

The Relationship between Perfectionism and Early Maladaptive Fantasies with Imposter Syndrome in Female Students

Article Info

Authors:

Mehrnoush Kalayi Rad¹,
Nadia Madani Pour^{2*},
Mahdieh Salehi³

Keywords:

Imposter Syndrome,
Perfectionism, Initial
Maladaptive Delusion,

Article History:

Received: 2020-10-20
Accepted: 2020-12-10
Published: 2021-01-20

Correspondence:

Email: n.madanipour@gmail.com
Phone:
Address:

Abstract

Purpose: One of the personality traits that affect student's performance is the syndrome of hypocrisy (Imposter syndrome). Accordingly, the aim of this study was to determine the relationship between perfectionism and the design of early maladaptive fantasies with Imposter syndrome. She was a student girl.

Methods: The research method was descriptive-correlation. The statistical population of the study included all female students studying in the Faculty of Educational Sciences and Psychology of the Islamic Azad University, Central Tehran Branch in 2017-17. By stratified random sampling method and based on Krejcie and Morgan (1970) sample size determination table, 350 students were selected and Pretending Syndrome Questionnaire (Klans and Ames, 1978), Multidimensional Perfectionism Questionnaire (Frost, 1990) and completed the Yang-form maladaptive schematic questionnaire (Yang, 2005). Data analysis was performed using descriptive statistics, Pearson correlation coefficient and multiple regressions with simultaneous input method and SPSS 26 statistical software.

Findings: The results showed that there is a significant correlation between perfectionism and its dimensions (worry about mistakes, doubts about actions, parental expectations, parental criticism, personal standards and organization) with the symptoms of hypocrisy. Also, the results showed that although there is a significant correlation between the total score of the initial maladaptive schema and all its dimensions with the syndrome of hypocrisy, but only the dimensions of affected / unchanged self, inadequate self-control / self-discipline, emotional deprivation, Abandonment / instability, mistrust / abuse, social isolation / alienation, failure, dependence / inadequacy, vulnerability to harm and disease, obedience and emotional inhibition have been able to explain the changes associated with the syndrome of hypocrisy.

Conclusion: Students with the syndrome of pretense, despite the external evidence of success, are incapable of internalizing success and unhealthy perfectionism and early maladaptive schemas are the characteristics of these people.

-
1. Master student, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
 2. Assistant Professor, Department of Psychology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran. (Coresponding Author)
 3. Assistant Professor, Department of Clinical Psychology and Faculty, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
-

رابطه‌ی کمال‌گرایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو

مه‌نوش کلائی راد^۱، نادیا دنی پور^۲، مهدیه صالحی^۳

چکیده

هدف: یکی از ویژگی‌های شخصیتی که روی عملکرد دانشجویان تأثیر می‌گذارد، نشانگان وانمود گرایی (سندرم ایمپاستر) است بر این اساس، هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه‌ی کمال‌گرایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو بود.

روش: روش تحقیق توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان مؤنث مشغول به تحصیل در دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز در سال ۹۷-۱۳۹۶ بود. با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و بر اساس جدول تعیین حجم نمونه کرجسی-مورگان (۱۹۷۰) تعداد ۳۵۰ نفر از دانشجویان انتخاب شدند و پرسشنامه نشانگان وانمود گرایی (کلانس-ایمز، ۱۹۷۸)، پرسشنامه کمال‌گرایی چندبعدی (فراست، ۱۹۹۰) و پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگاران یانگ-فرم کوتاه (یانگ، ۲۰۰۵) را تکمیل نمودند. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با روش ورود هم‌زمان و نرم‌افزار آماری SPSS 26 انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین کمال‌گرایی و ابعاد آن (نگرانی درباره اشتباه، شک درباره اعمال، انتظارات والدینی، انتقادگری والدینی، استانداردهای شخصی و سازمان‌دهی) با نشانگان وانمود گرایی همبستگی معناداری وجود دارد. همچنین، نتایج نشان داد که با وجود اینکه بین نمره کل طرح‌واره ناسازگار اولیه و تمامی ابعاد آن با نشانگان وانمود گرایی همبستگی معناداری وجود دارد اما تنها ابعاد گرفتار/خویش‌تن تحول نیافته، خویش‌تن‌داری/خود انضباطی ناکافی، محرومیت هیجانی، رهاسدگی/بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی/بیگانگی، شکست، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری، اطاعت و بازداری هیجانی توان تبیین تغییرات مرتبط با نشانگان وانمود گرایی را داشته‌اند.

نتیجه‌گیری: دانشجویان دارای نشانگان وانمود گرایی با وجود شواهد بیرونی موفقیت‌ها، در درونی سازی موفقیت‌ها خود ناتوان هستند و کمال‌گرایی ناسالم و طرح‌واره‌های ناسازگاری اولیه از ویژگی‌های این افراد می‌باشند.

