

پیش‌بینی ابعاد کمال‌گرایی (خودمدار، دیگر مدار و جامعه مدار) بر اساس مؤلفه‌های

هوش هیجانی در دانشجویان

پرستو کرمی^۱، اعظم قویدل^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران.

۲. مربی، عضو هیئت‌علمی گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران. (نویسنده مسئول).

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره چهارم، شماره چهاردهم، تابستان ۱۴۰۱، صفحات ۲۷-۱۶

چکیده

هوش هیجانی و کمال‌گرایی از جنبه‌های اصلی و تأثیرگذار در زندگی شخصی و تحصیلی دانشجویان می‌باشند. هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی ابعاد کمال‌گرایی (خودمدار، دیگر مدار، جامعه مدار) بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی در دانشجویان بود. پژوهش حاضر یک مطالعه کاربردی، کمی و توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری، همه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی ۱۱۷ نفر به‌عنوان نمونه انتخاب شد. ابزار پژوهش، مقیاس هوش هیجانی برادبری و گریوز (۲۰۰۴) و کمال‌گرایی چندبعدی تهران (۲۰۰۷) بود. داده‌های به‌دست‌آمده با ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که نمره کل هوش هیجانی با کمال‌گرایی خودمدار ($P < 0/01$) و کمال‌گرایی دیگر مدار ($P < 0/05$) رابطه مستقیم و معناداری داشت اما با کمال‌گرایی جامعه مدار رابطه معناداری نداشت ($P > 0/05$). نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نیز نشان داد از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، مؤلفه مدیریت رابطه قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار و همچنین مؤلفه خود‌مدیریتی قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی دیگر مدار و کمال‌گرایی جامعه مدار می‌باشد. به نظر می‌رسد با اجرای مداخلات مناسب می‌توان در راستای اصلاح نگرش‌های کمال‌گرایانه و ارتقای هوش هیجانی دانشجویان گام برداشت و به بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی آن‌ها کمک نمود.

واژه‌های کلیدی: ابعاد کمال‌گرایی، هوش هیجانی، سلامت روان، دانشجویان.

مقدمه

دانشجویان، نیروی انسانی و سازندگان فردای هر کشوری هستند و به عنوان قشر پویا و آینده ساز کشور، بخش عمده ای از برنامه ریزی و بودجه کشور را به خود اختصاص می دهند و پرداختن به سلامت روان آن‌ها، امری ضروری می باشد (فرهادی، محقق و نسائی مقدم، ۱۳۹۹). مفهوم کمال گرایی^۱ که در سالهای اخیر مورد توجه روانشناسان و پژوهشگران متعدد قرار گرفته، سازه مهم شخصیتی است که به درجات متفاوت، در افراد وجود دارد و می تواند در میزان پیشرفت و موفقیت و رشد شخصیت افراد مؤثر باشد (گلستانی، امین بیدختی و جعفری، ۱۳۹۷).

هورنای^۲ معتقد است کمال گراها معمولاً دارای لیست پایان ناپذیری از بایدها و قوانین خشک برای هدایت زندگی خود هستند. آن‌ها برای رسیدن به خودانگاره آرمانی (تصویر ایده آل از خود) تلاش می کنند (شولتز و شولتز، ۲۰۱۳؛ ترجمه سید محمدی، ۱۳۹۸). هویت و فلت^۳ نیز کمال گرایی را تعیین کردن استانداردهای فوق العاده بالا، ارزیابی به شدت انتقادی از خویش راجع به پیگیری این استانداردها می دانند که شامل یک ساختار سه بعدی است (مؤیدفر، یعقوبی، حسن آبادی مهدویان، ۱۳۹۷) شامل: ۱- کمال گرایی خودمدار (گرایش به وضع نمودن معیارهای غیرواقع بینانه برای خود و تمرکز بر نقص‌ها و شکست‌ها در عملکرد، به همراه خود نظارت گری های دقیق) و ۲- کمال گرایی دیگر مدار (تمایل به انتظارات افراطی و ارزشیابی انتقادی از دیگران) و ۳- کمال گرایی جامعه مدار (بیانگر احساس ضرورت رعایت معیارها و استانداردها و برآورده ساختن انتظارات تجویز شده از سوی افراد مهم به منظور کسب تأیید آن‌ها) (هویت و فلت، ۱۹۹۱). نکته قابل توجه این است که تحقیقات اخیر در مورد کمال گرایی، نشان دهنده افزایش تعداد کمال گرایان در طول سه دهه گذشته می باشد (کیم، کیم، سون و یان، ۲۰۲۲).

از طرف دیگر می توان به کمال گرایی بهنجار یا مثبت (تلاش برای معیارهای معقول و واقعی و داشتن انعطاف پذیری) و کمال گرایی نابهنجار یا منفی (تمایل به تلاش برای معیارهای بسیار بالا، همراه با ترس از شکست، تمرکز بر مایوس کردن دیگران و عدم انعطاف پذیری) نیز اشاره کرد (شیم، رابنستین و دراپیوو، ۲۰۱۶؛ پوتارک، راوان و پاولین-برناردیک، ۲۰۱۹؛ محبی، زارعی و غریاق زندی، ۱۴۰۰). لازم به ذکر است که کمال گرایی زمانی آسیب زا می شود که برای فرد، اشتباه کردن یا شکست خوردن در راه رسیدن به استانداردهای خاصی، غیرقابل تحمل باشد (نقوی، اکبری و مرادی، ۱۳۹۶) که می تواند باعث افزایش اضطراب و بی اشتیاقی نسبت به تحصیل شود اما طبق یافته‌ها، کمال گرایی در حد متوسط می تواند باعث بهبود عملکرد تحصیلی شود (سولور و رایس، ۲۰۱۷).

