

بررسی رابطه ابعاد کمال‌گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان

پردیس حبیب زاده^۱، کیومرث کربمی^{۲*}

۱. گروه روان‌شناسی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران.

۲. گروه روان‌شناسی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران. (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره پنجم، شماره پنجم و دوم، بهمن ماه ۱۳۹۹، صفحات ۵۵-۳۹

تاریخ وصول: ۱۳۹۹/۰۸/۱۴ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۶/۰۵

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه ابعاد کمال‌گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد مهاباد در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دانشجویان دانشگاه آزاد واحد مهاباد در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۹۶ بود که بر اساس مرکز آمار و اطلاعات دانشگاه تعداد دانشجو در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۹۶ ۵۰۰۰ دانشجو اعلام شد. نمونه آماری مطالعه حاضر شامل ۴۰۰ دانشجو دختر و پسر از مقاطع مختلف تحصیلی از بین جامعه آماری بود که بر اساس پیشنهاد جدول مورگان ۳۵۷ نمونه است ولی برای پایایی نمونه‌گیری ۴۰۰ نمونه با استفاده از روش نمونه‌گیری خوش‌های چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های کمال‌گرایی تری - شورت و همکاران؛ مقیاس انگیزش تحصیلی هارت و پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون ضربی همبستگی پیرسون استفاده شد. افزایش کمال‌گرایی مثبت باعث کاهش فرسودگی تحصیلی و بر عکس، همچنین افزایش کمال‌گرایی منفی باعث افزایش فرسودگی تحصیلی و بر عکس می‌شود. از طرفی نتایج نشان داد که بین انواع انگیزش تحصیلی و فرسودگی تحصیلی رابطه‌ای معناداری وجود دارد. به این صورت که با افزایش انگیزش درونی، فرسودگی تحصیلی کاهش پیدا می‌کند و با افزایش انگیزش تحصیلی بیرونی، فرسودگی تحصیلی افزایش پیدا می‌کند؛ بنابراین برای تعیین تأثیر متغیرها، متغیرهای کمال‌گرایی مثبت و منفی و انگیزش تحصیلی درونی و بیرونی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و فرسودگی تحصیلی به عنوان متغیر ملاک است و بر اساس نتایج حاصل از ضرایب رگرسیون چندگانه، میزان F مشاهده شده معنادار است ($p < 0.01$) و با توجه به مقادیر بتا همه متغیرها در سطح معناداری می‌توانند تغییرات مربوط به فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. با توجه به نتایج حاصل از مطالعه حاضر می‌توان نتیجه‌گیری نمود که بین کمال‌گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی ارتباط معنادار وجود دارد. بنا بر یافته به دست آمده به روانشناسان و مشاوران تحصیلی توصیه می‌شود جهت کاهش فرسودگی تحصیلی به نقش دو متغیر کمال‌گرایی و انگیزش تحصیلی توجه داشته باشند.

کلیدواژه: فرسودگی تحصیلی، کمال‌گرایی، انگیزش تحصیلی.

مقدمه

فرسودگی^۱ حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که حاصل سندرم استرس مزمن مانند گرانباری نقش، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محله است (لی و آشفورث^۲، ۱۹۹۶؛ دمروتی، باکر، ناچرینر و اسچافلی^۳، ۲۰۰۱؛ ماسلاچ و اسچافلی^۴، ۲۰۰۱؛ لاکاویدس، فونتولاکسی و کاپرینس^۵، ۲۰۰۳؛ توپینن تانر، اجاروی، وانانن، کالیمو و جاپین^۶، ۲۰۰۵). فرسودگی تحصیلی، تأثیر بسزایی در سرنوشت فرد داشته و هزینه گرافی به خانواده و جامعه تحمل می‌کند. اکثر تحقیقات انجام شده درباره فرسودگی، در موقعیت‌های شغلی مانند رواندرمانی (سندوال^۷، ۱۹۹۳)، فروشنده‌گی (سنده و میازکی^۸، ۲۰۰۰) صورت گرفته که با عنوان فرسودگی شغلی معروف است (ماسلاچ و جکسون^۹، ۱۹۸۴). با این وجود، اخیراً متغیر فرسودگی به موقعیت‌ها و بافت‌های آموزشی گسترش پیداکرده است که از آن با عنوان فرسودگی تحصیلی^{۱۰} نامبرده می‌شود (سالملا-آرو، ساولاین و هولاپاینن^{۱۱}، ۲۰۰۸). فرسودگی تحصیلی در موقعیت‌های آموزشی با ویژگی‌هایی مانند خستگی ناشی از الزامات مربوط به مطالعه، رشد حس و نگرش بدینانه و بدون حساسیت نسبت به مطالب درسی و نیز احساس پیشرفت شخصی ضعیف در امور درسی و تحصیلی مشخص می‌شود (سالملا-آرو و ناتانن^{۱۲}، ۲۰۰۵). افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند معمولاً علاطمی مانند بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانایی در ادامه حضور مستمر در کلاس‌های درس، مشارکت نکردن در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در فراغیری مطالب درسی و درنهایت افت تحصیلی را تجربه می‌کنند (به نقل از نعامی، ۱۳۸۸). یکی از متغیرهای مرتبط احتمالی با فرسودگی تحصیلی، کمال‌گرایی است.

کمال‌گرایی یکی از متغیرهایی است که ۲۶ درصد از زنان و ۲۱ درصد از مردان دانشجو از آن رنج می‌برند (اداره مشاوره و خدمات روانشناسی آمریکا، ۱۹۹۵). همچنین شیوع کمال‌گرایی در دانشجویان خیلی بالاتر از افراد غیر دانشجو گزارش شده است (کانتر^{۱۳}، ۲۰۰۸). کمال‌گرایی یک سازه تقریباً جدید روان‌شنختی است که مورد علاقه و توجه برخی از روانشناسان قرار گرفته است، هرچند الگوی رفتاری کمال‌گرایی به عنوان یک عامل مثبت و سازگار توصیف شده است (همامچک^{۱۴}، ۱۹۷۸)، اما این سازه به عنوان سبک نوروتیک و منفی در رفتار موردن توجه بوده است (فلت^{۱۵} و همکاران، ۱۹۹۱). کمال‌گرایی تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و

1. Burnout
2. Lee & Ashforth
3. Demerouti, Bakker, Nachreiner & Schaufeli
4. Maslach,C,Schaufeli,W.B & Leiter
5. Lacovides, Fountoulakis & Kaprinis
6. Toppinen.Tanner, Ojaarvi, Vaananen, Kalimo & Jappinen
7. Sandeval
8. Sand & Miyazaki
9. Jackson
10. Academic burnout
11. Salmela.Aro, Savolainen & Holopainen
1. Naatanen
- ². Canter
- ¹⁴. Hamachek
- ¹⁵. Flett

