



پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره

علمی - پژوهشی

شماره ۶۳۵۲-۲۲۵۱

تابستان ۱۳۹۰، سال ۱، شماره ۱

عوامل موثر بر تاب‌آوری در افراد مواجهه‌شده با ضربه روانی

سید جواد سید محمودی، جنگیز رحیمی، نوراله محمدی

بررسی تاثیر موریتادرماتی بر کاهش اضطراب

محموده اسماعیلی

تاثیر آموزش خودگویی واقع‌گرایانه بر افزایش رضایت زناشویی زنان

سحر کینی‌نژاد

بررسی رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان

محمد سعید عبدحکیمی، بهروز مهران، زهرا ابراهیمی

تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوج‌های متعارض متقاضی طلاق

فرشاد بهاری، مریم قانع‌زاده، سید احمد احمدی، حسین مولوی، فاطمه بهرامی

مقایسه باورهای فراشناختی و راهبرد های کنترل فکر در دانشجویان با سطوح بهنجار و بیمارگون از نگرانی

حمید حاتی‌پور، فرامرز سهرابی، سعید طباطبائی

بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی متمرکز بر طرحواره بر تعدیل طرحواره های ناسازگار اولیه ...

زهرا کلمی، بهرامی قنبری هاشم آیدی، حمیدرضا آقا محمدیان شریفان

بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خودارزشیابی‌های مرکزی

سید اسماعیل هاشمی شیخ شیبانی، کیومرث بشنیده، متوجه‌رضی پور، عبدالحکیم نبیسی

نقش سرشت و منش در پیش‌بینی نشانه‌های اختلال وسواس در نوجوانان

عباس نیوانتسی، مریم رفیعی، محمد فریضانی

بررسی رابطه بین ساختار انگیزشی و رضایت زناشویی

جواد صالحی قدری، حیدر باقری‌نژاد، زهرا فرزانه، حیدر طالبیان شریف

آموزش هوش هیجانی و اثربخشی آن بر کاهش پرخاشگری نوجوانان پرخاشجوی

سیدحسین کیمیایی، حمیدرضا افشار، علانته سلطانی‌فر

تاثیر حرکات موزون ورزشی بر هوش عینی کودکان پیش‌دبستانی

علی خدایی چمن‌آباد، حسین کرکشی

بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره

(مطالعات تربیتی و روان شناسی)

دوفصلنامه علمی - پژوهشی

دانشگاه فردوسی مشهد

دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

گروه روان شناسی

سال ۱، شماره ۱، تابستان ۱۳۹۰

شاپا: ۶۳۵۲-۲۲۵۱

پروانه انتشار نشریه: نامه شماره ۱۲۴۱۱۴۰۵ مورخ ۸۲/۳/۱۲

این مجله به استناد مجوز ۸۹/۳/۱۱/۱۰۵۰۳۲ مورخ ۸۹/۱۲/۱۴ کمیسیون نشریات علمی کشور

دارای اعتبار علمی - پژوهشی است.

این مجله در پایگاههای زیر نمایه می شود:

- پایگاه استادی علوم جهان اسلام (ISC)
- پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)
- و در پایگاه Magiran نیز در دسترس قرار دارد

