



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

بررسی و مقایسه کمال گرایی در دانشجویان رشته مشاوره

سارا دهقانی^۱

۱- کارشناسی راهنمایی و مشاوره- بسته فعالیت های پرورشی، دانشگاه فرهنگیان، پردیس بنت الهدی صدر

Lalehdh1378@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی و مقایسه کمال گرایی در دانشجویان رشته مشاوره انجام شد. روش پژوهش حاضر پس‌رویدادی (علی- مقایسه‌ای) است. در پژوهش حاضر جامعه مورد مطالعه در پژوهش حاضر عبارت است از کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه هرمزگان شهر بندرعباس در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ می‌باشد. در پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع پژوهش و جامعه مورد مطالعه، نمونه‌های پژوهش از بین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه هرمزگان بود به این گونه که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. حجم نمونه در این پژوهش ۱۳۲ نفر از روش نمونه‌گیری در دسترس از طریق انلاین صورت گرفته است. همان گونه که ذکر شد در بررسی مقایسه کمال گرایی در دانشجویان مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط، هم در مطالعات پیشین چه در داخل کشور و چه در خارج از کشور در ابعاد مختلف تأیید شده، همان گونه که نتایج پژوهش حاضر دلالت می‌کند. در تبیین احتمالی این فرضیه می‌توان گفت که افراد کمال‌گرا دائماً در تلاش‌اند تا بهتر از دیگران عمل کنند، در حالی که این تلاش دائمی که اکثر اوقات بدون نتیجه باقی می‌ماند، به تدریج فرد را از تلاش کردن باز می‌دارد و همین موضوع می‌تواند علتی برای به وجود آمدن اهمال‌کاری در فرد باشد.

کلمات کلیدی: کمال گرایی، مشاوره، دانشجویان، پرورشی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

یکی از انتخاب‌های مهم زندگی هر فرد پس از پایان تحصیلات متوسطه، انتخاب رشته تحصیلی دانشگاهی است. این انتخاب به دلیل تأثیر زیادی که در تعیین سرنوشت افراد دارد، تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می‌گیرد (زین آبادی، فرزانه و دارابی، ۱۳۹۷). در همین رابطه، یکی از پدیده‌های شایع و طبیعی در نظام آموزشی هر کشوری، تغییر رشته است (پورتر و یومیچ^۱، ۲۰۰۶؛ مصطفوی، رمضانلو و عسگری، ۱۳۹۱). اساساً تغییر رشته به علت اثرات و نتایج اجتماعی، فردی و آموزشی که در پی دارد پدیده‌ای قابل اعتنا و مهم است. در واقع، تعیین شاخه یا رشته تحصیلی می‌بایست بر اساس استعداد، توانایی و علاقه و همچنین متناسب با نیاز و شرایط جامعه صورت پذیرد؛ در غیر این صورت مسائل فراوانی هم در باب مشکلات فردی (مشکلات روحی، هزینه فرصت از دست رفته، افت تحصیلی، ترک تحصیل و ...) و هم معضلات اجتماعی (بیکاری فارغ‌التحصیلان، عدم توازن بین نیاز جامعه و تخصص فارغ‌التحصیلان، نارضایتی شغلی، بهره‌وری و کارایی پایین شاغلان و ...) و آموزشی (هدر رفت امکانات آموزشی، بی‌ثباتی و اختلال در روند تعیین شده برنامه‌های آموزشی، عدم توازن بین امکانات نظام آموزشی و تعداد دانشجویان، تأثیر بر تراکم دانشجویان در رشته‌های مختلف و به عبارتی تغییر توازن و پراکندگی نیروهای متخصص در رشته‌ها و بخش‌های مختلف، تأثیر بر نگرش و دیدگاه افراد نسبت به رشته‌های مبدأ و مقصد، در بر داشتن هزینه‌های اضافی و پیش‌بینی نشده برای دانشگاه و ...) پیش خواهد آمد (کراولی^۲، ۲۰۰۴؛ محمودی، ۱۳۸۱؛ معروفی و آداک، ۱۳۹۶).

