

## نقش کمال‌گرایی و مثبت‌اندیشی والدین، در پیش‌بینی مهارت‌های اجتماعی □

### The Role of Perfectionism and Positive Thinking of Parents in Prediction of Social Skills □

Zeynab Asadi, MSc

Leila Hosseini Tabaghdehi, PhD ✉

زینب اسدی\*

دکترسیده لیلا حسینی طب‌دهی\*

#### Abstract

#### چکیده

The aim of this study was to study the role of perfectionism and positive thinking of parents in prediction of social skills of the elementary students. The research method was descriptive – correlational (regression type). The population of this study was comprised of all elementary students in Ghaemshahr city during 2014-2015 academic year. The sample included 377 students who were randomly selected through cluster sampling method. To collect data, the Perfectionism Questionnaire of Hewitt and Flett, Positive Thinking Questionnaire of Ingram and Wisnicki, and Social Skills Questionnaire of Matson, Rotatori and Helsel were used. Data analysis was performed using Pearson correlation coefficient and multiple regressions by SPSS- 18. The results showed that there is significance relation between perfectionism and positive thinking with social skills of the elementary students. The results of multiple regression analysis using simultaneous arrival research showed that perfectionism and positive thinking be explaining 31% of the variance of the total score of social skills, have the ability to predict the criterion variable. These findings indicate the need for serious attention by planners, counselors, and authorities to social skills of students.

**Keywords:** perfectionism, positive thinking, social skills, elementary students

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش کمال‌گرایی و مثبت‌اندیشی والدین در پیش‌بینی مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی (از نوع رگرسیون) بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع ابتدایی بودند که در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳، در مدارس ابتدایی شهرستان قائم‌شهر مشغول به تحصیل بودند. از بین این جامعه، نمونه‌ای به حجم ۳۷۷ نفر؛ با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده و داده‌های مورد نیاز با استفاده از پرسشنامه چندگانه کمال‌گرایی هویت و فلت، پرسش‌نامه مثبت‌اندیشی اینگرام و وینسکی و پرسشنامه درجه‌بندی مهارت‌های اجتماعی ماتسون و همکاران جمع‌آوری شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد که بین کمال‌گرایی و مثبت‌اندیشی والدین با مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهرستان قائم‌شهر رابطه وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که کمال‌گرایی و مثبت‌اندیشی با تبیین ۳۱ درصد از واریانس نمره کل مهارت‌های اجتماعی، قابلیت پیش‌بینی متغیر ملاک را دارند. این یافته‌ها ضرورت توجه جدی برنامه‌ریزان، مشاوران و مسئولین امر را به امر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان نشان می‌دهد.

**کلیدواژه‌ها:** کمال‌گرایی، مثبت‌اندیشی، مهارت‌های اجتماعی، دانش‌آموزان مقطع ابتدایی

□ Islamic Azad University, Ramsar branch, I. R. Iran.

✉Email: leila.hosseinitabaghdehi@yahoo.com

□ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۱۱/۲۸ تصویب نهایی: ۱۳۹۸/۹/۳

\* گروه مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رامسر

امروزه خانواده‌ها تلاش می‌کنند فرزند خود را از همان اوان کودکی برای بردن گوی سبقت از همسالانشان آماده کنند. این شیوه تربیتی، سبب شده است که فرزندان زمانی خود را با ارزش بدانند که مورد تأیید والدین خود قرار بگیرند. گاهی اوقات همین حساسیت و توجه بیش از حد والدین می‌تواند بر برخی عوامل شخصیتی و روان‌شناختی از جمله مهارت‌های اجتماعی فرزندان اثر بگذارد (موسوی دیوا، ۱۳۹۲). از سوی دیگر دانش آموزان در دوره کودکی و نوجوانی با مسائل اساسی مانند بحران هویت، منفی‌نگری، انحرافات اجتماعی، انحرافات جنسی و اختلال‌های عاطفی مانند افسردگی، پرخاشگری، بزهکاری، اعتیاد، خودکشی، مشکلات خانوادگی و شغل مواجه هستند. بنابراین برای پیشگیری از افزایش شیوع این عوامل در نوجوانان و افزایش توانایی آنها ضروری است که نوجوانان در این دوران دارای کفایت اجتماعی لازم باشند (معمدی و همکاران، ۱۳۹۱). کسب مهارت‌های اجتماعی، چگونگی برقراری ارتباط با سایر افراد و سازگاری اجتماعی، از ابعاد اجتماعی شدن می‌باشند (حسینی، اژه‌ای، غلامعلی لواسانی و خلیلی، ۱۳۹۶). اجتماعی شدن فرآیندی است که در آن هنجارها، مهارت‌ها، انگیزه‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای فرد شکل می‌گیرد تا ایفای نقش کنونی یا آتی او در جامعه مناسب و مطلوب شناخته شود. در این فرآیند، اکتساب و به کارگیری مهارت‌های اجتماعی و چگونگی برقراری ارتباط و تعامل با دیگران، یکی از مؤلفه‌های رشد اجتماعی محسوب می‌شود. بنا به تعریف، مهارت‌های اجتماعی به رفتارهای آموخته شده و مقبول جامعه، اطلاق می‌شود؛ رفتارهایی که شخص می‌تواند با دیگران به نحوی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ‌های مثبت و پرهیز از پاسخ‌های منفی بینجامد (نیرمانی و همکاران، ۱۳۸۸).

