

رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعلل‌ورزی تحصیلی با نقش میانجی ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی

The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Academic Procrastination with the Mediating Role of Personality Traits and Perfectionism

Sadegh hekmatiyani-Fard, PhD Student

Seyed Mousa Golestaneh, PhD[✉]

صادق حکمتیان فرد^۱

سید موسی گلستانه^۲

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between early maladaptive schemas and Academic procrastination with the mediating role of personality traits and perfectionism. The method of the present study is descriptive-correlational and was performed by structural equation modeling. The statistical population of the study consisted of 8640 students of Persian Gulf University in 1400. 301 students were selected by available sampling method and completed the maladaptive schemas questionnaire (ISQ), active procrastination scale (APS), passive procrastination scale (PPS), Hexaco personality questionnaire (HPQ) and multidimensional perfectionist structures questionnaire (MPCQ). Structural equation model and SPSS and AMOS software were used to analyze the data. The results of structural equation model showed that the direct relationship between maladaptive schema variable with perfectionism and maladaptive schema with personality traits is significant. Also, the direct relationship between personality traits and Academic procrastination was significant, but the direct relationship between perfectionism and Academic procrastination was not significant. Indirect relationships of incompatible schema with Academic procrastination were also significant through personality traits, but indirect relationships of incompatible schema with Academic procrastination through perfectionism were not significant. Based on the research findings, we conclude that maladaptive schemas are well associated with Academic procrastination through personality traits. At the end, the necessary suggestions were presented.

Keywords: Early Maladaptive schemas, Academic procrastination, Personality Traits, Perfectionism, Students

چکیده

هدف پژوهش تعیین رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعلل‌ورزی تحصیلی با نقش میانجی ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی بود. روش تحقیق حاضر توصیفی از نوع همبستگی و به روش مدل معادلات ساختاری انجام شده است. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه خلیج فارس در سال ۱۴۰۰ به تعداد ۸۶۴۰ نفر تشکیل داد. ۳۰۱ نفر از دانشجویان با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و پرسشنامه‌های طرحواره‌های ناسازگار (ISQ)، مقیاس اهمال‌کاری فعال (APS)، مقیاس اهمال‌کاری غیرفعال (PPS)، پرسشنامه شخصیتی هگزاکو (HPQ) و پرسشنامه ساختارهای کمال‌گرایی چندبعدی (MPCQ) را تکمیل کردند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از مدل معادلات ساختاری و نرم افزار SPSS و AMOS استفاده شد. نتایج مدل معادلات ساختاری نشان داد رابطه مستقیم متغیر طرحواره ناسازگارانه با کمال‌گرایی و طرحواره ناسازگار با ویژگی‌های شخصیت معنادار است. همچنین رابطه مستقیم ویژگی‌های شخصیت با تعلل‌ورزی تحصیلی معنادار بود اما رابطه مستقیم کمال‌گرایی با تعلل‌ورزی تحصیلی معنادار نبود. همچنین روابط غیرمستقیم طرحواره ناسازگار با تعلل‌ورزی تحصیلی از طریق ویژگی‌های شخصیت معنادار بود اما روابط غیرمستقیم طرحواره ناسازگار با تعلل‌ورزی تحصیلی از طریق کمال‌گرایی معنادار نبود. بر اساس یافته‌های تحقیق نتیجه می‌گیریم که طرحواره‌های ناسازگار از طریق ویژگی‌های شخصیتی به خوبی با تعلل‌ورزی تحصیلی ارتباط پیدا می‌کنند.

واژه‌های کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تعلل‌ورزی تحصیلی، ویژگی‌های شخصیتی، کمال‌گرایی، دانشجویان

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۳/۲۹ تصویب نهایی: ۱۴۰۱/۹/۲۷

۱. گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

۲. گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران. (نویسنده مسئول)

● مقدمه

طرحواره‌های ناسازگار اولیه (early dysfunctional schemas) الگوهای هیجانی و شناختی خودآسیب‌رسانی هستند که در ابتدای رشد و تحول در ذهن شکل می‌گیرند و در سیر زندگی تکرار می‌شوند (نصیری جوقانی، اصغری و پورصفر، ۱۴۰۰). از پدیده‌های شناختی مرتبط با تعلل‌ورزی، ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی، طرحواره‌ها هستند (دوزویس و همکاران، ۲۰۰۹)، که بنا بر نظریه یانگ ریشه در کودکی افراد دارد. یانگ و همکاران، (۲۰۰۳) بر این عقیده هستند که طرحواره‌های افراد تا حدودی بازتابی دقیق از محیط زندگی اولیه‌شان است. آنها از یک عمل متقابل بین حالت درونی و محیط سرچشمه می‌گیرند. لذا تجارب افراد است که به رشد طرحواره‌های ناسازگار اولیه منجر می‌شود. طرحواره‌های ناسازگار اولیه همانند چهارچوبی برای پردازش اطلاعات مورد استفاده قرار می‌گیرند و تعیین‌کننده واکنش‌های عاطفی افراد نسبت به موقعیت‌های زندگی و روابط بین فردی هستند (میسون و همکاران، ۲۰۰۵). طرحواره‌های اولیه شامل باورهای افراد درباره خود، دیگران و محیط هستند که در اثر ارضا نشدن نیازهای اولیه به‌خصوص نیازهای عاطفی شکل می‌گیرند (باچ و همکاران، ۲۰۱۸). طرحواره‌ها موجب سوگیری در تفسیر ما از رویدادها می‌شوند (کی، بارلاس، ۲۰۲۰) و این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی میان‌فردی به‌صورت سوءتفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف‌شده، هدف‌ها و چشم‌داشت‌های غیرواقع‌بینانه خود را نشان می‌دهند (آنتوان و همکاران، ۲۰۰۸).

