

نقش واسطه‌ای بخشش در رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی: مقایسه بر حسب جنس

The Mediating Role of Forgiveness on the Relationship Between Dimensions of Perfectionism and Interpersonal Problems

Hamed Kashanaki
PhD Student in Health Psychology
University of Tehran

**Mohammad Ali
Besharat, PhD**
University of Tehran

محمدعلی بشارت
استاد دانشگاه تهران

حامد کاشانکی
دانشجوی دکتری روان‌شناسی سلامت
دانشگاه تهران

Fereshteh Rajabian Tabesh
MA in Clinical Psychology
University of Tehran

فرشته رجیبیان تابش
کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی
دانشگاه تهران

چکیده

هدف این پژوهش تعیین نقش واسطه‌ای انواع بخشش در رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی بود. تعداد ۲۸۶ نفر (۱۵۴ دختر، ۱۳۲ پسر) از دانشجویان دانشگاه‌های تهران در این پژوهش شرکت کردند. شرکت‌کنندگان مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران (بشارت، ۱۳۸۶)، مقیاس بخشش هارتلند (تامپسون و دیگران، ۲۰۰۵)، و پرسشنامه مشکلات بین‌شخصی (بشارت، ۱۳۹۵) را تکمیل کردند. نتایج پژوهش نشان داد که ابعاد کمال‌گرایی با انواع بخشش رابطه منفی معنادار دارند و این رابطه در دختران و پسران متفاوت بود. همچنین ابعاد کمال‌گرایی در هر دو جنس با مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت داشت. نتایج پژوهش نشان داد که به طور کلی، بخشش در رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. مقایسه دختران و پسران نشان داد که جنس نقشی تعیین‌کننده در مدل رابطه بین این متغیرها دارد. بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که کمال‌گرایی در روابط الزاماً آسیب‌زا نیست و اگر با بخشش همراه شود، می‌تواند کارآمد و مؤثر باشد.

واژه‌های کلیدی: کمال‌گرایی، بخشش، کیفیت رابطه، مشکل بین‌شخصی

Abstract

Recent studies have shown that forgiveness can predict mental health and the quality of relationships. The present study investigate the moderating role of types of forgiveness (self, other, and position) on the relationship between perfectionism and interpersonal problems. A total of 286 students (154 girls, 132 boys) from University of Tehran participated in this study. Participants completed Tehran Multidimensional Perfectionism Scale (Besharat, 2007), Dispositional Hartland Forgiveness Scale (Thompson, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, et al., 2005), and Inventory of Interpersonal Problems (Besharat, 2016). Results showed that the types of forgiveness are negatively related to dimensions of perfectionism and this relationship was different between girls and boys. Also dimensions of perfectionism were positively related to interpersonal problems in both men and women. Generally, types of forgiveness mediated the association between perfectionism and interpersonal problems. Based on these results, it can be concluded that perfectionism is not entirely a maladaptive trait. When perfectionism is accompanied by forgiveness, it may be efficient. A comparison between girls and boys revealed an influential role for sex on the relationships between variables studied.

Keywords: perfectionism, forgiveness, relationship quality, interpersonal problem

received: 3 April 2017

accepted: 25 February 2018

Contact information: besharat@ut.ac.ir

دریافت: ۹۶/۱/۱۴

پذیرش: ۹۶/۱۲/۶

این تحقیق در قالب طرح پژوهشی شماره ۵۱۰۶۰۰۳/۱/۶۹ با استفاده از اعتبارات پژوهشی دانشگاه تهران انجام شده است.

مقدمه

کمال‌گرایی به عنوان یک رگه شخصیتی، سازه‌ای چندبعدی است (فروست، ماتن، لهارت و روزنبلت، ۱۹۹۰؛ هویت و فلت، ۱۹۹۱) که با تلاش برای بی‌نقص بودن و وضع معیارهای عالی برای عملکرد، همراه با تمایل به ارزشیابی‌های کاملاً انتقادی از رفتار شخصی و حساسیت بیش از حد در مورد اشتباهات، مشخص می‌شود (فروست و دیگران، ۱۹۹۰؛ فلت و هویت، ۲۰۰۲، ۲۰۱۵؛ لو و ابوت، ۲۰۱۳). هویت و فلت (۱۹۹۱) سه بعد را برای کمال‌گرایی از یکدیگر متمایز کرده‌اند: کمال‌گرایی خودمحور^۱ که با کوشش فرد برای دستیابی به خویشتن کامل بر اساس معیارهای بالای غیرواقعی مشخص می‌شود. کمال‌گرایی دیگرمحور^۲ که با انتظار فرد از دیگران مبنی بر این‌که رفتار آنان باید کامل و بدون اشتباه باشد، مشخص می‌شود. کمال‌گرایی جامعه‌محور^۳ که در آن فرد باور دارد که دیگران (خانواده و جامعه) معیارهای عالی برای او در نظر گرفته‌اند و از او انتظارات متعالی دارند و او خود را ملزم به برآورده ساختن این انتظارات می‌داند. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که کمال‌گرایی با مشکلات بین‌شخصی (احتشام‌زاده، مکوندی و باقری، ۱۳۸۸؛ بشارت و دیگران، ۱۳۹۲؛ بشارت، عسگری، علی‌بخشی و موحدی‌نسب، ۱۳۸۹؛ دیماجیو و دیگران، ۲۰۱۵؛ جویس، استاول، اگرونزاک و فوجیوارا، ۲۰۱۳؛ رایت، هالکوئیس، بینی و پیلکونیس، ۲۰۱۳؛ شری، گرالنیک، هویت، شری و فلت، ۲۰۱۴؛ قنبری، جواهری‌کامل، سیدموسوی و ملحی، ۱۳۸۹؛ لطیفیان و کورش‌نیا، ۱۳۹۰؛ هارتمن، زاک و برت، ۲۰۱۰) رابطه دارد.

گرایش به داشتن توقعات و انتظارات بالا و تشکیل آرمان‌های فراتر از ظرفیت‌های شخصی می‌تواند نتیجه تعامل درونی‌شده فرد از ارتباط با والدین سخت‌گیر در کودکی باشد (گنگ، پاولسون و ونگ، ۲۰۱۶). این ویژگی درونی‌شده همان آرمان‌های بسیار سخت‌گیرانه‌ای است که در گذشته توسط والدین و در بزرگسالی توسط خود شخص تعیین شده‌اند. بنابراین، کمال‌گرایی خودمحور یا داشتن انتظارات سخت‌گیرانه

از خود می‌تواند محصول روابط بین‌شخصی باشد. وجود مشکلات مربوط به قاطعیت^۴ و مسئولیت‌پذیری^۵ در روابط بین‌شخصی افرادی که کمال‌گرایی خودمحور دارند تأیید شده است (دیماجیو و دیگران، ۲۰۱۵). بین ابعاد خودمحور و دیگرمحور کمال‌گرایی و خودشیفتگی در روابط بین‌شخصی نیز رابطه مثبت وجود دارد (شری و دیگران، ۲۰۱۴). این مدل از ارتباط ممکن است به نحوه دیگری نیز دیده شود. به عنوان مثال، فرد با والدین سخت‌گیر همسان‌سازی کند و دیگران را همانند کودکی خود ببیند. در اینجا فرد از دیگران انتظارات و توقعات بالایی دارد. کمال‌گرایی دیگرمحور و مشکلات بین‌شخصی از این موضع باهم مرتبط می‌شوند. مشکلات مربوط به مردم‌آمیزی^۶، اطاعت‌پذیری^۷ و صمیمیت^۸ در روابط بین‌شخصی در افراد با کمال‌گرایی دیگرمحور تأیید شده است (رایت و دیگران، ۲۰۱۳). مکناخ و دیگران (۲۰۱۴) معتقدند که کودک هر عملی را بسته به فرهنگ، آرمان و اهداف والدین که منجر به تحسین و تشویقش شود تکرار می‌کند و به دنبال آن جامعه‌پذیر می‌شود. برای مثال، اگر برای والدین و اطرافیان کودک ورزش کردن در خانواده و جامعه ارزش باشد، او به دنبال تشویق‌های آن‌ها برای این‌که امتیاز مورد توجه بودن و تحسین را از دست ندهد، سعی بر موفقیت در ورزش می‌کند. از این جهت کمال‌گرایی با انگیزه بیرونی بیش از انگیزه درونی مرتبط می‌شود (چنگ، لی، بیون و لی، ۲۰۱۵). در کمال‌گرایی جامعه‌محور فرد به دلیل همه‌توان‌پنداری این تصور را پیدا می‌کند که باید برای راضی نگه داشتن دیگران و اطرافیان تمام مسئولیت‌هایش را به بهترین شکل انجام دهد. در چنین شرایطی، خود را ناجی دیگران می‌بیند و فارغ از دغدغه تحسین‌شدن متناسب با آرمان خود، غرق در آرمان‌های دیگران می‌شود. در این وضعیت، فرد به دلیل ناتوانی در انجام مسئولیتی که مطابق با ظرفیتش نیست، شدیداً مضطرب می‌شود. این اضطراب در بیشتر موارد، دفاع‌های روانی را فعال می‌کند. فرد ممکن است در چنین شرایطی، ناتوانایی خود را با فرافکنی به دیگران نسبت دهد و توانمندی‌های دیگران را بی‌ارزش تلقی کند (چنگ، ۲۰۱۳). بر اساس این شواهد

1. self-oriented perfectionism
2. other-oriented perfectionism
3. socially prescribed perfectionism

4. assertiveness
5. responsibility
6. sociability

7. submissiveness
8. intimacy

دیگران می‌کند و در روابط از دیگران بت می‌سازد و پدر و مادر معنوی یا مادی را دائماً در این و آن جستجو می‌کند (کوهوت، ۲۰۱۳). کمبود ظرفیت برای بخشش منجر به افسردگی می‌شود چراکه فرد دائماً در روابط به دلیل توقعات بیجا یا طرد می‌شود یا همواره زیر دست می‌ماند و توانایی استقلال و تشکیل زندگی یا حرفه مستقل را پیدا نمی‌کند و از این‌که نتوانسته استعدادهایش را شکوفا سازد درمانده می‌شود (رایت و دیگران، ۲۰۱۳). بخشش به‌عنوان خصیصه سازگار شخصیتی در روابط بین‌شخصی در سه بعد نمود پیدا می‌کند، یعنی افراد دارای سلامت روانی نسبی در روابط خود در سه بعد خود، دیگران و موقعیت‌ها توانایی بخشش دارند.

