Research in Psychological Health

September 2017, Volume 11, issue 2

The structural model of perfectionism based on cognitive, behavioral and emotional transdiagnostic constructs

Narges Naghavi[1], Mehdi Akbari*[2], Alireza Moradi[3]

1 M.A. in Clinical Psychology, *Department of clinical Psychology, Kharazmi university, Tehran, Iran.*

2 (Corresponding author): department of clinical psychology, Kharazmi university, Tehran, Iran.*

3 Department of clinical psychology, Kharazmi university, Tehran, Iran.

Please cite to: Naghavi, N., Akbari, M., Moradi, A. (2017). The structural model of perfectionism based on cognitive, behavioral and emotional transdiagnostic constructs. *Research in Psychological Health*, 11, 2, 19-33. [Persian]

Highlights

- Predictors of positive and negative perfectionism was different from each other.
- Emotion dysregulation directly and with the mediator role of negative automatic thoughts could predict negative perfectionism.
- Components of transdiagnostic model of depression and anxiety may had differentially associated with positive and negative perfectionism.

Abstracts

The present study was conducted to evaluate the model which investigate predictive role of emotional dysregulation (ED), intolerance of uncertainty (IU), experiential avoidance (EA) and repetitive negative thinking (RNT) in positive and negative perfectionism. Participants were 412 B.S students of Tehran university, Allameh Tabatabei and Kharazmi university.The positive and negative perfectionism, repetitive negative thinking questionnaire, disorder in emotion regulation scale, intolerance of uncertainty scale and multidimensional experiential avoidance questionnaire were used for gathering data. Data was analyzed by structural equations modeling. ED does not have significant relationship with positive perfectionism. But there is mediated and unmediated significant relationship between ED and negative perfectionism. IU has unmediated significant relationship with perfectionism and has mediated and unmediated significant relationship with negative perfectionism. EA has unmediated significant relationship with perfectionism and has mediated and unmediated significant relationship with negative perfectionism. ED, IU and EA were significantly predicted 12 percent of positive perfectionisms, 64 percent of negative perfectionisms and 58 percent of RNT. The results showed that positive and negative perfectionism are two different structural models. And RNT mediates the association just between negative perfectionism and some of outcome variables.

Keywords: Perfectionism, Emotional dysregulation, Intolerance of uncertainty, Experiential avoidance.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]

[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

مدل ساختاری کمال‌گرایی مبتنی بر سازه‌های فراتشخیصی شناختی، رفتاری و هیجانی

نرگس نقوی[۱]، مهدی اکبری[۲]، علیرضا مرادی[۳]

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۸/۱۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۶/۱۵

یافته‌های اصلی

- پیش‌بینی‌کننده‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی از هم متمایزند
- بی نظمی هیجانی به تنهایی و به واسطه افکار تکرارشونده منفی می تواند کمال گرایی منفی را پیش‌بینی کند
- مولفه‌های مدل‌های فراتشخیصی اضطراب و افسردگی به صورت افتراقی توانایی پیش‌بینی کمال گرایی مثبت و منفی را دارند.

چکیده

پژوهش حاضر به ارزیابی مدلی پرداخته است که نقش پیش‌بینی‌کنندگی بی‌نظمیِ هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی، اجتناب تجربه-گرایانه و افکار تکرارشوندهٔ منفی را در کمال‌گرایی مثبت و منفی، بررسی می‌کند. روش: در یک طرح پژوهش مقطعی، ۴۱۲ دانشجوی کارشناسی دانشگاه تهران، علامه طباطبایی و خوارزمی با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس شرکت کردند. این دانشجویان مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی، پرسشنامهٔ افکار تکرارشوندهٔ منفی، مقیاس مشکل در تنظیم هیجان، مقیاس عدم تحمل بلاتکلیفی و پرسشنامهٔ اجتناب تجربه‌گرایانه را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها: بی‌نظمی هیجانی هم به‌صورت مستقیم و هم غیرمستقیم (به‌واسطهٔ افکار تکرارشوندهٔ منفی) با کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی-داری ندارد. اما به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم با کمال‌گرایی منفی ارتباط معنی‌دار دارد. عدم تحمل بلاتکلیفی تنها به‌صورت مستقیم با کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی‌دار دارد و به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم با کمال‌گرایی منفی ارتباط معنی‌دار دارد. اجتناب تجربه‌گرایانه به‌صورت مستقیم با کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی‌دار دارد و به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم با کمال‌گرایی منفی ارتباط معنی‌دار ندارد. متغیرهای بی‌نظمی هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی، اجتناب تجربه‌گرایانه، به‌طورکلی قادر به پیش‌بینی ۱۲درصد از کمال‌گرایی مثبت، ۶۴درصد از کمال‌گرایی منفی و ۵۸درصد از افکار تکرارشوندهٔ منفی هستند. نتایج نشان داد که کمال‌گرایی مثبت و منفی دو مدل ساختاری متفاوت هستند و افکار تکرارشوندهٔ منفی تنها در ارتباط کمال‌گرایی منفی با برخی متغیرهای برآیندی، نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند.

واژگان کلیدی: کمال‌گرایی، بی‌نظمی هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی، اجتناب تجربه‌گرایانه

[۱] .کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.
[۲] . گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران. *Akbari.psy@gmail.com*
[۳] . گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

مقدمه

کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است و نقش مهمی در علت‌شناسی و استمرار آسیب‌شناسی‌های روانی ایفا می‌کند (شافران[1] و همکاران، ۲۰۰۲). در طول دو دهۀ گذشته، تحقیق در مورد کمال‌گرایی روند روبه‌رشدی داشته است. در این دو دهه، پژوهش‌های تجربی و نظری زیادی با هدف تبیین ماهیت کمال‌گرایی و آسیب‌های مرتبط با آن انجام شده است (سیرویز[2] و همکاران، ۲۰۱۶). در مفهوم‌سازی‌های اولیۀ کمال‌گرایی، دیدگاهی تک‌بعدی و آسیب‌شناسانه به آن وجود داشت. ولی اسلید و اوئنز[3] (۱۹۹۸) برای کمال‌گرایی دو نوع در نظر گرفتند، یک شکل بهنجار و سالم از کمال‌گرایی که آن را کمال‌گرایی مثبت نامیدند و یک‌شکل ناسازگار و آسیب‌شناسانه از کمال‌گرایی، که آن را کمال‌گرایی منفی نامیدند. کمال‌گرایان سالم یا مثبت افرادی هستند که سطوح بالایی از کوشش‌های کمال‌گرایانه را با سطح کمی از نگرانی‌های کمال‌گرایانه نشان می‌دهند و در مقابل کمال‌گرایان ناسالم یا منفی، افرادی با سطوح بالای کوشش‌های کمال‌گرایانه و نگرانی‌های سطح بالای کمال‌گرایانه هستند و افراد غیرکمال‌گرا دارای سطح کمی از کوشش‌های کمال‌گرایانه و سطح نامشخصی از نگرانی‌های کمال‌گرایانه هستند (استوبر و همکاران، ۲۰۰۶). ارتباط بین کمال‌گرایی و آسیب‌شناسی روانی به‌صورت گسترده تأیید شده است. مطالعات نشان داده‌اند که کمال‌گرایی نه‌تنها با اضطراب، افسردگی، افکار خودکشی، و اختلال خوردن همبسته است؛ بلکه پیش‌بینی کنندۀ آن‌ها نیز هست. به‌عبارت دیگر کمال‌گرایی نه‌تنها عامل نگه‌دارندۀ اختلالات روانی متعدد است؛ بلکه نقش علّی نیز در این اختلالات دارد (ایگان و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کمال‌گرایی نابهنجار با سطح بالایی از استرس (آشتزیگر[4] و همکاران، ۲۰۱۳)، سطح پایینی از رضایت از زندگی (استوبر و همکاران، ۲۰۰۹)، عاطفۀ مثبت کمتر (فلت و همکاران، ۲۰۰۹) و سلامت روانی پایین‌تر (چانگ[5] ۲۰۰۶)، همراه است.

