

## رابطه صفات شخصیتی مادران با کمال‌گرایی دختران نوجوان آن‌ها

عصمت دانش<sup>۱\*</sup>، نرسانگا نیکومنش<sup>۲</sup>، نرگس سلیمی‌نیا<sup>۲</sup>، لیلا سابقی<sup>۴</sup> و مینا شمشیری<sup>۴</sup>

دریافت مقاله: ۹۳/۳/۱۴؛ دریافت نسخه نهایی: ۹۳/۱۱/۵؛ پذیرش مقاله: ۹۳/۱۱/۲۱

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه صفات شخصیتی مادران با کمال‌گرایی دختران نوجوان آن‌ها بود. **روش:** روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه استان البرز به تعداد ۴۹۹۹۹ نفر بود. با استفاده از جدول کرجسی-مورگان ۱۹۷۰ تعداد ۳۸۰ نفر از میان آن‌ها به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد. جهت جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه صفات شخصیتی نئو مک‌کری و کاستا ۱۹۸۵ برای مادران و از پرسشنامه کمال‌گرایی هیل، هولزمن، فیور، کیبلر، وی‌سنت و کندی (۲۰۰۴) برای دختران‌شان و برای تحلیل داده‌ها از روش همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد، روابط مادران و دختران در فرایندی دو سویه باهم در تعاملند. روان‌رنجورخویی با کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران رابطه مثبت و گشودگی در برابر تجربیات با این نوع کمال‌گرایی رابطه منفی داشت. همچنین مسئولیت‌پذیری و برون‌گرایی با کمال‌گرایی انطباقی رابطه مثبت و روان‌رنجورخویی با این نوع کمال‌گرایی رابطه منفی داشت. **نتیجه‌گیری:** از آن‌جا که روان‌رنجوری و گشودگی در برابر تجارب قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران است، با اندکی تفکر و تأمل در کیفیت این روابط می‌توان به نقش حساس مادر در ارتباط با فرزندان پی برد. بنابراین مادران با آموزش مناسب می‌توانند از بروز کمال‌گرایی غیر انطباقی فرزندان‌شان جلوگیری کنند.

**کلید واژه‌ها:** دختران نوجوان، صفات شخصیت، کمال‌گرایی انطباقی، مادران

۱. \* نویسنده مسئول، دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، استان البرز، ایران.  
Email: esmat\_danesh@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران.

۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه علوم مالزی

۴. کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

یکی از سازه‌های شخصیتی که نقش مهمی در سازش‌یافتگی افراد ایفا می‌کند کمال‌گرایی<sup>۱</sup> است. کمال‌گراها به‌عنوان افرادی شناخته می‌شوند که تمایل دارند در تمام ابعاد زندگی کامل باشند (استوبر و استوبر، ۲۰۰۹). سازه کمال‌گرایی برای نخستین بار به‌عنوان یک سازه تک بعدی توسط برنز ۱۹۸۰ تعریف شد. بر پایه این تعریف فرد کمال‌گرا بر این باور است که می‌تواند با تلاش و کوشش به نتایج کامل دست یابد. این در حالی است که نتایج کامل و بدون نقص دست‌ناافتنی است و تلاش برای دستیابی به آن آسیب‌های روان‌شناختی را در پی خواهد داشت (هیل، هولزمن، فیور، کیبلر، وی‌سنت و کندی، ۲۰۰۴). هم‌اکنون کمال‌گرایی به‌عنوان یک سازه چندبعدی در نظر گرفته می‌شود و به‌عنوان گرایش فرد به داشتن مجموعه‌ای از معیارهای افراطی و تمرکز بر شکست‌ها و نقص‌ها در عملکرد و اعتقاد به کامل بودن، احساس اضطراب و فشار روانی بالا و ترس از این‌که نتواند مطابق انتظارات خود زندگی کند، تعریف می‌شود (فلت، بلنکستین و هویت، ۲۰۰۹).

افراد کمال‌گرا تجارب شکست را بیش از حد تعمیم می‌دهند. بنابراین دور از انتظار نیست که پژوهش‌ها حاکی از آن باشند که کمال‌گرایی با افسردگی، اضطراب، عزت‌نفس پایین، خودکشی، بیماری کرونری قلب و الکلیسم ارتباط داشته باشد. چرا که وقتی فرد پذیرش خود را مشروط به کسب موفقیت‌ها و معیارها می‌داند، احتمالاً روند پیگیری اهداف به‌طور مؤثر، دچار مشکل خواهد شد و به‌دنبال آن، شکست و ناکامی در تحقق اهداف رخ خواهد داد، که این خود باعث ناکامی فرد در دستیابی به سایر اهداف و ایجاد شناخت‌های معیوب در فرد خواهد شد. بنابراین در طی این فرایند کمال‌گرایی موجب مشکلات و مسائل بسیار در فرد می‌شود (زرگر، مردانی و مهرابی-زاده هنرمند، ۱۳۹۱).

پژوهش و نظریه‌پردازی پیرامون کمال‌گرایی طی دو دهه گذشته روند رو به رشدی را داشته است. پژوهش‌های زیادی نشان داده‌اند؛ کمال‌گرایی افرادی که اختلال تغذیه (دور و ترن، ۲۰۱۱) و علائم اختلال اضطراب، افسردگی دارند در مقایسه با افراد سالم بیشتر است (استوبر، فیست و هیوارد، ۲۰۰۹). اخیراً برخی نویسندگان استدلال کرده‌اند که کمال‌گرایی همیشه با آسیب‌شناسی روانی همراه نیست؛ بلکه ممکن است با نتایج مثبتی نیز همراه باشد. بدین معنی که کمال‌گرایی ممکن است اثرات دوگانه‌ای داشته باشد (فیضی، ۱۳۹۰). هامچاک (۱۹۷۸)، اولین فردی بود که بین انواع کمال‌گرایی تمایز قائل شد، او کمال‌گرایی را به دو بعد به‌هنجار و نا به‌هنجار تقسیم

## 1. perfectionism

کرد. افراد کمال‌گرای به‌هنگار معیارهای بالایی برای خود ارزیابی دارند، از انگیزه درونی برخوردارند و در کارها علاقه، هیجان و اعتماد به‌نفس بیشتری دارند. به‌طوری که می‌توان گفت ویژگی این افراد نیاز به پیشرفت و موفقیت فردی است. نیاز به پیشرفت از طریق تمایل به انجام کارها و رسیدن به سطح بالای کمال و تلاش برای مسلط شدن برجسته می‌شود (سیگلمن و ریدر، ۲۰۰۸).

