



## Investigating the relationships of spiritual happiness, academic achievement, creativity, and social attitudes with young professional athletes' success (developing a model of mental health and sports achievements)

Mitra Rezvani-Dehaghani<sup>1</sup>, Gholamali Afrooz<sup>2</sup>, Seyed MohammadKazem VaezMousavi<sup>3</sup>

1. Ph.D Candidate in Health Psychology, Kish International Campus, University of Tehran, Kish, Iran. E-mail: [rezvani.mitra@ut.ac.ir](mailto:rezvani.mitra@ut.ac.ir)

2. Distinguished Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Exceptional Child Education, University of Tehran, Iran. E-mail: [afrooz@ut.ac.ir](mailto:afrooz@ut.ac.ir)

3. Professor, Department of Physical Education and Sports Psychology Sciences, at Imam Hossein University, Tehran, Iran. E-mail: [mohammadvaezmousavi@gmail.com](mailto:mohammadvaezmousavi@gmail.com)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article history:**  
Received 26 November 2022  
Received in revised form 22 December 2022  
Accepted 28 January 2023  
Published Online 23 August 2023

**Keywords:**  
Mental Health,  
Spiritual Happiness,  
Academic Achievement,  
Social Attitudes,  
Young Professional Athletes

### ABSTRACT

**Background:** The psychological dimensions of success in young professional athletes need to be further investigated so that appropriate support can be provided in line with mental health and improving living and academic conditions.

**Aims:** The present study investigated the relationships among spiritual Happiness, academic achievement, creativity, and social attitudes with young professional athletes' success by developing a model of mental health and sports achievements.

**Methods:** Descriptive-correlational study and a cross-sectional survey. For this purpose, 165 (89 male and 76 female) professional athletes aged between 15 and 18 were selected from the members of national teams and athletes. The research instruments included demographic sheets, informed consent forms, a General Health Questionnaire, Raudsepp's (1999) Creativity Scale, the social attitudes of Afrouz and Jordan (1976), the Spiritual Happiness Scale (SVS) of Chaprian and Afrouz (2016), Academic Achievement, and Sports Success Scale (SSS).

**Results:** The results of the path analysis and Sobel test run in the LISREL software revealed that spiritual happiness, creativity, mental health, and academic achievement were significantly related to the sporting success of young professional athletes, while there was no significant relationship between social attitudes and sports success. Likewise, Spiritual Happiness, creativity, and social attitudes were associated with the mental health of young professional athletes. However, there was no significant association between academic achievement and mental health. Furthermore, mental health significantly mediated the relationships of Spiritual and creativity with the sports success of young professional athletes. However, no similar contribution was observed concerning the components of academic achievement and social attitudes.

**Conclusion:** The results showed that the proposed structural model was desirably fit for sports success with mental health mediation.

**Citation:** Rezvani-Dehaghani, M., Afrooz, Gh., & VaezMousavi, S.M.K. (2023). Investigating the relationships of spiritual happiness, academic achievement, creativity, and social attitudes with young professional athletes' success (developing a model of mental health and sports achievements). *Journal of Psychological Science*, 22(126), 1053-1068. [10.52547/JPS.22.126.1053](https://doi.org/10.52547/JPS.22.126.1053)

*Journal of Psychological Science*, Vol. 22, No. 126, 2023

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.22.126.1053](https://doi.org/10.52547/JPS.22.126.1053)



✉ **Corresponding Author:** Mitra Rezvani-Dehaghani, Ph.D Candidate in Health Psychology, Kish International Campus, University of Tehran, Kish, Iran.

E-mail: [rezvani.mitra@ut.ac.ir](mailto:rezvani.mitra@ut.ac.ir), Tel: (+98) 9125620087

## **Extended Abstract**

### **Introduction**

Today, the attractive consequences of achieving success in professional sports have attracted the attention and participation of young people in various societies. Achieving success through regular and planned physical activity, along with influencing physiological factors, helps maintain and improve the mental health and social health of young athletes (Weinberg & Gould, 2019). Education and sports are two important categories, with ambiguous results among student-athletes. The lack of research regarding the relationship among some variables has caused the path of academic progress of athletes and non-athletes to have almost the same shape. This is despite the fact that athletes are physically and psychologically different from non-athletes due to the effect of exercise (Shannon et al., 2019). Research reported that doing physical activity can be effective in influencing mental health on things such as vitality, creativity, social attitude, and finally academic progress (Cheon & Lim, 2020). Health is not only limited to the body and mind, and with a multidimensional perspective, spiritual issues are also considered important, which affects physical and psychological health (Chen, 2011). According to research, one of the dimensions of spirituality is spiritual vitality. Spiritual vitality means a feeling of peace, kindness, and hopes with piety and forgiveness and having freshness and inner clarity and heart belief in the Creator of existence (Afrooz et al., 2015). Abrishamkar et al. (2021) reported that spiritual vitality can be effective on the fear of failure and psychological security of young athletes. The main purpose of the current research was to investigate the relationship between spiritual vitality, academic progress, creativity, and social attitude with the successes of young professional athletes with the role of mediator of mental health (with the view of developing the sports success model).

### **Method**

The current research used the structural equation modeling approach to explain the relationships among variables. The statistical population of the

research was all young male and female professional and successful Iranian athletes in selected individual and group disciplines in 1401. The research sample includes 165 professional male and female athletes in the youth age group (15–18 years old), in selected individual disciplines (Swimming, Rowing, Taekwondo, Squash, Karate, Wrestling, Gymnastics, Shooting, Athletics, Badminton, Tennis, and Ping-Pong) and There were groups (Football, Futsal, and Handball). The sample was purposefully selected among the youth athletes who are members of the national sports teams of the Islamic Republic of Iran, as well as the scholarship athletes of the National Olympic Academy (selected for the World Youth Championships and Youth Olympics). The criteria for entering the current research include being in the youth age group according to the rules of the Youth Olympics, being a professional and successful athlete (a member of the national teams and academy scholarships for the World Youth Championships and the Youth Olympics, as well as obtaining an average or higher score in the sports success questionnaire) and Exclusion criteria included the withdrawal of participants at each stage and not completing the questionnaires. Questionnaires were designed and distributed electronically (online). In order to control the impact of exhaustion on responding to the questions, the answering time was considered unlimited. The research instruments include the research participation consent form, the 28-question form of general health (GHQ) by Goldberg and Hiller (1979), the social attitude measurement scale by Afrooz and Jordan (1976), the 60-item spiritual vitality scale (SVS) by Cheparian and Afrooz (2015), the scale The 29-item creativity of Raudsep (1999), the measure of academic achievement (latest grade point average and grades of general math, literature, and English language) and the 29-item scale of sports success (Mousavi & Vaezmousavi, 2014).

### **Results**

The correlation matrix of the research variables demonstrated that with the increase in spiritual vitality, creativity, and mental health (decreasing symptoms of disorder), the sports success of athletes increases, and with the increase in academic achievement, the sports success of athletes decreases;

Furthermore, by increasing and improving spiritual vitality, creativity and social attitudes, the symptoms of athletes' mental disorders are reduced (mental health improves); However, there is no significant relationship between social attitude and sports success of young professional athletes, and also between academic progress and mental health of young professional athletes.

The results of the path analysis in Lisrel software using the Sobel test revealed that mental health has a significant mediating role in the relationship between spiritual vitality and creativity with the sports success of young professional athletes. In other words, increasing mental health leads to improving the positive relationship between spiritual vitality and creativity with sports success. Furthermore, mental

health does not have a significant mediating role in the relationship between academic progress and social attitudes with the sports success of young professional athletes. The results of the model fit indices showed that the chi-square value of the degree of freedom ( $\chi^2/df$ ) is equal to 1.72, which is between 1 and 3. The RMSEA value is equal to 0.06, which is less than the acceptable value of 0.08. In addition, the goodness of fit index (GFI) was equal to 0.86, which is less than the value of 0.90; Finally, the comparative fit index (CFI), incremental fit index (IFI), normalized fit index (NFI), and non-normalized fit index (NNFI) are all higher than 0.9 and the SRMR index is less than 0.08; Therefore, the proposed model has a favorable fit for sports success.