دستنیافتنی و تلاش برای تحقق آن‌هاست که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه است (فروست^۱ و همکاران، ۱۹۹۰). معیارهای شخصی کمال‌گرایانه و تحقق ناپذیر از طریق افزایش تجربه‌های شکست، خودسرزنش‌گری و درماندگی را به فرد تحمیل می‌کنند و این تجربه‌های شکست در تحقق معیارهای کمال‌گرایانه منجر به خود ارزشیابی‌های انتقادی و کاهش عزت نفس می‌شود و آمادگی برای مشکلات روان‌شناسختی و تحصیلی را افزایش می‌دهد. افزایش کمال‌گرایی در افراد برحسب تباین خودآرمانی و خود واقعی تبیین می‌شود (هویت^۲ و فلت، ۱۹۹۳). هویت و فلت (۱۹۹۱)، کمال‌گرایی را ساختاری سه‌بعدی می‌دانند که شامل کمال‌گرایی خودمدار^۳، کمال‌گرایی دیگرمدار^۴، کمال‌گرایی جامعه‌مدار^۵ است. کمال‌گرایی خودمدار یک مؤلفه انگیزشی است که شامل کوشش‌های فرد برای دستیابی به خویشتن کامل است. در این بعد کمال‌گرایی افراد دارای انگیزه قوی برای کمال، معیارهای بالای غیرواقعی، کوشش اجباری و دارای تفکر همه‌یاهیچ در رابطه با نتایج، به صورت موفقیت‌ها یا شکست‌های تام می‌باشند، بر عیوب و شکست‌های گذشته خویش تمرکز می‌کنند و معیارهای شخصی غیرواقعی را در سرتاسر حوزه رفتاری خود تعیین می‌دهند. کمال‌گرایی دیگرمدار شامل عقاید و انتظارات در مورد قابلیت‌های دیگران است (هالندر، ۱۹۶۵). کمال‌گرایی دیگرمدار یک بعد میان فردی است که شامل تمایل به داشتن معیارهای کمال‌گرایانه برای اشخاصی است که برای فرد اهمیت بسیاری دارند (فلت و همکاران، ۱۹۹۱). کمال‌گرایی جامعه‌مدار اشاره به انتظارات اغراق‌آمیز و غیرواقعی دارد که دیگران از شخص دارند. گرچه برآوردن این انتظارات مشکل است ولی شخص باید به این استانداردها نائل آید تا مورد تأکید و پذیرش دیگران قرار گیرد (فروست و همکاران، ۱۹۹۰؛ هویت و فلت، ۱۹۹۱). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کمال‌گرایی با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد (پارکر و ادکینز^۶؛ اشبي، رايis و مارتين^۷؛ ۲۰۰۶؛ وينتر و باورز^۸؛ ۲۰۰۷؛ بشارت، ۱۳۸۳).

یکی از متغیرهای دیگر موردنظری در این پژوهش انگیزش تحصیلی است. انگیزش، عبارت است از آغازگری، جهت‌گیری، شدت و تداوم رفتار (گین، ۱۹۹۴). اصطلاح انگیزش نخستین بار از واژه لاتین مولو که به معنی حرکت است گرفته شد. انگیزه را چرا بیان گویند؛ به عبارت دیگر هیچ رفتاری را فرد انجام نمی‌دهد که انگیزه‌ای یا نیازی محرك آن نباشد. انگیزش انسان اعم از خودآگاه رفتار گویند؛ ناشی از نیازهای اوست؛ بنابراین در تعریف انگیزه می‌توان گفت: انگیزه یا نیاز عبارت است از حالتی درونی و کمبود یا محرومیتی که انسان را به انجام یک سری فعالیت و امداد (استیفن پی راینز، ۱۳۷۷). اهمیت انگیزه به عنوان نقش مثبت آن در یادگیری در اغلب ادبیات پژوهشی مورد تأکید واقع شده است (به نقل از چان لین^۹؛ ۲۰۰۹). در مطالعات زیادی بر این نکته تأکید شده است که عوامل انگیزشی، به عنوان پایه‌های ثابت و اصلی درگیر سازی شناختی و جنبه‌ی کنترل یادگیرنده در فرآیند

¹. Frost². Hewitt³. self-oriented Perfectionism⁴. other-oriented Perfectionism⁵. socially prescribed Perfectionism⁶. Hollender⁷. Parker & Adkins⁸. Ashby, Rice & Martin⁹. Winter & Bowers¹⁰. ChanLin

یادگیری محسوب می شوند (دی لانگ، ویتر و یاکل^۱، ۲۰۰۴؛ مایر^۲، ۲۰۰۱). نتایج بسیاری از تحقیقات نشان می دهد که راهبردهای انگیزشی و یادگیری با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد (پیتریچ، ۲۰۰۰، ۲۰۰۳، ۲۰۰۴؛ شانک^۳، ۲۰۰۵؛ لوراء، سارسی و زیمرمن^۴، ۲۰۰۴). علاوه بر این تعداد ملاحظه پذیری از پژوهش ها نشان داده اند که آموزش راهبردهای انگیزشی و یادگیری می تواند پیشرفت تحصیلی را تقویت کند و انگیزه یادگیری را تقویت کند (لاین و چن، ۱۹۹۵؛ پیتریچ، ۲۰۰۳؛ زیمرمن و مارتینزپونز^۵، ۱۹۸۸؛ اومن چی، ۲۰۰۶). همچنین نتایج فراتحلیل بیش از سی پژوهش نشان داده است که استفاده از راهبردهای انگیزش برای یادگیری در موقفيت تحصیلی یادگیرندگان نقش مؤثری دارد (شارلوت و همکاران، ۲۰۰۸). یکی از اهداف و وظایف مهم آموزش عالی ایجاد زمینه برای رشد همه جانبه فرد و تربیت انسان های سالم، کارآمد و مسئول برای ایفای نقش در زندگی فردی و اجتماعی است. از آنجایی که داشت جویان به عنوان رکن اساسی نظام آموزشی کشور، در دستیابی به اهداف نظام آموزشی نقش و جایگاه ویژه ای دارند، توجه به این قشر از جامعه از لحاظ آموزشی و تربیتی، باروری و شکوفایی هر چه بیشتر نظام آموزشی و تربیتی جامعه را موجب می گردد. همچنین پیشرفت تحصیلی، متغیری است که تحقیقات زیادی روی آن انجام شده است، ولی فرسودگی^۶ تحصیلی متغیر نسبتاً جدیدی است، که کمتر روی آن تحقیق انجام شده است؛ بنابراین به توجه به اهمیت این قشر از جامعه و همچنین خلاصه پژوهشی موجود در زمینه فرسودگی تحصیلی پژوهش حاضر در صدد پاسخ گویی به پرسشن است که آیا بین ابعاد کمال گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد؟

روش پژوهش

طرح این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد مهاباد در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ تشکیل می دادند ($N=5000$). نمونه پژوهشی مطالعه حاضر شامل ۴۰۰ دانشجو در رشته های تحصیلی مختلف بود که به صورت تصادفی خوشای چند مرحله ای از هر دانشکده انتخاب شدند. بر اساس جدول مورگان برای حجم جامعه آماری مطالعه حاضر تعداد ۳۵۷ نمونه پیشنهاد شده است اما در این پژوهش برای افزایش اعتبار بیرونی پژوهش و احتمال افت پرسشنامه ها تعداد ۴۲۰ پرسشنامه اجرا شد که از بین آنها ۲۰ پرسشنامه معیوب بود و درنهایت ۴۰۰ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. روش گردآوری مطالعه حاضر به صورت میدانی بود به طوری که بعد از تعیین جامعه آماری و پس از انتخاب نمونه موردنظر، محقق به دانشکده ها مراجعه کرده و بعد از توجیه دانشجویان پرسشنامه های کمال گرایی، انگیزش تحصیلی و فرسودگی تحصیلی را در اختیار نمونه های موردمطالعه قرار داده شد و آنها را تکمیل نمودند؛ و بعد از تکمیل پرسشنامه ها آنها را جمع آوری کرده و اطلاعات پرسشنامه ها جهت تحلیل وارد نرم افزار SPSS شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از روش های