به اعتقاد آلفانو و بیدل (۲۰۱۱) مهارت‌های اجتماعی بر رفتارهای فراگرفته مطلوبی اشاره دارد که فرد را قادر می‌سازد با دیگران رابطه مطلوبی داشته و از واکنش‌های نامعقول اجتماعی خودداری کند. مهارت‌های اجتماعی طیف گسترده‌ای از رفتارها از قبیل توانایی شروع ارتباط مؤثر و مناسب با دیگران، ارائه پاسخ‌های مفید و شایسته، تمایل به رفتارهای سخاوتمندانه، همدلانه و یاری‌گرانه، پرهیز از تمسخر، قلدری و زورگویی به دیگران را شامل می‌شود. با توجه به نیاز انسان‌ها به برقراری ارتباط با اطرافیان خود می‌توان گفت که سازه

## Archive of SID

مهارت های اجتماعی از اهمیت زیادی برخوردار است و به تبع آن متغیرهایی که می توانند بر این سازه تأثیرگذار باشند و آن را پیش بینی کنند، مهم می باشند (موسوی نژاد و امیریان زاده، ۱۳۹۶).

بی تردید کمال گرایی یکی از ویژگی های شخصیتی است که نقش مهمی را در سازش یافتگی افراد (فلت، بلنکستین و هویت، ۲۰۰۹)؛ و در علت شناسی، استمرار و دوره بالینی آسیب شناسی روانی بازی می کند (یونگ، ۲۰۱۳). از لحاظ تاریخی مفهوم کمال گرایی یک مقوله روانشناختی مورد علاقه بسیاری از روانشناسان است (دونگ جین، ۲۰۱۱)، و گاهی معیارهای کمال گرایانه و غیر واقع بینانه از سوی دیگران بر فرد تحمیل می شود که دسترسی به این معیارها، بسیار دشوار می باشد. از آنجایی که این معیارها افراطی بوده و به عنوان تجربیاتی تحمیلی و بیرونی مطرح اند، بنابراین، می تواند نوعی احساس عدم کنترل را در فرد ایجاد کنند، که نتایج آن احساس شکست، اضطراب، خشم، درماندگی و ناامیدی است (سوئینی و فینگر هات، ۲۰۱۳).

اگر چه تعریف پذیرفته شده ای برای «کمال گرایی» وجود ندارد، اما به طور وسیعی به عنوان یک ویژگی شخصیتی مرتبط با موفقیت و پیشرفت فردی، لحاظ شده و در دستیابی افراطی و وسواسی به استانداردهای بالا و انتظارات بیش از حد از خود منعکس می شود. بسیاری از محققان، کمال گرایی را به عنوان یک ویژگی تضعیف کننده می دانند، ولی عده ای دیگر معتقدند که کمال گرایی خصوصیت انگیزشی سودمندی است که موفقیت و دستیابی به برتری و کمال را افزایش می دهد (هاس و پراپاوسیس، ۲۰۰۴؛ استوبر و اوتو، ۲۰۰۶). در واقع ادبیات کمال گرایی سرشار از توصیف های مودی کمال گرایی است که پذیرش بی قید و شرط خود را امری دشوار می دانند. این افراد بسیار مشتاق جلب تأیید و گریز از عدم تأیید سایر افراد هستند و این موضوع مشغله ذهنی آن ها را تشکیل می دهد. این ناتوانی در پذیرش بی قید و شرط خود، گهگاه گسترش یافته و به ناتوانی در پذیرش سایرین منجر می شود (استوبر، ۲۰۱۴). از دیدگاه دوبعدی، ابعاد کمال گرایی سازش یافته و سازش نیافته (لو و ابوت، ۲۰۱۳)، مثبت و منفی (چو و چان، ۲۰۱۳)، فعال و منفعل (ماهوآ و یوجوان، ۲۰۱۴) در نظر گرفته می شود.

بسیاری از پژوهشگران، رویکردی چند بعدی برای مطالعه کمال گرایی در پیش گرفته اند.

## Archive of SID

از جمله می توان به هویت و فلت (۲۰۰۴) اشاره کرد که سه بعد را برای کمال گرایی دریافت اجتماعی قائل شده اند. این ابعاد عبارتند از: کمال گرایی خودمدار که به وضع معیارهای بالا و غیرواقعی گرایانه برای خود، خود انتقادگری و تحمیل خواسته های سخت گیرانه بر خود اشاره دارد، کمال گرایی دیگر مدار که به داشتن انتظارات بالا و غیر واقع بینانه درباره دیگران اشاره دارد و کمال گرایی جامعه مدار که به باور فرد مبتنی بر این که دیگران از فرد، انتظار کامل بودن دارند و او باید انتظارات آنان را برآورده سازد، اشاره دارد (هویت، هابک، لی - بگلی، شری و فلت، ۲۰۰۸).