مسئله مهمی که می توان به آن اشاره کرد این است که عامل مهمی که انواع کمال گرایی را متمایز می کند، ادراک توانایی کنترل است. کمال گرایی خودمدار و کمال گرایی دیگر مدار تحت کنترل فرد هستند و خود فرد آن‌ها را تعیین می کند در حالی که کمال گرایی جامعه

¹ - perfectionism

² - Horney

³ - Hewitt and Feltt

⁴ - Shim, Rubenstein & Drapeau

⁵ - Putarek, Rován & Pavlin-Bernardic

⁶ - Sevlever & Rice

مدار (به عنوان یک نیروی مخرب در جامعه معاصر) تحت کنترل فرد نیست و از انتظارات تحمیلی افراد دیگر ناشی می شود و باعث انفعال می شود (فراست، مارتن، لهارت و رزنبلت^۱، ۱۹۹۰؛ شافران و منسل^۲، ۲۰۰۱؛ بابا محمدی، ۱۳۹۵؛ فلت، هوویت، نپان، شری و اسمیت^۳، ۲۰۲۲) بنابراین اگر نگرش افراد تغییر کند، امکان پیشرفت در آنان افزایش می یابد (عرب، طباطبایی و بیانفر، ۱۳۹۸). طبق مطالعات انجام شده، وجود ضعف در پذیرش خود و دیگران در کمال گرایان، می تواند منجر به بروز مشکلاتی در مهارت های اجتماعی شود بنابراین یادگیری مهارت های اجتماعی می تواند افراد را برای ایجاد روابط سالم، انتخاب هدف های مثبت، گرفتن تصمیم مسئولانه و اخلاقی و به ویژه شناسایی و مدیریت هیجانات توانا سازد (تقی زاده هیر، مرادیان و نریمانی، ۱۳۹۸).

همچنین می دانیم که همه ما در زندگی روزمره خود با انواع هیجانات روبرو می شویم و این آشنایی ما با هیجانات، به دوران نوزادی برمی گردد، به عبارتی ما از لحظه تولد برخی از این هیجانات را با خودمان داریم و همین، اهمیت نقش هیجانات مختلف در زندگی ما را نشان می دهد، که در علم روانشناسی، از این حالات هیجانی با عنوان هوش هیجانی (EI)^۴ یاد می شود (خانی زاده، ۱۳۹۴). هوش هیجانی بیانگر توانایی کنترل احساس ها و هیجان های خود و دیگران، تمایز میان آن ها و استفاده از این دروندادها برای هدایت فکر و عمل است (سالووی و گروئل^۵، ۲۰۰۵؛ امیری و مصرآبادی، ۱۳۹۸). نتیجه پژوهش حسین نژاد و میرانی (۱۳۹۶) نشان داد افراد دارای هوش هیجانی بالاتر، از خودکارآمدی و کمال گرایی مثبت (بهنجار) بیشتری نیز برخوردارند. همچنین در شرایط تنش زا نیز توانایی بهتر و مناسبی در کنترل و کاهش فشارهای روانی دارند، بنابراین کارگاه های آموزشی می تواند برای ارتقای هوش هیجانی دانشجویان مؤثر باشد (سالووی و همکار، ۲۰۰۵؛ ماورولی، پترایدز، ریف و باکر^۶، ۲۰۰۷؛ کاک، گاسگاسکا و گالا-کیتکاسکا^۷، ۲۰۲۱).

به نظر گلمن^۸، انسان برای موفقیت، به چیزی بیش از هوشبهر بالا نیاز دارد و آن همان هوش هیجانی است که شامل ویژگی هایی مانند خودآگاهی (میزان آگاهی فرد و درک و فهم او از احساسات خویش)، خود مدیریتی (توانایی تعدیل و اداره وضعیت هیجانی به سمت هدف و به تأخیر انداختن خواسته ها و بازداری آن ها)، آگاهی اجتماعی (مهارت های فرد در ایجاد رابطه های مؤثر میان فردی) و مدیریت روابط (برخورداری مهارت های اجتماعی و توانایی صمیمیت با دیگران، آگاهی و شناخت فرد نسبت به عواطف خود و دیگران و تأثیرات آن ها) می باشد. مسئله مهم اینکه هوشبهر نمی تواند بدون هوش هیجانی به بهترین وضع کار کند (گلمن، ۱۹۹۵، ترجمه پارسا، ۱۳۹۸؛ مرعشی، میرزایی، ویسی، محرابیان و بساک، ۱۳۹۷).

