

کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی: بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان

دکتر لادن هاشمی^۱

دکتر مرتضی لطیفیان^۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان در رابطه کمال‌گرایی با اهمال‌کاری تحصیلی بود. شرکت‌کنندگان پژوهش ۴۸۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارسنجان بودند. برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش مقیاس‌های کمال‌گرایی هویت و فلت، اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راتبلوم، خرده‌مقیاس اضطراب امتحان از پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری (MSLQ) پیترریچ و همکاران استفاده شد. با استفاده از رگرسیون به شیوه متوالی هم‌زمان و با به کارگیری مراحل پیشنهادی بارون و کنی (۱۹۸۶)، مدل فرضی تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد که اولاً، کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار به صورت مستقیم قدرت پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی را دارند. دوم، کمال‌گرایی خودمدار نسبت به کمال‌گرایی جامعه‌مدار پیش‌بینی‌کننده منفی و قوی‌تر اهمال‌کاری تحصیلی است و سوم، اضطراب امتحان به طور سهمی نقش واسطه‌ای بین انواع کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی دارد؛ ضمن این‌که، این نقش درباره کمال‌گرایی جامعه‌مدار قوی‌تر بود. در مجموع یافته‌ها حکایت از آن داشت که نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان در ارتباط کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اهمال‌کاری قوی‌تر از کمال‌گرایی خودمدار است.

۱. دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ارسنجان، گروه روانشناسی، ارسنجان. ایران ldnhashemi@iaua.ac.ir

۲. دانشیار دانشگاه شیراز

واژگان کلیدی: کمال‌گرایی خودمدار، جامعه‌مدار، اضطراب امتحان، اهمال‌کاری

تحصیلی

مقدمه

در دنیای امروزی مولد بودن، فعال بودن و به انجام رساندن تکالیف^۱ نرملهای بسیار ارزشمندی هستند. اهمال‌کاری^۲ یا ناتوانی در انجام بموقع کارها تخطی مستقیم از هنجارهای مقبول انجام امور است. تحقیقات قابل ملاحظه‌ای معطوف به اهمال‌کاری در محیط‌های دانشگاهی (اهمال‌کاری تحصیلی) انجام شده است؛ این امر به علت شیوع فراوان آن در دانشجویان و دانش‌آموزان و نقش تعیین‌کننده‌اش در موفقیت و پیشرفت تحصیلی است (سولومون و راتبلوم^۳، ۱۹۸۴؛ تایس و بامیستر^۴، ۱۹۹۷). استیل^۵ (۲۰۰۷) اهمال‌کاری تحصیلی را تأخیر عمدی در تکمیل یک تکلیف تحصیلی در چارچوب زمانی مطلوب یا مورد انتظار، علی‌رغم انتظار بدتر شدن اوضاع برای تأخیر تعریف کرده است.

تحقیقات بسیاری در حوزه اهمال‌کاری تحصیلی به بحث در خصوص تعیین‌کننده‌های آن پرداخته و درک فرایندهایی که منجر به اهمال‌کاری می‌شود را در دستور کار خود قرار داده‌اند. این تحقیقات (نظیر سو، ۲۰۰۸؛ ولترز، ۲۰۰۴ و ۲۰۰۳؛ استیل، ۲۰۰۷؛ فرن، ۲۰۰۴) عوامل متعددی را بعنوان علل اهمال‌کاری شناسایی کرده‌اند که از آن جمله می‌توان شخصیت، ویژگی‌های فردی، برداشت فرد درباره‌ی تکلیف، راهبردهای مطالعه و رویدادهای زندگی را نام برد. تحقیق حاضر نیز در راستای این خط پژوهشی به دنبال ارائه مدلی جهت تبیین اهمال‌کاری تحصیلی است از این رو نقش‌سازهای کمال‌گرایی و

¹. Accomplishing

². Procrastination

³. Solomon & Rothblum

⁴. Tice & Baumeister

⁵. Steel

اضطراب امتحان را در قالب یک مدل علی در تبیین اهمال‌کاری تحصیلی مورد بررسی قرار می‌دهد.

همان‌طور که ذکر شد عوامل متنوعی می‌توانند منجر به شروع و تداوم اهمال‌کاری شوند. از جمله عللی که در بحث از ویژگی‌های شخصیتی اهمال‌کاران توجه زیادی را در ادبیات تحقیق به خود جلب کرده است کمال‌گرایی و انتخاب استانداردهای در حد افراطی است (ورنیکه، ۱۹۹۹؛ سو، ۲۰۰۸). طی سالهای اخیر تئوری‌های متعددی در زمینه ماهیت کمال‌گرایی ارائه شده است که از آن میان می‌توان به تئوری هویت و فلت^۱ (۱۹۹۱، ۲۰۰۵) اشاره کرد. هویت و فلت (۱۹۹۱) مدلی چند بعدی از کمال‌گرایی مطرح می‌کنند که کمال‌گرایان را بر اساس منبع استانداردهای بالایشان از هم متمایز می‌کند. کمال‌گرایان خودمدار استانداردهای خیلی بالایی برای خودشان بر می‌گزینند در حالیکه کمال‌گرایان جامعه‌مدار در تلاش برای دستیابی به استانداردهایی بالایی هستند که تصور می‌کنند دیگران برایشان برگزیده اند و کمال‌گرایان دیگرمدار انتظار دارند دیگران به کمال دست یابند.

به‌طور کلی در مطالعات علمی از کمال‌گرایی، بین دو فرم از کمال‌گرایی تمایز گذاشته می‌شود: فرم مثبت کمال‌گرایی که با عناوین کمال‌گرایی سازگارانه، کارکردی، سالم و طبیعی نام‌گذاری شده است و یک فرم منفی از کمال‌گرایی که ناسازگارانه، ناکارکردی، ناسالم و نورووتیک نام‌گرفته است (هاماچک^۲، ۱۹۷۸؛ رایس^۳، اشبی و اسلانی، ۱۹۹۸؛ استامپ و پارکر^۴، ۲۰۰۰؛ تری-شورت، اوونز، اسلاد و دوی، ۱۹۹۵). مروری که اخیراً استور و اتو (۲۰۰۶) روی دو فرم مختلف کمال‌گرایی انجام داده‌اند، نشان می‌دهد که بعد منفی کمال‌گرایی شامل جنبه‌هایی از کمال‌گرایی است که با نگرانی‌های کمال‌گرایانه نظیر کمال‌گرایی جامعه‌مدار (هویت و فلت، ۱۹۹۱)، نگرانی

6. Hewitt & Flett

2. Hamachek

3. Rice

4. Parker

درباره‌ی اشتباهات و شک درباره‌ی اعمال (فراست^۱ و همکاران، ۱۹۹۰)، احساس اختلاف بین انتظارات و نتایج (اسلانی، رایس، موبلی، تریپی و اشبی، ۲۰۰۱) و واکنش منفی به نقص (استور، اوتو، پسچک، بکر و استول، ۲۰۰۷) همراه است. این بعد با پیامدهای منفی نظیر اضطراب امتحان، ترس از ارزشیابی منفی و اعتماد به نفس پایین همراه است (بیلینگ، ایزرائیل و آنتونی^۲، ۲۰۰۴؛ هیل و همکاران، ۲۰۰۴) در مقابل بعد مثبت کمال‌گرایی شامل جنبه‌هایی از کمال‌گرایی است که با کمال‌گرایی خودمدار (هویت و فلت، ۱۹۹۱)، تلاشهای کمال‌گرایانه نظیر داشتن استانداردهای شخصی بالا (فراست و همکاران، ۱۹۹۰) یا تلاش برای عالی بودن (استور، اوتو، پسچک، بکر و استول، ۲۰۰۷) و تمایل به داشتن نظم و ترتیب (اسلانی، رایس، موبلی، تریپی و اشبی، ۲۰۰۱) و فراست و همکاران، ۱۹۹۰) همراه است. این بعد با پیامدهای مثبت نظیر عملکرد تحصیلی بالا، توانایی ادراکی برای پیشرفت و تحمل و پایداری^۳ و استفاده از حداکثر توان همراه است (بیلینگ، ایزرائیل، اسمیت^۴ و آنتونی، ۲۰۰۳؛ استامپ و پارکر^۵، ۲۰۰۰). بطور کلی مرور تحقیقات در زمینه سازه کمال‌گرایی مؤید این مطلب است که در زمان بررسی کمال‌گرایی و پیامدهای آن بایستی بین جنبه‌های مثبت و منفی آن تمایز قائل شد.