Table 1. Findings related to model fit indices

| Indicators  | Value | Acceptable Value | Result                |
|-------------|-------|------------------|-----------------------|
| $\chi^2/df$ | 1.72  | Between 1 and 3  | excellent             |
| RMSEA       | 0.066 | equal to 0.08    | excellent             |
| GFI         | 0.86  | 0.90             | relatively acceptable |
| NFI         | 0.94  | 0.90             | excellent             |
| NNFI        | 0.96  | 0.90             | excellent             |
| CFI         | 0.97  | 0.90             | excellent             |
| IFI         | 0.97  | 0.90             | excellent             |
| SRMR        | 0.051 | Below 0.08       | excellent             |

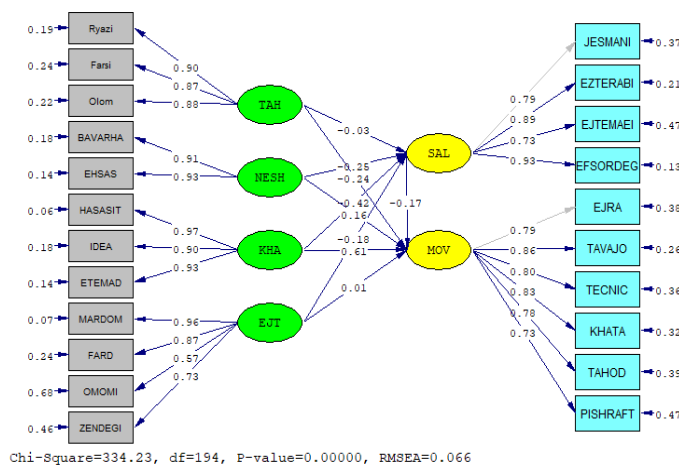


Figure 1. Coefficients of the proposed model; Academic achievement (TAH), spiritual vitality (NESH), creativity (KHA) and social attitude (EJT), mental health (SAL), and sports success (MOV)

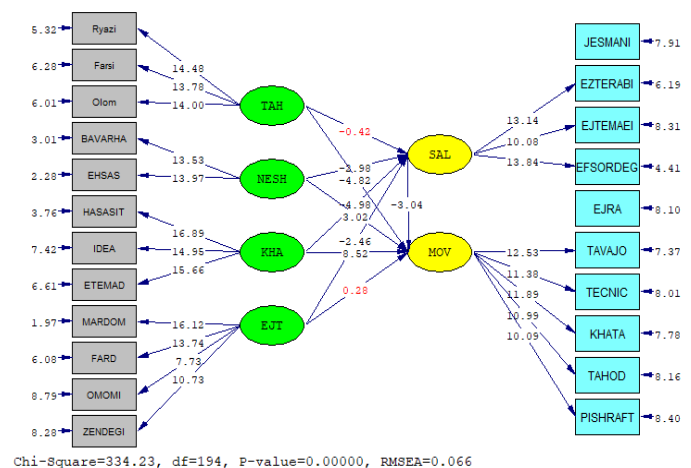


Figure 2. T values of the proposed model. Academic achievement (TAH), spiritual vitality (NESH), creativity (KHA) and social attitude (EJT), mental health (SAL) and sports success (MOV)

## Conclusion

The results indicated that success increases spiritual vitality, creativity, and mental health. The results of the present study were in line with Vedøy et al. (2020) and Ganjkanlo (2018). The findings were inconsistent with Frit and Loprinzi (2020), which could be due to differences in age, sports level, and the research instruments. Regarding the relationship between sports success and spiritual vitality, no consistent or inconsistent research was found. The results regarding success and spiritual vitality can be justified according to the theory of Attribution and the prevailing atmosphere in the spiritual teachings of the family and school, as well as the motivation theory of sports progress by Gill (2000), regarding the overall good feeling in life caused by spiritual matters (Seligman, 2011). Regarding the relationship between success and mental health, we can refer to the self-regulation model (negative mood regulation) and the effect of high mental well-being resulting from the experience of success and exercise. Regarding the relationship between success and creativity, we can mention the ability to solve problems as an expression of creativity (identification of tactics and strategies in confrontation with the opponent by the athlete) according to Ganieh (1980). Regarding the lack of significant relationship between success and social attitude, the results were inconsistent with the research of Nunhal et al. (2015). Results, on increased athletic success and decreased academic achievement, were consistent with Cadenas-Sanchez et al. (2020); Ganjkanlo (2018), and it was not aligned with Vedøy et al. (2020) due to the difference in age (lower), the difference in

measurement tools, and the lack of professionalism of the participants. Considering the optimal fit of the structural model, maintaining the mental health of professional athletes from various dimensions can have an effect on the sports success of young people.

## Ethical Considerations

**Compliance with ethical guidelines:** To maintain ethical principles in this study, it was tried to collect information after obtaining the consent of the participants, also the participants were assured about confidentiality in maintaining personal information and presenting the results without specifying the names and characteristics of individuals.

**Funding:** This research is in the form of a doctoral dissertation without financial support.

**Authors' contribution:** This article is extracted from the doctoral dissertation of the first author and the second author was the supervisors, and the third was the advisors.

**Conflict of interest:** The authors also declare that there is no conflict of interest in the results of this research.

**Acknowledgements:** Thanks are hereby given to the respectable presidents of sports federations, the honorable director of the National Olympic Academy, the honorable head of the academy's counseling and mental skills center, the experts of the sports scholarship training center, the honorable technical staff of the national teams, in order to provide suitable conditions for conducting research. Likewise, the enthusiastic cooperation of the youth athletes who are members of the national sports teams of the Islamic Republic of Iran (Winners of the World Youth Championships and the Youth Olympics) in this research is greatly appreciated.



## بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت و نگرش‌های اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی)

میترا رضوانی دهقانی<sup>۱\*</sup>، غلامعلی افروز<sup>۲</sup>، سید محمد کاظم واعظ موسوی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، پردیس بین‌المللی کیش، دانشگاه تهران، کیش، ایران.

۲. استاد ممتاز، گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران.

۳. استاد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه جامع امام حسین، تهران، ایران.

### چکیده

### مشخصات مقاله

#### نوع مقاله:

پژوهشی

#### تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۱/۰۹/۰۵

بازنگری: ۱۴۰۱/۱۰/۰۱

پذیرش: ۱۴۰۱/۱۱/۰۸

انتشار برخط: ۱۴۰۲/۰۶/۰۱

#### کلیدواژه‌ها:

سلامت روان،

نشاط معنوی،

پیشرفت تحصیلی،

نگرش اجتماعی،

جوانان ورزشکار حرفه‌ای

**زمینه:** سلامت ورزشکاران با توجه به فشار بالای انتظار کسب نتیجه، تحت تأثیر بوده و با توجه به اهمیت عملکرد تحصیلی و عوامل اجتماعی جوانان، ایجاد تعادل در چنین شرایطی نیاز به مداخلات پژوهش محور می‌باشد.

**هدف:** بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت، و نگرش‌های اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی) بود.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی است که روابط بین متغیرها بوسیله مدل‌یابی معادله ساختاری بررسی شد. جامعه تمامی ورزشکاران حرفه‌ای تیم‌های ملی بودند که ۱۶۵ نفر (۸۹ پسر و ۷۶ دختر) رده سنی جوانان (۱۵ الی ۱۸ سال)، رشته‌های انفرادی و گروهی به‌صورت در دسترس و هدفمند انتخاب شدند. از پرسشنامه سلامت (GHQ)، خلاقیت راودسپ (۱۹۹۹)، نگرش‌های اجتماعی افروز و جردن (۱۹۷۶)، نشاط معنوی (SVS) چیریان و افروز (۱۳۹۵)، پیشرفت تحصیلی، و موفقیت ورزشی به‌عنوان ابزار استفاده شد. جهت تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مسیر و آزمون سوبل به‌وسیله نرم‌افزار لیزرل انجام گرفت.

**یافته‌ها:** بین نشاط معنوی، خلاقیت، سلامت روان، و پیشرفت تحصیلی با موفقیت رابطه معنادار، اما بین نگرش اجتماعی با موفقیت رابطه معناداری وجود ندارد. بین نشاط معنوی، خلاقیت، نگرش‌های اجتماعی با سلامت روان رابطه معنادار بود، اما بین پیشرفت تحصیلی با سلامت روان رابطه معناداری وجود ندارد. سلامت روان نقش میانجی معناداری میان نشاط معنوی و خلاقیت با موفقیت دارد، اما رابطه‌ای در پیشرفت تحصیلی و نگرش اجتماعی یافت نشد.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به برآزش مطلوب مدل ساختاری، حفظ سلامت روان ورزشکاران حرفه‌ای از ابعاد گوناگون می‌تواند بر موفقیت ورزشی جوانان اثرگذار باشد.

**استناد:** رضوانی دهقانی، میترا؛ افروز، غلامعلی؛ و واعظ موسوی، سید محمد کاظم (۱۴۰۲). بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت و نگرش‌های اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی). مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۶، ۱۰۵۳-۱۰۶۸.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۶، ۱۴۰۲. DOI: [10.52547/JPS.22.126.1053](https://doi.org/10.52547/JPS.22.126.1053)

نویسندگان. © BY NC ND

\* نویسنده مسئول: میترا رضوانی دهقانی، دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، پردیس بین‌المللی کیش، دانشگاه تهران، کیش، ایران. رایانامه: rezvani.mitra@ut.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۲۵۶۲۰۰۸۷



