



رابطه کمالگرایی و تفکرات غیر منطقی با شادکامی در معلمان شهر زنجان

غلامحسین انتصار فومنی^۱، احمد رحمانی^۲، جواد صالحی^۳

چکیده

شادکامی هدف نهایی و مشترک همه انسانها است و همه در تلاش برای رسیدن به آن می باشند. یکی از موانع موجود در این راه، تفکرات غیر منطقی است. همچنین کمالگرایی به عنوان یکی از انواع تفکرات غیر منطقی می تواند شادکامی را تحت تاثیر قرار دهد. بر این اساس، هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه کمالگرایی و تفکرات غیر منطقی با شادکامی در معلمان می باشد.

این پژوهش از نوع همبستگی بوده و روش نمونه گیری طبقه ای - تصادفی می باشد. با توجه به حجم جامعه آماری که ۲۷۸۸ نفر معلم می باشد، و با استفاده از جدول مورگان، حجم نمونه ۲۸۳ نفر تعیین شد که با رعایت نسبت زن و مرد در دو گروه نمونه، شامل ۱۸۷ زن و ۹۶ مرد در گروه معلمان می باشند. از پرسشنامه شادکامی آکسفورد، مقیاس کمالگرایی چند بعدی تهران و آزمون باورهای غیر منطقی اهواز برای اندازه گیری متغیرها استفاده شد. با استفاده از آزمون معناداری ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه فرضیه های تحقیق مورد آزمون قرار گرفتند. یافته ها نشان داد بین تفکرات غیر منطقی با شادکامی در معلمان، رابطه معکوس معنادار وجود دارد ($p < 0/01$). بین کمالگرایی با شادکامی در معلمان رابطه ی مستقیم معنادار وجود دارد ($p < 0/01$) و تفکرات غیر منطقی و کمالگرایی خودمدار می توانند شادکامی را پیش بینی نمایند ($p < 0/01$). پژوهشگر نتیجه گرفت که بین کمالگرایی و تفکرات غیر منطقی با شادکامی رابطه وجود دارد. یعنی با افزایش تفکرات غیر منطقی، شادکامی کاهش یافته و با افزایش کمالگرایی، شادکامی افزایش می یابد.

کلید واژه ها: شادکامی، کمالگرایی، تفکرات غیر منطقی، معلمان.

۱. استادیار گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان

۲. استادیار گروه تربیت بدنی دانشگاه زنجان

۳. استادیار گروه روانشناسی دانشگاه زنجان، نویسنده مسئول



مقدمه

”شادکامی ناشی از قضاوت و داوری انسان در باره چگونگی گذران زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی شود بلکه حالتی است درونی که از هیجان های مثبت تاثیر می پذیرد (مایرز و داینر^۱، ۱۹۹۵). بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت می کند که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه هیجان های مثبت و خشنودی از زندگی نشات می گیرد (هیلز و آرجیل^۲، ۲۰۰۱). از دیدگاه روانشناسان ۲ نوع شادکامی وجود دارد. نوعی از آن از رهگذر شرایط محسوس زندگی همچون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و بطور کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می گردد که به آن وجه عینی^۳ شادکامی می گویند و نوع دیگر متأثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که به آن شادکامی ذهنی^۴ یا احساس شادکامی گفته می شود. شواهد موجود گویای آنند که احساس شادکامی مولد انرژی، شور، نشاط و حرکت و پویایی است و همچون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس و مشکلات محافظت و سلامت جسمی و روانی او را تضمین کند (به نقل از حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵).

یکی از عواملی که بر شادکامی تاثیر منفی می گذارد، تفکرات و باورهای غیر منطقی است. باورهای غیر منطقی باورهایی هستند که بر روان فرد سلطه دارند و عامل تعیین کننده نحوه تعبیر و تفسیر و معنی دادن به رویدادها و تنظیم کننده کیفیت و کمیت رفتارها و عواطف است. باور های غیر منطقی حقیقت ندارد و با واقعیت منطبق نیست، باید و حکم برای فرد می آورد، تعادل فرد را از بین می برد، از ایجاد نظم جلوگیری می کند و مانع مواجهه موفقیت آمیز با حوادث تحریک کننده میگردد (الیس ۱۹۹۵ به نقل از سلیمی و همکاران، ۱۳۸۸).

