

ارتباط کمال‌گرایی ورزشی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی: مطالعه موردی ورزشکاران رشته کبدی

ملیحه سرابندی^۱ و زهره رضایی^۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۲/۰۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۹/۱۸

چکیده

هدف پژوهش حاضر، مطالعه رابطه کمال‌گرایی ورزشی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی بود. جامعه آماری شامل تمامی ورزشکاران شرکت‌کننده در لیگ برتر کبدی بود که به صورت تصادفی ۱۴۴ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان‌داد بین کمال‌گرایی مثبت و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی همبستگی به صورت مثبت معنادار و بین ابعاد منفی کمال‌گرایی و موفقیت ورزشی همبستگی به صورت منفی معنادار می‌باشد. آزمون تحلیل رگرسیون نشان‌داد که کمال‌گرایی میزان ۵۱٪ و انگیزه پیشرفت ۴۸٪ درصد از تغییرات موفقیت ورزشی را تبیین می‌کند. در نهایت می‌توان گفت به منظور دستیابی به موفقیت، همواره ورزشکار نیازمند به حفظ سطح مطلوبی از کمال‌گرایی بوده و انگیزه لازم می‌تواند به عنوان یک نیروی پیش‌برنده در جهت دستیابی به اوج عملکرد متمرکز باشد.

کلیدواژه‌ها: کمال‌گرایی ورزشی، انگیزه پیشرفت، موفقیت ورزشی، کبدی.

The Relationship between Sport Perfectionism and Achievement Motivation with Sport Success: A Case Study of Kabaddi Athletes

Maliheh Sarabandi, and Zohre Rezaei

Abstract

The present research aims at studying the relationship between sport perfectionism and achievement motivation with sport success. The population were including of all athletes participating in 1-st Division League of Kabaddi, from which 144 people were selected randomly as sample. This was a descriptive correlational research. The result of correlation test indicates that there is a significant positive correlation between positive perfectionism and achievement motivation with sport success, and there was significant negative correlation between negative dimensions of perfectionism and sport success. The regression analysis also showed that perfectionism explained 51% and achievement motivation explained 48% of variance in sport success. Finally, it can be said that motivation as a progressive force can be effective in achieving high performance, and the athlete always needs to maintain proper levels of perfectionism in order to be successful.

Keywords: sport perfectionism, Achievement Motivation, Sport Success, Kabaddi.

Email: Sarabandi.tmu@uoz.ac.ir

۱. مربی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه زابل (نویسنده مسئول)

۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی پژوهشگاه علوم ورزشی

مقدمه

یکی از چالش‌های درک رفتار ماهرانه در ورزشکاران، تشخیص مؤلفه‌ها و ابعادی است که در اکتساب و حفظ موفقیت ورزشی مؤثرند. بررسی پژوهش‌های مربوط به موفقیت ورزشی نشان می‌دهد عوامل زیادی در پیشرفت ورزشی ورزشکاران نقش دارند. محققان این عوامل را شامل تمرین، آموزش، توانایی درونی، سن، مهارت‌های روان‌شناختی، تعهد و لذت بردن از ورزش می‌دانند (موسوی و واعظ موسوی، ۲۰۱۵). موفقیت ورزشی فرایند یادگیری فعالی است که در اثر تمرین هدفمند و بهبود مهارت‌های ضروری برای رسیدن به سطح بالای عملکرد ورزشی به دست می‌آید. براین اساس، یکی از مهمترین عوامل روان‌شناختی مرتبط با موفقیت ورزشی افراد کمال‌گرایی^۱ است. کمال‌گرایی یک ویژگی چند بُعدی شخصیتی است که بوسیله تلاش برای بی عیب بودن، تنظیم استانداردهای بالا برای عملکرد همراه با ارزیابی‌های بیش از حد بحرانی از رفتار خود تعریف می‌شود (مادگان، استوبر، پاسفیلد^۲ ۲۰۱۶). استوبر^۳ (۲۰۱۱) دو بُعد مثبت و منفی را برای کمال‌گرایی مطرح می‌کند و معتقد است در کمال‌گرایی مثبت اشخاص با هدف رسیدن به موفقیت برانگیخته می‌شوند و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، می‌توانند محدودیت‌های شخصی و اجتماعی را بپذیرند. این بُعد کمال‌گرایی منجر به شکوفایی توانایی‌ها و استعدادها می‌شود و دارای صفاتی همچون انگیزش قوی، تمایل برای خود شکوفایی و اعتماد به نفس است (ابوالقاسمی، کردی و اسکندری، ۲۰۰۹). این ویژگی قطعاً ورزشکاران را به موفقیت‌های سطح بالا سوق می‌دهد. لذا چنین ورزشکارانی از کوشش‌های مثبت برای رسیدن به موفقیت استفاده می‌کنند (احمدی

طهور، جعفری، کرمی‌نیا و اخوان ۲۰۱۰؛ فرخی، متشرعی، زیدآبادی، آفاسی و پارسا، ۲۰۱۳). در مقابل در کمال‌گرایی منفی افراد با ترس از شکست برانگیخته می‌شوند و به دلیل انتظارات غیر واقع‌گرایانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهند شد (علیزاده صحرائی، خسروی و بشارت، ۲۰۱۰). این انتظارات، منجر به تلاش افراطی برای رسیدن به اهداف بلندپروازانه و پرهیز زیاد از اشتباه می‌شود که در نهایت ناخشنودی و احساسات منفی را به دنبال می‌آورد (بخشی سورجانی، ۲۰۰۹). ورزشکار در این حالت هنجارهای بالا برای خود وضع کرده و به صورت ناخودآگاه زمینه را برای شکست خود فراهم می‌کند (احمدی و همکاران، ۲۰۱۰). اسماعیلی (۲۰۱۱) این جنبه منفی کمال‌گرایی را مسبب افت اجرا و عدم موفقیت ورزشکاران می‌داند و آن را با نتایجی مثل عزت نفس ضعیف، اضطراب و ترس همراه می‌داند.

