

رابطه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی

مینا وردی*

دکتر مهناز مهربابی زاده هنرمند**

دکتر بهمن نجاریان**

چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه ساده و چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز در سال تحصیلی ۷۹-۷۸ انجام شده است. نمونه مورد بررسی ۳۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی نواحی چهارگانه آموزش و پرورش اهواز بودند که با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب گردیدند. آنها مقیاس کمال‌گرایی اهواز، پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی اهواز و فهرست تجدیدنظر شده علائم روانی را تکمیل نمودند. در ضمن میانگین، معدل سه ساله دبیرستان و معدل نرم گذشته دانش‌آموزان به عنوان شاخص عملکرد تحصیلی در نظر گرفته شد. نتایج نشان داد که کمال‌گرایی با سلامت روانی رابطه منفی دارد، ولی با عملکرد تحصیلی رابطه‌ای ندارد. همچنین سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت دارد. افزون بر این، همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی از همبستگی ساده هر یک از آنها بیشتر بود. نهایتاً همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی از همبستگی ساده هر یک از آنها بیشتر و معنی‌دار بود.

کلید واژه‌ها: کمال‌گرایی، سرسختی روان‌شناختی، سلامت روانی، عملکرد تحصیلی

* - دانشجوی کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز

** - عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز

مقدمه

یکی از این نیازها، کمال و انتقادناپذیری است. دارنده این نیاز پیوسته بیمناک است که مبادا مرتکب اشتباه شود و مورد انتقاد قرار گیرد، او می‌کوشد هیچ نقطه ضعفی از خود نشان ندهد، برای این که نقایص یا معایب خود را در صورت امکان از میان ببرد یا از نظر دیگران مخفی بدارد، به بررسی آنها می‌پردازد. به هر حال، بی‌اندازه به انتقاد و ایراد حساس است و کمال مطلوب را جستجو می‌کند. البته، تمایل انسان به حفظ ظاهر و نیاز او به کامل بودن امری طبیعی است، ولی آنچه در شخص روان‌رنجور^۴ مورد بحث و قابل توجه است، این است که تظاهر، به قدری اغراق‌آمیز می‌شود که همه شخصیت او مبدل به یک ماسک می‌شود، به طوری که، احتیاجات واقعی او تحت الشعاع میل او قرار می‌گیرد.

اخیراً دو مفهوم‌پردازی متفاوت از سازه کمال‌گرایی گسترش یافته است. هر دو دیدگاه کمال‌گرایی را چندبعدی می‌دانند. فراست، مارتن، لاهارت و روزنبلت^۵ (۱۹۹۰) پنج بعد را برای کمال‌گرایی فرض نمودند که عبارتند از: نگرانی افراطی از اشتباهات، مجموعه

اگر شخصیت را به عنوان ترکیبی از اعمال، افکار، هیجانات و انگیزشهای فرد بدانیم، مؤلفه‌های سازنده شخصیت ممکن است در افراد مختلف، متفاوت باشند. از سوی دیگر، امکان دارد این مؤلفه‌ها به طرق مختلفی ترکیب شده باشند به طوری که الگوهای شخصیتی گوناگونی را به وجود آورند. بسیاری از محققان معتقدند وجود تفاوت‌های فردی و ویژگیهای شخصیتی متفاوت، واکنش افراد را نسبت به موقعیتها و فشارها متمایز می‌گرداند. یکی از این ویژگیهای شخصیتی کمال‌گرایی است^۱. فروید^۲ (۱۹۷۵) در توصیف افراد کمال‌گرا بیان می‌کند: محرک اصلی در زندگی این افراد رسیدن به خوشبختی نیست بلکه تکامل و برتری یافتن است، آنها باید در هر کاری به حد کمال برسند و به بهترین نحو آن را انجام دهند و گرنه راضی نخواهند شد. نرسیدن به کمالات، آنان را دچار اضطراب، افسردگی و احساس گناه شدید می‌کند (به نقل از هورنای^۳، ۱۹۵۰). نظریه‌پردازان بعد از فروید کم‌کم این مفهوم را در ابعادی فراتر و با عنوان نیازها و رفتارهای کمال‌گرایانه نام نهادند. در همین رابطه هورنای (۱۹۵۰) فهرستی مشتمل بر ده نیاز را که در همه افراد کماویش وجود دارد، نام می‌برد.

- | | |
|---------------------------------------|-------------|
| 1- Perfectionism | 2- Freud |
| 3- Horney | 4- Neurotic |
| 5- Frost, Marten, Lahart & Rosenblate | |

بر این مطلب که هسته مرکزی شخصیت را یک نیروی اساسی شکل می‌دهد، تاکید دارند. وی با توجه به ماهیت متفاوت این نیرو بین دو گونه مختلف مدل کامروایی تفاوت قائل شده است. در نوع تحقیقی یا خودشکوفایی (مازلو^۷، ۱۹۶۷؛ راجرز^۸، ۱۹۶۴) این نیرو تمایل به بروز در جریان تواناییها و امکانات جاری زندگی فرد دارد و در نوع کمال‌گرایی (آدلر^۹، ۱۹۵۶؛ مدی، ۱۹۸۹) نیرو تمایل به تلاش برای آرمانی ساختن خیات و کامل کردن آن دارد و شاید حتی در جهت غلبه بر یا جبران مسائل ژنتیک یا کنشی عمل می‌کند. نوع کمال‌گرا که زیربنای سرسختی می‌باشد، آرمانگر تلقی می‌شود.

در همین رابطه کوباسا^{۱۰} و مدی مفهوم شخصیت سرسخت را به عنوان تبیینی برای ارتباط بین فشار روانی با بیماریها در بعضی از

معیارهای شخصی برای عملکرد، درک شخص از انتظارات والدین و انتقادات افراطی آنان، گرایش به شک و تردید در مورد چگونگی عملکرد شخصی و تمایل به نظم و سازمان یافته بودن. برخی از این ابعاد ضمن آن که با تلاشهای مثبت برای پیشرفت بستگی دارند، می‌توانند زمینه‌ساز آسیبهای روانی باشند.