نتایج پژوهش /ینس، کاکس و کلارا (۲۰۰۲) نشان داد که والدین با کمال گرایی مثبت، تلاش می کنند تا فعالیت های کودک را در جهت منطقی بودن رفتار، هدایت کنند و با گفت و شنود کلاسی، کودک را در مسیر استدلالی وارد نمایند. آن ها همچنین معتقدند که والدینی که این رویکرد را دارند تربیت کردن، بیان گرم، همسانی و پذیرش و در نهایت صلاحیت اجتماعی کودکانشان را تسهیل و فرزندانشان را تشویق می کنند که خود متکی، خوددار و خودکاو شگر باشند. همچنین نتایج پژوهش هفمشجانی و تقوی (۱۳۹۵) نیز نشان داد که کمال گرایی والدین موجب افزایش سازگاری اجتماعی و مهارت های ارتباطی فرزندان می شود، و والدینی که کمال گرایی مثبت دارند، فرزندان خود را با راهبردهای منطقی به سوی هدف هدایت می کنند، زمان گفتگو و بیان افکار را به فرزندان می دهند، بیشتر ارتباط با فرزندان خود را از طریق گفت و شنود منطقی هدایت می کنند و این شیوه خود روشی برای تمرین گفت و شنود مؤثر می باشد که این کودکان می توانند در ارتباط با سایر افراد از این شیوه استفاده نمایند و در مهارت های بین فردی توانمند گردند.

افزون بر این، آموزش «مثبت اندیشی» برای کودکان و نوجوانان به منظور تقویت و بهبود ارتباط مؤثر با خود، دیگران، زندگی، افزایش حرمت خود و موفقیت تحصیلی بسیار مفید خواهد بود (برخوری، رفاهی و فرح بخش، ۱۳۸۸). مثبت اندیشی به معنای داشتن نگرش، افکار، رفتار و کرداری خوش بینانه در زندگی است. به عبارت دیگر، از نظر روانشناسی، مثبت گرایی هم مثبت اندیشی است و هم مثبت کرداری. در سال های اخیر و در پی موج تازه ای که در روانشناسی پدید آمده، روانشناسی مثبت گرا به صورت نوینی مطرح شده است. مثبت اندیشی تنها در داشتن افکاری خاص خلاصه نمی شود، بلکه نوعی رویکرد در جهت گیری

## Archive of SID

کلی درباره زندگی است. مثبت‌اندیشی یعنی توجه داشتن به امور مثبت در زندگی و نپرداختن به جنبه‌های منفی (کویلیام، ۱۳۹۰). این مهارت شامل مبارزه با افکار منفی، تغییر دادن تصاویر ذهنی، تقویت حرمت خود، ابراز وجود، تحقق بخشیدن به توان‌های بالقوه و مثبت زیستن است. مهارت‌های مثبت‌اندیشی، آموزش برخی مهارت‌های شناختی-رفتاری را در بر می‌گیرد که در برخی منابع به عنوان زیرمجموعه مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی از آن‌ها نام برده می‌شود (صدارت مرنی، ۱۳۸۸).

مثبت‌نگری یکی از مهم‌ترین متغیرهای مؤثر در ارتباطات اجتماعی است، به گونه‌ای که هم روانشناسان به آن توجه نموده و هم پیشوایان دینی بر آن تأکید ورزیده‌اند که در روایات از آن به حسن ظن یا خوش‌گمانی یاد شده است. ارزش مثبت‌اندیشی وقتی معلوم می‌شود که بدانیم امید و نشاط در زندگی در سایه خوش‌بینی حاصل می‌شود. مثبت‌نگری حاصل تعامل آرام و بدون مشکل با محیط اجتماعی است که پیامد آن مجموعه‌ای از تمایلات مبتنی بر رضایت‌مندی، خوش‌بینی، امید، اعتماد و اطمینان خاطر در فرد است (عمادی‌نژاد، ۱۳۹۲).

جباری، شهیدی و موتابی (۱۳۹۲) اشاره نموده‌اند که آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی برای کودکان و نوجوانان، به منظور تقویت و بهبود ارتباط مثبت با خود، ارتباط مثبت با دیگران و زندگی و نیز افزایش حرمت خود و موفقیت تحصیلی آنان بسیار مفید و سودمند به نظر می‌رسد. آموزش این مهارت‌ها به آنان کمک می‌کند تا خود را بهتر بشناسند و پیرامون نظر خود درباره خویشتن و جهان کنجکاوی کنند. در آموزش خوش‌بینی و مثبت‌اندیشی، دانش‌آموزان تشویق می‌شوند تا تجربه‌ای مثبت و خوب را باز شناسند و نقش آنها را در افزایش و ارتقای احترام خود بازشناسی کنند و توانایی شناخت جنبه‌های مثبت دیگران را کسب نمایند. آنان همچنین می‌آموزند تا در جهان موضعی فعال اتخاذ کنند و زندگی خود را شخصاً شکل دهند، نه این که هر آنچه بر سرشان می‌آید را به گونه‌ای منفعل بپذیرند. مثبت‌اندیشی به فرد کمک می‌کند تا در مقایسه با آنچه که دیگران از او انتظار دارند، موفقیت بیشتری در زندگی، مدرسه و محیط کار به دست بیاورد.

