



The Relationship Between Enthusiasm and Perfectionism with Sports Performance in Physical Education Students

Reyhaneh Ranjbaran*, Tayebeh Sadat Zargar

Islamic Azad University, South Tehran Branch, Tehran, Iran.

Abstract

Background and aim: The purpose of this study was to investigate the relationship between enthusiasm and perfectionism with sports performance in physical education students at Islamic Azad University, South Tehran Branch.

Methods: The present research method was descriptive, correlational, based on the present tense, applied in terms of purpose, and in terms of field data collection. The statistical population was all physical education students at the undergraduate, graduate, doctoral, and Iraqi levels who were studying as physical education students in 1401 and, according to statistics announced by the Islamic Azad University, South Tehran Branch, there were 1200 people. The statistical sample was 291 people from the statistical population according to Morgan's table, who were selected as available. In this study, three questionnaires were used: the Enthusiasm in Athletes questionnaire by Wallerand and Holfort (2003), the Sports Perfectionism Questionnaire by Dunn et al. (2006), and the Sports Performance Questionnaire by Charbonneau et al. (2001).

Results: The results of Pearson correlation and linear regression showed that there is a positive and significant relationship between enthusiasm and perfectionism and sports performance. Also, enthusiasm and perfectionism have the ability to predict sports performance.

Conclusion: Therefore, enthusiasm and perfectionism can lead to increased athletic performance of students of Islamic Azad University, South Tehran Branch. Therefore, it is suggested that sports officials pay more attention to the enthusiasm and perfectionism of athletes so that they can increase athletic performance and lead to athletic success.

Please cite as: Ranjbaran R, Zargar TS. "The Relationship Between Enthusiasm and Perfectionism with Sports Performance in Physical Education Students". SOREN Journal 2025;5(4):157-163 [In Persian].

Article history:

Received
2024/07/25
Accepted
2024/09/25

Keywords:

- Passion
- Perfectionism
- Sports Performance

Corresponding Author

Name: Reyhaneh Ranjbaran
Email Address: reyhanehranjbaran1979@gmail.com
ORCID ID: 0009-0009-7423-0910



ارتباط بین اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی

ریحانه رنجبران*، طیبه سادات زرگر

دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران.

چکیده

سابقه و هدف: هدف از اجرای این تحقیق بررسی ارتباط بین اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب بود.

تاریخچه مقاله

دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۰۴
پذیرش: ۱۴۰۳/۰۷/۰۴

واژگان کلیدی

اشتیاق،
کمال‌گرایی،
عملکرد ورزشی.

روش کار: روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی، بر اساس زمان حال‌نگر، از نظر هدف کاربردی، و به لحاظ جمع‌آوری اطلاعات میدانی بود. جامعه آماری همه دانشجویان تربیت بدنی در مقاطع تحصیلی کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری و عراقی‌ها که در سال ۱۴۰۱ به عنوان دانشجوی تربیت بدنی تحصیل می‌کردند و بنابر آمار اعلام شده از دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب ۱۲۰۰ نفر بودند. نمونه آماری طبق جدول مورگان تعداد ۲۹۱ نفر از بین جامعه آماری بود، که به صورت در دسترس انتخاب شدند. در این مطالعه از سه پرسشنامه اشتیاق در ورزشکاران والرانند و هولفورت (۲۰۰۳)، پرسشنامه کمال‌گرایی ورزشی دان و همکاران (۲۰۰۶)، پرسشنامه عملکرد ورزشی چاروننیو و همکاران (۲۰۰۱) استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی نشان داد که بین اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارند. همچنین اشتیاق و کمال‌گرایی توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارند. **نتیجه‌گیری:** بنابراین اشتیاق و کمال‌گرایی می‌تواند منجر به افزایش عملکرد ورزشی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب شود. لذا پیشنهاد می‌شود که مسئولان ورزشی به اشتیاق و کمال‌گرایی ورزشکاران توجه بیشتری نمایند تا بتوانند عملکرد ورزشی را افزایش دهند و منجر به موفقیت ورزشی شوند.

