



Designing and Explaining Structural Equation Model with Mediating Role of Educational Stress in Relationship between Perfectionism and Coping Styles

Mahboobeh Shirvani¹, Amanallah Soltani^{1,*}, Vida Razavi¹, Alireza Manzari Tavakoli¹

¹ Educational Psychology, Islamic Azad University, Kerman, Kerman, Iran

*Corresponding author: Amanollah Soltani, Educational Psychology, Islamic Azad University, Kerman, Kerman, Iran Email: soltanimani@yahoo.com

Article Info

Keywords: Coping styles,
Educational stress,
Perfectionism.

Abstract

Introduction: This study aimed to design a structural equation model for explaining coping styles in students based on perfectionism with mediating of educational stress.

Methods: The research was correlational. The statistical population of the study was all girl high school students in Kerman, Iran in the academic year of 2017-2018. 367 students were selected through multistage cluster sampling method. Data were collected using (CISS) coping styles questionnaire (Endler & Parker, 1990), ESSA (2011) Educational Stress and (FMPS) perfectionism (Frost, 1990). Descriptive statistics and structural equation modeling (SEM) were used to analyze the data, based on spss23 and amos24 software.

Results: The results showed that perfectionism has a direct and indirect relationship with the mediator of educational stress, and coping styles. Also, 0.84 of the effect of perfectionism on coping styles is indirectly explained by the median of educational stress ($p < 0.01$).

Conclusion: Based on the results of the research, negative perfectionism and educational stress play a very important role in coping styles of high school students and it is necessary to pay attention to these important variables in education.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

طراحی و تبیین مدل ساختاری نقش میانجیگری تنبیه‌گی تحصیلی در رابطه کمال‌گرایی با سبک‌های مقابله با استرس

محبوبه شیروانی^۱، امان الله سلطانی^{۲*}، ویدا رضوی^۲ علیرضا منظری توکلی^۲

^۱گروه روانشناسی تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران

*نویسنده مسؤول؛ امان الله سلطانی، گروه روانشناسی تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران. ایمیل: soltanimani@yahoo.com

چکیده

مقدمه: این پژوهش با هدف طراحی مدلی ساختاری برای تبیین سبک‌های مقابله با استرس دانش‌آموزان بر اساس کمال‌گرایی با میانجیگری تنبیه‌گی تحصیلی انجام شد.

روش‌ها: طرح پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری پژوهش را تمامی دانش‌آموزان دختر دوره‌ی دوم متوسطه شهر کرمان در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ تشکیل داد. با استفاده از روش نمونه‌گیری خوش ای چند مرحله‌ای ۳۶۷ دانش‌آموز انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های سبک‌های مقابله با استرس "CISS" (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰)، تنبیه‌گی تحصیلی ESSA (۲۰۱۱) و کمال‌گرایی FMPS (فراست، ۱۹۹۰) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آماره‌های توصیفی و مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM)، با نرم افزارهای SPSS23 و AMOS24 استفاده گردید.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی به صورت مستقیم و غیر مستقیم با میانجیگری تنبیه‌گی تحصیلی، با سبک‌های مقابله با استرس رابطه معناداری دارد. همچنین ۸۴٪ از اثر کمال‌گرایی بر سبک‌های مقابله با استرس از طریق غیر مستقیم توسط متغیر میانجی تنبیه‌گی تحصیلی تبیین می‌شود ($p < 0.01$).

نتیجه‌گیری: براساس نتایج این پژوهش، کمال‌گرایی منفی و تنبیه‌گی تحصیلی نقش بسیار مهمی در سبک‌های مقابله با استرس دانش‌آموزان ایفا می‌کنند و نیاز است در آموزش و پرورش به این متغیرهای مهم توجه ویژه شود.