دانشجویان از جمله اقلاری هستند که نیازمند مدیریت زمان در انجام فعالیت‌های‌شان چه در حوزه تحصیلی و چه غیرتحصیلی هستند و دانشجویان در خلال تحصیل به فعالیت‌های دیگری نیز می‌پردازند که این فعالیت‌ها می‌تواند بر دیگر تکالیف زندگی‌شان تأثیر منفی داشته باشد (ناکی، ۲۰۱۹). از جمله عواملی که می‌تواند بر طرحواره ناسازگارانه افراد تأثیر بگذارد، تعلل‌ورزی (procrastination) است. تعلل‌ورزی به معنای سهل‌انگاری، به تعویق انداختن کارها است (اوزر و یتکین، ۲۰۱۸). یافته‌های روانشناسان نمایانگر این مطلب است که تعلل‌ورزی تحصیلی با متغیرهای بسیاری در شخصیت و رفتار فرد مرتبط است که از این خیل عظیم می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: عوامل شخصیتی، سلامت روانی، اختلال‌ها شخصیت، خودتنظیمی پایین، خودکارآمدی ضعیف، کمال‌گرایی منفی، روابط بین‌فردی ناسالم، منبع کنترل بیرونی، برآورد بیش از حد زمان، احساس گناه، خودپنداره ضعیف، ناامیدی، عزت‌نفس پایین، اعتماد به‌نفس پایین، هوش هیجانی، تعلل‌ورزی والدین، جو کلاس، روش تدریس، ارتباط با مدرس و ... (هانگ و همکاران، ۲۰۲۱). با توجه به احتمال اینکه همه رفتارهای تعلل‌ورزی پیامد منفی ندارند، به لحاظ مفهومی دو نوع متفاوتی از تعلل‌ورزی، یعنی تعلل‌ورزی غیرفعال در برابر تعلل‌ورزی فعال وجود دارد (چان چو و چوی، ۲۰۰۵). تعلل‌ورزی فعال به لحاظ ابعاد شناختی و عاطفی و رفتاری متفاوت از تعلل‌ورزی غیرفعال هستند. یافته‌های محققان در ارتباط اثرات این دو نوع از تعلل‌ورزی بر تأخیر رفتاری متفاوت بوده است (چادهاری و پیکی، ۲۰۱۸؛ کیم، فرناندز و تریر، ۲۰۱۷). تعلل‌ورزی‌های فعال به لحاظ شناختی قصد تعلل‌ورزی را ندارند اما آنها اغلب به دلیل ناتوانی در تصمیم‌گیری سریع و سرعت عمل کم، وظایف خود را به تعویق می‌اندازند، آنها تصمیم می‌گیرند تا کار را کنار بگذارند تا بتوانند منابع و توانایی‌های خود را برای تکمیل کار به حداکثر برسانند، برخلاف تعلل‌ورزی غیرفعال، تعلل‌ورزی‌های فعال، فعالیت‌های کاری خود را به‌صورت سازمان‌یافته برنامه‌ریزی می‌کنند، هرچند که آنها پایبند به یک برنامه سخت یا ساختار زمانی نیستند، در واقع به‌طور عمد تصمیم می‌گیرند تا کارهای خود را به تعویق بیندازند و به جای تثبیت در فعالیت‌ها، برنامه‌ریزی می‌کنند یا برنامه زمانی خود را در کوتاه مدت تغییر می‌دهند، تعلل‌ورزی‌های فعال آزادانه و به‌عمد فعالیت‌هایشان را دوباره سازمان‌دهی می‌کنند تا بتوانند به تغییرات بیرونی پاسخ دهند. به لحاظ عاطفی نزدیک شدن به آخرین مهلت مقرر، احساس ناراحتی کمتر و تحت فشار زمان بودن، انگیزه بیشتری برای آنها ایجاد می‌کند. تعلل‌ورزی‌های فعال می‌توانند برآورد درستی از حداقل زمان لازم برای پایان دادن به یک کار داشته باشند و حتی با تحت فشار قرار دادن خود به‌صورت کارآمد به اهداف خود برسند. این تفاوت ممکن است به دلیل روش‌های متمایز برای مقابله با عوامل استرس‌زا باشد. برخلاف تعلل‌ورزی‌های غیرفعال که تا حد زیادی به راهبردهای اجتنابی-عاطفی تکیه می‌کنند، تعلل‌ورزی‌های فعال بیشتر به راهبردهای تکلیف‌محور تحت فشار تکیه می‌کنند (چان چو و چوی، ۲۰۰۵). از نظر رفتاری، تعلل‌ورزی‌های فعال نه اینکه قادر به تکمیل کار نباشند، بلکه می‌توانند تکلیف را تحت فشار زمان و وظایف خود قبل از رسیدن آخرین مهلت مقرر انجام دهند و نتایج

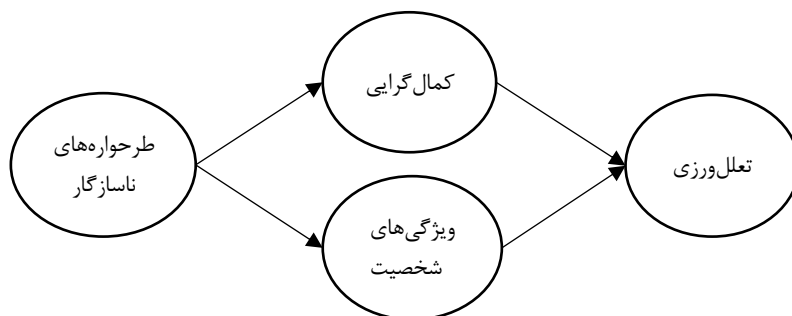
رضایت‌بخشی به‌دست آوردند (چوی و موران، ۲۰۰۹).

همان‌طور که گفته شد تعلل‌ورزی با ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی (perfectionism) منفی مرتبط است و کمال‌گرایی برای اولین بار به عنوان سازه‌ای تک‌بعدی توسط برنز ارائه گردید (هیل و همکاران، ۲۰۰۴). کمال‌گرایی را به‌عنوان سازه‌ای که شامل اجزای شناختی رفتاری است تعریف کرده‌اند (کاسترو و همکاران، ۲۰۱۷). کمال‌گرایی دارای جنبه‌های متعددی بوده و ابعاد مختلف کمال‌گرایی با ویژگی‌های متفاوت وجود دارد (سرشار و همکاران، ۱۳۹۶). از منظر کسانی که کمال‌گرایی را سازه‌ای تک‌بعدی می‌دانند معتقدند، افراد کمال‌گرا در تلاش برای دستیابی به نتایج کامل و بدون نقص هستند که این امر ممکن است آسیب‌های متعددی را متوجه آنان نمایند (استد و همکاران، ۲۰۱۰). افراد کمال‌گرا کسانی هستند که مجموعه‌ای از استانداردهای سخت، غیرواقعی و بالا ایجاد می‌کند و هنگام ارزیابی عملکرد خود درگیر تفکر همه یا هیچ می‌شود و موفقیت تنها زمانی رخ می‌دهد که یک معیار بالا به‌دست آید و عملکرد فقط در چارچوب آن معیار بی‌عیب و نقص است (بازدار و موسوی، ۱۳۹۷).

از دیگر عواملی که می‌تواند با تعلل‌ورزی مرتبط باشد، ویژگی‌های شخصیتی است. شخصیت هر فرد اصلی‌ترین ابعاد و ساختار روانشناختی اوست که به شکل‌گیری سبک زندگی وی کمک می‌کند (بیرکاس و همکاران، ۲۰۱۸) و علل زیربنایی رفتار و تجربه فرد به حساب می‌آید (نادی و همکاران، ۱۳۹۸). یکی از طبقه‌بندی‌های صفات شخصیت، طبقه‌بندی پنج عامل بزرگ شخصیت است. این پنج عامل شامل روان‌آزده‌گرایی، برون‌گرایی، موافق‌بودن، گشودگی و باوجدان‌بودن است. طبقه‌بندی پنج عامل بزرگ عملکرد الحاقی دارد؛ زیرا سیستم‌های مختلف توصیف شخصیت را در یک چارچوب مشترک ارائه می‌کنند؛ بنابراین می‌تواند نقطه شروعی برای پژوهش و نظریه‌پردازی باشد که حتی به تبیین و بازسازی طبقه‌بندی توصیفی علت و پویایی‌های شخصیت منجر می‌شود (کاستا و مک کری، ۱۹۹۲).

ارتباط بین متغیرهای پژوهش حاضر را بر اساس تحقیقاتی که در گذشته انجام شده، مرور می‌کنیم. یعقوبی و قلائی (۱۳۹۴) تحقیقی تحت عنوان عوامل مرتبط با تعلل‌ورزی تحصیلی انجام دادند. نتایج نشان داد که متغیرهای کمال‌گرایی، خودتنظیم‌گری تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی؛ پیش‌بینی‌کننده‌های مناسبی برای تعلل‌ورزی کلی محسوب می‌شوند. کلائی راد و همکاران (۱۳۹۹) تحقیقی با عنوان رابطه کمال‌گرایی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو انجام دادند. نتایج نشان داد که با وجود اینکه بین نمره کل طرحواره ناسازگار اولیه و تمامی ابعاد آن با نشانگان وانمودگرایی همبستگی معناداری وجود دارد اما تنها ابعاد خویشتن‌گرفتار/ تحول‌نیافته، خویشتن‌داری/ خودانضباطی ناکافی، محرومیت هیجانی، رهاشدگی/ 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 وانمودگرایی را داشته‌اند.