هیویت و فلت^۱ (۱۹۹۱) نیز یک مقیاس چندبعدی برای سنجش کمال‌گرایی ارائه نمودند که شامل ابعاد کمال‌گرایی خودمدار^۲ (مانند کوششهای فرد برای دستیابی به خویشتن کامل با توجه به معیارهای افراطی، ارزشیابی سخت‌گیرانه از رفتار خود)، کمال‌گرایی دیگرمدار^۳ (مانند انتظارات غیرواقع‌بینانه برای دیگران و ارزیابی سخت‌گیرانه از کارکرد آنان) و کمال‌گرایی القاء شده^۴ (مانند این باور که دیگران انتظارات غیرواقعی را بر فرد تحمیل می‌کنند) که همگی فرد را تحت تأثیر قرار داده و موجب برانگیختن خشم، اضطراب، افسردگی و نیز احساس گناه می‌شوند.

یکی دیگر از ویژگیهای شخصیتی که اخیراً مورد توجه اندیشمندان قرار گرفته است، سرسختی روان‌شناختی^۵ است. مدی^۶ (۱۹۹۰) از مجموعه نظریاتی یاد می‌کند که آنها را نظریات کامروایی می‌نامد، این نظریات

1- Hewitt, Flett

2- Self-oriented perfectionism

3- Other-oriented perfectionism

4- Socially- prescribed perfectionism

5- Psychological hardiness

6- Maddi 7- Malsow

8- Rogers 9- Adler

10- Kobasa

افراد پیشنهاد کردند. آنان فرض کردند که سرسختی از اثرات زیان‌آور فشار روانی جلوگیری می‌کند (به نقل از برانون و فیست^۱، ۱۹۹۷).

سرسختی روان‌شناختی، مجموعه‌ای متشکل از ویژگی‌های شخصیتی است که در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی، به عنوان منبعی از مقاومت و به عنوان سپری محافظ عمل می‌کند (کوباسا، ۱۹۷۹). از دیدگاه کوباسا فرد سرسخت کسی است که سه مشخصه عمومی دارد:

الف. اعتقاد به این که قادر به کنترل و یا تأثیرگذاری بر روی حوادث است و فشارها را قابل تغییر می‌داند (کنترل^۲).

ب. توانایی احساس عمیق در آمیختگی و یا تعهد نسبت به فعالیت‌هایی که فرد انجام می‌دهد (تعهد^۳).

ج. انتظار این که تغییر، یک مبارزه هیجان‌انگیز برای رشد بیشتر است و آن را جنبه‌ای عادی از زندگی می‌داند (مبارزه‌جویی^۴).

سرسختی روان‌شناختی به عنوان یک ویژگی مثبت نقش مؤثری در سلامت روانی^۵ افراد بازی می‌کند. فرد سازگار و سالم از نظر شخصیتی و روانی، فردی است که صفات و ویژگی‌های گوناگون او با یکدیگر در تعامل و ارتباطند. به عقیده آدلر (۱۹۵۶) سلامت روان

یعنی داشتن هدف نهایی کمال و تحقق نفس، کنترل داشتن بر عواطف و احساسات، پذیرفتن اشکالات و کوشیدن در حدّ توان برای حل آنها.

وابستگی میان ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روانی مورد تأیید بسیاری از نظریه‌پردازان مانند فروید (۱۹۷۵)، هورنای (۱۹۴۵)، آلپورت^۶ (۱۹۳۷)، راجرز (۱۹۶۴)، و الیس^۷ (۱۹۸۷) قرار گرفته است. با وجود این، پژوهش‌های تجربی اندکی برای بررسی این ویژگی‌ها، خصوصاً کمال‌گرایی انجام شده است.

برای اولین بار ارتباط کمال‌گرایی با سازگاری روانی و شخصی در یکی از مطالعه‌های هیویت و فلت (۱۹۹۱) مورد توجه قرار گرفت، این پژوهشگران با اجرای مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی و فهرست تجدیدنظر شده علائم روانی^۸

1- Brannon & Feist

2- Control

3- Commitment

4- Challenge

5- Mental health

6- Allport

7- Ellis

8- Symptom Checklist 90-Revised

(SCL90-R)

بیان می‌دارد: برخی براین باورند که افسراد کمال‌گرا کسانی هستند که استرس خیلی شدیدی را با توجه به معیارهای غیرقابل توجهی که انتخاب می‌نمایند، تجربه می‌کنند و خود را متقاعد می‌سازند که امکان دسترسی به درجات عالی پیشرفت بدون تحمل درد و رنج عملی نیست. او در تحقیقی بر روی ۲۵۰ دانشجوی کمال‌گرا به این نتیجه رسید که بین کمال‌گرایی با اضطراب، افسردگی و همچنین افت تحصیلی رابطه وجود دارد.

از سوی دیگر، سادلر و ساکس^۷ (۱۹۹۴) در پژوهش خود تأثیر کمال‌گرایی بالا را بر افسردگی مورد بررسی قرار دادند. به نظر این پژوهشگران کمال‌گرایی و سهل‌انگاری آموزشی و تحصیلی هر دو در تبیین افسردگی آزمودنیها جایز اهمیت هستند. لیکن، فقط بعد خودمدار کمال‌گرایی با سهل‌انگاری تحصیلی همبسته است، نه بعد اجتماعی آن.

دراگوتیس^۱، (۱۹۸۳) بر روی یک نمونه دانشجویی نتیجه گرفتند که کمال‌گرایی خودمدار و کمال‌گرایی الفاء شده اجتماعی با برخی از شاخصهای آسیب‌شناسی روانی همبستگی دارند. همچنین نورمن، دویز، نیکلسون، کورتیس و مالا^۲ (۱۹۹۸) به دنبال آزمون فرضیه خود، کمال‌گرایی را به صورت دو مؤلفه تلاشهای مثبت^۳ و نگرانیهای غیرانتطابی از ارزیابی^۴، فرض کردند. این پژوهشگران ارتباط بین کمال‌گرایی را با اضطراب، افسردگی و نشانه‌های وسواس فکری-عملی مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان داد که نگرانیهای غیرانتطابی از ارزیابی نسبت به تلاشهای مثبت رابطه بیشتری با اضطراب و افسردگی دارد.