## مقدمه

امروزه پیامدهای جذاب مادی، معنوی و اجتماعی کسب موفقیت در ورزش حرفه‌ای، موجب جلب توجه و مشارکت جوانان در جوامع گوناگون شده است. بر اساس نظریه‌ی اتکینسون، ورزشکاران موفق از لحاظ رقابت‌جویی در سطح بالایی قرار داشته و پشتکار زیاد برای دستیابی به موفقیت دارند، همچنین بدون نگرانی درباره‌ی شکست‌های احتمالی، ورزش می‌کنند (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹). مطالعه‌ی ورزشکاران خبره نشان می‌دهد آن‌ها مسائل را سریع‌تر و دقیق‌تر از دیگران حل کرده، دقت بیشتری در تصمیم‌گیری خود داشته و با محیط جدید به راحتی سازگار می‌شوند؛ همچنین افراد ماهر و موفق مشکلات را در سطح بسیار پیشرفته تحلیل کرده، پاسخ موقعیت‌های خاص را از قبل برنامه‌ریزی و به سرعت وضعیت مناسب را تشخیص می‌دهند (حسینی و بشارت، ۱۳۸۹). موفقیت ورزشی با مؤلفه‌های روانشناختی چون تاب‌آوری، سخت‌کوشی، و بهزیستی روانشناختی ورزشکاران همبستگی مثبتی دارد. محققان معتقدند که تاب‌آوری از طریق افزایش سطح عواطف مثبت باعث تقویت حرمت نفس و مقابله موفق با تجربه‌های منفی می‌شود؛ بنابراین، تاب‌آوری از طریق تقویت حرمت نفس به عنوان مکانیسم واسطه‌ای به انطباق‌پذیری مثبت منتهی می‌شود که این ویژگی‌های روانشناختی مثبت، خصوصاً در شرایط دشوار و استرس‌زای زندگی فردی و مسابقه، به ورزشکار کمک می‌کند تا با اعتماد به نفس، تحمل سختی‌ها (تحت تأثیر تاب‌آوری) و انطباق‌پذیری مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار مسابقه، احتمال موفقیت خود را افزایش دهد؛ این ویژگی‌های روانشناختی مثبت، به طور هم‌زمان شاخص‌های مرتبط با سلامت روان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (حسینی و بشارت، ۱۳۸۹). از ابعاد اثرگذار و مورد توجه در حیطه ورزش، سلامت روان و سلامت اجتماعی جوانان است. فعالیت بدنی و ورزش با سلامت اجتماعی ارتباط دارد، لذا افراد جامعه می‌توانند به منظور ارتقای سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی خود، فعالیت‌های بدنی و ورزشی منظم را در برنامه هفتگی قرار دهند (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹). طبق مدل روانشناختی سنداستروم (۱۹۷۸) شرکت در فعالیت جسمانی به طور مثبتی خودباوری فرد را تحت تأثیر قرار داده و در نهایت موجب افزایش حرمت نفس فرد می‌شود، بدیهی است که افزایش حرمت نفس، تغییر مثبتی در روابط بین فردی و اجتماعی فرد به وجود می‌آورد و چنین تغییری به نفع سلامت روان و کیفیت زندگی افراد

یک جامعه است که موجبات موفقیت در زمینه‌های گوناگون زندگی را فراهم می‌آورد. سلامت روان مبحث مهمی از حیطه سلامتی است که بایستی از سنین پایین خصوصاً در مدارس مورد توجه قرار گیرد تا جامعه سالمی را در آینده شاهد باشیم. یکی از مواردی که سلامت روان دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، تحصیل آن‌ها است. آزمون‌های بسیار، نگرانی در مورد نمره، انتظار دیگران و اهداف آینده از جمله فشار محیط مدرسه بر دانش‌آموزان گزارش شده؛ این استرس‌ها و عدم استراتژی‌های مواجهه‌ای مناسب و حفاظت از سلامت روان، منجر به نرخ بالای خودکشی، افسردگی، مشکلات هیجانی و روانشناختی، ناسازگاری‌های رفتاری، مشکلات پیشرفت تحصیلی و سوء مصرف مواد در میان نوجوانان و جوانان محصل گردیده (ولی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۱). با توجه به این که میزان پیشرفت و افت تحصیلی یکی از ملاک‌های کارایی نظام آموزشی است، کشف و بررسی متغیرهای تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی، به شناخت بهتر و پیش‌بینی مؤثر می‌انجامد؛ از مؤلفه‌های مهم در حیطه تحصیلی جوانان، عوامل مرتبط با پیشرفت تحصیلی و بحث خلاقیت آن‌ها است (ولی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۱). خلاقیت در زندگی شخصی و فعالیت‌های اجتماعی افراد بسیار مؤثر است (اخشابی و درتاج، ۱۴۰۱)، آن‌ها می‌توانند با پرورش خلاقیت و کسب مهارت‌های خاص در حیطه‌های متفاوت و ایجاد انگیزه کافی در زندگی روزمره، دست به ابتکار عمل بزنند و نیروها و استعداد‌های درونی خود را آشکار ساخته و از آن‌ها برای حل مشکل و پیشبرد امور زندگی استفاده نمایند، شاید همین جنبه خلاقیت است که بیشترین رابطه و همبستگی با سلامت روان را پیدا می‌کند، نه سطوح بالای خلاقیت که در افراد برجسته و نوابغ مشاهده می‌شود؛ در نتیجه می‌توان گفت از عوامل مؤثر بر موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان نوجوان و جوان داشتن سلامت روان و به تبع آن خلاقیت (به عنوان یکی از نشانه‌های سلامت روان) است؛ از آنجاکه سلامت روان و فعالیت بدنی ارتباط تنگاتنگی دارند و در دانش‌آموزان نمود بارزی دارند لذا، به نظر می‌رسد انجام ورزش و فعالیت بدنی نیز می‌تواند در این خصوص اثرگذار باشد.

تحصیل و ورزش دو مقوله مهم، با نتیجه مبهم بین دانش‌آموزان در این دوران شناخته می‌شود؛ خلأ پژوهش‌ها در خصوص ارتباط برخی متغیرها با موفقیت تحصیلی میان دانش‌آموزان ورزشکار سبب گردیده تا عملاً مسیر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار، شکل تقریباً

یکسانی داشته باشد؛ این در حالی است که دانش‌آموزان ورزشکار به علت تأثیر محیط ورزش از نظر جسمانی و روانشناختی متفاوت از دانش‌آموزان غیر ورزشکار می‌باشند (شانون و همکاران، ۲۰۱۹). در کنار مباحث سلامت جسم و روان و نیز مسئله پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار، ابعاد سلامت اجتماعی آن‌ها نیز مورد توجه است. فعالیت‌های ورزشی می‌توانند به‌عنوان یکی از نموده‌های اصلی این ارتباط در شناخت اجتماعی جوانان و مسائل مهم آن‌ها به شمار آیند و کسب موفقیت، هم از بعد شخصی (درون فردی) و هم اجتماعی بسیار قابل توجه است، به نظر می‌رسد نگرش اجتماعی (به‌عنوان یکی از ابعاد سلامت اجتماعی) با سلامت روان دانش‌آموزان مرتبط بوده و ورزش به‌عنوان یک فعالیت اجتماعی می‌تواند از این طریق بر آن اثر گذاشته و در یک ارتباط دوسویه و غیرمستقیم بر موفقیت ورزشی دانش‌آموزان ورزشکار حرفه‌ای مؤثر واقع شود (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹).

می‌توان گفت مسئله سلامت فقط به حیطه جسم و روان محدود نمی‌شود و با یک دیدگاه چندبعدی مسائل معنوی نیز در کنار آن‌ها امری مهم تلقی می‌شود و بر سلامت جسمانی و روانشناختی اثرگذار است (چن، ۲۰۱۱). پرداختن به بعد معنوی و ابعاد گوناگون مرتبط با آن می‌تواند سلامتی و موفقیت افراد بالأخص نوجوانان و جوانان به‌عنوان قشر عظیمی از جامعه، تحت تأثیر قرار دهد؛ یکی از ابعاد معنوی شناخته شده، نشاط معنوی است. نشاط معنوی یعنی احساس آرامش، مهرورزی و امیدبخشی با وارستگی و بخشایشگری و برخورداری از طراوت و زلالی درون و باور قلبی به خالق هستی (افروز، ۱۳۹۵). محققان در بررسی معنویت و ورزش به‌عنوان دو راهکار مهم در سلامت روان و شادی به نتایج اثربخشی دست یافته‌اند؛ آن‌ها معتقد هستند برای عبور و گذر از محدودیت‌ها در (هدف) موقعیت‌ها و کسب موفقیت در موارد مختلف زندگی از جمله تحصیل و ورزش، کمک نیروزهایی که بشر در اختیار دارد، ممکن است متنوع باشد (خلجی، ۱۳۸۷). معنویات به‌عنوان یک نیروی درونی که آثار پایدار، عمیق و انسانی دارد، نسبت به سایر تکنیک‌ها در تعامل با حریف‌ها، انسانی‌تر و فراخور موقعیت‌های فرهنگی ورزشی است. این حالات، درست همان نیازهای روحی است که یک ورزشکار برای حضور در صحنه‌های رقابتی سطح بالا به آن نیاز دارد؛ یقیناً این موارد می‌تواند در پیروزی یک گروه یا فرد ورزشکار بسیار مؤثر باشند (خلجی، ۱۳۸۷). ابریشم‌کار و همکاران (۱۴۰۱)

گزارش کردند، نشاط معنوی می‌تواند بر ترس از شکست و امنیت روانی ورزشکاران جوان مؤثر باشد.