مثبت‌اندیشی، فرآیند شناختی است که باعث ایجاد تصورات امیدوارکننده، گسترش ایده‌های خوش‌بینانه، یافتن راه حل مناسب برای مشکلات، تصمیم‌گیری مثبت و به طور

## Archive of SID

کلی یک چشم‌انداز روشن نسبت به زندگی می‌شود. با این حال، مثبت‌اندیشی نیاز به ارزیابی واقع‌گرایانه را نادیده نمی‌گیرد. در عوض، هر دو جنبه مثبت و منفی از مسائل، حوادث و شرایط را تصدیق می‌کند و سپس به سمت تمرکز و تفاسیر مثبت حرکت می‌کند (بخت و زائوسنیوسکی، ۲۰۱۳). یافته‌های پژوهش جعفری، باغ‌خیراتی، قهرمانی، کشاورزی و محمدحسین (۱۳۹۳) نشان داد که آموزش خوش‌بینی از طریق عامل‌های کفایت اجتماعی بر جنبه‌های مختلف زندگی دانش‌آموزان می‌تواند مؤثر باشد و روابط بین فردی و اجتماعی آن‌ها را تقویت کند. پوررضوی و حافظیان (۱۳۹۶) نیز نشان دادند که مثبت‌نگری، مثبت‌اندیشی، خوش‌بینی و آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی موجب افزایش سازگاری اجتماعی، تحصیلی و هیجانی می‌شود.

با توجه به مطالب گفته شده و گستردگی جوامع امروزی و وجود مشکلات گوناگون، و با توجه به اهمیت نقش «مهارت‌های اجتماعی» در موفقیت افراد بالاخص کودکان و نوجوانان، پژوهش حاضر با هدف تعیین «نقش کمال‌گرایی و مثبت‌اندیشی والدین در پیش‌بینی مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان» انجام شد.

### ● روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. بنابراین «کمال‌گرایی» و «مثبت‌اندیشی» به عنوان متغیرهای پیش‌بین و «مهارت‌های اجتماعی» به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شدند. جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه مورد مطالعه این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهرستان قائم‌شهر که در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ مشغول به تحصیل بودند، تشکیل دادند. که ۳۷۷ دانش‌آموز مقطع ابتدایی با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند.

برای به دست آوردن نمونه‌ها، ابتدا دو ناحیه یک و دو، شهرستان قائم‌شهر در نظر گرفته شد و سپس از هر ناحیه، ۳ مدرسه دخترانه و ۳ مدرسه پسرانه و از هر مدرسه دو کلاس به صورت تصادفی ساده انتخاب شد و بعد از آن دانش‌آموزان (۲۱۵ پسر و ۱۶۲ دختر) به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. ملاک‌های ورود شامل: عدم ابتلاء به بیماری‌های روحی و عدم استفاده از داروهای روان‌پزشکی و داشتن تمایل به همکاری بود. برای تجزیه و تحلیل

## Archive of SID

داده ها نیز علاوه بر آمار توصیفی از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه بر روی نرم افزار spss 18 استفاده شد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های زیر استفاده شد:

□ الف: پرسش نامه کمال گرایی هویت و فلت<sup>۱</sup>: این پرسشنامه که توسط بشارت در سال ۱۳۸۲ به صورت فرم ایرانی در آمده است یک آزمون ۳۰ سؤالی است که سه بعد «کمال گرایی خویشتن مدار»، «کمال گرایی دیگر مدار» و «کمال گرایی جامعه مدار» را اندازه گیری می کند. برای اعتبار مقیاس، توسط بشارت (۱۳۸۲) برای زیر مقیاس کمال گرایی خویشتن مدار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲، برای کمال گرایی دیگر مدار ۰/۸۷ و برای کمال گرایی جامعه مدار ۰/۸۴ گزارش شده است. برای به دست آوردن روایی همزمان، مقیاس کمال گرایی چند بعدی همزمان با مقیاس مشکلات بین شخصی، مقیاس سلامت روانی و زیر مقیاس های نوروزگرایی و برونگرایی مقیاس شخصیتی NEOPI-R مورد استفاده قرار گرفت که همبستگی های معنی دار، این روایی را تأیید کرد. در پژوهش حاضر ضریب اعتبار پرسش نامه ۰/۸۹ به دست آمد.

□ ب: پرسش نامه مثبت اندیشی اینگرام و ویسنیکی<sup>۲</sup> (۱۹۸۸): این پرسشنامه شامل ۳۰ سؤال ۵ گزینه ای بر اساس مقیاس لیکرت با دامنه ای از نمره ۱ (هرگز) تا پنج (همیشه) تنظیم شده است. اعتبار این آزمون بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و بر اساس روش دو نیمه کردن ۰/۹۵ محاسبه شد. روایی این آزمون مورد تأیید متخصصان بوده است و کریمی (۱۳۹۱) اعتبار آن را با استفاده از آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۹ محاسبه نموده است. در پژوهش حاضر نیز اعتبار ابزار از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

□ ج: پرسش نامه مهارت های اجتماعی ماتسون<sup>۳</sup> (۱۹۸۳): این پرسشنامه برای سنجش مهارت های اجتماعی کودکان و نوجوانان توسط ماتسون، روتاتوری و هسل ساخته شده و ۵۶ ماده دارد که مهارت های اجتماعی کودکان ۴ تا ۱۸ ساله را می سنجد برای این پرسشنامه ۵ مؤلفه فرعی شامل مهارت های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری، برتری طلبی و حسادت/ گوشه گیری است. یوسفی و خیر (۱۳۸۱) برای بررسی اعتبار مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده کرده اند که مقدار ضریب آلفای کرونباخ و تنصیف برای کل مقیاس یکسان و برابر ۰/۸۶ بوده است که مقادیر این دو ضریب برای دختران به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۶ و برای پسران به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۵ می باشد. همچنین،