در ایران نیز به تازگی پژوهشهایی در این زمینه انجام گرفته است. نجاریان، عطاری، زرگر (گزارش در دست تهیه) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین کمال‌گرایی و خرده مقیاس شکایات جسمانی از فهرست تجدیدنظر شده علائم روانی SCL90-R رابطه مثبت وجود دارد.

ارتباط کمال‌گرایی با دیگر متغیرهای مهم همانند عملکرد تحصیلی^۵، نیز مورد توجه برخی پژوهشگران قرار گرفته است. دابسن^۶ (۱۹۸۲) در کتاب خود تحت عنوان "استرس"

- 1- Deragotis
- 2- Norman, Davies, Nicholson, Cortese & Malla
- 3- Positive striving
- 4- Maladaptive evaluation concerns
- 5- Academic performance
- 6- Dobson
- 7- Saddler & Sacks

دانشجویانی که در امور آموزشی، اجتماعی، احساسی و سازگاری با محیط مشکلاتی دارند، مورد استفاده قرار گیرد یا خیر، پژوهشی را بر روی یک نمونه ۶۳ نفری از دانشجویان تازه وارد (۲۱-۱۶ ساله) انجام دادند. آنان به این نتیجه رسیدند که سرسختی متغیر پیش‌بینی کننده بهتری برای سلامت روانی است تا سلامت جسمی و همچنین همبستگی منفی معنی‌داری بین سرسختی و تعداد مراجعات به مراکز بهداشت به دست آوردند.

کسلانتر (۱۳۷۷) در تحقیق خود، بین سرسختی روان‌شناختی و بیماریهای روانی رابطه منفی به دست آورد و همایی (۱۳۷۹) طی تحقیقی بر روی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز بین سرسختی روان‌شناختی و خرده‌مقیاسهای فهرست تجدیدنظر شده علائم روانی و همچنین سلامت روانی کلی رابطه منفی به دست آورد. علی‌رغم پژوهشهای متعددی که در مورد ارتباط سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و جسمی انجام گرفته است، ارتباط این سازه با عملکرد تحصیلی به ندرت مورد توجه

برخلاف کمال‌گرایان، افراد سرسخت قدرت سازگاری بالایی را در برابر فشارهای روانی از خود نشان می‌دهند. این ویژگی همانند سپری آنان را در مقابل فشارهای گوناگون محافظت می‌کند. عده‌ای از محققین سرسختی روان‌شناختی را به عنوان مقیاسی عمومی برای بهداشت روانی می‌دانند. به عبارت دیگر، میزان سرسختی افراد می‌تواند، برآورد کلی از سلامت روانی فرد را ترسیم نماید. در پی آن پژوهشگران متعددی سعی نمودند ارتباط این ویژگی مثبت را با متغیرهای مهمی مانند: اختلالات روانی، بیماریهای جسمی، عملکرد تحصیلی، عملکرد شغلی و... بیابند.

مدی و کوباسا (۱۹۸۴) میان سرسختی روان‌شناختی، اضطراب، افسردگی، بیماریهای جسمانی و حساسیت بین فردی رابطه منفی یافتند. به دنبال آن فانک و هوستون^۱ (۱۹۸۷) همبستگی منفی و معنی‌داری بین سرسختی روان‌شناختی و افسردگی به دست آوردند. همچنین شواهد اشاره دارند که سرسختی می‌تواند سنجشی قابل پیش‌بینی از سلامت روانی باشد (اوپلیتی^۲، ۱۹۹۲؛ مدی، ۱۹۹۰؛ اور و وستمن^۳، ۱۹۹۰).

ماتیس و لکسی^۴ (۱۹۹۹) در پاسخ به این سؤال که آیا سرسختی می‌تواند برای شناسایی

1- Funk & Houston

2- Ouellette

3- Orr & Westman

4- Mathis & Lecci

توانایی و امکانات خود سعی نموده است، نقطه تاریک یا مبهمی از آن را روشن و آشکار نماید. دو متغیر سلامت روانی و عملکرد تحصیلی جزء این دسته از متغیرها می‌باشند، ولی ارتباط این دو متغیر مهم با دو ویژگی شخصیتی کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با این آرایش از متغیرها مورد بررسی قرار نگرفته است.

هدف کلی تحقیق حاضر بررسی رابطه جداگانه هر یک از متغیرهای پیش‌بین یعنی کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با متغیرهای وابسته یعنی سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان است و همچنین تعیین رابطه چندگانه متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز می‌باشد.

با توجه به هدفهای ذکر شده و با در نظر گرفتن تحقیقات پیشین در قلمرو موضوع مورد بررسی، ۶ فرضیه تدوین گردیدند که عبارتند از:

۱. بین کمال‌گرایی و سلامت روانی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز رابطه منفی وجود دارد.

۲. بین سرسختی روان‌شناختی و سلامت

پژوهشگران قرار گرفته است. به طور مثال وستمن (۱۹۹۰) با بررسی زنان و مردانی که در حال ورود به دانشکده افسری ارتش بودند، نشان داد که سرسختی روان‌شناختی بالا، موفقیت تحصیلی بیشتری را نیز به همراه دارد. پاره‌ای از پژوهشگران بر این باورند که افراد سرسخت برای بهبود عملکرد خود روشهای جدیدی را به کار می‌بندند. سن سون، ویسه و مورگان^۱ (۱۹۹۹) طی پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که افراد سرسخت در مواجهه با محرکهای تنش‌زا از خود می‌پرسند آیا استمرار مواجهه با محرکهای تنش‌زا ارزش دارد یا خیر. اگر آنها به خود بقبولاند که این کار ارزشمند است. از طریق مبادرت به راهبردهای خاص به طور غیرمستقیم سعی خواهند نمود فعالیت مورد نظر را به فعالیتی مثبت‌تر تبدیل کنند. بنابراین اگر رغبت کافی برای عملکرد نباشد افراد سرسخت به طور فعال و عمدتاً خود را درگیر راهبردهایی می‌کنند تا عملکرد را جالب‌تر نمایند.

