Volume 5, Number 2, Autumn 2026

201-226

DOI: 10.22034/mmbj.2026.69754.1235

A Comparative Analysis of Early Maladaptive Schemas Across Gender, Sport Type, and Competitive Level among Athletes in Kurdistan Province

Alireza Aghababa[1], Zahedeh Rahmanian[2], Navid Mahtab[3*]

1. Department of Sports Psychology, Research Institute for Physical Education and Sports Sciences, Tehran, Iran.
2. Department of Psychology and Counselling Education, Fatemeh Al-Zahra Campus, Farhangian University, Tehran, Iran.
3. Department of Sport Management, Qor.c., Islamic Azad University, Qorveh, Iran.
   Email: Navid.Mahtab@iau.ac.ir

Received Date: 2025 October 26 **Review Date**: 2026 August 23 **Accepted Date**: 2026 August 26 **Published Date**: 2026 November 6

Abstract

The present study aimed to conduct a comparative investigation of early maladaptive schemas according to gender, type of sport, and competitive level among athletes in Kurdistan Province. Early maladaptive schemas are enduring cognitive-emotional structures rooted in early life experiences. They can be activated under stressful conditions, such as athletic competition, and may influence athletes' performance, emotion regulation, and decision-making. This descriptive-correlational study was conducted on 366 male and female athletes recruited from sports clubs across Kurdistan Province using convenience sampling. The research instruments included a demographic questionnaire and the 75-item short form of the Young Schema Questionnaire (YSQ-SF75). Data were analyzed using the Kolmogorov-Smirnov test, multivariate analysis of covariance (MANCOVA), and the Kruskal-Wallis test. The findings indicated that female athletes scored significantly higher than males on the Self-Sacrifice (M = 18.45, SD = 4.12) and Subjugation (M = 16.73, SD = 3.95) schemas, whereas male athletes obtained significantly higher scores on Emotional Inhibition (M = 19.62, SD = 4.30) and Unrelenting Standards/Hypercriticalness (M = 21.15, SD = 4.87) ($p < .01$). Furthermore, the three-way interaction among type of sport, competitive level, and level of athletic achievement had a significant effect on the pattern of early maladaptive schemas (Pillai's Trace = 0.441, F = 1.333, p = 0.020, $\eta^2 = 0.073$). Gender-stratified analyses further revealed that sport-related variables exerted broader and more pronounced effects on the schema profiles of male athletes than those of female athletes. Specifically, among men, type of sport, competitive level, and level of athletic achievement were significantly associated with multiple schema domains, whereas among women, only competitive level showed a significant association with the Impaired Limits schema domain. The findings highlight the influence of social and cultural roles on gender-based cognitive differences within the collectivist context of Kurdistan Province. Based on these results, it is recommended that sport psychology interventions incorporate gender differences, type of sport, competitive level, and culturally relevant cognitive patterns into their design. Such an approach may enhance athletes' mental health and performance while helping to prevent the chronic activation of early maladaptive schemas.

Key words: Early maladaptive schemas, Gender differences, Athletes, Psychological performance, Schema therapy, Sport psychology.

OPEN ACCESS

Copyright ©The authors

Publisher: University of Tabriz

Extended Abstract

Background and Purpose

Early maladaptive schemas (EMSs), as described in Young's schema theory, are deeply rooted cognitive–emotional structures that originate from early life experiences and influence individuals' perceptions, emotions, and behaviors in adulthood. These schemas, which typically develop during childhood or adolescence as a result of negative experiences such as rejection, repeated criticism, lack of affection, or excessive parental control, organize the individual's interpretation of self, others, and the world, persisting as relatively stable cognitive traits into adulthood. In the context of sports, these schemas may be activated under stressful and competitive conditions, potentially affecting athletes' emotional regulation, motivation, and performance. The field of sport psychology has increasingly focused on understanding how underlying cognitive patterns, including EMSs, shape athletes' responses to pressure and success. Despite the expanding body of international research linking cognitive schemas to performance outcomes, there remains a limited understanding of these relationships within non-Western, collectivist cultures such as Iran, particularly in regions with distinct cultural contexts like Kurdistan Province. Gender, as a significant sociocultural factor, may also shape how athletes internalize and express cognitive patterns under competition. Furthermore, the type of sport (team vs. individual) and competitive level may influence the manifestation of these schemas through different social structures and performance pressures. Therefore, the present study aimed to conduct a comparative analysis of early maladaptive schemas based on gender, sport type, and competitive level among Iranian athletes, focusing specifically on Kurdistan Province as a representative cultural and social context, to address the existing gap in the domestic literature and provide a clearer picture of the interaction between gender, culture, and athletic performance.

Materials and Methods

This research employed a descriptive–correlational design. The statistical population included 366 athletes (186 male, 180 female, and 14 who preferred not to disclose their gender) from sports clubs in Kurdistan Province, Iran, with a minimum age of 17 years and at least one year of sports experience. Participants were selected through convenience sampling, ensuring representation from both team and individual sports disciplines. Based on Morgan's table, the required sample size was estimated at 386, but sampling continued to 400 participants to increase statistical precision and compensate for potential attrition, ultimately yielding 366 valid responses. The study used two primary instruments:

1. Demographic Questionnaire — to record participants' age, gender, education level, occupation, marital status, sport type, years of experience, competitive level, and achievement level.
2. Young's Schema Questionnaire–Short Form (YSQ–SF75) — consisting of 75 items measuring 15 maladaptive schemas across five domains: disconnection/rejection, impaired autonomy and performance, impaired limits, other-directedness, and over-vigilance and inhibition. Each item is scored on a 6-point Likert scale (1 = completely false to 6 = completely true), with higher scores indicating greater maladaptive schema severity. The construct validity of the instrument was confirmed (SRMR = 0.085), and the overall reliability (Cronbach's alpha) was 0.962, with subscale alphas ranging from 0.717 to 0.920.

Data collection was carried out under standardized psychological testing conditions, and all participants provided informed consent. Prior to statistical analyses, data were screened for outliers using Z-scores and interquartile range (IQR). Outliers were retained as they belonged to athletes from various weight categories and disciplines, representing the target population. Statistical analyses were conducted using SPSS version 24. The Kolmogorov–Smirnov test

Copyright ©The authors

with Lilliefors correction was used to assess normality, and although some variables deviated from normal distribution, parametric tests were justified due to the large sample size (N = 366) and the central limit theorem. Multivariate analysis of covariance (MANCOVA) with age and sports experience as covariates, and Kruskal–Wallis non-parametric tests, was applied to identify differences based on gender, sport type, professional level, and achievement level. The significance threshold was set at $p < 0.05$.

Results

Descriptive findings revealed that in both male and female groups, the highest mean schema scores were related to the "impaired autonomy and performance" domain, indicating the role of performance pressures and social expectations in activating schemas associated with incompetence and emotional isolation.

Regarding gender differences, female athletes scored higher on self-sacrifice (M = 18.45, SD = 4.12) and subjugation (M = 16.73, SD = 3.95), reflecting tendencies toward compliance, emotional dependency, and self-neglect. In contrast, male athletes obtained higher scores in emotional inhibition (M = 19.62, SD = 4.30) and unrelenting standards/perfectionism (M = 21.15, SD = 4.87), indicating excessive self-control and rigid performance standards ($p < .01$).

The MANCOVA results showed that the overall model was statistically significant (Pillai's Trace = 0.768, F = 54.475, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.768$). However, contrary to initial expectations, the main effects of gender ($p = 0.754$, $\eta^2 = 0.047$), sport type ($p = 0.814$, $\eta^2 = 0.040$), professional level ($p = 0.297$, $\eta^2 = 0.062$), and achievement level ($p = 0.989$, $\eta^2 = 0.037$) on the overall schema pattern were not significant. Notably, the three-way interaction effect of sport type × professional level × achievement level was significant (Pillai's Trace = 0.441, F = 1.333, $p = 0.020$, $\eta^2 = 0.073$), indicating that the combined influence of these factors, rather than any single factor alone, determines schema activation patterns. Age as a covariate showed a significant effect ($p = 0.018$, $\eta^2 = 0.105$), while sports experience did not ($p = 0.074$).

Kruskal–Wallis test results further indicated that sport type significantly affected the domains of disconnection/rejection ($\chi^2 = 5.634$, $p = 0.018$), other-directedness ($\chi^2 = 4.452$, $p = 0.035$), and overall EMS score ($\chi^2 = 4.620$, $p = 0.032$). Professional level significantly influenced other-directedness ($\chi^2 = 11.912$, $p = 0.008$) and over-vigilance/inhibition ($\chi^2 = 11.670$, $p = 0.009$), while achievement level affected only other-directedness ($\chi^2 = 9.705$, $p = 0.046$).

Most notably, gender-disaggregated analyses revealed a striking pattern: sports-related variables (sport type, professional level, and achievement level) had significantly broader and deeper effects on male athletes' schemas compared to females. In males, all three sports variables showed significant associations with multiple schema domains. Specifically, sport type affected impaired autonomy ($\chi^2 = 11.162$, $p = 0.025$) and over-vigilance/inhibition ($\chi^2 = 13.459$, $p = 0.019$); professional level affected disconnection/rejection ($\chi^2 = 24.726$, $p < 0.001$), impaired limits ($\chi^2 = 15.013$, $p = 0.010$), and overall EMS ($\chi^2 = 16.106$, $p = 0.007$); and achievement level affected disconnection/rejection ($\chi^2 = 18.621$, $p = 0.002$), impaired limits ($\chi^2 = 14.527$, $p = 0.013$), and overall EMS ($\chi^2 = 13.781$, $p = 0.017$). In contrast, among female athletes, only professional level showed a significant effect, specifically on the impaired limits domain ($\chi^2 = 13.488$, $p = 0.019$).

Comparative interpretation with global findings demonstrated both convergence and divergence. The results align with Lundqvist et al. (2023), da Silva et al. (2020), and Chalabaev et al. (2013), who observed similar gender-based schema profiles in athletic populations. However, partial divergence appeared with Birrer and Morgan (2010) and Chang et al. (2020), who reported that athletic engagement generally reduced maladaptive schemas due to improved self-efficacy. The current results suggest that while sports participation may enhance coping in

Copyright ©The authors

some contexts, high-pressure competitive environments can also trigger deeply ingrained maladaptive schemas, especially under cultural expectations of success and conformity.
The analysis further highlighted the cultural dimension of these schemas. In Kurdistan's collectivist social structure, interpersonal harmony, family reputation, and respect for authority are prioritized. Such values may reinforce self-sacrificing or submissive tendencies among female athletes, consistent with Barberá (2003). Meanwhile, male athletes appear influenced by cultural pressures to exhibit stoicism and mastery, supporting Alzner (2025) and Terrien et al. (2024), who emphasized that masculine performance norms foster emotional inhibition and perfectionistic rigidity.

Conclusion

The study provides empirical evidence that gender and cultural context significantly shape the manifestation of early maladaptive schemas in athletes. The results indicate that cognitive–emotional disparities between male and female athletes are not solely biological but are socially constructed and reinforced by sport culture and community norms. These findings expand schema theory into the field of sport psychology within a non-Western cultural framework, demonstrating that schemas are dynamically influenced by gender roles, sport type, and contextual pressures. Crucially, the study reveals that schema expression is not determined by single factors but rather emerges through complex interactions among gender, sport type, professional level, and achievement level, with gender serving as a moderating variable in this process.
From an applied perspective, the findings underscore the importance of schema-focused interventions tailored to athletes' gender-specific needs. For female athletes, schema therapy could focus on enhancing autonomy, emotional expression, and self-efficacy, while for male athletes, it may target emotional flexibility, stress tolerance, and moderation of perfectionism. Furthermore, coaching strategies should integrate awareness of cognitive schemas into athlete training and mental preparation.
The results also suggest that psychological interventions in sports settings should be designed based on the interactional characteristics of each group, considering the cultural context and the specific features of different athlete populations. Sports policymakers can help prevent chronic maladaptive schema activation by creating supportive environments and reducing pressures stemming from gender stereotypes, particularly for male athletes. Ultimately, this study suggests that understanding and modifying maladaptive schemas could serve as a valuable approach for improving mental resilience, reducing competitive anxiety, and optimizing performance among athletes. Future research is encouraged to adopt longitudinal and mixed-method designs to explore causal pathways between schema activation, emotional regulation, and athletic success across different cultural contexts, as well as to examine specific sports disciplines and cultural variables such as adherence to collectivist norms with greater precision.

Funding

This study received no funding from public, commercial, or nonprofit organizations.

Authors' Contributions

All authors have participated in designing, implementing, and writing all parts of the present study.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgement

We sincerely thank all the students and athletes who collaborated in this research and the staff of sports clubs in Kurdistan Province for their valuable cooperation.