واژگان کلیدی: سندرم ایمپاستر، کمال‌گرایی، طرح‌واره ناسازگار اولیه

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

^۲ استادیار گروه روانشناسی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران (نویسنده مسئول) n.madanipour@gmail.com

^۳ استادیار گروه روانشناسی بالینی و هیات علمی واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مقدمه

یکی از ویژگی‌های شخصیتی که روی عملکرد دانشجویان تأثیر می‌گذارد، نشانگان وانمودگرایی^۱ (سندرم ایمپاستر) است (برنارد^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). این نشانگان را می‌توان به عنوان مجموعه‌ای از احساسات بی‌کفایتی تعریف نمود که از این باور نشأت می‌گیرد که فرد ناشایست است و قادر به کسب مهارت، در فعالیتی که خواهان انجام آن است و یا نیاز به انجام آن دارد، نیست. این احساسات حتی زمانی که فرد طبق شواهد به‌دست آمده درمی‌یابد که عکس شرایطی که فکر می‌کند به وقوع پیوسته است (از عهده‌ی انجام آن کار برآمده است) به قوت خود باقی هستند (لادونا^۳ و همکاران، ۲۰۱۸).

نشانگان وانمودگرایی (سندرم ایمپاستر) به وضوح یک سبک اجتماعی انطباقی نامطلوب و فراگیر از تعامل با محیط را ارایه می‌دهد که ممکن است توانایی بالقوه‌ی دانشجویان را از لحاظ تحصیلی و شغلی محدود سازد (برنارد و همکاران، ۲۰۱۸). برای نخستین بار کلاسنس و ایمز^۴ این واژه را به‌صورت پدیده‌ی وانمودگرایی و هاروی و کاتز^۵ وانمودگرایی را به عنوان یک سازه‌ی شخصیتی معرفی نمودند (استون^۶ و همکاران، ۲۰۱۸). وانمودگرها معتقدند که دیگران را فریب داده‌اند. آن‌ها مصرانه این احساس را در خود ایجاد می‌کنند که از آنچه شایستگی آن را ندارند گریخته‌اند و این لیاقت را اتفاقی به‌دست آورده‌اند. این گروه علی‌رغم کسب موفقیت از پیشرفت‌های خود احساس لذت نمی‌کنند و تصور می‌نمایند که دیگران برداشتی فراتر از توانایی آنان دارند (کوکلی^۷ و همکاران، ۲۰۱۷).

شواهد پژوهشی حاکی از این است که بین نشانگان وانمودگرایی در افراد با تجربه هیجان‌ات منفی و کمال‌گرایی رابطه وجود دارد (وانگ^۸ و همکاران، ۲۰۱۹؛ پاولا-دیودا^۹، ۲۰۱۴). کمال‌گرایی^{۱۰} به‌صورت گرایش به سوی عملکرد بی‌نقص، تعیین اهداف در سطح بالا و ارزیابی‌های سختگیرانه نسبت به خود شناخته می‌شود (فلت و هویت^{۱۱}، ۲۰۰۴ به نقل از لیمبرگ^{۱۲} و همکاران، ۲۰۱۷). کمال‌گرایان اهمیت زیادی به ارزیابی‌های دیگران می‌دهند، از عدم تأیید توسط دیگران نگران هستند و از انجام کاهایی که باعث رنجش و در نتیجه عدم تأیید دیگران می‌شود، اجتناب می‌ورزند (بازچلی^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۸).

شناخت باورهای مثبت و منفی کمال‌گرایی و رابطه‌ی آن با مؤلفه‌های درونی به‌ویژه طرح‌واره‌های از پیش شکل گرفته شده می‌تواند اهمیت زیادی داشته باشد. ساختارهای شناختی، تفکر و رفتار افراد را سازمان می‌دهند و سایر عوامل مربوط به آن‌ها احتمالاً نقش واسطه‌ای بر عهده دارند (یاکین^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۹). ژرف‌ترین ساختارهای شناختی، طرح‌واره‌ها هستند. طرح‌واره‌ها در رویارویی با محرک‌های جدید بر پایه‌ی ساختار پیشین خود، اطلاعات به‌دست آمده را سرند، رمزگردانی و ارزیابی می‌کنند و بدین ترتیب بر نوع نگرش افراد نسبت به خود و جهان پیرامون‌شان تأثیر می‌گذارند (وان ویج-هربرینک^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۸).

یانگ^{۱۶} (۲۰۰۳) به نقل از کی و بارلاس^{۱۷} (۲۰۲۰) طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه^{۱۸} را الگوها یا درون مایه‌های عمیق و فراگیری می‌داند که از خاطرات، هیجان‌ها، شناخت‌واره‌ها و احساسات بدنی در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته‌اند و در مسیر

1. Impostor syndrom

2. Bernard

3. LaDonna

4. Clance & Imes

5. Harvy & Katz

6. Stone

7. Cokley

8. Wang

9. Paula Dudua

10. Perfectionism

11. Hewitt & Flett

12. Limburg

13. Buzzichelli

14. Yakin

15. van Wij-Herbink

16. Young

17. Ke & Barlas

18. Early maladaptive schema

زندگی تداوم دارند، درباره‌ی خود یا دیگران بوده و به شدت ناکارآمد هستند. در همین راستا، نتایج پژوهش هاشمی و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه هم با الگوهای ارتباطی و شخصیتی دانشجویان و هم با کمال‌گرایی رابطه دارد. با اذعان به اینکه نشانگان وانمودگرایی (سندرم ایمپاستر) در بین قشر دانشجو به ویژه جنس مؤنث از شیوع نسبتاً بالایی برخوردار بوده (روهرمن^۱ و همکاران، ۲۰۱۶) و مطالعات طولی نشان داده‌اند که این نشانگان می‌تواند بر شکل‌گیری هویت شغلی نیز تأثیرگذار باشد (توماس و بیگاتی^۲، ۲۰۲۰)، بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه‌ی بین کمال‌گرایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو انجام شد.

