



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



مقایسه سیستم‌های مغزی رفتاری و کمال‌گرایی در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان

فاطمه اسدی^۱، بهنام خشنودنیای چماچایی^۲، عباس ابوالقاسمی^۳

چکیده

هدف این مطالعه، مقایسه سیستم‌های مغزی رفتاری و کمال‌گرایی در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان بود. روش پژوهش از نوع علی-مقایسه‌ای می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانش‌آموزان دبیرستانی شهر رشت در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ تشکیل می‌دهند. در یک مطالعه مقطعی، دانش‌آموزان به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای از بین ۶ مدرسه شهرستان رشت انتخاب و پس از غربالگری به وسیله پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان اسپیل برگر و مصاحبه بالینی، در دو گروه اضطراب (۵۰ نفر) و عادی (۵۰ نفر) قرار گرفتند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های فعال‌سازی-بازداری رفتاری و کمال‌گرایی مثبت و منفی استفاده شد. نتایج نشان داد دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب امتحان در سیستم فعال‌سازی رفتاری و کمال‌گرایی مثبت، از دانش‌آموزان عادی میانگین نمرات کمتر، و در سیستم بازداری رفتاری و کمال‌گرایی منفی نمرات بیشتری کسب نمودند ($P < 0/01$). این نتایج تلویحات مهمی در آسیب‌شناسی اضطراب امتحان دارد. بر این اساس، متخصصان می‌توانند از این نتایج برای پیشگیری و درمان اضطراب امتحان استفاده کنند.

کلیدواژه‌ها: سیستم‌های مغزی رفتاری، کمال‌گرایی، اضطراب امتحان

دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه

^۱. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

^۲. نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی (Behnam_khoshnoodnia@yahoo.com) ۹۱۱۲۳۷۴۴۳۵

^۳. استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه گیلان (Abolghasemi_۴۴@yahoo.com)



مقدمه

اضطراب امتحان^۱ یا ادراک هر ارزشیابی تحصیلی، یکی از مهم‌ترین جنبه‌های انگیزش منفی است و اثرات نامطلوبی بر عملکرد کلاسی دانش‌آموزان دارد. دوسک^۲ اضطراب امتحان را به عنوان احساس نامطلوب یا حالت هیجانی می‌داند که افراد در آزمون‌های رسمی یا سایر موقعیت‌های ارزشیابی تجربه می‌کنند (هیل و ویگفیلد^۳، ۲۰۰۹). بر اساس برآورد پژوهشگران در پژوهش‌های مختلف، میزان شیوع اضطراب امتحان در دانش‌آموزان از ۱۰ تا ۳۰ درصد گزارش شده است. این برآورد در ایران برای دانش‌آموزان دبیرستانی ۱۷/۲ درصد گزارش شده است (ابوالقاسمی، مهربانی‌زاده هنرمند، نجاریان و شکرکن، ۱۳۸۳). یکی از متغیرهای مرتبط با اضطراب امتحان، سیستم‌های مغزی رفتاری است که به دو دسته تقسیم می‌شوند و فعالیت هر یک از آن‌ها به فراخوانی و واکنش‌های هیجانی متفاوتی می‌انجامد (حسینی، بیگدلی و قوشچیان، ۱۳۸۶). سیستم بازداری رفتاری^۴ حساس به نشانه‌های تهدید یا مجازات در نظر گرفته می‌شود و با رفتاری اجتنابی یا عقب‌نشینی در ارتباط است (بجتیبیر، بک، کلس و واندریکن^۵، ۲۰۰۹). سیستم بعدی فعال‌سازی رفتاری^۶ است که به نشانه‌های پاداش یا رغبت حساس بوده و با رویکرد رفتاری مرتبط است (لی، یو و چن^۷، ۲۰۱۵). ویتیکسکا و لویسکا^۸ (۲۰۱۱) دریافته‌اند افرادی که فعالیت BIS بالایی دارند در مقایسه با کسانی که BIS آنها فعالیت کمتری دارند، نسبت به نشانه‌های تنبیه هشیارتر هستند و همچنین بین انتظارات آن‌ها از تنبیه و تنبیه واقعی فاصله زیادی وجود دارد به طوری که وجود تنبیه را بیش برآورد می‌کنند و چنین واکنشی نشان دهنده اضطراب بیشتر و خطر پذیری کمتر است. جانسون، تورنر و ایواتا^۹ (۲۰۰۳) طی پژوهشی نشان دادند که سیستم بازداری رفتاری به عنوان یک فاکتور آسیب‌پذیری، اضطراب را پیش‌بینی می‌کند. مارکاریان، پیکت، دوسون و کانونا^{۱۰} (۲۰۱۳) دریافته‌اند که سیستم بازداری رفتاری با اضطراب رابطه معنادار مثبت دارد اما بین سیستم فعال‌سازی رفتاری با اختلال اضطراب اجتماعی ارتباط معناداری وجود ندارد. همچنین محمدی‌مصبری، حاجلو و ابوالقاسمی (۱۳۹۴) نشان دادند که بین اختلال اضطراب اجتماعی با سیستم بازداری رفتاری رابطه معناداری وجود دارد اما بین سیستم فعال‌سازی رفتاری با اختلال اضطراب اجتماعی ارتباط معناداری وجود ندارد. متغیر دیگر مرتبط با اضطراب امتحان، کمال‌گرایی است. کمال‌گرایی اصولاً به عنوان پیگیری برای دست‌یابی به کمال و مبنایی برای خودارزشی بر اساس موفقیت علی