الیس کمالگرایی را اینگونه تعریف کرده است: پذیرش این باور که فرد باید کاملا شایسته، لایق، با هوش بوده و در تمام امور ممکن پیشرو باشد. این که همواره یک راه حل دقیق کامل و درست برای مشکلات وجود دارد و اگر این راه حل کامل پیدا نشود فاجعه آمیز خواهد بود (به نقل از علیزاده صحرایی، خسروی و بشارت، ۱۳۸۹). هویت و فلت^۵ (۱۹۹۱) سه بعد را برای کمالگرایی از یکدیگر متمایز کردند: ”کمالگرایی خویشتن مدار^۶ که شامل کوشش فرد برای دستیابی به خویشتن کامل و با معیارهای بالای غیر واقعی می باشد. کمالگرایی دیگر مدار^۷ که در آن تمرکز فرد بر رفتار دیگران است و رفتار آنان باید از دید وی کامل و دور از هر

^۱ - Myers & Diener

^۲ - Hills & Argyle

^۳ - Objective

^۴ - Subjective

^۵ - Hewitt & Flett

^۶ - Self-Oriented

^۷ - Other-Oriented



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



اشتباهی باشد. کمالگرایی جامعه مدار^۱ که در آن فرد باور دارد که دیگران (خانواده و جامعه)، معیارها و انتظارات افراطی برای او در نظر گرفته اند و او خود را ملزم به بر آورده ساختن این انتظارات می داند (به نقل از کاظمی و همکاران، ۱۳۹۱). هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه کمالگرایی و تفکرات غیرمنطقی با شادکامی در معلمان می باشد.

روش

نوع و طرح پژوهش: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع تحقیقات همبستگی است، کمال گرایی و تفکرات غیرمنطقی به عنوان متغیر پیش بین و شادکامی در معلمان به عنوان متغیر ملاک پژوهش حاضر در نظر گرفته شد.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه گیری: جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه معلمان ۳ مقطع ابتدایی، راهنمایی و متوسطه شهر زنجان در سال ۹۲ است که طبق آمار اداره آموزش و پرورش زنجان ۲۷۸۸ نفر بوده که از این تعداد، ۱۸۴۶ نفر زن و ۹۴۲ نفر مرد بوده اند. روش نمونه گیری، خوشه ای طبقه ای تصادفی می باشد. با توجه به تعداد جامعه آماری، ۲۸۳ نفر تعیین شد و با رعایت نسبت زن و مرد در دو گروه نمونه، ۱۸۷ نفر زن و ۹۶ نفر مرد در گروه معلمان تعیین شدند. پس از آن از بین نواحی دوگانه آموزش و پرورش شهر زنجان، یک ناحیه بصورت تصادفی انتخاب شدند. و سپس از بین کلیه مدارس ناحیه مذکور، ۲۴ مدرسه بصورت تصادفی برگزیده شدند

ابزار پژوهش:

پرسشنامه مقیاس شادکامی آکسفورد (آرجیل و هیلز، ۲۰۰۲)، پرسشنامه ۴ عاملی باورهای غیر منطقی اهواز (عبادی و معتمدین، ۱۳۸۴) و مقیاس کمالگرایی چند بعدی تهران (۳ بعد خود محور، دیگر محور و جامعه محور) (بشارت و همکاران، ۱۳۸۶) جهت گردآوری اطلاعات مورد استفاده قرار گرفت.

روش تجزیه و تحلیل و داده ها: برای تعیین رابطه بین متغیرهای پژوهش با توجه به نرمال بودن توزیع متغیرها که با استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف تعیین شد، از آزمون آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به روش stepwise استفاده شد.

نتایج

اجرای آزمون کولموگروف - اسمیرنوف حاکی از نرمال بودن توزیع تمام داده های حاصل از اجرای ابزارهای پژوهش است (تمام سطوح معنی داری بالاتر از ۰/۰۵).

