

بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان^۱

دکتر محمدعلی بشارت

دانشیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران

چکیده

(تاریخ دریافت: ۱۳۸۳/۴/۲۰ - تاریخ پذیرش: ۱۳۸۳/۶/۳۱)

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان است. چهارصد و بیست و دو دانش‌آموز (۲۳۷ دختر و ۲۰۵ پسر) کلاس سوم نظری رشته علوم انسانی با تکمیل مقیاس اضطراب امتحان و ۳۸۶ نفر از والدین آنها (۲۱۲ مادر و ۱۷۴ پدر) با تکمیل مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی، در این پژوهش شرکت کردند. نتایج پژوهش نشان داد که بین کمال‌گرایی مثبت والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی منفی و بین کمال‌گرایی منفی والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی مثبت وجود دارد. کمال‌گرایی مثبت والدین از طریق انتظارات واقع‌بینانه و مطابق با امکانات و محدودیت‌های فرزندان، تقویت عزت نفس فرزندان و سبک تعاملی مثبت والدین - فرزندان، کاهش اضطراب امتحان دانش‌آموزان را توجیه می‌کند. کمال‌گرایی منفی والدین، برعکس، از طریق انتظارات غیرواقع‌بینانه و معمولاً فراتر از امکانات و توانایی‌های فرزندان، تضعیف عزت نفس و سبک تعاملی تعارضی والدین - فرزندان، با افزایش اضطراب امتحان در ارتباط قرار می‌گیرد.

کلید واژه‌ها: کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، اضطراب امتحان، روابط موضوعی، دانش‌آموزان، والدین

۱. این پژوهش با حمایت مالی معاونت پژوهشی دانشگاه تهران انجام شده است. بدین وسیله از حمایت‌های

مسئولان دانشگاه تهران مخصوصاً در حوزه معاونت پژوهشی تقدیر و تشکر می‌شود.

مقدمه

کمال‌گرایی^۱ به منزله تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست نیافتنی و تلاش برای تحقق آنها (برنز^۲، ۱۹۸۰) که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه است (فروست^۳، مارتن^۴، لهارت^۵ و رزنبلت^۶، ۱۹۹۰) تعریف شده است. ابعاد کمال‌گرایی را نیز باید به این مؤلفه‌ها افزود؛ ابعادی که بیانگر ماهیت چند جنبه‌ای درون‌شخصی، بین‌شخصی و اجتماعی کمال‌گرایی است (فروست و همکاران، ۱۹۹۰؛ هویت^۷ و فلت^۸، ۱۹۹۱a، ۱۹۹۱b)، هویت و فلت (۱۹۹۱a، ۱۹۹۱b) سه بعد را متمایز کرده‌اند: کمال‌گرایی خویش‌مدار^۹، کمال‌گرایی دیگرمدار^{۱۰}، کمال‌گرایی جامعه‌مدار^{۱۱}. کمال‌گرای خویش‌مدار با تمایل به وضع معیارهای غیر واقع‌بینانه برای خود و تمرکز بر نقص‌ها و شکست‌ها در عملکرد همراه با خودنظارتگری‌های^{۱۲} دقیق مشخص می‌شود (هویت و فلت، ۱۹۹۱b). کمال‌گرایی دیگرمدار بیانگر تمایل به داشتن انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران است؛ و کمال‌گرایی جامعه‌مدار به احساس ضرورت رعایت معیارها و برآورده ساختن انتظارات تجویز شده از سوی افراد مهم به منظور کسب تأیید اطلاق می‌شود (هویت و فلت، ۱۹۹۱b).

از سوی دیگر، بعضی یافته‌ها بر حسب کنش‌وری مثبت و منفی کمال‌گرایی، تقسیم بندی‌های دوگانه کمال‌گرایی بهنجار - نوروٹیک (هماچک^{۱۳}، ۱۹۷۸) و مثبت - منفی

1- Perfectionism

2. Burns

3. Frost

4. Marten

5. Lahart

6. Rosenblate

7. Hewitt

8. Flett

9. self-oriented perfectionism

10. other-oriented perfectionism

11. socially prescribed perfectionism

12. self-monitoring

13. Hamachek

(تری شورت^۱، آینز^۲، اسلده^۳ و دیویی^۴، ۱۹۹۵) را معرفی کرده‌اند. هماچک (۱۹۷۸) با تمایز بین کمال‌گرایی بهنجار و نورووتیک معتقد است که کمال‌گرایی بهنجار از تلاش و رقابت برای برتری و کمال لذت می‌برد و در عین حال محدودیت‌های شخصی را به رسمیت می‌شناسد؛ و کمال‌گرایی نورووتیک به دلیل انتظارات غیر واقع‌بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد. کمال‌گرایی مثبت و منفی (تری شورت و همکاران، ۱۹۹۵) به ترتیب با کمال‌گرایی بهنجار و کمال‌گرایی نورووتیک مطابقت می‌کنند.

