوده	صبحی قراملکی، ناصر، ۱۳۴۶- گردآورنده
رده بندی کنگره	۷۶/۷۶QA
رده بندی دیویی	۴۳/۰۰۵
شماره کتابشناسی ملی	۷۳۳۰۲۰۹

کتابچه راهنمای نرم افزار مایند کلاب

گردآوری و تالیف: دکتر ناصر صبحی قراملکی - بهروز اکبرزاده - میلاد اسماعیلی حیدرآباد -

محمدصادق رفعت - کیمیا مصطفوی - مجید داداش زاده

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹

مشخصات ظاهری: ۲۱۷ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۲-۱۲۰۹-۶

چاپ و نشر: نوروزی - ۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا (ع). ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸

دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۲۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail

سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com

فهرست مطالب

مقدمه مؤلفان.....	۱
۱ آزمون: پرسش‌نامه توانایی تصویرسازی ورزشی.....	۳
۲ آزمون: مقیاس مهارت‌های زندگی در ورزش.....	۹
۳ آزمون: پرسش‌نامه الگوی خواب ورزشکار.....	۱۵
۴ آزمون: پرسش‌نامه تحلیل رفتگی ورزشکار.....	۱۹
۵ آزمون: مقیاس انگیزش ورزشی - ۶.....	۲۵
۶ آزمون: پرسش‌نامه ذهن آگاهی ورزشکار.....	۳۳
۷ آزمون: پرسش‌نامه فرآیندهای فراشناختی در حین اجرا.....	۳۹
۸ آزمون: مقیاس رفتارهای کنترلی مربی.....	۴۵
۹ آزمون: مقیاس چندبعدی کمال گرایی ورزشی - ۲.....	۵۱
۱۰ آزمون: مقیاس ارزیابی اضطراب آسیب ورزشی.....	۵۹
۱۱ آزمون: پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان.....	۶۵
۱۲ آزمون: سیاهه تجدید نظر شده اضطراب حالتی رقابتی - ۲.....	۷۱
۱۳ آزمون: پرسش‌نامه سرسختی ذهنی - ۴۸.....	۷۷
۱۴ آزمون: پرسش‌نامه اجرای روان در ورزشکاران.....	۸۳
۱۵ آزمون: پرسش‌نامه خودکارآمدی تیمی در ورزش.....	۸۹
۱۶ آزمون: مقیاس غربالگری افسردگی در ورزشکاران.....	۹۳
۱۷ آزمون: پرسش‌نامه مهارت‌های ذهنی اوتاوا - اومست ۳.....	۹۹
۱۸ آزمون: پرسش‌نامه پرخاشگری.....	۱۰۵
۱۹ آزمون: پرسش‌نامه شخصیت ورزشی.....	۱۱۱
۲۰ آزمون: پرسش‌نامه تمرین ذهنی ورزشی.....	۱۱۷
۲۱ آزمون: پرسش‌نامه ویژگی‌های شخصیتی نئو - کوتاه.....	۱۲۳

- ۲۲ آزمون: آزمون نخبه پروری ورزشی - نسخه ۲ ۱۳۱
- ۲۳ آزمون: سیاهه‌ی ادراک موفقیت - بزرگسالان ۱۳۵
- ۲۴ آزمون: سیاهه‌ی ادراک موفقیت - کودکان ۱۳۹
- ۲۵ آزمون: آزمون اضطراب حالتی رقابتی (نسخه کودکان؛ ۸ تا ۱۲ سال) ۱۴۳
- ۲۶ آزمون: پرسش‌نامه اعتمادبه‌نفس ورزشی ۱۴۹
- ۲۷ آزمون: آزمون انسجام تیمی کودکان (۹ تا ۱۲ سال) ۱۵۳
- ۲۸ آزمون: سیاهه سرسختی ذهنی ۱۵۷
- ۲۹ آزمون: مقیاس تاب‌آوری کونر و دیویدسون ۱۶۳
- ۳۰ آزمون: تصویرسازی ورزشی کودکان (۷ تا ۱۴ سال) ۱۶۷
- ۳۱ آزمون: مقیاس خود-تواناسازی ۱۷۳
- ۳۲ آزمون: سیاهه سبک‌های فرزندپروری ۱۷۷
- ۳۳ آزمون: مقیاس لذت‌فعالیت بدنی در کودکان (۱۶-۱۲ سال) ۱۸۱
- ۳۴ آزمون: پرسش‌نامه محیط رشد استعداد ورزشی ۱۸۵
- ۳۵ آزمون: سیاهه مهارت‌های مقابله ورزشی ۱۸۹
- ۳۶ آزمون: پرسش‌نامه مکان کنترل ۱۹۳
- ۳۷ آزمون: سیاهه مهارت‌های روانشناختی در ورزش - نسخه جوانان ۱۹۷
- ۳۸ آزمون: پرسش‌نامه هوش هیجانی صفتی ۲۰۱
- ۳۹ آزمون: مقیاس ارتباط مؤثر در تیم‌های ورزشی ۲۰۵
- ۴۰ آزمون: آزمون حالات خلقی برومز ۲۰۹