شناخت باورهای مثبت و منفی کمال‌گرایی و رابطه آن‌ها با مولفه‌های روانی و شخصیتی اهمیت زیادی دارد و کمال‌گرایی منفی، با پیامدهای آسیب‌شناختی نظیر عزت‌نفس پایین، اضطراب و تعلل، باورهای غیرمنطقی، خود سرزنش‌گری، خود انتقادگری، احساس گناه و نشانگان افسردگی مرتبط است. در حالی که کمال‌گرایی مثبت با تجارب سالم‌تری نظیر تلاش برای پیشرفت، عاطفه مثبت، عزت‌نفس بالا، خودکارآمدی و خودشکوفایی در ارتباط است (نیکنام، حسینیان و یزدی، ۱۳۸۹). مادرانی که کمال‌گرایی مثبت در آن‌ها بالاتر است دخترانی با خودکارآمدی و خوش‌بینی بالاتری تربیت می‌کنند (دانش، شمشیری، کاکاوند و سلیمی‌نیا، ۱۳۹۲). در نتیجه رابطه قوی میان کمال‌گرایی منفی و روان‌رنجورخویی و همچنین بهزیستی ذهنی در سه گروه جوان، میانسال و کهنسال وجود دارد (گومز، گرینگز، بانگرت و کروب، ۲۰۰۹). اگرچه پیشینه‌ای که منشا احتمالی این شناخت‌های غیر انطباقی را دربرمی‌گیرد محدود است (استوبر و آیزنک، ۲۰۰۸)؛ اما اغلب مطالعات تجربی و نظری انجام‌شده بر عوامل والدینی تمرکز داشته‌اند و بین کمال‌گرایی و عوامل والدینی مختلف از جمله سبک‌های فرزندپروری، کمال‌گرایی والدین و سبک‌های دلبستگی رابطه پیدا کرده‌اند (خسروی، ۱۳۸۸).

از آنجایی که خانواده شبکه‌ای از ارتباطها است که در آن والدین و کودکان در فرایندی دوسویه با هم در تعاملند؛ لذا در این مجموعه، طرفین قادرند تاثیرهای بس شگرفی بر یکدیگر داشته باشند. با تأمل در کیفیت رابطه والدین و کودک و موشکافی در آن، می‌توان به نقش حساس مادر در ارتباط با کودک پی برد (جانسون، بوتی و هالسورس، ۲۰۰۹). آگاهی و شناخت کافی و عمیق از این مبانی می‌تواند ما را در پرورش شخصیت سالم فرزندان در خانواده یاری رساند و روش‌های مناسب و مؤثر را برای چگونگی و نحوه ارتباط والدین با فرزندان به‌دست دهد (ساوگ، جاکوب و پاین، ۲۰۱۰).

نخستین کسانی که کودک از آن‌ها الگو می‌گیرد و بسیاری از روحيات و غرایز او در اثر تماس با آن‌ها به‌وجود می‌آید، والدین هستند. آن‌ها از آن جهت که بسیاری از ویژگی‌ها و صفات را از خود و اجدادشان به کودکان منتقل می‌کنند، عامل وراثت‌اند و از آن جهت که در تماس همیشگی با فرزند خویش هستند و اعمال و رفتار او را زیر نظر دارند و او نیز آن‌ها را الگوی خویش قرار می‌دهد، یک عامل محیطی برای تربیت به حساب می‌آیند (برگمن، ۲۰۰۷). از آنجا

## Archive of SID

که خانواده اولین بذر رشد فردی و شخصیت آدمی را می‌کارد، و از سوی دیگر کودک در بیشتر حالت‌های خود، مقلد پدر و به‌ویژه مادر خود است؛ لذا نخستین سال‌های زندگی در ایجاد شخصیت بزرگسالی بسیار مهم و در این میان نقش والدین و به‌ویژه مادر بسیار حائز اهمیت است (کوک و کرنی، ۲۰۰۹). شیوه‌های فرزندپروری نقش مهمی در رشد رفتار، فراست اجتماعی و عواطف کودکان دارد (عبدل‌گانی، رزاردی و عبد عزیز، ۲۰۱۴). این شیوه‌ها تا حد زیادی بیان‌گر شخصیت والد در حوزه‌های پرورش کودک است. شخصیت والدین شیوه‌های فرزندپروری آن‌ها را تعیین می‌کند (پربنز، انگنا، هلینگس، گرسنتس، گسکویر و کولپین، ۲۰۰۵).

صفات شخصیت تمایلات غیرشرطی رفتاری هستند که توان بالقوه افراد را در عرصه عملکردشان منعکس می‌کنند (کاپارا، ونچیونه، آلساندری، گاربینو و باربانلی، ۲۰۱۱). به‌عنوان مثال روان‌رنجورخویی نشان‌دهنده تجربه احساس‌های منفی مانند نگرانی، غم، دشمنی و همچنین ناپایداری در احساس است (کاپلان، ریچارد و رووان، ۲۰۰۹). رفتارهای فرزندپروری که مرتبط با رشد مثبت کودک و سطح پایین مشکلات رفتاری است شامل رفتارهای گرم/پاسخگو و کنترل رفتار است (اولیور، رایت گورین و کافمن، ۲۰۰۹). شواهد تجربی بیان می‌دارند هنگامی که والدین رابطه گرم و پاسخگو با پسران و دختران خود دارند، کودکان پرخاشگری و تخلف کمتری از خود نشان می‌دهند و سطوح پایین‌تری از کناره‌گیری اجتماعی، پریشانی روانی و علائم جسمانی در آن‌ها دیده می‌شود (مازفسکی و فارل، ۲۰۰۵).

تاکنون پژوهش‌های زیادی در مورد رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری با کمال‌گرایی و سازگاری نوجوانان انجام شده است و در بیش‌تر این پژوهش‌ها به چگونگی کاهش آسیب‌های ناشی از کمال‌گرایی پرداخته شده و در آن‌ها کمتر به عامل‌های موثر در شکل‌گیری کمال‌گرایی توجه شده است، بنابراین بررسی عامل‌های موثر بر کمال‌گرایی ضروری به‌نظر می‌رسد. با توجه به نقش اساسی مادران در رشد فرزندان و شکل‌گیری شخصیت آن‌ها، هدف از این پژوهش تعیین رابطه ویژگی‌های شخصیتی مادران با کمال‌گرایی دختران‌شان بود و سوال‌های زیر آزمون شد.