بسیاری از محققان معتقدند وجود تفاوت‌های فردی و ویژگیهای شخصیتی متفاوت، واکنش افراد را نسبت به موقعیتها و فشارها متمایز می‌گرداند. از سوی دیگر، برخی متغیرها به دلیل گستردگی دامنه پوشش و اهمیتی که دارند، توسط بسیاری از محققان مورد بررسی قرار گرفته‌اند و هر محقق بنا به

1- Sansone, Wiebe & Morgan

- روانی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز رابطه مثبت وجود دارد.
۳. بین کمال‌گرایی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز رابطه وجود دارد.
۴. بین سرسختی روان‌شناختی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز رابطه مثبت وجود دارد.
۵. کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز، همبستگی چندگانه دارند.
۶. کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز همبستگی چندگانه دارند.

جدول ۱: ویژگیهای جمعیت‌شناختی آزمودنیهای شرکت‌کننده در پژوهش

درصد	تعداد	ویژگی	
۱۷	۵۱	ریاضی و فیزیک	رشته
۵۲/۳	۱۵۷	علوم تجربی	تحصیلی
۳۰/۷	۹۲	انسانی	
۱۷/۶۳		میانگین	سن
۰/۸۱		انحراف معیار	

شناختی گردآوری شده در مورد آنان در جدول ۱ درج شده است.

ابزار تحقیق

در این تحقیق برای اندازه‌گیری کمال‌گرایی آزمودنیها، از مقیاس کمال‌گرایی اهواز^۲ استفاده گردید. این مقیاس، یک مقیاس خود-گزارشی

1- Simple random sampling

2- Ahvaz Perfectionism Scale (APS)

روش

نمونه تحقیق

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی نواحی چهارگانه آموزش و پرورش اهواز بود. از بین مناطق چهارگانه آموزش و پرورش شهر اهواز و با توجه به نسبت جمعیت دانش‌آموزی در این مناطق، تعداد ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده^۱ به عنوان نمونه انتخاب شدند. برخی اطلاعات جمعیت

مقیاس‌های الگوی رفتاری تیپ الف سمی و غیرسمی، خرده‌مقیاس شکایات جسمانی SCL90-R و مقیاس عزت‌نفس کوپراسمیت به دانشجویان ارائه نمودند، که به جز ضریب همبستگی APS با الگوی رفتاری تیپ الف غیرسمی، بقیه ضرایب حاصله در سطح $P < 0/05$ معنی‌دار می‌باشند.

در پژوهش حاضر، ضرایب اعتبار مقیاس کمال‌گرایی اهواز از طریق اعتبار ملاکی همزمان محاسبه گردید. مقیاس مذکور به‌طور همزمان با پرسشنامه افسردگی بک^۲ (BDI) و پرسشنامه تیپ شخصیتی الف^۳ (TAQ) به نمونه سنجش اعتبار داده شد و به ترتیب ضرایب همبستگی بین مقیاس APS با افسردگی بک $0/50$ ، با تیپ شخصیتی الف سمی $0/62$ و با تیپ شخصیتی الف غیرسمی $0/30$ - به دست آمد که حداقل در سطح $P < 0/01$ معنی‌دار می‌باشند.

به منظور بررسی سرسختی روان‌شناختی آزمودنیها، از پرسشنامه سرسختی

۲۷ ماده‌ای است که به وسیله تحلیل عوامل توسط نجاریان، عطاری، زرگر (گزارش در دست تهیه) در یک نمونه ۳۹۵ نفری از دانشجویان ساخته شده است. ماده‌های اولیه آن براساس متون معتبر روانشناسی، ماده‌های دی‌ریسط در مقیاس‌های^۱ MMPI، اضطراب اسپیل برگر، مقیاس وسواس فکری-عملی مادزلی، افکار غیرمنطقی جونز و همچنین از طریق مصاحبه‌های بالینی تهیه گردید.

ماده‌های مقیاس کمال‌گرایی اهواز دارای چهار گزینه هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، اغلب اوقات می‌باشد که حاصل جمع نمره‌های آزمودنیها در این مقیاس، میزان کمال‌گرایی فرد را نشان می‌دهد.

نجاریان و همکاران برای سنجش پایایی مقیاس مذکور از دو روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی استفاده نمودند که ضرایب گزارش شده در حد مطلوبی است. در پژوهش حاضر، ضرایب پایایی APS با استفاده از روش بازآزمایی با پنج هفته فاصله زمانی برابر است با $0/63$ و ضریب آلفای کرونباخ برابر است با $0/85$ به دست آمد که رضایت‌بخش می‌باشند. همچنین برای سنجش اعتبار مقیاس مذکور، این مقیاس را به‌طور همزمان با

- 1- Minnesota Multiphasic Personality Inventory
- 2- Beck Depression Inventory
- 3- Type A Questionnaire

چهار پرسشنامه ملاک شامل پرسشنامه اضطراب^۲ (ANQ)، پرسشنامه افسردگی اهواز^۳ (ADI)، پرسشنامه خودشکوفایی مازلو^۴ (MSAI) مقیاس اعتبار سازه‌ای سرسختی^۵ (HVS) به کاربرد. ضرایب همبستگی حاصله به جز یکی از خرده مقیاسهای اعتبار سازه‌ای (تعهد) همگی در سطح حداقل ۰/۰۵ معنی‌دار گزارش شده‌اند. در پژوهش حاضر، جهت سنجش اعتبار مقیاس مذکور از روش اعتبار ملاکی همزمان استفاده گردید و نمره‌های این پرسشنامه با نمره‌های حاصل از مقیاس اعتبار سازه‌ای سرسختی همبسته گردید. ضرایب اعتبار حاصله برای مؤلفه‌های تعهد ۰/۴۳، کنترل ۰/۶۰، مبارزه‌جویی ۰/۴۶، سرسختی ۰/۵۷ و کل سازه ۰/۶۹ می‌باشد که همگی در سطح $P < 0/001$ معنی‌دار شده‌اند.

