

Research Paper

Relationship Between Negative Perfectionism and Hypervigilance/Inhibition Maladaptive Schemas Mediated by Rumination in Iranian College Students



Mehrnoosh Samandar¹ , *Farideh Hossein Sabet¹ , Ahmad Borjali¹

1. Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.



Citation Samandar M, Hossein Sabet F, Borjali A. [Relationship Between Negative Perfectionism and Hypervigilance/Inhibition Maladaptive Schemas Mediated by Rumination in Iranian College Students (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2025; 31:E5409.1. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.31.5409.1>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.31.5409.1>

Received: 25 Dec 2025

Accepted: 10 Apr 2026

Available Online: 21 Jul 2026

ABSTRACT

Objectives This study aimed to examine the relationship between negative perfectionism and early maladaptive schemas in the hypervigilance/inhibition domain, mediated by rumination in Iranian college students.

Methods This is a descriptive-correlational study using structural equation modeling (SEM). The study population consists of students from universities in Tehran in the 2023–2024 academic year. Based on the inclusion and exclusion criteria, 379 participants were selected via convenience sampling. Those who scored ≥ 69 on the negative perfectionism subscale of Terry-Short's positive and negative perfectionism scale (PANPS) were included. The used instruments included the Young schema questionnaire-3rd edition (YSQ-S3), PANPS, and Nolen-Hoeksema & Morrow's ruminative response scale. Data was analyzed using SPSS software, version 26 and AMOS software, version 24.

Results The findings showed that the direct effect of hypervigilance/inhibition on negative perfectionism was significant ($\beta=0.30$, $P=0.001$). The indirect effect of these schemas on negative perfectionism through rumination was also significant ($\beta=-0.08$, $P<0.05$), indicating that reducing the levels of these schemas and rumination may lead to a decrease in negative perfectionism.

Conclusion Negative perfectionism is related to hypervigilance/inhibition domain of early maladaptive schemas, both directly and indirectly (through rumination) in Iranian college students. These findings highlight the importance of cognitive-behavioral and schema therapies for improving students' mental health.

Key words:

Schema therapy, perfectionism, Rumination, Maladaptive schemas

* Corresponding Author:

Farideh Hossein Sabet, Associate Professor.

Address: Department of General and Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Tel: +98 (912) 2262184

E-mail: hoseinsabet@atu.ac.ir



Copyright © 2025 The Author(s); Publisher by Iran University Medical Sciences
This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Extended Abstract

Introduction

Perfectionism is highly prevalent within educational systems, since students are continuously engaged in numerous assignments and exams from childhood to adulthood. During this process, students are often encouraged to set excessively high standards for themselves. Negative perfectionism can lead to various psychological issues and maladaptive consequences in students. It is characterized by the setting of unrealistic goals and a refusal to accept personal mistakes. Research has indicated that early maladaptive schemas may be associated with the development of negative perfectionism in students. These schemas include self-defeating emotional and cognitive patterns that are formed during early development and persist throughout life. Early maladaptive schemas are categorized into five broad domains. The fifth domain, hypervigilance/inhibition, involves an excessive emphasis on the suppression of emotions, impulses, and spontaneous behaviors, as well as a rigid adherence to internalized rules and expectations concerning moral behavior, which are often associated with the loss of peace, happiness, self-expression, close relationships, and overall well-being. This domain includes the schemas of negativity/pessimism (NP), emotional inhibition (EI), unrelenting standards/hypercriticalness (US), and punitiveness (PU).

The NP schema reflects a pervasive focus on the negative aspects of life while neglecting its positive and optimistic dimensions. The EI schema involves the excessive suppression of spontaneous emotions, behaviors, and communication in order to avoid rejection, feelings of shame, or loss of control over personal impulses. The US schema represents a core belief that one should strive excessively to meet extremely high-performance standards, often to avoid criticism. Finally, the PU schema is defined by the belief that individuals should be harshly punished for their mistakes and shortcomings.

Existing research suggests that the relationship between maladaptive schemas and perfectionism is not linear, and several mediating variables have been investigated in this context. Rumination may act as a mediating variable in this relationship. It refers to repetitive and conscious thoughts focused on a specific topic that persist even in the absence of external stimuli. Previous studies have demonstrated associations between rumination, negative perfectionism, and maladaptive schemas. Therefore, the present study aims to investigate the mediating role of ru-

mination in the relationship between the hypervigilance/inhibition domain of maladaptive schemas and negative perfectionism in Iranian students, and provide the structural model of the relationships.

Methods

This study employed structural equation modeling (SEM). The study population consisted of all students from the universities in Tehran, Iran, in the academic year 2023-2024. From this population, 379 eligible students were selected using a convenience sampling method and the sample size was determined based on Klein's theory. The instruments used in this research included the Young schema questionnaire-3rd edition (YSQ-S3) with 90 items, the positive and negative perfectionism scale (PANPS) developed by Terry-Short, and the rumination response scale (RRS) developed by Nolen-Hoeksema and Morrow. Considering all ethical considerations, the questionnaires were distributed randomly among the participants online. After data collection, data analysis was conducted using descriptive and inferential statistics in SPSS software, version 26 and AMOS software, version 24.

Results

The mean age of the participants was 22.76 ± 2.44 years. Among the 379 participants, 73.9% were female and 26.1% were male. In terms of marital status, 91.8% were single and 8.2% were married. Regarding education level, 2.6% had an associate degree, 53.8% had a bachelor's degree, 42.2% had a master's degree, and 1.3% had a doctoral degree. The mean scores of the study variables were as follows: Negative perfectionism = 13.44 ± 6.42 , RRS = 14.27 ± 5.41 , hypervigilance/inhibition domain = 16.54 ± 61.86 , NP = 5.37 ± 15.97 , EI = 5.12 ± 13.70 , US = 4.47 ± 19.06 , and PU = 5.58 ± 13.14 (Table 1).

The fit indices of the structural model for the sample were examined. The initial model fit indices were found to be inadequate, indicating a need for model modification. The examination of the modified models revealed the following findings:

Early maladaptive schemas in the domain of hypervigilance/inhibition directly influenced negative perfectionism and rumination. Moreover, rumination had a direct effect on negative perfectionism. The indirect effect of the hypervigilance/inhibition schemas on negative perfectionism through rumination was calculated as $B = -0.08$, confirming the mediating role of rumination (Table 1, and Figure 1).

