

دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)

شمارهٔ چهل و یک - پاییز ۱۳۸۸

صص ۱۳۷-۱۱۹

کمال‌گرایی و عزت‌نفس در نخبگان علمی، ورزشی و افراد غیرنخبه در شهر تهران

محسن ملکیان بهابادی^۱ - هاشم محسنی ذنوزی^۲ - محسن کشاورز^۳

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطهٔ بین کمال‌گرایی و عزت‌نفس در آزمودنی‌های نخبهٔ علمی، ورزشی و غیرنخبه بوده است. بدین منظور ۲۰۰ آزمودنی نخبه (۱۰۰ نخبهٔ علمی و ۱۰۰ نخبهٔ ورزشی) و ۲۰۰ آزمودنی غیرنخبه (۱۰۰ آزمودنی غیرنخبه منطبق با نخبگان علمی و ۱۰۰ آزمودنی غیرنخبه منطبق با نخبگان ورزشی) در شهر تهران مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. اندازه‌گیری این متغیرها با پرسشنامهٔ کمال‌گرایی مثبت و منفی تری - شورت و همکاران (۱۹۹۵) و عزت‌نفس نوجنت و توماس (۱۹۹۳) انجام شده است. روش پژوهش در این تحقیق همبستگی و تحلیل واریانس است. نتایج به‌دست آمده نشان می‌دهد که در دو گروه مورد بررسی، بین کمال‌گرایی مثبت و عزت‌نفس رابطهٔ مثبت و معنادار و بین کمال‌گرایی منفی و عزت‌نفس رابطهٔ منفی

۱. کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی (نویسندهٔ مسؤول) b.malekian@yahoo.com

۲. استادیار دانشکدهٔ روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران hashem.mohseni@yahoo.com

۳. کارشناس ارشد برنامه‌ریزی آموزشی

معناداری در سطح $P < 0/01$ وجود دارد. همچنین یافته‌ها نشان‌دهنده این نکته است که بین کمال‌گرایی و عزت‌نفس آزمودنی‌های نخبه و غیرنخبه تفاوت معناداری در سطح $P < 0/01$ وجود دارد.

کلید واژه‌ها: کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، عزت‌نفس، نخبه علمی و ورزشی.

مقدمه

کمال‌گرایی یکی از سازه‌های شخصیتی است که نقش مهمی در سازش‌یافتگی افراد ایفا می‌نماید. پژوهش و نظریه‌پردازی درباره کمال‌گرایی^۱ طی دو دهه گذشته روند رو به رشدی داشته است. هم‌اکنون کمال‌گرایی به‌عنوان یک سازه چند بعدی در نظر گرفته می‌شود که این ابعاد می‌توانند از نظر همبستگی و نتایج تفاوت زیادی با یکدیگر داشته باشند (فلت و هویت^۲، ۲۰۰۹). گرچه نویسندگان تمایل دارند در ابتدا بر جوانب منفی و مخرب سازه کمال‌گرایی تأکید کنند، اما اخیراً علاقه زیادی به توجه بر ابعاد مثبت و سازگار آن شکل گرفته است (فلت و هویت، ۲۰۰۶).

کمال‌گرایی یعنی گرایش فرد به داشتن مجموعه‌ای از معیارهای افراطی و تمرکز بر شکست‌ها و نقص‌ها در عملکرد و اعتقاد به کامل بودن و احساس اضطراب و فشار روانی بالا و ترس از اینکه نتواند مطابق انتظارات خود زندگی کند (فلت و هویت، ۱۹۹۷). فرد کمال‌گرا فردی است که نیاز و عطش دارد از هر نظر کامل و بی‌نقص باشد، خود را درست مطابق تصویر آرمانی که از خودش دارد فرض می‌کند و چون گمان می‌کند به راستی همان چیزی است که به حکم خودآرمانی باید باشد، بر این اساس خود را در زمینه‌های اخلاقی، عقلی و معنوی از همه نظر کامل و از همه کس برتر حس می‌کند و دیگران را به چشم حقارت و کوچکی می‌نگرد، ولی به حکم بخش دیگری از تصویر آرمانی‌اش، احساس حقارت دیگران را حتی از چشم خود هم پنهان می‌کند.

کمال‌گرایان خواهان برتری، پیروزی و تسلط هستند و تنها با این شیوه است که بر اضطراب‌ها و ترس خود غلبه می‌کنند (مهرابی‌زاده هنرمند و وردی، ۱۳۸۳).

فروید (۱۹۷۵) در توصیف افراد کمال‌گرا اظهار می‌کند که محرک اصلی در زندگی این افراد رسیدن به خوشبختی نیست، بلکه تکامل و برتری یافتن است. زندگی آنها در یکسری حتم‌ها، بایدها و نبایدها خلاصه شده است. آنها در هر کاری باید به کمال برسند و به بهترین شیوه آن را انجام دهند و گرنه خرسند نخواهند شد و نرسیدن به کمالات آنها را دچار اضطراب و افسردگی شدید می‌کند. این توقعات بیجا و عهده‌دار شدن مسؤولیت سنگین و غیرمنطقی، عرصه زندگی را بر آنان تنگ می‌کند (فروید، ۱۹۷۵؛ به نقل از خانبانی، ۱۳۸۵).

