



Article Type: Original

## Development and Validation of Sport Imposter Scale among Futsal Players

Sima Dedejani<sup>1</sup> , Navid Mahtab\*<sup>1</sup> , Ali Mohammadi<sup>2</sup> 

1. Department of Sport Management, Qor.c., Islamic Azad University, Qorveh, Iran.

2. Department of Educational Sciences, Qor.c., Islamic Azad University, Qorveh, Iran.

**Received: 19/11/2024, Revised: 15/08/2025, Accepted: 02/09/2025**

\* Corresponding Author: Navid Mahtab, E-mail: [Navid.Mahtab@iau.ac.ir](mailto:Navid.Mahtab@iau.ac.ir)

**How to Cite:** Dedejani, S., Mahtab, N., Mohammadi, A. (2025). Development and Validation of Sport Imposter Scale among Futsal Players. *Sport Psychology Studies*, 14(54): 46-69. In Persian

### Extended Abstract

#### Background and Purpose

The impostor phenomenon—characterized by persistent self-doubt, the tendency to attribute success to external factors, and self-handicapping behaviors—can significantly undermine athletic performance and psychological well-being in competitive sports. In futsal, a high-speed, teamwork-intensive sport, players experiencing impostor feelings may underutilize their abilities, avoid challenges, or overprepare to mask perceived inadequacies. Despite the growing awareness of this phenomenon, no specialized and psychometrically validated instrument existed to measure it in the futsal context. This study aimed to conceptualize the impostor phenomenon in futsal through qualitative exploration and develop a valid and reliable sport-specific scale to assess it. By integrating lived experiences of players and coaches with rigorous quantitative

validation, the research addresses a critical gap in psychological assessment tools for competitive team sports.

#### Material and Methods

This mixed-methods research followed an exploratory sequential design. In the qualitative phase, a phenomenological approach was applied to capture the lived experiences of futsal players and coaches regarding impostor feelings. Twelve male participants (mean age =  $25.83 \pm 5.77$  years; 10 players, 2 coaches) with professional experience in Kurdistan province were recruited via purposive sampling. Inclusion criteria were active or recent membership in a futsal team, willingness to participate, and ability to articulate personal experiences. Semi-structured interviews were conducted, audio-recorded, transcribed verbatim, and analyzed using Il aizzi's seven-step method in MAXQDA 2020. Three main themes and



multiple subthemes emerged, forming the conceptual foundation for the measurement instrument. In the quantitative phase, an initial pool of 34 items was generated from qualitative findings. Content validity was assessed by eight subject matter experts using the VR index (acceptance threshold  $\geq .7$ ). Items with DVR below this threshold (e.g., item 14: 0.79; item 9: 0.80; item 30: 0.81) were revised or removed, yielding a final 25-item draft scale. A random sample of 235 active male futsal players (mean age = 23.43  $\pm$  4.15 years; playing experience = 4.35  $\pm$  2.83 years) from Kurdistan province leagues completed the scale. Reliability was assessed using Cronbach's split-half coefficients. Construct validity was examined via second-order Confirmatory Factor Analysis (CFA) in AMOS 26, with fit indices including  $\chi^2/df$ , RMSEA, CFI, IFI. Descriptive statistics (mean, SD) were computed for the total score and subscales.

**Findings**

The qualitative phase identified three main themes:

1. External Attribution of Positive Actions (e.g., unearned success, not deserving praise, perceived luck).

2. Self-Doubt (e.g., discrepancy between inner self and observed self, fear of failure, self-skepticism).
3. Self-Handicapping Behaviors (e.g., avoidance, perfectionism, overpreparation).

These reflected a multidimensional psychological construct influencing futsal players' performance and self-perception.

The quantitative phase supported a three-factor model:

- ≠ External Attribution of Positive Actions (item: 8, Cronbach's alpha = 0.91)
  - ≠ Self-Doubt (item: 10, Cronbach's alpha = 0.85)
  - ≠ Self-Handicapping Behaviors (item: 7, Cronbach's alpha = 0.90; split-half = 0.93)
- Overall scale reliability: Cronbach's alpha = 0.91.

CFA results indicated good fit:  $\chi^2/df$  = 2.22, RMSEA = 0.083, RMSEA = 0.073, CFI = 0.95, IFI = 0.91. All standardized factor loadings ranged from 0.63 to 0.93 ( $p < 0.001$ ).

Descriptive statistics (n = 185) were: External Attribution (M = 18.50, SD = 6.21), Self-Doubt (M = 29.70, SD = 8.17), Self-Handicapping (M = 31.40, SD = 4.21), Total score (M = 20.40, SD = 7.03).

**Table 1** summarizes the integrated qualitative themes and quantitative psychometric indices

Main Theme	Example Subthemes	Items (Final)	$\alpha$	Split-half	M $\pm$ SD
External Attribution of Positive Actions	Unearned success, Not deserving praise, Perceived luck	8	0.86	0.91	18.50 $\pm$ 6.21
Self-Doubt	Inner/observed self-discrepancy, Fear of failure/success, Self-skepticism	10	0.88	0.85	29.70 $\pm$ 8.17
Self-Handicapping Behaviors	Avoidance, Perfectionism, Overpreparation	7	0.90	0.93	31.40 $\pm$ 4.21

**Conclusion**

This study developed and validated the Futsal Players' Impostor Feelings Scale. 25-item, three-factor instrument grounded in players' live experiences and tested through rigorous psychometric evaluation. The scale demonstrated excellent reliability and good

model fit, confirming its suitability for both research and applied settings. Coaches and sports psychologists can use it to identify players at risk of impostor feelings, enabling targeted cognitive-behavioral interventions (e.g., attribution retraining, perfectionism management) and team-level support

strategies. Incorporating this measure into athlete monitoring systems can enhance both individual performance and team cohesion in competitive futsal. This study is the first to design and validate a futsal-specific impostor phenomenon scale based on qualitative and quantitative data. The tool allows accurate identification of impostor feelings in competitive players, guiding tailored interventions to improve mental resilience, performance, and long-term career sustainability.

**Key Words:** Impostor Phenomenon; Futsal; Psychometrics; Athlete Psychology

### **Ethical Considerations**

Ethical approval was obtained from the University Ethics Committee. Informed consent was secured from all participants, confidentiality was maintained, and withdrawal was permitted at any stage.

### **Authors' Contributions**

**Ideation:** Navid Mahtab

**Data Collection:** Sima Dadjani

**Data Analysis:** Navid Mahtab

**Writing the Article:** Sima Dadjani, Navid Mahtab

**Review and Editing:** Navid Mahtab

**Literature Review:** Sima Dadjani, Navid Mahtab

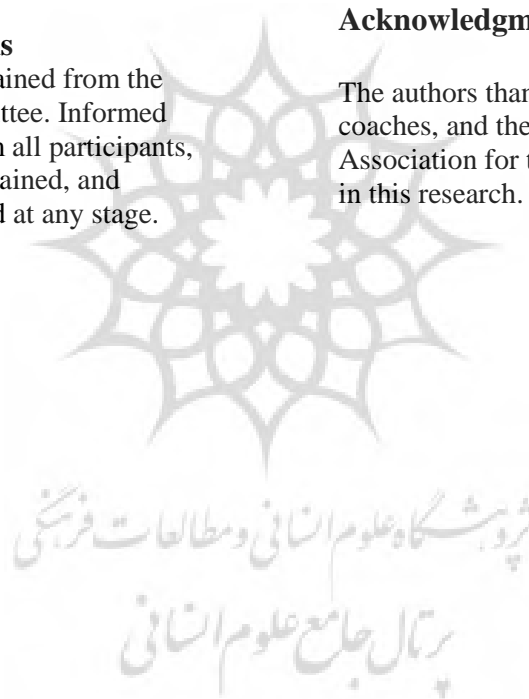
**Project Management:** Navid Mahtab

### **Conflict of Interest**

The authors declare no conflict of interest

### **Acknowledgments**




The authors thank the participating players, coaches, and the Kurdistan Province Futsal Association for their cooperation and support in this research.





نوع مقاله: پژوهشی اصیل

## طراحی و استاندارد سازی ابزار سنجش وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال

سیما ددجانی<sup>۱</sup> ، نوید مهتاب<sup>۱\*</sup> ، علی محمدی<sup>۲</sup> 

۱. گروه مدیریت ورزشی، واحد قروه، دانشگاه آزاد اسلامی، قروه، ایران

۲. گروه علوم تربیتی، واحد قروه، دانشگاه آزاد اسلامی، قروه، ایران.

**تاریخ دریافت:** ۱۴۰۱/۰۹/۲۱، **تاریخ اصلاح:** ۱۴۰۳/۰۹/۰۳، **تاریخ پذیرش:** ۱۴۰۳/۰۹/۰۴

\* Corresponding Author: Navid Mahtab, E-mail: [Navid.Mahtab@iau.ac.ir](mailto:Navid.Mahtab@iau.ac.ir)

**How to Cite:** Dedejani, S., Mahtab, N., Mohammadi, A. (2025). Development and Validation of Sport Imposter Scale among Futsal Players. Sport Psychology Studies, 14(54): 46-69. In Persian

### چکیده

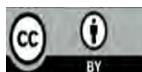
**هدف:** پدیده وانمودگرایی همواره می‌تواند نقش بازدارنده‌ای در مسیر حرفه‌ای بازیکنان فوتسال داشته باشد، لذا نیاز است وقوع این پدیده در بازیکنان به درستی شناسایی شود. بر همین اساس مطالعه حاضر با هدف طراحی و استاندارد سازی ابزار سنجش وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال طراحی و اجرا شد.