بخشش خود، قدرت بازداری را افزایش می‌دهد. بازداری به این معناست که فرد بتواند هر آنچه در لحظه غیرمهم تلقی می‌شود را مهار کند. این خصیصه در بعد درون‌روانی، مهار افکار و هیجان‌ها و مطالبات شخصی را در پی دارد و در بعد بین‌شخصی، روابط با دیگران را مهار می‌کند (بورتته و دیگران، ۲۰۱۴). بخشش خود در این‌جا یعنی فرد با مهار روابط می‌تواند مرزهای خود را با دیگران مشخص نگه دارد. افراد دارای بخشش خود به دلیل شفقت بالا و تعارف کمتری که در روابط دارند موجب می‌شوند دیگران آن‌ها را به عنوان افراد قاطع، مصمم و مسئولیت‌پذیر بشناسند (وایتینگتون، ۲۰۱۵).

بخشش دیگران، عبارت است از توانایی حفظ روابط یا عمیق کردن روابط نزدیک با افرادی که به صورت انتسابی یا اکتسابی با آن‌ها صمیمی است. برای مثال، فرد بتواند رابطه نزدیک خود را با همسرش حفظ کند و با مادر و پدر خود، گرم و صمیمی برخورد کند. در این‌جا بخشش دیگران سبب می‌شود فرد متواضعانه از دیگران انتظارات و توقعات کمتری داشته باشد و از نظر دیگران صمیمی، مردم‌آمیز و دوست‌داشتنی به نظر برسد (مک‌فارلند، اسمیت، توشینت و توماس، ۲۰۱۲). به‌رغم ارزشمندی بخشش در روابط نزدیک، چنین بخششی همواره با کیفیت رابطه همراه نیست (آدامز، زو، اینسی و پیلوتلا، ۲۰۱۵). غرق در آرمان فرد دیگر بودن و تلاش برای آرمانی متفاوت با آرمان خود، یا به عبارتی کمال‌گرایی جامعه‌محور، افسردگی و

پژوهشی، پیش‌بینی می‌شود که ابعاد کمال‌گرایی به شکل‌های متفاوت با مشکلات بین‌شخصی مرتبط باشند. بررسی این رابطه یکی از هدف‌های این پژوهش است. اما آیا این رابطه یک رابطه ساده است یا این احتمال وجود دارد که عوامل دیگری در این رابطه نقش واسطه‌ای ایفا کنند؟ بررسی این احتمال هدف دیگر این پژوهش است که بر اساس آن نقش واسطه‌ای بخشش^۱ در رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی بررسی می‌شود.

بخشش، به عنوان یک فضیلت اخلاقی، در مواجهه با عامل قصور یا تقصیر (خود یا دیگری)، توسط فرد بخشنده آشکار می‌شود و جایگزین قهر و غضب و کینه‌ورزی و انتقام می‌شود (انزایت، ۲۰۱۱). ورتینگتون و دیگران (۲۰۱۴)، بخشش را به عنوان فرآیندی می‌دانند که بر اساس آن افکار، هیجان‌ها و رفتارهای منفی نسبت به فرد خطاکار با عوامل مثبت جایگزین می‌شود؛ بدون این‌که مسئولیت فرد متخلف برای خطا و اشتباه صورت‌گرفته نادیده گرفته شود. بر این اساس، بخشش به عنوان یک ویژگی روان‌شناختی، دو جنبه درون‌شخصی^۲ و بین‌شخصی^۳ دارد و در دو ساحت درون‌روانی و بین‌شخصی پدیدار می‌شود (پلوچی، پالری، رگالیا و فینچام، ۲۰۱۵؛ لایتن، لوویک و ورموت، ۲۰۱۰؛ مک‌کاسیل، ۲۰۱۲؛ وب، هیرش، ویسر و بروئر، ۲۰۱۳) و به تعبیر گریفین و دیگران (۲۰۱۵) نماد جسارت، شجاعت و قدرت در روابط بین‌شخصی است.

بورتته و دیگران (۲۰۱۴) معتقدند که بخشش زمانی در بزرگسالی شکل می‌گیرد که مادر و پدر فرد در کودکی این اطمینان را به او داده باشند که منبع قدرت هستند و کودک می‌تواند با آرامش و اطمینان خاطر به آن‌ها تکیه کند. اگر والدین توانایی ارضای همه نیازهای کودک را ندارند، بدون باج‌دادن به او، حد و مرز خواسته‌هایش را مشخص کنند و قدرت خود را در تربیت کودک اعمال کنند تا کودک آن را درونی سازد و بتواند خود را به عنوان انسانی ارزشمند به دلیل صرف انسان بودن، نه انسانی ارزشمند مطابق استانداردهای والدین، ببیند. اگر غیر از این اعمال شود فرد در جوانی یا بزرگسالی جای تشکیل آرمان‌های مستقل متناسب با استعدادهای شخصی، خود را وقف

اضطراب را دامن می‌زند. اگر فرد در یک رابطه خطا کار تلقی شود، ممکن است شکستن قوانین و معیارهای طرف مقابل را خطا تلقی کند، نه نادیده انگاشتن آرمان خود را. در این وضعیت، طلب بخشش این فرد منجر به افزایش خودشیفتگی فرد بخشنده خواهد شد. بنابراین، بخشش دیگران در کنار بخشش خود است که می‌تواند سلامت جسمانی و روانی را پیش‌بینی می‌کند.

بخشش موقعیت، معادل پذیرش اوضاع غیرقابل مهار است. برخلاف بخشش خود و دیگران که متمرکز بر روابط فرد با خود و دیگران است، بخشش موقعیت‌ها به پذیرش موقعیت‌هایی اطلاق می‌شود که خارج از مهار فرد هستند. این موقعیت‌ها می‌تواند دربرگیرنده حوادث غیرمترقبه مانند سیل، زلزله یا بیماری باشد (تامپسون و دیگران، ۲۰۰۵). موقعیت‌های آسیب‌زا، همان شرایطی است که باعث شده است فرد در معرض آسیب‌پذیری قرار گیرد یا به وسیله آن‌ها از آسیب‌پذیری خود آگاه شده باشد. این شرایط، باورهای فرد در ارتباط با آسیب‌ناپذیری یا هویت مثبت شخصی را به چالش می‌کشد و سیلی از افکار و احساسات منفی را با خود به همراه می‌آورد. بخشش موقعیت‌ها در واقع پذیرش این اوضاع غیرقابل مهار است به طوری که در پاسخ‌های سازش‌نا یافته فرد آسیب‌دیده تغییر شگرفی ایجاد می‌کند و پاسخ‌های ناسالم و مخرب را خنثی یا مثبت می‌سازد. بخشش موقعیت‌ها، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای شاخص‌های سلامت رابطه و انعطاف‌پذیری است (عبید و سلطان، ۲۰۱۵)، هم‌چنین زمانی سلامت روانی را پیش‌بینی می‌کند که با بخشش خود و دیگران تعامل داشته باشد (تامپسون و دیگران، ۲۰۰۵).

یافته‌های پژوهشی (تامسون و دیگران، ۲۰۰۵؛ توسینت و وب، ۲۰۰۵؛ لی و گراهام، ۲۰۱۷؛ همزه و هلال، ۲۰۱۲) نشان می‌دهد که رابطه همدلی^۱ در روابط بین‌شخصی و با انواع بخشش در مردان و زنان تفاوت دارد. همدلی در مردان با بخشش مرتبط است ولی در زنان رابطه معناداری بین همدلی به‌عنوان یکی از عامل‌های اصلی کیفیت روابط بین‌شخصی و بخشش دیده نمی‌شود (توسینت و وب، ۲۰۰۵). این یافته نشان‌دهنده تفاوت کیفی بخشش در زنان و مردان است.

مطالعات پیشین حتی در نمونه شرق آسیا تفاوتی در بخشش زنان با مردان نشان نمی‌دهند (تامپسون و دیگران، ۲۰۰۵). با وجود این پژوهش‌های اخیر (لی و گراهام، ۲۰۱۷) نشان می‌دهد هنگام تجربه روابط فراخانوادگی، زنان بیشتر از موقعیت‌های مشابه روابط فراخانوادگی اجتناب می‌کنند در حالی که مردان از رفتارهای شخصی خود که به روابط فراخانوادگی منتهی شده است، اجتناب می‌کنند. بررسی‌های در خاورمیانه روی دانشجویان مسلمان توسط همزه و هلال (۲۰۱۲) نشان می‌دهد که کمال‌گرایی با ارزش خود و بخشش رابطه مثبت دارد و این رابطه در زنان بسیار بیشتر از مردان است و در بخشش دیگران بسیار بیش از بخشش خود قرار دارد. این الگوها وفاق اجتماعی درباره بایدها و نبایدها در ابعاد بخشش را شکل می‌دهند. این یافته‌ها بررسی تفاوت زنان و مردان در این پژوهش را ضروری می‌سازد. بر این اساس، در این پژوهش رابطه متغیرها در دو گروه مردان و زنان با هم مقایسه شد. با استناد به یافته‌های پژوهشی در خصوص تأثیرات بخشش در روابط بین‌شخصی، تصور می‌شود که جنبه‌های مختلف بخشش با جنبه‌های متفاوت روابط بین‌شخصی و مشکلات بین‌شخصی رابطه داشته باشد. در این پژوهش، ضمن بررسی این رابطه، نقش واسطه‌ای بخشش در رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی نیز مطالعه می‌شود. بر این اساس، فرضیه‌های پژوهش به این شرح آزمون می‌شوند.