-
1. DeLong, Winter & Yackel
 2. Mayer
 3. Schunk
 4. Laura, Soresi & Zimmerman
 5. Zimmerman, & Martinez.Pons

آمار توصیفی برای محاسبه میانگین و انحراف استاندارد همچنین از آزمون استنباطی ضریب همبستگی پیرسون (برای بررسی فرضیه‌های مورد مطالعه) با رعایت پیش‌فرضهای آن و همچنین آزمون رگرسیون چندگانه برای تحلیل فرضیه استفاده شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه کمال گرایی: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۵ توسط تری - شورت و همکاران ساخته شده است. این آزمون کمال گرایی را از نقطه نظر کارکردی و رفتارگرایی مورد سنجش قرار می‌دهد این آزمون به منظور تشخیص کمال گرایی مثبت و کمال گرایی منفی تدوین شده است. آزمون کمال گرایی دو خرده مقیاس مثبت و منفی دارد. این دو خرده مقیاس دو نوع تقویت‌کننده‌ها را ارائه می‌کند که فرد می‌تواند تجربه نماید. در کمال گرایی مثبت این اقتصاد وجود دارد که این نوع کمال گرایی از تقویت‌کننده‌های مثبت مرتبط با رفتار کمال گرایانه پیش نیز ناشی شده است کمال گرایی منفی به نظر می‌رسد که مستقیماً با تقویت‌کننده‌های منفی مرتبط باشد. این مقیاس ۴۰ سؤال دارد و هر آزمونی به سوالات با یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت و کاملاً موافق، موافق، نمی‌دانم، مخالفم و کاملاً مخالفم پاسخ می‌دهد. ۲۰ سؤال کمال گرایی مثبت و ۲۰ سؤال کمال گرایی منفی را سنجش قرار می‌دهد دامنه نمرات هر آزمونی در این مقیاس ۲۰ تا ۱۰۰ است. اعتبار سازه این آزمون نیز توسط هس، پراپاؤسیس و اونز (۱۹۹۵) مورد تأکید قرار گرفته است. هس و همکاران (۲۰۰۲) در یک نمونه بزرگتر نیز نشان دادند که این مقیاس ساختار عاملی قابل قبولی و همسانی درونی بالایی دارد. در مطالعه هس و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برای کمال گرایی مثبت ۸۴ درصد و برای کمال گرایی منفی ۸۳ درصد است. همچنین هس و پراپاؤسیس (۲۰۰۴) ضریب آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های کمال گرایی مثبت و منفی را به ترتیب ۸۳ درصد و ۸۱ درصد گزارش کرده‌اند. نتایج پژوهش هس و همکاران (۲۰۰۴) نیز از دو عاملی بودن کمال گرایی حمایت می‌کند. بشارت (۱۳۸۳) ضریب همسانی درونی کمال گرایی مثبت و منفی را به ترتیب ۹۰ درصد و ۸۷ درصد به دست آورد. همچنین ضریب پایایی بازآزمایی این پرسشنامه ۸۶ درصد بود. ابوالقاسمی (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۸۷ درصد به دست آورد. در مطالعه حاضر نیز میزان ضریب آلفای کرونباخ ۷۶٪ به دست آمد که نشان از روایی مطلوب ابزار اندازه‌گیری است.

مقیاس انگیزش تحصیلی هارت: مقیاس هارت (۱۹۸۱) متشکل از ۳۳ گویه به صورت سوالاتی برای اندازه‌گیری دو بعد انگیزش درونی و انگیزش بیرونی مطرح شد که سازه‌ی انگیزش تحصیلی را در اندازه‌های پنج درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج می‌سنجد و به صورت لیکرت از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۵ (کاملاً موافق) نمره‌گذاری می‌شود و برخی گویه‌ها متناسب با محتوا نمره‌گذاری معکوس دارند. هارت (۱۹۸۱) ضریب پایایی را با استفاده از فرمول $20 \times \frac{R}{R+D}$ بین ۰/۵۴ تا ۰/۸۴ و ضریب بازآزمایی را در یک نمونه طی دوره‌ی ۹ ماهه از ۰/۴۸ تا ۰/۶۳ و در نمونه‌ی دیگری به مدت ۵ ماه بین ۰/۵۸ تا ۰/۷۶ گزارش کرده است. میزان شاخص آلفای کرونباخ به میزان ۰/۸۷ در حد قابل قبول و تأکید کننده‌ی ضریب اعتبار پرسشنامه در پژوهش حاضر است.

مقیاس فرسودگی تحصیلی: این پرسشنامه را برسو و همکاران (۱۹۹۷) ساخته‌اند. این پرسشنامه سه حیطه فرسودگی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌عالقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه مذکور پانزده ماده دارد؛ که با روش درجه‌بندی لیکرت

۵ درجه‌ای کاملاً مخالف تا کاملاً موافق توسط آزمودنی‌ها درجه‌بندی شده است. خستگی تحصیلی ۵ ماده (مطلوب درسی خسته‌کننده هستند)، بی علاقه‌گی تحصیلی ۴ ماده (احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده (احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده مشکلات درسی بر بیایم) دارد. پایایی پرسشنامه را سازندگان آن به ترتیب، ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ برای سه حیطه فرسودگی تحصیلی محاسبه کرده‌اند. اعتبار پرسشنامه را محققان با روش تحلیل عاملی تأییدی محاسبه‌شده که شاخص‌های برازنده‌گی تطبیقی (CFI) شاخص برازنده‌گی افرایشی (IFI) و شاخص جذر میانگین مجددات خطای تقریب (RMSEA) مطلوب گزارش کرده‌اند (برسو، سالانوا و اسکافیل، ۲۰۰۷). در مطالعه حاضر نیز میزان ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد که نشان از اعتبار مطلوب این ابزار اندازه‌گیری است.