Table 1. Relationship between variables based on the modified model

Predictor	Criterion	Route type	Standard coefficient	t	level of significance
Over vigilance	Negative perfectionism	Direct	0.30	3.372	0.001
Over vigilance	Rumination	Direct	0.46	2.948	0.002
Rumination	Negative perfectionism	Direct	0.36	2.785	0.009
Over vigilance	Negative perfectionism	Indirect	0.08	2.912	P<0.05

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 2. Relationship between variables based on the modified model

Predictor	Criterion	Route type	Standard coefficient	t	level of significance
NP	Negative perfectionism	Direct	0.36	3.333	0.001
NP	Rumination	Direct	0.32	2.889	0.002
Rumination	Negative perfectionism	Direct	0.35	2.609	0.009
NP	Negative perfectionism	Indirect	0.07	2.758	P<0.05

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 3. Relationship between variables based on the modified model

Predictor	Criterion	Route type	Standard coefficient	t	level of significance
EI	Negative perfectionism	Direct	0.39	3.341	0.001
EI	Rumination	Direct	0.30	2.921	0.002
Rumination	Negative perfectionism	Direct	0.36	2.712	0.009
EI	Negative perfectionism	Indirect	0.08	2.823	P<0.05

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 4. Relationship between variables based on the modified model

Predictor	Criterion	Route type	Standard coefficient	t	level of significance
US	Negative perfectionism	Direct	0.38	3.358	0.001
US	Rumination	Direct	0.44	2.912	0.002
Rumination	Negative perfectionism	Direct	0.32	2.745	0.009
US	Negative perfectionism	Indirect	0.08	2.879	P<0.05

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 5. Relationship between variables based on the modified model

Predictor	Criterion	Route type	Standard coefficient	t	level of significance
PU	Negative perfectionism	Direct	0.31	3.349	0.001
PU	Rumination	Direct	0.45	2.967	0.002
Rumination	Negative perfectionism	Direct	0.37	2.734	0.009
PU	Negative perfectionism	Indirect	0.07	2.894	P<0.05

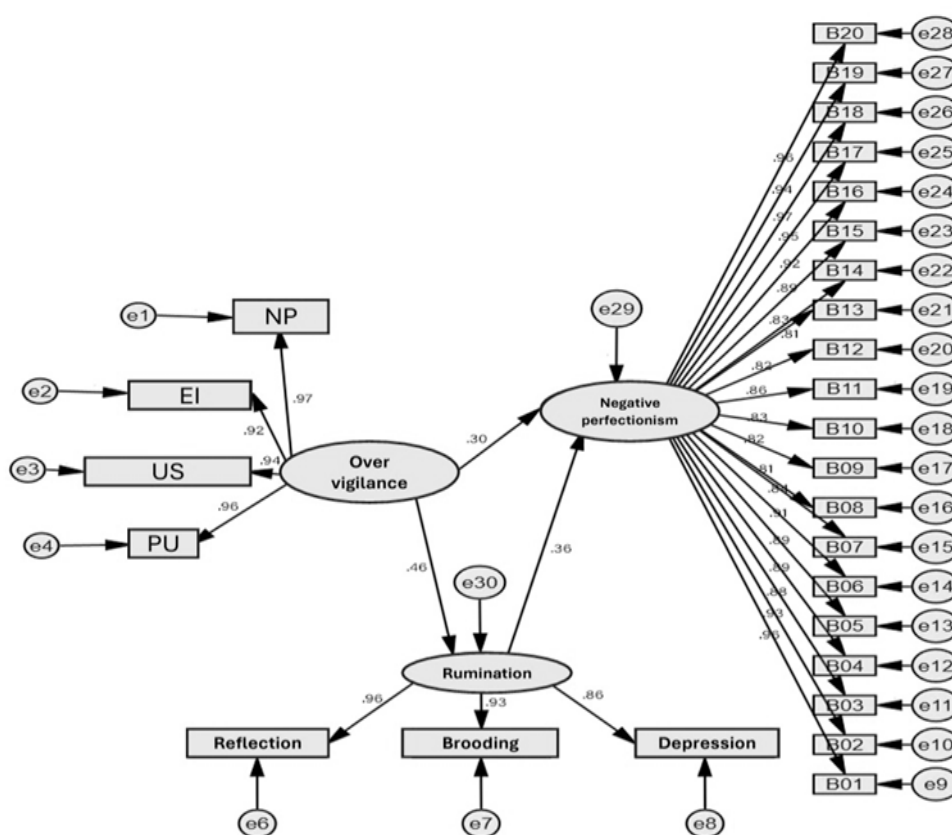
Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

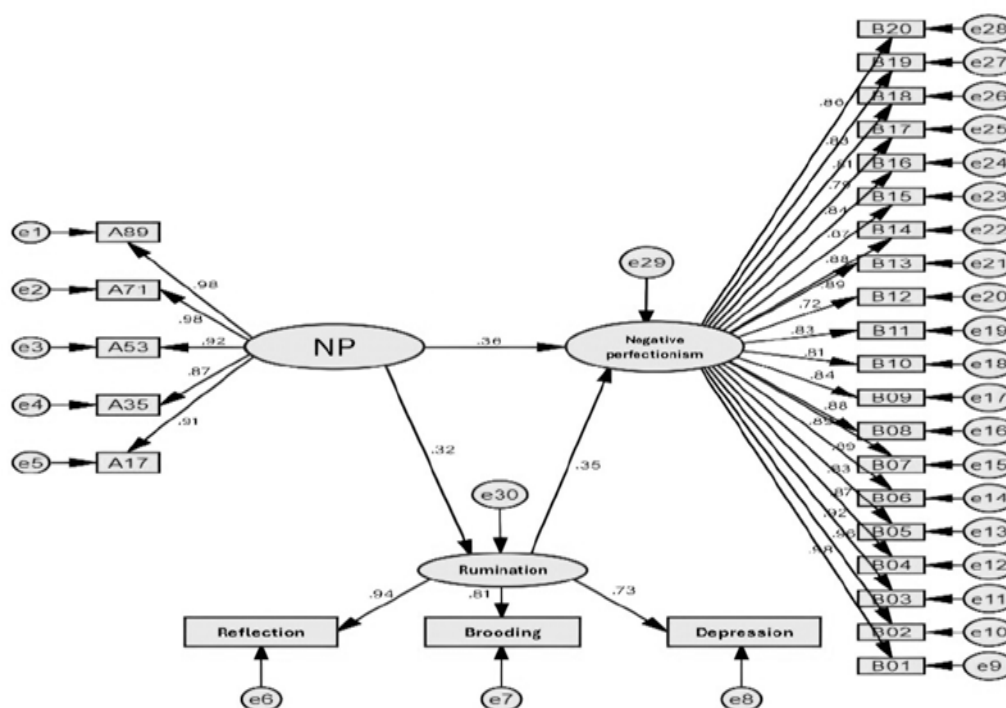
The NP schema directly influenced negative perfectionism and rumination. Additionally, the indirect effect of the NP schema on negative perfectionism through rumination was calculated as $B=-0.07$, confirming the mediating effect of rumination (Table 2, and Figure 2).

The EI schema directly influenced negative perfectionism and rumination. Additionally, the indirect effect of the EI schema on negative perfectionism through rumination

was calculated as $B=-0.08$, confirming the mediating effect of rumination (Table 3, and Figure 3).