فرضیه اول: بین ابعاد کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت وجود دارد.

فرضیه دوم: بین ابعاد کمال‌گرایی و انواع بخشش رابطه منفی وجود دارد.

فرضیه سوم: بین انواع بخشش و مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی وجود دارد.

فرضیه چهارم: بخشش در رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی نقش واسطه‌ای دارد.

روش

جامعه آماری این پژوهش دانشجویان مقاطع کارشناسی،

۰/۹۰، ۰/۹۱ و ۰/۸۱ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی^۲ خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۷۸ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته برای سنجش اعتبار بازآزمایی^۳ محاسبه شد. این ضرایب برای کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۹ و ۰/۸۴ معنادار بودند که نشانه اعتبار بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است. روایی همزمان مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران از طریق اجرای همزمان مقیاس مشکلات بین‌شخصی^۴ (هرویتز، روزنبرگ، بایر، اورنو و ویلاسنور، ۱۹۸۸)، سیاهه سلامت روانی^۵ (ویت و ویر، ۱۹۸۳) و مقیاس‌های نوروزگرایی و برونگردی سیاهه شخصیتی نئو (کاستا و مک‌گرا، ۱۹۹۲) در مورد آزمودنی‌ها محاسبه و تأیید شد (بشارت، ۱۳۸۶).

مقیاس بخشش هارتلند^۶ (تامپسون و دیگران، ۲۰۰۵).
این مقیاس یک ابزار ۱۸ ماده‌ای است که سه بعد بخشش خود، دیگران و جامعه را در اندازه‌های هفت‌درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۷ می‌سنجد. در پژوهش تامپسون و دیگران (۲۰۰۵) ضرایب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های بخشش خود، بخشش دیگران، بخشش موقعیت‌ها و مجموع بخشش در سه پژوهش به ترتیب متشکل از ۱۱۱۱، ۵۰۴ و ۱۲۳ نفر در سه مطالعه پی در پی به طور میانگین، به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۸، ۰/۷۹ و ۰/۸۶ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی آزمودنی‌ها برای سنجش اعتبار بازآزمایی زیرمقیاس‌ها محاسبه شد. این ضرایب به طور میانگین برای بخشش خود و دیگران ۰/۳۲، خود و موقعیت‌ها ۰/۶۳ و دیگران و موقعیت‌ها ۰/۵۰ ارزیابی شده است. همچنین نتایج بازآزمایی هر مقیاس در سطح $P < 0.001$ معنادار بود که نشانه اعتبار بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است. تامپسون و دیگران (۲۰۰۵) با اجرای همزمان مقیاس بخشش هارتلند با مقیاس‌های دیگر نشان دادند که بخشش با انعطاف‌پذیری شناختی^۷ (۰/۳۱) مقیاس عاطفه مثبت^۸ (۰/۲۳)، مقیاس نشخوار پرسشنامه سبک‌های پاسخ^۹ (۰/۳۴)،

کارشناسی ارشد و دکتری شاغل به تحصیل در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ در دانشکده‌های روان‌شناسی، هنر، فنی مهندسی، مدیریت و زبان دانشگاه تهران بودند. نمونه‌برداری به روش غیرتصادفی از داوطلبان در دسترس انتخاب شد. تعداد ۲۸۶ دانشجو (۱۵۴ دختر، ۱۳۲ پسر) از دانشکده‌های مذکور با تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش در این تحقیق شرکت کردند. پس از دادن اطمینان به افراد جهت حفظ اصل رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات شخصی، و همچنین توضیحاتی در خصوص هدف‌های پژوهش و اهمیت دقت و صحت در پاسخ به سؤالات، مجموعه پرسشنامه‌های از پیش تهیه‌شده پژوهش در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. زمان تقریبی لازم جهت تکمیل پرسشنامه‌ها ۳۰ دقیقه بود. شرکت‌کنندگان مجاز و مختار بودند که در صورت عدم تمایل به تکمیل پرسشنامه‌ها، به همکاری خود پایان دهند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۳/۷ سال با انحراف استاندارد ۴/۱۰ و دامنه ۱۸ تا ۵۱ سال بود. داده‌های مربوط به مطالعه در دو بخش تحلیل شد. ابتدا ضریب همبستگی متغیرها با یکدیگر به روش پیرسون تعیین شد تا نوع رابطه آن‌ها با یکدیگر مشخص شود. سپس از طریق تحلیل مسیر، نقش واسطه‌ای بخشش در رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی بررسی شد. ابزار سنجش به شرح زیر توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد.

مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران^۱ (بشارت، ۱۳۸۶).

این مقیاس یک آزمون ۳۰ ماده‌ای است و بر اساس مقیاس‌های قبلی (فروست و دیگران، ۱۹۹۰؛ فلت و هویت، ۲۰۰۲؛ هویت و فلت، ۱۹۹۱) توسط بشارت (۱۳۸۶) به فارسی ساخته شده است. این مقیاس، سه بعد کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور را در اندازه‌های پنج درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های سه‌گانه آزمون به ترتیب ۱۰ و ۵۰ است. ضرایب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور در نمونه‌ای متشکل از ۵۰۰ دانشجوی دانشگاه تهران، به ترتیب

1. Tehran Multidimensional Perfectionism Scale
2. internal consistency
3. test-retest reliability

4. Inventory of Interpersonal Problems
5. Mental Health Inventory
6. Heartland Forgiveness Scale (HFS)

7. cognitive flexibility
8. Positive Affect Scale
9. Rumination Scale of the Response Styles Questionnaire

بازآزمایی رضایت‌بخش فرم ۳۰ ماده‌ای مقیاس مشکلات بین‌شخصی هستند (بشارت، ۱۳۹۵). روایی همگرا و تشخیصی (افتراقی^{۱۱}) مقیاس مشکلات بین‌شخصی از طریق اجرای همزمان سیاهه سلامت روانی، مقیاس درجه‌بندی حرمت خود و مقیاس هوش هیجانی در مورد آزمودنی‌های دو گروه محاسبه و تأیید شد (بشارت، ۱۳۹۵).

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های بخشش، کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی شرکت‌کنندگان در پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱
میانگین و انحراف استاندارد ابعاد بخشش، ابعاد کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی

SD		M		متغیر
مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	
۱/۰۲	۱/۲۱	۴/۷۴	۴/۷۰	بخشش خود
۱/۰۱	۱/۱۳	۴/۷۰	۴/۶۷	بخشش دیگران
۱/۰۴	۱/۰۲	۴/۵۲	۴/۶۲	بخشش موقعیت‌ها
۷/۴۵	۷/۲۱	۳۰/۸۴	۲۹/۳۸	کمال‌گرایی خودمحور
۶/۸۸	۶/۵۹	۳۰/۵۱	۲۹/۳۹	کمال‌گرایی دیگرمحور
۷/۴۲	۷/۸۵	۲۸/۸۶	۲۷/۱۰	کمال‌گرایی جامعه‌محور
۱۳/۳۹	۱۳/۶۳	۷۷/۹۸	۷۷/۸۷	مشکلات بین‌شخصی

نتایج آزمون همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش در جدول ۲ نشان داده شده است. بر اساس این نتایج، بخشش خود و موقعیت به طور معنادار انواع کمال‌گرایی را پیش‌بینی می‌کنند. رابطه بین بخشش دیگران و کمال‌گرایی دیگرمحور معنادار است. مشکلات بین‌شخصی نیز با تمامی ابعاد کمال‌گرایی رابطه مثبت و با ابعاد بخشش رابطه منفی دارد. این نتایج فرضیه‌های اول و سوم پژوهش را به طور کامل و فرضیه دوم پژوهش را به صورت جزئی تأیید می‌کنند.

مقیاس عاطفه منفی^۱ (-۰/۴۸)، مقیاس انتقام^۲ (-۰/۳۶) و مقیاس افکار خودکار کینه‌توزانه^۳ (-۰/۳۵) رابطه معنادار دارد. این نتایج روایی همزمان مقیاس بخشش هارتلند را تأیید می‌کنند. ضرایب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های بخشش خود، بخشش دیگران، بخشش موقعیت‌ها و مجموع بخشش در این پژوهش به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۱، ۰/۷۰ و ۰/۸۱ ارزیابی شده است که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب مقیاس است.