به اوج در ورزش و نمایش رفتارهای هنجاری و اخلاقی در محیط‌های ورزشی، تنها داشتن استعداد و امکانات لازم، نشانه موفقیت در ورزش نیست (۲). بلکه اشتیاق و کمال‌گرایی هم می‌تواند نشانه‌ای از موفقیت در ورزشکاران شود.

عملکرد ورزشی را می‌توان به عنوان کل ارزش مورد انتظار دست اندرکاران ورزش از رویدادهای رفتاری مجزا که فرد طی یک دوره زمانی مشخص انجام می‌دهد، تعریف نمود. این عملکرد یک ویژگی رفتاری است که بین رفتارهای که توسط هم‌تیمی‌ها و رفتارهایی که از سوی یک فرد در زمان‌های متفاوت انجام می‌گیرد، تمایز قائل می‌شود (۳). عملکرد ورزشی تحت تاثیر متغیرهای زیادی است یکی از این متغیرها اشتیاق و کمال‌گرایی است.

اشتیاق وقتی در اشخاص پدیدار می‌شود که شروع به انجام کاری کنند که این کار را دوست دارند و سپس، بر روی بیشتر شدن اشتیاق

مقدمه

در حوزه روانشناسی و جامعه‌شناسی، عوامل مختلفی به چشم می‌خورد که هر یک به نوعی رفتار یک ورزشکار را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و در نهایت بر عملکرد ورزشکاران تاثیر می‌گذارد. همچنین می‌تواند جز مسائل مدیریتی محسوب شوند. عواملی روانشناسی از جمله استرس، کمال‌گرایی، التهاب، بهت‌زدگی، غرور، جوگرفتگی یا ترس از تماشاگر، درصد افت یا افزایش انرژی روانی، نحوه انتقال یافته‌های تمرین و بروز آن در عملکرد به موقع، خستگی کاذب، ترس از باخت، اشتیاق، اعتماد به نفس کاذب از بُرد و ... می‌تواند نحوه رفتار یک ورزشکار را از محدوده طبیعی خویش خارج کرده و او را در راه رسیدن به هدف، دستخوی تغییرات فراوان کند (۱). این عوامل در توانایی یا ناتوانی، شکوفایی یا شکوفایی نشدن و در نهایت عملکرد کلی یک ورزشکار نقش به‌سزایی دارد. برای ورزشکاران، رسیدن

اهمیت فراوان آن برای حفظ عملکرد ورزشکاران و داشتن محیطی آرام برای ورزشکاران نیاز به تحقیق بیشتر در ارتباط با این موضوع را توجیه می‌کند. لذا، تحقیق حاضر، می‌تواند با برداشتن گامی در این جهت، به تقویت مبانی علمی در این رابطه بپردازد. اما تاکنون تحقیقی که بطور همزمان سه متغیر اشتیاق، کمال‌گرایی و عملکرد ورزشکاران قرار دهد یافت نشد. همچنین این سه متغیر در جامعه آماری دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب انجام نگرفته به همین منظور انجام چنین تحقیقی ضرورت دارد، بنظر می‌رسد که چنین تحقیقی باعث رشد و شکوفایی دانش روانشناسی ورزشی شود. در بحث کاربردی نیز، مدیران و روانشناسان ورزشی با استفاده از این نتایج می‌توانند به طور موثری به پرورش ورزشکاران پرداخته و با آشنایی به اهمیت و نقش این متغیرها در عملکرد ورزشی، آنان را با دادن تمرینات مناسب آماده مسابقات نمایند. لذا محقق در نظر دارد به این سؤال اساسی پاسخ دهد که آیا اشتیاق و کمال‌گرایی می‌توانند پیش‌بین مناسبی برای عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب باشند؟