**مواد و روش‌ها:** این مطالعه ترکیبی اکتشافی در سال ۱۴۰۳ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد قروه انجام شد. در بخش کیفی یک مطالعه پدیدار شناسی با روش نمونه‌گیری هدفمند انجام گرفت. داده‌ها با مصاحبه نیمه ساختاریافته جمع‌آوری شد و با روش کلابزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در بخش کمی نیز پرسشنامه طراحی شده بر اساس مرحله کیفی در اختیار ۲۳۵ نفر قرار گرفت و داده‌ها با استفاده از روش‌های روانسنجی و روش تحلیل عاملی تأییدی از طریق نرم‌افزارهای SPSS و AMOS مورد تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** در نتیجه این مطالعه در مرحله کیفی سه تم و ساب‌تم شناسایی شد که در بخش کمی بر اساس این نتایج ابزاری طراحی شد که در نهایت بعد از اجرای روش‌های روانسنجی و تحلیل عاملی تأییدی ابزار وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال با ۲۵ سوال طراحی شد که دارای سه بعد بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خود ناپاوری و رفتارهای خود ناتوان کننده بود که در نسخه نهایی پرسشنامه میزان پایایی این ابعاد و پایایی کل به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۸، ۰/۹۰ و ۰/۹۲ بدست آمد.

**نتیجه‌گیری:** در نتیجه این مطالعه ابزار وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال با سه بعد و ۲۵ سوال طراحی شد که می‌تواند در ارزیابی وضعیت وانمودگرایی این افراد مورد استفاده قرار گیرد.

**کلید واژه‌ها:** وانمودگرایی؛ فوتسال؛ روان‌سنجی؛ روانشناسی ورزشکار.



## مقدمه

قرار می‌گیرند (یانچوا و همکاران،<sup>۳</sup> ۲۰۲۰). یکی از مواردی که به نظر می‌رسد توان تحت تأثیر قرار دادن وضعیت پیشرفت و عملکرد ورزشکاران را به ویژه در موارد رشته‌های تیمی همچون فوتبال و فوتسال داشته باشد، بحث وانمودگرایی<sup>۴</sup> می‌باشد. این پدیده مجموعه‌ای از تجربه‌های ذهنی را شامل می‌شود که در آن فرد نسبت به قابلیت‌ها، مهارت‌ها یا دستاوردهای واقعی خود احساس اطمینان نمی‌کند و گاه تصور می‌کند شایستگی لازم را ندارد (کیم و همکاران،<sup>۵</sup> ۲۰۲۳). وانمودگرایی توسط افرادی تجربه می‌شود که احساس می‌کنند هوش کمتری نسبت به بقیه افراد دارند، بی‌تجربه و ناتوان هستند یا به اندازه کافی شایستگی ندارند، در نتیجه خود را یک فرد فریبکار تصور می‌کنند (پارا و همکاران،<sup>۶</sup> ۲۰۲۴). وانمودگرایی حالتی درونی است که فرد در آن، با وجود دستیابی به موفقیت، احساس می‌کند شایسته پیشرفت یا توانایی‌های خود نیست. این افراد معمولاً به دلیل تمایل شدید به خاص و بهترین بودن، تصویری غیرواقعی از «موفقیت ایده‌آل» در ذهن دارند. همچنین، ترس از شکست موجب می‌شود از کارهای چالش‌برانگیز دوری کنند (چاندرا و همکاران،<sup>۷</sup> ۲۰۱۹). احساس فریبکاری یا متقلب هوشمند، اشاره دارد به اینکه چگونه افراد دارای وانمودگرایی به‌طور عمدی یا ناخواسته دیگران را فریب می‌دهند تا خود را بسیار موفق یا باهوش، مطابق آنچه دیگران باور دارند، نشان دهند و این موضوع هسته اصلی وانمودگرایی را تشکیل می‌دهد (براواتا و همکاران،<sup>۸</sup> ۲۰۲۰). وانمودگرایی زمانی تجربه می‌شود که برخی افراد بدون توجه به وضعیت موفقیت یا

موفقیت ورزشی حاصل بررسی چندبعدی و تعاملی توانایی‌های جسمانی، مهارت‌های روان‌شناختی، ویژگی‌های شخصیتی و مهارت‌های فنی است که در نهایت به عملکرد مطلوب و دستیابی به موفقیت منجر می‌شود (موسوی و موسوی، ۲۰۱۴). مطالعه ابعاد روان‌شناختی و آمادگی ذهنی ورزشکاران نخبه نشان می‌دهد که شاخص‌هایی همچون خودگویی، اعتمادبه‌نفس و کنترل هیجان‌ها می‌تواند به میزان قابل توجهی بر توانایی ورزشکاران در عرصه‌های حرفه‌ای تأثیر بگذارد (مهتاب و همکاران، ۲۰۲۲؛ رحمانی و همکاران، ۲۰۱۴). از این رو نمایش عملکرد عالی در رویدادهای ورزشی رقابتی علاوه بر توانایی‌های جسمانی نظیر تکنیک و تاکتیک، مستلزم آمادگی روانی فرد است (واعظ موسوی و موسوی، ۲۰۱۴). به همین دلیل، داشتن نگرش مثبت همراه با مدیریت خودانتقادی و تلاش برای حفظ عملکردی پایدار، زمینه‌ساز دریافت حمایت اجتماعی و باشگاهی از سوی حامیان و مربیان می‌شود (موسویچ و همکاران، ۲۰۱۳).

مرور پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه موفقیت ورزشی نشان می‌دهد که یکی از مهم‌ترین انگیزه‌های ورزشکاران، حرکت به‌سوی قهرمانی و دستیابی به کمال است (کووتون و همکاران،<sup>۹</sup> ۲۰۲۱؛ قزل‌سفلوی و علوی، ۲۰۲۰). در واقع، برای ورزشکاران نخبه، تلاش برای رسیدن به بهترین نسخه از خود، جایگاهی اساسی دارد. با این حال، شواهد نشان می‌دهد ورزشکارانی که بیش از حد به کمال‌گرایی گرایش دارند، بیشتر در معرض تجربه هیجان‌های منفی، اضطراب و افسردگی

<sup>۳</sup> Iancheva et al.,

<sup>۴</sup> Imposter

<sup>۵</sup> Kim et al.,

<sup>۶</sup> Para et al.,

<sup>۷</sup> Chandra et al.,

<sup>۸</sup> Bravata et al.,

<sup>۹</sup> Mosewich et al.,

<sup>۱۰</sup> kvoton et al.,

به توانایی‌ها، می‌تواند زندگی شخصی فرد را نیز تحت تأثیر منفی قرار دهد (رامپرساد و همکاران ۲۰۲۵). همان‌گونه که پیش‌تر بیان شد، پدیده وانمودگرایی در ورزشکاران می‌تواند به‌طور جدی بر عملکرد فردی ورزشکار و نیز بر عملکرد تیم تأثیر منفی بگذارد. مرور پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که اغلب مطالعات انجام‌شده درباره این پدیده، به بررسی ابعاد و پیامدهای آن در حوزه تحصیل و یادگیری پرداخته‌اند. به‌عنوان نمونه، مقیاس پدیده وانمودگرایی هاروی<sup>۱</sup> به‌عنوان نخستین ابزار شناخته‌شده در این زمینه، برای سنجش این پدیده در میان دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد به کار گرفته شده است (هلیمان و کاسلمن؛ ۲۰۰۴). همچنین در سطح عمومی، ابزارهای دیگری همچون مقیاس فریبکاری ادراک (PFS) و مقیاس وانمودگرایی لاری (LIS) معرفی شده‌اند که هر یک، ابعاد کلی وانمودگرایی را مورد سنجش قرار می‌دهند (کالیجیان و استرنبرگ؛ ۱۹۹۱؛ لیاری؛ ۲۰۰۱). متأسفانه در عین حال که این پدیده برای ورزشکاران می‌تواند بسیار مخرب باشد، ابزاری که به‌طور اختصاصی به ارزیابی این پدیده در بازیکنان فوتسال کاربرد داشته باشد تا به امروز ارائه نشده است بر همین اساس، مطالعه این پدیده در زمینه ورزش و فعالیت‌های ورزشی ورزشکاران، از پیشینه بسیار ضعیفی برخوردار می‌باشد، لذا این پژوهش با هدف طراحی و استاندارد سازی ابزار سنجش وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال طراحی و اجرا شد.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر، مطالعه‌ای با رویکرد ترکیبی اکتشافی متوالی از نوع طراحی و روانسنجی ابزار است که در سال

جنسیت‌شان با وظایف مرتبط با موفقیت روبه‌رو می‌شوند (هاولی؛ ۲۰۱۹). شک و تردید وانمودگرایان نسبت به خود به دلیل ترس از شکست و انتظارات زیاد، تصویری از آنها به عنوان یک فریبکار یا متقلب هوشمند ایجاد می‌کند و از این جهت که فکر می‌کنند به اندازه کافی توانا یا باهوش نیستند نگران هستند و می‌ترسند دیگران متوجه این موضوع شوند (کریستوفرسون و همکاران؛ ۲۰۲۴). زمانی که با چالش‌ها و وظایف جدید با استانداردهای بالا روبه‌رو می‌شوند، برای جلوگیری از شکست احتمالی یا بیش از حد آماده می‌شوند، یا کارهای خود را به تعویق می‌اندازند (کنانی‌فر و همکاران، ۱۳۹۴). یعنی به روش‌های غیرانطباقی<sup>۳</sup> مانند کمال-گرایی و اهمال‌کاری<sup>۴</sup> که مشخصه وانمودگرایی است واکنش نشان می‌دهند (سالاری و همکاران، ۲۰۲۵). تصور آنان این است که موفقیت آنها به‌جای تلاش یا توانایی خودشان از طریق فریبکاری، گول‌زدن دیگران و شانس به‌دست آمده است (جوشی و مانگتته؛ ۲۰۱۸). فرد وانمودگرا گاهی موفقیت‌های خود را، حتی اگر نتیجه تلاش و سخت‌کوشی باشد، نشانه‌ای از توانایی واقعی‌اش نمی‌داند (فریمن و همکاران؛ ۲۰۲۵). همین طرز فکر باعث می‌شود نتواند تشخیص دهد که دستاوردهایش حاصل استعداد و توانایی او بوده یا نه. وقتی فاصله زیادی بین عملکرد واقعی و استاندارد ایده‌آلی که در ذهن دارد وجود داشته باشد، معمولاً موفقیت‌ها و بازخوردهای مثبت را نادیده می‌گیرد (هوخن و همکاران؛ ۲۰۲۳). این شک و تردید نسبت