از طرفی طبق یافته ها، هوش هیجانی بالاتر در افراد منجر به خودآگاهی و آگاهی اجتماعی بیشتری نیز در پی دارد و بنابراین این افراد دارای توانایی شناسایی و اصلاح نقاط ضعف و تقویت نقاط قوت خود هستند و سلامت روان و قدرت سازگاری بیشتری

1 - Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate

2 - Shafran & Mansell

3 - Flett, Hewitt, Nepon, Sherry, Smit

4 - Emotional Intelligence

5 - Grewal

6 - Mavroveli, Petrides, Rieffe & Bakker

7 - Kuk, Guskowska, Gala-Kwiatkowska

8 - Goleman

دارند (دیپ و ماتورا^۱، ۲۰۱۷؛ لیدیا ماسیا، آگوس و پیترونیلا پنا^۲، ۲۰۲۰). همچنین نابیوف، چاکومکا، چینوندو و ایکه چوکوکو^۳ (۲۰۱۸) دریافتند عزت نفس با هوش هیجانی رابطه مثبت و شدیدی دارد. روود، آرتوود دی، راماسوامی و هاوس^۴ (۲۰۱۷) نیز معتقدند هوش هیجانی تأثیر مثبتی بر سطح حقوق و دستمزد بعدی افراد دارد و می تواند به دانشجویان کمک کند تا سرمایه اجتماعی مورد نیاز برای موفقیت در حرفه خود را به دست آورند. با عنایت به آنچه اشاره گردید مشخص می شود کمال گرایی و هوش هیجانی از عوامل مهمی است که بر روابط فردی، زندگی شخصی و تحصیلی دانشجویان و طیف وسیعی از مشکلات و اختلالات شخصی، شغلی و تحصیلی آن ها تأثیرگذار است؛ بنابراین با توجه به اهمیت این موضوع، تحقیق حاضر با هدف بررسی پیش بینی ابعاد کمال گرایی (خودمدار، دیگرمدار، جامعه مدار) بر اساس مؤلفه های هوش هیجانی در دانشجویان انجام شد.

روش پژوهش

این پژوهش، کمی با هدف کاربردی و مطالعه ای توصیفی و مقطعی از نوع همبستگی است. جامعه آماری، همه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، به تعداد ۱۳۷۷۰ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که طبق فرمول فیدل و تاباچنیک (۱۰۴+ تعداد متغیرهای پیش بین)، حجم نمونه ۱۰۵ نفر به دست آمد که جهت احتیاط و جبران ریزش احتمالی، به ۱۱۷ نفر افزایش داده شد که به روش نمونه گیری طبقه ای نسبی انتخاب شدند. همچنین جهت جمع آوری اطلاعات از دو پرسشنامه هوش هیجانی برادبری و گریوز^۵ (۲۰۰۴) و پرسشنامه مقیاس کمال گرایی چندبعدی تهران (بشارت، ۲۰۰۷) استفاده شد که به دلیل شرایط کرونا، پرسشنامه ها به صورت اینترنتی برای دانشجویان ارسال شد. در تمامی مراحل اجرای پژوهش معیارهای اخلاق پژوهش از جمله اخذ رضایت آگاهانه شرکت کنندگان و محرمانگی اطلاعات آن ها همسو با بیانیه هلسینکی رعایت شد. اطلاعات به دست آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه در محیط نرم افزار SPSS نسخه ۲۲، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

مقیاس هوش هیجانی برادبری و گریوز (۲۰۰۴): این ابزار دارای ۲۸ سؤال و ۴ خرده مقیاس خود آگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه می باشد. نمره گذاری به صورت لیکرت ۶ نقطه ای از ۱ (هرگز) تا ۶ (همیشه) می باشد، جمع نمراتی که آزمودنی کسب می کند، نمره کل هوش هیجانی را تشکیل می دهد. جنانی، نوری خانقاه، ساداتی و فریاب اصل (۱۳۹۷) بیان کرده اند که روایی و پایایی این پرسشنامه توسط گنجی و همکاران در ایران تأیید شده است. مقدار آلفای کرونباخ برای حیطه های خود آگاهی ۰/۷۳، خود مدیریتی ۰/۸۷، آگاهی اجتماعی ۰/۷۸، مدیریت رابطه ۰/۷۶، و نمره کل هوش هیجانی ۰/۹۰ به دست آمد.

مقیاس کمال گرایی چندبعدی تهران (بشارت، ۲۰۰۷): این مقیاس دارای ۳۰ سؤال و دارای سه بعد کمال گرایی خودمدار، دیگر مدار و جامعه مدار است. نمره گذاری به صورت لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) می باشد. جمع نمراتی که آزمودنی کسب می کند، نمره کل کمال گرایی را تشکیل می دهد. تقی زاده هیر و همکاران (۱۳۹۸) بیان کرده اند در اعتباریابی فرم ایرانی این

¹ - Deep & Mathur

² - Lidia Mascia, Agus & Pietronilla Penna

³ - Nnabuiife, Chukwuemeka, Chinwendu & Ikechukwu

⁴ - Rode, Arthaud-Day, Ramaswami & Howes

⁵ - Bradbury & Graves

مقیاس، آلفای کرونباخ به دست آمده برای کمال گرایی خودمدار ۰/۹۰، دیگر مدار ۰/۸۳ و جامعه مدار ۰/۷۸ بوده که نشانه همسانی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین ۴۰ نفر از دانشجویان در دو نوبت بافاصله‌ی چهار هفته‌ای برای کمال گرایی خودمدار ۰/۸۴، برای کمال گرایی دیگر مدار ۰/۸۲ و برای کمال گرایی جامعه مدار ۰/۸۰ بود که نشانه پایایی بازآزمون بالای مقیاس است.

