

Presenting a Model for Examining the Effect of Perfectionism on Body Image Concern with the Mediating Role of Rejection Sensitivity

1. Shahla Kashiha^{ORCID}: Department of counseling, SR.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. Marzieh Gholamitooranposhti^{ORCID}*: Department of Psychology, ShB.C., Islamic Azad University, Shahrababak, Iran.

3. Mohammad Ghamari^{ORCID}: Department of Consulting, SR.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email Address: gholamitooranposhti@iau.ac.ir



Received: 05 April 2025
Revised: 24 July 2025
Accepted: 02 August 2025
Published: 17 August 2025



Copyright: © 2025 by the authors.
Published under the terms and
conditions of Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: The present study aimed to examine the effect of perfectionism on body image concern with the mediating role of rejection sensitivity among female bodybuilders.

Methods and Materials: This study employed a descriptive-correlational design using structural equation modeling (SEM). The statistical population consisted of all female bodybuilders in Qazvin in 2024. A total of 384 participants were selected through convenience sampling, of which 375 completed valid questionnaires. Data were collected using the Body Image Concern Inventory (Littleton et al., 2005), the Multidimensional Perfectionism Scale (Hewitt & Flett, 1991), and the Rejection Sensitivity Questionnaire (Downey & Feldman, 1996). Data were analyzed using SPSS-25 and PLS-7.80 software.

Findings: Results indicated that perfectionism had a significant direct effect on body image concern ($\beta = -0.761$, $t = -24.273$, $p < 0.01$). Perfectionism also significantly predicted rejection sensitivity ($\beta = -0.763$, $t = -24.309$, $p < 0.01$), which in turn had a significant negative effect on body image concern ($\beta = -0.755$, $t = -24.014$, $p < 0.01$). Furthermore, the indirect effect of perfectionism on body image concern through rejection sensitivity was significant ($\beta = -0.212$).

Conclusion: Perfectionism influences body image concern both directly and indirectly through rejection sensitivity. These findings highlight the importance of psychological interventions aimed at reducing maladaptive perfectionism and rejection sensitivity to improve body image among female athletes.

Keywords: *Perfectionism; Body Image Concern; Rejection Sensitivity; Female Athletes; Structural Equation Modeling*

How to Cite: Kashiha, S., Gholamitooranposhti, M., & Ghamari, M. (2025). Presenting a Model for Examining the Effect of Perfectionism on Body Image Concern with the Mediating Role of Rejection Sensitivity. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(4), 1-14.

ارائه مدل بررسی تأثیر کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدن با نقش میانجی حساسیت به طرد

۱. شهلا کاشیها^{ID}: گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. مرضیه غلامی توران پشته^{ID*}: گروه روان‌شناسی، واحد شهربابک، دانشگاه آزاد اسلامی، شهربابک، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. محمد قمری^{ID}: گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: gholamitooranposhti@iau.ac.ir

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدن با نقش میانجی حساسیت به طرد در زنان ورزشکار بدنساز بود.

مواد و روش: پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی و با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه زنان ورزشکار بدنساز شهر قزوین در سال ۱۴۰۳ بود. از میان آنان ۳۸۴ نفر به روش در دسترس انتخاب شدند که پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، ۳۷۵ نفر مورد تحلیل قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی (لیتل تون و همکاران، ۲۰۰۵)، پرسشنامه کمال‌گرایی (هویت و فلت، ۱۹۹۱) و پرسشنامه حساسیت به طرد (داونی و فلدمن، ۱۹۹۶) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS-۲۵ و PLS-۷.۸۰ تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد کمال‌گرایی اثر مستقیم و معناداری بر نگرانی از تصویر بدن دارد ($\beta = -0.0761$, $t = 2.24/273$, $p < 0.01$). همچنین کمال‌گرایی به‌طور معناداری حساسیت به طرد را پیش‌بینی کرد ($\beta = -0.0763$, $t = 2.24/309$, $p < 0.01$). و حساسیت به طرد نیز اثر مستقیم و منفی بر نگرانی از تصویر بدن داشت ($\beta = -0.0755$, $t = 2.24/014$, $p < 0.01$). اثر غیرمستقیم کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدن از طریق حساسیت به طرد نیز معنادار بود ($\beta = -0.0212$).

نتیجه‌گیری: کمال‌گرایی به‌طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق حساسیت به طرد بر نگرانی از تصویر بدن اثرگذار است. این یافته‌ها اهمیت مداخله‌های روان‌شناختی برای کاهش کمال‌گرایی ناسازگارانه و حساسیت به طرد به‌منظور بهبود تصویر بدن زنان ورزشکار را برجسته می‌سازد.

کلیدواژگان: کمال‌گرایی؛ نگرانی از تصویر بدن؛ حساسیت به طرد؛ زنان ورزشکار؛ مدل‌یابی معادلات ساختاری

نحوه استناددهی: کاشیها، شهلا، غلامی توران پشته، مرضیه، و قمری، محمد. (۱۴۰۴). ارائه مدل بررسی تأثیر کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدن با نقش میانجی حساسیت به طرد. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۲(۴)، ۱-۱۴.



تاریخ دریافت: ۱۶ فروردین ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۲ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۱ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ انتشار: ۲۶ مرداد ۱۴۰۴



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Body image concerns have become one of the most pressing psychological and social challenges in contemporary societies, particularly among women and adolescents who are exposed to cultural, familial, and media pressures that emphasize unrealistic beauty standards (Nichols et al., 2018; Sabet et al., 2023). These concerns are not merely superficial; they profoundly impact psychological well-being, self-esteem, and interpersonal relationships, often serving as risk factors for the development of eating disorders, depression, and social withdrawal (Barnett & Sharp, 2016; Mashalpour Fard et al., 2014). Consequently, identifying the psychological and interpersonal predictors of body image concerns has become a central focus of psychological research. Among the constructs highlighted in the literature, perfectionism and rejection sensitivity stand out as key variables that may interact to explain why certain individuals are more vulnerable to negative body image perceptions.

Perfectionism, a multidimensional personality trait, has long been studied for its dual nature: adaptive perfectionism may foster achievement and goal setting, while maladaptive perfectionism is strongly associated with psychological dysfunction (MacNeill & Best, 2015; Zamani et al., 2014). In the context of body image, maladaptive perfectionism has consistently been found to exacerbate dissatisfaction, heighten self-criticism, and predict disordered eating behaviors (Barnett & Sharp, 2016). For instance, Barnett and Sharp (2016) demonstrated that maladaptive perfectionism among college women significantly predicted body dissatisfaction and disordered eating, with self-compassion acting as a buffer (Barnett & Sharp, 2016). Similarly, MacNeill and Best (2015), in a review of athletes, noted that perfectionism amplifies pressures related to maintaining an ideal physique, thereby fostering body image dissatisfaction (MacNeill & Best, 2015). Empirical evidence from Iranian samples has also confirmed that perfectionism interacts with

negative body image and emotional distress to predict eating pathology (Mashalpour Fard et al., 2014; Zamani et al., 2014). These studies highlight perfectionism as a central risk factor for maladaptive body image attitudes.

