

نقش کمال‌گرایی مثبت و منفی و ترس از شکست در عملکرد در پیش‌بینی تعلل‌ورزی  
تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم مدارس نمونه دولتی  
نادر ایادی<sup>۱\*</sup>، مهدی شکری<sup>۲</sup> و هاجر خورشیدی‌میانی<sup>۳</sup>

The Role of Positive and Negative Perfectionism and Fear of Failure in Performance in  
Predicting Academic Procrastination of Secondary High School Students  
Nader Ayadi<sup>1\*</sup>, Mehdi Shokri<sup>2</sup> and Hajar Khorshidmianae<sup>3</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۰۸

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۱۱

Abstract

The aim of the present study was to investigate the role of perfectionism dimensions and fear of failure in performance in the prediction of procrastination among secondary high school students. The statistical population of this study was all secondary high school students in Meshginshahr in 2019-2020 academic year, from whom 200 students were selected as the sample by random cluster sampling method. Data were collected using the tri-shot (PANPS) Perfectionism Questionnaire, Conroy et al.'s Fear of Failure in Function Scale (PFAI), and Tuckman's Procrastination Scale (TPS). The data of this study were analyzed using Pearson correlation coefficient and simultaneous regression analysis using SPSS (version 22) software. The findings of the study showed that positive perfectionism has a negative and significant relationship with procrastination ( $p > 0/01$ ). However, the relationship between negative perfectionism and procrastination was positive and significant ( $p > 0/01$ ). In addition, there was a significant positive correlation between fear of failure and procrastination ( $p > 0/01$ ). Also, the results of the simultaneous regression analysis showed that the predictor variables can explain 0.23% of the variance of academic procrastination. According to the results of the present study, it can be said that the higher the scores of perfectionism and fear of failure in performance in students, the higher the probability of academic procrastination.

**Keywords:** Perfectionism, fear of failure in performance, academic procrastination, student

1. PhD candidate of counselling, department of counselling, faculty of educational sciences and psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
2. MA student of counselling, department of counselling, faculty of educational sciences and psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran
3. MA student of counselling, department of counselling, faculty of educational sciences and psychology, University of Guilan, Guilan, Iran

\*Corresponding Author, Email: ayadinader23@gmail.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی نقش ابعاد کمال‌گرایی و ترس از شکست در عملکرد در پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی مشکین‌شهر بود. مطالعه حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم مدارس نمونه دولتی شهر مشکین‌شهر در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بودند که از بین آنها ۲۰۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه کمال‌گرایی تری-شوت (PANPS)، مقیاس ترس از شکست در عملکرد کانروی (PFAI)، مقیاس تعلل‌ورزی تاکمن (TPS) استفاده شد. داده‌های این پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون همزمان در نرم افزار SPSS22 تحلیل شدند. نتایج نشان داد که کمال‌گرایی مثبت با تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه منفی و معناداری دارد ( $p < 0/01$ ). در حالی که رابطه کمال‌گرایی منفی با تعلل‌ورزی تحصیلی مثبت و معنادار بود ( $p < 0/01$ ). همچنین، بین ترس از شکست در عملکرد با تعلل‌ورزی تحصیلی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ( $p < 0/05$ ). نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که متغیرهای پیش‌بین قادر به تبیین ۰/۲۳ از واریانس متغیر تعلل‌ورزی تحصیلی هستند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر، می‌توان گفت که در صورت بالا بودن نمره کمال‌گرایی و ترس از شکست در عملکرد به احتمال زیاد شاهد بروز تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان خواهیم بود.

**واژه‌های کلیدی:** کمال‌گرایی، ترس از شکست در عملکرد، تعلل‌ورزی تحصیلی، دانش‌آموزان

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۲. کارشناس ارشد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران
۳. کارشناس ارشد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه گیلان، گیلان، ایران

\* نویسنده مسئول:

## مقدمه

ارتقای پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان همواره یکی از مهم‌ترین مباحث آموزش و نگرانی‌های اصلی روانشناسان پرورشی است. برای همین، مطالعات بسیاری در مورد عوامل مؤثر بر افزایش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان انجام شده است. با این حال، توجه به موانع پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان آنطور که باید بررسی و مطالعه نشده است. این در حالی است که شناسایی موانع و چالش‌های فراروی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان می‌تواند ضمن بهبود عملکرد دانش‌آموزان، موفقیت فعالیت‌های آموزشی و پرورشی را نیز به همراه داشته باشد (حیات، جهانیان، بذرافشان و شکرپور، ۲۰۲۰). از جمله موانع پیش‌روی پیشرفت دانش‌آموزان در عرصه تحصیلی، تعلل‌ورزی تحصیلی است که تأثیر منفی بر معدل و پیشرفت تحصیلی آنها می‌گذارد (گروشیت و هن<sup>۱</sup>، ۲۰۲۱). تعلل‌ورزی<sup>۲</sup> نوعی شکست در خود تنظیمی است که با تأخیر بی‌مورد در کارهایی مشخص می‌شود که افراد با وجود انتظار برای پیامد منفی قصد انجام آن را دارند (پریم، اسپیل، ویگلت، هافمن و کرونکا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). همچنین، تعلل‌ورزی تحت عنوان تأخیر هدفمند، عمدی، از روی عادت و بی‌مورد در شروع یا تکمیل کارها یا وظایف تعریف شده است که افراد را از رسیدن به اهدافشان باز می‌دارد (لی<sup>۴</sup>، ۱۹۸۶؛ نقل از دسای، پاندیت، نورکار، ورما و گاندی<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱).