۱. کدام‌یک از صفات شخصیت برون‌گرایی، روان‌رنجورخویی، سازگاری، گشودگی در برابر تجارب و مسئولیت‌پذیری مادران با کمال‌گرایی انطباقی/غیرانطباقی دختران نوجوان آن‌ها رابطه دارد؟

۲. آیا می‌توان بین سازه کمال‌گرایی به‌عنوان یک متغیر شخصیتی در دختران نوجوان با صفات شخصیتی مادران آن‌ها پل ارتباطی برقرار کرد؟

## روش

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری تعداد ۴۹۹۹۹ دانش‌آموز دختر ۱۴ تا ۱۸ سال در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ مقطع متوسطه استان البرز بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای از میان آن‌ها ۳۸۰ دانش‌آموز انتخاب شد. به این صورت که ابتدا به‌طور تصادفی از بین نواحی استان البرز سه ناحیه ۱، ۲ و ۳ و از بین آن‌ها سه مدرسه آینده سازان، اهل بیت ۲ و معرفت، و از هر مدرسه ۵ کلاس انتخاب، و برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل واریانس و رگرسیون چندمتغیره استفاده شد.

## ابزار پژوهش

**نسخه کوتاه پرسشنامه پنج عامل شخصیتی نئو.** این پرسشنامه بر اساس الگوی پنج عاملی شخصیت در دو نسخه ۲۴۰ و ۶۰ سؤالی توسط کاستا و مک‌کری در سال ۱۹۹۵ تهیه شد. در پژوهش حاضر از نسخه کوتاه این مقیاس که حاوی پنج حیطه و ۶۰ سؤال است استفاده شد. هر یک از این حیطه‌ها که با ۱۲ سؤال سنجش می‌شود، به‌ترتیب شامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، خوشایندی، مسئولیت‌پذیری است. پرسش‌ها در مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت کاملاً مخالفم = ۰، مخالفم = ۱، خنثی = ۲، موافقم = ۳ و کاملاً موافقم = ۴ تنظیم شده و پایایی این مقیاس از طریق آزمون-بازآزمون برای مقیاس‌ها بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و همسانی درونی پنج مقیاس بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۶ گزارش شده که نشان‌دهنده ویژگی‌های روان‌سنجی مناسبی برای آزمون است. شماره سؤال‌های روان‌رنجورخویی ۱، ۶، ۱۱، ۱۶، ۲۱، ۲۶، ۳۱، ۳۶، ۴۱، ۴۶، ۵۱؛ سازگاری ۴، ۹، ۱۴، ۱۹، ۲۴، ۲۹، ۳۴، ۳۹، ۴۴، ۴۹، ۵۴، ۵۹؛ گشودگی ۳، ۸، ۱۳، ۱۸، ۲۳، ۲۸، ۳۳، ۳۸، ۴۳، ۴۸، ۵۳، ۵۸؛ برون‌گرایی ۲، ۷، ۱۲، ۱۷، ۲۲، ۲۷، ۳۲، ۳۷، ۴۲، ۴۷، ۵۲، ۵۷؛ و وظیفه‌شناسی ۵، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۳۰، ۳۵، ۴۰، ۴۵، ۵۰، ۵۵، ۶۰ است. این آزمون در مورد افراد به‌هنگار ۱۷ سال به بالا قابل اجرا است و هر فردی با داشتن تحصیلات بالاتر از پایان دوره ابتدایی می‌تواند به سؤال‌ها پاسخ دهد. سوال‌هایی که علامت منفی دارند، معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل امتیاز برای هر عامل ۰ و حداکثر امتیاز ۴۸ است (نقل از محمدزاده ادملایی، شهنی‌بیلاق و مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۸۸). مک‌کری و کاستا (۲۰۰۴) این پرسشنامه را در مورد ۲۰۸ نفر از دانشجویان به فاصله سه ماه اجرا کردند و ضرایب پایایی آلفای کرونباخ را برای مقیاس‌های روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، و گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی به‌ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۷۹ و ۰/۷۹ به‌دست آوردند. در پژوهش خوشنویس، افروز و اسماعیلی (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ ۵ مولفه پرسش‌نامه شخصیتی نئو بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۲ محاسبه شد. در

پژوهش حاضر ضریب پایایی زیر مقیاس‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۶۱ تا ۰/۷۳ به‌دست آمد.

پرسشنامه **کمال‌گرایی هیل**. این پرسشنامه برای ارزیابی کمال‌گرایی توسط هیل و همکاران (۲۰۰۴) ساخته شد و دارای ۵۸ گویه و ۶ خرده‌مقیاس است. سه خرده‌مقیاس انطباقی شامل هدف‌مندی با سوال‌های ۲۸، ۲۰، ۴، ۴۴، ۳۶، ۵۴، ۱۲ و ۵۱؛ نظم و سازماندهی با سوال‌های ۳۵، ۵۰، ۱۹، ۵۵، ۴۳، ۲۷ و ۱۱؛ تلاش برای عالی بودن با سوال‌های ۳۲، ۴۰، ۲۴، ۱، ۷، ۸ و ۱۶؛ و سه خرده‌مقیاس غیرانطباقی شامل حساسیت بین‌فردی با سوال‌های ۲۵، ۵۸، ۱۷، ۴۵، ۳۹، ۵۶، ۲۹، ۲۳، ۹، ۲، ۱۳، ۳۱، ۴۸، ۱۵، ۵، ۴۷، ۳۷، ۳۸، ۳۳ و ۵۲؛ ادراک فشار از سوی والدین با سوال‌های ۳۰، ۴۶، ۶، ۵۷، ۵۳، ۲۲ و ۱۴ و معیار بالا برای دیگران با سوال‌های ۴۲، ۲۶، ۱۸، ۳۴، ۴۹، ۲۱، ۱۰، ۴۱ و ۳ اندازه‌گیری می‌شود. نمره کل کمال‌گرایی نیز از مجموع نمرات ۶ گانه کمال‌گرایی به‌دست می‌آید. از این مقیاس در فرهنگ ایران استفاده از این پرسشنامه و روایی و پایایی آن بررسی شده است. همسازی درونی کل مقیاس در بررسی مقدماتی با ۶۸ آزمودنی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به‌دست آمد. در بررسی اصلی با ۳۱۳ آزمودنی نیز پس از انجام تحلیل عاملی برای کل مقیاس ضریب ۰/۹۰ به‌دست آمد. علاوه بر این ضرایب آلفای کرونباخ برای ابعاد حاصل از تحلیل عاملی محاسبه شد (خلعتبری، قربان شیرودی و حسینی، ۱۳۹۰). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ کل مجموعه که شاخصی برای اعتبار پرسشنامه است برابر با ۰/۹۳ محاسبه شد.