وازگان کلیدی: سبک‌های مقابله با استرس، تنبیه‌گی تحصیلی، کمال‌گرایی

مقدمه

مقابله اجتنابی که مستلزم فعالیت‌ها و تغییرات شناختی است و هدف آن اجتناب و فرار از موقعیت تنفس زا است (۴). از طرفی کمال گرایی یک ساختار شخصیتی است که در افرادی که مستعد انتخاب معیارها و اهداف بالای غیر واقعی هستند، وجود دارد و عزت نفس این افراد مشروط به برآوردن این معیارها است. اگرچه تفاوت‌های فردی زیادی در کمال گرایی وجود دارد، اما مهمترین مشخصه کمال گرایی، داشتن اهداف بلند پروازانه میهم و غیر قابل وصول و تلاش افراطی برای رسیدن به این اهداف است(۵). در شکل مرضی کمال گرایی، اعتقاد یا باور به این موضوع است که کار یا بازده هر چیزی که کامل نیست، غیر قابل قبول است. کمال گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است که نقش مهمی در سبب‌شناسی و استمرار دوره بالینی آسیب‌های روانی بازی می‌کند (۶)، همچنین اگرچه کمال گرایی بر قضاوت پیشرفت اثر مثبت دارد اما به عنوان صفتی نوروتیک در روانشناسی محسوب می‌شود (۷). پژوهش‌های اندکی در مورد سازه‌ی کمال گرایی در دانش‌آموزان دوره‌ی دوم متوجه انجام شده است و امروزه شناسایی ابعاد آن اهمیت دارد که به نظر می‌رسید کمال گرایی بر سبک‌های مقابله با استرس دانش‌آموزان تاثیرگذار است. برخی پژوهشگران فشارهای مرتبه با آموزش را مهمترین منبع استرس می‌دانند که نوجوانان در سراسر دنیا با آن مواجه هستند و یکی از عوامل دیگری که به نظر می‌رسید با سبک‌های مقابله با استرس مرتبه است، تئیدگی تحصیلی بود. تئیدگی تحصیلی بیانگر احساس نیاز فزاینده فرد به کسب دانش و ادراک نداشتن زمان کافی برای دستیابی به آن دانش می‌باشد(۸). همچنین تئیدگی تحصیلی، ارزیابی فرد مبنی بر تجربه‌ی ناهماهنگی بین درک از مطالبات موقعیت‌های تحصیلی و منابع درون فردی تعریف می‌شود و بر سلامت روانی- جسمانی دانش‌آموزان و توانایی آنها برای انجام موثر تکالیف درسی اثر می‌گذارد. در پیشینه‌ی پژوهش، رستمی و احدی در پژوهشی تحت عنوان پیش‌بینی راهبردهای مقابله با استرس بر اساس ویژگی‌های شخصیتی به این نتیجه دست یافتند که ویژگی‌های شخصیتی، توان پیش‌بینی راهبردهای مقابله‌ای را در افراد داراست(۹). سوپات و همکاران در پژوهشی نشان دادند، بین تئیدگی تحصیلی و سلامت روان رابطه منفی و معنادار وجود دارد(۱۰). نتایج به دست آمده از پژوهش ویتر و کارتون، نشان داد که میزان کمال گرایی نوروتیک و استفاده از سبک اجتنابی در میان دانشجویان دارای اضطراب امتحان، بالا است(۱۱). در پژوهش دیگری نوری و نیفروشان در بررسی نقش سبک‌های مقابله‌ای و ابعاد دوگانه کمال گرایی در اهمال کاری تحصیلی دانشجویان نشان دادند که سبک مقابله‌ای مسئله مدار، سبک مقابله‌ای هیجان مدار، سبک مقابله‌ای هیجان مدار، کمال گرایی بهنجار و کمال گرایی روان رنجورانه به ترتیب بیشترین تاثیر را در پیش‌بینی اهمال-

با توجه به تغییراتی که در زندگی امروزه به وجود آمده و پیشرفت‌هایی که در تکنولوژی صنعتی، اجتماعی حاصل شده است، استرس یکی از جنبه‌های طبیعی و اجتناب‌ناپذیر و از عوامل بسیار مهم زندگی انسان معاصر است و به عنوان بیماری جدید تمدن شناخته می‌شود. همچنین انسان موجودی است که نسبت به رویدادهای محیط زندگی خود نمی‌تواند بی‌تفاوت باشد و به حوادث پیرامون خود واکنش نشان می‌دهد، لذا نیازمند ابزارهایی برای مقابله با این شرایط است و آنچه باعث تفاوت افراد در کنار آمدن با مشکلات می‌شود، سبک‌های مقابله با استرس آنها در برابر مشکلات یا رویدادها است (۱). امروزه دانش‌آموزان دوره‌ی دوم متوسطه، به عنوان قشری از جامعه که پیوسته در معرض استرس و فشارهای محیطی و روانی زیادی از جمله مشکلات آموزشی، اجتماعی و خانوادگی قرار دارند و به دلیل نقش مهمی که در اداره آینده کشور به عهده دارند، یکی از قشرهای تعیین کننده در عین حال آسیب پذیر جامعه هستند و مورد توجه خاص پژوهشگران قرار گرفته اند (۲). این دانش‌آموزان، دوره‌ی نوجوانی زندگی خود را نیز می‌گذرانند و با مجموعه ای از موانع و چالش‌های تحولی مانند رشد هویت و شخصیت، پیشرفت مستقل از خانواده و ایجاد ارتباط و همنگی با گروه همسالان، رویه‌رو می‌شوند. علاوه بر این، آنها باید شرایط و الزامات حضور در مکان آموزشی را فراهم آورند، برای آینده‌ی شغلی خویش تصمیم بگیرند و خود را برای ورود به دانشگاه آماده سازند، همین مسئله در جامعه‌ی ما موجب وارد آمدن استرس بر دانش‌آموزان برای گذراندن کنکور ورودی دانشگاه‌ها می‌شود. بنابراین دانش‌آموزان دوره‌ی دوم متوسطه در یک دوره‌ی بحرانی به سر می‌برند، بدین معنی که در حال وارد شدن به دوره‌ی جوانی و آزمون کنکور می‌باشند. بر این اساس، امروزه در مطالعات دانش‌آموزی، مطالعه سبک‌های مقابله با استرس آنها از جنبه‌های مختلف، اهمیت بالایی برای پژوهشگران تربیتی دارد. به شیوه‌هایی که افراد در برخورد با فشارهای، ناکامی و شکست‌ها به کار می‌برند، سبک‌های مقابله با استرس می‌گویند که به صورت تلاش مستمر به منظور سازگار شدن فرد با وضعیت نامتعادل تعریف شده است(۳). در این راستا طبقه‌بندی‌های مختلفی از سبک‌های مقابله با استرس وجود دارد که از آن جمله، سبک‌های مقابله‌ای مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی می‌باشند. سبک مقابله مسئله مدار شامل جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر شناختی و تعیین اولویت‌ها است. سبک مقابله هیجان مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که بر اساس آن فرد بر خود متمرکز شده، تمام کوشش‌های او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند مانند گریه کردن و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب جویانه و اشتغال ذهنی است. در نهایت، سبک