همان‌طور که پیشتر ذکر شد، یکی از باورهای رایج درباره‌ی ماهیت رفتار اهمال‌کارانه این است که ریشه در استانداردهای بالا دارد. بسیاری از نظریه پردازان معتقدند که بین اهمال‌کاری و کمال‌گرایی رابطه وجود دارد. برای مثال، بورکا و یوین^۶ (۱۹۸۳) معتقدند اهمال‌کاران توقعات غیر واقع‌بینانه‌ای از خود دارند. به اعتقاد آنان افراد چون کمال‌گرا هستند، اهمال‌کاری می‌کنند. این محققان بر این باورند که افرادی که استانداردهای غیر واقع‌بینانه و در حد بالایی برای خودشان قائل‌اند اما دستیابی به آنها را

1. Frost

2. Bieling, Israeli & Antony

3. Endurance

4. Smith

5. Stumpf & Parker

6. Burka & Yuen

باور ندارند، اهمال‌کاری می‌کنند. تحقیقات تجربی بسیاری از وجود رابطه بین اهمال‌کاری و کمال‌گرایی حمایت می‌کنند (بعنوان مثال فلت، بلنکستین^۱، هویت و کلدین^۲ ۱۹۹۲؛ سادلر و ساکس^۳، ۱۹۹۳؛ سادلر و بیولی^۴، ۱۹۹۹؛ انوگبوزی^۵، ۲۰۰۰). تفحص در سطح اجزاء کمال‌گرایی نشان می‌دهد که اجزاء منفی کمال‌گرایی نظیر کمال‌گرایی جامعه‌مدار و انتظارات و انتقادات بالای والدینی با افزایش اهمال‌کاری همراه هستند درحالی‌که اجزاء مثبت تر کمال‌گرایی نظیر کمال‌گرایی خودمدار و استانداردهای شخصی بالا با اهمال‌کاری رابطه معنی‌داری نداشته یا رابطه منفی نشان داده‌اند (بعنوان مثال، فلت، بلنکستین، هویت و کلدین، ۱۹۹۲؛ سادلر و ساکس، ۱۹۹۳؛ فراست و همکاران، ۱۹۹۰).

با اینکه این مطالعات در رابطه بین اجزاء مثبت و منفی کمال‌گرایی با اهمال‌کاری تفاوت‌هایی را نشان می‌دهند همچنان در مورد پاره‌ای از سؤالات مهم ابهام وجود دارد که عبارتند از: ۱. چرا این رابطه‌ها وجود دارد؟ ۲. چرا اصولاً این تفاوت‌ها وجود دارد؟ ۳. چرا کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار الگوهای متفاوتی از ارتباط با سازه اهمال‌کاری نشان می‌دهند؟ ۴. آیا متغیرهای دیگری نظیر ترس از ارزشیابی منفی، عزت نفس یا خود-ارزشی، اضطراب یا فشار روانی یا هر متغیر احتمالی دیگری ممکن است در رابطه بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری نقش میانجی داشته باشد؟ در این رابطه، علاوه بر بررسی ارتباط اجزاء مختلف کمال‌گرایی و اهمال‌کاری، نظرپردازیها و تحقیقات چندی به تبیین این ارتباط پرداخته و متغیرهای مختلفی را بعنوان واسطه یا میانجی بین دو سازه کمال‌گرایی و اهمال‌کاری مطرح کرده‌اند.

¹. Blankstein

². Koledin

³. Sadler & Sacks

⁴. Buley

⁵. Onwuegbuzie

بررسیهایی که در این خصوص انجام گرفته نشان می‌دهد داشتن انتظارات بالا از خود (مارتین، فلت و هویت، ۱۹۹۶؛ به نقل از فراری، جانسون و مک کون^۱، ۱۹۹۵) و خودکارآمدی (سو^۲، ۲۰۰۸) نقش واسطه را بین کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری ایفا می‌کند و کاهش اعتماد به نفس و ترس از ارزشیابی منفی نیز بعنوان متغیر واسطه قادر به تبیین رابطه کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اهمال‌کاری است (ورنیکه^۳، ۱۹۹۹).

بررسی متون تحقیقاتی نشان می‌دهند که احتمالاً سازه اضطراب در رابطه بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری نقش داشته باشد. این تحقیقات به دو دسته تقسیم می‌شوند: دسته اول تحقیقاتی که به بررسی ارتباط سازه‌های کمال‌گرایی و اضطراب پرداخته‌اند و دسته دوم تحقیقاتی که به بررسی ارتباط سازه‌های اهمال‌کاری و اضطراب پرداخته‌اند.

در مورد دسته اول، به طور کلی نتایج تحقیقات مؤید این مطلب است که در زمان بررسی رابطه کمال‌گرایی با اضطراب تمایز گذاری بین جنبه‌های مثبت و منفی آن اهمیت خاصی دارد زیرا تنها جنبه‌های منفی کمال‌گرایی نظیر کمال‌گرایی جامعه‌مدار، واکنش منفی به نقص و نگرانی درباره اشتباهات با اضطراب و استرس رابطه دارد. در حالیکه برای جنبه‌های مثبت آن نظیر تلاش برای کمال، کمال‌گرایی خودمدار و استانداردهای شخصی بالا وضعیت اینگونه نیست. این جنبه‌های مثبت با اضطراب رابطه معناداری ندارند و چنانچه همبستگی جنبه‌های مثبت و منفی کمال‌گرایی کنترل شود، همبستگی منفی با اضطراب نشان می‌دهند (نظیر، میلز^۴ و بلنکستین، ۲۰۰۰؛ استوبرو و همکاران، ۲۰۰۷؛ استوبر و ایزمن، ۲۰۰۷).

یافته‌های تحقیق میلز و بلنکستین (۲۰۰۰) در خصوص رابطه کمال‌گرایی و اضطراب امتحان (که مد نظر تحقیق حاضر است) حاکی از آن بود که کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار با اضطراب امتحان که با خرده‌مقیاس اضطراب امتحان پرسشنامه ام اس ال کیو

¹. Johnson & McCown

². Seo

³. Wernicke

⁴. Mills

اندازه‌گیری شد، همبستگی صفر مرتبه دارند، اما پس از محاسبه همبستگی سهمی و کنترل همپوشی دو نوع کمال‌گرایی، تنها کمال‌گرایی جامعه‌مدار همبستگی معنی‌داری با اضطراب امتحان نشان داد.