روش

پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان مؤنث مشغول به تحصیل در دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز در سال ۹۷-۱۳۹۶ بود (N=۳۲۳۰). تعداد ۳۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای براساس جدول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) انتخاب شد که از این تعداد ۱۵۱ نفر در مقطع کارشناسی، ۱۵۷ نفر کارشناسی ارشد و ۴۲ نفر دکتری تخصصی بودند.

در راستای رعایت اصول اخلاقی پژوهشی به منظور حفظ حقوق آزمودنی‌ها، تصریحات لازم در زمینه اهداف پژوهش و روال اجرای آن به همه‌ی دانشجویان ارائه شد. نبود اجبار و حق شرکت یا عدم شرکت در پژوهش برای تمامی شرکت‌کنندگان تصریح شد. همچنین، به همه‌ی آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات فردی اخذ شده محرمانه محفوظ می‌ماند و داده‌هایی که انتشار می‌یابد، بدون درج شناسه خصوصی، محرمانه بوده و به صورت گروهی و با مکتوم ماندن مشخصات فردی تحلیل خواهد شد. داده‌های پژوهش با استفاده از ابزارهای زیر جمع‌آوری شد:

پرسشنامه نشانگان وانمودگرایی^۳: این پرسشنامه در سال ۱۹۷۸ توسط کلانس و ایمز تدوین و شامل ۲۰ سؤال با ۳ عامل جعلی بودن، خودناباوری و شانس می‌باشد. نمره‌گذاری پرسشنامه به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً موافق=نمره ۵ تا کاملاً مخالف=نمره ۱) انجام می‌شود. این پرسشنامه در مطالعات زیادی به کار گرفته شده و از روایی مناسب و اعتبار قابل قبولی برخوردار است. یافته‌های پژوهشی کریسمن^۴ و همکاران (۱۹۹۵) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و هولمز^۵ و همکاران (۱۹۹۳) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۶ را برای این ابزار گزارش کرده‌اند. در ایران نیز بساک‌نژاد و همکاران (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ این ابزار را ۰/۸۳ و به روش اسپیرمن-براون ۰/۷۳ و به روش گاتمن ۰/۷۳ گزارش کرده‌اند.

پرسشنامه کمال‌گرایی چندبعدی^۶: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط فراست تدوین و دارای ۳۵ سؤال با ۶ عامل نگرانی درباره اشتباهات، تردید درباره کارها، انتظارات والدینی، انتقادگری و الدینی، معیارهای شخصی و نظم و سازماندهی می‌باشد. نمره‌گذاری پرسشنامه به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالف=نمره ۱ تا کاملاً موافق=نمره ۵) انجام می‌شود. اعتبار همگرایی این پرسشنامه طبق همبستگی با پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی اعتبار مناسبی گزارش شده است. سازندگان ابزار ضریب همسانی درونی این ابزار را ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ و ضریب همسانی درونی کل را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند. در پژوهش‌های داخلی برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه، لیاقت و قاسمی (۱۳۹۳) ضریب همسانی آن را ۰/۸۱، اعتبار همگرایی پرسشنامه را در همبستگی آن با پرسشنامه اضطراب ۰/۲۸ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار گزارش کرده‌اند (به نقل از اخوان عبیری و همکاران، ۱۳۹۸).

پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگارانه یانگ- فرم کوتاه^۷: این پرسشنامه در سال ۲۰۰۵ توسط یانگ تدوین و شامل ۷۵ سؤال با ۱۵ عامل ایشارگری، معیارهای سرسختانه، خویشتن‌داری/ خودانضباطی ناکافی، محرومیت هیجانی، گرفتار/ خویشتن تحول‌نیافته، ره‌اشدگی/ بی‌ثباتی، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، بی‌اعتمادی/ بدرفتاری، شکست، وابستگی/ بی‌کفایتی،

۱. Rohrmann

۲. Thomas & Bigatti

۳. Imposter Phenomenon Scale (YPS)

۴. Chrisman

۵. Holmes

۶. Multidimensional Perfectionism Scale (MPS)

۷. Young Schema Questionnaire-Short Form (YSQ-SF)

آسیب پذیری در برابر ضرر و بیماری، اطاعت، بازداری هیجانی و استحقاق/ بزرگ منشی می باشد. نمره گذاری پرسشنامه به صورت لیکرت ۶ درجه‌ای (کاملاً نادرست=نمره ۱ تا کاملاً درست=نمره ۶) انجام می شود. هر ۵ سؤال این پرسشنامه مربوط به یک طرح‌واره و برای به دست آوردن نمره طرح‌واره‌ها، میانگین نمره در هر ۵ سؤال محاسبه می گردد. در هر کدام از طرح‌واره‌ها که فرد نمره بیشتری کسب کند، آن طرح‌واره به عنوان طرح‌واره ترجیحی وی در نظر گرفته می شود. پایایی و روایی این ابزار در پژوهش‌های متعددی به اثبات رسیده است (شوری^۱ و همکاران، ۲۰۱۴). هنجاریابی این پرسشنامه در ایران به وسیله آهی (۱۳۸۵) در دانشگاه تهران انجام گرفته است. همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ در جمعیت مؤنث، ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر، ۰/۹۸ محاسبه شده است.