Copyright ©The authors

سال ۵ شماره‌ی ۲
پاییز ۱۴۰۵، صفحات ۲۲۶-۲۰۱

DOI: 10.22034/mmbj.2026.69754.1235

بررسی تطبیقی طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اساس جنسیت، نوع ورزش و سطح رقابت در ورزشکاران استان کردستان

علیرضا آقابابا[۱]، زاهده رحمانیان[۲]، نوید مهتاب[۳*]

۱. گروه روان‌شناسی ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران.
۲. گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، پردیس فاطمه الزهرا، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.
۳. گروه مدیریت ورزشی، واحد قروه، دانشگاه آزاد اسلامی، قروه، ایران. Navid.Mahtab@iau.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴ **تاریخ بازنگری:** ۱۴۰۵/۰۶/۰۱ **تاریخ پذیرش:** ۱۴۰۵/۰۶/۴ **تاریخ آنلاین:** ۱۴۰۵/۰۸/۱۵

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تطبیقی طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اساس جنسیت، نوع ورزش و سطح رقابت در ورزشکاران استان کردستان انجام شد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان ساختارهای شناختی–هیجانی پایدار که ریشه در تجارب اولیه زندگی دارند، این مطالعه به روش توصیفی–همبستگی روی ۳۶۶ ورزشکار زن و مرد از باشگاه‌های ورزشی استان کردستان با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس انجام شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه جمعیت‌شناختی و فرم کوتاه ۷۵ سؤالی پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ با شناسه YSQ-SF75 بود. داده‌ها با استفاده از آزمون کلموگروف–اسمیرنوف، تحلیل کوواریانس چندمتغیره و آزمون کروسکال–والیس تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که زنان در طرحواره‌های ایثار با میانگین ۱۸.۴۵ و انحراف معیار ۴.۱۲ و اطاعت با میانگین ۱۶.۷۳ و انحراف معیار ۳.۹۵، میانگین بالاتری نسبت به مردان داشتند، در حالی‌که مردان در بازداری هیجانی با میانگین ۱۹.۶۲ و انحراف معیار ۴.۳۰ و کمال‌گرایی افراطی با میانگین ۲۱.۱۵ و انحراف معیار ۴.۸۷، نمرات بیشتری کسب کردند. این تفاوت از نظر آماری معنادار بود و مقدار کمتر از ۰.۰۱ برای P گزارش شد. همچنین، اثر تعاملی سه‌گانه نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده بر الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه معنادار بود. آماره ردپای پیلایی برابر با ۰.۴۴۱ بود، مقدار ۱.۳۳۳ برای آماره F و مقدار ۰.۰۲۰ برای P به دست آمد و مجذور اتا برابر با ۰.۰۷۳ بود. تحلیل‌های تفکیک‌شده بر اساس جنسیت نشان داد که متغیرهای ورزشی تأثیر گسترده‌تر و عمیق‌تری بر طرحواره‌های مردان نسبت به زنان دارند. به‌طوری‌که در مردان، نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام با حوزه‌های متعدد طرحواره‌ای ارتباط معنادار داشت، در حالی‌که در زنان تنها سطح حرفه‌ای با حوزه محدودیت‌های مختل ارتباط معنادار نشان داد. یافته‌ها حاکی از تأثیر نقش‌های اجتماعی و فرهنگی بر تفاوت‌های شناختی جنسیتی در بافت جمع‌گرای استان کردستان است. بر اساس نتایج، پیشنهاد می‌شود در طراحی مداخلات روان‌شناختی ورزشی، به تفاوت‌های جنسیتی، نوع ورزش، سطح رقابت و الگوهای شناختی بومی توجه شود تا ضمن بهبود سلامت روان و عملکرد ورزشکاران، از فعال‌سازی مزمن طرحواره‌های ناسازگار پیشگیری گردد.

کلید واژه‌ها: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تفاوت‌های جنسیتی، ورزشکاران، عملکرد روان‌شناختی، طرحواره‌درمانی.

OPEN ACCESS
Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

مقدمه

مسیر قهرمانی ورزشکاران سرشار از رویدادهای مثبت و منفی است و هر تصمیم‌گیری در این میادین می‌تواند سرنوشت‌ساز باشد. تصمیم‌گیری ورزشکاران در شرایط خاص تحت‌تأثیر مؤلفه‌های روان‌شناختی گوناگونی قرار دارد که شناخت و بررسی آنها می‌تواند راهگشای مربیان و متخصصان روان‌شناسی ورزش باشد. پژوهش‌های داخلی نشان داده‌اند که متغیرهایی چون خودکارآمدی، اضطراب رقابتی، تاب‌آوری، تنظیم هیجان و مهارت‌های شناختی می‌توانند بر عملکرد ورزشی اثرگذار باشند. (Ariapooran & Godarzi, 2021; Porjavid, Zeidabadi, Stiri, & Askari Tabar, 2020). در سال‌های اخیر، مداخلات ذهن‌آگاهی به عنوان یکی از مؤثرترین رویکردهای روان شناسی ورزش مورد توجه قرار گرفته اند و نتایج پژوهش ها بیانگر آن است که این مداخلات می توانند اضطراب رقابتی را کاهش داده، خود تنظیمی هیجانی و استحکام روانی را تقویت کنند(Mahtab, Divani, Kazemi, & Taimori, 2024; Mehrsafar, Hemayattalb, Parsaei, Hafezi, & Mansori, 2021). همچنین مدل های جدید روان شناسی ورزش نشان داده‌اند که جهت گیری مقایسه اجتماعی از یک‌سو با افزایش خودکارآمدی و از سوی دیگر با کاهش اضطراب رقابتی می‌تواند عملکرد ورزشی را بهبود بخشد و نقش میانجی خودکارآمدی در این ارتباط قوی‌تر است (Alizadeh & mohammadzadeh, ۲۰۲۵; Estiri & Mehranian, ۲۰۲۴). تلاش‌های بسیاری برای درک اثرات متغیرهای روانشناختی برعمکرد ورزشکاران صورت گرفته است و نشان داده شده‌است و متغیرهای بسیاری شناسایی شده است که ممکن است بر عملکرد افراد در حوزه‌های ورزشی اثر بگذارد (Kaishian & Kaishian, 2021; Olave et al., 2025). یکی از متغییرهایی که در پژوهش‌های مختلف مورد توجه قرار گرفته و نشان داده که می‌توانند عملکرد ورزشکاران را در عرصه‌های مختلف تحت تاثیر قرار دهند، طرحواره‌های ناسازگار است (Adibnejad, Rafiee, & Lajevardi, 2024; Cormier et al., 2025; Hashemi Halvaei, Shariatmadar, & Farahbakhsh, 2024; Poorabed & Bahrami, 2021). طرحواره‌های ناسازگار امروزه بعنوان یکی از زیر ساخت‌های شناختی – رفتاری دغدغه بسیاری از پژوهشگران می باشد. این طرحواره‌ها منجر به شکل گیری باورهای غیر منطقی و ادارک بد افراد از جهان بر می گردد (Mirjany, 2022). طرحواره‌ها باورهای سازمان‌یافته روان افراد درباره خود، دیگران و جهان پیرامون هستند که در طی سال‌های کودکی شکل گرفته و در طول زندگی، در صورت تداوم تجارب تأییدکننده، به الگوهای شناختی و هیجانی نسبتاً پایدار تبدیل می‌شوند (Leahy, 2022). طرحواره‌های ناسازگار اولیه، الگوهای فکری، هیجانی و رفتاری دیرپایی هستند که معمولاً در دوران کودکی یا نوجوانی، در نتیجه تجربه‌های منفی مانند طرد شدن، انتقاد مکرر، فقدان محبت یا کنترل افراطی والدین شکل می‌گیرند. این طرحواره‌ها نحوه تفسیر فرد از خود، دیگران و جهان را سازمان‌دهی کرده و به‌عنوان ویژگی‌های شناختی نسبتاً پایدار در بزرگسالی تداوم می‌یابند (Young, Klosko, & Weishaar, 2006). بر اساس نظریه طرحواره‌درمانی، اگرچه این ساختارهای شناختی در برخی موقعیت‌ها ممکن است فعال شوند و بر تجربه هیجانی و رفتاری فرد اثر بگذارند، اما فعال‌سازی موقعیتی طرحواره‌ها پدیده‌ای متمایز از وجود یا شدت خود طرحواره‌هاست و بررسی آن مستلزم استفاده از ابزارهای سنجش وضعیتی یا طرح‌های آزمایشی است (Rafaeli,

Copyright ©The authors

Bernstein, & Young, 2010). ازاین‌رو، در پژوهش حاضر، با توجه به استفاده از پرسشنامه YSQ-SF75، تمرکز بر سنجش شدت طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان الگوهای پایدار شناختی است و نه میزان فعال‌شدن آنها در موقعیت‌های خاص مانند رقابت ورزشی.

در حوزه روان‌شناسی ورزش، شدت و الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌تواند در تبیین تفاوت‌های فردی ورزشکاران در نحوه ارزیابی موقعیت‌های ورزشی، تنظیم هیجان، اعتمادبه‌نفس و راهبردهای مقابله‌ای نقش داشته باشد (Alzner, 2025). بدین معنا که ورزشکارانی که از نظر صفتی نمرات بالاتری در برخی طرحواره‌های ناسازگار دارند، ممکن است در مواجهه با چالش‌های ورزشی الگوهای شناختی و هیجانی متفاوتی از خود نشان دهند؛ هرچند پژوهش حاضر فعال‌سازی این طرحواره‌ها را در شرایط مسابقه اندازه‌گیری نکرده است.

ورزش به‌عنوان محیطی سرشار از چالش‌های عملکردی و بین‌فردی، می‌تواند زمینه بروز تفاوت‌های رفتاری مرتبط با این الگوهای شناختی پایدار را فراهم سازد؛ بااین‌حال، بررسی اینکه آیا طرحواره‌ها در موقعیت‌های رقابتی فعال می‌شوند یا خیر، خارج از دامنه اندازه‌گیری پژوهش حاضر است(Tod, Hodge, & Krane, 2023). تحقیقات اخیر نشان داده‌اند که جنسیت می‌تواند در نوع و شدت این طرح‌واره‌ها نقش داشته باشد، به‌ویژه در ورزش که هنجارهای جنسیتی و انتظارات اجتماعی بر ادراکات فردی اثر می‌گذارند (Barberá, 2003). برای مثال، ورزشکاران ممکن است تحت تأثیر طرح‌واره‌هایی مانند کمال‌گرایی یا تأییدطلبی قرار گیرند که در بستر ورزش به اشکال متفاوتی بروز می‌کنند، بسته به اینکه فرد در چه زمینه‌ای (مانند ورزش‌های تیمی یا انفرادی) فعالیت می‌کند (Clément-Guillotin & Fontayne, 2011). پژوهش‌های جدیدتر حاکی از آن است که فشارهای روانی ناشی از رقابت در ورزش، مانند نیاز به پیروزی و مقابله با شکست، می‌تواند با طرح‌واره‌های ناسازگار تعامل داشته و الگوهای رفتاری خاصی را در ورزشکاران تقویت کند (Aghababa, Zahedeh, & Mahtab, 2026; Bekir et al., 2025). با وجود این، پژوهش حاضر چنین تعامل یا فعال‌سازی موقعیتی را مستقیماً اندازه‌گیری نکرده و یافته‌های آن صرفاً درباره تفاوت در شدت طرحواره‌های ناسازگار اولیه بین ورزشکاران است. علاوه بر این، تفاوت‌های جنسیتی در پاسخ به استرس‌های ورزشی ممکن است با تأثیر متقابل طرح‌واره‌ها و هویت ورزشی مرتبط باشد، که این موضوع درک بهتری از پویایی‌های روان‌شناختی در ورزش فراهم می‌کند (Terrien, Genevey, Kermarrec, & Saury, 2024). در دنیای ورزش، به‌خصوص برای ورزشکاران نیمه‌حرفه‌ای که از یک‌سو با فشارهای رقابتی و از سوی دیگر با نبود حمایت‌های حرفه‌ای کافی روبه‌رو هستند، این طرحواره‌ها می‌توانند اثرات منفی قابل‌توجهی داشته باشند. ورزشکاری که به خود شک دارد یا از شکست می‌ترسد، ممکن است در زمان رقابت دچار اضطراب، افت عملکرد یا بی‌انگیزگی شود. برای مثال، فردی با طرحواره شکست ممکن است با هر ناکامی دچار ناامیدی یا افسردگی شود و این احساسات می‌توانند تداوم فعالیت ورزشی او را تحت تأثیر قرار دهند (Barzegar Bafrooei & Besharat, 2018). شناخت این الگوهای ذهنی به ما کمک می‌کند تا بهتر متوجه شویم چه عواملی باعث افت عملکرد یا مشکلات روانی برخی ورزشکاران می‌شود و چگونه می‌توان از طریق مداخلات روان‌شناختی به آن‌ها کمک کرد(Dehghani, Khosravi, & Asgari, 2016). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند منجر به اضطراب رقابتی، کاهش اعتماد به نفس و افت عملکرد ورزشی شوند (Mellalieu, Hanton, & Fletcher, 2006).

Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

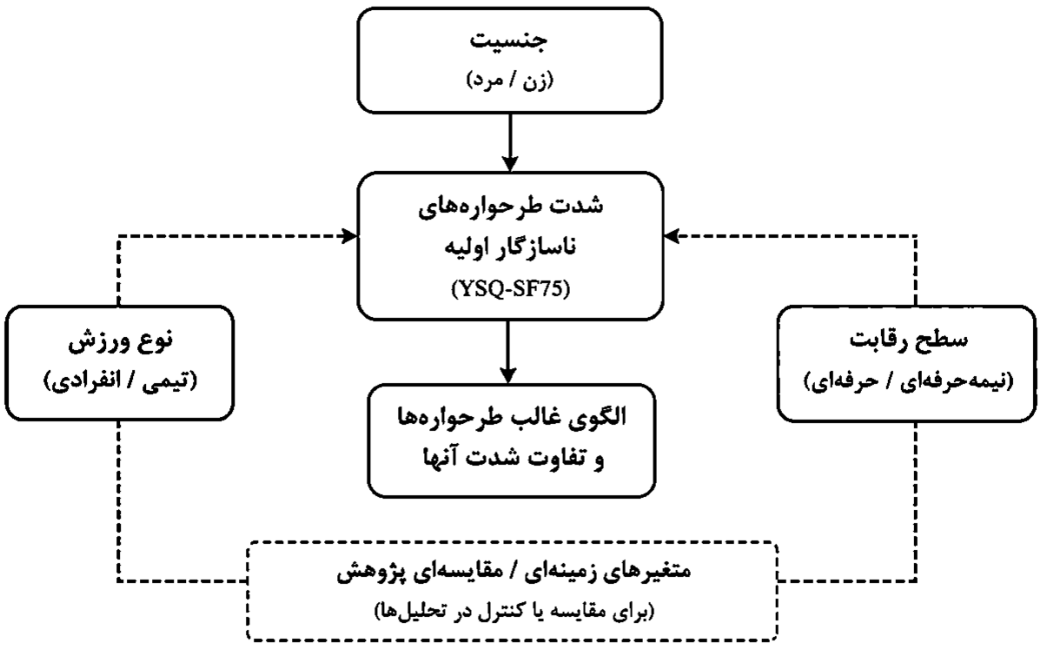
ورزشکاران تحت فشارهای روان‌شناختی و فیزیکی قرار میگیرند که ممکن است موجب تشدید الگوهای ذهنی ناسازگار گردد و بر نتایج عملکردی و سلامت روانی آنها تأثیرگذار باشد(D. Birrer & G. Morgan, 2010). شناخت دقیق طرح‌واره‌های غالب تو ورزشکاران می‌تونه به مربیان و روان‌شناسان ورزشی کمک کنه تا مداخلات هدفمندی برای بهبود عملکرد، کاهش استرس و افزایش تاب‌آوری روانی تو ورزش طراحی کنند(Turner et al., 2020). علاوه بر این، درک این الگوها می‌تواند راهگشای تدوین برنامه‌های آموزشی قرار گیرد که به ورزشکاران کمک کند با چالش‌های عاطفی و رقابتی در ورزش بهتر کنار آیند، امری که تو موفقیت بلندمدت آنها تعیین‌کننده هستند (Rentsch & Davenport, 2006). تفاوت‌های جنسیتی در طرح‌واره‌ها می‌توانند نیاز به رویکردهای متفاوتی در مداخلات روان‌شناختی رو نشان دهند، و نبود داده‌های کافی در این زمینه، توسعه برنامه‌های مؤثر برای حمایت از ورزشکاران در ورزش رو با مشکل مواجه کرده است(Chalabaev, Sarrazin, Fontayne, Boiché, & Clément-Guillotin, 2013). همچنین، با توجه به افزایش مشارکت زنان در ورزش رقابتی و تفاوت‌های احتمالی در فشارهای روانی که در مقابل عملکرد مردان ورزشکار تجربه می‌کنند، بررسی این موضوع می‌تاوند شکاف دانش موجود را پر کند و به تدوین راهبردهای جنسیت‌محور در ورزش منجر گردد (da Silva et al., 2020). از آنجائیکه ورزشکاران هم مانند سایر افراد دارای طرحواره‌های ناسازگار هستند که شکل‌گیری طرحواره‌های آنان به دوران کودکی باز می‌گردد (Poorabed & Bahrami, 2021)، شدت این طرحواره‌های پایدار می‌تواند با شیوه‌های متفاوت ادراک، پردازش اطلاعات و واکنش به موقعیت‌های ورزشی ارتباط داشته باشد (Lee & Read, 2024). بنابراین، در این پژوهش، طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان متغیرهای صفتی و نسبتاً پایدار مورد مطالعه قرار گرفته‌اند و هدف، بررسی تفاوت آنها بین ورزشکاران زن و مرد است، نه سنجش پاسخ‌های شناختی وابسته به موقعیت یا مسابقه. همچنین، بر اساس پژوهش‌های پیشین، شدت طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌تواند به‌عنوان یکی از متغیرهای مرتبط با تفاوت‌های فردی در عملکرد و سازگاری روان‌شناختی ورزشکاران مورد بررسی قرار گیرد (Diba Zaki ِ& Salehian, ۲۰۲۳; Lee & Read, ۲۰۲۴; Lee Sinden & Devall-Martin, ۲۰۲۴).

با وجود شناخت اهمیت طرح‌واره‌های ناسازگار در روان‌شناسی عمومی، اطلاعات محدودی درباره نقش این الگوها به‌عنوان ویژگی‌های شناختی پایدار در ورزش و تفاوت‌های احتمالی آن‌ها بین ورزشکاران زن و مرد وجود دارد (da Silva et al., 2020). ازاین‌رو، شکاف اصلی دانش موجود نه در نحوه فعال‌شدن طرحواره‌ها در شرایط رقابتی، بلکه در شناخت تفاوت‌های صفتی این طرحواره‌ها میان ورزشکاران دو جنس است. این کمبود دانش، درک جامعی از چگونگی تأثیر ورزش بر فعال‌سازی یا تعدیل طرح‌واره‌ها در دو گروه جنسیتی را با چالش مواجه کرده است (Barragan, ۲۰۱۵; Ebrahimi orang & Moradi, ۲۰۲۵) مشخص نیست که آیا طرح‌واره‌های غالب در ورزشکاران زن و مرد به دلیل تفاوت‌های جنسیتی یا فشارهای محیطی خاص ورزش متفاوت هستند یا خیر، و این ابهام می‌تواند بر طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثر تأثیر منفی بگذارد (Matteo, 1988). بر همین اساس و با توجه به نقش بنیادین طرحواره‌ها در معماری رفتار ورزشی، این پژوهش در صدد کاوش این است که طرحواره‌های غالب در روان ورزشکاران زن و مرد استان کردستان چه تمایزی دارند و از نظر شدت چگونه متغیرند؟ تفاوت‌های جنسیتی در طرحواره‌ها تا چه میزان تحت تأثیر نوع ورزش یا سطح حرفه‌ای بازتاب می‌یابد؟ و طرحواره‌های

Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

ناسازگار اولیه در ورزشکاران زن و مرد چه الگوهای متفاوتی را ترسیم کرده و بر عملکردشان چه تأثیری می‌نهد؟ بدین ترتیب، این مطالعه پرده از رازهای نهان ذهن ورزشکار در میدان عمل برمی‌دارد. با وجود پژوهش‌های متعدد درباره طرحواره‌های ناسازگار اولیه در جمعیت‌های عمومی و ورزشی، بیشتر مطالعات پیشین بر نمونه‌های غربی یا جمعیت‌های دانشگاهی تمرکز داشته‌اند (Daniel Birrer & Gareth Morgan, 2010; Chang et al., 2020; Lundqvist, Schary, Eklöf, Zand, & Jacobsson, 2023). با این حال، در ایران و به ویژه در مناطق دارای بافت فرهنگی متمایز مانند استان کردستان، هنوز بررسی جامعی از نقش عوامل فرهنگی و جنسیتی در شکل‌گیری این طرحواره‌ها در ورزشکاران انجام نشده است. در این بستر، هنجارهای اجتماعی و ساختارهای جمع‌گرایانه می‌توانند بر ادراک فرد از خود و روابط بین‌فردی اثر بگذارند و به بروز طرحواره‌های خاص مانند وابستگی، ایثار یا بازداری هیجانی منجر شوند (Barberá, 2003; Chalabaev et al., 2013). از سوی دیگر، تفاوت های جنسیتی در ورزش نیز می‌توانند الگوهای ذهنی متفاوتی ایجاد کنند که تاکنون در جامعه ایرانی کمتر تحلیل شده است.

بر همین اساس، فرض اصلی پژوهش حاضر بر این مبنا استوار است که شدت طرحواره های ناسازگار اولیه، که به وسیله پرسشنامه۷۵ YSQ-SF به عنوان سازه‌ای صفتی و پایدار سنجیده می‌شوند، ممکن است بین ورزشکاران زن و مرد تفاوت داشته باشد (شکل ۱) بنابراین، هدف این مطالعه مقایسه الگوی این طرحواره‌ها در دو گروه جنسیتی در بستر فرهنگی استان کردستان است و نه بررسی فعال‌سازی آنها در موقعیت‌های فشارزای رقابتی تا شکاف موجود در ادبیات داخلی را پر کند و تصویری روشن‌تر از تعامل جنسیت، فرهنگ و عملکرد ورزشی ارائه دهد.



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

سؤالات پژوهش: سؤال اصلی پژوهش این است که آیا الگوی شدت و ترکیب طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران استان کردستان بر اساس جنسیت، نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده متفاوت است و آیا میان این عوامل در تبیین الگوی طرحواره‌ها تعامل معناداری وجود دارد؟ در همین راستا، سؤالات فرعی

Copyright ©The authors

عبارت‌اند از: آیا زنان و مردان از نظر الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه تفاوت دارند؛ آیا نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده با شدت و الگوی طرحواره‌ها ارتباط دارند؛ آیا تعامل نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده معنادار است؛ آیا این روابط برحسب جنسیت متفاوت می‌شوند؛ و کدام حوزه‌های طرحواره‌ای، به‌ویژه بریدگی و طرد، دیگرجهت‌مندی، خودمختاری و عملکرد مختل و نمره کلی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، بیش از سایر حوزه‌ها تحت تأثیر این عوامل قرار می‌گیرند؟

فرضیه‌های پژوهش: فرض اصلی بر این است که الگوی شدت و ترکیب طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران تحت تأثیر متقابل جنسیت و ویژگی‌های ورزشی قرار دارد و جنسیت می‌تواند نقش تعدیل‌کننده در این روابط داشته باشد. به‌طور مشخص، انتظار می‌رود بین زنان و مردان از نظر الگوی طرحواره‌ها تفاوت وجود داشته باشد، نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده با برخی حوزه‌های طرحواره‌ای ارتباط داشته باشند، تعامل میان نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده در تبیین الگوی طرحواره‌ها معنادار باشد و اثر این متغیرهای ورزشی در زنان و مردان یکسان نباشد. همچنین انتظار می‌رود نوع ورزش به‌ویژه با حوزه‌های بریدگی و طرد، دیگرجهت‌مندی و نمره کلی طرحواره‌ها و سطح حرفه‌ای و مقام کسب‌شده بیشتر با حوزه دیگرجهت‌مندی مرتبط باشند و در مردان، روابط میان عوامل ورزشی و حوزه‌های طرحواره‌ای گسترده‌تر از زنان مشاهده شود؛ در مقابل، اثر مستقل طرحواره‌ها به‌تنهایی برای تبیین تفاوت‌های ورزشی کافی نباشد و تعامل طرحواره‌ها با جنسیت نقش معنادارتری داشته باشد.

روش شناسی

این پژوهش با روش توصیفی ـ همبستگی و طرح مقطعی، با هدف بررسی وضعیت طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط بین متغیرهای مورد مطالعه در یک مقطع زمانی انجام شد؛ این طرح امکان جمع‌آوری همزمان داده‌ها از تعداد نسبتاً زیادی ورزشکار را فراهم می‌کند، اما به دلیل نبود تقدم و تأخر زمانی متغیرها، استنباط روابط علّی امکان‌پذیر نیست و با توجه به نمونه‌گیری در دسترس، تعمیم یافته‌ها به کل ورزشکاران استان کردستان یا سایر جوامع ورزشی باید با احتیاط و صرفاً به جمعیت‌های مشابه محدود شود.

از بین کلیه ورزشکاران عضو باشگاه‌های ورزشی شهرهای مختلف استان کردستان در سال ۱۴۰۲، به روش نمونه‌گیری در دسترس و غیراحتمالی، تعداد ۳۶۶ ورزشکار انتخاب شدند. به‌منظور بررسی کیفیت داده‌ها، پیش از انجام تحلیل‌های آماری، داده‌های مربوط به متغیرهای کمی از نظر وجود مقادیر پرت مورد بازبینی قرار گرفت. با توجه به دامنه نسبتاً گسترده وزن، از ۲۰ تا ۱۶۵ کیلوگرم، مقادیر ثبت‌شده از طریق کنترل مجدد داده‌ها راستی‌آزمایی شدند. همچنین، نقاط پرت بالقوه با استفاده از شاخص‌های آماری نظیر نمرات استانداردشده و فاصله بین چارکی بررسی شدند. از آنجا که مقادیر پرت مشاهده‌شده مربوط به ورزشکاران رشته‌ها و رده‌های وزنی مختلف بوده و جزئی از جامعه هدف پژوهش محسوب می‌شدند، از حذف آن‌ها خودداری شد و در تفسیر نتایج، احتمال تأثیر این مقادیر بر شاخص‌های توصیفی و استنباطی مدنظر قرار گرفت.

جامعه آماری پژوهش: جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه ورزشکاران زن و مرد عضو باشگاه‌های ورزشی استان کردستان در سال ۱۴۰۲ با حداقل سن ۱۷ سال بود.

Copyright ©The authors

نمونه آماری پژوهش و روش گزینش آن: بر اساس جدول مورگان، حجم نمونه موردنیاز پژوهش ۳۸۶ نفر برآورد شد؛ با این حال، به‌منظور افزایش دقت آماری و جبران ریزش احتمالی نمونه‌ها، فرایند نمونه‌گیری تا ۴۰۰ نفر ادامه یافت که به روش نمونه‌گیری در دسترس انجام شد. پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، در نهایت ۳۶۶ ورزشکار از رشته‌های مختلف ورزشی باشگاه‌های استان کردستان در سال ۱۴۰۲ وارد پژوهش شدند. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه به‌صورت خلاصه شامل ۴۹.۵ درصد مرد، معادل ۱۸۱ نفر، و ۴۵.۹ درصد زن، معادل ۱۶۸ نفر، و ۳.۸ درصد افراد با عدم تمایل به بیان جنسیت، معادل ۱۴ نفر، بود.

میانگین وزن نمونه ۷۲.۸۳ کیلوگرم بود و دامنه وزن از ۲۰ تا ۱۶۵ کیلوگرم متغیر بود. با توجه به گستردگی دامنه وزن، وجود مقادیر پرت احتمالی بررسی شد. بررسی‌های آماری نشان داد این مقادیر به ورزشکاران رشته‌ها و رده‌های وزنی متفاوت تعلق داشته و بنابراین به‌عنوان بخشی از جامعه مورد مطالعه حفظ شدند؛ با این حال، این موضوع در تفسیر یافته‌ها مدنظر قرار گرفت.

