

## بررسی رابطه کمال گرایی نورو تیک و استرس ادراک شده بر انگیزه پیشرفت دانش آموزان

اعظم عبدی<sup>۱</sup>، مهرانوش احمدی زاده<sup>۲</sup>، سیما سفیدگری<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج.

<sup>۳</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج.

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال گرایی نورو تیک و استرس ادراک شده بر انگیزه ی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان است. جامعه ی آماری پژوهش، شامل کلیه ی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی مدارس نمونه دولتی و عادی منطقه ی دو آموزش و پرورش شهر کرج در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ می باشد. حجم نمونه به تعداد ۱۳۲ نفر (۶۷ نفر از مدرسه نمونه دولتی و ۶۵ نفر از مدرسه عادی) به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده ها از آزمون کمال گرایی نورو تیک میتزمن و همکاران (۱۹۹۴)، استرس ادراک شده کوهن و همکاران (۱۹۸۳) و مقیاس انگیزه پیشرفت هرمنس (۱۹۷۰) استفاده شد. داده های جمع آوری شده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج به دست آمده نشان داد بین کمال گرایی نورو تیک و انگیزه ی پیشرفت و بین استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت رابطه ی منفی معنادار وجود دارد. بین استرس ادراک شده و کمال گرایی نورو تیک رابطه ی مثبت معنادار وجود دارد ولی بین کمال گرایی نورو تیک، انگیزه ی پیشرفت و استرس ادراک شده در مدارس نمونه دولتی و عادی تفاوت معناداری مشاهده نگردید.