با توجه به مقادیر Sig بدست آمده در جدول آزمون نرمال بودن متغیرها در معلمان که همگی بیشتر از ۰/۰۵ می باشند فرض صفر یعنی فرض توزیع نرمال داشتن متغیرهای مورد بحث در سطح معناداری ۰/۰۵ پذیرفته می شود.

^۱ - Social-Oriented



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



جدول ۱- همبستگی بین تفکرات غیر منطقی و شادکامی و مولفه های آنها در معلمان

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	
تفکرات غیر منطقی														
۱. درماندگی در برابر تغییر														
۲. توقع تائید از دیگران		۰.۴۴۱**												
۳. اجتناب از مشکل		۰.۴۶۰**	۰.۵۱۷**											
۴. بی مسئولیتی هیجانی		۰.۴۶۴**	۰.۴۸۷**	۰.۵۸۸**										
۵. تفکرات غیر منطقی		۰.۸۳۱**	۰.۷۵۸**	۰.۷۳۶**	۰.۷۸۶**	۱								
۶. خود پنداره		۰.۴۶۶**	۰.۲۰۵**	۰.۴۱۱**	۰.۴۳۲**	۰.۴۹۰**	۱							
۷. رضایت از زندگی		۰.۲۳۶**	۰.۰۷۲	۰.۱۶۶**	۰.۲۱۷**	۰.۱۸۶**	۰.۴۵۱**	۱						
۸. به لحاظ روانی آماده		۰.۱۱۹*	۰.۰۱۳	۰.۱۸۶**	۰.۱۴۶*	۰.۱۳۱*	۰.۳۲۹**	۰.۳۸۲**	۱					
۹. سر ذوق بودن		۰.۲۰۷**	۰.۰۴۴	۰.۱۵۸**	۰.۱۹۷**	۰.۱۷۴**	۰.۳۴۱**	۰.۵۵۱**	۰.۴۵۸**	۱				
۱۰. احساس زیبایی		۰.۰۶۹	۰.۰۷۷	۰.۰۵۸	۰.۱۰۵*	۰.۰۵۲	۰.۲۳۲**	۰.۵۴۸**	۰.۴۴۲**	۰.۵۳۶**	۱			
۱۱. خودکار آمدی		۰.۱۳۴*	۰.۰۱۹	۰.۱۸۵**	۰.۱۷۶**	۰.۱۴۵*	۰.۴۰۰**	۰.۵۷۵**	۰.۶۹۵**	۰.۵۳۵**	۰.۵۷۴**	۱		
۱۲. امیدواری		۰.۳۴۷**	۰.۲۰۷**	۰.۲۶۸**	۰.۳۹۷**	۰.۳۹۹**	۰.۵۷۵**	۰.۳۶۰**	۰.۲۶۳**	۰.۳۵۹**	۰.۳۷۳**	۰.۳۳۲**	۱	
۱۳. شادکامی		۰.۳۵۰**	۰.۰۷۲	۰.۳۲۱**	۰.۳۶۵**	۰.۳۵۸**	۰.۷۷۷**	۰.۷۲۲**	۰.۶۹۰**	۰.۶۷۵**	۰.۷۱۲**	۰.۷۶۹**	۰.۶۳۶**	۱

** وجود رابطه معنادار در سطح خطای یک درصد * وجود رابطه معنادار در سطح خطای ۵ درصد

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
کمالگرایی خود مدار											
۱. کمالگرایی خود مدار											
۲. کمالگرایی دیگر مدار		۰.۶۳۵**									
۳. کمالگرایی جامعه مدار		۰.۵۲۴**	۰.۵۳۸**								
۴. خود پنداره		۰.۰۳۳	۰.۲۲۰**	۰.۱۵۰*	۱						
۵. رضایت از زندگی		۰.۲۵۹**	۰.۰۷۶	۰.۰۶۸	۰.۴۵۱**	۱					
۶. به لحاظ روانی آماده		۰.۲۸۱**	۰.۱۵۱*	۰.۱۲۷*	۰.۳۲۹**	۰.۳۸۲**	۱				



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردیبل، دانشگاه محقق اردییلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