بنابراین، با توجه به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی در تعلل‌ورزی تحصیلی و با توجه به موارد مطروحه، هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعلل‌ورزی تحصیلی با نقش میانجی ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی است.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

• روش

روش تحقیق حاضر توصیفی-پیمایشی از نوع همبستگی بود و به روش مدل معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه خلیج فارس بوشهر در سال ۱۴۰۰ به تعداد ۸۶۴۰ نفر تشکیل داد. ۳۰۱ نفر از دانشجویان با روش نمونه‌گیری در

دسترس انتخاب شدند. به دلیل شرایط کرونایی حاکم بر کشور از نمونه‌گیری در دسترس و به صورت آنلاین در گروه‌ها و فضاهای مجازی پرسشنامه‌ها ارسال و تکمیل شد. دانشجویان شرکت‌کننده در این تحقیق شامل ۱۶۰ (۵۳/۲ درصد) نفر دانشجوی مونث و ۱۴۱ (۴۶/۸ درصد) نفر دانشجوی مذکر هستند. در این پژوهش جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از مدل معادلات ساختاری و نرم‌افزار SPSS و AMOS استفاده شد.

• ابزار پژوهش

الف. پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار (incompatible schema questionnaires- ISQ): برای اندازه‌گیری طرحواره‌های ناسازگار، از پرسشنامه طرحواره ناسازگار اولیه یانگ استفاده شد. فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ و براون (۲۰۰۳) یک پرسشنامه ۷۵ ماده‌ای است که ۱۵ طرحواره ناسازگار اولیه را می‌سنجد. در این پرسشنامه، نمره بالا نشان‌دهنده طرحواره‌های ناسازگارانه اولیه است. در پژوهش یوسفی و همکاران (۱۳۸۹) اعتبار پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد. این ضریب برای حوزه‌های طرحواره‌ها، در دامنه‌ای از ۰/۵۵ تا ۰/۸۹ قرار داشت.

ب. مقیاس اهمال‌کاری فعال (active procrastination scale- APS): این مقیاس توسط چوی و موران در سال ۲۰۰۹ طراحی شده است که شامل ۱۶ ماده است که چهار بعد ترجیح فشار، تصمیم عمده برای به تعویق انداختن، توانایی مواجهه با آخرین مهلت مقرر و رضایت از نتیجه را می‌سنجد. اعتبار این ابعاد این در نسخه انگلیسی بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۳ است و اعتبار کل ابزار ۰/۸۰ گزارش شده است. روایی مقیاس اهمال‌کاری فعال از طریق محاسبه ضریب همبستگی با سایر مقیاس‌ها محاسبه شده است، به گونه‌ای که نمره اهمال‌کاری فعال با نمره اهمال‌کاری غیرفعال مرتبط نبوده ($r=0/07$) و نتایج نشان داده که این دو مقیاس متفاوت از هم هستند (چان چو و چوی، ۲۰۰۵). همچنین اهمال‌کاری فعال رابطه منفی با ساختار زمانی داشته است ($r=0/22$) که نشان می‌دهد اهمال‌کاری فعال مفهوم انعطاف‌پذیری از زمان است (چو و موران، ۲۰۰۹). وانگ (۲۰۱۳) اعتبار این زیر مقیاس را به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۳، ۰/۸۵ و ۰/۸۵ و اعتبار کل مقیاس را ۰/۸۳ را گزارش کرده است. در ایران هاشمی و همکاران (۱۳۹۱) ضریب پایایی مقیاس را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آوردند.

ج. مقیاس اهمال‌کاری غیرفعال (passive procrastination scale- PPS): برای سنجش اهمال‌کاری غیرفعال از مقیاس استاندارد تاکمن (۱۹۹۱) استفاده شد. این مقیاس از ۱۶ ماده و یک عامل تشکیل شده است که بر مبنای طیف لیکرت طراحی شده است. گرفتن نمره بالا در این مقیاس نشانه تعلل بالا است. تاکمن (۱۹۹۱) اعتبار این مقیاس را ۰/۸۶ و آکینسولا، تلا تلا (۲۰۰۷) نیز طی مطالعه‌ای آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند. لی (۲۰۰۵) و همکاران (۲۰۰۸) نیز از این مقیاس برای سنجش اهمال‌کاری تحصیلی استفاده کرده و مقدار آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۳ به دست آورده‌اند. در پژوهش شهنی بیلاق و همکاران (۱۳۸۵) نیز آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد و روایی این مقیاس با استفاده از بررسی همبستگی آن با مقیاس تعلل‌ورزی شوارزر، شمیتز و دیپل (۲۰۰۰) برای کل نمونه ۰/۵۶، در نمونه دختران ۰/۶۲ و در نمونه پسران ۰/۴۸ به دست آمد که همگی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است.

د. پرسشنامه شخصیتی هگزاکو (hexaco personality questionnaire- HPQ): دی و رایز (۲۰۱۳) با استفاده از مدل‌های اخیر هگزاکو، فرم کوتاه شده پرسشنامه شخصیتی هگزاکو را مطرح کرد که دارای ۲۴ ماده است. این پرسشنامه شامل شش بعد وسیع صداقت- تواضع، تهییج‌پذیری، برون‌گرایی، خوشایندی، وظیفه‌شناسی و گشودگی به تجربه است که هر یک از پرسشنامه‌ها شامل ۴ ماده است. در مطالعات قبلی اعتبار و اعتبار خرده‌مقیاس‌ها بالای ۰/۸۰ گزارش شده‌اند (دی و رایز و همکاران، ۲۰۰۹). اعتبار بازآزمایی و ضریب همبستگی موازی قابل قبولی بین خرده مقیاس‌ها با فرم بلند هگزاکو گزارش شده است. ضریب اعتبار مقیاس صداقت- تواضع ۰/۵۵، تهییج‌پذیری ۰/۵۴، برون‌گرایی ۰/۶۹، خوشایندی ۰/۵۳، وظیفه‌شناسی ۰/۶۱ و گشودگی به تجربه ۰/۶۰ با میانگین ۰/۵۹ گزارش شده است (دی و رایز، ۲۰۱۳). در ایران پرسشنامه فرم کوتاه هگزاکو توسط بشیرپور، طاهری‌فرد و محمدی (۱۳۹۸) اعتبارسنجی شده است که ضرایب اعتبار مقیاس صداقت- تواضع برابر با ۰/۷۸، تهییج‌پذیری ۰/۸۷، برون‌گرایی ۰/۷۴، خوشایندی ۰/۸۸، وظیفه‌شناسی ۰/۸۸ و گشودگی به تجربه برابر با ۰/۶۳ گزارش کردند. همچنین به منظور بررسی روایی سازه این پرسشنامه از روش آماری تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شد که نتایج به دست آمده دال بر ۶ عاملی بودن این پرسشنامه بود (بشیرپور و همکاران، ۱۳۹۸). همچنین روایی

همگرای پرسشنامه نیز از طریق پرسشنامه‌های فرم کوتاه NEO مورد سنجش قرار گرفت که نتایج حاکی از روایی همگرای قابل قبول برای پرسشنامه هگزاکو- ۲۴ بود (بشیرپور و همکاران، ۱۳۹۸).