**واژه های کلیدی:** کمال گرایی نورو تیک، استرس ادراک شده، انگیزه ی پیشرفت.

## مقدمه

انگیزش متغیری فرضی است که روان شناسان تربیتی بود و نبود و درجات آن را در دانش‌آموزان از راه مشاهده‌ی رفتار در محیط‌های آموزشگاهی یا نمرات درسی اخذ شده استنباط می‌کنند (ریو، ۱۳۸۶). انگیزه، اصطلاحی کلی برای مشخص کردن زمینه مشترک بین نیازها، شناخته‌ا و هیجانها است (سیف<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳). انگیزش و مفاهیم انگیزشی را می‌توان در تار و پود نهاد اجتماعی و اهمیت آن را در زندگی فردی و اجتماعی مورد تأیید و تأکید قرار داد (لواسانی و همکاران، ۲۰۰۸). منظور از انگیزه‌ی پیشرفت یا انگیزش موفقیت، «میل یا اشتیاق برای کسب موفقیت و شرکت در فعالیت‌هایی است که موفقیت در آن‌ها به کوشش و توانایی شخص وابسته است» (اسلاوین، ۲۰۰۶). بررسی‌ها نشان می‌دهند که انگیزش یکی از عوامل اصلی رفتار است و در تمام رفتارها از جمله یادگیری، عملکرد ادراک، دقت، یادآوری، فراموشی، تفکر، خلاقیت، و هیجان اثر دارد (مورای، ۱۳۶۹). به طور کلی آن را به موتور و فرمان اتومبیل تشبیه کرده‌اند و در این مقایسه نیرو و جهت، مفاهیم عمده هستند. انگیزه‌ی محرک اساسی برای تمام اعمال ما است و اشاره به پویایی رفتار ما دارد که شامل نیازهای ما تمایلات و جاه طلبی‌های ما در زندگی می‌باشد و اساس ما در رسیدن به موفقیت و رسیدن به تمام آرزوهای ما در زندگی است. که می‌تواند بر نحوه‌ی ای که یک فرد وظیفه‌ای را انجام می‌دهد و یا تمایل به نشان دادن شایستگی را دارد، تأثیر گذار باشد (هاراکیویچ<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۷). انگیزه دارای نظریه‌های متعددی است. یکی از نظریه‌ها که به تفاوت انگیزه‌ی دانش‌آموزان برای پیشرفت در مدرسه توجه می‌کند انگیزش پیشرفت نامیده می‌شود (ایمز و آرچر<sup>۳</sup>، ۱۹۸۸). نظریه‌ی انگیزش پیشرفت بر تحقیقات اولیه هوب<sup>۴</sup>، سیرز<sup>۵</sup>، مک کلند<sup>۶</sup> و اتکینسون<sup>۷</sup> استوار است. این نظریه بر نقش هدف در موفقیت و شکست دانش‌آموز تأکید دارد. مطالعات اولیه هوب تجارب افراد را در زمینه‌ی موفقیت و شکست تشریح کرد. او می‌گفت: افراد پس از کسب موفقیت، سطح هدف خود را بالا می‌برند و پس از شکست، آن را پایین می‌آورند (هوب، ۱۹۳۰). وقتی فردی مدام شکست را تجربه می‌کند دچار استرس می‌شود. مطالعه‌ی پاسخ انسان در موقعیت‌های فشارزا، نشان می‌دهد که انسان در برابر تهدیدها و سمبولهای خطر با استرس واکنش نشان می‌دهد. اما شدت این واکنش (استرس) بسته به اینکه یک موقعیت معین را تا چه حد استرس‌زا ادراک می‌کنند، نوسان دارد (پاشا و بزرگیان، ۱۳۹۰). استرس ادراک شده حالت یا فرایندی روانشناختی است که طی آن فرد بهزیستی جسمی و روانشناختی خود را تهدید آمیز ادراک می‌کند. در واقع ایجاد استرس بستگی به چگونگی برداشت و درک فرد از موقعیت‌ها و حوادث دارد (کلارک<sup>۸</sup>، ۲۰۱۰). امروز پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه‌ی استرس، عامل کمال‌گرایی را نیز در چگونگی ادراک استرس توسط افراد موثر می‌دانند. کمال‌گرایی به عنوان مجموعه‌ای از معیارهای بسیار بالا برای عملکرد است که با خود ارزیابی‌های منفی، انتقادات و سرزنش خود همراه می‌باشد (پاشا و بزرگیان، ۱۳۹۰). کمال‌گرایی<sup>۹</sup> می‌تواند به عنوان یک صفت چند بعدی (استانداردهای شخصی بسیار بالا، انتظارات و انتقادات والدینی، ترس از اشتباهات، سازمان یافتگی و تردید در مورد کارها) توصیف شود (دیویس، ۲۰۰۹). کمال به حالت مطلوبی اطلاق می‌شود که از وضع حاضر فاصله دارد. حال با توجه به میزان این فاصله و نیز با توجه به این که چه مرجعی، حالت مطلوب را مشخص کند، کمال‌گرایی گونه‌های مختلفی می‌یابد که برخی از آن‌ها سالم و برخی دیگر بیمار گونه تلقی می‌شود (خسروی و علیزاده صحرایی، ۱۳۸۸). هامچک (۱۹۷۸) با تمایز بین کمال‌گرایی بهنجار و نوروئیک متعقد است که کمال‌گرایی بهنجار از تلاش و رقابت برای برتری و کمال لذت می‌برد و در عین حال محدودیتهای شخصی را به رسمیت می‌

1- Saif

2 - Harackiewicz

3- Ames &amp; Archer

4 - Hoppe

5- Sears

6 - McClelland

7 - Atkinson

8 - Clark

9- Perfectionism

شناسد اما کمال گرای نورویتیک به دلیل انتظارات غیر واقع بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد و از منظر خودش هرگز کاری را خوب انجام نمی دهد که بتواند از آن احساس لذت ببرد. این افراد ناشکیبا و بی نهایت خود انتقادگرند. در کمال گرایی بهنجار اشخاص به کارهای سخت روی آورده و با هدف موفقیت، برانگیخته شده و ضمن تاکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، می توانند واقعیت های بیرونی را درک کرده و محدودیت ها را بپذیرند. ولی کمال گرایان نابهنجار با ترس از شکست برانگیخته شده و در نتیجه در خصوص دستیابی به اهداف سطح بالا و غیر واقع بینانه دائماً نگران هستند (ایجان و همکاران، ۲۰۰۷). فراست معتقد است عامل متمایزکننده ی کمال گرایی بهنجار از کمال گرایی نورویتیک، ارزیابی خود-انتقادگرانه از عملکرد یا پیشرفت است. به اعتقاد وی کمال گرایی نورویتیک به میزان بیشتری با ارزیابی خود-انتقادگرانه همراه است و مشکلات روان شناختی همبسته با کمال گرایی احتمالاً حاصل رابطه با تمایل به ارزیابی انتقادی و نه استانداردهای بسیار بالا است (فراست و همکاران، ۱۹۹۰). در واقع کمال گرایی منفی یک منبع دائمی استرس است. زیرا که این افراد همیشه خود را ملزم به بی نقص بودن می کنند لذا این انتظار بر شیوه های مقابله آنها در برابر موقعیت های استرس زا تأثیر و در اغلب اوقات آنها را ناکام می سازد. در کل با توجه به نقش متغیرهای کمال گرایی نورویتیک و استرس ادراک شده بر انگیزه پیشرفت تحقیق حاضر در صدد پاسخگویی به این پرسش است که: آیا بین کمال گرایی نورویتیک و استرس ادراک شده بر انگیزه پیشرفت در دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی مدارس نمونه دولتی و عادی کرج رابطه وجود دارد؟