یکی از شکل‌های رایج تعلل‌ورزی در مدارس، تعلل‌ورزی تحصیلی است که در موقعیت‌های تحصیلی بروز می‌یابد. در این حالت، فرد تعلل‌ورز که می‌بایست وظایف تحصیلی یا فعالیت‌های مرتبط با درس و دانشگاه را انجام دهد، بنا به دلایلی انگیزه لازم برای انجام این کار در بازه زمانی مورد انتظار را از دست می‌دهد (نورین<sup>۶</sup>، ۲۰۱۸). افراد تعلل‌ورز در حفظ رفتار هدف‌محور مشکل دارند و تعلل‌ورزی مانع دستیابی آنها به هدف می‌شود که می‌تواند منجر به رضایت کمتر از مطالعه شود (شوینمن، شنترلر، باب، گونشل<sup>۷</sup>، ۲۰۲۱). اکثر محققان قبول دارند که تعلل‌ورزی با ناراحتی همچون؛ اضطراب، شکست در خودتنظیمی و خودکارآمدی پایین همراه است و یک رفتار ناسازگار با انواع پیامدهای منفی است و باید به آن توجه کرد (گروشیت و هن، ۲۰۲۱). برخی از محققان بر این باورند که تعلل‌ورزی نوعی راهبرد اجتنابی جهت فرار از استرس‌های ادراک شده است که با شناسایی و رفع منابع استرس‌زا در دانش‌آموزان می‌توان به کاهش تعلل‌ورزی تحصیلی آنها کمک کرد (اعیادی، قاسمی جوبنه، درگاهی و گنجی، ۱۳۹۸).

1. Goroshit & Hen
2. Procrastination
3. Prem, Scheel, Weigelt, Hoffmann & Korunka
4. Lay
5. Desai, Pandit, Nerurkar, Verma & Gandhi
6. Nowrin
7. Scheunemann, Schnettler, Bobe, Fries & Grunschel

بنا بر نتایج بررسی‌های صورت گرفته مشخص شده است که یکی از عوامل اصلی ایجاد استرس در دانش‌آموزان، کمال‌گرایی است (لسین و پارِدو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). کمال‌گرایی<sup>۲</sup> یک ویژگی شخصیتی چند بعدی است که با تمایل شدید به اتخاذ استانداردهای سطح بالا در مورد عملکرد خود و انتقاد شدید از عملکرد شخصی همراه است (شهناز، سافر و کلونسکی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). کمال‌گرایی دارای دو بعد مثبت و منفی می‌باشد که اگرچه بیشتر جنبه منفی کمال‌گرایی (انتظارات غیر واقعی) به عنوان عامل غیر انطباقی مورد توجه قرار گرفته است، اما جنبه مثبت کمال‌گرایی (انتظارات واقعی) نیز در دستیابی به موفقیت اهمیت دارد (احمدی‌طهور، جعفری، کرمی‌نیا و اخوان، ۱۳۸۹). نتایج برخی بررسی‌ها مبین این امر است که افراد مبتلا به کمال‌گرایی ناکارآمد، احتمالاً از موقعیت‌هایی که نیازمند مواجهه فرد با استانداردهایش است، اجتناب می‌کنند. بنابراین، تعلل‌ورزی می‌تواند یکی از رفتارهای رایج افراد با کمال‌گرایی منفی باشد (جدیدی، محمدخانی و تجریشی، ۲۰۱۱). برای نمونه مهرابی زاده هنرمند و وردی (۱۳۸۲) در پژوهشی نشان دادند که افراد کمال‌گرا به اندازه‌ای نگران اشتباه کردن هستند که در برابر مسائل، رویکردی خشک از خود نشان می‌دهند و به جای تمام کردن کار، تعلل می‌ورزند (نقل از طاهرزاده قهفرخی، احمدی، شهبازی و حیدری، ۱۳۹۹).

