

## پیش بینی کمال گرایی بر اساس سبک های مقابله با استرس در دانشجویان: نقش ویژگی های شخصیتی

نجمه ارده خانی<sup>۱</sup>، رضا کچوییان جوادی<sup>۲</sup>

### چکیده

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر پیش بینی کمال گرایی بر اساس سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی دانشجویان بود.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی بود که با روش همبستگی انجام گرفت. این پژوهش از لحاظ هدف در زمره پژوهش های کاربردی بود. جامعه پژوهش حاضر شامل دانشجویان رشته روان شناسی شخصیت دانشگاه علوم و تحقیقات تهران در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ به تعداد ۸۰۰ نفر بودند. از جامعه ای حاضر ۲۰۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای مرحله ای انتخاب شدند. ابزار های مورد استفاده شامل پرسشنامه فرم کوتاه پرسشنامه شخصیتی پنج عاملی نئو، سبک های مقابله با فشار (CSII) پارکر و اندلر (۱۹۹۰)، پرسشنامه کمال گرایی شورت و همکاران (۱۹۹۵) و پرسشنامه تعیین استفاده شده است.

**یافته ها:** نتایج الگویابی معادلات ساختاری (SEM) و ضرایب مسیر نشان داد که اثرات مستقیم، معناداری متغیر های نهفته را نشان داد به این معنی که پنج عامل بزرگ شخصیت و کمال گرایی در دانشجویان اثر مستقیم با سبک های مقابله با استرس دارد. این یافته ها نشان دادند که دانشجویان دارای سبک مسئله مدار و کمال گرا و دارای شخصیت مسئولیت پذیر گشوده و برونگرا در مقابله با استرس، پدیده ها و رویدادهای زندگی را به صورت مثبت و هدفمند ادراک می کنند و در پی تغییراتی سازنده و هدفمند در جنبه های مختلف زندگی خود هستند و در جستجو منابع خوشایند و موثر هستند، نسبت به دیگران برخورد مثبت و صمیمانه ای دارند، در محیط های تحصیلی و خانوادگی به عنوان افرادی دوست داشتنی شناخته می شوند ( $P < 0.005$ )

**نتیجه گیری:** بر اساس نتایج افراد دیگر از بودن در کنار افراد هیجان پذیر احساس لذت می کنند و معمولاً حضور آنها خسته کننده و کسل کننده نیست.

**واژه های کلیدی:** کمال گرایی، سبک های مقابله با استرس، ویژگی های شخصیتی

<sup>۱</sup> - کارشناس ارشد رشته روان شناسی شخصیت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران  
<sup>۲</sup> استادیار مدیریت آموزشی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران (نویسنده مسئول) rkachouedian@gmail.com

## مقدمه

سبک های مقابله مجموعه‌ای از تلاش‌های شناختی و رفتاری فرد است که در جهت تغییر و تفسیر و اصلاح یک وضعیت تنش‌زا به کار می‌رود و منجر به کاهش رنج ناشی از آن می‌شود. دو راهبرد اصلی مقابله عبارتند از: راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار که شامل کوشش‌هایی جهت تنظیم پیامدهای هیجانی واقعه تنش‌زا است و تعادل عاطفی و هیجانی را از طریق کنترل هیجانات حاصله از موقعیت تنش‌زا حفظ می‌کنند و راهبرد مقابله‌ای مسئله‌مدار که شامل اقدامات سازنده فرد در رابطه با شرایط تنش‌زا است و سعی دارد تا منبع تنیدگی را حذف کرده یا تغییر دهد (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۶).