### پیشینه ی نظری پژوهش

در پژوهش که توسط ویلسون<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۹) در خصوص بررسی رابطه کمال گرایی با استرس ادراک شده انجام شد، نشان داد بین کمال گرایی منفی (تمایل به کامل بودن) با استرس ادراک شده رابطه مثبت معنادار وجود دارد. در تحقیقی که توسط بهروزی و همکاران (۱۳۹۱) در مورد رابطه ی کمال گرایی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی انجام شد به این نتیجه رسیدند که استرس ادراک شده و کمال گرایی ناسازگارانه با فرسودگی تحصیلی رابطه ی مثبت و معنی دار و متغیرهای حمایت اجتماعی و کمال گرایی سازگارانه با فرسودگی تحصیلی رابطه ی منفی و معنی دار دارند. راجیرو و همکاران<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۸) در یک تحقیق شبه آزمایش به بررسی تأثیر یک موقعیت استرس زا بر سطوح کمال گرایی، استرس ادراک شده و عزت نفس پرداختند. نتایج پس اعمال مداخله نشان داد که حضور در یک موقعیت استرس زا، نگرانی بیشتری در مورد اشتباهات و استرس ادراک شده بالاتری را در افراد ایجاد می کند. علاوه بر این مشخص شد که در یک موقعیت استرس زا برخلاف یک موقعیت عادی، استرس ادراک شده بالا با کمال گرایی مرضی و عزت نفس پایین همبستگی معنی داری داشت. فان و ژانگ<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۹) در جدیدترین تحقیقی که در زمینه ارتباط بین سبک های تفکر و انگیزه ی پیشرفت انجام دادند به این نتیجه رسیدند که بین سبک های تفکر نوع اول با انگیزه ی پیشرفت رابطه ی مثبت و بین سبک های تفکر نوع دوم با انگیزه ی پیشرفت رابطه ی منفی وجود دارد. همچنین بین سبک های تفکر نوع سوم با انگیزه ی پیشرفت روابط معناداری وجود نداشت. یافته های پژوهش طاهری و مقامی (۱۳۸۷) نشان داد بین متغیرهای انگیزه ی پیشرفت، سلامت روان و خود پنداره تحصیلی رابطه ی معناداری وجود دارد و پسران از انگیزه ی پیشرفت بیشتری نسبت به دختران برخوردارند. مطالعات اتیکسون<sup>۱۳</sup> (۱۹۸۴) نشان می دهد افراد دارای انگیزش پیشرفت سطح بالا از کسانی که انگیزش پیشرفت کمتری دارند خود را تواناتر تصور میکنند و لذا در انجام امور کوشش و فعالیت بیشتری از خود نشان می دهند. شیخی فینی (۱۳۷۲) در پژوهشی نشان داد که بین انگیزش پیشرفت بالا و پیشرفت تحصیلی بالا از نظر آماری رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

<sup>10</sup> - Wilson

<sup>11</sup> - Ruggiero

<sup>12</sup> - Fan & Zhang

<sup>13</sup> - Atkinson

## روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع علی - مقایسه ای و همبستگی می باشد. زیرا محقق قصد دارد روابط بین متغیرها را مورد مطالعه قرار دهد و میزان همبستگی آن ها را مشخص کند. جامعه‌ی آماری پژوهش، شامل کلیه ی دانش آموزان دختر مقطع پیش‌دانشگاهی شهر کرج که در سال تحصیلی ۹۴ - ۱۳۹۳ مشغول به تحصیل هستند که نمونه‌ای شامل ۱۳۲ نفر (۶۷ نفر از مدرسه نمونه دولتی و ۶۵ نفر از مدرسه عادی) به روش نمونه گیری تصادفی در دسترس انتخاب شدند.