مواد و روش‌ها

روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی بوده، از نظر هدف کاربردی و به لحاظ جمع‌آوری اطلاعات میدانی می‌باشد. جامعه آماری همه دانشجویان تربیت بدنی در مقاطع تحصیلی کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری و عراقی‌ها که در سال ۱۴۰۱ به عنوان دانشجوی تربیت بدنی تحصیل می‌کنند و بنابر آمار اعلام شده از دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب ۱۲۰۰ نفر می‌باشند. نمونه آماری طبق جدول مورگان تعداد ۲۹۱ نفر از بین جامعه آماری می‌باشند، که به صورت تصادفی از نوع در دسترس انتخاب می‌شوند. در تحقیق حاضر اشتیاق و کمال‌گرایی به عنوان متغیر مستقل یا پیش بین و عملکرد ورزشی به عنوان متغیر وابسته یا ملاک به کار رفته است. برای انجام این پژوهش از سه پرسشنامه اشتیاق در ورزشکاران (والراند و هولفورت، ۲۰۰۳) شامل ۱۴ سوال، کمال‌گرایی ورزشی (دان و همکاران، ۲۰۰۶) شامل ۳۰ سوال و عملکرد ورزشی (چاربونو، بارلینگ و کلوی، ۲۰۰۱) شامل ۵ سوال که در قالب مقیاس ۵ ارزشی لیکرت طراحی شده بودند، استفاده شد (۱۰-۸). ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های اشتیاق ورزشکاران، کمال‌گرایی ورزشی و عملکرد ورزشی به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۹۱ و ۰/۸۸ بدست آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های گردآوری شده در دو بخش انجام گرفت. در بخش اول از آمار توصیفی برای طبقه‌بندی نمرات خام، طراحی جداول و نمودارها، توزیع فراوانی و درصد فراوانی، محاسبه شاخص‌های نظیر میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در بخش دوم، از آمار استنباطی برای تعیین روابط ساده همبستگی پیرسون و جهت پیش‌بینی روابط متغیرها رگرسیون خطی استفاده گردید. سطح احتمال خطا پذیری در این تحقیق $\alpha=0/05$ در نظر گرفته شد. از اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج

جدول ۱ یافته‌های توصیفی مربوط به ویژگی‌های جمعیت‌شناختی دانشجویان تربیت بدنی را نشان می‌دهد.

خود تلاش کنند. در واقع، شور و اشتیاق تا قبل از انجام کاری پدیدار نمی‌شود و فقط بعد از انجام کار است که یا پدیدار می‌شود و یا نمی‌شود (۴). در صورتی که محققین دیگر، به خصوص در عرصه ورزش و تمرینات ورزشی، بر مفاهیمی متمرکز گردیده‌اند که به نظر می‌رسد به آن اشتیاق مرتبط باشد مانند اعتیاد مثبت و منفی، از سوی دیگر، اعتیاد مثبت (مثلاً به دویدن) همچنان یک اعتیاد است (فرد وقتی نمیتواند بدود حس و حال خوبی نخواهد داشت)، اما پرداختن به این فعالیت نتایج مثبتی به همراه خواهد داشت برای مثال، دویدن برای سلامت شما خوب است (۵).

همچنین کمال‌گرایی به منزله تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست‌نیافتنی و تلاش برای تحقق آن‌ها است که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه می‌باشد. در صورتی که تمرکز بر اشتباهات و احتمال ارزشیابی اجتماعی منفی را در ورزشکاران دارای کمال‌گرایی نابهنجار از عوامل شکست ورزشی آنها ذکر کرده‌اند. برخی پژوهشگران کمال‌گرایی سازگارانه را به عنوان تسهیل‌کننده عملکرد ورزشی ذکر کرده‌اند، اما به اعتقاد برخی از پژوهشگران دیگر، کمال‌گرایی به عنوان یک ویژگی ناسازگارانه است که عملکرد ورزشی را مختل می‌کند (۶).

بهبود ورزش در دانشگاه‌ها، نه تنها موجب سلامت روح و جسم فراگیران می‌شود، بلکه نشاط جامعه و بهبود عملکرد تحصیلی فراگیران در سایر زمینه‌ها را نیز به همراه دارد. امروزه، عملکرد دانشجویان در زمینه‌ی ورزش و فعالیت‌های جسمانی مقوله‌ای مهم و مورد توجه دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت است (۷). با توجه به سطح مسابقات ورزشی در عرصه‌های بین‌المللی، می‌توان دریافت که نقش عوامل روانشناختی در توانمندی‌های ورزشی بسیار مهم و قابل توجه است.