فهرست مندرجات

صفحه	نویسنده	عنوان
۵	سید جواد سید محمودی، چنگیز رحیمی، نوراله محمدی	عوامل مؤثر بر تاب آوری در افراد مواجه شده با ضربه روانی
۱۵	معصومه اسماعیلی	بررسی تأثیر موریتادرمانی بر کاهش اضطراب
۳۱	سحر کیانی نژاد	تأثیر آموزش خودگویی واقع گرایانه بر افزایش رضایت زنانوشویی
۴۷	محمد سعید عبدخداتی، بهروز مهران زهرا ایزاتلو	بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان
۵۹	فرشاد بهاری، مریم فاطمی زاده، سید احمد احمدی، حسین مولوی فاطمه بهرامی	تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زنانوشویی زوجهای متعارض متقاضی طلاق
۷۱	حمید خانی پور، فرامرز سهرابی سعید طاهایی زهرا کاملی،	مقایسه باورهای فراشناختی و راهبرد های کنترل فکر در دانشجویان با سطوح بهنجار و بیمارگون از نگرانی
۸۳	بهرام علی قنبری هاشم آبادی حمید رضا آقا محمدیان شریفان سید اسماعیل هاشمی شیخ شانی	بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی متمرکز بر طرحواره بر تعدیل طرحواره های ناسازگار اولیه در دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست
۹۹	کیومرث بشیپنده، منوچهر تقی پور عبدالکامل نیسی	بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خودارزشیابی‌های مرکزی
۱۱۹	عباس ابوالقاسمی، مریم رفیعی محمد تربیانی	نقش سوشل و منش در پیش بینی نشانه های اختلال وسواس در نوجوانان
۱۳۳	جواد صالحی قدردی، میتا باقری نژاد زهرا فرزانه، جعفر طالبیان شریف	بررسی رابطه بین ساختار انگیزی و رضایت زنانوشویی
۱۵۳	سیدعلی کیبایی، محمد رضا رفتار فاطمه سلطانی لهر	آموزش هوش هیجانی و اثربخشی آن بر کاهش پر خاشگویی نوجوانان پر خاشگویی
۱۶۷	علی غنائی چمن آباد، حسین کارشکی	تأثیر حرکات موزون ورزشی بر هوش عینی کودکان پیش دبستانی



عبدخدایی، محمد سعید؛ مهرازم، بهروز؛ ایزانلو، زهرا (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان. پژوهش‌های روانشناسی بالینی و مشاوره، ۱۱(۱)، ۵۸-۴۷.

بررسی رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان

محمد سعید عبدخدایی^۱، بهروز مهرازم^۲، زهرا ایزانلو^۳

تاریخ دریافت: ۱۳۸۸/۶/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۵/۱۸

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه ابعاد کمال‌گرایی با اضطراب پنهان بود. آزمودنی‌ها ۱۷۵ دانشجوی دختر و پسر دوره کاردانی و کارشناسی شاغل به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیروان بوده که با استفاده از روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند. برای سنجش کمال‌گرایی از مقیاس ابعاد کمال‌گرایی (MPS) و برای سنجش اضطراب پنهان، مولفه اضطراب پنهان پرسش‌نامه سنجش اضطراب اسپیل برگر (STAI) استفاده شد. داده‌های بدست آمده با استفاده از روش‌های آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه جهت پیش‌بینی تغییرات متغیر ملاک از روی مولفه‌های متغیر پیش‌بین تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین ابعاد کمال‌گرایی (خود مدار، دیگر مدار، جامعه مدار) با اضطراب پنهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. یعنی هرچه میزان کمال‌گرایی افزایش یابد میزان اضطراب پنهان نیز افزایش می‌یابد. و در تعامل مولفه‌های کمال‌گرایی، کمال‌گرایی جامعه مدار پیش‌بینی کننده معنی‌داری برای اضطراب پنهان دانشجویان می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: کمال‌گرایی - کمال‌گرایی خود مدار - کمال‌گرایی دیگر مدار - کمال‌گرایی جامعه مدار - اضطراب پنهان

^۱ استادیار دانشگاه فردوسی مشهد

^۲ دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد

^۳ کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند



عبدخدائی، محمد سعید^۱، بهروز مهران^۲، زهرا ایزائلو^۳، بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان، پژوهش های روانشناسی بالینی و مشاوره، ۱۱(۱)، ۵۸-۴۷.

بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان

محمد سعید عبدخدائی^۱، بهروز مهران^۲، زهرا ایزائلو^۳

تاریخ دریافت: ۱۳۸۷/۶/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۵/۱۸

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه ابعاد کمال گرایی با اضطراب پنهان بود. آزمودنی ها ۱۷۵ دانشجوی دختر و پسر دوره کارشناسی و کارشناسی شافل به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیروان بوده که با استفاده از روش نمونه گیری چند مرحله ای انتخاب شدند. برای سنجش کمال گرایی از مقیاس ابعاد کمال گرایی (MPS) و برای سنجش اضطراب پنهان، مولفه اضطراب پنهان پرسش نامه سنجش اضطراب اسپیل برگر (STAI) استفاده شد. داده های بدست آمده با استفاده از روش های آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه جهت پیش بینی تغییرات متغیر ملاکت از روی مولفه های متغیر پیش بین تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین ابعاد کمال گرایی (خود مدار، دیگر مدار، دیگر مدار و جامعه مدار) با اضطراب پنهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. یعنی هرچه میزان کمال گرایی افزایش یابد میزان اضطراب پنهان نیز افزایش می یابد. و در تعامل مولفه های کمال گرایی، کمال گرایی جامعه مدار پیش بینی کننده معنی داری برای اضطراب پنهان دانشجویان می باشد.