<sup>۱</sup>Hawley

<sup>۲</sup>Kristoffersson et al.,

<sup>۳</sup>maladaptive

<sup>۴</sup>Procrastination

<sup>۵</sup>Joshi & Mangette

<sup>۶</sup>Freeman et al.,

<sup>۷</sup>Hochman et al.,

<sup>۱</sup>Harvey

<sup>۲</sup>Hellman & Caselman

<sup>۳</sup>Kolligian Jr & Sternberg

<sup>۴</sup>Leary

متون مصاحبه انتخاب شد و به طور کلی بیان شد. سپس داده‌های ضمنی درون اظهارات شناسایی و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. محققان معانی را با بحث در مورد آن‌ها فرموله کردند تا اینکه به اجماع رسیدند و آن‌ها را اعتبار بخشیدند. در ادامه مضامین را به خوشه‌ها و دسته‌بندی‌ها شناسایی و سازماندهی کردند. مضامین زیر مجموعه‌های تحقیق با بیانیه روشن توسعه یافت. یافته‌های پژوهش به شرکت کنندگان ارائه شد و دقت مضامین و محتوا تقویت شد. علاوه بر این، نظرات شرکت کنندگان ارجاع داده شد تا خواننده بتواند تفسیر و تحلیل داده‌ها را تأیید کند. نرم افزار MAXQDA نسخه ۲۰ برای مدیریت داده‌ها در طول تجزیه و تحلیل داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت.

در بخش کمی مطالعه، بر اساس تم و ساب‌تم‌های شناسایی شده در مرحله کیفی یک پرسشنامه محقق ساخته طراحی شد که متشکل از سه بعد و ۳۴ سوال بود. در ادامه براساس نرم افزار G\*power حجم نمونه‌ای به اندازه ۲۳۵ نفر از بازیکنان فوتسال استان کردستان که در حال حاضر در یکی از تیم‌های استان فعالیت دارند به صورت تصادفی انتخاب شدند و پرسشنامه اولیه در اختیار آن‌ها به منظور تکمیل پرسشنامه قرار گرفت. در نهایت برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های روانسنجی و روش تحلیل عاملی تاییدی با استفاده از نرم افزارهای SPSS و PLS استفاده گردید که نتایج در ادامه تشریح شده است.

## یافته‌ها

### یافته‌های بخش کیفی مطالعه

#### مشخصات جمعیت‌شناختی مصاحبه شونده‌ها

در این بخش از مطالعه، با ۱۲ نفر مشارکت کننده مصاحبه انجام گرفت. میانگین سنی افراد ۲۵/۸۳ سال بود. تمامی افراد مذکر بودند. از این افراد ۴ نفر دارای

۱۴۰۳ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد قروه انجام گرفت. این مطالعه ترکیبی اکتشافی در دو فاز کمی و کیفی انجام شد. در مطالعات ترکیبی فرصت استفاده بهینه از هر دو دسته از روش‌های پژوهش کمی و کیفی برای پاسخگویی به سوالات پژوهشی و کمینه کردن کاستی‌های رویکردهای تکی روشی و بیشینه سازی دقت فراهم می‌شود (صالحی و گل افشانی، ۲۰۱۰). در بخش کیفی مطالعه از رویکرد پدیدار شناسی برای تبیین و تشریح مفهوم وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال پرداخته شد. تحقیق پدیدارشناسی شناسایی دقیق یک پدیده از نگاه کنش‌گرانی است که در یک وضعیت قرار دارند. در حوزه انسانی این مسئله به معنای جمع‌آوری اطلاعات و درک عمیق است که از طریق روش‌های کیفی و استقرایی مانند مصاحبه، بحث و مشاهده مشارکتی و ارائه مجدد آن به مشارکت کنندگان در تحقیق حاصل شود (امامی و همکاران، ۲۰۲۱). در این مرحله شرکت کنندگان به صورت هدفمند و بر اساس معیارهای ورود (۱. سابقه عضویت در تیم‌های فوتسال استان کردستان به عنوان بازیکن یا مربی ۲. تمایل به مشارکت در مطالعه) و معیارهای خروج (۱. عدم تمایل به انجام مصاحبه ۲. عدم توانایی انتقال مفاهیم و تجربیات خود) انتخاب شدند. با مشارکت کنندگان مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته در راستای درک مفهوم و تجربیات وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال انجام شد که در نهایت ۱۵ مصاحبه‌ها بصورت حضوری و در مکان‌های مورد توافق مشارکت کنندگان انجام شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از روش هفت مرحله‌ای کلایزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت (مورو و همکاران، ۲۰۱۵). در این زمینه، متون مصاحبه برای اولین بار توسط سه محقق به طور مستقل و مکرر خوانده شد. به این ترتیب داده‌ها به منظور درک مفاهیم، مورد بررسی قرار گرفتند. اظهارات مهم در

Morrow et al.,

مدرک تحصیلی کارشناسی، ۴ نفر کاردانی و ۴ نفر نیز دیپلم بودند. از این افراد ۲ نفر مربی فوتسال و ۱۰ نفر نیز بازیکن فوتسال بودند.

جدول ۱: مشخصات جمعیت شناختی مصاحبه شوندگان

مشارکت کننده	سن	جنسیت	سطح تحصیلات	سمت
P1	۲۲	مذکر	کاردانی	بازیکنان فوتسال
P2	۱۹	مذکر	دیپلم	بازیکنان فوتسال
P3	۲۴	مذکر	دیپلم	بازیکنان فوتسال
P4	۲۶	مذکر	کارشناسی	بازیکنان فوتسال
P5	۳۰	مذکر	کاردانی	بازیکنان فوتسال
P6	۱۸	مذکر	دیپلم	بازیکنان فوتسال
P7	۲۶	مذکر	کاردانی	بازیکنان فوتسال
P8	۲۳	مذکر	دیپلم	بازیکنان فوتسال
P9	۲۸	مذکر	کارشناسی	بازیکنان فوتسال
P10	۳۲	مذکر	کارشناسی	مربی فوتسال
P11	۳۳	مذکر	کاردانی	مربی فوتسال
P12	۲۹	مذکر	کارشناسی	بازیکنان فوتسال

نتایج مربوط به تحلیل کیفی بخش کیفی مطالعه در نتیجه تحلیل کیفی مصاحبه‌های انجام گرفته نشان داده شد که پدیده وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال متشکل از سه تم و ۱۲ ساب‌تم می‌باشد که هرکدام از تم‌ها و ساب‌تم‌های مربوطه در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲- تم و ساب‌تم‌های شناسایی شده در نتیجه بخش کیفی مطالعه

ساب‌تم	تم
موفقیت تلاش نشده Untried success	بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت Externalizing positive actions
خود را لایق ستایش نشمردن Not considering oneself worthy of praise	
خوش شانسی باور شده Believed to be lucky	
ناهمگنی خود درونی و مشاهده شده Internal and observed heterogeneity	
ترس از شکست/موفقیت Fear of failure/success	خود ناباوری Self-disbelief
شک به خود Self-doubt	
اجتناب Avoidance	
کمال گرایی Perfectionism	رفتارهای خود ناتوان کننده Self-defeating behaviors
آمادگی بیش از حد Over-preparedness	

## نتایج بخش کمی مطالعه

### مشخصات جمعیت‌شناختی نمونه مورد مطالعه

در بخش کمی مطالعه ۲۳۵ نفر بازیکن فوتسال در استان کردستان مورد مطالعه قرار گرفت که یافته‌های

جمعیت‌شناختی شامل سن، سابقه عضویت در تیم، جنسیت، سطح تحصیلات، سابقه حضور در لیگ‌های کشوری و سابقه حضور در لیگ‌های استانی در جدول شماره ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: مشخصات جمعیت‌شناختی نمونه مورد مطالعه

متغیر Variable	میانگین Mean	انحراف معیار Standard Deviation
سن Age	۲۳/۴۳	۵/۲۱
سابقه عضویت Membership history	۴/۳۵	۲/۴۵
جنسیت Gender	تعداد ۱۰۰	درصد ۱۰۰
مذکر Male	۰	۰
مؤنث Female	۰	۰
سطح تحصیلات Education level	۶۷	۲۸/۵۱
دیپلم و پایین‌تر Diploma and below	۸۶	۳۶/۵۹
کاردانی Associate degree	۷۵	۳۱/۹۱
کارشناسی Bachelor degree	۷	۲/۹۷
کارشناسی ارشد Master degree	۳۲	۱۳/۶۱
سابقه حضور در لیگ‌های کشوری History of participation in national leagues	۲۰۳	۸۶/۳۹
حضور Presence	۱۷۶	۷۴/۹
عدم حضور Absence	۵۹	۲۵/۱
سابقه حضور در لیگ‌های استانی History of participation in provincial leagues	۱۷۶	۷۴/۹
حضور Presence	۵۹	۲۵/۱
عدم حضور Absence	۵۹	۲۵/۱