در این راستا پژوهش‌هایی چون مک‌گوئین و همکاران (۲۰۲۱)؛ سنتیو و همکاران (۲۰۲۱)؛ یئوم و همکاران (۲۰۲۰)؛ دکا و ساها (۲۰۲۰)؛ کادناس-سانچز و همکاران (۲۰۲۰)؛ ویدوی و همکاران (۲۰۲۰)؛ گنج‌خانلو (۱۳۹۸)؛ پرینجی و همکاران (۱۳۹۸)، در خصوص فعالیت بدنی، سلامت روان، پیشرفت تحصیلی، نشاط معنوی و خلاقیت دانش‌آموزان و ورزشکاران جوان انجام گرفته است. با بررسی پیشینه‌ها درمی‌یابیم اکثر پژوهش‌های خارجی و داخلی عوامل روانشناختی سلامت روان، نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت و نگرش اجتماعی، موفقیت ورزشی را به‌صورت مجزا و با عوامل جسمانی، رفتاری و روانشناختی گوناگون دیگر سنجیده‌اند و کمتر پژوهشی به‌صورت منسجم این متغیرهای مهم بالأخص در بازه سنی جوانان را بررسی نموده، به‌ویژه جوانان دانش‌آموز ورزشکار که فعالیت بدنی را به‌طور حرفه‌ای پیگیری می‌نمایند و ورزش حرفه‌ای نیز (با توجه به اردوهای طولانی مدت دور از خانواده، فشار کاهش و افزایش وزن، تنش‌های ناشی از انتخابی درون اردویی، مشکلات ارتباطی گوناگون در اردو و بیرون آن، فشار انتظار خانواده، مطبوعات، کادر فنی و جهت کسب نتیجه) نیازهای روانشناختی خاص خود را می‌طلبد که شناخت این امر جهت ارائه راهکارهای اثربخش در راستای حفظ سلامت جسمانی و روانشناختی این افراد ضروری بوده و نتایج پژوهشی آن می‌تواند راهگشای پژوهش‌های آتی نیز گردد. عدم شناسایی و وجود دانش کافی در عوامل زمینه‌ای و ارتباط متغیرهای اشاره شده این پژوهش در قشر مورد نظر (با توجه به شرایط خاص و ویژه حرفه‌ای بودن و نیز الگو قرار داشتن در جامعه برای افراد همسال) اهمیت و ضرورت انجام را دوچندان می‌نماید. لذا با عنایت به موارد گفته شده، هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت، و نگرش اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی) بود.

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی است که در آن روابط بین متغیرهای پژوهش با استفاده از روش مدل‌یابی

معادله ساختاری مورد بررسی قرار گرفته است. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی جوانان دختر و پسر ورزشکار حرفه‌ای و موفق ایرانی در رشته‌های منتخب انفرادی و گروهی طی سال ۱۴۰۱ بودند. نمونه پژوهش حاضر شامل ۱۶۵ ورزشکار حرفه‌ای پسر و دختر در رده سنی جوانان (دامنه سنی ۱۵ الی ۱۸ سال)، در رشته‌های منتخب انفرادی (شنا، قایق‌رانی، تکواندو، اسکواش، کاراته، کشتی، ژیمناستیک، تیراندازی، دوومیدانی، بدمینتون، تنیس خاکی، تنیس روی میز) و گروهی (فوتبال، فوتسال، هندبال) بودند. به دلیل محدودیت در تعداد ورزشکار حرفه‌ای و نخبه ورزشی موفق، نمونه معادل جامعه در نظر گرفته شد. نمونه به صورت در دسترس و هدفمند از میان ورزشکاران رده سنی جوانان عضو تیم‌های ملی ورزشی جمهوری اسلامی ایران و همچنین ورزشکاران بورسیه آکادمی ملی المپیک (منتخبین مسابقات قهرمانی جوانان جهان و المپیک جوانان) برای این پژوهش انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش حاضر شامل، قرار داشتن در رده سنی جوانان طبق قوانین المپیک جوانان (۱۵ الی ۱۸ سال)، ورزشکار حرفه‌ای و موفق (عضو تیم‌های ملی انفرادی و گروهی و بورسیه‌های آکادمی جهت مسابقات قهرمانی جوانان جهان و المپیک جوانان و کسب نمره میانگین به بالا در پرسشنامه موفقیت ورزشی)، و نیز معیار خروج، انصراف شرکت‌کنندگان در هر مرحله، نقص در پاسخگویی پرسشنامه‌ها بود. با در نظر گرفتن تمامی شرایط اخلاقی پژوهش، در راستای رفاه حال شرکت‌کنندگان، پرسشنامه‌ها به صورت الکترونیک (مجازی و برخط) طراحی و در قالب لینک پاسخگویی در تلفن همراه و یا تبلت، در اختیار ورزشکاران (از طریق مربیان و مسئولان تیم‌ها در گروه‌های مجازی مشترک بورسیه‌ها و ورزشکاران تیم‌های ملی) قرار گرفت. جهت کنترل اثر خستگی بر پاسخگویی به سؤال‌ها (با توجه به تعداد سؤال‌ها و مجازی بودن آن)، زمان پاسخگویی بدون محدودیت در نظر گرفته شد. به منظور جلوگیری از سوگیری مطلوبیت اجتماعی یا جامعه‌پسندی بین پاسخ‌دهندگان، ابتدای پرسشنامه الکترونیک ضمن دریافت اطلاعات دموگرافیک و تکمیل پرسشنامه به منزله رضایت شرکت در پژوهش، به آن‌ها اطلاع داده شد که نتایج تأثیری در انتخاب‌های مربوطه ورزشی و

درون اردویی آن‌ها ندارد. در نهایت به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش‌های آزمون تحلیل مسیر توسط نرم‌افزار لیزرل، آزمون سوبل برای تعیین اثر و ارتباط ویژه غیرمستقیم متغیرهای اصلی و میانجی استفاده شد.

### (ب) ابزار

به منظور جمع‌آوری داده‌ها از فرم اطلاعات دموگرافیک، فرم رضایت شرکت در پژوهش و همچنین پرسشنامه‌های ذیل استفاده شد:

پرسشنامه سلامت عمومی<sup>۱</sup> (GHQ) گلدبرگ و هیلر<sup>۲</sup> (۱۹۷۹): این پرسشنامه ۲۸ سؤالی یکی از شناخته‌ترین ابزارهای غربالگری در پژوهش‌های مربوط به سلامت روان است که دارای ۴ مقیاس فرعی (علائم جسمانی، علائم اضطرابی و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی، علائم افسردگی) با ۷ پرسش برای هر کدام است. نمره‌گذاری بر اساس مقیاس لیکرت و برای هر فرد پنج نمره به دست می‌آید، که چهار نمره به مقیاس‌های فرعی و یک نمره به کل آزمون مربوط می‌شود. نمره کل، از ۰ تا ۸۴ و نمره هر خرده مقیاس از ۰ تا ۲۱ متغیر خواهد بود؛ که نمره بیشتر در هر مقیاس، نشانگر وضعیت نامطلوب شرکت‌کننده است. اعتبار و پایایی این پرسشنامه توسط نائینیان و همکاران (۱۳۹۳) روی دانش‌آموزان دختر و پسر ایرانی در سطح بالایی گزارش شده است، همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در تحقیق حاضر (۰/۹۴) به دست آمد که در سطح مطلوبی است (قربانخانی و همکاران، ۱۳۹۹).

آزمون خلاقیت راودسپ<sup>۳</sup> (۱۹۹۹): سیاهه ۲۹ گویه‌ای خلاقیت راودسپ در ۳ خرده مقیاس حساسیت، ایده یابی و اعتماد به نفس با نمره‌گذاری آزمون بر اساس مقیاس لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم (نمره ۱ الی ۵) است که حد پایین آن ۳۰، حد متوسط ۹۰ و حد بالای آن ۱۵۰ است. این مقیاس توسط سیف هاشمی (۱۳۸۲) روی ۹۰ دانش‌آموز آزمایش و پایایی آن ۰/۷۷، آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد؛ همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در تحقیق حاضر (۰/۹۴) به دست آمد.

مقیاس سنجش نگرش‌های اجتماعی افروز و جردن<sup>۴</sup> (۱۹۷۶): مقیاس نگرش سنج (جردن و افروز، ۱۹۷۶) که با توجه به نظریه نگرش و پرسشنامه نگرش اجتماعی گاتمن (SAQ)<sup>۵</sup> طراحی شده، این پرسشنامه دارای چهار بخش

1. General Health Questionnaire

2. Goldberg and Hiller

3. Raudsepp

4. Afrooz & Jordan (Social Attitude Assessment Scale) (AJSAAS)

5. Social Attitude Questionnaire (SAQ)



از آنجاکه تعداد نمونه پژوهش حاضر، قابل توجه بود و احتمال خطا در آزمون‌های آماری بررسی طبیعی بودن داده‌ها را بالا می‌برد، لذا بر اساس نظریه حد مرکزی، داده‌ها طبیعی در نظر گرفته شد. در ادامه، یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرها (انحراف معیار  $\pm$  میانگین)

| متغیر         | میانگین | انحراف استاندارد | کمترین | بیشترین |
|---------------|---------|------------------|--------|---------|
| نشاط معنوی    | ۱۳۹/۰۷  | ۲۱/۵             | ۸۲     | ۱۸۰     |
| خلاقیت        | ۷۹/۶    | ۱۹/۲             | ۲۸     | ۱۰۵     |
| نگرش اجتماعی  | ۱۲۱/۶   | ۲۸/۴             | ۶۰     | ۱۹۶     |
| سلامت روان    | ۲۶/۰۶   | ۱۵/۶۳            | ۶      | ۷۰      |
| موفقیت ورزشی  | ۱۴۸/۱   | ۱۶/۳             | ۹۸     | ۱۷۴     |
| پیشرفت تحصیلی | ۱۷/۱    | ۱/۹              | ۱۲/۶۷  | ۲۰      |

ماتریس همبستگی در خصوص متغیرهای پژوهش نشان می‌دهد:

- بین نشاط معنوی ( $T=۳/۰۲$ ،  $B=۰/۱۶$ )؛ پیشرفت تحصیلی ( $T=-۴/۸۲$ )،  $B=-۰/۲۴$ ؛ خلاقیت ( $T=۸/۵۲$ ،  $B=۰/۶۱$ )؛ سلامت روان (علائم اختلال روان)، ( $T=-۳/۰۴$ ،  $B=-۰/۱۷$ ) با موفقیت‌های ورزشی جوانان ورزشکار حرفه‌ای رابطه معناداری وجود دارد. درواقع با افزایش نشاط معنوی، خلاقیت و سلامت روان (کاهش علائم اختلال)، موفقیت ورزشی ورزشکاران افزایش و با افزایش پیشرفت تحصیلی، موفقیت ورزشی ورزشکاران کاهش می‌یابد.