همچنین، میانگین قد ۱۷۱.۴۴ سانتی‌متر با انحراف معیار ۱۶.۸۶ در ۲۵۵ مورد گزارش شد. میانگین سابقه فعالیت ورزشی نیز ۷.۹۶ سال با انحراف معیار ۷.۹۱ بود. رشته‌های ورزشی شرکت‌کنندگان شامل شنا، والیبال، کیک‌بوکسینگ، دوومیدانی، تای‌کیک‌بوکس، کاراته، فوتبال، تکواندو، بدنسازی، بوکس، موی‌تای، بسکتبال، تنیس روی میز، کنگ‌فو توآ، کشتی، شطرنج، قایقرانی، ووشو، هندبال، ورزش‌های رزمی، جودو، فوتبال، ووشو، ساندا، موتورکراس، سنگ‌نوردی، تنیس روی میز، جودو، تنیس روی میز، دفاع شخصی، شطرنج، دارت، پاراگلایدرسواری، تناسب اندام، ژیمناستیک، هندبال، ووشو، سی‌ایکس‌ورکس، یوگا، کوهنوردی، ورزش هوازی، دوچرخه‌سواری، قایقرانی، پیلاتس، ورزش‌های رزمی و کراس‌فیت بود. سایر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش در جدول زیر آمده است.

جدول۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش

متغیر	شرح	طبقه ۱	طبقه ۲	طبقه ۳	طبقه ۴	طبقه ۵	طبقه ۶	طبقه ۷	طبقه ۸
سمت ورزشی	طبقه	ورزشکار	مربی	داور	ورزشکار/مربی	ورزشکار/مربی/داور	مدیر ورزشی	—	—
	تعداد	۲۸۰	۳۰	۱۴	۱۱	۷	۲۱	—	—
	درصد	۷۶.۵	۸.۲	۳.۸	۳	۱.۹	۵.۷	—	—
مقطع تحصیلی	طبقه	دیپلم	کاردانی	کارشناسی	کارشناسی ارشد	دکتری	—	—	—
	تعداد	۱۰۵	۷۳	۱۳۰	۴۳	۱۲	—	—	—
	درصد	۲۸.۷	۱۹.۹	۳۵.۵	۱۱.۷	۳.۳	—	—	—
وضعیت تأهل	طبقه	مجرد	متأهل	نامزد	مطلقه	—	—	—	—
	تعداد	۲۱۹	۱۱۹	۱۰	۱۵	—	—	—	—
	درصد	۵۹.۸	۳۲.۵	۲.۷	۴.۱	—	—	—	—
وضعیت اشتغال	طبقه	دانشجو	تمام‌وقت	خوداشتغال	بیکار	پاره‌وقت	خانه‌دار	بازنشسته	ناتوان از کار

Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

	تعداد	۱۱۸	۷۵	۵۲	۴۳	۴۰	۲۵	۶	۴
	درصد	۳۲.۲	۲۰.۵	۱۴.۲	۱۱.۷	۱۰.۹	۶.۸	۱.۶	۱
سطح عملکرد ورزشی	طبقه	سلامت‌محور	آماتور	نیمه‌حرفه‌ای	حرفه‌ای	—	—	—	—
	تعداد	۲۰۷	۵۰	۶۲	۴۴	—	—	—	—
	درصد	۵۶.۶	۱۳.۷	۱۶.۹	۱۲	—	—	—	—
سطح کسب مقام	طبقه	بدون مقام	شهرستانی	استانی	کشوری	بین‌المللی	—	—	—
	تعداد	۱۶۳	۵۹	۶۸	۶۲	۱۱	—	—	—
	درصد	۴۴.۵	۱۶.۱	۱۸.۶	۱۶.۹	۳	—	—	—

ملاک‌های ورود عبارت بودند از: حداقل سابقه ورزشی ۱ سال، حداقل مدرک تحصیلی سیکل انتخاب شدند. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل: عدم احراز شرایط ورود و ورزشکارانی که تمایلی به مشارکت در پژوهش نداشتند یا پس از شروع، از ادامه همکاری انصراف دادند.

ملاحظات اخلاقی پژوهش

این پژوهش با رعایت اصول اخلاقی و استانداردهای بین‌المللی (مانند اعلامیه هلسینکی) انجام شد. ابتدا رضایت آگاهانه (کتبی/شفاهی) از شرکت‌کنندگان پس از تشریح اهداف، روش‌ها، مزایا و معایب پژوهش اخذ گردید و حق انصراف بدون تبعیض یا پیامد منفی محترم شمرده شد. محرمانگی اطلاعات با کدگذاری داده‌ها، حذف هویت و مشخصات فردی (جنسیت، وضعیت تأهل، تحصیلات) و ذخیره‌سازی امن تضمین شد. به تنوع فرهنگی-جنسیتی، به‌ویژه در استان کردستان، توجه شد و از ۱۴ شرکت‌کننده که تمایلی به بیان جنسیت نداشتند، حمایت گردید. در انتخاب نمونه، عدالت با اجتناب از تبعیض بر اساس جنسیت، تحصیلات، وضعیت اقتصادی و اجتماعی رعایت شد و نمونه‌ای متنوع از سطح حرفه‌ای (سلامتی تا حرفه‌ای) و مشاغل مرتبط (ورزشکار، مربی، داور) انتخاب شد. برای کاهش آسیب‌های روانی، از پرسش‌های حساس (مانند طلاق یا بیکاری) پرهیز و در صورت نیاز حمایت روانی ارائه شد. پژوهش پیش از آغاز، تأییدیه اخلاقی از نهادهای مرتبط دریافت کرد و شفافیت در اهداف و انتشار نتایج (بدون تحریف) حفظ شد. حریم خصوصی با عدم انتشار مشخصات فیزیکی فردی (وزن، قد) و استفاده صرفاً علمی از داده‌ها رعایت گردید. به گروه‌های آسیب‌پذیر (زیر ۱۸ سال، بیکاران، افراد با محدودیت جسمانی) توجه ویژه شد و رضایت والدین برای شرکت‌کنندگان کم‌سِن اخذ گردید. در نهایت، پاسخگویی اجتماعی با انتشار نتایج به زبان ساده و ارائه پیشنهادات عملی به نهادهای ورزشی ایران، اطمینان از کاربردپذیری پژوهش در جامعه هدف را دنبال کرد.

ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات

۱-پرسش‌نامه دموگرافیک شامل: سؤالاتی دربارهٔ سن، جنسیت، سطح تحصیلات، شغل، طول مدت ورزش و نوع فعالیت ورزشی خواهد بود.

۲-پرسشنامهٔ طرحوارهٔ یانگ، فرم کوتاه ۷۵ سؤالی YSQ-SF: شکل کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره‌ها برای اندازه‌گیری ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه (Young et al., 2006) بر اساس فرم اصلی تهیه شده است. فرم بلند دارای ۲۰۵ سوال

Copyright ©The authors

و فرم کوتاه ۷۵ سوال دارد. هر سوال بر روی یک مقیاس ۶ درجه‌ای (کاملاً غلط=۱، تقریباً غلط=۲، بیشتر درست تا غلط=۳، اندکی درست=۴، تقریباً درست=۵، کاملاً درست=۶) نمره‌گذاری می‌شود. در فرم کوتاه، هر طرح‌واره توسط پنج سوال سنجیده می‌شود. در این پرسش‌نامه، نمره بالا نشان‌دهنده طرح‌واره‌های ناسازگارانه اولیه است. در پژوهش حاضر به‌منظور سنجش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه از فرم کوتاه (۷۵ سؤالی) پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ استفاده شده است که ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه را در قالب ۵ حوزه می‌سنجد. این طرح‌واره‌ها عبارت‌اند از: بریدگی و طرد (۱- رهاشدگی/ بی‌ثباتی،۲- بی‌اعتمادی/ سوءرفتار، ۳- محرومیت هیجانی،۴-نقص/شرم،۵-انزوای اجتماعی/بیگانگی)، خودمختاری و عملکرد مختل (۶-وابستگی/ بی‌کفایتی،۷- آسیب‌پذیری نسبت به ضرر/ بیماری، ۸-خود تحول‌یافته،۹- شکست)، محدودیت‌های مختل (۱۰-استحقاق/ بزرگ‌منشی،۱۱- خویشتن‌داری و خود-انضباطی ناکافی)، دیگر جهت‌مندی (۱۲- اطاعت،۱۳-ایثار) و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۱۴-بازداری هیجانی،۱۵-معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی). پرسشنامه طرحواره یانگ (YSQ-SF) ابزاری صفت‌محور است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نسبتاً پایدار را می‌سنجد؛ بنابراین یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر تفاوت‌ها و روابط مرتبط با ویژگی‌های شناختی ـ شخصیتی پایدار ورزشکاران است و نباید به وضعیت‌های روان‌شناختی موقعیتی یا فعال‌سازی هیجانی حین رقابت تعمیم یابد. روایی سازه این ابزار در پژوهش Mahdavi و Azadi (2021) تأیید شده و در پژوهش حاضر نیز با مقدار ۰.۰۸۵ برای شاخص ریشه میانگین مربعات باقیمانده استانداردشده، در سطح قابل قبول تأیید شد؛ همچنین، آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰.۹۶۲ به دست آمد که می‌تواند ناشی از همگنی بالای گویه‌ها، تعداد زیاد سؤالات و همپوشانی مفهومی میان طرحواره‌ها باشد. ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌ها نیز به شرح زیر است:بریدگی و طرد ۰.۹۲۰، خودمختاری و عملکرد مختل ۰.۹۲۱، محدودیت‌های مختل ۰.۸۸۷، گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری ۰.۸۱۷، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر/بیماری ۰.۸۳۲، استحقاق/بزرگ‌منشی ۰.۷۴۷، اطاعت ۰.۸۰۰، انزوای اجتماعی/بیگانگی ۰.۸۵۲، ایثار ۰.۷۸۷، بازداری هیجانی ۰.۷۳۴، بی‌اعتمادی–سوءرفتار ۰.۸۳۵، خودِ تحول‌نیافته ۰.۸۱۸، خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی ۰.۷۹۴، رهاشدگی–بی‌ثباتی ۰.۷۹۲، شکست ۰.۷۲۰، محرومیت هیجانی ۰.۷۵۶، معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی ۰.۷۱۷، نقص/شرم ۰.۷۷۴، و وابستگی/بی‌کفایتی ۰.۸۲۶. با این حال برخی خرده‌مقیاس‌ها مانند استحقاق/بزرگ‌منشی (۰.۷۴۷)، بازداری هیجانی (۰.۷۳۴)، شکست (۰.۷۲۰) و معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی (۰.۷۱۷) در مرز قابل قبول قرار دارند که در تفسیر نتایج مورد توجه قرار گرفت.

شیوهٔ اجرائی پژوهش:

پس از اخذ مجوزهای لازم، افراد داوطلب و واجد شرایط از باشگاه‌های ورزشی استان کردستان به‌صورت نمونه‌گیری در دسترس (غیراحتمالی) انتخاب شدند. بر اساس جدول مورگان، حجم نمونه ۳۸۶ نفر برآورد شد، اما برای افزایش اعتبار، نمونه‌گیری تا ۴۰۰ نفر ادامه یافت. پس از حذف پرسش‌نامه‌های ناقص، در نهایت ۳۶۶ ورزشکار از رشته‌های مختلف گروهی و انفرادی استان کردستان در سال ۱۴۰۲ وارد پژوهش شدند. ورزش‌های گروهی فعالیت‌هایی رقابتی‌اند که در آن بازیکنان برای رسیدن به هدفی مشترک به‌طور راهبردی با یکدیگر همکاری می‌کنند؛ نمونه‌های برجسته آن عبارتند از: فوتبال (۴۴ نفر)، فوتسال (۱۲ نفر)، والیبال (۴۶ نفر)، بسکتبال (۱۲ نفر) و هندبال (۷ نفر) که همگی بر پاس‌کاری هماهنگ، جای‌گیری و تاکتیک جمعی استوارند. در مقابل، ورزش‌های انفرادی بر پایه

Copyright ©The authors

توانایی شخصی ورزشکار رقم می‌خورند و مهارت، استقامت و قدرت ذهنی فرد تعیین‌کننده نتیجه‌اند. این دسته طیف گسترده‌ای را دربرمی‌گیرد: از رشته‌های رزمی چون تکواندو (۱۱ نفر)، کاراته (۴۶ نفر)، جودو (۱۱ نفر)، بوکس (۶ نفر)، کیک‌بوکسینگ (۱۷ نفر)، ووشو (۷ نفر) و کشتی (۵ نفر) گرفته تا فعالیت‌های استقامتی و دقیق مانند دوومیدانی (۲ نفر)، شنا (۱۳ نفر)، ژیمناستیک (۹ نفر)، بدنسازی (۱۹ نفر)، دوچرخه‌سواری (۱ نفر)، کوهنوردی (۵ نفر)، و حتی بازی‌های میزی همچون شطرنج (۲ نفر)، دارت (۱ نفر) و تنیس روی میز (۲ نفر)، به‌اضافه رشته‌های ماجراجویانه مثل پاراگلایدر (۱ نفر) و موتورکراس (۱ نفر). شایان ذکر است که بدمینتون (۴ نفر) هرچند به‌صورت دونفره هم بازی می‌شود، اما ماهیت اصلی رقابتش انفرادی محسوب می‌شود و در مجموع، این رشته‌های انفرادی بر خوداتکایی و اوج عملکرد شخصی تأکید دارند، نه وابستگی به تیم. از شرکت‌کنندگان دعوت شد پرسش‌نامه دموگرافیک و پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ را به‌صورت آنلاین تکمیل کنند. در آغاز، فرم رضایت‌نامه در اختیار آنان قرار گرفت و هدف، مراحل و محتوای پژوهش برایشان توضیح داده شد. همچنین به پرسش‌های احتمالی آنان پاسخ داده شد و اطمینان حاصل شد که مشارکت آنها داوطلبانه است و هر زمان که تمایلی به ادامه همکاری نداشته باشند، می‌توانند از پژوهش خارج شوند. سپس پرسش‌نامه‌ها در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت و در صورت وجود هرگونه ابهام، پژوهشگران راهنمایی لازم را ارائه دادند.