سرانجام به منظور بررسی میزان برخورداری آزمودنیها از سلامت روانی و

روان‌شناختی اهواز^۱ استفاده گردید. این پرسشنامه توسط کیامرثی، نجاریان و مهربانی‌زاده هنرمند (۱۳۷۷) به روش تحلیل عوامل بر روی یک نمونه ۵۲۳ نفری از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی ساخته شده است و دارای ۲۷ ماده می‌باشد که آزمودنیها به یکی از چهار گزینه «هرگز»، «به ندرت»، «گاهی اوقات»، «اغلب اوقات» پاسخ گفته و براساس مقادیر «۰»، «۱»، «۲»، «۳» نمره‌گذاری می‌شود. البته، به استثنای برخی ماده‌ها که دارای بارعاملی منفی هستند و به شیوه معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. احراز نمره بالا در این پرسشنامه نشان دهنده سرسختی روان‌شناختی بالا در فرد می‌باشد.

کیامرثی برای سنجش پایایی مقیاس AHI از دو روش بازآزمایی با شش هفته فاصله زمانی و آلفای کرونباخ استفاده نمود که ضرایب گزارش شده همگی رضایت‌بخش می‌باشند. در پژوهش حاضر نیز از دو روش فوق استفاده گردید که ضرایب به دست آمده به ترتیب برای بازآزمایی با پنج هفته فاصله زمانی ۰/۷۸ و آلفای کرونباخ ۰/۸۳ می‌باشد که رضایت‌بخش می‌باشند.

همچنین کیامرثی برای سنجش اعتبار پرسشنامه AHI این پرسشنامه را همزمان با

1- Ahvaz Hardiness Inventory (AHI)

2- Anxiety Questionnaire

3- Ahvaz Depression Inventory

4- Maslow Self- Actualization Inventory

5- Hardiness Validity Scale

ارزیابی علائم روانی آنها از فهرست تجدیدنظرشده علائم روانی (SCL90-R) استفاده گردید. فرم نهایی این پرسشنامه توسط دراگوئیس و همکاران (۱۹۸۳) تهیه گردید. رضاپور (۱۳۷۶) فهرست تجدیدنظرشده علائم روانی را روی دانشجویان شهید چمران و آزاد اسلامی اهواز، هنجاریابی نمود. مواد این آزمون، نه بعد مختلف را می‌سنجد که عبارتند از: شکایات جسمانی، وسواس-اجبار، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، ترس مرضی، افکار پارانوئیدی و روان پریشی. گرفتن نمره بالا در این آزمون، حاکی از عدم سلامت روانی فرد می‌باشد. این پرسشنامه مکرراً در تحقیقات خارج و داخل کشور مورد استفاده قرار گرفته است و هر کدام به اقتضای پژوهش خود پایایی آن را تعیین نموده‌اند که دامنه ضرایب آن در خارج کشور بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۰ و دامنه ضرایب آن در داخل کشور بین ۰/۵۷ تا ۰/۹۰ گزارش شده است که رضایت‌بخش می‌باشد (همایی، ۱۳۷۹). در پژوهش حاضر، پایایی فهرست تجدیدنظرشده علائم روانی از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد که در حد مطلوبی است. ضرایب اعتبار پرسشنامه فوق در

تحقیقات خارج بین ۰/۳۶ تا ۰/۷۳ و در تحقیقات داخل کشور بین ۰/۲۷ تا ۰/۶۶ گزارش شده است (همایی، ۱۳۷۹). با توجه به نتایج پژوهشهای قبلی که همگی نشان دهنده اعتبار بالای فهرست تجدیدنظرشده علائم روانی می‌باشند، در پژوهش حاضر لزومی به محاسبه اعتبار این آزمون تشخیص داده نشد. علاوه بر این، میانگین، معدل سه ساله دبیرستان و معدل ترم گذشته آزمودنیها به عنوان شاخص عملکرد تحصیلی آنان در نظر گرفته شد. در پژوهش حاضر منظور از عملکرد تحصیلی آزمودنیها، اشاره به این میانگین است.

یافته‌ها

تحلیل آماری داده‌ها در مورد فرضیه‌های مورد بررسی به نتایجی که در پی می‌آیند منتهی شده است. نتایج حاصل از آزمون فرضیه‌های مربوط به ارتباط کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی کلی و ابعاد آن در جدول شماره ۲ ارائه شده است. همان‌طور که جدول ۲ نشان می‌دهد همبستگی کمال‌گرایی با سلامت روانی کلی و ابعاد نه گانه آن مثبت و در سطح $P < 0/001$ معنی‌دار می‌باشند و همچنین همبستگی

جدول ۲: ضرایب همبستگی ساده کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی

دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز (n=۳۰۰)

متغیر ملاک	شکایت جسمانی	وسواس اجبار	حساسیت بین‌فردی	افسردگی	اضطراب	پریشانی‌گریز	ترس مرضی	بارانزید	روان‌پریشی	سلامت روانی کلی
کمال‌گرایی	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***
	۰/۱۶۱	۰/۱۷۷	۰/۱۷۱	۰/۱۶۹	۰/۱۶۵	۰/۱۵۵	۰/۱۴۰	۰/۱۵۲	۰/۱۶۷	۰/۱۶۵
سرسختی روان‌شناختی	*	***	***	***	***	*	*	**	***	**
	-۰/۱۳۶	-۰/۱۵۶	-۰/۱۵۶	-۰/۱۶۵	-۰/۱۵۹	-۰/۱۳۹	-۰/۱۴۴	-۰/۱۴۲	-۰/۱۵۹	-۰/۱۴۹

**P < ۰/۰۵

***P < ۰/۰۰۱

***P < ۰/۰۰۰۱

سرسختی روان‌شناختی با سلامت روان کلی و ابعاد نه‌گانه آن منفی و در سطح حداقل ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشند. با توجه به اینکه نمره پایین در مقیاس SCL90R به سلامت روانی اشاره دارد. نتایج حاصل فرضیه‌های اول و دوم تحقیق مورد تایید قرار می‌دهند.