با توجه به مسائل مطرح شده، اشتیاق و کمال‌گرایی از جمله موضوعات بین‌رشته‌ای در روانشناسی و مدیریت ورزشی محسوب می‌شود و از جمله دلایل مهم عملکرد ورزشی شناخته می‌شود. همچنین در مسابقات ورزشی، نقش عوامل روانشناختی در قابلیت‌های ورزشی دارند. در جوامعی که با ایجاد توانایی‌های روانشناختی به قابلیت‌های جسمانی ورزشکاران اهتمام می‌ورزند هم در صحنه‌های رقابت بین‌المللی و هم در سالم‌سازی جامعه ورزشی خود موفقیت قابل ملاحظه‌ای کسب می‌نمایند. با توجه به پیشرفت ورزش دانشگاهی و ناکامی در برخی اوقات، انجام تحقیق در زمینه بررسی ارتباط متغیرهای اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی ضروری و مهم بنظر می‌رسد. بررسی این متغیرها و ارتباط آن با عملکرد ورزشی، زمینه‌ای مناسب برای برنامه‌ریزی‌های لازم کوتاه‌مدت و بلندمدت مدیریت در جهت آرامش روانی ورزشکاران فراهم خواهد کرد که می‌تواند در افزایش عملکرد ورزشی و نتیجه‌گیری ورزشکاران به طور چشم‌گیری موثر باشد.

از آنجایی که مربیان و ورزشکاران به دنبال بهترین عملکرد ورزشکاران در مسابقات ورزشی هستند و در این بین توجه به مسائل روانشناسی از جمله اشتیاق و کمال‌گرایی مثبت از اهمیت بسزایی برخوردار است و یک نیاز ضروری می‌باشد. همچنین پراکندگی تحقیقات انجام شده و استفاده از ابزارهای بعضاً قدیمی و غیراستاندارد، با عنایت به چندوجهی بودن و پیچیدگی استراتژی مدیریت ورزشکاران و نظر به

نتایج رابطه خطی بین دو متغیر اشتیاق با عملکرد ورزشی ($F=47/758$ و $P<0/01$) و بین دو متغیر کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی ($F=30/033$ و $P<0/01$) تایید شد (جدول ۳).

نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که اشتیاق ($P<0/01$) و توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارد. بر اساس نتایج ضریب بتا، به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در اشتیاق، میزان عملکرد ورزشی (۰/۳۸) انحراف معیار افزایش می‌یابد. همچنین کمال‌گرایی ($P<0/01$ و $t=5/480$) توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارد. بر اساس نتایج ضریب بتا، به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در کمال‌گرایی، میزان عملکرد ورزشی (۰/۳۱) انحراف معیار افزایش می‌یابد (جدول ۴).

بحث

هدف از اجرای این تحقیق بررسی ارتباط بین اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب بود. نتایج تحقیق حاضر نشان داد که بین اشتیاق با کمال‌گرایی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق لاله (۱۳۹۹) به این نتیجه رسید که بین اشتیاق و کمال‌گرایی مربیان فوتبال رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۱۱) و عباسی، پیرانی و صالحی (۱۳۹۶) به این نتیجه رسیدند که بین کمال‌گرایی مثبت با اشتیاق رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۱۲). همچنین کمال‌گرایی مثبت و منفی قادر به تبیین اشتیاق است. همچنین دمیرچی و چپیک کورت (۲۰۱۸) به این نتیجه رسیدند که ابعاد اشتیاق و ابعاد کمال‌گرایی ورزشکاران با یکدیگر ارتباط دارند (۱۳) و کوران و همکاران (۲۰۱۴) به این نتیجه رسیدند که کمال‌گرایی خودگرا سطوح بالاتری از هر دو نوع

جدول ۱. توزیع شرکت‌کنندگان از لحاظ ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

ویژگی	فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	مرد	۱۱۰
	زن	۱۸۱
سن	۳۰ و کمتر	۲۲۳
	۳۱ تا ۴۰ سال	۳۴
	۴۱ تا ۵۰ سال	۲۸
تحصیلات	۵۱ سال و بالاتر	۶
	دیپلم	۱۲۴
	کاردانی	۲۵
	کارشناسی	۱۱۰
کارشناسی ارشد و بالاتر	۳۲	۱۱

نتایج همبستگی پیرسون نشان می‌دهد، بین اشتیاق با کمال‌گرایی رابطه معناداری ($r=0/318$ ، $P<0/05$) وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۱۰ درصد می‌باشد. همچنین بین اشتیاق با عملکرد ورزشی رابطه معناداری ($r=0/377$ ، $P<0/05$) وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۱۴ درصد می‌باشد و بین کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی رابطه معناداری ($P<0/05$)، $r=0/307$ وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۱۰ درصد می‌باشد (جدول ۲).