یافته‌ها

۶ درصد از پاسخ‌دهندگان در مقطع کاردانی، ۴۱/۹ درصد در مقطع کارشناسی، ۳۵/۹ درصد در مقطع کارشناسی ارشد و ۱۶/۲ درصد در مقطع دکتری مشغول به تحصیل بودند و از نظر جنسیت ۵۹ درصد زن و ۴۱ درصد مرد بودند. ۴۴/۴ درصد در دانشکده علوم انسانی، ۲۳/۹ درصد در دانشکده علوم پایه، ۲۲/۲ درصد در دانشکده فنی و مهندسی و ۹/۴ درصد در دانشکده علوم پزشکی تحصیل می‌کردند. در جدول ۱، شاخص‌های توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، چولگی، کشیدگی) و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی	۱	۲	۳	۴
۱. هوش هیجانی	۱۱۱/۸۷	۱۱/۱۱	-۰/۶۲	۰/۰۴	۱			
۲. کمال‌گرایی خودمدار	۳۴/۱۷	۵/۱۷	-۰/۲۴۴	۰/۳۹۶	۰/۲۵**	۱		
۳. کمال‌گرایی دیگر مدار	۳۴/۳۶	۴/۴۶	-۰/۵۶۷	۰/۸۸۱	۰/۲۲*	۰/۴۹**	۱	
۴. کمال‌گرایی جامعه مدار	۳۱/۱۵	۴/۸۹	-۰/۰۷۴	-۰/۲۸۷	-۰/۰۶	۰/۴۳**	۰/۳۹۷**	۱

(** معناداری در سطح ۰/۰۱) و (* معناداری در سطح ۰/۰۵)

نتایج بررسی شاخص‌های چولگی و کشیدگی در جدول ۱ نشان می‌دهد که در دامنه +۱ تا -۱ قرار دارند بنابراین متغیرها از پیش فرض نرمال بودن، جهت استفاده از تحلیل‌های آمار پارامتری برخوردارند. همچنین نتایج موجود در جدول ۱ نشان می‌دهد هوش هیجانی با کمال‌گرایی جامعه مدار رابطه معناداری ندارد ($P > 0/05$) اما هوش هیجانی با کمال‌گرایی خودمدار ($P < 0/01$) و دیگر مدار ($P < 0/05$) دارای رابطه مستقیم و معناداری است یعنی با افزایش سطح هوش هیجانی در دانشجویان، میزان کمال‌گرایی خودمدار و دیگر مدار در بین آنان بیشتر خواهد بود. در جدول ۲ تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، برای پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی

متغیرهای پیش‌بین	B	خطای انحراف استاندارد	β	آماره t	معناداری	R	R^2
ثابت	۲۲/۷۸	۴/۹۱		۴/۶۳	۰/۰۰	۰/۳۲	۰/۱
خودآگاهی	۰/۰۰	۰/۱۳	۰/۰۰	۰/۰۴	۰/۹۶		
خود مدیریتی	۰/۰۴	۰/۱۴	۰/۰۳	۰/۳۱	۰/۷۵		
آگاهی اجتماعی	۰/۰۱	۰/۱۶	۰/۰۱	۰/۱۱	۰/۹۰		
مدیریت رابطه	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۳۰	۲/۹۵	۰/۰۰		

نتایج ارائه شده در جدول ۲ نشان می‌دهد ۰/۱ واریانس کمال‌گرایی خودمدار، از طریق مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریت، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) تبیین می‌شود ($P < 0/05$). همچنین ضرایب بتا نشان می‌دهد از میان مؤلفه‌های هوش هیجانی، فقط مؤلفه مدیریت رابطه، به صورت معنادار قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار می‌باشد؛ بنابراین مدل رگرسیونی بدین صورت می‌باشد:

$$\text{(مدیریت رابطه)} = 0/3 + 22/78 = \text{کمال‌گرایی خودمدار}$$

در جدول ۳ تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، برای پیش‌بینی کمال‌گرایی دیگر مدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی دیگر مدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی

متغیرهای پیش‌بین	B	خطای انحراف استاندارد	β	آماره t	معناداری	R	R ²
ثابت	25/98	4/29		6/49	0/00	0/29	0/08
خودآگاهی	-0/09	0/12	-0/08	-0/82	0/42		
خود مدیریت	0/07	0/12	0/05	0/53	0/58		
آگاهی اجتماعی	0/10	0/15	0/07	0/71	0/48		
مدیریت رابطه	0/23	0/10	0/24	2/32	0/02		

نتایج ارائه شده در جدول ۳ نشان می‌دهد ۰/۰۸ واریانس کمال‌گرایی دیگر مدار از طریق مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریت، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) تبیین می‌شود ($P < 0/05$). همچنین ضرایب بتا نشان می‌دهد از میان مؤلفه‌های هوش هیجانی، فقط مؤلفه مدیریت رابطه، قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی دیگر مدار می‌باشد؛ بنابراین مدل رگرسیونی بدین صورت می‌باشد:

$$\text{(مدیریت رابطه)} = 0/24 + 25/98 = \text{کمال‌گرایی دیگر مدار}$$

در جدول ۴ تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، برای پیش‌بینی کمال‌گرایی جامعه مدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی کمال‌گرایی جامعه مدار بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی

متغیرهای پیش‌بین	B	خطای انحراف استاندارد	β	آماره t	معناداری	R	R ²
ثابت	35/67	4/69		7/60	0/00	0/30	0/08
خودآگاهی	-0/24	0/12	-0/20	-1/96	0/052		
خود مدیریت	-0/28	0/13	-0/20	-2/05	0/04		
آگاهی اجتماعی	0/15	0/16	0/09	0/95	0/34		
مدیریت رابطه	0/21	0/11	0/20	1/93	0/056		

