

## Journal of Research in Educational Systems

Volume 17, Issue 63, 2024  
Pp. 86-101

Print ISSN: 2383-1324  
Online ISSN: 2783-2341

Homepage: [www.jiera.ir](http://www.jiera.ir)

### Article Info:

**Article Type:**  
Research Article

**Article history:**  
Received August 02, 2023  
Received in revised form  
November 04, 2023  
Accepted November 26,  
2023  
Published Online January  
05, 2024

**Keywords:**  
academic expectations  
stress,  
academic perfectionism,  
academic self-concept,  
school anxiety

# The Mediating Role of School Anxiety in The Relationship Between Academic Perfectionism and Academic Self-Concept with Academic Expectations Stress in Students

Masomeh Esmaeili <sup>1</sup>✉ | Fariba Tabebordbar <sup>2</sup> | Zahra Fatemi Hagheghi <sup>3</sup> |

1. *Corresponding Author*, Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University. Tehran Iran. E-mail: [m.esmaeili2022@pnu.ac.ir](mailto:m.esmaeili2022@pnu.ac.ir)
2. Associate Professor, Department of Psychology, Payame Noor University. Tehran Iran. E-mail: [Tabebordbar@pnu.ac.ir](mailto:Tabebordbar@pnu.ac.ir)
3. M.A, Department of Psychology, Payame Noor University. Tehran Iran. E-mail: [Zahra6710z@yahoo.com](mailto:Zahra6710z@yahoo.com)

## ABSTRACT

**Objective:** The stress of academic expectations is the main cause of stress among students. The aim of the present study was to investigate the mediating role of school anxiety in the relationship between academic perfectionism and academic self-concept with academic expectations stress.

**Methods:** The descriptive research method was correlation. A sample consisting of 390 students (289 girls, 101 boys) from three grades (7th, 8th, 9th) from public first secondary schools in one district of Shiraz were selected by multi-stage cluster sampling and responded to Academic expectations stress Inventory (Ang & Huan, 2006), academic perfectionism of Rasouli Soli and Bahrami (2015), School self-concept Inventory (Chen & Thompson, 2004) and school anxiety Scale (Philips, 1987).

**Results:** Data analysis using the structural equation model showed that academic perfectionism and academic self-concept have a significant positive and negative direct effect on the stress of academic expectations, respectively. Also, the results showed that school anxiety does not have a significant direct effect on the stress caused by academic expectations, so it cannot play a mediating role in the relationship between academic perfectionism and academic self-concept with the academic expectations stress.

**Conclusion:** In general, to reduce the stress caused by academic expectations in students, it is better to focus on strengthening self-concept and academic perfectionism and effective ways to deal with stress.

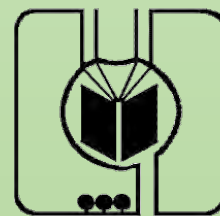
**Cite this article:** Esmaeili, M., Tabebordbar, F., & Fatemi Haghighi, Z. (2024). The Mediating Role of School Anxiety in The Relationship Between Academic Perfectionism and Academic Self-Concept with Academic Expectations Stress in Students. *Journal of Research in Educational Systems*, 17(63), 86-101. <https://doi.org/10.22034/JIERA.2024.409224.3026>



© The Author(s)

Publisher: Iranian Educational Research Association

DOI: <https://doi.org/10.22034/JIERA.2024.409224.3026>



## پژوهش در نظام‌های آموزشی

دوره ۱۷، شماره ۶۳، ۱۴۰۲  
ص ۸۶-۱۰۱

شاپا (چاپی): ۲۳۲۴-۲۳۸۳

شاپا (الکترونیکی): ۲۳۴۱-۲۷۸۳

Homepage: [www.jiera.ir](http://www.jiera.ir)

### درباره مقاله

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۱۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۸/۱۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۹/۰۵

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۱۰/۱۵

واژه‌های کلیدی:

استرس ناشی از انتظارات تحصیلی،

اضطراب مدرسه،

خودپنداره تحصیلی،

کمال‌گرایی تحصیلی

# نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه در رابطه کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با استرس انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان

معصومه اسماعیلی<sup>۱\*</sup> | فریبا تابع بردبار<sup>۲</sup> | زهرا فاطمی حقیقی<sup>۳</sup>

۱. نویسنده مسئول، استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. رایانامه:

[m.esmaeili2022@pnu.ac.ir](mailto:m.esmaeili2022@pnu.ac.ir)

۲. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. رایانامه: [tabebordbar@pnu.ac.ir](mailto:tabebordbar@pnu.ac.ir)

۳. کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. رایانامه: [Zahra6710z@yahoo.com](mailto:Zahra6710z@yahoo.com)

### چکیده

**هدف:** استرس انتظارات تحصیلی، عامل اصلی استرس در بین دانش‌آموزان است. هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه در رابطه کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با استرس انتظارات تحصیلی بود.

**روش:** روش پژوهش توصیفی همبستگی بود. نمونه‌ای مشتمل بر ۳۹۰ دانش‌آموز (۲۸۹ دختر، ۱۰۱ پسر) از سه پایه تحصیلی (هفتم، هشتم، نهم) از مدارس متوسطه اول دولتی ناحیه یک شیراز به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به سیاهه استرس انتظارات تحصیلی (Ang & Huan, 2006)، کمال‌گرایی تحصیلی (رسولی خورشیدی و بهرامی، ۱۳۹۵)، سیاهه خودپنداره تحصیلی (Chen & Thompson, 2004) و مقیاس اضطراب مدرسه (Philips, 1987) پاسخ دادند.

**یافته‌ها:** تحلیل داده‌ها با استفاده از الگوی معادلات ساختاری، نشان داد که کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی به ترتیب اثر مستقیم مثبت و منفی معناداری بر استرس انتظارات تحصیلی دارند. همچنین نتایج نشان داد که اضطراب مدرسه تأثیر مستقیم معناداری بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی ندارد، بنابراین در رابطه بین کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با استرس انتظارات نمی‌تواند نقش میانجی داشته باشد.

**نتیجه‌گیری:** به‌طورکلی برای کاهش استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان، بهتر است روی تقویت خودپنداره و کمال‌گرایی تحصیلی و روش‌های مؤثر مقابله با استرس تمرکز کرد.

استناد به این مقاله: اسماعیلی، معصومه، تابع بردبار، فریبا، و فاطمی حقیقی. (۱۴۰۲). نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه در رابطه

کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با استرس انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان. پژوهش در

نظام‌های آموزشی، ۱۷(۶۳)، ۸۶-۱۰۱. <https://doi.org/10.22034/JIERA.2024.409224.3026>



## مقدمه

مهم‌ترین عاملی که در رشد سرمایه انسانی نقش دارد، آموزش است. آموزش، تحقیق و رشد، منابع کلیدی فرایند یادگیری هستند که توسط دانش، مهارت‌ها و تجربیات از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود. یکی از مهم‌ترین اهداف آموزش و پرورش ایجاد بستری مناسب برای رشد و تربیت انسان‌های کارآمد، سالم و مسئول در جهت ایفای نقش در زندگی فردی و اجتماعی است. از طرفی دانش‌آموزان به‌عنوان یکی از ارکان اصلی و اساسی نظام آموزشی در کشور هستند که در رسیدن به این اهداف آموزشی جایگاه ویژه‌ای دارند. سیستم‌های آموزشی، تمام‌وقت فعالیت‌های یادگیری مستمر را اجرا می‌کنند، بنابراین دانش‌آموزان به‌طور مستمر در معرض تجربه فشار روانی و استرس قرار می‌گیرند. استرس یک پدیده اجتناب‌ناپذیر در زندگی دانش‌آموزان است. به دلیل وجود انتظارات درونی و بیرونی مختلفی که بر عهده دانش‌آموزان گذاشته شده، استرس بخشی از زندگی تحصیلی آن‌ها شده است (Reddy, 2018). استرسی که در محیط تحصیلی ایجاد می‌شود، به‌عنوان استرس تحصیلی شناخته شده است که می‌تواند شرایط جسمی و روحی دانش‌آموزان را به خطر بیندازد. استرس تحصیلی را می‌توان به‌عنوان رابط یادگیرنده بین قضاوت شناختی، روان‌شناختی و یا پاسخ فیزیولوژیکی به عوامل استرس‌زای محیطی تصور کرد (Mazza et. al., 2020). این نوع استرس از موانع مهم رسیدن به اهداف تحصیلی است. طبق تحقیقات، استرس تحصیلی نتیجه فشارهای وابسته به آموزش است که وقتی از منابع قابل تطبیق و در دسترس فراتر می‌رود، در نتیجه سازگاری و تطبیق را به‌طور منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد (Izzati et al., 2020؛ Talha, 2020؛ گرچین پور و برزگر، ۱۴۰۱؛ یونسی و همکاران، ۱۴۰۰). از جمله مهم‌ترین منابع استرس و فشاری که اغلب دانش‌آموزان با آن مواجه هستند و می‌تواند پیشرفت تحصیلی آنان را تحت تأثیر قرار دهد، انتظارات والدین، معلمان و دانش‌آموزان از خود است. ترس از برآورده نشدن انتظارات هم به‌صورت شخصی و هم انتظارات از الگوهای مهم، بر عزت‌نفس دانش‌آموزان تأثیر

منفی می‌گذارد و زمینه را برای شکست حتی در صورت داشتن توانایی‌ها فراهم می‌کند که این وضعیت به درک نوجوانان از شایستگی آسیب می‌رساند و باعث ایجاد برخی مشکلات روانی مانند افسردگی و اضطراب، فرسودگی تحصیلی و اختلال در عملکردهای زیستی و اجتماعی می‌شود (Hafeez et al., 2022؛ پورشاگردکانی، ۱۳۹۹؛ Oudat & Mhaidat, 2022؛ Koçak, 2020).