استوبر و بیکر^۴ (۲۰۰۸) نشان دادند کمال‌گرایی مثبت ارتباط مثبتی با امید به موفقیت و ارتباط منفی با ترس از شکست دارد، در مقابل کمال‌گرایی منفی ارتباط مثبتی را با ترس از شکست نشان داد. شاگر و استوبر^۵ (۲۰۰۹) ارتباط کمال‌گرایی و ترس از شکست را با توجه به مدل چندگانه کونروی^۶ مورد بررسی قرار دادند و نشان دادند کمال‌گرایی منفی پیش‌بینی‌کننده قوی ترس از شکست در تمامی ابعاد مدل چندگانه است. در پژوهش‌های متعددی بیان شده است که کمال‌گرایی در ورزشکاران لزوماً ناسازگار نیست و عمدتاً ساختاری سالم و بهنجار دارد (استوبر، استول، پسچک و اوتو^۷، ۲۰۰۸). درحالی‌که دیگر مطالعات

4. Stoeber & Becker

5. Sagar & Stoeber

6. Conroy

7. Stoeber, Stoll, Pescheck, & Otto

1. Perfectionism

2. Madigan, Stoeber & Passfield

3. Stoeber

کمال‌گرایی را یک شاخصه ناسازگار توصیف می‌کنند که بجای کمک به عملکرد ورزشی، مانعی برای رشد ورزشکار است (فلت و هویت، ۲۰۰۵) و ورزشکار با وضع معیارهای بالا، خود را در معرض انواع استرس‌ها قرار داده و بدین ترتیب احساس خستگی، افسردگی و فرسودگی روانی اجتناب‌ناپذیری را به وجود می‌آورد (موسوی، واعظ موسوی و یعقوبی، ۲۰۱۵)؛ همچنین ابوالقاسمی و همکاران (۲۰۰۹) نیز نشان دادند که با افزایش کمال‌گرایی، پیشرفت ورزشکاران کاهش می‌یابد.

کمال‌گرایی مثبت شامل یک نیروی انگیزشی است و زمانی که در ورزشکار ظهور پیدا می‌کند منجر به انجام بهتر کارها، رسیدن به بهترین نتایج ممکن شده و تلاش مضاعفی را ایجاد می‌کند (استوبر، ۲۰۱۲). درحالی‌که کمال‌گرایی منفی با رویکردهای اجتنابی انگیزه ارتباط دارد. بدون وجود انگیزه برای موفقیت نیز، دیگر توانایی‌های ورزشکاران تأثیر آنچنانی بر عملکرد موفقشان ندارند (سینگ و ساینی، ۲۰۱۳). انگیزش پیشرفت شامل نیاز به تسلط در کارهای سخت، دستیابی به کمال و بهتر از دیگران عمل کردن است (واعظ موسوی و مسیبی، ۲۰۱۱). انگیزه پیشرفت شامل ویژگی‌هایی است که به ورزشکاران امکان دستیابی به برتری را می‌دهد. در هر انسانی دو انگیزه اساسی برای پیشرفت وجود دارد: دستیابی به موفقیت و اجتناب از شکست. افراد بسیار موفق انگیزش بالایی برای دستیابی به موفقیت و انگیزش پایینی برای اجتناب از شکست نشان می‌دهند در حالی که افراد کمتر موفق انگیزش پایینی برای دستیابی به موفقیت و انگیزش بالایی برای اجتناب از شکست نشان می‌دهند (واعظ موسوی، حجتی، رضاسلطانی، اسماعیلی و راهداربیگ، ۲۰۱۳).

جاچیم و آنا^۳ (۲۰۰۷) بیان کردند تلاش برای رسیدن به کمال با امید به موفقیت و انگیزه پیشرفت ارتباط مثبت و معنادار و با علائم افسردگی و شکایات جسمانی ارتباط منفی دارد. عظیمی، پیری و زوار (۲۰۱۴) نیز دریافتند بین انگیزش پیشرفت و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و هر چه فرد از انگیزش پیشرفت بیشتری برخوردار باشد، تأثیر بسزایی بر میزان موفقیت آنها خواهد داشت. محققان معتقدند انگیزه پیشرفت بر دیگر عوامل مؤثر بر عملکرد ورزشکار از جمله آمادگی جسمانی، تکنیک، تاکتیک و سبک زندگی تأثیرگذار است و نمی‌توان آن را همانند چیزی توصیف کرد که فقط در طول رقابت رخ می‌دهد، بلکه در طول روزها، ماه‌ها و حتی سال‌های عمر ورزشکار با او همراه است و می‌تواند به صورت کمتر و یا بیشتر نمود پیدا کند (سینگ و ساینی، ۲۰۱۳).

بنابراین بررسی و شناخت شاخص‌های مهم روانی ورزشکاران از جمله انگیزه و کمال‌گرایی می‌تواند راهنمای خوبی برای مربیان و ورزشکاران باشد و از سرخوردگی و عدم دستیابی به موفقیت جلوگیری کند. موفقیت ورزشی نیز که معیار مهم و اصلی تمام ورزشکاران علی‌الخصوص ورزشکاران قهرمان است، می‌تواند بر اهمیت و ضرورت انجام این پژوهش بیافزاید. براین اساس، در پژوهش حاضر به طور اختصاصی رابطه تک‌تک ابعاد کمال‌گرایی با موفقیت ورزشکار بررسی شد تا بتوان تا حدودی تفاوت در این رابطه را توجیه نمود. هدف دیگر پژوهش حاضر نیز بررسی این موضوع بود که آیا انگیزه پیشرفت و کمال‌گرایی را می‌توان به عنوان دو عامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت ورزشی بشمار آورد؟

1. Flett & Hewitt
2. Singh & Saini

3. Joachim and Anna

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر به روش توصیفی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری پژوهش را تمام دختران و پسران کبدی کار شرکت‌کننده در هفتمین دوره مسابقات لیگ دسته یک کبدی کشور در سال ۱۳۹۴ تشکیل دادند که تعداد آنها برابر با ۲۳۸ نفر بود، از این میان به صورت نمونه‌گیری تصادفی تعداد ۱۴۴ نفر به عنوان نمونه آماری (۸۴ پسر و ۶۰ دختر) انتخاب و پرسش‌نامه‌های مربوطه را تکمیل کردند.