افراد کمال‌گرا نه به خاطر میل به پیشرفت و ترقی، بلکه به خاطر ترس از شکست برانگیخته می‌شوند. ترس موجب رفتار اجتنابی می‌شود و رفتار اجتنابی پیوسته فرد را گوش به زنگ نگه می‌دارد و به موجب آن فرد از آنچه که ترس‌آور است، اجتناب می‌کند (هاماچک^۱، ۲۰۰۰). نظریه‌های متعددی درباره چگونگی شکل‌گیری کمال‌گرایی مطرح شده است. یکی از این نظریه‌ها بر این باور است که ریشه کمال‌گرایی را باید در والدین کمال‌گرا جست‌وجو کرد (فروست، لهارت، روزنبلت، ۲۰۰۵).

تا قبل از سال ۱۹۹۰ کمال‌گرایی را به‌صورت سازه‌ای تک‌بعدی می‌نگریستند که بیشتر به شناخت‌های خودمدارانه متمرکز بود، ولی در اواخر سال ۱۹۹۰ کمال‌گرایی به‌عنوان سازه‌ای چند بعدی مدنظر قرار گرفت. از جمله هویت و فلت (۱۹۹۱) کمال‌گرایی را به‌عنوان سازه‌ای چند بعدی در نظر گرفته‌اند که شامل کمال‌گرایی خویش‌مدار، دیگرمدار و جامعه‌مدار می‌شود. کمال‌گرایی خویش‌مدار مجموعه‌ای از معیارهای دقیق برای ارزیابی رفتار فرد به شیوه‌ای دقیق و افراطی است. این زیرمقیاس انگیزش نیرومندی دارد که در تلاش‌های شخص برای رسیدن به خویش‌مدار کامل و اجتناب از شکست نمایان و به انتقاد از خود و خودتنبیهی منجر می‌شود. به‌عنوان مثال من تلاش خواهم کرد که هر روز بهتر از دیروز باشم (هویت و فلت، ۱۹۹۱). این

کمال‌گرایی باعث تفاوت بین خود ایده‌آل و خود واقعی می‌شود و در نتیجه با افسردگی همراه است. کمال‌گرایی جامعه‌مدار شامل معیارهای کمال‌گرایانه یا غیرواقع‌بینانه‌ی تحمیلی دیگران بر فرد است. دیگران به نحو دقیقی فرد را ارزیابی می‌کنند و برای کامل بودن به او فشار می‌آورند. به عبارت دیگر آنها انتظار دارند که فرد کامل باشد. به عنوان مثال مردم هیچ چیزی را کمتر از کامل انجام دادن از من انتظار ندارند. اضطراب و خشم بر آینده‌های این نوع کمال‌گرایی هستند، زیرا معیارهای تحمیل شده، افراطی و غیرقابل کنترل هستند. آسیب‌شناسی روانی، درخواست تأیید دیگران، و ترس از ارزیابی منفی از علایم این نوع کمال‌گرایی هستند (عباسی، ۱۳۸۰).

کمال‌گرایی دیگرمدار تمایل به داشتن معیارهای بالای غیرواقع‌بینانه برای رفتار افراد مهم در زندگی شخص است. این مؤلفه منجر به سرزنش دیگران، فقدان اعتماد به نفس و احساس ناکامی در روابط با دیگران، بدبینی، تنهایی و مشکلات زناشویی و خانوادگی می‌شود (شفران و منسل، ۲۰۰۱). کمال‌گرایی دیگرمدار با ناسازگاری در ارتباط برقرار می‌گردد (عباسی، ۱۳۸۰).

اسلانی، موبلی، تریپای، اشبی و جانسون^۱ مقیاس تجدیدنظر شده تقریباً کامل (APS-R)^۲ را از کمال‌گرایی ارائه داده‌اند. آنها اظهار می‌کنند که کمال‌گرایی به طور ذاتی یکی از ابعاد نابهنجار شخصیت نیست، بلکه چندبعدی است و جوانبی دارد که بعضی از آنها مشخصاً نابهنجار و برخی دیگر بهنجار هستند (اسلانی، رایس و اشبی، ۲۰۰۲). وجه تمایز این مقیاس آن است که تفاوت بین انتظاراتی که دیگران از عملکرد افراد دارند را ارزیابی‌های انجام گرفته توسط خود آنها اندازه می‌گیرد. بنابراین بهترین معیار برای تعیین کمال‌گرایی نابهنجار است. به طوری که چندین مطالعه و بررسی انجام گرفته در این زمینه این موضوع را تأیید کرده است (وی، مالین‌کرات، راسل و آبراهام^۳، ۲۰۰۴).

در مطالعه‌ای ساختار عاملی «APS-R» را بر روی ۸۰۰ دانشجو که به صورت

-
1. Slaney, Mobley, Trippi, Ashby & Johnson
 2. Almost Perfect Scale- Revised (APS-R)
 3. Wei, Mallinckrodt, Russell & Abraham

