

سورة الاحقاف



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد تهران مرکزی
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (MA)
گرایش تربیت بدنی و علوم ورزشی

عنوان:

ارتباط کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی در ورزشکاران نخبه دارای
معلولیت‌های جسمی- حرکتی

استاد راهنما:

دکتر بتول مشرف جوادی

استاد مشاور:

دکتر رضا نیک بخش

پژوهشگر:

سارا عزیزی

زمستان ۱۳۹۰



**Islamic Azad University
Central Tehran Branch
Faculty of Physical Education and Sport Sciences**

**MA Thesis
on Physical Education and Sport Science**

Subject:

**The relationship between perfectionism and burnout among
physically disabled elite athletes**

Advisor:

Dr. Batool Moshref Javadi

Consoultng Advisor:

Dr. Reza Nikbakhsh

By:

Sara Azizi

Winter 2012

سپاسگزاری:

از اساتید محترم و گرانقدر سرکار خانم دکتر بتول مشرف جوادی
و جناب آقای دکتر رضا نیک بخش به سبب تمامی زحمات و راهنمایی‌های ارزنده این
بزرگواران تقدیر و تشکر نموده و از خداوند بزرگ برای ایشان طلب توفیق و سربلندی دارم.
همچنین از استاد عزیز جناب آقای دکتر علی زارعی که زحمت داوری این پایان‌نامه را برعهده
داشته‌اند کمال تشکر و سپاس را دارم.

تقدیم به:

پدر، مادر و خانواده عزیزم

فهرست مطالب

۱	چکیده
فصل اول: مقدمه و معرفی	
۳	۱-۱- مقدمه
۴	۲-۱- بیان مسأله
۶	۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق
۸	۴-۱- اهداف تحقیق
۹	۵-۱- فرضیه‌های تحقیق
۹	۶-۱- پیش فرض‌های تحقیق
۱۰	۷-۱- قلمرو تحقیق
۱۰	۸-۱- محدودیتهای تحقیق
۱۰	۹-۱- تعریف واژه‌ها و اصطلاحات کلیدی
فصل دوم: زیربنای نظری و پیشینه تحقیق	
۱۴	۱-۲- زیربنای نظری
۴۳	۲-۲- پیشینه تحقیق
فصل سوم: روش‌شناسی	
۵۵	۱-۳- نوع تحقیق
۵۵	۲-۳- جامعه و نمونه
۵۵	۳-۳- نوع و مقیاس اندازه‌گیری متغیرها
۵۵	۴-۳- تعریف عملیاتی متغیرها
۵۶	۵-۳- ابزار اندازه‌گیری
۵۸	۶-۳- اعتباریابی ابزار اندازه‌گیری
۵۸	۷-۳- روش اجرا
۵۹	۸-۳- روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

فصل چهارم: یافته‌های تحقیق

- ۶۱ ۴-۱- توصیف داده‌ها
- ۶۵ ۴-۲- تحلیل‌های استنباطی

فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری

- ۷۵ ۵-۱- خلاصه نتایج
- ۷۶ ۵-۲- بحث و نتیجه‌گیری
- ۸۰ ۵-۳- پیشنهادات کاربردی
- ۸۰ ۵-۴- پیشنهادات پژوهشی
- ۸۱ پیوست‌ها
- ۸۵ منابع و ماخذ
- ۹۸ چکیده انگلیسی