در مورد دسته دوم، یافته‌های تحقیقاتی حاکی از آن است که اهمال‌کاری نیز با سطح اضطراب فرد رابطه دارد. فرد دارای اضطراب امتحان احساس درماندگی و ناتوانی می‌کند و قادر به کنترل رویدادهای امتحان نیست. به باور این افراد هر تلاشی برای موفق شدن در امتحانات بیهوده و محکوم به شکست است و چنانچه تلاش‌های اولیه برای غلبه بر موانع و مشکلات امتحان غیر مؤثر باشند احتمالاً به سرعت تسلیم می‌شوند. به اعتقاد هیل و ویگفیلد⁵ (۱۹۸۴) و فرن (۲۰۰۴) دانش‌آموزانی که اضطراب بالایی دارند، در انجام تکالیف پشتکار ندارند یا از تکالیف دشوار اجتناب می‌کنند و رفتارهایی مشابه با اهمال‌کاری نشان می‌دهند. برخی شواهد تجربی نشان می‌دهد یادگیرندگان که تکلیف را آزرده می‌بینند یا کسانی که سطوح اضطراب بالاتری دارند یا از نقص در انجام تکلیف ترس بیشتری دارند، اهمال‌کاری بیشتری نشان می‌دهند (سولومون و راتبلوم، ۱۹۸۴).

مجموع این تحقیقات در خصوص ارتباط سازه‌های کمال‌گرایی، اضطراب امتحان و اهمال‌کاری تحصیلی این ایده را مطرح می‌کند که احتمال دارد اضطراب امتحان نقش واسطه‌ای بین سازه‌های کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی ایفا کند؛ بدین ترتیب که اجزاء منفی کمال‌گرایی (نظیر کمال‌گرایی جامعه‌مدار) منجر به افزایش اضطراب یادگیرندگان می‌شوند که این امر نیز به نوبه خود موجب اجتناب این افراد از تکلیف و در نهایت اهمال‌کاری آنها می‌شود و اجزاء مثبت کمال‌گرایی (نظیر کمال‌گرایی خودمدار) یا ارتباطی با اضطراب امتحان نداشته و یا بواسطه ارتباط منفی با آن منجر به درگیر شدن یادگیرنده با تکلیف و در نتیجه کاهش اهمال‌کاری تحصیلی می‌شود. این پژوهش به بررسی این احتمالات می‌پردازد.

⁵ Wigfield

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

شرکت کنندگان پژوهش حاضر شامل ۴۸۰ نفر دانشجوی دختر (۲۸۰ نفر) و پسر (۲۰۰) دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارسنجان بودند که به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای^۱ به روش اندازه به تناسب احتمالی^۲، از بخش‌های مختلف دانشکده‌های علوم پایه، علوم انسانی، پیراپزشکی، مهندسی و کشاورزی انتخاب شدند. از آنجایی که تعداد دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشکده‌های مختلف دانشگاه ارسنجان متفاوت است، متناسب با تعداد دانشجویان در هر دانشکده، کلاس‌های دانشجویان از رشته‌های مختلف تحصیلی به عنوان خوشه‌های نمونه‌گیری انتخاب شدند. نمونه‌گیری از همه سال‌های تحصیلی مقطع کارشناسی انجام گرفت. بدین ترتیب ۱۳ کلاس به شکل تصادفی انتخاب و کلیه دانشجویان حاضر در این کلاس‌ها مورد آزمون قرار گرفتند.

ابزار:

پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی: در این پژوهش برای اندازه‌گیری اهمال‌کاری تحصیلی از مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راتبلوم (۱۹۸۴) استفاده شد. این مقیاس دارای ۲۷ گویه در قالب سه مؤلفه است: "آماده شدن برای امتحانات" "آماده شدن برای تکالیف" و "آماده شدن برای مقاله‌های پایان‌ترم". در پژوهش حاضر مؤلفه سوم به جهت عدم موضوعیت برای دانشجویان کارشناسی استفاده نشد و تنها نمره کل این مقیاس مورد استفاده قرار گرفت. سولومون (۱۹۹۸)، به نقل از دهقانی، (۱۳۸۷) پایایی این مقیاس را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۴ و روایی مقیاس را با استفاده از روایی همسانی درونی ۰/۸۴ گزارش داده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۱ بدست آمد.

¹. Cluster sampling

². Probability Proportionate Size (PPS)

پرسشنامه کمال‌گرایی چند بعدی هویت و فلت (۱۹۹۱): برای اندازه‌گیری کمال‌گرایی در این پژوهش از مقیاس چند بعدی کمال‌گرایی هویت و فلت (ام‌پی‌اس-اچ) استفاده شد. این مقیاس توسط هویت و فلت (۱۹۹۱) ساخته شده و از سه خرده مقیاس ۱۵ گویه‌ای تشکیل شده است که کمال‌گرایی خودمدار، دیگرمدار و جامعه‌مدار را اندازه می‌گیرند. در تحقیق حاضر دو بعد از کمال‌گرایی (خودمدار و جامعه‌مدار) که بر کمال‌گرایی در خود فرد متمرکز است مورد بررسی قرار می‌گیرد. بعد سوم یعنی کمال‌گرایی دیگرمدار، مورد بررسی قرار نگرفت زیرا بر کمال‌گرایی در دیگران متمرکز است نه خود فرد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار به ترتیب برابر با ۰/۸۲ و ۰/۷۱ بدست آمد.

مقیاس اضطراب امتحان: در پژوهش حاضر برای اندازه‌گیری اضطراب امتحان از خرده مقیاس اضطراب امتحان پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری^۱ استفاده شد. این پرسشنامه توسط پینتریچ^۲ و همکاران (۱۹۹۱) تدوین شده است. خرده مقیاس اضطراب امتحان ۵ گویه دارد. محتوای این گویه‌ها به نگرانی و افکار منفی فرد در رابطه با نتیجه کار (امتحان) اشاره دارد. سازندگان مقیاس روایی و پایایی این خرده مقیاس را مطلوب گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با ۰/۸۰ بدست آمد.

یافته‌ها

در جدول شماره یک شاخصهای توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره، برای متغیرهای پژوهش آورده شده است.

¹. Motivated strategy for learning questionnaire

². Pintrich

جدول ۱. شاخصهای توصیفی متغیرهای مورد پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	تعداد
کمال‌گرایی خود مدار	۴۶/۳۷	۶/۹	۲۲	۶۰	۴۱۴
کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۳۱/۱۲	۵/۷	۱۴	۴۹	۴۲۹
اضطراب امتحان	۱۳/۳۷	۵/۵	۵	۲۵	۴۳۳
اهمال کاری تحصیلی	۳۰/۴۱	۷/۵	۱۴	۵۴	۴۱۴

ضرائب همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول شماره ۲ آورده شده است. ضرایب حاصل مؤید وجود پیش نیازهای لازم برای تحلیل مدل پیشنهادی (مفروضه اصلی پژوهش) بود.

جدول ۲. ماتریس همبستگی صفر مرتبه متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱- کمال‌گرایی خود مدار	۱			
۲- کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۰/۲۰**	۱		
۳- اضطراب امتحان	-۰/۱۲*	۰/۲۲**	۱	
۴- اهمال کاری تحصیلی	-۰/۲۷**	۰/۲۲**	۰/۳۹**	۱

* $p < 0/01$ ** $p < 0/02$

برای کنترل همپوشی بین انواع کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار، همبستگی سهمی متغیرهای پژوهش نیز محاسبه شد. نتایج محاسبه همبستگی سهمی با کنترل همپوشی با کمال‌گرایی خودمدار در جدول شماره ۳ آورده شده است.