نتایج پژوهش‌های مربوط به کمال‌گرایی (بلت^۵، ۱۹۹۵؛ پارکر^۶، ۱۹۹۷؛ تری شورت و همکاران، ۱۹۹۵؛ دیویس^۷، ۱۹۹۷؛ هماچک، ۱۹۷۸)، تأثیرات مثبت و منفی کمال‌گرایی را بر افکار، عواطف، و رفتارها تأیید کرده‌اند. این جنبه‌های مثبت و منفی کمال‌گرایی می‌توانند در دو زمینه شخصی (کمال‌گرایی خویش‌مدار) و بین‌شخصی (کمال‌گرایی دیگرمدار) افکار، عواطف و رفتارهای فرد و دیگران را تحت تأثیر قرار دهند.

در زمینه اضطراب امتحان^۸، محققان متغیرهای متعدد را مورد بررسی قرار داده‌اند. دسته‌ای از پژوهش‌ها وجود خصیصه‌های اضطرابی را مهم دانسته‌اند (اشپیل برگر^۹، آنتون^{۱۰} و بدل^{۱۱}، ۱۹۷۶؛ اشپیل برگر و وگ^{۱۲}، ۱۹۹۵؛ ساراسون^{۱۳} و ساراسون، ۱۹۹۰). طبق این یافته‌ها، اضطراب امتحان بر حسب تفاوت‌های فردی پایدار در سطوح اضطراب که در جریان اجرای آزمون و سایر موقعیت‌های ارزشیابی فعال می‌شوند

1. Terry-Short

2. Owens

3. Slade

4. Dewey

5. Blatt

6. Parker

7. Davis

8. test anxiety

9. Spielberger

10. Anton

11. Bedell

12. Vagg

13. Sarason

شکل می‌گیرد. دسته‌ای دیگر از پژوهش‌ها بر پردازش‌های شناختی ناکنش‌ور تأکید می‌کنند (کندال^۱، ۱۹۹۳). وجود سطح بالای اضطراب امتحان با خطاهای شناختی افزون‌تر (بنسون، ۱۹۸۷)، افکار منفی بیشتر و ارزشیابی‌های مثبت کمتر (پرینس^۲، گروت^۳ و هنوالد^۴، ۱۹۹۴؛ زاتس^۵ و چاسین^۶، ۱۹۸۵؛ کینگ^۷ و همکاران، ۱۹۹۵) همبستگی دارد.

الگوی تعاملی اضطراب امتحان که بر اساس آن مشخصه‌های شناختی، ادراکی، هیجانی و فیزیولوژیکی حد فاصل بین محرک‌های محیط و پاسخ‌های فرد واقع می‌شوند، یکپارچه‌سازی مدل‌های مختلف را در دستور کار خود قرار می‌دهد (کگان^۸ و لوی^۹، ۱۹۷۴؛ لازارس^{۱۰}، ۱۹۸۱). در این الگو، ارزشیابی شناختی فرد از موقعیت (به عنوان تهدیدآمیز یا بی‌خطر) و از خود (محاسبه‌توان مواجهه) از بیشترین اهمیت برخوردار است (ساراسون، ۱۹۸۰؛ فولکمن^{۱۱} و لازاراس، ۱۹۸۵؛ هج^{۱۲}، ژوپ^{۱۳} و تایلر^{۱۴}، ۱۹۹۴).

از سوی دیگر، پدیدآیی همه‌انواع اضطراب در جریان تحول کودک از دیدگاه‌های مختلف تابع نوع روابط موضوعی^{۱۵} و مخصوصاً رابطه کودک - مادر تلقی شده است (برای مثال، بالبی^{۱۶}، ۱۹۷۳؛ سالیوان^{۱۷}، ۱۹۵۳). با این همه، پای متغیرهای موضوعی

1. Kendall

2. Prins

3. Groot

4. Hanewald

5. Zats

6. Chassin

7. King

8. Kagan

9. Levi

10. Lazarus

11. Folkman

12. Hodge

13. Jupp

14. Taylor

15. object relations

16. Bowlby

اضطراب امتحان (متغیرهای مربوط به والدین، مخصوصاً مادر)، احتمالاً به دلیل تأکید بیش از حد بر متغیرهای شخصیتی، شناختی و امثال آن، هنوز به میدان تحقیقات گشوده نشده است. علاوه بر پیامدهای نظری و عملی پژوهش‌های مرتبط با متغیرهای موضوعی اضطراب، تجربه‌های بالینی محقق در زمینه اضطراب امتحان، ارتباط کمال‌گرایی مادر (و در درجه بعد، پدر) را به عنوان متغیری موضوعی با اضطراب امتحان مفروض می‌داند (بشارت، ۲۰۰۳)؛ فرضی که بر اساس آن پیش‌بینی می‌شود کمال‌گرایی والدین بر حسب ویژگی‌های مثبت یا منفی آن، اضطراب امتحان فرزندان را در دو جهت مثبت یا منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد. بررسی رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین و اضطراب امتحان فرزندان هدف اصلی پژوهش حاضر است که با آزمودن فرضیه‌های زیر پی‌گیری می‌شود:

۱. بین کمال‌گرایی مثبت والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی منفی وجود دارد.
 ۲. بین کمال‌گرایی منفی والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی مثبت وجود دارد.
- با توجه به این که طبق یافته‌های موجود (بنسون^۱، ۱۹۸۷؛ ساراسون، ۱۹۸۰؛ هج، مک کرمیک و الیوت، ۱۹۹۷) پیش‌بینی می‌شود اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر بیش از اضطراب امتحان دانش‌آموزان پسر باشد هدف دیگر این پژوهش بررسی این پرسش است که «آیا رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین با اضطراب امتحان فرزندان دختر و پسر متفاوت است؟»

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش مجموع دانش‌آموزان دختر و پسر مشغول به تحصیل در کلاس سوم نظری رشته علوم انسانی در مناطق ۱۹ گانه آموزش و پرورش شهر تهران بود. نمونه مورد بررسی در این پژوهش از ۴۴۲ دانش‌آموز (۲۳۷ دختر، ۲۰۵ پسر) و ۳۸۶ نفر از والدین آنها (۲۱۲ مادر، ۱۷۴ پدر) تشکیل شد. نمونه دانش‌آموزی به صورت

تصادفی ابتدا از مناطق ۲، ۹، ۱۴ و ۱۷ و سپس از دو دبیرستان دخترانه و دو دبیرستان پسرانه از هر منطقه انتخاب شدند. پس از توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش و جلب رضایت و همکاری آزمودنی‌ها، در مرحله نخست مقیاس اضطراب امتحان در مورد دانش‌آموزان اجرا شد. در مرحله بعد با دعوت از والدین دانش‌آموزان و در مواردی با مراجعه به خانه‌های آنها، پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی در مورد والدین اجرا شد. پژوهش حاضر پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل جدول توزیع فراوانی، میانگین، انحراف معیار، آزمون t ، ضریب همبستگی پیرسون، و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

ابزار سنجش

۱. مقیاس اضطراب امتحان. این مقیاس نوعی یک آزمون ۲۵ سؤالی است که نمره اضطراب امتحان آزمودنی را در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (هرگز = ۰؛ بندرت = ۱؛ گاهی اوقات = ۲؛ اغلب اوقات = ۳) محاسبه می‌کند. حداقل نمره در این آزمون صفر و حداکثر نمره ۷۵ است. نمره بالاتر نشان دهنده اضطراب بیشتر است. ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌های مقیاس اضطراب امتحان در مورد یک نمونه دانشجویی برای کل نمونه ۰/۹۴، برای آزمودنی‌های دختر ۰/۹۵ و برای آزمودنی‌های پسر ۰/۹۲ محاسبه شد که نشان دهنده همسانی درونی^۱ بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار تا شش هفته برای کل نمونه $r=0/77$ ، برای آزمودنی‌های دختر $r=0/88$ و برای آزمودنی‌های پسر $r=0/67$ بود که نشانه پایایی بازآزمایی^۲ رضایت‌بخش مقیاس است.

۲. مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی. این مقیاس نوعی آزمون ۴۰ سؤالی است که ۲۰ ماده آن کمال‌گرایی مثبت و ۲۰ ماده دیگر کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد. پرسش‌ها در

مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت، کمال‌گرایی آزمودنی‌ها را از نمره یک تا نمره پنج در دو زمینه مثبت و منفی می‌سنجد. حداقل نمره آزمودنی‌ها در هر یک از زیرمقیاس‌های آزمون صفر و حداکثر آن ۱۰۰ خواهد بود. در فرم فارسی این پرسش‌نامه (بشارت، ۱۳۸۲) آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها در یک نمونه ۲۱۲ نفری از دانشجویان، به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۷ برای کل آزمودنی‌ها؛ ۰/۹۱ و ۰/۸۸ برای دانشجویان دختر و ۰/۸۹ و ۰/۸۶ برای دانشجویان پسر بود که نشانه همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۹۰ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای کل آزمودنی‌ها $r=0/86$ ؛ برای آزمودنی‌های دختر $r=0/84$ و برای آزمودنی‌های پسر $r=0/87$ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است.

اعتبار مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی از طریق محاسبه ضرایب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون با زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه سلامت عمومی^۱ (گلدبرگ^۲، ۱۹۷۲) و مقیاس عزت نفس کوپراسمیت^۳ (کوپراسمیت، ۱۹۶۷)؛ و با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی آزمون بررسی شد. ضرایب و نتایج به دست آمده، اعتبار^۴ مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی را تأیید می‌کنند (بشارت، ۱۳۸۲).

یافته‌های پژوهش

جدول ۱ مشخصه‌های آماری و بالینی آزمودنی‌ها بر حسب جنس، سن، اضطراب امتحان دانش‌آموزان و کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین را نشان می‌دهد.