برای تحلیل داده‌ها ابتدا از شاخص‌های آمار توصیفی و سپس، پس از بررسی مفروضه‌های آماری، از روش‌های استنباطی استفاده شد. نرمال بودن داده‌ها با آزمون کلموگروف–اسمیرنوف با تصحیح لیلیفورس، شاخص‌های چولگی و کشیدگی و نمودارهای توزیع بررسی شد و با توجه به حجم نمونه ۳۶۶ نفر، تصمیم‌گیری صرفاً بر اساس مقدار p انجام نگرفت. در اجرای MANCOVA، مفروضه‌های همگنی واریانس‌ها (لوین)، همگنی ماتریس‌های کوواریانس (Box's M)، خطی بودن روابط و همگنی شیب‌های رگرسیون بررسی شد. در موارد عدم برقراری مفروضه‌های پارامتریک، از آزمون کروسکال–والیس و در صورت معناداری، مقایسه‌های زوجی با اصلاح خطای چندگانه استفاده شد. مقادیر پرت نیز با Z-Score و IQR شناسایی و پس از بررسی، در صورت توجیه علمی حذف نشدند. همچنین سن و سابقه ورزشی به‌عنوان متغیرهای کنترل در نظر گرفته شدند. تمامی تحلیل‌ها با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و در سطح معناداری ۰.۰۵ انجام گرفت.

یافته ها

نمونه شامل ۳۶۶ نفر بود که ورزشکاران با ۲۸۰ نفر (۷۶/۵ درصد)، افراد دارای مدرک کارشناسی (۳۵/۵ درصد)، مجردان با ۲۱۹ نفر (۵۹/۸ درصد)، دانشجویان با ۱۱۸ نفر (۳۲/۲ درصد)، افراد سلامت‌محور با ۲۰۷ نفر (۵۶/۶ درصد) و افراد فاقد مقام با ۱۶۳ نفر (۴۴/۵ درصد) بیشترین سهم را داشتند؛ همچنین مربیان ۸/۲ درصد، مدیران ۵/۷ درصد، داوران ۳/۸ درصد، نیمه‌حرفه‌ای‌ها ۱۶/۹ درصد، آماتورها ۱۳/۷ درصد و حرفه‌ای‌ها ۱۲/۰ درصد نمونه را تشکیل دادند. در مجموع، اگرچه نمونه از تنوع فردی و ورزشی مناسبی برخوردار بود، غلبه ورزشکاران، افراد سلامت‌محور و فاقد مقام ضرورت احتیاط در تعمیم یافته‌ها را نشان می‌دهد و یافته‌های توصیفی و آزمون سؤال اول پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

۱- طرحواره‌های غالب ورزشکاران زن و مرد استان کردستان چه تفاوت‌هایی در نوع و شدت دارند؟

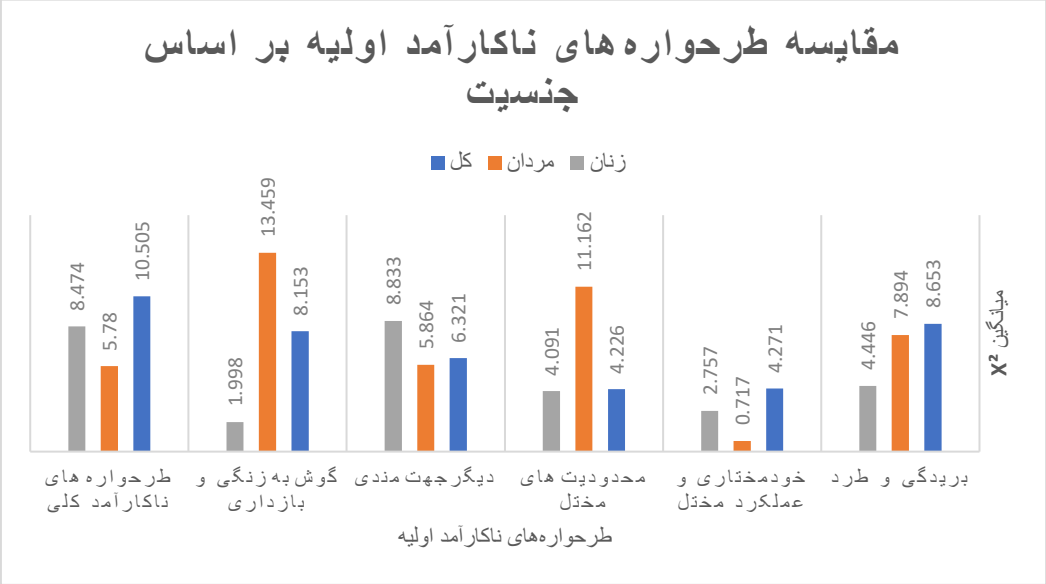
Copyright ©The authors

جدول ۲- شاخص‌های توصیفی نمرات خام حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نتایج آزمون نرمالیت (کلموگروف–اسمیرنوف با تصحیح لیلیفورس) در ورزشکاران زن و مرد

گروه	حوزه طرحواره	میانگین	انحراف معیار	آمارهK-S	سطح معناداری
زنان	بریدگی و طرد	۴.۷۵	۱.۰۲	۱.۷۶	۰.۰۲
	خودمختاری و عملکرد مختل	۵.۱۸	۰.۹۴	۲.۵۵	۰.۰۰
	محدودیت‌های مختل	۴.۵۲	۰.۹۷	۱.۱۴	۰.۱۵
	دیگرجهت‌مندی	۴.۳۶	۱.۰۵	۰.۹۸	۰.۲۹
	گوش‌به‌زنگی و بازداری	۴.۲۷	۱.۰۱	۰.۸۹	۰.۴۰
مردان	بریدگی و طرد	۴.۷۱	۱.۰۴	۱.۶۱	۰.۰۱
	خودمختاری و عملکرد مختل	۵.۰۹	۰.۹۸	۲.۶۸	۰.۰۰
	محدودیت‌های مختل	۴.۶۱	۰.۹۵	۱.۰۱	۰.۲۶
	دیگرجهت‌مندی	۴.۴۸	۱.۰۷	۱.۰۰	۰.۲۷
	گوش‌به‌زنگی و بازداری	۴.۳۷	۱.۰۳	۰.۸۵	۰.۴۶

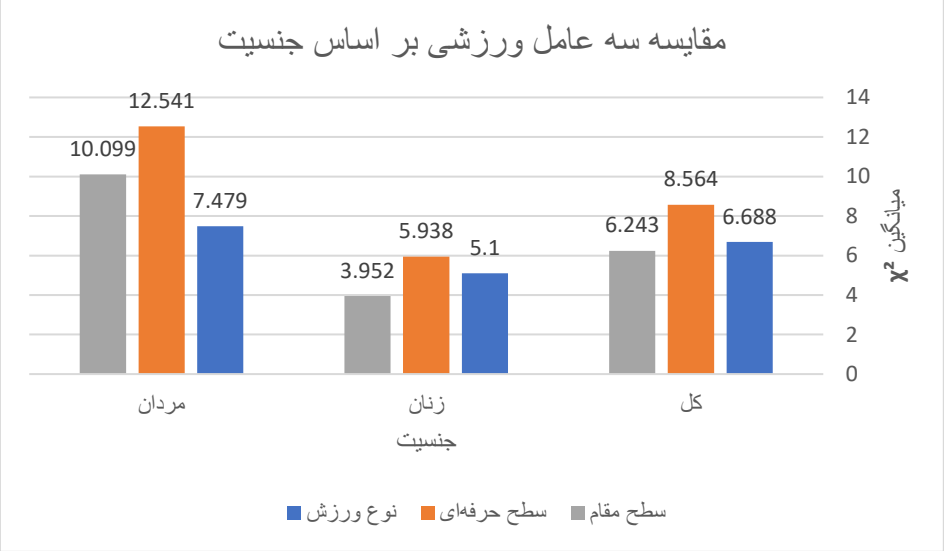
همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در هر دو جنس خودمختاری و عملکرد مختل بالاترین میانگین را داشت (۵/۱۸ در زنان و ۵/۰۹ در مردان) و پس از آن بریدگی و طرد با میانگین ۴/۷۵ در زنان و ۴/۷۱ در مردان قرار گرفت؛ در مقابل، پایین‌ترین میانگین در هر دو جنس مربوط به گوش‌به‌زنگی و بازداری بود. در مجموع، اختلاف میانگین زنان و مردان محدود بود؛ زنان در خودمختاری و عملکرد مختل و مردان در محدودیت‌های مختل، دیگرجهت‌مندی و گوش‌به‌زنگی و بازداری میانگین بیشتری داشتند، بنابراین الگوی توصیفی طرحواره‌ها در دو جنس مشابه بود و میانگین‌های خام به‌تنهایی بیانگر تفاوت جنسیتی معنادار نیستند. از نظر نرمالیتی، توزیع نمرات بریدگی و طرد و خودمختاری و عملکرد مختل در هر دو جنس بر اساس آزمون کلموگروف–اسمیرنوف انحراف معناداری از نرمال بودن داشت ($p<۰/۰۵$)، در حالی که سایر حوزه‌ها انحراف معناداری نشان ندادند. با توجه به حجم نمونه و شدت قابل‌قبول انحراف، داده‌ها برای تحلیل‌های پارامتریک چندمتغیره مناسب ارزیابی شدند. در مجموع، خودمختاری و عملکرد مختل برجسته‌ترین حوزه طرحواره‌ای در هر دو جنس بود و تعیین تفاوت‌های واقعی جنسیتی و نقش عوامل ورزشی به نتایج تحلیل‌های استنباطی، به‌ویژه اثرات تعاملی، وابسته است. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین در جمعیت ورزشکاران همسو است که گزارش کرده‌اند اضطراب عملکرد و فشارهای اجتماعی می‌توانند به فعال شدن طرحواره‌های مرتبط با ناکفایتی و انزوای هیجانی منجر شوند (Barzegar & Besharat, 2018).

Copyright ©The authors



نمودار ۱-مقایسه طرحواره‌های ناکارآمد اولیه بر اساس جنسیت

نمودار ۱ نشان داد که الگوی مقادیر کای‌دو بین زنان و مردان متفاوت است؛ بیشترین مقدار در مردان مربوط به گوش‌به‌زنگی و بازداری (χ^2=۱۳/۴۵۹) و محدودیت‌های مختل (χ^2=۱۱/۱۶۲) بود، در حالی که در زنان بیشترین مقادیر به دیگرجهت‌مندی (χ^2=۸/۸۳۳) و طرحواره‌های ناکارآمد کلی (χ^2=۸/۴۷۴) اختصاص داشت. در سایر حوزه‌ها نیز مقادیر کل، زنان و مردان به‌ترتیب در بریدگی و طرد ۸/۶۵۳، ۴/۴۴۶ و ۷/۸۹۴، خودمختاری و عملکرد مختل ۴/۲۷۱، ۲/۷۵۷ و ۰/۷۱۷ و گوش‌به‌زنگی و بازداری ۱۳/۴۵۹، ۱/۹۹۸ و ۱/۹۹۸ گزارش شد. این اختلاف‌ها صرفاً توصیفی بوده و تعیین معناداری آن‌ها مستلزم بررسی درجه آزادی و P است.



نمودار ۲- مقایسه سه عامل ورزشی بر اساس جنسیت

نمودار ۲ نشان داد که میانگین مقادیر کای‌دو برای نوع ورزش در کل، زنان و مردان به‌ترتیب ۶/۶۸۸، ۵/۱۰۰ و ۷/۴۷۹، برای سطح حرفه‌ای ۸/۵۶۴، ۵/۹۳۸ و ۱۲/۵۴۱ و برای سطح مقام ۶/۲۴۳، ۳/۹۵۲ و ۱۰/۰۹۹ بود. بنابراین، در هر سه عامل، مقادیر کای‌دو در مردان بیشتر از زنان بود و سطح حرفه‌ای در مردان (۱۲/۵۴۱) بیشترین مقدار را نشان داد؛ در

Copyright ©The authors

مجموع نیز سطح حرفه‌ای، سطح مقام و نوع ورزش به‌ترتیب بیشترین مقادیر میانگین کای‌دو را داشتند. پیش از تحلیل‌های استنباطی، مفروضه‌های آماری بررسی شد و با وجود انحراف معنادار برخی متغیرها در آزمون کلموگروف–اسمیرنوف، با توجه به حجم نمونه، شاخص‌های چولگی و کشیدگی و شدت انحراف، نرمال بودن تقریبی داده‌ها برای تحلیل‌های پارامتریک قابل‌قبول ارزیابی شد و مفروضه‌های همگنی واریانس‌ها، همگنی ماتریس‌های کوواریانس و خطی بودن روابط نیز در MANCOVA بررسی گردید؛ در موارد نقض مفروضه‌ها از آزمون کروسکال–والیس استفاده شد. برای بررسی هم‌زمان اثر نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده بر مجموعه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و با کنترل متغیرهای سن و سابقه ورزشی، تحلیل کواریانس چندمتغیره انجام شد. نتایج در جدول ۳ ارائه شده است.