### تحلیل یافته‌های مربوط به بخش کمی مطالعه

برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده ابتدا روایی محتوا و آلفای کرونباخ با تأکید بر حذف هر سؤال در هر مرحله، در قسمت مقدماتی مورد بررسی قرار گرفت. سپس تحلیل نهایی پرسشنامه و ساختار عاملی آن مورد بررسی قرار گرفت. برای بررسی روایی محتوایی

در مرحله مقدماتی از نظر متخصصان با استفاده از روش ضریب روایی نسبی (DVR) استفاده گردید. بدین منظور با هشت نفر متخصص در این زمینه نظر خواهی شد، مقدار ملاک قابل قبول برای هر آیتم برابر با ۰/۸۵ بود. (جدول شماره ۴)

جدول ۴- بررسی و تعیین ضریب روایی نسبی برای سؤالات اولیه پژوهش

شماره سؤال	مقدار (DVR)	شماره سؤال	مقدار (DVR)	شماره سؤال	مقدار (DVR)
۱	۰/۸۹	۲۵	۰/۸۶	۱۳	۰/۸۹
۲	۰/۹۰	۲۶	۰/۷۹	۱۴	۰/۹۰
۳	۰/۸۷	۲۷	۰/۸۷	۱۵	۰/۸۷
۴	۰/۸۸	۲۸	۰/۸۷	۱۶	۰/۸۸
۵	۰/۹۱	۲۹	۰/۹۸	۱۷	۰/۹۱
۶	۰/۸۴	۳۰	۰/۹۶	۱۸	۰/۸۴
۷	۰/۸۷	۳۱	۰/۸۷	۱۹	۰/۸۷
۸	۰/۸۶	۳۲	۰/۹۱	۲۰	۰/۸۶
۹	۰/۸۰	۳۳	۰/۸۸	۲۱	۰/۸۰
۱۰	۰/۹۹	۳۴	۰/۸۷	۲۲	۰/۹۹
۱۱	۰/۸۷		۰/۸۳	۲۳	۰/۸۷
۱۲	۰/۸۸		۰/۹۷	۲۴	۰/۸۸

که حذف آن‌ها پایایی را افزایش می‌داد، به عنوان سؤالات نامناسب حذف یا اصلاح شدند. بر اساس نتایج پایایی کل آزمون برابر با ۰/۹۲ بود. بررسی سؤالات بر اساس این پایایی کلی انجام شده است. (جدول شماره ۵)

پایایی در مرحله مقدماتی: از روش آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی در این مرحله با حذف هر بار سوال استفاده شد. براساس اصول روانسنجی سؤالاتی که حذف آن‌ها پایایی را کاهش می‌داد، سؤالات مناسب و سؤالاتی

جدول ۵- بررسی سؤالات با استفاده از پایایی

شماره سؤال	پایایی بعد از حذف سؤال	شماره سؤال	پایایی بعد از حذف سؤال	شماره سؤال	پایایی بعد از حذف سؤال
۱	۰/۹۱۸	۱۳	۰/۹۰۸	۲۶	۰/۹۱۵
۲	۰/۹۱۷	۱۵	۰/۹۱۵	۲۷	۰/۹۲۰
۳	۰/۹۲۵	۱۶	۰/۹۲۰	۲۸	۰/۹۱۲
۴	۰/۹۱۵	۱۷	۰/۹۱۶	۲۹	۰/۹۴۵
۵	۰/۹۰۹	۱۸	۰/۹۱۲	۳۱	۰/۹۱۶
۶	۰/۹۲۸	۱۹	۰/۹۱۴	۳۲	۰/۹۱۴
۷	۰/۹۱۴	۲۰	۰/۹۱۱	۳۳	۰/۹۱۳
۸	۰/۹۳۵	۲۱	۰/۹۲۹	۳۴	۰/۹۱۵
۱۰	۰/۹۱۹	۲۲	۰/۹۱۶		
۱۱	۰/۹۲۰	۲۴	۰/۹۱۸		
۱۲	۰/۹۱۶	۲۵	۰/۹۱۰		

تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم؛ سوالات بر اساس منابع تجربی گردآوری شده است و با توجه به منابع، آزمون شامل چهار جزء بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خود ناباوری و رفتارهای خود ناتوان کننده ایجاد می‌شود. بنابراین برای بررسی ساختار عاملی پرسشنامه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. که نتیجه تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از نرم افزار AMOS به شرح زیر می‌باشد: برای بررسی روایی و آزمون مدل فرضی از تحلیل عاملی تأییدی دو مرتبه استفاده شد. برای بررسی معناداری و مقبولیت مدل، پنج شاخص برازش به شرح زیر مورد بررسی قرار گرفت: شاخص کای دو نرمال یا نسب (CMIN/DF)، محققان مقادیر بین ۱ تا ۵ را برای

این شاخص و مقادیر مناسب در نظر گرفتند و بین ۲ تا ۳ عالی دانسته‌اند. شاخص نیکویی برازش تطبیقی (NFI)، مقدار نزدیک به ۱ برای این شاخص نشان دهنده مناسب بودن مدل است. ریشه دوم میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA)

و ریشه دوم میانگین مربعات باقیمانده (RMS)، در نهایت مقادیر نزدیک به صفر در این دو اندیکاتور نشان دهنده مناسب بودن مدل است. لازم به ذکر است که شاخص REMSEA در حال حاضر مناسب‌ترین و محتمل‌ترین شاخص برای آزمایش مدل های ساختاری و تأییدی است. (جدول شماره ۶)

جدول ۶- مشخصه‌های برازندگی مدل تأییدی بعد از اصلاح

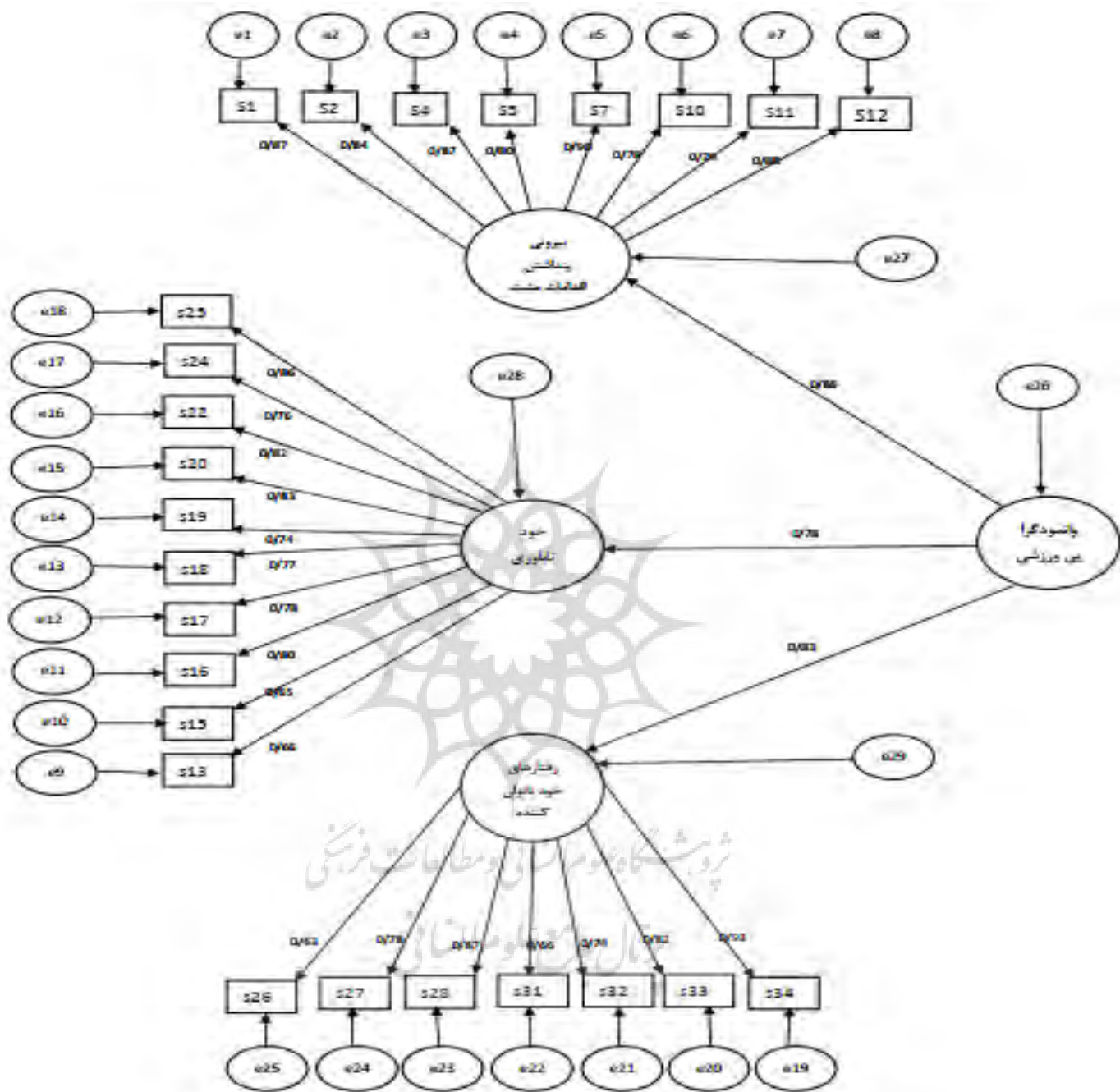
مناسب/ نامناسب بودن Appropriate/inappropriate	مقدار مشاهده شده بعد از اصلاح Observed value after correction	شاخص برازندگی Viability index
مناسب بودن مدل Model suitability	۲/۳۶	(شاخص کای اسکوتر بهنجار یا نسبی) CMIN/DF
مناسب بودن مدل Model suitability	۰/۰۸۳	(ریشه دوم میانگین مربعات باقیمانده) RMR
مناسب بودن مدل Model suitability	۰/۰۷۳	(ریشه دوم میانگین مجذورات خطای تقریبی) RMSEA
مناسب بودن مدل Model suitability	۰/۹۵	(شاخص برازش تطبیقی) CFI
مناسب بودن مدل Model suitability	۰/۹۱	(شاخص برازش افزایشی) IFI