جدول ۳. همبستگی سهمی متغیرهای پژوهش با کنترل همپوشی با کمال‌گرایی خودمدار

متغیر	۱	۲	۳
۱- کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۱		
۲- اضطراب امتحان	۰/۲۳**	۱	
۳- اهمال کاری تحصیلی	۰/۲۷**	۰/۳۴**	۱

** $p < 0/001$

همان‌طور که جدول فوق نشان می‌دهد ضرائب همبستگی کمال‌گرایی جامعه‌مدار با اضطراب امتحان و اهمال‌کاری تحصیلی پس از کنترل همبستگی با کمال‌گرایی خودمدار در مقایسه با همبستگی صفر مرتبه متغیرهای پژوهش افزایش اندکی نشان می‌دهد. جدول شماره ۴ نتایج همبستگی سهمی متغیرهای پژوهش با کنترل همپوشی با کمال‌گرایی جامعه‌مدار را نشان می‌دهد.

جدول ۴. همبستگی سهمی متغیرهای پژوهش با کنترل همپوشی با کمال‌گرایی جامعه‌مدار

متغیر	۱	۲	۳
۱- کمال‌گرایی خودمدار	۱		
۲- اضطراب امتحان	۰/۱۸**	۱	
۳- اهمال‌کاری تحصیلی	۰/۳۲**	۰/۳۳**	۱

** $p < 0/001$

همان‌طور که یافته‌های جدول فوق نشان می‌دهد ضرایب همبستگی کمال‌گرایی خودمدار مدار با اضطراب امتحان و اهمال‌کاری تحصیلی پس از کنترل همبستگی با کمال‌گرایی جامعه‌مدار در مقایسه با همبستگی صفر مرتبه متغیرهای پژوهش، افزایش نشان می‌دهد.

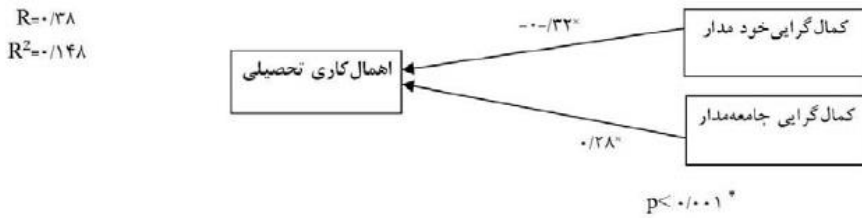
برای پاسخگویی به سوالات پژوهش از رگرسیون چندگانه به صورت متوالی همزمان^۱، مطابق با مراحل بارون و کنی^۲ (۱۹۸۶)، استفاده شد. این مراحل عبارتند از: ۱- رگرسیون همزمان اهمال‌کاری تحصیلی روی کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار ۲- رگرسیون همزمان اضطراب امتحان روی کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار ۳- رگرسیون همزمان اهمال‌کاری تحصیلی روی کمال‌گرایی خودمدار، جامعه‌مدار و اضطراب امتحان ۴- مقایسه مرحله یک و سه؛ چنانچه ضرایب رگرسیون کمال‌گرایی خود

¹. Simultaneous sequential regression

². Baron & Kenny

مدار و جامعه‌مدار از مرحله یک به سه کاهش یابد نشان از نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان بین متغیرهای مذکور و اهمال‌کاری تحصیلی است.

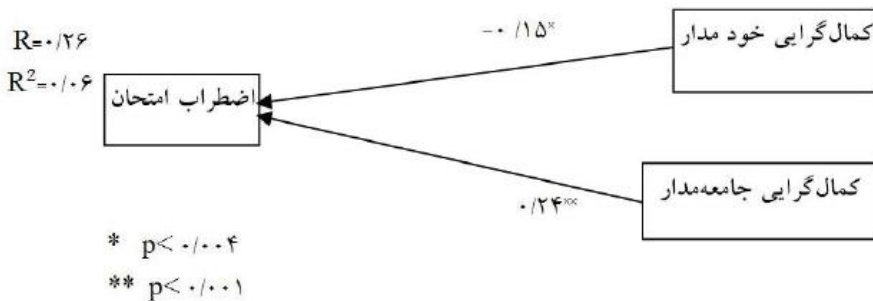
۱- مرحله یک رگرسیون همزمان اهمال‌کاری تحصیلی روی کمال‌گرایی خود مدار و جامعه‌مدار. در دیاگرام شماره یک ضرایب استاندارد (بتا) مربوط به هر متغیر آورده شده است.



دیاگرام ۱. دیاگرام مسیر انواع کمال‌گرایی به اهمال‌کاری تحصیلی

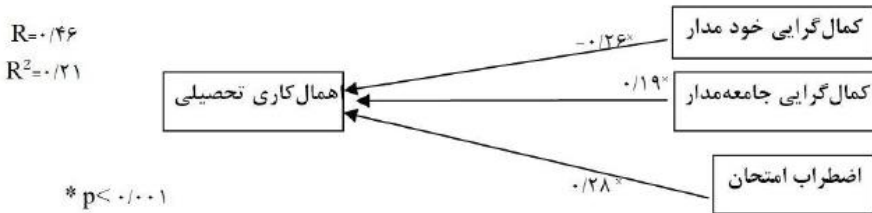
همانگونه که ضرایب مسیر نشان می‌دهد، هر دو نوع کمال‌گرایی بصورت مستقیم، پیش‌بینی کننده معنادار اهمال‌کاری تحصیلی می‌باشند (سوال یک پژوهش)، ولی قدرت پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار بالاتر از کمال‌گرایی جامعه‌مدار می‌باشند.

۲- مرحله دوم رگرسیون اضطراب امتحان روی کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار. دیاگرام شماره ۲ ضرایب مسیر (بتا) مربوط به متغیرها را نشان می‌دهد.



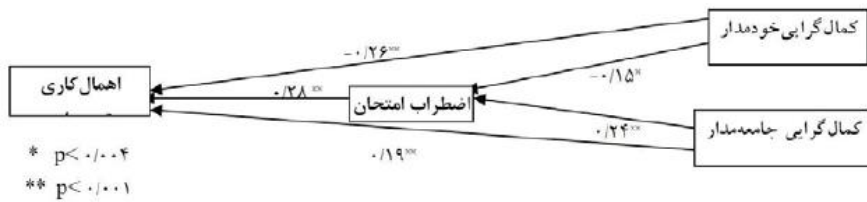
دیاگرام ۲. دیاگرام مسیر انواع کمال‌گرایی به اضطراب امتحان

ضرایب مسیر در دیاگرام شماره ۲ نشانگر آن است که هر دو نوع کمال‌گرایی پیش‌بینی کننده معنادار اضطراب امتحان می‌باشند ولی قدرت پیش‌بینی کمال‌گرایی جامعه‌مدار بالاتر از کمال‌گرایی خودمدار بود (سوال دوم پژوهش).
 ۳- در مرحله سوم رگرسیون اهمال‌کاری تحصیلی روی کمال‌گرایی خودمدار، کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اضطراب امتحان محاسبه شد. هدف از این مرحله تعیین نقش واسطه‌گری اضطراب امتحان با کنترل هر دو نوع کمال‌گرایی بود. نتایج در دیاگرام ۳ آورده شده است.