نتایج ارائه شده در جدول ۴ نشان می‌دهد ۰/۰۸ واریانس کمال‌گرایی جامعه مدار از طریق مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریت، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) تبیین می‌شود ($P < 0/05$). همچنین ضرایب بتا نشان

می دهد از میان مؤلفه های هوش هیجانی، فقط مؤلفه خود مدیریتی، به صورت معنادار قادر به پیش بینی کمال گرایی جامعه مدار می باشد؛ بنابراین مدل رگرسیونی بدین صورت می باشد:

$$\text{(خود مدیریتی)} \quad 0/2 - 35/67 = \text{کمال گرایی جامعه مدار}$$

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش، پیش بینی ابعاد کمال گرایی (خودمدار، دیگر مدار، جامعه مدار) بر اساس مؤلفه های هوش هیجانی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه بود. بررسی ضرایب همبستگی، حاکی از آن بود که نمره کل هوش هیجانی با کمال گرایی خودمدار و دیگر مدار دارای رابطه مستقیم و معناداری است به این معنا که با افزایش سطح هوش هیجانی در نزد دانشجویان، میزان کمال گرایی خودمدار و کمال گرایی دیگر مدار در بین آنان بیشتر خواهد بود. این نتیجه همسو با نتایج پژوهش های محبی و همکاران (۲۰۲۱)، لیدیا ماسیا و همکاران (۲۰۲۰)، فرهادی و همکاران (۱۳۹۹)، دیپ و همکار (۲۰۱۷)، بابا محمدی (۱۳۹۵)، گلمن (۱۹۹۵)، هویت و همکار (۱۹۹۱) است. در تبیین این یافته می توان گفت با ارتقای هوش هیجانی، می توان از افزایش کمال گرایی خودمدار در جهت پیشرفت و دستیابی به معیارهای شخصی بهره برد و از ویژگی های منفی کمال گرایی خودمدار مانند خودشیفتگی، خود سرزنشگری و افسردگی دوری نمود (قل، ۱۳۹۳). همچنین با افزایش هوش هیجانی، می توان از افزایش کمال گرایی دیگر مدار، در جهت دوری از ویژگی های منفی کمال گرایی دیگر مدار مانند عدم اعتماد و احساس خشم نسبت به اطرافیان (بابا محمدی، ۱۳۹۵) و در جهت بهره گیری از ویژگی های مثبت آن مانند توانایی رهبری دیگران استفاده کرد (محبی و همکاران، ۱۴۰۰).

و یافته دیگر این می باشد که رابطه هوش هیجانی با کمال گرایی جامعه مدار رابطه معناداری نبود، به این معنا که هرگونه تغییر در میزان هوش هیجانی، تأثیری بر میزان کمال گرایی جامعه مدار در دانشجویان ندارد؛ که این نتیجه با نتایج پژوهش های فلت و همکاران (۲۰۲۲)، شیم و همکاران (۲۰۱۶)، بابا محمدی (۱۳۹۵)، سولور و همکار (۲۰۱۰)، شافران و همکار (۲۰۰۱)، گلمن (۱۹۹۵)، فراست و همکاران (۱۹۹۰) ناهمسو است. با توجه به اینکه با توجه به یافته های این پژوهش، هوش هیجانی دانشجویان مورد بررسی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه دارای میانگین بالایی (برابر با ۱۱۱/۸۷) می باشد باین وجود در تبیین این یافته و با توجه به یافته های پیشین می توان گفت از دلایلی که با توجه به نتایج به دست آمده از دانشجویان مورد بررسی، افزایش یا کاهش در هوش هیجانی تغییر معناداری در کمال گرایی جامعه مدار آنها در جهت مثبت یا منفی، ایجاد نمی کند، می توان به عدم آموزش مناسب و در نتیجه آشنایی ناکافی با روش های استفاده بهینه از هوش هیجانی خود در جهت کاهش اثرات نابهنجار کمال گرایی جامعه مدار اشاره نمود و از آنجاکه فلت و همکاران (۲۰۲۲) معتقدند که کمال گرایی جامعه مدار از نظر جهت گیری های انگیزشی و شناختی مرتبط با آن، عمیقاً منفی است و شامل نقص در خودکنترلی است؛ بنابراین دانشجویان با کسب آگاهی های بیشتر و قدرت کنترل بر رفتارها و هیجانات خود و به عبارت دیگر با ارتقای هوش هیجانی از طریق آموزش، می توانند در جهت کاهش اثرات منفی این بعد از کمال گرایی گام بردارند و موفقیت های قابل توجهی را در زمینه تحصیل و زندگی کسب کنند.