مقیاس مشکلات بین‌شخصی^۴ (هرویتز و دیگران، ۱۹۸۸). مقیاس ۱۲۷ ماده‌ای و ۶۰ ماده‌ای مشکلات بین‌شخصی (بشارت، ۱۳۸۸؛ بشارت، محمدمهر، پوربهلول و عزیزی، ۱۳۹۱؛ هرویتز و دیگران، ۱۹۸۸)، یک آزمون ۳۰ ماده‌ای است و مشکلات بین‌شخصی را در شش زمینه قاطعیت^۵، مردم‌آمیزی^۶، اطاعت‌پذیری^۷، صمیمیت^۸، مسئولیت‌پذیری^۹ و مهارگری^{۱۰} در مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ (خیلی کم = ۱؛ کم = ۲؛ متوسط = ۳؛ زیاد = ۴؛ خیلی زیاد = ۵) می‌سنجد. این مقیاس از دو قسمت تشکیل شده است: در قسمت اول که به چهار زیرمقیاس اول مربوط می‌شود، ماده‌ها با عبارت «برایم دشوار است که ...» شروع می‌شوند. در قسمت دوم، ماده‌ها با عبارت «... را خیلی زیاد انجام می‌دهم» پرسیده می‌شوند. علاوه بر شش زیرمقیاس فوق، میانگین کل آزمودنی در زمینه مشکلات بین‌شخصی نیز بر اساس نمره وی در مجموع ۳۰ ماده مقیاس محاسبه می‌شود. در اعتباریابی فرم فارسی این مقیاس برای نمونه‌های دانشجویی (۱۷۳ دختر، ۱۲۴ پسر) و جمعیت عمومی (۳۸۵ زن، ۳۲۷ مرد)، ضرایب آلفای کرونباخ هر یک از زیرمقیاس‌ها از ۰/۷۵ تا ۰/۹۳ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های دو نمونه ۹۷ و ۱۱۲ نفری در دو نوبت با فاصله دو تا شش هفته از ۰/۶۱ تا ۰/۷۹ برای زیرمقیاس‌های مختلف به دست آمد و در سطح $P < ۰/۰۰۱$ معنادار بودند. این ضرایب نشانه اعتبار

1. Negative Affect Scale

2. Vengeance Scale

3. Hostile Automatic Thoughts Scale

4. Inventory of Interpersonal Problems

5. assertiveness

6. sociability

7. submissiveness

8. intimacy

9. responsibility

10. controlling

11. discriminant

همبستگی بین ابعاد بخشش، ابعاد کمال‌گرایی و مشلات بین شخصی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. بخشش خود	-					
۲. بخشش دیگران	۰/۲۳*	-				
۳. بخشش موقعیت‌ها	۰/۵۸*	۰/۲۵*	-			
۴. کمال‌گرایی خودمحور	-۰/۲۸*	۰/۲۰*	-۰/۵۹*	-		
۵. کمال‌گرایی دیگر محور	-۰/۱۸*	-۰/۱۵*	-۰/۱۶*	۰/۵۹*	-	
۶. کمال‌گرایی جامعه‌محور	۰/۲۳*	-۰/۱۶*	-۰/۲۳*	۰/۳۲*	۰/۴۱*	-
۷. مشکلات بین شخصی	-۰/۳۶*	-۰/۲۵*	-۰/۳۶*	۰/۳۱*	۰/۳۲*	۰/۳۳*

*P < ۰/۰۱

دو جنس مشاهده نشد. مشکلات بین شخصی با هر دو سازه کمال‌گرایی و بخشش رابطه معنادار داشت.

قبل از اجرای تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی، داده‌ها از نظر رعایت مفروضات این مدل آماری بررسی شد (تاباچنیک و فیدل، ۲۰۰۷). این مفروضه‌ها عبارت‌اند از: نرمال بودن توضیح متغیرها، خطی بودن رابطه آن‌ها، عدم وجود هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین، همگنی پراکنش باقی‌مانده‌ها و خطی بودن رابطه باقی‌مانده‌ها با متغیر وابسته. دو مفروضه اول پایش داده‌ها پیش‌تر (جدول ۱) بررسی شد. هم‌خطی بودن چندگانه با توجه به دو شاخص تحمل و عامل تورم واریانس بررسی شد که این دو شاخص نشان داد متغیرهای پیش‌بین مفروضه عدم هم‌خطی چندگانه را تأیید می‌کنند. رابطه خطی باقی‌مانده‌ها با متغیر وابسته و نرمال بودن توضیح باقی‌مانده‌ها با نمودارهای p-p و Scatter ارزیابی شدند که نتایج صحت تمام این مفروضه‌ها را تأیید کرد. نتایج آزمون معناداری رگرسیون سلسله‌مراتبی ابعاد کمال‌گرایی و انواع بخشش و تعامل آن‌ها بر مشکلات بین شخصی در مردان و زنان در جدول ۳ نشان داده شده است.

نتایج همبستگی بین متغیرها بر حسب جنس، نشان داد که بخشش خود در پسران قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی دیگر محور نیست، هم‌چنین بخشش دیگران تنها کمال‌گرایی دیگر محور را پیش‌بینی می‌کند و با ابعاد دیگر کمال‌گرایی رابطه ندارد. بخشش موقعیت‌ها نیز تنها قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمحور بود. در دختران، غیر از بخشش دیگران تمامی انواع بخشش قادر به پیش‌بینی واریانس چشمگیری از ابعاد کمال‌گرایی بود. در مشکلات بین شخصی، تفاوت معناداری بین

آزمون معناداری رگرسیون سلسله‌مراتبی ابعاد کمال‌گرایی و انواع بخشش و تعامل آن‌ها بر مشکلات بین شخصی در مردان و زنان

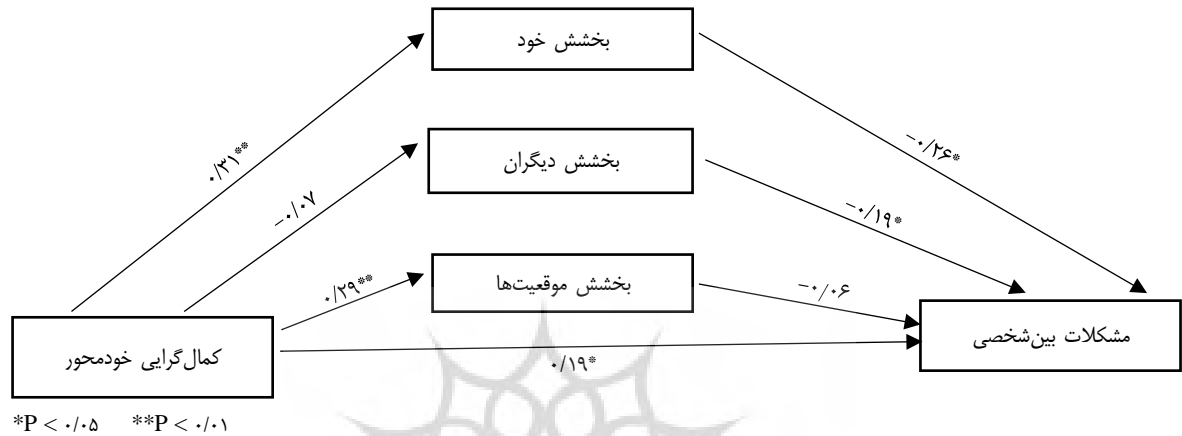
متغیر	R		R ^۲ تعدیل شده		R ^۲		F		P	
	زن	مرد	زن	مرد	زن	مرد	زن	مرد	زن	مرد
خودمحور	۰/۴۲	۰/۳۹	۰/۱۸	۰/۱۵	۰/۱۸	۰/۱۵	۱۰/۷۵	۷/۸۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
مدل اول دیگر محور										
جامعه‌محور										
خودمحور	۰/۵۲	۰/۵۳	۰/۲۷	۰/۲۸	۰/۲۴	۰/۲۵	۶/۳۶	۷/۳۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
دیگر محور										
مدل دوم جامعه‌محور بخشش خود										
بخشش دیگران										
بخشش موقعیت										

شکل ۱ تأثیر مستقیم متغیرها را در کنار پیکان ویژه‌ای که رابطه بین متغیرها را نشان می‌دهد، مشخص می‌کند. در پسران کمال‌گرایی خودمحور ۱۹ درصد از واریانس مربوط به مشکلات بین شخصی، ۳۱ درصد از واریانس بخشش خود، به میزان ۷ درصد

برای تعیین نقش واسطه‌ای انواع بخشش در رابطه بین کمال‌گرایی و مشکلات بین شخصی تحلیل مسیر انجام شد. ابتدا مسیر ارتباطی کمال‌گرایی خودمحور و مشکلات بین شخصی از طریق انواع بخشش در دختران و پسران به تفکیک مشخص شد.

خود و بخشش دیگران در سطح ($P < 0.05$) معنادار بودند. پیش‌بینی بخشش دیگران توسط کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی توسط بخشش موقعیت‌ها معنادار نبودند. جدول ۳ ضرایب غیراستاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم موجود در مدل را نشان می‌دهد. ادامه نتایج تحلیل مسیر نشان می‌دهد که فرضیه چهارم پژوهش به صورت جزئی و به تفاوت برای پسران و دختران تأیید می‌شود.

از واریانس بخشش دیگران و ۲۹ درصد از واریانس بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود ۲۶ درصد، بخشش دیگران ۱۹ درصد و بخشش موقعیت‌ها ۶ درصد از واریانس مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کنند. ضرایب پیش‌بین بخشش موقعیت‌ها و بخشش خود توسط کمال‌گرایی در سطح ($P < 0.01$) و مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی، بخشش



شکل ۱. ضرایب استاندارد مسیرها در پسران (مستقل: کمال‌گرایی خودمحور)

ترتیب کمال‌گرایی خودمحور در پسران از طریق بخشش خود و بخشش دیگران مشکلات بین‌شخصی کمتر را پیش‌بینی می‌کند. بخشش موقعیت‌ها تنها اثر مثبت پیش‌بینی مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی را خنثی می‌کند.