یکی از عواملی که بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی دانش‌آموزان تأثیرگذار است، کمال‌گرایی تحصیلی است. تجربه استرس در افراد کمال‌گرا، می‌تواند به اشکال مختلفی مانند فشار طاقت‌فرسا برای رسیدن به استانداردهای بالا و حفظ آن استانداردها ظاهر شود (Akram & Stevenson, 2022). کمال‌گرایی در بین دانش‌آموزانی که عملکرد تحصیلی برای آن‌ها نقش بسیار مهمی در پیشرفت شخصی شان دارد، بسیار شایع است (Christman, 2012؛ یونسی و همکاران، ۱۴۰۰). کمال‌گرایی تحصیلی در واقع پدیده‌ای است که نگرانی زیادی در مورد اشتباهات، توقعات بیشتر از خود، انتظارات والدین برای موفقیت، مواجهه با انتقاد از سوی والدین و تردید در مورد اعمال خود به‌ویژه در محیط تحصیلی را به تصویر می‌کشد. حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد از نوجوانان، تحت تأثیر کمال‌گرایی قرار می‌گیرند. محققان دریافتند که انتقال به دوره متوسطه، نوجوانان را به‌ویژه در برابر کاهش سطح پیشرفت تحصیلی آسیب‌پذیر می‌کند، زیرا محیط متوسطه به‌طور قابل توجهی با محیط ابتدایی متفاوت است. در دوران متوسطه روابط جدید با همسالان و معلمان و سازگارشدن با استانداردهای تحصیلی جدید به تمایل به بالاتر بودن و انگیزه درونی بیشتری نیاز دارد. همچنین در این دوران نمرات دانش‌آموزان اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. وجود استانداردهای بالا در نوجوانان ایجاب می‌کند که برای خود معیارهایی را تعیین کنند، باین‌حال گاهی اوقات استانداردهایی که نوجوانان برای خود تعیین می‌کنند با توانایی‌های آن‌ها در تناقض است. زمانی که استانداردهای بیش‌ازحد بالا با توانایی واقعی نوجوانان همسو نیست، در نتیجه باعث ایجاد شکاف

کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی در دانش‌آموزان نقش داشته باشد. اضطراب مدرسه در واقع شامل ابعاد شناختی، عاطفی و روان‌شناختی می‌شود، به بیان دیگر افکار مزاحم، احساس ترس یا نگرانی و احساس شکست در بین فعالیت‌هایی است که در مدرسه انجام می‌شود و از طریق عملکرد ضعیف دانش‌آموز و یا طرد اجتماعی از سمت معلم و همکلاسی‌ها تقویت می‌شود (Gibler, 2019). در میان موقعیت‌های مدرسه که می‌تواند باعث ایجاد سطوح بالایی از اضطراب در نوجوانان شود، موقعیت‌های مربوط به ارزشیابی تحصیلی و اجتماعی، موقعیت‌های شکست در مدرسه و تنبیه، موقعیت‌های تعامل با افراد دیگر و موقعیت‌های پرخاشگری و یا قربانی شدن برجسته هستند و شناسایی زودهنگام این مشکل که در نوجوانان نسبتاً پرتکرار است، به دلیل پیامدهای منفی بر سازگاری تحصیلی، روانی و اجتماعی، اساسی و ضروری است (González et al., 2020). از جمله پژوهش González و همکاران (2016) که ارتباط منفی و معنادار اضطراب مدرسه و خودپنداره را نشان می‌دهد. همچنین در رابطه اضطراب مدرسه با کمال‌گرایی نیز می‌توان به مطالعه Vicent و همکاران (2019) اشاره داشت که همبستگی معناداری بین این دو متغیر نیز نشان داده شده است. پژوهش Ho و همکاران (2022)، که نشان داده شده اضطراب تحصیلی به شدت با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی همبستگی دارد؛ بنابراین با توجه به پیوستگی مشاهده شده میان این متغیرها، به نظر می‌رسد اضطراب مدرسه می‌تواند به عنوان یک متغیر میانجی در رابطه بین استرس ناشی از انتظارات تحصیلی با کمال‌گرایی و خودپنداره تحصیلی، قرار گیرد. از آنجایی که نوجوانان بیشتر زمان خود را در مدارس سپری می‌کنند در نتیجه استرس تحصیلی به عنوان یکی از عوامل خطر عمده برای سلامت روان آن‌ها در نظر گرفته می‌شود (Hovsepian et al., 2019) و تأثیر استرس تحصیلی بر سلامت روان دانش‌آموزان نیز نشان داده شده است (Mahalat & Bansal, 2019). با توجه به تأثیر استرس از نظر تحصیلی، اجتماعی، اقتصادی، جسمی و عاطفی بر دانش‌آموزان، پس می‌توان

بین خود ایده آل و خود واقعی می‌شود و در نهایت سبب به وجود آمدن مشکلاتی از جمله پرخاشگری، روان‌پریشی و روابط اجتماعی ضعیف و اهمال‌کاری در آن‌ها می‌شود (Malik & Ghayas, 2016؛ Endleman et al., 2022؛ Ibrahim & Syamsuri, 2017، هاشمی و همکاران، ۱۳۹۲). یکی دیگر از متغیرهایی که می‌تواند با محیط‌های آموزشی مرتبط باشد و در مطالعاتی مانند Pandy (2016) و Narasimhan (2018)، رابطه آن با استرس تحصیلی گزارش شده است، خودپنداره تحصیلی است. خودپنداره یکی از مفاهیم مهم در روانشناسی است و به معنای درک فرد از قابلیت‌ها، محدودیت‌ها و توانایی‌های خود است (شیخ‌الاسلامی، ۱۴۰۱). به بیان دیگر خودپنداره عامل مهم موفقیت در زندگی افراد است و اگر فرد توانمندی‌های خود را بشناسد و برداشت مثبتی از آن داشته باشد، به این باور خواهد رسید که می‌تواند به آن چیزی که استعدادش را دارد، دست پیدا کند (Levey et al., 2019؛ Alikhani et al., 2020). طبق نظریه Rogers (1957) اگر دانش‌آموز، خودپنداره قابل‌قبولی از خویش در زمینه تحصیلی نداشته باشد، بنابراین تصویر او از خودش با واقعیت هماهنگ نمی‌شود و در نهایت احتمال ترک تحصیل دانش‌آموز وجود دارد. در واقع این قسمت از خودپنداره یا خودپنداره تحصیلی بیان‌کننده ادراک و دانش فرد در ارتباط با نقاط ضعف و قوتش در زمینه تحصیلی و در نهایت اعتقاد او به توانمندی‌هایش برای انجام مسئولیت‌های تحصیلی به طور موفقیت‌آمیز است (Gilham & Leonthal, 2018؛ محمدی و همکاران، ۱۴۰۰؛ کشت و رزکندازی و همکاران، ۱۴۰۰). تحقیقات نشان داده است که استرس تحصیلی دانش‌آموزان از طریق خودپنداره تا حدودی کنترل می‌شود. در واقع خودپنداره مثبت باعث ایجاد استرس سودمند روانی در بین دانش‌آموزان می‌شود و به آن‌ها اجازه می‌دهد تا پتانسیل کامل خود را بهینه کنند (Riaz, 2022؛ Momeny, 2020؛ Efobi & Okigbo, 2022). اضطراب مدرسه نیز یکی دیگر از متغیرهایی است که می‌تواند در ارتباط بین استرس انتظارات تحصیلی با

این صورت که ابتدا فهرست مدارس دولتی متوسطه اول ناحیه یک شهر شیراز تهیه و از بین این مدارس به صورت تصادفی سه مدرسه دخترانه و دو مدرسه پسرانه انتخاب شدند. سپس از هر مدرسه پایه‌های هفتم، هشتم و نهم به صورت تصادفی یک کلاس از هر پایه انتخاب شد و پرسش‌نامه‌ها در اختیار تمام دانش‌آموزان قرار گرفت و در نهایت بعد از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها تعداد ۳۸۵ نفر از دانش‌آموزان با میانگین سنی  $(s=0/89)13/89$  به طور کامل به سؤالات پاسخ داده بودند. در این تحقیق به منظور تحلیل داده‌ها، در بخش توصیفی، جداول فراوانی و درصد فراوانی بررسی شد. در بخش استنباطی، پس از بررسی پایایی و روایی پرسشنامه، نرمال بودن داده‌ها با استفاده از مقادیر چولگی و کشیدگی بررسی شد، سپس با استفاده از مدل معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و Amos نسخه ۲۴ به بررسی فرضیات پرداخته شد. در این پژوهش از سیاهه استرس انتظارات تحصیلی<sup>۱</sup> (Ang & Huan, 2006)، مقیاس اضطراب مدرسه<sup>۲</sup> (Philips, 1987)، سیاهه خودپنداره تحصیلی<sup>۳</sup> (Chen & Thompson, 2004) و مقیاس کمال‌گرایی تحصیلی رسولی خورشیدی و بهرامی (۱۳۹۵) استفاده شد که در ادامه توضیحات مربوط به آن‌ها ارائه شده است.

