Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry
Vol/ 11 / No. 3.2024
Page: 137-160

Develop a Model of Perfectionism for Abnormal Personality Traits

Sirous ShiriPour[1], Amir Shams[2], Kevan MollaNoroozi[3]

1-MSc in Motor Behavior, Department of Architecture, Department of Physical Education and Sport Science, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
2- Associate Professor, Department of Motor Behavior, Sport Sciences Resaerch Institute, Tehran, Iran (Corresponding Author). E-mail: a.shams@ssrc.ac.ir
3- Assistant Professor, Department of Physical Education and Sport Science, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Received: 24/12/2022 **Accepted:** 05/04/2023

Abstract

Introduction: Perfectionism is a psychological issue that psychologists have studied extensively. Research shows that perfectionism can either enhance or hinder performance.

Aim: The purpose of this research was to develop a model of perfectionism for abnormal personality traits.

Method: This study utilized a mixed exploratory approach, combining qualitative and quantitative methods. The qualitative phase involved 20 university experts knowledgeable about perfectionism in sports, with the sample size reaching theoretical saturation. The quantitative phase included 232 players from the national team's training camps, selected through convenience sampling. Using the onion research method, a model of perfectionism for abnormal personality traits in national team players was developed based on interviews and expert input. A 10-component questionnaire was created from this model. Structural equation modeling and Smart PLS software were used to test relationships within the model.

Results: The research yielded a model of perfectionism for abnormal personality traits in national team players, consisting of components such as negativity, expectations of others, coach criticism, self-control, individual standards, positivism, striving for excellence, fear of failure, and performance doubts.

Conclusion: The results suggest that perfectionism significantly influences players' attitudes and behaviors, particularly in relation to abnormal personality traits.

Keywords: Personality Dimensions, Perfectionism, Abnormal Personality Traits.

Shiripour C, Shams A, Molanorozi K. Develop a Model of Perfectionism for Abnormal Personality Traits. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry 2024; 11 (3) : 137-160
URL: http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1868-fa.html
Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت
سال یازدهم شماره: ۳، ۱۴۰۳
صفحات: ۱۶۰-۱۳۷

طراحی الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی

سیروس شیری پور[۱]،امیر شمس[۲]، کیوان ملانوروزی[۳]

۱. کارشناسی ارشد رفتار حرکتی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران ، ایران.
۲. دانشیار رفتار حرکتی، پژوهشکده علوم رفتاری و شناختی در ورزش، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران (مولف مسئول). ایمیل: a.shams@ssrc.ac.ir
۳. استادیار رفتار حرکتی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران ، ایران.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۱۰/۰۳ **تاریخ پذیرش مقاله:** ۱۴۰۲/۰۱/۱۶

چکیده

مقدمه: کمال گرایی یکی از موضوعات روانشناختی است که توسط روانشناسان مورد توجه قرار گرفته است؛ زیرا بر اساس شواهد پژوهشی، این عامل نقش مهمی در تسهیل یا تضعیف عملکرد ایفا می‌کند.

هدف: هدف از انجام این تحقیق طراحی الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بود.

روش: این پژوهش به روش ترکیبی آمیخته اکتشافی (کیفی و کمی) انجام شد. جامعه آماری در بخش کیفی، ۲۰ نفر از خبرگان دانشگاهی آگاه به بحث کمال گرایی در ورزش (تا رسیدن به اشباع نظری)، و بخش کمی شامل کلیه بازیکنان حاضر در اردوهای آمادگی تیم های ملی بود که به روش نمونه گیری در دسترس، تعداد ۲۳۲ نفر در سال ۱۴۰۱ انتخاب شدند. در بخش کیفی با روش پیاز پژوهش (ساندرز، ۲۰۰۵)، الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی طراحی شد. براساس مصاحبه‌های انجام شده و الگوی کمال‌گرایی طراحی شده، پرسشنامه‌ای مشتمل بر ۱۰ مولفه ساخته شد. در بخش کیفی مصاحبه‌ها و نظرات خبرگان تا رسیدن با اشباع نظری ادامه یافت. در بخش کمی با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری و نرم‌افزار Smart PLS، روابط بین عناصر و مؤلفه‌های الگوی حاضر مورد آزمون قرار گرفت.

یافته‌ها: بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، الگوی کمال گرایی بدست آمده برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی به ترتیب، شامل مولفه های روانشناختی منفی گرایی، انتظارات اطرافیان، انتقاد مربی، انتظارات مربی، خویشتن داری، استانداردهای فردی، مثبت گرایی، تلاش برای عالی بودن، ترس از شکست و تردید نسبت به عملکرد بود.

نتیجه‌گیری: نتایج بدست آمده بیانگر وجود مولفه های روانشناختی مرتبط با شخصیتی غیر طبیعی در الگوی کمال گرایی طراحی شده بود، لذا براساس نتایج بدست آمده کمال گرایی، بر نگرش بازیکنان به جهت ایجاد رفتار مطلوب، تأثیر قابل‌توجهی دارد.

کلیدواژه‌ها: مولفه های شخصیتی، کمال‌گرایی، ابعاد شخصیتی غیر طبیعی.

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی کردستان محفوظ است.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

مقدمه

امروزه با ورود و پیشرفت علم روان شناسی در ورزش، مشخص شد ورزشکاران درکنار پرورش قدرت و آمادگی جسمانی، برای رسیدن به اهداف و نتایج ایده‌آل خود باید از آمادگی روانی قابل قبولی نیز برخوردار باشند. بارها دیده شده در یک رقابت دو فرد یا دو تیم از نظر تکنیکی و آمادگی بدنی در یک سطح قرار دارند اما آن تیم یا ورزشکاری از میدان مسابقه با پیروزی خارج می شود که آمادگی روانی لازم را داشته و توانسته تنش‌ها، حالات و هیجان های درونی اش را مدیریت کند. شناخت حالات درونی و آگاهی به تغییرات آن در طول یک رقابت و توانایی کنترل و دراختیار گرفتنش مهارتی است که یادگیری آن ورزشکاران را در جهت رسیدن به اهداف ایده آل یاری می کند، ازجمله شناسایی و کنترل حالاتی مانند خشم که می تواند منجر به بروز رفتار پرخاشگرانه در فرد شود (فنویک[1]، ۲۰۱۸).

براین اساس کمال‌گرایی[2] سازه‌ای است که هسته روابط بین فردی را ترسیم و به عنوان یک الگو بایدها و نبایدها در روابط بین فردی را می‌سازد (چن، هویت و فلت[3]، ۲۰۱۷؛ بشارت و کاشانکی، ۱۳۹۸). مطالعات نیز حاکی از اهمیت اساسی این سازه در روابط بین فردی است. کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی و انگیزشی فرد است که رفتار فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد و با ویژگی‌هایی همچون تلاش برای کامل و بی نقص بودن و تعیین معیارهای بسیار افراطی در عملکرد همراه با گرایش به ارزیابی انتقادی رفتار مشخص می-شود. به عبارتی دیگر، کمال‌گرایی، به عنوان ترکیبی از استانداردهای شخصی بیش از حد بالا و خودارزیابی‌های انتقادی تعریف شده است (کوران و هیل[4]، ۲۰۱۹). محققان کمال گرایی را در سه بعد خویشتن مدار، دیگر مدار و جامعه مدار تقسیم نموده اند. کمال گرایی خویشتن مدار، خود هدایت کننده است و شامل وضع استانداردهای بالا و غیرواقع بینانه برای خود، تلاش برای رسیدن به این استانداردها و تمرکز بر نقص ها و شکست ها در عملکرد، همراه با خود نظارت گری های دقیق است(هویت و فلت، ۱۹۹۱). کمال گرایان دیگر مدار، استانداردهای سطح بالایی را برای دیگران تعیین می کنند، رفتار مردم را سخت گیرانه مورد قضاوت قرار می دهند و دارای انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران هستند. کمال گرایان جامعه گرا بر این باورند که دیگران انتظارات و استانداردهای بالا و گاه غیر واقعی از آنها دارند و آن ها باید به منظور دستیابی به پذیرش و تایید دیگران این استانداردها را تامین نمایند(بلت و همکاران، ۲۰۱۰).

محققان معتقدندکمال‌گرایی دیگرمدار به‌عنوان جنبه تاریک‌تر[5] این ویژگی مورد بحث واقع شده است (بشارت و کاشانکی، ۲۰۱۷؛ استوبر، اسمیت، ساکلوفسکه و شری[6]، ۲۰۲۰). بااین‌حال برخی مطالعات بیانگر آن است که کمال‌گرایی ممکن است صرفاً یک عامل منفی در روابط بین فردی قلمداد نشود. به عنوان مثال، بارنت و جانسون[7] (۲۰۱۶) گزارش کرده‌اند که کمال گرایی ممکن است از طریق الگوهای ارتباطی هیجانی، حمایت اجتماعی ادراک شده را افزایش دهد. نتایج پژوهش بشارت و همکاران (۲۰۱۸) نیز نشان دادند کمال‌گرایی در

1 Fenwick
2 Perfectionnism
3. Chen, Hewitt, & Flett
4. Curran & Hill
5. Dark Triad
6. Smith, Saklofske, & Sherry
7. Barnett,& Johnson

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

صورت پیش‌بینی بخشش، نه تنها با مشکلات بین فردی همراه نمی‌شود، بلکه منجر به کیفیت بهتر روابط می‌شود.