در همین راستا، بررسی تحلیل رگرسیون چندگانه در مورد قدرت پیش‌بینی کنندگی مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) در رابطه با کمال‌گرایی خودمدار نشان داد که از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، فقط مؤلفه مدیریت رابطه، به‌صورت معنادار، قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار می‌باشد به این معنا که هرگونه تغییر در هوش هیجانی به‌واسطه تغییر در مؤلفه مدیریت رابطه، باعث تغییر در کمال‌گرایی خودمدار خواهد بود و با یکدیگر رابطه معنادار دارند که این نتیجه همسو با نتایج پژوهش‌های پوتارک و همکاران (۲۰۱۹)، عرب و همکاران (۱۳۹۸)، گلستانی و همکاران (۱۳۹۷)، سالووی و همکار (۲۰۰۵) است. با توجه به اینکه در کمال‌گرایی خودمدار افراد به حد کافی موشکاف و انتقادگر هستند، به‌طوری‌که نمی‌توانند عیوب و اشتباهات یا شکست‌های خود را در جنبه‌های مختلف زندگی بپذیرند (خدالو، ۱۳۹۹) بنابراین در تبیین این یافته می‌توان گفت ارتقای مؤلفه مدیریت رابطه (از مؤلفه‌های هوش هیجانی)، می‌تواند به میزان زیادی باعث افزایش بهره‌گیری از ویژگی‌های مثبت این بُعد از کمال‌گرایی مانند تلاش در جهت موفقیت و خود شکوفایی و حرمت خود و از طرف دیگر باعث تعدیل ویژگی‌های منفی آن مانند احساس گناه، خود انتقادگری و نوروگرایی شود (قزل، ۱۳۹۳؛ محمدی مولود و زوار، ۱۳۹۹)؛ بنابراین مؤلفه مدیریت رابطه (از مؤلفه‌های هوش هیجانی) می‌تواند پیش‌بینی کننده خوبی برای کمال‌گرایی خودمدار در دانشجویان باشد.

در همین راستا، بررسی تحلیل رگرسیون چندگانه در مورد قدرت پیش‌بینی کنندگی مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) در رابطه با کمال‌گرایی دیگر مدار نشان داد که از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، فقط مؤلفه مدیریت رابطه، به‌صورت معنادار، قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی خودمدار می‌باشد به این معنا که هرگونه تغییر در هوش هیجانی باعث تغییر در میزان کمال‌گرایی دیگر مدار در دانشجویان خواهد بود و با یکدیگر رابطه معنادار دارند که این نتیجه همسو با نتایج پژوهش‌های روود و همکاران (۲۰۱۷)، مرعشی و همکاران (۱۳۹۷)، حسین نژاد و همکار (۱۳۹۶)، فراست و همکاران (۱۹۹۰) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجاکه کمال‌گرایان دیگر مدار دارای توقعات بالا در مورد توانایی‌های دیگران هستند و اهمیت زیادی به کامل بودن افراد می‌دهند و کارکرد دیگران را به‌شدت مورد ارزشیابی قرار می‌دهند (بابا محمدی، ۱۳۹۵) بنابراین ارتقای هوش هیجانی می‌تواند به کمال‌گرایان دیگر مدار در جهت شناخت و پردازش صحیح و پذیرش عواطف خود و دیگران کمک کند که بتوانند بر پایه آن روابط بهتری با دیگران داشته باشند (نطاق و کیانی، ۱۳۹۸). پس با توجه به یافته‌ها می‌توان گفت ارتقای مؤلفه مدیریت رابطه (از مؤلفه‌های هوش هیجانی) می‌تواند به میزان زیادی باعث می‌شود که از مزیت مثبت کمال‌گرایی دیگر مدار مانند ایجاد انگیزه در دیگران بهره برد و از طرف دیگر باعث کاهش اثرات منفی کمال‌گرایی دیگر مدار مانند سرزنش و انتقاد اطرافیان شود (بابا محمدی، ۱۳۹۵)؛ بنابراین مؤلفه مدیریت رابطه (از مؤلفه‌های هوش هیجانی) می‌تواند پیش‌بینی کننده خوبی برای کمال‌گرایی دیگر مدار در دانشجویان باشد.

و یافته دیگر این پژوهش در بررسی تحلیل رگرسیون چندگانه در مورد قدرت پیش‌بینی کنندگی مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه) در رابطه با کمال‌گرایی جامعه مدار نشان داد که از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، فقط مؤلفه خود مدیریتی، به‌صورت معنادار، قادر به پیش‌بینی کمال‌گرایی جامعه مدار می‌باشد و با توجه

به علامت منفی ضریب رگرسیونی در مؤلفه خود مدیریتی، می توان گفت این نتیجه به این معناست که با افزایش مؤلفه خود مدیریتی در دانشجویان، متغیر کمالگرایی جامعه مدار با ضریب $-0/20$ کاهش می یابد؛ که این نتیجه همسو با نتایج پژوهش های فلت و همکاران (۲۰۲۲)، نابیوف و همکاران (۲۰۱۸)، مؤیدفر و همکاران (۱۳۹۷)، نقوی و همکاران (۱۳۹۶)، ماورولی و همکاران (۲۰۰۷)، هوویت و همکار (۱۹۹۱) است. در تبیین این یافته می توان گفت کمالگرایی جامعه مدار، یک منبع مزمن فشار از طرف جامعه است که باعث ایجاد احساس درماندگی و ناامیدی در سطوح شدید می شود (فلت و همکاران، ۲۰۲۲) زیرا شخص برای مورد تأیید و پذیرش دیگران بودن، معتقد است که باید به استانداردهای اجتماع نائل آید و بنابراین ارتقای هوش هیجانی می تواند به این افراد در کنار آمدن با دیگران و سازگاری با آن ها و بهبود مهارت های اجتماعی کمک کند در نتیجه چنین فردی می تواند در درک احساسات افراد خانواده و جامعه و همچنین همدلی با آن ها موفق تر عمل کند (خدابخش پیرکلانی، امانی، رئیسی و حاج کرم، ۱۳۹۹) و همه این موارد باعث کاهش فشار ناشی از استانداردهای اجتماع می شود؛ بنابراین با توجه به یافته ها می توان گفت ارتقای مؤلفه خود مدیریتی (از مؤلفه های هوش هیجانی) می تواند پیش بینی کننده خوبی برای کمالگرایی جامعه مدار در دانشجویان باشد.