یکی دیگر از عواملی که می‌تواند بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان اثرگذار باشد، ترس از شکست است (کورتویچ، وردولجاک و ایدزانویچ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). ترس از شکست به صورت قابلیت میل به شرم و خجالت در تجربه کردن شکست تعریف می‌شود که بیشتر در افرادی دیده می‌شود که کمبود عزت نفس دارند و اضطراب بالایی دارند (محسن‌زاده، جهان‌بخشی، کشاورز افشار، افطاری و گودرزی، ۱۳۹۵). ترس از شکست با گرایش به ارزیابی تهدیدزا و نگران‌کننده در شرایطی که امکان شکست وجود دارد، مشخص می‌شود و با احساساتی همچون شرم، خود ناتوان‌سازی، اجتناب و کاهش علاقه نسبت به موضوع مورد نظر همراه است (دینالت، گاریو، بوریو، گادریو و لافونتاین<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰؛ نقل از منصوری، عاشوری، غرابی و فراهانی، ۱۴۰۰). نظریه عواطف شناختی-انگیزشی-رابطه‌ای، ترس از شکست را نتیجه شرایطی می‌داند که در آن باورها و الگوهای مربوط به پیامدهای نامطلوب شکست امکان بروز شکست را بالا می‌برند. این سیستم‌های اعتقادی افراد را در معرض ارزیابی تهدیدات بالقوه قرار داده و باعث می‌شوند تا در برابر این تهدیدات احساس اضطراب کنند (شبنونی، موقرفاضلی و موسوی، ۱۳۹۵). طبق نظر برخی محققان ترس از شکست با راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی مرتبط می‌باشد (حسینی، ۱۴۰۰). به عبارت دیگر، تعلل‌ورزی تحصیلی با ترس از ناکامی و درست انجام ندادن تکالیف مرتبط است که از جمله پیامدهای منفی مرتبط با این ترس،

1. Lessin & Pardo
2. perfectionism
3. Shahnaz, Saffer & Klonsky
4. Kurtovic, Vrdoljak, Idzanovic
5. Deneault, Gareau, Bureau, Gaudreau, Lafontaine

احساساتی همچون شرم، اجتناب و خودناتوان‌سازی است (والتمن<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰؛ محسن‌زاده، جهان‌بخشی، کشاورز افشار، افطاری و گودرزی، ۱۳۹۵).

با توجه به پیامدهای منفی مرتبط با تعلل‌ورزی در میان دانش‌آموزان و از آنجایی که تعلل‌ورزی نوعی راهبرد اجتنابی اتخاذ شده از سوی دانش‌آموزان در نظر گرفته می‌شود (اعیادی، قاسمی جوبنه، درگاهی و گنجی، ۱۳۹۸)، شناسایی عوامل پیشاینده این متغیر می‌تواند در تدارک برنامه‌های آموزشی و پیشگیرانه در این زمینه مثمر ثمر باشد، بنابراین، با توجه به پیشینه پژوهشی موجود در خصوص رابطه کمال‌گرایی و ترس از شکست با اتخاذ راهبردهای اجتنابی در دانش‌آموزان (حسینی، ۱۴۰۰: جدیدی، محمدخانی و تجریشی، ۲۰۱۱)، هدف از این پژوهش بررسی نقش ابعاد کمال‌گرایی و ترس از شکست در عملکرد در پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی بود.

## روش

پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش تمام دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم مدارس نمونه دولتی شهرستان مشگین‌شهر در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند که از بین آنها با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای تصادفی ۲۲۰ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند که در نهایت با کنار گذاشتن پرسشنامه‌های مخدوش یا ناقص پر شده جمعاً ۲۰۰ پرسشنامه وارد تحلیل شدند و از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی چند متغیره به روش همزمان جهت تحلیل داده‌ها استفاده گردید. معیارهای ورود به پژوهش حاضر عبارت بودند از: دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی، نداشتن بیماری جسمانی یا روانی در حین ورود به پژوهش، دانش‌آموزان مشغول به تحصیل، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش. معیارهای خروج از پژوهش نیز عبارت بودند از: انصراف از ادامه همکاری در پژوهش، ترک تحصیل یا اخراج از مدرسه در طول انجام پژوهش و اعلام نارضایتی برای شرکت در پژوهش. اطمینان‌دهی در مورد محرمانه ماندن اطلاعات و آماده ساختن شرکت‌کنندگان از لحاظ روانی برای شرکت در پژوهش از نکات اخلاقی رعایت شده این پژوهش بود. برای جمع‌آوری داده‌های پژوهش حاضر از ابزارهای زیر استفاده شد.

## ابزار سنجش

پرسشنامه کمال‌گرایی<sup>۲</sup> (PANPS): تری-شورت، اونز، سلید و دوی<sup>۳</sup> (۱۹۹۵) برای اندازه‌گیری کمال‌گرایی مثبت و منفی ابزاری را تهیه کردند که مشتمل بر ۴۰ گویه می‌باشد که ۲۰ گویه (۲، ۳،