۱ . test anxiety

۲ . Dousk

۳ . Hill & Wigfield

۴ . behavioral inhibition system

۵ . Bijttebier, Beck, Claes & Vandereycken

۶ . behavioral approach system

۷ . Li, Xu & Chen

۸ . Wytykowska & Lewicka

۹ . Johnson, Turner & Iwata

۱۰ . Markarian, Pickett, Deveson & Kanona



رغم پیامدهای نامطلوب تعریف شده است (شافران، کوپر و فایربورن^۱، ۲۰۰۲). کمال‌گرایان نوروپیک در موقعیت امتحان بر روی محرک‌های نامربوط مانند انتظارات والدین و داشتن نگرانی متمرکز می‌شوند و متعاقب این راهبرد مقابله‌ای ناسازگار، اضطراب امتحان بیش از حدی را تجربه می‌کنند (وینر و کارتون^۲، ۲۰۱۲). مطالعه پارک و چانگ^۳ (۲۰۰۶) نیز اثر کمال‌گرایی بر اضطراب امتحان را نشان داد. موسوی و همکاران (۱۳۹۳) طی پژوهشی نشان دادند که کمال‌گرایی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان رابطه معناداری دارد. قدمی (۱۳۹۳) نشان داد که کمال‌گرایی با اضطراب امتحان رابطه معناداری دارد و از روی نمرات کمال‌گرایی می‌توان میزان اضطراب امتحان دانش‌آموزان را پیش‌بینی نمود. همچنین آرانا و فورلان^۴ (۲۰۱۶) نشان دادند که تمامی ابعاد کمال‌گرایی، اضطراب امتحان را در دانش‌آموزان پیش‌بینی می‌کند. شایسته است مطرح نماییم که مطالعه و شناخت هر چه بیشتر ویژگی‌های شخصیتی به ویژه در دانش‌آموزان دارای اضطراب امتحان ضرورتی انکارناپذیر است که پژوهش‌های محدودی را در جهت مقایسه با افراد عادی به خود اختصاص داده است. با توجه به مطالب فوق، هدف اساسی پژوهش حاضر مقایسه سیستم‌های مغزی رفتاری و کمال‌گرایی در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان می‌باشد.

روش

نوع و طرح پژوهش: با توجه به موضوع مطالعه حاضر مبنی بر مقایسه دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان بر اساس سیستم‌های مغزی رفتاری و کمال‌گرایی، مطالعه حاضر از نوع پژوهش‌های علی-مقایسه‌ای می‌باشد.