به منظور جمع‌آوری اطلاعات این پژوهش از سه پرسش‌نامه استفاده شد. جهت اندازه‌گیری کمال‌گرایی از پرسش‌نامه کمال‌گرایی چندبعدی ورزشی (اس.ام.پی.اس) دان و همکاران^۱ (۲۰۰۵) استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۳۰ سؤال می‌باشد که چهار خرده‌مقیاس (معیارهای شخصی، اهمیت زیاد به اشتباه، ادراک فشار والدین و ادراک فشار مربی) را در برمی‌گیرد. در این پرسش‌نامه هفت گویه معیارهای شخصی، هشت گویه اهمیت زیاد به اشتباه، نه گویه ادراک فشار والدین و شش گویه ادراک فشار مربی را می‌سنجد. مجموع این چهار بعد نمره کلی کمال‌گرایی را مشخص می‌کند. هر مورد بر حسب مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. ابوالقاسمی و همکاران (۲۰۰۹) ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰/۸۰ گزارش نمودند. فرخی و همکاران (۲۰۱۳) نیز ضریب پایایی درونی را معادل ۰/۷۹ و فرخی، و همکاران (۲۰۱۲) نیز پایایی درونی این پرسش‌نامه را در دامنه‌ای از ۰/۷۲ تا ۰/۹۱ گزارش کردند. همچنین در پژوهش حاضر پایایی کمال‌گرایی به روش آلفای کرونباخ محاسبه و برابر با ۰/۷۳ به دست آمد که بیانگر پایایی کافی برای مقیاس کمال‌گرایی می‌باشد.

جهت سنجش موفقیت ورزش از پرسش‌نامه ادراک از موفقیت ورزشی (پی.اس.کیو) ترشر و رابرتز^۲ (۱۹۹۸) استفاده شد. مبنای سؤالات این پرسش‌نامه احساس موفقیت در ورزش می‌باشد و به گونه‌ای بیان شده‌اند که به عنوان معیاری به کار گرفته شود که آیا ورزشکار به موفقیت رسیده است یا خیر؟ نسخه نهایی این پرسش‌نامه، مشتمل بر ۱۲ سؤال است که دو بعد خود‌گرایی و تکلیف‌گرایی را مورد سنجش قرار می‌دهد و بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است؛ به طوری که برای (کاملاً موافق) ۵ و (کاملاً مخالف) ۱ امتیاز در نظر گرفته شده است. رابرتز و همکاران (۱۹۹۸) همسانی درونی آن را ۰/۸۲ و با روش آزمون مجدد پایایی این آزمون را ۰/۸۰ گزارش کردند. کجیاف نژاد، احدی، حیدری، عسگری و عنایتی (۲۰۰۹) نیز میزان همسانی درونی این پرسش‌نامه را معادل ۰/۷۹ و فرزی، عباسی، سوری و نظری (۲۰۱۳) برابر با ۰/۷۸ به دست آوردند. در این پژوهش نیز پایایی این پرسش‌نامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

در نهایت از پرسش‌نامه انگیزه پیشرفت (ایوام.تی) توسط هرمانس^۳ (۱۹۷۰) برای ارزیابی انگیزه پیشرفت ورزشکاران استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۲۹ ماده بوده که به صورت جملات نیمه‌تمام می‌باشند و گزینه‌های ارائه‌شده برای هر ماده بین چهار تا شش گزینه متغیر است. بر این اساس حداکثر نمره هر ماده بین چهار تا شش می‌باشد که با توجه به تعداد گزینه‌های هر ماده تعبیر می‌کند. در برخی از ماده‌ها گزینه الف کمترین نمره و در برخی دیگر گزینه الف بالاترین نمره را دارد. گرفتن نمره بالا در این آزمون حاکی از داشتن انگیزه پیشرفت بالا است. پژوهش‌های متعددی از جمله خوروش، احسانی و تندنویس (۲۰۰۹) میزان پایایی درونی این پرسش‌نامه

2. Tresher and Roberts
3. Hermense

1. Dunn & coworker

از روش‌های آمار توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار برای توصیف داده‌ها و آمار استنباطی نظیر آزمون‌های کولموگروف اسمیرنوف، هم‌بستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی به روش همزمان جهت تحلیل استنباطی داده‌ها استفاده شد. همچنین تمامی تحلیل‌ها با استفاده از نرم‌افزار اس. پی. اس. اس نسخه ۱۸ انجام شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای مورد پژوهش شامل انگیزه پیشرفت، کمال‌گرایی ورزشی و خرده مقیاس‌های آن و ادراک موفقیت ورزشی در جدول ۱ ارائه شده است.

را معادل ۰/۸۱ و عظیمی و همکاران (۲۰۱۴) برابر با ۰/۶۷ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمد. جهت جمع‌آوری پرسش‌نامه‌های پژوهش، محققان به محل برگزاری مسابقات مراجعه و در هنگام استراحت تیم‌ها از ورزشکاران درخواست نمودند تا پرسش‌نامه‌ها را پر کنند. به تمامی ورزشکاران هدف از انجام مطالعه توضیح داده شد و به آنها این اطمینان داده شد که تمامی اطلاعات فردی آنها محرمانه بوده و فقط داده‌های کل ورزشکاران گزارش خواهد شد. همچنین تمامی پرسشنامه‌ها بدون نام جمع‌آوری شد.