برای تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی از شاخص‌های میانگین و انحراف معیار، ضریب همبستگی پیرسون و در بخش آمار استنباطی از رگرسیون چندگانه با روش ورود همزمان در نرم‌افزار آماری SPSS 26 استفاده شد.

یافته‌ها

داده‌های جمعیت‌شناختی دانشجویان در پژوهش نشان داد که میانگین (\pm انحراف معیار) سنی (به سال)، در کل ۲۲/۵۶ ($\pm ۴/۰۲$) بود. ۸۴ درصد (۲۹۲ نفر) مجرد و ۱۶ درصد (۵۹ نفر) متأهل بوده‌اند. ۴۴ درصد (۱۵۷ نفر) دارای مدرک کارشناسی ارشد، ۴۳ درصد (۱۵۱ نفر) مدرک لیسانس و ۱۳ درصد (۴۲ نفر) دکتری تخصصی بوده‌اند. ۹۴ درصد (۳۲۷ نفر) غیرشاغل و ۶ درصد (۲۳ نفر) شاغل بوده‌اند. در جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. داده‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در بین دختران دانشجو (n=۳۵۰)

متغیر پژوهش	انحراف معیار \pm میانگین	متغیر پژوهش	انحراف معیار \pm میانگین
نشانگان وانمودگرایی	۴۹/۵ \pm ۱۱/۹۹	محرومیت هیجانی	۹/۷۰ \pm ۳/۸۱
نگرانی درباره اشتباه	۲۷/۴۴ \pm ۶/۱۱	رهاشدگی / بی‌ثباتی	۱۱/۹۷ \pm ۵/۰۴
شک درباره اعمال	۱۲/۰۵ \pm ۳/۱۴	بی‌اعتمادی / بد رفتاری	۱۲/۰۵ \pm ۳/۸۹
انتظارات والدینی	۱۶/۵۵ \pm ۴/۱۷	انزوای اجتماعی / بیگانگی	۱۰/۴۷ \pm ۴/۲۹
انتقادگری والدینی	۱۱/۴۷ \pm ۳/۷۳	نقص / شرم	۸/۷۷ \pm ۴/۳۳
استانداردهای شخصی	۲۶/۰۸ \pm ۴/۰۹	شکست	۹/۴۰ \pm ۴/۲۰
سازماندهی	۲۴/۱۲ \pm ۴/۶۹	وابستگی / بی‌کفایتی	۷/۷۴ \pm ۳/۳۲
نمره کل کمال‌گرایی	۹۳/۶ \pm ۱۵/۶	آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری	۱۱/۲۹ \pm ۵/۱۸
گرفتار / خویشتن تحول نیافته	۸/۷۴ \pm ۳/۶۷	اطاعت	۹/۲۴ \pm ۴/۰۰
ایثارگری	۱۱/۸۴ \pm ۴/۱۹	بازداری هیجانی	۱۰/۱۶ \pm ۴/۸۵
معیارهای سرسختانه	۱۳/۱۴ \pm ۴/۵۱	استحقاق / بزرگ منشی	۱۳/۲۵ \pm ۴/۲۷
خویشتن‌داری / خودانضباطی ناکافی	۱۱/۹۵ \pm ۴/۴۴	نمره کل طرح‌واره ناسازگار اولیه	۱۵۹/۷۱ \pm ۶۳/۹۹

برای آزمون فرضیه از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل، پیش فرض‌های رگرسیون بررسی شد. مفروضه‌های رگرسیون چندگانه همزمان در پژوهش حاضر از جمله کمی و پیوسته بودن متغیرها، عدم همخطی چندگانه، همگنی پراکنش، استقلال باقی‌مانده‌ها، نرمال بودن توزیع خطاها و خطی بودن بررسی شد و نتایج نشان دهنده برقراری مفروضه‌های فوق‌الذکر بود.

¹. Shorey

جدول ۲. ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در بین دختران دانشجو