## Archive of SID

روایی همزمان این پرسشنامه با آزمون مهارت های اجتماعی بیابانگرد ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز اعتبار ابزار از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

### ● یافته ها

در این پژوهش از کل دانش آموزان مورد بررسی ۲۱۶ نفر (۵۷/۳) درصد متعلق به دانش آموزان پسر و بقیه (۱۶۱ نفر معادل ۴۲/۷ درصد) دختر بودند. از لحاظ سطح تحصیلات والدین نیز تعداد ۲۶ نفر (۶/۹ درصد) از پاسخ دهنده ها دارای سطح تحصیلات ابتدایی؛ ۶۴ نفر (۱۷ درصد) راهنمایی؛ ۱۲۸ نفر (۳۴ درصد) دیپلم؛ ۲۷ نفر (۷/۲ درصد) فوق دیپلم؛ ۱۱۵ نفر (۳۰/۵ درصد) کارشناسی و ۱۷ نفر (۴/۵ درصد) کارشناسی ارشد بودند.

برای تحلیل استنباطی داده ها، ابتدا به منظور بررسی فرض استقلال خطاها و نرمال بودن داده ها و هم خطی بودن از شاخص های دوربین واتسون، آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و عامل افزایش واریانس و تولرانس استفاده شد. بر اساس نتایج جدول ۲، آزمون های نرمال بودن متغیرهای کمال گرایی، مثبت اندیشی و مهارت های اجتماعی، تأیید و برای تحلیل داده ها از آزمون های پارامتریک همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان (استاندارد) استفاده شد.

با توجه به یافته های موجود در جدول ۱، توزیع داده های به دست آمده نرمال هستند. همچنین، با توجه به اینکه نتیجه آزمون دوربین واتسون، در دامنه ۱ تا ۱/۵ قرار دارد، بنابراین، مفروضه استقلال خطا برقرار است. و با توجه به نتایج حاصل از آزمون هم خطی، مقدار آماره آزمون تولرانس به صفر نزدیک است، لذا فرض عدم هم خطی تأیید می شود و همچنین با توجه به نتایج حاصل از آزمون هم خطی عامل تورم واریانس، مقدار عامل افزایش واریانس می بایستی کمتر از ۲ باشد، لذا فرض هم خطی عامل تورم واریانس نیز تأیید می شود. بنابراین مفروضه های رگرسیون رعایت و فرضیه های پژوهش مورد بررسی قرار می گیرد.

جدول ۱. آزمون های نرمال بودن داده ها (n=۳۷۷)

| متغیرها       | کولموگروف-اسمیرنوف | سطح معنی داری | هم خطی | هم خطی عامل تورم | دوربین واتسون |
|---------------|--------------------|---------------|--------|------------------|---------------|
| کمال گرایی    | ۰/۸۲۵              | ۰/۵۰۵         | ۰/۰۸۹  | ۱/۱۰۱            | ۱/۲۵۹         |
| مثبت اندیشی   | ۰/۷۴۷              | ۰/۶۳۲         | ۰/۰۸۹۳ | ۱/۰۹۲            |               |
| مهارت اجتماعی | ۳/۹۱۳              | ۰/۰۹۲         | -      | -                |               |



## Archive of SID

به منظور ارائه تصویری روشن از ارتباط بین متغیرهای کمال گرایی، مثبت اندیشی با مهارت های اجتماعی دانش آموزان، ضریب همبستگی پیرسون بین این متغیرها محاسبه گردید که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. ضرایب همبستگی کمال گرایی و مثبت اندیشی با مهارت های اجتماعی

| مهارت های اجتماعی |                     | متغیر       |
|-------------------|---------------------|-------------|
| سطح معنی داری     | ضریب همبستگی پیرسون |             |
| ۰/۰۲۶             | ۰/۵۰۲               | کمال گرایی  |
| ۰/۰۱۱             | ۰/۵۲۷               | مثبت اندیشی |

یافته های جدول ۲ نشان می دهد، بین متغیرهای کمال گرایی با مهارت های اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته ها نشان داد که بین کمال گرایی و مثبت اندیشی با مهارت های اجتماعی دانش آموزان رابطه معناداری وجود دارد.

به منظور بررسی «پیش بینی مهارت های اجتماعی بر اساس کمال گرایی و مثبت اندیشی»، از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان (استاندارد) استفاده شد که یافته های آن در جدول ۳ گزارش شده است. بر اساس این جدول، کمال گرایی و مثبت اندیشی در مجموع ۳۱ درصد از واریانس مهارت های اجتماعی را تبیین می کنند. در این راستا، کمال گرایی ( $\beta = ۰/۳۳۳$ ,  $P = ۰/۰۰۰$ ) و مثبت اندیشی ( $\beta = ۰/۴۶۶$ ,  $p = ۰/۰۰۰$ )، مهارت های اجتماعی دانش آموزان را پیش بینی نموده اند.