- بین نگرش اجتماعی با موفقیت‌های ورزشی جوانان ورزشکار حرفه‌ای رابطه معناداری وجود ندارد ( $T=۰/۲۸۰$ ،  $B=۰/۰۱$ ).

- بین نشاط معنوی ( $T=-۲/۹۸$ ،  $B=-۰/۲۵$ )؛ خلاقیت ( $T=-۴/۹۸$ )،  $B=-۰/۴۲$ ؛ نگرش‌های اجتماعی ( $T=-۲/۴۶$ ،  $B=-۰/۱۸$ ) با سلامت روان جوانان ورزشکار حرفه‌ای رابطه معناداری وجود دارد. در واقع با افزایش و بهبود نشاط معنوی، خلاقیت و نگرش‌های اجتماعی، علائم اختلال روان ورزشکاران کاهش می‌یابد (سلامت روان بهبود می‌یابد).

- بین پیشرفت تحصیلی با سلامت روان جوانان ورزشکار حرفه‌ای رابطه معناداری وجود ندارد ( $T=-۰/۴۲۰$ ،  $B=-۰/۰۳$ ).

است که شامل نگرش اقشار مردم نسبت به جایگاه و منزلت کارگزاران و مسئولان، نظرات و نگاه خود فرد به کارگزاران و مسئولان، نگرش عمومی و موقعیت‌های زندگی است. این پرسشنامه دارای ۵۱ سؤال با درجه لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود که نمره کمتر از ۳ نگرش منفی و نمره ۳ نگرش بینابین و بیشتر از ۳ نگرش مثبت فرد است. آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۵؛ گزارش شده است (افروز و همکاران، ۱۳۹۴)؛ همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در تحقیق حاضر (۰/۹۰)، به دست آمد.

مقیاس نشاط معنوی<sup>۱</sup> (SVS) چپرین و افروز (۱۳۹۵): مقیاس ۶۰ گویه‌ای نشاط معنوی (SVS)، توسط افروز (۱۳۹۵) در دو خرده آزمون باورها ۲۰ گویه و احساس و رفتار ۴۰ گویه ساخته و اعتباریابی شد. نمره‌گذاری آزمون بر اساس مقیاس لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۵؛ گزارش شده است (مهری ورنیاب، ۱۳۹۶)؛ همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در تحقیق حاضر (۰/۹۵)، به دست آمد.

مقیاس موفقیت ورزشی (واعظ موسوی و موسوی، ۱۳۹۴): این مقیاس ۲۹ گویه‌ای جهت سنجش موفقیت ورزشکاران در خرده مقیاس‌های اجرای روان، توجه، تکنیک، حساسیت به خطا، تعهد، و پیشرفت توسط واعظ موسوی و موسوی (۱۳۹۴) طراحی و با ضریب پایایی ۰/۹۰ اعتبار یابی شده است. نمره‌گذاری آزمون بر اساس مقیاس لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود؛ همچنین آلفای کرونباخ پرسشنامه در تحقیق حاضر (۰/۹۰) به دست آمد.

عملکرد تحصیلی: در این پژوهش، ملاک عملکرد تحصیلی، آخرین نمرات دروس عمومی (ریاضی، ادبیات و زبان انگلیسی) بود که توسط شرکت کنندگان در پرسشنامه آنلاین به صورت خود اظهاری ثبت گردید.

## یافته‌ها

در این پژوهش ۱۶۵ ورزشکار حرفه‌ای (۸۹ نفر پسر ۵۳/۹٪ و ۷۶ دختر ۴۶/۱٪) در رده سنی جوانان (دامنه سنی ۱۵ الی ۱۸ سال)، با میانگین و انحراف استاندارد سن  $۱۶/۴ \pm ۱۲/۲۷$ ؛ میانگین و انحراف استاندارد فعالیت  $۶/۲ \pm ۲/۷$  سال، حضور داشتند.

<sup>۱</sup>. Spiritual Vitality Scale (SVS)

جدول ۲. یافته‌های مربوط به آزمون تحلیل مسیر (مستقیم) در متغیرها

| مسیر                            | B     | SE    | T      |
|---------------------------------|-------|-------|--------|
| نشاط معنوی - موفقیت ورزشی       | ۰/۱۶  | ۰/۰۵۳ | ۳/۰۲   |
| پیشرفت تحصیلی - موفقیت ورزشی    | -۰/۲۴ | ۰/۰۵۰ | -۴/۸۲  |
| خلاقیت - موفقیت ورزشی           | ۰/۶۱  | ۰/۰۷۲ | ۸/۵۲   |
| نگرش‌های اجتماعی - موفقیت ورزشی | ۰/۰۱  | ۰/۰۴۴ | ۰/۲۸۰  |
| سلامت روان - موفقیت ورزشی       | -۰/۱۷ | ۰/۰۵۷ | -۳/۰۴  |
| نشاط معنوی - سلامت روان         | -۰/۲۵ | ۰/۰۸۳ | -۲/۹۸  |
| پیشرفت تحصیلی - سلامت روان      | -۰/۰۳ | ۰/۰۷۵ | -۰/۴۲۰ |
| خلاقیت - سلامت روان             | -۰/۴۲ | ۰/۰۸۴ | -۴/۹۸  |
| نگرش‌های اجتماعی - سلامت روان   | -۰/۱۸ | ۰/۰۷۲ | -۲/۴۶  |

نتایج تحلیل مسیر در نرم‌افزار لیزرل با استفاده از آزمون سوبل برای تعیین اثر ویژه غیرمستقیم نشان داد:

جدول ۳. یافته‌های مربوط به آزمون تحلیل مسیر (غیرمستقیم) در متغیرها

| مسیر                                         | B     | SE    | T     | P     |
|----------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| نشاط معنوی - سلامت روان - موفقیت ورزشی       | ۰/۰۴  | ۰/۰۲۰ | ۲/۱۱  | ۰/۰۳۴ |
| پیشرفت تحصیلی - سلامت روان - موفقیت ورزشی    | ۰/۰۰۵ | ۰/۰۱۲ | ۰/۴۰۹ | ۰/۶۸۲ |
| خلاقیت - سلامت روان - موفقیت ورزشی           | ۰/۰۷  | ۰/۰۲۷ | ۲/۵۶  | ۰/۰۱۰ |
| نگرش‌های اجتماعی - سلامت روان - موفقیت ورزشی | ۰/۰۳  | ۰/۰۱۵ | ۱/۹۱  | ۰/۰۵۶ |

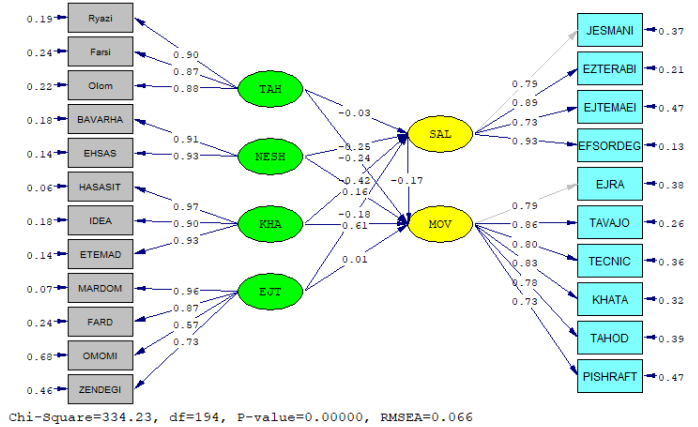
جدول ۴. یافته‌های مربوط به شاخص‌های برازش مدل

| شاخص‌ها     | مقدار | مقدار قابل قبول | تفسیر            |
|-------------|-------|-----------------|------------------|
| $\chi^2/df$ | ۱/۷۲  | بین ۱ تا ۳      | عالی             |
| RMSEA       | ۰/۰۶۶ | برابر با ۰/۰۸   | عالی             |
| GFI         | ۰/۸۶  | بالای ۰/۹۰      | نسبتاً قابل قبول |
| NFI         | ۰/۹۴  | بالای ۰/۹۰      | عالی             |
| NNFI        | ۰/۹۶  | بالای ۰/۹۰      | عالی             |
| CFI         | ۰/۹۷  | بالای ۰/۹۰      | عالی             |
| IFI         | ۰/۹۷  | بالای ۰/۹۰      | عالی             |
| SRMR        | ۰/۰۵۱ | زیر ۰/۰۸        | عالی             |