جامعه‌ی آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانش‌آموزان پسر دبیرستانی شهر رشت در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ تشکیل می‌دهند. برای انتخاب نمونه دانش‌آموزان مذکور، از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای استفاده شد. بدین صورت که پس از هماهنگی‌های لازم با اداره آموزش و پرورش، از میان مدارس موجود ۶ مدرسه و از هر مدرسه ۵ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شده و پرسشنامه اضطراب امتحان اسپیل برگر را تکمیل نمودند. سپس آزمودنی‌هایی که دارای نمرات بالا (یک انحراف معیار بالای میانگین) بودند، مورد مصاحبه بالینی قرار گرفتند. در نهایت ۵۰ دانش‌آموز دارای اختلال اضطراب امتحان شناسایی شدند. همچنین ۵۰ نفر از دانش‌آموزان عادی به عنوان گروه مقایسه انتخاب و از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی چون سن، جنسیت و پایه تحصیلی با گروه مبتلا به اختلال اضطراب امتحان هم‌تا شدند. با توجه به این که در تحقیقات علی-مقایسه‌ای حداقل نمونه بایستی ۱۵ نفر باشد (دلاور، ۱۳۹۰)، در این تحقیق به خاطر افزایش اعتبار بیرونی، ۵۰ نفر به عنوان نمونه‌ی تحقیق انتخاب شدند.

۱. Shafran, Cooper & Fairburn

۲. Weiner & Carton

۳. Park & Change

۴. Arana & Furlan



ابزار پژوهش

پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان: در این پژوهش برای سنجش اضطراب امتحان از پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان اسپیل برگر^۱ (۱۹۸۰) استفاده شد. این پرسشنامه ۲۰ ماده دارد که واکنش قبل، حین و بعد از امتحان را توصیف می‌کند. پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان شامل دو خرده آزمون نگرانی و هیجان‌پذیری است که تفاوت‌های فردی آزمودنی را در اضطراب امتحان می‌سنجد. این پرسشنامه خود گزارشی است و هر آزمودنی براساس یک مقیاس چهار گزینه‌ای به هر ماده پاسخ می‌دهد. این گزینه‌ها به ترتیب بر اساس مقادیر ۱، ۲، ۳، و ۴ نمره گذاری می‌شوند. ضریب پایایی همسانی درونی، تصنیف و بازآزمایی این پرسشنامه در پژوهشی که ابوالقاسمی (۱۳۸۱) در اهواز انجام داد، به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۹۲، ۰/۹۰ گزارش شده است. ضریب همبستگی پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان با خرده آزمون‌های بازدارنده ($r = 0/40$) و تسهیل کننده ($r = 0/67$) اضطراب امتحان و تعریف سازه ($r = 0/47$) معنی دار ($P < 0/01$) می‌باشد (ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۴).

پرسشنامه‌ی کمال‌گرایی مثبت و منفی: این مقیاس توسط تری- شورت، اونس، اسلاید و دیوی^۲ (۱۹۹۵) ساخته شده است. این مقیاس دارای دو خرده‌مقیاس مثبت و منفی می‌باشد که با ۴۰ سوال سنجیده می‌شوند و هر آزمودنی به سوالات با یک مقیاس پنج درجه‌ای (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) پاسخ می‌دهد. ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش شده است. ضریب همبستگی خرده‌مقیاس‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی با مقیاس کمال‌گرایی هویت و فلت^۳ (۱۹۹۱) به ترتیب ۰/۴۶- و ۰/۵۳ می‌باشد (تری- شورت و همکاران، ۱۹۹۵). ابوالقاسمی، احدی و کیامرثی (۲۰۰۷) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند.

پرسشنامه‌ی فعال‌سازی-بازداری رفتاری: مقیاس سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتاری (کارور و وایت^۴، ۱۹۹۴) شامل ۲۰ پرسش خود گزارشی و دو زیرمقیاس است. زیر مقیاس BIS در این پرسشنامه شامل هفت آیتم است که حساسیت سیستم بازداری رفتاری یا پاسخدهی به تهدید و احساس اضطراب هنگام رویارویی با نشانه‌های تهدید را اندازه می‌گیرد. زیر مقیاس BAS نیز سیزده آیتمی است، که حساسیت سیستم فعال‌ساز رفتار را می‌سنجد و خود شامل زیر مقیاس‌های دیگر است که عبارتند از: سائق (-BAS، DR، چهار آیتم)، پاسخدهی به پاداش^۵ (BAS-RR، پنج آیتم) و جستجوی سرگرمی (BAS-FS، چهار آیتم). کارور و وایت (۱۹۹۴) ثبات درونی زیر مقیاس BIS را ۰/۷۴ و ثبات درونی BAS را ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند. خصوصیات روان‌سنجی نسخه فارسی این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۷) در دانشجویان شیرازی مطلوب گزارش شده است. همچنین اعتبار به روش بازآزمایی