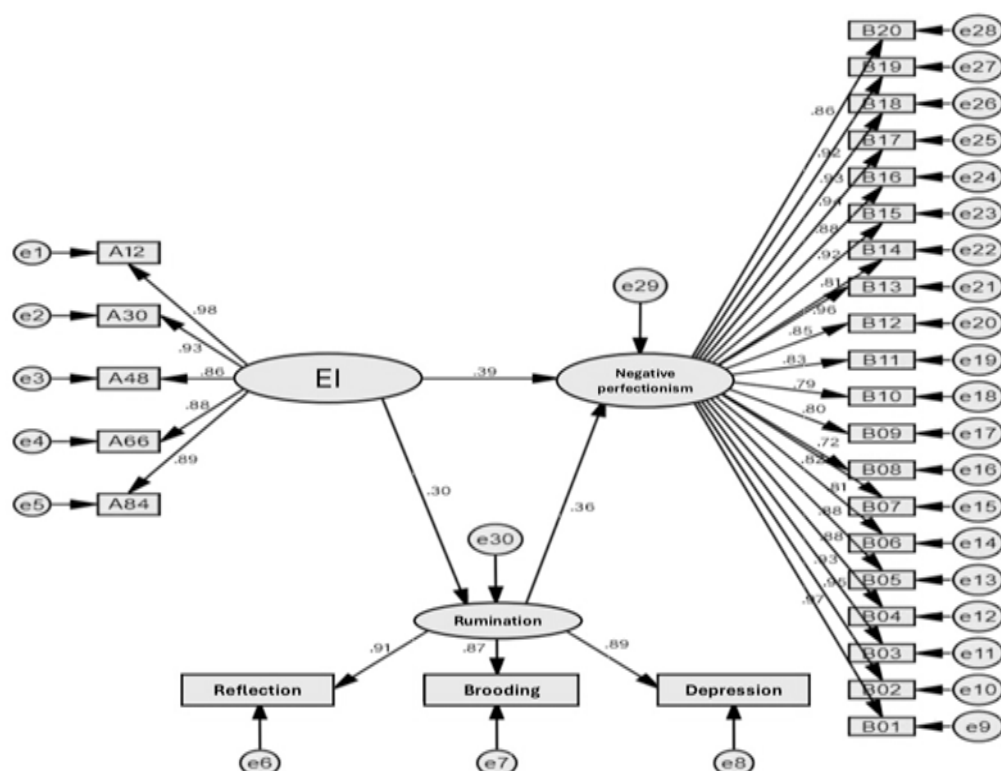
The US schema directly influenced negative perfectionism and rumination. Additionally, the indirect effect of the US schema on negative perfectionism through rumination was calculated as $B=-0.08$, confirming the mediating effect of rumination (Table 4).

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY**Figure 1.** The scatter plot of negative perfectionism scores based on the fifth domain schemas with the mediating role of rumination in students after model modification.



Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Figure 2. The scatter plot of negative perfectionism scores based on the NP schema with the mediating role of rumination in students after model modification.



Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Figure 3. The scatter plot of negative perfectionism scores based on the EI schema with the mediating role of rumination in students after model modification

The PU schema directly influenced negative perfectionism and rumination. The indirect effect of the PU schema on negative perfectionism through rumination was calculated as $B=-0.07$, validating the mediating effect of rumination (Table 5).

Conclusion

The results of the study indicated that negative perfectionism has a direct relationship with the hypervigilance/inhibition schemas in Iranian college students. Also, rumination plays a mediating role in the relationship between the over-vigilance/inhibition schemas and negative perfectionism. This means that these schemas, by increasing rumination, contribute to a more intense manifestation of negative perfectionism. Additionally, the results showed that rumination can mediate the relationship of the NP, EI, US and PU schemas with negative perfectionism separately. Therefore, when rumination is present, the relationship between these schemas and negative perfectionism becomes more pronounced. Therefore, by moderating the levels of these schemas in college students, it is possible to reduce their levels of rumination and negative perfectionism.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This research was approved by the Research Ethics Committee of [Allameh Tabatabai University](#), Tehran, Iran (Code: IR.ATU.REC.1403.023). All ethical principles were observed in this study, and the personal information of the participants remained confidential.

Funding

This study was extracted from the master's thesis of Mehrnoush Samandar, approved by the Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, [Allameh Tabatabai University](#), Tehran, Iran. This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for profit sectors.

Authors contributions

Conceptualization, investigation, resources, original draft preparation, and methodology: Mehrnoush Samandar; Supervision: Ahmad Borjali; Review & editing: Farideh Hossein Sabet.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgments

The authors would like to thank all the students who participated in this research for their cooperation and time.

This Page Intentionally Left Blank

مقاله پژوهشی

رابطه کمال‌گرایی منفی و طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان

مهرنوش سمندر^۱، فریده حسین ثابت^۱، احمد برجلی^۱

۱. گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

Use your device to scan and read the article online



Citation Samandar M, Hossein Sabet F, Borjali A. [Relationship Between Negative Perfectionism and Hypervigilance/Inhibition Maladaptive Schemas Mediated by Rumination in Iranian College Students (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2025; 31:E5409.1. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.31.5409.1>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.31.5409.1>



تاریخ دریافت: ۴ دی ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۲۱ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ انتشار: ۳۰ تیر ۱۴۰۵

اهداف پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه کمال‌گرایی منفی و طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش‌از‌حد و بازداری با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ انجام شد.

مواد و روش‌ها روش پژوهش توصیفی همبستگی و مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ مشغول به تحصیل بودند. براساس ملاک‌های ورود و خروج، ۳۷۹ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک ورود شامل اشتغال به تحصیل در یکی از دانشگاه‌های شهر تهران و کسب نمره ۶۹ یا بالاتر در خرده‌مقیاس کمال‌گرایی منفی پرسش‌نامه تری‌شورت بود (غربالگری اولیه انجام شد). ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه طرح‌واره‌های پانگ، مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی تری‌شورت و مقیاس نشخوار فکری نالن-هوکسما و مارو بود. داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS و AMOS به‌ترتیب با نسخه‌های ۲۶ و ۲۴ تحلیل شدند.

یافته‌ها یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد اثر مستقیم طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش‌از‌حد و بازداری بر کمال‌گرایی منفی معنی‌دار بود ($\beta=0/30$, $P=0/001$). همچنین، اثر غیرمستقیم این طرح‌واره‌ها بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری نیز معنی‌دار بود ($\beta=0/08$, $P=0/05$). این نتایج حاکی از این است که کاهش سطوح این طرح‌واره‌ها و نشخوار فکری می‌تواند به کاهش کمال‌گرایی منفی منجر شود.

نتیجه‌گیری کمال‌گرایی منفی با طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش‌از‌حد و بازداری، هم به‌طور مستقیم و هم به‌طور غیرمستقیم از طریق نقش میانجی نشخوار فکری، رابطه دارد. این یافته‌ها اهمیت مداخلات شناختی-رفتاری و طرح‌واره‌درمانی را در بهبود سلامت روان دانشجویان برجسته می‌کند.

کلیدواژه‌ها:

روان‌درمانی مبتنی بر طرح‌واره، کمال‌گرایی، نشخوار فکری، طرح‌واره‌های ناسازگار

* نویسنده مسئول:

دکتر فریده حسین ثابت

نشانی: تهران، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه روان‌شناسی بالینی.