صورت گرفت. در سطح توصیفی با استفاده از مشخصه های آماری نظری فراوانی، میانگین، انحراف معیار و در سطح استنباطی از روش مدل یابی معادله ساختاری (SEM) براساس نرم افزار ۲۴Amos با برآورد حداقل درست نمایی (ML) استفاده شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه سبک های مقابله با استرس (CISS): این پرسشنامه توسط اندر و پارکر (۱۹۹۰)، با هدف ارزیابی سبک مقابله ای مسئله مدار، هیجان مدار و سبک اجتنابی تهیه شده است. این مقیاس در یک طیف پنج درجه ای لیکرت (هرگز "۱" تا خیلی زیاد "۵") نمره گذاری می شود و دارای ۴۸ آیتم می باشد، که هر ۱۶ آیتم یک سبک مقابله ای را می سنجد. این آزمون در ایران ترجمه و هنگاریابی شده است. ضریب پایابی برای سبک های مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی را به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۷۲ به دست آمده است (۱۵).

پرسشنامه تئیدگی تحصیلی ESSA: این پرسشنامه توسط سان، دون، هو و ژو (۲۰۱۱) ساخته شد. این ابزار دارای ۱۶ گویه است که با استفاده از مقیاس پنج درجه ای لیکرت از یک تا پنج، نمره گذاری می شود. در این ابزار دامنه نمرات بین ۱۶ تا ۸۰ می باشد. سازندگان تست پایابی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و با روش باز آزمایی ۰/۷۸ گزارش کردند (۱۶). در ایران پایابی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳ گزارش شده است (۱۷).

مقیاس چند بعدی کمال گرایی فراست (FMPS): این مقیاس توسط فراست و همکاران (۱۹۹۰) برای ارزیابی ابعاد مختلف کمال گرایی ساخته شده است. این آزمون دارای ۳۵ گویه و ۶ زیر مقیاس شامل نگرانی در مورد اشتباها، تردید نسبت به اعمال، انتظارات والدین، انتقادات والدین، استانداردهای فردی و سازمان دهی است. پاسخ دهی در یک مقیاس لیکرت پنج درجه ای (کاملاً مخالف = ۱ و کاملاً موافق = ۵) تنظیم شده است. سازندگان تست میزان ضریب همسانی درونی زیرمقیاس های آزمون را بین ۰/۷۳ تا ۰/۹۳ و ضریب همسانی درونی کل آزمون را ۰/۹۰ گزارش کرده اند (۵). در ایران ضریب همسانی درونی برای کل پرسشنامه ۰/۸۶ و برای زیر مقیاس های نگرانی در مورد اشتباها ۰/۸۵، تردید ۰/۷۲، انتظارات والدین ۰/۷۸، انتقادات والدین ۰/۴۷، استانداردهای فردی ۰/۵۷ و سازمان دهی ۰/۸۳ به دست آمده است (۱۸).

یافته ها

از کل ۳۶۷ دانش آموز شرکت کننده در این مطالعه، ۲۳۹ نفر در مدارس دولتی و ۱۲۸ نفر در مدارس غیردولتی تحصیل می کردند که ۶۲ نفر (۱۶ سال)، ۱۱۲ نفر (۱۷ سال)، ۱۲۳ نفر (

کاری تحصیلی دارند (۱۲). دانکلی و همکاران، همچنین نشان دادند که کمال گرایی بر سبک های مقابله ای افراد تاثیر می گذارد (۱۳). پیامدهای کمال گرایی منفی در چارچوب ناهماهنگی های شناختی و تعارض های عاملی به صورت اختلال در پردازش اطلاعات، خودسرزنشگری، خودانتقادگری، احساس کهتری و درماندگی مشخص می شود که این وضعیت احتمال به کارگیری راهبردهای مقابله ای ناکارآمد را در فرد افزایش می دهد (۱۴).

بنابراین با توجه به این که در کشور ما، ورود به دانشگاه و ادامه تحصیل موضوعی است که ذهن بسیاری را به خود مشغول کرده است و این مسیر، یک تجربه ای چالش انگیز و استرس آور به ویژه در دوره دوم متوسطه است، همچنین با توجه به محدودیت تحقیقات با متغیر کمال گرایی و ابهامات آن در دانش آموزان و اینکه ویژگی شخصیتی کمال گرایی می تواند یک متغیر مهم در انتخاب دانش آموزان در سبک مقابله با استرس آنها باشد و در پژوهش ها، به این رابطه توجه کافی نشده است و بیشتر مطالعات انجام شده در این حیطه به بررسی متغیرهای مذکور به صورت مجزا پرداخته اند، انجام این پژوهش، به این خلاصه پژوهشی پوشش داد. علاوه بر این نیاز بود، نقش میانجیگری تئیدگی تحصیلی در یک مدل ساختاری بررسی شود تا از این طریق به درک و فهم این پدیده های پیچیده با توجه به سبک های مقابله با استرس نزدیکتر شویم. بنابراین، هدف این پژوهش طراحی مدلی ساختاری برای تبیین سبک های مقابله با استرس دانش آموزان بر اساس کمال گرایی با میانجیگری تئیدگی تحصیلی بود.

