

Sự khác biệt về giới tính đến trạng thái tâm lý trước thi đấu của vận động viên đội tuyển võ cổ truyền tỉnh Đồng Nai

TS. Lê Thị Mỹ Hạnh; ThS. Mai Hồng Phát

TÓM TẮT:

Sau khi ứng dụng bảng hỏi POMS để đo lường trạng thái tâm lý trước thi đấu của vận động viên (VĐV) võ cổ truyền (VCT) Đồng Nai. Nghiên cứu đã tiến hành phân tích trạng thái tâm lý trước thi đấu giữa VĐV nam và nữ, khám phá ra có đến 36/40 biểu hiện không có sự khác biệt (trừ biểu hiện Âu sầu; tinh thần sung mãn; tự tin; phần nộ) ở ngưỡng xác suất 95%. Cho thấy tâm lý trước khi thi đấu giữa VĐV nam và VĐV nữ đội tuyển VCT Đồng Nai có sự tương đồng cao. Làm cơ sở giúp huấn luyện viên (HLV) có được sự chuẩn bị tốt hơn về mặt tâm lý cho VĐV nhằm đạt được thành tích cao hơn trong thi đấu.

Từ khóa: võ Cổ truyền Đồng Nai; trạng thái tâm lý trước thi đấu, POMS.

ABSTRACT:

After applying POMS questionnaire to measure psychological state before examination of Dong Nai traditional martial arts athlete. The study has discovered the psychological state before the competition between the male and female athletes up to 36/40 that there is no difference (except the expression of the melancholy; the spirit of fullness; Confidence; Wrath) at the 95% probability threshold. Showing the psychology before the competition between male and female athletes, Dong Nai traditional martial arts team has a high similarity. As a basis for coaches to get better psychological preparation for athletes to achieve higher performance in competitions.

Keywords: traditional martial arts of Dong Nai; psychological state before competitions, POMS.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Nhận thức sâu sắc về vai trò của yếu tố tâm lý trong thi đấu thể thao, ở các nước có nền thể thao phát triển luôn coi trọng huấn luyện, rèn luyện tâm lý cho các



(Ảnh minh họa)

VĐV. Hiện nay, huấn luyện tâm lý cho VĐV ở các nước thể thao phát triển theo hướng 4C (concentration, confidence, control and commitment) nhằm hình thành các phẩm chất “tập trung, tự tin, kiểm soát và cam kết” thường được coi là những phẩm chất tâm lý rất quan trọng để thực hiện thành công trong hầu hết các môn thể thao, trong đó:

- + Tập trung - là khả năng duy trì tập trung trong thi đấu
- + Tự tin - tin vào khả năng của mình
- + Kiểm soát - khả năng duy trì kiểm soát cảm xúc trong mọi tình huống
- + Cam kết - khả năng tiếp tục làm việc với mục tiêu thống nhất

Như vậy, việc hình thành các phẩm chất tâm lý cho các VĐV các nước có nền thể thao phát triển hiện nay theo hướng bảo đảm cho họ có tâm lý vững vàng, đạt được hiệu suất thi đấu cao nhất trong mọi tình huống.

Sự vững vàng tâm lý của VĐV là khả năng bảo đảm hoạt động chức năng bình thường của các quá trình tâm

lý và sự biểu hiện hợp lý các thuộc tính khác nhau của nhân cách trong các điều kiện phức tạp, khó khăn trong thi đấu, trong đó sự vững vàng về trí tuệ, cảm xúc, ý chí là nội dung quan trọng nhất. Đó là khả năng chịu đựng được những sức ép về trí tuệ, tình cảm, ý chí và sức lực lớn mà không để lại hậu quả gì. Khi VĐV vững vàng về tâm lý, họ sẽ dễ dàng làm chủ được hành vi của mình, giữ được bình tĩnh, sáng suốt trong thi đấu, tự tin vào khả năng đạt được thành tích của bản thân.

Tính vững vàng tâm lý của VĐV được biểu hiện ở sự tin tưởng vào khả năng thắng lợi của bản thân, bình tĩnh, tự tin xử trí các tình huống trong thi đấu, kiểm chế được những cảm xúc tiêu cực, chủ động, tích cực, tự chủ, quyết đoán, linh hoạt, ý chí bền bỉ và tính kỷ luật cao.