جدول ۳ داده‌های مربوط به آزمون فرضیه‌های ارتباط جداگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی را با عملکرد تحصیلی نشان می‌دهد.

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌نمایید، ضرایب همبستگی متغیرهای

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی

دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز

سرسختی روان‌شناختی	کمال‌گرایی	متغیر پیش‌بین متغیر ملاک
۰/۱۸**	-۰/۰۹	عملکرد تحصیلی
۳۰۰	۳۰۰	حجم نمونه

**P < ۰/۰۱

کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان نشان دهنده آن است که بین کمال‌گرایی و عملکرد تحصیلی رابطه معنی‌داری وجود ندارد، ولی بین سرسختی روان‌شناختی و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌داری در سطح $P < 0/01$ وجود دارد. بنابراین فرضیه سوم تحقیق مورد تایید قرار نمی‌گیرد، اما فرضیه چهارم یعنی ارتباط مثبت بین سرسختی روان‌شناختی و عملکرد تحصیلی تأیید می‌گردد. لیکن، در مورد اخیر چیزی حدود ۳ درصد واریانس عملکرد تحصیلی توسط سرسختی روان‌شناختی تبیین می‌گردد که مقداری ناچیز است.

نتایج حاصل از آزمون فرضیه همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز در جدول شماره ۴ برج‌گرفته است.

همان‌طور که جدول شماره ۴ نشان می‌دهد، ضریب همبستگی چندگانه (دو متغیری) برای ترکیب خطی متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی با سلامت روانی آنان برابر $MR = 0/659$ (ضریب همبستگی چندگانه، همواره به صورت مثبت

جدول ۴: ضرایب همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز با روش ورود

ضرایب رگرسیون (β)		نسبت F و احتمال آن (P)	ضریب تعیین RS	همبستگی چندگانه MR	متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک
سرسختی روان‌شناختی	کمال‌گرایی					
—	$\beta = 0/653$ $t = 12/537$ ($P < 0/0001$)	157/184 ($P < 0/0001$)	0/426	0/653	کمال‌گرایی	سلامت روانی
$\beta = -0/122$ $t = -1/770$ $P = 0/078$	$\beta = 0/573$ $t = 8/332$ ($P < 0/0001$)	80/949 ($P < 0/0001$)	0/434	0/659	کمال‌گرایی و سرسختی روانشناختی	

و در دامنه صفر تا +۱ ارائه می‌شود و صرفاً بر اندازه رابطه دلالت نه بر جهت آن) و ضریب تعیین برابر $RS=0/۴۳۴$ و نسبت F برابر $F=۸۰/۹۴۹$ می‌باشد که در سطح $P<0/۰۰۰۰۱$ معنی دار است. اما با وجودی که این ضریب نسبت به ضرایب همبستگی ساده هر یک از متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی کلی مقداری افزایش نشان می‌دهد، ولی احتمال به دست آمده مربوط به ضریب رگرسیون دومین متغیر وارد شده به معادله رگرسیون، یعنی سرسختی روان‌شناختی به سطح معنی داری نرسیده است

$(P=0/۰۷۸)$. به بیان دیگر، احتمال به دست آمده مربوط به ضرایب رگرسیونی نشان می‌دهد که تأثیر قابل ملاحظه مربوط به ورود اولین متغیر (کمال‌گرایی) بوده و اضافه کردن سرسختی روان‌شناختی تأثیر معنی داری در بهبود وضعیت ندارد.

نتایج حاصل از آزمون فرضیه مربوط به همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز در جدول شماره ۵ ارائه گردیده است.

همان‌طور که در جدول شماره ۵ ملاحظه

جدول ۵: ضرایب همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی

دانش‌آموزان دختر مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز با روش ورود

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	ضرایب رگرسیون (β)	
				کمال‌گرایی	سرسختی روان‌شناختی
عملکرد تحصیلی	کمال‌گرایی	۰/۰۸۷	۰/۰۰۸	$\beta=-0/087$ $t=-1/276$ $P=0/203$	—
	سرسختی روان‌شناختی	۰/۱۸۴	۰/۰۳۴	$\beta=0/214$ $t=2/287$ $P=0/017$	$\beta=0/056$ $t=0/597$ $P=0/551$
				نسبت F و احتمال آن P	
				۱/۶۲۷ $P=0/203$	۳/۶۸۱ $P=0/027$

سلامت روانی کلی و ابعاد نه‌گانه آن، مثبت و معنی‌دار بود. این نتیجه بدان معناست که بالا بودن کمال‌گرایی در افراد با افزایش اختلالات روانی در آنان همراه است. این یافته با نظریه‌ها و نیز یافته‌های پژوهشهای گذشته در این زمینه همچون دابسن (۱۹۸۲)، هیویت و فلت (۱۹۹۱)، سادلر و بوکلند^۱ (۱۹۹۵)، نورمن و همکاران (۱۹۹۸)، نسجاریان و همکاران (گزارش دردست‌تهیه) همسو می‌باشند.

در تبیین این یافته شاید بتوان گفت: افرادی که کمال‌گرایی بالایی دارند جلوه‌های این ویژگی را در اعتقاد به برتری نسبت به دیگران، انجام امور بدون عیب و نقص، دوری از هرگونه خطا و اشتباه نشان می‌دهند. از سوی دیگر، آنان در صورت عدم موفقیت در امور، حس سرزنش شدیدی نسبت به خود پیدا می‌کنند. این امور می‌توانند تأثیرات منفی بر سلامت روانی آنان بگذارند.