کمال‌گرایی در اختلالات خوردن، اضطراب و اختلالات مرتبط، افسردگی و خستگی مزمن، در مقایسه با افراد سالم بیشتر است. این شواهد نشان می‌دهند که کمال‌گرایی با اکثر اختلالات مرتبط است. و بنابراین مهم است که در درمان به‌طور خاص به آن بپردازیم (ایگان و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین در سال‌های اخیر به دلیل شیوع بالای کمال‌گرایی در میان جمعیت دانشجویی، مشاوران و درمانگرانی که با این قشر سروکار دارند، مدام با دانشجویان کمال‌گرا و مشکلات ناشی از آن مواجه هستند. افرادی که از کمال‌گرایی نابهنجار برخوردارند، برای پیشرفت‌های علمی هزینه‌های عاطفی بسیاری می‌پردازند و درنهایت متفاوت از دیگر دانشجویان هستند. این افراد در مورد توانایی‌هایشان دچار شک و تردیدند و اغلب خود را با دیگران قابل مقایسه نمی‌دانند (گرزگورک[6] و همکاران، ۲۰۰۴) به بیان دیگر کمال‌گرایی یک عامل فراتشخیصی است و اگر به‌درستی با آن برخورد شود، پتانسیل کاهش آسیب‌شناسی روانی اختلال‌های محور یک را دارد (ایگان و همکاران، ۲۰۱۲). با توجه به فراتشخیصی بودن کمال‌گرایی، در این پژوهش به بررسی عوامل فراتشخیصی پیش‌بینی‌کنندۀ کمال‌گرایی پرداخته شده است.

تنظیم هیجان فرآیندی فراتشخیصی و فرانظری است که طیف وسیعی از آسیب‌شناسی روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (جانسون[7] و همکاران، ۲۰۱۰). شکست در تنظیم هیجان، بی‌نظمی نامیده می‌شود. بی‌نظمی هیجانی، دشواری یا ناتوانی در مواجهه باتجربه یا پردازش هیجانات است و ممکن است به دو صورت تشدید بیش‌ازحد هیجان و غیرفعال بودن بیش‌ازحد آن، ظاهر شود (لیهی[8] و همکاران، ۲۰۱۱).

پژوهش‌های متعددی دریافته‌اند که کمال‌گرایی بهنجار دارای همبستگی مثبت با مدارا کردن[9] یا شاخص‌های دیگر مرتبط با تنظیم هیجان سالم است، مثل عزت‌نفس و دل‌بستگی ایمن. این بعد از کمال‌گرایی با تنظیم هیجان بهتر و سازگاری روان‌شناختی همبسته است (دانکلی و همکاران،۲۰۰۰؛ گرزگورک و همکاران، ۲۰۰۴؛ مبلی[10] و همکاران، ۲۰۰۵؛

[1] Shafran
[2] Sirois
[3] Slade, & Owens
[4] Achtziger,
[5] Chang

[6] Grzegorek
[7] Johnson
[8] Leahy
[9] coping
[10] Mobley

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

رایس و همکاران، ۲۰۰۱). انتظار می‌رود که کمال‌گرایی خودمنتقدانه با بی‌نظمی هیجانی بیشتر و پریشانی روان‌شناختی همبسته باشد (دانکلی و همکاران، ۲۰۰۰، ۲۰۰۳؛ ویی[1] و همکاران،۲۰۰۶). بی‌نظمی هیجانی و مکانیسم‌های دفاعی، موجب استمرار هیجان منفی فرد کمال‌گرا می‌شود و مانع از این می‌شود که فرد از پریشانی ایجادشده توسط موقعیت استرس‌زا، عبور کند (دانکلی و همکاران، ۲۰۰۳).

عدم تحمل بلاتکلیفی، سازه‌ای فراتشخیصی است (سامرز[2] همکاران، ۲۰۱۶) و به یک ویژگی سرشتی ناشی از یک سری باورهای منفی در مورد بلاتکلیفی و معانی ضمنی آن اشاره دارد (داگاس[3] و همکاران، ۲۰۰۷).

بنابر گفتهٔ فراست[4] و همکاران(۱۹۹۰) کمال‌گرایی زمانی آسیب‌زا می‌شود که برای فرد، اشتباه کردن یا شکست خوردن در راه رسیدن به استانداردهای خاصی، غیرقابل تحمل باشد و بنابراین احساس کند که هیچ‌چیز به‌خوبی انجام نمی‌شود. روتر[5] و همکاران (۲۰۱۳) مطرح می‌کنند که عقاید کمال‌گرا به‌وسیله عدم تحمل بلاتکلیفی هدایت می‌شوند، بدین‌صورت که دلیل خیلی از عقاید کمال‌گرایانه از ناتوانی در تحمل ندانستن نتیجه منتج می‌شود. به این خاطر که اشخاص نمی‌توانند ابهام و بلاتکلیفی را تحمل کنند. آن‌ها با پافشاری بر نتایج بدون نقص، نتایج معلوم ایجاد می‌کنند تا بدین طریق بلاتکلیفی خود را کاهش دهند و بنابراین هدف تمایلات کمال‌گرایانه می‌تواند ایجاد شرایطی معلوم برای آینده باشد.

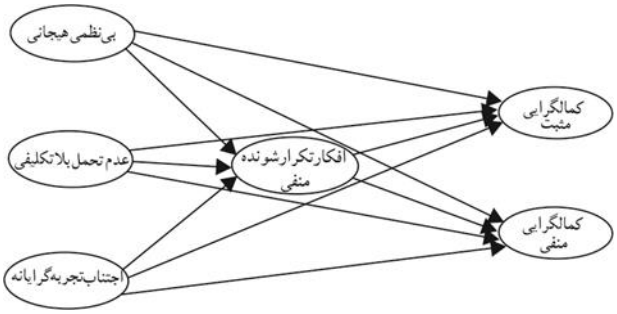
اجتناب تجربه‌گرایانه نیز سازه‌ای فراتشخیصی است (مونستس[6] و همکاران، ۲۰۱۶) و عدم تمایل فرد برای تماس با تجربیات درونی خاص و ناخواسته تعریف شده است (هیز و همکاران، ۱۹۹۹). و شامل دو بخش مرتبط به‌هم است که یک بخش آن همان عدم تمایل فرد به تماس با تجربیات خصوصی بیزارکننده از قبیل هیجانات، افکار، خاطرات و غیره است و بخش دوم آن اقداماتی است که فرد برای تغییر تجربیات بیزارکننده و یا حوادثی که این تجربیات از دل آن بیرون می‌آیند، انجام می‌دهد (هیز و همکاران،۱۹۹۶). بر اساس نظریه تقویت (سانتراک،۲۰۰۳)، تصور می‌شود که کمال‌گرایی مثبت با تقویت مثبت همبسته است. درحالی‌که فرض بر این است که کمال‌گرایی منفی با تقویت منفی مرتبط باشد. به‌عبارت‌دیگر کمال‌گرایی مثبت شامل شناخت‌ها و رفتارهایی می‌شود که بر دستیابی به اهداف و نتایج مثبت متمرکز است. بنابراین کسب موفقیت، برانگیزاننده‌ای برای کمال‌گرایی مثبت است. برعکس، کمال‌گرایی منفی شامل شناخت‌ها و رفتارهایی است که بر دستیابی به اهداف، به‌منظور اجتناب از نتایج منفی متمرکز است؛ بنابراین کمال‌گرایی منفی به‌وسیلهٔ عدم تمایل به شکست برانگیخته می‌شود. افرادِ دارای سطح بالای کمال‌گرایی منفی، انتظار می‌رود که برای اجتناب از شکست و تنبیه کار کنند که به‌صورت بالقوه، اجزای ناسازگار کمال‌گرایی را به اجتناب تجربه‌گرایانه وصل می‌کند (سانتانلو و همکاران، ۲۰۰۷).