در سبک کنار آمدن مسئله‌مدار، تمرکز شخص بر مسئله یا موقعیت پیش‌آمده است و تلاش پیرامون تغییر مسئله یا موقعیت و یا اجتناب از آن در آینده است. در سبک کنار آمدن مسئله‌مدار، اقداماتی از قبیل: شناخت و آگاهی از مشکل و مسئله، بررسی راه‌حل‌های ممکن و یا طرح راه‌حل‌های متفاوت، بهره‌مندی عاقلانه از تجربیات و مشورت با دیگران، ارزیابی راه‌حل‌ها بر اساس هزینه‌ها و مزایای آن، انتخاب راه‌حل مناسب و عمل مطابق با آن صورت می‌گیرد (شریدان و رادماخر، ۱۹۹۲). در سبک کنار آمدن هیجان‌مدار، تمرکز شخص بر مهار هیجانات منفی ناشی از استرس خواهد بود و معمولاً به هنگامی که تجربه‌ی استرس اجتناب‌ناپذیر تلقی می‌شود افراد از این سبک استفاده می‌کنند. در سبک کنار آمدن اجتناب‌مدار، اقداماتی همچون: اشتغال ذهنی تعمدی برای ایجاد فراموشی، مقصر دانستن خود یا دیگران و گرایش به سوء مصرف مواد به عنوان مواجهه‌های انفعالی صورت می‌گیرند.

اولین بار مولفه کمال گرایی به عنوان یک سازه تک بعدی توسط برنز تعریف گردید (هیل و همکاران، ۲۰۰۴). الیس اولین نظریه پرداز شناختی-رفتاری است که تعریفی از کمال گرایی ارائه داد. او کمال گرایی را تحت عنوان یکی از دوازده باور غیر منطقی اساسی طبقه بندی می‌کند که منجر به پریشانی روان شناختی می‌شود. الیس کمال گرایی را چنین توضیح می‌دهد: (پذیرش این باور که فرد باید، کاملاً شایسته، لایق و باهوش بوده و در تمام امور ممکن پیشرو باشد به جای این باور که یک فرد باید خود را به عنوان موجودی ناکامل بپذیرد یعنی موجودی که با محدودیت‌های عمومی انسان‌ها مواجه است و جایز الخطا است). در نظر کمال‌گرایان بی‌کفایتی در هر چیزی، نشانه‌ای از عدم کفایت و بی‌ارزشی فرد است. الیس (۱۹۶۲) در اولین نوشته‌اش درباره درمان عقلانی هیجانی رفتاری مجدداً کمال گرایی را تحت عنوان یکی از باورهای غیر منطقی اصلی معرفی کرد که مشکلات هیجانی به دنبال دارد. تعریف او از کمال گرایی این گونه بود: ((منظور از کمال گرایی داشتن این باور است که همواره یک راه حل دقیق، کامل و درست برای مشکلات انسانی وجود دارد و اگر این راه حل کامل پیدا نشود فاجعه‌آمیز خواهد بود) (الیس، ۱۹۶۲؛ به نقل از خسروی و علیزاده صحرايي، ۱۳۸۸). فلت و همکاران (۱۹۹۱) بر آنند که کمال گرایی عبارت است از تمایل شخص به داشتن ملاک‌های خیلی بالا و توجه به نقص‌ها و ناکامی‌های موجود در عملکرد خود.

دیگر سازه‌ای که نقش احتمالی در زبان سبک‌های مقابله‌ای و کمال گرایی دارد، شخصیت می‌باشد. روانشناسان در مورد تعریف دقیق شخصیت اتفاق نظر ندارند با این حال هیلگارد شخصیت را اینگونه تعریف می‌کند: الگوی معینی از

رفتار و شیوه های تفکر که نحوه سازگاری شخص با محیط را تعیین می کند (اتکینسون و همکاران، ۱۳۸۸). مک کری و پل کاستا (۱۹۹۹) نیز الگویی نظری برای پنج عامل بزرگ تنظیم کرده اند که آن را نظریه پنج عاملی خوانده اند. آنها اساساً پنج عامل را بعنوان تمایلاتی مبنایی که زمینه زیستی دارند معرفی کرده اند، یعنی تفاوت های رفتاری مربوط به پنج عامل به ژن ها، ساختار مغز و مانند آن برمی گردد. آنها با طرح مجدد مسئله طبیعت در برابر تربیت نظر خود را به این ترتیب بیان کردند: « رگه های شخصیت، مانند خلق و خو، آمادگی های درونی در مسیر رشد بوده و اساساً مستقل از تأثیرات محیطی هستند. این دیدگاه مشابه دیدگاه آلپورت است که صفات را بعنوان ساختار های عصبی روانی در نظر گرفت و نیز آیزنک که صفات را مکانیزم های زیست شناختی می دانست (مک کری و همکاران، ۲۰۰۰؛ نقل از ابراهیمی، ۱۳۸۹).