در مجموع، یافته ها از روابط مورد انتظار میان متغیرهای هوش هیجانی و ابعاد کمالگرایی (خودمدار، دیگرمدار، جامعه مدار) حمایت می کنند. از یافته های به دست آمده می توان نتیجه گرفت ارتقای هوش هیجانی می تواند به استفاده صحیح و بهنجار از کمالگرایی، در جهت موفقیت، بهزیستی روانی و زندگی بهتر بیانجامد؛ بنابراین پیشنهاد می شود برای بهبود روابط فردی و اجتماعی دانشجویان، در برنامه های آموزشی و مشاوره ای، این موارد مد نظر قرار گیرند. از جمله محدودیت های این پژوهش، می توان به شیوه جمع آوری اینترنتی داده ها (به علت شیوع ویروس کرونا) و همچنین عدم بررسی روابط علی بین متغیرها اشاره کرد بنابراین پیشنهاد می شود تکرار پژوهش حاضر به شیوه آزمایشی برای دستیابی به روابط علی صورت گیرد و دیگر اینکه باید در تعمیم نتایج این پژوهش به سایر گروه ها احتیاط شود پیشنهاد می شود چنین پژوهشی بر روی گروه های دیگر از جامعه نیز انجام شود.

سپاسگزاری

نویسندگان پژوهش حاضر از همه شرکت کنندگان که در تکمیل پرسشنامه ها همکاری لازم را داشتن، مراتب سپاس و قدردانی را به عمل می آورند. لازم به ذکر است که این پژوهش برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان است.

تعارض در منافع

پژوهش حاضر از هیچ مؤسسه یا سازمانی حمایت مالی دریافت ننموده است، لذا تعارض منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

منابع

- امیری، مسلم؛ مصرآبادی، جواد. (۱۳۹۸). فراتحلیل رابطه بین هوش هیجانی و مؤلفه های آن با خودکارآمدی. مجله مطالعات آموزش و یادگیری، ۱۱(۱)، ۴۵-۶۹.
- بابا محمدی، مهسا. (۱۳۹۵). مقایسه کمال گرایی، شفقت به خود و مقابله پیش گستر در دانشجویان با خودهای احتمالی مثبت و منفی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه سمنان، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- تقی زاده هیر، سارا؛ مرادیان، علیرضا؛ نریمانی، محمد. (۱۳۹۸). بررسی ارتباط کمال گرایی و استرس با رضایت از زندگی در بیماران قلبی - عروقی شهر اردبیل. مجله دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ۱۹(۱)، ۷۱-۷۹.
- حسین نژاد، علی اکبر؛ میرانی، کاوه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه هوش هیجانی با خودکارآمدی مربیگری و کمال گرایی مربیان مدارس فوتبال. مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، ۴(۱)، ۱۳-۲۵.
- حنانی، صدیقه؛ نوری خانقاه، زهرا؛ ساداتی، لیلا؛ فریاب اصل، محمد. (۱۳۹۷). بررسی ارتباط هوش هیجانی و سبکهای مقابله با استرس در تکنولوژیست های اتاق عمل. نشریه پژوهش پرستاری ایران، ۱۳(۳)، ۱۹-۲۶.
- خانی زاده، هادی. (۱۳۹۴). بررسی مقایسه بین هوش هیجانی، هوش معنوی، حمایت اجتماعی در پیشرفت تحصیلی بین دانشجویان دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات کرمانشاه. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه. واحد علوم تحقیقات.
- خدابخش پیرکلانی، روشنگر؛ امانی، فاطمه؛ رئیسی، فاطمه؛ حاج کرم، آمنه. (۱۳۹۹). پیش بینی مهارت های اجتماعی نوجوانان براساس هوش هیجانی والدین آن ها. مجله روانشناسی و روان پزشکی شناخت، ۷(۱)، ۱۴۱-۱۵۲.
- خدالو، معصومه. (۱۳۹۹). پیش بینی کمال گرایی تحصیلی بر اساس نشاط ذهنی، نگرش و اخلاق تحصیلی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه بوعلی سینا همدان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان. دانشکده علوم انسانی. گروه روان شناسی گرایش تربیتی.
- شولتز، دوان پی؛ شولتز، سیدنی ال. (۲۰۱۳). نظریه های شخصیت (ویرایش دهم). ترجمه یحیی سید محمدی. (۱۳۹۸). تهران: نشر ویرایش.
- عرب، سکینه؛ طباطبایی، سید موسی؛ بیانفر، فاطمه. (۱۳۹۸). اثربخشی بازآموزی اسنادی بر سطح اضطراب امتحان و میزان کمال گرایی و سواس گونه دانش آموزان دختر دارای اضطراب امتحان. مجله روانشناسی بالینی، ۱۱(۲)، ۴۰-۵۱.
- فرهادی، مهران؛ محقق، حسین؛ نسائی مقدم، بیان. (۱۳۹۹). رابطه بین سبک های دلبستگی با مشکلات بین شخصی دانشجویان: نقش میانجی هوش هیجانی. مجله علوم پزشکی رازی، ۲۷(۱)، ۷۳-۸۴.
- قزل، آیلر. (۱۳۹۳). بررسی نقش واسطه ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین ابعاد کمال گرایی و سبک های مقابله با استرس. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، گروه روانشناسی.
- گلستانی، حسن؛ امین بیدختی، علی اکبر؛ جعفری، سکینه. (۱۳۹۷). رابطه کمال گرایی خود گرا و جامعه مدار با فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش واسطه ای انگیزش درونی و بیرونی. مجله روانشناسی بالینی، ۱۰(۱)، ۷۹-۸۹.
- گلمن، دانیل. (۱۹۹۵). هوش هیجانی: خودآگاهی هیجانی، خویشنداری، همدلی و یاری به دیگران. ترجمه: نسرین پارسا. (۱۳۹۸). تهران: نشر رشد.