سیاهه استرس انتظارات تحصیلی: این سیاهه خود گزارش دهی توسط Ang and Huan (2006) با هدف ارزیابی منابع استرس‌زای تحصیلی در نوجوانان دوره‌های راهنمایی و دبیرستان طراحی شده است. این مقیاس، شامل ۲ مؤلفه است: انتظارات والدین/معلم و انتظارات از خود. همچنین این پرسشنامه شامل ۹ ماده است. ماده‌ها بر مبنای طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هرگز (۱) تا تقریباً همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شوند. مقیاس استرس ناشی از انتظارات تحصیلی، حاصل نتایج تحلیل عاملی اکتشافی انگ و هوان می‌باشد که در مجموع در ۳ مطالعه انجام گرفته است. در مطالعه اول بر روی ۷۲۱ نوجوان، در مطالعه دوم بر روی ۳۸۷ نوجوان و در مطالعه سوم

اهمیت و نقش این متغیر را بر ابعاد مختلف سلامت و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان، درک کرد. نکته‌ای که در رابطه با اهمیت نظری و عملی انجام این پژوهش وجود دارد، این است که با توجه به اینکه استرس تحصیلی می‌تواند در نهایت منجر به شکست و عدم پیشرفت و تجربه ناکامی و آسیب به عزت‌نفس در دانش‌آموزان شود، پس شناخت عواملی که می‌تواند با استرس ناشی از انتظارات غیرواقعیانه در دانش‌آموزان، والدین و معلمان مرتبط باشد و در نهایت عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را تحت‌الشعاع قرار دهد، لازم و ضروری به نظر می‌رسد، به این دلیل که می‌تواند بر جنبه‌های مختلف زندگی دانش‌آموزان، تأثیر بگذارد و در انتها منجر به بهبود کیفیت زندگی دانش‌آموزان و حتی والدین آن‌ها خواهد شد. همچنین در حوزه آموزشی و تربیتی می‌تواند دانشی به دانش‌های موجود در پژوهش‌های آموزشی بیفزاید، بنابراین به نظر می‌رسد که ضروری است تا تحقیقات گسترده‌تری پیرامون این موضوع انجام گیرد. پس سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا اضطراب مدرسه در رابطه کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با استرس انتظارات تحصیلی نقش واسطه‌ای دارد؟

## روش

طرح پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بود. با توجه به اینکه جامعه آماری این پژوهش، شامل ۱۷۶۰۸ نفر از دانش‌آموزان دختر و پسر متوسطه اول ناحیه یک شیراز، مدارس دولتی بود (۹۱۲۷ دختر، ۸۴۸۱ پسر)، در نتیجه با مراجعه به جدول کرجسی و مورگان، تعداد ۳۷۷ نفر به عنوان نمونه مشخص گردید اما در نهایت برای اطمینان بیشتر و به علت اینکه ممکن بود تعدادی از دانش‌آموزان همکاری لازم را نداشته باشند، بنابراین تعداد ۳۹۰ نفر نمونه انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای از بین مدارس دولتی متوسطه اول ناحیه یک شیراز انتخاب شدند. به

3. School Self-Concept Inventory

1. Academic Expectations Stress Inventory

2. School Anxiety Scale (SAS)

(۴) صورت می‌گیرد. حداقل نمره، ۱۵ و حداکثر ۶۰ است. در پژوهش عزیزیان کهن و همکاران (۱۴۰۰)، پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ برای این متغیر ۰/۸۷۹ محاسبه شد.

مقیاس اضطراب مدرسه: پرسشنامه اضطراب مدرسه توسط Philips (1987) تهیه و تدوین شده است (ابوالمعالی و همکاران، ۱۳۷۲). این پرسشنامه ۷۴ ماده دارد و ۴ زمینه را در فرد موردسنجش قرار می‌دهد. ابوالمعالی و همکاران (۱۳۷۲) در تحقیقی تحت عنوان پایاسازی، اعتباریابی و هنجاریابی مقیاس اضطراب امتحان تعداد ماده‌های آن را به ۵۲ ماده کاهش داده‌اند و آزمودنی‌ها به صورت بله (۳)، خیر (۱) و گاهی اوقات (۲) به مقیاس پاسخ داده‌اند. ملکی (۱۳۹۹) در پژوهش خود که بر روی دانش‌آموزان دختر مضطرب در پایه اول، متوسطه اول انجام داد با استفاده از نرم‌افزار AMOS-24 بر روی زیرمقیاس‌های اضطراب مدرسه تحلیل عاملی تأییدی انجام داد و نتایج نشان دادند که زیرمقیاس‌های اضطراب مدرسه از روایی سازه‌ای قابل قبولی برخوردار هستند. همچنین در این پژوهش از روش آلفای کرونباخ و تنصیف اسپیرمن-براون برای بررسی پایایی مقیاس اضطراب مدرسه و زیرمقیاس‌های آن استفاده شد و نتایج نشان داد که ضرایب آلفای کرونباخ مقیاس اضطراب مدرسه و زیرمقیاس‌های آن از ۰/۸۰ بالاتر بوده و نشان‌دهنده پایایی خوبی برای این مقیاس است. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ ۰/۸۱۷ به دست آمد.

#### یافته‌ها

به‌منظور شناخت بهتر جامعه موردپژوهش و آشنایی بیشتر با متغیرهای پژوهش، قبل از تجزیه و تحلیل داده‌های آماری، لازم است این داده‌ها توصیف شوند؛ بنابراین پیش از آزمون فرضیه‌های تحقیق، آمار توصیفی متغیرهای مورد استفاده در تحقیق مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آمار توصیفی در جدول زیر ارائه شده است.

بر روی ۱۴۴ نوجوان بررسی شده است (Ang & Huan, 2006؛ فلاحیه و همکاران، ۱۳۹۹). آلفای کرونباخ این آزمون بین ۰/۷۴ - ۰/۹۰ و اعتبار بازآزمایی دوهفته‌ای آن ۰/۷۷ - ۰/۸۵ گزارش شده است (Ang & Huan, 2006). در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ ۰/۸۱۳ به دست آمد.

مقیاس کمال‌گرایی تحصیلی رسولی خورشیدی و بهرامی (۱۳۹۵): کمال‌گرایی تحصیلی یک ابزار خودگزارش‌دهی است که توسط رسولی خورشیدی و بهرامی (۱۳۹۵)، جهت سنجش کمال‌گرایی تحصیلی طراحی شده است. حداقل نمره ۲۲ و حداکثر نمره برابر ۱۱۰ است. شیوه نمره‌گذاری بر مبنای لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) است. در پژوهش رسولی خورشیدی و بهرامی (۱۳۹۵)، برای سنجش پایایی پرسش‌نامه کمال‌گرایی تحصیلی، روش آلفای کرونباخ و دونیمه کردن آزمون به کار برده شده است و نتایج نشان‌دهنده همسانی درونی قابل قبول بوده است. برای روایی محتوا، چند تن از صاحب‌نظران گروه روانشناسی این روایی را تأیید کردند. همچنین برای روایی همگرا از پرسشنامه اهداف پیشرفت استفاده شده است که نتایج رابطه معناداری را نشان داده است ( $r = 0/50$ )؛ اما در روایی واگرا که حاصل از پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی بود، نتایج نشان‌دهنده عدم رابطه بین این دو متغیر در روایی واگرا بوده است (کردی، ۱۳۹۸). در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ ۰/۹۱۴ به دست آمد.