1. Woltman  
2. Positive and Negative Perfectionism Scale  
3. Terry-short, Owens, Slade & Dewey

۹، ۶، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۲، ۳۴، ۳۵، ۳۷، ۴۰) کمال‌گرایی مثبت و ۲۰ گویه دیگر (۱، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۶، ۲۷، ۳۱، ۳۳، ۳۶، ۳۸، ۳۹) کمال‌گرایی منفی را می‌سنجند و بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) پاسخ داده می‌شود که دامنه نمرات هر خرده مقیاس بین ۲۰ تا ۱۰۰ به دست می‌آید که نمره بالا در هر خرده‌مقیاس نشانگر کمال‌گرایی بالا در آن خرده مقیاس است. تری-شوت و همکاران (۱۹۹۵) در بررسی روایی این ابزار با استفاده از تحلیل عاملی با تأیید ۲ عامل کمال‌گرایی مثبت و منفی نشان دادند که این پرسشنامه از روایی سازه مطلوبی برخوردار است. در ایران وطن خواه و سامانی (۱۳۹۵) پایایی این پرسشنامه را در ابعاد کمال‌گرایی مثبت و کمال‌گرایی منفی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۹ گزارش کردند. همچنین، روایی این پرسشنامه با استفاده از محاسبه ضریب همبستگی بین زیر مقیاس‌های این آزمون با زیر مقیاس‌های پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ<sup>۱</sup> (۱۹۷۲) و مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت<sup>۲</sup> (۱۹۶۷) و با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی تأیید شده است (وطن‌خواه و سامانی، ۱۳۹۵).

پرسشنامه ارزیابی ترس از شکست در عملکرد<sup>۳</sup> (PFAI): پرسشنامه ارزیابی ترس از شکست در عملکرد توسط کانروی<sup>۴</sup> (۲۰۰۱) جهت تعیین ترس از شکست در افراد در ۴۱ گویه ساخته شده است که دارای ۵ زیر مقیاس ترس از تجربه شرم و خجالت (۴، ۱۱، ۲۲، ۳۰، ۳۴، ۳۸، ۴۰ و ۴۱)، ترس از کاهش عزت‌نفس خود (۱، ۲، ۶، ۷، ۹، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۲۱، ۲۶، ۲۷، ۳۱ و ۳۵)، ترس از داشتن آینده نامعلوم (۳، ۸، ۱۳، ۱۴، ۱۸، ۲۳ و ۳۷)، ترس از دست دادن تأثیر اجتماعی (۱۹، ۲۰، ۲۴، ۲۸، ۳۲، ۳۶ و ۳۹) و ترس از ناراحت شدن افراد مهم (۵، ۱۰، ۱۵، ۲۵، ۲۹ و ۳۳) است و به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) نمره‌گذاری می‌شود (کانروی، ۲۰۰۱). روایی و پایایی این ابزار توسط کانروی (۲۰۰۱) تأیید شده است؛ به طوری که پایایی زیر مقیاس‌های این ابزار را به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ترس از تجربه شرم و خجالت ۰/۷۹، ترس از کاهش عزت نفس خود ۰/۷۲، ترس از داشتن آینده نامعلوم ۰/۸۱، ترس از دست دادن تأثیر اجتماعی ۰/۷۶ و ترس از ناراحت شدن افراد مهم ۰/۷۲ به دست آوردند (کانروی، ۲۰۰۱). روایی و پایایی این ابزار در ایران توسط عبدلی، احمدی، عظیم‌زاده و افشاری (۱۳۹۲) بررسی شد که روایی سازه آن با استفاده از تحلیل عاملی تأیید شد و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای ترس از تجربه شرم و خجالت ۰/۶۲، ترس از کاهش عزت نفس خود ۰/۶۸،

1. Goldberg

2. Cooper Smith

3. Performance Failure Appraisal Inventory

4. Conroy

ترس از داشتن آینده نامعلوم ۰/۵۲، ترس از دست دادن تأثیر اجتماعی ۰/۵۵ و ترس از ناراحت شدن افراد مهم ۰/۸۱ به دست آمد.

پرسشنامه تعلل‌ورزی<sup>۱</sup> (TPS): پرسشنامه استاندارد تعلل‌ورزی توسط تاکمن<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) ساخته شده است که یک مقیاس خودگزارشی ۱۶ ماده‌ای است. شیوه نمره‌گذاری این پرسش‌نامه بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم (۴) تا کاملاً مخالفم (۱) طراحی شده است. پایین‌ترین نمره در این پرسش‌نامه ۱۶ و بالاترین نمره ۶۴ است که گرفتن نمره بالا در این مقیاس نشانه تعلل ورزی بالا است. تاکمن، پایایی این پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش کرده است (گلاستانه، رفیعی و حسینی، ۱۳۹۵). در پژوهشی استوبر و جورمن<sup>۳</sup> (۲۰۰۱) میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در یک نمونه ۱۸۵ نفری دانشجویان ۰/۹۲ به دست آوردند. همچنین، همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه اضطراب و افسردگی بک و پرسشنامه نگرانی ایالت پنسیلوانیا به ترتیب ۰/۳۰، ۰/۳۲ و ۰/۳۲ گزارش شده است. علاوه بر این، در پژوهش‌های صورت گرفته در ایران نیز پایایی این ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۳ تا ۰/۷۲ گزارش شده است (یعقوبی و قلائی، ۱۳۹۴).