یافته‌ها

تعداد افراد شرکت‌کننده در تحقیق شامل ۴۰۰ نفر بودند که ۱۹۴ نفر (۴۸/۵۰ درصد) از آن‌ها زن و ۲۰۶ نفر (۵۱/۵۰) مرد بودند. شود از بین ۴۰۰ شرکت‌کننده در مطالعه حاضر ۴۴ نفر (۱۱ درصد) در مقطع کارشناسی؛ ۳۴۰ نفر (۸۵ درصد) در مقطع کارشناسی و ۱۶ نفر (۴ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل بوده‌اند که نشان‌گر این است بیشتر شرکت‌کنندگان مطالعه حاضر دانشجویان مقطع کارشناسی بوده‌اند. از بین ۴۰۰ شرکت‌کننده در مطالعه حاضر ۳۰۰ دانشجو (۷۵/۰۰ درصد) مجرد و ۱۰۰ دانشجو (۲۵/۰۰ درصد) متاهل بوده‌اند که نشان می‌دهد بیشتر شرکت‌کنندگان مطالعه حاضر مجرد بوده‌اند. از لحاظ سطح تحصیلات والد پدر، از بین ۴۰۰ شرکت‌کننده در مطالعه حاضر ۵۰ دانشجو دارای والد پدر با تحصیلات بی‌سواد؛ ۱۷۰ دانشجو دارای والد پدر با تحصیلات زیر دیپلم؛ ۱۰۴ دانشجو دارای والد پدر با تحصیلات دیپلم؛ ۲۶ دانشجو دارای والد پدر با تحصیلات فوق‌دیپلم و ۵۰ دانشجو دارای والد پدر با تحصیلات لیسانس و بالاتر بوده‌اند. از لحاظ سطح تحصیلات والد مادر، از بین ۴۰۰ شرکت‌کننده در مطالعه حاضر ۱۰۴ دانشجو دارای والد مادر با تحصیلات بی‌سواد؛ ۱۶۰ دانشجو دارای والد مادر با تحصیلات زیر دیپلم؛ ۸۸ دانشجو دارای والد مادر با تحصیلات دیپلم؛ ۱۴ دانشجو دارای والد مادر با تحصیلات فوق‌دیپلم و ۳۴ دانشجو دارای والد مادر با تحصیلات لیسانس و بالاتر بوده‌اند. ویژگی‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. ویژگی‌های توصیفی متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف معیار
کمال گرایی مشبت	۵۳/۶۷	۶/۱۲
کمال گرایی منفی	۴۹/۵۲	۵/۰۹
انگیزش درونی	۶۲/۲۵	۷/۴۲
ترجیح کار آسان	۲۳/۲۲	۱/۲
انگیزش بیرونی	۵۸/۴۶	۶/۱۸
فرسودگی تحصیلی	۶۰/۳۸	۷/۲۸

جدول ۲. نتایج آزمون کلموگروف- اسمرنف تک نمونه‌ای برای فرض نرمال بودن

آزمون	کمال گرایی	انگیزش تحصیلی	فرسودگی تحصیلی	کمال گرایی
کجی مثبت	۰/۱۶	۰/۱۵	۰/۱۴	
کجی منفی	-۰/۱۸	-۰/۱۲	-۰/۱۷	
آزمون کلموگروف- اسمرنف	۱/۴۵	۱/۲۲	۱/۱۶	
سطح معنی‌داری (sig)	۰/۲۳	۰/۱۹	۰/۱۳	

همان‌طور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌گردد آماره Z کلموگروف- اسمرنف برای کمال گرایی، انگیزش تحصیلی و فرسودگی تحصیلی به ترتیب برابر با $1/۴۵$ ، $1/۲۲$ و $1/۱۳$ در سطح ($P \leq 0.05$) معنی‌دار نیست، یعنی توزیع متغیرها در بین نمونه با توزیع آن در جامعه آماری نرمال است.

جدول ۳. ماتریس همبستگی کمال گرایی با فرسودگی تحصیلی بر اساس آزمون ضریب همبستگی پیرسون

آزمون	R	سطح معنی‌داری (sig)
کمال گرایی مثبت	-۰/۴۳۶***	۰/۰۱
کمال گرایی منفی	-۰/۴۱۶***	۰/۰۱

جدول ۴. ماتریس همبستگی انگیزش تحصیلی با ابعاد فرسودگی تحصیلی بر اساس آزمون ضریب همبستگی پیرسون

آزمون	R	سطح معنی‌داری (sig)
انگیزش تحصیلی درونی	۰/۳۸۷**	۰/۰۱
انگیزش تحصیلی بیرونی	۰/۳۳۱**	۰/۰۱

همان‌طوری‌که در جدول شماره ۳ ملاحظه می‌گردد نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین کمال گرایی مثبت با خستگی تحصیلی ($R = -0.426$) و کمال گرایی منفی با خستگی تحصیلی ($R = -0.416$) رابطه معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش کمال گرایی مثبت، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل کاهش پیدا می‌کند و بر عکس. همچنین نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین کمال گرایی منفی با مؤلفه‌های خستگی تحصیلی ($R = 0.386$)؛ بی‌علاقگی تحصیلی ($R = 0.419$)؛ ناکارآمدی تحصیلی ($R = 0.634$) و با فرسودگی تحصیلی کل ($R = 0.416$) رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش کمال گرایی منفی، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل نیز افزایش پیدا می‌کند و بر عکس. همان‌طوری‌که در جدول ملاحظه می‌گردد نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین انگیزش تحصیلی درونی با فرسودگی تحصیلی ($R = -0.387$) و انگیزش تحصیلی بیرونی با فرسودگی تحصیلی کل ($R = -0.331$) رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین انگیزش تحصیلی بیرونی با مؤلفه‌های با خستگی تحصیلی ($R = 0.296$)؛ بی‌علاقگی تحصیلی ($R = 0.352$)؛ ناکارآمدی تحصیلی ($R = 0.382$) و با فرسودگی تحصیلی کل ($R = 0.331$) رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش انگیزش تحصیلی بیرونی، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی

تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل افزایش پیدا می‌کند و برعکس؛ بنابراین فرضیه دوم مطالعه حاضر تائید می‌گردد.

جدول ۵: نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیری کمال گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی

P	F	Ms	Df	Ss	مدل		
۰/۰۱	۹/۳۷	۱۹۶/۵۲	۷	۱۱۶۸/۷۶	رگرسیون		
		۲۶/۱۱	۸۶	۲۲۵۴/۰۹	باقیمانده		
			۹۳	۳۴۲۲/۸۵	کل		
P	T	ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد	ARS	R2	R	متغیرهای پیش‌بین
		BETA	SE	B			
۰/۰۱	۲/۶۱	-	۴/۳۲	۸/۹۶	-	-	Constant
۰/۰۱	-۳/۰۲	۰/۴۲	۰/۱۶	-۰/۳۹	۰/۱۷	۰/۱۸	کمال گرایی مثبت
۰/۰۱	۲/۸۹	۰/۳۵	۰/۲۲	۰/۳۱	۰/۱۶	۰/۱۷	کمال گرایی منفی
۰/۰۱	-۲/۳۶	۰/۳۴	۰/۱۹	-۰/۲۹	۰/۱۳	۰/۱۴	انگیزش درونی
۰/۰۱	۲/۱۹	۰/۳۱	۰/۲۰	۰/۲۷	۰/۱۱	۰/۱۱	انگیزش بیرونی