واژه های کلیدی: کمال گرایی - کمال گرایی خود مدار - کمال گرایی دیگر مدار - کمال گرایی جامعه مدار - اضطراب پنهان

^۱ استادیار دانشگاه فردوسی مشهد

^۲ دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد

^۳ کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

مقدمه

سال‌ها است که کمال‌گرایی مطرح شده است و اکثر تعاریف اولیه، عمدتاً کمال‌گرایی را ویژگی ناکارآمد در نظر می‌گیرند. زانت^۱، ۱۹۹۸ به نقل از ایچان^۲ ۲۰۰۵ اولین فردی بود که در خصوص کمال‌گرایی نوشت. او کمال‌گرایان را افرادی با عقاید محکم و ثابت می‌داند و در نتیجه، سختی عقاید، انعطاف‌ناپذیری یکی از اولین خصوصیت‌های بود که درباره کمال‌گرایی مطرح شد. به عبارت دیگر کمال‌گرایی به منزله تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست‌نیافتنی و تلاش برای تحقق آنها که با سوء‌ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه است، تعریف شده است (فروست و همکاران^۳، ۱۹۹۸). کمال‌گرایی تمایل در جهت بی‌نقص بودن است و کمال‌گرایان افراطی مردمی هستند که می‌خواهند در همه جنبه‌های زندگی شان بی‌عیب باشند (هورت و فلت^۴، ۲۰۰۲). از سوی دیگر، بعضی یافته‌ها برحسب کوشش وری مثبت و منفی کمال‌گرایی، تقسیم‌بندی‌های دوگانه کمال‌گرایی بهنجار - یا بهنجار (هاماچک^۵، ۱۹۷۸) و مثبت - منفی (تری شورت^۶، ۱۹۹۵) به نقل از بشارت^۷، ۱۳۸۲ را معرفی کرده‌اند. هاماچک (۱۹۷۸) با تمایز بین کمال‌گرایی بهنجار و نوروپتیک معتقد است که کمال‌گرای بهنجار از تلاش و رقابت برای برتری و کمال‌دلت می‌برد و در عین حال محدودیت‌های شخصی را به رسمیت می‌شناسد اما کمال‌گرای نوروپتیک به دلیل انتظارات غیر واقع‌بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد و از منظر خودش هرگز کاری را خوب انجام نمی‌دهد که بتواند از آن احساس دلت‌بیرد. این افراد ناشکیبایی نهایت خود انتقادگرند. در کمال‌گرایی بهنجار اشخاص به کارهای سخت‌روی آورده و با هدف موفقیت، برانگیخته شده و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، می‌توانند واقعیت‌های بیرونی را درک کرده و محدودیت‌ها را بپذیرند. ولی کمال‌گرایان نا بهنجار یا ترس از شکست برانگیخته شده و در نتیجه در خصوص دستیابی به اهداف سطح بالا و غیر واقع‌بینانه دائم‌انگیز هستند (ایچان و همکاران^۸، ۲۰۰۷).

زودل^۹، ۱۹۸۴، به نقل رایس^{۱۰}، ۲۰۰۰، کمال‌گرایی را واجد جنبه‌های مثبت و منفی می‌داند و آن را معادل کمال‌گرایی بهنجار و روان‌آزوده قرار می‌دهد. کمال‌گرایی مثبت، به جای اضطراب و نگرانی

Perfectionism

Adapt
Learn
Learn
Learn
Learn
Learn & Flirt
Learn
Learn
Learn short
Learn
Learn

مورد عدم تحقق اهداف و معیارهای دست‌نیافتنی، مثبت‌نگری و خوش‌بینی و آرمان‌های تحقق‌پذیر را در فرد فعال می‌سازد.

