

## Relationship of self-oriented and society-oriented perfectionism with academic burn-out regarding mediating role of the internal and external motivation

Golestani, H., Aminbeidokhti, \*A.A., Jafari, S.

## رابطه کمال‌گرایی خودگرا و جامعه‌مدار با فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای انگیزش درونی و بیرونی

حسن گلستانی<sup>۱</sup>، علی‌اکبر امین‌بیدختی<sup>۲</sup>، سکینه جعفری<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۵/۱۲/۱۵ تاریخ پذیرش: ۹۶/۰۶/۱۳

### Abstract

**Introduction:** The goal of this study was to investigate the mediating role of internal and external motivation in the relationship between self-oriented perfectionism, as well as, society-oriented perfectionism with academic burn-out in students of the Farhangian University in Semnan city.

**Method:** regarding the purpose of the study this is an applied research, while in data gathering view could be considered as a descriptive-correlative. Statistical population includes all the students of Farhangian University in 1394-95 academic year. Study sample were included 240 students (144 male and 96 female) who were selected by a stratified randomized sampling method. All participants completed scales of perfectionism, academic motivation and academic burn-out and the dataset was analyzed with a Pearson's correlation and a path analysis statistical model.

**Results:** Study results were indicated a significant negative correlation effect for self-oriented perfectionism and academic burn-out in the students. Self-oriented perfectionism indirectly and with mediation of internal academic motivation was negatively related to academic burn-out in students. A significant negative effect was evident for society-oriented perfectionism relating to students' academic burn-out as well, whereas no significant effect was found for society-oriented perfectionism with external motivation mediation.

**Conclusion:** It could be concluded that personality factors such as self-perfectionism and internal educational motivation considerably affect academic burn-out among university students.

**Keywords:** perfectionism, academic motivation, academic burn out, students.

### چکیده

**مقدمه:** هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش واسطه‌ای انگیزش درونی و بیرونی دانشجویان در رابطه میان کمال‌گرایی خودگرا و جامعه‌مدار با فرسودگی تحصیلی در دانشگاه فرهنگیان سمنان بود.

**روش:** پژوهش حاضر با توجه به هدف کاربردی و با توجه به نحوه گردآوری داده‌ها از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه فرهنگیان سمنان در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بود. شرکت‌کنندگان ۲۴۰ نفر از دانشجویان (۱۴۴ مرد و ۹۶ زن) بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای نسبی انتخاب شدند. همه آزمودنیها مقیاس‌های کمال‌گرایی، انگیزش تحصیلی و فرسودگی تحصیلی را تکمیل کردند و داده‌ها با روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و مدل تحلیل مسیر تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی خودگرا رابطه منفی و معناداری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دارد. کمال‌گرایی خودگرا به‌طور غیرمستقیم با میانجی‌گری انگیزش تحصیلی درونی نیز با فرسودگی تحصیلی دانشجویان رابطه منفی نشان داد. همچنین کمال‌گرایی جامعه‌مدار رابطه منفی و معناداری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان داشت، اما اثر معناداری برای کمال‌گرایی جامعه‌مدار در ارتباط با فرسودگی تحصیلی با نقش واسطه‌ای انگیزش بیرونی بدست نیامد.

**نتیجه‌گیری:** می‌توان نتیجه گرفت که عوامل شخصیتی مانند کمال‌گرایی خودگرا و انگیزش تحصیلی درونی تا حد زیادی می‌توانند فرسودگی تحصیلی را در دانشجویان دانشگاه تحت تأثیر قرار دهند.

**واژه‌های کلیدی:** کمال‌گرایی، انگیزش تحصیلی، فرسودگی تحصیلی، دانشجویان.

## مقدمه

شتاب روزافزون تحول علوم در زمینه‌های گوناگون و گسترش اطلاعات و ارتباطات، ضرورت پرورش نیروی انسانی کارآمد و بالانگیزه را که بتواند همپای این تحولات حرکت نماید، می‌طلبد. با توجه به نقش و اهمیت تحصیل در زندگی نوجوانان و جوانان شناسایی ویژگی‌های شخصیتی، تحصیلی، اجتماعی و انگیزشی این گروه از افراد برای پرورش و ارتقای افکار ضروری به نظر می‌رسد (۱). دانشجویان از یک سو تحت فشار زیاد انتظارات فرهنگی ناشی از موفقیت‌های بالای تحصیلی بوده و از سویی دیگر دغدغه‌های شغلی پیش رو را تحمل می‌کنند. همچنین چنانچه از سایر دانشجویان برتر باشند می‌توانند آینده موفق و موقعیت اجتماعی بالاتری داشته باشند (۲). این عوامل پرورش رقابت، باعث می‌شوند که دانشجویان فشار روانی شدیدی را تجربه نمایند. این جای تعجب نیست که استرس تحصیلی یکی از شدیدترین عوامل فشارآور برای دانشجویان است (۳). در نتیجه این دانشجویان ممکن است علائمی از فرسودگی تحصیلی را تجربه نمایند.

فرسودگی را می‌توان حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی که حاصل سندرم فشار روانی مزمن مانند گرانباری نقش، فشار، محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محوله است تعریف نمود (۴، ۵). از سوی دیگر، یک حالت منفی خستگی فیزیکی، هیجانی و ذهنی است که با حس عمیق شکست از کار همراه شده است (۶). فرسودگی تحصیلی، شامل خستگی عاطفی، بدبینی به تحصیل و دانشگاه و بی‌کفایتی تحصیلی است که دانشجویان در زمینه‌های تحصیلی، بر اثر عوامل مختلف تجربه می‌کنند (۷-۱۰). فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان شامل سه بعد، احساس خستگی به دلیل تقاضای زیاد در محیط (خستگی)، داشتن یک نگرش بدبینانه نسبت به تحصیل و دانشگاه (بی‌علاقگی و بدبینی) و احساس بی‌کفایتی به عنوان یک دانشجو (کارآمدی پایین) می‌باشد که می‌تواند باعث تأثیر منفی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان گردد (۱۱-۱۴).

