

Anxiety and Ironic Errors of Performance: Task Instruction Matters

Recep Görgülü, Andrew Cooke, & Tim Woodman



Erişim linki: <https://doi.org/10.1123/jsep.2018-0268>

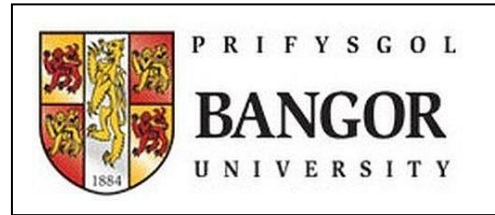
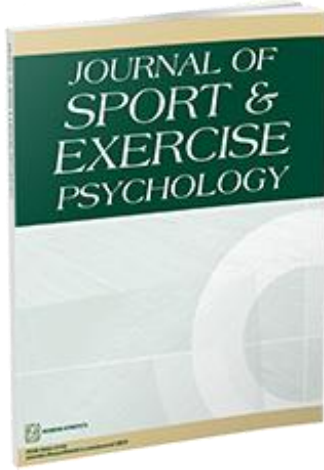
Fakültemiz Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Recep Görgülü, uluslararası iş birliği ile sorumlu yazar olarak ***Spor ve Performans Psikolojisi*** alanının en eski (1979) ve en saygın (***IF=2.41***) dergisi olan ***Journal of Sport and Exercise Psychology (JSEP)***' de "Anxiety and Ironic Errors of Performance: Task Instruction Matters – Kaygı ve Performansın İronik Hataları: Göreve Özgü Talimatlar Önemlidir" başlıklı çalışmaları yayımlanmıştır. 2019 yılında yayımlanan bu çalışma 11 Haziran 2020 tarihinde North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity (NASPSPA) derneğinin değerlendirmesi sonucu HUMAN KINETICS tarafından "Excellence in Research Award" ödülü almıştır. *Çalışmanın orijinal ve çeviri özeti aşağıdadır.*

Abstract

Five experiments that examined Wegner's theory of ironic processes of mental control in reactive motor performance under pressure are presented for the first time. In Experiments 1, 2, and 4, the authors conducted specific examinations of the incidence of an ironic error using a reactive motor task. In Experiments 3 and 5, they provided the first tests of whether task instruction moderates the incidence of ironic errors. The task required participants to react to a series of three primary-colored balls as they rolled down a chute under low- and high-anxiety conditions. Measures of anxiety, heart rate, heart rate variability, and muscle activity confirmed the effectiveness of the anxiety manipulation. The Experiments 1, 2, and 4 revealed that anxiety increased the number of ironic errors. In Experiments 3 and 5, the authors provided the first evidence that instructional interventions can reduce the incidence of anxiety-induced ironic performance errors in reactive motor tasks.

Özet

Bu çalışmada, Wegner'in baskı altında reaktif motor performansındaki ironik zihinsel kontrol süreçleri kuramını inceleyen beş deney, ilk kez sunulmaktadır. Yazarlar, Deney 1, 2 ve 4'te özgün bir reaktif motor görev kullanarak ironik hata prevalansı hakkında özel incelemeler yapmışlardır. Deney 3 ve 5'te ise göreve özgü talimatların ironik hata prevalansına etkisine dair ilk testleri yapmışlardır. Bu deneylerdeki tasarım, katılımcıların düşük ve yüksek kaygı (örn; baskı altında) koşulları altında, düzenden yatay olarak düşen bir dizi ve üç ana renkli topa tepki vermelerini gerektirmektedir. Çalışmaya katılan katılımcıların, kaygı düzeyleri, kalp atım hızı, kalp atım hızı değişkenliği (EKG) ve kas aktivasyonlarının ölçülmesi (EMG), kaygı manipülasyonunun etkinliğini doğrulamıştır. Deney 1, 2 ve 4 kaygı seviyesinin yükselmesinin (örn; artan baskı ortamının) ironik hataların sayısını artırdığını ortaya koymuştur. Deney 3 ve 5'te yazarlar, öğretim müdahaleleri ve kullanılan komutların reaktif motor görevlerinde anksiyete kaynaklı ironik performans hatalarının görülme olasılığını azalttığına dair ilk kanıtları sunmuşlardır.



İletişim: gorgulurecep@gmail.com