فهرست جدول‌ها

- جدول ۳-۱- تعداد ورزشکاران در جامعه و نمونه به تفکیک رشته ورزشی و جنسیت ۵۱
- جدول ۴-۱- آماره‌های توصیفی مربوط به ویژگی‌های فردی شرکت‌کننده‌ها ۵۷
- جدول ۴-۲- آماره‌های توصیفی مربوط به توزیع شرکت‌کننده‌ها ۵۸
- جدول ۴-۳- آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق ۵۹
- جدول ۴-۴- نتایج آزمون K-S جهت بررسی توزیع داده‌ها ۶۱
- جدول ۴-۵- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی مثبت و کاهش احساس پیشرفت ... ۶۲
- جدول ۴-۶- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی مثبت و فرسودگی جسمی/ هیجانی .. ۶۳
- جدول ۴-۷- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی مثبت و احساس بی‌ارزشی ... ۶۴
- جدول ۴-۸- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی مثبت و تحلیل رفتگی ۶۵
- جدول ۴-۹- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی منفی و کاهش احساس پیشرفت ... ۶۶
- جدول ۴-۱۰- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی منفی و فرسودگی جسمی/ هیجانی ۶۷
- جدول ۴-۱۱- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی منفی و احساس بی‌ارزشی ۶۸
- جدول ۴-۱۲- نتایج ضریب پیرسون جهت تعیین رابطه کمال‌گرایی منفی و تحلیل رفتگی ۶۹
- جدول ۴-۱۴- نتایج تحلیل واریانس جهت آزمون معنی‌داری مدل رگرسیون تحلیل رفتگی ۷۰
- جدول ۴-۱۵- نتایج آزمون t جهت تعیین معنی‌داری ضرایب معادله رگرسیون تحلیل رفتگی ۷۲

فهرست شکل‌ها

- شکل ۲-۱ - مدل سه عاملی مسلش (۱۹۸۱) ۳۰
- شکل ۲-۲ - مدل سه عاملی گولیم بیوکسی (۱۹۹۸) ۳۱
- شکل ۴-۱ - میانگین و خطای استاندارد متغیرهای تحقیق ۶۰
- شکل ۴-۳ - رگرسیون خطی تحلیل رفتگی بر اساس کمال‌گرایی مثبت ۷۱
- شکل ۴-۴ - رگرسیون خطی تحلیل رفتگی بر اساس کمال‌گرایی منفی ۷۱

چکیده

هدف اصلی این تحقیق تعیین ارتباط کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی در ورزشکاران معلول جسمی-حرکتی می‌باشد. به این منظور، ۱۱۸ ورزشکار معلول جسمی-حرکتی (سن $24/83 \pm 5/74$ سال، سابقه ورزشی $12/43 \pm 6/53$ سال و سابقه رقابتی $8/39 \pm 4/40$ سال) که به بازی‌های آسیایی گوانجو در سال ۲۰۱۰ اعزام شده بودند، مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی برای ورزش (هاس و پراپاوسیس، ۲۰۰۴) و پرسشنامه تحلیل رفتگی ورزشکار (رادک و اسمیت، ۲۰۰۱) را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و مدل رگرسیون چند متغیره در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تحلیل شدند. نتایج نشان داد که کمال‌گرایی مثبت در ارتباط معنی‌دار و منفی با ابعاد و سطح کلی تحلیل رفتگی دارد ($p \leq 0/05$). ارتباط کمال‌گرایی منفی با بُعد کاهش احساس پیشرفت ($p \leq 0/05$)، با سایر ابعاد تحلیل رفتگی و سطح کلی آن از لحاظ آماری معنی‌دار نبود ($p > 0/05$). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که تنها کمال‌گرایی مثبت پیش‌بینی‌کننده معنی‌دار سطح تحلیل رفتگی است ($p < 0/001$, $\beta = -0/741$, $R^2 = 0/13$). براساس یافته‌ها، تقویت منابع ایجاد کننده کمال‌گرایی مثبت برای پیشگیری از اثرات مخرب تحلیل رفتگی در ورزشکاران معلول جسمی-حرکتی اهمیت دارد.

واژه‌های کلیدی

کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، تحلیل رفتگی، ورزشکار معلول جسمی-حرکتی.

فصل اول

مقدمه و معرفی

۱-۱- مقدمه

مشارکت در ورزش قهرمانی و کسب موفقیت در آن نیازمند درگیری زیاد در برنامه‌های متعدد تمرینی است که در آن فشارهای روان‌شناختی و بدنی و همچنین فشردگی تمرینات، ورزشکاران را در معرض تحلیل رفتگی^۱ قرار می‌دهد. تحلیل رفتگی از جمله موضوعات مهم در روانشناسی ورزش بشمار می‌رود که گاهی دلیل کناره‌گیری ناگهانی بازیکنان صاحب نام نیز عنوان می‌شود. تحلیل رفتگی معمولاً به عنوان نشانگانی است که به علت قرار گرفتن مداوم ورزشکار در محیطی تنش‌زا به همراه بعضی فعالیت‌های خاص روی می‌دهد. از مشخصات این پدیده، فرسودگی بدنی و هیجانی است که به همراه آن آفت قابل توجهی در سطح عملکرد ورزشی نیز مشاهده می‌شود.