Tính vững vàng về tâm lý có biểu hiện ở khả năng khắc phục được các trạng thái cảm xúc tiêu cực. Trong thi đấu thể thao, các cảm xúc tiêu cực có thể nảy sinh như “sốt xuất phát” (biểu hiện là sự hồi hã hoặc lơ đãng, tâm trạng không ổn định, ra nhiều mồ hôi, tim đập mạnh, khô miệng, đi tiểu nhiều lần...), “sự đứng đưng lúc xuất phát” (biểu hiện ở mất hứng thú thi đấu,

uể oải, buồn ngủ, thụ động...), sợ hãi đối thủ, không tin vào khả năng của bản thân, áp lực về thành tích, áp lực từ khán giả.

Ứng dụng bảng hỏi POMS để đánh giá trạng thái tâm lý của VĐV và tìm hiểu sự khác biệt về giới tính với trạng thái tâm lý trước thi đấu là cần thiết trong quá trình huấn luyện.

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp sau: đọc, phân tích và tổng hợp tài liệu; điều tra - bảng câu hỏi; toán thống kê (phân tích phương sai (ANOVA))

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Sau khi phân tích thực trạng tâm lý trước thi đấu của VĐV VCT tỉnh Đồng Nai. Nghiên cứu tiến hành phân tích sâu hơn các biểu hiện tâm lý giữa VĐV nam và nữ; bằng phương pháp phân tích phương sai (ANOVA) để kiểm định giả thuyết trung bình bằng nhau của các nhóm.

Qua quá trình tính toán, đã thu được kết quả trình bày ở bảng 1 như sau:

Bảng 1. Sự khác biệt về các biểu hiện tâm lý trước thi đấu giữa giới tính của VĐV VCT

Biểu hiện		\bar{X}	δ	F	Sig.
Căng thẳng	Nữ	2,13	0,35	0,038	0,848
	Nam	2,08	0,64		
Nóng giận	Nữ	1,13	0,35	0,030	0,863
	Nam	1,15	0,38		
Nản chí	Nữ	1,00	0,00	0,603	0,447
	Nam	1,08	0,28		
Không phấn khởi	Nữ	1,00	0,00	2,742	0,114
	Nam	1,38	0,65		
Tinh thần thoải mái	Nữ	2,88	0,64	2,295	0,146
	Nam	3,46	0,97		
Hoảng loạn	Nữ	1,13	0,35	0,030	0,863
	Nam	1,15	0,38		
Bối rối	Nữ	1,88	0,64	0,798	0,383
	Nam	1,62	0,65		
Tinh thần bán loạn	Nữ	1,00	0,00	3,832	0,065
	Nam	1,46	0,66		
Cáu gắt	Nữ	1,13	0,35	0,331	0,572
	Nam	1,23	0,44		
Mệt mỏi	Nữ	1,88	1,36	0,129	0,724
	Nam	2,08	1,19		
Âu sầu	Nữ	1,00	0,00	4,524	0,047
	Nam	1,38	0,51		
Tinh thần sung mãn	Nữ	2,50	0,76	5,554	0,029
	Nam	3,62	1,19		
Không thể tập trung	Nữ	1,00	0,00	3,217	0,089
	Nam	1,31	0,48		
Tự tin	Nữ	3,13	0,83	8,728	0,008
	Nam	4,23	0,83		
Không yên tâm	Nữ	1,88	0,64	1,984	0,175
	Nam	1,46	0,66		