ه. پرسشنامه شناختارهای کمال‌گرایی چندبعدی (multidimensional perfectionism cognition questionnaire- MPCQ)

این پرسشنامه در دانشگاه توکیو با هدف سنجش فراوانی شناختارهای مربوط به کمال‌گرایی‌گرایی توسط کابوری و تانو (۲۰۰۴) ساخته شده است و دارای ۱۵ ماده است. این پرسشنامه دارای سه بعد استانداردهای فردی، پیگردی کمال و نگرانی مفراط درباره اشتباهات است. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی معتمدیگانه و شکری (۱۳۹۲) نشان داد که عامل استانداردهای فردی، پیگردی کمال و بیش‌نگرانی درباره اشتباهات هر یک به ترتیب ۳۳/۵۵ درصد، ۱۴/۳۴ درصد و ۸/۵۴ درصد (در مجموع ۵۶/۴۳) درصد از واریانس عامل کلی شناختارهای کمال‌گرا را تبیین کردند. مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش شامل مجذور خی، مجذور خی بر درجه آزادی، برازش مقایسه‌ای، نیکویی برازش، شاخص نیکویی برازش انطباقی و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب به ترتیب برابر با ۱۶۷/۷۰، ۱/۹۹، ۰/۹۵، ۰/۹۳، ۰/۹۰ و ۰/۵۸ نیز برازش خوب الگوی مفروض سه عاملی را با داده‌ها نشان داد. در پژوهش معتمدیگانه و شکری (۱۳۹۲) نیز ضرایب آلفای کرونباخ برای هر دو مقیاس عاطفه مثبت و منفی ۰/۸۳ به دست آمد.

• یافته‌ها

از دانشجویان شرکت‌کننده در این تحقیق شامل ۳۰۱ نفر که ۱۶۰ نفر (۵۳/۲ درصد) دانشجوی مونث و ۱۴۱ نفر (۴۶/۸ درصد) دانشجوی مذکر هستند.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	زیرمقیاس	میانگین	انحراف معیار	کولموگروف-اسمیرنوف	
طرحواره‌های ناسازگار	محرومیت هیجانی	۶/۲۲	۳/۳۶	۰/۱۳	
	جدایی / طرد	۶/۵۰	۳/۱۰	۰/۱۲	
	بی‌اعتمادی و بد رفتاری	۶/۲۳	۲/۶۱	۰/۰۹	
	انزوای اجتماعی	۶/۱۹	۲/۷۹	۰/۱۴	
	نقص و شرم	۵/۵۰	۲/۹۵	۰/۱۷	
	شکست	۵/۱۶	۳/۱۹	۰/۱۸	
	بی‌کفایتی و وابستگی	۵/۵۶	۳/۲۳	۰/۱۸	
	آسیب‌پذیری- بیماری	۶/۲۹	۳/۲۹	۰/۱۲	
	خود تحول‌نا یافته- رفتاری	۵/۹۷	۳/۹۳	۰/۱۲	
	اطاعت	۶/۷۹	۲/۶۳	۰/۱۴	
	قربانی کردن خود	۷/۳۰	۲/۶۰	۰/۰۹	
	بازداری هیجانی	۵/۹۷	۳/۲۵	۰/۱۷	
	معیارهای سختگیرانه	۷/۸۱	۲/۷۱	۰/۱۱	
	استحقاق/ بزرگ منشی	۷/۵۷	۲/۶۴	۰/۱۱	
خودکنترلی ناکافی	۶/۹۳	۲/۹۶	۰/۱۰		
تعامل‌ورزی فعال	رضایت از نتیجه	۸/۰۸	۳/۰۱	۰/۱۰	
	ترجیح فشار	۸/۷۳	۳/۰۶	۰/۱۰	
	تصمیم‌عمدی به تعویق انداختن	۹/۱۶	۲/۹۶	۰/۱۰	
	توانایی مواجهه با آخرین مهلت مقرر	۱۲/۳۷	۴/۴۶	۰/۰۷	
تعامل‌ورزی منفعل	تعامل‌ورزی منفعل	۱۸/۷۱	۳/۸۱	۰/۱۳	
	صداقت- تواضع	۱۱/۸۵	۰/۲	۰/۱۲	
	تهییج‌پذیری	۱۲/۱۶	۲/۵۱	۰/۱۲	
	برون‌گرایی	۱۳/۱۷	۲/۸۶	۰/۱۱	
	خوشایندی	۱۱/۴۷	۲/۲۴	۰/۱۴	
	وظیفه‌شناسی	۱۲/۷۳	۲/۴۴	۰/۱۳	
	گشودگی به تجربه	۱۳/۹۴	۱/۹۴	۰/۱۱	
	کمال‌گرایی	استانداردهای فردی	۱۵/۸۰	۳/۴۶	۰/۱۰
		تعقیب یا پیگردی کمال	۹/۵۴	۲/۸۰	۰/۱۰
		نگرانی مفراط	۱۱/۴۰	۳/۶۷	۰/۱۶

طبق نتایج حاصل از جدول ۱، در بین مولفه‌های طرحواره‌های ناسازگار بیشترین میانگین به معیارهای سختگیرانه مرتبط است و کمترین میانگین به شکست مرتبط است و در رابطه با تعلق‌ورزی فعال بیشترین میانگین مربوط به توانایی مواجهه با آخرین مهلت مقرر و کمترین میانگین مربوط به رضایت از نتیجه است و در رابطه با تعلق‌ورزی منفعل نیز میانگین ۱۸/۷۱ به دست آمد و در رابطه با ویژگی‌های شخصیتی بیشترین میانگین شامل گشودگی به تجربه و کمترین میانگین مربوط به خوشایندی است و در خصوص کمال‌گرایی نیز، بیشترین میانگین مربوط به استانداردهای فردی و کمترین میانگین مربوط به تعقیب یا پیگردی کمال است.