علاوه بر فشارهای روانی غیر قابل تحمل در تمرینات ورزشی، ممکن است ورزشکاران به دلیل داشتن ویژگی‌های روان‌شناختی خاص، در خطر بیشتری برای تحلیل رفتگی قرار داشته باشند. از جمله این ویژگی‌های روان‌شناختی می‌توان به کمال‌گرایی^۲ اشاره کرد. تحقیقات مروری نشان می‌دهد که بازیکنان حرفه‌ای زمانی که گرایش‌های کمال‌گرایانه دارند، از نظر شخصیتی بی‌انضباط هستند، از راهکارهای بازسازی شناختی ضعیف برخوردارند و طوری سازماندهی ورزشی کرده‌اند که انتخاب‌های آنها محدودیت دارد و این عوامل آنها را ناتوان کرده و خودمختاری آنها را تقلیل می‌دهد و به همین خاطر از همه بیشتر در معرض تحلیل رفتگی آسیب‌پذیرند (হারدی، جونر و گولد^۳، ۱۹۹۶).

مفهوم کمال‌گرایی به عنوان عاملی مهم و بنیادی در آسیب‌شناسی روانی شناخته شده است. تحقیقات وسیع نشان داده است، کمال‌گرایی افرادی که علائم اختلال اضطراب، اختلالات تغذیه و افسردگی را دارند، در مقایسه با افراد سالم بالاتر است (شافران و مانسل^۴، ۲۰۰۱). اخیراً برخی از نویسندگان استدلال کرده‌اند که کمال‌گرایی همیشه با آسیب‌شناسی روانی همراه نیست، بلکه ممکن است با نتایج مثبتی نیز همراه باشد (تری-شورت و همکاران^۵، ۱۹۹۵)، بدین معنی که کمال‌گرایی ممکن است اثرات دوگانه‌ای به همراه داشته باشد.

ورزش جانبازان و معلولین در کشور ایران به عنوان یکی از رشته‌های مدال آور، با انبوهی از انتظارات مردم و مسئولین روبرو است. ورزشکاران نه تنها برای رسیدن به قهرمانی می-

¹ Burn out

² Perfectionism

³ Hardy, Jones, & Graham

⁴ Shafran & Mansell

⁵ Terry-Short et al.

بایست استانداردهای بالایی برای عملکرد خود قائل باشند، بلکه از سوی جامعه ورزش و اطرافیان نیز استانداردهای بالایی برای یک قهرمان ورزشی در نظر گرفته می‌شود که در اصل، در روان‌شناسی به این استانداردهای تعریف شده توسط خود ورزشکار و جامعه کمال-گرایی خویشتن مدار و جامعه‌مدار یا به بیان دیگر کمال‌گرایی سازگار و ناسازگار گفته می‌شود. در واقع، ورزشکاران به ویژه در سطح نخبگی در شرایطی به سر می‌برند که زمینه‌ساز کمال-گرایی در آنهاست و این موضوع در تلفیق با تمرینات بدنی طاقت فرسا، ممکن است آنها را مساعد تحلیل رفتگی نماید. البته پژوهشگران وجود برخی ویژگی‌های فردی نظیر خودپذیری (هیل و همکاران، ۲۰۰۸) و ادراک از پیشرفت (آپلتون و همکاران، ۲۰۰۹) را در ارتباط بین کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی دخیل می‌دانند که در مطالعات بایست مدنظر قرار گیرد. با توجه به آنچه گفته شد، در تحقیق حاضر ضمن بررسی وضعیت کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی، ارتباط بین این متغیر مورد بررسی قرار می‌گیرد.