## روش

این تحقیق از نوع تحقیقات توصیفی است که با روش همبستگی انجام گرفت. این پژوهش از لحاظ هدف در زمره پژوهش های کاربردی قرار می گیرد. جامعه مورد نظر شامل تمام دانشجویان کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی و شخصیت دانشگاه علوم و تحقیقات تهران در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ بودند که حدوداً ۸۰۰ نفر بودند. از جامعه ای با این حجم با توجه به فرمول جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۶) ۲۰۰ نفر انتخاب شدند. روش نمونه گیری خوشه ای مرحله ای جهت نمونه گیری استفاده شد. جهت اجرا با کلاس های اساتید هماهنگی شد و توضیحات لازم رد مورد پرسشنامه به مدت ۵ دقیقه توسط پژوهشگر در اختیار دانشجویان قرار گرفت و پس از پاسخ دادن جمع آوری شدند. ابزارهای مورد استفاده جهت اجرای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه NEUPI-R ی که توسط مک کری و کاستا (۱۹۸۵) تحت عنوان پرسشنامه شخصیتی NEO معرفی شد. فرم کوتاه این پرسشنامه ۵ عامل داشت که هر عامل با ۱۲ سوال سنجیده می شود. فرم کوتاه آن در مطالعات انجام شده توسط مک کری و کاستا (۱۹۹۲) نشان داد که همبستگی ۵ زیر مقیاس فرم کوتاه با فرم بلند از ۰/۷۷ تا ۰/۹۲ می باشد. نمره کل از جمع تمامی پرسش ها و نمره زیر مقیاس ها از جمع سوال های مربوط به هر زیر مقیاس بدست می آید. شورت و همکاران (۱۹۹۵) پرسشنامه کمال گرایی را برای اندازه گیری کمال گرایی مثبت و منفی تهیه کردند. این مقیاس دارای ۴۰ گویه است، ۲۰ گویه آن کمال گرایی مثبت و ۲۰ گویه دیگر کمال گرایی منفی را می سنجند. گویه ها در مقیاس پنج درجه ای لیکرتی تنظیم شده اند و حداقل نمره آزمودنی ها در هر یک از مقیاس ها ۲۰ و حداکثر آن ۱۰۰ می باشد. نمره کلی پرسشنامه کمال گرایی از جمع نمرات هر دو مقیاس بدست می آید. پرسشنامه CSII توسط پارکر و اندلر (۱۹۹۷) به منظور سنجش روشهای مقابله افرار (نوجوانان و بزرگسالان) در موقعیت های فشارزا و بحرانی ساخته شد سه بعد این ابزار عبارتند از "مقابله مساله مدار"، "مقابله هیجان مدار" و "مقابله اجتناب مدار". هر کدام از ماده های پرسشنامه CSII دارای ۵ گزینه است که آزمودنی بایستی یک گزینه را علامت بزند. دامنه پاسخ هر سوال از "یک" تا "پنج" می باشد. گزینه "یک" نشان می دهد که آزمودنی هرگز چنین عملی را انجام نمی دهد و گزینه "پنج" نشان دهنده این است که آزمودنی چنین عملی را