در همین راستا به اعتقاد برخی پژوهشگران مطالعات در حوزه فرسودگی تحصیلی بسیار کاربردی است زیرا می‌تواند کلیدی باشد برای فهم موارد چون درک عملکرد ضعیف

دانشجویان، درک چگونگی رابطه آن‌ها با دانشگاه خود به‌ویژه تعهد به آن و درک میزان شور و اشتیاق آن‌ها به تحصیل (۱۵، ۱۶)، همچنین پژوهشگران معتقدند که فرسودگی تحصیلی در دانشجویان، بنا به دلایل ذیل، یکی از عرصه‌های مهم تحقیقاتی دانشگاه است. دلیل اول این است که فرسودگی تحصیلی می‌تواند کلید مهم درک رفتارهای مختلف دانشجویان، مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد. دلیل دوم این است که فرسودگی تحصیلی رابطه دانشجویان را با دانشکده و دانشگاه خود، تحت تأثیر قرار می‌دهد. سوم اینکه، فرسودگی تحصیلی می‌تواند شوق و اشتیاق دانشجویان را به ادامه تحصیل، تحت تأثیر قرار دهد؛ بنابراین کنترل فرسودگی تحصیلی دانشجویان، در جهت بهبود پیشرفت تحصیلی و انگیزش یادگیری آن‌ها، امری ضروری است (۱۷). از سویی دیگر در بعضی از تحقیقات، شواهدی دیده می‌شود که انگیزش تحصیلی، فرسودگی تحصیلی دانشجویان را به صورت مستقیم و غیرمستقیم (واسطه‌ای) تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۸-۲۱) امروزه ایجاد انگیزش در دانشجویان به‌عنوان عامل ایجاد حرکت و جهت دهنده به فعالیت‌های آنان، بیش از پیش مورد توجه مسئولان قرار گرفته است. واژه انگیزش به معنی کنش پنهان نیروی محرک داخلی در روان انسان برای فعالیت است (۲۲)، همچنین انگیزش، دلایل رفتار افراد را نشان می‌دهد و مشخص می‌کند که چرا آن‌ها به روشی خاص عمل می‌کنند. لذا، رفتار دارای انگیزه، رفتاری باانرژی، جهت‌دار و دنباله‌دار است (۲۳).

برخی از پژوهشگران معتقدند که فرایند انگیزش دارای دو سازه مهم یعنی انگیزش درونی (بدین معنا که فرد فعالیتی را به خاطر رضایت، خشنودی، علاقه، پاداش، لذت درونی و ذاتی انجام می‌دهد و فقط نفس عمل مهم است و دربردارنده بیشترین سطح خودمختاری است) و انگیزش بیرونی (رفتاری که به‌منظور کسب پیامدهای مثبت یا اجتناب از پیامدهای منفی تنظیم می‌شود و شامل سه نوع تنظیم همانندسازی شده، تنظیم بیرونی و تنظیم تزیینی است) می‌باشد (۲۴، ۲۵). انگیزش مهم‌ترین شرط یادگیری است. یکی از ابعاد انگیزش، انگیزش تحصیلی است. انگیزش تحصیلی به‌صورت کلی به انگیزه‌ها،

می‌کند (۳۵-۳۷). در سال‌های اخیر کمال‌گرایی در حیطه پیشینه پژوهش توانسته است علاقه روزافزون محققان را به خود جلب کند (۳۸). نتایج تحقیقات در این زمینه بیانگر این است که کمال‌گرایی با فشار روانی، انگیزش و فرسودگی مرتبط است که در برخی از پژوهش‌ها انگیزش نقش واسطه را در ارتباط بین کمال‌گرایی با سایر متغیرها داشته است. همچنین نتایج نشان می‌دهد که کمال‌گرایی نقش مهمی در ایجاد فشار روانی و فرسودگی تحصیلی و بالطبع عملکرد ضعیف دانشجویان و محقق نشدن اهداف آموزشی ایفا می‌کند (۳۹-۴۲).

با توجه به آنچه گذشت و پیامدهای منفی و آسیب‌هایی که فرسودگی تحصیلی در فرآیند تحصیل و زندگی روزمره دانشجویان ایجاد می‌کند، شناخت علل و عوامل ایجادکننده و تأثیرگذار بر فرسودگی به‌منظور پیشگیری و مقابله با پیامدهای آن امری ضروری و مهم قلمداد می‌شود.

از سوی دیگر برخی از پژوهشگران نیز معتقدند با توجه به این‌که، فرسودگی تحصیلی همواره مورد توجه و عنایت خاص نظام‌های آموزشی قرار داشته، لذا تحقیقات زیادی در مورد آن انجام‌نشده است و با وجود اینکه، در این زمینه محققان در پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که دانشجویان، دارای سطح متوسط به بالای فرسودگی هستند (۴۳، ۴۴)، کمبود پژوهش در این زمینه را ضروری می‌سازد. بر این اساس هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه کمال-گرایی خودگرا و جامعه‌مدار با فرسودگی تحصیلی دانشجویان با توجه به نقش میانجی انگیزش درونی و بیرونی است. با توجه به پیشینه نظری بیان‌شده و هدف پژوهش مبنی بر مطالعه اثر کمال‌گرایی بر فرسودگی تحصیلی با نقش میانجی انگیزش درونی و بیرونی در شکل ۱ مدل مفهومی رابطه بین متغیرهای پژوهش ارائه می‌شود.

### روش

**طرح پژوهش:** مطالعه حاضر از نظر هدف کاربردی و با توجه به نحوه گردآوری داده‌ها از نوع تحقیقات توصیفی همبستگی بود.

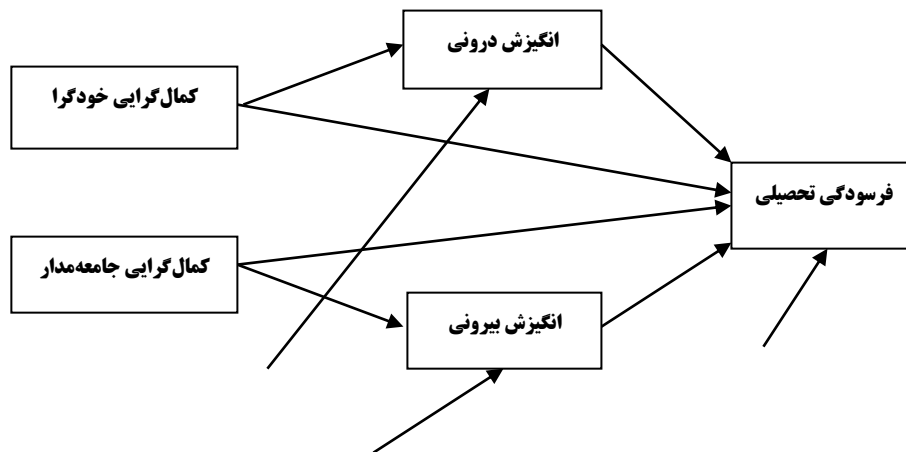
**آزمودنی‌ها:** جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه فرهنگیان سمنان (۸۶۱ نفر) در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بوده است. با توجه به مسیرهای فرض

نیازها و عواملی گفته می‌شود که باعث حضور یک فرد در محیط‌های آموزشی و کسب یک مدرک تحصیلی می‌گردد (۲۶).