دیاگرام ۳. دیاگرام مسیر تأثیر همزمان انواع کمال‌گرایی و اضطراب امتحان به اهمال‌کاری

۴- در مرحله چهارم ضرایب مسیر کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار از مرحله یک به چهار مقایسه شد و با کاهش ضرایب مسیر مستقیم هر دو نوع کمال‌گرایی به اهمال‌کاری تحصیلی، متغیر اضطراب امتحان پیش‌بینی کننده واسطه‌ای ارتباط انواع کمال‌گرایی و اهمال‌کاری در نظر گرفته شد (سوال سوم پژوهش). نتایج نهایی در دیاگرام شماره ۴ آورده شده است.



دیاگرام ۴. مدل نهایی در کل گروه

در خصوص تأثیر غیر مستقیم انواع کمال‌گرایی بر اهمال کاری تحصیلی (مسیر کمال‌گرایی خودمدار به اهمال کاری تحصیلی از طریق اضطراب امتحان، و همین مسیر برای کمال‌گرایی جامعه‌مدار)، ضرایب مسیر در هم ضرب گردید. اثر غیر مستقیم کمال‌گرایی خودمدار بر اهمال کاری تحصیلی برابر $0/042-$ و در مورد کمال‌گرایی جامعه‌مدار برابر $0/067+$ بود، که نشان از بالاتر بودن اثر کمال‌گرایی جامعه‌مدار بر اهمال کاری تحصیلی از طریق واسطه‌گری اضطراب امتحان داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان در رابطه کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار با اهمال کاری تحصیلی، و همچنین مقایسه اهمیت انواع کمال‌گرایی در پیش‌بینی اضطراب امتحان و اهمال کاری تحصیلی بود. یافته‌ها، به ترتیب سوالات پژوهش نشان داد که ۱- هر دو گونه کمال‌گرایی، به صورت مستقیم، پیش‌بینی‌کننده‌ها اهمال کاری تحصیلی می‌باشند ۲- کمال‌گرایی خودمدار در مقایسه با کمال‌گرایی جامعه‌مدار پیش‌بینی‌کننده قوی‌تر و منفی اهمال کاری تحصیلی است ۳- کمال‌گرایی جامعه‌مدار در مقایسه با کمال‌گرایی خودمدار پیش‌بینی‌کننده قوی‌تر و مثبت اضطراب امتحان است ۴- اضطراب امتحان بطور سهمی نقش میانجی بین انواع کمال‌گرایی و اهمال کاری تحصیلی دارد.

پیرامون بررسی قدرت پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی از روی انواع کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار (دیاگرام ۱) و همچنین در خصوص اثر مستقیم انواع کمال‌گرایی بر اهمال‌کاری در مدل نهایی (دیاگرام ۴)، یافته‌ها نشان داد که هر دو نوع کمال‌گرایی از قدرت پیش‌بینی خوبی برخوردار می‌باشند؛ هر چند برخلاف آنچه یافته‌های پیشین نشان می‌دهند قدرت پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار بیشتر از کمال‌گرایی جامعه‌مدار است.

در خصوص کمال‌گرایی جامعه‌مدار یافته‌ها هماهنگ با پژوهش‌های پیشین است (فلت، هویت، بلنکستین و کلدین، ۱۹۹۲؛ سادلر و ساکس، ۱۹۹۳؛ مارتین، فلت و هویت (به نقل از فراری، جانسون و مک کون، ۱۹۹۵)؛ ورنیکه، ۱۹۹۹). فلت، هویت، بلنکستین و کلدین (۱۹۹۲) با هدف بررسی تفاوت‌های فردی در کمال‌گرایی چند بعدی و رفتار اهمال‌کاری دانشجویان به بررسی رابطه این دو سازه پرداختند. نتایج تحقیق آنها نشان داد که از میان انواع کمال‌گرایی (جامعه‌مدار، خودمدار و دیگرمدار) کمال‌گرایی جامعه‌مدار بیشترین همبستگی را با اهمال‌کاری عمومی و تحصیلی دارد. این یافته‌ها بطور کلی با یافته‌های تحقیق فراست و همکاران (۱۹۹۰) که حاکی از رابطه مثبت فراوانی اهمال‌کاری تحصیلی با انتظارات و انتقادات زیاد والدین (سازه‌ای مشابه با کمال‌گرایی جامعه‌مدار) است، همسو است. این اطلاعات همچنین با یافته‌های میلگرام، اسرولوف و روزنباوم^۱ (۱۹۸۸) همسو است. میلگرام و همکاران (۱۹۸۸) اهمال‌کاری در تکالیف روزمره را مورد بررسی قرار دادند و دریافتند که اهمال‌کاری با "منفی‌گرایی پنهان"^۲ رابطه دارد. منفی‌گرایی پنهان در این نظریه عبارت است از حدودی که یک تکلیف بعنوان کاری تحمیلی ادراک می‌شود و شخص از انجام آن تکلیف منزجر است. این سازه مشابه با کمال‌گرایی جامعه‌مدار است که در آن فرد معتقد است یا اینگونه ادراک می‌کند که دیگر افراد توقعات غیر واقع‌بینانه‌ای به او تحمیل کرده‌اند.

¹. Milgram, Sroloff & Rosenbaum

². Covert Negativism

چنانچه کمال‌گرایی جامعه‌مدار دربرگیرنده‌ی خود-انتقادی و نگرانی درباره‌ی ارزشیابی باشد، پس، از لحاظ نظری، باید با اهمال‌کاری رابطه داشته باشد. اهمال‌کاری بعنوان روشی برای اجتناب از انتقاد قریب الوقوع از جانب خود یا دیگران درباره‌ی عملکرد خویش با به تعویق انداختن تکلیفی که باید تکمیل شود تعریف شده است (فراری، جانسون و مک کاون، ۱۹۹۵). بنابراین، چنانچه فردی تلاش در برآوردن استانداردهای بالای دیگران دارد، احتمالاً برای اجتناب از احساس شرم که ممکن است بدلیل ناامید کردن دیگران بدست دهد، از تکلیف اجتناب کند. در واقع، کمال‌گرایان جامعه‌مدار درجه بالایی از اهمال‌کاری و استعداد برای شرمساری را گزارش کرده‌اند (فی و تانگنی^۱، ۲۰۰۰) هر چند یافته‌های تحقیقات اثرات استانداردهای خود-وضع شده را نشان نمی‌دهند.

یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص ارتباط کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری هماهنگ با یافته‌های پیشین (فلت، هویت، بلنکستین و کلدین، ۱۹۹۲؛ هویت و فلت، ۱۹۹۱؛ فراست و همکاران، ۱۹۹۰؛ باسکو^۲، ۱۹۹۸؛ پارک و کاون^۳، ۱۹۹۸؛ سادلر و بالی، ۱۹۹۹) حاکی از ارتباط منفی دو سازه بود با این حال قدرت پیش‌بینی این نوع کمال‌گرایی هم در دیاگرام اول و هم در مدل نهایی از کمال‌گرایی جامعه‌مدار بیشتر بود. در خصوص ارتباط منفی دو سازه قبل و بعد از کنترل همپوشی با کمال‌گرایی جامعه‌مدار (جدول ۵) یافته‌ها حاکی از افزایش اندک ضریب همبستگی سهمی بود. این یافته‌ها نشان می‌دهد ارتباط دو سازه مستقل از همپوشی انواع کمال‌گرایی می‌باشد.

