

تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه بهبود استرس برای ورزشکاران (Rest Q – Sport)

مقاله ۶، دوره ۶، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۳، صفحه 283-302

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

شناسه دیجیتال (DOI): [10.22059/jsm.2014.50468](https://doi.org/10.22059/jsm.2014.50468)

نویسندگان

[حسین پورسلطانی زرنندی](#)^۱؛ [فرشاد تجاری](#)^۲؛ [ندا خاوری](#)^۳

^۱استادیار، گروه مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران

^۲دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

^۳دانشجوی دکتری، مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه بهبود استرس برای ورزشکاران بود. جامعه آماری پژوهش ورزشکاران حرفه‌ای و نیمه حرفه‌ای رشته‌های هندبال و بسکتبال کشور که در سطح کشوری و تیم‌های ملی رده‌های سنی مختلف فعالیت می‌کردند، بودند و از بین آنها ۵۱۰ ورزشکار به‌طور تصادفی به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه ۷۶ سؤالی بهبود استرس برای ورزشکاران (Rest Q – Sport) با نوزده خرده‌مقیاس (استرس عمومی، استرس احساسی، استرس اجتماعی، کشمکش/افشار، خستگی، کمبود انرژی، مشکلات جسمانی، موفقیت، ریکاوری اجتماعی، ریکاوری جسمی، تندرستی عمومی، کیفیت خواب، استراحت مختل شده، خستگی احساسی، آسیب‌دیدگی، آمادگی جسمانی، مشکلات شخصی، خودکارآمدی و خودگردانی) بود. روش امتیازگذاری به سؤالات براساس طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای (از هرگز=۱ تا همیشه=۵) بود. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه پس از ترجمه توسط ده تن از استادان متخصص تربیت بدنی تأیید شد. روش‌های آماری مورد استفاده، شاخص‌های توصیفی برای توصیف داده‌ها، آلفای کرونباخ برای تعیین پایایی، تحلیل عاملی تأییدی و t تک‌نمونه‌ای به‌منظور بررسی اختلاف میانگین‌ها بود. یافته‌های پژوهشی نشان‌دهنده پایایی پرسشنامه ($\alpha=0/98$) برای پرسشنامه بهبود استرس برای ورزشکاران بود. در خصوص اعتبار سازه و براساس میزان روابط و T-value، تمامی سؤالات رابطه معناداری با عامل داشتند. شاخص‌های نسبت X^2 به df (03/2) و $RMSEA=0/052$ ، $93/0=NNFI$ ، $97/0=NFI$ ، $93/0=GFI$ ، $91/0=RFI$ ، $98/0=IFI$ هم‌برازش مدل را تأیید کردند. همچنین در خصوص روابط عامل‌ها با مفهوم بهبود استرس برای ورزشکاران نتایج نشان داد که تمامی عامل‌ها توانستند پیشگوی خوبی برای مفهوم بهبود استرس برای ورزشکاران باشند. در نتیجه اعتبار درونی و بیرونی مدل "بهبود استرس برای ورزشکاران" تأیید شد.

کلیدواژه‌ها

بازگشت به حالت اولیه؛ بهبود استرس؛ پایایی؛ روایی؛ ورزشکاران