



## مقایسه شاخص های آزمون d2 در کمال گرایی خودمدار و دیگرمدار

ساجده شریفی

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران، گروه روانشناسی، تهران، ایران

[Sharifi.sajede@gmail.com](mailto:Sharifi.sajede@gmail.com)

فریبرز باقری

دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران، گروه روانشناسی، تهران، ایران

[f.bagheri@srbiau.ac.ir](mailto:f.bagheri@srbiau.ac.ir)

### چکیده

این پژوهش با هدف مقایسه شاخص های آزمون d2 در دو نوع کمال گرایی انجام شد. به این منظور کلیه ی افرادی که در رده سنی ۲۵-۴۵ سال و دارای تحصیلات دانشگاهی بودند را از چهار حوزه مختلف که احتمال بالاتری برای روبرویی با افراد با ویژگی کمال گرایی وجود داشت به روش نمونه گیری هدفمند و به حجم ۱۵۰ نفر مورد بررسی قرار گرفتند. جهت گردآوری داده ها از پرسش نامه ابعاد کمال گرایی تری شورت (TMPS) و پرسش نامه توجه انتخابی و تمرکز d2 استفاده شد. داده های گردآوری شده با آزمون های آماری از نوع تحلیل واریانس یک راهه (ANOVA) مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت. یافته ها نشان می دهند از بین دو نوع کمال گرایی (کمال گرایی خودمدار، کمال گرایی دیگرمدار)، فقط بین توجه انتخابی در افراد دارای کمال گرایی دیگرمدار با افراد فاقد کمال گرایی دیگرمدار تفاوت معنادار وجود داشت. در یک جمع بندی از شاخص های بارز افراد با ویژگی کمال گرایی دیگرمدار نمره بالا در شاخص GZ یعنی حرکت با سرعت و بدون احتیاط به جلو و نمره پایین در شاخص KL و به معنی دقت و تمرکز پایین و اهمال کاری بالا است. کلید واژه: کمال گرایی، شاخص های آزمون توجه و تمرکز d2.

## مقدمه

هلندر از اولین کسانی بود که کمال گرایی را تعریف کرد. او کمال گرایی را ضرورت افزایش کیفیت عملکرد شخصی، بیش از آنچه در یک موقعیت مورد نیاز است، تعریف کرد (هلندر، ۱۹۶۵ به نقل از شافران و منسل، ۲۰۰۲، به نقل از عباسپور، ۱۳۸۵). اغلب مردم کمال گرایی را با موفقیت طلبی یا وظیفه شناسی اشتباه می گیرند اما کمال گرایی با این نگرش ها تفاوت دارد. موفقیت طلبی یا وظیفه شناسی در بر گیرنده انتظارات ملموس و مناسب (اهداف بسیار دشوار اما دست یافتنی) است و حس رضایت و شادکامی را موجب می شود. در حالی که کمال گرایی مستلزم سطوح نامناسبی از انتظارات و اهداف ملموس (مثل کمال) و فقدان دائمی خوشنودی صرف نظر از عملکرد است (هویت، ۲۰۰۹ به نقل از احتشام زاده و همکاران، ۱۳۸۹). کمال گرایی خودمدار<sup>۱</sup> و دیگرمدار<sup>۲</sup> برای اولین بار توسط هویت<sup>۳</sup> در سال ۱۹۹۱ مطرح شد (بشارت، ۱۳۸۳). کمال گرایی خودمدار عبارت است از تمایل به وضع معیارهای غیرواقع بینانه برای خود، تمرکز بر نقص ها و شکست ها در عملکرد، همراه با خود نظارتگری های دقیق. این شکل از کمال گرایی، نزدیکترین بعد به سازه ای است که غالباً به عنوان کمال گرایی شناخته شده است (هویت و فلت، ۱۹۹۱ به نقل از بشارت، ۱۳۸۳). کمال گرایی خودمدار با مشخصه های خود شیفتگی، خود سرزنش گری، خود انتقاد گری احساس گناه، سهل انگاری و تعلل در انجام دادن کارها، افسردگی و نوروزگرایی در ارتباط است (بشارت، ۱۳۸۳). به طور کلی در یک پژوهش نشان داده شد، اگر کمال گرایان خودمدار به اشتباهات و ارزیابی های منفی توسط دیگران دیگران وابسته نباشند، تلاش هایشان مثبت است (استوبر، ۲۰۰۶). کمال گرایی دیگرمدار، بیانگر تمایل به داشتن انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران است. این نوع کمال گرایی با خصومت و سرزنش دیگران همراه است. این جنبه در اصل همان کمال گرایی خودمدار است، اما رفتار کمال گرایی به سوی دیگران جهت گیری شده است (هویت و فلت، ۱۹۹۱ به نقل از بشارت، ۱۳۸۳). کمال گرایی دیگرمدار با مشخصه های منفی از جمله دیگر سرزنشگری، اقتدارگرایی و سلطه جویی، ویژگیهای شخصیت نامی، خودشیفته و ضداجتماعی همبستگی دارد (بشارت، ۱۳۸۳). یک پژوهش نشان داد هرچه کیفیت زندگی بالاتر برود کمال گرایی افراد کمتر می شود (خلعتبری و همکاران، ۱۳۹۰).