بطور کلی در خصوص رابطه کمال‌گرایی جامعه‌مدار و خودمدار با اهمال‌کاری در حالیکه بین محققان توافق وجود دارد که بین کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اهمال‌کاری تحصیلی رابطه مثبت وجود دارد، این یافته‌ها اثرات استانداردهای خود-وضع شده را

¹. Fee & Tangney

². Busko

³. Park & Kown

نشان نمی‌دهند؛ به عبارت دیگر در مورد رابطه‌ی کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری تحصیلی چنین توافقی دیده نمی‌شود. برخی محققان معتقدند که هیچ رابطه معنی‌داری بین کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری تحصیلی وجود ندارد (نظیر؛ فلت و همکاران، ۱۹۹۲؛ اَنوگبوزی، ۲۰۰۰؛ سادلر و ساکس، ۱۹۹۳) برخی دیگر رابطه‌ی منفی و معنی‌دار بین کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری تحصیلی گزارش کرده‌اند (نظیر؛ بوسکو، ۱۹۹۸؛ پارک و کووان، ۱۹۹۸؛ سادلر و بالی، ۱۹۹۹). بیشتر تحقیقاتی که رابطه‌ی منفی بین کمال‌گرایی خودمدار و اهمال‌کاری گزارش کرده‌اند پس از کنترل همپوشی بین کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار به این رابطه معنادار دست یافته‌اند؛ در حالیکه در تحقیق حاضر قبل و بعد از کنترل همپوشی با کمال‌گرایی جامعه‌مدار همچنان کمال‌گرایی خودمدار رابطه‌ی نسبتاً قوی و منفی با اهمال‌کاری نشان داد که حاکی از ارتباط منفی قوی بین استانداردهای خود-وضع شده و گرایش به به تعویق انداختن تکالیف در نمونه ایرانی دارد.

در تبیین تفاوت بین ارتباط کمال‌گرایی جامعه‌مدار و خودمدار با اهمال‌کاری، به طور کلی اغلب تحقیقات نشان داده‌اند که کمال‌گرایان خودمدار برای دست یافتن به اهدافشان به جای اهمال‌کاری متوجه انجام تکالیف می‌شوند (سادلر و بالی، ۱۹۹۹). فلت، بلنکستین و مارتین (۱۹۹۵) با در نظر گرفتن این مطلب که کمال‌گرایی خودمدار مفهوم انگیزش درونی و گرایش به موقعیتهای پیشرفت را در خود دارد، پیش‌بینی کرده‌اند که هر رابطه‌ی بین اهمال‌کاری و کمال‌گرایی خودمدار جهت منفی خواهد داشت.

پیرامون بررسی قدرت پیش‌بینی اضطراب امتحان از روی کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار، یافته‌ها نشان داد که کمال‌گرایی جامعه‌مدار از قدرت پیش‌بینی بالاتری در مقایسه با کمال‌گرایی خودمدار برخوردار است. این تفاوت و جهت پیش‌بینی دو نوع کمال‌گرایی هماهنگ با پژوهشهای پیشین است (مور، دی، فلت و هویت، ۱۹۹۵؛ آنتونی، پوردن، هوتا و سوینسون ۱۹۹۸؛ میلز و بلنکستین، ۲۰۰۰؛ فلت و هویت، ۲۰۰۲؛ استوبر، اتو، پسچک، بکر و استول، ۲۰۰۷؛ استوبر و ایزمن، ۲۰۰۷). کمال‌گرایان جامعه‌مدار اغلب اهمیت زیادی به ارزشیابی دیگران می‌دهند (هویت و فلت، ۱۹۹۱). در نتیجه ممکن است

برای عالی بودن احساس فشار زیادی متحمل شوند زیرا آنها اینگونه فکر می‌کنند که باید زندگی‌شان را صرف استانداردهای دیگران کنند. بنابراین، تعجب برانگیز نیست که این نوع کمال‌گرایی با سطح بالایی از اضطراب و استرس همراه است (فلت و هویت، ۲۰۰۲). هویت و فلت (۲۰۰۱) معتقدند کمال‌گرایی بر آزارنده بودن و مدت زمان استرس تأثیر می‌گذارد و ممکن است مسئول ایجاد آن در اول بار باشد. برای مثال، در زمان روبرو شدن با تجربه شکستی که "من" فرد را درگیر می‌کند، کمال‌گرایان از غیر کمال‌گرایان استرس بیشتری تجربه می‌کنند. این امر به این خاطر است که مفهوم خود-ارزشی‌شان با عملکرد کامل یکسان فرض شده است (پاچت^۱، ۱۹۸۴). زیرا آنها تمایل دارند شکست را بیش از حد تعمیم دهند و درگیر اندیشناکی منفی^۲ درباره خود می‌شوند.

اضطراب از جمله برجسته‌ترین پیامدهای منفی است که کمال‌گرایی با آن رابطه نشان داده است. لازم به ذکر است انواع مختلف اضطراب و جمعیت‌های مختلف در تحقیقاتی که به بررسی رابطه کمال‌گرایی و اضطراب پرداخته‌اند، مد نظر بوده است. یافته‌های کنی و همکاران (۲۰۰۴) و مور و همکاران (۱۹۹۵) نشان داد کمال‌گرایی جامعه‌مدار همبستگی بالایی با اضطراب تضعیف‌کننده در موزیسین‌ها دارد. آنتونی، پوردن، هوتا و سوینسون (۱۹۹۸) دریافتند سطوح بالایی از کمال‌گرایی جامعه‌مدار در بیماران اضطرابی (اختلال وحشت، اختلال وسواس فکری-عملی و فویبای اجتماعی) وجود دارد. در نمونه‌ای دانشجویی و غیر بالینی، صابونچی و لاند^۳ (۱۹۹۷) رابطه‌ای مثبت بین اضطراب اجتماعی و کمال‌گرایی جامعه‌مدار گزارش کردند. سولیوان، بالیک، فیر و پیکرینگ^۴ (۱۹۹۸) نیز سطوح بالاتر اضطراب را در کمال‌گرایان جامعه‌مدار گزارش کرده‌اند.

¹. Pacht

². Negative rumination

³. Saboonchi & Lundh

⁴. Sullivan, Bulik, Fear & Pickering

در خصوص ارتباط کمال‌گرایی خودمدار با اضطراب امتحان یافته این پژوهش هماهنگ با تحقیقات پیشین حکایت از ارتباط منفی بین دو سازه داشت. یافته‌ها نشان داد این نوع کمال‌گرایی پیش‌بینی‌کننده منفی اضطراب امتحان می‌باشد و کنترل همپوشی بین دو نوع کمال‌گرایی موجب افزایش ضریب همبستگی بین دو سازه شد؛ هر چند تفاوت خیلی چشمگیر نبود (۰/۰۶).

در خصوص ارتباط جنبه‌های مثبت کمال‌گرایی با اضطراب یافته‌های پیشین حاکی از عدم وجود رابطه یا رابطه منفی بین دو سازه (در صورت کنترل همپوشی بین اجزاء مثبت و منفی کمال‌گرایی) دارد. نتایج تحقیق استوبر و ایزمن (۲۰۰۷) نشان داد تلاش برای کمال (جزء مثبت کمال‌گرایی) با اضطراب عملکرد در موزیسین‌ها رابطه منفی دارد هر چند مقدار ضریب اندک و غیرمعنی دار بود. فراست و هندرسون^۱ (۱۹۹۱) و هال^۲ و همکاران (۱۹۹۸) نیز به نتایج مشابهی دست یافتند. یافته‌های تحقیق آنها بر روی ورزشکاران نشان داد وقتی اجزاء کمال‌گرایی مورد بررسی قرار گرفت، تنها نگرانی درباره اشتباهات (جنبه‌ای از کمال‌گرایی منفی) با اضطراب رابطه مثبت نشان داد؛ در حالیکه استانداردهای شخصی (جنبه‌ای از کمال‌گرایی مثبت) با اضطراب رابطه‌ای نشان نداد.