مطالعات بیانگر آن است که درک عواملی که ممکن است بر بروندادهای کمال‌گرایی مؤثر باشد می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در شناخت و عملکرد این سازه داشته باشد (ضرغام، جولانیان و منطقیان، ۲۰۱۶؛ بشارت و همکاران، ۲۰۱۸). براساس پژوهش های انجام شده، کمال گرایی می تواند اثرات بهنجار و نابهنجاری بر رفتار ورزشکاران داشته باشد (هارمانچی و اورکای، ۲۰۲۰؛ دمیرچی، ۲۰۱۸)، و موضوع بسیار مهمی در روانشناسی ورزشی است؛ زیرا می تواند کمک کننده یا مانع کسب اهداف موفقیت، توسط ورزشکاران باشد (دوناچی[1] و همکاران، ۲۰۱۸). اگرچه در زمان فعلی سازمان‌های ورزشی نیز خطر توسعه بی‌اخلاقی در ورزش را کاملاً درک نموده‌اند و با جدیت از طریق تبلیغات گسترده درزمینه‌هایی همچون بازی جوانمردانه و یا جریمه‌های سنگین مالی و غیرمالی برای اعمال غیراخلاقی همچون دوپینگ، و یا رفتارهای نژاد پرستانه، سعی در جلوگیری از آن دارند، ولی به نظر نمی‌رسد که در اهداف خود چندان توفیقی کسب کرده باشند (علی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۵). ورزش و بویژه بالاترین سطح آن یعنی سطح حرفه ای که هفته ها مخاطبان وسیعی را مجذوب خود می کند، الگوهای زیادی را برای جوانان پدید آورده است. الگوهایی که از طریق آنها جوانان سعی دارند با همسان سازی، رفتار خود را به هویت الگوی منتخب خود نزدیک کنند. با توجه به اینکه اخلاق و اخلاق مداری به عنوان شاخصی که اغلب با معیار وجدان در جامعه، باعث گرایش به رفتارهای خوب و پرهیز از رفتارهای بد می شود، می تواند به عنوان یکی از سرمایه های اجتماعی در نظر گرفته شود، مطالعه درزمینه طراحی الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی ، از ضروریات برجسته در جامعه است. این مهم در حوزه ورزش و به‌طور مشخص، در سطح تیم های ملی که نقش غالب در اذهان نسل جوان را در بر دارد، از اهمیت ویژه ای برخوردار است. لذا با توجه به اهمیت موضوع و همچنین خلأ تحقیقاتی موجود، سوأل اصلی پژوهش حاضر آن است که الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی، چگونه است؟

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف از نوع توسعه‌ای - کاربردی همچنین از نظر ماهیت و روش از نوع توصیفی پیمایشی است. در بخش کیفی نمونه آماری به‌صورت هدفمندانتخاب شد. لذا از خبرگان دانشگاهی و مربیان حاضر در تیم های ملی، مبتنی بر شاخص‌های تعریف شده‌ای به‌عنوان جامعه آماری مرحله اول انتخاب و نظرسنجی از آن‌ها با استفاده از روش مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته به همراه پرسشنامه باز انجام شد. برای تعیین نمونه‌های این پژوهش و تعیین این گروه از خبرگان از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند[2] استفاده شد. در این پژوهش تعداد ۲۰ نفر به‌عنوان مصاحبه‌شونده با توجه به اصل اشباع در نظر گرفته شد. برای بررسی اعتبار مدل نهایی، پرسشنامه به‌صورت طیف پنج‌درجه‌ای تنظیم و در اختیار ۱۵ نفر از متخصصان این حوزه قرار داده شد. در بخش کمی که شامل اجرای مدل پژوهش در تیم های

1 Donachie

2 Goal orinted

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

ملی بود، جامعه آماری شامل کلیه بازیکنان حاضر در کمپ تیم های ملی بود. با توجه به اینکه آمار دقیقی از ورزشکاران مذکور در دسترس نبود، از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. بر این اساس تعداد ۲۳۲ پرسشنامه از مجموع پرسشنامه های ارسال شده جمع آوری شد. تحلیل داده‌های کیفی با استفاده از شیوه تحلیل تم (مضمون)، استقرایی انجام شد. مراحل انجام روش تحلیل مبتنی بر نظریه براون و کلارک (۲۰۰۶)، استفاده شد. در بخش داده‌های کمی شاخص‌های مرکزی، میانگین و از میان شاخص‌های پراکندگی، انحراف معیار جهت توصیف وضعیت متغیرها در شرایط عملیاتی (وضع موجود)، مورد استفاده قرار گرفت. تحلیل داده‌های کمی با استفاده از آزمون کای - دو جهت بررسی روابط بین متغیرها، آزمون رگرسیون جهت تعیین شدت تاثیرگذاری متغیرها، تحلیل عاملی و تحلیل مسیر انجام شد. با استفاده از مدلسازی معادلات ساختاری سعی شد تا روابط میان متغیرهای پژوهش در یک مدل کلی نشان داده شود. تمامی تحلیل‌ها در سطح معناداری ۰/۰۵ با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ و نرم افزار اسمارت پی ال اس - ۳ انجام شد.

ابزار

ابزار گردآوری داده‌ها، در مرحله کیفی مصاحبه بوده که یکی از ارکان اصلی در روش تحقیق آمیخته اکتشافی محسوب می‌شود. در تحقیق حاضر، جهت شناسایی مؤلفه‌های کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی، از مصاحبه باز استفاده می شود که دلیل استفاده از آن این است که علاوه بر آنکه امکان تبادل نظر و فکر وجود دارد، می‌توان بحث و موضوع مصاحبه را در جهت دستیابی به اهداف پژوهش هدایت خواهد نمود. همچنین در طول فرآیند مصاحبه، امکان مشاهده احساسات و رسیدن به باورها و اعتقادات مصاحبه شوندگان درباره موضوع پژوهش نیز وجود دارد. مصاحبه ابزاری است که امکان بررسی موضوع‌های پیچیده، پیگیری پاسخ‌ها یا پیدا کردن علل آن و اطمینان یافتن از درک سؤال از سوی آزمودنی را فراهم می‌سازد. در این راستا، مصاحبه گر می‌تواند پاسخ‌ها را پیگیری نموده و با دوباره تعریف کردن سؤال‌ها را رفع نماید (سرمد، ۱۳۹۱). قبل از شروع مصاحبه، خلاصه‌ای از طرح پژوهش، نتایج بررسی پیشینه پژوهش، به همراه اهداف و سؤالات پژوهش جهت مطالعه و آمادگی اولیه برای مصاحبه شوندگان از طریق ایمیل ارسال شده و در ابتدای جلسه مصاحبه نیز در مورد کارهای انجام شده بطور مختصر توضیح داده شد. سپس به طرح سؤالات مصاحبه و انجام فرآیند مصاحبه اقدام شد. به‌منظور ثبت داده‌های کیفی و تمرکز بیشتر بر فرآیند مصاحبه، و با کسب اجازه از مصاحبه شوندگان، مصاحبه‌ها ضبط می‌شد و همچنین از نکات کلیدی هر مصاحبه یادداشت برداری می‌شود. هم‌زمان با انجام مصاحبه‌ها و جمع‌آوری داده‌ها، کدگذاری آن‌ها نیز انجام گرفت. کدگذاری به این معناست که به بخش‌های مختلف داده‌ها برچسب‌هایی داده می‌شود تا نشان دهد هر داده‌ای به چه چیزی مربوط می‌شود. با کدگذاری باز، متن مصاحبه‌ها بارها و بارها سطر به سطر خوانده و کدهای بسیاری حاصل شده که طی فرایند مقایسه‌ای مداوم تحلیل داده‌ها، مجموعه این داده‌های کیفی اولیه به‌علت تشابه معنایی و تکراری بودن این کدها در هم ادغام و به مفاهیم کمتری تقلیل پیدا می‌کنند. با کدگذاری محوری، فرایند کدگذاری از حالت باز خارج و شکل گزیده‌ای به خود خواهد گرفت.

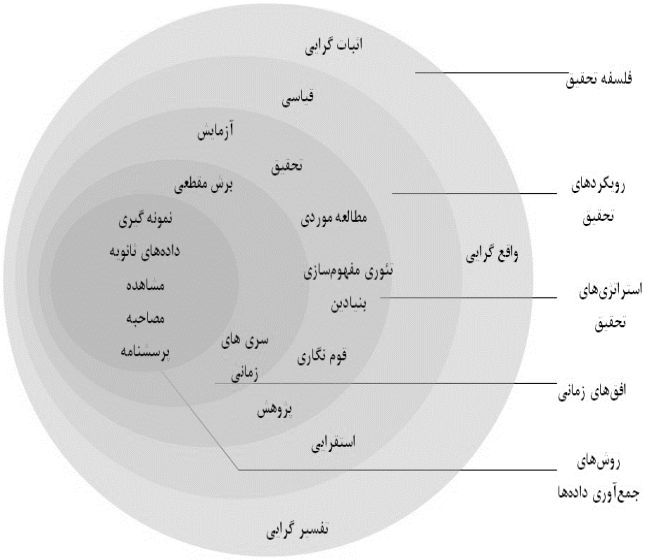
[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

در این مرحله به جفت‌کردن مفاهیم پرداخته شد و مفاهیمی که شبیه یکدیگر بودند؛ در یک قرار می گیرند. تکنیک دلفی یکی از روش‌های کسب دانش گروهی است که در تصمیم‌گیری پیرامون مسائل کیفی نیز کاربرد دارد. در پژوهش‌های کیفی که جنبه اکتشافی دارد و شناسایی ماهیت و عناصر بنیادین یک پدیده، محور مطالعه است می‌توان از تکنیک دلفی استفاده کرد. تکنیک دلفی فرآیندی ساختارمند جهت گردآوری اطلاعات در طی راندهای متوالی و درنهایت اجماع گروهی است (رنجبر و همکاران، ۱۳۹۱). جهت طراحی پرسشنامه در دور اول روش دلفی به‌صورت دو گزینه‌ای (بلی خیر)، بوده که هدف از آن تائید یا رد آیتم‌ها و کسب پیشنهادات جدید در صورت نادیده گرفته شدن برخی از مفاهیم است. گزینه‌های تائید نشده حذف شده و تعدادی عبارت و مؤلفه با صلاحدید اعضای دلفی اضافه شد و در مرحله بعدی تأیید شد.

بخش کمی

ابزار گردآوری داده‌ها در بخش کمی پرسشنامه محقق‌ساخته می‌باشد. با بهره‌مندی ازنظرات تیم پژوهشی حاضر (اساتید محترم راهنما و مشاور)، و سایر افراد صاحب‌نظر در حوزه رفتار حرکتی و رواشناسی ورزشی، عناصر و مؤلفه‌های الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم های ملی انتخاب و جهت درج در پرسشنامه اصلی انتخاب شد و سرانجام پرسشنامه حاصل جهت پاسخگویی در اختیار نمونه آماری قرار گرفت. در کتاب روش پژوهش برای دانشجویان کسب و کار نوشته مارک ساندرز[1] (۲۰۱۵)، ایشان به مفهوم جالبی به نام پیاز پژوهش رسیدند که وجه تسمیه آن نیز همان‌طور که در شکل ذیل مشاهده می‌کنیم، در ماهیت لایه-لایه آن می‌باشد.



شکل ۱: پیاز پژوهش ساندرز (۲۰۱۵)

یافته‌ها

بخش کیفی پژوهش با حضور ۲۰ کارشناس خبره و متخصص دانشگاهی رشته مدیریت ورزشی و مربیان حاضر در تیم های ملی انجام شد. ابعاد اصلی مؤثر بر الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی و نیز مدل مفهومی پژوهش در این بخش شناسایی و مورد تأیید قرار گرفت. قابل ذکر است که شناسایی و استخراج ابعاد و ملاک های اصلی با استفاده از مرور تحقیقات گذشته، منابع کتابخانه ای وکسب نظرات کارشناسان ورزش و اخلاق در طی چندین مرحله (حداقل پنج مرحله) و از بین ابعاد و ملاک های مختلف و متعدد مرتبط با الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی ورزشکاران و ویرایش تقریباً ۱۰۰۰گویه صورت گرفت. در ادامه فرایند پژوهش نیز این الگو به عنوان زمینه انجام تحلیل

1 mark saunders

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

عاملی اکتشافی و تأییدی قرار گرفت. کسب نظرات ۲۰ نفر از کارشناسان و خبرگان دانشگاهی نشان داد الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی ورزشکاران تیم های ملی در ۱۰ بُعد ترس از شکست، تردید نسبت به عملکرد، انتظارات مربی، انتظارات اطرافیان، انتقاد مربی، استانداردهای فردی، منفی گرایی، مثبت گرایی، تلاش برای عالی بودن و خویشتن داری، شناسایی شد.