کمال‌گرایی^۳ در بهترین تعریف آن، یک نوع ویژگی چند بعدی است، به طوری که روانشناسان توافق دارند که بسیاری از جنبه‌های مثبت و منفی در آن وجود دارد (یانگ هونفی و استوبر جواچیم^۴، ۲۰۱۲). در فرم ناسازگار آن، کمال‌گرایی مردم را به تلاش برای رسیدن به یک ایده‌آل دست نیافتنی یا اهداف غیر واقع‌بینانه سوق می‌دهد، که اغلب منجر به افسردگی و عزت نفس پایین می‌شود. در مقابل کمال‌گرایی سازگار می‌تواند به افراد برای رسیدن به اهداف خود انگیزه بدهد و باعث شود که این افراد از تلاش خود لذت ببرند. داده‌های جدید نشان می‌دهد که گرایش‌های کمال‌گرایانه، در بین نسل‌های اخیر افراد جوان رو به افزایش است (کارن توماس وهیل آندرو^۵، ۲۰۱۹). کمال‌گرایی در مشاوره، ویژگی شخصیتی است که خصوصیات آن، با تلاش فرد برای بی‌عیب‌ونقص بودن و تنظیم استانداردهایی برای بالاترین سطح عملکرد توصیف می‌شود و با خود ارزیابی انتقادی و نگرانی در مورد ارزیابی دیگران نیز همراه است (استوبر و چیلدز^۶، ۲۰۱۰).

از آنجایی که افراد کمال‌گرا همواره به دنبال رسیدن به معیارها و استانداردهای شخصی هستند، کمتر گستره‌های بهنجار از هیجان‌ات سالم را تجربه می‌کنند و در عوض، هیجان‌ات این دسته از افراد تنها بین دو طیف هیجانی احساس تسکین و وحشت تغییر می‌کند و همین عامل باعث می‌شود تا کمتر احساس رضایت از زندگی را تجربه کرده و به تبع آن، کمتر از روابط خود لذت ببرند (آقا محمدیان شعرباف، زارع زاده خیبری، حروف قناد و حکم آبادی، ۱۳۹۳). ناتوانی در پذیرش بی‌قید و شرط^۷

^۱ Porter, S. R., & Umbach, P. D.

^۲ Crowley

^۳ Perfectionism

^۴ Yang, Hongfei; Stoeber, Joachim

^۵ Curran, Thomas; Hill, Andrew

^۶ Stoeber, Joachim; Childs, Julian H.

^۷ Inability to accept unconditionally



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

خود که در کمال‌گرایان شایع است، گهگاه گسترش یافته و به ناتوانی در پذیرش سایرین منجر می‌شود. ضعف در پذیرش دیگران می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلاتی در مهارت‌های اجتماعی این افراد باشد. یادگیری مهارت‌های اجتماعی زمینه‌ساز و باعث جریان رشد کفایت‌ها و قابلیت‌های اجتماعی و هیجانی فرد است که افراد را برای شناسایی و مدیریت هیجانات، ایجاد روابط سالم، انتخاب هدف‌های مثبت، نیازهای اجتماع و گرفتن تصمیم مسئولانه و اخلاقی توانا می‌سازد (عباسی، درگاهی، رحمتی، محمدی و پیرانی، ۱۳۹۹). کمال‌گرایی به عنوان یکی از عوامل پیش بین در عملکرد تحصیلی، با تلاش‌های کمال‌گرایانه مانند داشتن معیارهای شخصی بالا، وضع معیارهای دقیق برای عملکرد و تلاش برای عالی بودن در ارتباط است. در واقع کمال‌گرایی، به عنوان نیاز شدید برای پیشرفت تعریف می‌شود که این گرایش به صورت معیارهای شخصی بالا و غیر واقع‌بینانه آشکار می‌گردد (بلت^۱، ۱۹۹۵؛ نقل از یاو^۲، ۲۰۰۹). ارتباط علاقمندی با پیشرفت تحصیلی در مطالعات محدودی مورد بررسی قرار گرفته، بدیهی است که طراحی این نوع مطالعات می‌تواند به شناخت هر چه بیشتر نیم‌رخ تحصیلی دانشجویان و شناخت عوامل تأثیرگذار در تحصیل آن‌ها منجر شود. از این‌رو با توجه به مطالب مطرح شده، پژوهشگر در پی پاسخ به این سؤال است که آیا کمال‌گرایی دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط متفاوت است یا خیر؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر پس‌رویدادی (علی-مقایسه‌ای) است.

جامعه، نمونه، و روش نمونه‌گیری

در پژوهش حاضر جامعه مورد مطالعه در پژوهش حاضر عبارت است از کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه هرمزگان شهر بندرعباس در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ می‌باشد. در پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع پژوهش و جامعه مورد مطالعه، نمونه‌های پژوهش از بین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه هرمزگان با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط بود به این گونه که (۶۵ دانشجو با مدرک کارشناسی مرتبط و ۶۷ دانشجو با مدرک کارشناسی غیرمرتبط) به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. حجم نمونه در این پژوهش ۱۳۲ نفر (۶۵ دانشجو با مدرک کارشناسی مرتبط و ۶۷ دانشجو با مدرک کارشناسی غیرمرتبط) از روش نمونه‌گیری در دسترس از طریق آنلاین صورت گرفته است.