روش ها

پژوهش حاضر از لحاظ هدف در شاخه تحقیقات کاربردی قرار می گیرد. روش اجرای این پژوهش توصیفی (غیر آزمایشی) و طرح پژوهش از نوع طرح های همبستگی است. جامعه ای آماری پژوهش را تمامی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر کرمان (۸۹۶۵ نفر) در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷ تشکیل داد. برای انتخاب نمونه از جامعه مذکور از روش نمونه گیری خوش ای چند مرحله ای استفاده شد، بدین صورت که با مراجعت به بخش آموزش نواحی دوگانه آموزش و پرورش شهر کرمان لیست مدارس دخترانه دوره ۲ دوم متوسطه گرفته شد و از بین آنها، شش مدرسه و از هر مدرسه، سه کلاس به طور تصادفی انتخاب شد. بدین ترتیب ۳۶۷ دانش آموز انتخاب و جهت شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه های سبک های مقابله با استرس اندلر و پارکر (CISS)، تئیدگی تحصیلی (ESSA) و کمال گرایی فراست (FMPS) بر روی افراد گروه نمونه اجرا شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات در دو سطح توصیفی و استنباطی

جهت ارزیابی مدل ارائه شده از روش مدل‌یابی معادله ساختاری (SEM) براساس نرم افزار ۲۴Amos با برآوردهای حداکثر درست نمایی (ML) استفاده شد. پیش از بررسی ضرایب ساختاری، برازنده‌گی مدل مورد بررسی قرار گرفت. (نمودار ۱) برآش داده‌ها براساس شاخص‌های برازنده‌گی در جدول ۲ نشان داده شده است.

توجه به جدول ۲ مقدار مجازور کای به دست آمده در مدل ($187/48$) و نسبت مجازور کای به درجه آزادی ($1/65$) برازش مطلوب را نشان می‌دهد. ضمن اینکه سایر شاخص‌های مدل در سطح مناسبی هستند و نشان از برازنده‌گی مناسب آن با داده‌ها دارد.

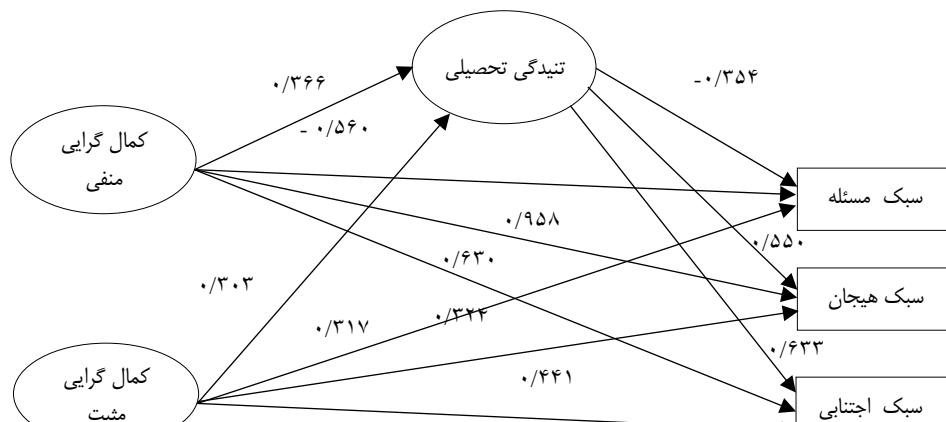
۱۸ سال) و ۷۰ نفر (۱۹ سال) سن داشتند. همچنین ۱۰۲ نفر از آنها در رشته تحصیلی انسانی، ۱۱۱ نفر در رشته ریاضی و ۱۵۴ نفر در رشته تجربی مشغول به تحصیل بودند. همان‌طور که در جدول ۱ آمده است، در متغیر کمال گرایی، میانگین بعد سازمان‌دهی برابر با $17/85$ ، استانداردهای فردی $20/37$ ، نگرانی در مورد اشتباہات $25/55$ ، شک و تردید نسبت به اعمال $11/18$ ، انتظارات والدین $14/16$ و انتقادات والدین $13/85$ می‌باشد. همچنین نتایج این تحقیق بیانگر این است که در متغیر تنبیه‌گی تحصیلی، میانگین نمره استرس ناشی از مطالعه $11/27$ ، حجم کار $10/14$ ، نگرانی در مورد نمرات $10/96$ ، استرس انتظار از خود $9/73$ و دلسردی $8/81$ می‌باشد، همچنین میانگین نمره سبک مسئله مدار $51/34$ ، سبک هیجان مدار $48/72$ و سبک اجتنابی $46/93$ می‌باشد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی نمره‌های دانش آموزان در متغیرهای تحقیق