جدول ۲. نتایج ضرایب پیرسون

متغیرها	r	R ²	Sig
اشتیاق با کمال‌گرایی	۰/۳۱۸	۱۰٪	۰/۰۰۱
اشتیاق با عملکرد ورزشی	۰/۳۷۷	۱۴٪	۰/۰۰۱
کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی	۰/۳۰۷	۱۰٪	۰/۰۰۱

جدول ۳. آزمون تحلیل واریانس در خصوص پیش‌بینی

متغیر پیش‌بین	مدل	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	Sig
اشتیاق	رگرسیون	۲۵/۱۶۰	۱	۲۵/۱۶	۴۷/۷۵۸	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۱۵۲/۲۵۴	۲۸۹	۰/۵۲۷		
	کل	۱۷۷/۴۱۴	۲۹۰			
کمال‌گرایی	رگرسیون	۱۶/۷۰۱	۱	۱۶/۷۰۱	۳۰/۰۳۳	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۱۶۰/۷۱۳	۲۸۹	۰/۵۵۶		
	کل	۱۷۷/۴۱۴	۲۹۰			

جدول ۴. ضرایب رگرسیون خطی

مدل	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	t	Sig
	B	خطای استاندارد			
مقدار ثابت	۲/۷۶۳	۰/۱۸۹	بتا	۱۴/۶۱۷	۰/۰۰۱
اشتیاق	۰/۲۴۵	۰/۰۳۵		۶/۹۱۱	۰/۰۰۱
مقدار ثابت	۲/۷۶۰	۰/۲۳۷		۱۱/۶۴۴	۰/۰۰۱
کمال‌گرایی	۰/۳۹۵	۰/۰۷۲		۵/۴۸۰	۰/۰۰۱

ورزشی ادراک شده دانش‌آموزان پسر شرکت‌کننده در اولین دوره المپیاد ورزشی درون مدرسه‌ای تأثیر دارد. همچنین کمال‌گرایی مثبت رابطه مثبت و معناداری با عملکرد ورزشی ادراک شده داشت (۲۱). همچنین ابوالقاسمی، کیامرثی و اسکندری (۱۳۸۹) به این نتیجه رسیدند که بین کمال‌گرایی و مولفه‌های آن با عملکرد ورزشی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارند. از مولفه‌های کمال‌گرایی، مولفه فشار مربی ادراک شده و مولفه فشار والدین ادراک شده، عملکرد ورزشی را تبیین کردند (۲۲) و ابوالقاسمی، کردی و اسکندری (۱۳۸۸) به این نتیجه رسیدند که بین کمال‌گرایی و عملکرد ورزشی رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد (۳). همچنین سطح پایین کمال‌گرایی و عزت‌نفس بالا، عملکرد ورزشی را افزایش می‌دهد، همخوان می‌باشد.

در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت که کمال‌گرایی با شکل‌دهی به انتظارات و معیارهای غیر واقع بینانه و ارزشیابی انتقادی و سرزنش از خود، فرد را در زمینه روابط بین فردی با مشکل مواجه می‌سازد. این وضعیت نامطلوب باعث می‌شود که فرد کمال‌گرا فرصت و امکان برقراری رابطه مطلوب و از سوی دیگر جایگاه اصلی خود را در نزد دیگران از دست بدهد (۱۵). این چرخه معیوب عامل تداوم و تشدید پردازش به خود و مشکلات روان‌شناختی است، فرایندی که تا حدود زیادی همبستگی کمال‌گرایی و عملکرد ورزشی را تبیین می‌کند.