زیر بود: مؤلفه بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت با هشت سؤال با شماره سؤال‌های ۱، ۲، ۴، ۵، ۷، ۱۰، ۱۱ و ۱۲؛ مؤلفه خود ناباوری با تعداد ۱۰ سؤال ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۴ و ۲۵؛ مؤلفه رفتارهای خود ناتوان کننده با تعداد هفت سؤال ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۳۱، ۳۲، ۳۳ و ۳۴. در نهایت بعد از انجام تحلیل عامل مرتبه دوم مقیاس وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال با سه مؤلفه اصلی بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت با ضریب استاندارد ۰/۸۶، خود ناباوری با ضریب استاندارد ۰/۷۸ و

جدول ۵ بارهای عاملی مدل تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم، میانگین سؤال، مقادیر t و سطوح معناداری را پس از اصلاح مدل و نتایج را برای هر مؤلفه و مقیاس کامل وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال نشان می‌دهد. برای تعیین هر سؤال بر روی یک عامل، از مقدار ۰/۳۵ به عنوان بار عاملی تأیید شده استفاده شد که از ۳۴ سؤال اولیه بر اساس نتایج جدول استخراج شد. آزمون وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال با ۲۵ سؤال در سه مؤلفه مورد تأیید قرار گرفت که عوامل استخراج شده با سؤال‌های مربوطه به هر عامل به صورت

رفتارهای خود ناتوان کننده با ضریب استاندارد ۰/۸۳ مورد تایید قرار گرفت (جدول شماره ۷ و نمودار ۱)  
جدول ۷- ضرایب استاندارد و بارهای عاملی

شماره سؤال	بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت	خود ناباوری	رفتارهای خود ناتوان کننده	میانگین سؤال	t-value	p-value
۱	۰/۸۷			۰/۸۹	۴۳/۶۳	۰/۰۰۱
۲	۰/۸۴			۰/۸۶	۴۲/۹۱	۰/۰۰۱
۴	۰/۸۷			۰/۸۹	۴۵/۶۱	۰/۰۰۱
۵	۰/۸۰			۰/۸۴	۲۹/۶۲	۰/۰۰۱
۷	۰/۹۰			۰/۹۲	۵۴/۹۸	۰/۰۰۱
۱۰	۰/۷۸			۰/۸۰	۲۷/۷۳	۰/۰۰۱
۱۱	۰/۷۹			۰/۸۱	۱۸/۲۷	۰/۰۰۱
۱۲	۰/۸۸			۰/۹۲	۵۸/۷۲	۰/۰۰۱
۱۳		۰/۶۶		۰/۷۰	۲۳/۵۶	۰/۰۰۱
۱۵		۰/۶۵		۰/۶۹	۱۶/۱۹	۰/۰۰۱
۱۶		۰/۸۰		۰/۸۴	۳۲/۳۱	۰/۰۰۱
۱۷		۰/۷۸		۰/۸۱	۱۷/۲۹	۰/۰۰۱
۱۸		۰/۷۷		۰/۸۰	۱۹/۳۵	۰/۰۰۱
۱۹		۰/۷۴		۰/۷۸	۲۲/۱۹	۰/۰۰۱
۲۰		۰/۸۳		۰/۸۷	۴۲/۵۶	۰/۰۰۱
۲۲		۰/۸۲		۰/۸۶	۳۹/۷۶	۰/۰۰۱
۲۴		۰/۷۶		۰/۷۹	۲۹/۸۳	۰/۰۰۱
۲۵		۰/۸۶		۰/۸۸	۴۳/۸۷	۰/۰۰۱
۲۶			۰/۶۳	۰/۷۳	۱۸/۲۴	۰/۰۰۱
۲۷			۰/۷۸	۰/۸۰	۱۹/۲۹	۰/۰۰۱
۲۸			۰/۸۷	۰/۸۹	۳۹/۴۵	۰/۰۰۱
۳۱			۰/۶۶	۰/۷۰	۱۸/۱۶	۰/۰۰۱
۳۲			۰/۷۴	۰/۷۸	۲۵/۱۹	۰/۰۰۱
۳۳			۰/۸۲	۰/۸۶	۴۳/۵۶	۰/۰۰۱
۳۴			۰/۹۳	۰/۹۵	۵۷/۷۶	۰/۰۰۱
وانمودگرایی ورزشی	۰/۸۶	۰/۷۸	۰/۸۳			
مقدار t	۸/۹۵	۷/۶۴	۶/۷۵			
سطح معناداری	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱			



نمودار ۱: تحلیل عاملی تأییدی مقیاس وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال  
 Confirmatory factor analysis of the futsal players' sports hypocrisy scale

مقیاس نهایی وانمودگرایی ورزشی بازیکنان و مؤلفه های سه گانه مرتبط با آن بر اساس نتایج آلفای کرونباخ و روش دو نیمه کردن به دست آمد. برای ابعاد بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خود ناباوری و رفتارهای خود ناتوان کننده و مقیاس کل به ترتیب برابر با ۰/۷۹ و ۰/۸۳؛ ۰/۸۸ و ۰/۸۵؛ ۰/۹۰ و ۰/۹۳ بود. شایستگی پایه برای همه مؤلفه ها و مقیاس کلی ریاکاری دانشگاهی را نشان می دهد. که نشان دهنده مناسب بودن پایایی برای همه مؤلفه ها و مقیاس کل وانمودگرایی ورزشی است. (جدول شماره ۸)

مقدار پایایی آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن

جدول ۸- ضرایب پایایی آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن

**Cronbach's alpha reliability coefficient and split-half**

مقدار پایایی دو نیمه کردن Halving the reliability value	مقدار آلفای کرونباخ Cronbach's alpha value	مؤلفه های وانمودگرایی ورزشی Components of Sport Imposter
۰/۹۱	۰/۸۶	بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت Externalizing positive actions
۰/۸۵	۰/۸۸	خود ناباوری Self-disbelief
۰/۹۳	۰/۹۰	رفتارهای خود ناتوان کننده Self-defeating behaviors
۰/۹۱	۰/۹۲	وانمودگرایی ورزشی Sports hypocrisy

میانگین، خطای استاندارد میانگین و انحراف استاندارد برای نمره کل وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتبال و مؤلفه های آن در نمونه انتخابی بود. براساس نتایج، در نمونه انتخابی میانگین وانمودگرایی تحصیلی برابر با ۹/۲۲ و انحراف استاندارد برابر با ۳۱/۲۳ بود. (جدول شماره ۹)

لازم به ذکر است که شاخص های توصیفی مرتبط با مقیاس و مؤلفه های آن به منظور مشخص کردن وضعیت فوتسالیست در وانمودگرایی ورزشی استفاده شده است. شاخص های توصیفی نیز برای وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتبال و مؤلفه های آن در نمونه انتخابی مورد بررسی قرار گرفت. این شاخص ها شامل تعداد افراد،

جدول ۹- شاخص های توصیفی در نمونه انتخابی

انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	میانگین	تعداد	مؤلفه های وانمودگرایی ورزشی Components of Sport Imposter
۲۱/۶	۱/۳۲	۸۱/۵	۱۸۵	بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت Externalizing positive actions
۸/۱۷	۰/۴۵	۲۹/۷	۱۸۵	خود ناباوری Self-disbelief
۴/۲۱	۰/۳۶	۳۱/۴	۱۸۵	رفتارهای خود ناتوان کننده Self-defeating behaviors
۷/۰۳۲	۰/۴۹	۲۰/۴	۱۸۵	وانمودگرایی ورزشی Sports Imposter

موفقیت‌های بدست آمده در مسیر ورزشی خود را به عواملی بیرون ارتباط می‌دهند و بر این باور هستند که عاملی غیر از خود و عملکردشان این موفقیت را رقم زده است. در این زمینه فدوی و همکاران (۱۴۰۱) در مطالعه خود بیان داشته‌اند که دانشجویان پرستاری در رابطه با موفقیت‌های تحصیلی خود احساس گناه دارند چرا که بر این باور هستند که از صلاحیت لازم برای کسب این موفقیت‌ها برخوردار نمی‌باشند و در واقع این موفقیت‌ها به دلایلی غیر از عملکرد واقعی خودشان به دست آمده است. همچنین در راستای یافته‌های حاصل از این مطالعه در مطالعه ساکولکو<sup>۴</sup> و الکساندر<sup>۵</sup> (۲۰۱۱) بیان شده است که افراد با سندرم وانمودگرایی قادر نمی‌باشند موفقیت خود را به ویژگی‌های درونی خود مانند توانایی، هوش یا مهارت‌های فردی نسبت دهند و به همین دلیل همواره بر این باور هستند که عاملی درونی آن‌ها در رسیدن به اهداف خود یاری کرده است. در واقع وانمودگرایان کسانی هستند که براساس موفقیت‌ها و جایگاه کسب شده از جانب دیگران به عنوان افراد موفق مورد قضاوت قرار می‌گیرند ولی خودشان در درک خود به‌عنوان یک فرد موفق یا باهوش، ناتوان می‌باشند که این در راستای نتایج مطالعه حاضر می‌باشد (مک‌الوی و یوراک<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰) در این مطالعه نشان داده شد که این بعد دارای سه مؤلفه موفقیت تلاش نشده، خود را لایق ستایش نشمردن و خوش شانس باور شده می‌باشد. در این راستا مطالعات مختلف نتایج هم‌سوایی را نشان داده‌اند. به طوری که در مطالعه والکر<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۲۳)، نشان داده شد در ذهن افرادی که مبتلا به سندرم وانمودگرایی می‌باشند، باور به خوش شانس بودن نهادینه شده‌است و همواره در

## بحث و نتیجه‌گیری

علی‌رغم توجه روزافزون به تجربه احساس تقلب و وانمودگرایی، پدیده وانمودگرایی از نظر ارزیابی روان‌سنجی و ابعاد عوامل آن توجه تجربی کمی به خود جلب کرده است. لذا با وجود محدودیت‌های موجود در دسترسی به ابزارهای استاندارد و تخصصی ارزیابی پدیده وانمودگرایی در رشته‌ها و تخصص‌های مختلف نیاز است مطالعات در این زمینه وارد شوند و سعی داشته باشند بر اساس نیازهای هر رشته سعی داشته باشند گوشه‌ای از محدودیت‌ها را جبران کنند (براواتا و همکاران، ۲۰۲۰). به این ترتیب پژوهش حاضر با هدف طراحی و استاندارد سازی ابزار سنجش وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال اجرا شد.