**شیوه اجرا.** پس از انتخاب تصادفی کلاس‌ها، برای ورود به کلاس‌ها، با معلم هر کلاس هماهنگی به‌عمل آمد، قبل از توزیع پرسشنامه‌ها راجع به هدف پژوهش، محرمانه ماندن اطلاعات و نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها توضیح‌های لازم به دانش‌آموزان ارائه و همچنین به آن‌ها گفته شد در صورتی که تمایلی به شرکت در پژوهش ندارند می‌توانند کلاس را ترک کنند. سپس پرسشنامه کمال‌گرایی که اطلاعات مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی در بالای آن درج شده بود بین دانش‌آموزان توزیع و از آن‌ها خواسته شد با دقت به سوال‌ها پاسخ دهند و هیچ سوالی را بدون پاسخ نگذارند. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌های تکمیل شده، از دانش‌آموزان خواسته شد کد پرسشنامه خود را بالای پرسشنامه نثو که باید توسط مادر آن‌ها تکمیل می‌شود، بنویسند و از مادر خود بخواهند آن را تکمیل کند و روز بعد پرسشنامه تکمیل شده را به معلم تحویل دهند.

## یافته‌ها

محدوده سن دختران بین ۱۴ تا ۱۸ سال با میانگین ۱۶/۳ و انحراف معیار ۲/۱ سال؛ و محدوده سن مادران آن‌ها بین ۵۸ تا ۳۴ سال با میانگین ۳۶/۴ و انحراف معیار ۱۴/۸ سال و تعداد فرزندان خانواده بین ۱ تا ۸ فرزند بود که بیشتر خانواده‌ها (۵۳/۶ درصد) دارای ۲ فرزند بودند و ۰/۳ درصد خانواده‌ها دارای ۷ فرزند و ۰/۳ درصد نیز دارای ۸ فرزند بودند. محدوده معدل درسی دختران بین ۱۲ تا ۱۹/۶ با میانگین ۱۵/۴ و انحراف معیار ۵/۲۱ بود. ۱۷ درصد مادران سیکل، ۳۶/۴ درصد دیپلم، ۲۹ درصد فوق دیپلم، ۱۴/۸ درصد لیسانس و ۲/۸ درصد فوق لیسانس بودند.

### جدول ۱. شاخص‌های توصیفی نمره‌های کمال‌گرایی و خرده‌مقیاس‌های آن در دختران نوجوان

مقیاس‌ها	میانگین	انحراف معیار
کمال‌گرایی انطباقی	۶۵/۰۸۵	۱۰/۰۹۸
کمال‌گرایی غیرانطباقی	۸۵/۲۰۲	۱۴/۲۷۸
حساسیت بین‌فردی	۴۶/۱۶۸	۱۰/۸۰۵
تلاش برای عالی بودن	۲۱/۵۵۵	۳/۹۱۱
نظم و سازماندهی	۲۰/۳۱۹	۴/۰۱۵
ادراک فشار از سوی والدین	۱۹/۲۰۵	۳/۵۴۶
هدف‌مندی	۲۲/۸۴۶	۴/۱۴۹
معیار بالا برای دیگران	۱۹/۳۰۲	۳/۸۶۶

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد کمال‌گرایی غیرانطباقی، بالاترین میانگین را و خرده‌مقیاس ادراک فشار از سوی والدین، کمترین میانگین را در بین دختران نوجوان دارد.

### جدول ۲. خلاصه نتایج رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران

الگو	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	R	R <sup>۲</sup>	F
گام اول	رگرسیون	۳۰۵۵/۳۳۲	۱			
روان‌رنجورخوبی	باقیمانده	۶۸۲۹۷/۳۰۶	۳۴۹	۰/۳۶۷	۰/۱۳۴	۱۵/۶۱۳**
	جمع	۷۱۳۵۲/۶۳۸	۳۵۰			
گام دوم	رگرسیون	۵۰۵۱/۳۲۲	۲			
گشودگی	باقیمانده	۶۶۳۰۱/۳۱۶	۳۴۸	۰/۴۱۶	۰/۱۷۳	۱۵/۳۹۳**
دربرابر تجارب	جمع	۷۱۳۵۲/۶۳۸	۳۵۰			

\*\*P<۰/۰۱    \*P<۰/۰۵

نتایج جدول ۲ در گام اول رگرسیون نشان می‌دهد خرده‌مقیاس روان‌رنجورخوبی ۱۳/۴ درصد واریانس و در گام دوم رگرسیون، خرده‌مقیاس گشودگی در برابر تجارب، مشترکاً ۱۷/۳ درصد واریانس کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران را پیش‌بینی می‌کنند. با توجه به معنادار بودن F، الگوی

رگرسیون خطی معنادار است و در نتیجه متغیرهای پیش‌بین روان‌رنجورخویی و گشودگی در برابر تجارب در پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران رابطه خطی دارد.

جدول ۳. خلاصه جدول ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران

الگو	متغیر	b	خطای معیار	بتا	آماره t
گام اول	ثابت	۷۴/۴۴۱	۲/۸۲۴		۲۶/۳۶**
	روان‌رنجوری	۰/۴۶۳	۰/۱۱۷	۰/۲۰۷	۳/۹۵۱**
گام دوم	ثابت	۸۲/۳۴۷	۳/۷۰۵		۲۲/۲۲۳**
	روان‌رنجوری	۰/۵۰۴	۰/۱۱۶	۰/۲۲۵	۴/۳۳۴**
	گشودگی در برابر تجارب	-۰/۳۰۱	۰/۰۹۳	-۰/۱۶۸	-۳/۲۳۷**

\* $P < 0.05$  \*\* $P < 0.01$

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد از بین متغیرهای پیش‌بین، روان‌رنجورخویی و گشودگی در برابر تجارب قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران است. با توجه به ضرایب معیار رگرسیون در گام دوم، روان‌رنجورخویی با ۰/۲۲۵ سهم بیشتری نسبت به گشودگی در برابر تجارب با ۰/۱۱۶- در پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران دارد. ضریب رگرسیون روان‌رنجوری مثبت، و ضریب گشودگی در برابر تجارب منفی است که نشانگر رابطه مثبت روان‌رنجورخویی و رابطه منفی گشودگی در برابر تجارب با کمال‌گرایی غیرانطباقی است. خرده-مقیاس‌های برون‌گرایی، توافق و وجدانی بودن رابطه معناداری با کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران نداشتند.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران

الگو	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	R	R <sup>۲</sup>	F
گام اول	رگرسیون	۱۰۰۰/۵۹۲	۱			
مسئولیت‌پذیری	باقیمانده	۳۴۶۹۴/۸۴۴	۳۴۹	۰/۱۶۷	۰/۰۲۸	۱۰/۰۶۵**
	جمع	۳۵۶۹۵/۴۳۶	۳۵۰			
گام دوم	رگرسیون	۱۴۹۴/۱۴۵	۲			
برون‌گرایی	باقیمانده	۳۴۲۰۱/۲۹۱	۳۴۸	۰/۲۰۵	۰/۰۴۲	۷/۶۰۲**
	جمع	۳۵۶۹۵/۴۳۶	۳۵۰			
گام سوم	رگرسیون	۲۰۶۴/۲۶۹	۳			
روان‌رنجورخویی	باقیمانده	۳۳۶۳۱/۱۶۷	۳۴۷	۰/۲۴۰	۰/۰۵۸	۷/۱۰**
	جمع	۳۵۶۹۵/۴۳۶	۳۵۰			