۱. Spielberger

۲. Terry-Short, Owens, Slade & Dewey

۳. Hewitt & Flett

۴. Carver & White

۵. Reward Responsiveness



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



برای مقیاس BAS، ۰/۶۸ و برای زیرمقیاس BIS، ۰/۷۱ گزارش کرده است. عبدالمهی مجارشین (۱۳۸۵) اعتبار این پرسشنامه را به روش بازآزمایی برای مقیاس BAS، ۰/۷۸ و برای زیرمقیاس BIS، ۰/۸۱ گزارش نموده است.

شیوهی اجراء: ابتدا پس از هماهنگی با آموزش و پرورش استان گیلان، برای اجرای پژوهش به طور تصادفی مدارس از شهر رشت انتخاب گردید. دانش‌آموزان منتخب پرسشنامه‌ی اضطراب امتحان اسپیل برگر را تکمیل کردند. سپس دانش‌آموزانی که ۱ انحراف معیار بالاتر از میانگین در این آزمون به دست آوردند، انتخاب گردیدند و در نهایت مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی و فعال‌سازی-بازداری رفتاری را تکمیل کردند.

روش تجزیه و تحلیل و داده‌ها: داده‌های جمع‌آوری شده با روش تحلیل واریانس چندمتغیری تجزیه و تحلیل شدند.

نتایج

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان

متغیرها	گروه اضطراب امتحان		گروه عادی	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
کمال‌گرایی مثبت	۵۸/۲۰	۳/۷۷	۶۵/۶۳	۴/۷۰
کمال‌گرایی منفی	۲۴/۳۰	۵/۰۱	۲۱/۴۷	۲/۳۴
سیستم بازداری رفتاری	۱۹/۴۳	۲/۰۱	۱۷/۴۷	۲/۵۶
سیستم فعال‌سازی رفتاری	۳۷/۶۸	۳/۴۳	۴۳/۵۰	۳/۸۴

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نمره‌های کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، سیستم بازداری رفتاری و سیستم فعال‌سازی رفتاری در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان ارائه شده است.

قبل از استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس چند متغیری جهت رعایت فرض‌های آن، از آزمون باکس و لوین استفاده شد. براساس آزمون باکس که برای متغیرها معنادار نبوده است، شرط همگنی ماتریس‌های واریانس/کواریانس به درستی رعایت شده است (BOX= ۳۴/۱۶۳، F= ۱/۳۵۷، P= ۰/۳۲۷). براساس آزمون لوین و عدم معناداری آن برای کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، سیستم بازداری رفتاری و سیستم فعال‌سازی رفتاری، شرط برابری واریانس‌های بین گروهی رعایت شده است. نتایج آزمون لامبدای ویلکز نشان داد که اثر گروه بر ترکیب کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، سیستم بازداری رفتاری و سیستم فعال‌سازی رفتاری معنادار می‌باشد (Eta=۰/۵۷۶، $p < ۰/۰۰۱$ ، $F = ۱۸/۶۶۸$ ، $F = ۰/۴۲۴$ ، لامبدای ویلکز). همچنین سطوح معناداری همه آزمون‌ها قابلیت استفاده از تحلیل واریانس چند متغیری را مجاز می‌شمارد. این نتایج نشان می‌دهند که بین دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

جدول ۲. نتایج تحلیل واریانس متغیرهای پژوهش در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



متغیر وابسته	SS	DF	MS	F	P	مجذوراتا
کمال‌گرایی مثبت	۸۲۸/۸۱۷	۱	۸۲۸/۸۱۷	۱۰/۳۰۷	۰/۰۰۲	۰/۱۵۱
کمال‌گرایی منفی	۱۲۰/۴۱۷	۱	۱۲۰/۴۱۷	۷/۸۴۹	۰/۰۰۷	۰/۱۱۹
سیستم بازداری رفتاری	۵۸/۰۱۷	۱	۵۸/۰۱۷	۱۰/۹۶۷	۰/۰۰۲	۰/۱۵۹
سیستم فعال ساز رفتاری	۵۵۲/۰۶۷	۱	۵۵۲/۰۶۷	۳۱/۹۹۲	۰/۰۰۱	۰/۳۵۵