متغیر	سبک‌های مقابله با استرس	انتقادات والدین	انتظارات والدین	شک و تردید به اعمال	نگرانی در مورد اشتباہات	استانداردهای فردی	سازمان‌دهی	اعمال	میانگین	انحراف معیار
نمودار ۱	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	سبک اجتنابی	استرس ناشی از مطالعه	حجم کار	نگرانی در مورد نمرات	انتظارات والدین	شک و تردید به اعمال	۱۷/۸۵	۵/۳۹
نمودار ۲	سبک هیجان مدار	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	نگرانی در مورد اشتباہات	استرس انتظار از خود	دلسردی	انتقادات والدین	نگرانی در مورد نمرات	۲۰/۳۷	۴/۲۸
نمودار ۳	سبک هیجان مدار	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	شک و تردید به اعمال	حجم کار	نگرانی در مورد نمرات	انتظارات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۲۵/۵۵	۶/۹۳
نمودار ۴	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	نگرانی در مورد اشتباہات	استرس انتظار از خود	دلسردی	انتقادات والدین	شک و تردید به اعمال	۱۱/۱۸	۴/۰۶
نمودار ۵	سبک هیجان مدار	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	حجم کار	نگرانی در مورد نمرات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتظارات والدین	شک و تردید به اعمال	۱۴/۱۶	۴/۱۸
نمودار ۶	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	استرس ناشی از مطالعه	دلسردی	نگرانی در مورد اشتباہات	انتقادات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۱۳/۸۵	۳/۶۳
نمودار ۷	سبک اجتنابی	سبک هیجان مدار	سبک مسئله مدار	حجم کار	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتظارات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۱۱/۱۸	۶/۰۶
نمودار ۸	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	شک و تردید به اعمال	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتقادات والدین	شک و تردید به اعمال	۱۰/۱۴	۴/۲۱
نمودار ۹	سبک اجتنابی	سبک هیجان مدار	سبک مسئله مدار	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتظارات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۱۰/۹۶	۵/۰۲
نمودار ۱۰	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	شک و تردید به اعمال	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتقادات والدین	شک و تردید به اعمال	۹/۷۳	۲/۸۹
نمودار ۱۱	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتظارات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۸/۸۱	۳/۷۴
نمودار ۱۲	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	شک و تردید به اعمال	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتقادات والدین	شک و تردید به اعمال	۵۱/۳۴	۱۰/۶۱
نمودار ۱۳	سبک اجتنابی	سبک هیجان مدار	سبک مسئله مدار	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتظارات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۴۸/۷۲	۱۰/۹۶
نمودار ۱۴	سبک اجتنابی	سبک مسئله مدار	سبک هیجان مدار	شک و تردید به اعمال	نگرانی در مورد اشتباہات	نگرانی در مورد اشتباہات	انتقادات والدین	نگرانی در مورد اشتباہات	۴۶/۹۳	۹/۴۸

جدول ۲. شاخص‌های برازنده‌گی برای مدل ارائه شده

متغیر	نمودار ۱۴	df	χ^2/df	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	NFI	IFI	TLI
نمودار ۱۴	۱۸۷/۴۸	۱۱۳	۱/۶۵	۰/۰۳	۰/۹۴	۰/۹۱	۰/۹۷	۰/۹۳	۰/۹۷	۰/۹۶



نمودار ۱. تحلیل مدل و پارامترهای استاندارد شده مدل ارائه شده

مثبت و معنی دار می باشد. همچنین ضریب استاندارد مسیر کمال گرایی مثبت به سبک مقابله هیجان مدار، منفی و معنادار ($\beta = -0.324$, $p = 0.12$) و مسیر کمال گرایی مثبت به سبک اجتنابی ($\beta = -0.441$, $p = 0.004$) نیز منفی و معنادار می باشد. همچنین ضریب استاندارد مسیر کمال گرایی منفی به تئیدگی تحصیلی ($\beta = 0.366$, $p = 0.009$) مثبت و معنادار می باشد و ضریب استاندارد مسیر کمال گرایی منفی به سبک مقابله مسئله مدار منفی و معنادار ($\beta = -0.560$, $p = 0.001$) و به سبک های مقابله هیجان مدار ($\beta = 0.958$, $p = 0.001$) و اجتنابی ($\beta = 0.630$, $p = 0.001$) مثبت و معنادار می باشد. ضریب استاندارد مسیر تئیدگی تحصیلی به سبک مقابله مسئله مدار نیز منفی و معنادار ($\beta = -0.354$, $p = 0.014$) و به سبک مقابله هیجان مدار ($\beta = 0.550$, $p = 0.001$) و اجتنابی ($\beta = 0.633$, $p = 0.001$) مثبت و معنی دار می باشد.

نمودار ۱، تحلیل معادلات ساختاری مدل تدوین شده را نشان می دهد. ضرایب مسیر از کمال گرایی منفی به تئیدگی تحصیلی؛ سبک مقابله مسئله مدار؛ هیجان مدار؛ اجتنابی و از کمال گرایی مثبت به تئیدگی تحصیلی؛ سبک مقابله مسئله مدار؛ هیجان مدار؛ اجتنابی و از تئیدگی تحصیلی به سبک مقابله مسئله مدار؛ هیجان مدار؛ اجتنابی در سطح 0.05 و 0.01 معنی دار بودند. جدول ۳ اثرات مستقیم و سطح معناداری آنها در مدل تدوین شده را نشان می دهد.

مندرجات جدول ۳ حاکی از معناداری تمام مسیرها است. بنابراین، می توان برای سبک های مقابله با استرس بر مبنای کمال گرایی با میانجیگری تئیدگی تحصیلی مدلی ساختاری ارائه نمود.