جدول ۲. ضرایب همبستگی متغیرها

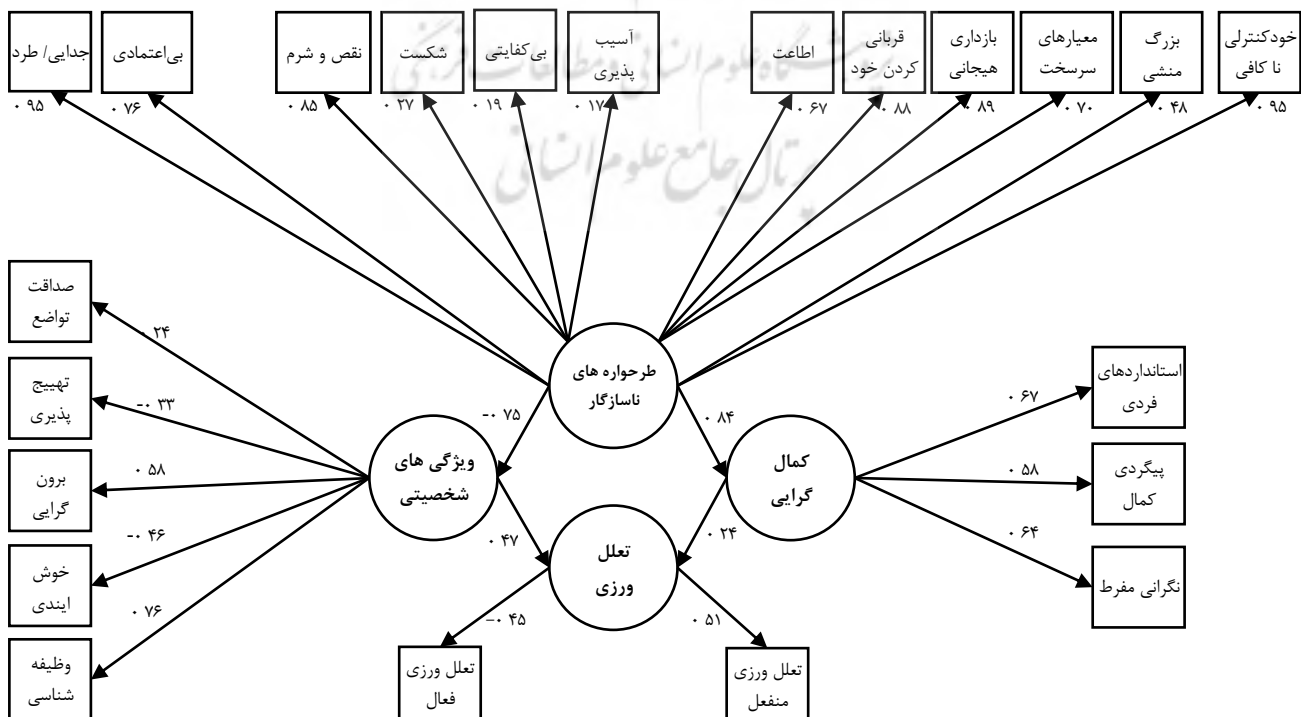
	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	
۱ محرومیت هیجانی																			
۲ جدایی/ طرد	۰/۴۸**																		
۳ بی‌اعتمادی و بدرفتاری	۰/۴۳**	۰/۴۳**																	
۴ انزوای اجتماعی	۰/۴۳**	۰/۴۳**	۰/۵۱**																
۵ نقص و شرم	۰/۵۲**	۰/۵۱**	۰/۵۲**	۰/۵۰**															
۶ شکست	۰/۵۸**	۰/۵۴**	۰/۵۷**	۰/۵۶**	۰/۷۲**														
۷ بی‌کفایتی و وابستگی	۰/۴۹**	۰/۵۰**	۰/۴۱**	۰/۵۲**	۰/۶۶**	۰/۷۸**													
۸ آسیب‌پذیری- بیماری	۰/۴۶**	۰/۴۸**	۰/۴۹**	۰/۴۸**	۰/۶۰**	۰/۶۸**	۰/۶۵**												
۹ خود تحول‌نیافته	۰/۴۳**	۰/۵۶**	۰/۴۹**	۰/۵۰**	۰/۵۲**	۰/۶۵**	۰/۷۸**	۰/۶۰**											
۱۰ اطاعت	۰/۵۱**	۰/۵۰**	۰/۵۶**	۰/۵۰**	۰/۵۶**	۰/۶۲**	۰/۵۶**	۰/۵۸**	۰/۵۲**										
۱۱ قربانی کردن خود	۰/۴۱**	۰/۴۳**	۰/۳۴**	۰/۴۰**	۰/۳۹**	۰/۴۴**	۰/۳۹**	۰/۴۱**	۰/۵۲**	۰/۴۲**									
۱۲ بازداری هیجانی	۰/۵۰**	۰/۳۹**	۰/۳۳**	۰/۳۷**	۰/۵۶**	۰/۵۳**	۰/۴۷**	۰/۴۶**	۰/۴۵**	۰/۳۶**	۰/۳۹**								
۱۳ معیارهای سختگیرانه	۰/۲۳**	۰/۱۹**	۰/۳۲**	۰/۳۷**	۰/۱۶**	۰/۲۹**	۰/۲۷**	۰/۲۲**	۰/۲۸**	۰/۵۰**	۰/۲۹**	۰/۲۳**							
۱۴ استحقاق/ بزرگ منشی	۰/۳۵**	۰/۴۱**	۰/۳۳**	۰/۳۷**	۰/۲۹**	۰/۴۵**	۰/۴۹**	۰/۵۵**	۰/۴۷**	۰/۴۶**	۰/۳۹**	۰/۲۷**	۰/۴۸**						
۱۵ خودکنترلی ناکافی	۰/۴۷**	۰/۵۳**	۰/۳۸**	۰/۴۶**	۰/۴۷**	۰/۵۴**	۰/۵۴**	۰/۶۰**	۰/۵۵**	۰/۴۴**	۰/۴۷**	۰/۴۵**	۰/۲۴**	۰/۵۶**					
۱۶ طرحواره ناسازگار	۰/۶۹**	۰/۷۰**	۰/۶۵**	۰/۶۹**	۰/۷۵**	۰/۸۵**	۰/۷۹**	۰/۷۸**	۰/۷۷**	۰/۷۵**	۰/۶۲**	۰/۶۵**	۰/۴۶**	۰/۶۳**	۰/۷۳**				
۱۷ وظیفه‌شناسی	۰/۱۷**	۰/۱۴**	۰/۰۲	۰/۱۰	۰/۱۵**	۰/۲۱**	۰/۱۹**	۰/۱۳*	۰/۱۵**	۰/۰۴	۰/۱۶**	۰/۱۶**	۰/۱۷**	۰/۱۱*	۰/۱۱*	۰/۱۹**	۰/۰۳	۰/۱۰	۰/۱۰
۱۸ تهیه‌پذیری	۰/۰۴	۰/۰۵	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۴	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۱۰	۰/۱۳*	۰/۲۱**	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۶	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳

۰/۵۸ است که همگی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. همچنین نگرانی مفرط از مؤلفه‌های کمال‌گرایی با مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار: محرومیت هیجانی، جدایی / طرد، بی‌اعتمادی / بدرفتاری، انزوای اجتماعی، نقص و شرم، شکست، بی‌کفایتی و وابستگی، آسیب‌پذیری بیماری، خود تحول‌نیافته، اطاعت، قربانی کردن خود، بازدارنده هیجانی، معیارهای سخت‌گیرانه، استحقاق / بزرگ‌منشی، خودکنترلی ناکافی و طرحواره ناسازگار به ترتیب دارای همبستگی ۰/۵۱، ۰/۵۵، ۰/۵۲، ۰/۵۷، ۰/۵۲، ۰/۷۱، ۰/۶۴، ۰/۶۴، ۰/۵۴، ۰/۶۲، ۰/۴۱، ۰/۳۹، ۰/۳۰، ۴۱، ۰/۵۸، ۰/۷۴ است که همگی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است.