نتایج پژوهش‌ها در این زمینه بیانگر این است که انگیزه تحصیلی دانشجویان از جمله عوامل مهم و تعیین‌کننده موفقیت در نظام‌های آموزشی است (۲۷، ۲۸)، به‌طوری‌که فراگیران با انگیزه درونی بالا، فرسودگی تحصیلی کمتری و به‌تبع عملکرد مطلوب‌تری خواهند داشت (۲۹). از سوی پژوهش‌هایی نیز جستجوهای را برای شناسایی عوامل شخصیتی پیش‌بینی‌کننده فشار روانی و فرسودگی آغاز کرده‌اند (۳۰). یکی از سازه‌ها و عوامل شخصیتی که به درجات متفاوت در افراد وجود دارد و می‌تواند در نوع و میزان پیشرفت و موفقیت افراد تأثیرگذار باشد، کمال‌گرایی است. اصولاً گرایش به کمال و کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است که در نهاد همه انسان‌ها وجود دارد که می‌تواند هم جنبه سازنده و مفید داشته باشد و هم جنبه منفی و مخرب به خود بگیرد.

کمال‌گرایی برآورده ساختن انتظارات خود و دیگران است با کیفیتی برتر و بهتر از آنچه موقعیت اقتضا می‌کند. کمال‌گرایی به‌صورت گرایش به سمت عملکرد بی‌نقص، تعیین اهداف در سطح بالا و ارزیابی سخت‌گیرانه نسبت به خود شناخته می‌شود (۳۱، ۳۲). در تعاریف بالینی، کمال-گرایی را به‌عنوان گرایش افراطی فرد در توجه به شکست‌ها و خود انتقادگری بیش‌ازحد در نتیجه انتظارات غیرمعقول و توجه ناکارآمد نسبت به عملکرد تعریف می‌کنند (۳۳).

پژوهشگران معتقدند: کمال‌گرایی دارای دو بعد کمال‌گرایی خود گرا (شامل تمایل به انجام رفتارهای کمال‌گرایانه مطابق با استانداردهای بالای وضع‌شده توسط خود فرد، همراه با ارزیابی افراطی، انتقادگری و خود سرزنشگری بیش‌ازحد می‌باشد) و کمال‌گرایی جامعه‌مدار (شامل تلاش برای رسیدن به استانداردها و انتظارات تجویز شده از جانب دیگران برای معنی بخشیدن به خود، همراه با ترس از ارزیابی و تلاش بیمارگونه برای کامل بودن می‌باشد) است (۳۴). بعد کمال‌گرای خود گرا جنبه‌ای از کمال‌گرایی است که می‌تواند پیامدهای سازگارانه و مثبت‌تری به همراه داشته باشد. این نوع کمال‌گرایی با انگیزش پیشرفت رابطه مثبت دارد و پیشرفت تحصیلی را در فراگیران پیش‌بینی



شکل (۱) مدل مفهومی اثر کمال‌گرایی بر فرسودگی تحصیلی با نقش واسطه‌ای انگیزش تحصیلی (پیکان‌های پایین مدل اشاره به اثرات باقیمانده دارند)

۲- پرسشنامه انگیزش تحصیلی: به منظور اندازه‌گیری انگیزش تحصیلی از پرسشنامه انگیزش تحصیلی (AMS)<sup>۲</sup> (۴۶) استفاده شده است که مشتمل بر ۲۸ گویه می‌باشد و به صورت طیف لیکرت پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) درجه‌بندی شده است. پرسشنامه انگیزش تحصیلی شامل زیر مقیاس‌های انگیزه درونی و انگیزه بیرونی می‌باشد. اعتبار ابعاد این مقیاس توسط ویسانی، لوسانی و اژه‌ای (۴۷) به روش آلفای کرونباخ به ترتیب انگیزه درونی (۰/۸۴) و انگیزه بیرونی (۰/۸۶) گزارش شده است. در این پژوهش از مقیاس انگیزش تحصیلی با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰، ۰/۸۷ به ترتیب برای زیر مقیاس‌های انگیزش درونی و انگیزش بیرونی استفاده شده است. دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل ۰/۸۰-۰/۴۵ برای انگیزش درونی و دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل از ۰/۴۸ تا ۰/۸۲ برای انگیزش بیرونی به دست آمد.

۳- پرسشنامه فرسودگی تحصیلی: در این پژوهش با توجه به هدف پژوهش از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران (۴۸) استفاده شده است. این مقیاس مشتمل بر ۱۵ گویه می‌باشد که به صورت طیف لیکرت پنج گزینه‌ای از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) درجه‌بندی شده است. نعامی پایایی این ۰/۷۵ محاسبه کرده است. در این پژوهش از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ استفاده شده است. دامنه همبستگی گویه‌های

شده تعداد ۱۴ پارامتر (۶ پارامتر در ماتریس گاما، ۲ پارامتر در ماتریس بتا، ۳ پارامتر در ماتریس فای و ۳ پارامتر در ماتریس سای) باید برآورد شود. به این ترتیب، حجم نمونه باید حداقل ۵ تا ۵۰ برابر پارامترها موردنظر باشد (مولر، ۱۹۹۶). بر این اساس، نمونه‌ای به حجم ۲۴۰ نفر در نظر گرفته شد که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای نسبی بر حسب جنسیت انتخاب شدند. از این تعداد شرکت کنندگان در پژوهش ۹۶ نفر معادل با (۴۰٪) دانشجوی زن و ۱۴۴ نفر معادل با (۶۰٪) دانشجوی مرد بودند.

## ابزار

۱- پرسشنامه کمال‌گرایی: به منظور اندازه‌گیری کمال‌گرایی دانشجویان از پرسشنامه چندبعدی کمال‌گرایی (MPS)<sup>۱</sup> استفاده شده است که مشتمل بر ۳۰ گویه می‌باشد و به صورت طیف لیکرت پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) درجه‌بندی شده است. این پرسشنامه در ایران توسط بشارت (۴۵) روی نمونه ایرانی هنجاریابی و اعتبار یابی شده است. اعتبار یابی مقدماتی فرم ایرانی این مقیاس روی یک نمونه ۱۸۰ نفری از دانشجویان دانشکده‌های مختلف دانشگاه تهران، آلفای کرونباخ به دست آمده برای کمال‌گرایی خویشتن مدار ۰/۹۰ و برای کمال‌گرایی جامعه مدار ۰/۷۸ گزارش شده است. در این پژوهش از پرسشنامه کمال‌گرایی با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ برای هر دو زیر مقیاس‌های کمال‌گرایی خودگرا و کمال‌گرایی جامعه مدار استفاده شده است. دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل از ۰/۴۵ تا ۰/۸۰ به دست آمد.