در خصوص نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان بین انواع کمال‌گرایی و اهمال‌کاری یافته‌ها نشان می‌دهد که کمال‌گرایی به دو شیوه بر اهمال‌کاری تأثیر می‌گذارد: اول، به شیوه مستقیم و دوم با واسطه اضطراب امتحان. در خصوص اثر مستقیم کمال‌گرایی بر اهمال‌کاری بحث شد اما در خصوص نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان یافته‌ها نشان داد انواع کمال‌گرایی با واسطه تأثیرگذاری بر اضطراب امتحان بر اهمال‌کاری اثر می‌گذارند. شدت و جهت این تأثیرگذاری برای کمال‌گرایی جامعه‌مدار و خودمدار متفاوت می‌باشد. بدین ترتیب که کمال‌گرایی جامعه‌مدار بواسطه‌ی افزایش اضطراب منجر به

¹. Henderson

². Hall

افزایش اهمال کاری می‌شود و کمال‌گرایی خودمدار بواسطه کاهش اضطراب منجر به کاهش اهمال کاری می‌شود. محاسبه اثرات غیر مستقیم انواع کمال‌گرایی بر اهمال کاری حکایت از آن دارد که نقش واسطه‌ای اضطراب امتحان در ارتباط کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اهمال کاری قوی‌تر از کمال‌گرایی خودمدار می‌باشد.

در تبیین این تفاوت‌ها می‌توان به چند نکته اشاره کرد. اول، بسیاری از محققان معتقدند که افراد در انجام تکالیف اهمال کاری می‌کنند زیرا تکالیف آزاردهنده یا استرس آورند، پس کسانی که بیشتر مستعد تجربه کردن استرس هستند بایستی بیشتر اهمال کاری کنند (براون^۱، ۱۹۹۱؛ بورکا و یوین، ۱۹۸۳). به عبارت دیگر، کسانی که اضطراب زیادی دارند، یعنی افرادی که تفسیرهای فاجعه‌آمیز از رویدادهای نه‌چندان مهم دارند، به شکلی غیرمنطقی بسیاری از وظایف کوچک و بزرگ زندگی را به تعویق می‌اندازند (مک‌کاون، پتزل و راپرت^۲، ۱۹۸۷). به اعتقاد هیل و ویگفیلد^۳ (۱۹۸۴) دانش آموزانی که اضطراب بالایی دارند، در انجام تکالیف پشتکار ندارند یا از تکالیف دشوار اجتناب می‌کنند و رفتارهایی مشابه با اهمال کاری نشان می‌دهند. برخی شواهد تجربی نشان می‌دهد یادگیرندگان که تکالیف را آزارنده می‌بینند یا کسانی که سطوح اضطراب بالاتری دارند یا از نقص در انجام تکالیف ترس بیشتری دارند، اهمال کاری بیشتری نشان می‌دهند (سولومون و راتبلوم، ۱۹۸۴).

این یافته‌ها را می‌توان بر حسب مدل ارزیابی-اضطراب-اجتناب^۴ از اهمال کاری تبیین کرد. بر طبق تئوریهای شناختی استرس و مقابله (هابفول^۵، ۱۹۸۹؛ لازاروس و فولکمان^۶، ۱۹۸۴)، چنانچه افراد موقعیتی را تهدیدی کننده و منابع خود برای مقابله با آن تهدید را ناکافی ارزیابی کنند، واکنش آنها به آن موقعیت استرس خواهد بود که به شکل

1. Brown

2. McCown, Petzel, & Rupert

3. Wigfield

4. Appraisal-anxiety-avoidance (AAA) model

5. Hobfoll

6. Lazarus & Folkman

اضطراب نمایان می‌شود و تلاش می‌کنند از آن موقعیت فرار کنند. همسو با این مدل، افرادی که ترس از شکست دارند یا در انجام دادن انواع خاصی از تکالیف راحت نیستند و قتیکه برای انجام آن کارها فراخوانده می‌شوند، مضطرب می‌شوند و از شدت اضطرابشان با به تعوق انداختن کار تا جایکه امکان دارد، می‌کاهند. اجتناب از تکلیف یا اهمال‌کاری یک تقویت‌کننده منفی قدرتمند می‌شود زیرا اضطراب را کاهش می‌دهد، بدین ترتیب الگوی اجتناب از تکلیف در فرد همیشگی می‌شود.

همان‌طور که پیشتر ذکر شد کمال‌گرایی جامعه‌مدار ارتباطی قوی و مثبت با اضطراب دارد در نتیجه کمال‌گرایان جامعه‌مدار اضطراب بیشتری تجربه می‌کنند زیرا از شکست و ارزشیابی منفی می‌ترسند. این اضطراب به وقت فرارسیدن ضرب‌العجل شدت می‌یابد، بویژه اگر تکلیف مورد نظر مهم باشد. به اعتقاد فارن^۱ (۲۰۰۴)، این افراد بمنظور تقلیل این اضطراب در کوتاه مدت به اهمال‌کاری روی می‌آورند. این در حالیست که کمال‌گرایی خودمدار ارتباطی منفی با اضطراب دارد بدین معنا که کمال‌گرایان خودمدار اضطراب کمتری تجربه می‌کنند در نتیجه به جای اجتناب از تکلیف به انجام آن روی می‌آورند و کمتر دچار اهمال‌کاری می‌شوند.

دوم، کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار بر حسب منبع استانداردهای بالایشان با هم فرق دارند. این نکته به این مطلب اشاره دارد که تفاوت بین ارزشیابی اجتماعی و خود-ارزشیابی ممکن است در رابطه بین کمال‌گرایی جامعه‌مدار و اهمال‌کاری نقش داشته باشد. در حالیکه کمال‌گرایان خودمدار خودشان را بخاطر شکست در دست یافتن به استانداردهایی که به خودشان تحمیل کرده‌اند سرزنش می‌کنند، کمال‌گرایان جامعه‌مدار بیشتر نگران تأیید یا عدم تأیید دیگران هستند و در نتیجه اضطراب بیشتری تجربه می‌کنند. هویت و فلت (۱۹۹۱) طی تحقیقی دریافته‌اند که کمال‌گرایی جامعه‌مدار با ترس از ارزشیابی منفی (سازه‌ای مرتبط با اضطراب امتحان) رابطه معنی‌دار دارد، در حالیکه در مورد کمال‌گرایی خودمدار چنین رابطه‌ای وجود نداشت. این الگو، در تحقیقی که به

^۱. Farran

بررسی روابط میان ابعاد کمال‌گرایی، سازگاری روانشناختی و مهارت‌های اجتماعی پرداخت تکرار شده است (فلت و همکاران، ۱۹۹۶). محققان دریافتند که کمال‌گرایی جامعه‌مدار با ترس از ارزشیابی منفی رابطه مثبت دارد در حالیکه در مورد کمال‌گرایی خودمدار چنین رابطه‌ای بدست نیامد. بطور کلی تنها کمال‌گرایی جامعه‌مدار با ترس‌های جامعه‌مدار^۱ مثل نادان بنظر رسیدن و یا مورد انتقاد قرار گرفتن، رابطه نشان داده است (بلنکستین و همکاران، ۱۹۹۳) لذا می‌توان اینگونه نتیجه‌گیری کرد که کمال‌گرایان جامعه‌مدار (و نه خودمدار) چون ترس‌های جامعه‌مدار بیشتری تجربه می‌کنند دچار اضطراب بیشتری شده و برای اجتناب موقت از اضطراب آزارنده به اهمال‌کاری بیشتر روی می‌آورند.