بر اساس نتایج جدول ۴، به طور کلی کمال‌گرایی به واسطه انواع بخشش مشکلات بین‌شخصی کمتری را پیش‌بینی می‌کند، در حالی که فارغ از تأثیر انواع بخشش، مشکلات بین‌شخصی بیشتر توسط کمال‌گرایی پیش‌بینی می‌شود. به

جدول ۴

ضرایب غیراستاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم رابطه کمال‌گرایی خودمحور و مشکلات بین‌شخصی با توجه به نقش واسطه‌ای انواع بخشش در پسران

مسیرها	B	β	t	P
۱. کمال‌گرایی خودمحور به بخشش خود	-۰/۲۶	-۰/۳۱	-۳/۵۲	۰/۰۰۱
۲. کمال‌گرایی خودمحور به بخشش دیگران	-۰/۰۶	-۰/۰۷	-۰/۸۱	۰/۴۲۰
۳. کمال‌گرایی خودمحور به بخشش موقعیت‌ها	-۰/۲۵	-۰/۲۹	-۳/۷۶	۰/۰۰۱
۴. کمال‌گرایی خودمحور به مشکلات بین‌شخصی	۰/۳۴	۰/۱۹	۲/۵۴	۰/۰۲۶
۵. بخشش خود به مشکلات بین‌شخصی	-۰/۵۷	-۰/۲۶	-۰/۵۵	۰/۰۱۱
۶. بخشش دیگران به مشکلات بین‌شخصی	-۰/۴۲	-۰/۱۹	-۲/۲۹	۰/۰۲۲
۷. بخشش موقعیت‌ها به مشکلات بین‌شخصی	-۰/۱۳	-۰/۰۶	-۲/۲۳	۰/۵۸۱

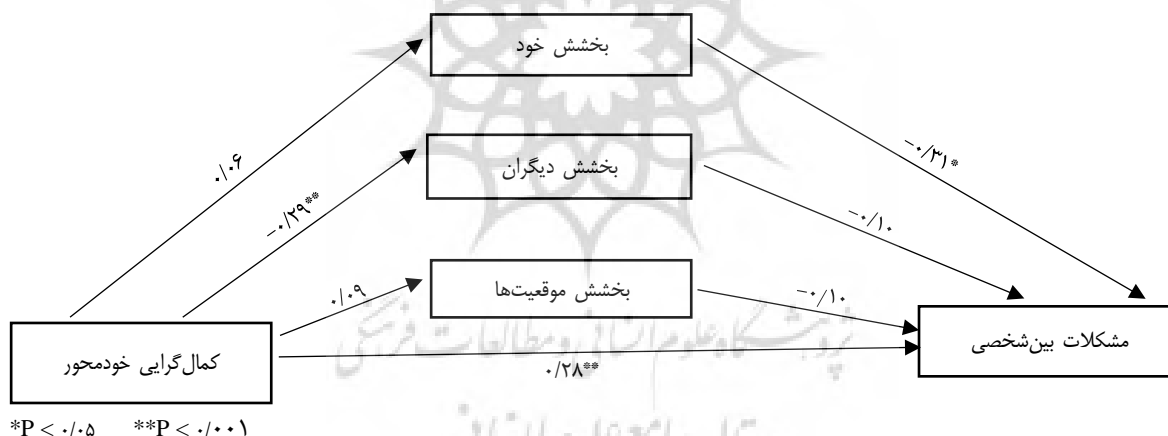
با ضریب مسیر -0.29 بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود با ضریب مسیر 0.08 بخشش دیگران، با ضریب مسیر -0.18 بخشش موقعیت‌ها و با ضریب مسیر

نتایج دختران نشان داد که کمال‌گرایی خودمحور با ضریب مسیر 0.21 مشکلات بین‌شخصی، با ضریب مسیر -0.43 بخشش خود، با ضریب مسیر 0.01 بخشش دیگران و در نهایت

کیفیت روابط را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود در دختران با وجود این که به‌طور مطلق توسط کمال‌گرایی پیش‌بینی می‌شود، ولی کیفیت روابط را پیش‌بینی نمی‌کند.

در ادامه کمال‌گرایی دیگرمحور به عنوان متغیر مستقل وارد مدل شد و ساختار ارتباط آن با انواع بخشش و مشکلات بین‌شخصی بررسی شد. در شکل ۲ تأثیر مستقیم متغیرها در کنار پیکان ویژه‌ای که رابطه بین متغیرها را نشان می‌دهد، مشخص شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود در پسران کمال‌گرایی دیگرمحور با ضریب مسیر ۰/۲۸ مشکلات بین‌شخصی، با ضریب مسیر ۰/۰۶- بخشش خود، با ضریب مسیر ۰/۰۹- بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود با ضریب مسیر ۰/۳۱- بخشش دیگران و بخشش موقعیت‌ها با ضریب مسیر ۰/۱۰- مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کند. جدول ۵ ضرایب غیر استاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم موجود در مدل را نشان می‌دهد.

۰/۲۵- مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کنند. ضرایب پیش‌بین بخشش موقعیت‌ها و بخشش خود توسط کمال‌گرایی در سطح (P<۰/۰۰۱) و مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی و بخشش موقعیت‌ها (P<۰/۰۱) و بخشش دیگران در سطح (P<۰/۰۵) معنادار بودند. همچنین پیش‌بینی بخشش دیگران توسط کمال‌گرایی و مشکلات بین‌شخصی توسط بخشش خود معنادار نبودند (P<۰/۰۵). به‌طور کلی، کمال‌گرایی در دختران به واسطه انواع بخشش مشکلات بین‌شخصی کمتری را پیش‌بینی می‌کند، درحالی‌که فارغ از تأثیر انواع بخشش، مشکلات بین‌شخصی بیشتر توسط کمال‌گرایی پیش‌بینی می‌شود. به ترتیب کمال‌گرایی خودمحور در دختران از طریق بخشش موقعیت‌ها و بخشش دیگران مشکلات بین‌شخصی کمتر را پیش‌بینی می‌کند. بخشش دیگران در هر دو جنس با وجود این که در مسیر کمال‌گرایی خودمحور قرار ندارد، ولی در صورت همراه شدن با کمال‌گرایی خودمحور



شکل ۲. ضرایب استاندارد مسیرها در پسران (مستقل: کمال‌گرایی دیگرمحور)

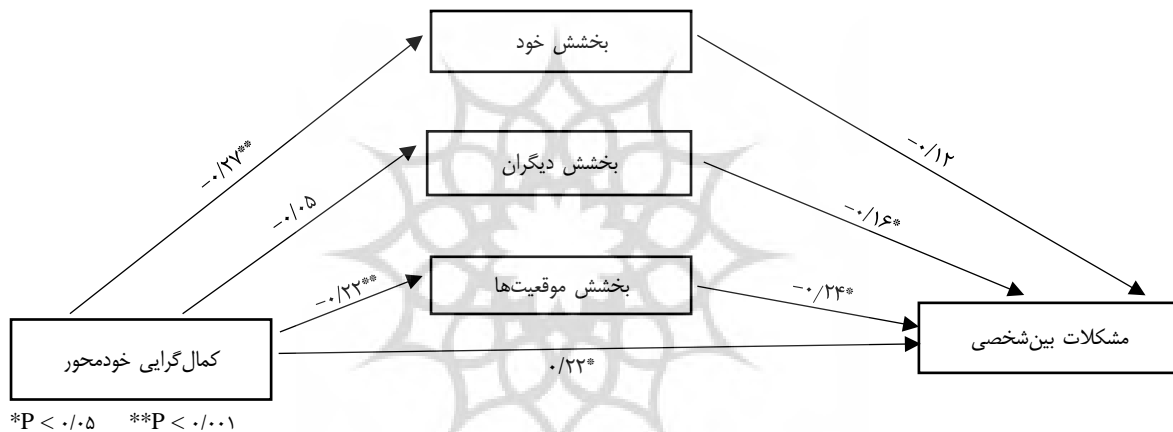
جدول ۵

ضرایب غیر استاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم رابطه کمال‌گرایی دیگرمحور و مشکلات بین‌شخصی با توجه به نقش واسطه‌ای انواع بخشش در پسران

مسیرها	B	β	t	P
۱. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش خود	۰/۰۵	-۰/۰۶	-۰/۶۷	۰/۵
۲. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش دیگران	۰/۲۵	-۰/۲۹	-۳/۴۶	۰/۰۰۱
۳. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش موقعیت‌ها	۰/۰۸	-۰/۰۹	-۰/۹۸	۰/۳۳
۴. کمال‌گرایی دیگرمحور به مشکلات بین‌شخصی	۰/۵۳	۰/۲۸	۳/۵۱	۰/۰۰۱
۵. بخشش خود به مشکلات بین‌شخصی	۰/۶۶	-۰/۳۱	-۳/۰۶	۰/۰۱
۶. بخشش دیگران به مشکلات بین‌شخصی	۰/۲۲	-۰/۱۰	-۱/۱۷	-۰/۲۴۴
۷. بخشش موقعیت‌ها به مشکلات بین‌شخصی	۰/۲۱	-۰/۱۰	-۰/۹۵	-۰/۳۴۱

ضریب مسیر $0/05-$ بخشش دیگران و در نهایت با ضریب مسیر $0/22-$ بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود با ضریب مسیر $0/12-$ بخشش دیگران، با ضریب مسیر $0/16-$ بخشش موقعیت‌ها و با ضریب مسیر $0/24-$ مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کنند. ضرایب پیش‌بینی بخشش موقعیت‌ها در سطح $(P < 0/01)$ و بخشش خود توسط کمال‌گرایی در سطح $(P < 0/001)$ و مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی $(P < 0/01)$ معنادار بودند. همچنین مسیر پیش‌بینی مشکلات بین‌شخصی توسط بخشش دیگران در سطح $(P < 0/05)$ و بخشش موقعیت‌ها $(P < 0/01)$ معنادار بودند. جدول ۶ ضرایب غیر استاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم موجود در مدل را نشان می‌دهد.