Recent research has further examined perfectionism through the lens of social comparison and media exposure. McComb and Mills (2021) found that upward social comparisons to Instagram models increased young women's body dissatisfaction, with appearance-based perfectionism amplifying this effect (McComb & Mills, 2021). A subsequent study by McComb and Mills (2022) extended this finding, showing that exposure to different Instagram body ideals (thin, slim-thick, and fit) worsened body image through the mediating role of appearance-related perfectionism (McComb & Mills, 2022). Hicks et al. (2022) likewise identified maladaptive perfectionism as a key risk factor in body image dissatisfaction and psychological well-being, further reinforcing its importance (Hicks et al., 2022). Together, these findings underscore perfectionism's pervasive influence on body image, particularly in environments saturated with unattainable aesthetic ideals.

Parallel to perfectionism, rejection sensitivity has emerged as a pivotal construct in understanding body image concerns. Rejection sensitivity is defined as the tendency to anxiously expect, readily perceive, and intensely react to signs of social rejection (Flett et al., 2014). Studies demonstrate that individuals with heightened rejection sensitivity are particularly vulnerable to body image concerns, as they may interpret real or imagined evaluations of their appearance as threatening (Kelly et al., 2014). Kelly and colleagues (2014) specifically highlighted that appearance-based rejection sensitivity was strongly associated with body dysmorphic disorder, emphasizing its clinical significance (Kelly et al., 2014). Brekalo (2022) further provided longitudinal evidence showing that appearance-related rejection sensitivity mediated the relationship between social anxiety symptoms and body

dysmorphic symptoms, thereby linking interpersonal vulnerabilities with intrapsychic concerns (Brekalo, 2022).

Several studies also confirm that rejection sensitivity mediates the relationship between body image dissatisfaction and broader mental health outcomes. Shin and Kim (2020) demonstrated that rejection sensitivity, alongside maladaptive self-focused attention, served as dual mediators between body image concerns and adolescent depression (Shin & Kim, 2020). Saylan and Oktan (2023) found similar evidence in adolescents, where rejection sensitivity was significantly related to body image concerns and self-efficacy (Saylan & Oktan, 2023). These findings suggest that rejection sensitivity may operate as a critical pathway through which perfectionism translates into heightened vulnerability to body image dissatisfaction.

Importantly, perfectionism and rejection sensitivity are not independent; they are conceptually and empirically linked. Flett, Besser, and Hewitt (2014) observed that perfectionists, particularly those with high interpersonal sensitivity, were more prone to rejection sensitivity, with both constructs jointly predicting depressive outcomes (Flett et al., 2014). This interplay indicates that perfectionism may indirectly foster body image concerns by heightening rejection sensitivity. Consistent with this notion, recent Iranian studies have pointed to the mediating role of cognitive-emotional mechanisms such as social comparison and maladaptive schemas in linking perfectionism with negative body image (Pourhosein et al., 2023; Sabet et al., 2023). Moreover, intervention-based research supports the malleability of these constructs: Akhtarian et al. (2024) found that both a healthy body image package and cognitive-behavioral therapy significantly reduced perfectionism and body dissatisfaction among adolescents, underscoring the potential to address these psychological risk factors through evidence-based treatments (Akhtarian et al., 2024).

Drawing on these theoretical and empirical foundations, the present study sought to examine the direct and indirect effects of perfectionism on body image concerns among

female bodybuilders, with rejection sensitivity conceptualized as a mediating variable. This approach not only integrates personality and interpersonal dynamics but also provides a culturally specific contribution to the literature, given the rising popularity of bodybuilding among Iranian women and the unique sociocultural pressures they face.

Methods and Materials

The study employed a descriptive-correlational design using structural equation modeling (SEM) to test the hypothesized relationships among variables. The statistical population consisted of female bodybuilders in Qazvin during 2024. A sample of 384 participants was selected through convenience sampling from local bodybuilding clubs, of which 375 completed valid questionnaires. Data were collected using three standardized instruments: the Body Image Concern Inventory (Littleton et al., 2005), the Multidimensional Perfectionism Scale (Hewitt & Flett, 1991), and the Rejection Sensitivity Questionnaire (Downey & Feldman, 1996). Psychometric properties of these measures were established in prior research and confirmed for the present study. Data were analyzed using SPSS 25 and PLS 7.80, with descriptive statistics applied for demographic characteristics and inferential analyses conducted through SEM to test direct, indirect, and total effects.

Findings

Descriptive analyses revealed that the mean score for body image concern among participants was moderately high, with an average of 62.89 on the Body Image Concern Inventory. Perfectionism scores averaged 126.90, indicating a high prevalence of perfectionistic tendencies in the sample, while rejection sensitivity scores averaged 70.92, reflecting elevated levels of interpersonal vulnerability. Skewness and kurtosis values confirmed that the data approximated normal distribution, supporting the assumptions for SEM analysis.

Path analysis results demonstrated that perfectionism had a significant direct effect on body image concern ($\beta = -0.761$, $t = -24.273$, $p < 0.01$). Furthermore, perfectionism significantly predicted rejection sensitivity ($\beta = -0.763$, $t = -$

24.309, $p < 0.01$), which in turn significantly predicted body image concern ($\beta = -0.755$, $t = -24.014$, $p < 0.01$). The indirect effect of perfectionism on body image concern through rejection sensitivity was also significant ($\beta = -0.212$), indicating partial mediation. Overall, the model accounted for a substantial proportion of variance in body image concern, confirming the hypothesized relationships.

Discussion and Conclusion

The findings provide robust evidence that perfectionism exerts both direct and indirect effects on body image concerns among female athletes, with rejection sensitivity serving as a key mediating pathway. This result aligns with prior studies that identify maladaptive perfectionism as a critical risk factor for body dissatisfaction and disordered eating behaviors (Barnett & Sharp, 2016; MacNeill & Best, 2015). The high mean scores for perfectionism and body image concern in the present sample resonate with earlier evidence that female athletes, particularly bodybuilders, face intensified pressures to achieve idealized physiques (Hicks et al., 2022; McComb & Mills, 2021).

The mediating role of rejection sensitivity corroborates existing findings that interpersonal vulnerabilities amplify the psychological consequences of perfectionism (Flett et al., 2014; Kelly et al., 2014). By demonstrating that perfectionism increases rejection sensitivity, which subsequently heightens body image concerns, the study bridges two streams of research and provides a more comprehensive understanding of the mechanisms underlying

body dissatisfaction. This is consistent with Brekalo's (2022) longitudinal findings on the role of appearance-based rejection sensitivity in body dysmorphic symptoms and with Shin and Kim's (2020) identification of rejection sensitivity as a mediator linking body image concerns to depression (Brekalo, 2022; Shin & Kim, 2020).

These findings have important theoretical and practical implications. Theoretically, they highlight the necessity of integrating personality traits like perfectionism with interpersonal constructs such as rejection sensitivity in models of body image concern. Practically, they suggest that interventions aimed at reducing body dissatisfaction should target both perfectionistic tendencies and rejection sensitivity. Evidence from intervention studies supports this view, as both cognitive-behavioral therapy and structured body image programs have been shown to effectively reduce perfectionism and improve body image outcomes (Akhtarian et al., 2024).