1- Multiple Perfectionism Scale  
2- Academic Motivation Scale

فرسودگی تحصیلی با نمره کل از ۰/۶۸ تا ۰/۸۴ به دست آمد.

**روند اجرای پژوهش:** جهت اجرای پژوهش، ابتدا به دانشگاه فرهنگیان سمنان مراجعه شد و از مسئولان دانشگاه خواسته شد لیست تعداد دانشجویان دختر و پسر دانشگاه (واحد الزهرا و رجایی) را در اختیار پژوهش‌گر قرار دهند. در مرحله بعد هماهنگی‌های لازم با معاونت آموزشی دانشگاه انجام شد. سپس پژوهشگر با هماهنگی قبلی با مسئولان واحد الزهرا و رجایی و گرفتن مجوز از واحد حراست در دانشگاه حاضر شد و با توضیح فرایند پژوهش و جلب رضایت آگاهانه آزمودنی‌ها ابزارهای پژوهش در بین دانشجویان توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری شدند.

روش تحلیل داده‌ها: برای تحلیل داده‌ها از بسته‌بندی آماری برای تحلیل داده‌های علوم اجتماعی نسخه ۱۹ و نرم‌افزار روابط خطی ساختاری نسخه ۸.5 استفاده شد. شاخص‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی محاسبه شد. روابط فرضی ساختاری با مدل تحلیل مسیر آزمون شد؛ و شاخص‌های برازندگی مدل نهایی گزارش شد.

#### یافته‌ها

آماره‌های توصیفی در جدول (۱) آمده است. در دانشگاه مورد مطالعه میانگین فرسودگی تحصیلی ( $M=3/67$ ) در یک بازه ۵ درجه‌ای نشان می‌دهد که دانشجویان میزان فرسودگی تحصیلی خود را در سطح متوسط ارزیابی کرده‌اند. الگوی مشابهی در مورد انگیزش بیرونی مشاهده می‌شود. میانگین ابعاد کمال‌گرایی در ابعاد کمال‌گرایی خودگرا و کمال‌گرایی جامعه‌مدار نشان می‌دهد که به‌طور متوسط کمال‌گرایی خودگرا در مقایسه با کمال‌گرایی جامعه‌مدار بیشتر وجود دارد. فرسودگی تحصیلی با کمال‌گرایی خودگرا، کمال‌گرایی جامعه‌مدار، انگیزه تحصیلی درونی و بیرونی رابطه منفی و معنادار دارد. شدت رابطه فرسودگی تحصیلی با انگیزش بیرونی در حد متوسط ولی بیشتر از سایر متغیرها است ( $r=-0/63, p<0/05$ ). کمال‌گرایی خودگرا بیشترین رابطه را با انگیزش تحصیلی درونی دارد. کمال‌گرایی جامعه‌مدار بیشتر با انگیزش تحصیلی بیرونی مرتبط است تا با انگیزش تحصیلی درونی.

برای آزمون مدل فرضی این مطالعه الگوی روابط همبستگی بین متغیرها در نظر گرفته شد. نخست کشیدگی و چولگی بررسی شد. مقدار کشیدگی فرسودگی تحصیلی (۰/۵۱۲) و مقدار چولگی (۰/۳۹۶)؛ مقدار کشیدگی انگیزش درونی (۰/۷۲۸-) و مقدار چولگی (۰/۱۵۶-)؛ مقدار کشیدگی انگیزش بیرونی (۰/۲۱۶) و مقدار چولگی (۰/۷۱۴-)؛ مقدار کشیدگی کمال‌گرایی خودگرا (۰/۱۳۸-) و مقدار چولگی (۰/۵۲۷-) و مقدار کشیدگی کمال‌گرایی جامعه‌مدار (۰/۱۲۱-) و مقدار چولگی (۰/۶۶۳-) است و در بازه (۲، ۲-) قرار دارد. این نشان می‌دهد توزیع متغیرها از کشیدگی و چولگی نرمال برخوردار است. به این ترتیب، شاخص‌های برازش مدل فرضی بررسی شد. با توجه به محاسبه انجام شده تعداد پارامترهای قابل برآورد در مدل بیشتر از تعداد واریانس - کوواریانس‌های مشاهده شده است ( $p > c$ )، بنابراین مدل فرضی یک مدل فراسناسا است. از این رو برای بررسی برازندگی مدل فرضی ضرایب مسیر و معناداری آن‌ها بررسی شد. یافته‌ها نشان می‌دهد اثر مستقیم انگیزه تحصیلی بیرونی بر فرسودگی تحصیلی معنادار نبود ( $\beta_{22} = 0.02, p > .05$ ). نتایج به‌دست‌آمده حاکی از آن است که گرچه در مدل فرضی اولیه، فرض بر این بود که انگیزش بیرونی بر فرسودگی تحصیلی اثر مستقیم دارد، اما احتمالاً چنین فرضی در بین دانشجویان دانشگاه فرهنگیان فرض متناسبی نیست. به این ترتیب، مسیر مستقیم انگیزش بیرونی بر فرسودگی تحصیلی حذف شد.<sup>۱</sup>

در نهایت، به منظور اصلاح مدل، مسیرهای غیر معنادار از مدل حذف شدند و برازندگی داده - مدل بررسی شد. مدل اصلاح شده نهایی در شکل ۲ گزارش شده است. در مدل نهایی کمال‌گرایی خودگرا بر فرسودگی تحصیلی اثر منفی و مستقیم دارد ( $\beta = -0.27, p < .05, t = -3.90$ )، همچنین کمال‌گرایی خودگرا بر فرسودگی تحصیلی با میانجی‌گری انگیزش تحصیلی درونی اثر منفی و غیرمستقیم دارد ( $\beta = -0.12, p < .05, t = -4.87$ ). یافته دیگر آن است که کمال‌گرایی جامعه‌مدار بر فرسودگی تحصیلی اثر منفی و مستقیم دارد ( $\beta = -0.17, p < .05, t = -3.36$ )، اما با

1- Linear Structural Relations (LISREL V8.5)