افکار تکرارشونده منفی یک عامل فراتشخیصی در میان اختلالات هیجانی است (اهرینگ و همکاران، ۲۰۰۸) و سبکی از فکرکردن درباره مشکلات و تجربیات منفی است که سه ویژگی کلیدی دارد: تکرارشونده و تاحدودی مزاحم است و رها شدن از دست آن دشوار است (اهرینگ و همکاران، ۲۰۱۱). بررسی ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که جنبه‌های مختلفی از کمال‌گرایی، با افکار تکرارشوندهٔ منفی همبسته است (ماسدو[7] و همکاران، ۲۰۱۴). نشخوار فکری و نگرانی که شکل ناسازگار افکار تکرارشوندهٔ منفی هستند، با کمال‌گرایی و اشکال مختلف پریشانیِ روان‌شناختی همبسته است (اُکنر[8] و همکاران، ۲۰۰۷). کمال‌گراها متمایل به نشخوار فکری هستند تا بر شکست‌شان در رسیدن به انتظارات، احساس کنترل داشته باشند. فرد کمال‌گرا، به امید اینکه راه‌حلی ظاهر شود، افکار و اتفاقات را در ذهنش تکرار می‌کند (بروستین[9] ۲۰۱۳). همچنین افرادی که نگرانی‌های ارزیابانهٔ کمال‌گرایانه دارند نیز، تمایل دارند به‌صورت مکرر درباره مشکلات روزمره فکر کنند و نگران باشند (وندر کاپ-دیدر[10] و همکاران، ۲۰۱۶).

[1] Wei
[2] Summers
[3] Dugas
[4] Frost
[5] Reuther
[6] Monestès
[7] Macedo
[8] O'Connor
[9] Brustein
[10] van der Kaap-Deeder

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

ازآنجایی‌که کمال‌گرایی به‌عنوان یک عامل فراتشخیصی در اختلالات روانی متعدد نقش دارد، پس به‌صورت غیرمستقیم در ایجاد هزینه‌های اقتصادی، تحصیلی و اجتماعی مؤثر است. تاکنون پژوهش‌های اندکی مکانیزم‌های زیربنایی کمال‌گرایی را بررسی کرده‌اند (شورت و همکاران ، ۲۰۱۳). در این پژوهش به بررسی عوامل فراتشخیصیِ پیش‌بینی‌کنندهٔ کمال‌گرایی پرداخته شده است. همچنین باتوجه به اینکه در اکثر پژوهش‌ها، افکار تکرارشوندهٔ منفی، نقش متغیر واسطه‌ای را ایفا می‌کنند، و مطالعهٔ ادبیات پژوهش نیز نشان می‌دهد که در هر سه متغیر پیش‌بینِ تحقیق می‌توان حضور افکار تکرارشوندهٔ منفی را پیدا کرد. به‌عنوان مثال افراد دارای عدم تحمل بلاتکلیفی، از نگرانی به‌عنوان راهی برای رسیدن به قطعیت استفاده می‌کنند. نشخوار فکری یکی از راهبردهای تنظیم هیجان محسوب می‌شود و همچنین نگرانی یک استراتژی درونی اجتناب است (سانتلو و گاردنر، ۲۰۰۷). علاوه بر این ادبیات پژوهش بین هر یک از متغیرهای پیش‌بین با افکار تکرارشوندهٔ منفی همبستگی نشان می‌دهد، پس در اینجا نیز نقش آن را به‌عنوان متغیر واسطه‌ای می‌سنجیم. در ادامه قصد داریم مدل مفهومی کمال‌گرایی را در ارتباط با متغیرهای ذکر شده، برازش کنیم و بررسی کنیم که این متغیرها، به چه اندازه می‌توانند واریانس کمال‌گرایی را در بین دانشجویان پیش‌بینی کنند.



شکل۱ -الگوی مفهومی پژوهش

روش

جامعهٔ آماری این پژوهش، دانشجویان مقطع لیسانس سه دانشگاه دولتی شهر تهران، شامل دانشگاه تهران، خوارزمی، علامه طباطبایی، در نیمسال دوم تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بود. نمونه‌گیری بر اساس نمونه‌گیری دردسترس انجام شد. دانشجویان بارضایت در پژوهش شرکت کردند. زمان پاسخ‌دهی برای هر مجموعه پرسش‌نامه، ۳۵دقیقه بود. در بررسی مدل‌های ساختاری قاعدهٔ کلی این است که حجم نمونه بین ۲۰۰ تا ۴۰۰ مورد مناسب تلقی شود (میرز[1] و همکاران، ۱۳۹۱). با توجه به نرخ ریزش ۱۰درصدی، ۴۵۰ پرسش‌نامه در میان دانشجویان توزیع شد و با حذف پرسش‌نامه‌های ناقص ۴۱۲پرسش‌نامه (۱۳۳پسر و ۲۷۹دختر) وارد تحلیل نهایی شد. با توجه به اینکه متغیرهای بی‌نظمی هیجانی، افکار تکرارشوندهٔ منفی، عدم تحمل بلاتکلیفی و اجتناب تجربه‌گرایانه متغیرهای ملاک بودند؛ برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد.

مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی[2] (PANP)

این مقیاس یک آزمون ۴۰سؤالی است که توسط تری شورت و همکاران (۱۹۹۵) ساخته شد؛ ۲۰مادهٔ آن کمال‌گرایی مثبت و ۲۰مادهٔ دیگر کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد و پرسش‌ها در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای لیکرت، کمال‌گراییِ آزمودنی‌ها را از نمرهٔ۱ تا نمرهٔ۵ در دو زمینهٔ مثبت و منفی می‌سنجد. حداقل نمرهٔ آزمودنی در هریک از مقیاس‌های آزمون ۲۰ و حداکثر ۱۰۰ خواهد بود. در فرم فارسی این پرسش‌نامه (بشارت، ۲۰۰۵)، آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها در یک نمونهٔ ۲۱۲نفری از دانشجویان به ترتیب ۹۰٪ و ۸۷٪ برای کل آزمودنی‌ها؛ ۹۱٪ و ۸۸٪ برای دانشجویان دختر و ۸۹٪ و ۸۶٪ برای دانشجویان پسر بود که نشان‌دهندهٔ همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۹۰نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت، بافاصلهٔ ۴هفته برای کل آزمودنی‌های r=۸۶٪؛ برای آزمودنی‌های دختر r=۸۴٪؛ و برای آزمودنی‌های پسر r=۸۷٪ محاسبه شد که نشان‌دهندهٔ پایاییِ بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است.

[1] Meyers
[2] Positive and Negative Perfectionism Scale

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

پرسش‌نامهٔ افکار تکرارشونده منفی[1] (RNTQ)

این پرسش‌نامه را مک‌اوی و همکاران در سال ۲۰۱۰ جهت سنجش افکار تکرارشوندهٔ منفی طراحی و تدوین کرده‌اند. این مقیاس ۳۱سؤال دارد. مک‌اوی و همکاران (۲۰۱۰)، ضریب آلفای کرونباخِ به‌دست‌آمده برای این مقیاس را ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. برای محاسبهٔ اعتبار پیش‌بین از همبستگی این ابزار با پرسش‌نامهٔ افسردگی بک (BDI) و پرسش‌نامهٔ اضطراب بک (BAI) استفاده شد و به ترتیب ضریب همبستگی ۰/۴۲ و ۰/۳۸ گزارش شد. پایایی نسخهٔ فارسی این ابزار نیز توسط خالقی و همکاران (۲۰۱۱) از طریق ضریب آلفای کرونباخ محاسبه گردید و ۰/۸۹ گزارش شد. برای محاسبهٔ اعتبار پیش‌بین از همبستگی این ابزار با BDI (۰/۵۲) و BAI (۰/۵۳) استفاده شد.