^۱ Belt

^۲ yao



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

ابزارها

الف) پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴)

برای سنجش کمال‌گرایی از پرسشنامه کمال‌گرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴) استفاده شد. اصل این پرسشنامه ۵۹ گویه دارد و هشت بعد کمال‌گرایی را می‌سنجد. چهار بعد تمرکز بر اشتباهات، نیاز به تأیید برای عملکرد کمال‌گرایانه، ادراک فشار از سوی والدین و تلقی منفی از خود، ابعادی هستند که کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد و چهار بعد تلاش برای عالی بودن، معیارهای بالا برای دیگران، هدفمندی و نظم ابعادی هستند که کمال‌گرایی مثبت را می‌سنجد. نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) صورت می‌گیرد. جمشیدی، حسین چاری، حقیقت و رزمی (۱۳۸۸) این پرسشنامه را در ایران هنجاریابی کردند و به این نتیجه دست یافتند که این پرسشنامه در ایران شش بعد کمال‌گرایی را می‌سنجد. ۲۳ گویه کمال‌گرایی مثبت را می‌سنجد که از این تعداد ۵ گویه به بعد تلاش برای عالی بودن، ۹ گویه به بعد هدفمندی، ۹ گویه به بعد نظم اختصاص دارد و ۲۸ گویه کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد که از این تعداد، ۱۷ گویه به بعد تلقی منفی از خود، ۶ گویه به بعد ادراک فشار از سوی والدین و ۵ گویه به بعد معیار بالا برای دیگران اختصاص دارد. در تحلیل عاملی که جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) انجام دادند گویه‌های ۱۶، ۱۸، ۲۷، ۳۱، ۳۵، ۳۷، ۴۸ و ۵۵ به علت بار عاملی پایین حذف شدند. ضمن اینکه بعد استاندارد بالا برای دیگران که در پرسشنامه اصلی از ابعاد کمال‌گرایی مثبت است در تحلیل عامل جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) به کمال‌گرایی منفی انتقال یافت. برای تعیین پایایی نسخه ۵۱ گویه‌ای از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که این ضریب برای کمال‌گرایی مثبت و کمال‌گرایی منفی به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۶۰ بود. همچنین، جهت تعیین روایی، تحلیل عاملی با استفاده از تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس بر ۵۱ گویه پرسشنامه انجام شد. ابتدا آزمون‌های مقدماتی جهت ارزیابی مناسب بودن نمونه برای تحلیل عامل، شامل کفایت نمونه‌گیری (KMO) و آزمون کرویت بارتلت انجام گردید. این ضرایب به ترتیب ۰/۸۱ و ۱۳۹۶/۶۷ ($P < 0/0001$) به دست آمد، که بیان‌گر مناسب بودن داده‌ها برای تحلیل عامل است. نتایج تحلیل عامل، شش عامل را با ارزش ویژه بالای یک نشان داد. پاشا شریفی و همکاران (۱۳۹۰) در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی سیاهه کمال‌گرایی هیل در دانشجویان، آلفای کرونباخ محاسبه شده را ۰/۹۲۹ به دست آوردند، که براساس یافته‌های پژوهش، سیاهه کمال‌گرایی دارای روایی و اعتبار قابل قبول است و می‌تواند در جمعیت ایرانی به کار گرفته شود (پاشا شریفی، صالحی، امامی پور و بشردوست (۱۳۹۰)).

نتایج

برای بررسی مقایسه کمال‌گرایی در دانشجویان مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط، ابتدا به ویژگی‌های نمونه آماری می‌پردازیم که نتایج نشان می‌دهد میانگین و انحراف استاندارد سن دانشجویان با مدرک کارشناسی مرتبط به ترتیب ۲۸/۳۲ و ۳/۰۷ و میانگین و انحراف استاندارد سن دانشجویان با مدرک کارشناسی غیرمرتبط به ترتیب ۲۹/۱۳ و ۴/۷۶ بود. استفاده از آزمون t مستقل نشان داد که بین دو گروه به لحاظ سن تفاوت معناداری وجود ندارد و بنابراین دو گروه به لحاظ