Bực mình	Nữ	1,38	0,52	1,290	0,270
	Nam	1,15	0,38		
Xuống tinh thần	Nữ	1,00	0,00	3,773	0,067
	Nam	1,54	0,78		
Ủ rũ	Nữ	1,00	0,00	1,868	0,188
	Nam	1,31	0,63		
Chủ động, tích cực	Nữ	2,63	1,19	2,623	0,122
	Nam	3,46	1,13		
Hoang mang	Nữ	1,38	0,52	0,099	0,756
	Nam	1,46	0,66		
Đứng ngồi không yên	Nữ	2,00	0,93	0,029	0,866
	Nam	1,92	1,04		
Buồn phiền	Nữ	1,00	0,00	2,956	0,102
	Nam	1,54	0,88		
Uể oải	Nữ	1,38	0,74	0,166	0,688
	Nam	1,54	0,97		
Sầu muộn	Nữ	1,00	0,00	2,956	0,102
	Nam	1,54	0,88		
Hưng phấn	Nữ	1,88	0,35	3,718	0,069
	Nam	2,92	1,50		
Hay quên	Nữ	1,50	0,76	0,676	0,421
	Nam	1,92	1,32		
Có khả năng cảm giác	Nữ	2,50	0,93	0,418	0,526
	Nam	2,23	0,93		
Dễ bị kích động	Nữ	1,88	1,13	0,756	0,396
	Nam	1,54	0,66		
Phần nộ	Nữ	1,00	0,00	6,702	0,018
	Nam	1,77	0,83		
Mệt mỏi không chịu nổi	Nữ	1,13	0,35	0,880	0,360
	Nam	1,46	0,97		
Vô dụng	Nữ	1,13	0,35	0,637	0,435
	Nam	1,38	0,87		
Tích cực tập luyện	Nữ	3,38	0,92	0,428	0,521
	Nam	3,77	1,54		
Cảm giác không chắc chắn	Nữ	1,75	1,04	0,172	0,683
	Nam	1,92	0,86		
Hài lòng	Nữ	2,13	0,64	4,054	0,058
	Nam	3,15	1,34		
Bản khoăn	Nữ	1,75	0,71	0,038	0,848
	Nam	1,69	0,63		
Dễ phát điên	Nữ	1,25	0,46	1,163	0,294
	Nam	1,54	0,66		
Oán trách	Nữ	1,50	0,53	0,012	0,913
	Nam	1,54	0,88		
Bất lực	Nữ	1,25	0,71	0,482	0,496
	Nam	1,46	0,66		
Tràn đầy sinh lực	Nữ	2,63	0,52	3,120	0,093
	Nam	3,46	1,27		
Tự hào	Nữ	3,00	0,93	0,514	0,482
	Nam	3,38	1,33		

Qua bảng 1 cho thấy:

- Ở biểu hiện *căng thẳng* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,08 \pm 0,64$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê

ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,848 > 0,05.

- Ở biểu hiện *nóng giận* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,15 \pm 0,38$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê

ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,863 > 0,05.

- Ở biểu hiện *nản chí* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,08 \pm 0,28$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,447 > 0,05.

- Ở biểu hiện *không phấn khởi* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,65$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,14 > 0,05.

- Ở biểu hiện *tinh thần thoải mái* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,88 \pm 0,64$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,46 \pm 0,97$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,146 > 0,05.

- Ở biểu hiện *hoảng loạn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,15 \pm 0,38$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,863 > 0,05.

- Ở biểu hiện *bối rối* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,88 \pm 0,64$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,62 \pm 0,65$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,383 > 0,05.

- Ở biểu hiện *ruột gan rối bời* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,46 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,065 > 0,05.

- Ở biểu hiện *cáu gắt* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,23 \pm 0,44$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,572 > 0,05.

- Ở biểu hiện *mệt mỏi* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,88 \pm 1,36$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,08 \pm 1,19$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,724 > 0,05.

- Ở biểu hiện *âu sâu* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,51$. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,047 < 0,05.

- Ở biểu hiện *tinh thần sung mãn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,50 \pm 0,76$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,62 \pm 1,19$. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,029 < 0,05.

- Ở biểu hiện *không thể tập trung* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,31 \pm 0,48$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,089 > 0,05.

- Ở biểu hiện *tự tin* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,13 \pm 0,83$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} =$

4,23 ± 0,83. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,008 < 0,05.

- Ở biểu hiện *không yên tâm* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,88 \pm 0,64$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,46 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,175 > 0,05.

- Ở biểu hiện *bực mình* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,52$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,15 \pm 0,38$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,270 > 0,05.

- Ở biểu hiện ở *biểu hiện xuống tinh thần* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,78$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,067 > 0,05.

- Ở biểu hiện *ủ rũ* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,31 \pm 0,63$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,188 > 0,05.

- Ở biểu hiện *chủ động, tích cực* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,63 \pm 1,19$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,46 \pm 1,13$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,122 > 0,05.

- Ở biểu hiện *hoang mang* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,52$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,46 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,756 > 0,05.