مقیاس مشکل در تنظیم هیجانی[2] (DERS)

این مقیاس در سال ۲۰۰۴ توسط گراتز[3] و همکاران برای سنجش میزان بی‌نظمی هیجانی و راهبردهای خودنظم‌بخشی هیجانی طراحی شد که دارای ۳۶گویه در یک مقیاس لیکرتی پنج‌درجه‌ای است. پایایی نسخهٔ فارسی توسط عسگری و همکاران (۱۳۸۸) از طریق همسانی درونی و تنصیف ۰/۸۶ و ۰/۸۰ گزارش شد. پایایی پرسش‌نامهٔ تنظیم هیجانی بین ۰/۵۴ تا ۰/۸۶ نوسان دارد. عسگری و همکاران برای تعیین اعتبار پرسش‌نامهٔ یادشده، نمرهٔ آن را با نمرهٔ پرسش‌نامهٔ هیجان‌طلبیِ زاکرمن همبسته کردند و نتیجه گرفتند همبستگی معنی‌داری بین آن‌ها وجود دارد. این امر نشان می‌دهد که پرسش‌نامهٔ تنظیم هیجانی از اعتبار لازم برخوردار است (P=۰/۰۴۳، r=۰/۲۶ و n=۵۹).

مقیاس عدم تحمل بلاتکلیفی[4] (IUS)

این مقیاس در سال ۲۰۰۲ توسط بوهر[5] و همکاران برای سنجش میزان تحمل افراد در برابر موقعیت‌های نامطمئن و حاکی از بلاتکلیفی طراحی شد و دارای ۲۷گویه در یک مقیاس لیکرتی پنج‌درجه‌ای است. بوهر و داگاس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و ضریب روایی بازآزمایی پنج‌هفته‌ای را ۰/۷۴ گزارش کردند. در پژوهش اکبری و همکاران آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و پایایی بازآزمایی سه‌هفته‌ای ۰/۷۶ بود. برای محاسبهٔ روایی پیش‌بین از همبستگی این ابزار با پرسش‌نامهٔ نگرانی ایالت پنسیلوانیا[6] (PSWQ) (۰/۷۸) و پرسش‌نامه اجتناب شناختی[7] (CAQ) (۰/۷۱) استفاده شده است (اکبری و همکاران، ۱۳۸۹).

پرسش‌نامهٔ اجتناب تجربه‌گرایانهٔ چندبعدی[8] (MEAQ)

این پرسش‌نامه در سال ۲۰۱۱ توسط گامز[9] و همکاران برای سنجش انواع اجتناب از احساس‌ها، افکار، خاطرات و تجربه‌های خصوصی ناخوشایند تدوین شد و دارای ۶۲گویه در یک مقیاس لیکرتی پنج‌درجه‌ای است. این پرسش‌نامه شش خرده‌مقیاسِ اجتناب رفتاری،[10] بیزاری از پریشانی،[11] اهمال کاری،[12] سرکوبی افکار،[13] انکار و درگیری فکر و رفتار[14] دارد. گامز و همکاران ضریب آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده را برای این مقیاس ۰/۹۰ و ضریب اعتبار بازآزمایی آن را در فاصله دوهفته‌ای، ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند(گامز و همکاران، ۲۰۱۱). برای محاسبهٔ روایی محتوایی و پیش‌بین از همبستگی این ابزار با ویرایش دوم پرسش‌نامه پذیرش و عمل[15] (AAQ-II) و پرسش‌نامهٔ اجتناب شناختی (CAQ) استفاده شد که از نتایج پژوهش میزان ضریب همبستگی ۰/۸۴ و ۰/۷۸ گزارش شد [۴۳]. در پژوهش اکبری و همکاران(۱۳۹۳) آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و پایایی بازآزمایی (در فاصلهٔ ۴هفته) ۰/۸۱ را به‌دست داد.

داده‌های به‌دست‌آمده از ارزیابی‌ها با استفاده از بستهٔ آماری برای علوم اجتماعی[16] (SPSS، نسخهٔ ۲۲، شیکاگو، USA) و AMOS[17]-۱۶ مورد تحلیل قرار گرفتند. و برای ارائهٔ مدل مفهومی کمال‌گرایی با سایر متغیرهای

[1] Repetitive Negative Thought Questionnaire
[2] Difficulties in Emotion Regulation Scale
[3] Gratz
[4] Intolerance of Uncertainty Scale
[5] Buhr
[6] Penn-State Worry Questionnaire
[7] Cognitive Avoidance Questionnaire
[8] Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire
[9] Gamez
[10] behavioral avoidance
[11] distress aversion
[12] procrastination
[13] suppression thought
[14] engaged with thought and behavior
[15] Acceptance an d Action Questionnaire II
[16] Statistical Package for the Social Science (SPSS)
[17] Analysis of moment structures

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

پژوهش از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و تحلیل مسیر استفاده شد.

یافته‌ها

از ۴۱۲ شرکت‌کننده، ۱۳۳نفر مرد و ۲۷۹نفر زن بودند. دامنهٔ سنی شرکت‌کنندگان در این پژوهش بین ۲۰ تا ۲۵ سال بود. میانگین سنی آزمودنی‌ها ۲۰/۱۴ (با انحراف معیار ۱/۳۶) بود. الگوی روابط درونی متغیرها در قالب یک مدل ساختاری بررسی شد. برای تعیین سهم هر یک از مؤلفه‌ها و اثر مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها، از روش تحلیل مسیر استفاده شد. مدل مسیر روابط ساختاری متغیرها در شکل۲ نشان داده شده است. شاخص‌های برازش (جدول۱) نشان می‌دهند که مدل ساختاری در این پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است و نشان می‌دهد که مدل مفهومی به مقدار زیادی با واقعیت تطابق دارد. در این پژوهش از شاخص‌های برازش مطلق، نیکویی برازش[1] (GFI)، و ریشهٔ میانگین مربعات باقیمانده[2] (RMR)؛ از شاخص‌های برازش تطبیقی، توکر- لویس[3](TLI)، شاخص برازش تطبیقی[4] (CFI)، شاخص برازش افزایشی[5] (IFI)؛ از شاخص‌های برازش مقتصد، شاخص ریشهٔ میانگین مربعات خطای برآورد[6] (RMSEA) و کای اسکوئر بهنجار[7] (CMIN/DF)، گزارش می‌شود. مقدار شاخص نیکویی برازش (GFI) و شاخص برازش نرم‌شده (TLI) و شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI) از صفر تا یک در نوسان هستند که هر چه مقدار این شاخص‌ها به یک نزدیک‌تر باشد، نیکویی برازش الگو بیشتر است. اما ریشهٔ خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA) باید تا حد امکان کوچک باشد و مقادیر کمتر از ۰/۰۵ نشان‌دهندهٔ برازش کاملاً مناسب، تا ۰/۰۸ نشانگر برازش مناسب و تا ۰/۱ یا بیشتر حاکی از برازش ضعیف است (وحید قاسمی، ۱۳۸۹).