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

سن همگن بودند. در گروه دانشجویان با مدرک کارشناسی مرتبط ۴۸ زن و ۱۷ مرد حضور داشتند و در گروه دانشجویان با مدرک کارشناسی غیرمرتبط ۵۴ زن و ۱۳ مرد حضور داشتند. استفاده از آزمون کای اسکوئر پیرسون نشان داد که بین دو گروه به لحاظ جنسیت تفاوت معناداری وجود ندارد. در گروه دانشجویان با مدرک کارشناسی مرتبط ۴۷ نفر مجرد و ۱۸ نفر متأهل حضور داشتند و در گروه دانشجویان با مدرک کارشناسی غیرمرتبط ۵۱ نفر مجرد و ۱۶ نفر متأهل حضور داشتند. استفاده از آزمون کای اسکوئر پیرسون نشان داد که بین دو گروه به لحاظ وضعیت تأهل تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی مؤلفه‌های کمال گرایی در دو گروه دانشجویان مقطع کارشناسی مشابه با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط

مؤلفه‌های کمال گرایی	میانگین \pm انحراف استاندارد		چولگی (کشیدگی)	
	مرتبط	غیر مرتبط	مرتبط	غیر مرتبط
نظم و سازماندهی	۴/۹۸ \pm ۲۲/۶۰	۴/۶۲ \pm ۲۳/۰۷	(-۰/۰۸) - ۰/۴۵	(-۰/۶۲) - ۰/۵۸
هدفمندی	۳/۴۸ \pm ۲۰/۱۴	۴/۴۸ \pm ۲۰/۵۵	(-۰/۰۷) - ۰/۶۸	(-۰/۴۶) - ۰/۳۴
تلاش برای عالی بودن	۳/۵۴ \pm ۱۶/۶۴	۳/۰۰ \pm ۱۸/۹۱	(-۰/۲۴) - ۰/۳۸	(-۰/۹۰) - ۰/۱۱
معیارهای بالا برای دیگران	۴/۱۳ \pm ۱۸/۱۷	۳/۹۲ \pm ۲۰/۷۱	(۰/۰۳) - ۰/۴۳	(-۰/۸۳) - ۰/۱۰
نیاز به تأیید	۵/۵۹ \pm ۱۸/۱۱	۵/۵۳ \pm ۲۰/۸۷	(-۰/۵۹) ۰/۳۹	(-۱/۱۳) - ۰/۱۱
تمرکز بر اشتباهات	۷/۱۷ \pm ۱۶/۹۲	۶/۰۴ \pm ۱۹/۴۶	(-۱/۰۷) ۰/۱۶	(-۰/۹۰) - ۰/۳۷
فشار از سوی والدین	۶/۱۸ \pm ۱۹/۱۵	۶/۴۱ \pm ۲۰/۷۴	(-۰/۴۶) ۰/۰۸	(-۰/۵۳) - ۰/۵۹
نشخوار فکر	۴/۷۵ \pm ۱۷/۲۶	۴/۷۹ \pm ۲۰/۰۳	(-۰/۳۸) ۰/۰۳	(۰/۱۵) - ۰/۷۳

جدول ۱ علاوه بر میانگین و انحراف استاندارد، مقادیر چولگی و کشیدگی هر یک از مؤلفه‌های کمال گرایی را به صورت مجزا برای هر یک از گروه‌ها نشان می‌دهد. جدول فوق نشان می‌دهد که مقادیر چولگی و کشیدگی برای همه مؤلفه‌های کمال گرایی در هر دو گروه در فاصله ± 2 قرار دارد. این موضوع بیانگر آن است که توزیع داده‌های همه مؤلفه‌ها در هر دو گروه نرمال است. لازم به توضیح است که دلیل استفاده از شاخص‌های چولگی و کشیدگی برای بررسی چگونگی توزیع داده‌ها، به جای شاخص‌هایی چون کالماگروف-اسمیرنوف یا شاپیرو-ویلک، حجم نسبتاً بالای گروه نمونه در هر یک از گروه‌های مورد مقایسه بود. به دلیل حساسیت بیش از حد شاخص‌هایی چون کالماگروف-اسمیرنوف یا شاپیرو-ویلک نسبت به حجم نمونه بالا، تاباچینک و فیدل (۲۰۱۳) شاخص‌های چولگی و کشیدگی را روش مناسبی برای بررسی چگونگی توزیع داده‌ها در شرایط بالا بودن حجم نمونه می‌دانند. در ادامه جدول ۲ نتایج آزمون لون در ارزیابی مفروضه همگنی واریانس‌های خطا در هر یک از مؤلفه‌های کمال گرایی در دو گروه را نشان می‌دهد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