\* $P < 0.05$  \*\* $P < 0.01$

جدول ۴ نشان می‌دهد در گام اول مسئولیت‌پذیری ۲/۸ درصد واریانس و در گام دوم برون‌گرایی ۴/۲ درصد و در گام سوم روان‌رنجورخویی مشترکاً ۵/۸ درصد واریانس کمال‌گرایی انطباقی دختران را پیش‌بینی می‌کنند. با معنادار شدن F می‌توان گفت متغیرهای پیش‌بین مسئولیت-



پذیری، برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی در پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران رابطه خطی دارند.

جدول ۵. خلاصه جدول ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران

الگو	متغیر	b	خطای معیار	بتا	آماره t
گام اول	ثابت	۵۷/۶۱۱	۲/۴۱۵		۲۳/۸۶**
	مسئولیت‌پذیری	۰/۲۱	۰/۰۶۶	۰/۱۶۷	۳/۱۸**
گام سوم	مسئولیت‌پذیری	۰/۱۶۵	۰/۰۶۷	۰/۱۳۲	۲/۴۵*
گام دوم	ثابت	۵۳/۹۳	۲/۹۱		۱۸/۵۳**
	برون‌گرایی	۰/۲۲۵	۰/۰۷۷	۰/۱۶۴	۲/۹۱**
	مسئولیت‌پذیری	۰/۱۷۶	۰/۰۶۷	۰/۱۴۰	۲/۶۱**
	روان‌رنجورخویی	-۰/۲۱۱	۰/۰۸۷	-۰/۱۳۳	-۲/۴۳*
	برون‌گرایی	۰/۱۶۵	۰/۰۷۴	۰/۱۲۱	۲/۲۴*

\* $P < 0.05$  \*\* $P < 0.01$

جدول ۵ نشان می‌دهد از بین متغیرهای پیش‌بین، مسئولیت‌پذیری، برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران هستند. با توجه به ضرایب معیار رگرسیون محاسبه شده در گام سوم، برون‌گرایی با مقدار ۰/۱۶۴ سهم بیشتری نسبت به روان‌رنجورخویی با مقدار -۰/۱۳۳ و مسئولیت‌پذیری با مقدار ۰/۱۳۲ در پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران دارد. ضریب رگرسیون روان‌رنجورخویی منفی، ولی ضریب رگرسیون مسئولیت‌پذیری، برون‌گرایی مثبت است که نشانگر رابطه منفی روان‌رنجورخویی و رابطه مثبت مسئولیت‌پذیری، برون‌گرایی با کمال‌گرایی انطباقی است. خرده‌مقیاس‌های توافق و گشودگی در این الگو رابطه معناداری با کمال‌گرایی انطباقی دختران نداشتند.

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان داد از بین متغیرهای پیش‌بین، خرده‌مقیاس روان‌رنجورخویی و گشودگی در برابر تجارب قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی غیرانطباقی دختران است و درضمن، ضریب رگرسیون روان‌رنجورخویی مثبت و گشودگی در برابر تجارب منفی است که نشانگر رابطه مثبت روان‌رنجوری و رابطه منفی گشودگی در برابر تجارب با کمال‌گرایی غیرانطباقی است. همسو با این پژوهش، جانسون، باتی و هولتورث (۲۰۰۹) نشان دادند که پایداری هیجانی بیشترین تاثیر و گشودگی کمترین تاثیر را بر سلامت روان دارند. پژوهش رام (۲۰۰۵) نشان داد که کمال‌گرایی منفی با عاطفه منفی، روان‌رنجورخویی، اضطراب، استرس و عوامل شخصیتی منفی ارتباط مستقیم دارد. همچنین هویت و فلت (۲۰۰۲) نشان دادند که حضور کمال‌گرایی

## Archive of SID

اثرات منفی استرس را افزایش می‌دهد که خود منجر به ناسازگاری می‌شود. استامپ و پارکر (۲۰۰۰) نیز به تحلیل ساختاری سلسله مراتبی از کمال‌گرایی و رابطه آن با سایر ویژگی‌های شخصیتی پرداختند و نشان دادند کمال‌گرایی می‌تواند به‌خوبی به‌عنوان دو بعد مستقل شناخته شود و بیانگر الگوهای متفاوتی از همبستگی با سایر متغیرهای شخصیتی باشد. در تحلیل ساختاری سلسله مراتبی کمال‌گرایی آن‌ها ابعاد ناسالم کمال‌گرایی با کمبود عزت‌نفس، روان-رنجوری و آسیب‌های کلی مرتبط، و بعد سالم و کارآمد کمال‌گرایی با بردباری، نظم و وجدان در ارتباط بود.

جعفرنژاد (۱۳۸۹) دریافت که رابطه عامل‌های روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی و سلامت روان معنادار است. مولایی (۱۳۸۸) نیز نشان داد کمال‌گرایی مثبت با همسازی رابطه مثبت و معنادار دارد، همچنین همبستگی بین کمال‌گرایی منفی و تجربه‌پذیری منفی است. فلت و فلت (۲۰۰۶) نشان دادند کمال‌گرایی اثرات منفی استرس را افزایش و شدت می‌دهد که خود منجر به ناسازگاری می‌شود. سوئیس‌الیت، گوسنس، واستن کیست، لویترن و دوریز (۲۰۰۵) در پژوهش خود دریافتند که رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نایافته مادران و دختران‌شان مثبت است ولی بین کمال‌گرایی سازش‌نایافته پدران و دختران‌شان رابطه‌ای به‌دست نیاموردند. به بیان دیگر در پژوهش آن‌ها همبستگی مشابهی بین کمال‌گرایی دختران و مادران دیده شد، اما بین کمال‌گرایی دختران و پدران همبستگی به‌دست نیامد.