روش گردآوری داده‌ها

جدول ۱. نمرات میانگین و انحراف معیار آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش به تفکیک جنسیت

مؤلفه	تعداد	میانگین		انحراف معیار	
		پسر	دختر	پسر	دختر
کمال‌گرایی	۱۴۴	۸۸/۰۵	۴۶/۷۶	۵/۶۴	۵/۴۳
اهمیت به اشتباه	۱۴۴	۲۱/۵	۲۰/۸	۳/۱۶	۳/۵
معیارهای شخصی	۱۴۴	۲۴/۸	۲۳/۹۳	۳/۶۲	۳/۴۷
ادراک فشار والدین	۱۴۴	۲۰/۰۴	۲۰/۰۱	۳/۲۳	۲/۴۵
ادراک فشار مربی	۱۴۴	۲۱/۷	۲۱/۰۲	۳/۴۵	۳/۳۱
انگیزه پیشرفت	۱۴۴	۹۴/۴	۹۲/۵	۵/۶۲	۵/۷۴
موفقیت ورزشی	۱۴۴	۳۹/۰۴	۳۷/۸۷	۴/۷۶	۴/۳
خود‌گرایی	۱۴۴	۱۹/۰۶	۲۰/۰۴	۲/۴	۲/۷۶
تکلیف‌گرایی	۱۴۴	۱۹/۹۸	۱۷/۸۳	۲/۵۲	۲/۰۱

شخصی) رابطه مثبت معنادار و در خرده مقیاس‌های منفی کمال‌گرایی (بجز ادراک فشار والدین) هم-بستگی به صورت منفی معنادار وجود دارد و بین متغیر انگیزه پیشرفت و موفقیت ورزشی نیز هم‌بستگی مثبت و معنادار است (جدول ۲).

در ادامه جهت بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که اعداد به دست آمده بیانگر نرمال بودن توزیع داده‌ها می‌باشد ($P > 0.05$). جهت بررسی میزان هم‌بستگی بین متغیرهای پژوهش از ضریب هم‌بستگی پیرسون استفاده شد. نتایج به دست آمده گویای این مطلب است که در زمینه کمال‌گرایی مثبت (معیارهای

جدول ۲. آزمون هم‌بستگی بین ابعاد مختلف کمال‌گرایی ورزشی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی

متغیر مستقل	متغیر وابسته	میزان همبستگی	سطح معناداری	جهت
اهمیت به اشتباه	موفقیت ورزشی	۰/۳۴	۰/۰۰۳	منفی
معیارهای شخصی		۰/۷۲	۰/۰۰۱	مثبت
ادراک فشار والدین		۰/۱۲	۰/۱۱۶	منفی
ادراک فشار مربی		۰/۴۵	۰/۰۰۲	منفی
انگیزه پیشرفت		۰/۵۶	۰/۰۰۳	مثبت

معناداری در سطح $P < 0.05$

نتایج حاصل از آزمون تحلیل رگرسیون به منظور پیش‌بینی موفقیت ورزشی در جدول ۳ نشان داده شده است. نتایج آزمون حاکی از این امر بود که میزان ۵۱ درصد واریانس مربوط به موفقیت ورزشی ورزشکاران، توسط کمال‌گرایی تبیین می‌شود

نتایج حاصل از آزمون تحلیل رگرسیون به منظور پیش‌بینی موفقیت ورزشی در جدول ۳ نشان داده شده است. نتایج آزمون حاکی از این امر بود که میزان ۵۱ درصد واریانس مربوط به موفقیت ورزشی ورزشکاران، توسط کمال‌گرایی تبیین می‌شود

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیون برای کمال‌گرایی و انگیزه پیشرفت در ارتباط با موفقیت ورزشی

متغیر	آر	آر دو	خطای استاندارد	آماره اف	سطح معناداری
کمال‌گرایی	۰/۷۲۰	۰/۵۱۹	۵/۹۱	۳۸/۳۰	۰/۰۰۱
انگیزه پیشرفت	۰/۷۷۲	۰/۴۸۳	۳/۴۵	۱۰۰/۵۴	۰/۰۰۱

معناداری در سطح $P < 0.05$

جدول ۴. ضریب رگرسیون برای پیش‌بینی موفقیت ورزشی

متغیر/شاخص	بی	خطای استاندارد	ضریب بتا	آماره تی	سطح معناداری
اهمیت به اشتباه	-۰/۲۵	۰/۱۷۵	-۰/۰۳۲	-۰/۰۲۸	۰/۰۴۱
معیارهای شخصی	۰/۸۴۴	۰/۱۰۹	۰/۷۱۹	۷/۷۱۰	۰/۰۳
ادراک فشار والدین	-۰/۳۲	۰/۱۲۲	-۰/۰۰۲	-۰/۰۳۲	۰/۱۳
ادراک فشار مربی	-۰/۶۳	۰/۱۸۶	-۰/۰۰۴	-۰/۰۴۱	۰/۰۲۹
انگیزه پیشرفت	۰/۴۷۷	۰/۰۴۵	۰/۶۶۷	۱۰/۴۶۲	۰/۰۰۱

معناداری در سطح $P < 0.05$

بیش از اندازه به اشتباه و ادراک فشار مربی هر کدام به صورت منفی معنادار ($\beta = -0.03$ و $\beta = -0.04$) می‌توانند عملکرد مربوط به موفقیت ورزشی را پیش‌بینی کنند یعنی به ازای یک واحد تغییر در متغیرهای اهمیت به اشتباه و ادراک فشار مربی، موفقیت ورزشی به میزان ۰/۰۳ و ۰/۰۴ تغییر می‌کند.

در جدول ۴ ضرایب رگرسیون به منظور پیش‌بینی موفقیت ورزشی در متغیر معیارهای شخصی نشان داد که به صورت مثبت معنادار ($\beta = 0.719$) می‌تواند موفقیت ورزشی را پیش‌بینی کند، یعنی به ازای یک واحد تغییر در متغیر معیارهای شخصی موفقیت ورزشی به اندازه ۰/۷۱۹ تغییر می‌کند. متغیر اهمیت