۳۴**	۲۳**	۲۱**	۱	۴-سبک های مقابله با استرس									
۶۴**	۳۶**	۳۱**	۲۳**	۱	۵-تجربه طلبی								
۳۲**	۲۳**	۱۷**	۳۷**	۵۷**	۱	۶-ماجراجویی							
۶۱**	۱۴**	۳۳**	۱۹**	۲۵**	۲۳**	۱	۷-ملال پذیری						
۷۱**	۲۵**	۳۱**	۲۳**	۱۴**	۳۶**	۳۱**	۱	۸-تنوع طلبی					
۳۱**	۵۴**	۱۰**	۱۵**	۳۷**	۲۳**	۱۷**	۲۴**	۱	۹-گریز از بازداری				
۶۱**	۱۴**	۱۲**	۱۹**	۲۹**	۲۳**	۱۶**	۱۷**	۸**	۱	۱۰-سبک های مقابله با استرس			
۳۹**	۲۹**	۱۱**	۱۴**	۱۶**	۲۲**	۱۷**	۳۱**	۳۷**	۳۱**	۱۱-کمال گرایی			

جدول ۳ همبستگی چند گانه بین متغیرها و خرده متغیرها ی تحقیق نشان می دهد که تمامی ابعاد سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی با کمال گرایی ارتباط مستقیم و معنادار دارند. نتایج جدول نشان می دهد که همبستگی بین همه خرده مولفه های ویژگی های شخصیتی با هم و با سبک های مقابله با استرس و کمال گرایی مثبت و معنادار است. همچنین نتایج جدول نشان می دهد که همبستگی بین سبک های مقابله با استرس و کمال گرایی (۰/۳۲) و همبستگی بین مثبت و معنادار می باشد.

همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره به روش همزمان نشان داد که بیشینه ضریب همبستگی چندگانه بین سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی با کمال گرایی ۰/۶۶ است. جدول ۳ مدل رگرسیون، شاخص های تحلیل واریانس، ضریب همبستگی چندگانه و ضریب تعیین ابعاد سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی برای پیش بینی کمال گرایی است.

جدول ۴. مدل رگرسیون، شاخص های تحلیل واریانس، ضریب همبستگی چندگانه و ضریب تعیین، ابعاد سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی برای پیش بینی کمال گرایی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	f	سطح معناداری	ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )	خطای برآورد
۱	۲۵۵۹۵/۲۰	۱۷۰۶/۳۴۷	۱۴/۵۱۵	۰/۰۰۱	۰/۶۶	۰/۴۳۵	۱۰/۸۴۲	

متغیر های پیش بین: سبک های مقابله با استرس کلی، تجربه طلبی، ماجراجویی، ملال پذیری، تنوع طلبی، گریز از بازداری، سبک های مقابله با استرس، ویژگی های شخصیتی و خرده مؤلفه های آن

متغیر ملاک: کمال گرایی به طور کلی نتایج جدول ۴ نشان می دهد که با توجه به معناداری f ضریب همبستگی چندگانه معنادار است و نشان از ارتباط معنادار و قدرتمند سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی با کمال گرایی دارد. علاوه بر این معناداری آماره در این مدل نشان می دهد که مدل پیش بینی کمال گرایی توسط هیجان خواهی و کیفیت زندگی. مدل مناسبی برای برازش دادن داده ها در این زمینه است. همچنین، نتایج ضریب تعیین نشان می دهد که در کل ابعاد هیجان خواهی و ویژگی های شخصیتی قادر به پیش بینی ۰/۴۳ درصد از واریانس تغییرات در کمال گرایی

می باشند. همچنین نتایج جدول ۴- ضرایب رگرسیون استاندارد شده و معناداری این ضرایب برای نشان دادن نقش پیش بینی کننده ابعاد هیجان خواهی و کمال گرایی را نشان می دهد .