به نظر هورت و فلت^۴، ۱۹۹۱ به نقل رایس و همکاران^۸، ۲۰۰۳ کمال‌گرایی منفی دارای سه مولفه است که به عنوان سه بعد کمال‌گرایی تعریف می‌شود. کمال‌گرایی خویش‌مدار^۱، کمال‌گرایی دیگرمدار^۲ و کمال‌گرایی جامعه‌مدار^۳. این ابعاد به صورت صفات شخصیتی در افراد تثبیت می‌شوند. کمال‌گرایی خودمدار به معنای کوشش فرد برای دستیابی به خویش‌مدار کامل با توجه به معیارهای افراطی و دقیق برای خود و ارزش‌هایی سخت‌گیرانه و اطمینان‌بخش از رفتار خود و سانسور رفتارهای شخصی می‌باشد. کمال‌گرایی دیگرمدار، بیانگر تمایل به داشتن انتظارات افراطی و ارزش‌هایی انتقادی از دیگران است (مانند سرزنش دیگران، وضع معیارهای غیر واقعی برای سایرین و ارزشیابی سخت‌گیرانه از کارکرد آنان) و شامل توقعات و باورهایی درباره دیگران مانند گرایش‌های کمال‌گرایانه والدین برای فرزندانشان می‌باشد. و کمال‌گرایی جامعه‌مدار شامل عقیده یا ادراک افراد دال بر این مطلب است که افراد مهم زندگی شان معیارهای غیر واقعی برای آنها وضع می‌کنند، آنها را به سختی ارزشیابی می‌کنند و آنها را برای کامل بودن تحت فشار قرار می‌دهند. و تنها زمانی راضی خواهند شد که انتظارات آن‌ها برآورده شود.

پژوهش‌ها در حوزه کمال‌گرایی سعی کرده‌اند ارتباط هر یک از انواع و ابعاد آن را با جنبه‌های مختلف روان‌شناختی مورد بررسی قرار دهند. به اعتقاد رایس و دیپلو^۵، ۲۰۰۲ کمال‌گرایی منفی بیش‌بسی‌کننده پیامدهای روان‌شناختی مشکل‌زا نظیر افسردگی و اضطراب، فقدان عزت‌نفس و شرم‌درونی می‌باشد. و در مقابل کمال‌گرایی مثبت، همبستگی منفی داری با معیارهای شخصی بالا، عملکرد مطلوب و سازگاری مثبت دارد. آکوردینو^۶، و همکاران^۷، ۲۰۰۸ در پژوهش خود به بررسی رابطه کمال‌گرایی با سلامت روانی دانش‌آموزان پرداخته و نتایج نهم‌به و تحلیل چند متغیری بیانگر رابطه منفی دار بین کمال‌گرایی نوروپتیک و افسردگی بوده است.

از آنجایی که در بیشتر موارد، کمال‌گرایان منفی بین‌خواسته‌های کمال‌گرایانه روان‌رنجورانه و عملکرد واقعی، تضادی را درک می‌کنند، اعتقاد بر این است که تضاد حاصل، تأثیر نامطلوبی بر اضطراب فرد بر جای می‌گذارد (صابونچی ولونده^{۱۱}، ۱۹۹۷). همچنین یافته‌های پژوهش هورت و فلت

^۱ Self-oriented perfectionism^۲ Other-oriented perfectionism^۳ Socially prescribed perfectionism^۴ Rice & Dullwo^۵ Accordino^۶ Saboonchi & Lunnath

پس کنده بهتری برای اضطراب پنهان می باشد؟
 روشی
 نوع این پژوهش با توجه به هدف، کاربردی و با توجه به عدم دخالت محقق در به دست آوردن داده
 نوع این پژوهش می باشد. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دختر و پسر مشغول به
 ها، توصیفی از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دختر و پسر مشغول به
 تحصیل در رشته های مختلف مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز تشکیل می
 دهد. انتخاب این مقطع به دلیل کنترل متغیرهای سن و تحصیلات بود. نمونه این تحقیق با توجه به پژوهش
 های مشابه ۱۷۵ نفر تعیین شد که از بین دانشجویان سن و تحصیلات بود. نمونه این تحقیق با توجه به پژوهش
 مرحله اول از بین کلیه دانشجویان دانشگاه به طور تصادفی چندین رشته تحصیلی، در مرحله بعد از میان
 رشته های انتخاب شده به طور تصادفی از ورودی های سال های مختلف چندین ورودی انتخاب، و از بین
 آنها ۱۷۵ نفر پرسشنامه های پژوهش را تکمیل کردند.