۲-۱- بیان مسأله

کمال‌گرایی یکی از صفات بارزی است که با رقابت در سطوح نخبگی همراه می‌شود (آپلتون، هال و هیل^۱، ۲۰۰۹؛ هیل، هال، آپلتون و کوزاب^۲، ۲۰۰۸). یافته‌های پژوهشی کمال‌گرایی را سازه‌ای چند بعدی و متشکل از دو بعد سازگار (عادی) و ناسازگار (روان رنجور) می‌دانند (هماچک^۳، ۱۹۷۸). کمال‌گرای عادی و روان‌رنجور هر دو معیارهای متعالی برای عملکرد خود دارند، اما گروه اول انعطاف پذیرند و از تلاش‌های خود برای رسیدن به هدف احساس رضایت می‌کنند، هر چند معیارهای شخصی‌شان کاملاً محقق نشود. بعبارت دیگر، کمال‌گرای عادی قادرند محدودیت‌های شخصی و موانع محیطی را که آنها را از تحقق عملکرد ایده‌آل باز می‌دارد، بپذیرند (بلات^۴، ۱۹۹۵). در عین حال از نظر ارزشیابی اجتماعی، محیط را نسبتاً حمایتگر و غیرتهدیدکننده می‌بینند (هماچک، ۱۹۷۸). کمال‌گرای روان‌رنجور، فاقد انعطاف-پذیری هستند، به همین دلیل از عملکرد خود هر چند از نظر دیگران قابل ستایش باشد، راضی نیستند. آنها همواره تحت تأثیر ترس و نگرانی شدید از شکست قرار دارند (بلات، ۱۹۹۵؛ هماچک، ۱۹۷۸) و به همین دلیل محیط را از نظر ارزشیابی اجتماعی تهدیدکننده و غیرحمایت-

¹ Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill

² Hill, Hall, Appleton, & Kozub

³ Hamachek

⁴ Blatt

گر می‌بینند. کمال‌گرایان روان‌رنجور حق چندانی برای ارتکاب اشتباه ندارند (کوئن و آگلس^۱، ۱۹۹۳). در ارزیابی عملکردشان انتقادگرند (فراست، مارتین، لاهارت، و روزنبالت^۲، ۱۹۹۰)، تحت تأثیر تصور شکست، احساس بی‌کفایتی می‌کنند (بارنس^۳، ۱۹۸۰)، و در موقعیت‌های پیشرفت گرفتار عواطف منفی می‌شوند (بلات، ۱۹۹۵). نظریه پردازان معتقدند ابعاد کمال‌گرایی بطور متفاوت، ادراک، تفسیر و پاسخ‌دهی افراد به پیشرفت شخصی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. براین اساس، کمال‌گرایی عادی و روان‌رنجور به عنوان سازه‌های مربوط به انگیزه پیشرفت، طرح‌واره‌های ادراکی، عاطفی و رفتاری فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهند و چگونگی تفسیر فرد، احساس و عکس‌العمل او به تلاش‌های مربوط به پیشرفت را سازمان می‌دهند.

کمال‌گرایی در حوزه روان‌شناسی ورزش اهمیت ویژه‌ای دارد. بسیاری از روانشناسان ورزش، کمال‌گرایی را شاخصه ورزشکاران برجسته می‌دانند (فاکس^۴، ۲۰۰۰؛ فراست، همبرگ، هالت، ماتیا، و نیوبیور^۵، ۱۹۹۳). این ویژگی منسوب به ورزشکاران برجسته با بُعد عادی، سازش‌یافته و مثبت کمال‌گرایی مطابقت می‌کند. در عین حال، تأثیرات مثبت کمال‌گرایی مثل لذت بردن از رقابت و تأثیرات منفی آن مانند استرس ناشی از کامل و بدون نقص بازی کردن اجباری که موید دو نوع کمال‌گرایی عادی و روان‌رنجور می‌باشد در ورزشکاران گزارش شده است (اسکنن، استین و راویزا^۶، ۱۹۹۱؛ هنشن^۷، ۲۰۰۰؛ زینسر، بانکر و ویلیمز^۸، ۲۰۰۰). از سوی دیگر، ورزشکاران دارای کمال‌گرایی روان‌رنجور که به عملکرد خود کمتر اعتماد دارند، شکست‌پذیر بوده، نسبت به اشتباهات منفی واکنش نشان می‌دهند، قبل از مسابقه با افکار منفی بیشتری درگیر می‌شوند، و سرانجام سطوح بالاتری از اضطراب را تجربه می‌کنند (فروست و هندرسن^۹، ۱۹۹۱؛ کوئن و آگلس، ۱۹۹۳) که ممکن است اثرات منفی پایداری مانند تحلیل رفتگی به ویژه برای ورزشکاران جوان در پی داشته باشد (گالد، تافی، آدری، و لوهر^{۱۰}، ۱۹۹۶). پژوهش‌های داخل کشور نیز بر این نکته تأکید دارد که بین کمال‌گرایی روان‌رنجور و عملکرد ورزشی رابطه منفی وجود دارد (بشارت، ۱۳۸۳). چنین به نظر