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود دانش‌آموزان با اضطراب امتحان در کمال‌گرایی منفی ($F=7/849$) و سیستم بازداری رفتاری ($F=10/967$) از دانش‌آموزان عادی میانگین نمرات بیشتر و در کمال‌گرایی مثبت ($F=10/307$) و سیستم فعال‌ساز رفتاری ($F=31/992$) نمرات کمتری بدست آوردند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر مقایسه‌ی سیستم‌های مغزی رفتاری و کمال‌گرایی در دانش‌آموزان با و بدون اضطراب امتحان بود. طبق نتایج بدست آمده سیستم بازداری رفتاری در افراد مبتلا به اضطراب امتحان بیشتر و فعال‌سازی رفتاری کمتر می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش‌های جانسون و همکاران (۲۰۰۳)؛ ویتیکسکا و لویسکا (۲۰۱۲) و مارکاریان و همکاران (۲۰۱۳) همسو است. در تبیین یافته بالا باید اذعان داشت که اجتناب رفتاری یا موقعیتی، هم به لحاظ ملاک‌های تشخیصی (انجمن روان‌پزشکی آمریکا^۱، ۲۰۰۰) و هم به عنوان یک عامل تداوم بخش در شرایط آسیب‌شناختی (بارلو^۲، ۲۰۰۸؛ مارتل، آدیس و جکسون^۳، ۲۰۰۱) نقش بسیار مهمی در اختلالات هیجانی چون اضطراب امتحان ایفا می‌کند. بازداری رفتاری به عنوان یک مولفه سرشتی در نظر گرفته می‌شود و عبارت از الگوی نسبتاً ثابت رفتاری و پاسخ‌های هیجانی به افراد ناآشنا و موقعیت‌های جدید است. این ویژگی باعث می‌شود افراد از موقعیت‌های جدید اجتناب نموده و اغلب به صورت بیمناک رفتار کنند (داودی، طاهر نشاط‌دوست، عابدی و طالبی، ۱۳۹۳) حال آنکه در فعال‌سازی رفتاری چنین رفتارهای اجتنابی دیده نمی‌شود و راهبردهای مقابله‌ای بهتری نسبت به اجتناب مورد استفاده قرار می‌گیرد. در نتیجه بالا بودن بازداری رفتاری در افراد مبتلا به اضطراب امتحان و پائین بودن سطح فعال‌سازی رفتار در آنها امری بدیهی می‌باشد. همچنین نتایج نشان داد که کمال‌گرایی منفی در افراد مبتلا به اضطراب امتحان بالا بوده و کمال‌گرایی مثبت در آنها در سطح پائینی قرار دارد. این یافته با نتایج پارک و چانگ (۲۰۰۶)؛ موسوی و همکاران (۱۳۹۳)؛ قدمی (۱۳۹۳) و آران و فورلان (۲۰۱۶) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که کمال‌گرایی مثبت، انتظاراتی عقلانی و واقع‌گرایانه مطابق با امکانات و محدودیت‌های فرد، در وی ایجاد می‌کند، در نتیجه فرد از طریق واقع‌بینی هدف‌های تحقق‌نیافتنی را بر خود تحمیل نمی‌سازد و با کاهش ترس از شکست و افزایش اعتماد به نفس، محدودیت‌ها را راحت‌تر پذیرفته و با آنها سازش می‌یابد که این