برخلاف الگوی پیشین (متغیر مستقل: کمال‌گرایی خودمحور) در الگوی پیش‌بینی انواع بخشش توسط کمال‌گرایی دیگرمحور، فقط مسیر پیش‌بینی بخشش دیگران در پسران معنادار است، در حالی که تنها مسیر پیش‌بینی کیفیت روابط بین‌شخصی در راه کمال‌گرایی دیگرمحور، بخشش خود است و انواع دیگر بخشش در راه کمال‌گرایی دیگرمحور، مشکلات بین‌شخصی را از بین می‌برند و قادر به پیش‌بینی کیفیت رابطه نیستند. در واقع کمال‌گرایی دیگرمحور در پسران با وجود این که تنها تغییرات بخشش دیگران را پیش‌بینی می‌کند، ولی از طریق بخشش خود بر سلامت رابطه اثر می‌گذارد. در دختران، کمال‌گرایی دیگرمحور با ضریب مسیر $0/22-$ مشکلات بین‌شخصی، با ضریب مسیر $0/27-$ بخشش خود، با



شکل ۳. ضرایب استاندارد مسیرها در دختران (مستقل: کمال‌گرایی دیگرمحور)

جدول ۶

ضرایب غیراستاندارد و استاندارد مسیرهای مستقیم رابطه کمال‌گرایی دیگرمحور و مشکلات بین‌شخصی با توجه به نقش واسطه‌ای انواع بخشش در دختران

مسیرها	β	t	P
۱. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش خود	$-0/30$	$-3/43$	$0/001$
۲. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش دیگران	$-0/05$	$-0/57$	$0/57$
۳. کمال‌گرایی دیگرمحور به بخشش موقعیت‌ها	$-0/20$	$-2/74$	$0/01$
۴. کمال‌گرایی دیگرمحور به مشکلات بین‌شخصی	$0/45$	$2/95$	$0/01$
۵. بخشش خود به مشکلات بین‌شخصی	$-0/22$	$-1/33$	$0/184$
۶. بخشش دیگران به مشکلات بین‌شخصی	$-0/32$	$-2/18$	$0/05$
۷. بخشش موقعیت‌ها به مشکلات بین‌شخصی	$-0/53$	$-2/78$	$0/01$

خودمحور در خودشان، نشان نداد. نقش واسطه‌ای انواع بخشش به غیر از بخشش خود در پیش‌بینی کیفیت رابطه هنگام همراه شدن با کمال‌گرایی دیگرمحور، بارزترین یافته بود. هر چند

نقش بخشش در مسیر پیش‌بینی مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی دیگرمحور در دختران با وجود تفاوت با پسران، اختلاف بارزی را با الگوی پیش‌بینی کمال‌گرایی

بحث

نتایج این پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی در صورت پیش‌بینی بخشش، نه تنها با مشکلات بین‌شخصی همراه نمی‌شود، بلکه منجر به کیفیت بهتر روابط نیز می‌شود. تبیین‌های گوناگونی از وجوه مختلف، درباره تأثیراتی که انواع بخشش بر کیفیت روابط بین‌شخصی دارند، ارائه شده است (پلوچی و دیگران، ۲۰۱۵؛ وب و دیگران، ۲۰۱۳). در این پژوهش، بخشی از این مکانیزم‌ها را می‌توان در نقش واسطه‌ای بخشش در تغییر رابطه کمال‌گرایی با مشکلات بین‌شخصی جستجو کرد. به علاوه، برای کاهش مشکلات بین‌شخصی، به ابعاد متفاوت بخشش مانند بخشش خود، بخشش دیگران و بخشش موقعیت‌ها توجه شده است. نتایج نشان داد که انواع مختلف بخشش با مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی دارد. بر این اساس، افراد هنگام پذیرش شکست‌ها و مشکلات خود، پذیرش مشکلات و اشتباهات دیگران و درک و پذیرش موقعیت‌های ناکام‌کننده، کیفیت روابط بین‌شخصی بالاتری خواهند داشت. در پسران، پذیرش و درک خود، و در دختران، پذیرش موقعیت‌های ناکام‌کننده اهمیت بیشتری داشت. هنگامی که افراد با نگرشی توأم با آگاهی و پذیرش، خود را مورد قضاوت و داوری سخت‌گیرانه قرار نمی‌دهند، قادر به همسان‌سازی‌زدایی از دیگران هنگام برقراری ارتباط و در نتیجه مشاهده هیجان‌های منفی خود نسبت به آن‌ها می‌شوند. کسب این دانش و مهارت سبب می‌شود که فرد در زندگی بیشتر به مصالحه و اصلاح ارتباط پردازد تا جدل و تخاصم کورکورانه و هنگام مواجهه با تعارضات بین‌شخصی، به جای واکنش خودکار و کینه‌توزانه، پاسخ مقابله‌ای آگاهانه‌تری بدهد (هول، پیچیل و بنت، ۲۰۱۰). گرمر و نف (۲۰۱۳) معتقدند که پذیرش، عدم سرکوب، ایجاد فضایی در ذهن برای عدم قضاوت و تنبیه و کاهش انتظارات نابجا از خود و دیگران، عوامل تبیینی بخشش هستند. درک شرایط ناخوشایند، انعطاف در تعامل، و توجه و آگاهی از تفاوت دیگران با خود در داشتن آرمان‌های متفاوت (کمال‌گرایی)، سبب می‌شود که ماهیت آسیب‌پذیر خود و دیگران درک شود و با تصور ذهنی آرمانی از خود و دیگران مشتبه نشود. آرمان، فقط یک آرمان است، نه واقعیت. درک تمایز واقعیت عینی و ذهنی (آرمان) و ارتباط سازنده

همچنان در دختران مسیر پیش‌بینی بخشش خود توسط کمال‌گرایی بارزتر بود.

در انتها، کمال‌گرایی جامعه‌محور به عنوان متغیر مستقل وارد مدل شد و ساختار ارتباط آن با انواع بخشش و مشکلات بین‌شخصی بررسی شد. نتایج نشان داد که در پسران، کمال‌گرایی دیگرمحور با ضریب مسیر ۰/۱۷ به میزان ۱۷ درصد از واریانس مربوط به مشکلات بین‌شخصی و با ضریب مسیر ۰/۲۱- به میزان ۲۱ درصد از واریانس بخشش خود، با ضریب مسیر ۰/۰۸- به میزان ۸ درصد از واریانس بخشش دیگران و در نهایت با ضریب مسیر ۰/۱۴- به میزان ۱۴ درصد از واریانس بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود با ضریب مسیر ۰/۲۷- به میزان ۲۷ درصد، بخشش دیگران با ضریب مسیر ۰/۱۸- و بخشش موقعیت‌ها با ضریب مسیر ۰/۰۹- به میزان ۱۸ درصد و ۹ درصد از واریانس مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کنند. تنها ضریب مسیر پیش‌بینی بخشش موقعیت‌ها و مشکلات بین‌شخصی توسط کمال‌گرایی جامعه‌محور و پیش‌بینی مشکلات بین‌شخصی تنها توسط بخشش خود و دیگران در سطح ($P < 0/01$) معنادار بود.

برخلاف الگوی پیشین (متغیر مستقل: کمال‌گرایی دیگرمحور) در الگوی پیش‌بینی انواع بخشش توسط کمال‌گرایی جامعه‌محور در پسران، تنها مسیر پیش‌بینی بخشش خود معنادار است. همچنین مسیر پیش‌بینی کیفیت روابط بین‌شخصی در راه کمال‌گرایی دیگرمحور، بخشش خود و دیگران است. در واقع کمال‌گرایی جامعه‌محور در پسران با وجود این که تنها تغییرات بخشش خود را پیش‌بینی می‌کند ولی از طریق بخشش خود و دیگران بر کیفیت رابطه اثر مثبت می‌گذارد. در نهایت مشخص شد که در زن‌ها، کمال‌گرایی جامعه‌محور با ضریب مسیر ۰/۳۰ مشکلات بین‌شخصی و با ضریب مسیر ۰/۲۵- بخشش خود، با ضریب مسیر ۰/۰۳- بخشش دیگران و در نهایت با ضریب مسیر ۰/۲۹ بخشش موقعیت‌ها را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بخشش خود با ضریب مسیر ۰/۱۲- بخشش دیگران، ضریب مسیر ۰/۱۷- بخشش موقعیت‌ها و با ضریب مسیر ۰/۲۰ مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کنند. ضرایب پیش‌بینی بخشش در سطح ($P < 0/01$) معنادار بودند.

آن‌ها با یکدیگر از ثمرات بخشش است. پس، آرمان‌ها، توقعات و انتظارات فرد از خود و دیگران یا دیگران از آن‌ها، دست‌نیافتنی، ذهنی و در نتیجه خوف‌آورند، در حالی که واقعیت الزاماً منفی یا خوف‌آور نیست. هماهنگی بخشش و این انتظارات فرد را واقع‌بین‌تر می‌سازد و کیفیت روابط را سبب می‌شود.

یافته دیگر پژوهش، رابطه مثبت کمال‌گرایی با مشکلات بین‌شخصی بود. مرور یافته‌های مربوط به مشکلات بین‌شخصی نشان می‌دهد که کمال‌گرایی، در منفی‌نگری و پیشرفت و عود این مشکلات نقش مهمی بازی می‌کند (هارتمن و دیگران، ۲۰۱۰). بعد جامعه‌محور یا انتظارات دیگران از فرد به عنوان بعد ناسالم کمال‌گرایی شناخته می‌شود (بشارت، ۱۳۸۹) و در عین حال تمامی ابعاد کمال‌گرایی با مشکلات بین‌شخصی رابطه مثبت دارد (بشارت و دیگران، ۱۳۸۹). در این پژوهش مشخص شد کمال‌گرایی جامعه‌محور در کنار دیگر ابعاد کمال‌گرایی در صورت همراه شدن با بخشش، مشکلات بین‌شخصی را کاهش می‌دهد. به طور کلی سطح مشکلات بین‌شخصی در افراد کمال‌گرا بالاست، و به این سبب، چنین گمان می‌رود که کمال‌گرایان به بخشش خود یا دیگران نوعی مقاومت نشان می‌دهند و به معنای دقیق کلمه، از اثرات معمول بخشش بهره‌مند نمی‌شوند. اگر چنین مقاومتی در مقابل بخشش خود و دیگران پدید نمی‌آمد، کمال‌گرایی اتفاقاً می‌توانست به کاهش مشکلات بین‌شخصی کمک کند.