### یافته‌ها

یافته‌های دموگرافیک مربوط به شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر نشان داد که ۱۰۰ نفر (۵۰ درصد) از اعضای شرکت‌کننده در پژوهش حاضر دانش‌آموز پسر و ۱۰۰ نفر (۵۰ درصد) دانش‌آموز دختر بودند. همچنین، ۶۵ نفر (۳۲/۵ درصد) پایه دهم، ۹۹ نفر (۴۹/۵ درصد) پایه یازدهم و ۳۶ نفر (۱۸ درصد) پایه دوازدهم بودند. علاوه بر این، از نظر متغیر سن نیز ۳۶ نفر (۱۸ درصد) ۱۵ ساله، ۶۷ نفر (۳۳/۵ درصد) ۱۶ ساله، ۸۰ نفر (۴۰ درصد) ۱۷ ساله و ۱۷ نفر (۸/۵ درصد) ۱۸ ساله بودند. جدول ۱ ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول (۱) ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

انحراف استاندارد	میانگین	۴	۳	۲	۱	
۶/۸۰	۳۹/۳۱	-	-	-	۱	۱. تعلل‌ورزی تحصیلی
۲۲/۲۲	۱۱۶/۸۹	-	-	۱	۰/۴۳۳**	۲. ترس از شکست
۱۲/۵۷	۷۹/۱۷	-	۱	۰/۱۰۶	-۰/۱۵۷*	۳. کمال‌گرایی مثبت
۱۰/۴۳	۶۳/۱۱	۱	۰/۲۶۳**	۰/۶۵۷**	۰/۲۶۹**	۴. کمال‌گرایی منفی

P < \*۰/۰۵ \*\*P < ۰/۰۱

1. Tuckman Procrastination Scale
2. Tuckman
3. Stöber & Joormann

یافته‌های مربوط به جدول ۱ نشان می‌دهد که ترس از شکست در عملکرد با تعلل‌ورزی تحصیلی همبستگی مثبت و معناداری دارد ( $r=0/433$ ;  $p<0/05$ ). همچنین، این یافته‌ها نشان می‌دهد که کمال‌گرایی مثبت با تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه منفی و معناداری دارد ( $r=-0/157$ ;  $p<0/01$ ). این در حالی است که کمال‌گرایی منفی با تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه مثبت و معناداری دارد ( $r=0/269$ ;  $p<0/029$ ).

قبل از انجام تحلیل رگرسیون خطی به بررسی پیش‌فرض‌های آن پرداخته شد که نتایج مربوط به آن در جدول ۲ ارائه شده است:

جدول (۲) بررسی پیش‌فرض‌های رگرسیون

دوربین واتسون	مقدار (احتمال)	کلموگروف اسمیرنوف	VIF	تلرانس	
	۰/۵۰	۰/۸۲	-	-	تعلل‌ورزی تحصیلی
	۰/۷۱	۰/۷۰	۱/۷۷	۰/۵۶	ترس از شکست
۱/۹۴	۰/۳۰	۰/۹۷	۱/۰۸	۰/۹۲	کمال‌گرایی مثبت
	۰/۷۹	۰/۶۴	۱/۸۸	۰/۵۳	کمال‌گرایی منفی

با توجه به مقدار احتمال مربوط به آزمون کلموگروف-اسمیرنوف ( $p>0/05$ )، می‌توان گفت که متغیرها، از توزیع نرمال برخوردارند. همچنین، در بررسی پیش‌فرض استقلال مشاهدات از آزمون دوربین واتسون (DW) استفاده شد که نتایج حاصل از این آزمون نشان‌دهنده برقراری پیش‌فرض استقلال بین مشاهدات است؛ به این معنا که بین مشاهدات خودهمبستگی وجود ندارد.

نتایج آزمون VIF در بررسی پیش‌فرض هم‌خطی متغیرهای پیش‌بین نشان می‌دهد که بین متغیر کمال‌گرایی منفی با متغیر ترس از شکست هم‌خطی برقرار است. در این زمینه، محققان بر این باورند که در صورتی که آماره تحمل (VIF) متغیری کمتر باشد که سبب ایجاد هم‌خطی بین متغیرها شده باشد، می‌توان یا اقدام به بازنگری این متغیر کرد، یا آن را از تحلیل حذف کرد و یا اقدام به ترکیب این متغیر با متغیرهایی که دارای ارتباط با آنهاست، نمود (کریمی، ۱۳۹۴). برای این منظور در این پژوهش از روش حذف متغیر از تحلیل رگرسیون استفاده شد که با توجه به اینکه کمترین نمره آماره تحمل مربوط به متغیر کمال‌گرایی منفی بود، این متغیر از تحلیل نهایی رگرسیون کنار گذاشته شد.