سیاهه خودپنداره تحصیلی: این ابزار توسط Chen and

Thompson (2004) طراحی و بر روی ۱۶۱۲ دانش‌آموز دبستانی در تایوان اجرا گردید. سیاهه خودپنداره تحصیلی بر روی دانش‌آموزان ابتدایی و راهنمایی متمرکز است و تصویر ذهنی فرد از خودش را می‌سنجد و در نتیجه بر این اساس خودپنداره را در سه سطح عمومی، آموزشگاهی و غیر آموزشگاهی مورد بررسی قرار می‌دهد. پرسشنامه خودپنداره تحصیلی دارای ۱۵ ماده است که هم نمره کلی و هم نمرات زیرمقیاس‌ها را اندازه‌گیری می‌کند. نمره‌گذاری این سیاهه بر مبنای لیکرت درجه‌ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق

### جدول ۱.

میانگین، انحراف معیار، کمترین، بیشترین، چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

عامل	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین	چولگی	کشیدگی
کمال‌گرایی تحصیلی	۳/۴۰	۱/۱۰	۱/۲۷	۴/۸۲	۰/۷۱	-۱/۱۵
خودپنداره تحصیلی	۲/۴۲	۰/۸۲	۱/۰۷	۴	۰/۱۷	-۱/۵۲
اضطراب مدرسه	۲/۱۳	۰/۴۹	۱/۲۹	۲/۷۳	۰/۵۰	-۱/۵۹
استرس ناشی از انتظارات	۳/۳۰	۱/۱۹	۱	۵	۰/۴۵	-۱/۳

کشیدگی استفاده شود (علی مردی و زارع، ۱۴۰۱). با توجه به این‌که مقادیر چولگی و کشیدگی همگی در بازه  $-۲$  و  $+۲$  به‌دست‌آمده‌اند نتایج نشان‌دهنده نرمال بودن داده‌ها است. بررسی روابط بین شاخص‌های پژوهش: در این بخش برای آزمون همبستگی به دلیل پارامتری بودن توزیع داده‌ها به‌وسیله آزمون همبستگی پیرسون به بررسی رابطه بین متغیرهای اصلی پرداخته شده است.

میانگین شاخص کمال‌گرایی تحصیلی برابر  $۳/۴۰$ ، شاخص خودپنداره تحصیلی برابر  $۲/۴۲$ ، شاخص اضطراب مدرسه برابر  $۲/۱۳$  و شاخص استرس ناشی از انتظارات برابر  $۳/۳۰$  است. همچنین هنگامی که حجم نمونه زیاد باشد آزمون‌های آماری مانند شاپیرو-ویلک و کولموگروف-اسمیرنوف توزیع داده‌ها را به‌اشتباه غیر نرمال اعلام می‌کنند؛ بنابراین بهتر است برای نتیجه‌گیری در مورد نرمال بودن داده‌ها از چولگی و

### جدول ۲.

همبستگی میان متغیرهای پژوهش

اضطراب مدرسه	خودپنداره تحصیلی	کمال‌گرایی تحصیلی	استرس ناشی از انتظارات
		۱	
	۱	$-۰/۷۹۷^{**}$	
۱	$-۰/۷۱۶^{**}$	$۰/۸۲۷^{**}$	
$۰/۷۲۷^{**}$	$-۰/۷۶۳^{**}$	$۰/۸۳۶^{**}$	

معناداری ضرایب همبستگی در سطح  $۰/۰۱$  \* معناداری ضرایب در سطح  $۰/۰۵$

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد مؤلفه‌های کمال‌گرایی تحصیلی و اضطراب مدرسه به‌صورت مثبت و در سطح معناداری  $۰/۰۱$  با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی همبسته است. جدول ۳ شاخص‌های برازندگی مدل اندازه‌گیری را نشان می‌دهد.

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد مؤلفه‌های کمال‌گرایی تحصیلی و اضطراب مدرسه به‌صورت مثبت و در سطح معناداری  $۰/۰۱$  با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی همبسته‌اند. خودپنداره تحصیلی به‌صورت منفی و در سطح

### جدول ۳.

شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص‌ها	نام شاخص	اختصار	مقدار مطلوب	مقدار به‌دست‌آمده
شاخص‌های برازش مطلق	سطح تحت پوشش کی دو	Chi-Square/df	کمتر از مقدار ۵	۰/۵۳۰
	نیکویی برازش	GFI	بزرگ‌تر از ۰/۹	۰/۹۹۶
	نیکویی برازش تعدیل‌شده	AGFI	بزرگ‌تر از ۰/۹	۰/۹۸۵

شاخص‌ها	نام شاخص	اختصار	مقدار مطلوب	مقدار به دست آمده
شاخص‌های برازش تطبیقی	برازش هنجار شده	NFI	بزرگ‌تر از ۰/۹	۰/۹۹۵
	برازش تطبیقی	CFI	بزرگ‌تر از ۰/۹	۰/۹۹۹
	برازش نسبی	RFI	بزرگ‌تر از ۰/۹	۰/۹۹۸
	برازش فزاینده	IFI	بین ۱ تا ۰	۰/۹۱۸
شاخص برازش مقتصد	برازش مقتصد هنجار شده	PNFI	بزرگ‌تر از ۰/۵	۰/۸۰۱
	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSRA	کوچک‌تر از ۰/۰۸	۰/۰۷۷

همان‌طور که در جدول بالا مشاهده می‌شود تمامی شاخص‌های برازش مدل پژوهش قابل قبول است.

#### جدول ۴.

نتایج معیار ضریب تعیین برای متغیرهای استرس ناشی از انتظارات و اضطراب مدرسه

ضریب تعیین	متغیرهای درون‌زا
۰/۷۸۵	استرس ناشی از انتظارات
۰/۶۸۱	اضطراب مدرسه

بر اساس نتایج جدول فوق، میزان ضریب تعیین برای سازه‌های درون‌زا در حد مناسبی است. با توجه به نتایج تحقیق مناسب بودن برازش مدل ساختاری تحقیق تأیید می‌شود. مقدار ضریب تعیین برای متغیر استرس ناشی از انتظارات برابر ۰/۷۸۵ است. به این معنی که متغیرهای کمال‌گرایی تحصیلی، خودپنداره تحصیلی و اضطراب مدرسه ۷۸/۵ درصد از متغیر استرس ناشی از انتظارات را بیان می‌کنند.

#### جدول ۵.

ضرایب مسیر مستقیم، غیرمستقیم و کل بین متغیرهای پژوهش

P	ناحیه بحرانی	خطای استاندارد	ضریب	
۰/۰۰۰	-۵/۸۹۲	۰/۰۱۸	-۰/۱۰۶	خودپنداره تحصیلی ← اضطراب مدرسه
۰/۰۰۰	۱۹/۲۶۲	۰/۰۱۷	۰/۳۲۸	کمال‌گرایی تحصیلی ← اضطراب مدرسه
۰/۰۰۰	-۸/۷۸	۰/۰۴۸	-۰/۴۱۸	خودپنداره تحصیلی ← استرس ناشی از انتظارات
۰/۰۰۰	۱۱/۴۲۹	۰/۰۶۶	۰/۷۶	کمال‌گرایی تحصیلی ← استرس ناشی از انتظارات
۰/۶۲	-۰/۴۹۶	۰/۱۵۱	-۰/۰۷۵	اضطراب مدرسه ← استرس ناشی از انتظارات
۰/۳۰۹	-۰/۴۹۶	۰/۰۰۲	-۰/۰۲۴	کمال‌گرایی تحصیلی ← اضطراب مدرسه ← استرس انتظارات تحصیلی
۰/۳۱۰	۰/۰۴۹۴	۰/۰۰۲	۰/۰۰۷	خودپنداره تحصیلی ← اضطراب مدرسه ← استرس انتظارات تحصیلی

است که نشان از معنادار بودن این ضریب در سطح خطای ۵ درصد است یعنی خودپنداره تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان تأثیر منفی و معناداری دارد. همچنین ضریب رگرسیون کمال‌گرایی تحصیلی بر اضطراب مدرسه برابر ۰/۳۲۸ است که نشان از معنی‌دار بودن این ضریب در سطح خطای ۵ درصد است و نشان می‌دهد کمال‌گرایی

با توجه به جدول ۵ ضریب رگرسیونی کمال‌گرایی تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات برابر ۰/۷۶ است که در سطح خطای ۵ درصد معنادار است. در واقع کمال‌گرایی تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری دارد. ضریب رگرسیونی خودپنداره تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات برابر ۰/۴۱۸-