In conclusion, the present study contributes to the growing body of literature by confirming that perfectionism is a major predictor of body image concern, both directly and indirectly through rejection sensitivity. This integrative perspective underscores the importance of addressing perfectionism and interpersonal vulnerabilities simultaneously in prevention and intervention programs. By focusing on these dual pathways, clinicians and educators can design more effective strategies to mitigate body image concerns and promote psychological well-being among women in high-pressure cultural and athletic contexts.

مقدمه

در فضای مجازی، می‌تواند موجب تشدید کمال‌گرایی ظاهری و در نتیجه افزایش نارضایتی بدنی شود (McComb & Mills, 2021). بررسی‌های جدیدتر نیز نشان داده‌اند که تأثیر تصاویر رسانه‌ای بر تصویر بدن از طریق فعال‌سازی گرایش‌های کمال‌گرایانه مرتبط با ظاهر رخ می‌دهد و این امر احتمال نگرانی از بدن را تقویت می‌کند (McComb & Mills, 2022). در همین راستا، پژوهش‌های تجربی حاکی از آن‌اند که کمال‌گرایی جسمانی یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های نگرانی از تصویر بدن و حتی رفتارهای پرخطر مرتبط با خوردن است (Hicks et al., 2022).

از سوی دیگر، متغیر حساسیت به طرد به‌عنوان یکی از عوامل میان‌فردی کلیدی در تبیین نگرانی از تصویر بدن شناخته شده است. حساسیت به طرد به معنای انتظار مداوم فرد برای طرد شدن در روابط اجتماعی و واکنش‌های هیجانی شدید به نشانه‌های احتمالی طرد است (Flett et al., 2014). تحقیقات نشان داده‌اند افرادی که دارای حساسیت بالاتری به طرد هستند، بیشتر مستعد تجربه نگرانی‌های مرتبط با ظاهر جسمانی و مقایسه‌های منفی با دیگران می‌باشند (Kelly et al., 2014). این افراد اغلب بر این باورند که دیگران آن‌ها را به دلیل نقص‌های ظاهری‌شان نخواهند پذیرفت و همین امر، چرخه نگرانی از بدن را تداوم می‌بخشد (Brekalo, 2022).

ارتباط حساسیت به طرد و نگرانی از تصویر بدن در مطالعات مختلف به‌طور مستقیم و غیرمستقیم تأیید شده است. برای مثال، شین و کیم (۲۰۲۰) نشان دادند که حساسیت به طرد نقش واسطه‌ای مهمی در رابطه بین تصویر بدن منفی و افسردگی نوجوانان دارد و می‌تواند مسیرهای هیجانی را فعال کند که به تشدید مشکلات روان‌شناختی منجر می‌شود (Shin & Kim, 2020). در پژوهشی دیگر، سایلان و اوکتان (۲۰۲۳) بیان کردند که حساسیت به طرد در نوجوانان ارتباط مستقیم و معناداری با نگرانی از تصویر بدن دارد و این ارتباط از طریق کاهش خودکارآمدی اجتماعی تقویت می‌شود (Saylan &

تصویر بدن به‌عنوان یکی از ابعاد اساسی هویت روان‌شناختی و اجتماعی فرد، نقشی تعیین‌کننده در سلامت روانی و رضایت از زندگی ایفا می‌کند. تحقیقات گسترده‌ای نشان داده‌اند که نگرانی از تصویر بدن می‌تواند پیامدهای منفی قابل توجهی در حوزه‌هایی همچون عزت‌نفس، روابط اجتماعی و کیفیت زندگی داشته باشد (Nichols et al., 2018). این نگرانی به‌ویژه در میان زنان و نوجوانان، به دلیل فشارهای اجتماعی و فرهنگی مرتبط با استانداردهای زیبایی، شیوع بیشتری دارد (Sabet et al., 2023). از این‌رو، شناسایی متغیرهای پیش‌بینی‌کننده نگرانی از تصویر بدن و تبیین نقش عوامل میانجی در این ارتباط، ضرورتی اساسی برای پژوهش‌های روان‌شناختی و مداخلات بالینی به شمار می‌رود.

یکی از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناختی مرتبط با نگرانی از تصویر بدن، کمال‌گرایی است. کمال‌گرایی به‌طور سنتی به‌عنوان یک ویژگی چندبعدی در نظر گرفته می‌شود که هم می‌تواند سازگارانه باشد و هم ناسازگارانه (Barnett & Sharp, 2016). شکل ناسازگار آن، که با خودانتقادگری، معیارهای غیرواقع‌بینانه و نیاز به تأیید دیگران مشخص می‌شود، بیشترین ارتباط را با مشکلات روان‌شناختی از جمله اضطراب، افسردگی، اختلالات خوردن و نگرانی‌های بدنی دارد (MacNeill & Best, 2015; Zamani et al., 2014). پژوهش‌های داخلی نیز رابطه مثبت و معناداری بین کمال‌گرایی و نگرانی از تصویر بدن گزارش کرده‌اند و این رابطه می‌تواند به واسطه متغیرهای هیجانی و میان‌فردی تقویت شود (Mashalpour Fard et al., 2014).

ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که کمال‌گرایی به‌ویژه در زمینه ظاهر جسمانی، نقش مهمی در شکل‌گیری نگرانی از تصویر بدن دارد. برای مثال، مقایسه‌های اجتماعی با الگوهای رسانه‌ای و استانداردهای زیبایی غیرواقعی

(Oktan, 2023). همچنین، کلی و همکاران (۲۰۱۴) در مطالعه‌ای بر بیماران مبتلا به اختلال بد ریخت‌انگاری بدن نشان دادند که حساسیت مبتنی بر ظاهر یکی از مهم‌ترین مکانیسم‌های تداوم این اختلال است (Kelly et al., 2014). نکته قابل توجه این است که حساسیت به طرد خود نیز می‌تواند از ویژگی‌های شخصیتی همچون کمال‌گرایی تأثیر بپذیرد. افراد کمال‌گرا به دلیل وابستگی بیش‌ازحد به تأیید دیگران، بیش از سایرین مستعد حساسیت به نشانه‌های طرد هستند (Flett et al., 2014). این موضوع در پژوهش‌های جدید نیز مورد تأکید قرار گرفته است، به‌طوری‌که نتایج حاکی از آن است که کمال‌گرایی نه تنها به‌طور مستقیم بر نگرانی از تصویر بدن اثر می‌گذارد، بلکه از طریق افزایش حساسیت به طرد نیز بر آن تأثیر غیرمستقیم دارد (Brekalo, 2022). از این منظر، حساسیت به طرد را می‌توان یک متغیر میانجی کلیدی در رابطه بین کمال‌گرایی و نگرانی از تصویر بدن قلمداد کرد.