جدول ۴. ضرایب همبستگی متغیرها

۶	۵	۴	۳	۲	۱	
					۱	وظیفه‌شناسی
				۱	-۰/۱۰	تهییج‌پذیری
			۱	۰/۱۳*	-۰/۲۰**	نگرانی مفرط
		۱	۰/۶۴**	۰/۰۰	۰/۱۳*	تعقیب یا پیگردی کمال
	۱	-۰/۰۷	-۰/۳۷**	-۰/۱۶**	۰/۴۷**	تعامل‌ورزی منفعل
۱	-۰/۲۵**	۰/۰۸	۰/۲۷**	۰/۰۳	-۰/۲۳**	تعامل‌ورزی فعال

جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که نگرانی مفرط از مؤلفه‌های کمال‌گرایی با وظیفه‌شناسی و تهییج‌پذیری از مؤلفه‌های ویژگی‌های شخصیت به ترتیب دارای همبستگی ۰/۲۰- و ۰/۱۳ است که در سطح ۰/۰۰۱ و ۰/۰۰۵ معنادار است. همچنین تعقیب کمال از مؤلفه‌های کمال‌گرایی با وظیفه‌شناسی از مؤلفه‌های ویژگی‌های شخصیت دارای همبستگی ۰/۱۳ است که در سطح ۰/۰۰۵ معنادار است. تعامل‌ورزی منفعل از مؤلفه‌های تعامل‌ورزی به ترتیب با مؤلفه‌های وظیفه‌شناسی، تهییج‌پذیری (مؤلفه‌های ویژگی شخصیت) و نگرانی مفرط (مؤلفه کمال‌گرایی) دارای همبستگی ۰/۴۸، ۰/۱۷- و ۰/۳۸- است که در سطح ۰/۰۰۱، ۰/۰۰۱ و ۰/۰۰۵ معنادار است. همچنین تعامل‌ورزی فعال از مؤلفه‌های تعامل‌ورزی به ترتیب با مؤلفه وظیفه‌شناسی و نگرانی مفرط دارای همبستگی معنادار ۰/۲۴- و ۰/۲۸ است که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. جهت بررسی مدل معادلات ساختاری نیاز به بررسی پیش فرض‌های هم خطی چندگانه، نرمال بودن، داده‌های گمشده و بررسی داده‌های پرت بود، که پیش فرض‌ها رعایت شده است.



شکل ۲. مدل اصلاح شده معادلات ساختاری به همراه ضرایب استاندارد شده

با توجه به معنادار نبودن برخی از مسیرها در مدل پیشنهادی، این مسیرها در مدل نهایی (شکل ۲)، حذف گردید. همچنین با توجه به ارتباط برخی از خطاها به یکدیگر و ایجاد ارتباط بین آنها موجب گردید شاخص‌های برازش مدل بهبود پیدا کند. ۰/۵۱

جدول ۵. نتایج ضرایب استاندارد مدل ساختاری و معناداری آن‌ها

برآورد استاندارد	مقدار معناداری	ناحیه بحرانی	خطای استاندارد	برآورد	طرحواره	کمالات
۰/۸۴	۰/۰۰۱	۱۱/۶۴	۰/۱۰	۱/۲۴	طرحواره	کمالات گرای
-۰/۷۵	۰/۰۰۱	-۵/۴۱	۰/۰۵	-۳۰	طرحواره	ویژگی شخصیت
۰/۲۴	۰/۱۱	۱/۵۵	۰/۱۲	۰/۱۹	کمالات گرای	تعلاورزی
۰/۴۷	۰/۰۰۱	۴/۳۷	۰/۷۶	۳/۳۲	ویژگی شخصیت	تعلاورزی

طبق جدول ۵، متغیر طرحواره ناسازگارانه بر کمالات گرای و ویژگی‌های شخصیت تأثیر دارد و ویژگی‌های شخصیت بر تعلاورزی تأثیر دارد ولی کمالات گرای بر تعلاورزی تأثیر ندارد. طبق ضرایب استاندارد، طرحواره ناسازگارانه بر کمالات گرای (۰/۸۴) است و رابطه مستقیمی وجود دارد ولی بین طرحواره ناسازگارانه با ویژگی‌های شخصیت (۰/۷۵) است و رابطه معکوس وجود دارد. همچنین بین ویژگی‌های شخصیت بر تعلاورزی (۰/۴۷) است و رابطه مستقیم است و ضریب استاندارد بین کمالات گرای بر تعلاورزی (۰/۲۴) است و رابطه مستقیم ندارد.

جدول ۶. مقادیر شاخص‌های برازندگی مدل نهایی تحقیق

مدل	شاخص	نوع شاخص
مدل نهایی تحقیق	CMIN	مطلق
۱۴۸۸/۵۰	DF	
۲۹۵	P	
۰/۰۰۱	RMSEA	نسبی
۰/۰۶	CMIN/DF	
۵/۰۴	TLI	تطبیقی
۰/۸۵	CFI	
۰/۸۱	PNFI	مقتصد
۰/۹۰	PCFI	
۰/۸۴		

همچنان که در جدول ۶ مشخص شده است شاخص‌های کلی برازش مدل وضعیت مطلوبی را نشان می‌دهند. وجود کای اسکور غیرمعنادار برابر با ۱۴۸۸/۵۰ است و سطح معناداری برابر با ۰/۰۰ نشان دهنده نتیجه‌ای مناسب است. شاخص مناسب دیگری که معمولاً به منظور قضاوت در مورد مدل تدوین شده و حمایت داده‌ها از آن به کار می‌رود، نسبت کای اسکور به درجه آزادی است. در جدول بالا مقدار کای اسکور نسبی برابر با ۵/۰۴ است. ریشه دوم میانگین مربعات باقیمانده نشان می‌دهد که آیا مدل تدوین شده را می‌توان قابل قبول دانست یا خیر. مقدار ۰/۰۶ برای مدل تحقیق حاکی از قابل قبول بودن مدل است. شاخص‌های تطبیقی در جدول بالا شاخص توکر-لویس برابر با ۰/۸۵ و شاخص برازش تطبیقی برابر با ۰/۸۱ است. در جدول فوق مقدار شاخص برازش هنجار شده مقتصد برابر با ۰/۹۰ و مقدار شاخص برازش تطبیقی مقتصد برابر با ۰/۸۴ است که هر دو مقادیری قابل قبول را نشان می‌دهند. با توجه به توضیحات فوق می‌توان نتیجه گرفت مدل نهایی تحقیق قابل قبول است.

به منظور بررسی معناداری اثر غیرمستقیم متغیر برون‌زا بر درون‌زا و معناداری نقش میانجی ویژگی‌های شخصیت و کمالات گرای در رابطه بین این متغیرها، از تحلیل بوت استرپ نرم افزار AMOS 24 استفاده شد. نتیجه آزمون بوت استرپ برای مسیر طرحواره‌های ناسازگار به صورت غیرمستقیم از طریق ویژگی‌های شخصیت با تعلاورزی برابر با ۰/۳۵ است. فاصله اطمینان ۰/۹۵ و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استرپ ۲۰۰۰ است. با توجه به اینکه در این مسیر، صفر بیرون از فاصله اطمینان قرار می‌گیرد، رابطه میانجی مفروض معنادار است. نتیجه آزمون بوت استرپ برای مسیر طرحواره‌های ناسازگار به صورت غیرمستقیم از طریق کمالات گرای با تعلاورزی برابر با ۰/۲۰ است که با توجه به فاصله اطمینان ۰/۹۵ رابطه میانجی مفروض معنادار نبود. با توجه به توضیحات فوق می‌توان نتیجه گرفت مدل نهایی تحقیق قابل قبول است.

● بحث

این پژوهش با هدف تعیین رابطه طرحواره‌های ناسازگار با تعلل‌ورزی تحصیلی با نقش میانجی ویژگی‌های شخصیتی و کمال‌گرایی انجام شده است. نتایج نشان داد که، متغیر طرحواره ناسازگاران بر کمال‌گرایی و ویژگی‌های شخصیت تأثیر دارد و ویژگی‌های شخصیت بر تعلل‌ورزی تأثیر دارد ولی کمال‌گرایی بر تعلل‌ورزی تأثیر ندارد.