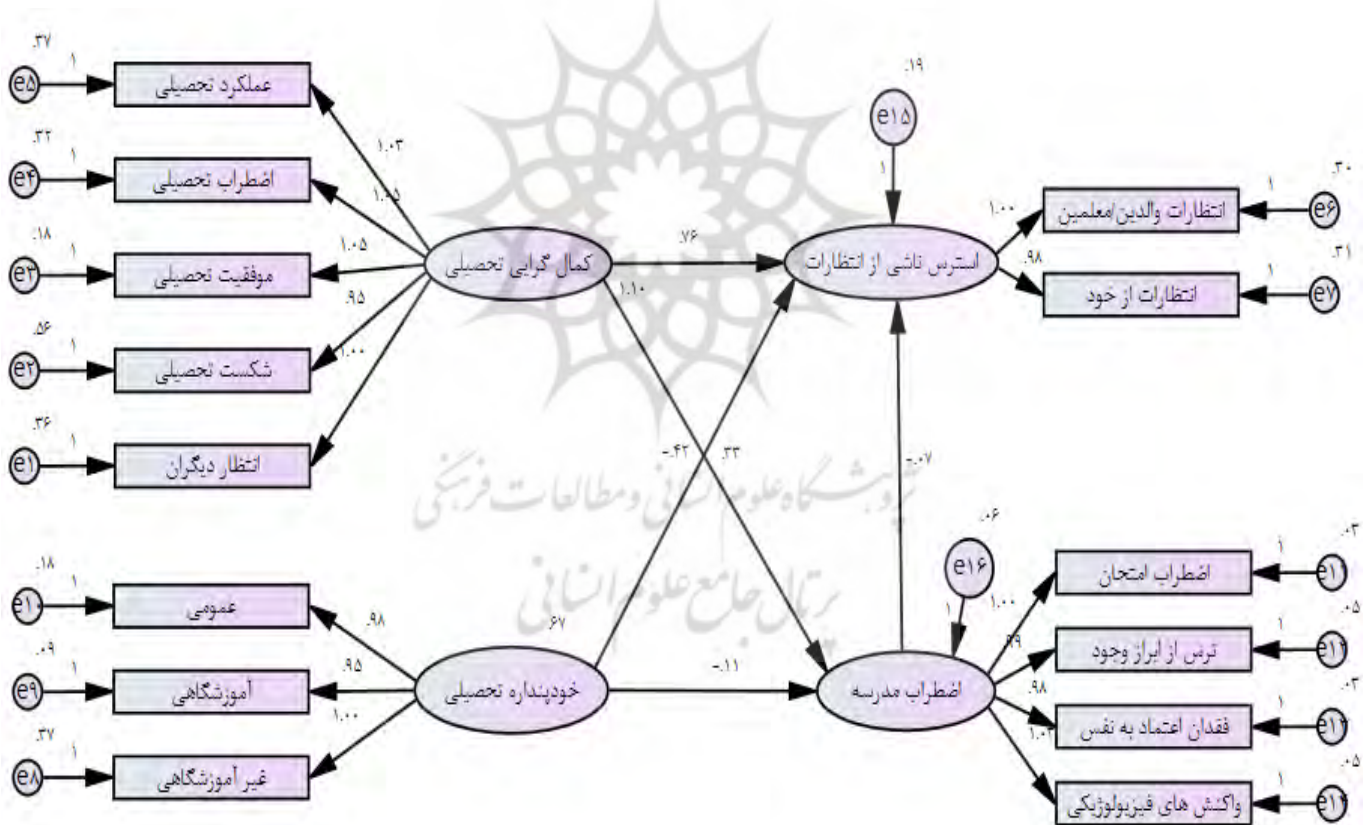


تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی با نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه برابر  $0/024$  - که نشان‌دهنده این است که کمال‌گرایی تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه اثر غیرمستقیمی ندارد. همچنین ضریب رگرسیونی اثر غیرمستقیم خودپنداره تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی برابر  $0/007$  است که نشان از عدم معناداری این ضریب در سطح خطای ۵ درصد است. نتایج نشان می‌دهد که خودپنداره تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه اثر غیرمستقیمی ندارد.

تحصیلی بر اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری دارد. ضریب رگرسیونی خودپنداره تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات برابر  $0/106$  - است که نشان از معنی دار بودن این ضریب در سطح خطای ۵ درصد است یعنی خودپنداره تحصیلی بر اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان تأثیر منفی و معناداری دارد؛ و در نهایت ضریب رگرسیونی اضطراب مدرسه بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی برابر  $0/075$  - است که نشان از عدم معناداری این ضریب در سطح خطای ۵ درصد است و نشان می‌دهد اضطراب مدرسه بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان اثر مستقیم ندارد. در رابطه با مسیر غیرمستقیم نیز ضریب رگرسیونی کمال‌گرایی

### شکل ۱.

بررسی رابطه استرس ناشی از انتظارات تحصیلی با کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با واسطه‌ای اضطراب مدرسه



## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی استرس ناشی از انتظارات تحصیلی بر اساس کمال‌گرایی تحصیلی و خودپنداره تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول انجام شد. همان‌طور که مشاهده شد به‌طور کلی نتایج حاصله از برآورد مدل، حاکی از آن است که کمال‌گرایی تحصیلی با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه اول، رابطه مستقیم مثبت و معناداری دارد. نتایج این پژوهش با نتایج تحقیقات Bogardus و همکاران (2022)، Stevenson and Akram (2022)، Xing and Cheong (2021)، Kim و همکاران (2017)، همسو است. نتایج برخی از پژوهش‌ها حاکی از این است که کمال‌گرایی می‌تواند مستقیماً با استرس در مدرسه در ارتباط باشد (Collin et al., 2020؛ Yu et al., 2016) در واقع، کمال‌گرایی تحصیلی به معنای تمایل به داشتن عملکرد بی‌نقص و کامل در تحصیلات است و این تمایل ممکن است باعث شود که دانش‌آموزان تحت فشار قرار بگیرند و استرس ناشی از انتظارات تحصیلی را تجربه کنند. بر اساس دیدگاه‌های روان‌شناختی فرض بر این است که افراد کمال‌گرا از طرح‌واره‌های شناختی برخوردارند که بدون توجه به توانایی‌های خود، اهدافی فراتر از توان و ظرفیت خویش برمی‌گزینند. آنان از شکست در دستیابی به کمال موردنظرشان هراسان هستند و به‌جز موفقیت کامل به چیزی راضی نمی‌شوند. برخورداری از تفکرات کمال‌گرایانه، خود به‌تنهایی منجر به افت انگیزه تحصیلی و افزایش استرس می‌شود (Lepp et al., 2014).

نتایج حاصله از برآورد مدل، حاکی از آن است که خودپنداره تحصیلی با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه اول رابطه منفی و معناداری دارد. نتایج این پژوهش با نتایج تحقیقات اسلامی (1398)، Momeny (2020)، Afriandani and Hernawati (2019)، Narasimhan (2018)، Pandey (2016)، همسو است. استرس رابطه بین ادراکات فرد و رویدادهای زندگی را ضعیف می‌کند

و یکی از مواردی است که می‌تواند بر خودپنداره دانش‌آموزان تأثیر بگذارد. از این نظر با افزایش استرس، خودپنداره کاهش می‌یابد (Momeny, 2020). در راستای تبیین رابطه بین خودپنداره تحصیلی با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی می‌توان بیان کرد که استرس انتظارات تحصیلی عمدتاً توسط والدین تحمیل می‌شود، اما می‌تواند توسط دانش‌آموزان نیز بر خودشان تحمیل شود، و همچنین ممکن است از سمت معلمان نیز باشد. هنگامی که این انتظارات بر توانایی دانش‌آموزان برای مقابله، غلبه می‌کند، آن‌ها در برابر تجربه استرس انتظارات تحصیلی آسیب‌پذیر می‌شوند. به‌عبارت‌دیگر زمانی که انتظارات برای پیشرفت تحصیلی، چه از جانب والدین، چه معلمان و یا همسالان افزایش یابد و این انتظارات مطابق با توانمندی‌های دانش‌آموز و ادراک از خود نباشد، در نتیجه باعث افزایش استرس در دانش‌آموز می‌شود (Sangma, 2018؛ Hakim et al., 2022).

همچنین نتایج نشان داد که کمال‌گرایی تحصیلی با اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان متوسطه اول رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج این پژوهش با نتایج تحقیقات فاطمی و همکاران (1401)، یحیی زاده درزی و همکاران (1399)، دماوندی (1398)، Visent و همکاران (2019)، همسو است. الگوهای نظری متعددی برای توصیف مکانیسم‌های ایجادکننده اضطراب ارائه شده است که بیشتر این الگوها اعتراف بر حضور فرایندهای شناختی و روان‌شناختی دارند. کمال‌گرایی یکی از این فرایندهای شناختی است که در بروز اضطراب نقش مؤثری دارد (Chiu et al., 2021). از دیدگاه رفتارگرایی، علت اضطراب می‌تواند شرطی شدن به دنبال یادگیری یک اشتباه باشد. در واقع از نظر این دیدگاه، توقعات ناپسند والدین و انتظارات غیرواقع‌بینانه و کمال‌گرا کردن فرزندان و ارائه الگوهای غلط از سمت آن‌ها عامل اضطراب است (ملکی، 1399). می‌توان اذعان کرد که داشتن کمال‌گرایی افراطی بر اساس معیارهای سخت‌گیرانه، سبب بروز نارضایتی از عملکرد فردی می‌شود و بر این اساس فرد به‌طور مکرر از وضعیت خود احساس نارضایتی می‌کند و این حالت موجب

استرسی ایجاد نکند، که در این زمینه نیاز به انجام پژوهش‌های بیشتری است.