نتایج این مطالعه نشان داد که در نهایت ابزار وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال از سه بعد اصلی بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خود ناپاوری و رفتارهای خود ناتوان کننده تشکیل شده است که به ترتیب با میزان پایایی ۰/۸۶، ۰/۸۸ و ۰/۹۰ مورد تایید قرار گرفته‌اند و در نهایت میزان پایایی کل مقیاس برابر با ۰/۹۲ بود. نتایج این مطالعه با مطالعات قبلی که نشان داده‌اند وانمودگرایی به طور مثبت با روان رنجورخویی، کمال گرایی و عزت نفس پایین مرتبط است که قبلاً به عنوان ویژگی‌های "ناسازگار" شناسایی شده بودند، مطابقت دارد (کوکلی و همکاران، ۲۰۱۸؛ راس و همکاران، ۲۰۱۳).

یکی از ابعاد پرسشنامه طراحی شده در رابطه با پدیده وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال، بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت می‌باشد. در واقع بر اساس این بعد، افرادی که درجاتی از وانمودگرایی ورزشی دارند،

<sup>۴</sup>Sakulku

<sup>۵</sup> Alexander

<sup>۶</sup>McElwee & Yurak

<sup>۷</sup> Walker et al.,

<sup>۱</sup>Bravata et al.,

<sup>۲</sup>Cokley et al.,

<sup>۳</sup>Ross

بندی این پدیده در جوامع مختلف پرداخته‌اند هم‌خوانی دارد. بدین صورت که در این زمینه بیان شده است که وانمودگرایان در مقایسه عملکرد خود با عملکرد دیگران دچار شک می‌شوند و در بسیاری از موارد بر این باور هستند که فرد مقابل شایستگی بیشتری از ایشان دارد (واگن و همکاران؛<sup>۲۰۲۰</sup>). همچنین در این راستا نشان داده شده است که وانمودگرایان همواره ترس از شکست دارند در واقع زمانی که وانمودگرایان با وظایف مرتبط با پیشرفت مواجه می‌شوند، به دلیل ترس از شکست احتمالی دچار اضطراب زیادی می‌شوند. بنابراین برای اینکه ریسک شکست احتمالی را کاهش دهند، بیش از حد تلاش می‌کنند تا مطمئن شوند که شکست نمی‌خورند (سیسکو؛<sup>۲۰۲۰</sup>).

دیگر بعد پرسشنامه طراحی شده در رابطه با پدیده وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال، رفتارهای خود ناتوان کننده می‌باشد. در واقع بر اساس این بعد بازیکنان فوتسال که درگیر وانمودگرایی می‌باشند همواره یکسری رفتارهای خودناتوان کننده دارند که در بلند مدت می‌تواند صدمات جدی به زندگی حرفه‌ای این افراد وارد کند. این بعد خود از سه مؤلفه اجتناب، کمال گرایی و آمادگی بیش از حد تشکیل شده است. در این راستا بیان شده است که افراد وانمودگرا درگیر رفتارهای آسیب زایی می‌شوند که بشدت می‌تواند در مسیر پیشرفت بشدت بازدارنده باشد (ساکولوکو؛<sup>۲۰۱۱</sup>؛ اماس و همکاران؛<sup>۲۰۲۴</sup>). همچنین در این زمینه بیان شده است که پدیده وانمودگرایی با پاسخ‌های رفتاری مرتبط است (لین؛<sup>۲۰۲۱</sup>).

برخورد با موفقیت‌ها، خود را یک فرد خوش شانس تلقی می‌کنند. همچنین بیان شده است که یکی از ویژگی‌های افراد وانمودگرا بدین صورت است که در زمان کسب موفقیت‌های شاخص بر این باور هستند که تلاش لازم را برای کسب این موفقیت انجام نداده‌اند و این موفقیت بدلیل تلاش دیگران بوده است (ابراهیم و همکاران؛<sup>۲۰۲۱</sup>).

بعد دیگر پرسشنامه طراحی شده برای سنجش پدیده وانمودگرایی ورزشی در بازیکنان فوتسال، «خود ناپوری» می‌باشد. این بعد نشان می‌دهد بازیکنانی که با سندرم وانمودگرایی مواجه هستند، در مواجهه با موقعیت‌ها و موفقیت‌ها به توانایی‌های خود اعتماد ندارند و بر این باورند که به طور ذاتی قادر به بهره‌برداری صحیح از موفقیت‌ها نیستند. در واقع، این افراد توان واقعی خود را پایین‌تر از سطحی که به نمایش می‌گذارند، ارزیابی می‌کنند. همسو با این یافته، پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که افرادی که این پدیده را تجربه می‌کنند، اغلب نسبت به توانایی‌ها و دستاوردهای خود تردید دارند و خود را در مقایسه با هم‌رده‌های خود ناکارآمد و کم‌ارزش می‌پندارند، حتی زمانی که شواهدی وجود دارد که خلاف این باور را نشان می‌دهد (کاور و جین؛<sup>۲۰۲۲</sup>؛ مک‌الوی و یوراک،<sup>۲۰۱۰</sup>). همچنین این افراد حتی در مواردی که مورد تحسین و تشویق قرار می‌گیرند، پذیرش این موقعیت برای‌شان سخت است و در ذهن خود اعتقاد و باوری به تشویق‌های انجام گرفته ندارند (چاند و کومار؛<sup>۲۰۱۸</sup>). این بعد خود از مؤلفه ناهمگنی خود درونی و مشاهده شده، ترس از شکست/موفقیت و شک به خود تشکیل شده است که به نوعی آن یافته‌ها با نتایج مطالعات پیشین که در زمینه مفهوم سازی و بعد

<sup>۴</sup>Vaughn et al.,

<sup>۵</sup>Cisco.,

<sup>۶</sup>Sakulku

<sup>۷</sup>Emas et al.,

<sup>۸</sup>Lane

<sup>۹</sup>Ibrahim et al.,

<sup>۱۰</sup>Kaur & Jain

<sup>۱۱</sup>Chand & Kumar

بطور کلی نتیجه پژوهش حاضر گام مهمی در جهت شناخت پدیده وانمودگرایی بازیکنان فوتسال و ارزیابی آن است. در این مطالعه هدف افزایش درک پدیده وانمودگرایی از طریق توسعه یک مفهوم سازی و چارچوب نظری روشن، و سپس توسعه یک پرسشنامه جدید از عوامل و زیر دامنه‌های پیشنهادی مرتبط با تجربه احساس وانمودگرایی بازیکنان فوتسال بود. در نتیجه این مطالعه در بخش کیفی سه تم و ۱۲ ساب تم در خصوص تشریح مفهوم وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال شناسایی شد. در ادامه بر اساس نتایج ابزار وانمودگرایی ورزشی بازیکنان فوتسال طراحی شد که دارای سه بعد بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خود ناباوری و رفتارهای خود ناتوان کننده بود که در نسخه نهایی پرسشنامه میزان پایایی این ابعاد و پایایی کل به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۸، ۰/۹۰ و ۰/۹۲ بدست آمد.