همان‌طور که در جدول شماره ۵ مشاهده می‌شود برای تعیین تأثیر متغیرها، متغیرهای کمال گرایی مثبت و منفی و انگیزش تحصیلی درونی و بیرونی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و فرسودگی تحصیلی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون وارد شدند. در جدول فوق میزان F مشاهده شده معنادار است ($p < 0/01$) و با توجه به مقادیر بتا همه متغیرها در سطح معناداری می‌توانند تغییرات مربوط به فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین ابعاد کمال گرایی و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان بود. نتایج آزمون رگرسیون چندمتغیره برای تعیین تأثیر متغیرها نشان داد متغیرهای کمال گرایی مثبت و منفی و انگیزش تحصیلی درونی و بیرونی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و فرسودگی تحصیلی به عنوان متغیر ملاک به طور معناداری می‌توانند فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. به عبارتی با توجه به مقادیر بتا به دست آمده همه متغیرها در سطح معناداری می‌توانند تغییرات مربوط به فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. در تبیین پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر مبنای کمال گرایی می‌توان گفت بدیهی است که داشتن ویژگی‌های مثبت شخصیتی مانند کمال گرایی مثبت نقش عمده‌ای در سازگاری و مقابله با تنش‌های موجود در زندگی شخصی و محیط تحصیلی ایفا می‌کند، چنانکه داشتن کمال گرایی مثبت در فرد پیشرفت تحصیلی و کاهش فرسودگی تحصیلی می‌گردد و یا اینکه کمال گرایی مثبت با سبب افزایش حمایت‌های جانبی و کاهش استرس‌های موجود و فرسودگی تحصیلی می‌شود. درواقع هر فرد بر مبنای تجارب شخصی و ویژگی‌های شخصیتی خود رویکرد متفاوتی را در برخورد با موقعیت‌های مختلف زندگی روزمره اتخاذ می‌کند. در ارتباط با سطوح فرسودگی تحصیلی نیز کمال گرایی مثبت نقش تعیین‌کننده‌ای بر عهده‌دارند؛ مثلاً کمال گرایی منفی در افراد باعث ضعف و ناکارآمدی آن‌ها در اتخاذ شیوه‌های مناسب و کارآمد تحصیلی می‌گردد. افرادی که از کمال گرایی منفی برخوردار هستند، مشکلات

زیادی در زمینه‌های عاطفی، هیجانی و شناختی دارند و به همین دلیل در روابط بین فردی، اجتماعی و محیط تحصیلی کمبودها و تنش‌های زیادی خواهند داشت و درنتیجه فرسودگی تحصیلی بیشتری خواهند داشت. کمال‌گرایی منفی صفتی است که باعث به وجود آمدن مشکلات عاطفی و هیجانی زیادی نظری افسردگی و اضطراب در افراد می‌شود که این امر خود باعث ایجاد نشخوارهای فکری و خطاهای شناختی زیادی در فرد می‌شود و همچنین سبب می‌شود دیدگاه افراد و نحوه مقابله با مسائل تنش‌زا از شکل فعال به منفعل تغییر یابد که تمامی این موارد در تسريع فرایند فرسودگی تحصیلی نقش دارند؛ بنابراین می‌توان این نتیجه را پذیرفت که کمال‌گرایی می‌توانند فرسودگی تحصیلی در دانشجویان را پیش‌بینی کنند.

در تبیین پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر مبنای انگیزش تحصیلی در دانشجویان می‌توان گفت نداشتن انگیزه تحصیلی، موجب افزایش اضطراب، تنبیگی و درنهایت تحلیل رفتگی در موقعیت‌های تحصیلی می‌شود. نقش انگیزه تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی را می‌توان به کمک نظریه شناختی اجتماعی ارزش-کترل پکران (۲۰۰۰) تبیین نمود. در این نظریه به منظور تبیین تجربه هیجانات تحصیلی از جمله تحلیل فرسودگی تحصیلی بر نقش فرایندهای ارزیابی شناختی به عنوان پیش‌آیندهای درون فردی تأکید شده است. انگیزه تحصیلی، عاطفه مثبت، عزت نفس، پشتکار و برخورداری از حمایت اجتماعی را افزایش می‌دهند. اگر موقعیت‌های پرچالش مانند دوران تحصیل با انگیزه تحصیلی همراه باشد سبب می‌گردد افراد تلاش زیادی از خود نشان دهند که این تلاش به موفقیت تحصیلی بیشتر و کاهش فرسودگی منجر می‌شود. انگیزه تحصیلی، همچنین می‌تواند به احساس خوداژربخشی تصوری بالا منجر گردد. خوداژربخشی تصوری به باورهای شخص در ارتباط با توانایی اش در انجام امور دلالت می‌کند. اشخاصی که دارای خوداژربخش تصوری سطح بالایی هستند، بیشتر می‌کوشند، بیشتر موفق می‌شوند و از کسانی که سطح خوداژربخشی تصوری شان پایین‌تر است پشتکار بیشتری از خود نشان می‌دهند و ترس کمتری در زمینه‌های تحصیلی دارند و فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌کنند (میکائیلی، رجبی، عباسی و زمانلو، ۱۳۹۳). با توجه به آنچه گفته شد منطقی به نظر می‌رسد که فرسودگی تحصیلی بر مبنای کمال‌گرایی و انگیزش تحصیلی در دانشجویان قابل پیش‌بینی باشد. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین کمال‌گرایی مثبت با مؤلفه‌های خستگی تحصیلی؛ بی‌علاقگی تحصیلی؛ ناکارآمدی تحصیلی و با فرسودگی تحصیلی کل رابطه منفی معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش کمال‌گرایی مثبت، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل کاهش پیدا می‌کند و بر عکس. همچنین نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین کمال‌گرایی منفی با مؤلفه‌های خستگی تحصیلی؛ بی‌علاقگی تحصیلی؛ ناکارآمدی تحصیلی و با فرسودگی تحصیلی کل رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش کمال‌گرایی منفی، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل نیز افزایش پیدا می‌کند و بر عکس. در تبیین این نتایج می‌توان گفت کمال‌گرایی با تاثیر از محیطی که فرد در آن زیسته، تحت عنوان معیارهای سطح بالا برای عملکرد بهویژه در حوزه‌ی تحصیلی برای یادگیرنده ترسیم شده و وی را به تلاشی مستمر برای تحقق استانداردهای کامل و گاه دست‌نیافتنی بر می‌انگیزند. چنین مجموعه‌ای از معیارهای بسیار بالا در عملکرد همراه با ارزشیابی انتقادی افراطی که فاصله‌ای حقیقی بین خود واقعی و خود ایدئال فرد ایجاد می‌کند و وی را متمرکز بر شکست‌ها و نواقص عملکرد خود می‌سازد تحت عنوان کمال‌گرایی شناخته شده است. افراد کمال‌گرا، به طور مداوم به عاقبت اعمال خود می‌اندیشند و همواره به بهترین روش