در تحقیق حاضر دو پرسش نامه به عنوان ابزار سنجش مورد استفاده قرار گرفت که عبارتند از:
 الف: پرسشنامه سنجش ابعاد کمال گرایی (MPS). این مقیاس که توسط بشارت در سال ۱۳۸۲ به
 صورت فرم ایرانی در آمده است یک آزمون ۳۰ سوالی است که سه بعد کمال گرایی خویش مدار، دیگر
 مدار و جامعه مدار را می سنجد. هریک از سه زیر مقیاس آزمون ۱۰ ماده داشته که بر اساس مقیاس ۵
 درجه ای لیکرت، هر آزمودنی در هر ماده از نمره ۱۰ تا ۵۰ را بدست خواهد آورد. برای پایایی مقیاس
 توسط بشارت (۱۳۸۲) برای زیر مقیاس کمال گرایی خویش مدار آقای کرو نیاخ ۰/۹۲، برای کمال
 گرایی دیگر مدار ۰/۸۷ و برای کمال گرایی جامعه مدار ۰/۸۴ گزارش شده است. برای بدست آمدن
 روایی همزمان، مقیاس کمال گرایی چند بعدی همزمان با مقیاس مشکلات بین شخصی، مقیاس سلامت
 روانی و زیر مقیاس های نوروژ گرایی و برونگرایی مقیاس شخصیتی NEOPI-R مورد استفاده قرار
 گرفت که همبستگی های معنی دار، این روایی را تأیید کرد.

ب: پرسشنامه سنجش اضطراب اسپیل برگر (STAI). این پرسشنامه که توسط اسپیل برگر ساخته شده
 دارای ۴۰ عبارت است که اضطراب آشکار و اضطراب پنهان را می سنجد. در پژوهش مهمام (۱۳۷۲)
 اعتباری و همبستگی ایرانی این آزمون در شهر مشهد صورت گرفت. در این مطالعه، پایایی مقیاس
 اضطراب آشکار ۰/۹۱ و اضطراب پنهان ۰/۹۰ بدست آمده است. و برای مجموع آزمون، پایایی ۰/۹۴
 گزارش شده است. و با استفاده از شیوه ملاکی همزمان روایی آزمون تأیید شده است. در این پژوهش از
 همبستگی اضطراب پنهان پرسشنامه استفاده شد.

(۲۰۰۴) نشان داد که افکار خودکار درگیر کمال گرایی و جنبه های بین فردی سازه کمال گرایی با شدت
 اضطراب در ارتباط می باشد. در پژوهشهای بالینی هویت و فلت (۱۹۹۱) نتایج تحقیقات روی هم رفته
 رابطه باخوردگی های کمال گرایی، را با اضطراب و اختلالات اضطرابی طرح کرده اند. یافته های پژوهش
 هویت و فلت (۲۰۰۲) نشان داد کمال گرایی خود مدار در تعامل با استرس اجتماعی می تواند اضطراب
 را پیش بینی کند. یافته های پژوهش فلت، هویت، ۱۹۸۹، به نقل از بشارت، (۱۳۸۱) نشان داده اند که
 بین باخوردگی های کمال گرایی خویش مدار و اضطراب صفت در یک نمونه دانشجویی همبستگی مثبت
 معنادار وجود دارد. فروست و دی بارتولو (۲۰۰۲) به ارزیابی جنبه های مختلف کمال گرایی و رابطه آن
 با اضطراب پرداخته و دریافتند که کمال گرایی جامعه مدار، که همراه با شک درباره عملکرد و لگرمی
 درباره ارتکاب اشتباه است با اضطراب رابطه دارد. همچنین کمال گرایی مایلند تا واقع روزمره زندگی
 را تهدید کننده تر و پراسر تر از دیگران تعبیر کنند. اما هنوز معلوم نیست که کمال گرایی و اضطراب
 دقیقاً چگونه به هم مربوطند و شاید پدیده ای دیگر، در این میان نقش واسطه را ایفا می کند. نتایج پژوهش
 مهرابی زاده و همکاران (۱۳۷۸) نشان داد که بین کمال گرایی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت معنی
 داری وجود دارد. بشارت (۱۳۸۳) نشان داد که بین کمال گرایی مثبت والدین و اضطراب امتحان فرزندان
 همبستگی منفی و بین کمال گرایی منفی والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی مثبت وجود دارد.
 نتایج پژوهش مهرابی زاده و همکاران (۱۳۸۱) نشان داد که کمال گرایی واضطراب با سر درد میگرن
 رابطه مثبت و معنی داری دارند. تلاشهای اخیر محققان به منظور بیان مفهوم کمال گرایی، مشخصه های آن
 و مکانیسم های تاثیر گذاری این سازه بر فرایندهای روان شناختی بهنجار و نابهنجار بسیار ارزشمندند. اما
 همچنان ابتدایی و ناپسندیده هستند (بشارت، ۱۳۸۱). افزایش قابل توجه در پژوهشهای مربوط به سازه کمال
 گرایی در طی دو دهه گذشته اهمیت این مفهوم را منعکس می کند. با توجه به تاثیر کمال گرایی بر ابعاد
 مختلف روان شناختی، پرداختن به آن برای روان شناسان و مشاوران از اهمیت به سزایی برخوردار است
 با معرفی و تفسیر بین دو نوع کمال گرایی سازگانه و ناسازگانه می توان در ارتقاء بهداشت روانی افراد
 کوشید. هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و اضطراب پنهان در دانشجویان می
 باشد. نوع اضطراب غیر مشهودی که می تواند آثار عصبی بر روی رفتارهای گوناگون افراد داشته باشد و
 با توجه به شایع بودن اضطراب در عصر حاضر سؤالات اصلی محقق در این پژوهش این است که آیا بعد
 ابعاد کمال گرایی و میزان اضطراب رابطه معناداری وجود دارد؟ و کدامیک از ابعاد کمال گرایی