1. General Health Questionnaire

2. Goldberg

3. Coopersmith Self-Esteem Inventory

4. Validity

جدول ۱. مشخصه‌های آزمودنی‌ها بر حسب متغیرهای جنس، سن، اضطراب امتحان دانش‌آموزان و کمال‌گرایی والدین

متغیر و گروه	شاخص	فراوانی	درصد	میانگین	انحراف معیار
دانش‌آموزان دختر		۲۳۷	۵۳/۴		
دانش‌آموزان پسر		۲۰۵	۴۶/۴		
کل دانش‌آموزان		۴۴۲	۱۰۰		
اضطراب امتحان دختران				۳۴/۷۱	۱۲/۳۱
اضطراب امتحان پسران				۳۱/۳۰	۱۳/۰۳
اضطراب امتحان کل دانش‌آموزان				۳۳/۱۳	۱۲/۷۵
کمال‌گرایی مثبت مادر				۶۸/۱۹	۱۵/۳۲
کمال‌گرایی مثبت پدر				۷۲/۵۷	۱۰/۴۵
کمال‌گرایی منفی مادر				۵۶/۱۷	۱۴/۴۵
کمال‌گرایی منفی پدر				۵۴/۸۱	۱۰/۷۱

برای تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌های پژوهش، ابتدا همبستگی ساده پیرسون بین متغیرهای کمال‌گرایی و اضطراب امتحان محاسبه گردید. نتایج مربوط به ضرایب همبستگی در جدول ۲ ارائه شده‌اند. طبق این نتایج، ضرایب همبستگی بین کمال‌گرایی مثبت مادر و اضطراب امتحان دانش‌آموزان ($r=0/69$)، کمال‌گرایی مثبت پدر و اضطراب امتحان دانش‌آموزان ($r=0/77$)، کمال‌گرایی منفی مادر و اضطراب امتحان دانش‌آموزان ($r=0/70$)، و کمال‌گرایی منفی پدر و اضطراب امتحان دانش‌آموزان ($r=0/78$) در سطح $0/01$ معنی‌دار است.

جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون بین کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱. اضطراب امتحان دانش‌آموزان	۱				
۲. کمال‌گرایی مثبت مادر	*-۰/۶۹	۱			
۳. کمال‌گرایی مثبت پدر	*-۰/۷۷	۰/۸۳	۱		
۴. کمال‌گرایی منفی مادر	*۰/۷۰	-۰/۷۲	-۰/۴۶	۱	
۵. کمال‌گرایی منفی پدر	*۰/۷۸	-۰/۶۳	-۰/۸۰	-۰/۶۷	۱

*P= ۰/۰۱

سپس رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین به عنوان متغیرهای پیش‌بین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین اضطراب امتحان با متغیرهای کمال‌گرایی والدین در جدول ۳ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($P < ۰/۰۰۱$) و ۹۲٪ واریانس مربوط به اضطراب امتحان دانش‌آموزان به وسیله متغیرهای کمال‌گرایی والدین تبیین می‌شود ($R^2 = ۰/۹۲۸$). ضرایب رگرسیون هر یک از چهار متغیر پیش‌بین نشان می‌دهند که متغیرهای کمال‌گرایی مثبت و منفی مادر و پدر می‌توانند واریانس متغیر اضطراب امتحان دانش‌آموزان را به صورت معنی‌دار تبیین کنند. ضرایب تأثیر کمال‌گرایی مثبت مادر ($B = -۰/۱۵$)، کمال‌گرایی مثبت پدر ($B = -۰/۴۲$)، کمال‌گرایی منفی مادر ($B = ۰/۵۶$)، و کمال‌گرایی منفی پدر ($B = ۰/۲۶۸$) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که این چهار متغیر با اطمینان ۰/۹۹ می‌توانند تغییرات مربوط به متغیر اضطراب امتحان دانش‌آموزان را پیش‌بینی کنند؛ یعنی افزایش کمال‌گرایی مثبت والدین باعث کاهش اضطراب امتحان فرزندان می‌شود و افزایش کمال‌گرایی منفی والدین باعث افزایش اضطراب امتحان فرزندان می‌گردد. این یافته‌ها فرضیه‌های پژوهش را تأیید می‌کنند.

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس، و مشخصه‌های آماری رگرسیون اضطراب امتحان دانش‌آموزان بر کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین

متغیر	شاخص	SS	df	MS	F	P	R	R ²	SE
رگرسیون		۲۳۶۴۵/۲۸۲	۴	۵۹۱۱/۳۲۱	۴۴۶/۱۲۲	۰/۰۰۰	۰/۹۳۶	۰/۹۲۸	۳/۶۴۰
باقیمانده		۱۸۲۸/۵۶۴	۱۳۸	۱۳/۲۵۰					

متغیر	شاخص	B	SEB	Beta	t	P
کمال‌گرایی مثبت مادر		-۰/۱۵۷	۰/۰۶۰	-۰/۱۷۸	-۲/۶۱۷	۰/۰۱
کمال‌گرایی مثبت پدر		-۰/۴۲۳	۰/۰۹۸	-۰/۳۲۵	-۴/۳۲۴	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی مادر		۰/۵۶۲	۰/۰۴۹	۰/۵۸۷	۱۱/۴۸۶	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی پدر		۰/۲۶۸	۰/۰۵۸	۰/۲۰۷	۴/۶۵۱	۰/۰۴۴

به منظور بررسی پرسش پژوهش در مورد تفاوت رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر و پسر، ابتدا آزمون t گروه‌های مستقل برای مقایسه دانش‌آموزان دختر و پسر بر حسب نمره اضطراب امتحان انجام شد. نتایج آزمون t نشان داد که تفاوت میانگین نمره‌های اضطراب امتحان دو گروه معنی‌دار است ($P < ۰/۰۰۵$). سپس رابطه کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین به عنوان متغیرهای پیش‌بین و اضطراب امتحان فرزندان به عنوان متغیرهای ملاک به صورت جداگانه برای دانش‌آموزان دختر و پسر در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر با متغیر کمال‌گرایی والدین در جدول ۴ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($P < ۰/۰۰۱$) و $۰/۹۲$ واریانس مربوط به اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر به وسیله متغیرهای کمال‌گرایی والدین تبیین می‌شود ($R^2 = ۰/۹۲۲$).