¹ Coen & Ogles

² Frost, Marten, Lahart, & Rosenbalte

³ Burns

⁴ Fox

⁵ Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubeuer

⁶ Scanlan, Stein, & Ravizza

⁷ Henschen

⁸ Zinsser, Bunker, & Wiliams

⁹ Frost & Henderson

¹⁰ Gould, Tuffey, Udry, & Loehr

می‌رسد ورزشکارانی که کمال‌گرایی عادی یا مثبت دارند کمتر دچار تحلیل رفتگی می‌شوند. یافته‌های تحقیقات سال‌های اخیر در ورزشکاران مرد نخبه در رده سنی جوانان (آپلتون و همکاران، ۲۰۰۹) و فوتبالیست‌های جوان نخبه (هیل و همکاران، ۲۰۰۸) نشان می‌دهد که بین کمال‌گرایی عادی یا مثبت و تحلیل رفتگی رابطه منفی و بین کمال‌گرایی منفی و تحلیل رفتگی رابطه مثبتی وجود دارد. همچنین تلاش‌های پژوهشی سال‌های اخیر نشان می‌دهد که ارتباط کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی تحت تأثیر متغیرهای واسطه‌ای مانند خودباوری بی‌قید و شرط (هیل و همکاران، ۲۰۰۸) و ادراک فرد از پیشرفت (آپلتون و همکاران، ۲۰۰۹) قرار دارد. با در نظر داشتن اهمیت موارد مورد بحث و مستعد بودن ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی به دلیل حساسیت روانی و تحمل فشار بیشتر نسبت به ورزشکاران غیرمعلول و اینکه تا کنون تحقیقی در این زمینه روی ورزشکاران معلول جسمی صورت نگرفته است، تحقیق حاضر درصدد پاسخگویی به این سوالات برآمده است که آیا بین ابعاد کمال‌گرایی و ابعاد تحلیل رفتگی (احساس کاهش پیشرفت، فرسودگی جسمی/هیجانی، بی‌ارزشی فعالیت ورزشی) ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی رابطه معنی‌داری وجود دارد؟ و آیا این ابعاد قادر به پیش‌بینی سطح تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی می‌باشند؟

۱-۳- ضرورت و اهمیت تحقیق

باید در نظر داشت که هر ساله منابع بسیاری صرف قهرمان پروری در حوزه ورزش می‌شود که عدم توجه به عوامل محدودکننده عملکرد و مشارکت ورزشی، باعث اتلاف این منابع مالی و انسانی می‌شود. در این بین، پرداختن به جنبه‌ها و ساز و کارهایی که مسئول ایجاد چنین ناکامی‌هایی می‌باشند از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند. در این راستا، در سال‌های اخیر کمال‌گرایی بعنوان یکی از سازه‌های مهم روان‌شناختی که اثرات دوگانه‌ای بر عملکرد دارد معرفی شده است که ممکن است برخی از ابعاد آن ورزشکاران را به سمت تحلیل رفتگی سوق دهد. مطالعات انجام شده در این زمینه با وجود تحلیل ماهیت مثبت و منفی کمال‌گرایی، بدلیل استفاده از ابزارهایی که در اصل مشخص‌کننده منابع ایجاد کمال‌گرایی بوده‌اند، از تحلیل ماهیت ارتباط کمال‌گرایی مثبت و منفی با تحلیل رفتگی بازمانده‌اند. همچنین با رویکرد کمال‌گرایی مثبت و منفی، نقش متغیرهای واسطه‌ای در پرده‌ای از ابهام باقی مانده است که برای روشن‌تر شدن موضوع نیاز به مطالعات بیشتری وجود دارد. علاوه براین، در خصوص کمال‌گرایی و ارتباط

آن با تحلیل رفتگی تحقیقات بسیار محدودی در ایران صورت پذیرفته است، لذا محقق در راستای افزایش شناخت موجود در زمینه کمال‌گرایی و اثرات آن بر تحلیل رفتگی در ورزشکاران به ویژه جانبازان و معلولین اجرای پژوهش حاضر را مهم و ضروری می‌داند.