آزمون d2 برای اولین بار در دهه پنجم قرن ۲۰ در آلمان تولید شد. یک آزمون علامت زدنی است که در این آزمون سرعت (GZ)<sup>۴</sup> و تمرکز (KL)<sup>۵</sup> و خطا (F)<sup>۶</sup> آزمودنی مبنای قضاوت است.

نمره GZ (کارایی کل) این نمره منعکس کننده تمامی محرک های دیداری (هم d و هم p) است که آزمودنی آن ها را در طول آزمون بررسی کرده و در مورد علامت زدن آن ها تصمیم گرفته است (قطع نظر از این که محرک آماج بوده اند یا خیر) این نمره سرعت آزمودنی را در اجرای آزمون نشان می دهد و شاخصی برای سرعت پردازش اطلاعات آزمودنی محسوب می شود (باقری، ۱۳۹۰). F1 (یا خطای حذف): این نوع خطا شامل تمام محرک های آماج (حرف d در مجموع همراه با دو خط ریز) می شود که آزمودنی از چشم انداخته و علامت زده است. البته به این نکته توجه داشت که خطای نوع اول شامل محرک های آماجی که در طول یک سطر علامت نخورده اند نمی شود، بلکه فقط شامل تعداد محرک های آماجی می شود که قبل از آخرین محرک دیداری در آن سطر قرار دارند و از چشم افتاده اند (باقری، ۱۳۹۰).

F2 (یا خطای ارتکاب یا خطای اعلام کاذب یا خطای ارائه پاسخ): شامل تمام علائم غیر آماجی است که نباید علامت زده شوند اما آزمودنی به اشتباه آن ها را در هریک از ۱۴ سطر علامت زده است (باقری، ۱۳۹۰).

<sup>1</sup> Self-oriented perfectionism

<sup>2</sup> Other-oriented perfectionism

<sup>3</sup> Hewitt

<sup>4</sup> Gesamt (aller bearbeiteten) Zeichen

<sup>5</sup> Konzentrationsleistung

<sup>6</sup> Fehlerrohwert

KL (نمره کارایی تمرکز): این نمره مساوی است با مجموع محرک های دیداری آماج، که آزمودنی آن ها را به طور صحیح علامت زده است. نمره کارایی تمرکز در مقابل تحریف به شدت مقاوم است این نمره توزیع نرمالی دارد و از پایایی بسیار بالایی برخوردار است (باقری، ۱۳۹۰).