اهمیت این موضوع زمانی بیشتر آشکار می‌شود که نتایج پژوهش‌های داخلی و خارجی را کنار هم قرار دهیم. برای مثال، پژوهش ثابت و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که زنان متقاضی جراحی زیبایی، که دارای تصویر بدنی منفی بودند، به دلیل سبک‌های تنظیم هیجان ناکارآمد و گرایش به باورهای غیرمنطقی، بیشتر در معرض پذیرش کمال‌گرایی ناسازگارانه و حساسیت به طرد قرار داشتند (Sabet et al., 2023). در پژوهش دیگری، پورحسین و همکاران (۲۰۲۳) دریافتند که مقایسه اجتماعی به‌عنوان یک متغیر میانجی، رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نگرش‌های مرتبط با تصویر بدن در زنان دارای اضافه وزن را تبیین می‌کند (Pourhosein et al., 2023). این یافته‌ها نشان می‌دهد که تعامل متغیرهای شخصیتی و میان‌فردی، نقش تعیین‌کننده‌ای در نگرانی از تصویر بدن ایفا می‌کند.

نتایج پژوهش‌های داخلی دیگر نیز همسو با این یافته‌هاست. مطالعه‌ای توسط اخطاریان و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد که مداخله‌های روان‌شناختی

همچون بسته تصویر بدنی سالم و درمان شناختی-رفتاری می‌تواند به‌طور مؤثری در کاهش کمال‌گرایی و نگرانی از بدن نوجوانان مؤثر باشد (Akhtarian et al., 2024). این یافته اهمیت شناخت عوامل زیربنایی همچون کمال‌گرایی و حساسیت به طرد را در طراحی مداخلات روان‌شناختی اثبات می‌کند.

به‌طور کلی، بررسی پیشینه پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کمال‌گرایی و حساسیت به طرد هر دو از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر نگرانی از تصویر بدن هستند و تعامل میان این دو سازه می‌تواند چرخه‌ای معیوب از ناراضایتی بدنی و مشکلات هیجانی ایجاد کند. با این حال، علی‌رغم وجود مطالعات متعدد در این حوزه، هنوز نیاز به پژوهش‌هایی وجود دارد که نقش میانجی حساسیت به طرد را در رابطه بین کمال‌گرایی و نگرانی از تصویر بدن به‌طور جامع و مدل‌مند بررسی کنند. همچنین، با توجه به تغییرات فرهنگی و گسترش رسانه‌های اجتماعی، بررسی این روابط در بافت فرهنگی ایران می‌تواند یافته‌های تازه‌ای در اختیار قرار دهد و زمینه‌ساز مداخلات مؤثرتر گردد (Mashalpour Fard et al., 2014; Zamani et al., 2014).

از این رو، پژوهش حاضر با هدف ارائه مدلی برای بررسی تأثیر کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدن با نقش میانجی حساسیت به طرد انجام شد.

روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش از نظر هدف، ماهیت تحقیق کاربردی و از نظر روش اجرا، توصیفی از نوع همبستگی با بهره‌گیری از مدلیابی معادلات ساختاری بود. در مدل مفهومی تحقیق، متغیر نگرانی از تصویر بدنی به عنوان متغیر درون‌زا، کمال‌گرایی به عنوان متغیر برون‌زا و حساسیت به طرد به عنوان متغیر میانجی در نظر گرفته شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه ورزشکاران زن بدنساز شهر قزوین در سال ۱۴۰۳ تشکیل دادند. در خصوص تعیین حجم نمونه، با توجه به ماهیت مدل معادلات ساختاری و پیچیدگی مسیرهای مورد بررسی،

و خارجی بین ۰.۷۰ تا ۰.۹۱ گزارش گردیده است. در مطالعه حاضر نیز پس از تأیید روایی محتوایی توسط متخصصان، ضریب پایایی کل مقیاس برابر با ۰.۷۱ به دست آمد که نشان‌دهنده کفایت آن برای استفاده در پژوهش می‌باشد. ابزار سوم، پرسشنامه حساسیت به طرد داوونی و فلدمن (۱۹۹۶) بود. این پرسشنامه دارای ۱۸ سؤال دو بخشی است که هر بخش میزان نگرانی و انتظار فرد را در موقعیت‌های بین‌فردی می‌سنجد. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف شش‌درجه‌ای از «اصلاً نگران نیستم» تا «خیلی نگرانم» صورت می‌گیرد و محاسبه نمره حساسیت به طرد بر اساس ترکیب امتیازات اضطراب و انتظار طرد انجام می‌شود. این مقیاس در مطالعات داخلی ترجمه و بومی‌سازی شده و از نظر روایی و پایایی مورد تأیید قرار گرفته است. در این پژوهش، پرسشنامه پس از بازبینی محتوایی توسط اساتید متخصص مورد استفاده قرار گرفت و پایایی آن با ضریب آلفای کرونباخ ۰.۷۲ تأیید شد.

تحلیل داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی صورت گرفت. در سطح توصیفی از شاخص‌هایی مانند میانگین، انحراف معیار، توزیع فراوانی و نمودارها برای تبیین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و متغیرهای اصلی استفاده شد. در سطح استنباطی، به منظور آزمون مدل مفهومی پژوهش و بررسی روابط مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرها، از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ برای تحلیل داده‌های توصیفی و نرم‌افزار PLS نسخه ۷.۸۰ برای آزمون مدل ساختاری و تحلیل فرضیات پژوهش مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌ها

یافته‌های جمعیت‌شناختی پژوهش حاضر نشان داد که در میان ۳۷۵ ورزشکار زن بدنساز شرکت‌کننده، از نظر سن، بیشترین فراوانی مربوط به گروه سنی ۲۵ تا ۳۰ سال با ۱۲۰ نفر معادل ۳۲ درصد بود و کمترین فراوانی به گروه بالاتر از ۳۵ سال با ۶۸ نفر معادل ۱۸ درصد اختصاص یافت، در حالی

حداقل ۳۰۰ نفر به عنوان کف نمونه موردنیاز در نظر گرفته شد. با توجه به احتمال ریزش آزمودنی‌ها، حجم نمونه ۳۸۴ نفر انتخاب شد. نمونه‌ها به روش در دسترس از بین ورزشکاران زن فعال در باشگاه‌های بدنسازی شهر قزوین انتخاب گردیدند. شرایط ورود به مطالعه شامل داشتن سن بین ۲۰ تا ۳۰ سال، برخورداری از تحصیلات حداقل دیپلم و حداکثر لیسانس و عضویت فعال در باشگاه‌های ورزشی بود. پس از جمع‌آوری داده‌ها، ۹ پرسشنامه به علت نقص یا عدم بازگشت حذف گردید و در نهایت تحلیل داده‌ها بر اساس پاسخ‌های ۳۷۵ نفر انجام شد.