- Ở biểu hiện *đứng ngồi không yên* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,00 \pm 0,93$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,92 \pm 1,04$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,866 > 0,05.

- Ở biểu hiện *buồn phiền* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,88$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,102 > 0,05.

- Ở biểu hiện *uể oải* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,74$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,97$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,688 > 0,05.

- Ở biểu hiện *sâu muộn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,88$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,102 > 0,05.

- Ở biểu hiện *hưng phấn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,88 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,92 \pm 1,50$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,69 > 0,05.

- Ở biểu hiện *hay quên* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,50 \pm 0,76$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,92 \pm 1,32$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,421 > 0,05.

- Ở biểu hiện *có khả năng cảm giác* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,50 \pm 0,93$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,23 \pm 0,93$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,526 > 0,05.

- Ở biểu hiện *dễ bị kích động* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,88 \pm 1,13$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,396 > 0,05.

- Ở biểu hiện *Phần nộ* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,00 \pm 0,00$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,77 \pm 0,83$. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,018 < 0,05.

- Ở biểu hiện *mệt mỏi không chịu nổi* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,46 \pm 0,97$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,360 > 0,05.

- Ở biểu hiện *vô dụng* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,13 \pm 0,35$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,38 \pm 0,87$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,435 > 0,05.

- Ở biểu hiện *tích cực tập luyện* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,38 \pm 0,92$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,77 \pm 1,54$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,521 > 0,05.

- Ở biểu hiện *cảm giác không chắc chắn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,75 \pm 1,04$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,92 \pm 0,86$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,683 > 0,05.

- Ở biểu hiện *hài lòng* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,13 \pm 0,64$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,15 \pm 1,34$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê

ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,058 > 0,05.

- Ở biểu hiện *băn khoăn* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,75 \pm 0,71$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,69 \pm 0,63$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,848 > 0,05.

- Ở biểu hiện *dễ phát điên* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,25 \pm 0,46$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,294 > 0,05.

- Ở biểu hiện *oán trách* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,50 \pm 0,53$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,54 \pm 0,88$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,913 > 0,05.

- Ở biểu hiện *bất lực* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,25 \pm 0,71$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 1,46 \pm 0,66$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,496 > 0,05.

- Ở biểu hiện *trần đầy sinh lực* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 2,63 \pm 0,52$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,46 \pm 1,27$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,093 > 0,05.

- Ở biểu hiện *tự hào* của VĐV nữ có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,00 \pm 0,93$; VĐV nam có giá trị trung bình là $\bar{x} = 3,38 \pm 1,33$. Sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% do giá trị Sig. = 0,483 > 0,05.

3. KẾT LUẬN

Phân tích sự khác biệt về các biểu hiện tâm lý trước thi đấu của VĐV VCT tỉnh Đồng Nai giữa VĐV nam và nữ có đến 36/40 biểu hiện không có sự khác biệt (trừ biểu hiện âu sầu; tinh thần sung mãn; tự tin; phần nộ) ở ngưỡng xác suất 95%. Từ đó có thể kết luận rằng tâm lý trước khi thi đấu giữa VĐV nam và VĐV nữ đội tuyển VCT Đồng Nai có sự tương đồng cao. Các HLV của đội có thể lấy làm cơ sở để xây dựng kế hoạch huấn luyện tâm lý cho các VĐV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trường Đại học Thể dục thể thao I (TĐTT) (1999), *Tâm lý học trong thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Phạm Ngọc Viễn, Lê Văn Xem, Mai Văn Muôn, Nguyễn Thanh Nữ (1991), *Tâm lý học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. McNair et al. (1971) Manual for the Profile of Mood States. San Diego, CA: *Educational and Industrial Testing Service*.

Nguồn bài báo: trích từ luận văn thạc sĩ: “Nghiên cứu ứng dụng bảng hỏi POMS để đánh giá trạng thái tâm lý trước thi đấu của VĐV đội tuyển VCT tỉnh Đồng Nai” của ThS Mai Hồng Phát do TS. Lê Thị Mỹ Hạnh hướng dẫn thuộc trường Đại học TĐTT thành phố Hồ Chí Minh, năm 2015.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 21/12/2018; ngày phản biện đánh giá: 12/1/2019; ngày chấp nhận đăng: 24/2/2019)