جدول ۱ شاخص های مرتبط با ابعاد شخصیتی غیرطبیعی ورزشکاران تیم های ملی

ردیف	مؤلفه های مرتبط با مؤلفه ترس از شکست
۱	اگر در باشگاه کسی تمرینی بهتر از من انجام دهد، احساس می کنم تماماً در آن کار شکست‌خورده‌ام.
۲	اگر حتی یک بار شکست بخورم همان‌قدر بد است که همیشه شکست‌خورده باشم.
۳	اگر حتی یک بار شکست بخورم از چشم دیگران خواهم افتاد
۴	از اینکه در تمرین و مسابقه کمتر از "بهترین" باشم متنفرم
۵	هر چه کمتر اشتباه کنم دیگران بیشتر دوستم دارند
۶	اگر همیشه تمرینات را به‌خوبی انجام ندهم دیگران به من احترام نخواهند گذاشت
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص تردید نسبت به عملکرد**
۱	معمولاً در مورد انجام تمرینات تردید دارم
۲	معمولاً در مسابقه خوب ظاهر نمی شوم، چون تمرینات را پی‌درپی تکرار می کنم.
۳	مدت زیادی طول می کشد تا من مهارت جدیدی را به نحو احسن انجام دهم
۴	حتی زمانی که تمرینات را بسیار با دقت انجام می‌دهم غالباً احساس می کنم کارم کاملاً درست نیست
۵	من اغلب می‌ترسم که مردم حرف‌هایم را خوب نفهمند و بد برداشت کنند
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص انتظارات مربی**
۱	در باشگاه من، فقط عملکرد برجسته و ممتاز، خوب تلقی می‌شود
۲	مربی ام از من می خواهد که در هر زمینه‌ای بهترین باشم
۳	مربی ام همواره انتظاراتی بالاتر از خودم برای آینده‌ام در ذهن دارد
۴	مربی ام استانداردهای بسیار بالایی برای من در نظر می گیرند
۵	مربی ام به‌سختی از عملکرد من راضی می‌شود
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص انتظارات اطرافیان**
۱	وقتی تمرینی را انجام می‌دهم احساس می کنم هم تیمی هایم با دیدی انتقادی در مورد آن قضاوت می کنند.
۲	اطرافیانم انتظار دارند همیشه پیروز میدان باشم.
۳	خانواده‌ام از من انتظار دارند کامل و ایدئال باشم.
۴	هرچقدر کاری را کامل و بی‌نقص انجام می‌دهم بازهم دیگران انتظار دارند که کامل‌تر انجام دهم
۵	اطرافیانم از من می‌خواهند که در هر کاری و هر چیزی بهترین باشم.
۶	تصور می کنم که هرگز نمی‌توانم انتظارات و توقعات اطرافیان را برآورده سازم
۷	اگر در رقابتی شکست بخورم، اطرافیان به دیده تحقیر به من نگاه می کنند
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص انتقاد مربی**
۱	مربی ام هرگز اشتباهات مرا درک نمی کند
۲	مربی ام هرگز اشتباهات مرا نادیده نمی گیرد
۳	هرگز احساس نکردم که توانسته‌ام انتظارات مربی ام را برآورده کنم
۴	معتقدم اگر تمرینات را به نحوی کاملاً ایدئال انجام ندهم، از جانب مربی ام تنبیه می‌شوم

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

۵	من از انتقادات مربی نسبت به خودم خیلی هراس دارم
۶	حس می‌کنم مربی ام فشار زیادی بر من وارد می‌کند تا موفق شوم
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص استانداردهای فردی**
۱	من در مقایسه با بیشتر رقیبان خود، اهدافی بالاتر برای خودم در نظر می‌گیرم
۲	من اهدافی بی‌نهایت والایی در مسابقات دارم
۳	به نظر می‌رسد باقی ورزشکاران در مقایسه با من استانداردهای پایین‌تری را برای خود در نظر می‌گیرند
۴	من به‌خوبی تلاشم را برای دستیابی به یک هدف خاص متمرکز می‌کنم
۵	برای من مهم است که در انجام هر تمرینی مهارت کامل داشته باشم
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص منفی گرایی**
۱	اگر در مسابقه ای نتوانم نتایج کامل کسب کنم مدت زیادی ناراحتی حاصل از آن در ذهنم باقی است
۲	وقتی کیفیت تمرینات هم تیمی هایم با من هماهنگ نباشد، معمولاً به آن‌ها گوشزد می‌کنم
۳	وقتی در مسابقات شکست می‌خورم خیلی احساس شرمندگی می‌کنم
۴	هر چه تلاش می کنم نمی توانم رضایت مربی ام را جلب کنم
۵	با یک شکست، احساس می کنم همه چیز را از دست داده ام
۶	وقتی در رقابتی شرکت می کنم، از احتمال شکست در آن نگران می شوم
۷	هر قدر بیشتر تلاش کنم، انتظار مربی و هم تیمی هایم برآورده نمی شود
۸	ترجیح می دهم مهارتی که نمی توانم به درستی انجام دهم را تمرین نکنم
۹	وقتی کاری انجام می دهم احساس می کنم دیگران با دیدی انتقادی در مورد آن قضاوت خواهند کرد
۱۰	اگر در رقابت شکست بخورم در نظر دیگران کوچک خواهم شد
۱۱	وقتی نتایج کار خود را با دیگران مقایسه می‌کنم، اغلب احساس بی‌لیاقتی می‌کنم
۱۲	دیگران، تنها به خاطر پیروزی هایم به من احترام می گذارند
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص تلاش برای عالی بودن**
۱	اغلب دلواپس این مسئله هستم که مربیان و هم تیمی ها در مورد من چطور فکر می‌کنند
۲	وقتی از وسیله ای در باشگاه استفاده می‌کنم بلافاصله آن را سر جایش می‌گذارم تا همه‌چیز مرتب باشد
۳	قبل از هر عملی ابتدا مدت زیادی درباره چگونگی انجام آن فکر می‌کنم
۴	وقتی هم تیمی های من از روی بی‌دقتی اشتباه می‌کنند، تحمل خود را از دست می‌دهم و عصبانی می‌شوم
۵	من احساس می‌کنم هر کاری را باید به بهترین نحو انجام دهم
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با شاخص مثبت گرایی**
۱	از عظمت موفقیت هایم لذت می برم
۲	پیروزی در مسابقات ، به خودی خود یک پاداش است
۳	فکر می کنم، همه، ورزشکار پیروز را دوست دارند
۴	وقتی محدودیت ها و ضعف ها غلبه می کنم احساس خوبی به من دست می دهد
۵	دیگران معیارهای عالی من را تحسین می‌کنند
۶	با پیروزی های بزرگم، تاییدات دیگران را از آن خود می سازم
۷	دوست دارم برای یک پیروزی چشمگیر تحسین شوم
۸	پیروزی هایم، مرا به سوی پیشرفت های بزرگتر سوق می دهد
ردیف	**مؤلفه های مرتبط با خویشتن داری**
۱	حتی زمانی که در مسابقه ای پیروز می شوم، بازهم از عملکرد خودم راضی نیستم

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

۲	اگر حتی یک اشتباه در مسابقه داشته باشم، ناراحت و آشفته می‌شوم
۳	نمی‌توانم حتی یک شکست را در مسابقات تحمل کنم
۴	احساس می‌کنم همیشه باید در مسابقات پیروز میدان باشم
۵	احساس می‌کنم خیلی کمال‌گرا هستم
۶	در مورد هر کار جزئی که انجام می‌دهم تردید می‌کنم
۷	هرچقدر کاری را خوب انجام داده باشم بازهم از عملکردم ناراضی هستم
۸	هرچقدر کاری را درست انجام داده باشم بازهم احساس می‌کنم کاملاً درست انجام نداده‌ام

توصیف یافته های بخش کمی

آماره‌های توصیفی ارائه‌شده در جدول ۲ نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی مربوط به طبقه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال به تعداد ۹۰ نفر معادل ۳۸/۸ درصد و کمترین فراوانی مربوط به طبقه سنی بیشتر از ۳۵ سال به تعداد ۱۵ نفر معادل ۶/۵ درصد بود. همان‌گونه که در جدول ۲ نشان داده‌شده است، ۱۵/۹ درصد آزمودنی ها دارای تحصیلات دیپلم، ۱۲/۵ درصد فوق دیپلم، ۴۴ درصد لیسانس و ۲۷/۶ درصد مدرک فوق لیسانس و بالاتر بودند. با توجه به اطلاعات موجود در جدول ۲، در خصوص سابقه حضور ورزشکاران در اردوی تیم ملی، ۱۶/۴ درصد کمتر از سه فصل، ۴۲/۷ درصد بین ۳ تا ۵ فصل، ۲۸/۹ درصد بین ۶ تا ۱۰ فصل و ۱۲/۱ درصد بالای ۱۰ فصل سابقه داشتند.

جدول ۲ اطلاعات توصیفی مربوط به سن، میزان تحصیلات و سابقه حضور در اردوی تیم ملی آزمودنی‌ها

سن	فراوانی	درصد
کمتر از ۲۰ سال	۳۵	**۱۵/۱**
۲۱ تا ۲۵ سال	۶۹	**۲۹/۷**
۲۶ تا ۳۰ سال	۹۰	**۳۸/۸**
۳۱ تا ۳۵ سال	۲۳	**۹/۹**
بیشتر از ۳۵ سال	۱۵	**۶/۵**
کل	۲۳۲	**۱۰۰**
میزان تحصیلات	**فراوانی**	درصد
دیپلم و پایین تر	۳۷	**۱۵/۹**
فوق‌دیپلم	۲۹	**۱۲/۵**
لیسانس	۱۰۲	**۴۴**
فوق‌لیسانس و بالاتر	۶۴	**۲۷/۶**
کل	۲۳۲	**۱۰۰**
سابقه کار	**فراوانی**	درصد
کمتر از ۳ فصل	۳۸	**۱۶/۴**
۳ تا ۵ فصل	۹۹	**۴۲/۷**
۶ تا ۱۰ فصل	۶۷	**۲۸/۹**
بیشتر از ۶ فصل	۲۸	**۱۲/۱**
کل	**۲۳۲**	**۱۰۰**

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

در جدول ۳ میانگین متغیرها، و انحراف معیارداده‌های مربوط به مؤلفه‌های کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان به‌طور جداگانه ارائه شده است. با توجه به پنج گزینه‌ای بودن هر عبارت، عدد ۳ به‌عنوان میانگین هرکدام از عبارت‌ها محسوب می‌شود. میانگین کلیه مؤلفه‌ها بیشتر از ۳ بوده لذا در حد بالایی در جامعه آماری دیده‌شده است. از طرفی از بین مؤلفه‌های کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان، ترس از شکست با میانگین ۳/۹۱ ، دارای بیشترین میانگین بود. همچنین با توجه به اینکه مقدار چولگی و کشیدگی برای متغیرهای مذکور در بازه (۲+ و ۲-) قرار دارد، لذا می توان گرفت که توزیع داده ها نرمال می باشد. جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج نشان داد مقادیر سطح معناداری، برای متغیرها ارائه‌شده بیشتر از ۰/۰۵ است، بنابراین نرمال بودن متغیر تأیید می‌شود.