ابزار اصلی پژوهش شامل سه پرسشنامه استاندارد بود که به منظور سنجش متغیرهای پژوهش مورد استفاده قرار گرفتند. نخستین ابزار، پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی لیتلتون و همکاران (۲۰۰۵) بود. این مقیاس ۱۹ سؤالی دارای دو بعد نارضایتی از ظاهر و پنهان‌سازی نقایص ادراک شده، و تداخل نگرانی از ظاهر در عملکرد اجتماعی است. این پرسشنامه بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از «هرگز» تا «همیشه» نمره‌گذاری می‌شود و نمره کل آن بین ۱۹ تا ۹۵ متغیر است. نمرات پایین نشان‌دهنده سطح کم نگرانی از تصویر بدنی، نمرات متوسط بیانگر سطح متوسط و نمرات بالاتر از ۵۷ نشان‌دهنده نگرانی شدید از تصویر بدنی هستند. پایایی این پرسشنامه در مطالعات خارجی و داخلی با استفاده از آلفای کرونباخ مناسب گزارش شده است و در این پژوهش نیز با بررسی روایی محتوایی و محاسبه آلفای کرونباخ (۰.۷۴) تأیید گردید.

ابزار دوم، پرسشنامه کمال‌گرایی هویت و فلت (۱۹۹۱) بود که شامل ۳۰ گویه در سه خرده‌مقیاس کمال‌گرایی خودمحور، دیگرمحور و جامعه‌محور است. هر گویه در طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای از «به شدت مخالفم» تا «به شدت موافقم» نمره‌گذاری می‌شود و نمره کل پرسشنامه در بازه ۳۰ تا ۲۱۰ قرار می‌گیرد. این مقیاس از طریق ترجمه و بومی‌سازی در مطالعات ایرانی پیشین اعتبارسنجی شده و ضرایب آلفای کرونباخ آن در پژوهش‌های داخلی

که ۹۷ نفر (۲۶ درصد) کمتر از ۲۵ سال و ۹۰ نفر (۲۴ درصد) در بازه ۳۱ تا ۳۵ سال قرار داشتند. از نظر سطح تحصیلات، بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان در مقطع کارشناسی ارشد با ۲۰۳ نفر معادل ۵۴ درصد بودند و کمترین فراوانی در مقطع کارشناسی با ۷۱ نفر معادل ۱۹ درصد مشاهده شد، در حالی که ۱۰۱ نفر (۲۷ درصد) دارای تحصیلات دکتری بودند. در ارتباط با مدت فعالیت ورزشی در رشته بدنسازی نیز مشخص شد که بیشترین فراوانی مربوط به ورزشکارانی بود که بین ۵ تا ۱۰ سال سابقه فعالیت داشتند (۱۹۹ نفر معادل ۵۳ درصد) و کمترین فراوانی به افراد با سابقه بیش از ۱۰ سال (۷۹ نفر معادل ۲۱ درصد) تعلق گرفت، در حالی که ۹۷ نفر (۲۶ درصد) کمتر از ۵ سال سابقه فعالیت ورزشی داشتند.

جدول ۱. توصیف آماری متغیرهای پژوهش از طریق شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع داده‌ها (حجم نمونه = ۳۷۵ پاسخ‌دهنده)

متغیر	میانگین متغیر (لیکرت)	میانگین کل	انحراف معیار	آماره چولگی	آماره کشیدگی	کمینه	بیشینه
نگرانی از تصویر بدنی	۳.۳۱	۶۲.۸۹	۰.۸۳	-۰.۳۶	-۰.۱۱	۱۹	۹۵
کمال‌گرایی	۴.۲۳	۱۲۶.۹۰	۰.۷۸	-۰.۰۶	۰.۳۷	۳۰	۲۱۰
حساسیت به طرد	۳.۹۴	۷۰.۹۲	۰.۷۱	-۰.۰۴	-۰.۱۹	۱۸	۱۰۸

یافته‌های توصیفی نشان داد که میانگین متغیر نگرانی از تصویر بدنی در مقیاس لیکرت برابر با ۳.۳۱ و میانگین کل آن ۶۲.۸۹ بود که با توجه به دامنه تغییرات ۱۹ تا ۹۵، نشان‌دهنده سطحی نسبتاً بالاتر از حد متوسط در میان شرکت‌کنندگان است. متغیر کمال‌گرایی میانگین ۴.۲۳ در مقیاس لیکرت و میانگین کل ۱۲۶.۹۰ به دست آورد که نسبت به سایر متغیرها بالاترین مقدار میانگین را نشان می‌دهد و بیانگر گرایش قوی به کمال‌گرایی در میان نمونه پژوهش است. حساسیت به طرد نیز با میانگین ۳.۹۴ در مقیاس لیکرت و میانگین کل ۷۰.۹۲، در سطحی بالاتر از حد متوسط قرار داشت. مقادیر انحراف معیار برای هر سه متغیر کمتر از یک بود که حاکی از پراکندگی نسبتاً پایین داده‌ها پیرامون میانگین است. همچنین بررسی چولگی و کشیدگی متغیرها نشان داد که داده‌ها دارای توزیع نسبتاً نرمال هستند، زیرا تمامی مقادیر به یک نزدیک بوده و در دامنه مجاز قرار دارند. به طور کلی، یافته‌های توصیفی حاکی از آن است که شرکت‌کنندگان در پژوهش از نظر کمال‌گرایی و حساسیت به طرد در سطوح بالایی قرار دارند و نگرانی از تصویر بدنی نیز در میان آنها در حد متوسط به بالا مشاهده شده است.

پیش از انجام تحلیل‌های استنباطی، مفروضه‌های آماری پژوهش بررسی شد تا اطمینان حاصل شود که داده‌ها شرایط لازم برای استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری را دارند. نتایج آزمون‌ها نشان داد که توزیع داده‌ها از نظر نرمال بودن در حد قابل قبول قرار دارد، زیرا مقادیر چولگی و کشیدگی تمامی متغیرها در بازه ± 2 گزارش شدند که بیانگر نرمال بودن تقریبی داده‌ها است. همچنین، مفروضه استقلال مشاهدات به دلیل جمع‌آوری داده‌ها از افراد مستقل رعایت شده است. بررسی همخطی چندگانه نیز از طریق شاخص‌های همبستگی بین متغیرها نشان داد که مقدار همبستگی‌ها از سطح بحرانی فراتر نرفته و مشکلی از نظر همپوشانی شدید بین متغیرها وجود ندارد. علاوه بر این، همسانی واریانس‌ها در گروه‌های مختلف نمونه از طریق مشاهده پراکندگی داده‌ها تأیید شد. بنابراین، با توجه به رعایت شدن مفروضه‌های اساسی، داده‌ها شرایط لازم برای انجام تحلیل‌های پیشرفته با استفاده از مدل معادلات ساختاری را دارا بودند.