ضرایب مسیر و معناداریِ اثرهای غیرمستقیم و کل نیز در جدول۲ مشخص شده شده است. نتایج مربوط به جدول۲ نشان می‌دهد که در مدل مستقیم (بررسی ارتباط مستقیم متغیرهای پیش‌بین با متغیرهای ملاک)، در مسیرهای علّی به‌طرف کمال‌گراییِ مثبت، ارتباط عدم تحمل بلاتکلیفی با کمال‌گراییِ مثبت، مثبت و معنی‌دار است. و ارتباط اجتناب تجربه‌گرایانه با کمال‌گرایی مثبت، منفی و معنی‌دار است. که از میان این دو، وزن پیش‌بینی‌کنندگیِ اجتناب تجربه‌گرایانه بیشتر از عدم تحمل بلاتکلیفی است. همچنین بین بی‌نظمی هیجانی و کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی‌داری یافت نشد. در مسیرهای علّی به‌طرف کمال‌گرایی منفی، ارتباط عدم تحمل بلاتکلیفی و بی‌نظمی هیجانی با کمال‌گرایی منفی، مثبت و معنی‌دار است. بزرگ‌ترین ضریب مربوط به ضریب علّی مسیر بین بی‌نظمی هیجانی با کمال‌گرایی منفی است. بین اجتناب تجربه‌گرایانه با کمال‌گرایی منفی نیز ارتباط معنی‌داری یافت نشد.

در مدل غیرمستقیم (بررسی ارتباط متغیرهای پیش‌بین و ملاک با متغیر میانجی)، در مسیرهای علّی به‌طرف افکار تکرارشوندهٔ منفی، متغیرهای بی‌نظمی هیجانی و عدم تحمل بلاتکلیفی با افکار تکرارشوندهٔ منفی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارند. و بین اجتناب تجربه‌گرایانه و افکار تکرارشوندهٔ منفی ارتباط معنی‌داری یافت نشد. در مسیرهای علّی به‌طرف کمال‌گرایی مثبت و منفی، ارتباط افکار تکرارشوندهٔ منفی با کمال‌گرایی منفی، مثبت و معنی‌دار است و با کمال‌گرایی مثبت، ارتباط معنی‌داری ندارد.

در مدل میانجی (بررسی ارتباط متغیرهای پیش‌بین با متغیرهای ملاک به‌واسطهٔ افکار تکرارشوندهٔ منفی) از درخت تصمیم‌گیری (شکل۳) استفاده شد. مطابقِ وزن‌های رگرسیونی در جدول۲ و درخت تصمیم‌گیری (شکل۳)، افکار تکرارشوندهٔ منفی در ارتباط بین کمال‌گرایی منفی با بی‌نظمی هیجانی و عدم تحمل بلاتکلیفی، نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. بدین‌صورت که افکار تکرارشوندهٔ منفی در ارتباط بین کمال‌گرایی منفی و بی‌نظمی هیجانی، نقش میانجی را به‌صورت جزئی و در ارتباط بین عدم تحمل بلاتکلیفی با کمال‌گرایی منفی، نقش واسطه‌ای را به‌صورت کامل ایفا می‌کند.

[1] Goodness of Fit Index (GFI)
[2] Root Mean Squared Residual (RMR)
[3] Tucker- Lewis Index (TLI)
[4] Compatative Fit Index (CFI)
[5] Incremental Fit Index (IFI)
[6] Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)
[7] Normed Chi-Square (CMIN/DF)

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

جدول ۲- ضرایب مسیر در سه مدل مستقیم، غیرمستقیم و میانجی

نتیجه	مدل میانجی					مدل غیرمستقیم					مدل مستقیم				
	sig	P-value	C.R.	β	IV on DV	sig	P-value	C.R.	β	IV on DV	sig	P-value	C.R.	β	IV[1] on DV[2]
عدم وجود رابطه	-	-	-	-	-	بله	۰,۰۰	۷/۵۷۷	۰,۵٦۸	RNT[3]-EMD	خیر	۰/۸٦۲	-۰/۱۷۳	-۰/۰۱۵	PEP[4]-EMD[5]
						خیر	۰/۰۵۹	۱/۸۹۰	۰,۱۰۳	PEP-RNT					
رابطه مستقیم	بله	۰,۰۰	٤/٤۹۲	۰/٤۲۱	PEP-INU	بله	۰,۰۰	٤/۷۹۹	۰/۳٤۷	RNT-INU	بله	۰/۰۰	٤/۲۵۰	۰/٤۳۰	PEP-INU[6]
						خیر	۰/۰۵۹	۱/۸۹۰	۰/۱۰۳	PEP-RNT					
رابطه مستقیم	-	-	-	-	-	خیر	۰/۳۰۲	-۱/۰۳۱	-۰/۰۷۹	RNT-EXA	بله	۰/۰۰	-۳/۳٦۵	-۰/٤۱۳	PEP-EXA[7]
واسطه-ای جزئی	بله	۰/۰۰	۳/٦۳۲	۰/۳٤۲	PEN-EMD	بله	۰,۰۰	۷/۵۷۷	۰/۵٦۸	RNT-EMD	بله	۰/۰۰	٦/٤۷۲	۰/۵۸۳	PEN[8]-EMD
						بله	۰,۰۰	۸/۸۱۳	۰/۷٦٤	PEN-RNT					
واسطه-ای کامل	خیر	۰/۰٦۲	۱/۸٦۹	۰/۲۰۳	PEN-INU	بله	۰,۰۰	٤/۷۹۹	۰/۳٤۷	RNT-INU	بله	۰/۰۰	٤/۵۰۸	۰/۳۰۰	PEN-INU
						بله	۰,۰۰	۸/۸۱۳	۰/۷٦٤	PEN-RNT					
عدم وجود رابطه	-	-	-	-	-	خیر	۰/۳۰۲	-۱/۰۳۱	-۰/۰۷۹	RNT-EXA	خیر	۰/۴۷	-۰/۷۱۱	-۰/۰۷۱	PEN-EXA

[1] Independent variable
[2] Dependent variable
[3] Repetitive negative thinking
[4] Positive perfectionism
[5] Emotional dysregulation
[6] Intolerance of uncertainty
[7] Expriential avoidance
[8] Negative perfectionism

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

به‌طورکلی متغیرهای پیش‌بین توان تبیین ۶۴/۹درصد از واریانس کمال‌گراییِ منفی و ۱۲/۲درصد از واریانس کمال‌گراییِ مثبت و ۵۸/۴درصد از افکار تکرارشوندهٔ منفی را دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش اثر مستقیم و غیرمستقیم سه متغیر بی‌نظمی هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی، اجتناب تجربه‌گرایانه با میانجی‌گریِ افکار تکرارشوندهٔ منفی، بر کمال‌گرایی مثبت و منفی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که برازش مناسبی بین داده‌ها با مدل وجود دارد. به‌طورکلی هدف پژوهش حاضر بررسی فرآیندهای شناختی، هیجانی و رفتاری زمینه‌ساز کمال‌گرایی بود.

نتایج پژوهش حاضر، به این ترتیب که بین بی‌نظمی هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی و افکار تکرارشوندهٔ منفی با کمال‌گرایی منفی ارتباط مستقیمی وجود دارد، با پژوهش‌های گذشته همسو است. افکار تکرارشوندهٔ منفی اولین متغیر از نظر توان پیش‌بینی‌کنندگیِ کمال‌گرایی منفی است. این یافته توسط پژوهش‌های پیشین نیز حمایت می‌شود (ماسدو و همکاران، ۲۰۱۴؛ اکنر و همکاران، ۲۰۰۷). بی‌نظمی هیجانی دومین متغیر است. در این مورد نیز نتایج این پژوهش با پژوهش‌های متعددی هم‌راستا است. مانند پژوهش‌های آلدیا و همکاران (۲۰۰۶)، هیل و همکاران (۲۰۱۴)، راکمینی و همکاران (۲۰۱۴)، شیرازی (۲۰۱۶)، که ارتباط مثبت میان بی‌نظمی هیجانی و کمال‌گرایی منفی را تأیید می‌کنند.