ضرایب رگرسیون هر یک از چهار متغیر پیش‌بین نشان می‌دهند که متغیرهای کمال‌گرایی مثبت و منفی پدر و کمال‌گرایی منفی مادر می‌توانند واریانس متغیر اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر را به صورت معنی‌دار تبیین کنند. ضرایب تأثیر کمال‌گرایی مثبت پدر ($B=0/61$)، کمال‌گرایی منفی پدر ($B=0/21$) و کمال‌گرایی منفی مادر ($B=0/61$) با توجه به آماره‌های نشان می‌دهند که این سه متغیر با اطمینان $0/99$ و $0/95$ می‌توانند تغییرات مربوط به متغیر اضطراب امتحان دختران را پیش‌بینی کنند.

جدول ۴. خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس، و مشخصه‌های آماری رگرسیون اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر بر کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین

متغیر	شاخص	SS	df	MS	F	P	R	R ²	SE
رگرسیون		۱۲۷۷۱/۴۲۱	۴	۳۱۹۲/۸۵۵	۲۲۰/۴۷۵	۰/۰۰۰	۰/۹۶۰	۰/۹۲۲	۳/۸۰۵
باقیمانده		۱۰۸۶/۱۲۹	۷۵	۳۱۹۲/۴۸۲					

متغیر	شاخص	B	SEB	Beta	t	P
کمال‌گرایی مثبت مادر		-۸/۴۹	۰/۰۸۶	-۰/۰۹۸	-۰/۹۹۳	۰/۳۲۴
کمال‌گرایی مثبت پدر		-۰/۶۰۱	۰/۱۴۰	-۰/۴۸۵	-۴/۲۷۷	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی مادر		۰/۶۱۸	۰/۰۶۵	۰/۶۷۹	۹/۴۸۰	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی پدر		۰/۲۱۳	۰/۱۰۳	-۰/۱۷۴	-۲/۰۶۴	۰/۰۴۴

تحلیل‌های مشابه برای دانش‌آموزان پسر انجام شد و نتایج نشان داد که میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($P < 0/001$) و 95% واریانس مربوط به اضطراب امتحان دانش‌آموزان پسر به وسیله متغیرهای کمال‌گرایی والدین تبیین می‌شود ($R^2 = 0/959$). ضرایب رگرسیون هر یک از چهار متغیر پیش‌بین نشان می‌دهند که متغیرهای کمال‌گرایی

مثبت و منفی پدر و مادر می‌توانند واریانس متغیر اضطراب امتحان دانش‌آموزان پسر را به صورت معنی‌دار تبیین کنند. ضرایب تأثیر کمال‌گرایی مثبت پدر ($B = -0/29$)، کمال‌گرایی منفی پدر ($B = 0/49$)، کمال‌گرایی مثبت مادر ($B = -0/10$) و کمال‌گرایی منفی مادر ($B = 0/27$) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که این چهار متغیر با اطمینان ۰/۹۹ و ۰/۹۵ می‌توانند تغییرات مربوط به متغیر اضطراب امتحان پسران را پیش‌بینی کنند. مقایسه نوع رابطه کمال‌گرایی والدین با اضطراب امتحان دختران و پسران با توجه به نتایج فوق بیانگر آن است که نوع رابطه تنها در مورد متغیر کمال‌گرایی مثبت والدین با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر متفاوت است؛ یعنی در حالی که کمال‌گرایی مثبت پدر می‌تواند به صورت معنی‌دار تغییرات مربوط به اضطراب امتحان دختر را پیش‌بینی کند، کمال‌گرایی مثبت مادر از چنین قدرتی برخوردار نیست.

جدول ۵. خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس، و مشخصه‌های آماری رگرسیون اضطراب امتحان دانش‌آموزان پسر بر کمال‌گرایی مثبت و منفی والدین

متغیر	شاخص	SS	df	MS	F	P	R	R ²	SE
رگرسیون		۴۹۵۳/۷۶۷	۴	۱۲۳۸/۴۴۲	۳۳۷/۰۸	۰/۰۰۰	۰/۹۷۹	۰/۹۵۹	۱/۹۱۶۸
باقیمانده		۲۱۳/۹۰	۵۸	۳/۶۷۴					