متغیر پیش بین		متغیر ملاک: نشانگان وانمودگرایی
ضریب همبستگی (r)	سطح معناداری (p)	
نگرانی درباره اشتباه	۰/۴۱**	۰/۰۰۳
شک درباره اعمال	۰/۴۰**	۰/۰۰۱
انتظارات والدینی	۰/۲۴**	۰/۰۰۵
انتقادگری والدینی	۰/۳۹**	۰/۰۰۱
استانداردهای شخصی	۰/۱۵**	۰/۰۰۹
سازماندهی	۰/۱۱*	۰/۰۰۲
<hr/>		
نمره کل کمال گرایی	۰/۴۴**	۰/۰۰۲
<hr/>		
گرفتار/ خویشتن تحول نیافته	۰/۴۱**	۰/۰۱۴
ایثارگری	۰/۳۷**	۰/۰۴۲
معیارهای سرسختانه	۰/۳۹**	۰/۰۳۹
خویشتن داری/ خودانضباطی ناکافی	۰/۵۸**	۰/۰۲۱
محرومیت هیجانی	۰/۵۰**	۰/۰۱۵
رهاشدگی/ بی ثباتی	۰/۵۹**	۰/۰۱۶
بی اعتمادی/ بدرفتاری	۰/۴۴**	۰/۰۴۱
انزوای اجتماعی/ بیگانگی	۰/۴۱**	۰/۰۳۲
نقص/ شرم	۰/۵۱**	۰/۰۱۱
شکست	۰/۵۴**	۰/۰۲۷
وابستگی/ بی کفایتی	۰/۴۵**	۰/۰۳۱
آسیب پذیری در برابر ضرر و بیماری	۰/۵۶**	۰/۰۱۰
اطاعت	۰/۵۶**	۰/۰۱۶
بازداری هیجانی	۰/۵۳**	۰/۰۰۵
استحقاق/ بزرگ منشی	۰/۲۷**	۰/۰۱۵
نمره کل طرحواره ناسازگار اولیه	۰/۶۴**	۰/۰۱۰

کمال گرایی

طرحواره ناسازگار اولیه

جدول ۳. نتایج ضرایب رگرسیون نشانگان وانمودگرایی براساس کمال گرایی در بین دختران دانشجو

متغیرها	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	آماره t	سطح معناداری
	مقدار β	خطای استاندارد			
مقدار ثابت	۵۴/۷۵	۳/۹۰	-	۱۶/۰۳	۰/۰۰۵
نگرانی درباره اشتباه	۰/۱۴	۰/۵۶۱	۰/۱۳۷	۷/۲۷	۰/۰۰۳
شک درباره اعمال	۰/۲۹	۰/۶۸۵	۰/۱۱۹	۱۰/۳۸	۰/۰۰۹
انتظارات والدینی	۱/۱۲	۰/۲۷۳	۰/۱۱۱	۸/۴۴	۰/۰۰۵
انتقادگری والدینی	۲/۵۶	۰/۴۲۲	۰/۱۳۱	۱۳/۷۶	۰/۰۰۲
استانداردهای شخصی	۱/۳۹	۰/۶۰۲	۰/۱۱۸	۶/۹۲	۰/۰۰۸
سازماندهی	۱/۷۸	۰/۴۱۶	۰/۱۰۵	۱۱/۵۸	۰/۰۰۳

برای بررسی نقش کمال گرایی در پیش بینی نشانگان وانمودگرایی در دانشجویان از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. مقادیر بتای هر کدام از متغیرها مورد توجه قرار گرفت و معلوم شد که سهم هر یک از ابعاد کمال گرایی شامل نگرانی درباره اشتباه ($P < 0/003, \beta = 0/137$)، شک درباره اعمال ($P < 0/009, \beta = 0/119$)، انتظارات والدینی ($P < 0/005, \beta = 0/111$)، انتقادگری والدینی ($P < 0/002, \beta = 0/131$)، استانداردهای شخصی ($P < 0/008, \beta = 0/118$) و سازماندهی ($P < 0/005, \beta = 0/105$) بر نشانگان وانمودگرایی معنادار است (جدول شماره ۳).

همچنین، نتایج جدول شماره ۴ نشان داد که در بین ابعاد طرحواره ناسازگار اولیه ابعاد گرفتار/ خویشتن تحول نیافته ($P < 0/001, \beta = 0/105$)، خویشتن داری/ خودانضباطی ناکافی ($P < 0/001, \beta = 0/182$)، محرومیت هیجانی ($P < 0/001, \beta = 0/136$)

($P < 0/001$)، رهاشدگی/ بی ثباتی ($\beta = 0/169$ ، $P < 0/002$)، بی اعتمادی/بدرفتاری ($\beta = 0/231$ ، $P < 0/001$)، انزوای اجتماعی/ بیگانگی ($\beta = 0/130$ ، $P < 0/006$)، شکست ($\beta = 0/128$ ، $P < 0/001$)، وابستگی/ بی کفایتی ($\beta = 0/178$ ، $P < 0/008$)، آسیب پذیری در برابر ضرر و بیماری ($\beta = 0/223$ ، $P < 0/005$)، اطاعت ($\beta = 0/132$ ، $P < 0/005$) و بازداری هیجانی ($\beta = 0/199$ ، $P < 0/001$) بر نشانگان وانمودگرایی معنادار است.

جدول ۴. نتایج ضرایب رگرسیون نشانگان وانمودگرایی براساس طرح‌واره ناسازگار اولیه در بین دختران دانشجو