	۱	۰.۴۵۸**	۰.۵۵۱**	۰.۳۴۱**	۰.۱۳۱*	۰.۰۹۴	۰.۱۷۵**	۷.سر ذوق بودن
	۱	۰.۵۳۶**	۰.۴۴۲**	۰.۵۴۸**	۰.۳۳۳**	۰.۱۱۹*	۰.۰۸۶	۸.احساس زیبایی
	۱	۰.۵۷۴**	۰.۵۳۵**	۰.۶۹۵**	۰.۵۷۵**	۰.۴۰**	۰.۱۸۸**	۹.خودکار آمدی
	۱	۰.۳۳۲**	۰.۳۷۳**	۰.۳۵۹**	۰.۲۶۳**	۰.۳۶۰**	۰.۵۷۵**	۱۰.امیدواری
	۱	۰.۶۳۶**	۰.۷۶۹**	۰.۷۱۲**	۰.۶۷۵**	۰.۶۹۰**	۰.۷۲۲**	۱۱.شادکامی

جدول ۲- ضریب همبستگی بین ابعاد کمالگرایی با شادکامی و مولفه های آن در گروه معلمان

** وجود رابطه معنادار در سطح خطای یک درصد * وجود رابطه معنادار در سطح خطای ۵ درصد

کمالگرایی و تفکرات غیر منطقی می تواند بطور معنی داری شادکامی را پیش بینی کند. تحلیل رگرسیون با روش stepwise ، مناسبترین روش برای برازش معادله رگرسیون را نشان می دهد.

جدول ۳- همبستگی خطی بین متغیرهای پیش بین و متغیر ملاک

متغیرهای پیش بین	کمالگرایی	تفکرات غیر منطقی
ضریب همبستگی با متغیر ملاک (شادکامی)	۰.۱۱۸	-۰.۳۶۲
Sig	۰.۰۲۸	۰.۰۰۰

همانطوری که ملاحظه می شود دو متغیر پیش بین تفکرات غیر منطقی و کمالگرایی رابطه خطی معنادار با متغیر ملاک شادکامی دارند و متغیر پیش بین تفکرات غیر منطقی تاثیر بیشتری نسبت به متغیر پیش بین کمال گرایی بر متغیر ملاک شادکامی دارند. با اجرای این روش هر دو متغیر پیش بین وارد مدل رگرسیونی شده و حضور این دو متغیر در معادله رگرسیون معنادار می باشد.

جدول ۴- ضریب همبستگی چندگانه و ضریب تعیین

ضریب همبستگی چندگانه R	ضریب تعیین R ²	ضریب تعیین تعدیل شده R ² - Adj
۰.۴۴۷	۰.۲۰	۰.۱۹۵

ضریب همبستگی چندگانه برابر است با $R = 0.447$. این مقدار ضریب نشان دهنده رابطه نسبتاً شدید بین متغیر ملاک و

متغیرهای پیش بین می باشد. ضریب تعیین ($R^2 = 0.20$) نشان می دهد که ۲۰ درصد از تغییرات متغیر ملاک با این متغیرهای

پیش بین توضیح داده می شود. جدول آنالیز واریانس مدلی که شامل متغیرهای مستقلی که تاثیر معنادار بر روی متغیر وابسته دارند بصورت زیر می باشد:



جدول ۵- جدول آنالیز واریانس

Sig	F	میانگین مربعات	d.f	مجموع مربعات	منبع تغییرات
۰.۰۰۰	۴۲.۸۵۳	۱۴.۳۹۱	۲	۲۸.۷۸۲	رگرسیون
		۰.۳۳۶	۳۴۳	۱۱۵.۱۸۹	مانده ها
			۳۴۵	۱۴۳.۹۷۱	کل

همانطور که ملاحظه می شود با توجه به مقدار Sig می توان گفت که F بدست آمده کاملاً معنادار است. این مطلب گویای آن است که حداقل یکی از متغیرهای پیش بین در پیش بینی متغیر ملاک موثر است.