جدول ۲ آزمون لون در ارزیابی برابری واریانس‌های خطا برای مؤلفه‌های کمال گرایی

متغیرها	F	df۱	df۲	Sig
نظم و سازماندهی	۰/۰۴	۱	۱۳۰	۰/۸۳۴
هدفمندی	۱/۳۵	۱	۱۳۰	۰/۲۴۷
تلاش برای عالی بودن	۱/۱۹	۱	۱۳۰	۰/۲۷۸
معیارهای بالا برای دیگران	۰/۰۷	۱	۱۳۰	۰/۷۹۰
نیاز به تأیید	۰/۲۳	۱	۱۳۰	۰/۶۳۳
تمرکز بر اشتباهات	۲/۶۹	۱	۱۳۰	۰/۱۰۴
فشار از سوی والدین	۰/۰۳	۱	۱۳۰	۰/۸۷۳
نشخوار فکر	۰/۱۰	۱	۱۳۰	۰/۷۴۹

جدول ۲ نشان می‌دهد که واریانس خطای هیچ یک از مؤلفه‌های کمال‌گرایی در سطح ۰/۰۵ معنادار نیست. بنابراین می‌توان گفت مفروضه همگنی واریانس‌های خطا در هر یک از مؤلفه‌های کمال‌گرایی در دو گروه برقرار است. برای بررسی فرضیه پژوهش مبنی بر بین دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط به لحاظ مؤلفه‌های کمال‌گرایی تفاوت معناداری وجود دارد. برای آزمون فرضیه از روش تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) استفاده شد. اگرچه مفروضه همگنی ماتریس‌های کوواریانس متغیر وابسته در بین داده‌های مربوط به دو گروه برقرار نبود ($\text{Box's } M = ۸۵/۸۰$ ، $F = ۲/۲۳$ ، $P = ۰/۰۰۱$)، با وجود این تاباچینک و فیدل (۲۰۱۳) بر این باورند که در صورت برابری حجم نمونه در گروه‌های مورد مقایسه، عدم برقراری مفروضه همگنی ماتریس‌های کوواریانس نتایج تحلیل را بی اعتبار نمی‌سازد. همچنین نتیجه آزمون کرویت بارتلت ۱ در سطح ۰/۰۱ معنادار بود ($\chi^2(۳۵) = ۴۶۲/۰۶$ ، $p < ۰/۰۰۱$). این موضوع نشان می‌دهد که سطح قابل قبولی از همبستگی بین مؤلفه‌های کمال‌گرایی وجود دارد و بنابراین چنین نتیجه‌گیری شد که تحلیل واریانس چند متغیری روش مناسبی برای مقایسه مؤلفه‌های کمال‌گرایی در بین دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط است. در ادامه نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد که ارزش F در مقایسه مؤلفه‌های کمال‌گرایی در دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($۰/۸۱۸ = \text{Wilks' } \Lambda$)، $\text{partial } \eta^2 = ۰/۱۸۲$ ، $P = ۰/۰۰۱$ ، $F(۸ و ۱۲۳) = ۳/۴۱$ ، به همین منظور تحلیل واریانس یک راهه انجام شد تا معین گردد کدام یک از مؤلفه‌های کمال‌گرایی در بین دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط به لحاظ آماری متفاوت است. جدول ۳ نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه در مقایسه مؤلفه‌های کمال‌گرایی در بین دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیرمرتبط را نشان می‌دهد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

جدول ۳ تحلیل واریانس یکراهه در مقایسه مؤلفه‌های کمال‌گرایی در بین دو گروه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط

متغیرها	میانگین مجذورات	میانگین مجذورات خطا	F	سطح معناداری	η^2
نظم و سازماندهی	۷/۴۳	۲۳/۰۸	۰/۳۲	۰/۵۷۱	۰/۰۰۲
هدفمندی	۵/۶۵	۱۶/۱۹	۰/۳۵	۰/۵۵۶	۰/۰۰۳
تلاش برای عالی بودن	۱۶۹/۱۵	۱۰/۷۴	۱۵/۷۵	۰/۰۰۱	۰/۱۰۸
معیارهای بالا برای دیگران	۲۱۱/۵۶	۱۹/۲۲	۱۳/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۰۹۱
نیاز به تأیید	۲۵۰/۹۶	۳۰/۹۲	۸/۱۲	۰/۰۰۵	۰/۰۵۹
تمرکز بر اشتباهات	۲۱۲/۷۹	۴۳/۸۱	۴/۸۶	۰/۰۲۹	۰/۰۳۶
فشار از سوی والدین	۷۷/۴۶	۳۹/۶۷	۱/۹۵	۰/۱۶۹	۰/۰۱۵
نشخوار فکر	۲۵۲/۸۴	۲۲/۷۴	۱۱/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۰۷۹

نکته ۱: در تحلیل واریانس یک راهه درجات آزادی بین گروهی ۱ و درجه آزادی خطا ۱۳۰ بود.