جدول ۵. ضرایب رگرسیون و ضریب تاثیر سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی برای پیش بینی کمال گرایی

متغیر	ضریب رگرسیون (B)	خطای معیار	ضریب تاثیر ( $\beta$ )	t	سطح معناداری
ثابت	۱۵۲/۵۲	۵/۲۶		۱۵/۱۰	۰/۰۰۲
سبک های مقابله با استرس	۰/۶۱	۰/۲۱	۰/۴۰	۹/۳۱	۰/۰۰۱
تجربه طلبی	۰/۹۸	۰/۱۴	۰/۰۳۲	۰/۸۷	۰/۰۶۱
ماجراجویی	۰/۱۶	۰/۳۸	۰/۰۱۸	۰/۹۰	۰/۰۵۳
ملال پذیری	۰/۱۳	۰/۲۷	۰/۰۹۰	۱/۱۰	۰/۲۶۴
تنوع طلبی	۰/۳۳	۰/۱۹	۰/۲۵۳	۴/۳۷	۰/۰۰۱
گریز از بازداری	۰/۸۱	۰/۳۳	۰/۱۷۲	۲/۹۰	۰/۰۰۱
سبک های مقابله با استرس	۰/۰۲۱	۰/۱۶	۰/۰۴۱	۱/۳۲	۰/۱۳۲
ویژگی های شخصیتی	۰/۶۶	۰/۱۸	۰/۳۴۱	۴/۳۲	۰/۰۰۲
برون گرایی	۰/۴۸	۰/۱۴	۰/۲۳۱	۲/۸۷	۰/۰۰۱
روان پریش خویی	۰/۰۸۳	۰/۱۳۸	۰/۰۳۲	۰/۸۷	۰/۰۶۳
مسئولیت پذیری	۰/۴۱	۰/۱۲	۰/۲۱۱	۲/۱۲	۰/۰۰۲
گشودگی به تجربه	۰/۰۶۶	۰/۱۱۱	۰/۰۴۳	۰/۷۷	۰/۰۴۹

#### متغیر ملاک: کمال گرایی

معناداری آماره تی در جدول ۵ نشان دهنده این است که از بین ابعاد سبک های مقابله با استرس ، ۳ بعد (سبک های مقابله با استرس کلی ، تنوع طلبی و گریز از بازداری) تاثیر آماری معناداری در تبیین کمال گرایی دارند. علاوه بر این از بین ابعاد ویژگی های شخصیتی ، برون گرایی و مسئولیت پذیری تاثیر آماری معناداری در تبیین کمال گرایی دارند. میزان ضرایب رگرسیون معیار شده یا ضریب تاثیر (ضریب بتا) نیز نشان می دهد که از بین این متغیر های پیش بین سبک های مقابله با استرس کلی نسبت به بقیه متغیر های پیش بین تاثیر بیشتری بر تبیین تغییرات کمال گرایی دارد. در نهایت ضرایب تاثیر نشان می دهند که تمامی ابعاد سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی تاثیر مثبتی در تبیین کمال گرایی دارند. از این رو می توان گفت سبک های مقابله با استرس و ویژگی های شخصیتی پیش بینی کننده های معناداری برای کمال گرایی در دانشجویان هستند.

#### بحث و نتیجه گیری

نتایج این پژوهش همچنین همسویا یافته های دامون (۲۰۰۰) نشان می دهد که یکی از عوامل برتری افراد کمال گرا در اتخاذ شیوه های مقابله با استرس مناسب، اجتماعی بودن ، اعتماد به نفس بالا و مسئله مدار بودن است. زیرا اعتماد به نفس بالا و مسئله مدار بودن نقش مهمی در رویارویی با استرس های زندگی و افزایش قدرت تاب آوری فرد دارند و می تواند

بحران‌های شدید زندگی را تعدیل کند و آنها را به پدیده‌های عادی تبدیل کند. از نظر دامون (۲۰۰۰)، دانشجویان کمال‌گرا و دارای ویژگی‌های شخصیتی مناسب مانند برون‌گرایی، مسئولیت‌پذیری و گشودگی به تجربیات جدید، در هنگام ارزشیابی رویدادها، و مقابله با فشار روانی به خوبی از شیوه‌مسئله‌مداری استفاده می‌کنند و هیجان‌اتشان را کنترل و مدیریت می‌کنند و تلاش می‌کنند از هیجان‌انگیزی مثل غم، شادی، نگرانی و اضطراب در مسیر مثبت استفاده کرده و آنها را به عنوان ابزاری برای رسیدن به اهدافشان در نظر بگیرند؛ از این رو واکنش‌های دانشجویان کمال‌گرا به فشار روانی تحت تأثیر عواملی همچون حمایت اجتماعی، سخت‌کوشی شخصی، سبک مشکل‌گشایی و مانند آن قرار می‌گیرد. این امر در افراد مسئله‌مدار موجب کاهش فشار روانی می‌گردد. هم‌چنین دانشجویان کمال‌گرا به دلیل برخورداری بیشتر از سبک مسئله‌مدار و نمره کمتر در سبک هیجانی و اجتنابی از عوامل تعدیل‌کننده، پاسخ به فشار روانی مانند ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی خود فرد، راهبردهای مقابله، منابع حمایتی و... استفاده می‌کنند.