با توجه به نتایج جدول ۳ ضریب استاندارد مسیر کمال گرایی مثبت به تئیدگی تحصیلی ($\beta = -0.303$, $p = 0.023$) منفی و معنادار و به سبک مقابله مسئله مدار ($\beta = 0.317$, $p = 0.021$)

جدول ۳. برآورد ضرایب اثرات مستقیم در مدل تدوین شده

مسیر				
	سطح معنی داری	SE	B	β
کمال گرایی مثبت ← تئیدگی تحصیلی				
کمال گرایی مثبت ← سبک مقابله مسئله مدار	-0.023	0.404	-0.581	-0.303
کمال گرایی مثبت ← سبک مقابله هیجان مدار	-0.021	0.546	1.248	0.317
کمال گرایی مثبت ← سبک مقابله هیجان مدار	-0.012	0.762	-1.319	-0.324
کمال گرایی مثبت ← سبک مقابله اجتنابی	-0.004	0.757	-1.951	-0.441
کمال گرایی منفی ← تئیدگی تحصیلی	-0.009	0.501	0.928	0.366
کمال گرایی منفی ← سبک مقابله مسئله مدار	-0.001	1.482	-3.209	-0.560
کمال گرایی منفی ← سبک مقابله هیجان مدار	-0.001	1.925	5.575	0.958
کمال گرایی منفی ← سبک مقابله اجتنابی	-0.001	1.460	4.308	0.630
تئیدگی تحصیلی ← سبک مقابله مسئله مدار	-0.014	0.613	-1.262	-0.354
تئیدگی تحصیلی ← سبک مقابله هیجان مدار	-0.001	0.421	1.485	0.550
تئیدگی تحصیلی ← سبک مقابله اجتنابی	-0.001	0.532	1.695	0.633

ترس، آن ها در مقابل انتقاد دیگران حالت دفاعی به خود می گیرندو از این طریق دیگران را نا کام و از خود دور می سازند. کمال گراها بدون این که متوجه این موضوع باشند، معیارهایی به شدت غیر واقع گرایی را از خود و دیگران انتظار دارند. بنابراین کمال گرایی منفی می تواند در سازگاری و سازش فرد اختلال ایجاد کند و فرد را به سمت سبک مقابله ای هیجان مدار سوق دهد. در تبیینی دیگر می توان گفت داشتن اهداف کمال گرایانه در بیشتر جنبه های عملکرد، دست نیافتنی است و می تواند استرس ایجاد کند و دانش آموزان دارای اهداف کمال گرایانه در مقایسه با واکنش های دیگران حساس ترند، انتقاد گرایی را در دنیا ک می بینند و بیشتر نگران رضایتمندی دیگران هستند. بنابراین به دلیل استرسی که در قبال اهداف کمال گرایانه خود متحمل می شوند در برابر مشکلات آسیب پذیرترند و بیشتر به سوی سبک های مقابله ای هیجان مدار می روند. در تبیین رابطه ای مثبت و معنا دار کمال گرایی منفی با

بحث نتایج این تحقیق نشان داد، بین کمال گرایی منفی و سبک های مقابله با استرس رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. بدین صورت که بین کمال گرایی منفی با سبک مقابله ای هیجان مدار و اجتنابی رابطه مثبت و معنا دار و بین کمال گرایی منفی با سبک مقابله مسئله مدار رابطه منفی و معنا دار وجود داشت. یافته های این پژوهش با پژوهش های (۱۲، ۱۳، ۱۴) همسو می باشد. در تبیین می توان گفت، رویکردهای یادگیری اجتماعی بر اهمیت رفتار موثر در حل مسئله برای سازش یافته کی موثر تاکید کرده اند، اما کمال گرایی، در واقع باوری غیر منطقی است که اشخاص نسبت به خود و محیط اطراف خود دارند. افرادی که کمال گرا هستند، معتقدند که خود و محیط اطراف شان باید کامل باشد و هر گونه تلاشی در زندگی باید بدون اشتباہ و خطا باشد (۱۹). افراد کمال گرا عموماً عدم پذیرش و طرد شدن از سوی دیگران را پیش بینی می کنند و از آن می ترسند. با این