شناسایی بازیکنان درگیر پدیده وانمودگرایی با استفاده از ابزار استاندارد و طراحی شده، می‌تواند نقش مهمی در مدیریت تیم‌های ورزشی ایفا کند. این قابلیت، به مدیران و مربیان این امکان را می‌دهد که بازیکنانی را که از نظر روانی و رفتاری در معرض آسیب‌های ناشی از وانمودگرایی قرار دارند، به‌موقع شناسایی کرده و مداخلات حمایتی لازم را برای آن‌ها فراهم آورند. به‌کارگیری اقدامات جبرانی و مداخلات هدفمند، به‌ویژه در راستای کاهش نشانه‌های اصلی وانمودگرایی ورزشی در میان بازیکنان فوتسال، می‌تواند گامی مؤثر در حفظ سلامت روان و ارتقاء عملکرد آنان باشد. این نشانه‌ها شامل سه بعد کلیدی بیرونی پنداشتن اقدامات مثبت، خودناباوری و رفتارهای خودناتوان کننده هستند که در صورت شناسایی و مدیریت صحیح، می‌توان از پیامدهای منفی آن‌ها جلوگیری کرد. با چنین رویکردی، تیم‌ها نه تنها از بروز افت عملکرد و کاهش انگیزه در بازیکنان جلوگیری می‌کنند، بلکه با ایجاد فضایی ایمن و حمایتی،

۲۰۱۵؛ پوجا و همکاران؛ ۲۰۲۴). در واقع در مطالعات مختلف الگوهای قابل توجهی از رفتارهای خودناتوان کننده مرتبط با پدیده فریبکار وجود دارد (کاومن و فراری؛ ۲۰۰۲؛ فراری و تامپسون؛ ۲۰۰۶؛ ماجی و همکاران؛ ۲۰۲۵). این رفتارها در سطح دوم چرخه وانمودگرایی نشان داده می‌شوند، که به موجب آن اضطراب، شک به خود و نگرانی باعث واکنش رفتاری می‌شود، به عنوان مثال، آمادگی بیش از حد و به تعویق انداختن که در مطالعه حاضر نیز به عنوان یکی از مؤلفه‌های این بعد شناسایی شده است (کوساک و همکاران؛ ۲۰۱۳؛ کومار و همکاران؛ ۲۰۲۲). خود ناتوان سازی به عنوان گروهی از رفتارهای خود تحقیرآمیز تعریف می‌شود که فرد به‌عنوان شیوه‌ای برای محافظت از تصویر شخصی یا عزت نفس خود انجام می‌دهد (وانت و کلیتمن؛ ۲۰۰۶). پدیده وانمودگرایی با میل به به‌تصویر کشیدن تصویری از "ابر شخص" بودن مرتبط است که در غیر این صورت به عنوان شناخت‌های کمال گرایانه دیده می‌شود که این ویژگی ثابت شده در رابطه با افراد وانمودگرا در راستای یافته مطالعه ما می‌باشد که در واقع بیان می‌کند که کمال گرایی یکی از مؤلفه‌های بعد رفتارهای خودناتوان کننده می‌باشد (کلنس و لاور؛ ۲۰۲۴). این رفتارهای خودناتوان کننده معمولاً با کمال گرایی، آمادگی بیش از حد و اجتناب همراه است که نارسایی ادراک شده افراد را بیشتر می‌کند (ابراهیم و همکاران، ۲۰۲۲).

<sup>۱</sup>Pooja et al.,

<sup>۲</sup>Cowman & Ferrari

<sup>۳</sup>Ferrari & Thompson

<sup>۴</sup>Maji et al.,

<sup>۵</sup>Cusack et al.,

<sup>۶</sup>Kumar et al.,

<sup>۷</sup>Want & Kleitman

<sup>۸</sup>Clance & Lawry

هویتی افراد در هیچ مرحله‌ای از پژوهش ثبت یا منتشر نخواهد شد. در بخش کمی مطالعه نیز به شرکت‌کنندگان تضمین داده شد که نتایج به‌صورت کلی و تجمیعی گزارش می‌شود و هیچ‌گونه اطلاعات فردی افشا نخواهد شد.

#### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

#### تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از تمامی شرکت‌کنندگان در هر دو بخش کمی و کیفی این پژوهش که با اختصاص زمان و ارائه دیدگاه‌های ارزشمند خود، ما را در انجام این مطالعه یاری کردند، صمیمانه قدردانی کنند.

#### References

1. Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., . . . Hagg, H. K. (2020). Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review. *Journal of general internal medicine, 35*, 1252-1275 . <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
2. Chand, R., & Kumar, A. (2018). self-concept, social support and self-seem as the predictors of Imposter phenomenon among the science students off Himachal Pradesh university. *International Journal of Research Culture Society, 2*(2), 381-384 . <https://ijrcs.org/wp-content/uploads/IJRCs201802073.pdf>
3. Chandra, S ., Huebert, C. A., Crowley, E., & Das, A. M. (2019). Impostor syndrome: could it be holding you or your mentees back? *Chest, 156*(1), 26-32 . <https://doi.org/10.1016/j.chest.2019.02.325>

مسیر رشد حرفه‌ای و شکوفایی استعدادهای ورزشی را نیز هموار می‌سازند.

#### ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی است که در دانشگاه آزاد اسلامی واحد قروه به ثبت رسیده است. به منظور رعایت اصول اخلاق پژوهش، پیش از آغاز جمع‌آوری داده‌ها، رضایت‌نامه کتبی از تمامی شرکت‌کنندگان دریافت شد. در این رضایت‌نامه، هدف پژوهش، نحوه انجام مصاحبه‌ها و ضبط صدا به‌طور کامل توضیح داده شد و بر داوطلبانه بودن مشارکت تأکید گردید. همچنین به شرکت‌کنندگان اطلاع داده شد که می‌توانند در هر مرحله از انجام پژوهش، بدون هیچ‌گونه پیامد منفی، از ادامه همکاری منصرف شوند. به منظور حفظ محرمانگی اطلاعات، اطمینان داده شد که نام، شماره تماس و سایر مشخصات

4. Cisco, J. (2020). Using academic skill set interventions to reduce impostor phenomenon feelings in postgraduate students. *Journal of Further and Higher Education, 44*(3), 423-437 . <https://doi.org/10.1080/0309877X.2018.1564023>
5. Clance, P., & Lawry, S. (2024). Impostor phenomenon: Origins and treatment. In *The impostor phenomenon: Psychological research, theory, and interventions*. (pp. 17-43): American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0000397-002>
6. Cokley, K., Stone, S., Krueger, N., Bailey, M., Garba, R., & Hurst, A. (2018). Self-esteem as a mediator of the link between perfectionism and the impostor phenomenon. *Personality and Individual Differences, 135*, 292-297 . <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.032>
7. Cusack, C. E., Hughes, J. L., & Nuhu, N. (2013). Connecting gender and mental health to impostor phenomenon feelings. *Psi Chi Journal of Psychological Research, 18*.

8. Emas, R., Dolamore, S., Jones, P. A., Lovell, D., Whitebread, G., & Chordiya, R. (2024). Imposter phenomenon & belonging in master of public administration students in the US context. *Journal of Public Affairs Education*, 30(4), 560-587. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15236803.2024.2397942>
9. Fadavi, F., Zandi, F., & Jadidi, H. (2022). Development and validation of Academic Imposter Scale among Nursing Students. *Educational Measurement*, 12(48), 53-75 . DOI: 10.22054/jem.2023.62480.2204
10. Freeman, K. J., Nestel, D., Houghton, S., & Crrr S E (5555) 'It casse me to minimise myself': imssst rr pmemmmmm in simulation educators. *Advances in Simulation*, 10(1), 40. <https://link.springer.com/article/10.1186/s41077-025-00369-9>
11. Ferrari, J. R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviours. *Personality and Individual Differences*, 40(2), 341-352 . <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2005.07.012>
12. Ghezsoflou ,H. R., & Alavi, S. H. (2020). Model of Sport Progress Based on Strategic Performance Test: Moderating Role of Self-Compassion. *Nurse and Physician Within War*, 8(28), 44-51 .
13. Hawley, K. (2019). *I—What is impostor syndrome?* Paper presented at the Aristotelian Society Supplementary Volume. <https://doi.org/10.1093/arisup/akz003>
14. Hellman, C. M., & Caselman, T. D. (2004). A psychometric evaluation of the Harvey Imposter Phenomenon Scale. *Journal of personality assessment*, 83(2), 161-166 . <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa830210>
15. Hochman, Y., Segev, E., & Shai, O. (2023). 'D y kwww te imssst or syndrmne?' oofessiaaal inentity mnmng early-career social workers. *Social Work Education*, 42(8), 1117-11 . ۳۳
16. Iancheva, T., Rogaleva, L., GarcíaMas, A., & Olmedilla, A. (2020). Perfectionism, mood states, and coping strategies of sports students from Bulgaria and Russia during the pandemic COVID-19. *Journal of Applied Sports Sciences*(1), 22-38 . <https://doi.org/10.37393/JASS.2020.01.2>
17. Ibrahim, F ., Münscher, J.-C., & Herzberg, P. Y. (2021). Examining the Impostor-Profile—Is there a general impostor characteristic? *Frontiers in psychology*, 12, 720072 . <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.720072>
18. Ibrahim, F., Münscher, J.-C., & Herzberg, P. Y. (2022). The facets of an impostor–development and validation of the impostor-profile (IPP31) for measuring impostor phenomenon. *Current Psychology*, 41(6), 3916-3927 . <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00895-x>
19. Imani, B., Zandi, S., Khazaei, S., & Mirzaei, M. (2021). The lived experience of HIV-infected patients in the face of a positive diagnosis of the disease: a phenomenological study. *AIDS research and therapy*, 18, 1-8 . <https://doi.org/10.1186/s12981-021-00421-4>
20. Joshi, A., & Mangette, H. (2018). Unmasking of impostor syndrome. *Journal of Research, Assessment, and Practice in Higher Education*, 3(1), 3 .
21. Kananifar, N., Seghatoleslam, T ., Atashpour, S. H., Hoseini, M., Habil, M. H. B., & Danaee, M. (2015). The relationships between imposter phenomenon and mental health in Isfahan universities students. *International Medical Journal*, 22(3), 144-146 .
22. Kaur, T., & Jain, N. (2022). Relationship between impostor phenomenon and personality traits: a study on undergraduate students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(11), 734-746 .