رابطه سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی کلی و ابعاد نه‌گانه آن در دانش‌آموزان نمونه، منفی و معنی‌دار بود. نتایج به دست آمده از آزمون این فرضیه با نظریه‌ها و نیز یافته‌های پژوهشهای گذشته از جمله: مدی،

می‌گردد، ضریب همبستگی چندگانه (دو متغیری) برای ترکیب خطی متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی با عملکرد تحصیلی آنان برابر $MR=0/184$ و ضریب تعیین برابر $RS=0/034$ و نسبت F برابر $3/681$ می‌باشد که در سطح $P<0/05$ معنی‌دار است. این ضریب همبستگی چندگانه از ضرایب همبستگی ساده هر یک از متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی، بیشتر است. افزون بر این احتمال به دست آمده از ضریب رگرسیون دومین متغیر ورودی (سرسختی روان‌شناختی) نیز معنی‌دار شده است ($P=0/017$). به طور کلی ضرایب رگرسیونی نشان می‌دهند که تأثیر قابل ملاحظه، مربوط به ورود دومین متغیر است و کمال‌گرایی تأثیر معنی‌داری در پیش‌بینی عملکرد تحصیلی ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

در این قسمت با عنایت به مسئله تحقیق تلاش نموده‌ایم تا نتایج به دست آمده را مورد بحث و بررسی قرار داده و به تبیین یافته‌های پژوهش بپردازیم.

نتایج تحلیل همبستگی میان کمال‌گرایی و

از جامعه آماری تحقیق کنار گذاشته شدند و این مسئله احتمالاً یکی از دلایل عدم تأیید فرضیه مذکور می باشد.

فرضیه چهارم با توجه به ارتباط مثبت و معنی دار بین سرسختی روان شناختی و عملکرد تحصیلی، مورد تأیید قرار گرفت و این یافته همسو با یافته وستمن (۱۹۹۰)، سن سون و همکاران (۱۹۹۹) است.

به طور کلی می توان چنین استدلال نمود که افراد سرسخت با توجه به ویژگیهای مثبتی که در خود پرورش داده اند موقعیتها را تهدیدکننده و غیرقابل کنترل نمی بینند، بلکه حتی در مواقعی که باید به فعالیتهایی دست بزنند که نسبت به آن رغبت ندارند، با استفاده از راهبردهایی، آن فعالیت را به یک فعالیت جالب و مثبت تبدیل می نمایند و از انجام آن لذت می برند. با وجود این، به دلیل مقدار همبستگی به دست آمده (۰/۱۸) این یافته را بایستی با احتیاط تفسیر نمود.

فرضیه پنجم تحقیق پی گیر این مطلب می باشد که همبستگی چندگانه کمال گرایی و سرسختی روان شناختی با سلامت روانی

کوباسا (۱۹۸۴)، فانک و هوستون (۱۹۸۷)، شپرد^۱ و کاشانی (۱۹۹۱)، رامایانا و همکاران^۲ (۱۹۹۹)، ماتیس و لکسی (۱۹۹۹)، کلانتر (۱۳۷۷) و همایی (۱۳۷۹) هماهنگ است.

بنابراین با توجه به نتایج مشابه به دست آمده می توان بیان داشت که احتمالاً سه مؤلفه سرسختی روان شناختی یعنی تعهد، کنترل و مبارزه جویی عواملی هستند که فرد را در برابر فشارهای گوناگون محافظت می کنند و از بروز اختلالات روانی جلوگیری می کنند.

نتایج تحلیل همبستگی کمال گرایی و عملکرد تحصیلی در دانش آموزان نمونه به سطح معنی داری نرسید. این یافته با نتایج پژوهشهای دابسن (۱۹۸۲)، سادلر و ساکس (۱۹۹۴)، براون و همکاران^۳ (۱۹۹۹) همسو نیست. در تبیین این یافته می توان این گونه استدلال نمود که در سال تحصیلی ۷۸-۷۹ طبق دستورالعمل آموزش متوسطه افرادی که معدل کتبی (معدل امتحانات دروسی که در سال آخر دبیرستان به صورت نهایی برگزار می شود و مبنای ورود به دوره پیش دانشگاهی است.) آنها از حد نصاب پایین تر بود اجازه ثبت نام در مراکز پیش دانشگاهی روزانه داده نمی شد. لذا دانش آموزان ضعیف خود به خود

1- Sheppard

2- Ramanaiah & et al.

3- Brown & et al.

افزایش نشان می‌دهد و احتمال به دست آمده مربوط به ضریب رگرسیون دومین متغیر ورودی (سرسختی روان‌شناختی) نیز معنی‌دار شده است.

براساس این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که هر یک از دو متغیر کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی بخشی از واریانس عملکرد تحصیلی را تبیین می‌کنند، ولی در این میان با توجه به مقادیر ضرایب رگرسیونی (بتا)، سهم متغیر کمال‌گرایی کمتر می‌باشد و فقط سرسختی قدرت پیش‌بینی دارد.

به طور کلی یافته‌های این پژوهش نشان دهنده ارتباط دو ویژگی شخصیتی کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با دو متغیر مهم سلامت روانی و عملکرد تحصیلی بوده و با توجه به این نتایج پیشنهاد می‌شود که مطالب مربوط به ویژگی‌های شخصیتی مثبت مانند سرسختی روان‌شناختی که نقش بسزایی در تداوم سلامت روانی دارد و همچنین ویژگی‌های شخصیتی منفی مانند کمال‌گرایی که نقش حساسی را در ایجاد اختلالات روانی بازی می‌کند را از طرق گوناگون به دانش‌آموزان، خانواده‌ها و اولیای مدارس معرفی و زمینه‌های رشد و گسترش یا تضعیف آنها آموزش داده شود.