جدول ۳. نتایج رگرسیون پیش بینی مهارت های اجتماعی بر اساس کمال گرایی و مثبت اندیشی

| متغیرهای پیش بین | ضرایب غیر استاندارد | خطای استاندارد | ضرایب استاندارد | t      | سطح معنی داری |
|------------------|---------------------|----------------|-----------------|--------|---------------|
| مقدار ثابت       | ۳۷/۴۹۹              | ۲/۰۷۶          |                 | ۱۸/۰۶۶ | ۰/۰۰۰         |
| مثبت اندیشی      | ۰/۱۸                | ۰/۰۱۷          | ۰/۴۶۶           | ۱۰/۸۵۷ | ۰/۰۰۰         |
| کمال گرایی       | ۰/۱۶۲               | ۰/۰۲۱          | ۰/۳۳۳           | ۷/۷۴۸  | ۰/۰۰۰         |
|                  | $p = ۰/۰۰۰$         | $F = ۸۵/۰۶۵$   | $R^2 = ۰/۳۱۳$   |        | $R = ۰/۵۶$    |

### ● بحث و نتیجه گیری

○ این مطالعه با هدف تعیین پیش بینی مهارت های اجتماعی دانش آموزان بر اساس مثبت اندیشی و کمال گرایی والدین انجام گرفت. نتایج نشان داد که بین کمال گرایی والدین

## Archive of SID

و مهارت های اجتماعی دانش آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر افزایش کمال گرایی والدین موجب افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان می شود. این نتایج با یافته های /ینس، کاکس و کلارا (۲۰۰۲) که نشان دادند والدین با کمال گرایی مثبت، صلاحیت اجتماعی کودکانشان را تسهیل می کنند و یافته های هفسجانی و تقوی (۱۳۹۵) که نشان دادند کمال گرایی والدین موجب افزایش سازگاری اجتماعی و مهارت های ارتباطی فرزندان می شود، همسو می باشد. گستره وسیعی از مطالعات بر روی خانواده ها و افراد نشان داده که افراد دارای کمال گرایی زیاد نه تنها استانداردهای بالاتری برای خود تعیین و پیگیری می کنند، بلکه عموماً از دیگران نیز انتظار برقراری ارتباط بر اساس الگوهای کمال گرایانه خاص خود دارند.

○ هم چنین نتایج نشان داد که مثبت اندیشی والدین باعث افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان می شود. این یافته با نتایج برحوری و دیگران (۱۳۸۸)، عمادی نژاد (۱۳۹۲)، جباری و همکاران (۱۳۹۲)، جعفری و همکاران (۱۳۹۳)، سلیمین (۱۹۹۶) و کاپرارا (۲۰۰۶) مبنی بر ارتباط بین مثبت اندیشی و بهبود روابط بین فردی همسو است. از آنجایی که تفکرات افراد تأثیر مستقیمی روی رفتار آن ها دارد، نوع تفکرات والدین می تواند روی رفتار آنها با کودکانشان تأثیر گذار باشد، تفکر مثبت والدین می تواند در بهبود روابط و مهارت های ارتباطی و اجتماعی مؤثر باشد (سهرابی و جوانبخش، ۱۳۸۸). سبک تفکر خوش بینانه می تواند در سلامت افراد تأثیر بارزی داشته و مثبت اندیشی، منجر به پیامدهای مطلوبی همچون تقویت اعتماد به خود، ارتباط های بین فردی مؤثر، پیشرفت تحصیلی، کاهش نگرانی های ناکارآمد می شود (صفرحمیدی، حسینیان و زندی پور، ۱۳۹۵).

○ قادری و برزگر (۲۰۱۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت های مثبت اندیشی بر افزایش سازش یافتگی اجتماعی دانش آموزان مؤثر بوده است. در همین راستا پژوهشی که توسط میلز (۲۰۰۷) با عنوان تأثیر برنامه خوش بینی بر افزایش رفتار اجتماعی در اواخر دوران کودکی انجام شد، نشان داد که این برنامه، مهارت های اجتماعی کودکان شرکت کننده در پس آزمون را بهبود می بخشد. سلیمین (۲۰۰۶) نیز در پژوهش خود نشان داد که مثبت نگری بر بهبود مهارت های اجتماعی مؤثر است.

○ همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که هر دو متغیر «کمال گرایی» و «مثبت

## Archive of SID

اندیشی والدین» به صورت معناداری، قادر به پیش بینی مهارت های اجتماعی دانش آموزان هستند، و در کل ۳۱ درصد از واریانس مهارت های اجتماعی دانش آموزان توسط کمال گرایی و مثبت اندیشی والدین تبیین می شود. رشد ناکافی مهارت های اجتماعی نقش بسزایی در ناکامی و شکست های آتی افراد دارد، افراد که توانایی های ضروری برای کارکردهای بین فردی مؤثر را یاد نگرفته اند، پرخاشگر، تندخو و منزوی هستند و مورد تنفر دیگران قرار گرفته و توان همکاری مؤثر با دیگران را ندارند و به شدت در معرض خطرات جسمی، روحی، اخراج از مدرسه و غیره می باشند (وارد، ۲۰۰۴). در همین راستا می توان گفت که رفتارها و مهارت های اجتماعی بر تمامی جنبه های زندگی کودکان و نوجوانان سایه می افکند و بر سلامت روانی، سازگاری و شادکامی بعدی آنان تأثیر می گذارد. توانایی فرد از نظر کنار آمدن با دیگران و انجام رفتارهای اجتماعی مطلوب، میزان محبوبیت او را میان همسالان و نزد معلمان، والدین و دیگر بزرگسالان مشخص می کند. میزان توانایی فرد در مهارت های اجتماعی به طور مستقیم به رشد اجتماعی فرد و کمیت و کیفیت رفتارهای اجتماعی مطلوبی که از خود نشان می دهد، مربوط می شود. داشتن این نوع مهارت اجتماعی سطح بالا با کمال گرایی و تلاش برای عالی بودن و مثبت اندیشی در ارتباط است (به پژوه، ۱۳۸۴).