بنابراین در تبیین یافته پژوهش حاضر می‌توان گفت از آنجا که کمال‌گرایی تحت تاثیر عوامل محیطی و به‌ویژه رفتارهای مادران است؛ و از طرف دیگر چون فرزندان از ابتدای کودکی وقت بیشتری را با مادر خود می‌گذرانند؛ بنابراین زمان بیشتری برای یادگیری الگوهای رفتاری از مادران خود و همانندسازی با آن‌ها دارند و رفتارهای آن‌ها را درون‌سازی می‌کنند. علاوه بر این اگر مادران کمال‌گرای سازش‌نایافته باشند، دختران از طریق همانندسازی با والد همجنس خود الگوی کمال‌گرایی سازش‌نایافته را می‌آموزند. همان‌طور که استوبر و یانگ (۲۰۱۰) عنوان می‌کنند مادران کمال‌گرا، فرزندی را خوب می‌دانند که همیشه بی‌عیب و نمونه باشد. وقتی آن‌ها به خواست خود نرسند بیشتر اوقات عصبانی می‌شوند و فرزندان خود را سرزنش می‌کنند و آن‌ها را با دیگران مقایسه می‌کنند و به‌تدریج بین آن‌ها و فرزندان‌شان فاصله عاطفی زیادی ایجاد می‌شود، که باعث شکل‌گیری الگوی کمال‌گرایی ناسازگار می‌گردد. با توجه به آنچه گفته شد می‌توان گفت که صفات شخصیتی مادران نیز همانند الگوهای کمال‌گرایی می‌تواند در دختران تاثیرگذار باشد. بنابراین شناخت نیازهای فرزندان و اصلاح الگوهای رفتاری و صفات شخصیتی مادران نقش مهمی را در بهزیستی فرزندان خواهد داشت. زیرا کودک در روند اجتماعی‌شدن

معمولاً والدین و به‌ویژه مادر خود را الگو قرار می‌دهد و رفتار خود را بر پایه تقلید از او پایه‌ریزی می‌کنند.

نتیجه دیگر پژوهش حاضر نشان داد از بین متغیرهای پیش‌بین، خرده‌مقیاس مسئولیت‌پذیری، برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی انطباقی دختران است؛ که نشانگر رابطه منفی روان‌رنجورخویی و رابطه مثبت مسئولیت‌پذیری و برون‌گرایی با کمال‌گرایی انطباقی بود. بر اساس یافته‌های استوبر، چسترمن و تارن (۲۰۱۰)، افراد با سطوح بالای کمال‌گرایی سازمان‌یافته سطوح پایین‌تری از افسردگی را تجربه می‌کنند و این مسئله تلویحاً بدین معنی است که افراد از طریق سازمان‌دهی کنترل بیشتری را روی محیط درک می‌کنند و کمتر ناامید می‌شوند و عاطفه منفی کمتری را تجربه می‌کنند. امامی‌پور و سبزمیدانی (۱۳۸۹)، در پژوهش خود بر رابطه منفی بین ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایی، انعطاف‌پذیری و دل‌پذیری با کمال‌گرایی و نیز رابطه منفی بین روان‌نژندگرایی و سلامت عمومی صحه گذاشتند. همچنین پژوهش آنان بیانگر رابطه مثبت بین روان‌رنجورخویی و کمال‌گرایی و بین ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایی، گشودگی در برابر تجارب، خوشایندی و مسئولیت‌پذیری با سلامت عمومی دانشجویان بود، اما ارتباط بین ویژگی مسئولیت‌پذیری و کمال‌گرایی معنادار نبود. نتایج پژوهش مذکور ناهمسو با پژوهش حاضر است که می‌تواند ناشی از تفاوت بین گروه‌های نمونه باشد.

جمشیدی، رزمی، حقیقت، سامانی (۱۳۸۷) نیز نشان دادند که انسجام خانواده، تنها افزایش در جنبه‌های مثبت کمال‌گرایی و ابعاد سه‌گانه آن را که شامل تلاش برای عالی‌بودن، هدف‌مندی و نظم و ساماندهی است، پیش‌بینی می‌کند و انعطاف‌پذیری خانواده‌ها، افزایش در جنبه‌های مثبت و منفی کمال‌گرایی را پیش‌بینی می‌کند.

نتیجه نهایی این که انسجام خانواده نه تنها به پیامدهای مثبت می‌انجامد، بلکه ممکن است رابطه انعطاف‌پذیری با جنبه‌های منفی کمال‌گرایی، ناشی از عدم تاکید صریح والدین انعطاف‌پذیر بر خواسته‌ها، انتظارات و چشم داشته‌های‌شان از فرزندان‌شان باشد. پژوهش مذکور همسو با پژوهش حاضر نشان می‌دهد که محیط خانواده می‌تواند در شکل‌گیری کمال‌گرایی مثبت و بروز کمال‌گرایی منفی موثر واقع شود. بدون تردید از نظر اجتماع مهم‌ترین بعد شخصیت افراد، بعد اجتماعی شخصیت آن‌ها است و لازمه زندگی اجتماعی، آمادگی روانی، برخورداری از مهارت‌های اجتماعی، اعتماد به نفس و قدرت سازگاری اجتماعی است. خانواده به‌عنوان اساسی‌ترین بستر رشد شخصیت مطلوب کودکان محسوب می‌شود که مهم‌ترین و موثرترین دوران زندگی آدمی در آن سپری می‌شود. تحت تاثیر تعاملات با افراد خانواده است که شخصیت پایه‌ریزی می‌شود و شکل می‌گیرد. بدون شک کمال‌گرایی نیز تحت تاثیر این تعامل‌ها و عوامل محیط خانواده شکل می‌گیرد و انسجام/عدم‌انسجام خانواده نیز از عوامل محیطی به‌شمار می‌رود که می‌تواند به کمال-

گرایی انطباقی/غیرانطباقی منتهی شود. کمال‌گرایی انطباقی و مثبت در محیطی کارا پرورش می‌یابد و در مقابل ویژگی‌های منفی محیطی زمینه را برای بروز کمال‌گرایی منفی فراهم می‌کند. بنابراین به‌عنوان نتیجه‌گیری نهایی می‌توان گفت که ویژگی‌های ساختاری و زیربنایی هریک از ابعاد شخصیت در مادران می‌تواند عاملی مهم و پایدار در کمال‌گرایی انطباقی یا غیرانطباقی دختران نوجوان آن‌ها باشد. بنابراین پیشنهاد می‌شود پس از بازشناسی تمایلات کمال‌گرایانه در دختران نوجوان به آن‌ها و والدین‌شان باید الگوی کمال‌گرایانه انطباقی آموزش داده شود تا سازگاری آن‌ها با مسائل و محیط افزایش یابد.