۲–تفاوت‌های جنسیتی طرحواره‌ها تا چه حد به نوع ورزش یا سطح حرفه‌ای وابسته است؟

جدول ۳–نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره (MANCOVA) اثر نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده بر الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه با درنظرگرفتن جنسیت با کنترل سن و سابقه ورزشی

نوع اثر	Pillai's Trace	F	Df	Sig.	η^2	قدرت اثر مشاهده شده
اثر چندمتغیره کلی	۰.۷۶۸	۵۴.۴۷۵	۱۶	۰.۰۰۰۱	۰.۷۶۸	۱
سابقه ورزشی	۰.۰۸۷	۱.۵۸۱	۱۶	۰.۰۷۴	۰.۰۸۷	۰.۸۹۹
سن	۰.۱۰۵	a۱.۹۳۲	۱۶	۰.۰۱۸	۰.۱۰۵	۰.۹۵۸
سطح حرفه‌ای	۰.۱۸۷	۱.۱۰۲	۴۸	۰.۲۹۷	۰.۰۶۲	۰.۹۸۴
سطوح مقام	۰.۱۴۶	۰.۶۳۲	۶۴	۰.۹۸۹	۰.۰۳۷	۰.۸۷۸
جنسیت	۰.۰۹۴	۰.۸۱۷	۳۲	۰.۷۵۴	۰.۰۴۷	۰.۷۹۷
نوع ورزش	۰.۰۴	a۰.۶۷۹	۱۶	۰.۸۱۴	۰.۰۴	۰.۴۶۳
نوع ورزش سطح حرفه‌ای سطح مقام	۰.۴۴۱	۱.۳۳۳	۹۶	۰.۰۲۰۰	۰.۰۷۳	۱

نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که اثر چندمتغیره کلی مدل معنادار بود. مقدار آماره ردپای پیلایی برابر با ۰.۷۶۸، مقدار آماره F برابر با ۵۴.۴۷۵، مقدار P کمتر از ۰.۰۰۱ و مجذور اتا برابر با ۰.۷۶۸ بود که بیانگر ارتباط معنادار مجموعه متغیرهای مدل با الگوی چندمتغیره طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. در میان متغیرهای کنترل، سن اثر چندمتغیره معناداری داشت؛ مقدار آماره ردپای پیلایی برابر با ۰.۱۰۵، مقدار آماره F برابر با ۱.۹۳۲ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۸ بود و مجذور اتا نیز ۰.۱۰۵ به دست آمد. در حالی که اثر سابقه ورزشی معنادار نبود و مقدار P برابر با ۰.۰۷۴ بود. همچنین، اثرات اصلی سطح حرفه‌ای، سطح مقام‌های کسب‌شده، جنسیت و نوع ورزش به سطح معناداری آماری نرسیدند و مقادیر P در همه این موارد بزرگ‌تر از ۰.۰۵ بود. مهم‌ترین یافته، معناداری تعامل سه‌گانه نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده بود. مقدار آماره ردپای پیلایی برابر با ۰.۴۴۱، مقدار آماره F برابر با ۱.۳۳۳، مقدار P برابر با ۰.۰۲۰ و مجذور اتا برابر با ۰.۰۷۳ بود. این یافته نشان می‌دهد که ارتباط ویژگی‌های ورزشی با الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌صورت مستقل و ساده نیست، بلکه به ترکیب این عوامل وابسته است. بنابراین، بررسی جداگانه نوع ورزش، سطح حرفه‌ای یا مقام کسب‌شده برای تبیین الگوی طرحواره‌ها کافی نیست و تعامل این عوامل باید در تفسیر نتایج مورد توجه قرار گیرد. این الگو با یافته‌های Clément-

Copyright ©The authors

Guillotin و Fontayne در سال ۲۰۱۱ و Tod و همکاران در سال ۲۰۲۳ همسو است که تأکید کرده‌اند ساختار تعامل اجتماعی و فشارهای رقابتی در ورزش می‌تواند تفاوت‌های شناختی و هیجانی قابل‌توجهی میان گروه‌ها ایجاد کند.

جدول ۴- اثرات بین‌گروهی کروسکال والیس نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطوح مقام بر حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه

نوع اثر	آماره	بریدگی و طرد	خودمختاری و عملکرد مختل	محدودیت‌های مختل	دیگر جهت‌مندی	گوش‌به‌زنگی و بازداری	طرحواره‌های ناکارآمد اولیه
نوع ورزش	Chi-Square	۵.۶۳۴	۲.۷۷۲	۰.۳۹۵	۴.۴۵۲	۰.۳۸۶	۴.۶۲
	Asymp. Sig.	۰.۰۱۸	۰.۰۹۶	۰.۵۳	۰.۰۳۵	۰.۵۳۵	۰.۰۳۲
سطح حرفه‌ای	Chi-Square	۶.۸۰۲	۰.۴۴۱	۴.۹۶۳	۱۱.۹۱۲	۱۱.۶۷	۶.۲۶۴
	Asymp. Sig.	۰.۰۷۸	۰.۹۳۲	۰.۱۷۴	۰.۰۰۸	۰.۰۰۹	۰.۰۹۹
سطح مقام	Chi-Square	۱.۶۳۶	۴.۴۲۹	۳.۷۰۵	۹.۷۰۵	۲.۷۵۶	۱.۴۹۹
	Asymp. Sig.	۰.۸۰۲	۰.۳۵۱	۰.۴۴۷	۰.۰۴۶	۰.۵۹۹	۰.۸۲۷

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که به‌طور خلاصه، نتایج آزمون کروسکال–والیس نشان داد که نوع ورزش بر حوزه‌های بریدگی و طرد، با آماره مجذور کای برابر با ۵.۶۳۴ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۸، دیگرجهت‌مندی، با آماره مجذور کای برابر با ۴.۴۵۲ و مقدار P برابر با ۰.۰۳۵، و نمره کلی طرحواره‌های ناکارآمد اولیه، با آماره مجذور کای برابر با ۴.۶۲۰ و مقدار P برابر با ۰.۰۳۲، اثر معنادار دارد، اما بر سایر حوزه‌ها اثر معناداری مشاهده نشد و مقادیر P بزرگ‌تر از ۰.۰۵ بودند. سطح حرفه‌ای تنها در حوزه‌های دیگرجهت‌مندی، با آماره مجذور کای برابر با ۱۱.۹۱۲ و مقدار P برابر با ۰.۰۰۸، و گوش‌به‌زنگی و بازداری، با آماره مجذور کای برابر با ۱۱.۶۷۰ و مقدار P برابر با ۰.۰۰۹، تفاوت معنادار ایجاد کرد و در سایر حوزه‌ها معنادار نبود. همچنین، سطح مقام‌های کسب‌شده فقط در حوزه دیگرجهت‌مندی، با آماره مجذور کای برابر با ۹.۷۰۵ و مقدار P برابر با ۰.۰۴۶، اثر معناداری نشان داد. در مجموع، این نتایج نشان می‌دهد که دیگرجهت‌مندی حساس‌ترین حوزه نسبت به سطح حرفه‌ای و سطح موفقیت ورزشی در کل نمونه بود؛ در حالی که نوع ورزش علاوه بر این حوزه، با بریدگی و طرد و نمره کلی طرحواره‌های ناکارآمد اولیه نیز ارتباط داشت. بااین‌حال، آزمون کروسکال–والیس صرفاً وجود تفاوت بین گروه‌ها را مشخص می‌کند و جهت تفاوت یا گروه‌های دقیقاً متفاوت را نشان نمی‌دهد. الگویی که در پژوهش‌های Alzner (۲۰۲۵) نیز گزارش شده است. در مجموع، نتایج این تحلیل‌ها بیانگر آن است که جنسیت، نوع رشته، و میزان موفقیت ورزشی به‌صورت تعاملی بر الگوهای شناختی ورزشکاران تأثیر می‌گذارند و هیچ‌یک به‌تنهایی تبیین‌کننده‌ی تفاوت‌ها نیستند.

Copyright ©The authors

۳- طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران زن و مرد چگونه متمایز بوده و بر عملکردشان اثر می‌گذارد؟

جدول ۵- تحلیل کواریانس تاثیر طرحواره های ناسازگار اولیه بر تعامل سطح حرفه‌ای و مقام های کسب شده با کنترل جنسیت

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ارزش	میزان اثر مشاهده شده	F	مجذور اتای نسبی	درجه معناداری
اثر تعاملی طرحواره ناکارآمد اولیه و جنسیت	تعامل سطح حرفه‌ای، مقام های کسب شده و نوع ورزش با کنترل جنسیت	۰.۰۸۱	۰.۹۹۸	۱۳.۹۰۹	۰.۰۷۵	۰.۰۰۰۱
طرحواره ناکارآمد اولیه	تعامل سطح حرفه‌ای، مقام های کسب شده و نوع ورزش با کنترل جنسیت	۰.۰۰۰۱	۰.۰۵۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰۱	۱.۰۰۰
جنسیت	تعامل سطح حرفه‌ای، مقام های کسب شده و نوع ورزش	۰.۰۴۶	۰.۹۵۱	۷.۸۲۸	۰.۰۴۴	۰.۰۰۰۱
مدل اصلاح شده اثر طرحواره‌های ناسازگار اولیه با کنترل جنسیت	سطح حرفه‌ای	۰.۱۸۷	۰.۹۹۹	۳.۰۰۷	۰.۱۳۶	۰.۰۰۰۱
	سطوح مقام‌های کسب‌شده	۰.۱۴۶	۰.۹۹۹	۲.۸۳۸	۰.۱۲۹	۰.۰۰۰۱
اثر تعاملی طرحواره و جنسیت	سطح حرفه‌ای	۰.۱۸۷	۰.۹۹۹	۲۴.۶۸۹	۰.۰۶۷	۰.۰۰۰۱
	سطوح مقام‌های کسب‌شده	۰.۱۴۶	۰.۹۹۵	۲۰.۵۸۹	۰.۰۵۶	۰.۰۰۰۱
جنسیت	سطح حرفه‌ای	۰.۱۸۷	۰.۹۲۹	۷.۰۷۸	۰.۰۴۰	۰.۰۰۱
	سطوح مقام‌های کسب‌شده	۰.۱۴۶	۰.۸۷۶	۵.۹۲۴	۰.۰۳۳	۰.۰۰۳

نتایج جدول ۵ نشان داد که برخی اثرات تعاملی میان جنسیت و عوامل ورزشی معنادار بودند؛ به‌ویژه، اثر تعاملی سه‌گانه نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده پس از کنترل جنسیت معنادار بود. مقدار P کمتر از ۰.۰۰۱ و مجذور اتا برابر با ۰.۰۷۵ بود که با یافته‌های جدول ۳ همسو بوده و بر اهمیت بررسی هم‌زمان عوامل ورزشی تأکید دارد. همچنین، اثر جنسیت در این تحلیل معنادار گزارش شد، اما با توجه به معنادار نبودن اثر اصلی جنسیت در تحلیل چندمتغیره جدول ۳، این یافته باید در چارچوب تفاوت میان اثر اصلی و اثرات تعاملی تفسیر شود؛ بنابراین، نمی‌توان نتیجه گرفت که زنان و مردان در تمامی طرحواره‌ها به‌طور کلی متفاوت‌اند، بلکه جنسیت ممکن است در برخی روابط میان طرحواره‌ها و ویژگی‌های ورزشی نقش تعدیل‌کننده داشته باشد. در مقابل، اثر مستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر متغیر وابسته معنادار نبود. مقدار F برابر با ۰.۰۰۰، مقدار P برابر با ۱.۰۰۰ و مجذور اتا برابر با ۰.۰۰۰۱ بود. در مجموع، یافته‌ها بر الگوی تعاملی و زمینه‌ای تأکید دارند و شواهد کافی برای انتساب اثر مستقل و مستقیم به طرحواره‌های ناسازگار اولیه فراهم نمی‌کنند. این یافته بیانگر آن است که نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه صرفاً در تعامل با جنسیت یا سایر متغیرهای زمینه‌ای آشکار می‌شود و به‌تنهایی اثر قابل ملاحظه‌ای بر متغیر وابسته ندارد. همچنین، یکی از دلایل احتمالی این نتیجه می‌تواند پایین بودن پراکندگی نمرات یا همگنی نسبی پاسخ‌ها در این متغیر باشد که موجب کاهش توان آشکارسازی اثر مستقیم شده است. ازاین‌رو، از هرگونه تفسیر مثبت درباره اثر مستقل این متغیر خودداری شد.