متغیر	شاخص	B	SEB	Beta	t	P
کمال‌گرایی مثبت مادر		-۰/۱۰۲	۰/۰۴۸	-۰/۱۲۹	-۲/۱۱۴	۰/۰۳۹
کمال‌گرایی مثبت پدر		-۰/۲۹۱	۰/۰۷۸	-۰/۲۸۶	-۳/۷۳۵	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی مادر		۰/۲۷۸	۰/۰۵۱	۰/۲۷۵	۵/۴۴۲	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی منفی پدر		۰/۴۹۹	۰/۰۶۷	۰/۴۷۱	۷/۴۷۸	۰/۰۴۴

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد که بین کمال‌گرایی مثبت والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی منفی وجود دارد و بین کمال‌گرایی منفی والدین و اضطراب امتحان فرزندان همبستگی مثبت وجود دارد. چند تبیین احتمالی برای این یافته مطرح می‌شود. کمال‌گرایی مثبت، انتظاراتی عقلانی و واقع‌گرایانه مطابق با امکانات و محدودیت‌های فرد در وی ایجاد می‌کند (تری شورت و همکاران، ۱۹۹۵؛ هماچک، ۱۹۷۸). این واقع‌بینی با محدودسازی انتظارات در دو زمینه شخصی (کمال‌گرایی خویش‌مدار) و بین‌شخصی (کمال‌گرایی دیگرمدار) به فرد کمک می‌کند تا معیارهای سخت و هدف‌های تحقق‌نیافتنی را نه بر خود (والدین) تحمیل کند و نه بر دیگری (فرزندان). در سایه این واقعیت روانشناختی، با کاهش ترس از شکست و افزایش اعتماد به نفس، اضطراب کاهش می‌یابد.

کمال‌گرایی مثبت، از طریق مکانیسم فوق‌الذکر، زمینه‌های موفقیت تحصیلی بیشتر دانش‌آموز و پیرو آن تقویت عزت نفس وی را فراهم می‌سازد. تقویت عزت نفس به نوبه خود به فرد کمک می‌کند تا از یک سو با قدرت و موفقیت بیشتر با واقعیت‌ها مواجه شود و از سوی دیگر محدودیت‌ها و موانع را راحت‌تر بپذیرد و با آنها سازش یابد. این سازش یافتگی مستقیماً با کاهش اضطراب در موقعیت‌های دشوار، از جمله موقعیت امتحان، در ارتباط قرار می‌گیرد.

شکل‌گیری سبک تعاملی مثبت والدین - فرزندان در سایه کمال‌گرایی مثبت، واقعیتی اصیل، مسلم و تأثیرگذار است که این یافته پژوهش را به خوبی تبیین می‌کند. در چارچوب این تعامل مثبت و سازنده، انتظارات و آرمان‌های والدین واقع‌بینانه و انعطاف‌پذیر هستند، با امکانات و توانایی‌های فرزندان مطابقت می‌کنند، و در غیاب متغیرهای استرس‌زای انتقادگری و سرزنشگری که از خصیصه‌های کمال‌گرایی منفی هستند زمینه‌های مثبت‌نگری، موفقیت، و در نتیجه کاهش اضطراب امتحان فرزندان را فراهم می‌کنند.

کمال‌گرایی منفی، بر عکس کمال‌گرایی مثبت، انتظارات غیرواقع‌بینانه را گسترش

می‌دهد و ارزش‌یابی‌های انتقادی را در پی دارد. یکی از مشخصه‌های کمال‌گرایی منفی اصرار بر تحمیل معیارهای کمال‌گرایانه به اشخاصی است که برای فرد اهمیت بسیار دارند (کمال‌گرایی دیگرمدار)، مثل تحمیل معیارهای آرمانی والدین بر فرزندان. این فرایند تحمیل معیارهای کمال‌گرایانه والدین، که معمولاً فراتر از امکانات و توانایی‌های فرزندان است، ترس از شکست در تحقق هدف‌های بلند پروازانه والدین را افزایش می‌دهد و به اضطراب دامن می‌زند.

کمال‌گرایی منفی والدین، از طریق مکانیسم فوق‌الذکر، زمینه‌های شکست تحصیلی بیشتر دانش‌آموز و پیرو آن تضعیف عزت نفس وی را فراهم می‌سازد. تضعیف عزت نفس به نوبه خود امکانات و توانایی‌های دانش‌آموز را در مقابله مؤثر با موقعیت‌هایی مانند امتحان تحلیل می‌برد و اضطراب را بیش از پیش افزایش می‌دهد. در سایه کمال‌گرایی منفی والدین، سبک تعامل والدین - فرزندان به زمینه‌ای برای افزایش تنش و تعارض بر سر تحمیل آرمان‌های دست‌نیافتنی والدین از یک سو و ناتوانی فرزندان در تحقق آن آرمان‌ها از سوی دیگر، تبدیل می‌شود. این سبک تعامل تعارضی، نگرانی و ترس از شکست و پیامد آن اضطراب امتحان را در فرزندان افزایش می‌دهد.