تصادفی از دانشکده‌های مختلف انتخاب شده بودند، بررسی کردند و از طریق مقایسه با دیگر مقیاس‌های کمال‌گرایی، اعتبار همگرایی نمره‌های آن را تأیید کردند ایشان رابطه نزدیکی بین ابعاد «APS-R» و میانگین نمره کل مشارکت‌کنندگان (ارتباط مثبت با معیارهای سطح بالا و رابطه منفی با تفاوت‌ها) و نیز میان ابعاد «APS-R» و نشانه‌های مختلف توانایی و پریشانی روانی یافتند (رایس، اسلانی و اشبی، ۲۰۰۷). اعتماد به‌نفس نیز به‌عنوان یک سازه شخصیتی ترجمه‌واژه Self-esteem و در فارسی معادل واژه حرمت خود می‌باشد. منظور از اعتماد به‌نفس، ارزشیابی ذهنی است مبنی بر اینکه شخص با ارزش یا برعکس بی‌ارزش و ناشایست است (وایتن^۱، ۲۰۰۴). از دیدگاه راجرز^۲ (۱۹۶۱) اعتماد به‌نفس عبارت است از ارزیابی مداوم و مستمر فرد نسبت به ارزشمندی خود. این صفت در انسان حالت عمومی دارد و محدود و زودگذر نیست (راجرز، ۱۹۶۱؛ به نقل از خانبانی، ۱۳۸۵). رابسن^۳ (۱۹۸۶) اعتماد به‌نفس را عبارت از حس رضایتمندی و خویشتن‌پذیری می‌داند که از ارزیابی خود درباره ارزشمندی، قدر و منزلت، جذابیت، شایستگی و کفایت و توانایی ارضای تمایلات و خواسته‌های فرد منتج می‌شود (رابسن، ۱۹۸۶؛ به نقل از محمودی، ۱۳۸۲). در دیدگاه کوپر اسمیت^۴ حرمت خود یا اعتماد به‌نفس عبارت است از ارزشیابی فرد درباره خود (خانبانی، ۱۳۸۵). به‌زعم گرینبرگ^۵ (۲۰۰۲) روان‌شناسان مختلف همواره درباره احتیاج انسان‌ها به اعتماد به‌نفس تأکید کرده‌اند، اما اینکه چرا چنین نیازی وجود دارد، نادیده گرفته شده است.

مبحث دیگری که در این مقاله به آن اشاره شده است، افراد سرآمد و نخبه هستند. کنجکاو و تفکر درباره افراد سرآمد و با استعداد سابقه‌ای بس طولانی و دو هزارساله دارد و احتمالاً به زمانی برمی‌گردد که انسانها برای اولین بار علاقه‌مند شدند، بفهمند که چرا اشخاص با هم تفاوت دارند. هر روز هم شاهد انجام تحقیقات گوناگون

-
- | | |
|--------------|----------------|
| 1. Weiten | 2. Rogers |
| 3. Robson | 4. Coopersmith |
| 5. Greenberg | |

بر روی افراد تیزهوش و جنبه‌های مختلف زندگی آنان هستیم. علاقه روزافزون دانشمندان به تحقیق بر روی این افراد نشان‌دهنده اهمیت است که این افراد در پیشرفت زندگی بشر داشته‌اند. به عبارت دیگر توجه روزافزون جوامع بشری نسبت به شناسایی و آموزش و پرورش تیزهوش و با استعدادها ناشی از تشخیص این است که افراد برجسته می‌توانند برای مشکلات اجتماعی فردا راه‌حل‌های منطقی بیابند و از به وجود آمدن بحران‌های گوناگون اجتماعی، سیاسی و اقتصادی جلوگیری کنند و یا در صورت وقوع آنها را کاهش دهند و مهار کنند. مفهوم تیزهوشی^۱ (توانایی بالا^۲، استعداد^۳، به صورت مترادف به کار می‌روند) به توانایی منحصر به فرد برای کسب موفقیت برجسته در یک یا چند حوزه توانمندی دلالت می‌کند. نیازمندی‌های پرورش این استعداد منحصر به فرد «تلاش شخصی»، «انگیزش شخصی» و «محیط اجتماعی پشتیبان» است (اژه‌ای، ۱۳۸۳).

پیشینه پژوهش

پژوهش‌های متعددی در این زمینه انجام شده است. از جمله تحقیقات صورت گرفته در زمینه رابطه کمال‌گرایی با آسیب‌شناسی روانی نشان داده است که این سازه با افسردگی^۴ (کاکس، انس و کلارا^۵، ۲۰۰۲)، اختلالات خوردن^۶، بیخوابی^۷ (وین‌سنت و والکر^۸، ۲۰۰۰)، اختلال وسواس و خودکشی^۹ (همیلتون و شوایتزر^{۱۰}، ۲۰۰۰) رابطه دارد. برای نخستین بار تری-شورت^{۱۱} و همکاران (۱۹۹۵) بین کمال‌گرایی مثبت و منفی تمایزی اساسی قایل شدند.

براساس نظر این پژوهشگران، فرد کمال‌گرای مثبت از رقابت برای برتری و

-
- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1. Giftedness | 2. High ability |
| 3. Talent | 4. Depression |
| 5. Cox, Enns & Clara | 6. Eating Disorder |
| 7. Insomnia | 8. Vincent & Walker |
| 9. Suicide | 10. Hamilton & Schweitzer |
| 11. Terry-short | |

کمال لذت می‌برد و در راستای رسیدن به پیامدهای مطلوب تلاش می‌نماید؛ در حالی که کمال‌گرایی منفی، انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای از عملکرد خویش دارد و از پیامدهای منفی اجتناب می‌نماید. تری - شورت و همکاران (۱۹۹۵) مقیاسی را طراحی کردند و نشان دادند که افراد ورزشکار، نمره بالاتری در کمال‌گرایی مثبت و بیماران مبتلا به اختلال خوردن و بیماران افسرده نمره بالاتری را در کمال‌گرایی منفی کسب می‌نمایند. پس از آن، پژوهش‌های زیادی در راستای ارتباط ابعاد مثبت و منفی کمال‌گرایی با ویژگیهای مختلف شخصیتی و بر روی آزمودنی‌های گوناگون صورت گرفت.