در این پژوهش مشخص شد که بین بخشش و مشکلات بین‌شخصی رابطه منفی وجود دارد. گروهی از پژوهشگران (باندا، ۲۰۰۴؛ جويس و دیگران، ۲۰۱۳؛ لایتن و دیگران، ۲۰۱۰) به مقایسه سبک‌های دفاعی و اختلال‌های شخصیت افراد دارای مشکلات بین‌شخصی پرداختند و با به دست آوردن تفاوت‌های معنادار بین سبک‌های دفاعی و نوع مشکلات بین‌شخصی نشان دادند که کینه‌توزی، سردی، اجتناب اجتماعی و عدم قاطعیت بیشترین ارتباط را با سبک‌های دفاعی خصوصاً دفاع‌های رشدنا یافته دارند. اگر چنین فرایندهایی در کار باشند، با طراحی مداخلاتی مبتنی بر بخشش که این دفاع‌ها را تغییر دهد، می‌توان به بهبود مشکلات بین‌شخصی امیدوار بود. کل سیستم‌های یک ارگانیزم در پی دستیابی به یک هدف مشترک هستند و

هنگامی که مرز میان خود و غیرخود، در سطح یک سیستم از میان می‌رود، احتمال تخریب این مرز در سطح سایر سیستم‌ها نیز افزایش می‌یابد. بنابراین، زمانی که فرد قادر نباشد سیستم‌های مختلف را در ذهن سازمان دهد، در بیرون از خود (روابط) با مشکل مواجه می‌شود چرا که با کینه‌توزی نسبت به دیگران آن‌ها را وارد ساختار روانی خود کرده است و مرز میان خود و آن‌ها را از بین برده است. بدین ترتیب، به دلیل دوگانه شدن اهداف (خود آرمانی و در عین حال آسیب‌پذیر)، یا به عبارتی سخت گرفتن بر خود و عدم مشاهده آسیب‌پذیری و نقاط ضعف خود، قادر به دیدن آسیب‌پذیری، دردها و رنج‌های دیگران نخواهد بود. در نتیجه، کینه‌جویی و سخت گرفتن به خود با کینه‌جویی به دیگران همراه می‌شود. به عبارت دیگر میزان خودآزاری، خودانتقادی و احساس شرم افراد دارای مشکلات بین‌شخصی بیش از سایر گروه‌هاست، درحالی‌که میزان بخشش آن‌ها پایین‌تر است. به منظور رفع ناهماهنگی در یک سیستم، می‌توان یا باید ناهماهنگی موجود در سایر سیستم‌ها را اصلاح کرد. کینه‌توزی نسبت به خود و دیگران با داشتن آرمان‌های بلندپروازانه همسان نیست. بخشش، با تأکید بر شفقت به خود و پذیرش، می‌تواند با کاهش و ترمیم خودتخریبی ناشی از آرمان‌گرایی در سطح روان‌شناختی، به بهبود خودتخریب‌گری و آزار دیگران در سطح روابط منجر شوند و از این طریق به مدیریت روابط بین‌شخصی و بهبود کیفیت آن یاری رسانند.

نتایج این پژوهش، همسو با یافته مک‌کاسیل (۲۰۱۲) نشان داد که بخشش سازه‌ای چندبعدی است و در ارتباط فرد با خودش و برآورد کیفیت ارتباط فرد با دیگران متفاوت عمل می‌کند. به عبارت دیگر، بخشش را می‌توان به دو بعد بین‌شخصی و درون‌شخصی تقسیم کرد؛ بعدی که به آرمان‌ها و توقعات فرد مرتبط می‌شود و بعدی که کیفیت روابط فرد را پیش‌بینی می‌کند. در دختران، آرمان‌ها و توقعات، مبتنی بر پذیرش جامعه و درک خود عمل می‌کنند، در حالی که در بعد بین‌شخصی، پذیرش دیگران و موقعیت‌ها و نه خود، سلامت رابطه را در آن‌ها رقم می‌زند. در واقع بخشش خود در دختران، بیشتر یک بعد درون‌شخصی است و به انتظارات آن‌ها از خود یا دیگران از آن‌ها مربوط است ولی کیفیت رابطه در آن‌ها بستگی به میزان درک

کمال‌گرایی و بخشش می‌شود. محدودیت‌های کلی مربوط به مطالعات کمال‌گرایی عبارت‌اند از ابهامات مرتبط با سازش‌یافتگی و سازش‌نیافتگی (کیم، ۲۰۱۰؛ بیلینگ، اسرائیلی و آنتونی، ۲۰۰۴). همپوشی ابعاد خودمحور و دیگرمحور کمال‌گرایی با جامعه‌پسندی (استوبر و هوسام، ۲۰۱۳) و انتخاب نمونه توأم با سوگیری (الی و لینگ، ۲۰۱۶؛ ایگن و دیگران، ۲۰۱۳؛ چنگ، ۲۰۱۳؛ کیلبرت و دیگران، ۲۰۱۴). پژوهش حاضر نیز دارای محدودیت‌هایی بود. اولین محدودیت عدم بهره‌گیری از نمونه آزمایشگاهی است. از این‌رو نمی‌توان فرض کرد که همه افراد هنگام نشان دادن خصیصه‌های متفاوت کمال‌گرایی در صورت داشتن درجاتی از بخشش، مشکلات بین‌شخصی کمتری دارند. اثربخشی کمال‌گرایی نیاز به سنجش دقیق‌تر، فارغ از محدودیت‌های پژوهش خودگزارش‌دهی دارد. ممکن است انتظارات فضای آموزشی (ارائه تصویر مثبت دانشجو) بر نتایج خودگزارش‌دهی تأثیر بگذارد. همچنین با توجه به این‌که انتظارات پژوهشگر از آزمودنی خود ممکن است منجر به همکاری دانشجویانی شود که خصیصه کمال‌گرایی جامعه‌محور (برآورده کردن انتظارات دیگران از فرد) در آن‌ها بیشتر است، از این‌رو اندازه‌گیری چنین ارتباطاتی مهم و ضروری تلقی می‌شود. با توجه به محدود شدن نمونه‌های پژوهش به دانشجویان، پژوهش‌های آتی باید در نظر داشته باشند که این یافته‌ها در افرادی تأیید شده است که به طور طبیعی انتظارات بالاتری از خود نسبت به دیگر اقدار جامعه دارند، سنجش خصیصه کمال‌گرایی در این پژوهش به کمال‌گرایی ابعادی (هویت و سنجش انواع کمال‌گرایی طراحی و هنجاریابی شده است که مدل ابعادی را اصلاح کرده است (به عنوان مثال بورگست، فروست و دی‌بارتول، ۲۰۱۶). این پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی می‌تواند کاهش مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی کند. کمال‌گرایی از طریق بخشش، بر کیفیت روابط تأثیر می‌گذارد و از این طریق، مشکلات بین‌شخصی را کاهش می‌دهد. با وجود این شواهد نویدبخش، هنوز به پژوهش‌های بیشتر و متقن‌تری احتیاج است تا ابعاد این دو سازه در کنار هم یکپارچه و منسجم شوند.

موقعیت و درک دیگران دارد. در پسران نیز انتظارات و آرمان‌های دست‌نیافتنی همانند دختران با پذیرش خود و موقعیت همراه است، ولی در سطح بین‌شخصی، بخشش خود در پسران نقش عمده‌ای ایفا می‌کند. در واقع بخشش خود در پسران آرمان‌گرا رابطه مستقیمی با کیفیت روابط آن‌ها دارد. اهمیت بخشش خود در پسران هنگام داشتن انتظارات بالا از دیگران به اوج خود می‌رسد. پسران دارای انتظارات بالا از دیگران هرچند در سطح درون‌روانی، قادر به بخشش دیگران نیستند، در سطح بین‌شخصی، آن‌ها باید بتوانند خودشان را بپذیرند تا رابطه باکیفیت‌تری داشته باشند. در واقع انتظارات بالای پسران از دیگران اگر در مسیر بخشش خود قرار گیرد، می‌تواند سازنده باشد. این ویژگی در مدیران مجرب و استادان مشهود است. در واقع، پسرانی که قادر به پذیرش اشتباهات و نقص‌های خود هستند و خود را بابت داشتن آن‌ها سرزنش نمی‌کنند در صورت داشتن توقعات آرمان‌گرایانه از دیگران نه‌تنها در روابط به مشکل نمی‌خورند بلکه رابطه باکیفیت‌تری خواهند داشت. البته در دختران، توقعات بالا از دیگران با عدم پذیرش خود و درک موقعیت‌ها مربوط است ولی در بعد بین‌شخصی، پذیرش نقص‌های دیگران و موقعیت‌ها در آن‌هاست که سبب می‌شود انتظارات بالا با کیفیت رابطه همراه شود. پس دخترانی که از دیگران توقعات بالایی دارند اگر قادر به موقعیت‌سنجی و درک اشتباهات و نقص‌های دیگران باشند رابطه باکیفیت‌تری خواهند داشت. پسران دارای کمال‌گرایی جامعه‌محور یا به‌طور خلاصه، پسرانی که در موقعیتی قرار دارند که دیگران از آن‌ها توقعات بالا دارند در صورت درک خود و دیگران یا پذیرش نقص در خود و دیگران، رابطه باکیفیتی خواهند داشت. دخترانی که دیگران از آن‌ها انتظارات بالا دارند هرچند دارای بخشش خود و درک موقعیتی پایین‌تری هستند ولی اگر قادر به درک دیگران و پذیرش موقعیت‌ها باشند رابطه باکیفیت‌تری خواهند داشت. تفاوت‌های جنسی مشخص شده در رابطه کمال‌گرایی و بخشش تکمیل‌کننده پژوهش حمزه و هلال (۲۰۱۲) است.