### یادداشت ها

1. Hewitt and Flett Perfectionism Questionnaire
2. Wisnicki and Ingram Positive Thinking Questionnaire
3. Matson, Rotatori and Helsel Social Skills Questionnaire

### ● منابع

- برخوری، حمید؛ رفاهی، ژاله و فرح بخش، کیومرث. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت های مثبت اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت، عزت نفس و شادکامی دانش آموزان پایه اول دبیرستان شهر جیرفت، رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۲(۵): ۱۳۱-۱۴۴.
- بشارت، محمد علی. (۱۳۸۲). بررسی رابطه کمال گرایی و حرمت خود در دانش آموزان پیش دانشگاهی، روانشناسی تحولی (روان شناسان ایرانی)، ۱: ۲۱-۳۰.
- به پژوه، احمد؛ غباری، باقر؛ حسین خازنده، عباسعلی و حجازی، الهه. (۱۳۸۴). مقایسه مهارت های اجتماعی دانش آموزان کم شنوا در مدارس تلفیقی و استثنائی، مجله روانشناسی و علوم تربیتی، ۳۵(۲)، ۶۳-۸۳.

## Archive of SID

جباری، مهسا؛ شهیدی، شهریار و موتابی، فرشته. (۱۳۹۲). اثربخشی مداخله مثبت نگر گروهی در کاهش نگرش های ناکارآمد و افزایش میزان شادکامی دختران نوجوان، *مجله روانشناسی بالینی*، ۶(۲): ۲۸۷-۲۹۶.

جعفری باغ خیراتی، علیرضا؛ قهرمانی، لیلا؛ کشاورزی، ساره و کاوه، محمد حسین. (۱۳۹۳). تأثیر آموزش خوش بینی از طریق نمایش فیلم بر کفایت اجتماعی دانش آموزان، *فصلنامه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*، ۲(۱): ۵۷-۶۴.

حسینی، سید رحمان؛ اژه ای، جواد؛ غلامعلی لواسانی، مسعود؛ خلیلی، شیوا. (۱۳۹۶). بررسی اثر مثبت مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب و واقعیت درمانگری بر افزایش سازگاری اجتماعی و خودتنظیمی در نوجوانان، *مجله روانشناسی*، ۲۱ (۲)، ۱۱۸-۱۳۲.

صدارت مرنی، مرضیه. (۱۳۸۸). *اثربخشی آموزش مهارت های مثبت اندیشی در کاهش اعتیاد پذیری دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان های ملارد*، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه علامه طباطبائی.

صفارحمیدی، الناز؛ حسینیان، سیمین و زندی پور، طیبه. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مثبت اندیشی بر ادراک شایستگی و مهارت های اجتماعی کودکان بد سرپرست و بی سرپرست، *فصلنامه سلامت روانی کودک*، ۴(۱): ۱۳-۲۴.

علی محمدی، علی و شفیع زاده، حمید. (۱۳۹۵). رابطه مهارت مثبت اندیشی با مهارت های اجتماعی در دانش آموزان مقطع دوم متوسطه شهرستان سمنان، *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۲۹: ۷۷-۹۱.

عمادی نژاد، سیده کبری. (۱۳۹۲). *مقایسه مثبت اندیشی، کیفیت زندگی و رضایت شغلی در معلمان و مشاوران زن دبیرستان*، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی.

کریمی، مریم. (۱۳۹۱). *بررسی رابطه میان جهت گیری مذهبی، مثبت اندیشی و رضایت زناشویی همسران جانبازان شهرستان گنبد کاووس*: پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد گنبد کاووس. کویلیام، سوزان. (۱۳۹۰). *مثبت اندیشی و مثبت گرایی کاربردی*، ترجمه فریده براتی سده و افسانه صادقی. تهران: انتشارات جوانه رشد.

معتمدی، سیدهادی؛ حاج بابایی، حسین؛ بیگلریان، اکبر و فلاح سلوکلائی، منیژه. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مهارت حل مسئله بر افزایش کفایت اجتماعی نوجوانان دختر، *پژوهش اجتماعی*، ۵(۴): ۱۷-۲۹.

موسوی نژاد، سید مرتضی و امیریان زاده، مژگان. (۱۳۹۶). پیش بینی مهارت های اجتماعی از طریق شخصیت کارآفرینانه و خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه جهرم، *فصلنامه رهبری و مدیریت آموزشی*، ۱۱(۱)،