نتایج نشان داد اشتیاق و کمال‌گرایی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارد. نتایج تحقیق حاضر با بعضی از نتایج تحقیق رجیبی و همکاران (۱۴۰۱)، یوخیمنکو-لسکوآرت (۲۰۲۲)، ورنر و همکاران (۲۰۱۷)، کوتون و همکاران (۲۰۲۱)، والریانچیک و استولارسکی (۲۰۲۱)، هیل و همکاران (۲۰۱۴) و پور جاوید (۱۳۹۴)، همخوان می‌باشد (۲۱-۱۹، ۱۷-۱۵، ۶). در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت حالت‌های روانی انسان که ناشی از تجربیات و تربیت گذشته او و همچنین طرز نگرش حال حاضر او می‌باشد عملکرد فعلی او را مشخص می‌سازد. این عوامل روانشناختی را می‌توان تحت عنوان عوامل روانشناختی مثبت و منفی مورد بررسی قرار داد که البته مثبت و یا منفی بودن آن‌ها در افراط و تفریط بودن آن‌ها مشخص می‌شود. به عبارتی حالت‌های روانشناختی باید متعادل باشد تا یک ورزشکار بهترین عملکرد را به نمایش بگذارد. برای مثال کمال‌گرایی منفی و نبود اشتیاق درست نیز باعث کاهش عملکرد انسان می‌گردد.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج تحقیق حاضر می‌توان بیان نمود اشتیاق و کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی ارتباط دارند. همچنین اشتیاق و کمال‌گرایی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارند. در همین راستا، ورزشکاران با اشتیاق و کمال‌گرایی مثبت می‌توانند به اهدافشان دست پیدا کنند. لذا پیشنهاد می‌شود از طریق برگزاری کارگاه‌های خودشناسی، سعی کرد تا دانشجویان تربیت بدنی را به شناخت جامعی از خود، توانمندی‌ها و علایق‌شان رساند تا به تدریج یاد بگیرند که ملاک‌ها و معیارهایی متناسب با سطح توانمندی‌شان برای خودشان در نظر گیرند.

اشتیاق را پیش‌بینی می‌کند (۱۴). در مقابل، کمال‌گرایی تجویز شده اجتماعی تنها اشتیاق و سواسی را پیش‌بینی می‌کند، همخوان می‌باشد. در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت که کسانی که اشتیاق در واقع همان میل و شوق درونی و کمال‌گراییشان بهنجار یا سازگارانه است، معیارهایی را برای خود در نظر می‌گیرند اما به جای اینکه رسیدن یا نرسیدن به آن معیارها برایشان مهم باشد، خود تلاش کردن برای رسیدن به هدف در نظرشان اهمیت دارد. بنابراین اشتیاق و کمال‌گرایی بهنجار نه‌تنها موجب مشکلی نمی‌شود، بلکه باعث می‌شود افراد، استعدادهای خودش را شکوفا کنند و به احساس رضایت مطلوبی دست یابند و در راستای رسیدن به اهداف تلاش کنند.

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که بین اشتیاق با عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق رجیبی، اصفهانی و عبدالله نژاد (۱۴۰۱) به این نتیجه رسیدند که اشتیاق کاری بر عملکرد شغلی معلمان تربیت‌بدنی تأثیر مثبت و معناداری دارد (۱۵) و یوخیمنکو-لسکوآرت (۲۰۲۲) به این نتیجه رسید که متغیرهای ورزشی (ورزشی هویت، اشتیاق هماهنگ و سواسی به ورزش) می‌تواند عملکرد تحصیلی را پیش‌بینی کند (۱۶). همچنین نتایج وی (۲۰۱۹) به این نتیجه رسید که پرورش اشتیاق و نشاط دانش‌آموزان در آموزش تربیت بدنی تأثیر دارد (۲) و ورنر و همکاران (۲۰۱۷) به این نتیجه رسیدند که اشتیاق در بازیکنان فوتبال و هاکی عملکرد آنان را افزایش می‌دهد و رابطه معنی‌داری بین اشتیاق و عملکرد ورزشی وجود دارد (۱۷). همچنین خسروی زاده و همکاران (۱۳۹۸) به این نتیجه رسیدند که بین اشتیاق شغلی و عملکرد سازمانی مربیان هیئت‌های ورزشی شهرستان اراک رابطه معناداری وجود دارد (۱۸)، همخوان می‌باشد.