۱. American Psychiatric Association

۲. Barlow

۳. Martell, Addis & Jacobson



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



امر می‌تواند باعث کاهش اضطراب در موقعیت‌های دشوار از جمله موقعیت امتحان شود (بشارت، ۱۳۸۳). حال آن که کمال‌گرایی منفی گسترش باورها و انتظارات غیرواقعی است، افرادی که دارای کمال‌گرایی بالا و منفی هستند، معیارهای بالایی برای عملکرد دارند و به قانون همه یا هیچ گرایش بسیار داشته و انتظار رسیدن به نتایج بی‌نقص را دارند که دستیابی به آن دور از انتظار است و این روند در نهایت به افزایش اضطراب آنان در موقعیت‌ها منجر می‌شود، این دسته از افراد مدام خود را سرزنش می‌کنند و با هر شکستی از میزان اعتماد به نفس آن‌ها کاسته شده و بر میزان ترس و اضطرابشان افزوده می‌شود (بختیارپور، حافظی و بهزادی شینی، ۱۳۸۸). امتحان نیز بدلیل موقعیت ارزیابی خود بسیار اضطراب بر انگیز محسوب می‌شود و به چرخه معیوب کمال‌گرایی منفی سوختن رسانی می‌کند. محدود بودن نمونه به پسران دبیرستانی، منحصر بودن تحقیق به شهرستان رشت و عدم کنترل وضعیت اجتماعی-اقتصادی از محدودیت‌های این پژوهش است که در تعمیم نتایج می‌بایست احتیاط گردد. همچنین پیشنهاد می‌شود که این پژوهش در سنین مختلف و در جمعیت دختران نیز صورت گیرد. از این نتایج می‌توان در آسیب‌شناسی و درمان افراد مبتلا به اضطراب امتحان و طراحی دوره‌های درمانی مبتنی بر ویژگی‌های شخصیتی استفاده کرد.

منابع

- ابوالقاسمی، عباس (۱۳۸۱). اثربخشی دو روش درمانی آموزش ایمن‌سازی در مقابل استرس و حساسیت‌زدایی منظم در کاهش اضطراب امتحان دانش‌آموزان دوم دبیرستان شهرستان اهواز. *مجله‌ی روان‌شناسی*، ۸(۳)، ۵۹-۵۰.
- ابوالقاسمی، عباس؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز؛ نجاریان، بهمن و شکرکن، حسین (۱۳۸۳). اثربخشی روش درمانی آموزش ایمن‌سازی در مقابل تنیدگی و حساسیت‌زدایی منظم در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب امتحان. *مجله‌ی روان‌شناسی*، ۸(۱)، ۶۳-۵۱.
- ابوالقاسمی، عباس و نریمانی، محمد (۱۳۸۴). *آزمون‌های روان‌شناختی*. اردبیل: انتشارات باغ رضوان.
- بختیارپور، سعید؛ حافظی، فریبا و بهزادی شینی، فاطمه (۱۳۸۸). رابطه بین جایگاه مهار، کمال‌گرایی و خودکارآمدی با اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی در دانشجویان. *روان‌شناسی اجتماعی (یافته‌های نو در روان‌شناسی)*، ۵(۱۳)، ۵۲-۳۵.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۳). بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان. *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۳۴(۱)، ۱۹-۱.
- حسنی، جعفر؛ بیگدلی، ایمان‌اله و قوشچیان، سمانه (۱۳۸۶). مقایسه فعالیت‌های مغزی - رفتاری بیماران مبتلا به اختلال وسواس و افراد بهنجار. *تازه‌های علوم شناختی*، ۹(۴)، ۲۵-۱۶.
- داودی، اعظم؛ طاهر نشاط‌دوست، حمید؛ عابدی، محمدرضا و طالبی، هوشنگ (۱۳۹۳). نقش نقایص تنظیم هیجان، آمیختگی فکر-عمل و بازداری رفتاری در اختلال اضطراب منتشر. *مجله دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، ۲۲(۶)، ۱۲۴-۱۱۵.
- عبداللهی مجارشین، رضا (۱۳۸۵). *رابطه سیستم‌های بازداری و فعال‌سازی با سوگیری حافظه ناآشکار در افراد افسرده*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تبریز.
- قدمی، مجید (۱۳۹۳). بررسی رابطه کمال‌گرایی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*، ۱۳(۴۹)، ۱۵۱-۱۳۶.
- محمدی، نوراله (۱۳۸۷). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس‌های سیستم بازداری و فعال‌سازی رفتار در دانشجویان دانشگاه شیراز، *دوماهنامه علمی-پژوهشی دانشگاه شاهد*، ۱۵(۲۸)، ۶۸-۶۱.
- محمدی مصیری، فرهاد؛ حاجلو، نادر و ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۴). بررسی ارتباط بین سیستم‌های فعال‌ساز و بازداری رفتاری، دشواری در تنظیم هیجانی و کمرویی با اختلال اضطراب اجتماعی در نوجوانان بهنجار. *مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد*، ۱۷(۶)، ۲۱-۱۰.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



موسوی، سیده سمیرا؛ احمدی، وحید؛ نصراللهی، عباس؛ پیریایی، صالحه؛ سلیمانی، خدیجه و محمودی، طیبه (۱۳۹۳). رابطه بین کمال‌گرایی ناهنجار و اضطراب امتحان: بررسی نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله اجتنابی. *مجله‌ی دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، ۲۲(۱)، ۱۱۰-۱۰۲.