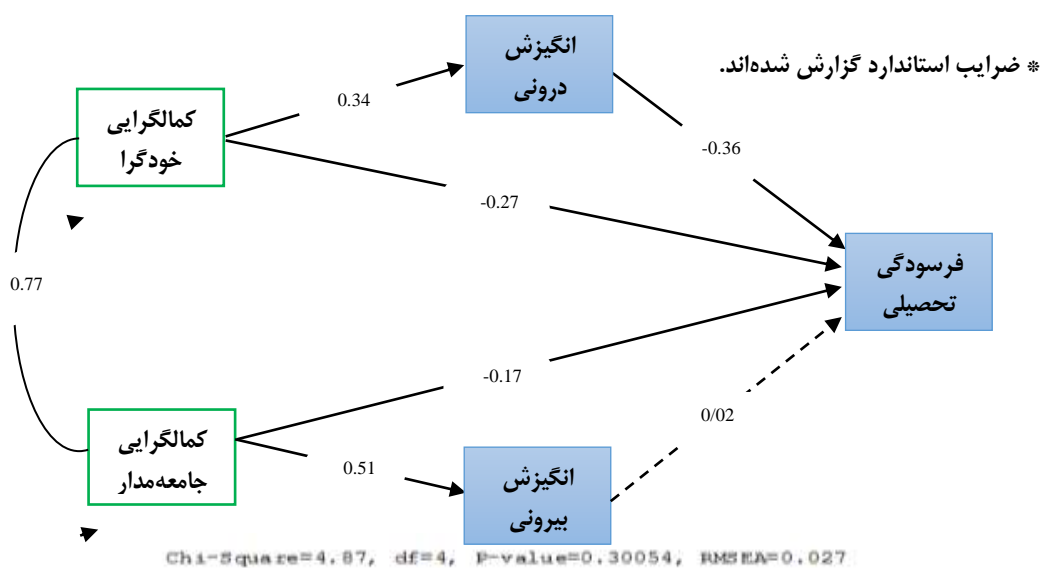
2- Over-identification

میانجی‌گری انگیزش تحصیلی بیرونی اثر غیرمستقیمی بر فرسودگی تحصیلی ایفا نمی‌کند  
 بررسی جدول ۲ شاخص‌های برازش مدل حاکی از آن است که مدل نهایی، برازش نسبتاً مطلوبی با داده‌ها دارد.  
 $(\beta = 0.02, p > .05, t = 0.24)$

جدول (۱) میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرها

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴
۱. کمال‌گرایی خودگرا	۳/۲۲	۰/۸۲	-			
۲. کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۳/۱۸	۰/۸۲	۰/۷۶**	-		
۳. انگیزه تحصیلی درونی	۳/۳۶	۰/۸۸	۰/۶۴**	۰/۶۳**	-	
۴. انگیزه تحصیلی بیرونی	۳/۴۵	۰/۸۲	۰/۵۸**	۰/۶۶**	۰/۸۱**	-
۵. فرسودگی تحصیلی	۳/۶۷	۰/۸۱	-۰/۶۲**	-۰/۵۹**	-۰/۶۳**	-۰/۵۴**

\*\* $P < 0.001$  \* $P < 0.05$



شکل ۲) مدل نهایی اثر کمال‌گرایی خودگرا و جامعه‌مدار بر فرسودگی تحصیلی با نقش واسطه‌ای انگیزش تحصیلی درونی و بیرونی

جدول (۲) شاخص‌های برازندگی مدل نهایی اصلاح شده

شاخص	دامنه مورد قبول	مقدار	نتیجه
$X^2$	$P > 0.05$	۴/۸۷	تأیید
Df	-	۴	-
$X^2/df$	۳-۵	۱/۲۱	تأیید
RMSEA	$RMSEA < 0.05$	۰/۰۲۷	تأیید
GFI	$GFI > 0.90$	۰/۹۹	تأیید
AGFI	$GFI > 0.90$	۰/۹۸	تأیید
NFI	$NFI > 0.90$	۱	تأیید
CFI	$CFI > 0.90$	۱	تأیید
IFI	$IFI > 0.90$	۱	تأیید

جدول ۳) اثر مستقیم، غیرمستقیم و کل کمال‌گرایی خودگرا و جامعه‌مدار و انگیزش تحصیلی درونی و بیرونی بر فرسودگی تحصیلی

اثر	مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
برون‌زاد بر درون‌زاد	کمال‌گرایی خودگرا بر فرسودگی تحصیلی	-.۰/۲۷**	-.۰/۱۲**	-.۰/۳۹**
	کمال‌گرایی جامعه‌مدار بر فرسودگی تحصیلی	-.۰/۱۷**	-	-.۰/۱۷**
	کمال‌گرایی خودگرا بر انگیزش تحصیلی درونی	۰/۳۴**	-	۰/۳۴**
	کمال‌گرایی جامعه‌مدار بر انگیزش تحصیلی بیرونی	۰/۵۱**	-	۰/۵۱**
درون‌زاد بر درون‌زاد	انگیزش تحصیلی درونی بر فرسودگی تحصیلی	-.۰/۳۶**	-	-.۰/۳۶**
	انگیزش تحصیلی بیرونی بر فرسودگی تحصیلی	۰/۰۲	-	۰/۰۲

\*\*P<۰/۰۰۱

\*ضرایب متریک گزارش شده‌اند

کمال‌گرایانه خودگرا انعطاف‌پذیرند، قادرند محدودیت‌های شخصی که آن‌ها را از رسیدن به اهداف آرمانی بازمی‌دارد، بپذیرند و همچنین از تلاش‌های خود برای رسیدن به اهداف احساس رضایت می‌کنند، این ویژگی‌ها باعث می‌شود انگیزه درونی دانشجویان افزایش یابد. از طرفی دانشجویانی با انگیزه تحصیلی درونی بالا، برای کسب شایستگی و موفقیت احساس مسئولیت می‌کنند، پشتکار بالایی دارند و در صورت شکست تلاششان را دوچندان می‌کنند. چنین ویژگی‌هایی سبب می‌شود که این دانشجویان کمتر دچار فرسودگی تحصیلی شوند.

نتیجه دیگر پژوهش حاکی از آن بود که کمال‌گرایی جامعه‌مدار می‌تواند موجب کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان گردد. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های قبلی ژانگ و همکاران (۲۹)، کریمی و همکاران (۴۹) که بیان کرده‌اند بین کمال‌گرایی جامعه‌مدار و فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی منفی وجود دارد، همراستا می‌باشد. بر اساس یافته‌های یانگ<sup>۲</sup> (۱۴) ویژگی اصلی کمال‌گرایی جامعه‌مدار این است که فرد قبول دارد که دیگران استانداردهایی افراطی و غیر معقول برای او در نظر می‌گیرند که از نظر این افراد این معیارها و استانداردهایی که توسط دیگران القا می‌شود باید حتما رعایت و برآورده شوند. در اصل به اعتقاد این افراد فشارهای زیادی از سوی دیگران (خانواده و جامعه) به آنها برای کامل بودن وارد می‌شود و برای اینکه بتوانند تأیید دیگران را بدست آورند باید کامل و بی‌نقص باشند. همچنین پژوهشگران دیگری تأیید کرده‌اند که کمال‌گرایان جامعه‌محور به سازه‌های منفی وابسته بودند (۵۲-۵۴). با این وجود نتایج مطالعاتی که بین کمال‌گرایی مثبت و منفی تمایز قائل شده بودند نشان می‌داد که کمال‌گرایی منفی با عملکرد تحصیلی دانشجویان ارتباط منفی دارد (۵۵، ۵۶). بنابراین در تبیین

اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل در جدول شماره ۳ گزارش شده است.

