

روان شناسی ورزش

مؤلفان :

مت جارویس - جیم پری
سین تراپنسون - نیک واتسون
مارک نیستی

ترجمه :

دکتر شهناز محمدی

نشر روان

Matt Jarvis

جارویس، مت

روان‌شناسی ورزش : مؤلفان : مت جارویس، جیم پری، سیمون رابینسون، نیک واتسون و مارک نیستی، ترجمه: دکتر شهناز محمدی. - تهران: روان، ۱۳۸۸.

ISBN 978-964-8345-51-3

عات فیبا. [چهارده] ۲۹۰ ص. - مصور

فهرست‌نویسی براساس اطلا

Sport Psychology

عنوان اصلی:

www.ketab.ir

email-ravan@virayesh.com



آدرس اینترنتی

www.ravan.com

روان‌شناسی ورزش

تألیف : مت جارویس، جیم پری، سیمون رابینسون، نیک واتسون، مارک نیستی

ترجمه : دکتر شهناز محمدی

ناشر : نشر روان

نوبت چاپ: دوم پاییز ۱۴۰۲

تعداد صفحات ۳۰۴ صفحه

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی : طیف‌نگار

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۸۳۴۵-۵۱-۳ ISBN 978-964-8345-51-3

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان پنجم و ششم،

پلاک ۶۳ تلفن: ۹۸۹۷۳۳۵۸ - ۸۸۹۶۲۷۰۷ تلفکس:

فهرست

پیشگفتار مترجم سیزده

بخش اول : روان شناسی ورزش

۱ روان شناسی ورزش چیست؟

- ۴..... پیشینه مختصر روان شناسی ورزش
- ۵..... روان شناسان ورزش چه کسانی هستند؟
- ۷..... توضیحی برای دانشجویان علاقه مند به روان شناسی ورزش
- ۷..... نظریه و تحقیق
- ۸..... رویکردهای روان شناسی
- ۹..... سمت گیری نظری در روان شناسی
- ۱۰..... نمونه عملی این نظریه ها
- ۱۱..... یاد بگیرید که روان شناسانه فکر کنید: تفکر انتقادی و خلاق
- ۱۲..... تفکر انتقادی درباره مطالعات و تحقیقات
- ۱۴..... خلاصه و نتیجه گیری

۲ ویژگی های شخصیت و روان شناسی ورزش

- ۱۶..... نظریه های صفات
- ۱۶..... نظریه آیزنک
- ۱۹..... نظریه کتل
- ۱۹..... الگوی پنج عاملی شخصیت
- ۲۱..... پژوهش های مربوط به صفات و رفتار ورزشی
- ۲۱..... تفاوت ورزشکاران با غیر ورزشکاران
- ۲۲..... تفاوت ورزشکاران موفق و ناموفق
- ۲۳..... شخصیت و انتخاب ورزش
- ۲۴..... نظریه های محدود به یک صفت (یا نظریه های تک عاملی)
- ۲۴..... جستجوی هیجان

پیشگفتار مترجم

با توجه به کمبود منابع مربوط به روان‌شناسی ورزش و نیاز دانشجویان رشته روان‌شناسی به منبعی که رابطه ورزش و روان‌شناسی را در سطحی نسبتاً جامع روشن کند، کتاب حاضر به صورت ترجمه و تألیف تهیه شد. بی‌تردید فهم واقعی روان‌شناسی ورزش مستلزم آشنایی با ماهیت خود روان‌شناسی است. به همین دلیل، در بخش اول کتاب تعدادی از نظریه‌های زیربنایی و مطالعات مهم و روزآمد این حوزه با توضیح و تفصیل کافی گنجانده شده است. اطلاعاتی زیربنایی و مهم در اختیار دانشجویان قرار گیرد. مطالب مهمی چون شخصیت و ورزش، نگرش به ورزش، پرخاشگری و ورزش، عوامل اجتماعی مهم و مؤثر بر عملکرد ورزشی، خطرات و هیجان، کسب مهارت و تجربه، همه از موضوعاتی هستند که به زبانی ساده، در این کتاب مطرح شده‌اند.

با وجود این، روان‌شناسی فراتر از تعدادی نظریه و مطالعه است، به همین دلیل سعی بر این بوده است که دانشجویان با مهارت‌های تفکر انتقادی و خلاق آشنا شوند و تمرین‌هایی که در سراسر کتاب (به استثنای بخش دوم) مطرح شده است، آنان را به استفاده از این نوع تفکر، تشویق می‌کند.

کسانی که تازه وارد حیطه روان‌شناسی شده‌اند نیازهای مطالعاتی دیگری نیز دارند. در فصل دهم، روش‌های مطالعاتی مهمی که در روان‌شناسی مورد استفاده قرار می‌گیرند، مرور شده است. این کار به دانشجویان کمک می‌کند تا هم شناخت عمیق‌تری از مطالعات به دست آورند و هم برنامه تحقیقی خود را طرح‌ریزی کنند. نحوه نوشتن مقاله نیز یکی از وظایف دانشجویان است که در فصل یازدهم شرح داده شده است. این فصل، دانشجویان را با فرآیند برنامه‌ریزی و تهیه مقاله آشنا می‌کند.

بخش دوم با عنوان «روان‌شناسی، ورزش و معنویت» موضوعی تقریباً مستقل دارد و

مروری است بر مباحث معنوی مطرح در ورزش از دیدگاه روان‌شناسان هستی‌گرا و انسان‌گرا. این بحث‌ها معمولاً ماهیتی فلسفی دارند و به همین دلیل دشوارتر از مباحث دیگر هستند و صرفاً برای آشنا شدن دانشجویان با این حوزه بسیار وسیع و عمیق روان‌شناختی، در کتاب حاضر گنجانده شده‌اند؛ امید که این مختصر بتواند پژوهندگان را به مطالعه گسترده‌تر و دستیابی به شناخت بیشتر هدایت کند. در پایان لازم است از مدیریت محترم مؤسسه نشر روان، جناب آقای قاسم شمس به خاطر فراهم آوردن زمینه چاپ این کتاب، از جناب آقای دانایی به خاطر ارائه پیشنهادات مفید برای ساده‌تر کردن جمله‌ها و مفاهیم بازخوانی، از سرکار خانم فریده همتی به خاطر ویرایش کتاب، و همچنین از سرکار خانم منصوره خاندلری برای تایپ کتاب، صمیمانه تشکر نمایم.

شهناز محمدی

بهار ۱۳۸۸

www.ketab.ir