استامف و پارکر^۱ (۲۰۰۰) مطرح کردند که کمال‌گرایی مثبت با خودشکوفایی و احساس پیشرفت ارتباط مثبت و با افسردگی، اختلالات خوردن و اضطراب رابطه منفی دارد. هاس^۲ و همکاران (۲۰۰۲) با بررسی ورزشکاران نخبه به این نتیجه رسیدند که بین کمال‌گرایی مثبت با اختلال خوردن و اضطراب اجتماعی ارتباط منفی وجود دارد. گولد^۳ و همکاران (۲۰۰۲)، به نقل از استوبر^۴ و همکاران، (۲۰۰۸) کمال‌گرایی را یک ویژگی مهم روان‌شناختی ورزشکاران نخبه شرکت‌کننده در المپیک دانستند.

دانکلی^۵ و همکاران (۲۰۰۳) به این نتیجه رسیدند که کمال‌گرایی منفی با افسردگی، اضطراب و عزت‌نفس پایین ارتباط دارد.

استوبر و اتو^۶ (۲۰۰۶) بیان کردند که کمال‌گرایی مثبت با سازگاری مطلوب، عاطفه مثبت، شکیبایی و پیشرفت تحصیلی رابطه دارد. یکی از متغیرهایی که به‌عنوان یک عامل تعدیل‌کننده نقش مهمی را بین کمال‌گرایی و سلامت روانی^۷ ایفا می‌نماید، عزت‌نفس است. عزت‌نفس یکی از عوامل مهم و اساسی در رشد شخصیت و شکوفایی انسانها قلمداد می‌گردد، تأثیر متقابل عزت‌نفس و تجربه‌های موفقیت و شکست در زمینه‌های مختلف شخصی و بین شخصی در پژوهش‌های مختلف تأکید

- پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
1. Stumpf & Parker
 2. Haase
 3. Gold
 4. Stoeber
 5. Dunkley
 6. Otto
 7. Mental health

شده است. بشارت (۱۳۸۳) در بررسی رابطه کمال‌گرایی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی به این نتیجه رسید که خویش‌نشدن‌پذیری^۱ به فرد کمک می‌کند که صرف‌نظر از موفقیت یا شکست، به خود احترام بگذارد و این امر با کمال‌گرایی مثبت هماهنگ است، در حالی که کمال‌گرایی منفی با خود انتقادگری^۲ و کاهش عزت‌نفس ارتباط دارد. بهرامی‌پور (۱۳۷۵) به بررسی عزت‌نفس و افسردگی در نوجوانان سرآمد و عادی پرداخت و نشان داد که دانش‌آموزان سرآمد، عزت‌نفس بالاتر و افسردگی کمتری در مقایسه با نوجوانان عادی دارند. یافته‌های شفیع‌زاده (۱۳۷۹) نشان داد که عزت‌نفس ورزشکاران نخبه در مقایسه با ورزشکاران غیرنخبه بالاتر است که وی دلیل این برتری را تمرین زیاد، کسب مقام‌های ورزشی و سطح مهارت ورزشکاران نخبه بیان کرد. اقدسی (۱۳۷۱) در پژوهشی به مقایسه عزت‌نفس ۲۱۶ دانش‌آموز ورزشکار و ۲۰۹ دانش‌آموز غیرورزشکار پرداخت و نشان داد که اختلاف معناداری بین عزت‌نفس دانش‌آموزان ورزشکار و غیرورزشکار وجود دارد. در رابطه کمال‌گرایی و عزت‌نفس، یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که کمال‌گرایی مثبت با عزت‌نفس بالاتر و کمال‌گرایی منفی با عزت‌نفس پایین ارتباط دارد (رایس^۳ و همکاران، ۱۹۹۸؛ گاتوالز^۴، ۲۰۰۳؛ و ترامپتر^۵، ۲۰۰۶). همان‌طور که ملاحظه شد ارتباط دو سازه شخصیتی کمال‌گرایی و عزت‌نفس با مؤلفه‌های شخصیتی مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. با توجه به مطالب گفته شده، پژوهش حاضر نیز به بررسی این سازه‌های روان‌شناختی در گروه‌های خاص، نخبگان علمی و ورزشی، پرداخته است. بر این اساس، مسأله اساسی پژوهش حاضر این است که آیا بین کمال‌گرایی و عزت‌نفس در نخبگان علمی، ورزشی و افراد غیرنخبه رابطه وجود دارد؟ و اینکه آیا بین سازه‌های کمال‌گرایی و عزت‌نفس در این گروه‌ها تفاوت وجود دارد؟

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

-
- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. Self-acceptance | 2. Self-criticism |
| 3. Rice | 4. Gotwals |
| 5. Trumpeter | |

روش تحقیق

جامعه آماری پژوهش حاضر در برگیرنده نخبگان علمی، ورزشی و افراد غیرنخبه در شهر تهران است.

در پژوهش حاضر از آنجایی که اطلاعات دقیق مربوط به تعداد کل آنها وجود نداشت، لذا حجم نمونه ۴۰۰ نفر در نظر گرفته شد که شامل ۲۰۰ آزمودنی نخبه (۱۰۰ آزمودنی نخبه علمی و ۱۰۰ آزمودنی نخبه ورزشی) و ۲۰۰ آزمودنی غیرنخبه (متناسب با دو گروه ۱۰۰ نفری نخبگان) است. انتخاب نمونه در پژوهش حاضر به صورت زیر انجام گرفته است:

انتخاب نخبه‌های علمی: نمونه‌گیری طی یک دوره ۲ ماهه به طور متوالی و نظام‌مند از افراد مراجعه‌کننده به انجمن علمی نخبگان که در فهرست عضویت این انجمن بودند به صورت تصادفی انجام گرفت (۵۷ مرد و ۴۳ زن با میانگین و انحراف معیار سنی ۲۴/۷۵ و ۴/۴۷).

