

عنوان مقاله:

کمال گرایی، سبک های مقابله ای و پریشانی روانشناختی در دانشجویان

محل انتشار:

هفتمین کنگره انجمن روانشناسی ایران (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

سیده منصوره حکاک - دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

علیرضا کاکاوند - گروه روان شناسی، دانشگاه بین المللی امام خمینی، قزوین، ایران

خلاصه مقاله:

یکی از متغیرهای مرتبط با پریشانی روانشناختی (اضطراب، افسردگی و استرس)، کمال گرایی و سبک های مقابله ای است. از آنجا که تفاوت رابطه کمال گرایی و پریشانی روانشناختی در جوامع فردگرا و جمع گرا هنوز آشکار نیست، هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال گرایی مثبت و منفی و سبک های مقابله ای با پریشانی روانشناختی بود. در یک مطالعه از نوع همبستگی 150 شرکت کننده به روش نمونه گیری خوشه ای از میان دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه بین المللی امام خمینی بود که انتخاب شدند و به پرسشنامه های کمال گرایی مثبت و منفی تری شورت و همکاران، سبک های مقابله ای لازاروس و فولکمن و پریشانی روان شناختی لاوبوند و لاوبوند پاسخ دادند. یافته های تحلیل شده توسط ویژگی فرهنگی فردگرایی و جمع گرایی جامعه ایرانی نشان دادند که فرضیه های پژوهش تایید شدند و میان کمال گرایی منفی و پریشانی روانشناختی همبستگی مثبت معنی دار اما کمال گرایی مثبت با افسردگی همبستگی منفی داشت و با توجه به تحلیل رگرسیون، کمال گرایی منفی می توانست افسردگی را پیش بینی کند. از طرف دیگر استفاده از سبک گریز- اجتناب توانایی پیش بینی استرس و افسردگی را داشت. نتایج حاکی از آن است که منظور کمک به بهبود پریشانی روانشناختی کمال گرایان منفی علاوه بر تغییر معیارهای سختگیرانه و غیرقابل انعطاف می بایست آنها را به عدم اجتناب از موقعیت و استفاده از راهبردهای سالم مقابله با استرس هدایت کرد.

کلمات کلیدی:

پریشانی روانشناختی؛ سبک های مقابله ای؛ کمال گرایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/982094>