در آخر، در تبیین تفاوت کمال‌گرایی خودمدار و جامعه‌مدار در مدل‌هایی می‌توان به ماهیت سازه‌های مورد بررسی اشاره کرد، بدین ترتیب که کمال‌گرایی خودمدار ماهیتی مثبت داشته در حالیکه اضطراب امتحان و اهمال‌کاری تحصیلی سازه‌هایی ماهیتاً منفی می‌باشند در حالیکه کمال‌گرایی جامعه‌مدار از جنس این دو سازه بوده و ماهیتی منفی دارد، بنابراین قویتر بودن مسیر کمال‌گرایی جامعه‌مدار، اضطراب امتحان و اهمال‌کاری در مقایسه با مسیر کمال‌گرایی خودمدار، اضطراب امتحان و اهمال‌کاری منطقی به نظر می‌رسد؛ در همین راستا انتظار می‌رود سازه‌های مثبتی نظیر اعتماد به نفس، خودکارآمدی، خودارزشی و غیره که ماهیت مثبتی دارند در مسیر ارتباط کمال‌گرایی خودمدار - اهمال‌کاری نقش قویتری ایفا کنند. این فرضیه‌ها می‌تواند مبنای تحقیقات آینده قرار گیرد.

¹. Socially-oriented fears

منابع

منابع فارسی

- دهقانی، یوسف (۱۳۸۷). پیش‌بینی میزان اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس راهبردهای خودتنظیمی در یادگیری. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شیراز.
- فولادچنگ، محبوبه (۱۳۸۳). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های خودگردانی و افزایش باورهای خودبستگی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی. پایان‌نامه دکتری دانشگاه شیراز.
- هاشمی، لادن؛ لطیفیان، مرتضی (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و جهت‌گزینی هدف در میان دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی دولتی (با گرایش‌های علوم تجربی و ریاضی). مجله مطالعات روان‌شناختی. دوره ۵، شماره ۳، ص ۲۶-۹.

References

- Antony, M., Purdon, C., Huta, V., & Swinson, R. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 1143-1154
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36, 1373-1385.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., Smith, J., & Antony, M. M. (2003). Making the grade: The behavioral consequences of perfectionism in the classroom. *Personality and Individual Differences*, 35, 163-178.
- Blankstein, K.R., Flett, G.L., Hewitt, P.L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the fear survey schedule. *Personality and Individual Differences*, 15, 323-328.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism. *American Psychologist*, 50 (12), 1003-1020.

- Brown, R. T. (1991). Helping students confront and deal with stress and procrastination. *Journal of College Student Psychotherapy*, 6, 87-102.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). Procrastination: Why you do it, what to do about it. *Reading, MA: Addison-Wesley*.
- Busko, D. A. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Unpublished master's thesis, *University of Guelph, Canada*.
- Farran, B. (2004). Predictors of academic procrastination in college students. *Unpublished doctoral dissertation, Fordham University, New York*.
- Fee, R. L., & Tangney, J. P. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt? *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 167-184.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. *New York: Plenum Press*.
- Frost, R. O., & DiBartolo, P. M. (2002). Perfectionism, anxiety and obsessive-compulsive disorder. In G. L., Flett & P. L., Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 341-371). *Washington, DC: American Psychological Association*
- Frost, R. O., & Henderson, K. J. (1991). Perfectionism and reaction to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 323-335.
- Frost, R. O., & Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Hewitt, P. L. (In Press). Perfectionism, affect, and test performance in college students. *Journal of College Student Development*.
- Flett, G.L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 20, 85-94.
- Flett, G.L., Blankstein, K. R., & Martin, T. R. (1995). Procrastination, negative self-evaluation, and stress in depression and anxiety. In J.R. Ferrari, J.K. Johnson & W.G. McCown (Eds), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*, pp. 137-167. *New York: Plenum*.

- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences, 20*, 143-150.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current Directions in Psychological Science, 1*, 14-18.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In P.L. Hewitt & G.L. Flett (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5-31). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hall, H. K., Kerr, A. W., & Matthews, J. (1998). Precompetitive anxiety in sport: The contribution of achievement goals and perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 20*, 194-217.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology, 15*(1), 27-33.
- 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. (2001). Perfectionism, stress and maladjustment. In K.Craig, & K.Dobson(Eds), *Stress vulnerability and stress resiliency*. New York; Guilford Press (in press)
- Hill, R. W., Huelsmann, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment, 82*, 80-91.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist, 44*, 513-424.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lay, C. H. (1988). The relationship of procrastination and optimism to judgments of time to complete an essay and anticipation of setbacks. *Journal of Social Behavior and Personality, 3*, 201-214.
- McCown, W., Petzel, T., & Rupert, P. (1987). An experimental study of some hypothesized behaviors and personality variables of college student procrastinators. *Personality and Individual Differences, 8*, 781-786.
- Milgram, N. A., Sroloff, B., & Rosenbaum, M. (1988). The procrastination, of everyday life. *Journal of Research in Personality, 22*, 197-202.
- Mills, J., & Blankstein, K. R. (2000). Perfectionism, intrinsic vs. extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: A

- multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29, 1191-1204.
- Onwuegbuzie, A. J. (2000). Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 103-109.
- Pacht, A.R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Park, J., & Kwon, J. (1998). The effect of perfectionism and ego-threat of task on academic procrastination. *Paper presented at the conference of Korean Psychological Association*, pp.
- Pintrich, P.R., Smith, D. A. F., Garcia, T. & Mckeachie, W. J. (1991), A manual for the use of the motivated strategy for learning questionnaire (MSLQ), *University of Michigan*.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slany, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: a structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314
- Saboonchi, F., & Lundh, I. G. (1997). Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 22, 921-928.
- Saddler, C. D., & Buley, J. (1999). Predictors of academic procrastination in college students. *Psychological Reports*, 84, 686-688.
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports*, 73, 863-871.
- Seo, E.H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Social Behavior and Personality*, 36(6), 753-764.
- Slany, R.B., Rice, K.G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J.S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Steel, P. (2007). The Nature of procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *University of Calgary*
- Stoeber, J., & Eismann, U. (2007). Perfectionism in young musicians: Relations with motivation, effort, achievement, and distress. *Personality and Individual Differences*, 43, 2182-2192
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319.

- Stober, J., Otto, K., Pescheck, E., Becker, C., & Stoll, O. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. *Personality and Individual Differences, 42*, 959-969.
- Stumpf, H., & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences, 28*, 837-852.
- Sullivan, P., Bulik, C., Fear, J., & Pickering, A. (1998). Outcomes of anorexia nervosa: a case control study. *American Journal of Psychiatry, 61*, 319-328.
- Terry-Short, L. A., Owenes, R. G., Slade, P. D., Dewey, M, E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences, 18*, 663-668.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science, 8*, 454 – 458.
- Wernicke, R. A. (1999). Mediational tests of the relationship between perfectionism and procrastination (Master's dissertation, American University, 1999). *Masters Abstracts International, 37*, 1982.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology, 95*(1), 179-187.
- Wolters, C. A. (2004). Advancing achievement goal theory: using goal structures and goal orientations to predict student's motivation, cognition, and achievement. *Journal of Educational Psychology, 96*(2), 236-250