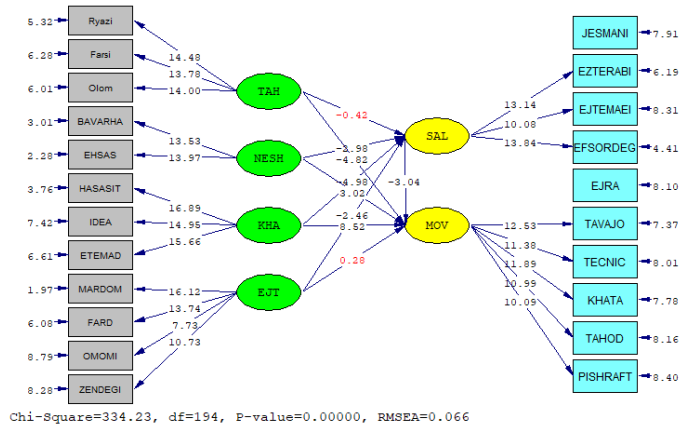
نتایج شاخص‌های برازش مدل نشان داد که مقدار کای دو به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ ) برابر با ۱/۷۲ است که بین ۱ الی ۳ است. مقدار واریانس خطای تقریب (RMSEA) برابر با ۰/۰۶ بوده که کمتر از مقدار قابل قبول ۰/۰۸ است، از این رو در حد عالی قابل قبول است. بعلاوه، شاخص نیکویی برازش (GFI) برابر با ۰/۸۶ بوده که کمتر از مقدار عالی ۰/۹۰ است؛ اما در حد متوسط مورد پذیرش است. در نهایت، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)، شاخص برازندگی افزایشی (IFI)، شاخص برازندگی هنجار یافته (NFI) و شاخص برازندگی هنجار نیافته (NNGI)، همگی بالاتر از مقدار عالی ۰/۹ هستند و شاخص SRMR کمتر از ۰/۰۸ است؛ بنابراین، مدل پیشنهادی برای موفقیت ورزشی از برازش مطلوبی برخوردار است.

گنج‌خانلو (۱۳۹۸) همخوان و تحقیق ناهمخوانی یافت نشد. در خصوص ارتباط موفقیت ورزشی و خلاقیت، نتایج همخوان مستقیمی یافت نشد؛ یافته‌ها با تحقیق فریت و لوپرنیزی (۲۰۲۰) ناهمخوان بود که از دلایل ناهمخوانی آن می‌تواند تفاوت سن، سطح ورزشی و ابزار مورد استفاده باشد. همچنین در خصوص ارتباط موفقیت ورزشی با نشاط معنوی، تحقیق همخوان و ناهمخوان یافت نشد. نتایج در خصوص موفقیت ورزشی و نشاط معنوی طبق نظریه اسناد نیز قابل توجه است. نظریه سبک اسناد، واینر (۱۹۹۱) معتقد است، افراد موفقیت و شکست را به منبع کنترل (درونی و بیرونی) و ثبات (باثبات یا بی‌ثبات) نسبت می‌دهند. اسنادها بر انتظار موفقیت یا شکست در آینده و واکنش‌های هیجانی اثر دارند، به‌طوری‌که اسناد به عوامل درونی و تحت کنترل ما به‌جای عوامل بیرونی یا خارج از کنترل ما اغلب اوقات منجر به واکنش‌های هیجانی شبیه غرور و یا شرمساری می‌شود (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹)، ازاین‌رو با عنایت به فضای غالب و حاکم بر آموزه‌های معنوی خانواده و مدرسه، احتمالاً کسب موفقیت در ورزش از طریق اسنادهایی چون (توکل و لطف خداوند، مدد گرفتن، دعای خیر و...) توانسته از این طریق موجب ارتباط موفقیت ورزشی و نشاط معنوی ورزشکاران پژوهش حاضر گردد. طبق نظریه انگیزش پیشرفت ورزشی گیل (۲۰۰۰)، کسب موفقیت هیجان مثبت به همراه دارد، درواقع به‌نوعی سرمستی، لذت، احساس گرما، شعف، راحتی و... در کل زندگی می‌تواند با موفقیت حول این محور بچرخد که می‌توان آن را "زندگی لذت‌بخش" نامید (سلیگمن، ۲۰۱۱). ازاین‌رو می‌توان گفت کسب موفقیت ورزشکاران با ایجاد هیجان مثبت، موجب تحت تأثیر قرار گرفتن تمامی ابعاد زندگی آن‌ها (طبق زندگی لذت‌بخش سلیگمن) من جمله نشاط معنوی شده باشد.

در خصوص دلیل معناداری رابطه موفقیت و سلامت‌روان می‌توان گفت، ورزشکار با بهزیستی ذهنی بالاتر، تجربه‌های زندگی را کمتر منفی تلقی نموده و رضایت از زندگی بیشتری دارند؛ همچنین فعالیت بدنی با اثرگذاری از طریق بهبود حرمت نفس، تعامل اجتماعی، کاهش علائم افسردگی روی جوانان (ایم و همکاران، ۲۰۱۳)، موجب افزایش سلامت روان آن‌ها شده است. طبق مدل خودتنظیمی می‌توان گفت، این روشی برای کنترل افکار، احساس و رفتار است تا انسان بتواند به اهداف بالاتری برسد (کلری و زیمرمن، ۲۰۰۴)، در ارتباط بین انتظار تنظیم خلق منفی و



شکل ۱. ضرایب مدل پیشنهادی؛ پیشرفت تحصیلی (TAH)، نشاط معنوی (NESH)، خلاقیت (KHA) و نگرش اجتماعی (EJT)، سلامت روان (SAL) و موفقیت ورزشی (MOV)



شکل ۲. مقادیر T مدل پیشنهادی. پیشرفت تحصیلی (TAH)، نشاط معنوی (NESH)، خلاقیت (KHA) و نگرش اجتماعی (EJT)، سلامت روان (SAL) و موفقیت ورزشی (MOV)

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه نشاط معنوی، پیشرفت تحصیلی، خلاقیت، و نگرش‌های اجتماعی با موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نقش میانجی سلامت‌روان (با نگاه تدوین مدل توفیقات ورزشی) انجام شد. نتایج نشان داد، کسب موفقیت موجب افزایش نشاط معنوی، خلاقیت و سلامت‌روان می‌شود. پژوهش‌های اندکی خارج و داخل کشور متغیرهای پژوهش حاضر را به‌صورت منسجم، مخصوصاً روی ورزشکاران حرفه‌ای جوان مورد توجه قرار داده‌اند، لذا با عنایت به این محدودیت، نتایج با عنوان تحقیقات نزدیک مورد بررسی قرار گرفت. در خصوص ارتباط موفقیت ورزشی و سلامت‌روان، نتایج با مطالعات ویدوی و همکاران (۲۰۲۰) و

عملکرد ورزشی ورزشکاران حرفه‌ای، آن‌هایی که دارای مهارت تنظیم خلق منفی بالا هستند، عملکرد بهتری طی مسابقه دارند و این می‌تواند تسهیل‌کننده عملکرد حرفه‌ای و موفقیت ورزشی شده و از این طریق با کنترل افت خلق، فکر استرس‌زا و افسرده‌کننده از سلامت روان ورزشکاران مراقبت نماید.

در خصوص معناداری رابطه موفقیت ورزشی و خلاقیت، طبق دیدگاه گانیه (۱۹۸۰)، خلاقیت (آفرینندگی) نوعی حل مسئله است. بر اساس طبقه‌بندی این نظریه، از انواع بازده‌های یادگیری، بالاترین سطح یادگیری را حل مسئله نامید؛ وی معتقد است یک کشف علمی بزرگ یا یک اثر هنری مطمئناً از فعالیت حل مسئله سرچشمه گرفته، از آنجاکه کسب موفقیت در ورزش حرفه‌ای و رقابت در کنار عوامل جسمانی نیاز به عوامل روانشناختی نیز دارد، لذا تقابل با حریف و یا تیم (تشخیص تاکتیک و راهبردهای تغییر شیوه مسابقه برای پیروزی)، همانند یک مسئله است که نیاز به حل دارد، لذا احتمال کسب موفقیت را بالا می‌برد و طبق مدل گانیه، این عامل از علل احتمالی رابطه معنادار موفقیت و خلاقیت در تحقیق حاضر است.

نتایج نشان داد، بین موفقیت‌های جوانان ورزشکار حرفه‌ای با نگرش اجتماعی رابطه معناداری وجود ندارد. نتایج با تحقیق نونهال و همکاران (۱۳۹۵) ناهمخوان بود و تحقیق همخوانی در این خصوص یافت نشد. طبق نظریه آلپورت (۱۹۳۵) پدید آبی نگرش یکپارچه را ناشی از ترکیب تجربه‌های مجزای فرد با موضوع می‌دانست، وی معتقد است نگرش نهایی فرد، ترکیبی از اطلاعات است که نگرش‌های پایدار می‌توانند در اثر یک تجربه واحد به وجود آمده و همچنین تقلید از نگرش‌های دوستان، والدین و یا افراد دیگری که فرد آن‌ها را می‌پذیرد و می‌ستاید مأخذی برای نگرش‌هایش باشد، لذا عدم معناداری رابطه، احتمالاً تحت تأثیر این عامل قرار دارد. اسمیت و همکاران (۲۰۰۳) از آنجاکه سازه نگرش اجتماعی با توجه به این امر، شخصی محسوب می‌شود و هر فرد نگرش متفاوتی با توجه به تجارب متفاوت دارد، لذا احتمالاً کسب موفقیت ورزشی از این طریق ارتباط چندانی با نگرش اجتماعی ورزشکاران حرفه‌ای نداشته است.