جدول ۳ میانگین و انحراف استاندارد مؤلفه‌های مربوط به کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی

متغیر	آماره	میانگین و انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	حداقل	حداکثر
ترس از شکست		۳/۹۲ ± ۰/۷۳	-۱/۲۳	۲/۰۷	۱	۵
تردید نسبت به عملکرد		۳/۸۷ ± ۰/۶۸	-۰/۹۱	۰/۴۸۶	۱/۶۷	۵
انتظارات مربی		۳/۶۷ ± ۰/۹۱	-۰/۸۰۴	-۰/۰۲۲	۱/۲	۵
انتظارات اطرافیان		۳/۷۵ ± ۰/۸۰۲	-۱/۲۱	۱/۲۵	۱/۱۴	۴/۸۶
انتقاد مربی		۳/۷۷ ± ۰/۸۷	-۱/۰۸	۰/۹۳	۱	۵
استانداردهای فردی		۳/۶۴ ± ۰/۸۹	-۰/۷۱۱	-۰/۲۶۶	۱/۲	۴/۸
منفی گرایی		۳/۵۸ ± ۰/۷۷	-۰/۸۷۶	۰/۷۹۹	۱/۲۵	۴/۸۳
تلاش برای عالی بودن		۳/۶۸ ± ۰/۸۹	-۰/۷۲۸	-۰/۰۳۴	۱/۴	۵
مثبت گرایی		۳/۶۲ ± ۰/۸۷	-۰/۵۵	-۰/۴۸	۱/۳۸	۵
خویشتن داری		۳/۶۴ ± ۰/۵۹	-۰/۸۷	۱/۱۱	۱/۵	۴/۸۸

جهت تحلیل روایی سازه و تحلیل عاملی اکتشافی متغیرهای مکنون، از نرم افزار SmartPls استفاده شد. نتایج در جداول ۴ تا ۶ ارائه شده است. جدول ۴ نتایج سنجش ضرایب بارهای عاملی ابعاد و مؤلفه‌های مربوط به متغیر کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان را نشان می‌دهد.

جدول ۴ سنجش ضرایب بارهای عاملی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی

شاخص ها	شاخص ها	بار عاملی
ترس از شکست	شاخص ۱	۰/۵۰۱
	شاخص ۲	۰/۶۱۲
	شاخص ۳	۰/۶۴۶
	شاخص ۴	۰/۶۸۷
	شاخص ۵	۰/۶۵۴
	شاخص ۶	۰/۶۸۹
تردید نسبت به عملکرد	شاخص ۷	*۰/۰۷
	شاخص ۸	۰/۵۳۹
	شاخص ۹	۰/۶۵۴

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

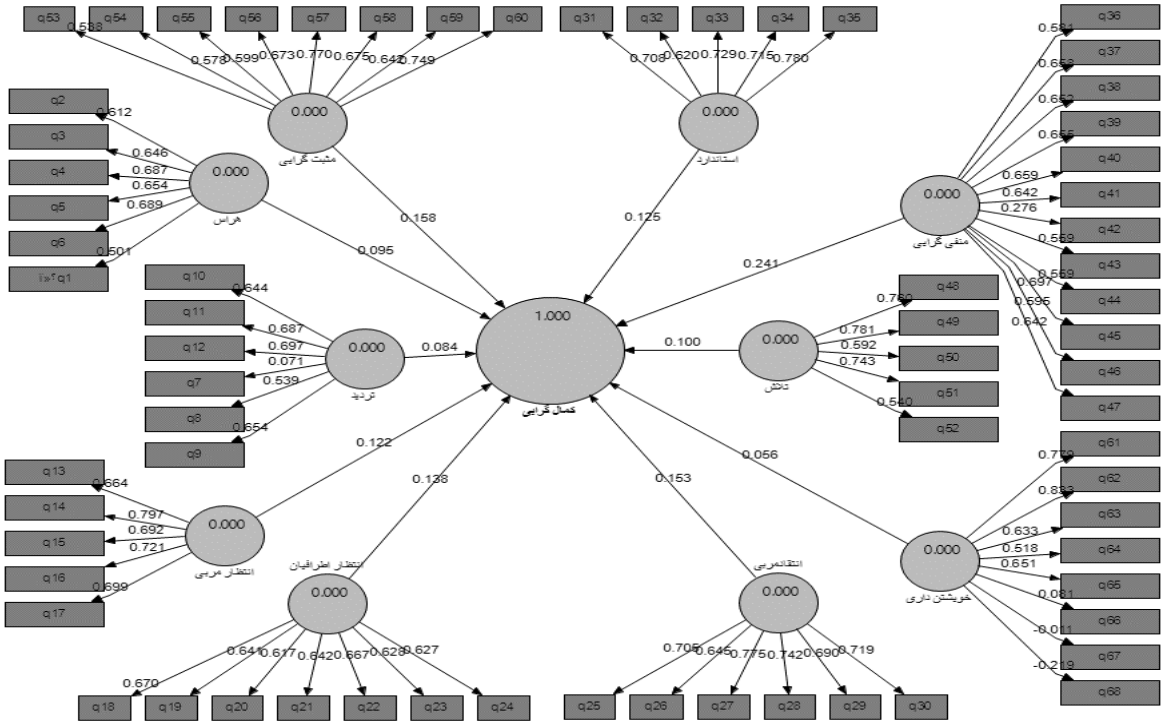
[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

انتظارات مربی	شاخص ۱۰	۰/۶۴۴
	شاخص ۱۱	۰/۶۸۷
	شاخص ۱۲	۰/۶۹۷
	شاخص ۱۳	۰/۶۶۴
	شاخص ۱۴	۰/۷۹۷
	شاخص ۱۵	۰/۶۹۲
	شاخص ۱۶	۰/۷۲۱
	شاخص ۱۷	۰/۶۹۹
انتظارات اطرافیان	شاخص ۱۸	۰/۶۷
	شاخص ۱۹	۰/۶۴۱
	شاخص ۲۰	۰/۶۱۷
	شاخص ۲۱	۰/۶۴۲
	شاخص ۲۲	۰/۶۶۷
	شاخص ۲۳	۰/۶۲۸
	شاخص ۲۴	۰/۶۲۷
انتقاد مربی	شاخص ۲۵	۰/۷۰۵
استانداردهای فردی	شاخص ۲۶	۰/۶۴۵
	شاخص ۲۷	۰/۷۷۵
	شاخص ۲۸	۰/۷۴۲
	شاخص ۲۹	۰/۶۹
	شاخص ۳۰	۰/۷۱۹
	شاخص ۳۱	۰/۷۰۸
	شاخص ۳۲	۰/۶۲
	شاخص ۳۳	۰/۷۲۹
	شاخص ۳۴	۰/۷۱۵
	شاخص ۳۵	۰/۷۸
منفی گرایی	شاخص ۳۶	۰/۵۸۱
	شاخص ۳۷	۰/۶۵۸
	شاخص ۳۸	۰/۶۵۲
	شاخص ۳۹	۰/۶۵۵
	شاخص ۴۰	۰/۶۵۹
	شاخص ۴۱	۰/۶۴۲
	شاخص ۴۲	*۰/۲۷۶
	شاخص ۴۳	۰/۵۵۹
	شاخص ۴۴	۰/۵۵۹
	شاخص ۴۵	۰/۶۹۷
	شاخص ۴۶	۰/۶۹۵
	شاخص ۴۷	۰/۶۴۲

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

تلاش برای عالی بودن	شاخص ۴۸	۰/۷۶
	شاخص ۴۹	۰/۷۸۱
	شاخص ۵۰	۰/۵۹۲
	شاخص ۵۱	۰/۷۴۳
	شاخص ۵۲	۰/۵۴
مثبت گرایی	شاخص ۵۳	۰/۵۸۸
	شاخص ۵۴	۰/۵۷۸
	شاخص ۵۵	۰/۵۹۹
	شاخص ۵۶	۰/۶۷۳
	شاخص ۵۷	۰/۷۷
	شاخص ۵۸	۰/۶۷۵
	شاخص ۵۹	۰/۶۴
	شاخص ۶۰	۰/۷۴۹
خویشتن داری	شاخص ۶۱	۰/۷۷۹
	شاخص ۶۲	۰/۸۳۳
	شاخص ۶۳	۰/۶۳۳
	شاخص ۶۴	۰/۵۱۸
	شاخص ۶۵	۰/۶۵۱
	شاخص ۶۶	*۰/۰۸۱



شکل ۲ سنجش بارهای عاملی

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

با توجه به اینکه میزان ملاک برای مناسب بودن ضرایب بارهای عاملی ۰/۴ می‌باشد (هالند[1]، ۱۹۹۹)؛ در مدل حاضر، عبارت‌های شماره ۷، ۴۲، ۶۶، ۶۷ و ۶۸ دارای بار عاملی کمتر از ۰/۴ بوده لذا از مدل پژوهش حذف می شوند.

پایایی و روایی همگرایی

برای روایی پرسشنامه پژوهش از روایی محتوا و روایی سازه (همگرایی و واگرایی) استفاده شده است. بدین معنا که پرسشنامه‌های پژوهش به وسیله اساتید صاحب نظر در دانشگاه ازنظر روایی محتوا تأیید و با استفاده از میانگین واریانس استخراج شده شاخص‌های پژوهش، روایی همگرایی تأیید شده است. روایی همگرا بدین معنا است که سؤالات هر شاخص درنهایت تفکیک مناسبی ازنظر اندازه‌گیری نسبت به سازه‌های دیگر مدل فراهم آورند؛ به عبارت ساده‌تر هر سؤال فقط شاخص خود را اندازه‌گیری می‌کند و ترکیب آنها به گونه‌ای است که تمام شاخص‌ها به خوبی از یکدیگر تفکیک می‌شوند (آذر و همکاران، ۲۰۱۲). بر اساس پیشنهاد محسنین واسفیدانی (۲۰۱۴)، برای بررسی روایی همگرا از میانگین واریانس استخراج شده، استفاده خواهد شود. میانگین واریانس استخراج شده، خلاصه‌ای از میزان تبیین واریانس متغیرهای آشکار در یک متغیر مکنون است. میانگین واریانس استخراج شده برای یک متغیر مکنون عبارت است از مجموع مربعات بارهای عاملی تقسیم بر تعداد آنها (مؤمنی و همکاران، ۲۰۱۳). برای برقراری روایی همگرا باید میزان AVE محاسبه شده برای هر شاخص، بزرگ‌تر از مقدار ۰/۵ باشد (آذر و همکاران، ۲۰۱۲؛ مؤمنی و همکاران، ۲۰۱۳؛ محسنین واسفیدانی، ۲۰۱۴). میزان AVE متغیرهای مکنون، و نیز ضریب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی برای پایایی مدل پژوهش پژوهش (با استفاده از نرم افزار SmartPls) در جدول ۵ آورده شده است.