تلفن: ۲۲۶۲۱۸۴ (۹۱۲) ۹۸+

پست الکترونیکی: hoseinsabet@atu.ac.ir

Copyright © 2024 The Author(s); Publisher by Iran University Medical Sciences

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

مقدمه

استرس و بی‌خوابی [۱۴]، ترس از شکست [۱۳]، تنیدگی تحصیلی [۱۱]، احساس شرم [۱۱]، اضطراب [۱۵]، گناه [۱۶]، افسردگی [۱۷] و ترس از انتقاد و فشار اجتماعی [۱۰] می‌شود. در نهایت از یک سو فرد احتمال دارد راه‌گريز را در اجتناب از تکلیف و اهمال‌کاری [۱۸] یابد، در نتیجه به خودانتقادی و سرزنش خود [۱۲] روی آورده و به دنبال آن، از پیشرفت تحصیلی [۱۹] باز ماند؛ و از سوی دیگر دچار نگرانی از ارزیابی‌های دیگران [۲۰] شده و به رقابت‌طلبی مفرط با سایر دانشجویان بپردازد [۲۱].

مروری بر ادبیات نظری در حوزه کمال‌گرایی نشان می‌دهد متغیرهای متعددی می‌توانند با شکل‌گیری کمال‌گرایی منفی در دانشجویان مرتبط باشند. از جمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه [۲۲] اشاره کرد. در تمام مدل‌های کمال‌گرایی بین افکار و عواطف حاصل از کمال‌گرایی با باورهای شناختی ارتباط وجود دارد؛ یعنی برخی از ابعاد تفکرات کمال‌گرایانه، مثل برخی باورهای شناختی عمل می‌کنند [۲۳]. همچنین دیدگاه‌های شناختی، کمال‌گرایی را یک باور غیرمنطقی و ناکارآمد می‌دانند. این باورها موجب فعال شدن طرح‌واره‌های شناختی می‌شود [۲۴].

یانگ مفهوم طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه^۵ را مطرح کرد که عبارت‌اند از الگوهای هیجانی و شناختی خودآسیب‌رسانی که در ابتدای دوره رشد و تحول در ذهن شکل می‌گیرند و در طول زندگی تکرار می‌شوند [۲۵]. به باور یک این طرح‌واره‌های ناسازگار می‌توانند باعث بروز برخی آسیب‌های روان‌شناختی شوند که کمال‌گرایی یکی از این آسیب‌هاست [۲۶] که تحت تأثیر باورها و طرح‌واره‌های شناختی ایجاد یا تشدید می‌شود [۲۷].

از دیدگاه یانگ این طرح‌واره‌ها به ۵ حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری تقسیم می‌شوند که هر کدام شامل چند طرح‌واره می‌باشند. طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری در افراد، تأکید بیش از حد بر واپس‌رانی احساسات، تکانه‌ها و انتخاب‌های خودانگیخته یا برآورده کردن قواعد و انتظارات انعطاف‌ناپذیر و درونی‌شده درباره رفتار اخلاقی دارند که اغلب به از بین رفتن آرامش خاطر، خوشحالی، ابراز عقیده، روابط نزدیک و سلامتی منجر می‌شود [۲۵]. این حوزه شامل طرح‌واره‌های منفی‌گرایی/بدبینی^۶ (تمرکز عمیق و همیشگی بر جنبه‌های منفی زندگی در حالی که جنبه‌های مثبت و خوش‌بینانه زندگی مورد غفلت واقع شده یا دست کم گرفته می‌شود)، بازداری هیجانی^۷ (بازداری افراطی احساسات، رفتارها و ارتباطات خودانگیخته که اغلب به منظور اجتناب از طرد

در قرن بیست‌ویکم، به‌عنوان قرن دانش، آموزش عالی نقشی حیاتی در تولید، اشاعه و کاربست دانش در توسعه کشورها بازی می‌کند و باتوجه‌به رشد روزافزون جمعیت دانشجویان، میزان انتظارات از نظام‌های آموزش عالی، بیش‌ازپیش تغییر یافته است؛ به‌گونه‌ای که یکی از اهداف محوری مؤسسات آموزش عالی و دانشگاه‌ها، رشد و پیشرفت دانشجویان به‌منزله افرادی کامل است [۱]. از نظرگاه مارشال و همکاران، کمال‌گرایی^۱ در نظام آموزشی بسیار مشهود است؛ به‌گونه‌ای که دانشجویان از سنین کودکی تا بزرگسالی با تکالیف و آزمون‌های بسیاری، دست و پنجه نرم می‌کنند تا میزان صلاحیت خود را بسنجند. در جریان این فرایند، دانشجویان به احتمال زیاد، به تعیین استانداردهای بسیار بالا تشویق می‌شوند [۲]. باوجود این که کمال‌گرایی می‌تواند به دانشجویان برای رسیدن به نتایج بهتر کمک کند، زمانی که در بعد منفی و افراطی خود باشد، می‌تواند سبب ایجاد مشکل در زندگی آن‌ها شود [۳].

کمال‌گرایی نخستین‌بار، به‌عنوان یک سازه تک بعدی توسط برنز^۲ مطرح شد [۴]. از دیدگاه کسانی که کمال‌گرایی را تک بعدی می‌دانند افراد کمال‌گرا در تلاش برای رسیدن به نتایج کامل و بدون عیب هستند که این امر ممکن است آسیب‌های زیادی را متوجه آنان کند [۵]. هامپاک نخستین فردی بود که کمال‌گرایی را به دو نوع متمایز تقسیم کرد؛ کمال‌گرایی مثبت^۳ (بهنجار یا سالم) و کمال‌گرایی منفی^۴ (نابهنجار یا ناسالم). در کمال‌گرایی مثبت اهداف منطقی وضع می‌شود و در زمان رسیدن به این اهداف احساس رضایت وجود دارد، اما در کمال‌گرایی منفی اهداف غیرواقع‌بینانه تعیین می‌شود و فرد از پذیرش اشتباهات خود سرباز می‌زند. تمرکز این پژوهش بر بعد منفی کمال‌گرایی است که می‌تواند با پیامدهای آسیب‌شناختی متعددی همراه شود [۶].

پیامدهای نامطلوب کمال‌گرایی منفی، به‌ویژه در محیط‌های آموزشی که از افراد عملکرد سطح بالا انتظار می‌رود، قابل‌مشاهده است [۷]. شخص کمال‌گرای منفی یک حد ایدئال را برای خود هدف قرار می‌دهد و نه تنها هیچ سطحی از عملکرد او را راضی نمی‌کند، بلکه این اهداف ایدئال به حدی سطح بالا هستند که از توان وی خارج‌اند. بدین ترتیب موجب کاهش ویژگی‌هایی همچون تاب‌آوری، رضایت از زندگی [۸]، امید [۹]، خودکارآمدی [۹]، خلاقیت و اشتیاق [۱۰]، بهزیستی روان‌شناختی [۱۱]، اعتمادبه‌نفس [۱۲]، خودشفقت‌ورزی [۱۳] و افزایش میزان

1. Perfectionism

2. Burns

3. Positive Perfectionism

4. Negative Perfectionism

5. Early Maladaptive Schemas

6. Negativity/Pessimism (NP)

7. Emotional Inhibition (EI)

و ضروری آن، مجدد پدیدار می‌شوند. نشخوار فکری، اشتغال همیشگی به یک فکر یا موضوع و طبقه‌ای از افکار آگاهانه، منفعلانه و تکراری است که بر علل و نتایج علائم تعریف می‌شود و از حل مسئله سازگارانۀ جلوگیری می‌کند و موجب افزایش افکار منفی می‌شود [۳۳]. محتوای نشخوار فکری بسته به نگرانی فردی در هر اختلالی می‌تواند متفاوت باشد. در کمال‌گرایی محتوای نشخوار فکری پردازش دائمی یا در فکر فرو رفتن درباره بی‌عیب و نقص بودن، نگرانی افراطی و ترس از شکست است [۳۴].