در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت اشتیاق ورزشکاران با مواردی همچون داشتن انرژی، اراده و جدیت، دغدغه فکری و ذهنی نسبت به ورزش، توانایی تداوم قهرمانی برای مدت زمان طولانی، روحیه بهبودپذیر و منعطف، پشتکار و عزم راسخ؛ درک ورزش به عنوان یک هدف، عشق به ورزش، برانگیزاننده بودن، افتخار به ورزش خود، فعالیت ورزشکاران تلاش برانگیز؛ احساس خوشحالی نسبت به ورزش، درگیر شدن عمیق در ورزش، می‌تواند به افزایش اشتیاق آن‌ها منجر گردد. با توجه به اینکه اشتیاق یک تفکر مثبت و واقعی که بوسیله قدرت، فداکاری و جذابیت توصیف می‌شود و موجبات تمایل و رضایت افراد را در اشتیاق به انجام کار فراهم می‌کند.

نتایج نشان داد که بین کمال‌گرایی با عملکرد ورزشی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق کوتون، جلینک و بورشووا (۲۰۲۱) به این نتیجه رسیدند که کمال‌گرایی توانایی پیش‌بینی عملکرد ورزشی را دارد (۶) و والریانچیک و استولارسکی (۲۰۲۱) به این نتیجه رسیدند که تلاش‌های کمال‌گرایانه بر عملکرد ورزشی تأثیر مثبت و معناداری دارد (۱۹). همچنین هیل و همکاران (۲۰۱۴) به این نتیجه رسیدند که تحمیل استانداردهای کمال‌گرایانه به اعضای تیم قایق‌رانی ممکن است باعث پیشرفت تیم شود و سطوح عملکرد را بالا ببرد (۲۰) و پور جاوید (۱۳۹۴) به این نتیجه رسید که کمال‌گرایی مثبت بر عملکرد

7. Trumpeper N, Watson PJ, O'Leary BJ. Factors within multidimensional perfectionism scales: Complexity of relationships with self-esteem, narcissism, self-control, and self-criticism. *Personality and individual differences*. 2006;41:849-60.
8. Vallerand RJ, Houliort N. Passion at work: Toward a new conceptualization. *Emerging perspectives on values in organizations*. 2003;3:175-204.
9. Dunn JG, Dunn JC, Gotwals JK, Vallance JK, Craft JM, Syrotuik DG. Establishing construct validity evidence for the Sport Multidimensional Perfectionism Scale. *Psychology of Sport and Exercise* 2006;7:57-79.
10. Charbonneau D, Barling J, Kelloway EK. Transformational leadership and sports performance: The mediating role of intrinsic motivation 1. *Journal of applied social psychology* 2001;31:1521-34.
11. Laleh M. Investigating the relationship between passion for coaching and perfectionism with job burnout of football coaches in Tehran province, National Conference on Sports and Health Sciences, Ilam. 2019.
12. Abbasi M, Piran Z, Salehi, E. Investigating the relationship between positive and negative perfectionism with emotional well-being and academic enthusiasm of nursing students. *Bimonthly Scientific-Research Journal of Educational Strategies in Medical Sciences* 2017;10:454-447.
13. Demirci E, Çepikkurt F. Examination of the relationship between passion, perfectionism and burnout in athletes. *Universal Journal of Educational Research* 2018;6:1252-9.
14. Curran T, Hill AP, Jowett GE, Mallinson-Howard SH. The relationship between multidimensional perfectionism and passion in junior athletes. *International Journal of Sport Psychology* 2014;45:369-84.
15. Rajabi M, Isfahani Z, Abdollahnejad F. The effect of transformational leadership on the job performance of physical education teachers with the mediating role of identity, work enthusiasm and the moderation of active personality. *Human Resource Management in Sports* 2014;9:432-413.
16. Yukhymenko-Lescroart MA. Sport-to-school spillover effects of passion for sport: The role of identity in academic performance. *Psychological Reports* 2022;125:1469-93.
17. Verner-Filion J, Vallerand RJ, Amiot CE, Mocanu I. The two roads from passion to sport performance and psychological well-being: The mediating role of need satisfaction, deliberate practice, and achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise* 2017;30:19-29.
18. Khosravizadeh E, Kamankesh A, Moghaddisi H, Zohrehvandian, K. The relationship between organizational justice and job commitment with the organizational performance of coaches (case study: Arak city sports boards). *Study of Organizational Behavior Management in Sports* 2019;6:55-63.
19. Waleriańczyk W, Stolarski M. Personality and sport performance: The role of perfectionism, Big Five traits, and anticipated performance in predicting the results of distance running competitions. *Personality and Individual Differences* 2021;169:109993.