از سوی دیگر، انجام تحقیق حاضر از نقطه نظر حفظ عملکرد ورزشی حائز اهمیت است. در صورت وجود ارتباط بین ابعاد کمال‌گرایی و تحلیل رفتگی، به نظر می‌رسد بتوان با تقویت کمال‌گرایی مثبت و جلوگیری از تحلیل رفتگی، عملکرد ورزشی را در دوره‌های طولانی مدت تمرینی حفظ کرد. لذا با توجه به اهمیت نتایج تحقیق حاضر، مربیان، ورزشکاران، روان‌شناسان ورزشی و همه دست‌اندرکاران ورزش جانبازان و معلولین می‌توانند از یافته‌های پژوهش حاضر بهره‌مند شوند.

۱-۴- اهداف تحقیق

۱-۴-۱- هدف کلی

تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی و تحلیل ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی هدف کلی این تحقیق است.

۱-۴-۲- اهداف اختصاصی

اهداف اختصاصی تحقیق حاضر به شرح زیر است:

– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت و کاهش احساس پیشرفت ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی
– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت و فرسودگی جسمی/ هیجانی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی

– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت و احساس بی‌ارزشی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی
– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت و تحلیل رفتگی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی
– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی منفی و کاهش احساس پیشرفت در معلول جسمی- حرکتی

– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی منفی و فرسودگی جسمی/ هیجانی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی

– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی منفی و احساس بی‌ارزشی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی
– تعیین ارتباط بین کمال‌گرایی منفی و تحلیل رفتگی در ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی
– پیش‌بینی سطح تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی بر اساس کمال‌گرایی مثبت و منفی

۵-۱- فرضیه‌های تحقیق

فرضیه‌های تحقیق حاضر شامل موارد زیر می‌باشد:

H1: بین کمال‌گرایی مثبت و کاهش احساس پیشرفت ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H2: بین کمال‌گرایی مثبت و فرسودگی جسمی/ هیجانی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H3: بین کمال‌گرایی مثبت و احساس بی‌ارزشی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H4: بین کمال‌گرایی مثبت و تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H5: بین کمال‌گرایی منفی و کاهش احساس پیشرفت ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H6: بین کمال‌گرایی منفی و فرسودگی جسمی/ هیجانی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H7: بین کمال‌گرایی منفی و احساس بی‌ارزشی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H8: بین کمال‌گرایی منفی و تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی ارتباط وجود دارد.

H9: کمال‌گرایی مثبت و منفی بطور معنی‌داری تحلیل رفتگی ورزشکاران معلول جسمی- حرکتی را پیش‌بینی می‌کند.

۶-۱- پیش فرض‌های تحقیق

پیش‌فرض‌های تحقیق حاضر شامل موارد زیر می‌باشد:

۱- شرکت‌کننده‌ها درک همسانی از سوالات پرسشنامه دارند.

۲- شرکت‌کننده‌ها صادقانه و بدرستی به سوالات پرسشنامه‌ها پاسخ می‌دهند.

۷-۱- قلمرو تحقیق

قلمرو تحقیق حاضر شامل حدود زیر می‌باشد:

- ۱- شرکت‌کننده‌ها از هر دو جنسیت مرد و زن بودند.
- ۲- رشته ورزشی شرکت‌کننده‌ها محدود به رشته‌های جانبازان و معلولین بود.
- ۳- سطح رقابتی شرکت‌کننده‌ها در حد بازی‌های آسیایی پارا المپیک بود.
- ۴- زمان اجرای تحقیق محدود به سال ۱۳۸۹ بود.