## منابع

- امامی‌پور، سوزان، و سبزمیدانی، پگاه. (۱۳۸۹). ارتباط ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی با سلامت عمومی دانشجویان. *تحقیقات روان‌شناختی*. ۲(۵): ۹۵-۱۰۶.
- جمشیدی، بهنام، رزمی، محمدرضا، حقیقت، شهربانو، و سامانی، سیامک. (۱۳۸۷). رابطه انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با ابعاد کمال‌گرایی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی (اندیشه و رفتار)*. تابستان، ۲(۵۳): ۱۹۸-۲۰۵.
- جعفرنژاد، پروین. (۱۳۸۹). بررسی رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت، سبک‌های مقابله‌ای و سلامت روانی در دانشجویان کارشناسی. *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران*. ۷(۱۷): ۷۴-۵۱.
- خسروی، زهره، و علی‌زاده صحرائی، ام‌هانی. (۱۳۸۸). کمال‌گرایی: سلامت یا بیماری؟ انتشارات فرانگیزش.
- خلعتبری، جواد، قربان‌شیرودی، شهره، و حسینی، ایمان. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و احساس تنهایی با کیفیت زندگی دانشجویان پزشکی استان گیلان. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*. بهار، ۲(۵): ۱۳۱-۱۱۷.
- خوشنویس، الهه، افروز، غلام‌علی، و اسماعیلی، علی‌رضا. (۱۳۹۳). تعیین سهم ادراک خطر بر اساس ویژگی‌های شخصیتی در رانندگان خطرآفرین. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، تابستان. ۸(۲)پیاپی ۳۰: ۸۴-۷۱.
- دانش، عصمت، شمشیری، مینا، کاکاوند، علی‌رضا، سلیمی‌نیا، علی‌رضا. (۱۳۹۲). رابطه کمال‌گرایی مادران با خودکارامدی و خوش‌بینی در دختران. *مطالعات روان‌شناختی*. ۹(۳): ۱۵۱-۱۲۵.
- زرگر، یدالله، مردانی، مریم، و مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز. (۱۳۹۱). اثربخشی مداخله شناختی-رفتاری بر کمال‌گرایی و احساس گناه در دانشجویان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، زمستان، ۶(۴)پیاپی ۲۴: ۷۱-۸۵.

فیضی، آیدا. (۱۳۹۰). *ارتباط خودپندیری، کمال‌گرایی و تحلیل‌رفتگی در بازیکنان نخبه بسکتبال*. رشته تربیت بدنی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج.

محمدزاده‌ادملائی، رجبعلی، شهنی‌بیلاق، منیجه، و مهرابی‌زاده‌هنرمند، مهناز. (۱۳۸۸). مقایسه دانشجویان پسر دارای سبک‌های یادگیری متفاوت از لحاظ ویژگی‌های شخصیتی، انگیزه پیشرفت و عملکرد تحصیلی. *دست‌آوردهای روان‌شناختی (علوم تربیتی و روان‌شناسی)*، ۱۶(۱)، ۱۵۴-۱۲۷.

مولایی، زهرا (۱۳۸۸). بررسی رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی و صفات شخصیت. *مجله علوم روان‌شناختی*. زمستان، ۶ (۲۳): ۳۰۵-۳۱۸.

نیکنام، ماندانا، حسینیان، سیمین و یزدی، سیده منور. (۱۳۸۹). رابطه باورهای کمال‌گرایانه و رفتارهای خودناتوان‌ساز در دانشجویان. *مجله علوم رفتاری*. ۴(۲): ۱۰۳-۱۰۸.

- Abdul Ghani, F. B., Roeswardi, S.B I., & Abd Aziz, A. (2014). Parenting styles and their relation to teenagers 'personality profile in single mother families: A case study. *Procedia. Journal of Social and Behavioral Sciences* 114, 766-770. 4th World Conference on Psychology, Counseling and Guidance (WCPCG-2013)
- Bergman, A. J., Nyland, J. E., & Burns, L.R. (2007). Correlates with perfectionism and university of a dual process model. *Journal of Personality and individual differences*, 43, 389-399.
- Caprara, G. V., Vecchione, M., Alessandri, G., Gerbino M., & Barbaranelli, C. (2011). The contribution of personality traits and self-efficacy beliefs to academic achievement: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1): 78- 96.
- Coplan, R.J., Arbeau, K.A., & Armer, M. (2008). Don't fret, be supportive! Maternal characteristics linking child shyness to psychosocial and school adjustment in kindergarten. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(3): 359-371.
- Cook, L. C., & Kearney, Ch. A. (2009). Parent and youth perfectionism and internalizing psychology. *Journal of Personality Individual Differences*. 46(3): 325-330.
- Dour, H. J., & Theran, S. A. (2011). The interaction between the superhero ideal and maladaptive perfectionism as predictors of unhealthy eating attitudes and body esteem. *Body Image*, 8, 93-96.
- Gomez, V., Krings, F., Bangerter, A., & Crob, A. (2009). The influence of personality and life events subjective well-being from a life span perspective. *Journal of research in personality*, 43(3):345-347.
- Johnson, S., Butey, M., & Holsworth, L. (2009). Personality and health: The mediating role of trait emotional intelligence and work locus of control

*Archive of SID*

- personality and individual differences. *Journal of personality and individual differences*, 47(5): 440- 475.
- Flett, G. L., & Flett, G. L. (2006). Perfectionism, belief and adjustment in dating relationships, developmental, learning, personality social. *Journal of Research in Personality*, 20(4): 289- 311.
- Flett, G. L., Blank Stein, K. R., & Hewitt, P. L. (2009). Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom test. *Canadian Journal of School Psychology*, 24, 4–18.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and negative perfectionism. *Journal of psychology*, 15, 27-33.
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, K. (2004). A New measure perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment*. 82(1): 80-91
- Mazefsky, C. A., & Farrell, A. D. (2005). The role of witnessing violence, peer provocation, family support, and parenting practices in the aggressive behavior of rural adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 14(1), 71–85.
- McCrea, R. R., & Casta, P. T. (2004). A contemplated revision of NEO Five-Factor Inventory. *Journal of Personality and Individual Differences*. 36, 587-596.
- Oliver, P.H., Wright Guerin, D., & Coffman, J.K. (2009). Big five parental personality traits, parenting behaviors, and adolescent behavior problems: A mediation model. *Personality and Individual Differences* 47, 631–636.
- Prinzie, P., Onghena, P., Hellinckx, W., Grietens, H., Ghesquière, P., & Colpin, H. (2005). Direct and indirect relationships between parental personality and externalizing behavior: The role of negative parenting. *Psychologica Belgica*, 45(2):123–145.
- Ram, A. (2005). The Relationship of positive and negative perfectionism to academic achievement motivation, and well-being in tertiary students. Thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts in psychology, Department of psychology, University of Canterbury.
- Sigelman, C. K., & Rider, E. A. (2008). *Life span Human developmental*. Sixth edition. New York. Wadsworth.
- Stump, H., & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and it's relation to other personality characteristics. *Journal of Personality and individual differences*, 28(5): 837-852.
- Soenens, B., Elliot, A. J., Goossens, L., Vansteenkiste, M., Luyten, P., & Duriez, B. (2005). The intergeneration of perfectionism: parent's psychological control as intervening variable. *Journal of family psychology*, 19(3): 358-366.
- Stoeber, J., & Eysenck, M. W. (2008). Perfectionism and efficacy: Accuracy, response bias and invested time in proofreading performance. *Journal of Research in Personality*. 42(6): 1673-1678.
- Stoeber, J., & Stoeber F. S. (2009). Domains of perfectionism: prevalence and relationships with Perfectionism, gender, age and satisfaction with life. *Journal of Personality Individual Differences*. 46(4): 530-535.