Copyright ©The authors

جدول ۶- اثرات بین‌گروهی کروسکال والیس طرحواره های ناسازگار اولیه بر نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و مقام‌های کسب شده با توجه به جنسیت

جنسیت	نوع اثر	آماره	بریدگی و طرد	خودمختاری و عملکرد مختل	محدودیت‌های مختل	دیگر جهت‌مندی	گوش‌به‌زنگی و بازداری	طرحواره‌های ناکارآمد اولیه
کلی	نوع ورزش	Chi-Square	۸.۶۵۳	۴.۲۷۱	۴.۲۲۶	۶.۳۲۱	۸.۱۵۳	۱۰.۵۰۵
		Asymp. Sig.	۰.۱۲۴	۰.۵۱۱	۰.۵۱۷	۰.۲۷۶	۰.۱۴۸	۰.۰۶۲
	سطح حرفه‌ای	Chi-Square	۸.۱۰۶	۱.۹۵۶	۷.۹۵۶	۱۸.۷۱۱	۳.۷۲۶	۱۰.۹۳۰
		Asymp. Sig.	۰.۱۵۰	۰.۸۵۵	۰.۱۵۹	۰.۰۰۲	۰.۵۸۹	۰.۰۵۳
	سطح مقام	Chi-Square	۹.۳۸۵	۳.۷۶۳	۶.۱۸۶	۷.۴۴۲	۰.۳۶۳	۱۰.۳۲۰
		Asymp. Sig.	۰.۰۹۵	۰.۵۸۴	۰.۲۸۹	۰.۱۹۰	۰.۹۹۶	۰.۰۶۷
زنان	نوع ورزش	Chi-Square	۴.۴۴۶	۲.۷۵۷	۴.۰۹۱	۸.۸۳۳	۱.۹۹۸	۸.۴۷۴
		Asymp. Sig.	۰.۴۸۷	۰.۷۳۷	۰.۵۳۶	۰.۱۱۶	۰.۸۴۹	۰.۰۷۶
	سطح حرفه‌ای	Chi-Square	۴.۳۶۹	۳.۵۷۲	۶.۶۳۷	۱۳.۴۸۸	۳.۸۳۲	۳.۷۲۹
		Asymp. Sig.	۰.۴۹۸	۰.۶۱۲	۰.۲۴۹	۰.۰۱۹	۰.۵۷۴	۰.۴۴۴
	سطح مقام	Chi-Square	۲.۹۷۲	۳.۰۹۲	۴.۳۹۴	۴.۹۷۵	۳.۷۳۳	۴.۵۴۴
		Asymp. Sig.	۰.۷۰۴	۰.۶۸۶	۰.۴۹۴	۰.۴۱۹	۰.۵۸۹	۰.۳۳۷
مردان	نوع ورزش	Chi-Square	۷.۸۹۴	۰.۷۱۷	۱۱.۱۶۲	۵.۸۶۴	۱۳.۴۵۹	۵.۷۸۰
		Asymp. Sig.	۰.۱۶۲	۰.۹۴۹	۰.۰۲۵	۰.۳۲۰	۰.۰۱۹	۰.۳۲۸
	سطح حرفه‌ای	Chi-Square	۲۴.۷۲۶	۲.۸۹۵	۱۱.۰۸۴	۱۵.۰۱۳	۵.۴۲۲	۱۶.۱۰۶
		Asymp. Sig.	۰.۰۰۱<	۰.۵۷۶	۰.۰۲۶	۰.۰۱۰	۰.۳۶۷	۰.۰۰۷
	سطح مقام	Chi-Square	۱۸.۶۲۱	۱.۵۰۳	۸.۶۶۰	۱۴.۵۲۷	۳.۵۰۳	۱۳.۷۸۱
		Asymp. Sig.	۰.۰۰۲	۰.۸۲۶	۰.۰۷۰	۰.۰۱۳	۰.۶۲۳	۰.۰۱۷

یافته‌های جدول ۶ نشان داد که الگوی ارتباط عوامل ورزشی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه در زنان و مردان متفاوت است. در زنان، تنها رابطه معنادار مربوط به سطح حرفه‌ای و حوزه دیگرجهت‌مندی بود؛ آماره مجذور کای برابر با ۳.۴۸۸ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۹ بود، در حالی که نوع ورزش و سطح مقام‌های کسب‌شده در هیچ‌یک از حوزه‌ها رابطه معناداری نشان ندادند. در مقابل، در مردان، روابط معنادار گسترده‌تر بود؛ به‌طوری‌که نوع ورزش با حوزه محدودیت‌های مختل، با آماره مجذور کای برابر با ۱۱.۱۶۲ و مقدار P برابر با ۰.۰۲۵، و حوزه گوش‌به‌زنگی و بازداری، با آماره مجذور کای برابر با ۱۳.۴۵۹ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۹، ارتباط داشت. همچنین، سطح حرفه‌ای با حوزه بریدگی و طرد، با آماره مجذور کای برابر با ۲۴.۷۲۶ و مقدار P کوچک‌تر از ۰.۰۰۱، حوزه محدودیت‌های مختل، با آماره مجذور کای برابر با ۱۱.۰۸۴ و مقدار P برابر با ۰.۰۲۶، حوزه دیگرجهت‌مندی، با آماره مجذور کای برابر با ۱۵.۰۱۳ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۰، و نمره کلی طرحواره‌های ناکارآمد اولیه، با آماره مجذور کای برابر با ۱۶.۱۰۶ و مقدار P برابر با ۰.۰۰۷، رابطه معنادار داشت. سطح مقام‌های کسب‌شده نیز با حوزه بریدگی و طرد، با آماره مجذور کای برابر با ۱۸.۶۲۱ و مقدار P برابر با ۰.۰۰۲، حوزه دیگرجهت‌مندی، با آماره مجذور کای برابر با ۱۴.۵۲۷ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۳، و نمره کلی

Copyright ©The authors

طرحواره‌های ناکارآمد اولیه، با آماره مجذور کای برابر با ۱۳.۷۸۱ و مقدار P برابر با ۰.۰۱۷، رابطه معنادار داشتند. بنابراین، گستره روابط معنادار عوامل ورزشی با طرحواره‌ها در مردان به‌مراتب بیشتر از زنان بود؛ بااین‌حال، صرف تفاوت در تعداد روابط معنادار برای اثبات تفاوت جنسیتی کافی نیست و تأیید رسمی این تفاوت مستلزم آزمون مستقیم تعامل جنسیت با عوامل ورزشی و گزارش اندازه اثر است. در مجموع، یافته‌ها از نقش احتمالی زمینه‌ای یا تعدیل‌کننده جنسیت در ارتباط ویژگی‌های ورزشی و رقابتی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه حمایت می‌کنند.

بحث و نتیجه گیری

یافته‌های توصیفی نشان داد که در هر دو گروه زنان و مردان، بالاترین میانگین طرحواره‌ها مربوط به حوزه «خودمختاری و عملکرد مختل» است. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین در جمعیت ورزشکاران همسو بوده و بیانگر نقش فشارهای عملکردی و اجتماعی در فعال‌سازی طرحواره‌های مرتبط با ناکفایتی و انزوای هیجانی است (Barzegar & Besharat, 2018). بر اساس نظریه یانگ (Young et al., 2006)، طرحواره‌ها الگوهای شناختی عمیقی هستند که در دوران کودکی شکل می‌گیرند و در موقعیت‌های فشارزا، از جمله رقابت‌های ورزشی، فعال می‌شوند. یافته‌های تحلیل‌های چندمتغیره پژوهش حاضر نشان داد که برخلاف انتظار اولیه، جنسیت، نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده، به‌تنهایی تأثیر معناداری بر الگوی ترکیبی طرحواره‌های ناسازگار اولیه ندارند. در مقابل، تعامل میان نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام‌های کسب‌شده نقش تعیین‌کننده‌ای در تبیین تغییرات طرحواره‌ها ایفا می‌کند. همچنین، نتایج نشان داد که اثر مستقل طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر متغیر وابسته معنادار نیست، اما تعامل میان طرحواره‌ها و جنسیت معنادار است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که تأثیر طرحواره‌ها بر عملکرد و موقعیت ورزشی به بستر جنسیتی و شرایط تعاملی رقابت وابسته است و صرف وجود یک طرحواره، بدون درنظر گرفتن این تعاملات، نمی‌تواند تفاوت‌های عملکردی ورزشکاران را تبیین کند.

نتایج همچنین نشان داد که نوع ورزش به‌طور ویژه بر برخی حوزه‌های طرحواره‌ای، از جمله «بریدگی و طرد»، «دیگرجهت‌مندی» و نمره کلی طرحواره‌های ناسازگار اولیه تأثیرگذار است، در حالی که سطح حرفه‌ای و سطح مقام بیشتر با حوزه «دیگرجهت‌مندی» ارتباط دارند. این الگو با یافته‌های Clément-Guillotin and Fontayne (2011) و Olave et al. (2025) همسو است که بر نقش ساختار اجتماعی هر رشته ورزشی و سطح رقابت در فعال‌سازی انواع مختلف طرحواره‌ها تأکید کرده‌اند. در ورزش‌های تیمی، ورزشکار ناگزیر از سازگاری با گروه است و ممکن است برای حفظ انسجام تیم از بیان نیازهای شخصی خودداری کند؛ در حالی که در ورزش‌های انفرادی و سطوح بالاتر رقابت، مسئولیت عملکرد به‌طور کامل بر عهده فرد قرار دارد و این وضعیت می‌تواند گرایش به کمال‌گرایی و خودانتقادی را افزایش دهد. این تبیین با یافته‌های Alzner (2025) درباره فعال شدن طرحواره‌های ناکفایتی و خودانتقادی در سطوح بالای رقابت همخوانی دارد.

تحلیل‌های تفکیک‌شده بر اساس جنسیت، الگوی قابل توجهی را آشکار ساخت که از جنبه نوآوری پژوهش حائز اهمیت است. نتایج نشان داد متغیرهای ورزشی، شامل نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام، تأثیر گسترده‌تر و عمیق‌تری بر طرحواره‌های مردان نسبت به زنان دارند. در مردان، هر سه متغیر ورزشی با برخی حوزه‌های طرحواره‌ای

Copyright ©The authors

ارتباط معنادار داشتند، در حالی که در زنان تنها سطح حرفه‌ای با یکی از حوزه‌های طرحواره ارتباط نشان داد. این یافته بیانگر آن است که در بافت فرهنگی استان کردستان، فشارهای ناشی از رقابت و موفقیت ورزشی بیش از همه بر مردان متمرکز شده و زمینه فعال‌سازی مستقیم طرحواره‌های آنان را فراهم می‌کند. در مقابل، به نظر می‌رسد طرحواره‌های زنان ورزشکار در این بافت فرهنگی کمتر تحت تأثیر عوامل اختصاصی ورزش قرار گرفته و بیشتر از هنجارهای جنسیتی فراگیر و نقش‌های سنتی، مانند ایثار، اطاعت و خودتحول‌نیافتگی، متأثر می‌شوند؛ هنجارهایی که در تعامل مستمر با محیط اجتماعی بازتولید می‌شوند. این تفاوت در مسیرهای شناختی با یافته های (2013) Chalabaev et al.، Lundqvist et al. (2023) و Da Silva et al. (2020) همسو است که نشان داده‌اند زنان در محیط‌های مردسالارانه بیشتر به الگوهای خودبازدار و ایثارگرانه گرایش دارند. همچنین، این نتایج با پژوهشهای Tod et al. (2023)، Terrien et al. (2024) و Alzner (2025)که بر فشار ناشی از حفظ تصویر قدرت و خودکنترلی در میان مردان ورزشکار تأکید کرده‌اند، همخوانی دارد. با این حال، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات Birrer and Morgan (2010) و Chang et al. (2020) که ورزش را عاملی در کاهش طرحواره‌های منفی معرفی کرده‌اند، همسو نیست. این تفاوت را می‌توان به تفاوت در سطح رقابت، بافت فرهنگی جمع‌گرای استان کردستان و ویژگی‌های نمونه‌های پژوهشی نسبت داد.

همچنین، ناهمسویی با یافته‌های Lee and Read (2024) و Cormier et al. (2025) که در جوامع غربی کاهش تفاوت‌های جنسیتی را در نتیجه افزایش حمایت اجتماعی گزارش کرده‌اند، نشان می‌دهد که در جوامعی مانند ایران، نقش‌های جنسیتی همچنان از عوامل تعیین‌کننده محسوب می‌شوند و تعامل آن‌ها با متغیرهای ورزشی، الگوی پیچیده‌تری از طرحواره‌ها را شکل می‌دهد. در بافت فرهنگی جمع‌گرای کردستان، خانواده نقش محوری در تصمیم‌گیری و نظارت بر رفتار فرد دارد؛ ازاین‌رو، انتظارات خانوادگی درباره حفظ آبرو، تبعیت و فداکاری می‌تواند زمینه درونی‌سازی طرحواره‌های ایثار و اطاعت را در زنان فراهم کند، در حالی که هنجارهای مردانه بیشتر بر کنترل هیجان، موفقیت و مسئولیت‌پذیری تأکید دارند. این تبیین با دیدگاه Barberá (2003) درباره نقش هنجارهای اجتماعی در شکل‌گیری طرحواره‌های جنسیتی همخوان است.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران حاصل تعامل پیچیده جنسیت، نوع ورزش، سطح رقابت و زمینه فرهنگی هستند و بررسی اثرات اصلی این متغیرها به‌تنهایی نمی‌تواند تصویری کامل ارائه دهد. در این میان، جنسیت نقش تعدیل‌کننده دارد و شدت و جهت ارتباط عوامل ورزشی با طرحواره‌ها را تغییر می‌دهد؛ بنابراین، مداخلات روان‌شناختی باید متناسب با ویژگی‌های هر گروه طراحی شوند. برای مردان، کاهش کمال‌گرایی، پذیرش شکست و تقویت انعطاف‌پذیری هیجانی و برای زنان، تقویت ابراز هیجان، خودکارآمدی و بازسازی شناختی درباره ارزشمندی فردی می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. همچنین، نقش خانواده، هنجارهای محلی و انتظارات جنسیتی در بافت فرهنگی کردستان ضرورت رویکردی فرهنگ‌محور را برجسته می‌کند.

تفسیر نتایج باید با توجه به محدودیت‌های پژوهش، از جمله ناهمگونی رشته‌های ورزشی، احتمال وجود داده‌های پرت، کنترل‌نشدن برخی متغیرهای مخدوش‌گر و تفاوت‌های ادراکی در پاسخ‌گویی به پرسش‌نامه‌ها انجام شود. مهم‌ترین محدودیت، مقطعی بودن مطالعه است که امکان بررسی تغییرات طرحواره‌ها در طول زمان و تعیین تقدم و

Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

تأخر متغیرها را فراهم نمی‌کند؛ ازاین‌رو، یافته‌ها صرفاً بیانگر روابط مشاهده‌شده بوده و نمی‌توان از آن‌ها نتیجه‌گیری علّی یا درباره آثار بلندمدت عوامل ورزشی، جنسیت و سطح رقابت استفاده کرد. بنابراین، تعمیم‌پذیری نتایج محدود است و یافته‌ها باید مقدماتی تلقی شوند. از نظر کاربردی، پیشنهاد می‌شود باشگاه‌ها و تیم‌های ورزشی با ارزیابی الگوی تعاملی طرحواره‌ها، جنسیت و سطح رقابت، مداخلات مبتنی بر طرحواره، تنظیم هیجان و بازسازی شناختی را به‌صورت هدفمند اجرا کنند و با ایجاد محیط‌های حمایتی، از فشارهای ناشی از کلیشه‌های جنسیتی بکاهند.