متغیرها	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	
	مقدار β	خطای استاندارد	β	آماره t
مقدار ثابت	۶۳/۱۱	۱۵/۴۲	-	۲۳/۹۵
گرفتار/ خویشتن تحول نیافته	۱/۵۴	۱/۸۷	۰/۱۰۵	۲/۵۷
ایثارگری	۱/۱۳	۰/۵۶	۰/۱۰۳	۶/۱۷
معیارهای سرسختانه	۰/۸۲	۱/۳۴	۰/۱۴۳	۷/۱۸
خویشتن‌داری/ خودانضباطی ناکافی	۰/۸۵	۱/۷۷	۰/۱۸۲	۹/۳۳
محرومیت هیجانی	۰/۹۳	۱/۱۹	۰/۱۳۶	۸/۱۱
رهاشدگی/ بی ثباتی	۱/۸۹	۱/۶۹	۰/۱۶۹	۳/۱۶
بی اعتمادی/بدرفتاری	۱/۷۷	۰/۹۸	۰/۲۳۱	۶/۳۶
انزوای اجتماعی/ بیگانگی	۱/۳۴	۰/۷۳	۰/۱۳۰	۲/۷۵
نقص/ شرم	۱/۱۲	۰/۴۵	۰/۱۹۷	۵/۲۶
شکست	۱/۵۶	۱/۱۱	۰/۱۲۸	۷/۴۶
وابستگی/ بی کفایتی	۰/۶۷	۱/۲۷	۰/۱۷۸	۲/۶۷
آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری	۰/۷۷	۲/۶۷	۰/۲۲۳	۴/۱۲
اطاعت	۱/۱۸	۱/۴۵	۰/۱۳۲	۴/۷۷
بازداری هیجانی	۱/۹۳	۱/۱۸	۰/۱۹۹	۴/۰۸
استحقاق/ بزرگ‌منشی	۱/۶۷	۰/۶۶	۰/۱۲۳	۵/۰۳

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین رابطه‌ی کمال‌گرایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو انجام شد. بر طبق نتایج این پژوهش، کمال‌گرایی توانست نمره‌ی نشانگان وانمودگرایی را به صورت معناداری پیش‌بینی نماید. سهم هر یک از ابعاد کمال‌گرایی شامل نگرانی درباره اشتباه، شک درباره اعمال، انتظارات والدینی، انتقادگری والدینی، استانداردهای شخصی و سازماندهی بر نشانگان وانمودگرایی معنادار بود. این یافته از پژوهش با نتایج مطالعات پیشین مانند توماس و بیگاتی (۲۰۲۰)، یاکین و همکاران (۲۰۱۹)، وانگ و همکاران (۲۰۱۹) و پاولا-دیودا (۲۰۱۴) همسو می‌باشد.

نتایج پژوهش تامپسون^۱ و همکاران (۲۰۰۰) نیز نشان داد که کمال‌گرایی مفرط احتمال ابتلای افراد به آسیب‌پذیری روان‌شناختی را بیشتر نموده و بهزیستی جمعیت‌های بالینی و عمومی را کاهش می‌دهد. وانمودگرایان بعضی ویژگی‌های خاص کمال‌گرایی همچون ترس از اشتباه، ترس از آینده و استانداردهای بالا را دارا هستند. بنابراین، وانمودگرایان با توجه به داشتن دو متغیر ترس از موفقیت و کمال‌گرایی درباره موفقیت‌های خود احساس یأس، نومیدی و تردید می‌کنند و از پیامدهای موفقیت می‌هراسند (برنارد و همکاران، ۲۰۱۸). همچنین، همسو با یافته‌ی حاضر فرنچ^۲ و همکاران (۲۰۰۸) در پژوهشی نشان دادند که کمال‌گرایی با شک درباره اعمال و نشانگان وانمودگرایی رابطه معناداری داشته است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت ترس از ارزیابی منفی به عنوان یکی از ویژگی‌های مشترک در اضطراب اجتماعی و کمال‌گرایی به صورت میل به اثرگذاری مطلوب بر دیگران و احساس بی‌کفایتی درباره‌ی توانایی مشخص می‌شود. محققان بر این باورند که وقتی وانمودگرایان به معیارهای خود دست نمی‌یابند در انجام تکلیف اهمال‌کاری می‌کنند و با بروز رفتارهای

^۱. Thompson

^۲. French

خودناتوان‌ساز پیامد عملکرد خود را بد ارزیابی می‌کنند. همچنین، وانمودگرایان چالش‌های روزمره‌ی زندگی در حیطه‌های تحصیلی و شغلی را تهدیدکننده تلقی نموده و نسبت به اضطرابی که در نتیجه این چالش‌ها بروز می‌کند به دو صورت واکنش نشان می‌دهند، یا بیش از اندازه خود را برای تکلیف محوله آماده می‌کنند و یا از انجام تکلیف طفره می‌روند، اگر در انجام تکلیف بیش از حد آماده شوند، موفقیت خود را به تلاش سخت و اگر اهمال‌کاری کنند موفقیت خود را به شانس نسبت می‌دهند، هر دوی این‌ها سبک‌های اسنادی بیرونی و متغیر هستند که احتمال موفقیت‌های آینده را تضمین نمی‌کنند و ترس‌های وانمودگرایان ادامه می‌یابد (تامپسون و همکاران، ۲۰۰۰).