و سپس عدم تحمل بلاتکلیفی در مرتبهٔ سوم قرار دارد. مطابق با پژوهش‌های پیشین عقاید کمال‌گرایانه، به‌وسیلهٔ عدم تحمل بلاتکلیفی تحریک می‌شوند و فرد با پافشاری بر عقاید کمال‌گرایانه، با بلاتکلیفی خود مقابله می‌کند (روتر و همکاران، ۲۰۱۳). همچنین درزمینهٔ کمال‌گرایی منفی و اجتناب تجربه‌گرایانه، پژوهش‌های گذشته به بررسی تأثیر کمال‌گرایی منفی بر اجتناب تجربه‌گرایانه پرداخته‌اند و تأثیر پیش‌بینی‌کنندگیِ کمال‌گرایی منفی را بر اجتناب تجربه‌گرایانه سنجیده‌اند. که تأثیر مثبت و معنی‌داری نیز داشته است (به‌عنوان مثال، سانتلو و همکاران، ۲۰۰۷؛ موزر و همکاران، ۲۰۱۵، وندرکاپ-دیدر و همکاران، ۲۰۱۶). البته نتایج به‌دست‌آمده در این پژوهش ناقضِ پژوهش‌های قبلی نیست و این نتیجه را مطرح می‌کند که اگرچه کمال‌گرایی منفی نقش پیش‌بینی کننده نسبت به اجتناب تجربه‌گرایانه دارد؛ ولی این رابطه به‌صورت معکوس صدق نمی‌کند. به‌عنوان مثال اهمال‌کاری که شکلی از اجتناب تجربه‌گرایانه است و در افراد کمال‌گرا نیز بسیار رایج است، به این دلیل اتفاق می‌افتد که فرد به‌قدری درباره انجام بی‌عیب‌ونقص کارش مشغلهٔ ذهنی دارد که ترجیح می‌دهد شروع تکلیف را به تأخیر بیندازد. یکی دیگر از دلایل اجتناب این است که یک تکلیف به خاطر معیارهای سطح بالا، نیاز به کامل بودن و تفکر همه و هیچ، آن‌قدر برای فرد بزرگ می‌شود که انجام آن بسیار ناخوشایند خواهد شد. علاوه بر این، به‌طورکلی می‌توان گفت که رفتارهای اجتنابی اغلب از ترس از شکست ناشی می‌شوند (شافران و همکاران، ۲۰۱۰). نتایج پژوهش وندر کاپ-دیدر و همکاران (۲۰۱۶)، نیز نشان می‌دهد که احتمال عدم پذیرش تجارب شکست برای اشخاصی با سطح بالای نگرانی‌های کمال‌گرایانه، بیشتر است. موارد ذکر شده حاکی از تأثیر کمال‌گرایی منفی بر اجتناب تجربه‌گرایانه است و می‌توان این‌طور استدلال کرد که از لحاظ تجربی شواهدی دال بر رابطهٔ معکوس میان اجتناب تجربه‌گرایانه و کمال‌گرایی منفی وجود ندارد و به‌عنوان مثال منطقی به نظر نمی‌رسد که فرد درنتیجهٔ اهمال‌کاری و عقب انداختن کارها و سایر رفتارهای اجتنابی، برای خود معیارهای عالی در نظر بگیرد و اجتناب تجربه‌گرایانه نقش پیش‌بینی‌کنندگی را در این رابطه ایفا کند. که در این پژوهش نیز از لحاظ آماری اثبات شده است.

اولین متغیر از نظر توان پیش‌بینی‌کنندگیِ کمال‌گرایی مثبت، عدم تحمل بلاتکلیفی است. شاید بتوان گفت که این پژوهش، اولین پژوهشی است که به بررسی ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت با عدم تحمل بلاتکلیفی می‌پردازد از آنجا که در پیشینهٔ تحقیق، پژوهشی مرتبط و حتی مشابه درباره ارتباط بین این دو متغیر یافت نشد، شاید بتوان ارتباط مثبت و معنی‌دار میان عدم تحمل بلاتکلیفی و کمال‌گرایی مثبت را مرتبط با جامعهٔ آماری و گروه نمونهٔ پژوهش دانست و این‌طور استدلال کرد که فرهنگ حاکم بر جامعهٔ دانشجویی، عدم تحمل بلاتکلیفی

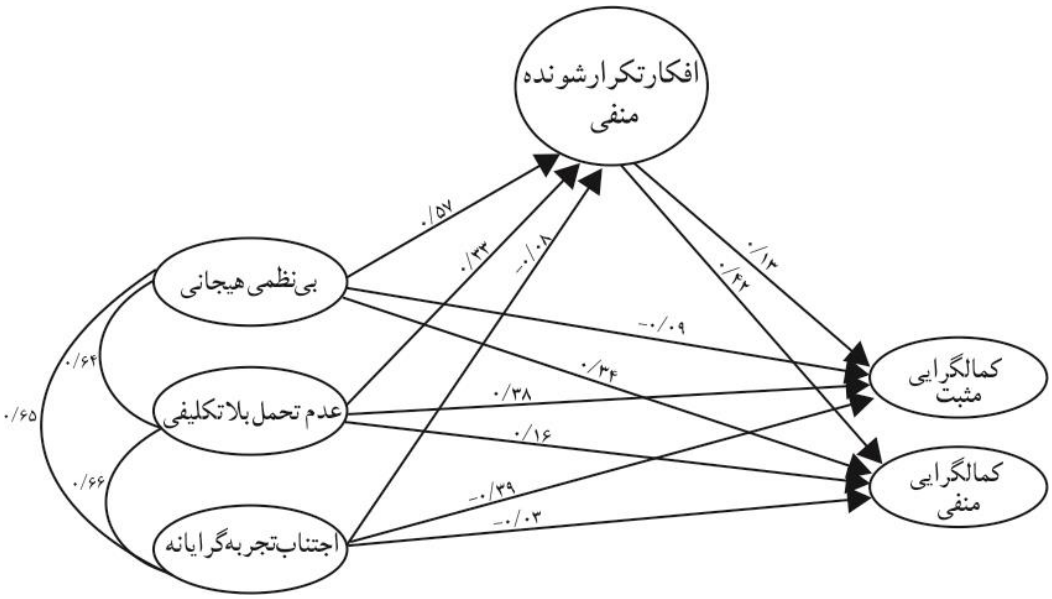
[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

و در پی آن، نگرانی را لازمهٔ رسیدن به کمال و موفقیت می‌داند.

اجتناب تجربه‌گرایانه ارتباطی منفی و معنی‌دار با کمال‌گرایی مثبت دارد. نتایج پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهد که کمال‌گرایان مثبت تمایل کمتری به اهمال‌کاری (شکلی از اجتناب تجربه‌گرایانه) دارند؛ چراکه آن‌ها موفقیت‌گرا و مطمئن هستند و هدف‌گذاری‌های خود را با پشتکار دنبال می‌کنند (سئو[1] ۲۰۰۸). همچنین نتایج پژوهش برنام[2] و همکاران (۲۰۱۴) نشان می‌دهند که دانشجویانِ منظمی که برای رسیدن به استانداردهای شخصیِ کمال‌طلبانهٔ خود تلاش می‌کنند (مشخصه‌های کمال‌گرایی مثبت)، به میزان کمتری اهمال‌کاری را تجربه می‌کنند. بین بی‌نظمی هیجانی و کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی‌داری وجود ندارد.