انتخاب نخبه‌های ورزشی: نمونه‌گیری طی یک دوره ۲ ماهه به طور متوالی و نظام‌مند از افراد مراجعه‌کننده به کمیته ملی المپیک که در فهرست عضویت این کمیته بودند به صورت تصادفی انجام گرفت (۶۴ مرد و ۳۶ زن با میانگین و انحراف معیار سنی ۲۳/۹ و ۳/۹).

انتخاب غیرنخبه‌ها: نمونه‌گیری طی یک دوره ۱ ماهه و با توجه به متغیرهای سن، جنس و تحصیلات نخبه‌ها برای هم‌تاسازی نمونه‌ها صورت گرفت (۱۲۱ مرد و ۷۹ زن با میانگین و انحراف معیار سنی ۲۴/۱ و ۳/۹۸). قابل توجه است که تحلیل واریانس مربوط به سن آزمودنی‌های گروه‌های چهارگانه نشان داده است که F مشاهده شده (۱/۷۹) معنادار نمی‌باشد ($P > 0/05$).

روش اجرا: در این پژوهش از پرسشنامه استفاده شده است و به صورت نظام‌مند و متوالی به افرادی که هم گروه بودند و هم افرادی داده شد این دو گروه به صورت کاملاً تصادفی پرسشنامه پر کردند.

ابزار پژوهش

الف - پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی: این آزمون دارای ۴۰ عبارت است که تری - شورت و همکاران (۱۹۹۵) طراحی کرده‌اند و براساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت، کمال‌گرایی آزمودنی‌ها را (از نمره یک تا پنج) در دو زمینه مثبت و منفی می‌سنجد. تری - شورت و همکاران (۱۹۹۵) آلفای کرونباخ کمال‌گرایی مثبت و منفی را به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش دادند. بشارت (۱۳۸۲) ضریب آلفای کرونباخ مقیاس را در یک نمونه ۲۱۲ نفری از دانشجویان دختر و پسر به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۷ محاسبه نمود. همچنین همبستگی نمره‌های آزمودنی‌ها برحسب آزمون و آزمون مجدد با فاصله چهار هفته، برای کل آزمودنی‌ها ۰/۸۶ بوده است. روایی مقیاس براساس محاسبه ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های این آزمون با خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه سلامت عمومی و مقیاس عزت‌نفس کوپر اسمیت انجام شده است که ضرایب به‌دست آمده، مطلوب و مناسب بوده است (بشارت، ۱۳۸۲). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۷۷ به‌دست آمده است.

ب - پرسشنامه عزت‌نفس: دارای ۴۰ گویه است که توماس و نوجنت^۱ (۱۹۹۳، ص ۲۱۰) ساختند و براساس مقیاس ۷ درجه‌ای تنظیم شده است. در پژوهش شعیری و همکاران (۱۳۸۶، ص ۳۵۴) آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۹۲، همبستگی ناشی از بازآزمایی به فاصله یک هفته برابر ۰/۷۸ و همبستگی با مقیاس عزت‌نفس کوپر اسمیت برابر ۰/۸۳ محاسبه شده است که نتایج به‌دست آمده بیانگر مقبولیت اعتبار و روایی این آزمون می‌باشد. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۴ است.

در این پژوهش برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار آماری SPSS¹⁴ استفاده شده است و با توجه به شاخص‌های مرکزی و پراکندگی نظیر فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار به تفسیر آنها پرداخته شده است و به‌منظور آزمون فرضیه‌ها، روش‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس تک‌عاملی مورد استفاده قرار گرفته است.

1. Thomas & Nugent

یافته‌های پژوهش

در این بخش ابتدا نتایج توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در گروه‌های چهارگانه در جدول ۱ ارائه می‌شود، سپس در جدول ۲ به ارائه همبستگی بین متغیرهای کمال‌گرایی و عزت‌نفس در آزمودنی‌های نخبه و غیرنخبه می‌پردازیم. در جدول ۳ خلاصه نتایج تحلیل واریانس تک‌عاملی مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه می‌گردد و در جدول ۴ نتایج آزمون توکی مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه می‌شود.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

گروه‌ها	متغیر	کمال‌گرایی مثبت		کمال‌گرایی منفی		عزت‌نفس	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
پ.ز.	علمی	۸۷/۰۹	۵/۴۶	۵۳/۱۷	۷/۲۷	۲۳۸/۸	۱۲/۲۷
	ورزشی	۸۸/۰۲	۵/۴۹	۵۴/۷۸	۷/۷۱	۲۳۸/۶۵	۱۱/۶۷
غ.ز.	منطبق با نخبه علمی	۷۹/۴۴	۴/۷۲	۵۸/۵۴	۵/۴۸	۲۲۲/۹۳	۱۱/۶۸
	منطبق با نخبه ورزشی	۷۸/۰۹	۴/۴۹	۶۰/۴۹	۶/۳۷	۲۱۶/۵۵	۱۱/۶۸

همان‌طور که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد آزمودنی‌های نخبه در ابعاد کمال‌گرایی مثبت و عزت‌نفس نسبت به آزمودنی‌های غیرنخبه دارای میانگین بالاتر و در بعد کمال‌گرایی منفی، آزمودنی‌های غیرنخبه نسبت به آزمودنی‌های نخبه دارای میانگین بالاتر هستند.