دوره دوم، شماره چهارم

جدول ۲. ضرایب مسیر، مقادیر معناداری و وضعیت آن‌ها

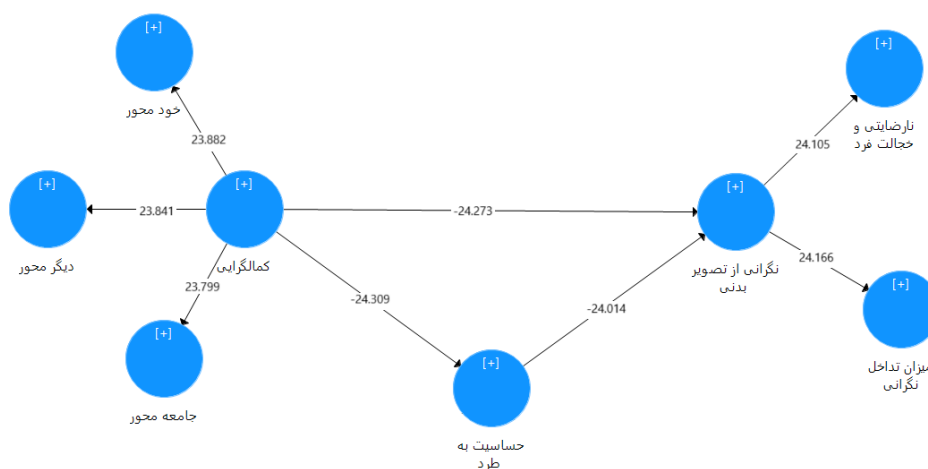
مسیر	ضریب مسیر	مقدار تی	وضعیت
کمال‌گرایی ← حساسیت به طرد	-۰.۷۶۳	-۲۴.۳۰۹	تأیید شد
حساسیت به طرد ← نگرانی از تصویر بدنی	-۰.۷۵۵	-۲۴.۰۱۴	تأیید شد
کمال‌گرایی ← نگرانی از تصویر بدنی	-۰.۷۶۱	-۲۴.۲۷۳	تأیید شد

بر اساس یافته‌های جدول فوق، تمامی مسیرهای فرض‌شده در مدل پژوهش از نظر آماری معنادار بوده و در سطح بالای اطمینان مورد تأیید قرار گرفتند. مسیر کمال‌گرایی به حساسیت به طرد با ضریب منفی و مقدار تی بالا نشان داد که افزایش کمال‌گرایی منجر به افزایش حساسیت به طرد می‌شود. همچنین، حساسیت به طرد به طور معناداری بر نگرانی از تصویر بدنی تأثیر منفی گذاشت. مسیر مستقیم کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدنی نیز معنادار گزارش شد که بیانگر آن است که کمال‌گرایی علاوه بر اثر غیرمستقیم از طریق حساسیت به طرد، به طور مستقیم نیز در نگرانی از تصویر بدنی نقش دارد.

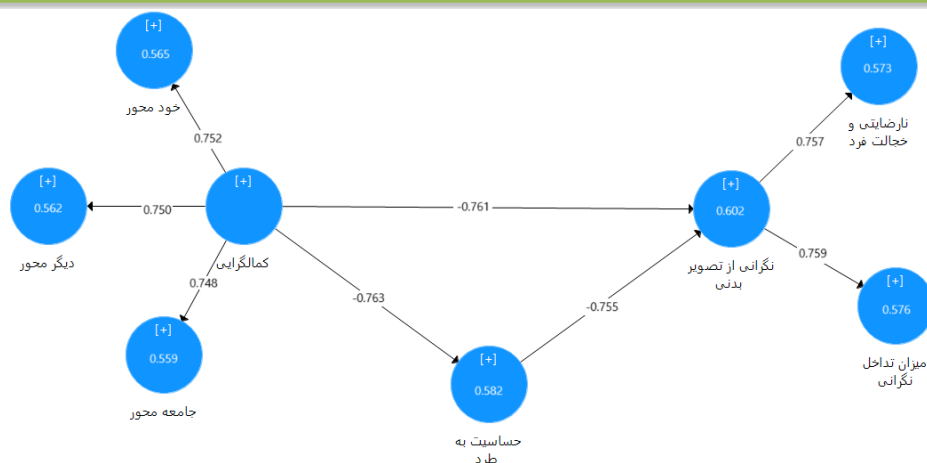
جدول ۳. تفکیک اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل

متغیر مستقل	متغیر وابسته	مستقیم	غیرمستقیم	کل
کمال‌گرایی	حساسیت به طرد	-۰.۷۶۳	---	-۰.۷۴۴
حساسیت به طرد	نگرانی از تصویر بدنی	-۰.۷۵۵	---	-۰.۷۳۸
کمال‌گرایی	نگرانی از تصویر بدنی	-۰.۷۶۱	$-۰.۷۵۵ \times -۰.۷۶۳ = -۰.۵۴۹$	-۰.۲۱۲

یافته‌های جدول فوق نشان داد که کمال‌گرایی علاوه بر تأثیر مستقیم منفی و معنادار بر نگرانی از تصویر بدنی، از طریق حساسیت به طرد نیز به صورت غیرمستقیم اثرگذار است. اثر غیرمستقیم کمال‌گرایی بر نگرانی از تصویر بدنی معادل -۰.۲۱۲- محاسبه شد که نشان‌دهنده نقش میانجی حساسیت به طرد در رابطه بین این دو متغیر است. به عبارت دیگر، حساسیت به طرد بخشی از اثر کمال‌گرایی را بر نگرانی از تصویر بدنی تبیین می‌کند. لازم به ذکر است که از آنجا که تمامی ضرایب معناداری بزرگ‌تر از ۲.۵۸ بودند، روابط تأیید شده در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار محسوب می‌شوند.



شکل ۱. مدل با ضرایب معناداری



شکل ۲. مدل با ضرایب استاندارد

بحث و نتیجه‌گیری

(Sharp, 2016). مکنیل و بست (۲۰۱۵) نیز در یک مرور نظام‌مند بیان کردند

که ورزشکاران به دلیل فشارهای ورزشی و اجتماعی برای دستیابی به استانداردهای بدنی خاص، بیشتر در معرض کمال‌گرایی ظاهری و در نتیجه نارضایتی بدنی قرار دارند (MacNeill & Best, 2015). یافته‌های پژوهش حاضر با این نتایج همخوانی دارد و نشان می‌دهد که کمال‌گرایی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی کلیدی می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در نگرانی از تصویر بدن ایفا کند.

یافته‌ها همچنین تأکید کردند که حساسیت به طرد نقش میانجی در ارتباط بین کمال‌گرایی و نگرانی از تصویر بدن دارد. این یافته هم‌راستا با پژوهش برکالو (۲۰۲۲) است که نشان داد حساسیت به طرد مبتنی بر ظاهر نقش مهمی در پیش‌بینی علائم بدریخت‌انگاری بدن دارد و می‌تواند اثر متغیرهای شخصیتی بر نگرانی‌های بدنی را توضیح دهد (Brekalo, 2022). نتایج حاضر با پژوهش کلی و همکاران (۲۰۱۴) نیز سازگار است؛ آن‌ها بیان کردند حساسیت به طرد ظاهری در بیماران مبتلا به اختلال بدریخت‌انگاری بدن یک مکانیزم محوری است که موجب تداوم نگرانی از بدن می‌شود (Kelly et al., 2014). یافته‌ها همسو با پژوهش فلت و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که افراد کمال‌گرا معمولاً نیاز شدیدی به تأیید دیگران دارند و این امر آن‌ها را در

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که کمال‌گرایی تأثیر مستقیمی بر نگرانی از تصویر بدن دارد و همچنین از طریق متغیر میانجی حساسیت به طرد بر این نگرانی اثرگذار است. به عبارت دیگر، زنان ورزشکار بدنساز دارای گرایش‌های کمال‌گرایانه بالاتر، بیش از دیگران در معرض نگرانی از ظاهر جسمانی خود قرار دارند و این نگرانی به‌واسطه حساسیت بالاتر آنان نسبت به طرد اجتماعی تشدید می‌شود. یافته‌های به‌دست‌آمده با بدنه گسترده‌ای از پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد و بر اهمیت در نظر گرفتن ابعاد شخصیتی و میان‌فردی در شکل‌گیری نگرانی از تصویر بدن تأکید می‌کند.