جدول (۳) نتایج تحلیل رگرسیون اصلاح شده برای پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی براساس متغیرهای پیش‌بین

متغیرهای پیش‌بین	B	SE	Beta	T	P-Value
مقدار ثابت	۳۲/۵۴۱	۳/۳۳۳		۹/۷۶۴	۰/۰۰۱
ترس از شکست	۰/۱۴۰	۰/۰۱۹	۰/۴۵۷	۷/۳۰۱	۰/۰۰۱
کمال‌گرایی مثبت	-۰/۱۲۱	۰/۰۳۴	-۰/۲۲۴	-۳/۵۷۲	۰/۰۰۱
$P > 0/001$ $F = 30/614$ $ADJ.R^2 = 0/229$ $R^2 = 0/237$ $R = 0/487$					

یافته‌های جدول (۳) نشان می‌دهد که بعد از حذف کمال‌گرایی منفی از مدل رگرسیون نهایی به دلیل داشتن هم‌خطی با متغیر ترس از شکست، همبستگی چندگانه بین ترس از شکست و کمال‌گرایی مثبت ۰/۴۸۷ است. همچنین، نتایج این جدول نشان می‌دهد که ترس از شکست و کمال‌گرایی مثبت می‌تواند ۲۳ درصد از تغییرات تعلل‌ورزی تحصیلی را تبیین نماید. آماره F در این جدول به این سؤال پاسخ می‌دهد که آیا مقدار واریانس تبیین شده توسط متغیر پیش بین معنادار است یا نه؟ که نتایج حاصل از این جدول در قسمت مربوط به آماره F و سطح معناداری آن ( $p < 0/001$ ) نشان می‌دهد که این مقدار تبیین معنادار است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه ابعاد کمال‌گرایی و ترس از شکست در عملکرد با تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی دوره دوم متوسطه بود. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر نشان داد که از بین ابعاد کمال‌گرایی، کمال‌گرایی مثبت با تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه منفی و معناداری داشت. همچنین، رابطه کمال‌گرایی منفی با تعلل‌ورزی تحصیلی نیز مثبت و معنادار به دست آمد. نتیجه حاصل از آزمون این فرضیه با نتایج مطالعات صورت گرفته در این زمینه - مبنی بر اینکه کمال‌گرایی منفی رابطه معناداری با تعلل‌ورزی ناسازگارانه دارد- همسو است (سدرلند، بورنز و راجرز<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰؛ کوباری، دیگتون و هانتون<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰).

در تبیین یافته حاضر می‌توان گفت دانش‌آموزانی که از کمال‌گرایی مثبتی برخوردارند از طریق اتخاذ اهداف منطقی و قابل دسترس و همچنین به دنبال داشتن انتظارات معقول از عملکرد و نتایج کارهای خویش، حتی در صورت کسب نتایج متوسط و ضعیف در زمینه وظایف تحصیلی، کمتر دچار تنش و استرس می‌شوند که در نتیجه با کاهش سطح استرس ادراک شده، احتمال اهمال‌کاری آنها در انجام وظایف کاهش می‌یابد. از سویی دیگر، با توجه به نتیجه همبستگی پیرسون که نشان داد کمال‌گرایی منفی با تعلل‌ورزی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری دارد، در تبیین این مورد نیز می‌توان به نظریه یادگیری اجتماعی راتر اشاره کرد که معتقد است در صورتی که والدین معیارهای سخت‌گیرانه‌ای برای موفقیت فرزندان خود اتخاذ نمایند، با افزایش احتمال شکست فرزندان در این تکالیف و در نتیجه با افزایش میزان تنش و استرس آنها، سبب اتخاذ راهبردهای اجتنابی توسط فرزندان می‌شوند (شولتز و شولتز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶). بنابراین، واضح است که با کاهش سطح انتظارات نامعقول والدین و به دنبال آن تعدیل انتظارات نامعقول دانش‌آموزان از عملکرد خود، میزان تنش و استرس ادراک شده آنها کاهش می‌یابد که باعث می‌شود این دانش‌آموزان فشار

1. Sederlund, Burns & Rogers

2. Kobori, Dighton & Hunter

3. Schultz & Schultz



کمتری برای استفاده از راهبردهای اجتنابی برای مقابله با استرس حس نمایند. به طوری که نتایج مطالعات موجود نیز مؤید این مهم است که کمال‌گرایی مثبت به فرد کمک می‌کند تا نگرانی‌ها و اضطراب کمتری را تجربه کند (بهرام‌نژاد، ربانی باوجدان و کاویانی، ۲۰۱۵).

همچنین، نتایج حاصل از آزمون فرضیه دوم پژوهش نشان داد که بین ترس از شکست در عملکرد با تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج مطالعات مشابه صورت گرفته در این زمینه همخوان است مبنی بر اینکه ترس از شکست در عملکرد با افزایش رفتارهای اجتنابی و خودناتوان‌ساز، احتمال تعلل‌ورزی تحصیلی را افزایش می‌دهد (محسن‌زاده، جهان‌بخشی، کشاورز افشار، افطاری و گودرزی، ۱۳۹۵؛ والتمن، ۲۰۲۰).