جدول ۲- همبستگی بین متغیرهای کمال‌گرایی و عزت‌نفس در آزمودنی‌های پژوهش

آزمودنی	متغیر	عزت‌نفس		کمال‌گرایی
		مثبت	منفی	
نخبه علمی	عزت‌نفس	۱	—	—
	کمال‌گرایی مثبت	۰/۳۹*	۱	—
	کمال‌گرایی منفی	-۰/۴۷**	-۰/۳۴*	۱
	عزت‌نفس	۱	—	—
نخبه ورزشی	کمال‌گرایی مثبت	۰/۴۲**	۱	—
	کمال‌گرایی منفی	-۰/۳۰*	-۰/۲۲	۱
	عزت‌نفس	۱	—	—
	غیرنخبه منطبق با نخبه علمی	کمال‌گرایی مثبت	۰/۴۲**	۱
کمال‌گرایی منفی		-۰/۳۸*	-۰/۰۴	۱
عزت‌نفس		۱	—	—
غیرنخبه منطبق با نخبه ورزشی		کمال‌گرایی مثبت	۰/۳۷*	۱
	کمال‌گرایی منفی	-۰/۵۹**	-۰/۱۲	۱
	عزت‌نفس	۱	—	—

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین کمال‌گرایی مثبت و عزت‌نفس در گروه‌های چهارگانه مورد بررسی، همبستگی مثبت معنادار و بین کمال‌گرایی منفی و عزت‌نفس همبستگی منفی معنادار وجود دارد.

باید گفت که بیشترین ضریب همبستگی منفی بین کمال‌گرایی منفی و عزت‌نفس بین غیرنخبه در مقایسه با نخبه علمی می‌باشد.

جدول ۳- نتایج تحلیل واریانس تک‌عاملی مربوط به نمرات آزمودنی‌ها در پرسشنامه کمال‌گرایی و عزت‌نفس

متغیر شاخص	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	P
کمال‌گرایی مثبت	بین گروهی	۳	۷۸۱۱/۰۷	۲۶۰۳/۶۹	۰/۰۰۱
	درون گروهی	۳۹۶	۱۰۱۳۱/۳۷	۲۵/۵۸	۱۰۱/۷۷
	کل	۳۹۹	۱۷۹۴۲/۴۴	—	
کمال‌گرایی منفی	بین گروهی	۳	۳۳۲۷/۴۴	۱۱۰۹/۱۵	۰/۰۰۱
	درون گروهی	۳۹۶	۱۸۳۷۷/۶۰	۴۶/۴۱	۲۳/۹۰
	کل	۳۹۹	۲۱۷۰۵/۴۰	—	
عزت‌نفس	بین گروهی	۳	۳۷۳۲۹/۵۷	۱۲۴۴۳/۱۹	۰/۰۰۱
	درون گروهی	۳۹۶	۵۶۰۵۰/۵۱	۱۴۱/۵۴	۸۷/۹۱
	کل	۳۹۹	۹۳۳۸۰/۰۷	—	

نگاهی به نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که آزمون تحلیل واریانس در کمال‌گرایی مثبت، منفی و عزت‌نفس معنادار بوده است ($P < ۰/۰۱$). به عبارت دیگر بین گروه‌های مختلف تحقیق در کمال‌گرایی مثبت و منفی عزت‌نفس اختلاف معنادار مشاهده شده است. اما اینکه کدام یک از گروه‌ها به شکل دو به دو در زمینه متغیرهای پژوهش با یکدیگر متفاوت هستند، نیازمند انجام آزمون تعقیبی بود که به این منظور از آزمون تعقیبی توکی استفاده شد.

جدول ۴- نتایج آزمون تعقیبی توکی برای مقایسه میانگین گروهها

متغیر	گروهها	میانگین	نخبة علمی	نخبة ورزشی	غیرنخبة منطبق با نخبة علمی	غیرنخبة منطبق با نخبة ورزشی
کمال‌گرایی مثبت	نخبة علمی	۸۷/۰۹	*	*	*	*
	نخبة ورزشی	۸۷/۰۲	*	*	*	*
	غیرنخبة منطبق با نخبة علمی	۷۹/۴۴				
	غیرنخبة منطبق با نخبة ورزشی	۷۸/۰۹				
کمال‌گرایی منفی	نخبة علمی	۵۳/۱۷	*	*	*	*
	نخبة ورزشی	۵۴/۷۸	*	*	*	*
	غیرنخبة منطبق با نخبة علمی	۵۸/۵۴				
	غیرنخبة منطبق با نخبة ورزشی	۶۰/۴۹				
عزت‌نفس	نخبة علمی	۲۳۸/۷۸	*	*	*	*
	نخبة ورزشی	۲۳۸/۶۵	*	*	*	*
	غیرنخبة منطبق با نخبة علمی	۲۲۳/۲۸				
	غیرنخبة منطبق با نخبة ورزشی	۲۱۶/۶۶				

با توجه به نتایج جدول ۱، نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که در سه متغیر تحقیق یعنی کمال‌گرایی مثبت و منفی و عزت‌نفس در نخبه‌های علمی و ورزشی نسبت به گروههای دیگر بیشتر و معنادار شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هر جامعه‌ای که به بقا و پیشرفت خود می‌اندیشد استعدادهای خود را در کانون توجه قرار می‌دهد. به‌طور کلی سالهاست که یک حرکت جهانی شروع شده و به سمت توجه ویژه به نخبگان و تیزهوشان جهت‌گیری کرده است. کشورهایی که خود را با این حرکت همگام نمی‌کنند، نه فقط در حال توقف هستند، بلکه روز به روز سیر قهقرایی را می‌پیمایند و فاصله بسیار زیادی را با این کاروان می‌گیرند (اژه‌ای، ۱۳۸۳). به‌طور