براساس ادبیات نظری در حوزه نشخوار فکری، پژوهش‌ها رابطه بین نشخوار فکری و کمال‌گرایی منفی، همچنین رابطه بین نشخوار فکری و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را نشان دادند. افراد کمال‌گرا به‌منظور انتخاب بهترین گزینه، تمایل به نشخوار فکری در مورد پیامدهای احتمالی دارند [۱۸]. به‌علاوه، در تعریف جدیدتری از کمال‌گرایی که هیل و همکاران [۳۵] ارائه دادند، نشخوار فکری به‌عنوان یکی از ابعاد ۸ گانه کمال‌گرایی و جنبه منفی آن معرفی شد.

در پژوهشی مشخص شد سطوح بالای نگرانی‌های کمال‌گرایانه با سطوح بالای نشخوار فکری همراه است [۱۷]. همچنین پژوهش‌های سالاری و همکاران [۳۶]، رمضان‌پور و جوزی [۳۷]، زارعی و همکاران [۳۸]، معین و فراهانی‌فر [۳۹]، معمارزاده و همکاران [۴۰] و امیرکلایی و همکاران [۴۱] وجود رابطه معنی‌دار بین کمال‌گرایی و نشخوار فکری را نشان دادند. ازسوی دیگر، مطالعه سخایی اردکانی و همکاران [۳۰] رابطه معنی‌داری را بین طرح‌واره‌های ناسازگار با نشخوار فکری نشان دادند. طرح‌واره‌های ناسازگار می‌توانند پردازش اطلاعات را به سمت سبک پاسخ‌دهی نشخواری هدایت کنند. درواقع نشخوار فکری را می‌توان به‌عنوان یک سبک مقابله‌ای مطابق با راهبرد مقابله تسلیم در نظر گرفت که در آن فرد دارای یک طرح‌واره خاص، تلاشی برای اجتناب از آن نمی‌کند و آن طرح‌واره را درست می‌پندارد و درد هیجانی آن را مستقیماً تجربه می‌کند [۴۲].

همچنین مطالعات تورجی‌زاده و همکاران [۴۳]، خادم و همکاران [۴۴]، پیرایه و همکاران [۴۵]، آناثورت و یالسن [۴۶]، نشان‌دهنده ارتباط بین نشخوار فکری با طرح‌واره‌های ناسازگار و مطالعات محرابی‌نیا و شمسایی [۴۷] و کارلوچی و همکاران [۴۸]، مؤید ارتباط نشخوار فکری با طرح‌واره‌های حوزه پنجم هستند. به‌علاوه لیهی [۴۹] نیز نشخوار فکری را به‌عنوان طرح‌واره‌ای هیجانی معرفی می‌کند. درنهایت مطالعه نپون و همکاران [۵۰] نشان داد نشخوار فکری بین فردی که نوع خاصی از نشخوار فکری است، رابطه بین ساختارهای شناختی عمیق‌تر و کمال‌گرایی بین فردی را در دانشجویان میانجی‌گری می‌کند. بنابراین فرض این پژوهش این است که نشخوار فکری متغیر میانجی دیگری در رابطه بین طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با

دیگران، احساس شرمندگی و از دست دادن کنترل بر تکانه‌های شخصی انجام می‌شود)، معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی^۸ (باور اساسی مبنی بر اینکه فرد برای دست یافتن به معیارهای سطح بالا و بلندپروازانه در مورد عملکرد خود، باید تلاش زیادی بکند که این کار معمولاً برای جلوگیری از انتقاد انجام می‌گیرد) و تنبیه^۹ (باور اساسی در این باره است که افراد باید به خاطر خطاها و اشتباهاتشان به شدت تنبیه شوند) است [۲۵].

در پژوهش حاضر، تمرکز بر حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری بوده است، زیرا طرح‌واره‌های این حوزه همگی بر کنترل بیش از حد رفتار، مهار هیجان‌ها و پایبندی افراطی به قواعد و انتظارات غیرمنطقی تأکید دارند [۲۵]. مطالعات پیشین نشان داده‌اند این حوزه به‌طور خاص با مؤلفه‌های کمال‌گرایی منفی، ازجمله ترس از اشتباه، خودانتقادی شدید، و نگرانی مداوم در مورد ارزیابی منفی دیگران، ارتباط نزدیکی دارد [۲۸]. افراد دارای طرح‌واره‌های این حوزه معمولاً برای دستیابی به استانداردهای غیرواقع‌بینانه، فشار زیادی بر خود وارد می‌کنند و هیجانات منفی خود را سرکوب می‌کنند که این امر می‌تواند زمینه‌ساز رشد و تداوم کمال‌گرایی منفی شود. بر همین اساس، انتخاب این حوزه در پژوهش حاضر بر مبنای شواهد نظری و تجربی و به‌دلیل همپوشانی مفهومی و تجربی قابل توجه آن با مؤلفه‌های کمال‌گرایی منفی صورت گرفته است.

پژوهش‌های متعددی ازجمله پژوهش‌های پورشهباز و همکاران [۲۸]، عزیزی و نادریان [۲۹] و محمد حسینی و همکاران [۱۵]، رابطه بین طرح‌واره‌های حوزه پنجم با کمال‌گرایی منفی را نشان می‌دهند. همچنین مطالعه سخایی اردکانی و همکاران [۳۰] رابطه طرح‌واره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی با کمال‌گرایی و مطالعه محمد حسینی و همکاران [۱۵] رابطه طرح‌واره بازداری هیجانی را با کمال‌گرایی نشان دادند. مطالعه‌ای دیگر نشان داد طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با معیارهای سرسختانه و عیب‌جویی افراطی افراد کمال‌گرا در ارتباط است [۳۱].

ازسوی دیگر، مطالعه کلیبرت و همکاران [۲۷] نشان می‌دهد رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار با کمال‌گرایی خطی نیست و تاکنون نقش برخی متغیرهای میانجی در این رابطه مورد مطالعه قرار گرفته است. این پژوهش قصد دارد نشخوار فکری را به‌عنوان متغیر میانجی تازه‌ای در این رابطه مورد بررسی قرار دهد.

از دیدگاه مارتین و تسر [۳۲]، نشخوار فکری^{۱۰} نشان‌دهنده افکاری آگاهانه است که حول محور یک موضوع معین متمرکز و تکرار شده و حتی در نبود محرک‌های پدیدآورنده محیطی فوری

8. Unrelenting Standards / Hypercriticalness (US)

9. Punitiveness (PU)

10. Rumination

کمال‌گرایی منفی می‌باشد.