ازسوی دیگر کلونینگر و زوهر (۲۰۱۱) معتقدند دانشجویان کمال‌گرا به دلیل این که در فعالیت‌های اجتماعی بیشتری شرکت می‌کنند این مسئله آنها را در رسیدن به اهداف مادی خود مانند وجهه اجتماعی، رفاه و آسایش، حمایت و تأیید اجتماعی یاری‌رساند و باعث می‌شود آنها مهارت‌های ارتباطی قوی‌تری داشته باشند. ارتباط بیشتر به دانشجویان کمال‌گرا اجازه می‌دهد که در مواجهه با فشارها و استرس‌های زندگی در یک سطح کاملاً عملی با مسئله روبه‌رو شده و به حل مشکلات بپردازند و اطلاعات مهم را مبادله کنند. دانشجویان درون‌گرا و غیر کمال‌گرا در هنگام ارتباط توانایی کمتری در مقایسه با دانشجویان کمال‌گرا برای تبدیل اختلافات به توافق دارند و اغلب در سیکل نیازها و مشکلات ناتمامی که سال‌ها تکرار شده و در ذهنشان وجود دارد روبه‌رو می‌شوند. اما دانشجویان کمال‌گرا در برقراری ارتباط با همجنسان خود اضطراب کمتری را تجربه می‌کنند در درک و فهم درست نگرش، احساسات و نیازهای طرف مقابلشان توانمندی بیشتری دارند و لذا هنگامی که دوستانشان از برآورده شدن نیازها و انتظاراتشان در رابطه دوستی رضایت نداشته باشند، می‌توانند با دشواری کمتری مسئله را حل کنند.