از کارکردهای برجسته ی توجه، گزینش<sup>۷</sup> برخی مفاهیم و یا اطلاعات و واپس راندن برخی دیگر به طور هم زمان است (نوی من، ۱۹۸۷ به نقل از باقری، ۱۳۹۰). در یک مطالعه نشان داده شد افزایش توجه انتخابی در پرستاران منجر به بهبود کار و افزایش خودرضایتی در آنها شد (حیدری و همکاران، ۲۰۱۳). افراد کمال گرا تمرکز زیادی روی خود و کارهای خود دارند، در یک مطالعه نشان داده شد تمرکز حواس ارتباط نزدیکی با بهبود عملکرد توجه و انعطاف پذیری شناختی دارد (موره و مالیونسکی، ۲۰۰۹). و همچنین در یک مطالعه دیگر نیز نشان داده شد ویژگی شخصیتی کمال گرایی با دقت و زمان واکنش در افراد رابطه دارد (دسنویز، ۲۰۱۳). در یک مطالعه دیگر نشان داده شد، مسیرهای مستقیم کمال گرایی خودمحو به هدفهای تبحرگرا، عملکردگرا، عملکردگرای و انگیزش درونی از لحاظ آماری معنی دار بودند. همچنین، رابطه کمال گرایی جامعه محور با انگیزش بیرونی و بی انگیزگی معنی دار و با هدفهای تبحرگرا، عملکردگرا و عملکردگرای غیر معنی دار بودند. به علاوه، رابطه هدف تبحرگرا با بی انگیزگی معنی دار و با انگیزش درونی غیر معنی دار، رابطه هدف عملکردگرا با انگیزش بیرونی معنی دار و رابطه هدف عملکردگرای با انگیزش بیرونی غیر معنی دار بود (جلالوند و همکاران، ۲۰۱۵).

#### روش تحقیق

در مجموع ۱۵۰ نفر را از بین چهار گروه از افراد جامعه که احتمال می دادیم دارای کمال گرایی هستند، با روش نمونه گیری هدفمند، انتخاب کردیم. همگی افراد تحصیلات دانشگاهی داشتند و در دامنه سنی ۲۵ تا ۴۵ سال قرار داشتند. این چهار گروه شامل: ۱. افرادی که ماشین های وارداتی و گران قیمت داشتند. در یک مطالعه نشان داده شد، کمال گرایی با رفاه و سطح رضایت افراد مرتبط است (گاسکو، ۲۰۱۴). ۲. افرادی که به منظور پیشرفت در مدارج عالی علمی به کلاس های زبان می رفتند. در یک مطالعه نشان داده شد، یکی از خصوصیات شخصیتی در دانشجویان دارای پیشرفت تحصیلی بالا، کمال گرایی می باشد (رایس و همکاران، ۲۰۰۶ به نقل از قربانی، ۱۳۸۶). ۳. والدین دانش آموزانی که در مدارس تیزهوشان درس می خواندند. در تعریفی داریم، کمال گرایی دیگرمدار بیانگر تمایل به داشتن انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران است (هویت و فلت، ۱۹۹۱ به نقل از بشارت، ۱۳۸۳). ۴. دخترانی که عمل های جراحی زیبایی انجام داده بودند و پسرهایی که موها و لباس های مد روز را انتخاب می کردند و به باشگاهها می رفتند و در کل، برای خصوصیات ظاهری و جسمی خود ارزش فراوانی قائل بودند. سعی بر آن بود که خصوصیات ظاهری شخصیت این گروه از شرکت کننده ها، مشابه با خصوصیات ظاهری شخصیت نوع D می باشد. در یک مطالعه نشان داده شد بین کمال گرایی و شخصیت نوع D رابطه معناداری وجود دارد (فراری و موتز، ۱۹۹۷). در یک مطالعه دیگر، رابطه مثبت و معناداری بین مهارت های ذهنی و کمال گرایی مثبت و امیدواری با انگیزه و موفقیت های ورزشی پیدا شد (کژیاف نژاد، ۲۰۱۳). از هر گروه تعداد تقریباً ۳۷ نفر از افراد در این پژوهش شرکت کردند که در کل تعداد افراد شرکت کننده ۱۵۰ نفر بودند. تعداد خانم ها و آقایان شرکت کننده برابر و همگی دارای تحصیلات دانشگاهی بودند و در دامنه سنی ۲۵ تا ۴۵ سال قرار داشتند. انتخاب افراد شرکت کننده براساس حدس و گمان و همچنین پژوهش های پیشین بود. اما، برای اطمینان بیشتر از صفت کمال گرایی در افراد شرکت کننده، برای همه افراد نمودار زنگوله ای توضیح فراوانی رسم کردیم. بیشترین نمره ای که افراد در کمال گرایی خودمدار می توانستند کسب کنند، نمره ۷۵ است و کمترین نمره ۱۵ است. (به دلیل آنکه تعداد سوال هایی که کمال گرایی خودمدار را در افراد می سنجید ۱۵ سوال