دانشجویان به‌عنوان قشر برگزیده و آینده‌ساز جامعه، نقشی کلیدی در توسعه کشور دارند و سلامت روان آن‌ها اهمیت ویژه‌ای دارد. از آنجاکه کمال‌گرایی منفی پیامدهای نامطلوبی بر عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانشجویان دارد، آگاهی مریبان و اساتید نظام آموزش عالی از این موضوع ضروری است [۷]. در این میان، شناسایی عوامل مرتبط با کمال‌گرایی از جمله طرح‌واره‌های ناسازگار و نشخوار فکری اهمیت بسزایی دارد. پژوهش حاضر با تمرکز بر طرح‌واره‌های حوزه پنجم و بررسی نقش میانجی نشخوار فکری، کوشیده است این روابط را در جامعه دانشجویان روشن‌تر سازد و زمینه مداخلات پیشگیرانه یا تقویت کمال‌گرایی مثبت را فراهم سازد [۱۲]. از سوی دیگر، این مسئله نیز دغدغه اصلی خود پژوهشگر به‌عنوان یک دانشجو بوده است، چراکه موفقیت تحصیلی به‌عنوان یکی از ابعاد حیاتی زندگی در پیشرفت فردی، توسعه علمی و رشد اقتصادی کشور نقش مهمی ایفا می‌کند [۱۲، ۵۱].

بنابراین، هدف پژوهش حاضر این است که نقش واسطه‌ای نشخوار فکری را در رابطه بین طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با کمال‌گرایی منفی در دانشجویان مورد مطالعه قرار دهد و مدل ساختاری این روابط را بی‌آزماید که مدل مفهومی آن در تصویر شماره ۱ آمده است.

روش

پژوهش حاضر از لحاظ ماهیت، در دسته تحقیقات کمی قرار گرفته و با توجه به هدف، از نوع کاربردی و از نظر روش، توصیفی - همبستگی با بهره‌گیری از معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران است که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ مشغول به تحصیل بودند و به پرسش‌نامه‌ها به‌صورت داوطلبانه پاسخ دادند. اگرچه حداقل حجم نمونه قابل قبول برای مدل معادلات ساختاری و تحلیل عاملی، بر مبنای تعداد سازه‌های اصلی یا متغیرهای پنهان، ۲۰۰ نفر است [۵۲]، در عمل از این جامعه آماری ۳۷۹ نفر با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی در دسترس (براساس نظریه کلاین) و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج، انتخاب شدند. افزایش تعداد نمونه، علاوه بر جبران احتمالی پرسش‌نامه‌های ناقص، موجب افزایش قدرت آماری، دقت برآورد پارامترها و توانایی مدلیابی معادلات ساختاری شد [۵۳].

همچنین، با توجه به روش نمونه‌گیری در دسترس و رعایت معیارهای ورود و خروج، استفاده از کل جامعه موجود برای بهبود قابلیت تعمیم و اعتبار نتایج منطقی بود. ملاک شرکت در پژوهش دانشجویانی بودند که در یکی از دانشگاه‌های شهر تهران مشغول به تحصیل بودند و سطح کمال‌گرایی آن‌ها متوسط یا بالاتر بود. با توجه به اینکه ابزار و پرسش‌نامه مورد استفاده برای سنجش کمال‌گرایی منفی در این پژوهش، پرسش‌نامه کمال‌گرایی مثبت

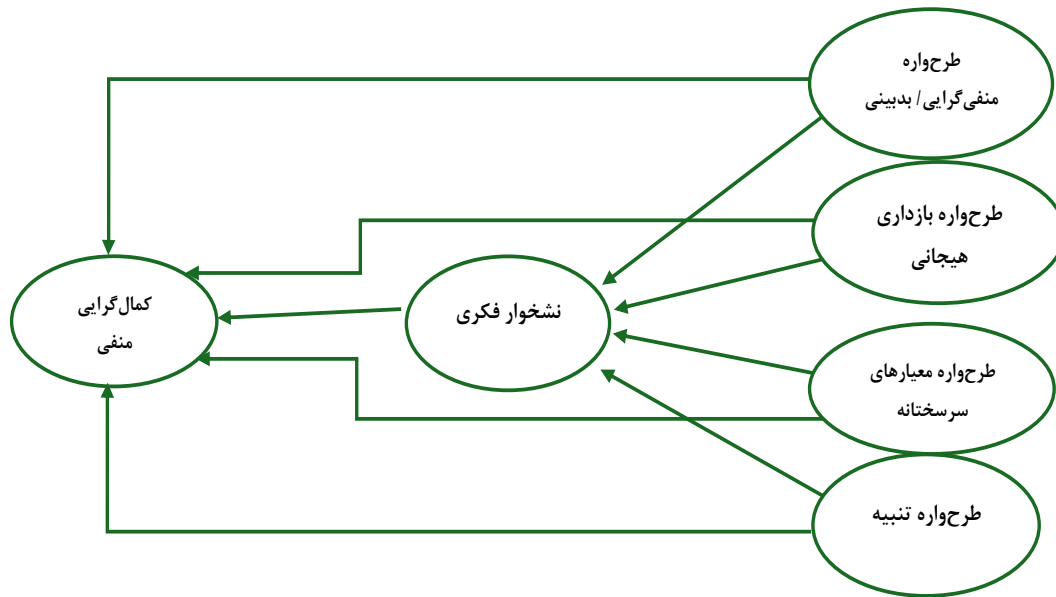
و منفی تری شورت بوده است، دانشجویانی که نمره آن‌ها در خرده‌مقیاس کمال‌گرایی منفی این پرسش‌نامه برابر یا بالاتر از ۶۹ (از دامنه نمرات ۲۰ تا ۱۰۰) بود، براساس نقطه برش تعیین شده در پژوهش‌های هنجاری، به‌عنوان افراد دارای سطح متوسط یا بالا در کمال‌گرایی منفی در نظر گرفته شدند. بالطبع، افرادی که در خرده‌مقیاس کمال‌گرایی منفی پرسش‌نامه مذکور نمره کمتر از ۶۹ کسب کردند (سطح پایین کمال‌گرایی منفی)، افرادی که به‌صورت ناقص یا مخدوش به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند، افرادی که سابقه اختلالات روان‌پزشکی شدید یا بستری شدن در بیمارستان روانی را براساس خودگزارش دهی داشتند، افرادی که در زمان انجام پژوهش تحت مصرف داروهای روان‌گردان یا داروهایی که بر عملکرد شناختی و هیجانی اثر قابل توجه دارند بودند و افرادی که رضایت آگاهانه خود را لغو کردند یا تمایل به ادامه همکاری نداشتند، از پژوهش خارج شدند.

پس از آنکه کلیه ملاحظات اخلاقی از جمله کسب رضایت آگاهانه، توضیح اهداف و روند اجرای پژوهش به شرکت‌کنندگان و کسب اطمینان آن‌ها در مورد محرمانه ماندن اطلاعات و بدون نام بودن پرسش‌نامه‌ها، در نظر گرفته شد، پرسش‌نامه‌ها به‌صورت آنلاین از طریق برنامه‌های پیام‌رسان واتساپ، تلگرام، اینستاگرام، توئیتر، لینکدین و بله در اختیار نمونه‌های موردنظر به‌صورت تصادفی قرار گرفت. پس از گردآوری داده‌ها، شرکت‌کنندگانی که فاقد ملاک‌های ورود به پژوهش بودند، از پژوهش خارج شدند. سپس تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح توصیفی با استفاده از آماره‌های توصیفی شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و در سطح استنباطی با استفاده از الگویابی معادلات ساختاری و با بهره‌گیری از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS به‌ترتیب با نسخه‌های ۲۶ و ۲۴ انجام شد.

