

۲۱۹۴۲۲۴

بسم الله الرحمن الرحيم

تصویر بدنی و بهره وری کارکنان (در ورزش)

مؤلفین:

دکتر هادی نوری نقده

خلیل بدلی

(مدرسین دانشگاه)



۱۴۰۰

سرشناسه	:	نوری نقده، هادی، ۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور	:	تصویر بدنی و بهره‌وری کارکنان (در ورزش)/ مولفین هادی نوری نقده، خلیل بدلی.
مشخصات نشر	:	تهران: نارون دانش، ۱۴۰۰. مشخصات ظاهری: ۶۴ ص.
شابک	:	978-622-276-325-1 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت	:	کتابنامه: ص. ۵۷ - ۶۴
موضوع	:	کارآمدی سازمانی Organizational effectiveness
موضوع	:	تصویر ذهنی از بدن Body image
موضوع	:	بهره‌وری * Productivity
موضوع	:	کارکنان — مدیریت Personnel management
شناسه افزوده	:	بدلی، خلیل، ۱۳۵۵ -
رده بندی کنگره	:	HD۵۸/۹
رده بندی دیویی	:	۶۵۸/۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۷۵۸۸۴۴۲
وضعیت رکورد	:	فیبا



تصویر بدنی و بهره‌وری کارکنان (در ورزش)
مولفین: دکتر هادی نوری نقده، خلیل بدلی

صفحه آرا: اکرم ملک نژاد

طراح جلد: الویرا صیامی

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۶-۳۲۵-۱

قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

آدرس: میدان انقلاب اسلامی، خیابان کارگر شمالی، خیابان نصرت شرقی، پلاک هفتادودو، واحد یک

شماره تماس: ۰۹۲۲۴۰۱۳۷۰۴ و ۰۲۱۶۶۹۳۲۲۴۵

آدرس الکترونیکی: narvanpub@gmail.com

آدرس سایت: www.narvanpub.com

فهرست مطالب

۵	پیشگفتار
۹	فصل اول: کلیات مفهوم تصویر بدنی
۱۱	۱-۲ تعریف تصویر بدنی
۱۲	۲-۲ بخش‌های تصویر بدنی
۱۳	۳-۲ نظری‌های اولیه تصویر بدنی
۱۳	۴-۲ نظریه چند بعدی معاصر
۱۴	۵-۲ روش‌های اندازه‌گیری تصویر بدن
۱۵	۶-۲ عوامل مؤثر بر تصویر بدنی
۱۵	۲-۶-۱ خانواده
۱۵	۲-۶-۲ اسباب بازی
۱۵	۲-۶-۳ دوستان
۱۶	۲-۶-۴ رسانه‌ها
۱۶	۷-۲ اختلالات شایع تصویر بدنی
۱۶	۲-۷-۱ اختلالات تغذیه‌ای
۱۷	۲-۷-۲ بیماری ایدز
۱۸	۲-۷-۳ ضایعات نخاعی
۱۸	۲-۷-۴ سوختگی‌ها
۱۸	۸-۲ درمان‌های رایج در اختلالات تصویر بدنی
۲۱	فصل دوم: جنسیت در تصویر بدنی
۲۳	۹-۲ جنسیت و تصویر بدنی
۲۶	۱۰-۲ مقیاس‌های تصویر بدنی
۲۷	۱۱-۲ پیوستار تصویر بدنی برای هر نفر
۲۸	۱۲-۲ تعریف بهره‌وری
۳۱	فصل سوم: بهره‌وری و مدیران
۳۳	۱۳-۲ اهمیت بهره‌وری
۳۴	۱۴-۲ بهره‌وری و مدیران
۳۵	۱۵-۲ دیدگاه‌ها در مورد بهره‌وری
۳۶	۱۶-۲ ویژگی‌های بهره‌وری
۳۶	۱۷-۲ اندازه‌گیری بهره‌وری
۴۱	۱۸-۲ رویکردهای نظری درباره بهره‌وری

پیشگفتار

تصویر ذهنی واژه‌هایی انتزاعی هستند که در برگیرنده اطلاعات، احساسات و ادراکات آگاهانه و غیر آگاهانه شخص درمورد بدنش می‌باشند (آیگناتیویس و ماریلی^۱، ۱۹۹۱). این تصویر از زمان تولد شکل گرفته و همزمان با رشد فرد کامل شده و در طی مراحل زندگی فرد تغییر می‌کند و به علت احتمال ارتباط آن با اختلالات تغذیه‌ای و اختلالات روانی و کاهش اعتماد به نفس، اهمیت زیادی دارد. تغییر تصویر ذهنی بدنی در پی تغییرات قابل مشاهده یا غیر قابل مشاهده در بدن می‌تواند تأثیر زیادی روی شخصیت فرد داشته باشد (سالتر^۲، ۱۹۹۷).

داشتن تصویر بدنی نامطلوب و شاخص حجم بدنی بالا در شرایطی باعث کاهش اعتماد به نفس و تضعیف خودپنداره نیز می‌شود. بنابراین می‌توان گفت؛ اساس شاخص حجم بدنی و شکل ظاهری بدن به عنوان بستر اصلی تصویر بدنی و یکی از جنبه‌های اصلی سلامت عمومی شناخته شده است و همچنین افرادی که دارای خودپنداره واضح، خوب، تعریف شده و هماهنگ و تقریباً با ثبات هستند از سلامت روان شناختی بهتری برخوردارند (کیمبل و همکاران^۳، ۱۹۹۶). همچنین تحقیقاتی در مورد تأثیر ورزش بر تصویر بدنی مطرح شده است از جمله از تحقیقات می‌توان به تحقیق فیشر و تامسون^۴ (۱۹۹۴) اشاره کرد که به بررسی تأثیر ورزش‌های بر تصویر بدنی افراد پرداخته‌اند. آن‌ها اظهار کرده‌اند که ورزش‌ها بیشتر بر ابعاد جسمانی تصویر بدنی تأثیر گذار بوده و کمتر ابعاد ادراکی و عاطفی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

1- Ignatvicius & Marily

2- Salter

3-Campbell

4- Fisher & Thompson