در چارچوب رابطه والدین - فرزندان، مخصوصاً مادر - کودک، معیارهای کمال‌گرایانه والدین اعم از مثبت یا منفی در کودک درون‌سازی می‌شود. در صورتی که کمال‌گرایی مثبت درون‌سازی شود، فرزند همانند والدین با انتظارات واقع‌بینانه و آرمان‌های انعطاف‌پذیر موقعیت را تجربه خواهد کرد و رضایت شخصی از موفقیت‌های نسبی، نگرانی، و اضطراب را در وی کاهش می‌دهد. اگر کمال‌گرایی منفی درون‌سازی شود، فرزند همانند والدین انتظارات غیرواقع‌بینانه و آرمان‌های انعطاف‌ناپذیر خواهد داشت و نه تنها نمی‌تواند موفقیت را تجربه کند که همواره اسیر نگرانی و اضطراب و ترس از شکست خواهد بود. فقدان رضایت شخصی نیز به سهم خود این نگرانی و اضطراب را افزایش می‌دهد.

بر حسب دو تبیین اخیر، یعنی «سبک تعامل والدین - فرزندان» (ارتباط دو سویه والدین فرزندان) و «درون‌سازی» معیارهای کمال‌گرایانه والدین، تفاوت نوع رابطه

کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان فرزندان دختر و پسر نیز توجیه می‌شود. نتایج پژوهش نشان داد که بین کمال‌گرایی مثبت مادران و اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر همبستگی معنی‌دار وجود ندارد. به بیان دیگر، در حالی که کمال‌گرایی مثبت پدر می‌تواند تغییرات اضطراب امتحان دختر را پیش‌بینی کند، کمال‌گرایی مثبت مادر چنین قدرتی را ندارد. متغیرهایی مانند حساسیت و مسؤلیت‌پذیری مادر نسبت به دختر و نوع رابطه و میزان سطح تماس، زمینه‌های شکل‌گیری تعارض و تنش در روابط مادر - دختر را در مقایسه با رابطه پدر - دختر افزایش می‌دهد. در چارچوب این سبک تعامل تعارضی بین مادر - دختر و با وجود نقش برجسته‌تر کمال‌گرایی منفی در چنین رابطه‌ای، تأثیر جنبه‌های مثبت کمال‌گرایی مادر بر دختر کم رنگ می‌شود. تفاوت میانگین نمره‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی پدر و مادر بر حسب یافته‌های این پژوهش نیز از این تبیین حمایت می‌کند. از سوی دیگر، بالا بودن سطح اضطراب امتحان دختران که می‌تواند دلایل متعدد دیگری غیر از کمال‌گرایی والدین داشته باشد، شامل مشابهت‌های زیست‌شناختی و همانندسازی روانشناختی دختر - مادر، به منزله متغیر تقویت‌کننده سبک تعامل تعارضی مادر - دختر تأثیر جنبه‌های مثبت کمال‌گرایی مادر بر دختر را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهد.

نتایج این پژوهش نشان داد که اضطراب امتحان در دانش‌آموزان دختر بیش از دانش‌آموزان پسر است. برای این یافته که با نتایج پژوهش‌های قبلی (بنسون، ۱۹۸۷؛ ساراسون، ۱۹۸۰؛ هج، مک‌کرمیک^۱ و الیوت^۲، ۱۹۹۷) مطابقت می‌کند چند تبیین احتمالی مطرح می‌شود. نقش‌پذیری جنسیتی را می‌توان یکی از تعیین‌کننده‌های اصلی این تفاوت دانست. بر اساس این نقش، دختران به پذیرش اضطراب و قبول آن به عنوان یکی از ویژگی‌های زنانه تشویق می‌شوند و بدین ترتیب یاد می‌گیرند که به هنگام اضطراب به صورت انفعالی تسلیم شوند، در حالی که پسران در مورد پذیرش اضطراب به صورت دفاعی برخورد می‌کنند، چون آن را تهدیدی علیه احساس مردانگی خود به

حساب می‌آورند. همانندسازی دختر با مادر نیز، به عنوان یکی از تعیین‌کننده‌های تفاوت دختر و پسر و مکمل فرایند یادگیری نقش جنسیتی، این یافته پژوهش را توجیه می‌کند.

توبیاس^۱ (۱۹۸۶) بین دو نوع اضطراب امتحان تسهیل‌کننده - بازدارنده و جنس دانش‌آموزان به این نتیجه رسید که پسران بیشتر از دختران اضطراب امتحان تسهیل‌کننده دارند. زاتس و چاسین (۱۹۸۵) هم تأیید می‌کنند که زنان تمایل دارند توانایی‌های خود را از آنچه هست کمتر و مردان بر عکس بیشتر، ارزیابی کنند. این وضعیت مستقیماً بر سبک و توان مقابله و مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا، مانند موقعیت امتحان و ارزشیابی، تأثیر می‌گذارد و باعث می‌شود که دختران بیش از پسران دچار اضطراب امتحان شوند. نقش سلسله مراتب قدرت و سلطه، که روابط دو جنس را در گستره‌ای به وسعت تاریخ به سود مرد و به زیان زن ترسیم و تعیین کرده است، نیز به عنوان یک احتمال می‌تواند تفاوت دو جنس را در مورد اضطراب توجیه کند. این سلسله مراتب همواره جنس زن را در موقعیتی آسیب‌پذیر در مقایسه با مرد قرار داده و در کنار سایر عوامل، اضطرابی افزون‌تر را بر وی تحمیل کرده است.