جدول ۶- جدول ضرایب برآورد شده مدل رگرسیون

Sig	T	ضرایب استاندارد		ضرایب مدل	
		شده	نشده		
		Beta	B	Std. Error	
۰.۰۰۰	۱۷.۲۷۹	--	۴.۴۲۴	۰.۲۵۶	مقدار ثابت
۰.۰۰۰	-۸.۹۲۸	-۰.۴۶۱	-۰.۵۷۳	۰.۰۶۴	تفکرات غیر منطقی
۰.۰۰۰	۵.۴۴۴	۰.۲۸۱	۰.۴۲۱	۰.۰۷۷	کمالگرایی

با توجه به ستون معنی داری (Sig) همانطور که ملاحظه می شود وجود مقدار ثابت در مدل و حضور هر دو متغیر پیش بین در مدل در سطح معناداری ۱ درصد معنادار می باشد.

لازم به ذکر است که از ضرایب B برای پیش بینی تغییرات استفاده می کنند، در صورتیکه از ضرایب Beta برای تعیین میزان اثر تغییر یک واحد متغیرهای پیش بین بر روی متغیر ملاک استفاده می شود. بنابر این الگوی رگرسیونی انتخاب شده بصورت زیر می باشد.

$$\text{(کمال گرایی)} * 0.421 + \text{(تفکرات غیر منطقی)} * 0.573 - 4.424 = \text{شادکامی}$$

معادله فوق معادله رگرسیون چند متغیره خطی مناسب برای نشان دادن روابط بین متغیرهای پیش بین و ملاک می باشد.

بحث و نتیجه گیری

بین تفکرات غیر منطقی با شادکامی رابطه منفی معنادار وجود دارد. نتیجه حاصل از فرضیه فوق با یافته های دستغیب و همکاران (۱۳۹۳) که در مقایسه باورهای غیرمنطقی و شادکامی در دانش آموزان تیزهوش با عادی نتیجه گرفتند که میانگین نمرات



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



باورهای غیرمنطقی در تیزهوشان کمتر و میزان شادکامی در آنها بیشتر است، سودانی و همکاران (۱۳۸۷) که پی برده بودند بین شادکامی و افسردگی با باورهای غیرمنطقی رابطه معناداری وجود دارد، همسو می باشد. همچنین با در نظر گرفتن اینکه «عزت نفس» و «افسردگی»، پیش بینی کننده ی قدرتمند شادکامی بوده، و با توجه به اینکه «رضایت از زندگی»، «سلامتی روانی» و «امیدواری» از مولفه های شادکامی هستند، نتایج حاصل بطور غیرمستقیم با یافته هایکر می (۱۳۸۱) که بین باورهای غیرمنطقی و امید به آینده رابطه معکوس یافت، و احتشام زاده و همکاران (۱۳۹۰) که بین باورهای غیرمنطقی و افسردگی رابطه مستقیم یافتند، نیز همسو می باشد. در تبیین یافته های فوق می توان به نظریه شناختی اشاره کرد. بر اساس این نظریه، افراد شادکام رویدادهای بیشتری را که از نظر فرهنگی مطلوب است، تجربه می کنند و نیز رویدادهای خنثی را به صورت مثبت و رویدادهای مثبت را مثبت تر در نظر می گیرند. در واقع افراد قادرند از طریق کنترل افکارشان، خوشبختی ذهنی و شادکامی خود را افزایش دهند. باورهای غیرمنطقی خواست ها و اهدافی هستند که به صورت ترجیحات ضروری و الزامی در می آیند و تبدیل به اهداف اجباری و الزامی و قطعی می گردد و اگر برآورده نشوند، به آشفتگی و اضطراب و نهایتاً کاهش شادکامی منجر میگردد.