ابزارها

پرسش‌نامه طرح‌واره‌های یانگ (فرم کوتاه، ویرایش سوم، ۹۰ سؤالی) [۱۱]

این پرسش‌نامه را یانگ ساخته است و دارای ۹۰ گویه است که ۱۸ حیطه از طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را اندازه می‌گیرد [۵۴]. هر گویه توسط مقیاس درجه‌بندی ۶ تایی (از ۱=کاملاً در مورد من نادرست است تا ۶=کاملاً در مورد من درست است) نمره‌گذاری می‌شود. بنابراین نمره‌های این پرسش‌نامه با جمع نمرات ماده‌های هر مقیاس به دست می‌آید. هر مقیاس دارای ۵ ماده است که یک طرح‌واره ناسازگار اولیه را اندازه می‌گیرد. دامنه نمرات هر مقیاس بین ۵ تا ۳۰ می‌باشد که نمره بالا نشان‌دهنده میزان بالای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در شرکت‌کننده‌ها است [۵۵]. در این پژوهش، از این پرسش‌نامه برای سنجش طرح‌واره‌های حوزه پنجم استفاده شد، زیرا پیشینه پژوهشی،



تصویر ۱. مدل مفهومی پژوهش

پرسش‌نامه کمال‌گرایی مثبت و منفی^{۱۲}

این مقیاس را تری شورت و همکاران ساخته‌اند که ۴۰ سؤال دارد. ۲۰ سؤال کمال‌گرایی مثبت و ۲۰ سؤال کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد. در این پژوهش کمال‌گرایی منفی توسط گویه‌های ۱، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۶، ۲۷، ۳۱، ۳۳، ۳۶، ۳۸ و ۳۹ بر مبنای طیف ۵ لیکرتی از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) اندازه‌گیری خواهد شد. دامنه نمره‌ها بین ۲۰ تا ۱۰۰ است. نقطه برش این آزمون برای افراد دارای اختلال در خرده‌مقیاس کمال‌گرایی منفی، ۶۹ و بالاتر است. آلفای کرونباخ برای کمال‌گرایی مثبت ۰/۸۵ و برای کمال‌گرایی منفی ۰/۸۶ به دست آمد. همچنین براساس پژوهش تری شورت و همکاران پرسش‌نامه از روایی قابل‌قبولی برخوردار است [۵۹]. در فرم فارسی این پرسش‌نامه آلفای کرونباخ پرسش‌های هریک از زیرمقیاس‌ها در یک نمونه ۲۱۲ نفری از دانشجویان به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۷ برای کل آزمودنی‌ها، ۰/۹۱ و ۰/۸۸ برای دانشجویان دختر و ۰/۸۹ و ۰/۸۶ برای دانشجویان پسر بود که نشان‌دهنده همسانی درونی بالای مقیاس است [۶۰]. هس و پراپاوسیس ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی را به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند. همچنین ضریب پایایی بازآزمایی این پرسش‌نامه ۰/۸۶ بود [۶۱]. همچنین آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه در نمونه پژوهش حاضر ۰/۸۲۹ به دست آمد.

ارتباط بین این طرح‌واره‌ها را با کمال‌گرایی منفی نشان می‌دهد. شماره سؤال‌های مرتبط با هر طرح‌واره به شرح زیر است:

بازداری هیجانی: ۱۲، ۳۰، ۴۸، ۶۶، ۸۴؛

معیارهای سخت‌گیرانه/عیب‌جویی افراطی: ۱۳، ۳۱، ۴۹، ۶۷، ۸۵؛

منفی‌گرایی/بدبینی: ۱۷، ۳۵، ۵۳، ۷۱، ۸۹؛

تنبیه: ۱۸، ۳۶، ۵۴، ۷۲، ۹۰؛

بانگ و همکاران اعتبار این پرسش‌نامه را بر روی یک نمونه ۵۶۴ نفری از دانشجویان آمریکایی با استفاده از روش همسانی درونی و بازآزمایی به ترتیب ۰/۹۵ و ۰/۸۱ گزارش کردند [۵۶]. همچنین در ایران علاوه بر هنجاریابی فرم کوتاه ویرایش اول (۷۵ سؤالی) که آهی و همکاران [۵۷] آن را بررسی کردند، فرم کوتاه جدید ویرایش سوم (۹۰ سؤالی) که در این پژوهش استفاده شد، توسط یوسفی و همکاران [۵۸] بررسی و روایی و اعتبار پرسش‌نامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بر روی یک نمونه ۵۷۹ نفری در دو مرحله (مرحله اول ۳۹۴ و مرحله دوم ۱۸۵) بررسی شد. اعتبار این پرسش‌نامه با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن در کل نمونه به ترتیب ۰/۹۱ و ۰/۸۶ و در دختران به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۴ و در پسران به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۱ بود. به علاوه آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های طرح‌واره‌های معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی و تنبیه در پژوهش حاضر به ترتیب ۰/۶۸۳ و ۰/۸۴۱ و آلفای کرونباخ کل مجموع طرح‌واره‌ها ۰/۸۸۷ به دست آمد.

12. Positive And Negative Perfectionim Scale (PANPS)

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای جمعیت‌شناختی

متغیر	طبقات	میانگین $\pm$ انحراف معیار / تعداد (درصد)
سن	-	۲/۴۴ $\pm$ ۲۲/۷۶
جنسیت	دختر	۲۸۰ (۷۳/۹)
	پسر	۹۹ (۲۶/۱)
وضعیت تأهل	مجرد	۳۴۸ (۹۱/۸)
	متاهل	۳۱ (۸/۲)
تحصیلات	فوق دیپلم	۱۰ (۲/۶)
	کارشناسی	۲۰۴ (۵۳/۸)
	کارشناسی ارشد	۱۶۰ (۴۲/۲)
	دکتری	۵ (۱/۳)

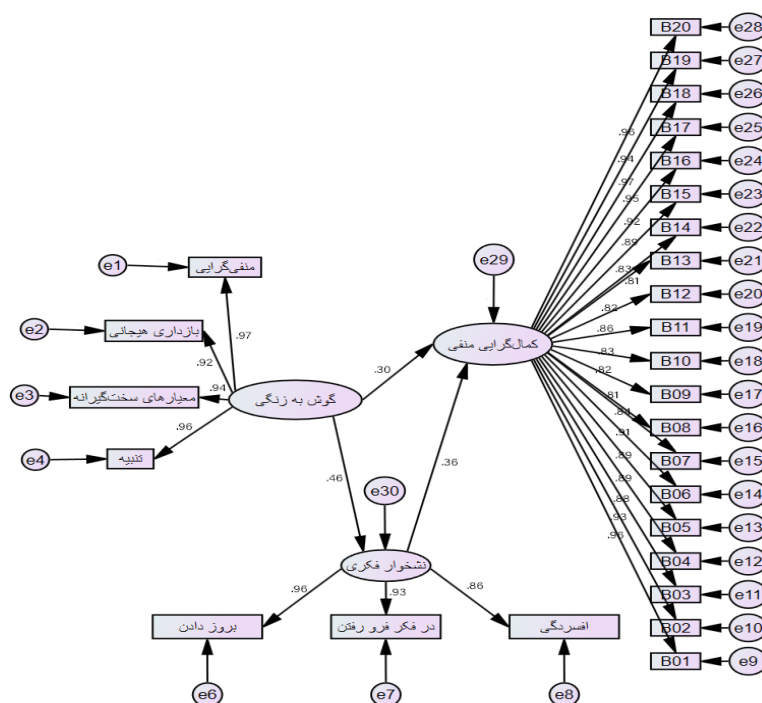
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