کلی یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان‌دهنده وجود رابطه معنادار بین کمال‌گرایی مثبت و عزت‌نفس در آزمودنی‌های نخبه و غیرنخبه بوده است. باید به این نکته توجه داشت که کمال‌گرایی مثبت، انتظاراتی عقلانی و واقع‌گرایانه با توجه به تواناییها و محدودیت‌های فرد ایجاد می‌کند که این واقع‌بینی با محدودسازی انتظارات در دو زمینه شخصی و بین شخصی به فرد کمک می‌نماید تا معیارهای سخت و هدفهای تحقق‌نیافتنی را بر خود و دیگران تحمیل ننماید و در سایه این واقعیت روان‌شناختی با کاهش ترس از شکست و افزایش رضایت شخصی، عزت‌نفس خود را تقویت می‌کند. این عمل به فرد کمک می‌نماید تا از یک سو با قدرت و موفقیت بیشتر با واقعیت‌ها روبه‌رو گردد و از سوی دیگر، محدودیت‌های خود را آسان‌تر بپذیرد. همچنین یافته‌ها نشان‌دهنده رابطه منفی بین کمال‌گرایی منفی و عزت‌نفس بوده است، حقیقت این است که کمال‌گرایی منفی براساس نارضایتی و انتقاد دایمی از عملکرد شخصی تعیین می‌شود که چنین وضعیتی نوعی احساس ناشایستگی را رقم می‌زند. در این راستا پژوهش حاضر همسو با نتایج پژوهش بشارت (۱۳۸۳)، رایس و همکاران (۱۹۹۸)، گاتوالز و همکاران (۲۰۰۳)، استوبر و اتو (۲۰۰۶) و ترامپتر (۲۰۰۶) است. همچنین نشان‌دهنده میزان بالاتر کمال‌گرایی مثبت و میزان پایین کمال‌گرایی منفی در افراد نخبه در مقایسه با افراد غیرنخبه بوده است که این یافته‌ها با نتایج پژوهش تری - شورت و همکاران (۱۹۹۵)، هاس و همکاران (۲۰۰۲) و گولد و همکاران (۲۰۰۲) به نقل از استوبر و همکاران، (۲۰۰۸) مطابقت دارد. همان‌طور که اشاره شد، کمال‌گرایی مثبت داشتن احساس پیشرفت و رسیدن به پیامدهای مطلوب است که این امر موجب می‌گردد تا فرد محدودیت‌ها و موانع را بپذیرد، همچنین سازه کمال‌گرایی منفی اغلب به‌عنوان یک همبسته با بیماری‌های روانی مورد تأیید قرار گرفته است که براساس نارضایتی و انتقاد دایمی از عملکرد شخصی مشخص می‌گردد. پرواضح است که افراد نخبه به‌دلیل ویژگیهای شخصی و روانی، از تنظیم اهداف واقعی و قابل حصول بیشتر آگاهی داشته و در راه رسیدن به اهداف مثبت آرمانی از قبل تعیین شده گام برمی‌دارند. نتایج همچنین نشان‌دهنده بالاتر بودن عزت‌نفس آزمودنی‌های نخبه در مقایسه با آزمودنی‌های غیرنخبه بوده است که این نتایج همگام با پژوهش اقدسی (۱۳۷۱)، بهرامی‌پور (۱۳۷۵) و شفیع‌زاده (۱۳۷۹) است. یافته‌ها نشان می‌دهد که افراد نخبه قدرت تمرکز زیادی در قابلیت‌های روانی و تقویت عزت‌نفس خود دارند و اغلب از

نحوه مقابله کارآمد با فشارهای محیطی برخوردارند، لذا عزت‌نفس آنها به‌عنوان مانعی در برابر خطرات و تهدیدهای زندگی روزمره از آنها محافظت می‌نماید. در وهله اول آنچه به‌دست آمده است، میزان همبستگی متغیرهای کمال‌گرایی و عزت‌نفس در آزمودنی‌های نخبه و غیرنخبه بوده است، اما همین ارتباط نیز به ما یادآور می‌شود که این دو متغیر نقش اساسی در رفتار آدمی ایفا می‌نمایند. اما مقایسه نتایج گروهها براساس تحلیل واریانس نشان می‌دهد که آزمودنی‌های نخبه از عزت‌نفس و کمال‌گرایی مثبت بیشتری برخوردارند. این امر توجه به تربیت ویژگیهای شخصیتی و گسترش توانمندی‌ها را در کودکان برای بهره‌گیری مناسب در آینده نشان می‌دهد. با توجه به نتایج پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد که برای داشتن افرادی کارآمد و شایسته باید همبسته‌های روان‌شناختی ابعاد مثبت و منفی کمال‌گرایی مورد بررسی و تجزیه و تحلیل بیشتری قرار بگیرند.

منابع

- ازهای، جواد. (۱۳۸۳)، *ویژگیهای شخصیتی تیزهوشان*، تهران، انتشارات سمپاد.
- اقدسی، محمدتقی. (۱۳۷۱)، «بررسی و مقایسه عزت‌نفس دانش‌آموزان ورزشکار و غیرورزشکار»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۲)، «قابلیت اعتبار و پایایی مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی»، *مجله علوم روان‌شناختی*، شماره ۸.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۳)، «بررسی رابطه کمال‌گرایی و حرمت خود در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی»، *فصلنامه روان‌شناسان ایرانی*، شماره ۱.
- بهرامی‌پور، مهدی. (۱۳۷۵)، «بررسی تحولی رابطه بین ناهمگنی در خود پنداشت، حرمت خود و افسردگی در نوجوانان سرآمد و عادی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
- خانابانی، مهدی. (۱۳۸۵)، «کمال‌گرایی و حرمت خود در دانش‌آموزان دبیرستانی پایه اول تیزهوش و عادی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
- سیف‌نراقی، مریم. و عزت‌الله نادری. (۱۳۸۳)، *روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی*، تهران، انتشارات سمت.
- شعیری، محمدرضا. مهدیه عطری‌فرد و مرضیه خادامیان. (۱۳۸۶)، «بررسی ویژگیهای مبتنی بر روان‌سنجی مقیاس درجه‌بندی حرمت خود»، *مجله علوم روان‌شناختی*، شماره ۲۴.