همانطورکه از داده‌های جدول ۵ مشخص است، مقدار AVEتمامی شاخص‌های مکنون پژوهش بیشتر از مقدار ۰/۵ است؛ بنابراین روایی همگرایی پرسشنامه پژوهش (مدل پژوهش) پذیرفتنی است. باتوجه به اینکه مقادیر به دست آمده آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی هریک از شاخص‌های پژوهش بیشتر از مقدار ۰/۷ است، همه شاخص‌های پژوهش از پایایی مناسبی برخوردار هستند؛ لذا می‌توان مناسب بودن وضعیت پایایی و روایی همگرای مدل کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان را تأیید نمود. روایی واگرایی مفهومی تکمیل کننده برای تأیید روایی است و از طریق دو معیار فورنل- لاکر و آزمون بارهای عرضی (بارهای عاملی متقابل) بررسی می‌شود (آذر وهمکاران، ۲۰۱۲). در این پژوهش از معیار فورنل- لارکر استفاده شده است. این معیار بیان می‌کند یک سازه پنهان باید در مقایسه با متغیرهای مشاهده شده سایر سازه‌های پنهان، پراکندگی بیشتری را در بین متغیرهای مشاهده شده خودش داشته باشد. به عبارتی ازنظر آماری، میانگین واریانس استخراج شده هر سازه پنهان باید بیشتر از بالاترین توان دو همبستگی آن سازه با سایر سازه‌های پنهان باشد (آذر وهمکاران، ۲۰۱۲؛ محسنین واسفیدانی، ۲۰۱۴). جدول ۶، همبستگی سازه‌های پنهان مدل پژوهش را برای بررسی روایی واگرایی مدل پژوهش نشان می‌دهد.

[1] Hulland

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

جدول ۵ مقادیر میانگین واریانس استخراج شده، آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی سازه‌های پژوهش

	متغیرهای مکنون	آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی	میانگین واریانس استخراج شده	نتایج
	مؤلفه	**CA**	**CR**	**AVE**	
کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان	**ترس از شکست**	۰/۷۱۶	۰/۸۱۶	۰/۷۵۱	تأیید شده
	تردید نسبت به عملکرد	۰/۷۰۱	۰/۸۳۴	۰/۶۲۷	تأیید شده
	انتظارات مربی	۰/۷۶۷	۰/۸۹۸	۰/۸۷۶	تأیید شده
	انتظارات اطرافیان	۰/۷۷۹	۰/۸۵۲	۰/۷۸۳	تأیید شده
	انتقاد مربی	۰/۷۲۳	۰/۸۰۹	۰/۷۲۵	تأیید شده
	استانداردهای فردی	۰/۷۴۳	۰/۸۲۱	۰/۷۶۴	تأیید شده
	منفی گرایی	۰/۷۵۲	۰/۸۳۶	۰/۷۴۶	تأیید شده
	تلاش برای عالی بودن	۰/۸۰۷	۰/۸۴۲	۰/۷۹۵	تأیید شده
	مثبت گرایی	۰/۸۱۹	۰/۸۳۳	۰/۷۵۹	تأیید شده
	خویشتن داری	۰/۷۷۶	۰/۸۰۱	۰/۷۹۱	تأیید شده

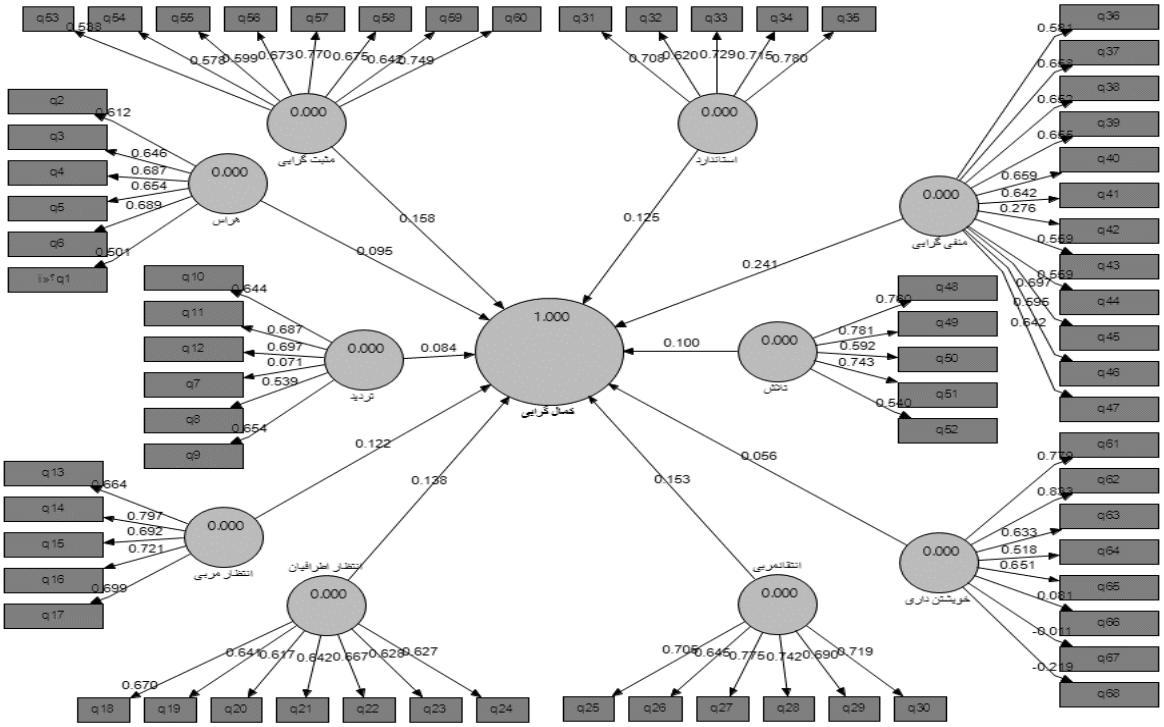
همانطورکه در جدول ۶ مشاهده می‌شود، مقدار جذر AVE سازه‌های مشخص شده در جدول، از مقدار همبستگی آنها با سازه‌های دیگر بیشتر است، لذا می‌توان نتیجه گرفت که همبستگی سازه‌ها با شاخص‌هایش در مقابل همبستگی آن سازه با سایر سازه‌ها بیشتر است. بنابراین روایی واگرایی سازه‌های پنهان مدل پژوهش تأیید می‌شود.

جدول ۶ ضریب همبستگی سازه‌های پنهان مدل پژوهش (برای تأیید روایی واگرایی)

سازه‌ها	**ترس از شکست**	**تردید نسبت به عملکرد**	**انتظارات مربی**	**انتظارات اطرافیان**	**انتقاد مربی**	**استانداردهای فردی**	**منفی گرایی**	**تلاش برای عالی بودن**	**مثبت گرایی**	**خویشتن داری**
ترس از شکست	۰/۸۴۲	----	----	----	----	----	----	----	----	----
تردید نسبت به عملکرد	۰/۷۲۸	۰/۷۲۴	----	----	----	----	----	----	----	----
انتظارات مربی	۰/۸۳۷	۰/۵۷۹	۰/۷۱۶	----	----	----	----	----	----	----
انتظارات اطرافیان	۰/۶۲۱	۰/۴۹۸	۰/۵۴۶	۰/۶۶۴	----	----	----	----	----	----
انتقاد مربی	۰/۶۵۲	۰/۴۶۲	۰/۶۷	۰/۶۲۴	۰/۵۹۲	----	----	----	----	----
استانداردهای فردی	۰/۷۱۶	۰/۴۶۷	۰/۶۵۲	۰/۵۷۸	۰/۵۷۶	۰/۵۷۹	----	----	----	----
منفی گرایی	۰/۶۸۱	۰/۵۷۸	۰/۴۸۷	۰/۵۹۲	۰/۵۴۳	۰/۴۶۵	۰/۵۳۴	----	----	----
تلاش برای عالی بودن	۰/۶۹۶	۰/۶۹۳	۰/۶۳۴	۰/۶۳۳	۰/۵۵۹	۰/۵۳۲	۰/۵۱۲	۰/۵۴۷	----	----
مثبت گرایی	۰/۷۶۴	۰/۶۹۶	۰/۶۵۲	۰/۵۹۵	۰/۴۸۷	۰/۵۴۵	۰/۴۷۸	۰/۴۵۶	۰/۵۴۲	----
خویشتن داری	۰/۷۴۶	۰/۷۱۱	۰/۵۹۸	۰/۶۴۶	۰/۵۳۹	۰/۵۱۱	۰/۴۹۳	۰/۵۳۲	۰/۵۳۳	۰/۴۹۵

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]



شکل ۳ سنجش بارهای عاملی مدل پژوهش

جهت بررسی اولویت ابعاد، مؤلفه‌ها و شاخص‌های اصلی الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی ورزشکاران تیم های ملی، از آزمون تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم افزار Spss ویرایش ۲۵ استفاده شد.