نتایج بدست آمده بجز رابطه ی کمالگرایی دیگرمدار و جامعه مدار با مولفه های «امیدواری» «خود پنداره»، برخلاف انتظار است، چرا که ویژگی افراد کمالگرا این است که لازمه ی احساس ارزشمندی را وجود بیشترین لیاقت، شایستگی، کمال و فعالیت شدید می دانند؛ برای رسیدن به معیارهای بالا و غیرواقعی تلاش می کنند؛ با موشکافی زیاد به دنبال نواقص و معایب کارهایشان می گردند؛ احساس حقارت، ناتوانی و ناکامی می کنند؛ هرگز از عملکرد خود خشنود نیستند؛ خود را سرزنش می کنند و خودپنداره ی ضعیفی دارند. بنابراین شادکامی آنان کاهش می یابد! نتیجه ی حاصل از فرضیه فوق (بجز مولفه های «امیدواری» «خود پنداره»)، با یافته های گردی و همکاران (۱۳۸۴) که نتیجه گرفتند که سطح سلامت روانی آزمودنی ها با کمال گرایی، رابطه مستقیم معنادار دارد، و تا حدودی با یافته بهادری خسروشاهی و باباپور خیرالدین (۱۳۹۱) و دودانگه حسن کیاده (۱۳۹۱) که دریافتند: شادکامی با کمال گرایی مثبت رابطه مثبت و با کمال گرایی منفی رابطه منفی دارد، کراسیون و دودا (۲۰۱۴) که نتیجه گرفتند: کمالگرایی مثبت منجر به بهزیستی روانشناختی و کمالگرایی منفی منجر به پریشانی روانی می شود، همسو می باشد همچنین با توجه به اینکه مشکلات بین فردی، اضطراب، خشم و عدم سلامتی جسم، شادکامی را کاهش می دهد، نتایج حاصل بطور غیرمستقیم با یافته های بشارت (۱۳۸۳) که بین ابعاد کمالگرایی با مشکلات بین شخصی همبستگی مثبت معنادار یافت، کاظمی و همکاران (۱۳۹۱) که دریافتند: در هر سه بعد کمالگرایی، بین دانشجویان با اضطراب بالا و دانشجویان عادی تفاوت معنی دار وجود دارد و دانشجویان دارای اضطراب امتحان بالا در هر سه بعد، کمالگرایی بالاتری دارند، بشارت و همکاران (۱۳۸۹) بین کمالگرایی خود محور و جامعه محور با شاخص های خشم همبستگی مثبت و با شاخص های مهار خشم همبستگی منفی یافت، سابونچی و لاند (۲۰۰۳) که دریافتند کمالگرایی خود محور و جامعه محور با شکایت های بدنی مانند خواب آلودگی روزانه، سردردها و تنش و بیخوابی، رابطه مثبت دارند، نیز مغایر می باشد.



کمالگرایی و تفکرات غیر منطقی می توانند بطور معنی داری شادکامی را پیش بینی کنند. بدین ترتیب فرض سوم مورد تایید قرار می گیرد. نتیجه ی حاصل از فرضیه فوق با یافته ی رشیدی و همکاران (۱۳۸۹) که دریافته بودند: از روی نمرات باور های غیر منطقی می توان اختلال و سلامت روان دانش آموزان را پیش بینی کرد، همسو می باشد.