[1] Seo
[2] Burnam

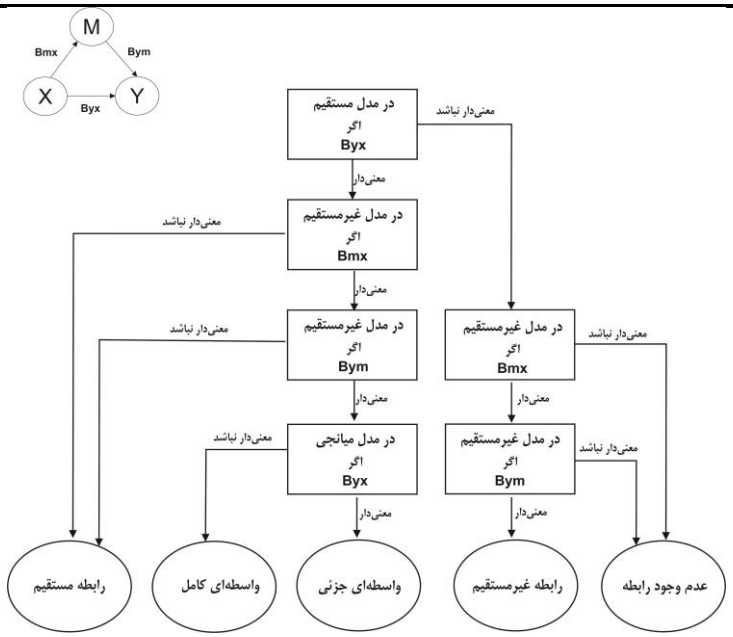
[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]



شکل ۱- مدل ساختاری پژوهش

جدول ۱- شاخص‌های برازش مدل

CMIN/DF	RMESA	CFI	IFI	GFI	RMR	TLI
۱/۷۲۸	۰/۰٤۲	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۷۹٤	۰/۰۷۹	۰/۸۸۸



شکل ۳- درخت تصمیم‌گیری برای بررسی اثرات مختلف متغیر میانجی. برگرفته‌شده از ماتیو و تیلور ، ۲۰۰۶

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

در بررسی پیشینهٔ پژوهش، پژوهش‌هایی همسو و همچنین مغایر با نتیجهٔ این پژوهش یافت می‌شود. به‌عنوان مثال نتایج پژوهش آلدیا و همکاران (۲۰۰۶)، ارتباط معنی‌داری میان کمال‌گرایی مثبت با بی‌نظمی هیجانی نشان می‌دهد، اما نتایج پژوهش شیرازی (۲۰۱۶)، نشان می‌دهد که بین کمال‌گرایی خودمحور (کمال‌گرایی مثبت) با بی‌نظمی هیجانی، ارتباط معنی‌داری وجود ندارد. بااین‌حال در این پژوهش درصورتی‌که متغیر اجتناب تجربه‌گرایانه را از پژوهش خارج کنیم، رابطهٔ بین بی‌نظمی هیجانی با کمال‌گرایی مثبت، معنی‌دار می‌شود. به عبارتی می‌توان بیان کرد که معنی‌دار نبودن این ارتباط تحت تأثیر اجتناب تجربه‌گرایانه است. در بررسی نقش واسطه‌ای افکار تکرارشوندهٔ منفی میان متغیرهای پیش‌بین و ملاک، افکار تکرارشوندهٔ منفی تنها در رابطهٔ بین بی‌نظمی هیجانی با کمال‌گرایی منفی و عدم تحمل بلاتکلیفی با کمال‌گرایی منفی، می‌تواند نقش واسطه‌ای را ایفا کند و در هردو رابطه، وجود افکار تکرارشوندهٔ منفی، تأثیر مستقیمِ متغیر پیش‌بین بر ملاک را کاهش می‌دهد. افکار تکرارشوندهٔ منفی با کمال‌گرایی مثبت ارتباط معنی‌داری ندارد؛ بنابراین نمی‌تواند در این رابطه نقش واسطه‌ای را ایفا کند. معنی‌دار نبودن رابطهٔ افکار تکرارشوندهٔ منفی و کمال‌گرایی مثبت در این پژوهش به این معنا است که افکار تکرارشوندهٔ منفی نمی‌تواند کمال‌گرایی مثبت را پیش‌بینی کند. و وجود افکار تکرارشوندهٔ منفی تأثیری در افزایش یا کاهش کمال‌گرایی مثبت ندارد. بااین‌حال نتایج برخی از پژوهش‌ها ارتباط معنی‌داری بین کمال‌گرایی مثبت و افکار تکرارشوندهٔ منفی، نشان می‌دهند. به‌عنوان مثال نتایج پژوهش شورت و همکاران (۲۰۱۳)، مطرح می‌کند که کمال‌گرایی مثبت با نگرانی و نشخوار فکری رابطهٔ مثبت و معنی‌دار دارد. همچنین نتایج پژوهش سلیمانی‌فر و همکاران (۲۰۱۵)، نشان می‌دهد که بین کمال‌گرایی مثبت و نشخوار فکریِ تحصیلی، همبستگی منفی وجود دارد. معنی‌دار نبودن ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت و افکار تکرارشوندهٔ منفی را می‌توان این‌طور تبیین کرد که در پژوهش‌های بررسی‌شده، کمال‌گرایی مثبت نسبت به افکار تکرارشوندهٔ منفی، نقش پیش‌بینی‌کننده را ایفا کرده است؛ ولی در پژوهش حاضر این رابطه معکوس است. پژوهش‌های متعددی مطرح می‌کنند که افکار تکرارشوندهٔ منفی هستهٔ اصلی اختلالات اضطرابی و افسردگی را تشکیل می‌دهند (به‌عنوان مثال، اهرینک و همکاران، ۲۰۱۱). این در حالی است که بین کمال‌گرایی مثبت و افسردگی و اضطراب، همبستگی بسیار ضعیفی وجود دارد (ماسادو و همکاران، ۲۰۱۵). همچنین نشخوار فکری و نگرانی منجر به عواقب منفی زیادی، مثل نقصان در عملکرد و حل مسئلهٔ ضعیف می‌شوند (نولن-هوکسما و همکاران ۲۰۰۸) و افراد کمال‌گرا معمولاً تمایل دارند به‌صورت مکرر درباره مشکلات روزمره فکر کنند و نگران باشند (وندرکاپ-دیدر و همکاران، ۲۰۱۶). ولی به نظر نمی‌رسد که این نگرانی و نشخوار فکری با توجه به عواقب منفی‌اش، پیش‌بینی‌کنندهٔ مناسبی برای کمال‌گرایی مثبت باشد.

همچنین ازآنجایی‌که ارتباط بین اجتناب تجربه‌گرایانه با افکار تکرارشوندهٔ منفی نیز معنی‌دار نیست، افکار تکرارشونده در ارتباط بین اجتناب تجربه‌گرایانه با کمال‌گرایی منفی، نمی‌تواند نقش واسطه‌ای ایفا کند. اینکه اجتناب تجربه‌گرایانه و افکار تکرارشوندهٔ ارتباط معنی‌داری ندارند، با ادبیات پژوهش همسو نیست (تول[1]و همکاران، ۲۰۰۸؛ دیکسون[2]و همکاران، ۲۰۱۲؛ کریب[3]و همکاران، ۲۰۰۶). بر اساس مدل اجتناب تجربه‌گرایانه هنگامی‌که افراد گرفتار افکار تکرارشوندهٔ منفی می‌شوند با رفتارهایی مانند اجتناب، بیزاری از احساس‌های ناخوشایند، اهمال‌کاری، سرکوبی افکار، پرت‌کردن حواس، انجام فعالیت‌های لذت‌بخش، مصرف افراطی مواد مخدر و الکل و پرخوابی سعی می‌کنند افکار و تجارب درونی تکرارشونده و ناخوشایند را متوقف کنند (اکبری و همکاران، ۱۳۹۳). ازآنجاکه در نتایج به‌دست‌آمده بین اجتناب تجربه‌گرایانه با افکار تکرارشوندهٔ منفی، همبستگی مثبت و همچنین کواریانس مثبت و معنی‌دار وجود دارد، شاید این مغایرت در نتایج به خاطر حضور متغیرهای دیگر و بررسی تأثیر همزمان آن بر افکار تکرارشوندهٔ منفی باشد. درنهایت نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که کمال‌گرایی مثبت و منفی دو مدل ساختاری متفاوت هستند و افکار تکرارشوندهٔ منفی تنها در ارتباطِ بین کمال‌گراییِ منفی با برخی متغیرهای برآیندی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کنند. در پایان می‌توان گفت که ارائهٔ مدلی برای پیش‌بینیِ عوامل ایجاد و تقویت‌کنندهٔ کمال‌گرایی، در بسیاری از زمینه‌ها می‌تواند راهگشا باشد. به بیان دیگر با

[1] Tull
[2] Dickson
[3] Cribb

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]
[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

ارائهٔ این مدل می‌توانیم در جهت ایجاد پروتکل‌های درمانیِ فراتشخیصی، بسترسازی کنیم و زمینه را برای درمان اثربخش‌ترِ کمال‌گرایی فراهم کنیم و ماهیت آسیب‌شناسی کمال‌گرایی را بهتر شناسایی کنیم.