آزمودنیها از همبستگی ساده هر یک از آنها بیشتر است. در پژوهش حاضر همبستگی چندگانه به سطح معنی‌داری رسید لیکن، احتمال به دست آمده مربوط به ضرایب رگرسیونی دومین متغیر ورودی یعنی (سرسختی روان‌شناختی) معنی‌دار نشده است. بنابراین براساس یافته‌های حاصل می‌توان نتیجه گرفت که در مورد سلامت روانی کلی، افزودن سرسختی روان‌شناختی به کمال‌گرایی، دقت پیش‌بینی کنندگی کمال‌گرایی را به طور معنی‌داری افزایش نمی‌دهد. همچنین می‌توان براین اساس چنین استنباط کرد که هر یک از دو متغیر کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی بخشی از واریانس سلامت روانی را تبیین می‌کنند، ولی در این میان با توجه به مقادیر ضرایب رگرسیونی (بتا) سهم سرسختی روان‌شناختی بسیار ناچیز است و فقط کمال‌گرایی قدرت پیش‌بینی دارد. همچنین همبستگی چندگانه کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی از همبستگی ساده هر یک از آنها بیشتر بود و به سطح معنی‌داری رسید. به علاوه، این ضریب از ضرایب همبستگی ساده هر یک از متغیرهای کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با عملکرد تحصیلی مقداری

منابع

فارسی

- رضاپور، محمد (۱۳۷۶). *هنجاریابی SCL90-R بر روی دانشجویان دانشگاه‌های شهید چمران و آزاد اسلامی واحد اهواز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد سنجش و اندازه‌گیری، دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- کلانتر، جهانگیر (۱۳۷۷). *بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای سرسختی روان‌شناختی، تیپ شخصیتی الف و فشارهای روانی با بیماریهای دانش‌آموزان پسر سال سوم نظام جدید شهرستان اهواز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- کیامرثی، آذر. نجاریان، بهمن. و مهربانی‌زاده‌هنرمند، مهناز (۱۳۷۷). *ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش سرسختی روان‌شناختی*. *مجله روان‌شناسی*، شماره ۳، ۲۷۱-۲۸۴.
- نجاریان، بهمن. عطاری، یوسفعلی و زرگر، یدالله (گزارش در دست تهیه). *ساخت و اعتباریابی مقیاس کمال‌گرایی اهواز*.
- همایی، رضوان (۱۳۷۹). *بررسی رابطه فشارزاهای روانی دختران مراکز پیش‌دانشگاهی اهواز با سلامت روانی با توجه به نقش تعدیل‌کننده سرسختی روان‌شناختی در آنها*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

منابع لاتین

- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In Ansbacher, H. L. & Ansbacner, R.R.(Eds.), *The Individual Psychology of Alfred Adler* (PP. 239-262). New York: Harper.
- Allport, G.W. (1937). *Personality: A Psychological Interpretation*. New York: Henry Holt.
- Brannon, L. & Feist, J. (1997). *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health* (3rd ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

- Brown, E.J., Heimberg, R.G., Frost, R.O., Markris, G.S., Juster, H.R. & Laung, A.W. (1999). Relationship of perfectionism to affect, expectations, attributions and performance in the classroom. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18(1)*, 98-120.
- Deragotis, L.R. (1983). Manual for the SCL90-R. Towson, MD: *Clinical Psychometric Research*.
- Dobson, C.B. (1982). *Stress*, Lancaster: MTP.
- Ellis, A. (1987). The impossibility of achieving consistently good mental health. *American Psychologist, 42*, 364-375.
- Freud, S. (1975). *The Unconscious God*. New York: Simon and Schuster.
- Frost, R.O., Marten, P.A., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449-498.
- Funk, S.C. & Houston, B.K. (1987). A critical analysis of the hardiness scales validity and utility. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*, 572-578.
- Hewitt, P.L. & Flett, G.L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 98-101.
- Horney, K. (1945). *Our Inner Conflicts*. New York: Norton.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth*. New York: Norton.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health : An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 37*, 1-11.
- Maddi, S.R. (1989). *Personality Theories: A Comparative Analysis* (3th ed.). Homewood, IL: Dorsey.
- Maddi, S.R. & Kobasa, S.C. (1984). The hardy executive: *Health Under Stress*. Homewood, I L: Dou Jones-Irwin.
- Maddi, S.R. (1990). Issues and interventions in stress mastery. In H.S. Friedmen (Ed.), *Personality and Disease* (PP. 121-154). New York: Wiley.
- Malsow, A.H. (1967). Self-actualization and beyond. In J.F. Bugental (ed), *Challenges of Humanistic Psychology*. New York: Mc Graw-Hill.
- Mathis, M., Lecci, L. (1999). Hardiness and college adjustment: Identifying students in need of services. *Journal of College Student Development, 40(3)*, 305-309.

- Norman, R.M.G., Davies, F. Nicholson, I.R., Cortese, L. & Mailla, A.K. (1998). The relationship of two aspects of perfectionism with symptoms in a psychiatric outpatient population. *Journal of Social and Clinical Psychology, 17(1)*, 50-68.
- Orr, E. & Westman, M. (1990). Does hardiness moderate stress and how? A review. In M. Rosenbaum (Ed.), *Learned Resourcefulness: On Coping Skills, Self-Control, and Adaptive Behavior* (PP. 64-94). New York: Springer.
- Ouellette, S.C. (1992). Inquiries into hardiness. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress*. New York: Freepress.
- Rogers, C.R. (1964). The concept of the fully functioning person. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 1*, 17-26.
- Ramanaiah, N.V., Sharpe, J.P. & Byravan, A. (1999). Hardiness and major personality factors. *Psychological Reports, 84 (2)*, 497-500.
- Saddler, C.D. & Sacks, L.A. (1994). The multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Report, 73*-868-877.
- Saddler, C.D., Buckland, R.L. (1995). The multidimensional perfectionism scale: Correlations with depression in college students with learning disabilities. *Psychological Reports, 77(2)*, 483-490.
- Sansone, C., Wiebe, D.J. & Morgan, C. (1999). Self-regulating interest: The moderating role of hardiness and conscientiousness. *Journal of Personality, 67*, 659-732.
- Shepperd, J.A., Kashani, J.H. (1991). The relationship of hardiness, gender, and stress to health outcomes in adolescents. *Journal of Personality, 59(4)*, 747-768.
- Westman, M. (1990). The relationship between stress and performance: The moderating effect of hardiness. *Human Performance, 3*, 141-155.