مقطی حساس و پرفشار را برای دانش آموزان ایجاد کنده خود در مواردی، باعث کمال گرایی بیمارگونه، ناتوانی افراد در تحلیل صحیح خود و موقعیت خویش و نیز بی کفایتی افراد برای روبه رو شدن با موقعیت های دشوار می شود و دانش آموز را به سمت سبک هیجان مدار یا اجتنابی سوق می دهد. حال اگر تنبیدگی تحصیلی نیز افزون گردد، بر اساس نظریه های شناختی، این تنبیدگی توانایی های شناختی دانش آموزان را در انجام موثر تکالیف درسی به چالش می کشد و باعث شروع احساس بی کفایتی شده و احساس ناتوانی در انجام وظایف، نگرش انتقادی منفی، از دست دادن علاقه نسبت به مطالعه و افزایش شک در مورد توانایی ها می شود(20). بنابراین می تواند موجب فرار از واقعیت، استفاده از رفتارهای اجتنابی برای مقابله با موقعیت و کاهش سبک مسئله مدار شود. همچنین بر اساس نظریه های پیشین، اگر دانش آموزان احساس کنند در فهم محتوى درسی ناتوان هستند یا اینکه از حجم مطالب، دشواری مطالب و نحوه تدریس و ارزشیابی معلم رضایت نداشته باشند، دچار تنبیدگی تحصیلی می شوند و تنبیدگی بر سلامت روانی آنها تاثیر منفی می گذارد. علاوه بر این، دانش آموزانی که تنبیدگی تحصیلی بیشتری دارند یعنی استرس ناشی از مطالعه، نگرانی در مورد نمرات و دلسردی بیشتری دارند(16)، بنابراین می توان گفت تجربه هیجان های منفی مانند نگرانی، اضطراب و انتظار شکست، به تضعیف عملکرد فرد می انجامد که خود باعث ناکامی می شود، در نتیجه دانش آموز بیشتر به سوی سبک مقابله ای هیجان مدار یا اجتنابی روی می آورد. در صورتی که دانش آموزی که تنبیدگی تحصیلی کمتری دارد، بیشتر به ارزیابی موقعیت های تنفس زا می پردازد و سعی در کنترل هیجانات منفی خود و سپس تمرکز برای حل مسئله دارد. بنابراین تنبیدگی تحصیلی در بین دانش آموزان را باید به عنوان یک تجربه منفی که بر زندگی و عملکرد فرد تاثیر می گذارد، در نظر گرفت. مهمترین محدودیت های این پژوهش عبارتند از اینکه برای جمع آوری داده ها از ابزارهای خودگزارشی استفاده شده که پاسخ آزمودنی ها می تواند همراه با سوگیری باشد و بهتر است در تحقیقات آینده از روش های مصاحبه، کیفی و تکیبی استفاده شود. همچنین جامعه ای آماری این پژوهش محدود به دانش آموزان دختر بود. علاوه بر این، مقطعی بودن روش پژوهش می تواند بر حالات روحی و روانی و وضعیت شخصی آزمودنی ها در بازده زمانی تکمیل پرسشنامه ها و بر نحوه تکمیل آنها اثرگذار باشد.

نتیجه گیری

این پژوهش نشان داد که تنبیدگی تحصیلی و کمال گرایی منفی نقش بسزایی در سبک های مقابله با استرس دانش آموزان دوره ای دوم متوجه دارند و می توانند دانش آموزان را به سمت

سبک مقابله اجتنابی نیز می توان گفت، کمال گرایی به شیوه های گوناگون دانش آموزان را دچار استرس می کند، به ویژه کمال گرایی منفی که بر منفی نگری، اضطراب و نگرانی در مورد شکست ها و ناکامی ها تاکید می کند و فرد را از تلاش و می دارد، می توان گفت که ترس از شکست می تواند منجر به احساس درماندگی در دانش آموزان کمال گرایی منفی شود، بنا براین آنها از تعلل به عنوان یک راهبرد اجتنابی استفاده می کنند و سبک مقابله اجتنابی را برمی گزینند. همچنین، بر اساس نتایج پژوهش استوبر (۱۴)، خود ارزشیابی منفی و ناتوانی ادراک شده در کمال گرایی منفی از یک سو باعث بازداری تلاش برای تحقق انتظارات و معیارهای بالا می شود و از سوی دیگر، سبک های مقابله ای ناکارآمد را فعل می کند.

نتایج این تحقیق نشان داد، بین کمال گرایی مثبت و سبک های مقابله با استرس رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. بدین صورت که بین کمال گرایی مثبت با سبک مقابله هیجان مدار و اجتنابی رابطه منفی و معنا دار و بین کمال گرایی مثبت با سبک مقابله مسئله مدار رابطه مثبت و معنا دار وجود داشت. یافته های این پژوهش با پژوهش های (۱۲ و ۱۳) همسو می باشد. در تبیین می توان گفت، کمال گرایی مثبت انگیزش افراد را برای مقابله ای موفق تقویت می کند و به دلیل توانایی این افراد در تنظیم فاصله ای بین آرمان و واقعیت، آنان را از گرفتار شدن در چرخه ای تنبیدگی زا و آسیب زای ناهمانگی های شناختی و تعارض های عاطفی همراه با نگرانی ها باز می دارد که نتیجه آن، دور شدن از سبک مقابله ای هیجان مدار و اجتنابی است. علاوه بر این، دانش آموز با ویژگی شخصیتی کمال گرایی مثبت، سازماندهی و برنامه ریزی در کارها را در زندگی مد نظر قرار می دهد و اهل حل مسئله هست که این امر با اجتناب و تعلل در حل مسائل و مشکلات زندگی مغایرت دارد. همچنین کمال گرایی مثبت چون با نظم، سازماندهی و استانداردهای عملکرد همراه است، باعث برنامه ریزی بهتر دانش آموز روی مسائل می شود، در نتیجه دانش آموز در حل مسائل به سبک مسئله مدارانه بهتر عمل می کند.

همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که ۰/۸۴ از اثر کل کمال گرایی بر سبک های مقابله با استرس از طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی تنبیدگی تحصیلی تبیین می شود و تنبیدگی تحصیلی نقش میانجیگری مهم و معنی داری در سبک های مقابله با استرس دانش آموزان ایفا می کند. در تبیین می توان گفت، افزایش روزافزون تعداد شرکت کنندگان کنکور، تخصصی شدن مشاغل، ارزشمند بودن تحصیلات دانشگاهی در نگاه افراد جامعه و گرایش به تحصیل در رشته ای خاص، این باور را در دانش آموزان و خانواده ها ایجاد کرده که ادامه تحصیل یکی از مهمترین مسائل، در دنیای امروز است و همین امر باعث شده است که ورود به دیبرستان و نزدیک شدن به آزمون کنکور،

ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته شده از رساله دکترای نویسنده اول و با مجوز نامه شماره ۴۳/۴۷۵۱ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان انجام شده است.