نتایج حاصل از برآورد ارتباط غیرمستقیم نشان داد که کمال‌گرایی تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه اول با نقش میانجی اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان تأثیر معناداری بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی ندارد. این یافته می‌تواند به این دلیل باشد که تأثیر مستقیم کمال‌گرایی تحصیلی بر استرس ناشی از انتظارات به قدری زیاد است که تأثیر غیرمستقیم آن از طریق اضطراب مدرسه قابل توجه نیست، همچنین ممکن است به علت عدم ارتباط معنادار اضطراب و استرس تحصیلی باشد که در یافته قبل به آن اشاره شد؛ بنابراین اضطراب مدرسه نمی‌تواند در رابطه بین کمال‌گرایی تحصیلی و استرس نقش میانجی داشته باشد.

همچنین نتایج نشان داد خودپنداره تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه اول با نقش میانجی اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان تأثیر معناداری بر استرس ناشی از انتظارات تحصیلی ندارد. با توجه به این که در روش معادلات ساختاری روابط متغیرها را به صورت هم‌زمان و در حضور سایر متغیرها و روابط می‌سنجیم، بنابراین این فرضیه ممکن است به این دلیل رد شده باشد که ارتباط معناداری بین اضطراب و استرس تحصیلی یافت نشد، همچنین تأثیر مستقیم خودپنداره بر استرس ناشی از انتظارات به میزان قابل توجهی بوده است و میانجی بودن نقش اضطراب مدرسه معنی‌دار نمی‌شود.

نتایج این تحقیق بر روی دانش‌آموزان متوسطه اول شهر شیراز انجام شد و نمی‌توان آن‌ها را به‌طور کلی به تمام دانش‌آموزان تعمیم داد.

با توجه به اثرات مخرب استرس ناشی از انتظارات تحصیلی از معلمان و خانواده‌ها انتظار می‌رود که آموزش و یادگیری را مبتنی بر نیازهای فراگیران و با مدنظر قرار دادن تفاوت‌های فردی و تحصیلی آن‌ها طراحی و پیاده‌سازی کنند و با قرار دادن اهداف غیرواقع‌بینانه و انتظارات ناکارآمد، زمینه‌ساز فراخوانی هیجانات نامطلوب در آن‌ها نشوند. از این رو آموزش‌های لازم هم برای معلمان در قالب دوره‌های

می‌شود که احتمال موفقیت و رضایت دانش‌آموز کاهش یابد و در نهایت احساس بی‌کفایتی و اضطراب شکل گیرد.

در ادامه نتایج نشان داد که خودپنداره تحصیلی با اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان متوسطه اول رابطه منفی و معناداری دارد. نتایج این پژوهش با نتایج تحقیقات منصور (۱۳۹۸)، راست روش طیبی و محمدی (۱۳۹۸)، پورطالب و میرنسب (۱۳۹۷)، González و همکاران (2016)، همسو است. طبق نظر Khalila (2015) خودپنداره تحصیلی در نتیجه مقایسه خود با دیگران در زمینه تحصیلی به وجود می‌آید و پژوهش‌های متعددی تأثیر این سازه شخصیتی را بر اضطراب نشان داده‌اند. در چرایی این مسئله می‌توان گفت، خودپنداره، حسی کلی فرد در مورد افکار و رابطه آن با کیفیت انجام تکالیف را منعکس می‌کند (Morony et al., 2013)، و از طرفی بر اساس نظریه طرح‌واره Beck (1976)، از آنجایی که اضطراب با افکار منفی خودکار و تحریف در رویدادها نمایان می‌شود بنابراین این افکار به‌عنوان بعد شناختی اضطراب، زمانی که به‌صورت مثبت از توانایی‌های خود باشد، در نتیجه می‌تواند در کاهش اضطراب مدرسه نقش مؤثری ایفا کند.

از نتایج دیگر یافته‌ها این بود که اضطراب مدرسه با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی رابطه مستقیم معناداری ندارد. گرچه در پژوهش‌های گذشته (آخوندی، ۱۳۹۸؛ Ho et al., 2022)، نشان داده شد که ارتباط مثبتی بین اضطراب و استرس وجود دارد. در پژوهش Ho و همکاران (2022) نشان داده شده است که استرس انتظارات تحصیلی به‌طور مثبت، اضطراب امتحان را پیش‌بینی می‌کند. یکی از علت‌های ناهم‌سو شدن با پژوهش قبل می‌تواند نمونه انتخاب شده باشد، که در پژوهش Ho و همکاران (2022) بر روی دانشجویان مقطع کارشناسی انجام شده است، اما در تحقیق حاضر، نمونه‌ها دانش‌آموزان متوسطه اول بودند. به‌طور کلی عواملی چون فرهنگ، سن، نوع پرسش‌نامه به کار برده شده، می‌تواند سبب متفاوت شدن نتایج شود یا ممکن است در دانش‌آموزان زمانی که اضطراب بالا می‌رود انتظارات دیگران خیلی مهم نباشد و

رسولی خورشیدی، فاطمه، و بهرامی، معصومه. (۱۳۹۵). ساخت و هنجاریابی پرسشنامه کمال‌گرایی تحصیلی در دانشجویان ایرانی. *فصلنامه تخصصی روان‌سنجی*، ۵، ۱۷، ۵۴-۴۵

علی مردی، مسعود، و زارع، رقیه. (۱۴۰۱). آموزش معادلات ساختاری مخصوص پایان‌نامه. تهران: دیباگران.

شیخ‌الاسلامی، علی. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس حمایت تحصیلی و خودپنداره‌ی تحصیلی. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۶(۵۷)، ۵۱-۶۱.

فاطمی، مزگان، بختیارپور، سعید، پاشا، رضا، و حافظی، فریبا. (۱۴۰۱). مدل پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس کمال‌گرایی و خودکارآمدی اجتماعی با میانجی‌گری تحریف‌های شناختی در نوجوانان دختر و پسر. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۱۳(۴)، ۲۰۲-۱۸۷

کردی، فاطمه. (۱۳۹۸). پیش‌بینی کمال‌گرایی تحصیلی بر اساس خودپنداره تحصیلی و نگرش به یادگیری الکترونیکی در دانشجویان دانشگاه‌های استان گلستان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد.

کشت ورز کندازی، احسان. (۱۳۹۷). تعلیم و تربیت آینده با توجه به اسناد بالادستی. تهران: تایماز.

کشت ورز کندازی، احسان، سهرابی، نادره و اسماعیلی، بهرام. (۱۴۰۰). تبیین مدل علی تحصیل‌گریزی دانش‌آموزان بر اساس ذهن آگاهی و خودپنداره تحصیلی. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۱۳(۲)، ۲۱۸-۲۴۰.

کشت ورز کندازی، احسان؛ صالحی، محمدرضا و اسماعیلی، بهرام. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش راهبردهای فراشناختی بر خودپنداره و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان. *آموزش پژوهی*، ۶(۲۱)، ۱۷-۳۱.

گرچین پور، فاطمه، و برزگر، مجید. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش خودکارآمدی بر تنظیم شناختی هیجان و استرس تحصیلی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه. *فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه*، ۱۳(۴۹)، ۱۰۵-۱۱۸.

محمدی، عبدالله، قدم پور، عزت‌الله، میردریکوند، فضل‌الله و سپهوندی، محمدعلی. (۱۴۰۰). ارائه مدل علی از رابطه بین عاطفه آموزشی و انگیزش تحصیلی حالتی با هدایت مسیر شغلی: نقش واسطه‌ای خودپنداره تحصیلی. *روانشناسی*، ۱۰(۲)، ۹۱-۱۰۲.

ضمن خدمت وهم برای خانواده‌ها در قالب آموزش‌های خانوادگی ضروری به نظر می‌رسد.

## سپاسگزاری

تشکر از همه عزیزانی که در این پژوهش یاری نمودند. مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی دانشگاه پیام نور است

## تعارض منافع

تعارض منافع وجود نداشت.

## منابع

اسلامی، فریبا. (۱۳۹۸). *رابطه‌ی هویت تحصیلی، خودپنداره‌ی تحصیلی و معنای تحصیل با استرس تحصیلی دانش‌آموزان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. رشته روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی اردبیل.

آخوندی، مریم. (۱۳۹۸). *پیش‌بینی اضطراب امتحان بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و به‌واسطه استرس در بین دانشجویان پسر کارشناسی دانشگاه پیام نور مرکز همدان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد.

افشاری زاده، احسان، کارشکی، حسین، و ناصریان، حمید (۱۳۹۲) بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه خودپنداره تحصیلی دانش‌آموزان دبستانی شهر تهران. *فصلنامه علمی روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۳(۱۱)، ۵۳-۶۶.

پورطالب، نرگس، و میرنسب، میرمحمد. (۱۳۹۷). *رابطه‌ی میزان ناامیدی و خودپنداره تحصیلی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر پایه‌ی ششم. آموزش و ارزشیابی*، ۱۱(۴۳)، ۱۳-۲۷.