در تبیین رابطه ترس از شکست در عملکرد با تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی می‌توان گفت که به دلیل انتظارات شکل گرفته در کشور ما در مورد دانش‌آموزان مدارس نمونه دولتی و تیزهوشان و کمال‌گرایی معلمان و اطرافیان آنها، دانش‌آموزان این مدارس به صورت ناخواسته در یک فضای رقابتی قرار می‌گیرند که باعث می‌شود برای کسب موفقیت در یک چنین فضای رقابتی استرس و فشار بیشتری متحمل شوند. این در حالی است که ممکن است این دانش‌آموزان به دلیل تجربه و سن کم‌شان فاقد مهارت مقابله‌ای مؤثر با تنش و استرس‌های ادراک شده باشند، بنابراین احتمال زیادی وجود دارد که آنها راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی همچون تعلل‌ورزی را اتخاذ نمایند. لذا، بروز رفتارهایی همچون تعلل‌ورزی در میان این دانش‌آموزان می‌تواند نوعی راهبرد مقابله‌ای هرچند ناپخته برای فرار از ترس ناشی از شکست در عملکرد باشد. در واقع، افراد با تأخیر و تعویق در انجام تکالیف درسی سعی می‌کنند تا با اتخاذ تدابیر اجتنابی خود را در برابر استرس‌های ادراک شده عایق‌بندی کنند و با فاصله‌گیری فیزیکی و هیجانی از موقعیت استرس‌زا، درصدد رهاسازی خود از استرس ادراک شده برآیند (درگاهی، براتی‌مقدم، احمدبوکانی و اعیادی، ۱۳۹۸). در تأیید مطالب فوق طرفداران تئوری عواطف شناختی- انگیزشی- رابطه‌ای، که ترس از شکست مبتنی بر این تئوری است، معتقدند که باورهای ترس از شکست باعث ادراک تهدیدات توسط فرد و افزایش اضطراب در او می‌شوند (لازاروس<sup>۱</sup>، ۱۹۹۹). بنابراین، واضح است که ترس از شکست با افزایش اضطراب دانش‌آموزان می‌تواند آنها را به سمت رفتارهای اجتنابی همچون تعلل‌ورزی تحصیلی برای کاهش سطح اضطراب ادراک شده‌شان بکشانند.

با توجه به نتایج به دست آمده از این مطالعه می‌توان گفت که کمال‌گرایی منفی و به دنبال آن نگرانی افراطی از نتایج عملکرد نه تنها کمکی به پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان نمی‌کند بلکه می‌تواند با ایجاد تعلل‌ورزی تحصیلی در آنها باعث افت عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و صدمات بعدی ناشی از آن شود. بنابراین معلمان، مشاوران مدارس و دبیران می‌توانند جهت رفع مشکل افت تحصیلی که ناشی از تعلل‌ورزی دانش‌آموزان باشد به این مهم توجه کنند تا با بهبود کمال‌گرایی و

کاهش نگرانی از شکست از طریق جلسات مشاوره، تعلق‌ورزی و به تبع آن افت تحصیلی آنها کاهش یابد.

### منابع

- احمدی‌طهور، محسن؛ جعفری، عیسی؛ کرمی‌نیا، رضا و اخوان، حمید. (۱۳۸۹). بررسی ارتباط کمال‌گرایی مثبت و منفی و تیپ شخصیتی D با سلامت عمومی سالمندان، *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان*، ۷(۱): ۶۴-۶۹.
- اعیادی، نادر؛ قاسمی‌جوینه، رضا؛ درگاهی، شهریار و گنجی، بی‌نظیر. (۱۳۹۸). نقش نارسایی هیجانی و تعلق‌ورزی تصمیم‌گیری در پیش‌بینی استفاده اعتیادگونه از اینترنت در میان دانشجویان. *طب انتظامی*، ۸(۴): ۱۷۱-۱۷۵.
- حسینی، سیده مونس. (۱۴۰۰). تعیین اندازه اثر ترس از شکست و باورهای ناکارآمد در مورد ظاهر بر اعتیاد به ورزش در ورزشکاران. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۲۹(۱۱): ۱-۶.
- درگاهی، شهریار؛ براتی‌مقدم، بهروز؛ احمدبوکانی، سلیمان و اعیادی، نادر. (۱۳۹۸). ارتباط صمیمیت ادراک‌شده از خانواده اصلی و تعارض کار-خانواده با همدلی و اعتیاد به کار، در اعضای کادر درمانی. *اخلاق و تاریخ پزشکی*، ۱۲: ۳۲۶-۳۳۷.
- طاهرزاده قهفرخی، سجاد؛ احمدی، وحید؛ شهبازی، الهام و حیدری، سارا. (۱۳۹۹). پیش‌بینی تعلق‌ورزی تحصیلی بر اساس ابعاد کمال‌گرایی، باورهای هوشی وانمودگرایی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی شهر ایلام. *مجله پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*، ۳(۲۸): ۱۵-۲۶.
- عبدلی، بهروز؛ احمدی، منصور؛ عظیم‌زاده، الهام و افشاری، جواد. (۱۳۹۲). تعیین روایی و پایایی پرسشنامه ارزیابی شکست در عملکرد، رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی، ۱۲: ۳۷-۴۸.
- کریمی، رامین. (۱۳۹۴). *راهنمای آسان تحلیل آماری با spss* چاپ اول، تهران: انتشارات هنگام.
- گلستانه، سیدموسی؛ رفیعی، مریم سادات حسینی، فریده. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مدیریت تعلق بر افزایش خودکارآمدی و راهبردهای یادگیری و کاهش تعلق‌ورزی و اجتناب از شکست. *روانشناسی معاصر*، ۱(۱۱): ۷۵-۹۰.
- محسن‌زاده، فرشاد؛ جهان‌بخشی، زهرا؛ کشاورز افشار، حسین؛ افطاری، شکوه و گودرزی، رضا. (۱۳۹۵). نقش ترس از شکست و ویژگی‌های شخصیتی در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان. *روانشناسی مدرسه*، ۵(۲): ۹۲-۱۰۸.
- منصوری، کامیار؛ عاشوری، احمد؛ غرابی، بنفشه و فراهانی، حجت اله. (۱۴۰۰). پیش‌بینی اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با توجه به ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی. *مجله روان‌شناسی و روانپزشکی شناخت*، ۸(۴): ۵۱-۶۲.