تمرکز می‌کنند، چنین افرادی توقعات بسیار بالایی از عملکرد واقعی خوددارند و به دلیل ترس از عدم تحقق معیارهای کمال گرایانه از موقعیت‌ها اجتناب می‌کنند تا جایی که ممکن است دچار فرسودگی تحصیلی شوند، مطالعات نیز نشان دادند که رضایت افراد کمال‌گرا تنها زمانی حاصل می‌گردد که تکلیف موردنظر را به طور کامل و بی‌عیب و نقص انجام دهنند. لذا، با ترس از عدم دستیابی به اهداف در نظر گرفته شده، گاه از پیگیری مسئولیت‌های محوله سرباز زده و یا در صورت پذیرش مسئولیت، آن را نیمه‌کاره رها کرده، آنجا که با تکالیف تحصیلی مواجه‌اند، اضطراب و ناکامی حاصل از انجام ندادن یا نیمه‌کاره رها نمودن تکالیف، موجب کاهش انگیزه‌ی تحصیلی و درنهایت فرسودگی تحصیلی در آن‌ها می‌گردد.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین انگیزش تحصیلی درونی با مؤلفه‌های بی‌علاقگی تحصیلی؛ ناکارآمدی تحصیلی و با فرسودگی تحصیلی کل رابطه منفی معناداری وجود دارد؛ اما انگیزش تحصیلی درونی با خستگی تحصیلی رابطه معناداری به دست نیامد. بدین معنی که با افزایش انگیزش تحصیلی درونی، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل کاهش پیدا می‌کند و بر عکس. همچنین نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین انگیزش تحصیلی بیرونی با مؤلفه‌های با خستگی تحصیلی؛ بی‌علاقگی تحصیلی؛ ناکارآمدی تحصیلی و با فرسودگی تحصیلی کل رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش انگیزش تحصیلی بیرونی، خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی کل افزایش پیدا می‌کند و بر عکس. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت یکی از مهم‌ترین عواملی که به نظر می‌رسد در تعديل میزان فرسودگی تحصیلی مؤثر باشد، انگیزه تحصیلی است. انگیزه تحصیلی مجموعه عوامل درونی و بیرونی است که فرد را در رسیدن به اهداف یادگیری کمک می‌کند. در واقع، انگیزه با ایجاد انرژی در یادگیرنده، فعالیت‌های او را هدایت می‌کند؛ بنابراین، هرچه انگیزه فرد برای آموختن و تحصیل بیشتر باشد، باید فعالیت و رنج بیشتری را برای رسیدن به هدف نهایی متحمل شود. دانش آموختگان با انگیزه بالا، تکالیف را جدی گرفته و به محتواهای تحصیلی خود توجه خاصی دارند و علاوه بر آن سعی می‌کنند اطلاعاتی بیش از آنچه در کلاس می‌آموزند یاد بگیرند. انگیزه با ایجاد علاقه نسبت به انجام یک فعالیت و افزایش حس کارآمدی، افراد را در مقابل فشارهای ناشی از تحصیل محافظت کرده و این افراد موفقیت تحصیلی بیشتری را کسب می‌کنند. همچنین موفقیت در یادگیری، سبب احساس توانمندی بیشتر و افزایش علاقه به موضوع یادگیری می‌شود.

منابع

- استیفن پی رابینز (۱۳۷۳). رفتار سازمانی، ترجمه علی پارسانیان و محمد اعرابی، تهران: نوبهار، چاپ اول.
- باقری، ح. (۱۳۹۰). بررسی رابطه کمال گرایی، خودکارآمدی، استرس و وظیفه‌شناسی با به تعویق انداختن، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده‌ی ادبیات و علوم انسانی پردیس نمین، دانشگاه محقق اردبیلی.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۳). کمال گرایی و موفقیت تحصیلی، مجله علوم روان‌شناسی، ۱۲(۳)، ۳۲۲-۳۳۵.
- بنی اسدی، علی و پورشافعی، هادی (۱۳۹۱). نقش انگیزش و خودکارآمدی تحصیلی و رویکردهای مطالعه در پیشرفت ریاضی دانش آموزان رشته‌های علوم تجربی و ریاضی مقطع متوسطه شهر قاین، اندیشه‌های نوین تربیتی، ۴(۸)، ۸۱-۱۰۲.

- پیتریج، پال آر و شانک، دیل اچ (۱۹۹۷). انگیزش در تعلیم و تربیت؛ نظریه‌ها؛ تحقیقات و راهکارها، ترجمه‌ی مهرناز شهرآرای، ۱۳۸۶، تهران: انتشارات علم.
- تمانی فر، محمدرضا، و مقدسین، زهرا (۱۳۹۱). تبیین اهمالکاری تحصیلی بر اساس ابعاد سازش یافته سازش نایافته‌ی کمال گرایی. "مقاله‌ی ارائه شده به نخستین همایش ملی شخصیت و زندگی نوین-سنندج. دلاور، ع. (۱۳۸۰). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی، تهران، نشر رشد.
- دهقانی‌زاده، ز، حمیز، ن. (۱۳۸۹). سلامت‌روان و فرسودگی شغلی کارکنان بخش روانی بیمارستان‌های شهر اهواز، روان‌شناسی معاصر، ۵ (ویژه نامه): ۲۲۳-۲۲۵.
- رحمانی، ف، بهشید، م، زمانزاد، و، رحمانی، ف. (۱۳۸۹). ارتباط سلامت‌ عمومی، استرس و فرسودگی شغلی در پرستاران شاغل در بخش‌های ویژه بیمارستان‌های آموزشی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی تبریز، نشریه پرستاری ایران، ۲۳(۶۶)، ۹۸-۷۹.
- زارع، م. (۱۳۸۲). مقایسه رابطه حمایت اجتماعی و سخت‌رویی با فرسودگی شغلی رانندگان اتوبوسهای شرکت واحد اتوبوسرانی و رانندگان شرکت تاکسیرانی شهر تهران، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی: زنجانی طبسی، ر. (۱۳۸۳). ساخت و هنجاریابی مقدماتی آزمون بهزیستی روان‌شناسختی، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- سادارتی، س. (۱۳۸۷). رابطه جهت‌گیری هدف و کمال‌گرایی با خلاقیت در دانش آموزان دیبرستان شاغل به تحصیل در مدارس استعدادهای درخشان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- ساعتچی، م. (۱۳۷۶). روان‌شناسی بهره‌وری، تهران، مؤسسه نشر ویرایش.
- سپهریان، فیروزه (۱۳۹۰). اهمالکاری تحصیلی و عوامل پیش‌بینی کننده‌ی آن. مطالعات روان‌شناسختی، ۴(۴)، ۲۶-۹.
- سلیمانی، اسماعیل، شیرپور، محسن، پورطهماسبی، سیاوش (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین ابعاد کمال‌گرایی (ثبت و منفی) با اضطراب امتحان و زیر مقیاس‌های آن (نگرانی و هیجان‌پذیری) در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه. همایش روان‌شناسی دانشگاه پیام نور کرج.
- شاطریان محمدی، فاطمه، پاکدامن ساوجی، آذر، و شاه محمدی، زینب (۱۳۹۰). رابطه‌ی کمال‌گرایی و باورهای انگیزشی با اهمالکاری تحصیلی در دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر تهران. مقاله‌ی ارائه شده به اولین همایش ملی یافته‌های علوم شناختی در تعلم و تربیت - مشهد.
- شاملو، س. (۱۳۸۴). مکتب‌ها و نظریه‌ها در روان‌شناسی شخصیت، چاپ هشتم، تهران، انتشارات رشد.
- شولتز، د، شولتز، س. (۱۹۹۸). نظریه‌های شخصیت، ترجمه سید محمدی (۱۳۸۱)، تهران، نشر ویرایش.
- عباسی، م. (۱۳۸۰). بررسی رابطه اضطراب و کمال‌گرایی منفی والدین با اضطراب امتحان دانش آموزان سال سوم دیبرستان شهرستان ملایر، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- عبدی ماسوله، ف، کاویانی، ح، خاقانی‌زاده، م، مومنی عراقی، ا. (۱۳۸۶). بررسی رابطه فرسودگی شغلی با سلامت‌روان: مطالعه در ۲۰۰ پرستار، مجله دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، دوره ۶۵، شماره ۶، ۷۵-۶۵.
- عادلت زاده اقدم، ن. (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین بازنمایی معنایی و کمال‌گرایی در بین دانشجویان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز.