منابع

- احتشام زاده، پروین، برنا، محمدرضا و یوسفی، مریم. (۱۳۹۰). بررسی رابطه جهت گیری مذهبی و باورهای غیر منطقی با افسردگی بیماران MS. یافته های نو در روانشناسی، سال ۵، شماره ۲.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۳). رابطه کمالگرایی و مشکلات بین شخصی. دو ماهنامه علمی- پژوهشی دانشگاه شاهد، سال ۱۱، دوره جدید شماره ۷.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۳). بررسی رابطه کمالگرایی والدین و اضطراب امتحان دانش آموزان. مجله روانشناسی و علوم تربیتی، سال ۳۴، شماره ۱.
- بشارت، محمدعلی، جوشن لو، محسن و میرزمانی، محمود. (۱۳۸۶). رابطه سبکهای دلبستگی و کمالگرایی. دو ماهنامه علمی- پژوهشی دانشگاه شاهد، سال ۱۴، دوره جدید شماره ۲۵.
- بشارت، محمد علی. (۱۳۸۶). ساخت و اعتباریابی مقیاس کمال گرایی چند بعدی تهران. پژوهش های روانشناختی، دوره ۱۰، شماره ۱، ۲۰۱.
- بشارت، محمدعلی، عزیزی، کورش و حسینی، سیده اسماء. (۱۳۸۹). رابطه کمالگرایی والدین با سبکهای فرزندپروری. پژوهش در نظام های آموزشی، شماره ۸.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۹). بررسی رابطه ابعاد کمالگرایی با خشم در دانشجویان دانشگاه تهران. فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز، سال ۵، شماره ۱۷.
- بهادری خسروشاهی، جعفر و بابا پور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). رابطه سبک های هویتی و کمال گرایی با احساس شادکامی در دانشجویان. مجله روانشناسی، شماره ۶۱.
- حقیقی، جمال، ودیگران. (۱۳۸۵). رابطه الگوی پنج عاملی شخصیت مدارس تیز با احساس شادکامی در دانشجویان. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره ۳، سال ۱۳، شماره ۳.
- خسروی، زهره و عزیززاده صحرايي، ام هانی. (۱۳۸۸). کمالگرایی (سلامت یا بیماری). چاپ اول، تهران: نشر علم.
- دستغیب، زهرا، و دیگران. (۱۳۹۳). مقایسه باورهای غیر منطقی و شادکامی در دانش آموزان تیزهوش با عادی. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، دوره ۲۲، شماره ۳.
- دودانگه حسن کیاده، سوگل. (۱۳۹۱). رابطه بین خودکارآمدی و شادکامی با کمالگرایی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- رشیدی، فرنگیس، قدسی، احقر و شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۸۹). نقش باورهای غیر منطقی بر سلامت روان دانش آموزان. فصلنامه اندیشه های تازه در علوم تربیتی، سال ۵، شماره ۲.
- سلیمی، حسین، و (دیگران). ۱۳۸۸. ارتباط باورهای غیر منطقی مادران با مشکلات رفتاری دختران دبیرستانی آنها. فصلنامه روانشناسی کاربردی، سال ۳، شماره ۱.
- سودانی، منصور، و دیگران. بررسی رابطه شادکامی و افسردگی با باورهای غیر منطقی دانشجویان پسر دانشکده مهندسی دانشگاه شهید چمران اهواز.



[دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه]

[اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی]

[دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی]

[۲۳ اردیبهشت ۹۵]



عبادی، غلامحسین و معتمدین، مختار. (۱۳۸۴). بررسی ساختار عاملی آزمون باورهای غیرمنطقی جونز در شهر اهواز. دانش و پژوهش در روانشناسی دانشگاه آزاد اصفهان، شماره ۲۳.

علیزاده صحرائی، ام هانی، خسروی، زهره و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۹). رابطه باورهای غیرمنطقی با کمالگرایی مثبت و منفی در دانش آموزان. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۶، شماره ۱

کاظمی، سیده فاطمه، و دیگران. (۱۳۹۱). مقایسه ابعاد کمالگرایی و مکان کنترل در میان دانشجویان با اضطراب امتحان بالا و دانشجویان عادی. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، سال ۳، شماره ۹

کرمی، حسن. (۱۳۸۱). بررسی میزان باورهای غیرمنطقی، افت تحصیلی و امید به آینده در دانشجویان دانشگاه لرستان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی تهران.

گردی، فلور، میناکاری، محمود و حیدری، محمود. (۱۳۸۴). رابطه سلامت روانی با تفکرات غیرمنطقی در دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی. پژوهشهای روانشناسی، شماره ۳ و ۴ روانشناختی، دوره ۸

فصلنامه خانواده پژوهی، سال ۳، شماره ۱۱. نشاط دوست، حمیدطاهر، و دیگران. (۱۳۸۸). تعیین عوامل موثر بر شادکامی همسران کارکنان شرکت فولاد مبارکه

Craciun B, Dudau D. (۲۰۱۴). The relation between perfectionism, perfectionistic self presentation and coping strategies in medical employees. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. ۱۲۷: ۵۰۹ – ۵۱۳

Saboonchi, F & Lundh, L.G. (۲۰۰۳). Perfectionism, anger, somatic health and positive affect. *personality and individual differences*. ۳۵, ۱۵۸۵-۱۵۹۹

دومین
همایش
ملی
روانشناسی
مدرسه