<sup>7</sup> Selection

بود که سوال ها به صورت طیف لیکرت ۵ درجه ای طراحی شده بودند). چارک سوم این دامنه عدد ۵۸ بود که نمره هرکسی که بین ۵۸ تا ۷۵ بود را ما کمال گرای خودمدار فرض کردیم.

بیشترین نمره ای که افراد در کمال گرایی دیگرمدار می توانستند کسب کنند، نمره ۵۵ است و کمترین نمره ۱۱ است. (به دلیل آنکه تعداد سوال هایی که کمال گرایی دیگرمدار را در افراد می سنجد ۱۱ سوال بود که سوال ها به صورت طیف لیکرت ۵ درجه ای طراحی شده بودند). چارک سوم این دامنه عدد ۳۷ بود که نمره هرکسی که بین ۳۷ تا ۵۵ بود را ما کمال گرای دیگرمدار فرض کردیم.



پایایی آزمون d2: برای سنجش همسانی درونی مقیاس های این آزمون، یافته های پژوهش هایی که تا ۱۹۹۵ در جوامع آماری مختلف همانند دانش آموزان، دانشجویان، بزرگسالان، افراد دارای برخی اختلالات رفتاری و هم چنین بیماران بستری در بیمارستان های روانی انجام گرفته گردآوری شده است. برای این منظور از تکنیک هایی بهره گرفته شده است که برای آزمون های سرعت<sup>۸</sup> مناسب هستند و در مجموع از انواع و اقسام روش های تقسیم آزمودن همانند دو نیمه کردن اسپیرمن و گودمن و محاسبه همبستگی هر دو سطر استفاده شده است. قطع نظر از روش های محاسبه همسانی درونی و جامعه آماری، تمامی ضرایب به دست آمده در پژوهش های پیشین بالای ۰/۹۰ است که نشان دهنده پایایی بسیار بالای مقیاس های آزمون d2 هستند. برای جامعه هنجار تهران نتایجی نسبتاً مشابه با تفاوت هایی بسیار جزئی بدست آمد که در مجموع نشان داد با توجه به میزان همسانی درونی بالای مقیاس های این آزمون، این آزمون از پایایی بسیار بالایی برخوردار است (برین کمپ، ۲۰۰۲ به نقل از باقری، ۱۳۹۰).

اعتبار محتوایی مقیاس کمال گرایی چند بعدی تهران را با استفاده از ضرایب توافق کندال برای ابعاد کمال گرایی خودمدار (۰/۸۰)، کمال گرایی دیگرمدار (۰/۷۲) محاسبه و ضریب بازآزمایی همبستگی بین نمره های ۷۸ نفر از آزمودنی ها در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته را برای مولفه کمال گرایی خودمدار  $r=0/85$ ، برای کمال گرایی دیگرمدار  $r=0/79$  بدست آورده. همچنین همسانی درونی مقیاس کمال گرایی تهران را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل آزمودنی ها ( $n=500$ ) برای مولفه های کمال گرایی خودمدار ۰/۹۰، کمال گرایی دیگرمدار ۰/۹۱ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی<sup>۹</sup> رضایت بخشی است.

#### یافته ها

بعد از انتخاب افراد به دو گروه کمال گرایان خودمدار و کمال گرایان دیگرمدار آزمون همگنی واریانس ها (سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵) می کند که واریانس ها یکنواخت است و لذا می توان از آزمون ANOVA استفاده نمود.