نتایج این پژوهش اکتشافی، در راستای مشاهدات و یافته‌های بالینی محقق (بشارت، ۲۰۰۳)، نقش روابط موضوعی را در شکل‌گیری اضطراب امتحان نشان داد. این یافته‌ها، نظریه پردازان و متخصصان بالینی و تربیتی را ملزم می‌سازد که نقش «روابط موضوعی» و متغیرهای خانوادگی را در پدیدآیی و تداوم اختلال‌های اضطرابی از یک سو و پیشگیری و درمان این دسته از اختلالات از سوی دیگر، به رسمیت بشناسند تا تأکید مضاعف بر متغیرهای صرفاً شناختی، عاطفی، یا شخصیتی آنها را از واقعیت‌های نظری و عملی مرتبط با پدیده «اضطراب» دور نسازد.

مشابه هر پژوهش اکتشافی، تفسیرها و تعمیم‌های مرتبط با یافته‌های این پژوهش تا تکرار و تأیید پژوهش‌ها و یافته‌های بیشتر در زمینه موضوع پژوهش؛ پژوهش‌هایی که

ضرورت انجامشان همین جا پیشنهاد می شود، مستلزم رعایت احتیاط است.

مآخذ

- Beneson, J. (1987). "Causal components of test anxiety in adults: an exploratory study". Paper presented at the annual meeting of the Society for Test Anxiety Research, Bergen, Norway, June.
- Besharat, M. A. (2003). "Parental perfectionism and children's test anxiety". *Psychological Reports*, 93, 1049-1055.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, Vol. 2. Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, CA: Freeman and Company.
- Blatt S. (1995). "The destructiveness of perfectionism: implications for the treatment of depression". *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Burns, D. D. (1980). "The perfectionist's script for self-defeat". *Psychology Today*, November, 34-51.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). "The dimensions of perfectionism". *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Davis, C. (1997). "Normal and neurotic perfectionism in eating disorders: an interactive model". *International Journal of Eating Disorders*, 22, 421-426.
- Goldberg, D. P. (1972). *The detection of psychiatric illness by questionnaire*. Maudsley Monograph, 21. Oxford: Oxford University Press.
- Hamachek, D. E. (1978). "Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism". *Psychology*, 15, 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). "Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment and association with psychopathology". *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G.L. (1991b). "Dimensions of perfectionism in unipolar depression". *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.

- Hollender, M. H. (1978). "Perfectionism: A neglected personality trait". *Journal of Clinical Psychology*, 39, 384.
- Hodge, G. M., Jupp, J. J., & Taylor, A. J. (1994). "Work stress, distress and burnout in music and mathematics teachers". *British Journal of Educational Psychology*, 64, 65-76.
- Hodge, G. M., McCormick, J., & Elliott, R. (1997). "Examination-induced distress in a public examination at the completion of secondary schooling". *British Journal of Educational Psychology*, 67, 185-197.
- Kagan, A., & Levi, L. (1974). "Adaptations of the psychosocial environment to man's abilities and needs". In L. Levi (Ed.), *Society, Stress and Disease*, Vol. 1. London: Oxford University Press.
- Kendall, P. C. (1993). "Cognitive-behavioral therapies with youth: guiding theory, current status, and emerging developments". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 235-247.
- King, N. J., Mietz, A., Tinney, L., & Ollendick, T. H. (1995). "Psychopathology and cognition in adolescents experiencing severe test anxiety". *Journal of Clinical Child Psychology*, 24, 49-54.
- Lazarus, R. S. (1981). "The stress and coping paradigm". In C. Eisendorfer, D. Cohen, A. Kleinmis & P. Maxim (Eds.), *Models for Clinical Psychopathology* (pp. 177-214). New York: McGraw Hill.
- Parker, W. D. (1997). "An empirical typology of perfectionism in academically talented children". *American Educational Research Journal*, 34, 545-562.
- Prins, P. J. M., Groot, M. J. M., & Hanewald, G. J. F. P. (1994). "Cognition in test anxious children: the role of on-task and coping cognition reconsidered". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 404-409.
- Sarason, I. G. (1980). "Introduction to the study of test anxiety". In I. G. Sarason (Ed.), *Test anxiety: theory, research, and applications*, Hillsdale, NJ: Elbaum. pp. 3-14.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1990). "Test anxiety". In H. Leitenberg (Ed.), *Handbook of social and evaluation anxiety*. New York: Plenum. pp. 475-496.
- Spielberger, C. D., Anton, W. D., & Bedell, J. (1976). "The nature and treatment of test anxiety". In

M. Zuckerman and C. D. Spielberger (Eds.), *Remotions and anxiety: New concepts, methods and applications*. Hillsdale, NJ: Erlbaum. pp. 343-372.

Spielberger, C. D., & Vagg, P. R. (1995). *Test anxiety: theory, assessment and treatment*. Washington, DC: Taylor and Francis.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.

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.

Tobias, S. (1986). *Anxiety and instruction*. Pergamon Press.

Zats, S., & Chassin, L. (1985). "Cognition of test anxious children under naturalistic test-taking condition". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 393-401.