نتایج نشان داد با افزایش موفقیت ورزشی، پیشرفت تحصیلی ورزشکاران کاهش می‌یابد. نتایج با تحقیقات کادناس - سانچز و همکاران (۲۰۲۰)؛ گنج‌خانلو (۱۳۹۸) همخوان و با ویدوی و همکاران (۲۰۲۰) به دلیل تفاوت سنی (پایین)، تفاوت ابزار اندازه‌گیری و حرفه‌ای نبودن ورزش

شرکت‌کنندگان آن تحقیق ناهمخوان بود. تحقیقات گوناگونی طی ۲ سال اخیر، عوامل مختلف مؤثر بر افت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی در دوران همه‌گیری بیماری کرونا (محور فردی، محیطی و آموزشی) بررسی کرده، آن‌ها نشان دادند محور فردی شامل حواس‌پرتی، عصبی بودن، افسردگی، استرس (مسائل روانشناختی) و کاهش کیفیت یادگیری، انگیزه، تقلب، کم‌خوانی، کم‌آوردن زمان (یادگیری) و بازی گوشی، بازی الکترونیکی، اطلاعات مضر، فضای مجازی (تلفن همراه) و محور آموزشی شامل مشکلات اینترنت، مشکلات نرم‌افزار آموزشی (بستر آموزشی)، کیفیت پایین تدریس، تغییر ساعت کلاس، بی‌نظمی معلم و عدم پاسخ‌گویی معلم، بدرفتاری معلم، بر افت تحصیلی دانش‌آموزان اثر قابل توجهی داشته است (بخشی پور و نورالهی، ۱۴۰۱)، لذا با عنایت به این امر احتمالاً یکی دیگر از دلایل احتمالی ارتباط منفی و معنادار موفقیت ورزشی و پیشرفت تحصیلی، اثر عوامل فردی و آموزشی دوران شیوع بیماری کرونا است.

نتایج تدوین مدل توفیقات ورزشی با نقش میانجی سلامت روان نشان داد مدل ساختاری پیشنهادی برای موفقیت ورزشی با نقش میانجی سلامت روان از برازش مطلوبی برخوردار است، در این خصوص با توجه به اینکه مدل مفهومی از قبل وجود نداشت، لذا تحقیق همخوان و ناهمخوانی یافت نشد. همچنین موفقیت ورزشی از طریق رابطه معنادار متغیر سلامت روان (به‌عنوان متغیر میانجی) با مؤلفه‌های نشاط معنوی و خلاقیت ارتباط داشت و تحقیق همخوان و ناهمخوان داخلی و خارجی یافت نشد. نتایج ارتباط موفقیت ورزشی با نقش میانجی سلامت روان با پیشرفت تحصیلی با تحقیق امیدیان و همکاران (۱۳۹۶)، همخوان و با سنتیو و همکاران (۲۰۲۱)؛ دکا و ساها (۲۰۲۰)؛ یثوم و همکاران (۲۰۲۰) ناهمخوان بود که از دلایل ناهمخوانی می‌تواند، تفاوت فردی شرکت‌کنندگان (از لحاظ جنسیت، سن، تجربه)، حرفه‌ای بودن ورزش و نوع ابزار باشد. موفقیت ورزشی از طریق رابطه معنادار متغیر سلامت روان (به‌عنوان متغیر میانجی) با مؤلفه‌های نگرش اجتماعی و پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری نداشت. با توجه به نظریه سیستم‌های پویا (چشم‌انداز چندبعدی به عملکرد و موفقیت ورزشی) که موفقیت ورزشکاران را تحت تأثیر عوامل مختلف روانشناختی، اجتماعی - فرهنگی، فیزیکی و محیطی می‌داند (فلیپس و همکاران، ۲۰۱۴) و موفقیت را همانند یک نظام پیچیده از زاویه دینامیک غیرخطی و چندبعدی بررسی

می کند، لذا به نظر می رسد، احتمالاً اخلاقیات به عنوان یک عامل روانشناختی و مرتبط با سلامت روان (مؤلفه مرتبط با روان، وضعیت اجتماعی - فرهنگی، فیزیکی و محیطی) با موفقیت ورزشی نیز ارتباط دارد. احتمالاً تجربه پایین شرکت کنندگان خصوصاً در بعد اجتماعی و همچنین نقش مهم تفاوت های فرهنگی در این مسئله اثرگذار بوده است.

می توان نتیجه گرفت مدل ساختاری پیشنهادی مبین این است که نشاط معنوی و اخلاقیات از طریق حفظ و ارتقای سلامت روان ورزشکاران حرفه ای می تواند بر موفقیت ورزشی جوانان اثرگذار باشد و در خصوص نگرش اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان جوان ورزشکار حرفه ای نیاز به توجه ویژه از سوی سیاست گذاران این امر بوده و انجام پژوهش های بیشتر محسوس است.

### ملاحظات اخلاقی

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این مطالعه سعی شد جمع آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت کنندگان انجام شود، همچنین به شرکت کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات افراد، اطمینان داده شد.

**حامی مالی:** این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی است.

**نقش هر یک از نویسندگان:** این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و مشاوره نویسنده سوم استخراج شده است.

**تضاد منافع:** نویسندگان همچنین اعلام می دارند که در نتایج این پژوهش هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

**تشکر و قدردانی:** بدین وسیله از همکاری و مساعدت رؤسای محترم فدراسیون های ورزشی، مدیر محترم آکادمی ملی المپیک، رئیس محترم مرکز مشاوره و مهارت های ذهنی آکادمی، کارشناسان مرکز آموزش بورسیه های ورزشی، کادر محترم فنی تیم های ملی، جهت فراهم نمودن شرایط مناسب انجام پژوهش و همچنین از همکاری صمیمانه ورزشکاران دختر و پسر رده سنی جوانان عضو تیم های ملی ورزشی جمهوری اسلامی ایران (منتخبین مسابقات قهرمانی جوانان جهان و المپیک جوانان) در این طرح، کمال تشکر و قدردانی می گردد.



## منابع

[https://mbj.ssrc.ac.ir/article\\_344.html](https://mbj.ssrc.ac.ir/article_344.html)

نونهال، سامان؛ پورشهباز، عباس و دولتشاهی، بهروز. (۱۳۹۵). نقش عامل‌های نگرش اجتماعی - فرهنگی به‌ظاهر جسمانی، کمال‌گرایی و مشکل در نظم‌بخشی هیجان در پیش‌بینی علائم و نشانه‌های کوچک‌انگاری عضلات ورزشکاران. *نشریه مطالعات روانشناسی ورزشی*، ۵(۱۵)، ص ۱۳۰-۱۱۷.

<https://doi:10.22089/spysj.2016.603>

ولی‌زاده شیرین، سعدی‌پور اسماعیل، درتاج فریبرز، دلاور علی، شیوندی چلیچه کامران. (۱۴۰۱). آموزش توانمندسازی روانی - اجتماعی مبتنی بر نظریه انتخاب در رفتارهای پرخطر و امیدواری دختران نوجوان: تدوین و بررسی اثربخشی مجله علوم روانشناختی، ۲۱(۱۱۴)، ۱۱۰۳-۱۰۷۹.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-1712-fa.html>

## References

- Abrishamkar, H., Afrooz, G., Vaez Mousavi, S. M. K., & Moghadamzadeh, A. (2022). The effect of spiritual vitality training program on athletes' fear of failure and psychological security. *Journal of Psychological Science*, 21(117), 1729-1742. [Persian] <https://doi.org/10.52547/JPS.21.117.1729>
- Afrooz, G., Arjmandnia, A. A., Hamidi, F., & Borhan, A. (2015). The effectiveness of problem solving training on the social attitude of delinquent girls in Tehran. *Journal of Empowering Exceptional Children*, 6(3), 107-118. [Persian] <https://tinyurl.com/2oxmvek7>
- Akhshabi, M., & Dortaj, F. (2022). Research Paper Identify mediating variables in the connection between music education and creativity increase. *Psychological Science*, 21(113), 853-865. [Persian] <https://doi.org/10.52547/JPS.21.113.853>
- Bakhsipour A, & Nourollahi S. (2022). Analysis of High School students's perception on academic failure in COVID-19 Pandemic: *Qualitative Study Rooyesh*, 11(4), 181-192. [Persian] <https://tinyurl.com/2pxhvt4c>
- Centeio, E. E., Somers, C., Moore, E. W. G., Kulik, N., Garn, A., & McCaughtry, N. (2021). Effects of a comprehensive school health program on elementary student academic achievement. *Journal of School Health*, 91(3), 239-249. <https://doi.org/10.1111/josh.12994>
- Chen, S. M., Chiang, Y. T., & Kuo, C. H. (2011). Relationship between social physique anxiety and sports participation in the cohort with good sport

ابریشم‌کار، حمیده؛ افروز، غلامعلی؛ واعظ موسوی، سید محمد کاظم و مقدم زاده، علی. (۱۴۰۱). تأثیر برنامه آموزشی نشاط معنوی بر ترس از شکست و امنیت روانی ورزشکاران. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۱۷): ۱۷۴۲-۱۷۲۹.