- موسوی دیوا، راضیه. (۱۳۹۲). بررسی رابطه کمال‌گرایی و خود کارآمدی تحصیلی با اضطراب پیشرفت تحصیلی در دانشجویان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی - واحد ساری.
- نریمانی، علیرضا؛ رضایی، عباس و سوری، الهام. (۱۳۸۸). ارتباط مهارت‌های اجتماعی و خودکارآمدی با گرایش مصرف مواد در نوجوانان، فصلنامه اعتیاد، ۴(۳): ۱۵۴-۱۷۶.
- هفشجانی، فریده امیرالسادات و تقوی، پرستو. (۱۳۹۵). رابطه بین کمال‌گرایی والدین با سازگاری اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان، سومین همایش ملی روانشناسی مدرسه، دانشگاه الزهراء، ۸-۱.
- Alfano, C. A., & Beidel, D. C. (2011). *Social anxiety in adolescents and young adults*. Washington, DC: American Psychological Association Books.
- Azizi, K. & Besharat, M.A. (2011). The relationship between parental perfectionism and child perfectionism in a sample of Iranian families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 15, 1287-1290.(Persian)
- Aydogan, Yasemin, Klinc, F. E., & Tepetas, S. (2009). Identifying parent views regarding social skills. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5(211), 1507-1521.
- Bekhet, A. K., & Zauszniewski, J. A. (2013). Measuring use of positive thinking skills: psychometric testing of a new scale. *Western Journal of Nursing Research*, 35(8), 1074-93.
- Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. M. (2006). Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 15(1), 30-43.
- Choo, S. Y., & Chan, C. K. (2013). Predicting eating problems among Malaysian Chinese: Differential roles of positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 54(6), 744-749.
- Dong-jin, C. (2011). Pursuit for Perfection- on carrie's maturity in perspective of motivational psychology. *Journal of Longyan University*, 3(2), 63-71.
- Enns, M.W., Cox, B.J., & Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33, 921-935.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Heisel, M. J. (2014). The destructiveness of perfectionism revisited: Implications for the assessment of suicide risk and the prevention of suicide. *Review of General Psychology*, 18(3), 156.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R. & Hewitt, P. L. (2009). "Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom test" Canadian, *Journal*

*Archive of SID*  
of *School Psychology*, 24; 4-19.

- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Shapiro, B., & Rayman, J. (2001). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology*, 20(4), 289-311.
- Ghaderi, Sh, & Barzigar, M. (2015). The impact of positive thinking on social adjustment of high school students in Sardasht. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*. 5(3), 2487- 2494. (Persian)
- Habke, A. M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1999). Perfectionism and sexual satisfaction in intimate relationships. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 21, 307-322.
- Haase, A.M., & Prapavessis, H. (2004). Assessing the factor structure and composition of the positive and negative perfectionism scale in sport. *Personality and Individual Differences*, 36, 1725-1740
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1999). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2004). *Multidimensional Perfectionism Scale (MPS): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Hewitt, P. L., Habke, A. M., Lee-Bagglely, D. L., Sherry, S. B., & Flett, G. L. (2008). The impact of perfectionistic self-presentation on the cognitive, affective, and physiological experience of a clinical interview. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 71, 93-122.
- Ingram, R. E., & Wisnicki, K. S. (1988). Assessment of positive automatic cognition. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 898-902.
- Killam, K., & Kim, Y. (2014). *Positive psychological interventions and self-perceptions: A cautionary tale*. UK: Wiley Blackwell, 451- 463.
- Lo, A., & Abbott, M. J. (2013). The impact of manipulating expected standards of performance for adaptive, maladaptive, and non-perfectionists. *Cognitive Therapy and Research*, 37(4), 762-778.
- Maohua, C., & Yujian, W. (2014). The different mediating roles of impulsivity in the relationship between time management disposition and the active and passive procrastination. *Natural Science Journal of Harbin Normal University*, 5(1).23-30.
- Matson, J. L. (1990). *Matson evaluation of social skill with youngsters*: Manual, Worthington, OH: International Diagnostic System.
- Matson, J. L., Rotatori, A. F., & Helsel, W. J. (1983). Development of a rating scale to measure social skills in children: The Matson Evaluation of Social Skills with

*Archive of SID*

- Youngsters (MESSY). *Behaviour Research & Therapy*, 21(4), 335–340.
- Merrell, K.W., & Gimpel, G.A. (1998). *Social skills of children and youth: Conceptualization, assessment, treatment*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Mills, N. (2007). *The effects of two components of the Aussie optimism program on social skills*. Murdoch University. [Professional doctorate thesis], 98- 122.
- Quilliam, S. (2006). Positive thinking. (Translator: Anghaei ,M). Tehran. Behdadbir.
- Seligman, M. E. P (1996). *On depression, development and death*. New York: Alfered. Knoff.
- Spence, S.H. (2003). Social skills training with children and young people: Theory, evidence and practice. *Child and Adolescent Mental Health*. 8(2), 84- 96.
- Stoeber, J., & Yang, H. (2015). Physical appearance perfectionism explains variance in eating disorder symptoms above general perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 86, 303-307.
- Stoeber, J. (2014). How other-oriented perfectionism differs from self-oriented and socially prescribed perfectionism. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36(2), 329-338.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319.
- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships predicting relationship satisfaction and long-term commitment. *Personality and Individual Differences*, 53 (3), 300-305.
- Sweeney, A. C., & Fingerhut, R. (2013). Examining relationships between body dissatisfaction, maladaptive perfectionism, and postpartum depression symptoms. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 42(5), 551-561.
- Ward, S. M. (2004). *Our children's social skills*. New York: Eric Digest.
- Yu-neng, Z. (2013). Deep aesthetic psychology and self-actualizing man's perfection of personality. *Journal of Anhui Normal University (Humanities and Social Science Edition)*, 3(1), 35-41.