### بحث

نخستین یافته پژوهش نشان می‌دهد که کمال‌گرایی خودگرا در دانشجویان می‌تواند موجب کاهش فرسودگی تحصیلی آنان شود. این نتایج با پژوهش‌های قبلی (۴۹، ۵۰) همراستا می‌باشد. نتایج پژوهش آن‌ها نشان داد که کمال‌گرایی در دانشجویانی که فرسودگی تحصیلی آنان پایین‌تر است، بیشتر از دانشجویانی است که فرسودگی تحصیلی آنان بالاتر است. کمال‌گرایی خودگرا یک مؤلفه‌ی انگیزشی می‌باشد که دارای دو نوع حرکت است که یک حرکت جهت دستیابی به کمال و حرکت دیگر جهت اجتناب از شکست می‌باشد، در حقیقت این مؤلفه با دو نوع مشخصه مثبت (تلاش، رقابت برای پیشرفت و خود شکوفایی) و مشخصه منفی (سرزنش‌گری، خود انتقاد گری، خود شیفتگی) در ارتباط است. در واقع این بعد از کمال‌گرایی درونی است و فرد در آن از درون و به صورت ذاتی انگیزه‌هایی قوی دارد تا بتواند کامل باشد و در میان افراد همسان خود حالتی برتر داشته باشد (۵۱). بر این اساس، دانشجویانی که دارای کمال‌گرایی خودگرا هستند، فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌کنند.

دومین یافته پژوهش نشان داد که انگیزش درونی نقش میانجی در رابطه با کمال‌گرایی خودگرا و فرسودگی تحصیلی دارد. به عبارت دیگر این بعد از کمال‌گرایی از طریق افزایش انگیزه درونی موجب کاهش فرسودگی می‌گردد. که نتایج این پژوهش با یافته‌های چانگ و همکاران (۱۸) همراستا می‌باشد. نتایج پژوهش آن‌ها نشان دهنده این بود که انگیزش درونی، تا اندازه‌ای در ارتباط بین کمال‌گرایی خودگرا و فرسودگی تحصیلی، دخالت ایجاد می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که دانشجویان دارای صفات

بنابراین با توجه به اینکه در نمونه مورد مطالعه آینده شغلی دانشجویان تأمین و حتی مدرک آن‌ها تا حد زیادی در دسترس و همچنین دغدغه برای شغل مورد نظر خود آماده می‌شدند، بی‌تأثیر بودن انگیزش بیرونی دانشجویان بر فرسودگی تحصیلی آن‌ها قابل تبیین است.

یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که انگیزش درونی می‌تواند فرسودگی تحصیلی را کاهش دهد. که با نتایج پژوهش‌های قبلی (۵۸-۶۰) که بیان کرده‌اند، بین انگیزش درونی و فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی منفی و معناداری وجود دارد، هم‌راستا می‌باشد. برخی پژوهشگران معتقدند که دانشجویان با انگیزه، نشاط و انرژی بیشتری را برای فراگیری داشته و از انعطاف‌پذیری بالاتری برخوردارند، همچنین توانایی زیادی برای سرمایه‌گذاری و تلاش در جهت یادگیری از خود نشان می‌دهند. این افراد برای مواجهه با چالش‌های پیش رو آماده‌اند و در نهایت، کمتر دچار استرس و فرسودگی خواهند شد (۶۱). به‌طور کلی از آنجا که، عوامل انگیزشی بر عملکرد و پیشرفت تحصیلی تأثیر می‌گذارد، در نتیجه فرسودگی تحصیلی را کاهش می‌دهد.

نخستین محدودیت پژوهش حاضر مربوط به طرح آن است. روابط علت و معلولی در پژوهش حاضر بر اساس تحلیل مسیر بوده و نتایج حاصل از آن خالص نیست و نباید با پژوهش‌های تجربی که خالص هستند اشتباه گرفته شود. یکی از محدودیت‌های دیگر این پژوهش ابزارهای اندازه‌گیری آن می‌باشد. ابزارهای اندازه‌گیری پرسش‌نامه‌ای دارای تعدادی محدودیت‌های ذاتی (خطاهای اندازه‌گیری، عدم خویشتن‌داری، پاسخ‌های قابل‌پذیرش اجتماعی و...) هستند. همچنین یکی دیگر از محدودیت‌ها، مربوط به جامعه پژوهش می‌باشد. دانشجویان دانشگاه فرهنگیان دغدغه شغل و فشار روانی ناشی از آن را ندارند که این می‌تواند در نتایج پژوهش تأثیرگذار باشد.

پژوهش حاضر با توجه به یافته‌های به دست آمده توصیه می‌کند، اساتید به‌منظور پیش‌گیری از فرسودگی تحصیلی، با فراهم آوردن شرایط لازم، سطح انگیزش درونی دانشجویان را بالا ببرند. بدین منظور اساتید باید تا جای ممکن در برنامه‌های کلاسی خود انعطاف‌پذیر باشند و از اعمال برنامه‌های خشک و غیرقابل تغییر اجتناب کنند، همچنین تکالیفی را به دانشجویان محول کنند که با موفقیت شخصی

این یافته می‌توان گفت که، دانشجویان نمونه پژوهش احتمالاً از کمال‌گرایی بهنجار برخوردارند که نه تنها مانعی برای پیشرفت تحصیلی و غلبه بر مشکلات و فشارهای تحصیلی در آنها نشده است بلکه موجب کاهش فرسودگی تحصیلی و دستیابی به موفقیت نیز در آنها شده است.

در تبیین دیگر این یافته می‌توان گفت که کمال‌گرایی بهنجار که سالم و سازش یافته است، جنبه‌هایی از کمال‌گرایی را در برمی‌گیرد که با تلاش‌های کمال‌گرایان مانند داشتن هدف‌های چالش‌انگیز و درعین حال منطقی، وضع معیارهای دقیق برای عملکرد و تلاش برای عالی بودن، در ارتباط هستند. کمال‌گرایی مثبت درعین حال که دانشجویان را به وضع معیارهای دقیق برای عملکرد و تلاش‌های کمال‌گرایانه وادار می‌سازد، به دلیل ویژگی‌های بهنجار و سازش یافته‌اش، دغدغه و نگرانی‌های عدم تحقق معیارهای بالا را کاهش می‌دهد (۵۷)؛ بنابراین، دانشجویانی که برای رسیدن به اهداف منطقی خود به شکل انعطاف‌پذیر کوشش می‌کنند و همواره توانایی‌ها و محدودیت‌های خود را در نظر می‌گیرند، فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌نمایند.

یافته دیگر پژوهش نشان می‌دهد که کمال‌گرایی جامعه محور زمانی که با انگیزش بیرونی همراه شود، فرسودگی تحصیلی را تحت تأثیر قرار نمی‌دهد. که نتیجه به دست آمده با یافته‌های چانگ و همکاران (۱۸) که به این نتیجه دست یافتند که انگیزش بیرونی، در ارتباط بین کمال‌گرایی جامعه محور و فرسودگی تحصیلی، دخالت دارد، همسو نمی‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان اذعان داشت دانشجویانی که دارای انگیزش بیرونی بالا هستند بیشتر اهدافشان معطوف به عوامل بیرونی از قبیل کسب نمره، تأیید استاد یا دوستان و یا حتی گریز از عواقب شکست، گرفتن مدرک و آماده شدن برای شغل آینده می‌باشد. حال در این میان برخی از این اهداف مانند کسب نمره و تأیید دیگران آنی و ساده هستند و زمانی که دانشجویان متوجه شوند چنین اهدافی در محیط‌های دانشگاهی ارزشمند نیست امکان دارد دچار فرسودگی شوند، البته برخی از این اهداف نیز بلندتر و شاید هم ارزشمندتر باشند مانند گرفتن مدرک و یافتن شغل که اگر امید به برآورده شدن آن‌ها زیاد باشد تا حد زیادی از فرسودگی دانشجویان جلوگیری می‌کند؛



13- Pilkauskaitė-Valickienė R ZR, & Raiziene S. The Role of Attachment to School and Open Classroom Climate for Discussion on Adolescents' School-Related Burnout. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2011; 15: 637-41.

14- Yang H. Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Programs in Taiwan's Technical-Vocational Colleges. *International Journal of Educational Development*. 2004; 24: 283-30

15- Marzooghi R HM, & Heidary E. The relationship between educational equity and academic burnout University of Social Welfare and rehabilitation. *The Journal of EDC*. 2013; 10(3): 210-6.

16- Neuman Y. Derrminants and Conse Quences of Student, Burnout in Universities. *The Gournal of Higher Education*. 1990; 61(1):3-20.

17- Capri B. Investigating University Students' Attitudes towards Physics Lesson, Their Self-Efficacy Beliefs and Burnout Levels for the Prediction of Their Academic Success in Physics Lessons. *Educational Research and Reviews* 2013; 10(8): 646-52

18- Chang E LA, Byeon E, & Min Lee S. . . Role of Motivation in the Relation between Perfectionism and Academic Burnout in Korean Students. *Personality and Individual Differences*. 2015; 82: 221-6.

19- DarbidI M HH, & Barzegar bafrooei K. . . Forecast academic burnout based on procrastination and motivation of students of Yazd University. Third National Conference on Psychology and Behavioral Sciences, Tehran Institute Narkysh notification.

20- Sharififard F AH, Nourozi K, Hosseini MA, & Taheri Kharameh Z. The relationship between motivation and academic burnout in nursing and paramedical students of Qom University of Medical Sciences, Iran. *Qom Univ Med Sci J*. 2016; 9(12): 72-8.

21- Soliemanifar O SF, & Morovati Z. The Relationship between of Academic Achievement Motivation and Academic Burnout in Postgraduate Students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *J Life Sci Biomed*. 2013; 3(3): 233-6.

22- Zdena R SH. Motivation to Study and Work with Talented Students. *Social and Behavioral Sciences*. 2014; 114: 234-8.

23- Mazloomi SS EM, Servat F, & Asgarshahi M. The study of motivation and its relationship with health risk behaviors pages, son. *Journal of martyr Sadoughi Yazd University of Medical Sciences*. 2011; 18(3): 184-90.

24- Chen KC JS. Motivation in Online Learning: Testing a Model of Self- Determination Theory. *Journal of Computers in Human Behavior*. 2010; 26(4): 741-52.

همراه باشد؛ یا با نمایش عملکرد موفقیت‌آمیز الگوهای مناسب و مشابه با خودشان، حس اهمال‌کاری و فرسودگی آن‌ها را کاهش داد. همچنین توصیه می‌شود مسئولان و مشاوران دانشگاه به آن دسته از دانشجویانی که فکر می‌کنند فعالیت‌های دانشگاه با اهداف شخصی آن‌ها مطابقت ندارد، کمک کنند تا بتوانند بین اهداف دانشگاه و اهداف شخصی به عنوان راهی مؤثر برای ترقی دادن انگیزش درونی پیوند ایجاد کنند.

### منابع

1- Behpajoo A, Afroz G, Sadati SS & Moltafet GH. The relationship between goal orientation and creativity of high school students studying in schools Talent. . *Journal of Teaching and Learning*. 2010; 58(2): 49-67.

2- Lee J PA, Kim YB, Shin H, Lee JH, & Lee SM. Academic burnout profiles in Korean adolescents. *Stress and Health*. 2010; 26: 404-16.

3- Lee KH. A study on main stress and coping of adolescents. *Journal of Korean Home Economics Association*. 1996; 34(6): 127-39.

4- Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*. 1981 Apr 1; 2(2): 99-113.

5. Maslach C, Jackson SE, Leiter MP. MBI: Maslach burnout inventory. CPP, Incorporated. 1996.

6- Hayati D OA, Hosseini ahangari A, & Azizi Abargouei M. Relationship between quality of learning experience and self-efficacy and academic burnout in Tehran Allameh Tabatab. *Journal of Medical Education Development Center*. 2012; 3(4): 18-29.

7- Bakker AB DE, & Schaufeli, W B. Validation of the Maslach Burnout Inventory – General survey: An internet study. *Anxiety, Stress and Coping*. 2002; 15: 245-60.

8- Demerouti E BA, Nachreiner F, & Schaufeli WB. The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*. 2001; 86: 499-512.

9- Schaufeli WB MI, Marques -Pinto A, Salanova M, & Bakker AB Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2002; 33: 464-81.

10- Shin H PA, Lee, J, Lee JH, & Lee SM. Cultural validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean students. *Asia Pacific Educational Review*. 2011; 12: 633-9.

11- Ahola K HJ. Job Strain, Burnout and Depressive Symptoms: A Prospective Study among Dentist. *Journal of Affective Disorders*. 2007; 104(3): 103-10.

12- Klein Murdock K. KM. Texting While Stressed: Implications for Students' Burnout, Sleep and Well-Being. *Psychology of Popular Media Culture* 2013; 2(4): 207-21.