<sup>8</sup> Speed test

<sup>9</sup> Internal-consistebcy

جدول ۱/۳ آزمون همگنی واریانس ها

معناداری	df2	df1	آزمون لوین	شاخص ها
۰/۴۰	۱۴۶	۳	۰/۹۷	GZ
۰/۰۹	۱۴۶	۳	۲/۱۴	KL

تجزیه و تحلیل حاصل از آزمون ANOVA نشان داد:

جدول ۲/۳ تحلیل واریانس "شاخص های توجه انتخابی" بر حسب کمال گرایی خودمدار

KL		F2		F1		GZ		متغیر
بقیه افراد	خودمدارها	بقیه افراد	خودمدارها	بقیه افراد	خودمدارها	بقیه افراد	خودمدارها	
۱۱۰	۴۰	۱۱۰	۴۰	۱۱۰	۴۰	۱۱۰	۴۰	تعداد
۱۷۲/۱	۱۷۱/۴	۲/۲	۲/۵	۴۸/۳	۴۵/۳	۵۰۹/۲	۵۰۱/۱	میانگین
۰/۰۰۸		۰/۰۷		۰/۲۳		۰/۲۵		F
۷/۹۲		۰/۷۸		۰/۶۳		۰/۶۱		سطح معناداری

در اطلاعات جدول فوق مشاهده می شود که آزمون F تفاوت معناداری بین میزان توجه انتخابی در هیچ یک از شاخص ها را بر حسب کمال گرایی خودمدار تایید نمی کند. سطح معناداری آزمون F در متغیرهای ذکر شده بزرگتر از مقدار آلفای ۰/۰۵ است. لذا از نظر آماری نمی توان تایید نمود که بین افراد دارای کمال گرایی خودمدار و فاقد کمال گرایی خودمدار تفاوت معناداری از نظر توجه انتخابی وجود دارد.

جدول ۳/۳ تحلیل واریانس "شاخص های توجه انتخابی" بر حسب کمال گرایی دیگرمدار

KL		F2		F1		GZ		متغیر
بقیه افراد	دیگرمدارها	بقیه افراد	دیگرمدارها	بقیه افراد	دیگرمدارها	بقیه افراد	دیگرمدارها	
۱۰۲	۴۸	۱۰۲	۴۸	۱۰۲	۴۸	۱۰۲	۴۸	تعداد
۱۷۸/۶	۱۵۷/۷	۲/۰۷	۲/۹	۴۶/۸	۴۹/۲	۵۱۹/۵	۴۸۰/۴	میانگین
۸/۴		۰/۹		۰/۱۴		۶/۸		F
۰/۰۰۴		۰/۳		۰/۷		۰/۰۱		سطح معناداری

در اطلاعات جدول فوق مشاهده می شود آزمون F در مورد شاخص های GZ و KL در سطح خطای کمتر از ۰/۰۱ بین دو گروه افراد دارای کمال گرایی دیگرمدار و افراد فاقد کمال گرایی دیگرمدار، تفاوت معناداری را تأیید می نماید. سطح معناداری آزمون F در متغیرهای ذکر شده کوچکتر از مقدار آلفای ۰/۰۵ است که نشان می دهد توجه انتخابی بین دو گروه ذکر شده متفاوت است به نحوی که افرادی که کمال گرایی دیگرمدار دارند، GZ (کارایی کل) و KL (نمره خالص توجه) پائین تری به نسبت دیگر افراد دارند. اما در مورد شاخص های خطا در توجه انتخابی، آزمون F از نظر آماری تفاوت بین دو گروه افراد دارای کمال گرایی دیگرمدار و فاقد

کمال گرایی دیگر مدار را تائید نمی کند. سطح معناداری آزمون F در متغیرهای ذکر شده بزرگتر از مقدار آلفای ۰/۰۵ است. لذا توجه به این موضوع نمی توان از نظر آماری تفاوت دو گروه را در مورد این دو شاخص تائید نمود.