## منابع

- پناهی، حلیمه؛ و آزاد فلاح، پرویز (۱۳۸۶). اثر موفقیت و شکست بر پاسخ های فیزیولوژیک افراد کمال گرا و غیرکمال گرا. تازه های علوم شناختی، ۹(۱): ۱۶-۲۲.
- جمشیدی، بهنام؛ حسین چاری، مسعود؛ حقیقت، شهربانو؛ و رزمی، محمدرضا (۱۳۸۸). اعتبار یابی مقیاس جدید کمال گرایی. مجله علوم رفتاری، ۳(۱): ۳۵-۴۳.
- حاجلو، نادر؛ صبحی قرامکی، ناصر؛ رهبر طارمیری، مرتضی؛ و حقیقت گو، مرجان (۱۳۹۰). بررسی رابطه کمالگرایی و فرسودگی شغلی در پرستاران. مجله دانشگاه علوم پزشکی گیلان، ۲۰(۷۷): ۲۳-۲۸.
- کجباف، محمدباقر؛ طاهر نشاط دوست، حمید؛ و خالویی، قاسم (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین هیجان-خواهی و رضایت زناشویی. ماهنامه علمی و پژوهشی دانشگاه شاهد. شماره ۱۰.
- کلانتری، خلیل. (۱۳۸۸). مدل سازی معادلات ساختاری در تحقیقات اجتماعی-اقتصادی. تهران: انتشارات فرهنگ صبا.
- گودرزوند چگینی، مهرداد و سیده غزاله میردوزنده (۱۳۹۱)، رابطه کیفیت زندگی و رضایت شغلی کارکنان بیمارستانهای دولتی شهر رشت. مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان (طیب شرق). (۱۴): ۱۰۸-۱۱۱.
- مامازندی، زهرا و دانش، عصمت (۱۳۹۰). تاثیر نگرش مذهبی و هیجان-خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متاهل شهرستان پاکدشت. مطالعات روانشناختی. ۷(۲): ۱۲۹-۱۵۴.
- ناظم فتاح، غلامرضا شاکری ارقنه جواد، مطلبی آزاده (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین کیفیت زندگی بر رضایت شغلی دبیران مقطع متوسطه در دبیرستانهای آموزش و پرورش شهرستان نظرآباد. پژوهش اجتماعی. ۴(۱۲): ۷۵-۹۵.
- Ahola, K & Hakanen, J. (2007). Job strain, burnout, and depressive symptoms: A prospective study among dentists. *Journal of Affective Disorders* ; (104): 103-110.
- Ahola, K., Honkonen, T., Isometsa, E., Kalimo, R., et all. (2005). The relationship between job-related burnout and depressive disorders. *Journal of Affective Disorders* ; (88): 55-62.
- Alexander, N. D. (2002). Social support, spirituality, psychological distress and quality of life in cancers patients. The school of Laredo studies. Department of counseling. Indiana State University.
- Antony, M M., Purdon, C L., Huta, V., Swenson, R P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behavior Research and Therapy*, 36, 1143-1154.
- Appleton, P R., Hall, H K. and Hill, A P. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of sport and exercise* 10, 457-465.
- Baron, R., Greenberg, Y. (1990). Relation between hardiness and risk of burnout in a sample of 92 nurses working in ecology and AIDS wards. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 66: 78-82.
- Bieling, P J., Israeli, A., Antony MM. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36:1373-1385.
- Bieling, P J., Israeli, A., Smith, J., Antony, M. (2003). Making the grade: The behavioral consequences of perfectionism in the classroom. *Personality and Individual Differences*, 35: 163-178.



- Billington, R., Landon, J., Krägeloh, C. U., Shepherd, D. (2010). The New Zealand .World Health Organization quality of life (WHOQOL) Group. *New Zealand Medical Journal*, 123(1315): 65-70.
- Brown, C. (2005). Hope and quality of life in hospice patients with cancer. A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science College of Nursing University of South Florida.
- Cartwright-Hatton, S, & Wells, A. (1997). Believes about worry and intrusions: The meta-cognition questionnaire and its correlates. *Journal of anxiety disorders*, 11(3): 279-296.
- Carver, C. S. & Scheier, M. (2002). The hopeful optimist. *Psychological Inquiry*, 13(4).
- Cella, D. F. (1995). Measuring quality of life in palliative care. *Seminars in Oncology*, 22(3), 73-81.
- Chalder,T., Tong, J, & Deary, R. (2000). Family Cognitive behavior therapy for Chronic fatigue Syndrome. *Arch. Dis, Child* (2002). [Http://adc.bmjournals.com/cji/Center/full](http://adc.bmjournals.com/cji/Center/full).
- Chang, S, L. (2008). Family back ground and martial satisfaction of newlyweds. Generational transmission of Relationship Interaction Patterns. Unpublished Masters Theism California State University. contributions of hope and optimism. *The Journal of Positive Psychology* 4(6).
- Fiori, M., & Antonakis, J. (2012). Selective attention to emotional stimuli: What IQ and openness do, and emotional intelligence does not. *Journal of Intelligence*, 40, 245–254.
- Gallagher, M. & Lopez, S. (2009). Positive expectancies and mental health: Identifying the unique
- Giné, C., Vilaseca, R., Gràcia, M., Mora ,J ., Ramón J,O., Simón C, María, A., Francesc ,T,(2013). Spanish Family Quality of Life Scales: Under and over 18 years old. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*. 38, 2, 141-148.
- Mariani,F., Perez-Barahona, A. & Raffin, N. (2010). Life expectancy and environment. *Journal of Economic Dynamic & Control*. 34:798- 815.
- Marsh, H. W., Hau, K. T., & Grayson, D. (2005). Goodness of fit evaluation in structural equation modeling. In A. Maydeu-Olivares & J. McCardle (Eds.), *Contemporary psychometrics. A festschrift to Roderick P. McDonald* (pp. 275-340). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Maslowsky, J., Buvinger, E., Keating, D. P., Steinberg, L.& Cauffman, E. (2011). Cost-benefit analysis mediation of the relationship between sensation seeking and risk behavior among adolescents. *Personality and Individual Differences*, Volume 51, Issue 7, Pages 802-806.
- Radina, M. E. (2013) Toward a Theory of Health-Related Family Quality of Life. *Journal of Family Theory & Review* 5 35–50.
- Sánchez,E., R, Peñaranda, A, P .,Baltar, A ,L., Arechaederra ,D, P, Manuel ,Á ,G.,Alonso ,M ,C., & García, L, O(2013)Relationships between quality of life and family function in caregiver .*BMC Family Practice*, 12-19
- Summers, J. A., Poston, D. J., Turnbull, A. P., Marquis, J., Hoffman, L., Mannan, H., & Wang, M. (2005). Conceptualizing and measuring family quality of life. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(10), 777–783.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In Weisskrich, R. S & Murphy, L. C. (2004). Friends, porn and punk. Sensation seeking, personal relationship, internet activity and music performance among college students, *Adolescence*, 39 (154): 201-189.
- Yadav, S. (2010). Perceived social support, hope and quality of life of person living with HIV; a case study from Nepal. *Qual Life Res. Springer Science Business Media*.