شفیع‌زاده، مهدی. (۱۳۷۹)، «مقایسه اعتماد به‌نفس ورزشی در بین ورزشکاران رشته‌های مشت‌زنی، کشتی، وزنه‌برداری و همبستگی آن با نخبگی و سابقه تمرینی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تربیت معلم.

عباسی، مریم. (۱۳۸۰)، «بررسی رابطه بین اضطراب و کمال‌گرایی منفی والدین با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دبیرستان شهرستان ملایر»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.

محمودی، زهرا. (۱۳۸۲)، «بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین شخصی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

مونکس، فرانتس. رایین فلوگر. «آموزش تیزهوشان در ۲۱ کشور اروپایی: وضع موجود و چشم‌انداز»، فصلنامه سازمان ملی پرورش استعدادها درخشان، ترجمه رضا گلشن مهرجری، (۱۳۸۷)، شماره ۳.

مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز و مینا وردی. (۱۳۸۲)، کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی، اهواز، نشر رسش.

Cox, B.J., Enns, M.W., & Clara, I.D (2002). "The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples". *Psychological Assessment*, 14, 365-373.

Dunkley, D.M., Zuroff, D.C., & Blankstein, K.R (2003) "Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping". *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 234-252.

Ferrari, J.R., 1995, "Perfectionism cognitions with nonclinical and clinical samples". *Journal of Social Behaviour and Personality*, 10, 143-156.

Flett, G. L., & Hewitt, P. L (2006). Positive and negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's dual process model. *Behavior Modification*, 30, 472-495.

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; 4-19.

Flett, G.L. & Hewitt, P.T (1997). "Perfectionism, self actualization and personal adjustment". *Journal of social behavior and personality*, 6. 117-160.

Frost, R.O. Lahart, C.M. and Rosenblate, R (2005). "The department of

- perfectionism: A study daughters and their parent". *Cognitive Therapy and Research*, 15, 469- 486.
- Gotwals, J. k., Dumm, J. G. H. & wayment, H. A (2003). "An examination of perfectionism and self-esteem in intercollegiate athletes". *Journal of Sport Behavior*, 26, 17-38.
- Greenberg, G.Y (2002). "The effect of relationship enhancement program on martial communication and self esteem". *Journal of Applied Social Sciences*.5, 1378- 1394.
- Haase, A.M., Prapavessis, H., & Owens, R.G (2002). "Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: A comparison of male and female elite athletes". *Psychology of Sport Exercise*, 3, 209-222.
- Hamachek, D.E (2000). "Borderline personality disorder, A investigation with the multi dimensional perfectionism scale". *European Journal of Psychological Assessment* , 10. 115- 126.
- Hamilton, T.K., & Schweitzer, R.D (2000). "The cost of being perfect: Perfectionism and suicide ideation in university students". *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 829-835.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L (1991). "Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology". *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Nugent, W.R. & Thomas, J.W (1993). "Validation of clinical measure of self-esteem". *Research on Social Work Practice*, 3, 208-218.
- Rice, K. G., & Slaney, R. B., Ashby, J. S (2007). "Perfectionism and the Five-Factor Model of Personality". *Journal of Assessment*: 14,385-398.
- Rice, K. G., Ashby, J. S. and Slaney, R. B (1998). "Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: a structural equations analysis". *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
- Shefran, R. Mensell, W (2001). "Perfectionism, psychopathology: A review research and treatment". *Clinical psychology review*, 21 (3). 879-905.
- Slaney, R.B., Rice, K.G., & Ashby, J.S (2002). "A programmatic approach

- to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales". In G.L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 63-88). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stoeber, J., & Otto, K (2006). "Positive conception of perfectionism: Approaches, evidence, challenges". *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319.
- Stoeber, J., Stoll, O., Pescheck, E., & Kathleen, O (2008). "Perfectionism and achievement goals in athletes: Relations with approach and avoidance orientations in mastery and performance goals". *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 102-121.
- Stumpf, H. & Parker, W.D (2000). "A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to the personality characteristics". *Personality and Individual Differences*, 28, 837-852.
- 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.
- their relation with eating disorder Pearson, C.A., & Gleaves, D.H (2006). "The multiple dimensions of perfectionism and features". *Personality and Individual Differences*, 41, 225-235.
- Trumpeter, N., Watson, R. J., & O'leary, B. J (2006). "Factors within multidimensional perfectionism scales: Complexity of relationships with self-esteem, narcissism, self-control and self-criticism". *Personality and Individual Differences*, 41, 849-860.
- Vincent, N.K., & Walker, J.R (2000). "Perfectionism and chronic insomnia". *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 349-354.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. & Abraham, T (2004). "Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between attachment and depressive mood". *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.
- Weiten. A.T. (2004). "Psychology of self". New York. Guilford press.

تاریخ وصول: ۸۸/۹/۱۶

تاریخ پذیرش: ۸۹/۷/۱