### بحث و نتیجه گیری

در شاخص GZ (کارایی کل)، بین GZ افرادی که کمال گرایی دیگرمدار دارند و آنهایی که ندارند تفاوت معناداری وجود دارد. یعنی اگر فردی در طی پاسخ گویی به پرسش نامه d2، با سرعت و شتاب و عجله رفتار کرد و در شاخص GZ، نمره بالایی بیاورد می توانیم شک کنیم که این فرد کمال گرایی دیگرمدار دارد. و همچنین در شاخص KL (خالص توجه)، بین افرادی که کمال گرایی دیگرمدار دارند و آنهایی که ندارند تفاوت معناداری وجود دارد. یعنی اگر فردی در طی پاسخ گویی به پرسش نامه d2، با دقت و تمرکز پایین عمل کند و در شاخص KL نمره پایینی بیاورد می توانیم شک کنیم که این فرد کمال گرایی دیگرمدار دارد. و در مورد فردی که در شاخص GZ نمره بالایی بیاورد یعنی با سرعت و بدون احتیاط به جلو حرکت کند و در شاخص KL نمره پایینی بیاورد یعنی بدون دقت و تمرکز باشد، می توانیم به طور قطع بگوییم که فرد کمال گرایی دیگرمدار دارد. عکس بودن رابطه به دلیل رابطه منفی در ماتریس همبستگی است.

هیچ رابطه معناداری، بین هیچ کدام از شاخص های آزمون d2 با افراد دارای کمال گرایی خودمدار پیدا نشد و همچنین از طریق مقایسه میانگین افراد نیز به دلیل نزدیک بودن نمرات افراد به هم، نمی توانیم به تفاوت های بین گروهها پی ببریم اما در پژوهی نشان داده شد که با افزایش کمال گرایی خودمدار شک و تردید نسبت به ارزش فعالیت و تکالیف بیشتر می شود و کمال گرایان خودمدار نسبت به این موضوع شک و تردید دارند که آیا یادگیری تکلیف به شایستگی درونی یا بیرونی منجر خواهد شد یا نه؟ (فردی که شک و تردید دارد، محتاط است و با سرعت کم حرکت می کند یعنی GZ پایین) (هاشمی و لطیفیان، ۱۳۸۸). در مطالعه دیگری بین کمال گرایی خودمدار و پیشرفت هدف رابطه مثبتی پیدا شد (پاور و همکاران، ۲۰۱۲). پیشرفت هدف به معنای به جلو حرکت کردن است (GZ). در دو مطالعه دیگر نشان داده شد، خودآگاهی با کمال گرایی رابطه دارد (اکرمی، ۱۳۸۰) و (پینتریچ، ۲۰۰۳) به نقل از سلطانی فرد، ۲۰۰۸). خودآگاهی به معنای تمرکز و توجه فرد (شاخص KL در آزمون d2) بر روی خود و کارهای خود است.

پیشنهادات برای پژوهش های بعدی: در طی پرسش نامه ها در گروه والدین بچه های تیزهوش، این نکته خیلی پر رنگ بود که اکثر این افراد تحصیلات در حد زیر فوق دیپلم داشتند. می توانید در پژوهش های بعدی روی این موضوع که آیا انگیزه افرادی که زیاد درس می خوانند تا به مدرسه تیزهوشان بروند، به خاطر دیدن پدر و مادر پایین خود و درس عبرت گرفتن از زندگی است (انگیزه درونی) یا این افراد به خاطر فشار خانواده برای موفقیت، زیاد درس می خوانند (انگیزه بیرونی). در گروه ماشین های وارداتی بیشتر این افراد عقیده داشتند که ارزش این ماشین ها فقط به امنیت بیشتر آنهاست. ولی غرور آنها از سوار شدن به یک ماشین متفاوت، موبد حرف آنها نبود. می توانید در پژوهش های بعدی به رابطه بین حرف و عمل افراد بپردازید. و این که چقدر حرفی که افراد می زنند با عمل آنها همخوانی دارد. و علل متفاوت بودن حرف و عمل افراد در چیست؟ در پژوهش های بعدی می توانید پرسش نامه d2 را با دیگر صفات شخصیتی بسنجید.