- <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/14030>
23. Kim, G. Y., & Lee, Y. H. (2023). The effect of athletes' impostor tendency on achievement goal orientation and regulatory focus. *Journal of Physical Education and Sports Science*, 34(3), 444-455.
  24. Kristoffersson, E., Boman, J., & Bitar, A. (2024). Impostor phenomenon and its association with resilience in medical education—a questionnaire study among Swedish medical students. *BMC Medical Education*, 24(1), 782. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12909-024-05788-2>
  25. Kolligian Jr, J., & Sternberg, R. J. (1991). Perceived fraudulence in young adults: Is there an 'imposter syndrome'? *Journal of personality assessment*, 56(2), 308-326. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602\\_10](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602_10)
  26. Květ J., Jelíček J., & Brešv I. (2021). The role of perfectionism in predicting athlete burnout, training distress, and sports performance: A short-term and long-term longitudinal perspective. *Journal of Sports Sciences*, 39(17), 1969-1979. <https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1911415>
  27. Kumar, S., Kailasapathy, P., & Sedari Mudiyansele, A. (2022). It's my lack: Impostor fears, the context, gender and achievement-related traits. *Personnel Review*, 51(9), 2222-2238.
  28. Lane, J. A. (2015). The impostor phenomenon among emerging adults transitioning into professional life: Developing a grounded theory. *Adultspan Journal*, 14(2), 114-128. <https://doi.org/10.1002/adsp.12009>
  29. Leary, M. R., Patton, K.M., Orlando, A.E., & Funk, W. (2000). The Impostor Phenomenon: Self-Perception, reflected appraisals, and interpersonal strategies. *Journal of personality assessment*, 68 (4), 725-756
  30. Maji, S., Shivhare, V., & Kumar, Y. (2025). Imposter Phenomenon, Social Comparison Orientation, and Mental Health: A Study of High-Achieving Indian College Students. *Roeper Review*, 47(1), 47. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02783193.2024.2420356>
  31. Mahtab, N., Divani, F., Kazemi, F., & Taimori, a. (2024). Development of a Structural Model for the Perception of Sports Success Based on Sports Perfectionism and Perceived Social Support with the Mediating Role of Sports Self-Regulation on Youth with Brain Damage Disorder (Cerebral Palsy - CP). *Sport Psychology Studies*, 13(49), 1-17. [doi:10.22089/spsvj.2024.14011.2383](https://doi.org/10.22089/spsvj.2024.14011.2383)
  32. Mahtab, N., Karimi, A., Ghafouri, F. (2022). A Novel Model of Subjective Well-Being and Performance of Wushu Athletes based on the Behavior of Coaches. *Sports Psychology*, 14(2), 108-191. <https://doi.org/10.48308/mbasp.2022.224348.1064>
  33. McElwee, R. O., & Yurak, T. J. (2010). The phenomenology of the impostor phenomenon. *Individual Differences Research*, 8(3), 184-197.
  34. Morrow, R., Rodriguez, A., & King, N. (2008). Colaizzi's descriptive phenomenological method. *The psychologist*, 28(8), 643-644. <http://eprints.hud.ac.uk/id/eprint/26984/>
  35. Mosewich, A. D., Crocker, P. R., Kowalski, K. C., & DeLongis, A. (2013). Applying self-compassion in sport: An intervention with women athletes. *Journal of sport and exercise psychology*, 35(5), 514-524. <https://doi.org/10.1123/jsep.35.5.514>
  36. Para, E., Dubreuil, P., Miquelon, P., & Martin-Krumm, C. (2024). Interventions addressing the impostor phenomenon: a scoping review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1360540.

- <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1360540/full>
37. Pooja, Y. B., Sonali, M., & Swati, P. (2024). The role of imposter phenomenon on self-handicapping and psychological distress among young adults. *Human Arenas*, 1-15.
  38. Rahmani, M., Bahari, M., & Ahmadi, P. (2020). Comparison of mental skills of athletes of the Iranian national team in Asian games in 2006 and 2018. *Sport Psychology Studies*, 9(33), 1-18 .  
<https://doi.org/10.22089/spsyj.2020.7027.1752>
  39. Rampersad, K., Salfarlie, R., Herry, A., & nmnt ll b (00))) . Trsst me I'm Doctor: Strategies for Combating Imposter Feelings Among Physicians and Medical Students. *Medical Science Educator*, 1-7.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s40670-025-02283-1>
  40. Ross, S. R., Stewart, J., Mugge, M., & Fultz, B. (2001). The imposter phenomenon, achievement dispositions, and the five factor model. *Personality and Individual Differences*, 31(8), 1347-1355 .  
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00228-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00228-2)
  41. Sakulku, J. (2011). The impostor phenomenon. *The Journal of Behavioral Science*, 6(1), 75-97 .  
<https://doi.org/10.14456/ijbs.2011.6>
  42. Salari, N., Hashemian, S. H., Hosseinian-Far, A., Fallahi, A., Heidarian, P., Rasoulpoor, S., & Mohammadi, M. (2025). Global prevalence of imposter syndrome in health service providers: a systematic review 48.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.10.005>
  - and meta-analysis. *BMC psychology*, 13(1), 571.  
<https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-025-02898-4>
  43. Salehi, K., & Golafshani, N. (2010). Commentary: Using mixed methods in research studies: An opportunity with its challenges. *International journal of multiple research approaches*, 4(3), 186-191 .  
<https://doi.org/10.5172/mra.2010.4.3.186>
  44. Vaez Mousavi, M., & Mousavi, A. (2015). Effective factors in sport achievement based on related theories and models. *Sport Psychology Studies*, 3(10), 25-50 .  
<https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23452978.1393.3.10.2.6>
  45. Vaughn, A. R., Taasobshirazi, G., & Johnson, M. L. (2020). Impostor phenomenon and motivation: Women in higher education. *Studies in Higher Education*, 45(4), 780-795 .  
<https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1568976>
  46. Walker, D. L., & Saklofske, D. H. (2023). Development, factor structure, and psychometric validation of the impostor phenomenon assessment: a novel assessment of impostor phenomenon. *Assessment*, 30(7), 2162-2183 .  
<https://doi.org/10.1177/10731911221141870>
  47. Want, J., & Kleitman, S. (2006). Imposter phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 40(5), 961-971 .  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.10.005>

## پیوست ۱: ابزار وانمود گرایی ورزشی بازیکنان فوتسال

ابعاد	مؤلفه	کاملاً موافقم	موافقم	تا حدودی	مخالفم	کاملاً مخالفم
ببرونی پنداشتن اقدامات مثبت	۱. من اغلب وقتی در یک موقعیت خوب عمل می‌کنم شگفت زده می‌شوم.					
	۲. من اغلب زمانی که از یک موقعیت بدرستی استفاده میکنم که پیش بینی می‌کنم شکست خواهم خورد.					
	۳. حتی با وجود اینکه احساس می‌کنم پتانسیل زیادی دارم، گاهی اوقات احساس می‌کنم یک «کلاهدردار» یا «تقلب» روشن فکر هستم.					
	۴. می‌ترسم بقیه فکر کنند متوجه شوند که من آنقدر که آنها فکر می‌کنند توانایی ندارم.					
	۵. وقتی تعریفی دریافت می‌کنم، قبول آن تعریف برایم دشوار است و اغلب آن را توضیح می‌دهم یا به دیگران اعتبار می‌دهم.					
	۶. اغلب احساس می‌کنم برای رسیدن به تمام کارهایی که انجام می‌دهم، باید بیشتر از دیگران تلاش کنم.					
	۷. من اغلب توانایی خود را با اطرافیانم مقایسه می‌کنم و معتقدم که آنها از من باهوش تر هستند.					
	۸. وقتی در کاری موفق شدم و به خاطر دستاوردهایم تشویق شدم، شک دارم که بتوانم آن موفقیت را تکرار کنم.					
	۹. احساس می‌کنم که من به موقعیت فعلی خود در ورزش حرفه ای خود از طریق داشتن ارتباطات رسیده‌ام.					
	۱۰. اغلب احساس می‌کنم که لیاقت تحسین‌هایی رو که دریافت میکنم را ندارم.					
	۱۱. من موقعیت فعلی خود را به دلایلی به دست آوردم که برای آن تلاش لازم رو نکرده‌ام.					
	۱۲. اگر در یک مسابقه موفقیتی کسب کنم، احساس می‌کنم مربی را فریب داده‌ام.					
	۱۳. در مواقعی احساس کرده‌ام که در موقعیت فعلی خود در ترکیب تیم با نوعی اشتباه قرار دارم.					
	۱۴. دستاوردهای من بیشتر به دلیل عوامل بیرونی					
خود ناپاوری						

مانند شانس یا تلاش بوده است تا توانایی های ذاتی خودم.

۱۵. من اغلب احساس می‌کنم راز توانایی‌هایم را از دیگران پنهان می‌کنم.

۱۶. مردم تمایل دارند باور کنند که من از آنچه واقعا هستم توانمندتر هستم.

۱۷. گاهی اوقات احساس می‌کنم چیزی نادرست یا گمراه کننده در مورد من وجود دارد که دیگران متوجه آن نمی‌شوند.

۱۸. گاهی اوقات، می‌ترسم که کسی را که واقعا هستم کشف کنند.

۱۹. من اغلب می‌بینم که وظایف را به لحظه آخر واگذار می‌کنم.

۲۰. در آماده شدن برای ضرب الاجل‌ها، اغلب وقتم را با انجام کارهای دیگر تلف می‌کنم.

۲۱. من معمولاً شروع به کارها را به تأخیر می‌اندازم زیرا نگران هستم که از عهده این چالش برنیام.

۲۲. من در مورد توانایی خود برای تکمیل یک کار نگران هستم و اغلب تصمیم‌گیری در مورد آن کار را تا زمانی که خیلی دیر شده به تأخیر می‌اندازم.

۲۳. بیشتر، متوجه می‌شوم که مطابق با محدودیت‌های که برای خودم تعیین می‌کنم، هستم.

۲۴. خود درونی و بیرونی من کاملا یکسان است.

۲۵. من به ندرت پروژه یا وظیفه‌ای را آنقدر که دوست دارم انجام دهم انجام می‌دهم.

رفتارهای ناتوان کننده