۸-۱- محدودیت‌های تحقیق

موارد زیر خارج از کنترل محقق بوده است:

- ۱- میزان درگیری شرکت‌کننده‌ها با تمرینات بدنی که ممکن است بر سطح تحلیل رفتگی تأثیر داشته باشد.
- ۲- تفاوت در سطح عملکرد ورزشی شرکت‌کننده‌ها

۹-۱- تعریف واژه‌ها و اصطلاحات کلیدی

ورزشکار^۱

کسی که در رشته ورزشی خاصی بطور سازمان یافته به رقابت می‌پردازد (انشل و هیوود، ترجمه سندگل و همکاران، ۱۳۷۶).

معلولیت^۲

براساس تعریف انجمن بین‌المللی توانبخشی معلولیت عارضه‌ای است که در نتیجه یک نقص به وجود می‌آید و انجام فعالیت‌های طبیعی فرد را به طریقی محدود می‌نماید یا با مانع مواجه می‌سازد. براساس تعریف کنفرانس توانبخشی، معلولیت حالتی است که در آن، انجام دادن یک یا چند عمل که برای زندگی روزمره انسان امری عادی شمرده می‌شود، دچار اختلال شده و به طبع، شخص جهت فعالیت‌های فردی و اجتماعی و حرفه‌ای به ابزار و کمک‌هایی نیازمند می‌گردد (جلالی فراهانی، ۱۳۷۷).

¹ Athlete

² Disability

معلول جسمی- حرکتی^۱

به فردی اطلاق می‌شود که دارای معلولیت‌هایی مانند قطع اندام فوقانی یا بخشی از آن، قطع اندام تحتانی یا بخشی از آن، ضایعات نخاعی (نرون های حرکتی فوقانی و تحتانی)، ناهنجاریهای ارتوپدی (مفصلی، استخوانی و عضلانی) باشد (جلالی فراهانی، ۱۳۷۷).

کمال‌گرایی مثبت^۲

به شناخت‌ها و رفتارهایی اطلاق می‌شود که به سمت پیشرفت اهداف قطعی سطح بالا و دستیابی به پیامدهای مثبت هدایت شده و با تقویت مثبت و میل به پیشرفت تحریک می‌شوند (اسلید و اونز، ۱۹۹۸).

کمال‌گرایی منفی^۳

شناخت‌ها و رفتارهایی است که به سمت پیشرفت اهداف قطعی سطح بالا برای اجتناب یا رهایی از پیامدهای منفی هدایت شده و با تقویت منفی و ترس از شکست تحریک می‌شوند (اسلید و اونز، ۱۹۹۸).

تحلیل رفتگی^۴

نشانه‌گانی است که به علت قرار گرفتن مداوم ورزشکار در محیطی تنش‌زا به همراه بعضی فعالیت‌های خاص روی می‌دهد و با آفت عملکرد همراه است (چرنیس^۵، ۱۹۸۰). تحلیل رفتگی نشانه‌گانی چند بُعدی است که شامل اجزای روانی، بدنی و رفتاری می‌باشد (سیلوا^۶، ۱۹۹۰).

کاهش احساس پیشرفت^۷

به احساساتی نظیر درجا زدن و موثر نبودن و عدم دستیابی به اجرای ورزشی مطلوب اشاره دارد (رادک و اسمیت^۸، ۲۰۰۱).

¹ Bodily Disabled People

² Positive Perfectionism

³ Negative Perfectionism

⁴ Burnout

⁵ Chernis

⁶ Silva

⁷ Reduced Sense of Accomplishment

⁸ Raedeke & Smith

فرسودگی جسمی / هیجانی^۱

به احساساتی نظیر خستگی بدنی و ذهنی در هنگام اجرای ورزشی و تمرینات اشاره دارد (رادک و اسمیت، ۲۰۰۱).

احساس بی‌ارزشی^۲

به احساساتی نظیر بی‌اهمیت شدن مشارکت ورزشی، عبث بودن آن و اهمیت یافتن فعالیت-های دیگر در مقایسه با ورزش اشاره دارد (رادک و اسمیت، ۲۰۰۱).

¹ Emotional/Physical Exhaustion

² Devaluation