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال‌گرایی ورزشی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی دختران و پسران ورزشکار شرکت‌کننده در مسابقات لیگ دسته یک کبدی کشور بود. نتایج به دست آمده نشان داد میانگین نمرات مردان در تمامی متغیرهای پژوهش از میانگین نمرات زنان در سطح بالاتری قرار دارد. این نتایج در زمینه بعد مثبت کمال‌گرایی (معیارهای شخصی) با پژوهش انجام‌شده توسط احمدی طهور و همکاران (۲۰۱۰)، ارسالن کاسکان^۱ (۲۰۱۰) و آتاناسیوس^۲ (۲۰۱۱) و در زمینه متغیر موفقیت ورزشی با پژوهش بشارت (۲۰۰۵) هم‌سو است. بالاتر بودن نمرات مردان در بعد اهمیت بیش از اندازه به اشتباه، ادراک فشار والدین و مربی با یافته‌های ارسالن کاسکان (۲۰۱۰) هم‌سو و با یافته‌های انشل (۲۰۰۹) و احمدی طهور و همکاران (۲۰۱۰) ناهم‌سو است. این نتایج را می‌توان از طریق انتظارات جامعه تبیین کرد. مردان هنگامی که در خانواده و محیط رقابتی قرار می‌گیرند رفتارهای مستقل‌تری را بر خلاف زنان در اجتماع نشان می‌دهند. آنها رقابت‌طلب‌تر از زنان هستند و نگرانی بیشتری در مورد موفقیت و قدرت خود دارند. به همین دلیل است که مردان می‌توانند انتظارات کمال‌گرایانه بیشتری را نسبت به زنان بر طبق توقعات جامعه داشته باشند. متغیر انگیزه پیشرفت نیز با مطالعات جیتشوار، ساندرلال، رانجیت سینگ، زندی و جینت سینگ^۳ (۲۰۱۳) ناهم‌سو است. درحالی‌که با پژوهش لانسیا، پتروسی، جورجی، دانته و کیفون^۴ (۲۰۱۳) هم‌سو می‌باشد. این نتیجه را می‌توان با توجه به نیاز به مسئولیت‌پذیری پسران در آینده و در نتیجه تلاش بیشتر برای کسب موفقیت تبیین

کرد. درحالی‌که آنچه بیش از هر چیز انگیزه‌های پیشرفت در دختران را تحت تأثیر قرار می‌دهد نیاز شدید برای پیوستگی است. دختران کمتر تشویق به استقلال و بیشتر حمایت می‌شوند (لوانسانی، کیوان زاده و کیوان زاده، ۲۰۰۷).

در بررسی هم‌بستگی بین ابعاد متغیر کمال‌گرایی و موفقیت ورزشی، نتایج حاکی از هم‌بستگی مثبت معنادار بین بعد معیارهای شخصی و موفقیت ورزشی و هم‌بستگی منفی معنادار بین ابعاد اهمیت بیش از اندازه به اشتباه و ادراک فشار مربی می‌باشد. این نتایج با یافته‌های بشارت (۲۰۰۵)، هووارد، کر، کازوب و فاین^۵ (۲۰۰۸)، استوبر و همکاران (۲۰۰۸)، استوبر و بیکر (۲۰۰۸)، اسماعیلی (۲۰۱۱)، موسوی و همکاران (۲۰۱۵) دارای هم‌خوانی می‌باشد. و همچنین مطالعه هانچون^۶ (۲۰۱۰)، استوبر (۲۰۱۲) و (۲۰۱۴) نیز بر این حقیقت تأکید می‌کنند که موفقیت در ورزش با کمال‌گرایی در ارتباط است.

در تبیین این رابطه می‌توان عنوان نمود که افراد کمال‌گرای مثبت رضایت واقع‌گرایانه از رفتارها دارند و برای رسیدن به موفقیت تلاش می‌کنند، اما نتایج شکست آنها نیز رفتاری سازگارانه است؛ مانند تغییر دادن استانداردهای شخصی و یا تلاش بیشتر و آسان‌تر گرفتن امور و کارها (سرو قد، برزگر و بلاغی، ۲۰۱۱). در همین راستا بون، بریت، واندریکن و کلیس^۷ (۲۰۱۳) نشان دادند که کمال‌گرایی مثبت منجر به تمایل فرد برای کسب موفقیت می‌شود و اگر در این راه شکست خورد انگیزه وی کاهش پیدا نمی‌کند. هیل، هال، اپلتون و هووارد^۸ (۲۰۰۹) و همچنین گوتوالز، استوبر، دان و استول^۹ (۲۰۱۲) نیز بعد مثبت کمال‌گرایی را دارای اثرات انگیزشی می‌دانند و عنوان

5. Howard, Kerr, Kozub & Finnie

6. Hanchon

7. Boone, Braet, Vandereycken & Claes

8. Hill, Hall, Appleton & Howard

9. Gotwals, Stoeber, Dunn, & Stoll

1. Arsalan, c

2. Athanasios

3. Jiteshwor, Sunderlal, Singh, zandi & Singh

4. Lancia, Petrucci, Giorgi, Dante & Cifone

هماچک (۱۹۷۸) قرار می‌گیرد و بیان می‌کند که کمال‌گرایی پدیده‌ای بسیار پیچیده است که هم به فعالیت‌های طبیعی و سازگار و هم به ناسازگاری‌های روانی وابسته است. براین‌اساس می‌توان پیامدهای عملی و نظری را عنوان نمود. در سطح عملی، تنظیم برنامه‌های مربوط به آموزش مهارت‌های روانی و شناختی می‌تواند ابعاد مثبت و منفی کمال‌گرایی را در خود گنجانده و با ورود این برنامه‌ها به چهارچوب برنامه‌های مداخله‌ای موجود در زمینه‌ی پردازش شناختی اطلاعات، بر کارآمدی آنها نیز بیافزاید. همچنین در سطح نظری، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند، نظریه‌های فعلی مربوط به کمال‌گرایی و موفقیت را از جهاتی تبیین کند. سازه‌ی کمال‌گرایی به عنوان یکی از عوامل مرتبط با موفقیت ورزشی، به ویژه در ورزش حرفه‌ای، هم می‌تواند در جهت توسعه آسیب‌شناسی روانی در حوزه ورزش و هم در مقابله با آن در این حوزه گام بردارد.