دماوندی، نرگس خاتون. (۱۳۹۸). *بررسی رابطه کمال‌گرایی تحصیلی با کیفیت یادگیری، اضطراب و افت تحصیلی دانش‌آموزان مدارس سمپاد و عادی*. پایان‌نامه دوره کارشناسی ارشد در رشته علوم تربیتی گرایش آموزش و بهسازی منابع انسانی. موسسه آموزش عالی بابل

Sciences, Faculty of Human Ecology, IPB University, 79.

Afsharizadeh, E., Karsheki, H., & Naserian, H. (2014). Examining the psychometric characteristics of the academic self-concept questionnaire of primary school students in Tehran. *Scientific Quarterly Journal of Psychological Methods and Models*, 3(11) 53-66. [in Persian]

Akhundi, M. (2019). *Prediction of exam anxiety based on initial maladaptive schemas and stress among male undergraduate students of Payam Noor University, Hamedan Center*. Master's thesis [in Persian]

Ali Mardi, M., & Farmer, R. (2023). *Teaching structural equations for thesis*. Tehran: Dibagaran Publications [in Persian]

Alikhani, M., & Khalatbari, J. (2022). Predicting the effect of family assessment on behavioral disorders with mediated by self-concept in adolescents. *Razi Journal of Medical Sciences*, 28(11), 24-34

Ang, R. P., & Huan, V. (2006). Academic expectations stress inventory: Development, factor analysis, reliability, and validity. *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), 522- 539.

Ang, R. P., Klassen, R. M., Chong, W. H., Huan, V. S., Wong, I. Y., Yeo, L. S., & Krawchuk, L. L. (2009). Cross-cultural invariance of the academic expectations stress inventory: Adolescent samples from Canada and Singapore. *Journal of adolescence*, 32(5), 1225-1237

Bogardus, J., Armstrong, E. S., VanOss, T., & Brown, D. J. (2022). Stress, Anxiety, Depression, and Perfectionism Among Graduate Students in Health Sciences Programs. *Journal of Allied Health*, 51(1), pp. 15E-25E(11)

Chen, Y. H., Thompson, M. S. (2004). Confirmatory Factor analysis of school self-concept inventory. Collected in the database of education Resources information center.

Chiu, K., Clark, D. M., & Leigh, E. (2021). Cognitive predictors of adolescent social anxiety. *Behavior Research and Therapy*, 137(17), 1038-1042.

Christman, E. (2012). Understanding maladaptive perfectionism in college students. *Nurse Educator*, 37(5), 202-205.

Collin, V., O'Selmo, E., & Whitehead, P. (2020). Stress, psychological distress, burnout and perfectionism in UK dental students. *British Dental Journal*, 229(9), 605-614.

Damavandi, N. K. (2019). *Examining the relationship between academic perfectionism and learning quality, anxiety and academic failure of students of Sampad and normal schools*. Master's thesis in the field of educational sciences, training and improvement of human resources. Babol Institute of Higher Education [in Persian]

Efobi, U. I., & Okigbo, E. C. (2022). Relationship Between Academic Self-Concept And Academic Achievement Of Secondary School Students In Biology In Anambra State. *Southeastern Journal Of Research And Sustainable Development (Sejrsd)*, 6(2), 84-100.

Endleman, S., Brittain, H., & Vaillancourt, T. (2022). The longitudinal associations between perfectionism and

مرادی زاده، سیروس، ویسکرمی، حسن علی، میردیکوند، فضل الله، قدم پور، عزت الله، و غضنفری، فیروزه. (۱۳۹۸). بررسی و مقایسه اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر و واقعیت‌درمانی بر کاهش کمال‌گرایی و استرس تحصیلی دانش‌آموزان دختر تیزهوش. *روانشناسی افراد استثنایی*، ۹(۳۴)، ۷۹-۱۱۰.

ملکی، مینا. (۱۳۹۹). *تأثیر تکنیک‌های آزادسازی هیجان بر اضطراب مدرسه، استرس ادراک‌شده و کیفیت زندگی در مدرسه در دانش‌آموزان دختر مضطرب پایه اول دوره متوسطه اول شهر اهواز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد گرایش روانشناسی تربیتی. دانشگاه شهید چمران اهواز.

منصوری، سجاد. (۱۳۹۸). *بررسی رابطه خود‌پنداره مربوط به مدرسه و ادراک شایستگی با اضطراب مدرسه در کودکان ابتدایی شهرستان آق‌قلا، پایان‌نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی شمس گنبد*.

هاشمی، لادن، لطیفیان، مرتضی، حسین چای، مسعود و فولادچنگ، محبوبه. (۱۳۹۲). *بررسی نقش واسطه‌ای ارزش تکلیف در رابطه بین کمال‌گرایی مثبت و منفی و اهمال‌کاری تحصیلی*. پژوهش در نظام‌های آموزشی، ۷(۲۱)، ۱۹-۴۲.

یحیی زاده درزی، مهدی، حسین زاده، بابک، و کیاپور، آزاده. (۱۳۹۹). *مدل یابی روابط ساختاری کمال‌گرایی تحصیلی با میانجیگری هوش معنوی بر اضطراب پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان*. فصلنامه تعلیم و تربیت، ۳۶(۳)، ۵۳-۷۰.

یونسی، سپیده؛ حاتمی، محمد؛ صلاحیان، افشین. (۱۴۰۰). *اثربخشی طرح‌واره درمانی گروهی در کمال‌گرایی تحصیلی و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان دختر*. فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۱۶(۶۳).

وفا، شیما، باقری، نسرين، مجتبابی، مینا، ابوالمعالی الحسینی، خدیجه. (۱۳۹۸). *آزمون روابط علی اضطراب تحصیلی بر اساس ادراک محیط کلاس با میانجی سبک‌های مقابله‌ای در دانش‌آموزان*. پژوهش در نظام‌های آموزشی، ۱۳(۴۴)، ۵۳-۶۹.

## References

Afriandani, D. I., & Hernawati, N. (2019). The Effect of Parental Involvement and Academic Self Concept on Academic Stress of Adolescents in Rural and Urban Areas. Department of Family and Consumer

- Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2017)* (pp. 116-123). Atlantis Press.
- Islami, F. (2019). *The relationship between academic identity, academic self-concept and the meaning of education with students' academic stress*. Master's thesis. Department of General Psychology, Ardabil Islamic Azad University [in Persian]
- Keshtvarz Kendazi, E., Salehi, M. R., & Esmaili, B. (2021). The effectiveness of teaching metacognitive strategies on the concept and academic performance of students. *Education Research*, 6(21), 17-31[in Persian]
- Keshtvarzkandazi, E. (2019). *Education and training of the future according to the above documents*. Tehran: Taimaz Publications [in Persian]
- KeshtvarzKendazi, E., Sohrabi, N., & Esmaili, B. (2022). Explaining the causal model of student truancy based on mindfulness and academic self-concept. *Journal of Teaching and Learning Studies*, 13(2), 218-240 [in Persian]
- Khalaila, R. (2015). The relationship between academic self-concept, intrinsic motivation, test anxiety, and academic achievement among nursing students: Mediating and moderating effects. *Nurse education today*, 35(3), 432-438.
- Kim, I., & Ahn, J. (2021). The Effect of Changes in Physical Self-Concept through Participation in Exercise on Changes in Self-Esteem and Mental Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 5224.
- Koçak, L. (2020). Investigation of the relationship between early maladaptive schemas and academic expectations stress among high school students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 10(57), 321-342.
- Kordi, F. (2020). *Prediction of academic perfectionism based on academic self-concept and attitude towards e-learning in university students of Golestan province*. Master's thesis [in Persian]
- Lee, M., & Larson, R. (2000). The Korean 'examination hell': Long hours of studying, distress, and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), 249-271.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343-350
- Levey, E. K., Garandeanu, C. F., Meeus, W., & Branje, S. (2019). The longitudinal role of self-concept clarity and best friend delinquency in adolescent delinquent behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1068-1081
- Malik, S., & Ghayas, S. (2016). Construction and Validation of Academic Perfectionism Scale: Its Psychometric Properties. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31(1).
- Maliki, M. (2020). *The effect of emotional release techniques on school anxiety, perceived stress and quality of life at school in anxious female students of the first grade of the first secondary school in Ahvaz*. academic achievement across adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 46(2), 91-100.
- Fatemi, M., Bakhtiyarpour, S., Pasha, R., & Hafizi, F. (2023). Social anxiety prediction model based on perfectionism and social self-efficacy with the mediation of cognitive distortions in boys and girls. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(4), 202-187 [in Persian]
- Gerjinpour, F., & Barzegar, M. (2023). The effectiveness of self-efficacy training on the cognitive regulation of emotion and academic stress of second year high school female students. *Women and Society Scientific-Research Quarterly*, 13(49), 105-118 [in Persian]
- Gibler, R. C., Beckmann, E. A., Lynch-Jordan, A. M., Kashikar-Zuck, S., & Mano, K. E. J. (2019). Characterizing social and academic aspects of school anxiety in pediatric chronic pain. *The Clinical Journal of Pain*, 35(7), 625-632.
- Gilham, L., & Leonthal, B. (2018). The Relationship between School Affect and Self-Concept with Guiding the Job Path: A Study among Female Students. *Quarterly Journal of Academic Achievement*, 14(3), 620-600.
- González, C., Díaz-Herrero, Á., Sanmartín, R., Vicent, M., Fernández-Sogorb, A., & García-Fernández, J. M. (2020). *Testing the functional profiles of school refusal behavior and clarifying their relationship with school anxiety*. *Frontiers in Public Health*, 885.
- Hafeez, M., Saira, S., & Ijaz, A. (2022). Relationship between parental anxiety and students' academic stress at secondary level. *International Journal of Learning and Teaching*, 14(1), 26-42.
- Hakim, A. L., Fajri, M. B., & Faizah, E. N. (2022). Evaluation Of Implementation Of MBKM: Does Academic Stress Affect On Student LearningOutcomes?. *International Journal of Educational Research and SocialSciences (IJERSC)*, 3(1), 1-16.
- Hansen, K., & Henderson, M. (2019). Does academic self-concept drive academic achievement?. *Oxford Review of Education*, 45(5), 657-672.
- Hashemi, L., Latifian, M., Hossein Chai, M., & Fouladcheng, M. (2013). Examining the mediating role of homework value in the relationship between positive and negative perfectionism and academic procrastination. *Research in educational systems*, 7(21), 19-42 [in Persian]
- Ho, M. C., Lee, C. Y., Pang, K. Y., Ooi, P. B., & Keoy, K. H. (2022). AcademicStress and Anxiety Among Undergraduate Students in Malaysia. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 7(46), 98-109
- Hovsepian S, Qorbani M, Asadi M, Hatami M, Motlagh ME, Mahdavi-Gorabi A, et al. (2019). Socioeconomic Inequalities in Quality of Life in Iranian Children andAdolescents: The Weight Disorder Survey of the CASPIAN-IV Study. *J Res Health Sci.*, 19(3), e00451.
- Ibrahim, M., & Syamsuri, C. S. (2018, July). Academic perfectionism among adolescents: A qualitative study. In *Universitas Indonesia International*