یافته ها

نخست در جدول (۱) مشخصه های آمار توصیفی نمرات آزمودنی ها در کمال گرایی و ابعاد آن بررسی نامه اضطراب ارائه شده است:

جدول ۱. مشخصه های آماری توصیفی آزمودنیها

نماد	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین
کمال گرایی خود مدار	۱۷۵	۵/۹۵۴۱۰	۳۵/۹۰۸۶
کمال گرایی دیگر مدار	۱۷۵	۶/۲۹۶۳۹	۳۴/۷۰۸۶
کمال گرایی جامعه مدار	۱۷۵	۵/۷۵۰۳۵	۳۵/۵۳۱۴
کمال گرایی	۱۷۵	۱۷/۵۱۳۳	۱۰۶/۱۲۸۶
اضطراب پنهان	۱۷۵	۱۳/۸۶۱۱۵	۴۵/۱۷۱۴

برای بدست آوردن میزان رابطه بین متغیرهای پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج همبستگی های محاسب شده بین کمال گرایی، ابعاد آن و اضطراب پنهان در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. ضریب همبستگی بین کمال گرایی، ابعاد آن و اضطراب پنهان

کمال گرایی	کمال گرایی خود مدار	کمال گرایی دیگر مدار	کمال گرایی جامعه مدار	کمال گرایی	اضطراب پنهان
$r = ۰/۹۲۵$	$r = ۰/۸۹۱$	$r = ۰/۹۱۳$	$r = ۰/۸۸۳$	$r = ۰/۸۸۳$	$r = ۰/۸۸۳$
$p < ۰/۰۰۰$	$p < ۰/۰۰۰$	$p < ۰/۰۰۰$	$p < ۰/۰۰۰$	$p < ۰/۰۰۰$	$p < ۰/۰۰۰$
$n = ۱۷۵$	$n = ۱۷۵$	$n = ۱۷۵$	$n = ۱۷۵$	$n = ۱۷۵$	$n = ۱۷۵$

نتایج گزارش شده در جدول فوق حاکی از آن است که بین کمال گرایی و اضطراب پنهان همبستگی مثبت و معنی داری وجود دارد (آزمون یک دامنه، $p < ۰/۰۰۰۵$ ، $r = ۰/۸۸۳$ ، $n = ۱۷۵$ ، $p < ۰/۰۰۰۵$).