جدول ۳ نشان می‌دهد که نمره F مربوط به مؤلفه‌های تلاش برای عالی بودن ($F(1, 130) = 15/75, P < 0/01$)، معیارهای بالا برای دیگران ($F(1, 130) = 13/06, P < 0/01$)، نیاز به تأیید ($F(1, 130) = 8/12, P < 0/01$) و نشخوار فکر ($F(1, 130) = 4/86, P < 0/05$) در سطح ۰/۰۱ و نمره F مربوط به مؤلفه تمرکز بر اشتباهات ($F(1, 130) = 11/12$) در سطح ۰/۰۵ معنادار است. استفاده از آزمون تعقیبی بن فرونی نشان داد که دانشجویان کارشناسی ارد مشاوره با مدرک کارشناسی غیرمرتبط در مقایسه با دانشجویان با مدرک مرتبط در همه مؤلفه‌های معنادار میانگین نمرات بالاتری به دست آورده‌اند. در کل در آزمون فرضیه چنین نتیجه‌گیری شد که دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی غیرمرتبط در مقایسه با دانشجویان با مدرک مرتبط در مؤلفه‌های تلاش برای عالی بودن، معیارهای بالا برای دیگران، نیاز به تأیید، تمرکز بر اشتباهات و نشخوار فکر کمال‌گرایی میانگین نمرات بالاتری کسب می‌کنند.

بحث و نتیجه گیری

همان گونه که ذکر شد در بررسی مقایسه کمال‌گرایی در دانشجویان مشاوره با مدرک کارشناسی مرتبط و غیر مرتبط، هم در مطالعات پیشین چه در داخل کشور و چه در خارج از کشور در ابعاد مختلف تأیید شده، همان گونه که نتایج پژوهش حاضر دلالت می‌کند. یافته‌های تحقیق حاضر با تحقیقات یحیی زاده درزی و همکاران (۱۳۹۹)، زین آبادی و همکاران (۱۳۹۷)، طاطیان و همکاران (۱۳۹۶)، رضوی علوی و همکاران (۱۳۹۶)، موسوی دیوا و عباسی اسفجیر (۱۳۹۶)، دشت بزرگی (۱۳۹۴)،

¹ Bartlett test of sphericity



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

بریدنتال (۲۰۱۸)، دامیان و همکاران (۲۰۱۷)، گویگنار و همکاران (۲۰۱۲)، وینر و کارتون (۲۰۱۲) به طور غیرمستقیم همسو بوده است.