در ادامه نتایج، هم‌بستگی متغیر انگیزه پیشرفت و موفقیت ورزشی مثبت و معنادار ارائه شده است که با نتایج جاکچیم و آنا (۲۰۰۷)، فرزی و همکاران (۲۰۱۳)، زوبر و کانزلمان (۲۰۱۴)، عظیمی و همکاران (۲۰۱۴) همخوانی دارد. روی هم رفته، پژوهشگران با رابطه بین انگیزه پیشرفت و عملکرد ورزشکاران موافق هستند و از آن به عنوان معیار بالقوه استعداد ورزشی یاد می‌کنند. یونیرزیسکی (۲۰۰۳) یک ارتباط مثبت معنادار بین انگیزه پیشرفت و عملکرد تنیس‌بازان جوان عنوان کرد، همچنین کیم، سونگ و مون (۲۰۰۰) ارتباط معناداری را بین عملکرد گلف‌بازان انگیزه پیشرفت عنوان کردند (نجم‌الدین‌خان و شهناز خان، ۲۰۱۴). در همین راستا سینگ (۲۰۰۹)، زوبر و کانزلمان (۲۰۱۴) نیز ارتباط مثبتی را بین عملکرد و

می‌کنند که زمانی که کمال‌گرایی منفی تحت کنترل باشد، کمال‌گرایی مثبت یک ویژگی سازگارانه در ورزش است. راسکوئینها، دان و دان (۲۰۱۴) نیز کمال‌گرایی مثبت را در بهبود توانایی ورزشکار به منظور دستیابی به موفقیت در سطوح رقابتی مؤثر می‌دانند. پاپادومارکاری و پورتینو (۲۰۱۲) در همین راستا اعتقاد داشتند که دیدگاه ناسازگارانه کمال‌گرایی به وسیله احساس تشویش و ناراحتی فرد کمال‌گرا که ناشی از اشتباهات، ترس از شکست و بازخورد منفی به اشتباهات است به وجود می‌آید. دان و گتواز (۲۰۰۶) نیز بیان می‌کنند که تمرکز بیش از حد بر اشتباهات در طول رقابت منجر به کاهش تمرکز ورزشکار بر اجرا می‌شود و در نهایت منجر به کاهش سطح عملکرد وی خواهد شد. تبیین قابل ذکر دیگر در این رابطه این مورد است که، ورزشکاران از طریق نگرانی‌های افراطی و تردید به اعمال خود قادر به اجرای روان نبوده و در شناسایی و اصلاح به موقع خطاهای خود نیز دچار اختلال می‌شوند. در نهایت ممکن است با وجود توانمندی‌های جسمانی، تکنیکی و تاکتیکی، به علت ویژگی‌های منفی و افراطی کمال‌گرایی نتوانند اوج پیشرفت ورزشی را تجربه کنند (موسوی و همکاران ۲۰۱۵). بنابراین با تمایز بین جنبه‌های مثبت و منفی کمال‌گرایی می‌توان به صورت قاطع ارتباط بین کمال‌گرایی و موفقیت ورزشی را اثبات کرد. این تبیین در مقابل نظریه‌هایی قرار می‌گیرد که کمال‌گرایی را بطور کلی صفتی نابهنجار توصیف کرده و معتقدند که منجر به تضعیف عملکرد می‌شود (انشل و منصور ۲۰۰۵؛ فلت و هویت؛ ۲۰۰۵؛ حال ۲۰۰۶). نتایج این مطالعه کمال‌گرایی را در دو جهت مثبت و منفی با موفقیت ورزشی در ارتباط می‌داند. این رابطه هم‌راستا با نظریه

4. Zuber, C., & Conzelmann
5. Unierzyski
6. Kim, Song & Moon

1. Rasguinha, Dunn & Dunn
2. Papadomarkaki & Portinou
3. Dunn & Gotwals

اشتباهات می‌توان موجبات کسب موفقیت را در شرایط تمرینی و علی‌الخصوص شرایط رقابتی بوجود آورد.

نتایج این مطالعه نشان داد همان‌گونه که برای رسیدن به موفقیت نیاز به سطح مطلوبی از انگیزه است، عامل مهم دیگری چون کمال‌گرایی نیز وجود دارد که اگر به شکل مطلوب و مثبت رشد پیدا کند می‌تواند ورزشکار را به سکوی پیشرفت و ترقی سوق دهد. در این مطالعه سعی شد تا حدودی به ابهامات موجود در زمینه رابطه ابعاد کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی پاسخ داده شود و مطالعاتی ارائه شد که از رابطه مثبت کمال‌گرایی و انگیزه پیشرفت با عملکرد ورزشکاران حمایت می‌کند. بنابراین به دست‌اندرکاران امر ورزش پیشنهاد می‌شود به منظور بهبود عملکرد و پیشرفت‌های روزافزون ورزشکاران کشور، راه‌های رسیدن به کمال‌گرایی مطلوب و انگیزه مناسب برای دستیابی به موفقیت ورزشی که معیار تمام ورزشکاران قهرمانی است را در قالب کارگاه‌های آموزشی، به ورزشکاران و مربیان آموزش دهند. این امر منجر به کاهش فشار ناشی از تمایلات و انتظارات شده که گاهی منجر به سرخوردگی و گوشه‌گیری ورزشکاران از ورزش می‌شود و موجبات موفقیت آنها را فراهم می‌کند.