## روش جمع آوری و تجزیه و تحلیل

پژوهشگر ضمن حضور در کلاس‌ها، پرسش‌نامه های مربوط را در اختیار آزمودنی ها قرار داد و از آنان خواسته شد با دقت و صادقانه به سوالات پاسخ دهند. بدین صورت اطلاعات و داده های مورد نیاز مربوط به آزمودنی ها جمع آوری شد. لازم به ذکر است که تعداد ۳۳ پرسشنامه از مدرسه نمونه دولتی و ۳۵ پرسشنامه از مدرسه عادی به دلیل عدم دقت یا نقص در پاسخگویی یا عدم بازگشت مورد تحلیل قرار نگرفت و در تحلیل نهایی مدرسه نمونه دولتی به ۶۷ و مدرسه عادی به ۶۵ نفر تقلیل یافت. برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش، از محاسبه‌ی شاخص‌های آمار توصیفی و همبستگی پیرسون و آزمون t استفاده شد.

## ابزارهای پژوهش

برای گردآوری داده های مورد نیاز پژوهش حاضر از ابزار زیر استفاده شده است.

**الف - پرسشنامه کمال گرایی نوروتیک (NPQ)<sup>۱۴</sup>** : پرسشنامه کمال گرایی نوروتیک در سال ۱۹۹۴ توسط میتزمن<sup>۱۵</sup> و همکاران ساخته شد. این ابزار ۴۲ ماده ای تجارب کمال گرایی که حالت روان رنجورگرایانه یا خود تخریب گر پیدا کرده اند را مورد ارزیابی قرار می دهد. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است که آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه ای (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵) میزان موافقت یا مخالفت خود با هر یک از عبارات آن را بیان کند. پرسشنامه کمال گرایی یک مقیاس تک بعدی است و نمره ی نهایی آن از طریق جمع کردن امتیاز همه ی عبارات حاصل می شود. دامنه ی نمرات بین ۴۲ تا ۲۱۰ قرار دارد. نمره ی ۱۴۵ نقطه ی برش این پرسشنامه محسوب می شود بدین معنی که امتیاز ۱۴۵ یا پایین تر از آن نشان می دهد که آزمودنی مشکل چندانی در رابطه با کمال گرایی نوروتیک ندارد و هرچقدر نمره ی کسب شده از ۱۴۵ بالاتر باشد، به همان میزان مشکل شدیدتر است. این آزمون بر روی ۳۲ نفر از زنان بیست ساله و ۲۵۵ زن دانشجوی هنجاریابی شده است. میانگین نمره ی آزمون زنان گروه کنترل کمتر از ۱۴۴ به دست آمد. اعضای گروه آزمایش خود به سه دسته غیر کمال گرا، کمال گرایان معمولی و کمال گرایان نوروتیک تقسیم شدند، میانگین و انحراف استاندارد این سه گروه به ترتیب عبارتست از: (۸۸،۲۸) (۱۱۲،۸۰) ، (۷۳،۱۹) (۱۰۷،۸۶) و (۶۹،۲۷) (۱۴۶،۱۰) . ضریب آلفای آزمون ۰/۹۵ گزارش شده است. توانایی خوب این آزمون در جدا ساختن افراد مبتلا از افراد عادی، حاکی از اعتبار افتراقی آن است.

**ب - پرسشنامه استرس ادراک شده (PSS-14)<sup>۱۶</sup>** : این پرسشنامه در سال ۱۹۸۳ توسط کوهن و همکاران تهیه شده و دارای سه نسخه ۴، ۱۰ و ۱۴ ماده ای است که برای سنجش استرس عمومی درک شده در یک ماه گذشته به کار می رود و یک ابزار خود گزارشی است که آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه ای ( هرگز =۴ تا بسیاری از اوقات = ۰) میزان موافقت یا مخالفت خود با هر یک از عبارات آن را بیان کند. کمترین امتیاز کسب شده صفر و بیشترین نمره ۵۶ است. نمره ی بالاتر نشان دهنده ی استرس ادراک شده بیشتر است. این پرسشنامه در کشورهای مختلف کاربرد فراوانی داشته و به همین