دیگر یافته پژوهش حاضر همسو با نتایج کی و بارلاس (۲۰۲۰)، وان ویج-هربرینک و همکاران (۲۰۱۸) و هاشمی و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه توان پیش‌بینی و تبیین نشانگان وانمودگرایی در دانشجویان را دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت وقتی در فرد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه مثلاً احساس رهاشدگی یا خویش‌نماداری/خودانضباطی ناکافی فعال باشد فرد می‌ترسد که مبدا دیگران کشف کنند که وی فاقد توانایی است و از پیامدهای موفقیت همچون از دست دادن دوستان می‌ترسند. همچنین، به دلیل اضطراب بالایی که دارند همواره گوش به زنگ هستند که مبدا دیگران متوجه شوند که آن‌ها فریب‌کار هستند و توانایی ندارند و آن‌ها را ترک کنند. افراد دارای نشانگان وانمودگرایی ترس از شکست و نگرانی از اشتباه دارند و خودناتوان‌سازی دارند و قبل یا همزمان با پیشرفت این رفتار را بروز می‌دهند و هدفشان از آن معذوریت از انجام تکلیف یا فعالیت پیشرفت و سلب مسئولیت در قبال شکست‌ها یا اشتباهات احتمالی در انجام تکلیف است، انواع شکایت‌های جسمانی و رفتارهای تعلق نیز در آن‌ها به همین علت است (یانگ و همکاران، ۲۰۱۱). در واقع از آنجایی که از مواجهه با مشکلات و شکست‌ها می‌ترسند دست به رفتارهای جبرانی و دفاعی می‌زنند تا از آن موقعیت فرار کنند، زیرا قادر به کنترل تکانه‌ها و هیجان‌هایشان نیستند. افراد دارای این طرح‌واره توانایی کنترل هیجان‌ها و تکانه‌های خود را ندارند و توانایی تحمل خستگی و ناکامی در حین انجام کارها را نیز ندارند و ترجیح می‌دهند از روبه‌رو شدن با مشکلات اجتناب کنند (یانگ، ۲۰۰۳ به نقل از کی و بارلاس، ۲۰۲۰).

همچنین، می‌توان گفت افراد دارای طرح‌واره آسیب‌پذیری معتقدند که در زندگی آن‌ها هر لحظه، فاجعه‌ای به وقوع می‌پیوندد و معتقدند حوادث ناگواری برایشان رخ می‌دهد که قادر به جلوگیری از آن‌ها نیستند. این طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به عنوان زیرساخت‌های شناختی منجر به تشکیل باورهای غیرمنطقی و ادراک بد از دنیا می‌شوند و هنگامی که این طرح‌واره‌ها فعال می‌شوند سطوحی از هیجان منتشر می‌شود و مستقیم یا غیرمستقیم منجر به آسیب فیزیکی و روانی می‌شوند (وان ویج-هربرینک و همکاران، ۲۰۱۸).

در چرخه ابقای وانمودگرایی وقتی شخصی با یک موقعیت رقابت‌آمیز مواجه می‌شود، ترس بر او مستولی می‌گردد و درباره پیامد عمل تردید دارد. پس از آن اضطراب را تجربه می‌کند و برای رهایی از این اضطراب سخت تلاش می‌کند تا در موقعیت رقابت‌آمیز موفق شود و پس از کسب موفقیت، پسخوراند مثبتی از دیگران دریافت می‌کند و فرد به‌طور موقت از اضطراب و تردید رهایی می‌یابد؛ اما این باور غیرمنطقی که سخت‌کوشی و تلاش نشانه ناتوانی است باعث می‌شود که دوباره تردیدهای شخصی ادامه می‌یابد و بار دیگر در رویارویی با شرایط رقابت‌آمیز این احساسات آغاز و تداوم یابند و فرد تمایلی به حفظ دستاوردها نداشته باشد (یانگ و همکاران، ۲۰۱۱).

این پژوهش نیز با کاستی‌هایی مواجه بود؛ جامعه آماری این پژوهش محدود به دانشجویان مؤنث دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه آزاداسلامی واحد تهران مرکز و نوع پژوهش، همبستگی بود، لذا باید در تعمیم نتایج به افراد دیگر جمعیت‌ها و نیز تفسیر و اسنادهای علت شناختی حاصل از آن جوانب احتیاط را رعایت نمود. لذا پیشنهاد می‌شود برای انجام پژوهش‌هایی با قدرت تعمیم بالاتر و تدوین برنامه‌های کلی، پژوهشگران آتی طرح پژوهشی خود را برای جامعه‌های گوناگون به اجرا درآورند. به علاوه این مطالعه مقطعی بوده و نتایج این مطالعه در مقایسه با نتایج مطالعات طولی ممکن است، پایداری کم‌تری داشته باشد، از این رو پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از مطالعات طولی استفاده شود تا بتوان به نتایج دقیق‌تر و معتبرتری به ویژه درباره متغیرهایی که تحت تأثیر زمان قرار دارند، مثل طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دست یافت. با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌گردد در مراکز دانشگاهی با برگزاری کارگاه‌های آموزشی و تفریحی-فرهنگی در زمینه

شناختواره‌ها و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و نیز نشانگان وانمودگرایی به ارتقای بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان کمک نمایند.