از منظر مستقیم، یافته‌ها نشان دادند که کمال‌گرایی به‌طور معناداری با نگرانی از تصویر بدن رابطه دارد. این نتیجه با پژوهش‌های متعددی همسو است که نشان داده‌اند کمال‌گرایی ناسازگارانه یکی از عوامل پیش‌بینی‌کننده نارضایتی از بدن و رفتارهای مرتبط با اختلالات خوردن است (Barnett & Sharp, 2016; MacNeill & Best, 2015). برای مثال، بارنت و شارپ (۲۰۱۶) گزارش کردند که کمال‌گرایی ناسازگارانه با کاهش خودشفقتی و افزایش نارضایتی از بدن در میان دانشجویان دختر همراه است و این نارضایتی احتمال بروز رفتارهای خوردن مشکل‌زا را افزایش می‌دهد (Barnett &

برابر حساسیت به طرد آسیب‌پذیرتر می‌کند (Flett et al., 2014). در نتیجه، می‌توان گفت که کمال‌گرایی به‌طور غیرمستقیم نیز از طریق افزایش حساسیت به طرد بر نگرانی از تصویر بدن تأثیر می‌گذارد.

در زمینه نقش کمال‌گرایی و مقایسه اجتماعی، پژوهش حاضر همسو با یافته‌های مک‌کامب و میلز (۲۰۲۱) است که نشان دادند مقایسه‌های صعودی با تصاویر الگوهای بدن در شبکه‌های اجتماعی موجب فعال‌سازی کمال‌گرایی ظاهری و افزایش نارضایتی از بدن می‌شود (McComb & Mills, 2021). مطالعه دیگری از همین نویسندگان نیز تأکید کرد که مواجهه با تصاویر آرمانی «اندام باریک»، «اندام ورزیده» یا «اندام ایده‌آل» در اینستاگرام، اثر منفی معناداری بر تصویر بدن جوانان دارد و این رابطه به واسطه کمال‌گرایی ظاهری تقویت می‌شود (McComb & Mills, 2022). یافته‌های حاضر نشان می‌دهند که گرایش به استانداردهای کمال‌گرایانه در زمینه ظاهر، حتی در بافت ورزشکاران زن نیز می‌تواند یکی از مکانیسم‌های کلیدی در تشدید نگرانی از بدن باشد.

از سوی دیگر، نتایج به‌دست‌آمده در ارتباط بین حساسیت به طرد و نگرانی از تصویر بدن با یافته‌های شین و کیم (۲۰۲۰) مطابقت دارد؛ آن‌ها نشان دادند که حساسیت به طرد و تمرکز ناسازگارانه بر خود، مسیرهای میانجی مؤثری در رابطه بین تصویر بدن منفی و افسردگی نوجوانان هستند (Shin & Kim, 2020). مطالعه سایلان و اوکتان (۲۰۲۳) نیز بر این نکته تأکید داشت که حساسیت به طرد ارتباط مستقیمی با نگرانی از تصویر بدن در نوجوانان دارد و این ارتباط از طریق کاهش خودکارآمدی تشدید می‌شود (Saylan & Oktan, 2023). در همین راستا، پژوهش‌های داخلی نیز یافته‌های مشابهی را گزارش کرده‌اند. برای مثال، پورحسین و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که مقایسه اجتماعی به‌عنوان یک متغیر میانجی، رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نگرانی‌های مرتبط با تصویر بدن در زنان دارای اضافه‌وزن را تبیین

می‌کند (Pourhosein et al., 2023). مطالعه دیگری نیز نشان داد زنان متقاضی جراحی زیبایی به دلیل کمال‌گرایی ناسازگارانه و حساسیت به طرد بیشتر، در معرض نگرانی‌های بدنی شدیدتر قرار دارند (Sabet et al., 2023).

یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات داخلی دیگر نیز همخوانی دارد. برای مثال، مشعل‌پور فرد و همکاران (۲۰۱۴) دریافتند که اضطراب اجتماعی، کمال‌گرایی و ادراک منفی از بدن به‌طور مشترک می‌توانند خطر ابتلا به اختلالات خوردن را در جوانان افزایش دهند (Mashalpour Fard et al., 2014). همچنین، زمانی و همکاران (۲۰۱۴) نشان دادند که کمال‌گرایی و طلاق هیجانی از جمله متغیرهای مؤثر بر نگرانی‌های بدنی هستند و این نگرانی‌ها می‌توانند کیفیت روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار دهند (Zamani et al., 2014). یافته‌های پژوهش حاضر در امتداد این نتایج قرار دارد و تأکید می‌کند که کمال‌گرایی و حساسیت به طرد از عوامل کلیدی در نگرانی از تصویر بدن در زنان ورزشکار ایرانی محسوب می‌شوند.

در نهایت، نتایج پژوهش حاضر با مطالعه اخطاریان و همکاران (۲۰۲۴) همسو است که نشان داد مداخلاتی مانند بسته تصویر بدنی سالم و درمان شناختی-رفتاری می‌تواند به‌طور مؤثر به کاهش کمال‌گرایی و نگرانی از بدن نوجوانان کمک کند (Akhtarian et al., 2024). این امر نشان می‌دهد که شناخت نقش متغیرهایی همچون حساسیت به طرد می‌تواند مسیر طراحی مداخلات کارآمدتر در جهت کاهش نگرانی از تصویر بدن و ارتقای سلامت روانی را فراهم آورد.

به‌طور کلی، یافته‌های پژوهش حاضر تأیید می‌کند که کمال‌گرایی به‌طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق حساسیت به طرد بر نگرانی از تصویر بدن تأثیرگذار است. این نتیجه اهمیت پرداختن به سازه‌های شخصیتی و میان‌فردی را در مداخلات روان‌شناختی برجسته می‌سازد و بر ضرورت تمرکز بر آموزش

مهارت‌های خودشفقتی، تنظیم هیجان و تاب‌آوری اجتماعی در کنار مداخلات فردمحور تأکید می‌کند.

پژوهش حاضر با وجود ارائه نتایج ارزشمند، دارای محدودیت‌هایی است که باید در تفسیر یافته‌ها مد نظر قرار گیرد. نخست آنکه جامعه آماری تحقیق صرفاً شامل زنان ورزشکار بدنساز شهر قزوین بود و این امر قابلیت تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی، جنسیتی یا فرهنگی را محدود می‌سازد. دوم، ابزارهای مورد استفاده در پژوهش از نوع خودگزارشی بودند و بنابراین امکان وجود سوگیری پاسخ‌دهندگان، به‌ویژه در زمینه حساسیت به طرد و نگرانی از بدن، وجود دارد. سوم، ماهیت مقطعی پژوهش اجازه بررسی روابط علی را نمی‌دهد و تنها می‌توان در سطح همبستگی درباره ارتباط متغیرها نتیجه‌گیری کرد. همچنین، متغیرهای دیگری همچون عزت‌نفس، فشارهای رسانه‌ای یا تجارب خانوادگی که می‌توانند بر نگرانی از تصویر بدن اثرگذار باشند، در این پژوهش بررسی نشدند.