مطابق نتایج حاصل از پژوهش، متغیر طرحواره ناسازگاران بر کمال‌گرایی تأثیر دارد. طبق ضرایب استاندارد، طرحواره ناسازگاران بر کمال‌گرایی (۰/۸۴) است و رابطه مستقیمی بین آنها وجود دارد و با افزایش طرحواره ناسازگانه، کمال‌گرایی افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر با تحقیقات کلان‌راد و همکاران (۱۳۹۹) و مقدم و همکاران (۲۰۲۱)، در خصوص رابطه طرحواره ناسازگاران بر کمال‌گرایی، همسو است و می‌توان بیان داشت طرحواره‌ها موجب سوگیری در تفسیرهای ما از رویدادها می‌شوند و این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی میان‌فردی به‌صورت سوء تفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف شده، گمانه‌های نادرست، هدف و چشمداشت‌های غیرواقعی‌بینانه خود را نشان می‌دهند. زمانی که طرحواره‌ها فعال می‌شوند، تبدیل به اتاق فرمان افکار خودآیند منفی می‌گردند و به‌طور منفی موجب سوگیری در اطلاعات می‌شوند و کمال‌گرایی را افزایش می‌دهد.

رابطه متغیر طرحواره ناسازگاران بر ویژگی‌های شخصیت معنی داری بود. بدین صورت که طرحواره ناسازگاران، ویژگی‌های شخصیتی مانند تهییج‌پذیری را فعال می‌کنند. طرحواره‌های ناسازگار اولیه در عمیق‌ترین سطح شناخت، معمولاً خارج از آگاهی عمل می‌کنند و فرد را از نظر روانشناختی در معرض ابتلا به افسردگی، اضطراب، روابط ناکارآمد، اعتیاد و سایر اختلال‌های روانی قرار می‌دهند (تیمم، ۲۰۱۰). در چند مطالعه روی نوجوانان و دانشجویان، نتایج حاکی از رابطه معنادار طرحواره ناسازگار طرد و بریدگی با تعدادی از مشکلات رفتاری (ون ویک-هربرک و همکاران، ۲۰۱۸)، علائم افسردگی (کامارا و کالوت، ۲۰۱۲) و اضطراب جدایی (کالوت و همکاران، ۲۰۱۳) است که با نتایج تحقیق همسو است. طرحواره‌های ناسازگاران در عمیق‌ترین سطح شناخت معمولاً خارج از آگاهی عمل می‌کنند و فرد را از نظر روانشناختی در معرض ابتلا به افسردگی، اضطراب، روابط ناکارآمد، اعتیاد و سایر اختلال‌های روانی قرار می‌دهند. لذا طرحواره‌های ناسازگاران اولیه می‌تواند ویژگی‌های شخصیتی را پیش‌بینی نمایند.

طبق نتایج، کمال‌گرایی بر تعلل‌ورزی (۰/۲۴) تأثیر ندارد و با یافته‌های فلت و هویت (۲۰۱۵) همسو نیست. بین ویژگی‌های شخصیت بر تعلل‌ورزی رابطه مستقیمی وجود دارد. یافته‌های حاصل از آزمایش این فرضیه با یافته‌های پژوهش‌های صورت گرفته توسط فلت و همکاران (۲۰۱۵)؛ کاستا و مک کری (۱۹۹۲) و دیاز مورالز، کوهن و فراری (۲۰۰۸) همسو است. برخی پژوهشگران در تلاش‌های خود برای فهم تعلل‌ورزی معمولاً آن را به عنوان یک ویژگی یا گرایش شخصیت تغییرناپذیر تلقی کرده‌اند، در نتیجه آنها به طور ضمنی فرض می‌کنند که تعلل‌ورزی، در زمینه‌ها و زمان‌های مختلف ثابت است (درتاج و مهرعلیان، ۱۳۹۷). از طرف دیگر چندین مدل نظری، تعلل‌ورزی را به عنوان یک رفتار موقعیتی در برابر یک خصیصه شخصیتی مفهوم‌سازی کرده‌اند (ون ایرده، ۲۰۰۰). برخی پژوهش‌ها نیز تعلل‌ورزی را به عنوان یک رفتار وابسته به موقعیت در نظر گرفته‌اند (روتبلوم، ۱۹۹۰)، همچنین نتایج جدیدترین پژوهش‌ها نیز بیانگر روابط میان ویژگی‌های شخصیتی و تعلل‌ورزی تحصیلی در میان دانشجویان مقطع کارشناسی است (یازیچی، بولوت، ۲۰۱۵)، همانطور که در تحقیق حاضر نیز به این امر دست یافتیم.

● نتیجه‌گیری

در نهایت بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت که، متغیر طرحواره ناسازگاران بر کمال‌گرایی و ویژگی‌های شخصیت تأثیر دارد و ویژگی‌های شخصیت بر تعلل‌ورزی تأثیر دارد ولی کمال‌گرایی بر تعلل‌ورزی تأثیر ندارد.

محدود بودن جامعه آماری این پژوهش به دانشجویان دانشگاه خلیج فارس بوشهر، جمع‌آوری داده‌ها به روش پرسشنامه‌ای از محدودیت‌های این پژوهش بودند. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های مشابه با جامعه آماری گسترده‌تر انجام گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود علاوه بر استفاده از پرسشنامه از روش‌های دیگر جمع‌آوری اطلاعات مانند مصاحبه (فردی و خانوادگی) و مشاهده استفاده شود تا

اطلاعات کامل تر و دقیق تر به دست آید. با توجه به این که رشد اولیه طرحواره‌های ناسازگار ریشه در تجربه‌های کودکی داشته و تعاملات نخستین والدین با کودک در گسترش آنها نقش دارد، تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی با هدف آشناسازی خانواده‌ها با فرایندهای شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه پیشنهاد می‌شود.

• تعارض منافع

نویسندگان اذعان می‌کنند که در این مقاله هیچ نوع تعارض منافی وجود ندارد.

• سپاسگزاری

نویسندگان مراتب تشکر خود را از همه کسانی که با نقد و مشورت در تکمیل این پژوهش مؤثر بوده‌اند اعلام می‌دارند.