- 39- Flett GL, Hewitt PL, Hallett CJ. Perfectionism and job stress in teachers. *Canadian Journal of School Psychology*. 1995 Dec; 11(1): 32-42.
- 40- Friedman IA. Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance. *Journal of clinical psychology*. 2000; 56(5): 595-606.
- 41- Stoeber J, Rennert D. Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, stress, and coping*. 2008 Jan 1; 21(1): 37-53.
- 42- Zhang y GY, & Cham H. Perfectionism, Academic Burnout and Engagement among Chinese College Students: A Structural Equation Modeling Analysis. *Personality and Individual Differences*. 2007; 6(43): 1529-40.
- 43- Kovach Clark H, Murdock NL, Koetting K. Predicting burnout and career choice satisfaction in counseling psychology graduate students. *The Counseling Psychologist*. 2009 May; 37(4): 580-606.
- 44- Malakh-Pines A, Aronson E, Kafry D. Burnout: From tedium to personal growth. *Free Pr*. 1981 Apr 1.
- 45- Besharat MA. Exploratory analyzes the relationship between perfectionism and personality. *Journal of Psychology and Education Studies*. 2005; 6(1): 81-96.
- 46- Vallerand RJ, Pelletier LG, Blais MR, Briere NM, Senecal C, Vallieres EF. The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and psychological measurement*. 1992 Dec; 52(4): 1003-17.
- 47- Weisani M, Lavasani MG, Ejei J. The Effect of Achievement Goals on Statistic Anxiety Through Academic Motivation and Statistic Learning. *J Psychol*. 2012; 16(2): 142-60.
- 48- Bresó E SM, & Schaufeli W B. In Search of The "Third Dimension" Of Burnout: Efficacy or Inefficacy? *Applied psychology*. 2007; 56(3): 460-78.
- 49- Karimi Y BM, Khabbaz M, & Hedayati AA. Comparison between Perfectionism and Social Support Dimensions and Academic Burnout in Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2014; 159: 57-63.
- 50- Stoeber J, Yang H. Perfectionism and emotional reactions to perfect and flawed achievements: Satisfaction and pride only when perfect. *Personality and Individual Differences*. 2010 Aug 1; 49(3): 246-51.
- 51- Ganji L. Investigating the relationship between the degree and dimensions of perfectionism with academic performance, depression and anxiety in high school students in Tehran during 2004-2005.
- 52- Chang EC, Rand KL. Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college
- 25- Deci E, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media. 1985 Aug 31.
- 26- Clark MH SC. Examining Relationships between Academic Motivation and Personality among College Students. *Journal of Learning and Individual Differences*. 2010; 20(1): 19-24.
- 27- Aghaei A JD, & Nazari F. The impact of career counseling groups by learning Krvmbvltz On achievement motivation, motivation, concerns about future career and academic achievement of first year high school student. *Journal of Teaching and Learning*. 2011; 2(3): 1-25.
- 28- Brouse CH, Basch CE, LeBlanc M, McKnight KR, Lei T. College Students' Academic Motivation: Differences by Gender, Class, and Source of Payment. *College Quarterly*. 2010; 13(1): n1.
- 29- Zhang X KR, & Wang Y. Academic Burnout and Motivation of Chinese Secondary Students. *International Journal of Social Science and Humanity*. 2013; 3(2): 134-8.
- 30- Cano-García FJ P-M, EM, & Carrasco-Ortiz MA. Personality and contextual variables in teacher burnout. *Personality and Individual Differences*. 2005; 38: 929-40.
- 31- Frost RO MP, Lahart C, & Rosenblate R. The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*. 1990; 14(5): 449-68.
- 32- Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology*. 1991 Mar; 60(3): 456.
- 33- Shafran R, Cooper Z, Fairburn CG. Clinical perfectionism: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour research and therapy*. 2002 Jul 1; 40(7): 773-91.
- 34- Rice KG, Dellwo JP. Perfectionism and self-development: Implications for college adjustment. *Journal of counseling & development*. 2002 Apr 1; 80(2): 188-96.
- 35- Hashemi L, & Lotfian M. The relationship between perfectionism and Goal Orientation among Pre-university students (with trends in science and math). *Journal of Psychological Studies*. 2009; 3(5): 9-26.
- 36- Randles D FG, Nash KA, Mcgregor I D, & Hewitt PL. Dimensions of Perfectionism, Behavioral Inhibition and Rumination. *Personality and Individual Differences*. 2010; 49: 83-7.
- 37- Stoeber J, Davis CR, Townley J. Perfectionism and workaholism in employees: The role of work motivation. *Personality and Individual Differences*. 2013 Oct 1; 55(7): 733-8.
- 38- Clark S. & Coker S. Perfectionism, Self-Criticism and Maternal Criticism: A Study of Mothers and Their Children. *Personality and Individual Differences*. 2009; 47(4): 321-5.

- students. *Journal of counseling psychology*. 2000 Jan; 47(1): 129.
- 53- Chang EC, Sanna LJ. Negative attributional style as a moderator of the link between perfectionism and depressive symptoms: Preliminary evidence for an integrative model. *Journal of Counseling Psychology*. 2001 Oct; 48(4): 490.
- 54- Childs JH, Stoeber J. Do you want me to be perfect? Two longitudinal studies on socially prescribed perfectionism, stress and burnout in the workplace. *Work & Stress*. 2012 Oct 1; 26(4): 347-64.
- 55- Chang EC, Watkins A, Banks KH. How Adaptive and Maladaptive Perfectionism Relate to Positive and Negative Psychological Functioning: Testing a Stress-Mediation Model in Black and White Female College Students. *Journal of Counseling Psychology*. 2004 an; 51(1): 93.
- 56- Enns MW, Cox BJ, Sareen J, Freeman P. Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. *Medical education*. 2001 Nov 4; 35(11): 1034-42.
- 57- Harris PW, Pepper CM, Maack DJ. The relationship between maladaptive perfectionism and depressive symptoms: The mediating role of rumination. *Personality and Individual differences*. 2008 Jan 1; 44(1): 150-60.
- 58- Azimi M Piri M, & Zavaar T. . Relationship of academic burnout and self-regulated learning with academic performance of high school students. . 2013;;11(38):116-28.
- 59- Kiura N AK, & Numi J. Peer Group Influence and Selection in Adolescents School Burnout. *Merril-Palmer Quarterly*. 2008; 54: 23-33.
- 60- Tavakoli MA. The prevalence of academic procrastination among students and its relationship with demographic characteristics, time study preference and the purpose of entering university. *Journal of Educational Psychology*. 2013; 28(9): 99-121
- 61- Alavi SA, Abbasnia S. Motivation and motivation-related factors and their relationship with burnout and engagement: A study of Iranian EFL learners. *Int J Res Studies Language Learn*. 2014; 3(5): 107-20.