<https://doi.org/10.52547/JPS.21.117.1729>

افروز، غلامعلی؛ ارجمندنی، علی اکبر؛ حمیدی، فریده و برهان، اعظم. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش حل مسئله بر نگرش اجتماعی دختران بزه‌کار شهر تهران. *فصلنامه توانمندسازی کودکان*، ۶(۳)، ۱۱۸-۱۰۷.

[https://www.ceciranj.ir/article\\_66326.html?lang=en](https://www.ceciranj.ir/article_66326.html?lang=en)

اخشابی، مجید و درتاج، فریبرز. (۱۴۰۱). شناسایی متغیرهای میانجی در رابطه میان آموزش موسیقی و افزایش خلاقیت. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۱۳)، ۸۵۳-۸۶۶.

<https://doi.org/10.52547/JPS.21.113.853>

امیدیان، مرتضی؛ احمدی، شادی و اسعدی، سمانه. (۱۳۹۶). بررسی نقش خلاقیت، ذهن‌آگاهی و عملکرد تحصیلی بر بهزیستی روانی با میانجی مشکلات روانشناختی. *مجله دستاوردهای روانشناختی دانشگاه شهید چمران اهواز*، ۲۴(۲)، ص ۱۱۶-۱۰۱.

<https://doi.org/10.22055/psy.2018.23640.1907>

بخشی‌پور، ابوالفضل و نورالهی، شبنم. (۱۴۰۱). تحلیل ادراک دانش‌آموزان مقطع متوسطه از عوامل مؤثر بر افت تحصیلی در شرایط همه‌گیری کرونا مطالعه کیفی. *رویش روانشناسی*، ۱۱(۴)، ۱۹۲-۱۸۱.

<http://frooyesh.ir/article-1-3612-fa.html>

پرپنجی، معصومه؛ دلاور، علی و فرخی، نورعلی. (۱۳۹۸). بررسی نقش سلامت روان در رفتارهای خلاف‌ان دانش‌آموزان شهر تهران. *نشریه علمی ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی*، ۸(۳۲)، ص ۱۵۳-۱۷۰.

[magiran.com/p1992261](http://magiran.com/p1992261)

خلجی، حسن. (۱۳۸۷). تأثیر ایمان و معنویت بر عملکرد ورزشی در اسلام. *پروژه‌نامه فیزیولوژی ورزشی کاربردی*، ۴(۷)، ۶۲-۵۱.

[http://asp.journals.umz.ac.ir/article\\_1361.html](http://asp.journals.umz.ac.ir/article_1361.html)

قربانخانی، مهدی؛ صالحی، کیوان و مقدم زاده، علی. (۱۳۹۹). ساخت پرسشنامه میزان شده برای تشخیص ارزشیابی کاذب در مدارس ابتدایی. *علوم تربیتی*، ۲۷(۲)، ۹۱-۱۱۶.

<https://doi.org/10.22055/edus.2020.35053.3114>

موسوی، سیده افروز و واعظ موسوی، سید محمد کاظم. (۱۳۹۴). معرفی مقیاس موفقیت ورزشی. *رفتار حرکتی*، ۱۹، ۱۴۲-۱۲۳.

- skill. *大事體育學刊*, 13(2), 158-163.  
<https://doi/10.5297/ser.1302.006>
- Cleary, T. J., & Zimmerman, B. J. (2004). Self-regulation empowerment program: A school-based program to enhance self-regulated and self-motivated cycles of student learning. *Psychology in the Schools*, 41(5), 537-550. <https://doi.org/10.1002/pits.10177>
- Cheon, H., & Lim, S. (2020). Pursuing sustainable happiness through participation in exercise for South Korean students: Structural relationships among exercise, mental health factors, school satisfaction, and happiness. *Sustainability*, 12(9), 3797. <https://doi.org/10.3390/su12093797>
- Deka, J., Saha, K., Gogoi, R., Dutta, G. K., & Raidongia, K. (2020). Fabrication of pressure-responsive energy device from nanofluidic vanadium pentoxide and polymeric hydrogel. *ACS Applied Electronic Materials*, 3(1), 277-284. <https://doi.org/10.1021/acsaelm.0c00849>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 1-21. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Frith, E., Miller, S., & Loprinzi, P. D. (2020). A review of experimental research on embodied creativity: revisiting the mind-body connection. *The Journal of Creative Behavior*, 54(4), 767-798. <https://doi.org/10.1002/jocb.406>
- Ganj Khanlo, M. (2019). The effect of exercise on the mental health and academic progress of female middle school students. *Third National Conference on Strategies for Achieving Sustainable Development in Iranian Education and Psychology*, Tehran. [Persian] <https://civilica.com/doc/926482>
- Ghorbankhani, M., Salehi, K., & Moghaddamzadeh, A. (2020). Construction of a Standardized Questionnaire to Detect the Pseudo Evaluation in Elementary Schools. *Journal of Educational Scinces*, 27(2), 91-116. [Persian] <https://doi.org/10.22055/edus.2020.35053.3114>
- Kao, S. C., Cadenas-Sanchez, C., Shigeta, T. T., Walk, A. M., Chang, Y. K., Pontifex, M. B., & Hillman, C. H. (2020). A systematic review of physical activity and cardiorespiratory fitness on P3b. *Psychophysiology*, 57(7), e13425. <https://doi.org/10.1111/psyp.13425>
- Khalaji, H. (2008). The Effect of Faith and Spirituality on Sporting Performance in Islam. *Journal of Applied Exercise Physiology*, 4(7), 51-62. [Persian] [http://asp.journals.umz.ac.ir/article\\_1361.html](http://asp.journals.umz.ac.ir/article_1361.html)
- McGuine, T. A., Biese, K. M., Petrovska, L., Hetzel, S. J., Reardon, C., Kliethermes, S., & Watson, A. M. (2021). Mental health, physical activity, and quality of life of US adolescent athletes during COVID-19-related school closures and sport cancellations: a study of 13 000 athletes. *Journal of athletic training*, 56(1), 11-19. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-0478.20>
- Mousavi, A., & Vaez Mousavi, M. (2015). Introducing the Sport Success Scale (SSS). *Motor Behavior*, 7(19), 123-142. [Persian] [https://mbj.ssric.ac.ir/article\\_344.html](https://mbj.ssric.ac.ir/article_344.html)
- Hosseini, S. A., & Besharat, M. A. (2010). Relation of resilience whit sport achievement and mental health in a sample of athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 633-638. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.156>
- Nonahal, S., PourShahbaz, A., & Dolatshahi, B. (2016). The Role of Socio-cultural Attitudes towards Appearance, Perfectionism, and Difficulties in Emotion Regulation Factors in Prediction of Muscle Dysmorphia Symptoms. *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*, 5(15), 117-130. [Persian] <https://doi:10.22089/spsyj.2016.603>
- Omidian, M., Ahmadi, S., & Asadi, S. (2017). The role of creativity, mindfulness and academic performance on well-being: with mediating role of psychological problems. *Journal of Psychological Achievements*, 24(2), 101-116. [Persian] <https://doi.org/10.22055/psy.2018.23640.1907>
- Paranji, M., Delavar, A., & Farrokhi, N. (2019). Investigate the Role of Mental Health in Students' Creative Behaviors. *Journal of Innovation and Creativity in Human Science*, 8(32), 153-170. [Persian] [magiran.com/p1992261](http://magiran.com/p1992261)
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I., & Portus, M. (2014). Acquisition of expertise in cricket fast bowling: perceptions of expert players and coaches. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 17(1), 85-90. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2013.03.005>
- Seligman, M. E. (2011). Building resilience. *Harvard business review*, 89(4), 100-106. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21510522/>
- Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B. L., Loftus, G. R., Bem, D. J., & Maren, S. (2003). Atkinson ve Hilgard Psikolojiye Giriş, (çev. Öznur

- Öncül, Deniz Ferhatoğlu, 14.  
<https://tinyurl.com/2ls49hu9>
- Shannon, S., Breslin, G., Haughey, T., Sarju, N., Neill, D., Lawlor, M., & Leavey, G. (2019). Predicting student-athlete and non-athletes' intentions to self-manage mental health: Testing an integrated behaviour change model. *Mental Health & Prevention*, 13, 92-99.  
<https://doi.org/10.1016/j.mhp.2019.01.006>
- Valizadeh, S., Sadipour, E., Dortaj, F., Delavar, A., & Sheivandi Cholicheh, K. (2022). Psycho-social empowerment education based on choice theory in high-risk behaviors and hopeful of adolescent girls: Development and evaluation of efficacy. *Journal of psychologicalscience*, 21(114), 1079-1103. [Persian] <https://tinyurl.com/2p4nf2uj>
- Vedøy, I. B., Anderssen, S. A., Tjomsland, H. E., Skulberg, K. R., & Thurston, M. (2020). Physical activity, mental health and academic achievement: a cross-sectional study of Norwegian adolescents. *Mental Health and Physical Activity*, 18, 100322.  
<https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100322>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*, 7E. Human kinetics.  
<https://is.gd/kYdlD6>
- Winner, E. (2000). *The origins and ends of giftedness*. *American Psychologist*, 55(1), 159-169.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.159>
- Yeom, Y. O., Hong, Y. P., Kim, K. M., Lee, Y. L., Lim, M. H. (2020). The relationships between academic burnout, mental health, parental achievement pressure, and academic demand in high school students. *Korean Journal of Stress Research*, 28(2), 61-67. <https://doi.org/10.17547/kjsr.2020.28.2.61>