## منابع

۱. اکرمی یلدا (۱۳۸۰). آیا می دانید هوش هیجانی یا بهره هوشی چیست؟ تهران. نشریه موفقیت، شماره ۳۸، ص ۲۹-۲۶.
۲. احتشام زاده پروین، مکوندی بهنام، باقری اشرف (۱۳۸۹). رابطه بخشودگی، کمال گرایی و صمیمیت با رضایت زناشویی در جانبازان و همسران آنها، مجله یافته های نو در روانشناسی.
۳. باقری فریبرز (۱۳۹۰)، آزمون توجه انتخابی، تمرکز و تلاش مندی، تهران؛ انتشارات ارجمند.
۴. بشارت محمدعلی (۱۳۸۳)، استناد در آثار علمی: مجله روان شناسی و علوم تربیتی، ۳۴ (۱)، ۱۹-۱.
۵. خلعتبری جواد، قربان شیروودی شهره، حسینی ایمان (۱۳۹۰)، بررسی رابطه بین کمال گرایی و احساس تنهایی با کیفیت زندگی دانشجویان پزشکی استان گیلان، فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال دوم، شماره اول، ص ۱۳۱-۱۱۷.
۶. عباسپور پرستو (۱۳۸۵)، رابطه بین کمال گرایی و عزت نفس با سلامت روانشناختی (بهزیستی) در دانشجویان پزشکی دانشگاههای دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۴-۸۳، پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی عمومی، دانشگاه تربیت معلم تهران، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
۷. هاشمی لادن، لطیفیان مرتضی (۱۳۸۸)، بررسی رابطه بین کمال گرایی و جهت گزینی هدف در میان دانش آموزان پیش دانشگاهی دولتی (با گرایش های علوم تجربی و ریاضی)، مطالعات روانشناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۵، شماره ۳.
۸. قربانی رقیه (۱۳۸۶)، بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و شیوه های مقابله با استرس با انگیزش تحصیلی در دانشجویان دارای پیشرفت تحصیلی بالا، پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه تربیت معلم، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.



9. Powers T. Milyavskaya M. Koestner R. (2012). Mediating The Effects of Self-Criticism and Self-Oriented Perfectionism on goal pursuit, *Personality and Individual Differences* 52(2012)765-770.
10. Heidari F. and Bagheri F. and Kiamanesh A. (2013). Association of selective attention with procrastination and arousal among intensive care units (ICUs) and coronary care units (CCUs) nursing staff, *European Journal of Experimental Biology*. 3(5): 649-652.
11. Soltani fard B. and Sharifi Daramadi P. and Askarian M. (2008). The Relationship Between Emotional Intelligence and Perfectionism Among Athletes in Khorramabad City. *Journal of Applied Psychology*. Vol. 2, No. 4(8), 626-635.
12. Moore A. and Malinowski P. (2009). Meditation, mindfulness and cognitive flexibility *Consciousness and Cognition* 18(2009)176-186.
13. Desnoyers Amanda. (2013). Memory and Attentional Bias Associated with Perfectionism: The Impact of Mood and Threat Responsiveness. A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts (MA) in Psychology. The School of Graduate Studies Laurentian University Sudbury. Ontario. Canada.
14. Gasco Z, Margaux Louise D. Umali L, Grace A. Malabanan M, C. Landicho L (2014). Perfectionism and Well-being among Academic Achievers, *Asia Pacific Journal of Education, Arts and Sciences*, Vol. 1, No. 3.
15. Kajbaf Nezhad H. and Khaneh Keshi A. (2013). The relationship between positive perfectionism, hope, and mental skills with athletic success motivation in male athletes. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*. Vol. 2(4). 188-191.
16. Stoeber J. and Otto K. (2006), Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges, *Personality and Social Psychology Review*. Vol. 10.No. 4. 295-319.
17. Jalalvand M. and Sehni Yailagh M. and Kianpoor F. and Allipour S. (2015). The relationships between perfectionism and academic performance with mediating role of achievement goals and academic motivation in undergraduate students of Shahid Chamran University, *International Journal of Psychology and Behavioral Research*. Vol. 4(2). 209-228.
18. Ferrari Joseph R and Mautz William T (1997). Predicting Perfectionism: Applying Tests of Rigidity, *Journal of Clinical Psychology*. vol. 53(1). 1-6.