تقدیر و تشکر

در پایان از تمامی دانشجویانی که در این پژوهش شرکت کردند، نهایت قدردانی و تشکر را ابراز می‌کنیم.

منابع

Achtziger, A., & Bayer, U. C. (2013). Self-control mediates the link between perfectionism and stress. Motivation and Emotion, 37, 413–423. doi:10.1007/s11031-012-9321-6.

Akbari, M., Hamidpour, H., Andoz, Z. (2010). Predictors of pathological worry in student. Oral presented at the 5th national seminar on student's mental health. Tehran, Iran. [Persian]

Aldea, M. A., & Rice, K. G. (2006). The role of emotional dysregulation in perfectionism and psychological distress. Journal of Counseling Psychology,53(4), 498.

Akbari M, Roshan R, Fata L, Shabani A, Zarghami F. (2014). The Role of Cognitive, Behavioral, Emotional and Metacognitive Factors in Predicting Repetitive Negative Thinking: A Transdiagnostic Approach. J Andisheh Raf.; 3(20): 233-242. [Persian]

Asgari P, Pasha G, Aminian M. (2009). The relationship emotional regulation, life events and body image with eating disorder in women. J Andisheh Raf.; 4 (13):65- 78. [Persian]

Besharat, M. A. (2005). Evaluating psychometric properties of Farsi version of the Positive and Negative Perfectionism Scale. Psychological reports, 97(1), 33-42.

Brustein, M. (2013). Perfectionism: A guide for mental health professionals. Springer Publishing Company.

Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. Behaviour research and therapy, 40(8), 931-945

Burnam, A., Komarraju, M., Hamel, R., & Nadler, D. R. (2014). Do adaptive perfectionism and self-determined motivation reduce academic procrastination? Learning and Individual Differences, 36, 165-172.

Chang, E. C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample'' a test of a stress-

mediation model. Journal of Social and Clinical Psychology, 25(9), 1001–1022

Cribb, G., Moulds, M. L., & Carter, S. (2006). Rumination and experiential avoidance in depression. Behaviour Change, 23(03), 165-176.

Dickson, K. S., Ciesla, J. A., & Reilly, L. C. (2012). Rumination, worry, cognitive avoidance, and behavioral avoidance: examination of temporal effects. Behavior therapy, 43(3), 629-640.

Dugas, M. J., & Robichaud, M. (2007). Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: From science to practice. Taylor & Francis.

Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., &Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. Journal of Counseling Psychology, 47, 437–453.

Egan, S. J., Wade, T. D., & Shafran, R. (2012). The transdiagnostic process of perfectionism. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 17(3), 279-294.

Egan, S. J., Wade, T. D., Shafran, R., & Antony, M. M. (2014). Cognitive-behavioral treatment of perfectionism. Guilford Publications.

Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Hewitt, P. L. (2009). Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom test. Canadian Journal of School Psychology, 24, 4–18.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. Cognitive therapy and research, 14(5), 449-468.

Gámez, W., Chmielewski, M., Kotov, R., Ruggero, C., & Watson, D. (2011). Development of a measure of experiential avoidance: The Multidimensional Experiential Avoidance

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]

[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. Perspectives on Psychological Science, 3, 400–424.

O'Connor, D. B., O'Connor, R. C., & Marshall, R. (2007). Perfectionism and psychological distress: Evidence of the mediating effects of rumination. European Journal of Personality, 21(4), 429-452.

Reuther, E. T., Davis, T. E., Rudy, B. M., Jenkins, W. S., Whiting, S. E., & May, A. C. (2013). Intolerance of uncertainty as a mediator of thr relationship between perfectionism and obsessive-compulsive symptom severity. Depression and anxiety, 30(8), 773-777.

Rukmini, S., Sudhir, P., Math, S. (2014). Perfectionism, emotion regulation and their relationship to negative affect in patients with social phobia. Indian Journal of Psychological.

Santanello, A. W., & Gardner, F. L. (2007). The role of experiential avoidance in the relationship between maladaptive perfectionism and worry. Cognitive Therapy and Research, 31(3), 319-332

Santrock, J. W. (2003). Psychology: Essentials. Boston: McGraw-Hill

Seo, E.H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. Social Behavior and Personality: An International Journal, 36,753–764.

Sirois, F. M., & Molnar, D. S. (Eds.). (2016). Perfectionism, Health, and Well-Being. Springer International Publishing.

Stoeber, J., & Stoeber, F. S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. Personality and Individual Differences, 46(4), 530-535.

Summers, B. J., Matheny, N. L., Sarawgi, S., & Cougle, J. R. (2016). Intolerance of uncertainty in body dysmorphic disorder. Body image, 16, 45-

Questionnaire. Psychological Assessment, 23(3), 692.

Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and GPA satisfaction among clusters of perfectionists and non-perfectionists. Journal of Counseling Psychology, 51,192–200

Ghasemi V. (2009). Structural equation modeling in social researches using amos graphics. Jameeshenasan. [Persian]

Gratz, K. L., &Romer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. Journal of psychopathology and behavioral assessment, 26 (1), 41˚ 54.

Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. Journal of consulting and clinical psychology, 64(6), 11-52.

Hill, A. P., & Davis, P. A. (2014). Perfectionism and emotion regulation in coaches: A test of the 2× 2 model of dispositional perfectionism. Motivation and Emotion, 38(5), 715-726.

Mobley, M., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2005). Cultural validity of the Almost Perfect Scale--Revised for African American college students.Journal of Counseling Psychology, 52(4), 629.

Monestès, J. L., Karekla, M., Jacobs, N., Michaelides, M. P., Hooper, N., Kleen, M., & Villatte, M. (2016). Experiential avoidance as a common psychological process in European cultures. European Journal of Psychological Assessment.

Moroz, M., & Dunkley, D. M. (2015). Self-critical perfectionism and depressive symptoms: Low self-esteem and experiential avoidance as mediators. Personality and Individual Differences, 87, 174-179.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]

[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]

Terry-Short, L. A., Owens, R.G., Slade, P. D., & Dewey, M.E. (1995). Positive and negative perfectionism. Personality and Individual Differences, 18 (5). 663-668.

Tull, M. T., & Gratz, K. L. (2008). Further examination of the relationship between anxiety sensitivity and depression: The mediating role of experiential avoidance and difficulties engaging in goal-directed behavior when distressed. Journal of Anxiety Disorders, 22(2), 199-210.

Van der Kaap-Deeder, J., Soenens, B., Boone, L., Vandenkerckhove, B., Stemgée, E., & Vansteenkiste, M. (2016). Evaluative concerns perfectionism and coping with failure: Effects on rumination, avoidance, and acceptance. Personality and Individual Differences, 101, 114-119

Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Mal- adaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. Journal of Counseling Psychology, 53, 67–79

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.20080166.1396.11.2.3.7]

[DOI: 10.29252/rph.11.2.19]