- فاطمه شریفی فرد؛ حمید آسایش؛ کیان نوروزی؛ محمدعلی حسینی و زهرا طاهری خرامه (۱۳۹۴). ارتباط انگیزه و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان پرستاری و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قم. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم، ۱۲(۹)، ۷۸-۷۸.
- محمودی، ز. (۱۳۸۲). رابطه بین ابعاد کمال گرایی و مشکلات بین شخصی، پایاننامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- منصور، م. (۱۳۷۵). احساس کهتری، انتشارات دانشگاه تهران.
- مهرابی زاده هنرمند، م، و رودی، م. (۱۳۸۲). کمال گرایی مثبت، کمال گرایی منفی، اهواز، انتشارات رسشن.
- نحسین گلدوست، اصغر و معینی کیا، مهدی (۱۳۸۸). رابطه‌ی راهبردهای یادگیری خودتنظیم و راهبردهای انگیزش برای یادگیری با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، دانش و پژوهش در علوم تربیتی - برنامه‌ریزی درسی، ۲۳(۲)، ۸۵-۱۰۰.
- نظری، م. (۱۳۸۹). بررسی ارتباط کمال گرایی، عواطف خودآگاه و تعلل ورزی با وضعیت تحصیلی دانشجویان، پایاننامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه مجتمع اردبیلی.
- نعامی، عبدالزهرا (۱۳۸۸). رابطه بین کیفیت یادگیری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله مطالعات روانشناسی علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهرا، ۵(۳)، ۲۲-۳۵.
- Alison, R. (2005). The relationship of positive and negative perfectionism to Academic Achievement, Achievement motivation, and wellbeing in Tertiary students, University of Canterbury.
 - Ashby, J. S., Rice, K. G., & Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. Journal of Counseling & Development, 84, 148-156.
 - Bask M, Salmela-Aro K. (2013). Burned out to drop out: Exploring the relationship between school burnout and school dropout. Eur J Psychol Educ, 28(2), 511-28.
 - Blatt, S.J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of perfectionism, Journal American Psychologist, 50, 1003- 1020.
 - Breso, E. Salanova, M. & Schoufeli, B. (2007). »In search of the third dimension of Burnout. « Applied psychology. 56(3): 460-472.
 - Breso, E. Salanova, M. & Schoufeli, B. (2007). In search of the third dimension of Burnout. Applied psychology. 56(3), 460-472.
 - Bulik, C.M., Tozzi, F., Anderson, C., Mazzeo, S.E., Aggen, S., Sullivan, P.F. (2004). The relation between eating disorders and components of perfectionism, Journal Am.J. Psychiatry, 160, 366- 368.
 - Burns, D.D. (1980). The perfections script for self defeat, Psychology Today, 14,34- 52
 - Burns, L., & Feweda, B.A. (2005). Cognitive styles: links with perfectionistic thinking, Journal Personality and Individual Differences, 38, 103- 113.
 - Burns, L.R., Dittmann, K., Nguyen, N-L., Mitchelson, J.K. (2000). Academic Procrastination, Perfectionism, and Control: Associations with Vigilant and Avoidant Coping, Journal of Social Behavior and Personality.
 - Canter, D. E. (2008). Self-Appraisals, Perfectionism, and Academics in College Undergraduates. Virginia Commonwealth University Richmond

- Capan, B.E. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Social and Behavior Sciences*, 5, 1665 – 1671.
- Chang, E.C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychological well- being in a college student sample: A test of a stress- meditation model, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 (9), 1001- 1022.
- Demerouti,E, Bakker, A.B, Nachreiner,E & Schaufeli,W.B, (2001).The job demands-resources model of burnout, *Journal of Applied Psychology*,86,499-512.
- Denise, A.B., Accordini, M.P., Robert, S.B. (2008). Psychology in School, 37(6), 535- 545.
- Dibartolo, P.M., Li, C.Y., Frost, R.O. (2008). How do the dimensions of perfectionism relate to mental health? *Journal Cogn Ther Res*, 32, 401- 417.
- Dunkley, D.M., Zuroff, D.C., Balnkstein, K.R. (2006). Srecific Perfectionism component versus self- criticism in predicting maladjustment, *Personality and Individual Difference*, 4, 665 – 676.
- Egan, S. (2005). An investigation of positive and negative perfectionism, Unpublished masters thesis, Curtin University of technology human research Australiat.
- Flett, G. L., Blankestein, K., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality*, 20, 85 – 94
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Kolden, S. (1991). Dimentions of perceptionism and irrational thinking. *Journal of rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 9, 185-201.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Davis, R. A., & Sherry, S. B. (2004). Description and counseling of the perfectionist procrastinator.
- Flett, G.L., & Hewitt, P.L. (2006). Positive and negative perfectionism in psychopathology: A comment on slade and owens dual process model, *Journal Behavior Modification*, 30, 472- 495.
- Flett, G.L., Teresa, P., Hewitt, P.L. (2011). Perfectionism, type A behavior and self- efficacay in depression and health symptoms among adolescents, *Journal Curr Psychol*, 30, 105- 116.
- Freudenberg, H.J. (1975). The staff burnout syndrome in alternative institutions, *Journal Psycho Therapy: Theory, Research and practice*, 12(1), 73- 82.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, R., Marten, P.A., Lahart, C. and Rosenblate, R. (1990). The dimension if perfectionism, *journal Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Geranmayepour s, BesharatM.A (2010). Perfectionism and Mental Health. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5:643 -647.
- H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds). *Counseling the procrastinator in academic settings*. (pp. 181-194). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism, psychology, *Journal of Human Behavior*, 15, 27- 32.

- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Haycock, L. A. (1993). The cognitive mediation of procrastination: An investigation of the relationship between procrastination and self-efficacy beliefs. (doctoral dissertation University of Minnesota, 1993). *Dissertation Abstracts International*, 54, 2261.
- Hemilton, T.K., & Schweitzer, R.D. (2000). The cost of being perfect: perfectionism and suicide ideation in university students, *Journal Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 829- 835.
- 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.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and *Psychology*, 102, 58-65.
- Hewitt, P.L., Flett, G.l. (1991). Perfectionism in self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology, *Journal of Personality and social psychology*, 60, 456- 470.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- Howell, A. J., Watson, D. C., Powell, R. A., & Buro, K. (2006). Academic procrastination: the pattern and correlates of behavioural postponement. *Personality and Individual Differences*, 40, 1519-1530.
- Jacobson, B.N., & Viko, B. (2010). Effect of instruction in metacognitive selfassessment strategy on chemistry student's self- efficacy and achievement, *Academia Arena*, 2(11), 1-10.
- Jadidi, F. Mohammadkhani, Sh, Zahedi Tajrishi, K. (2011). Perfectionism and academic procrastination. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 534 – 537.
- Johnson, D. P., & Slaney, R. B. (1996). Perfectionism: Scale development and a study of perfectionistic clients in counseling. *Journal of College Student Development*, 37, 29-41.
- Johnson, D., & Slaney, R.B. (1996). Perfectionism: Scale Development and a study of Perfectionistic Clients in Counseling. *Journal of College Student Development*, 37, (1), 29-41.
- Kagan, M., Cakir, O. Ilhan, T. & Kandemir, M. (2010). the explanation of the academic procrastination behavior of university students with perfectionism obsessive – compulsive and five factor personality traits. *Procedia Social and Behavior Sciences*, 2, 2121 – 2125.
- Kobori, O., Yamagata, S., & Kijima, N. (2005). The relationship of temperament to multidimensional perfectionism trait, *Journal Personality and Individual Differences*, 38(1), 203- 211.
- Lankstein, K.R., & Winkworth, G.R. (2004). Dimensions of perfectionism and levels of attributions for grade: relations with Aysphoria and a cademic performans, *Journal of Rational- Emotion and Cognitive- Behavior Therapy*, 22(4), 271- 299.
- Lee, R & Ashforth, B. (1996). A meta-analytic examination of the correlates of the three dimension of job burnout, *Journal of Applied Psychology*, 81,123-133.
- Maslach, C., & Jackson, S.E. (1984). Burnout in organizational setting, *Applied Social Psychology Annual*, 5, 133-153.