همچنین ورزشکاران با اشتیاقی که در خودشان به وجود می‌آورند می‌توانند به بهبود عملکرد ورزشی شان کمک کنند. لذا پیشنهاد می‌شود که برای مسئولان ورزشی یک جلسه برگزار شود تا اشتیاق ورزشکاران و عوامل ایجاد اشتیاق آنها برای افزایش عملکرد ورزشی شناسایی و یک روانشناس ورزش مشاوره داده شود. همچنین کمال‌گرایی نقش مهمی در عملکرد ورزشی ایفا می‌کند و نیازمند توجه هر چه بیشتر مسئولان ورزشی به اهمیت مباحث و مداخلات روان‌شناختی و مشاوره‌ای در بهبود عملکرد و ارتقا سلامت ورزشکاران می‌باشد. لذا پیشنهاد می‌شود مسئولان ورزشی با برگزاری کلاس‌های مهارت‌های روان‌شناختی در زمینه ورزش با موضوع کمال‌گرایی مثبت و منفی را به دانشجویان تربیت بدنی آموزش دهند و زمینه بهبود عملکرد ورزشی را ایجاد کنند.

در نهایت با توجه به اهمیت اشتیاق و کمال‌گرایی ورزشکاران عملکرد ورزشی مسئولان ورزشی به اشتیاق و کمال‌گرایی ورزشکاران توجه بیشتری نمایند تا بتوانند عملکرد ورزشی را از نظر روانی افزایش دهند و منجر به موفقیت ورزشی شوند. لذا پیشنهاد می‌شود برای مسئولان ورزشی کار گروهی تشکیل شود و وضعیت اشتیاق و کمال‌گرایی ورزشکاران را بررسی کنند تا بتوانند عملکرد ورزشی را از نظر روانی افزایش دهند و منجر به موفقیت ورزشی شوند.

تقدیر و تشکر

از همه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب که وقت خود را برای تکمیل پرسشنامه در اختیار پژوهشگران قرار دادند، تشکر ویژه داریم.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند هیچ تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

1. Zarei S, Gharayagh Zandi H, Nazari Taba N, Mohebbi M. The relationship between dimensions of ultimate desire and emotion regulation strategies in elite taekwondo athletes. *Quarterly Scientific-Research Journal of Psychological Sciences* 2018;17:274-271. [In Persian]
2. Wei W. Research on the cultivation of students' enthusiasm in physical education teaching. In 2nd International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2019) 2019 pp. 693-695.
3. Abolghasemi A, Kurdi H, Eskandari P. Investigating the relationship between perfectionism and self-esteem with athletic progress in young professional weightlifters in the country. *Motor Behavior and Sports Psychology* 2009;3:13-27. [In Persian]
4. Boxill J. The ethics of competition", Jon Box ill "Sport Ethics", Publisher: Black well, First Edition. 2003.
5. Stankovich C. The importance of passion & purpose for sport success. 2011.
6. Květon P, Jelínek M, Burešová I. The role of perfectionism in predicting athlete burnout, training distress, and sports performance: A short-term and long-term longitudinal perspective. *Journal of Sports Sciences* 2021;39:1969-79.

20. Hill AP, Stoeber J, Brown A, Appleton PR. Team perfectionism and team performance: A prospective study. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 2014;36:303-15.
21. Pour Javid M. The relationship between happiness, positive perfectionism and perceived sports performance of male students participating in the first intramural sports Olympiad. Master's thesis, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Shahrood University of Technology. 2015. [In Persian]
22. Abolghasemi A, Kiamarsi A, Eskandari, P. Investigating the relationship between perfectionism, task orientation and competitive anxiety with sports performance in taekwondo athletes. *Sports Psychology* 2010;2:278-267. [In Persian]