تضاد منافع

این مطالعه بدون حمایت مالی هیچ گونه سازمانی انجام شده است و تمامی یافته های آن به طور دقیق و شفاف ارائه شده است، بنابراین هیچ گونه تعارض منافع وجود نداشته است.

منابع مالی

تأمین منابع مالی این مقاله بر عهده هیچ سازمانی و نهادی نبوده و با بودجه شخصی نویسنده اول انجام شده است.

منابع

1. Liu, Y. [The longitudinal relationship between Chinese high school student academic stress and academic motivation]. Learning and Individual Differences. 2015; 38(2):123-126.
2. Beilock S. [Back to school: Dealing with academic stress]. Retrieved from Psychology Association, aspx. 2011; 10(7):58-69.
3. Lin Y M, Chen FS. [A stress coping style inventory of students at universities and colleges of technology]. World Transactions on Engineering and Technology Education. 2010; 8(1): 67-72.
4. Shokri O, Kadivar P, Daneshvarpour Z. [The role of coping styles in academic stress and academic achievement]. Development Psychology. 2007; 3(11): 249-257.
5. Frost RO, Marten P, Lahart CM, Rosenblate R. [The dimensions of perfectionism]. Cognitive Therapy and Research. 1990; 14 (15):449-468.
6. Shafran R, Cooper Z, Fairburn C G. [Clinical Perfectionism: cognitive behavior analysis]. Journal Behavior Research and Therapy. 2002; 40: 773-791.
7. Rice K G, Ray M E, Davis D E, DeBlaere C, Ashby J S. [Perfectionism and longitudinal patterns of stress for STEM majors: Implications for academic performance]. Journal of counseling psychology. 2015; 62(4):695- 718.
8. Gadzella BM, Baloglu M. [Confirmatory factor analysis and internal consistency of student life stress inventory]. Journal of Instructional Psychology. 2001; 28(2): 84-94.
9. Rostami A M, Ahadi H, Cheraghali Gol H. [Prediction of Stress Coping Strategies Based on Personality Characteristics of Stimulus Affiliates]. Quarterly Journal of Research on Addiction. 2013; 7(26): 111-126.
10. Supat A, Wongsa L, Poonsri R. [Quality of Life, Mental Health and Educational Stress of High School Students in the Northeast of Thailand]. J Clin Diagn Res. 2017; 11(8): 01- 06.
11. Weiner BA, Carton jC. [Avoidant coping: A mediator of maladaptive perfectionism and test anxiety]. Personal Individual Differences. 2012;52:632-6.
12. Noori T, Nilforooshan P. [University Students' Academic Procrastination: The Role of Coping Styles with Stress and the Dual Dimensions of Perfectionism]. New Educational Approaches. 2016; 11(1): 21-40.
13. Dunkley DM, Kyparissis A. [what is DAS self-critical perfectionism really measuring? Relations with the five factor model of personality and depressive symptoms]. Personality and individual differences. 2008; 44: 1295- 1305.
14. Stoeber J, Otto K. [Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges]. Personality and social psychology review. 2006; 10: 296-319.
15. Jafarnejad, P., Farzad, V., Moradi, A., and Shokri, O. [The relationship between five the big factors of personality, coping style and mental health of students]. Psychology and Educational Sciences, 2005;30(5): 51-74. (Persian).
16. Sun,J.,Dunne,M.P.,Hou,X., & xu,A. [Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with Chinese students]. Journal of Psycho Educational Assessment, 2011;29 (6): 534-546.
17. AramFar, R.,Zeynali, A. [The relationship between educational stress and educational help seeking students academic achievement]. Journal of Instruction and Evaluation. 2016; 8(31) :37-48.
18. Bitaraf, Sh.,Shaerri, M. R., Hakim, J.M.[Social phobia, Parent styles and perfectionism].Journal of Developmental Psychology. 2010 ;25:75-83.
19. Flett GL, Hewitt PL. [Measures of perfectionism]. In G.J. Boyle, D.H. 2015; 17: 57-71.
20. Fazel Z, Yazdkasti F. [Developing a structural equation modeling of the role of academic stressors on resilience, motivation and academic burnout among pre-university female in Isfahan]. New Educational Approaches. 2017; 11(2): 107-126.

سبک های مقابله ای هیجان مدار یا اجتنابی سوق دهدن. همچنین تنیدگی تحصیلی نقش میانجیگری مهم و معنی داری در سبک های مقابله با استرس دانشآموزان ایفا می کند. حال اگر تنیدگی تحصیلی کاهش یابد، سبک های مقابله ای هیجان مدار و اجتنابی را کاهش می دهد و دانش آموز از سبک مقابله مسئله مدار بیشتر استفاده کرده و در صورت احساس نیاز، به جستجوی راهنمایی و کمک از دیگران بر می آید. لذا پیشنهاد می شود جهت بهبود سبک های مقابله با استرس دانشآموزان به عوامل موثر در کمال گرایی، به ویژه پدیده هی مهم تنیدگی تحصیلی توجه کافی شود.

سپاسگزاری

از تمامی افراد شرکت کننده که با شکیبایی در این پژوهش همکاری کرده اند، قدردانی می شود.