• منابع

- بشیرپور، سجاد، طاهری فرد، مینا و محمدی، گلاویژ (۱۳۹۸). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی فرم کوتاه پرسشنامه شخصیتی هگراکو- ۲۴ سؤالی در دانشجویان. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۹(۳۶)، ۸۹-۶۵.
- بازدار، خالد و موسوی، سید اصغر (۱۳۹۷). بررسی و تحلیل نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کمال‌گرایی منفی در پیش‌بینی طلاق عاطفی بین زوجین. *فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده*، ۱۳(۴۳)، ۱۱۶-۹۳.
- درتاج، فریبرز و مهرعلیان، ابراهیم (۱۳۹۷). اثربخشی امید درمانی بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع دبیرستان شهر قزوین. *فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه تربیتی*، ۱۴(۴۸)، ۸۶-۷۳.
- سرشار، عاطفه، ملتفت، قوام و نیکدل، فریبرز (۱۳۹۶). بررسی رابطه کمال‌گرایی و سازگاری هیجانی با نقش واسطه باورهای انگیزشی. *مجله روانشناسی*، ۲۱(۴)، ۴۲۷-۴۱۲.
- شهنی بیلاق، منیجه، مهربانی‌زاده هنرمند، مهناز، حقیقی، جمال و سلامتی، عباس (۱۳۸۵). بررسی میزان شیوع تعلل و تأثیر آموزش مدیریت زمان و مدیریت رفتار بر کاهش آن در بین نوجوانان شهر اهواز. *مجله علوم تربیتی و روانشناسی*، ۱۳(۳)، ۱-۳۰.
- کلائی راد، مهرنوش، مدنی پور، نادیا و صالحی، مهدیه (۱۳۹۹). رابطه کمال‌گرایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سندرم ایمپاستر در دختران دانشجو. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان در مانی*، ۹(۳۶)، ۳۳-۲۴.
- معمدیکانه، نگین و شکری، امید (۱۳۹۲). آزمون روانسنجی سیاهه شناختارهای کمال‌گرایی چندبعدی. *فصلنامه روانشناسی تحولی روانشناسان ایرانی*، ۱(۳۸)، ۱۸۵-۱۷۵.
- نصیری جونقابی، مهناز، اصغری، فرهاد و پور صفر، علی (۱۴۰۰). بررسی رابطه ساختاری طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تمایز یافتگی خود و عملکرد جنسی با تمایل به روابط فرازناشویی. *مجله روانشناسی*، ۲۵(۳)، ۳۴۹-۳۲۹.
- نادی، محمد علی، عزیزی، هاجر و مسجدی، نفیسه (۱۳۹۸). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی، رفتار اخلاقی و احساس گناه با رفتار شهروندی اجباری. *مجله روانشناسی*، ۲۳(۱)، ۹۸-۸۳.
- هاشمی، تورج؛ مصطفوی، فریده؛ ماشینچی عباسی، نعیمه و بدری، رحیم (۱۳۹۱). نقش جهت‌گیری هدف، خودکارآمدی خودتنظیم‌گری و شخصیت در تعلل ورزی، روانشناسی معاصر، ۷(۱)، ۸۴-۷۳.
- یعقوبی، ابوالقاسم و قلائی، بهروز (۱۳۹۴). عوامل مرتبط با تعلل ورزی تحصیلی، *مجله روانشناسی تربیتی*، ۱۱(۳۷)، ۱۸۵-۱۶۱.
- یوسفی، رحیم، عابدین، علیرضا؛ تیرگری، عبدالحکیم و فتح‌آبادی، جلیل (۱۳۸۹). اثربخشی مداخله آموزشی مبتنی بر مدل طرحواره‌ها در ارتقاء رضایت زناشویی. *مجله روانشناسی بالینی*، ۳(۷)، ۳۸-۲۵.

Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, science and technology education*, 3(4), 363-370.

Antoine, P., Antoine, C., & Nandrino, J. L. (2008). Development and validation of the cognitive inventory of subjective distress. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, 23(11), 1175-1181.

Birkás, B., Láng, A., & Meskó, N. (2018). Self-rated attractiveness moderates the relationship between dark personality traits and romantic ideals in women. *Psychological Reports*, 121(1), 184-200.

Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive behaviour therapy*, 47(4), 328-349.

- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: The mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of anxiety disorders*, 27(3), 278-288.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological assessment*, 4(1), 5.
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *The Journal of social psychology*, 149(2), 195-212.
- Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of social psychology*, 145(3), 245-264.
- Cámara, M., & Calvete, E. (2012). Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34(1), 58-68.
- Castro, J., Soares, M. J., Pereira, A. T., & Macedo, A. (2017). Perfectionism and negative/positive affect associations: the role of cognitive emotion regulation and perceived distress/coping. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 39, 77-87.
- Chowdhury, S. F., & Pychyl, T. A. (2018). A critique of the construct validity of active procrastination. *Personality and Individual Differences*, 120, 7-12.
- Díaz-Morales, J. F., Cohen, J. R., & Ferrari, J. R. (2008). An integrated view of personality styles related to avoidant procrastination. *Personality and Individual Differences*, 45(6), 554-558.
- Dozois, D. J., Bieling, P. J., Patelis-Siotis, I., Hoar, L., Chudzik, S., McCabe, K., & Westra, H. A. (2009). Changes in self-schema structure in cognitive therapy for major depressive disorder: a randomized clinical trial. *Journal of consulting and clinical psychology*, 77(6), 1078.
- De Vries, R. E., Ashton, M. C., & Lee, K. (2009). De zes belangrijkste persoonlijkheidsdimensies en de HEXACO Persoonlijkheidsvragenlijst. *Gedrag & Organisatie*, 22(3).
- De Vries, R. E. (2013). The 24-item brief HEXACO inventory (BHI). *Journal of Research in Personality*, 47(6), 871-880.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2015). Measures of perfectionism. In *Measures of personality and social psychological constructs* (pp. 595-618). Academic Press.
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of personality assessment*, 82(1), 80-91.
- Hong, J. C., Lee, Y. F., & Ye, J. H. (2021). Procrastination predicts online self-regulated learning and online learning ineffectiveness during the coronavirus lockdown. *Personality and individual differences*, 174, 110673.
- Kobori, O., & Tanno, Y. (2004). Development of multidimensional perfectionism cognition inventory. *Japanese Journal of Personality*, 13(1), 34-43.
- Kim, S., Fernandez, S., & Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual differences*, 108, 154-157.
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *The Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 5-15.
- Moghadam, F., Ebrahimi Moghadam, H., & Jahangir, P. (2021). The relationship between perfectionism, early maladaptive schemas, attachment styles, and body image concern by the mediating role of self-esteem in cosmetic surgery applicants. *Journal of Client-Centered Nursing Care*, 7(1), 27-42.
- Mason, O., Tyson, M., Jones, C., & Potts, S. (2005). Alexithymia: its prevalence and correlates in a British undergraduate sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78(1), 113-125.
- Naki, E. (2019). Determining the effect of reducing procrastination tendency on the academic achievement in physics course. *International Journal of Educational Administration and Policy Studies*, 11(1), 1-11.
- Ozer, Z., & Yetkin, R. (2018). Walking through different paths: Academic self-efficacy and academic procrastination behaviors of pre-service teachers. *Journal of Language and Linguistic Studies*, 14(2), 89-99.
- Rothblum, E. D. (1990). Fear of failure. In *Handbook of social and evaluation anxiety* (pp. 497-537). Springer, Boston, MA.
- Stead, R., Shanahan, M. J., & Neufeld, R. W. (2010). "I'll go to therapy, eventually": Procrastination, stress and mental health. *Personality and individual differences*, 49(3), 175-180.
- Schwarzer, R. G., & Diehl, M. (2000). Compensatory health beliefs. Scale Development and psychometric properties. Available
- Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 41(4), 373-380.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and psychological measurement*, 51(2), 473-480.
- Tan, C. X., Ang, R. P., Klassen, R. M., Yeo, L. S., Wong, I. Y., Huan, V. S., & Chong, W. H. (2008). Correlates of academic procrastination and students' grade goals. *Current Psychology*, 27(2), 135-144.
- Ke, T., & Barlas, J. (2020). Thinking about feeling: Using trait emotional intelligence in understanding the associations between early maladaptive schemas and coping styles. *Psychology and Psychotherapy: theory, research and practice*, 93(1), 1-20.
- Yazıcı, H., & Bulut, R. (2015). Investigation into the academic procrastination of teacher candidates' social studies with regard to their personality traits. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 2270-2277.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Publication.

- Young, J. E., & Brown, G. (2003). Young schema questionnaire—L3a. *New York, NY: Cognitive Therapy Centre of New York.*
- van Wijk-Herbrink, M. F., Bernstein, D. P., Broers, N. J., Roelofs, J., Rijkeboer, M. M., & 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. *Journal of abnormal child psychology, 46(5)*, 907-920.
- Van Eerde, W. (2000). Procrastination: Self regulation in initiating aversive goals. *Applied Psychology, 49(3)*, 372-389.
- Wang, J. (2013). Active and Passive Procrastination of University Students Enrolled in Writing Courses Across Varying Course Delivery Models.