Abolghasemi, A., Ahmadi, M., & Kiamarsi, A. (۲۰۰۷). The relationship of metacognition and perfectionism with psychological consequences in the addicts. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, ۵(۲), ۷۳-۷۸.

American Psychiatric Association. (۲۰۰۰). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*. ۴ th ed. Washington DC: APA.

Arana, F. G., & Furlan, L. (۲۰۱۶). Groups of perfectionists, test anxiety, and pre-exam coping in Argentine students. *Personality and Individual Differences*, ۹۰, ۱۶۹-۱۷۳.

Barlow, D.H. (۲۰۰۸). *Clinical handbook of psychological disorders*. New York: Guilford Press.

Bijttebier, P., Beck, I., Claes, L., & Vandereycken, W. (۲۰۰۹). Gray's reinforcement sensitivity theory as a framework for research on personality–psychopathology associations. *clinical psychological review*, ۲۹, ۴۲۱-۴۳۰.

Carver, C. S., & White, T. L. (۱۹۹۴). Behavioral inhibition, Behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. ۶۷(۲), ۳۱۹-۳۳۳.

Gray, J. A., & McNaughton, N. (۲۰۰۰). An enquiry into the function of the septohippocampal system. *The Neuropsychology of Anxiety*, ۱۶۸, ۱۳۱-۱۴۳.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (۱۹۹۱). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, ۶۰, ۴۵۶-۴۷۰.

Hill, K. T., & Wigfield, A. (۲۰۰۹). Test anxiety: A major educational problem and what can be done about it. *The Elementary School Journal*, ۱۱۲(۱), ۱۰۵-۱۲۶.

Li, Y., Xu, Y., & Chen, Z. (۲۰۱۵). Effects of the behavioral inhibition system (BIS), behavioral activation system (BAS), and emotion regulation on depression: A one-year follow-up study in Chinese adolescents. *Psychiatry Research*, ۲۳۰, ۲۸۷-۲۹۳.

Johnson, S. L., Turner, R. J., & Iwata, N. (۲۰۰۳). BIS/BAS levels and psychiatric disorder: An epidemiological study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, ۲۵(۱), ۲۵-۳۶.

Markarian, S. A., Pickett, S. M., Deveson, D. F., & Kanona, B. B. (۲۰۱۳). A model of BIS/BAS sensitivity, emotion regulation difficulties, and depression, anxiety, and stress symptoms in relation to sleep quality. *Psychiatry Research*, ۳۰(۱), ۲۸۱-۲۸۶.

Martell, C. R., Addis, M. E., & Jacobson, N. S. (۲۰۰۱). *Depression in context: Strategies for guided action*. New York: Norton.

Park, Y & Change, E. (۲۰۰۶). Perfectionism and loneliness and predictors of depressive symptoms: A test of an Integrative model. *Journal of Young Investigators*, ۱(۱), ۱-۹.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (۲۰۰۲). Clinical perfectionism: a cognitive behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, ۴۰, ۷۷۳-۷۹۱.

Speilberger, C. D. (۱۹۸۰). *Preliminary Professional Manual for the Test Anxiety Inventory*, Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.

Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (۱۹۹۵). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, ۱۸, ۶۶۳-۸.

Weiner, B. A., & Carton, J. C. (۲۰۱۲). Avoidant coping: A mediator of maladaptive perfectionism and test anxiety. *Personal Individual Differences*, ۵۲, ۶۳۲-۶۳۶.

Wytykowska, A., & Lewicka, M. (۲۰۱۱). Learning the affective value of target categories: The role of category valence and the behavioral inhibition system (BIS). *Personality and Individual Differences*, ۵۰(۷), ۹۴۴-۹۴۸.

دومین
همایش
ملی
روانشناسی
مدرسه