References

- Ahi Gh, Mohammadifar MA, Besharat MA. (2007). Reliability and validity of Young schema Questionnaire-Short Form. *J Psychol Educ.* 37(3):5-20. [[Link](#)][In Persian]
- Akhavan Abiri F, Shairi MR & Fesharaki GH. (2019). The investigation of psychometric properties of Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS). *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry.* 6(1):87-106. [[Link](#)][In Persian]
- Buzzichelli S, Marzola E, Amianto F, Fassino S, Abbate-Daga G. (2018). Perfectionism and cognitive rigidity in anorexia nervosa: Is there an association? *Eur Eat Disord Rev.* 26(4):360-366. [[Link](#)]
- Bernard DL, Hoggard LS, Neblett EW. (2018). Racial discrimination, racial identity, and impostor phenomenon: A profile approach. *Cult Divers Ethn Minor Psychol.* 24(1):51-61. [[Link](#)]
- Basak Nejad S, Mehrbizadeh Honarmand M, Shahni Yeylag M, Shokrkon H & et al. (2005). Study of simple and multiple relations of success fear, self-esteem, perfectionism and fear of syndrome negative evaluation with pretendism. *Journal of educational sciences and psychology of Ahwaz Shahid Chamran University.* 12(3):87-147. [[Link](#)][In Persian]
- Chrisman SM, Pieper WA, Clance PR, Holland CL, Glickauf Hughes C. (1995). Validation of Clance impostor phenomenon scale. *J Pers Assess.* 65(3):457-67. [[Link](#)]
- French B, Ullrich-french S, Follman D. (2008). The psychometric properties of the clance impostor scale. *Personality and individual Differences.* 44(5):1270-1278. [[Link](#)]
- Holmes SW, Kertay L, Adamson LB, Holland CL, Clance PR. (1993). Measuring the impostor phenomenon. A comparison of Clance's IP scale and Harvey's IP scale. *J Pers Assess.* 60(1):48-59. [[Link](#)]
- Hashemi G, Aghamohammadian Sharbaf H, Moeenizadeh M. (2020). The Study of the role of incompatible schemas, personality traits in predicting student communication model with mediating perfectionism. *Medical journal of Mashhad university of medical sciences.* 62(51):834-851. [[Link](#)]
- Ke T & Barlas J. (2020). Thinking about feeling: Using trait emotional intelligence in understanding the associations between early maladaptive schemas and coping styles. *Psychol Psychother.* 93(1):1-20. [[Link](#)]
- Limburg K, Watson HJ, Hagger MS & Egan SJ. (2017). The Relationship Between Perfectionism and Psychopathology: A Meta-Analysis. *J Clin Psychol.* 73(10):1301-1326. [[Link](#)]
- LaDonna KA, Ginsburg S, Watling C. (2018). Rising to the Level of Your Incompetence: What Physicians' Self-Assessment of Their Performance Reveals About the Impostor Syndrome in Medicine. *Association of American Medical Colleges.* 93(5):763-8. [[Link](#)]
- Rohrmann S, Bechtoldt MN, Leonhardt M. (2016). Validation of the Impostor Phenomenon among Managers. *Frontiers in Psychology.* 2(7):821-29.
- Paula Dudua D. (2014). The relation between perfectionism and impostor phenomenon, Published by Elsevier Ltd. Open access under CC BY-NC-ND license. Selection and peer-review under responsibility of Romanian Society of Applied Experimental Psychology. [[Link](#)]
- Shorey RC, Anderson S & Stuart GL. (2014). The Relation Between Antisocial and Borderline Personality Symptoms and Early Maladaptive Schemas in a Treatment Seeking Sample of Male Substance Users. *Clin Psychol Psychother.* 21(4):341-351. [[Link](#)]

- Stone S, Saucer C, Bailey M, Garba R, Hurst A, Jackson S & et al. (2018). Learning while Black: A culturally informed model of the impostor phenomenon for Black graduate students. *J Black Psychol.* 44(6):491-531. [[Link](#)]
- Thompson T, Foreman P & Martin F. (2000). Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. *Personality and individual defferences.* 29(4):629-647. [[Link](#)]
- Thomas M & Bigatti S. (2020). Perfectionism, impostor phenomenon, and mental health in medicine: a literature review, *International Journal of Medical Education.* 11(6):201-213. [[Link](#)]
- van Wij-Herbink M, Bernstein DP, Broers NJ, Roelofs J, Rijkeboer MM, Arntz A. (2018). Internalizing and Externalizing Behaviors Share a Common Predictor: the Effects of Early Maladaptive Schemas Are Mediated by Coping Responses and Schema Modes. *J Abnorm Child Psychol.* 46(5):907-920. [[Link](#)]
- Wanga KT, Sheveleva MS & Permyakova TB. (2019). Imposter syndrome among Russian students: The link between perfectionism and psychological distress. *Personality and Individual Differences.* 143(1):1-6. [[Link](#)]
- Young J, Closco J & Wieshar M. (2011). Schema Therapy, a Practical Guide for Clinical Specialists, Translated by Hassan Hamidpour and Zahra Andouz. Volume One, 4th Edition, Tehran, Arjmand Publications. [[Link](#)]
- Yakin D, Gencoz T, Seenbegen L, Anz A. (2019). An integrative perspective on the interplay between early maladaptive schemas and mental health: The role of self-compassion and emotion regulation. *Journal of clinical psychology in medical settings.* 75(6):1098-1113. [[Link](#)]
- Zeinivand Z, Amini J, Morad A. (2015). A Study on the Relationship between Fear of Success, Emotions of Shame and Guilt with Imposter Syndrome among Female Students. *Women's Studies Sociological and Psychological.* 13(1):161-180. [[Link](#)]