<sup>1</sup> - Neurotic Perfectionism Questionnaire

<sup>2</sup> - Mitzman

<sup>16</sup>- Perceived Stress Scale

خاطر به زبان های گوناگون ترجمه و در کشورهای زیادی مورد استفاده قرار گرفته و هنجار یابی شده است. آلفای کرونباخ برای این مقیاس در سه مطالعه ۰/۸۴، ۰/۸۵ و ۰/۸۶ به دست آمده است (کوهن و دیگران، ۱۹۸۳).

**ج - مقیاس انگیزه پیشرفت (T.M.A):** برای اندازه گیری یا ارزیابی انگیزش پیشرفت از پرسشنامه ی هرمنس استفاده شده است. هرمنس (۱۹۷۰) بر مبنای دانش نظری و تجربی موجود درباره ی نیاز به پیشرفت و با بررسی پیشینه ی پژوهش های موجود و پس از طی مراحل یک آزمون ۲۹ ماده ای را برای ارزیابی این انگیزه بوجود آورده است. هرمنس برای نوشتن سوالات پرسشنامه انگیزه ی پیشرفت، ده ویژگی که افراد دارای انگیزش پیشرفت بالا از افراد با انگیزش پیشرفت پایین، متمایز می کند و از بررسی تحقیقات قبلی بدست آورده است، به عنوان مبنا و راهنما برای انتخاب سوالات برگزیده است. ابتدا وی ۹۲ سوال را برای پرسشنامه تهیه کرد و در نهایت بر اساس میزان ضریب همبستگی که بین هر سوال با رفتار پیشرفت مندانه بدست آورده است، ۲۹ سوال چند گزینه ای را به عنوان پرسشنامه نهایی انگیزش پیشرفت انتخاب نموده است. ده ویژگی که افراد دارای نیاز به پیشرفت بالا را از افراد با نیاز به پیشرفت پایین متمایز می کند و به عنوان مبنایی برای نوشتن سوالات پرسشنامه استفاده شده، ویژگی های زیر می باشند: ۱- سطح آرزوی بالا ۲- انگیزه قوی برای تحرک به سوی بالا ۳- مقاومت طولانی در مواجهه با تکالیف در سطح دشواری متوسط ۴- تمایل به اعمال تلاش مجدد در انجام تکالیف نیمه تمام ۵- ادراک پویا از زمان یعنی احساس این که امور سریع تر روی می دهند ۶- آینده نگری ۷- توجه به ملاک شایستگی و لیاقت در انتخاب دوست یا همکار ۸- بازشناسی از طریق عملکرد خوب در کار ۹- کاری را به خوبی انجام دادن ۱۰- رفتار ریسک کردن پایین (لازم به ذکر است که در رابطه با این ویژگی آخر پرسشنامه ۲۹ سوالی، هیچ سوالی را ندارد. به این ترتیب پرسشنامه بر اساس ۹ ویژگی فوق تدوین شده است). سوالات پرسشنامه به صورت ۲۹ جمله ناقص بیان شده است که به دنبال هر جمله نا تمام، چند گزینه داده است. این گزینه ها بر حسب اینکه شدت انگیزه پیشرفت از زیاد به کم یا کم به زیاد باشند به آنها نمره ی میزانی تعلق می گیرد. نمرات بالایی که از مجموع سوالات بدست می آیند، نشان دهنده ی وجود انگیزه ی پیشرفت بالا در فرد می باشند و نمرات پایین بیانگر انگیزه ی پیشرفت پایین می باشند. برای محاسبه ی پایایی پرسشنامه ی انگیزه ی پیشرفت از دو روش محاسبه ی آزمون کرونباخ و روش آزمون مجدد استفاده شده، به اینصورت که در مطالعه ی مقدماتی برای بررسی ضریب همسانی درونی سوالات پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد. ضریب پایایی محاسبه برای پرسشنامه به میزان ۰/۸۴ بدست آمد. با استفاده از روش آزمون مجدد در مطالعه ی اصلی پرسشنامه، بعد از گذشت سه هفته مجدداً آزمون به دانش آموزان داده شد. ضریب پایایی بدست آمده با این روش نیز حدود ۰/۸۲ بدست آمد (شیخی فینی، ۱۳۷۲). در خصوص روایی آزمون، از آنجا که هرمنس سوالات این پرسشنامه را بر اساس پژوهش های قبلی درباره ی انگیزش پیشرفت نوشته و در نهایت ضریب همبستگی هر سوال با رفتارهای پیشرفت محاسبه کرده است، از این نظر آزمون دارای روایی می باشد. ضرایب همبستگی که برای سوالات پرسشنامه گزارش شده به ترتیب سوالات پرسشنامه در دامنه ای از ۰/۵۷ تا ۰/۳۱ می باشد. علاوه بر این هرمنس در یک مطالعه به وجود ضریب همبستگی بالا بین این پرسشنامه با آزمون اندریافت موضوع (TAT) اشاره دارد.