جدول ۷ تحلیل شاخص‌های اصلی مدل پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل عاملی

شاخص‌ها	بار عاملی	رتبه
منفی گرایی	۰/۷۶۵	۱
انتظارات اطرافیان	۰/۷۱۹	۲
انتقاد مربی	۰/۶۹	۳
انتظارات مربی	۰/۶۸	۴
خویشتن داری	۰/۶۷۴	۵
استانداردهای فردی	۰/۶۶۷	۶
مثبت گرایی	۰/۶۶۴	۷
تلاش برای عالی بودن	۰/۶۳۳	۸
ترس از شکست	۰/۵۰۷	۹
تردید نسبت به عملکرد	۰/۵۰۵	۱۰

با توجه به داده‌های موجود در جدول ۷، مقدار آزمون KMO برابر ۰/۸۷۵ بوده که با توجه به مقدار خی دو ۹۲۷/۵ معنی دار می‌باشد. از طرفی، مشخص شد که بار چرخش عاملی کلیه مؤلفه‌ها نیز از ۰/۵ بیشتر است. از

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

طرفی با توجه به بار عاملی شاخص‌های پژوهش، شاخص "منفی گرایی" دارای بار عاملی بیشتری در مقایسه با سایر شاخص‌ها بود. در مدل یابی معادلات ساختاری اگر مقدار آماره آزمون (t-values) هر متغیر، بزرگ‌تر از ۱/۹۶ باشد (در سطح خطای ۰/۰۵)، مدل از برازش خوبی برخوردار است؛ به عبارت دیگر تقریب معقولی از جامعه را دارد. جدول ۸ نتایج بخش ساختاری مدل پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۸ نتایج بخش ساختاری مدل پژوهش

مؤلفه ها	شاخص ها	ضرائب بار عاملی	مجذور R	t-values	نتایج
ترس از شکست	۱	۰/۵۰۱	۰/۲۵۱	۴/۱۵	تأیید شد
	۲	۰/۶۱۲	۰/۳۷۴	۶/۴۶	تأیید شد
	۳	۰/۶۴۶	۰/۴۱۷	۷/۲۱	تأیید شد
	۴	۰/۶۸۷	۰/۴۷۲	۷/۵۶	تأیید شد
	۵	۰/۶۵۴	۰/۴۲۸	۸/۱۳	تأیید شد
	۶	۰/۶۸۹	۰/۴۷۵	۱۰/۱۱	تأیید شد
تردید نسبت به عملکرد	۷	*۰/۰۷	----	----	رد شد
	۸	۰/۵۳۹	۰/۳۰۷	۴/۸۹	تأیید شد
	۹	۰/۶۵۴	۰/۴۲۸	۷/۱۹	تأیید شد
	۱۰	۰/۶۴۴	۰/۴۱۵	۷/۹	تأیید شد
	۱۱	۰/۶۸۷	۰/۴۷۲	۷/۲۳	تأیید شد
	۱۲	۰/۶۹۷	۰/۴۸۶	۸/۶۸	تأیید شد
انتظارات مربی	۱۳	۰/۶۶۴	۰/۴۴۱	۸/۹۲	تأیید شد
	۱۴	۰/۷۹۷	۰/۶۳۵	۱۷/۹	تأیید شد
	۱۵	۰/۶۹۲	۰/۴۷۹	۹/۲۶	تأیید شد
	۱۶	۰/۷۲۱	۰/۵۲	۱۲/۸۱	تأیید شد
	۱۷	۰/۶۹۹	۰/۴۸۹	۱۲/۳۷	تأیید شد
انتظارات اطرافیان	۱۸	۰/۶۷	۰/۴۴۹	۹/۴۵	تأیید شد
	۱۹	۰/۶۴۱	۰/۴۱۱	۶/۴۳	تأیید شد
	۲۰	۰/۶۱۷	۰/۳۸۱	۶/۹۴	تأیید شد
	۲۱	۰/۶۴۲	۰/۴۱۲	۸/۲۱	تأیید شد
	۲۲	۰/۶۶۷	۰/۴۴۵	۸/۴۴	تأیید شد
	۲۳	۰/۶۲۸	۰/۳۹۴	۸/۰۴	تأیید شد
	۲۴	۰/۶۲۷	۰/۳۹۳	۷/۸۹	تأیید شد
انتقاد مربی	۲۵	۰/۷۰۵	۰/۴۹۷	۱۰/۲۲	تأیید شد
	۲۶	۰/۶۴۵	۰/۴۱۶	۹/۲۴	تأیید شد
	۲۷	۰/۷۷۵	۰/۶۰۱	۱۳/۶۵	تأیید شد
	۲۸	۰/۷۴۲	۰/۵۵۱	۴/۴۹	تأیید شد
	۲۹	۰/۶۹	۰/۴۷۶	۹/۶۶	تأیید شد
	۳۰	۰/۷۱۹	۰/۵۱۷	۹/۱۴	تأیید شد
استانداردهای فردی	۳۱	۰/۷۰۸	۰/۵۰۱	۱۰/۳۹	تأیید شد

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

	۳۲	۰/۶۲	۰/۳۸۴	۷/۷۲	تأیید شد
	۳۳	۰/۷۲۹	۰/۵۳۱	۱۳/۲۱	تأیید شد
	۳۴	۰/۷۱۵	۰/۵۱۱	۱۲/۹۴	تأیید شد
	۳۵	۰/۷۸	۰/۶۱	۷/۵۴	تأیید شد
منفی گرایی	۳۶	۰/۵۸۱	۰/۴۷۱	۷/۲۱	تأیید شد
	۳۷	۰/۶۵۸	۰/۴۳۲	۹/۸۸	تأیید شد
	۳۸	۰/۶۵۲	۰/۴۲۵	۹/۹۲	تأیید شد
	۳۹	۰/۶۵۵	۰/۴۲۹	۱۰/۱۶	تأیید شد
	۴۰	۰/۶۵۹	۰/۴۳۴	۷/۶۱	تأیید شد
	۴۱	۰/۶۴۲	۰/۴۱۲	۷/۴۵	تأیید شد
	۴۲	*۰/۲۷۶	----	----	رد شد
	۴۳	۰/۵۵۹	۰/۳۱۲	۳/۷۴	تأیید شد
	۴۴	۰/۵۵۹	۰/۳۱۲	۱۱/۳۱	تأیید شد
	۴۵	۰/۶۹۷	۰/۴۸۶	۶/۸۸	تأیید شد
	۴۶	۰/۶۹۵	۰/۴۸۳	۸/۰۳	تأیید شد
	۴۷	۰/۶۴۲	۰/۴۱۲	۷/۱۶	تأیید شد
تلاش برای عالی بودن	۴۸	۰/۷۶	۰/۵۷۸	۱۲/۱۹	تأیید شد
	۴۹	۰/۷۸۱	۰/۶۱	۱۳/۳۶	تأیید شد
	۵۰	۰/۵۹۲	۰/۳۵	۶/۶۵	تأیید شد
	۵۱	۰/۷۴۳	۰/۵۵۲	۱۳/۱۹	تأیید شد
	۵۲	۰/۵۴	۰/۲۹۲	۵/۷۴	تأیید شد
مثبت گرایی	۵۳	۰/۵۸۸	۰/۳۴۶	۵/۸۸	تأیید شد
	۵۴	۰/۵۷۸	۰/۳۳۴	۶/۴۲	تأیید شد
	۵۵	۰/۵۹۹	۰/۳۵۶	۶/۷۷	تأیید شد
	۵۶	۰/۶۷۳	۰/۴۵۳	۹/۷۹	تأیید شد
	۵۷	۰/۷۷	۰/۵۹۳	۱۹/۳۴	تأیید شد
	۵۸	۰/۶۷۵	۰/۴۵۶	۱۱/۸۸	تأیید شد
	۵۹	۰/۶۴	۰/۴۱	۹/۶۲	تأیید شد
	۶۰	۰/۷۴۹	۰/۵۳۱	۴/۶۹	تأیید شد
خویشتن داری	۶۱	۰/۷۷۹	۰/۶۰۷	۱۰/۱۹	تأیید شد
	۶۲	۰/۸۳۳	۰/۶۹۴	۱۲/۱۲	تأیید شد
	۶۳	۰/۶۳۳	۰/۴۰۱	۷/۱۳	تأیید شد
	۶۴	۰/۵۱۸	۰/۲۶۸	۵/۰۶	تأیید شد
	۶۵	۰/۶۵۱	۰/۴۲۴	۷/۵۳	تأیید شد
	۶۶	*۰/۰۸۱	----	----	رد شد
	۶۷	*۰/۰۱۱	----	----	رد شد
	۶۸	*۰/۰۲۲	----	----	رد شد

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

کسب نماید، به ترتیب نشان دهنده قدرت پیش بینی ضعیف، متوسط و قوی سازه یا سازه های برون زای مربوط به آن را دارد. از آنجایی که مقدار Q^2 سازه های درون زای کلیه مؤلفه های مدل بیشتر از مقدار متوسط ۰/۱۵ می باشد، لذا متغیر درون زا، قابلیت پیش بینی مدل و برازش مناسب مدل ساختاری را تأیید می کند.

بحث

هدف از انجام این تحقیق طراحی الگوی کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بود. نتایج نشان داد با توجه به الگوی نظام‌مند، ۱۰ مؤلفه منفی گرایی، انتظارات اطرافیان، انتقاد مربی، انتظارات مربی، خویشتن‌داری، استانداردهای فردی، مثبت‌گرایی، تلاش برای عالی بودن، ترس از شکست و تردید نسبت به عملکرد استخراج شد. یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که اولین و مهم‌ترین شاخص تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، منفی گرایی بود. این شاخص با تمرکز و تأکید بر واکنش منفی به ناکامل بودن، به‌عنوان یکی از ابعاد یا جنبه‌های منفی کمال‌گرایی، به دلیل ویژگی‌های نابهنجار و سازش نایافته‌اش، نگرانی‌های فرد را از عدم تحقق معیارهای کمال‌گرایانه را پیوسته افزایش می‌دهد دارد. گویه های ۳۶ تا ۴۷ پرسشنامه به سنجش این عامل پرداختند. به لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت اول از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. این یافته با نتایج دوکتروا و همکاران (۲۰۲۰)، یشوا و همکاران (۲۰۱۹)، و داس ریس سوارز و همکاران (۲۰۱۹) که هرکدام به‌نوعی به جایگاه تأثیرگذار منفی گرایی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های بارز کمال‌گرایی در ورزش تأکید کرده‌اند، همسو بود.

برازش مدل ساختاری با استفاده از ضرایب t به این صورت است که این ضرایب باید از ۱/۹۶ بیشتر باشند تا بتوان در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار بودن آنها را تأیید نمود. با توجه به جدول ۴-۳۴، تمامی ضرایب معناداری z از ۱/۹۶ بیشتر است که این امر معنادار بودن تمامی سوألات و روابط میان متغیرها را در سطح اطمینان ۹۵٪ تأیید می‌کند. لذا می‌توان نتیجه گرفت که تمام سازه‌های مدل پیشنهادی معتبر و اجراشدنی هستند؛ برای مثال تحلیل آماری برای گویه شماره ۱، نشان می‌دهد مقدار t برابر ۴/۱۵ است لذا سودمندی این گویه ثابت می‌شود. از طرف دیگر مقدار مجذور R همین گویه برابر ۰/۵۰۱ است. این نشان می‌دهد گویه شماره ۱، تقریباً ۵۰/۱ درصد واریانس کل مدل پژوهش را توصیف می‌کند. باتوجه به مباحث قبلی، مدل توسعه یافته برای " ارائه الگوی کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان تیم های ملی " نهایی شده است. دومین معیار برای بررسی برازش مدل ساختاری در یک پژوهش، ضرایب R^2 مربوط به متغیرهای پنهان درون زای(وابسته) مدل است. مقادیر R^2 ، معیاری است که نشان از تأثیر یک متغیر برون زا بر متغیر درون زا دارد و سه مقدار ۰/۱۹ ، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی R^2 در نظر گرفته می شود. همان گونه که در شکل ۳ نشان داده شده است، مقادیر R^2 مربوط به متغیرهای درون زای مدل، از مقدار متوسط یعنی ۰/۳۳ بیشترند که نشان از برازش مناسب مدل ساختاری دارد. معیار Q^2[1] قدرت پیش بینی مدل را مشخص می سازد و در صورتی که مقدار Q^2 در مورد یک سازه درون زا سه مقدار ۰/۰۲ ، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را