مقدمه مؤلفان

ارزیابی شرایط روان‌شناختی افراد در حوزه ورزش و فعالیت ورزشی از ابعاد گوناگونی اهمیت دارد. این ارزیابی در کنار مباحث تکنیکی و تاکتیکی و شرایط بدنی فرد می‌تواند مسیر رسیدن به هدف مورد نظر، چه از نظر قهرمانی و چه از نظر سلامتی را تسهیل کند. به همین منظور ابزارهای روان‌شناسی زیادی در حوزه ورزش ساخته شده و روایی و پایایی آن‌ها مورد تایید قرار گرفته است.

در کشور ما نیز این ابزارها توسط پژوهشگران مورد بررسی و استفاده قرار می‌گیرد. با این وجود مشکل این است که کاربرد این ابزارها و البته تحلیل نتایج آن‌ها به دلیل نوع مداد-کاغذی و زمان بر بودن تحلیل چنان سخت است که با وجود اهمیت بالایشان فرد از استفاده از آن‌ها چشم پوشی می‌کند. به همین منظور گروه مایندکلاب با همکاری شرکت دانش سالار ایرانیان تلاش کرد تا این مشکل را با طراحی و ساخت نرم افزاری کاربردی رفع کند. نرم افزار مایندکلاب با بررسی همه پرمسئله‌ها معتبر و کاربردی در دنیا و با دقت بالا و البته توجه به نکات ریز و مهم و همچنین توجه به سیستم‌های ورزش از جمله ورزش قهرمانی، استعدادیابی، شخصیت، سلامتی و ... ساخته شده است تا افراد حاضر در ورزش از همه گروه‌های سنی و جنسیتی و سطح فعالیت ورزشی اعم از ورزش حرفه‌ای و آماتور را مورد ارزیابی قرار دهد و به علاقمندان این حوزه به منظور آگاهی بهتر نسبت به شرایط روان‌شناختی افراد تحت آموزش یا مراجع‌کننده کمک شایانی کند تا مسیر رشد را هموارتر سازد.

لازم است از همکاری صادقانه و حرفه‌ای گروه شرکت دانش سالار ایرانیان کمال تشکر را داشته باشیم که در مدت تبدیل ایده به واقعیت کمال همکاری را با گروه مایندکلاب داشتند. این نوع از رفتار عزیزان ما در شرکت دانش سالار ایرانیان باعث ایجاد، رشد و حفظ انگیزه گروه مایندکلاب در به ثمر رساندن این طرح در زمینه روان‌شناسی ورزش کشور شد.

سپاس بی‌کران خدای یکتا را که فرصت گردآوری و تألیف این کتاب و طراحی نرم‌افزار را برای ما ارزانی داشت. امید است بدین وسیله توانسته باشیم در جهت تسهیل ارائه خدمات روان‌شناسی برای جامعه ورزشی کشور عزیزمان گامی موثر برداشته و بخشی از نیاز جامعه علمی روان‌شناسی ورزشی را برطرف کرده باشیم. اگرچه افق دیدمان همواره به سمت غنی‌تر کردن

این حوزه و تسهیل ارائه خدمات خواهد بود. بدون شک هیچ فعالیتی بدون کاستی نیست، لذا نظرات شما عزیزان بر کیفیت خدمات آتی ما خواهد افزود.

تقدیم به همه کسانی که صادقانه و خالصانه جهت ارتقاء روان‌شناسی ورزش کشور گام برمیدارند.

گروه مایندکلاب

www.ketab.ir