#### یافته ها

یافته های توصیفی این پژوهش شامل شاخص های آماری مانند میانگین، انحراف استاندارد، دامنه تغییرات و بیشترین و کمترین در جدول ۱ ارائه شده اند.

جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد و دامنه تغییرات متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	دامنه تغییرات	بیشترین	کمترین
کمال گرایی نورو تیک	۱۲۶.۸۰	۲۱.۸۰	۱۲۲	۱۸۷	۶۵
انگیزه پیشرفت	۸۳.۲۰	۷.۵۲	۴۱	۱۰۰	۵۹
استرس ادراک شده	۲۹.۱۷	۸.۶۳	۴۶	۵۶	۱۰

جدول ۲- ماتریس همبستگی کمال گرایی نورو تیک، انگیزه پیشرفت، استرس ادراک شده

متغیر	کمال گرایی نورو تیک	انگیزه پیشرفت	استرس ادراک شده
کمال گرایی نورو تیک	۱		
انگیزه پیشرفت	* - ۰.۲۰	۱	
استرس ادراک شده	** ۰.۵۳	** - ۰.۳۷	۱

\* معنادار در سطح  $p < 0.05$  \*\* معنادار در سطح  $p < 0.01$ 

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می شود بین کمال گرایی نورو تیک و انگیزه پیشرفت رابطه منفی معنادار ( $p < 0.05$ )، بین استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت نیز رابطه ی منفی معنادار وجود دارد ( $p < 0.01$ ). بین استرس ادراک شده و کمال گرایی نورو تیک رابطه مثبت معنادار وجود دارد ( $p < 0.01$ ).

جدول ۳- نتایج آزمون t کمال گرایی نورو تیک، انگیزه پیشرفت، استرس ادراک شده در مدارس نمونه دولتی و عادی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
کمال گرایی نورو تیک	نمونه دولتی	۱۲۵.۳۰	۲۴.۰۳	-۰.۸۴	۱۲۵.۲۱
	عادی	۱۲۸.۳۴	۱۹.۲۹		۰.۳۹
انگیزه پیشرفت	نمونه دولتی	۸۲.۳۹	۷.۵۱	-۱.۲۵	۱۳۰
	عادی	۸۴.۰۳	۷.۵۰		۰.۲۱
استرس ادراک شده	نمونه دولتی	۲۷.۸۷	۸.۰۵	-۱.۷۷	۱۳۰
	عادی	۳۰.۵۱	۹.۰۶		۰.۰۷

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می شود بین میزان کمال گرایی نوروتیک، استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت در مدارس نمونه دولتی و عادی تفاوت معناداری وجود ندارد ( $p > 0.05$ ).