در تبیین احتمالی این فرضیه می‌توان گفت که افراد کمال‌گرا دائماً در تلاش‌اند تا بهتر از دیگران عمل کنند، در حالی که این تلاش دائمی که اکثر اوقات بدون نتیجه باقی می‌ماند، به تدریج فرد را از تلاش کردن باز می‌دارد و همین موضوع می‌تواند علتی برای به وجود آمدن اهمال‌کاری در فرد باشد. بنابراین، چنین شخصی همواره از خود و نحوه عملکرد خود احساس نارضایتی می‌کند و رها کردن کار را بر ناقص انجام دادن آن ترجیح می‌دهد (کاپان، ۲۰۱۰). آلیس و نال (۱۳۸۲) بدون مطرح کردن نکته‌ای در مورد ابعاد مثبت و منفی کمال‌گرایی، به طور کلی اظهار می‌دارند که کمال‌گرایی ویروسی است که فرد را به اضطراب و عدم تصمیم‌گیری در کار سوق می‌دهد. آدم کمال‌گرا با خود می‌اندیشد: من می‌خواهم فردی مهم جلوه کنم، فردی بزرگ و صاحب‌عنوان، و برای رسیدن به هدف باید کارم را کامل انجام دهم، آن‌چنان‌که هیچ نقصی در آن مشاهده نشود. افراد کمال‌گرا در تصورات خود سرسختانه تعصب نشان می‌دهند. آلیس و نال می‌گویند: به طور بنیادی هر فردی باید بپذیرد که: ۱- انجام کارها در حد تمام و کمال، مسأله ایده‌آلی است، ولی باید دانست که ایده‌آل هرگز در دسترس قرار ندارد. ۲- خواست‌ها و تمایلات افراد بسیار است، اما در راه رسیدن به آنها باید منطقی عمل کرد. ۳- تصور تمام و کمال، یک اندیشه ذهنی است و در عمل، هیچ کاری خالی از نقص نیست. بدین‌جهت افراد کمال‌گرا هرگز از کارشان راضی نیستند. همچنین بین بعد سازش یافته کمال‌گرایی و پیشرفت تحصیلی یک رابطه معنادار مثبت حاکم است؛ به این معنا که اگر دانشجویان به صورت بهنجار و سازش‌یافته کمال‌گرا باشند و در امور زندگی خویش به ویژه امور تحصیلی برای عالی بودن تلاش کنند و در عین حال از نظم و سازماندهی و هدفمندی بالایی برخوردار باشند، در امور تحصیلی، با پیشرفت تحصیلی روبرو می‌شوند. کمال‌گرایان سازش‌یافته از انجام کارهای سخت و طاقت‌فرسا و فعالیت‌های کمال‌گرایانه خویش لذت می‌برند و زمانی که احساس می‌کنند در انجام کارها آزاد و مختارند، تمام تلاش خود را برای دستیابی به بهترین نتیجه به کار می‌گیرند. در حقیقت برخی از جنبه‌های کمال‌گرایی همچون کمال‌گرایی خویش‌نمدار که شامل تعیین اهداف دقیق و معیارهای سطح بالا برای خود، تلاش برای عالی بودن و ارزیابی سرسختانه و منتقدانه عملکرد خود است، از جمله کوشش‌های سازنده و بهنجار برای دستیابی به خصیصه‌های پسندیده و مقبولی مثل خودشکوفایی (تحقق و برآورده کردن همه قابلیت‌ها و توانایی‌های بالقوه خود) به حساب می‌آید (فراست و همکاران، ۱۹۹۰). چنانکه در نظریه انگیزشی مزلو، طلب کمال مطلق؛ یعنی خود شکوفایی، امری فطری به حساب می‌آید و از این جهت کمال‌گرایی مبتنی بر خویش‌نمداری، یک مؤلفه انگیزشی محسوب می‌شود؛ که این نکته به خوبی می‌تواند رابطه مثبت بعد سازش‌یافته کمال‌گرایی را با پیشرفت تحصیلی توجیه کند؛ زیرا این دسته از کمال‌گرایان که معیارهای کمال‌گرایی متوجه عملکرد خودشان است، از منابع انگیزشی درونی، هدفمندی و انضباط برخوردارند و هر زمان به موقعیتی برخوردند که مستلزم موفقیت است، به جای آنکه از آن اجتناب کنند، تمایل دارند به آن نزدیک شوند. علاوه‌براین، نیروی انگیزشی هر فرد به سوی رشد و خودشکوفایی است. همه ما نیاز داریم که توانایی‌های بالقوه خود را تا بالاترین اندازه ممکن شکوفا کنیم و به رشدی فراتر از رشد کنونی خود دست یابیم. گرایش طبیعی ما حرکت در مسیر تحقق توانایی‌های بالقوه خویش است، بنابراین رسیدن به کمال و شکوفا ساختن استعدادها و توانایی‌های نهفته و بالقوه فرد، به خودی خود ارزشمند و در این وادی کمال‌گرایی امری مثبت و پسندیده است (مهرابی‌زاده هنرمند و وردی، ۱۳۸۲). با این اوصاف، تلاش برای عالی بودن (تمایل به کسب نتایج کامل و دستیابی به معیارهای بالا و عالی)، هدفمندی (تمایل به داشتن برنامه‌ریزی قبلی و تعمق