نیاز به انگیزه پیشرفت عنوان کردند. در نظریه پیشرفت اتکینسون عنوان می‌شود انگیزه درونی ورزشکار، محرکی برای کسب موفقیت است، بنابراین ورزشکارانی که انگیزه بالایی برای کسب موفقیت دارند، بدون نگرانی در مورد شکست احتمالی درصدد جستجوی شرایط پیشرفت مبارزه طلبانه هستند (فرزی و همکاران ۲۰۱۳). نتایج حاصل از ارتباط مثبت انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی که از مطالعه حاضر برآمده در همین راستا قرار گرفته و آن را تأیید می‌کند. از سوی دیگر طبق نظریه انگیزش شایستگی وینبرگ، افراد به سوی فعالیت‌هایی که در آن احساس شایستگی می‌کنند برانگیخته می‌شوند. چنین احساسی عامل تعیین‌کننده انگیزش افراد نسبت به تکلیف خاص می‌باشد (ملکی، محمدزاده، سید عامری و زمانی ثانی ۲۰۱۰). با توجه به این نظریه احساس شایستگی در ورزشکاران حرفه‌ای خود به عنوان یک منبع انگیزشی عمل کرده و موجبات دستیابی به موفقیت را فراهم می‌کند. بنابراین می‌توان این‌گونه عنوان کرد که انگیزه رفتار را هدایت می‌کند، منجر به پویایی آن شده و اراده فرد را برای رسیدن به موفقیت قوی‌تر می‌کند. بنابراین جهت دستیابی به موفقیت‌های ورزشی از طریق برنامه‌ریزی صحیح در جلسات تمرینی، به گونه‌ای که ورزشکار در تجربیات حرکتی خود به موفقیت برسد، از مهم‌ترین متغیرهایی است که می‌تواند باعث افزایش انگیزه پیشرفت در ورزشکار شود.

در ادامه نتایج مربوط به تحلیل واریانس و رگرسیون نشان داد کمال‌گرایی و انگیزه پیشرفت تبیین‌کننده‌های خوبی از موفقیت ورزشی هستند و هر کدام می‌توانند به صورت مثبت معنادار تغییرات مربوط به موفقیت ورزشی را پیش‌بینی کنند. بنابراین می‌توان بر اهمیت این دو بعد بر موفقیت ورزشی تأکید کرد و با پرورش معیارهای کمال‌گرایانه مثبت و انگیزه لازم در ورزشکاران و دوری از اهمیت بیش از حد به

منابع

1. Abolghasemi, A., Kordi, H., & Eskandari, P. (2009). Investigating the relationship between perfectionism and self-esteem and sport progress in professional young weight-lifters of the country. *Motor Behavior and Sports Psychology*, 3(3). (In Persian)
2. AhmadiTahur, M., Jafari, E., Karaminia, R., & Akhavan, H. (2010). Investigating the relationship between positive and negative perfectionism and personality type D and general health of the elderly. *Journal Medical Sciences and Health Services University of Hamedan*, 17(3). (In Persian)
3. AlizadehSahraei, O., H, Khosravi, Z., & Besharat, M., A. (2010). The relationship between irrational beliefs and positive/negative perfectionism among students of Noshahr Township. *Psychological Studies*, 1, 41-49. (in Persian)
4. Anshel, M. H., & Mansouri, H. (2005). Influences of perfectionism on motor performance, affect, and causal attributions in response to critical information feedback. *Journal of Sport Behavior*, 28, 99-124.
5. Anshel, M. (2009). Reconceptualizing indicants of sport perfectionism as a function of gender. *Journal of Sport Behavior*, 32(4), 395-418.
6. Arslan, C., Hamarta, E., Üre, Ö, & Özyeşil, Z. (2010). An investigation of loneliness and perfectionism in university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 814-818.
7. Athanasios, m. (2011). Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 355-367.
8. Azimi, M., Piri, M., & Zavvar, T. (2014). The relationship between educational attrition and Achievement Motivation and educational performance of high school students. *Education and Evaluation Quarterly*, 27, 87-102. (in Persian)
9. BakhshiSureshjani, L. (2009). Investigating the relationship between perfectionism and depression and educational performance and the relationship between the last two variables with social, economic condition of students Of Islamic Azad University, Behbahan Branch. *Education Journal*, 5(19), 37-60. (In Persian)
10. Besharat, M. A. (2005). Investigating the relationship between perfectionism and sports success. *Harekat*, 23, 51-65. (In Persian)
11. Besharat, M. A. (2005). The relationship between diligence and sport success and psychological health of athlete students. *Olympics*, 13(2), 123-133. (In Persian)
12. 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.
13. Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Coatsworth, J. D. (2006). Coaching climates and the destructive effects of masteryavoidance achievement goals on situational motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 69-92.
14. Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., J, C. D., & Syrotuik, D. G. (2006). Examining the relationship between perfectionism and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 7-24.
15. Esmaeili, H. (2011). Studying the relationship between psychological factors (sports anxiety, Achievement Motivation and rivalry-cooperation atmosphere) and sport success. (M.A thesis), Islamic Azad University, Rudehen Branch. (in Persian)
16. Farrokhi, A., AghasiBorujeni, S., Motesharrei, E., & Farahani, A. (2012). Determining the relationship and comparing sport perfectionism and mood states in athletics of individual and team sports. *Research in Sports and Motor Behavior Management (Motor Sciences and Sports)*, 2(10), 111-123. (In Persian)
17. Farrokhi, A., Motesharrei, E., Zeidabadi, R., Aghasi, S., & Parsaa, G. (2013). Determining reliability and validity of Persian version of athletic perfectionism among the community of Iranian athletes. *Development and Motor Learning –sport*, 11, 55-76. (In Persian)