### بحث و نتیجه گیری

فرضیه ی اصلی پژوهش مطرح می کند که بین کمال گرایی نوروتیک و استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت در دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی مدارس نمونه دولتی و عادی رابطه وجود دارد که تجزیه و تحلیل آماری نشان می دهد که بین میزان کمال گرایی نوروتیک، استرس ادراک و انگیزه ی پیشرفت شده در مدارس نمونه دولتی و عادی تفاوت معناداری وجود ندارد ( $p > 0.05$ ). همچنین نتایج نشان داد بین کمال گرایی نوروتیک و انگیزه ی پیشرفت رابطه ی منفی معنادار وجود دارد ( $p < 0.05$ ) یعنی هرچه کمال گرایی نوروتیک افزایش می یابد انگیزه ی پیشرفت کاهش پیدا می کند. نتایج پژوهش صوفیانی (۱۳۸۶) موید آن است که کمال گرایی یکی از ویژگی های شایع در بین نوجوانان و در محیط آموزشی به اضطراب بالا و خلق منفی منجر می شود که نتایج این پژوهش با یافته های تحقیق حاضر هم جهت است. همچنین نتایج نشان داد بین استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت نیز رابطه ی منفی معنادار وجود دارد ( $p < 0.01$ ). یعنی هرچه استرس بالا می رود به همان نسبت نیز انگیزه برای پیشرفت کم می شود. در این پژوهش نتایج نشان داد بین استرس ادراک شده و کمال گرایی نوروتیک رابطه ی مثبت معنادار وجود دارد ( $p < 0.01$ ). به طوری که با افزایش کمال گرایی استرس نیز افزایش می یابد. این نتیجه با یافته های چانگ<sup>۱۷</sup> (۲۰۰۰)، لاورین ساینز تاشمن<sup>۱۸</sup> (۲۰۰۵)، استوبر<sup>۱۹</sup> و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی دارد. با توجه به نگرش افراد کمال گرا که دوست دارند همه چیز کامل و بدون اشتباه باشد و اینکه آنها همیشه از شکست می ترسند و اعتقاد به این باورهای غلط تاثیرات و نتایج ناخوشایندی مثل کاهش اعتماد به نفس، کاهش عملکرد، بدبینی، وسواس و همچنین استرس را در پی دارد. نتایج پژوهش حاضر نیز نشان داد افراد کمال گراتر، استرس بیشتری دارند، که نشان می دهد کمال گرایی می تواند منتج به پیامدهای منفی مثل تکامل، پاسخ های عاطفی نابهنجار، کاهش کیفیت عملکرد و از دست دادن انگیزه شود. با توجه به این مطلب انگیزه ی پیشرفت باعث تحرک و پویایی و برنامه ریزی صحیح در حین تحصیل دانش آموزان می شود و از این طریق می تواند بر روی موفقیت تحصیلی فرد تاثیر بگذارد و کمال گرایی منفی در همه ی 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 می دانند و این انتظار ثابت و مداوم یک منبع اضطراب محسوب می شود. آلبرت ایس نیز کمال گرایی منفی را یکی از دوازده باور غیر منطقی اساسی تعریف می کند که به پریشانی روانشناختی منجر می شود. با توجه به اینکه کمال گرایی و استرس با نشانه های روانشناسی مشخص می شود می توان با تشخیص فوری و تشخیص عواملی که در کاهش آن موثر است از آسیب به دانش آموزان جلوگیری کرد و با برگزاری همایش های آموزشی در زمینه ی مدیریت استرس و با تقویت بنیه ی انگیزشی دانش آموزان و فراهم نمودن نیازهای پایه امکان دستیابی هر چه بهتر به موفقیت تحصیلی در طول دوران تحصیل فرد را فراهم نمود. کمبود پژوهش های پیشین، محدودیت هایی را در زمینه ی تعمیم ایجاد می کند که باید در نظر گرفته شوند. با توجه به موضوع پژوهش پیشنهاد می شود که پژوهش های آینده، در مناطق جغرافیایی دیگر انجام پذیرد و رابطه ی کمال گرایی، استرس ادراک شده و انگیزه ی پیشرفت در پسران این مقطع سنی مورد بررسی قرار گیرد.