- self-concept with the test anxiety of sixth grade female students. *Education and Evaluation*, 11(43), 13-27. [in Persian]
- Povedano-Diaz, A., Muñoz-Rivas, M., & Vera-Perea, M. (2020). Adolescents' life satisfaction: The role of classroom, family, self-concept and gender. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 19.
- Rasouli Sohri, F., & Bahrami, M. (2017). Construction and standardization of academic perfectionism questionnaire in Iranian students. *Specialized Quarterly Journal of Psychology*, 5(17), 54-45 [in Persian]
- Riaz, H., Shah, S. A., & Tariq, A. A. (2022). Impact of Academic Self-concept and Self-regulated Learning on Academic Achievement of Students. *Research Journal of Social Sciences and Economics Review*, 2(2), 18-26.
- Rogers, C. R. (1961). *One becoming a person*. In: Boston: Houghton Mifflin.
- Saha, D. (2017). Every hour, one student commits suicide in India. *Hindustan Times*. Available online: <http://www.hindustantimes.com/health-and-fitness/every-hour-one-student-commits-suicide-in-india/story7UFFhSs6h1HNgrNO60FZ2O.html> (accessed on 4 November 2021).
- Sangma, Z. M., Shantibala, K., Akojam, B. S., Maisnam, A. B., Vizovonuo, V., & Vanlalduhsaki. (2018). Perception of Students on Parental and Teachers' Pressure on their Academic Performance. *Journal of Dental and Medical Sciences (IOSR-JDMS)*, 17(1), 68-75.
- Sheikh al-Islami, A. (2023). Predicting students' academic vitality based on academic support and academic self-concept. *Research in Educational Systems*, 16(57), 51-61 [in Persian]
- Stevenson, J., & Akram, U. (2022). Self-critical thinking mediates the relationship between perfectionism and perceived stress in undergraduate students: a longitudinal study.
- Talha, M. A., Qi, X., & Rizwan, M. (2020). Cultural Impact of Perceived Parental Expectations on Students' Academic Stress. *Annals of Social Sciences and Perspective*, 1(2), 53-65.
- Tan, J. B., & Yates, S. (2011). Academic expectations as sources of stress in Asian students. *Social Psychology of Education*, 14(3), 389-407.
- Usman, O., & Zeta, D. (2022). Relationship Between Social Support, Problem-Focused Coping, and Anxiety Level on Academic Stress Level. *Problem-Focused Coping, and Anxiety Level on Academic Stress Level* (June 10, 2022).
- Vicent, M., González, C., Sanmartín, R., Fernández-Sogorb, A., Cargua-García, N. I., & García-Fernández, J. M. (2019). Perfectionism and school anxiety: More evidence about the 2x2 model of perfectionism in an Ecuadorian population. *School Psychology International*, 40(5), 474-492.
- Wafa, Sh., Bagheri, N., Mojtabai, M., & Abul Ma'ali al-Husseini, Kh. (2019). Testing the causal relationships of academic anxiety based on the perception of the classroom environment with the Master's thesis in educational psychology. Chamran martyr of Ahwaz University [in Persian]
- Mansouri, S. (2019). *Examining the relationship between self-concept related to school and perception of competence with school anxiety in elementary school children of Agh Qola city* (dissertation for receiving a master's degree in psychology). Shams Gonbad Higher Education Institute [in Persian]
- Mazza, M. G., De Lorenzo, R., Conte, C., Poletti, S., Vai, B., Bollettini, I., ... & COVID-19 BioB Outpatient Clinic Study Group. (2020). Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Brain, behavior, and immunity*, 89, 594-600.
- Mhaidat, F., & Oudat, M. (2021). Parental Expectations And Theirrelationship With Academic Engagement and Academic Achievement Among Hashemite University Students. *Multicultural Education*, 7(9), 365-369.
- Mohammadi, A., GHadampour, E., Mirdrikund, F., & Sepahvandi, M. A. (2022). Presenting a causal model of the relationship between school affect and state academic motivation guided by career path: the mediating role of academic self-concept. *Developmental Psychology*, 10(2), 91-102 [in Persian]
- Momeny, z. (2020). *The Effective Of Self-Concept On The Academic Stress And Resilience Of International Students In Near East University* (Near East University Graduate School Of Social Sciences General Psychology Program, Master Thesis). Nicosia.
- Moradzadeh, S., Viskarmi, H. A., Mirdrikvand, F., Ghadampour, E., Ghazanfari, F. (2020). Investigating and comparing the effectiveness of positive psychotherapy and reality therapy on reducing perfectionism and academic stress in gifted female students. *Psychology of exceptional people*, 9(34), 79-110 [in Persian]
- Morony, S., Kleitman, S., Ping Lee, Y., & Stankov, L. (2013). Predicting Achievement: Confidence vs Self-Efficacy, Anxiety, and Self-concept in Confucian and European Countries. *International Journal of EduaaoonAR Raaarhh*, 58, 79-96.
- Narasimhan, P. (2018). Self-concept and achievement motivation as a predictor of academic stress among high school students of ICSE Board, Chennai. *Indian Journal of Psychological Science*, 10(1), 77-84.
- Pandey, D. (2016). Self-concept and academic stress among boys and girls students. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(5), 540-542.
- Papalia, D. E., Old, S.W & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104-112.
- Phillips, B. N. (1978). *School stress and anxiety: Theory, research, and intervention*. New York: Human Science Press.
- Portaleb, N., & Mirnasab, M. (2018). The relationship between the degree of disappointment and academic

- and its components in female students. *New Psychological Research Quarterly*, (63) 16 [in Persian]
- Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean Journal of Medical Education*, 28(1), 49.
- Zhang, C., Shi, L., Tian, T., Zhou, Z., Peng, X., Shen, Y., ... & Ou, J. (2022). Associations between academic stress and depressive symptoms mediated by anxiety symptoms and hopelessness among Chinese college students. *Psychology Research and Behavior Management*, 547-556.
- mediation of coping styles in students. *Research in educational systems*, 13(44), 53-69 [in Persian]
- Xing, Y., & Cheong, L. S. (2021). The Relationship Between Perfectionism and Perceived Stress among Undergraduates: The Role of Mindsets. *Journal of Advanced Research in Social Sciences*, 4(2), 1-13
- Yahyazadeh Darzi, M., Hosseinzadeh, B., Kiapur, A. (2020). Modeling the structural relationships of academic perfectionism with the mediation of spiritual intelligence on students' academic progress anxiety. *Education Quarterly*, 36(3), 53-70 [in Persian]
- Yonesi, S., Hatami, M., Salahian, A. (2022). Effectiveness of group schema therapy in academic perfectionism