برای پژوهش‌های آینده، استفاده از طرح‌های طولی برای بررسی تغییرات طرحواره‌ها در دوره‌های مختلف تمرین و رقابت و روش‌های کیفی مانند مصاحبه‌های عمیق برای شناخت تجربه ورزشکاران از فشار رقابتی، انتظارات جنسیتی، نقش خانواده و هنجارهای فرهنگی پیشنهاد می‌شود. ترکیب روش‌های طولی و کیفی با مطالعات کمی، نمونه‌های همگن‌تر و کنترل دقیق‌تر متغیرهای مخدوش‌گر می‌تواند درک جامع‌تری از پویایی طرحواره‌ها فراهم کند. همچنین، بررسی رشته‌های ورزشی مشخص، سطوح مختلف رقابت و میزان پایبندی به هنجارهای جمع‌گرایانه می‌تواند روشن سازد که الگوهای مشاهده‌شده تا چه اندازه در سایر گروه‌ها و بافت‌های فرهنگی قابل تکرار و تعمیم هستند.

پیام مقاله

یافته ها نشان می‌دهد الگوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ورزشکاران تحت تعامل جنسیت، نوع ورزش، سطح حرفه‌ای و سطح مقام کسب شده و بافت فرهنگی شکل می‌گیرد. برای زنان تقویت ابراز هیجان، خودکارآمدی و بازسازی شناختی ارزشمندی فردی و برای مردان افزایش انعطاف‌پذیری هیجانی، پذیرش شکست و تعدیل کمال‌گرایی پیشنهاد می‌شود.

ملاحضات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

مقاله حاضر با حمایت پژوهشگاه علوم ورزشی به انجام رسیده است. بدین‌وسیله از پژوهشگاه علوم ورزشی به‌خاطر ارائه کد اخلاق IR.SSRI.REC.1401.1868 برای این تحقیق سپاسگزاری می‌نماییم. همچنین نویسندگان این مقاله اعلام می‌دارند که هیچ‌گونه تعارض منافعی با اشخاص یا نهادهای مرتبط با انتشار این مقاله وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

هر سه نویسنده به طور مشترک و برابر در طراحی پژوهش، گردآوری داده‌ها، تحلیل و تفسیر نتایج و تدوین و بازنگری مقاله مشارکت داشته‌اند و نسخه نهایی مقاله را تأیید کرده‌اند.

تعارض منافع

نویسندگان مقاله هیچ گونه تعارض منافعی را گزارش نکردند.

Copyright ©The authors

Reference

Adibnejad, M., Rafiee, S., & Lajevardi, H. (2024). The relationship between early maladaptive schemas and social anxiety and sports mindfulness in students of Qom province. *Journal of Functional Research in Sport Psychology, 1*(1), 15–29. https://doi.org/10.22091/frs.2024.11145.1001

Aghababa, A., Zahedeh, R., & Mahtab, N. (2026). Comparison of Early Maladaptive Schemas among Sports Professionals by Gender. *Functional Research in Sport Psychology*, *3*(3), 96-120. doi: 10.22091/frs.2026.14888.1143

Alizadeh, L., & Mohammadzadeh, S. (2025). The role of social comparison orientation, self-efficacy, and competitive anxiety in enhancing athletic performance: A psychological model. *Sport Psychology Studies*. https://doi.org/10.22089/spsyj.2025.17558.2536

Alzner, D. (2025). Applied sport and exercise psychology: Maximizing athletic performance, rehabilitation, motivation, and well-being. In *Applied psychology in the modern era: Integrating theory, research, and practice for real-world application* (pp. 169–186). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-031-79134-5_9

Ariapooran, S., & Godarzi, A. (2021). The effectiveness of mindfulness-based stress reduction on competitive anxiety and mental toughness in wrestler adolescents. *Sport Psychology Studies, 10*(35), 143–166. https://doi.org/10.22089/spsyj.2020.8434.1916

Barberá, E. (2003). Gender schemas: Configuration and activation processes. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, 35*(3), 176–184. https://cpa.ca/cpasite/UserFiles/Documents/publications/cjbs/CJBS35-3.pdf

Barragan, R. (2015). Sport participation, gender schema, athletic identity, and internalized homophobia in lesbian women. *Walden Dissertations and Doctoral Studies*. https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/1374

Barzegar Bafrooei, M., & Besharat, M. A. (2018). The role of early maladaptive schemas in predicting competitive anxiety among athletes. *Journal of Psychology Studies, 14*(3), 55–72. https://scholar.google.com/scholar?q=%22The+role+of+early+maladaptive+schemas+in+predicting+competitive+anxiety+among+athletes%22

Bekir, S., Mancı, E., Hürman, İ. E., Makas, S., Batmaz, H., & Dombak, K. (2025). Insomnia and life satisfaction in esports players: Examining mindfulness and loneliness as serial mediators. https://doi.org/10.20944/preprints202502.1754.v1

Birrer, D., & Morgan, G. (2010). Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 20*(Suppl. 2), 78–87. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01188.x

Birrer, D., & Morgan, G. (2010). Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 20*, 78–87. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01188.x

Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., & Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise, 14*(2), 136–144. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.10.005

Chang, C. J., Putukian, M., Aerni, G., Diamond, A. B., Hong, E. S., Ingram, Y. M., . . . Wolanin, A. T. (2020). Mental health issues and psychological factors in athletes: Detection, management, effect on performance, and prevention: American Medical Society for Sports Medicine position statement. *Clinical Journal of Sport Medicine, 30*(2), e61–e87. https://doi.org/10.1097/JSM.0000000000000817

Clément-Guillotin, C., & Fontayne, P. (2011). Situational malleability of gender schema: The case of the competitive sport context. *Sex Roles, 64*(5), 426–439. https://doi.org/10.1007/s11199-010-9912-1

Copyright ©The authors Publisher: University of Tabriz

Cormier, D. L., Jørgensen, H., Ferguson, L. J., Gyurcsik, N. C., Briere, J. L., & Kowalski, K. C. (2025). Constructing a grounded theory of grit in sport: Understanding the development and outcomes of long-term passion and perseverance in competitive athletes. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health, 17*(2), 155–171. https://doi.org/10.1080/2159676X.2024.2432653

da Silva, A. A., De Carvalho, H. P., Silva, G. S., Alves, L., Cerqueira, J. O., Cardoso, F. L., & de Melo, G. F. (2020). Sexual orientation, gender identity and self-concept gender schemas of women practitioners of culturally masculine sports. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, 10*(3). https://doi.org/10.31501/rbpe.v10i3.11629

Dehghani, M., Khosravi, Z., & Asgari, P. (2016). Relationship between early maladaptive schemas and emotional intelligence in athletes. *Journal of Fundamentals of Mental Health, 18*(3), 165–170. https://scholar.google.com/scholar?q=%22Relationship+between+early+maladaptive+schemas+and+emotional+intelligence+in+athletes%22

Diba Zaki, E., & Salehian, M. H. (2023). Comarison of win and loss effect on early maladaptive schemas of females team and individual sports athletes. *Mind, Movement, and Behavior, 2*(1), 155–171. https://doi.org/10.22034/mmbj.2023.56632.1043

Ebrahimi Orang, A., & Moradi, H. (2025). The relationship between alexithymia and personality factors with early maladaptive schemas in futsal athletes: The mediating role of distress tolerance. *Mind, Movement, and Behavior, 4*(1), 187–204. https://doi.org/10.22034/mmbj.2025.65836.1160

Estiri, Z., & Mehranian, A. (2024). The effect of over learning in practice variability on learning of basketball pass accuracy in educable mentally retarded children. *Mind, Movement, and Behavior, 3*(1), 125–136. https://doi.org/10.22034/mmbj.2024.62457.1104

Hashemi Halvaei, N., Shariatmadar, A., & Farahbakhsh, K. (2024). The relationship between early maladaptive schemas and copping strategies among injured athletes. *Journal of Clinical Sport Neuropsychology, 4*(1), 0–0. https://scholar.google.com/scholar?q=%22The+Relationship+Between+Early+Maladaptive+Schemas+and+Copping+Strategies+Among+Injured+Athletes%22

Kaishian, J. E., & Kaishian, R. M. (2021). The prevalence of mental health conditions among high school and collegiate student-athletes: A systematic review. *Journal of Clinical Sport Psychology, 16*(3), 254–275. https://doi.org/10.1123/jcsp.2020-0066

Leahy, R. L. (2022). Emotional schemas. *Cognitive and Behavioral Practice, 29*(3), 575–580. https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2022.02.004

Lee, M., & Read, G. L. (2024). Exploring emotional and cognitive priming effects in mediated sports using psychophysiological measures: How sport program-induced emotions and ad schema congruity influence effectiveness of advertising. *Communication & Sport, 12*(2), 298–326. https://doi.org/10.1177/21674795221147526

Lee Sinden, J., & Devall-Martin, L. (2024). Emotions are not in the way, they are the way: Abolishing unhealthy beliefs about emotion and cultivating the spiritual–emotional development of athletes. *Religions, 15*(3), 270. https://doi.org/10.3390/rel15030270

Lundqvist, C., Schary, D. P., Eklöf, E., Zand, S., & Jacobsson, J. (2023). Elite lean athletes at sports high schools face multiple risks for mental health concerns and are in need of psychosocial support. *PLOS ONE, 18*(4), e0284725. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0284725

Mahtab, N., divani, F., KAZEMI, F. & taimori, A. (2024). Development of a Structural Model for the Perception of Sports Success Based on Sports Perfectionism and Perceived Social Support with the Mediating Role of Sports Self-Regulation on Youth with Brain Damage Disorder (Cerebral Palsy - CP). *Sport Psychology Studies*, *13*(49), 147–163. doi.org/10.22089/spsyj.2024.14011.2383

Copyright ©The authors

Matteo, S. (1988). The effect of gender-schematic processing on decisions about sex-inappropriate sport behavior. *Sex Roles, 18*, 41–58. https://doi.org/10.1007/BF00287981

Mehrsafar, A. H., Hemayattalb, R., Parsaei, N., Hafezi, E., & Mansori, R. (2021). Effect of a mindfulness intervention on competitive anxiety, self-regulation and salivary alpha-amylase levels in elite Wushu athletes. *Sport Psychology Studies, 10*(36), 1–22. https://scholar.google.com/scholar?q=%22Effect+of+a+Mindfulness+Intervention+on+Competitive+Anxiety%22

Mellalieu, S., Hanton, S., & Fletcher, D. (2006). A competitive anxiety review: Recent directions in sport psychology research. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 1–45). Nova Science Publishers.
https://pure.cardiffmet.ac.uk/en/publications/a-competitive-anxiety-review-recent-directions-in-sport-psycholog

Mirjany, H. (2022). The ratio of architectural design thinking to incompatible schemas. *Journal of Architectural Thought, 6*(12), 1–16. https://www.magiran.org/volume/192026

Olave, L., Iruarrizaga, I., Macía, P., Momeñe, J., Estévez, A., Muñiz, J. A., & Peñacoba, C. (2025). Exploring exercise addiction, self-esteem, and early maladaptive schemas: A cross-sectional study among female university students. *Healthcare, 13*(4), 422. https://doi.org/10.3390/healthcare13040422

Poorabed, H., & Bahrami, F. (2021). Relationship between early maladaptive schemas and social anxiety among athletes: The mediating role of physical self-concept. https://scholar.google.com/scholar?q=%22Relationship+between+Early+Maladaptive+Schemas+and+Social+Anxiety+among+Athletes%22

Porjavid, M., Zeidabadi, R., Stiri, Z., & Askari Tabar, E. S. (2020). The relationship between sport self-efficacy and competitive anxiety in athletic students: The mediating role of coping strategies. *Sport Psychology Studies, 9*(32), 117–140.
https://scholar.google.com/scholar?q=%22The+Relationship+between+Sport+Self-Efficacy+and+Competitive+Anxiety%22

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2010). *Schema therapy: Distinctive features*. Routledge. https://www.routledge.com/search?kw=Schema%20Therapy%20Distinctive%20Features

Rentsch, J. R., & Davenport, S. W. (2006). Sporting a new view: Team member schema similarity in sports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 4*(4), 401–421. https://doi.org/10.1080/1612197X.2006.9671805

Terrien, E., Genevey, M.-L., Kermarrec, G., & Saury, J. (2024). How do emotional tones, involvement in the situation, perception and technical adaptations interplay in elite athletes' performance optimization? A case study in Formula Kite. *Movement & Sport Sciences–Science & Motricité*. https://doi.org/10.1051/sm/2024017

Tod, D., Hodge, K., & Krane, V. (2023). *Routledge handbook of applied sport psychology: A comprehensive guide for students and practitioners* (2nd ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003173588

Turner, M. J., Jones, M. V., Whittaker, A. C., Laborde, S., Williams, S., Meijen, C., & Tamminen, K. A. (2020). Adaptation to psychological stress in sport. *Frontiers in Psychology, 11*, 2199. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02199

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2006). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.https://www.guilford.com/books/Schema-Therapy/Young-Klosko-Weishaar/9781593853723

Copyright ©The authors