<sup>17</sup> - Change

<sup>18</sup> - Lauren Saenz Tashman

<sup>19</sup> - Stoeber

## منابع و مأخذ

۱. اسلاوین، رابرت ای (۲۰۰۶)، روان‌شناسی تربیتی، ترجمه‌ی یحیی سیدمحمدی (۱۳۵۸). تهران، انتشارات روان.
۲. براهنی، م (۱۳۶۹)، انگیزش و هیجان، تهران: انتشارات امیرکبیر.
۳. بهروزی، ناصر و شهنی ییلاق، منیجه و پورسید، سید مهدی (۱۳۹۱)، رابطه‌ی کمال‌گرایی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان مقطع علوم پایه رشته پزشکی، راهبرد فرهنگ، شماره بیستم.
۴. پاشا، غلام رضا و بزرگیان، رامش (۱۳۹۰)، رابطه‌ی فراشناخت و کمال‌گرایی و خودکارآمدی با استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، یافته‌های نو در روان‌شناسی. سال ششم. شماره ۱۸.
۵. خسروی، ز و علیزاده صحرایی، ا (۱۳۸۸)، کمال‌گرایی سلامت یا بیماری؟ تهران، نشر علم.
۶. ریو، جان مارشال (۱۳۸۶)، انگیزش و هیجان، ترجمه‌ی یحیی سیدمحمدی، تهران، نشر ویرایش، (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۲۰۰۵).
۷. شیخی‌فینی، ع (۱۳۷۲)، بررسی رابطه انگیزش پیشرفت، منبع کنترل و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر بندرعباس، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
۸. صوفیانی، حکیمه (۱۳۸۶)، بررسی رابطه ابعاد شخصیت و ابعاد کمال‌گرایی با سلامت عمومی دانشجویان (پایان‌نامه کارشناسی ارشد)، دانشگاه تبریز.
۹. طاهری، ژاله و مقامی، حمیدرضا (۱۳۸۷)، بررسی مقایسه‌ی انگیزه‌ی پیشرفت، سلامت روان و خودپنداره تحصیلی دانشجویان رشته روان‌شناسی دانشگاه‌های دولتی، آزاد و غیرانتفاعی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۴-۸۳، پژوهش در نظام‌های آموزشی.

10. Ames, C., and Archer, J., (1988). Achievement goals in the classroom, students, learning strategies and Motivation processes, Journal of Educational psychology. pp.,260-267.
11. Atkinson, j.w (1984) the main springs of achievement oriented activity..., Chicago, rand macNALLY.
12. Chang, E.C. (2000). " Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in young and older adults " Journal of Counseling Psychology, 47; PP:18-26.
13. Clark, K. D. (2010). The Relationship of Perceived Stress and Self-Efficacy Among Correctional Employees in Close-Security and Medium-Security-Level Institutions. Degree of Doctor of Phi.
14. Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R.(1983). A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 24, 385-396.
15. College classroom: Maintaining interest and making the gard, Journal of Personality and Social Psychology, Vol.73, pp.1284-1295.
16. Davies, K. L. (2009). "Factors influencing the development of perfectionism".A Thesis Presented to the Faculty of California State University, Chico,15-40.
17. Disorders (in healthy female university students): a quasi-experimental study. Journal of Eat Weight Disord,13(3):142-8.
18. Egan, S, Piek, J.P, Dyck, M.J & Rees, C.S, (2007).The role of dichotomous thinking in perfectionism, BehaviorResearch and therapy, 45, 1831- 1822.



19. Fan, W., & Zhang, L. (2009). Are achievement motivation and thinking styles related? A visit among Chinese university students. *Learning and Individual Differences*, 19, 299-30.
20. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
21. Harackiewicz, J.M., and Barron, K.E., and Carter, S.M., and Lehto, A.T., and Elliot, A.J., (1997). Predictors and consequences of achievement goals in the.
22. Hoppe, F.(1930). Erfolg and misserfolg, *Psychologische forschung*, Vol.14, pp.1-62.
23. Lauren, Saenz Tashman. (2005). " The relationship between perfectionism and burnout in coaches " . The Florida State University College of Education.
24. Lavasani M, Keyvanzade M, Keyvanzade G, (2008), .[Educationa activities, achievement motivation, emotional intelligence]. *J Edu Psychol Sci*.2008;37(1):99-123. (Persian)
25. Ruggiero, G. M., Bertelli, S., Boccalari, L., Centorame, F., Ditucci, A., La Mela, C., Scarinci, A., Vinai, P., Scarone, S., & Sassaroli, S. (2008). The influence of stress on the relationship between cognitive variables and measures of eating.
26. Saif A.(2013), *Educational Psychology: Psychology of Learning and Instruction*. 7th edition, Tehran, Agah Publisher, 2013.
27. Stoeber, J. & Otto, L. (2006). " Positive conceptions of perfectionism, approaches, evidence, challenges " . *Personality and social psychology Review*, 10, PP:295-319.
28. Wilson, C. A. (2009). Graduate students, negative perfectionism, perceived stress, & disordered eating behaviors. Doctoral Dissertation of Philosophy, Arkansas State University