- Stoeber, J., Feast, A. R., & Hayward, J. A. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. *Journal of Personality and Individual Differences*, 47(5): 423–428.
- Stoeber, J., Chesterman, D., & Tarn, T. A. (2010). Perfectionism and task performance: Time on task mediates the perfectionistic strivings–performance relationship. *Personality and Individual Differences*, 48(4): 458–462.
- Stoeber, J., & Yang, H. (2010). Perfectionism and emotional reactions to perfect and flawed achievements: Satisfaction and pride only when perfect. *Journal of Personality and Individual Differences*, 49(3): 246–251.
- Suveg, C., Jacob, M & Payne, M. (2010) Parental interpersonal sensitivity and young social problems: A meditational role for child emotion dysregulation. *Journal of child and family studies*. 19(10): 677–686

\*\*\*

### سیاهه کمال‌گرایی هیبل

۱	برای این‌که راضی باشم کارهایم باید عالی باشد.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲	نسبت به نظر دیگران بیش از اندازه حساسم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳	وقتی کارهای دیگران در حد استانداردهای من نیست معمولا به آن‌ها اطلاع می‌دهم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴	قبل از تصمیم‌گیری درباره اختیارات خود به‌دقت فکر می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵	اگر اشتباهی مرتکب شوم، ممکن است مردم نسبت به من نظر خوبی نداشته باشند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۶	همیشه از طرف والدینم برای بهتر بودن تحت فشار بوده‌ام.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۷	اگر کاری را کمتر از حد کمال انجام دهم، زمان برایم به دشواری سپری می‌شود.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۸	همه انرژی خود را در به‌دست آوردن یک نتیجه بی‌عیب به‌کار می‌گیرم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۹	کارهایم را با دیگران مقایسه و اغلب احساس عدم کفایت می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۰	وقتی دیگران استانداردهای مرا رعایت نکنند آشفته می‌شوم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۱	فکر می‌کنم چیزها باید سر جای خود باشد.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۲	بیشتر تصمیم‌های خود را برنامه‌ریزی می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۳	از شکست خوردن خیلی شرم‌منده می‌شوم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۴	والدینم مرا با معیارهای بالا نگاه داشته‌اند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۵	برای کارهایی که انجام داده‌ام یا نیاز دارم انجام دهم بیش از اندازه نگرانم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۶	تحمل کارهای نیمه تمام برایم دشوار است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۷	درباره واکنش دیگران به کارهای خود نگران هستم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۸	در مورد بهانه‌های دیگران به خاطر کارهای ضعیف آن‌ها، کمتر صبور هستم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۱۹	خود را به‌عنوان یک شخص منظم توصیف می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۰	بسیاری از تصمیم‌هایم بعد از تفکر درباره آن‌ها اتخاذ شده است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۱	درباره اشتباه به‌شدت واکنش نشان می‌دهم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۲	راضی کردن والدینم کار دشواری است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۳	اگر اشتباهی انجام دهم همه روزم خراب است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف

۲۴	در هر تکلیفی که انجام می‌دهم باید بهترین باشم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۵	همواره نگران آن هستم که دیگران رفتار مرا تایید می‌کنند یا نه.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۶	اغلب اوقات از دیگران انتقاد می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۷	دوست دارم همیشه سازمان یافته و منضبط باشم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۸	قبل از این که بدانم چه می‌خواهم معمولاً نیاز به تفکر دارم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۲۹	اگر کسی به اشتباه من پی ببرد احساس می‌کنم احترام او را به گونه‌ای از دست داده‌ام.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۰	والدینم برای پیشرفت من دارای توقعات زیادی هستند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۱	اگر کار بدی انجام دهم یا چیز بدی بگویم، بقیه روز به آن فکر می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۲	خود را به شدت به سوی به‌دست آوردن معیارهای بالا می‌کشانم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۳	به‌ندرت چیزی می‌گویم چون می‌ترسم اشتباه کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۴	بارها توسط کارهای ضعیف و نامرتب دیگران خشمگین شده‌ام.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۵	خانه‌ام را اغلب تمیز می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۶	برای تفکر درباره یک برنامه قبل از انجام کاری به زمان نیاز دارم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۷	اگر کاری را خراب کنم ممکن است مردم درمورد کاری که انجام می‌دهم از من سوال کنند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۸	وقتی بزرگ شدم، برای انجام کارها فشار زیادی احساس می‌کردم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۳۹	وقتی مرتکب خطایی شوم عموماً نمی‌توانم تفکر درباره آن را متوقف کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۰	باید هر کاری را به‌صورت عالی انجام دهم	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۱	از هر چه مردم درباره من فکر می‌کنند آگاهم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۲	درباره اشتباهات بی‌دقت دیگران تحمل کمی دارم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۳	از این‌که بعد از کار با چیزها آن‌ها را سر جای خود قرار دهم، اطمینان حاصل می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۴	تمایل دارم قبل از تصمیم‌گیری، عمیقاً فکر کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۵	برای من اشتباه مساوی شکست است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۶	والدینم برای موفق شدن من فشار زیادی به من تحمیل می‌کنند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۷	درباره برخی کارهایی که انجام داده‌ام اغلب وسواس دارم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۸	اغلب نگران هستم مردم از گفته‌های من برداشت اشتباهی داشته باشند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۴۹	از اشتباه‌های دیگران اغلب ناامید می‌شوم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۰	گنجه خانه‌ام تمیز و مرتب است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۱	به‌ندرت تصمیم‌های لحظه‌ای می‌گیرم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۲	اشتباه نشانه حماقت است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۳	همیشه احساس کردم والدینم می‌خواهند عالی باشم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۴	بعد از شروع یک برنامه، همواره درباره چگونگی انجام بهتر آن فکر می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۵	محل کار من عموماً سازمان یافته است.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۶	اگر اشتباه جدی مرتکب شوم، احساس حقارت می‌کنم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۷	والدینم همیشه از من انتظار بهترین بودن را دارند.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف
۵۸	به شدت نگران عقیده مردم نسبت به خودم هستم.	کاملا موافق	موافق	مخالف	کاملا مخالف