با توجه به محدودیت‌های موجود، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده به بررسی این مدل در نمونه‌های متنوع‌تر از نظر سنی، جنسیتی و ورزشی بپردازند تا بتوان از قابلیت تعمیم بالاتری برخوردار شد. همچنین، مطالعات طولی می‌تواند به روشن‌تر شدن روابط علی بین کمال‌گرایی، حساسیت به طرد و نگرانی از تصویر بدن کمک کند. علاوه بر این، استفاده از ابزارهای چندمنبعی همچون مشاهده بالینی یا گزارش معلمان و والدین در کنار پرسشنامه‌های خودگزارشی می‌تواند دقت نتایج را افزایش دهد. پژوهش‌های آتی می‌توانند متغیرهای تعدیل‌گر دیگری همچون عزت‌نفس، خودشفقتی، یا اثرات رسانه‌های اجتماعی را در مدل وارد کنند تا تصویری جامع‌تر از مکانیسم‌های تأثیرگذار بر نگرانی از تصویر بدن به دست آید.

یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند کاربردهای مهمی در حوزه‌های آموزشی، بالینی و اجتماعی داشته باشد. در سطح آموزشی، لازم است

برنامه‌هایی برای آموزش مهارت‌های خودشفقتی و مدیریت کمال‌گرایی در نوجوانان و جوانان طراحی شود. در حوزه بالینی، روان‌شناسان می‌توانند از نتایج این پژوهش برای شناسایی مراجعانی که به دلیل کمال‌گرایی و حساسیت به طرد در معرض نگرانی‌های بدنی قرار دارند استفاده کنند و مداخلاتی مبتنی بر درمان شناختی-رفتاری یا ذهن‌آگاهی را برای کاهش این نگرانی‌ها به‌کار گیرند. در سطح اجتماعی نیز، سیاست‌گذاران و نهادهای فرهنگی باید بر ترویج الگوهای واقع‌بینانه از بدن در رسانه‌ها تأکید کنند تا از فشارهای غیرواقعی بر جوانان کاسته شود. به این ترتیب، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند مبنای طراحی مداخلات چندسطحی برای ارتقای سلامت روان و بهبود کیفیت زندگی زنان ورزشکار ایرانی قرار گیرد.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می‌گردد.

- image of female students with obesity. *frooyesh*, 12(8), 1-12. <http://frooyesh.ir/article-1-4188-en.html>
- Sabet, S. K., Rishchri, A. P., Keykhosrovani, M., & Bahrani, M. (2023). The Relationship between Tendency to Cosmetic Surgery with Negative Body Image and Irrational Beliefs in Women Applying for Cosmetic Surgery: Mediation Role of Cognitive Emotion Regulation. *Journal of Health Psychology*, 11(44), 31-50. <https://www.magiran.com/paper/2556249>
- Saylan, E., & Oktan, V. (2023). Body Image Among Adolescents: What Is Its Relationship With Rejection Sensitivity and Self-Efficacy? *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 29(2), 479-492. <https://doi.org/10.1177/13591045231188411>
- Shin, H. R., & Kim, J. M. (2020). Effects of Body Image on Adolescents' Depression: Dual Mediating Effects of Maladaptive Self-Focused Attention and Rejection Sensitivity. *Korean Journal of Child Studies*, 41(4), 17-29. <https://doi.org/10.5723/kjcs.2020.41.4.17>
- Zamani, S., Ahadi, H., & Asgari, P. (2014). The relationship between emotional divorce, body image, and perfectionism. *Psychological studies*, 10(4), 119-136. https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_1789_0.html
- ## References
- Akhtarian, S., Bahramipour Isfahani, M., & Manshaee, G. (2024). Effect of the Healthy Body Image Package and Cash Cognitive-Behavioral Therapy on Perfectionism in Adolescents with Body Dissatisfaction. *Health Educ Health Promot*, 12(2), 173-179. https://hehp.modares.ac.ir/browse.php?a_id=73583&slc_la ng=en&sid=5&ftxt=1&html=1
- Barnett, M. D., & Sharp, K. J. (2016). Maladaptive perfectionism, body image satisfaction, and disordered eating behaviors among US college women: The mediating role of self-compassion. *Personality and individual differences*, 99, 225-234. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.05.004>
- Brekalo, M. (2022). Longitudinal study of social anxiety symptoms and appearance rejection in predicting body dysmorphic symptoms: Appearance-based rejection sensitivity as a mediator. *Body Image*, 42, 440-446. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.019>
- Flett, G. L., Besser, A., & Hewitt, P. L. (2014). Perfectionism and Interpersonal Orientations in Depression: An Analysis of Validation Seeking and Rejection Sensitivity in a Community Sample of Young Adults. *Psychiatry*, 77(1), 67-85. <https://doi.org/10.1521/psyc.2014.77.1.67>
- Hicks, R. E., Kenny, B., Stevenson, S., & Vanstone, D. M. (2022). Risk factors in body image dissatisfaction: gender, maladaptive perfectionism, and psychological wellbeing. *Heliyon*, 8(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09745>
- Kelly, M. M., Didie, E. R., & Phillips, K. A. (2014). Personal and Appearance-Based Rejection Sensitivity in Body Dysmorphic Disorder. *Body Image*, 11(3), 260-265. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.03.004>
- MacNeill, L. P., & Best, L. A. (2015). Perfectionism, body image and eating disorders in athletes: An integrative review. *European Journal of Sport Science*, 15(4), 385-396. <https://doi.org/10.1080/17461391.2014.936325>
- Mashalpour Fard, M., Naderi, F., Heydari, A., & Mehrabi Zadeh Honarmand, M. (2014). The Relationship Between Social Anxiety, Body Image Perception, Perfectionism, and Depression with Eating Disorders in Youth. *Journal of Social Psychology*, 9(30), 35-49. https://journals.iau.ir/article_530905.html
- McComb, S. E., & Mills, J. S. (2021). Young women's body image following upwards comparison to Instagram models: The role of physical appearance perfectionism and cognitive emotion regulation. *Body Image*, 38, 49-62. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.03.012>
- McComb, S. E., & Mills, J. S. (2022). The effect of physical appearance perfectionism and social comparison to thin-, slim-thick-, and fit-ideal Instagram imagery on young women's body image. *Body Image*, 40, 165-175. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144521001546>
- Nichols, T. E., Damiano, S. R., Gregg, K., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2018). Psychological predictors of body image attitudes and concerns in young children. *Body Image*, 27, 10-20. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.005>
- Pourhosein, R., Gholamali Lavasani, M., & Pirmohammadi, F. (2023). The mediating role of social comparison in relation to early maladaptive schemas with attitudes related to body