[1] Stone-Geisser Criterion

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

جدول ۹ سنجش معیار Q^2 مدل کمال گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی بازیکنان

متغیرهای مکنون	SSO	SSE	1-SSE/SSO
منفی گرایی	۵۵۲	۲۸۷/۳	۰/۴۷۹
انتظارات اطرافیان	۵۵۲	۲۴۴/۲	۰/۵۵۷
انتقاد مربی	۵۵۲	۲۵۷/۳	۰/۶۴۲
انتظارات مربی	۵۵۲	۳۵۱/۶	۰/۴۸۹
خویشتن داری	۵۵۲	۴۲۶/۴	۰/۵۳۲
استانداردهای فردی	۵۵۲	۴۵۵/۲	۰/۴۷۵
مثبت گرایی	۵۵۲	۳۴۰/۵	۰/۳۸۳
تلاش برای عالی بودن	۵۵۲	۲۶۹/۹	۰/۵۱۱
ترس از شکست	۵۵۲	۲۰۳/۷	۰/۶۳۱
تردید نسبت به عملکرد	۵۵۲	۳۳۳/۸	۰/۳۹۵
کمال گرایی	۵۵۲۰	۴۰۲۷/۳	۰/۲۷

منفی گرایی با شاخصه‌هایی نظیر نگرانی در مورد اشتباهات، شک درباره اعمال، ارزیابی‌های منتقدانه از خود و انتظارات و انتقادات والدین و مربیان که درمجموع می‌توان آن را نگرانی‌های کمال‌گرایانه یا نگرانی‌های ارزش گذارانه نامید (کروئل[1] و مدیگان، ۲۰۲۲)، آشکار می‌شود. بالاتر تر بودن سطح منفی گرایی حاکی از آن است که ورزشکاران تیم‌های ملی در مقایسه با استانداردهای شخصی بالا و تلاش‌های کمال‌گرایانه، بیشتر دچار نگرانی‌های ارزش گذارانه هستند. بااین‌حال، به نظر می‌رسد که منشاء شکل‌گیری گرایش‌های کمالگرایانه ناسازگار در ورزشکاران، بیش از منابع بیرونی (انتظارات و انتقادهای والدین، مربیان و هم‌تیمی‌ها)، خود ورزشکار باشد، چراکه در بیشتر مطالعات، سطوح گزارش‌شده برای کمال‌گرایی خودمحور بیش از سطوح گزارش‌شده برای کمال‌گرایی تجویزشده توسط جامعه بوده است (اسمیت[2] و همکاران، ۲۰۱۸؛ یشوا[3] و همکاران، ۲۰۱۹). کمال‌گرایی منفی با نگرانی در مورد اشتباه کردن و بد به نظر رسیدن، احساس شرم و قصور همراه است. افراد کمال‌گرا مدام به انتقاد از خود و دیگران می‌پردازند، کمال‌گرایان عمدتاً به شناسایی اشتباه‌ها و عیب‌ها مشغول می‌شوند. ذهن آن‌ها کاملاً روی کمبودها متمرکز است و به‌سختی قادر به مشاهده چیزی دیگر هستند. هر زمان که «شکست» رخ می‌دهد نیز آن‌ها بیشتر از دیگران دست به قضاوت و سخت‌گیری می‌زنند. افراد کمال‌گرا اهدافی بزرگ برای خود ترسیم کرده و برای دستیابی به آن‌ها سخت‌کوش ظاهر می‌شوند. کمال‌گرایان از پذیرفتن هرآنچه کمتر از بی‌نقص باشد سر باز می‌زنند. نتایج پژوهش حاضر نشان

[1] Crowell, D., & Madigan

[2] Smith
[3] Yeshua

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

داد انتظارات اطرافیان، دومین مؤلفه تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی ازلحاظ میزان اهمیت بود. مقصود از انتظارات اطرافیان در رابطه با کمال‌گرایی ورزشکاران، احساس درونی ورزشکار از دیدگاه، نظرات و انتظاری است که اطرافیان شامل دوستان، خانواده، نزدیکان، هم‌تیمی‌ها و غیره بسیار فراتر از توانایی‌های فرد از او دارند. به لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت دوم از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. این نتایج حاکی از تأثیر زیاد انتظارات اطرافیان در کمال‌گرایی ورزشکاران می‌باشد که در تحقیقات متعددی ازجمله مادیگان[1] و همکاران (۲۰۱۵)، مادیگان و همکاران (۲۰۱۷) و فریره[2] و همکاران (۲۰۲۰)، مورد تأیید قرارگرفته‌اند.

طبق یافته‌های پژوهش حاضر سومین مؤلفه تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی ازلحاظ میزان اهمیت، انتقاد مربی بود. مقصود از انتقاد مربی، احساس درونی ورزشکار از سخت‌گیری‌ها و انتقادات مربی از عملکرد وی در تمرینات و مسابقه می‌باشد. به لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت سوم از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. انتظارات مربی، یکی دیگر از شاخص‌های تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی بود. چهارمین شاخص تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، انتظارات مربی بود. این شاخص تمرکز و تأکید بر احساس درونی ورزشکار از دیدگاه، نظرات و انتظاری است که مربی، بسیار فراتر از توانایی‌های فرد از او دارند. لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت چهارم از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. از دیگر مؤلفه‌های شناخته‌شده تأثیرگذار بر کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، خویشتن‌داری بود. خویشتن‌داری یک مؤلفه انگیزشی است که شامل کوشش‌های فرد برای دستیابی به خویشتن کامل می‌باشد. به لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت پنجم از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. در این بعد کمال‌گرایی افراد دارای انگیزه قوی برای کمال، معیارهای بالای غیرواقعی، کوشش اجباری و دارای تفکر همه‌یاهیچ در رابطه با نتایج به شکل موفقیت‌های تام و یا شکست‌های تام می‌باشند. این افراد بر عیب‌ها و شکست‌های گذشته خویش تمرکز می‌کنند و معیارهای شخصی غیرواقعی را در سرتاسر حوزه رفتاری خود فراگیر می‌سازند. این افراد دارای حد بسیار بالای خود تحمیلی بوده و به‌افراط موشکاف و انتقادگر هستند به‌گونه‌ای که می‌توانند عیب‌ها و اشتباهات یا شکست‌های خود را در جنبه‌های مختلف زندگی بپذیرند.

یک کمال‌گرا معمولاً چشم‌اندازی بی‌کم و کاست از کارها ترسیم می‌کند. بنابراین وقتی زمان کار کردن می‌رسد، او توجهی ویژه و بیش‌ازاندازه به جزییات نشان می‌دهد، نوعی رفتار وسواس‌گونه در قبال ابعاد مختلف ماجرا در پیش می‌گیرد، هر مشکلی روی شانه‌هایش سنگینی خواهد کرد و درنهایت وقت زیادی صرف این می‌شود که همه‌چیز بی‌عیب و نقص باشد. درگذر زمان، این توجه بیش‌ازحد به جزییات شکلی دردناک به خود

[1] Madigan
[2] Freire

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

می‌گیرد و به شکلی غیرقابل‌اجتناب، اهمال‌کاری رخ می‌دهد. در ظاهر این‌طور به نظر می‌رسد که کار موردنظر کنار گذاشته‌شده تا شخص اندکی استراحت کند، اما او درواقع در حال اجتناب از دردی است که هر وظیفه‌ای با خود به همراه می‌آورد. یکی دیگر از مؤلفه‌های تأثیرگذار بر الگوی کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، استانداردهای فردی، بود. مقصود از استانداردهای فردی، به مجموعه‌ای از استانداردهایی است که ورزشکار به آن‌ها انگیزه می‌دهد. این استانداردها ممکن است در نظر دیگران، کمی بالا باشد. اما برای شخصی که آن‌ها را تعیین کرده، مطلوب و انگیزه دهنده می‌باشد. به لحاظ اولویت‌بندی بر مبنای میانگین عامل‌ها، این عامل در اولویت ششم از دیدگاه پاسخ‌دهندگان قرار گرفت. اهدافی که افراد کمال‌گرا برای خود ترسیم می‌کنند حتی منطقی هم نیستند. این افراد اهدافی شگرف برای خود ترسیم می‌کنند و بعد از دستیابی به آن‌ها با تحت‌فشار قرار دادن بیش‌ازپیش خود اندکی خوش می‌گذرانند. افراد کمال‌گرا معمولاً هدف ابتدایی را در نقطه‌ای خارج از دسترس قرار می‌دهند. کمال‌گرایان معمولاً انتقادات فراوانی به خود وارد می‌کنند، خوشحال نیستند و از اعتمادبه‌نفس پایین رنج می‌برند. به خاطر همین ماهیت انتقادی، چنین افرادی می‌توانند بسیار تنها و ایزوله شوند و دیگران را نیز از خود می‌رانند. همین موضوع بار دیگر به اعتمادبه‌نفس پایین آن‌ها دامن می‌زند.

از دیگر مؤلفه تأثیرگذار بر الگوی کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، مثبت‌گرایی بود. منظور از مثبت‌گرایی، احساس افتخار، وظیفه‌شناسی و تلاش سالم برای رسیدن به تعالی در هر کاری است. این یافته با نتایج دان[1] و همکاران (۲۰۲۱)، دان و همکاران (۲۰۲۰)، د.ماریا[2] و همکاران (۲۰۲۱)، همسو است. مثبت‌گرایی در ورزشکاران با داشتن استانداردهای شخصی بالا و تلاش برای تحقق آن‌ها (دان[3] و همکاران، ۲۰۲۰) شکل می‌گیرد. ازاین‌رو، بالا بودن سطوح کمال‌گرایی مثبت در ورزشکاران رقابتی دور از انتظار نیست، چراکه میل به پیشرفت در این ورزشکاران منجر به شکل‌گیری اهداف بالاتر و تعهد به تحقق این اهداف موجب شکل‌گیری استانداردهای شخصی بالا و تلاش در جهت رسیدن به آن‌ها می‌شود. درواقع می‌توان چنین عنوان کرد که لازمه پیشرفت در ورزش‌های رقابتی داشتن گرایش‌های کمال‌گرایانه سازگار است و یافته‌های پژوهشی نیز از این ادعا حمایت می‌کند که بین کمال‌گرایی مثبت و موفقیت ورزشی ارتباط مستقیمی برقرار است (د.ماریا[4] و همکاران، ۲۰۲۱)

ترس از شکست، از دیگر مؤلفه تأثیرگذار بر الگوی کمال‌گرایی برای ابعاد شخصیتی غیرطبیعی در بازیکنان تیم‌های ملی، بود. این افراد معمولاً به‌وسیله ترس به سمت اهداف خود کشیده می‌شوند و این ترس معمولاً راجع به عدم دستیابی به اهداف و شکست خوردن در کارهایی است که باید انجام شوند. افراد کمال گرا مرتباً به نداشته هایشان فکر می‌کنند. ترس از شکست دارند، حتی اگر هم به موفقیت رسیده باشند بازهم راضی نیستند. برای ترک کمال‌گرایی، می‌ترسند زیرا فکر می‌کنند تبدیل به یک فرد ناموفق می‌شوند. در صورتیکه اگر از آن ترس ها بیرون بزنند تبدیل به یک فرد موفق می‌شوند. آن‌ها ترس

[1] Dunn
[2] De Maria
[3] Dunn
[4] De Maria

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

از اشتباه دارند، ترس از انتقاد دارند، ترس از معمولی بودن، ترس از کنترل شدن، ترس از پشیمانی، ترس از ضعیف شمرده شدن، ترس از قضاوت دیگران، با خود گفتگو درونی دارند (این گفتگوها باعث می‌شود تا عزت‌نفسشان آسیب ببیند). خود سرزنشی دارند. تلاش زیاد برای خوب بودن و بی‌نقص بودن باعث اضطراب و استرس و رفتارهای مخرب می‌گردد. عملکرد فرد دچار اشکال شده، تصمیم‌گیری را سخت کرده، کم انگیزه شدن و اهمال‌کاری را در خود رقم می‌زند و وارد سیکل اجتناب می‌شود.

نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد، با تکیه بر نظرات خبرگان، مدل این پژوهش از اعتبار لازم برخوردار است. به همین منظور باید مأموریت ها، رسالت و اهداف را به طور روشن و شفاف مشخص نمود تا ورزشکاران بتوانند کمال گرایی مطلوب داشته باشند. الگوی ارائه شده در این تحقیق بدین جهت پیشنهاد می شود که در مربیان، ورزشکاران ملی و خبرگان حوزه ورزش صورت گرفته و با توجه به اینکه این افراد در شکل گیری نظام سلامت روانشناختی در ورزش نقش بسزایی دارند، می توان بر نتایج این تحقیق اعتماد نمود. با توجه به اینکه این تحقیق ابعاد متنوع و جامعی را مدنظر قرار داده است، می توان گفت خلاهای موجود در سایر تحقیقات را تا این دوره زمانی پوشش داده اند، لذا پیشنهاد می شود مدل ارایه شده در سایر ورزشکاران در سطوح کشوری و باشگاهی و رده های مختلف سنی مورد ارزیابی قرار گیرد.

سپاسگزاری

این پژوهش، مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول می باشد و تمامی مراحل پژوهش تحت نظر کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات با کد IAU.SRB.REC.1123 و مطابق با اصول اساسی بیانیه هلسینکی (۱۹۶۴) انجام شد. نویسندگان این پژوهش هیچگونه تعارض منافعی ندارند.

References

Alizadeh L, Hosseini F, Mohammadzadeh H, (2015). The relationship between narcissism and physical perceptions in men bodybuilder, Journal of Sport Management and motor behavior, 11(21): 15-24.

Boone L, Braet C, Vandereycken W, Claes L. (2013). Are early maladaptive schema domains and perfectionism related to body image concerns in eating disorder patients? European Eating Disorders Review, 21: 45-51.

Bojanić Ž, Šakan D, Nedeljković J. (2018). Personality traits as predictors of perfectionism. Facta universitatis, Series: Physical education and sport, 16(1): 057-071.

Burgess AM, Frost RO, DiBartolo PM. (2016). Development and validation of the frost multidimensional perfectionism scale–brief. Journal of Psychoeducational Assessment, 34(7): 620-633.

Byrd M. (2011). Master, Thesis, Perfectionism hurts: Examining the relationship between perfectionism, anger, anxiety and sport aggression, Miami University, Department of Kinesiology and Health. 11-21.

Crowell D, Madigan DJ. (2022). Perfectionistic concerns cognitions predict burnout in college athletes: a three-month longitudinal study. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 20(2): 532-550.

De Maria A, Mallia L, Lombardo C, Vacca M, Zelli A. (2021). The Personal and Interpersonal Components of Perfectionism: The Italian Validation of "Multidimensional Inventory of Perfectionism in Sport". International Journal of Environmental Research and Public

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

Freire GM, da Cruz Sousa V, Alves JN, de Moraes JN, de Oliveira DV, do Nascimento Junior JA. (2020). Are the traits of perfectionism associated with pre-competitive anxiety in young athletes? Perfectionism and pre competitive anxiety in young athletes. Cuadernos de Psicología del Deporte, 20(2): 37-46.

Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL. (2009). Perfectionism, performance, and State positive Affect and Negative Affect after a Classroom Test Canadian Journal of School Psychology. 24, 4-19.

Fenwick L. (2018). Perfectionism and Peer Victimisation in Youth Sport (Doctoral dissertation, York St John University).

Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL. (2009). Perfectionism, performance, and State positive Affect and Negative Affect After a Classroom Test Canadian Journal of School Psychology. 24: 4-19.

Gotwals JK, Stoeber J, Dunn JH, Stoll O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory and mixed evidence. Canadian Psychology, 53: 263-279.

Harmanci BS, Okray Z. (2020). Body Image, Muscle Dysmorphia and Narcissistic Characteristics of Bodybuilder Males in TRNC. Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 3(2): 82-90.

Hewitt PL, Flett GL. (2004). Multidimensional perfectionism scale (MPS): Technical manual. MHS

Hill AP, Hall HK, Appleton PR, Howard KH. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burn out

Rasguinha A, Dunn JH, Dunn JC. (2014). Relationships between perfectionistic striving, perfectionistic concerns, and competitive sport level. Psychology of sport end exercise, 15, 659-667.

in junior-elite

Health, 18(52657. Donachie TC, Hill AP, Hall HK. (2018). The relationship between multidimensional perfectionism and pre-competition emotions of youth footballers. Psychology of Sport and Exercise, 37: 33-42.

Dunn JG, Gotwals JK, Dunn JC, Lizmore MR. (2020). Perfectionism, pre-competitive worry, and optimism in high-performance youth athletes. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 18(6): 749-763.

Dunn JG, Cormier DL, Kono S, Causgrove Dunn J, Rumbold J. (2021). Perfectionism and grit in competitive sport. Journal of Sport Behavior, 44(2):22-30.

dos Reis Soares FH, Neufeld CB, Mansur-Alves M. (2020). Multidimensional perfectionism predicted by personality traits and parental bonding: An empirical study with a Brazilian sample. Trends in Psychology, 28(4): 622-639.

De Maria A, Mallia L, Lombardo C, Vacca M, Zelli A. (2021). The Personal and Interpersonal Components of Perfectionism: The Italian Validation of "Multidimensional Inventory of Perfectionism in Sport". International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(5): 2657.

Doktorová D, Piteková N. (2020). Determination of Differences in Personality Characteristics in Indi-vidual Types of Perfectionism in Humanistic Sciences. Postmodern Openings, 11(4): 20-40.

Donachie TC, Hill AP, Hall HK. (2018). The relationship between multidimensional perfectionism and pre-competition emotions of youth footballers. Psychology of Sport and Exercise, 37: 33-42.

Demirci E, Çepikkurt F. (2018). Examination of the Relationship between Passion, Perfectionism and Burnout in Athletes. Universal Journal of Educational Research, 6(6): 1252-1259.Deck S, Roberts R, Hall C. (2021). The 2× 2 model of perfectionism and exercise dependence. Personality and Individual Differences, 180, 111001.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]

maleathletes. Psychology and sport exercise, 10(4): 457-465.

Hill AP, Madigan D, Jowett GE. (2020). Perfectionism and athlete engagement: A multi-sample test of the 2×2 model of perfectionism. Psychology of Sport and Exercise, 48, 101664.

Hwang JW, Cho JS, Kwon SH. (2019). Verification of the structural relationship model of college athletes' perfectionism, anxiety, and aggression in contact and non-contact sports. Korean Journal of Sport Science, 30(1): 160-177.

Mallinson-Howard SH, Hill AP, Hall HK. (2019). The 2× 2 model of perfectionism and negative experiences in youth sport. Psychology of Sport and Exercise, 45: 101581.

Madigan DJ, Stoeber J, Passfield L. (2015). Perfectionism and burnout in junior athletes: A three-month longitudinal study. Journal of Sport and Exercise Psychology, 37(3): 305-315.

Mousavi SA, VaezMousavi MK, Yghubi H. (2015). The role of sport perfectionism in psychological health and sports success of elite athletes. Sport Psychological Studies, 4(12): 31-42. In Persian

Mitchell-Parker K, Medvedev ON, Krägeloh CU, Siegert RJ. (2018). Rasch analysis of the frost multidimensional perfectionism scale. Australian Journal of Psychology, 70(3): 258-268.

Olsson LF, Madigan DJ, Hill AP, Grugan MC. (2021). Do athlete and coach performance perfectionism predict athlete burnout?. European Journal of Sport Science, 1-12.

Petisco-Rodríguez C, Sánchez-Sánchez LC, Fernández-García R, Sánchez-Sánchez J, García-Montes JM. (2020). Disordered eating attitudes, anxiety, self-esteem and perfectionism in young athletes and non-athletes. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(18): 6754.

Sotardi VA, Dubien D. (2019). Perfectionism, wellbeing, and university performance: A sample validation of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) in New Zealand. Personality and Individual Differences, 143, 103-106.

Stober J, Yang H. (2010) . Perfectionism and emotional reactions to perfect and flawed achievement : sutis faction and pride only when perfect . Journal of personality and individual differences , 49: 246 – 251.

Vicent M, Inglés CJ, Gonzálvez C, Sanmartín R, Aparicio-Flores MP, García-Fernández JM. (2019). Perfectionism profiles and academic causal self-attributions in Spanish primary education students. Revista de Psicodidáctica (English Ed.) 24(2): 103-110.

Vicent M, Sanmartín R, Gonzálvez C, Vásconez-Rubio O, García-Fernández JM. (2021). Perfectionism, Motives, and Barriers to Exercise from a Person-Oriented Approach. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(15), 8125.

Waleriańczyk W, Stolarski M. (2022). Perfectionism, athlete burnout, and engagement: A five-month longitudinal test of the 2× 2 model of perfectionism. Personality and Individual Differences, 195, 111698.

Yalçin YK, Kurnaz HK. (2020). Examination of the Relationship between the Identification Levels And Aggression Levels Of The Fans; Example Of Alanyaspor Fans. Turkish Journal of Sport and Exercise, 22(2): 230-243.

Yeshua M, Zohar AH, Berkovich L. (2019). Silence! The body is speaking–a correlational study of personality, perfectionism, and self-compassion as risk and protective factors for psychosomatic symptoms distress. Psychology, Health & Medicine, 24(2): 229-240.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.32598/shenakht.11.3.137]