18. Farzi, H., Abbasi, H., Souri, A., & Nazari, F. (2013). Determining the relationship between hardiness and Achievement Motivation and feeling of sport success in athlete students of Iranian and Iraqi universities. *Applied Research in Sport Management*, 2(7), 75-88. (in Persian)
19. Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 14-18.
20. Gholam Ali Lavasani, M., Keyvanzadeh, M., & Keyvanzadeh, H. (2007). The relationship between educational activity, Achievement Motivation, EQ, and contextual variables and educational progress of students. *Psychology and Educational Sciences*, 37(1), 99-123. (In Persian)
21. Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G. H., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory and mixed evidence. *Canadian Psychology*, 53, 263-279.
22. Hall, H. K. (2006). *Perfectionism: A hallmark quality of world class performers or a psychological impediment to athletic development?* In D. Hackfort, & G. Tenenbaum (Eds.), *Essencial processes for attaining peak performance* (Vol. 1): Oxford, UK: Meyer & Meyer.
23. Hanchon, T. A. (2010). The Relations between Perfectionism and Achievement Goals. *Personality and Individual Differences*, 49, 885-890.
24. Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R., & Howard, K. H. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burn out in junior-elite maleathletes. *Psychology and sport exercise*, 10(4), 457-465.
25. Howard, K. H., Kerr, A. W., Kozub, S. A., & Finnie, S. B. (2008). Motivational antecedents of obligatory exercise: The influence of achievement goals and multidimensional perfectionism. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 297-316.
26. Jitshwor, P., Sunderlal, N., Singh, D. S. R., zandi, H. g., & Singh, N. J. (2013). Comparative study of the Sports Achievement Motivation between Male and Female School Basketball Players. *Humanities And Social Science*, 7(2), 23-26.
27. Joachim, S., & Anna, R. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1379-1389.
28. Kajbafnejad, H., Ahadi, H., Heidari, A., Asgari, P., & Enayati, M. (2009). The relationship between psychological skills, EQ and its features with motivation for sport success in male athletes of Shiraz Township. *Social Psychology (new findings in psychology)*. 5(13), 107-125. (in Persian)
29. Khan, N., & Khan, S. (2014). Comparative Study Of Sports Competitive Anxiety And Sports Achievement Motivation Between Basketball Players And All India Intervarsity Running Events Athletes. *Reviews Of Progress*, 1(49). doi: 10.9780/2321-3485/1322013/74.
30. Khorvash, M., Ehsani, M., & Tondnevis, F. (2009). The relationship between physical activity and job burnout and Achievement Motivation in sports experts of Physical Education Origination of Islamic Republic of Iran. *Motor Sciences and Sport*, 7(14), 141-150. (in Persian)
31. Lancia, L., Petrucci, C., Giorgi, F., Dante, A., & Cifone, M. G. (2013). Academic success or failure in nursing students: results of a retrospective observational study. *Nurse Educ Today*, 33(12), 1501-1505.
32. Madigan, D., J. Stoeber, J., & Passfield, L. (2016). Athletes perfectionism and reasons for training: perfectionism concerns predict training for weight control. *Personality and Individual Differences*, Article in Press.
33. Maleki, B., Mohammadzadeh, H., SeyedAmeri, M., & ZamaniSani, S. (2010). The relationship between self-esteem and achievement motivation among successful and unsuccessful athletes in east azarbaijan province. *Research in rehabilitation science*, 1(7). (in Persian)
34. Maleki, B., & Mohammadzadeh, H. (2010). Investigating the relationship between fear of success and Achievement Motivation in successful and unsuccessful athletes. *Research in Sports Sciences*, 5, 75-88. (in Persian)

35. Mousavi, S., A, Vaez Mousavi, S., M. K., & 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)
36. Papadomarkaki, E., & Portinou, S. (2012). Clinical Perfectionism and Cognitive Behavioral Therapy. *Psychiatrike*, 23, 61-71.
37. Rasguinha, A., Dunn, J. G. H., & Dunn, J. C. (2014). Relationships between perfectionistic striving, perfectionistic concerns, and competitive sport level. *Psychology of sport and exercise*, 15, 659-667.
38. Sagar, S. S., & Stoeber, J. (2009). Perfectionism, fear of failure, and affective responses to success and failure: The central role of fear of experiencing shame and embarrassment. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 602-627.
39. Sarvghad, S., Barzgar, M., & Balaghi, T. (2011). The relationship between personality traits with dimensions of perfectionism and stress control methods in male and female students of Islamic Azad University, Marydasht Branch. *Woman and Society Quarterly*, 2(3), 81-102. (In Persian)
40. Singh, D., & Saini, S. (2013). Sports achievement motivation among wrestlers and judokas - a comparative study. *International Journal of Behavioral Social and Movement Sciences*, 2(1), 70-75..
41. Singh, M. (2009). Relationship of need for achievement, personality and intelligence with performance of volleyball players at various levels of participation. (Ph.D.), Kurukshetra University.
42. Stoeber, J., & Becker, C. (2008). Perfectionism, achievement motives, and attribution of success and failure in female soccer players. *International Journal of Psychology*, 43, 980-987.
43. Stoeber, J. (2012). *Perfectionism and performance*. In S. M. Murphy (Ed.) *The Oxford handbook of sport and performance psychology* (Vol. 294-306): New York: Oxford University Press.
44. Stoeber, J. (2014). Perfectionism. In R. C. Eklund & G. Tenenbaum (Eds.), *Encyclopedia of sport and exercise Psychology*. 2, 527-530.
45. Stoeber, J., Stoll, O., Pescheck, E., & Otto, K. (2008). Perfectionism and achievement goals in athletes: Relations with approach and avoidance orientations in mastery and performance goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 102-121.
46. Stoeber, J. (2011). The dual nature of perfectionism in sport: relationships with emotion, motivation, and performance. *International review of sport and exercise psychology*, 4(2), 128-145.
47. Vaez Mousavi, S., M. K., Hojati, A., Rezasoltani, N., Esmaeeli, M., & Rahdarbeig, R. (2013). *Foundations of sport and exercise psychology*. Tehran: Hatmi publishers. Pp: 79-110. (In Persian)
48. Vaez Mousavi, S., M. K., & Mosaiebi, F. (2011). *Sport Psychology*. Tehran: Samt publishers. 151-210. (In Persian)
49. Zuber, C., & Conzelmann, A. (2014). The Impact of the Achievement Motive on Athletic Performance in Adolescent Football Players. *Eur J Sport Sci*, 14(5), 475-483.

استناد به مقاله

سرابندی، م. و رضایی، ز. (۱۳۹۶). ارتباط کمال‌گرایی ورزشی و انگیزه پیشرفت با موفقیت ورزشی: مطالعه موردی ورزشکاران رشته کبدم. *مجله مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، شماره ۱۹، ص. ۶۸-۵۷. شناسه دیجیتال: 10.22089/spsyj.2017.3415.1353

Sarabandi, M., and Rezaei, Z. (2017). The Study of the Relationship between Sport Perfectionism and Achievement Motivation with Sport Success: A Case Study Kabaddi Athletes. *Journal of Sport Psychology Studies*, 19; Pp: 57-68. In Persian. Doi: 10.22089/spsyj.2017.3415.1353