- وطن‌خواه، محمد و سامانی، سیامک. (۱۳۹۵). رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و هدف‌های پیشرفت با نقش واسطه‌ای انگیزه پیشرفت در ورزشکاران حرفه‌ای. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۷ (۲۴): ۱۰۳-۱۲۷.
- یعقوبی، ابوالقاسم و قلائی، بهروز. (۱۳۹۴). عوامل مرتبط با تعلل‌ورزی تحصیلی. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۱ (۳۷): ۱۶۱-۱۸۵.
- Bahramnejad, A., Rabani-Bavojdan, M., & Kaviani, N. (2015). The value of perfectionism in predicting coping strategies in drug-user women. *Addiction & Health*, 7 (3-4), 157.
- Conroy, D. E. (2001). Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Anxiety, Stress and Coping*, 14 (4), 431-452.
- Desai, M., Pandit, U., Nerurkar, A., Verma, C., & Gandhi, S. (2021). Test anxiety and procrastination in physiotherapy students. *Journal of Education and Health Promotion*, 10 (1), 132.
- Goroshit, M., & Hen, M. (2021). Academic procrastination and academic performance: Do learning disabilities matter?. *Current Psychology*, 40(5), 2490-2498.
- Hayat, A. A., Jahanian, M., Bazrafcan, L., & Shokrpour, N. (2020). Prevalence of Academic Procrastination Among Medical Students and Its Relationship with Their Academic Achievement. *Shiraz E-Medical Journal*, Online ahead of Print; 21 (7): e96049. doi: 10.5812/semj.96049.
- Jadidi, F., Mohammadkhani, S., & Tajrishi, K. Z. (2011). Perfectionism and academic procrastination. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 534-537.
- Kobori, O., Dighton, G., & Hunter, R. (2020). Does perfectionism impact adherence to homework assignment? A preliminary pilot study of perfectionism and procrastination of CBT homework. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 48 (2), 243-247.
- Kurtovic A, Vrdoljak G, Idzanovic A. (2019). Predicting Procrastination: The Role of Academic Achievement, Self-efficacy and Perfectionism. *IJEP*, 8 (1), 1-26.
- Lazaros, C. (1999). Teaching the spiritual dimension of nursing care: a survey of U.S. baccalaureate nursing program. *Journal of Nursing Education*, 41, 482-91.
- Lessin, D. S., & Pardo, N. T. (2017). the impact of perfectionism on anxiety and depression. *J Psychol Cognition*. 2 (1), 78-82.
- Nowrin J. (2018). Academic Procrastination and Perfectionism among College Students. *International Journal of Science and Research*, 7 (11): 33-35.
- Prem, R., Scheel, T. E., Weigelt, O., Hoffmann, K., & Korunka, C. (2018). Procrastination in daily working life: A diary study on within-person processes that link work characteristics to workplace procrastination. *Frontiers in psychology*, 9, 1087.
- Scheunemann, A., Schnettler, T., Bobe, J., Fries, S., & Grunschel, C. (2021). A longitudinal analysis of the reciprocal relationship between academic procrastination, study satisfaction, and dropout intentions in higher education. *European Journal of Psychology of Education*, 1-24.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of personality*. Cengage Learning.
- Sederlund, A., R Burns, L., & Rogers, W. (2020). Multidimensional Models of Perfectionism and Procrastination: Seeking Determinants of Both. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (14), 5099.

- Shahnaz, A., Saffer, B. Y., & Klonsky, E. D. (2018). The relationship of perfectionism to suicide ideation and attempts in a large online sample. *Personality and Individual Differences*, 130, 117-121.
- Terry-short L A, Owens R G, Slade P D & Dewey M E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663-668.
- Woltman, A. (2020). Academic Procrastination in College Students: Physical-Mental Fatigue, "Fear of Failure", Perfectionism, Trait Procrastination, and Aversive Behavior. *CSBS INSPIRE Student Research & Engagement Conference*.