جدول کمال گرایی خود مدار و اضطراب پنهان همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد (آزمون یک دامنه، $p < ۰/۰۰۰۵$ ، $r = ۰/۸۸۳$ ، $n = ۱۷۵$ ، $p < ۰/۰۰۰۵$). بین بعد کمال گرایی دیگر مدار و اضطراب پنهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد (آزمون یک دامنه، $p < ۰/۰۰۰۵$ ، $r = ۰/۸۸۱$ ، $n = ۱۷۵$ ، $p < ۰/۰۰۰۵$). همچنین بین بعد کمال گرایی جامعه مدار و اضطراب پنهان رابطه مثبت معناداری وجود دارد (آزمون یک دامنه، $p < ۰/۰۰۰۵$ ، $r = ۰/۸۹۱$ ، $n = ۱۷۵$ ، $p < ۰/۰۰۰۵$).

به منظور بررسی اینکه در تعامل مولفه های کمال گرایی، کدامیک از ابعاد آن بیش بینی کننده بهتری برای اضطراب پنهان هستند از تحلیل رگرسیون چند گانه استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر آمده است:

جدول ۳. آماره های تحلیل رگرسیون چند گانه

ضریب همبستگی چند گانه	ضریب تعدیل	ضریب تعدیل تصحیح شده
۰/۹۶۶	۰/۹۳۳	۰/۹۳۱

جدول ۴. تحلیل واریانس رگرسیون چند گانه

منبع	F	میانگین	مجموع	درجه آزادی
منبع داری <td>۷۸۸/۰۳۴</td> <td>۶۲۸۷/۷۴۱</td> <td>۱۸۸۶۳/۲۲</td> <td>۳</td>	۷۸۸/۰۳۴	۶۲۸۷/۷۴۱	۱۸۸۶۳/۲۲	۳
باقی مانده	۷/۹۶۹	۱۳۶۲/۶۸۴	۱۳۶۲/۶۸۴	۱۷۱
رگرسیون	۰/۰۰۰	۷۸۸/۰۳۴	۱۸۸۶۳/۲۲	۳

جدول (۵) آماره های متغیرهای پیش بین در مدل رگرسیون

منبع معنی داری	منبع معنی داری	مقدار بتا	مقدار بتا
۰/۶۹۵	۰/۶۹۵	۰/۰۱۷	۰/۰۱۷
۰/۸۳۹	۰/۸۳۹	۰/۰۳۴	۰/۰۳۴
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۲۱	۰/۹۲۱

یافته های جدول تحلیل رگرسیون نشان می دهد که ضریب همبستگی چند گانه برای مدل رگرسیون فوق برابر ۰/۹۶۶، شده است که معادل آن یعنی ضریب تعدیل برابر با ۰/۹۳۳ و ضریب تعدیل تصحیح شده برابر با ۰/۹۳۱ می باشد. علاوه بر این، نتایج تحلیل واریانس رگرسیون که در جدول (۶) گزارش شده

Antony, M.M; Purdon, C.L.; Huta, V & Swinson, R.P (1998). Dimensions of Perfectionism Across The Anxiety Disorders, *Journal of Behavior Research And Therapy*, 36, 1143-1154.

Bieling, Peter J.I.Sraeli. Annel. Antony. Martin M.(2004) Is Perfectionism Good, Bad, or Both? Examining Models Of The Perfectionism Construct *Personality And Individual Differences* 36.1373-1385.

Egan, S, (2005). An investigation of positive and negative perfectionism, Unpublished master's thesis, Curtin University of technology human research, Australia.(online).<available:http://espace.library.curtain.edu.au/R?func=dbin_jum_p_full&object_id=1655>.

Egan, S, Pick, J.P, Dyeck, M.J & Rees, C.S, (2007).The role of dichotomous thinking in perfectionism, *Behavior Research and therapy*, 45, 1831- 1822.

Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R.(1990). The Dimensions of Perfectionism *Cognitive Therapy And Research*, 14, 444-468

Frost R.O.& Di Bartolo, P.M (2002). Perfectionism, Anxiety And Obsessive Compulsive Disorder . *Research And Treatment* .Apa. Washington, DC, PP 341-373.

Hart, B.A., Gilner, F.H., Handal, P.J., & G Feller, J.D.(1998). The Relationship Between Perfectionism And Self-efficacy. *Personality And individual Differences* , 24, 109-113.

Hamachek, D.E, (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *psychology: Journal of human behaviors*, 15, 27-33.

Hewitt, P.L & Flett, G.L, (2002). perfectionism and stress processes in psychopathology. Washington, D.C: American psychological association.