- Zuckerman, M. (1994). Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking. New York. Cambridge university press.
- Zuna, N. I., Selig, J. P., Summers, J. A., & Turnbull, A. P. (2009). Confirmatory factor analysis of a family quality of life scale for families of kindergarten children without disabilities. *Journal of Early Intervention*, 31(2), 111–125.



## Predicting Perfectionism Based on Stress Styles in Students: The Role of Personality Traits

Najmeh Ardehkhani<sup>1</sup>, Reza Kachouian Javadi<sup>2</sup>

### Abstract

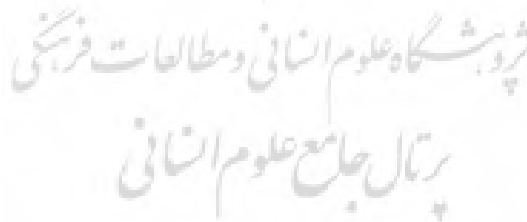
**Purpose:** The aim of the present study was to predict perfectionism based on student coping styles and personality traits.

**Methodology:** The present study was a descriptive-correlational study. In terms of purpose, this research was among the applied researches the present study population included 800 students in the field of personality psychology at Tehran University of Science and Research in the academic year of 2016-17. From the present population, 200 individuals were selected using stepwise cluster sampling. The tools used include the short form questionnaire of Neo's five-factor personality questionnaire, Parker and Andler's (CSII) Stress Control Styles (CSII), Short & Kamal's Perfectionism Questionnaire (1995), and the Determination Questionnaire.

**Results:** The results of modeling structural equation (SEM) and path coefficients showed that the direct effects showed the significance of latent variables, meaning that five major personality factors and perfectionism in students have a direct effect on stress coping styles. These findings showed that students with problem-oriented and perfectionist style and with a responsible and extroverted personality in the face of stress, perceive life phenomena and events in a positive and purposeful way and seek constructive and purposeful changes in the aspect. They are different in their lives and they are looking for pleasant and effective resources, they have a positive and sincere attitude towards others, they are known as lovable people in educational and family environments ( $P < 0.005$ ).

**Conclusion:** According to other people's results, they enjoy being with exciting people and their presence is usually not boring.

**Keywords:** Perfectionism, Stress Management Styles. Personality characteristics



---

<sup>1</sup> Master of Personality Psychology, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran

<sup>2</sup> Assistant Professor of Educational Management, Farhangian University, Tehran, Iran (responsible author)  
rkachoueian@gmail.com