یکی از محدودیت‌های مربوط به پژوهش‌های کمال‌گرایی و بخشش، عدم شفافیت نظری این حوزه و عدم دقت کافی تعاریف است که منجر به دشواری در درک تفاوت سازه‌های

- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences, 36*, 1373-1385.
- Bond, M. (2004). Empirical studies of defense style: relationships with psychopathology and change. *Harvard Review of Psychiatry, 12*, 263-278.
- Burgess, A. M., Frost, R. O., & DiBartolo, P. M. (2016). Development and Validation of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale-Brief. *Journal of Psychoeducational Assessment, 34*, 620-633.
- Burnette, J. L., Davisson, E. K., Finkel, E. J., Van Tongeren, D. R., Hui, C. M., & Hoyle, R. H. (2014). Self-control and forgiveness a meta-analytic review. *Social Psychological and Personality Science, 5*, 443-450.
- Chang, E. C. (2013). Perfectionism and loneliness as predictors of depressive and anxious symptoms in Asian and European Americans: Do self-construal schemas also matter? *Cognitive Therapy and Research, 37*, 1179-1188.
- Chang, E., Lee, A., Byeon, E., & Lee, S. M. (2015). Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students. *Personality and Individual Differences, 82*, 221-226.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Dimaggio, G., Lysaker, P. H., Calarco, T., Pedone, R., Marsigli, N., Riccardi, I., et al. (2015). Perfectionism and Personality Disorders as Predictors of Symptoms and Interpersonal Problems. *American Journal of Psychotherapy, 6*, 317-330.
- Egan, S. J., Watson, H. J., Kane, R. T., McEvoy, P., Fursland, A., & Nathan, P. R. (2013). Anxiety as a mediator between perfectionism and eating disorders. *Cognitive Therapy and Research, 37*, 905-913.
- احتشام‌زاده، پ.، مکوندی، ع. و باقری، آ. (۱۳۸۹). رابطه بخشودگی، کمال‌گرایی و صمیمیت با رضایت زناشویی در جانبازان و همسران آن‌ها. یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۱۲، ۱۳۶-۱۲۳.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). ساخت و اعتبار یابی مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران. پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۹، ۶۷-۴۹.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۸). بررسی اعتبار، روایی و تحلیل عاملی فرم ۶۰ سوالی مقیاس مشکلات بین‌شخصی در جمعیت ایرانی. روان‌شناسی معاصر، ۸، ۳۶-۲۵.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۹). رابطه کمال‌گرایی با سلامت و بیماری جسمی. مطالعات روان‌شناسی بالینی، ۱، ۶۲-۴۲.
- بشارت، م. ع. (۱۳۹۵). بررسی اعتبار، روایی و تحلیل عاملی فرم ۳۰ سوالی مقیاس مشکلات بین‌شخصی در جمعیت ایرانی. روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۱۳ (۵۲)، ۴۳۵-۴۳۳.
- بشارت، م. ع.، آفتی، ز.، آقایی‌ثابت، س.س.، حبیب‌نژاد، م.، پورنقدعلی، ع. و گرانمایه‌پور، ش. (۱۳۹۲). نقش تعدیل‌کننده راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات بین‌شخصی. فصلنامه تازه‌های علوم شناختی، ۱۵، ۵۲-۴۳.
- بشارت، م. ع.، عسگری، ع.، علی‌بخشی، ز. و موحدی‌نسب، ع. آ. (۱۳۸۹). کمال‌گرایی و سلامت جسمانی: اثر واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی. فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۷ (۲۶)، ۱۳۶-۱۲۴.
- بشارت، م. ع.، محمدمهر، ر.، پوربهبول، س. و عزیزی، ل. (۱۳۹۱). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی فرم ۶۰ سوالی مقیاس مشکلات بین‌شخصی. مجله دانشکده پرستاری و مامایی، ۱۹-۱۰.
- قنبری، س.، جواهری کامل، ع.، سیدموسوی، پ. آ. و ملحی، آ. (۱۳۸۹). رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی دانشجویان و روابط مثبت آن‌ها با دیگران. روان‌شناسی کاربردی، ۱۶، ۸۴-۷۲.
- لطیفیان، م. و کورش نیا، م. (۱۳۹۰). رابطه مدل پنج عامل بزرگ شخصیت و کمال‌گرایی. مطالعات روان‌شناختی، ۲۹، ۵۴-۲۷.
- Abid, M., & Sultan, S. (2015). Dispositional forgiveness as a predictor of psychological resilience among women: A Sign of mental health. *Journal on Educational Psychology, 9*, 1-13.
- Adams, G. S., Zou, X., Inesi, M. E., & Pillutla, M. M. (2015). Forgiveness is not always divine: When expressing forgiveness makes others avoid you. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 126*, 130-141.

- International Journal of Eating Disorders*, 43, 619-627.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureno, G., & Villasenor, V. S. (1988). Inventory of Interpersonal Problems: psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 885-892.
- Joyce, A. S., Stovel, L. E., Ogrodniczuk, J. S., & Fujiwara, E. (2013). Defense style as a predictor of change in interpersonal problems among patients attending day treatment for personality disorder. *Psychodynamic Psychiatry*, 41, 597-617.
- Kim, J. M. (2010). *The conceptualization and assessment of the perceived consequences of perfectionism*. Doctoral dissertation, University of Michigan.
- Klibert, J., Lamis, D. A., Collins, W., Smalley, K. B., Warren, J. C., Yancey, C. T., & Winterowd, C. (2014). Resilience mediates the relations between perfectionism and college student distress. *Journal of Counseling & Development*, 92, 75-82.
- Kohut, H. (2013). *The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders*. University of Chicago Press.
- Li, S. H., & Graham, B. M. (2017). Why are women so vulnerable to anxiety, trauma-related and stress-related disorders? The potential role of sex hormones. *The Lancet Psychiatry*, 4, 73-82.
- Lo, A., & Abbott, M. J. (2013). Review of the Theoretical, Empirical, and Clinical Status of Adaptive and Maladaptive Perfectionism. *Behavior Change*, 30, 96-116.
- Luyten, P., Lowyck, B., & Vermote, R. (2010). The relationship between interpersonal problems and outcome in psychodynamic hospitalization-based treatment for personality disorders: A 12-month follow-up study. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 24, 417-436.
- Eley, D. S., & Leung, J. (2016). Medical student personality: Relationship to ambiguity tolerance, perfectionism and resilience. In *Annual Convention of the American Psychological Association*.
- Enright, R. (2011). Psychological Science of Forgiveness: Implications for Psychotherapy and Education. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue Pontificia University della Santa Croce Rome, Italy.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In P. L. Hewitt & G. L. Flett (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (No. 7, pp. 5-31). Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2015). Measures of perfectionism. In G. J. Boyle, D. H. Saklofske, G. Matthews, G. J. Boyle, D. H. Saklofske, G. Matthews (Eds.), *Measures of personality and social psychological constructs* (pp. 595-618). San Diego, CA, US: Elsevier Academic Press. doi:10.1016/B978-0-12-386915-9.00021-8
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69, 856-867.
- Gong, X., Paulson, S. E., & Wang, C. (2016). Exploring family origins of perfectionism: The impact of interparental conflict and parenting behaviors. *Personality and Individual Differences*, 100, 43-48.
- Griffin, B. J., Worthington Jr, E. L., Lavelock, C. R., Wade, N. G., & Hoyt, W. T. (2015). Forgiveness and mental health. In *Forgiveness and Health* (pp. 77-90). Springer Netherlands.
- Hamza, E. G. A., & Helal, A. M. (2012). The Relationship Among Self-Esteem, Perfectionism and Forgiveness in Egyptian College Students. *Journal of Teaching and Education*, 1, 323-341.
- Hartmann, A., Zeeck, A., & Barrett, M. S. (2010). Interpersonal problems in eating disorders.

- in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145, 673-685.
- Veit, C. T. & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general population. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 730-742.
- Webb, J. R., Hirsch, J. K., Visser, P. L., & Brewer, K. G. (2013). Forgiveness and health: Assessing the mediating effect of health behavior, social support, and interpersonal functioning. *The Journal of Psychology*, 147, 391-414.
- Whittington, B. L. (2015). *An examination of forgiveness attitudes, assertiveness and self-esteem in relationships between forgiveness, relational abuse, and well-being*. Doctoral Dissertation, University of Missouri-Saint Louis.
- Wohl, M. J., Pychyl, T. A., & Bennett, S. H. (2010). I forgive myself, now I can study: How self-forgiveness for procrastinating can reduce future procrastination. *Personality and Individual Differences*, 48, 803-808.
- Worthington, E. L., Lavelock, C., Witvliet, C. V., Rye, M. S., Tsang, J., & Toussaint, L. (2014). "Measures of Forgiveness: Self-Report, Physiological, Chemical, and Behavioral Indicators". In G. J., Boyle., D. H., Saklofske., & C., Matthews (Eds.), *Measures of Personality and Social Psychological Constructs*. Academic Press.
- Wright, A. G., Hallquist, M. N., Beeney, J. E., & Pilkonis, P. A. (2013). Borderline personality pathology and the stability of interpersonal problems. *Journal of Abnormal Psychology*, 122, 1094-1100.
- Macaskill, A. (2012). Differentiating dispositional self-forgiveness from other-forgiveness: associations with mental health and life satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31, 28-50.
- Mackenbach, J. D., Ringoot, A. P., van der Ende, J., Verhulst, F. C., Jaddoe, V. W., Hofman, A., & Tiemeier, H. W. (2014). Exploring the relation of harsh parental discipline with child emotional and behavioral problems by using multiple informants. *The Generation R Study*. PloS one, 9(8), e104793.
- McFarland, M. J., Smith, C. A., Toussaint, L., & Thomas, P. A. (2012). Forgiveness of others and health: Do race and neighborhood matter? *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67, 66-75.
- Pelucchi, S., Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2015). Self-forgiveness in romantic relationships: 2. Impact on interpersonal forgiveness. *Family Science*, 6, 181-190.
- Sherry, S. B., Richards, J. E., Sherry, D. L., & Stewart, S. H. (2014). Self-critical perfectionism is a vulnerability factor for depression but not anxiety: A 12-month, 3-wave longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 52, 1-5.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston: Pearson Allyn & Bacon.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313-359.
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Gender differences