Hewitt ,P.L ., & Flett ,G.L.(1991) .Perfectionism In The Self And Social Contexts : Conceptualization ,Assessment , And Association With Psychopathology. *Journal of personality and social psychology*, 60, 456 -470

Hewitt, P.L., & Flett, G.L.(2004). The Cognitive And Treatment Aspects Of Perfectionism. *Journal Of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 22(4), 237-240.

Katsumori & Kojikanda. (2002). Relationship Between Neurotic Perfectionism, Depression,

در نهایت می توان چنین جمع بندی کرد که کمال گرایی منفی، در همه ابعاد آن می تواند یکی از منابع اضطراب باشد زیرا که اغلب اوقات فرد را با احساس ناکامی و شکست باقی می گذارد. افراد کمال گرا خود را ملزم به بی نقص بودن میدانند این انتظار ثابت و مداوم یک منبع اضطراب محسوب می شود. آلبرت الیس نیز کمال گرایی منفی را یکی از دوازده باور غیر منطقی اساسی تعریف می کند که، برنشانی روانشناسی منجر می شود. با توجه به بالا رفتن سطح انتظارات از خود در بین دانشجویان می تواند نکه قابل ملاحظه ای بوده و اقدامات آموزشی و درمانی ویژه را بطلبد.

فهرست منابع

بشارت، محمد علی. (۱۳۸۱). ابعاد کمال گرایی در بیماران افسرده و مضطرب، *مجله علوم روان شناختی*، دوره اول شماره ۳، صفحات ۲۲۴ تا ۲۶۰.

بشارت، محمد علی. (۱۳۸۲). قابلیت اعتماد (پایایی) و درستی (اعتبار) مقیاس کمال گرایی مثبت و منفی، *مجله علوم روان شناختی*، دوره دوم، شماره ۸، صفحات ۳۴۶ تا ۳۵۹.

بشارت، محمد علی. (۱۳۸۳). بررسی رابطه کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش آموزان *مجله روان شناسی و علوم تربیتی*، سال سی و چهارم، شماره ۱، صفحات ۱ تا ۱۹.

مهرام، بهروز. (۱۳۷۲). راهنمای آزمون اضطراب (آشکار و پنهان) اسپیل برگر. مشهد: انتشارات دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.

مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ نجاریان، بهمن؛ وردی مینا. (۱۳۷۸). رابطه کمال گرایی و سرخشی روانشناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی. *مجله علوم تربیتی و روان شناسی*، دانشگاه شهبا، چمران اهواز، سال ششم، شماره ۱، صفحات ۵۱ تا ۷۰.

مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ شیرزادی، افسانه؛ حقیقی، جمال. (۱۳۸۱). بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای کمال گرایی، اضطراب صفت - حالت و فردگمی با سردرد میگرن در دانشجویان *مجله علوم تربیتی و روان شناسی*، دانشگاه چمران اهواز، سال نهم، شماره ۳، ص ۱۰۹ تا ۱۲۶.

Accordino, B.Denise; Michael,p,Accordino; Slancy,B,Robert. (2008)The relationships between perfectionism, Standards for academic achievement, and emotional distress *Psychology in the school*, volume 37 Issue 6. Page 535,545

Anxiety , And Psychosomatic Symptoms. *Personality And Individual Differences* 32,817-826.

Kawamura,K.,Hunt,S., Frost, R. (2001). Perfectionism, Anxiety, And Depression. *CognitiveTherapyAndResearch*,Vol.25,PP.291- 301.

Onwuegbuzie .A.J & Daley , C.E (1999). Perfectionism And Statistics Anxiety.*Journal Of Personality And Individual Differences*.26,1089-1102.

Rice,K.G,& mirzadeh,s.A, (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment, *Journal of counseling psychology*, 47, 238 -250.

Rice,K.G,Bair, C, Castro.J. R, Cohen, B. N & Hood. C. A, (2003). Meaning of perfectionism. *Journal of cognitive psychotherapy* .17,39-57.

Rice KG, Dellwo JP.(2002) Perfectionism and self development: *Journal of counseling psychology* 188-197.

Saboonchi , F., & Lundh ,L.(1997). Perfectionism, Felf-Consciousness And Anxiety.*Personality And Individual Differences*,22,921-928.

Stober,J.&Joormann,J.(2001). Worry,Procrastination,And Perfectionism .*Cognitive Therapy And Research* ,25,49-60.