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در تصمیم‌گیری‌ها و پرهیز از عملکرد تکانشی) و سازماندهی (تمایل به مرتب و منظم بودن) که از مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده بعد سازش‌یافته کمال‌گرایی هستند، هرگاه در کنار هم قرار بگیرند، به شکل قابل توجهی نتیجه‌ای که به دست می‌آید، ترقی، رشد و موفقیت و در نهایت پیشرفت تحصیلی خواهد بود. بنابراین می‌توان گفت، برخلاف تصور بسیاری از روان‌شناسان و پژوهشگران پیشین، کمال‌گرایی، فقط یک جنبه نوروپیک ندارد و ابعاد مثبت آن؛ یعنی ابعاد مذکور، در رشد و پیشرفت افراد تأثیر دارد. در تأیید این یافته، پژوهش‌های مرتبط متعددی وجود دارد، چنانکه شاطریان محمدی و همکاران (۲۰۱۲) نیز بین بعد سازش‌یافته کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی رابطه منفی معنادار پیدا کرده بودند و مؤلفه‌های این بعد؛ یعنی هدفمندی، نظم و سازماندهی و تلاش برای عالی بودن را پیش‌بینی‌کننده اهمال‌کاری تحصیلی دانسته‌اند. هر چقدر دانشجویان به لحاظ کمال‌گرایی ناپه‌نجا و سازش‌نیافته هستند؛ یعنی دارای حساسیت‌های بین فردی زیادی هستند، برای انجام کارها و موفقیت از سوی والدین خود احساس فشار می‌کنند و در انجام امور برای دیگران استانداردهای سطح بالا تعیین می‌کنند، به همان میزان امکان زیادی وجود دارد که در امور تحصیلی پیشرفت کمتری داشته باشند. در واقع، افرادی که به شدت از اشتباه کردن، پریشان و نگران می‌شوند، همواره در جستجوی تأیید و توجه از سوی دیگران هستند و نسبت به انتقاد حساسیت زیادی نشان می‌دهند، در کارهای خود به ویژه کارهایی که برونداد آنها، جنبه اجتماعی و انتشاری بالاتری دارد، مثل امور تحصیلی، بیشتر اهمال‌کاری می‌کنند. همچنین، افرادی که والدین خود را به عنوان اشخاصی خرده‌گیر، انتقادکننده و دارای انتظارات افراطی ادراک می‌کنند و احساس می‌کنند برای جلب تأیید و توجه والدین باید عملکرد کامل و بی‌نقص داشته باشند، کمتر جرات آغاز یک کار را دارند و با ترس و تردید به تکلیف نزدیک می‌شوند و هنگام انجام تکلیف با وسواس بیش از حد و دل‌پره آن را به‌کندی پیش می‌برند و البته، احتمال زیادی وجود دارد که هرگز کاری را آغاز نکنند (تمنایی فرد و همکاران، ۱۳۹۱). علاقمندی و شرایط اقتصادی و حرفه‌ای رشته (بازار کار) از جمله مهم‌ترین و کلیدی‌ترین معیارهای انتخاب و تغییر رشته می‌باشند؛ در واقع علاقمندی و زمینه شغلی از اصلی‌ترین اهداف و دلایل دانش‌آموزان/دانشجویان برای تحصیل است. بر این اساس، هدایت تحصیلی، مشاوره تحصیلی و در کنار آن بازنگری در اهداف و فلسفه، مقاصد، روش‌ها و محتوا و ماده‌های درسی رشته‌ها می‌بایست در دستور کار برنامه‌ریزان آموزشی قرار گیرد. در نتیجه دانشجویان کارشناسی مشاوره با مدرک کارشناسی غیرمرتبط در مقایسه با دانشجویان با مدرک مرتبط در مؤلفه‌های تلاش برای عالی بودن، معیارهای بالا برای دیگران، نیاز به تأیید، تمرکز بر اشتباهات و نشخوار فکر کمال‌گرایی میانگین نمرات بالاتری کسب کردند. هر پژوهشی با محدودیت‌هایی روبرو می‌باشد که از این محدودیت‌ها می‌توان اشاره کرد به جنسیت نمونه‌ها و شرایط فرهنگی به سایر شهرها با احتیاط انجام شود و عدم دسترسی به پرسشنامه‌های ایرانی اشاره کرد.

تشکر و قدردانی

با سپاس فراوان از دانشجویان عزیزی که در انجام این پژوهش نهایت همکاری را به عمل آوردند.



منابع

۱. آقامحمدیان شعرفاف، حمیدرضا، زارع زاده خیبری، شیوا، حروف قناد، معصومه، حکم آبادی، محمد ابراهیم (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی با عملکرد جنسی زنان نابارور. مجله زنان، مامایی و نازایی ایران. ۱۷(۹۷)، ۹-۱۷.
۲. محمودی، سید محمد. (۱۳۸۱). بررسی عوامل مؤثر بر درخواست‌های تغییر رشته دانشجویان دانشگاه تهران. مجله مجتمع آموزش عالی قم. ۴(۱۵)، ۱۳۹-۱۶۱، ۱۳۸۱.
۳. Crowley, C. (۲۰۰۴). Factor Influencing College Choice Among Track and Field Student Athletes at NCAA D-۱ Conference HBC US; Unpublished Doctoral Dissertation, Florida State University
۴. Curran, Thomas; Hill, Andrew P. (April ۲۰۱۹). "Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from ۱۹۸۹ to ۲۰۱۶". *Psychological Bulletin*. ۱۴۵ (۴): ۴۱۰-۴۲۹.
۵. Porter, S. R., & Umbach, P. D. (۲۰۰۶). College major choice: An analysis of person-environment fit. *Research in higher education*, ۴۷(۴), ۴۲۹-۴۴۹.
۶. Stoeber, Joachim; Childs, Julian H. (۲۰۱۰). "The Assessment of Self-Oriented and Socially Prescribed Perfectionism: Subscales Make a Difference". *Journal of Personality Assessment*. ۹۲ (۶): ۵۷۷-۵۸۵.