- Maslach, C., Schaufeli, W. B & Leiter, M. (2001). Job burnout, Annual Review of psychology, 52, 397-422.
- McKean, K.J. (1994). Using multiple risk factors to assess the behavioral, cognitive, and affective effects of learned helplessness. The Journal of Psychology, 128, (2), 177-183.
- Mobley, M., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2005). Cultural validity of the Almost Perfect Scale-Revised for African American college students. Journal of Counseling Psychology, 52(4), 629-639.
- Mohammadi, S. (2011). Relationship between personality factors and job satisfaction among highschool teachers. *International Journal of Psychology*, 5(2), 1-14.
- Neumeister, K.L.S. (2002). Perfectionism in gifted college student family in fluencies and implication for achievement, dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctoral of philosophy in psychology, university of atens.
- Parker, W. D., & Adkins, K. K. (1995). The incidence of perfectionism in honors and regular college students. Journal of Secondary Gifted Education, 6, 303-309.
- Parker, W.D. (2000). Healthy perfectionism in the gifted, Journal of Secondary Gifted Education, 34, 173- 182.
- Pintrich, P.R., De Groot, E. (1990) .Motivational and self-regulated components of classroom academic performance. J Educ Psychol, 82, 33-40.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and selfregulated learning in collegde students. Educational Psychology Review, 16, 385-407.
- Powell, T.J., & Enright, S.T. (1990). Anxiety and Stress Mnangment. New York.
- Ram, A. (2005). The Relationship of positive and negative perfectionism to academic achievement, achievement motivation, and well-being in tertiary student. University of Canterbury, a thesis of master art of in psychology.
- Rice KG, Dellwo JP. (2002). Perfectionism and Self- development: Implication for college adjustment, JournalCounsel Dev, 82(2), 188-197.
- Rice, K. G., & Castor, J. R. (2003). Meaning of perfectionism. Journal of cognitive psychotherapy, 17, 39.
- Rice, K., Ashby, J., & Slaney, R. (1998). Self – esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis, Gournal of Counseling Psychology, 45, 303.
- Rosser, S., Issakidis, C., Peters, L. (2003). Perfectionism and social phobia: Relationship between the constructs and impact on cognitive behavior therapy, journal Cognitive Therapy and Research, 27(2), 143- 151.
- Salmela- Aro, K., Naatanen, P. (2005). Nuorten kouluuupumus- menetelma, Adolescents school burnout method, Helsinki, Finland, Edita.
- Salmela- Aro, K., Savolainen, H., & Holopainen, L. (2008). Depressive symptoms and school burnout during adolescence, Journal of Yoyth and Adolescence, 6, 34-45.
- Sand, G., & Miyazaki, A.D. (2000). The impact of Social support on salesperson burnout components, Psychology and Marketing, 17, 13-26.
- Sandoval, J, (1993). Personality and burnout among school Psychologists, Psychology in the schools, 30, 321-326.
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment, Clinical Psychology Review, 21, 879- 906.

- Stoeber, J., Otto, K. S, Pescheck, E., A.L. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes, *Journal Personality and Individual Differences*, 42, 959- 969.
- Thompsom, T., Davis, H., Davidson, J. (1998). Attribution and affective responses of imposters to academic success and failure outcomes, *Journal Personality and Individual Differences*, 25, 381- 396.
- Toppinen-Tanner, S., Ojaarvi, A., Vaananen, A., Kalimo, R., Jappinen, P. (2005). Burnout as a predictor of medically certified sickleave absences and their diagnosed causes, *Behavioral Medicine*, 31, 18-27.
- Vincent, N.K., & Walker, J.R. (2000). Perfectionism and chronic in somnia, *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 349- 354.
- Wintre, M. G., & Bowers, C. D. (2007). Predictors of persistence to graduation: Extending a model and data on the transition to university model. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 39(3), 220-234.
- World Health Organization (2001). Mental Health: New understing, new Hope. The World health report. Geneva, World HEALTH Organization.
- World Health Organization. (2004). Mental Health: Concepts, Emerging evidence, practice. Summary Report A Report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in Collaboration with The Victorian Health promotion Foundation and TheUniversity of Melbourneg Geneva.
- Zhang, X., Klassen, RM., Wang, Y. (2013). Academic Burnout and motivation of chinese secondary students. *Int J Soc Sci Humanity*, 3(2), 134-7.

Investigate the relationship between perfectionism and academic motivation with academic burnout in university student.

Abstract

The main aim of this study was to investigate the relationship between perfectionism and academic motivation with academic burnout in university students in Azad University of Mahabad. Consisted of students of Azad University of Mahabad in the academic year of 2016- 2017 was about 5,000. ($N=5000$). The statistical samples of the study included 400 male and female students with different educational levels from among the statistical population, which was based on the Morgan Table, recommendation is 357 samples, but for sampling reliability, 400 samples were selected using multistage cluster sampling method. Date was collected by Terry- short's perfectionism questionnaire, et al. Academic Motivation Scale of Harter and Educational Burnout Questionnaire of Breso et al. For data analysis, Pearson correlation coefficient test was used. The results of the study showed that there is a meaningful relationship between perfectionism and academic burnout. Increasing positive perfectionism caused decreasing in academic burnout and visa versa. In addition, increased negative perfectionism caused increasing academic burnout and visa versa. On the other hand the study indicated meaningful relationship between academic motivation and burnout. That is, by increasing interval academic motivation, academic burnout decreased and increasing externally academic motivation increased academic burnout. Therefore to determine variable effects, positive and negative perfectionism and external and internal academic motivation are as a predictor variable but academic burnout considered as a scale variable. According to the results of the multi dimensional Recreation, F is meaningful and by considering "B" all variables can predict changes in academic burnout in meaningful level. Based on the findings of this study, it can be concluded that there is a meaningful relationship between perfectionism and academic motivation with academic burnout, Based on to the results obtained, consider the two variables of perfectionism and academic motivation.

Keywords: academic burnout, perfectionism, academic motivation.