- محمدی مولود، سعید؛ زوار، تقی. (۱۳۹۹). رابطه هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی: یک مطالعه فراتحلیلی. مجله علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۲۷(۱)، ۱۶۱-۱۸۲.
- محبی، محمود؛ زارعی، سحر؛ غرایق زندگی، حسن. (۱۴۰۰). رابطه هوش هیجانی و کمال گرایی مریبان با کیفیت رابطه مربی-ورزشکار در رزمی کاران نخبه. مجله پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۱۱(۲۱)، ۳۰-۴۳.
- مرعشی، سید علی؛ میرزایی، فاطمه؛ ویسی، فاطمه؛ محرابیان، طاهره؛ بساک، محمد. (۱۳۹۷). پیش بینی افسردگی بر اساس هوش معنوی و هوش هیجانی در دانشجویان دانشگاه ایلام. نشریه سلامت جامعه، ۱۲(۲)، ۳۸-۴۶.
- مؤیدفر، همام؛ یعقوبی، حمید؛ حسن آبادی، حمیدرضا؛ مهدویان، علیرضا. (۱۳۹۷). همبستگی کمال گرایی و افسردگی دانشجویان با میانجی گری نشخوار فکری. نشریه مدیریت ارتقای سلامت، ۷(۶)، ۸-۱.
- نطق، مریم؛ کیانی، قمر. (۱۳۹۸). ارتباط هوش هیجانی و تقید به نماز با تمایل جنسی در دانشجویان مجرد دانشگاه های شهر میانه. مجله پژوهش در دین و سلامت، ۵(۴)، ۶۱-۷۲.
- نقوی، نرگس؛ اکبری، مهدی؛ مرادی، علیرضا. (۱۳۹۶). مدل ساختاری کمال گرایی مبتنی بر سازه های فراتشخیصی شناختی، رفتاری و هیجانی. فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی، ۱۱(۲)، ۱۹-۳۳.
- Deep, M., Mathur, A. (2017). Emotional Intelligence, Adjustment and Quality of Interpersonal Relationship among Young Adults. *International Journal of Indian Psychology*, 5(1), 94-104.
- Flett, G. L., Hewitt, P.L., Nepon, T., Sherry, S.B., Smit, M. (2022). The destructiveness and public health significance of socially prescribed perfectionism: A review, analysis, and conceptual extension.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C., Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- 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(3), 456-470.
- Kim, M., Kim, S.L., Son, Y.S., Yun, S. (2022). Perfectionism, Interactional Justice and Job Performance: A Trait Activation Perspective. *Sustainability*, 14(3), 1117.
- Kuk, A., Guskowska, M., Gala-Kwiatkowska, A. (2021). Changes in emotional intelligence of university students participating in psychological workshops and their predictors. *Curr Psychol*, 40, 1864-1871.
- Lidia Mascia, M., Agus, M., Pietronilla Penna, M. (2020). Emotional Intelligence, Self-Regulation, Smartphone Addiction: Which Relationship With Student Well-Being and Quality of Life? *Front. Psychol*, 11, 1-13.
- Mavroveli, S., Petrides, K., Vrieffe, C., Bakker, F. (2007). trait emotional intelligence, psychological well-being and peer-rated social competence in adolescence. *British journal of developmental psychology*, 25, 263-275.
- Nnabuiife, E.J., Chukwumeka, O.M., Chinwendu, U.P., Ikechukwu, E. (2018). The Relationship between Self-esteem and Emotional Intelligence among Undergraduate Medical Students of Imo State University, Owerri, Nigeria. *International Journal of Brain and Cognitive Sciences*, 7(1), 1-8.

- Putarek, V., Rovan, D., Pavlin-Bernardic, N. (2019). Relations of patterns of perfectionism to BIS sensitivity, achievement goals and student engagement. *Learning and Motivation*, volume 68. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2019.101596>
- Rode, J.C., Arthaud-Day, M., Ramaswami, A., Howes, S. (2017). A time-lagged study of emotional intelligence and salary. *Journal of Vocational Behavior*, 101, 77-89.
- Salovey, P., Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current directions in psychological science*, 14(6), 281-285.
- Sevelever, M., Rice, K.G. (2010). Perfectionism, Depression, Anxiety, and Academic Performance in Premedical Students. *Canadian Medical Education Journal*, 1(2), 96-104.
- Shafran, R., Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21(6), 879-906.
- Shim, S.S., Rubenstein, L.D.V., Drapeau, C.W. (2016). When perfectionism is coupled with low achievement: The effects on academic engagement and help seeking in middle school. *Learning and Individual Differences*, 45, 237– 244.