می‌خواهد هر کدام را در مقیاسی از ۱ (هرگز) تا ۴ (اغلب اوقات) درجه‌بندی کنند. دامنه نمره‌های این پرسش‌نامه بین ۲۲ تا ۸۸ است. نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده افزایش نشخوار فکری در فرد است که افسردگی اولیه را پیش‌بینی می‌کند. شواهد تجربی نشان می‌دهد، مقیاس پاسخ‌های نشخواری پایایی درونی زیادی دارد. ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ قرار دارد. پژوهش‌های گوناگون نشان می‌دهد همبستگی بازآزمایی برای پاسخ‌های نشخواری ۰/۶۷ است [۶۲]. آلفای کرونباخ

پرسش‌نامه نشخوار فکری نالن هوکسما و مارو^{۱۳} (RRS)

نالن هوکسما و مارو پرسش‌نامه‌ای تدوین کردند که چهار سبک متفاوت واکنش به خلق منفی را ارزیابی می‌کند. پرسش‌نامه سبک‌های پاسخ از دو مقیاس پاسخ‌های نشخواری و مقیاس پاسخ‌های منحرف‌کننده حواس تشکیل شده است. مقیاس پاسخ‌های نشخواری ۲۲ گویه دارد و از پاسخ‌دهندگان

13. Ruminative Response Scale (RRS)



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۲. الگوی پراکندگی نمرات کمال‌گرایی منفی براساس طرح‌واره‌های حوزه پنجم با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان پس از اصلاح مدل.

کمال‌گرایی منفی به‌ترتیب ۰/۱۶۹- و ۰/۹۹+ بود. برای نشخوار فکری، نمره کل میانگین ۵۳/۴۱ و انحراف معیار ۱۴/۲۷ داشت. کجی و کشیدگی نشخوار فکری به‌ترتیب ۰/۲۱+ و ۰/۵۴۱- بود. در زیرمقیاس‌های نشخوار فکری، میانگین نمرات بروز دادن (بازتاب) ۱۲/۲۲±۳/۹۲، در فکر فرو رفتن ۱۱/۳۹±۳/۳۱ و افسردگی ۲۹/۸۰±۸/۲۰ بود. کجی و کشیدگی این زیرمقیاس‌ها به شرح زیر بود: بروز دادن (بازتاب) کجی ۰/۱۷۶+ و کشیدگی ۰/۷۲۱-، در فکر فرو رفتن کجی ۰/۲۸۲+ و کشیدگی ۰/۵۰۲-، افسردگی کجی ۰/۲۰۵+ و کشیدگی ۰/۵۶۸- بود.

همچنین، میانگین نمرات طرح‌واره‌های ناسازگار حوزه پنجم ۱۶/۵۴±۱/۸۶ بود. میانگین نمرات زیرمقیاس‌های طرح‌واره‌های ناسازگار شامل طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی ۱۵/۹۷±۵/۳۷، طرح‌واره بازداری هیجانی ۱۳/۷۰±۵/۱۲، طرح‌واره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی ۱۹/۰۶±۴/۴۷ و طرح‌واره تنبیه ۱۳/۱۴±۵/۵۸ به دست آمد. کجی و کشیدگی این زیرمقیاس‌ها به‌ترتیب عبارت بودند از: طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی کجی ۰/۲۵۱+ و کشیدگی ۰/۶۹۰-، طرح‌واره بازداری هیجانی کجی ۰/۵۲۹+ و کشیدگی ۰/۲۷۷-، طرح‌واره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی کجی ۰/۰۱۷+ و کشیدگی ۰/۶۱۲-، طرح‌واره تنبیه کجی ۰/۷۴۸+ و کشیدگی ۰/۰۴۷- بود.

در بخش آمار استنباطی، ابتدا به‌منظور بررسی فرضیه‌های همبستگی بین متغیرهای پژوهش، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. همچنین برای بررسی نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه میان کمال‌گرایی منفی و طرح‌واره‌های حوزه پنجم، از تحلیل مسیر بهره گرفته شد. باتوجه به ماهیت این تحقیق، هریک از طرح‌واره‌های حوزه پنجم به‌طور جداگانه در مدل‌های مختلف مورد تحلیل قرار گرفتند. در این بخش، به‌منظور تبیین

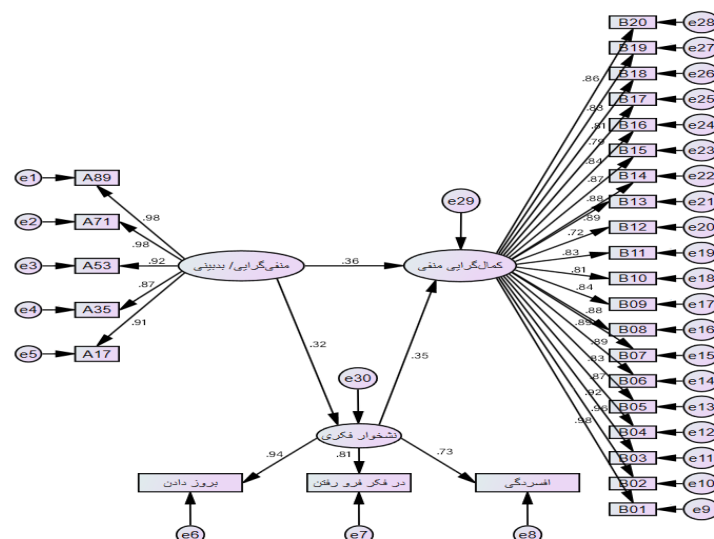
در پژوهش انجام‌شده در نمونه ایرانی که منصوری و همکاران انجام دادند، ۰/۹۰+ به دست آمد [۶۳]. به‌علاوه، آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های نشخوار فکری یعنی بروز دادن (بازتاب)، در فکر فرو رفتن و افسردگی در پژوهش حاضر به‌ترتیب ۰/۸۴۶، ۰/۶۹۵ و ۰/۹۰۵ و آلفای کرونباخ نشخوار فکری در کل ۰/۹۴۱ به دست آمد.

یافته‌ها

در بخش آمار توصیفی، اندازه‌های توصیفی مربوط به متغیرهای جمعیت‌شناختی و مقیاس‌های پژوهش ارائه شده است. برای گزارش آمار توصیفی، از فراوانی و درصد فراوانی برای متغیرهای کیفی و از میانگین، انحراف معیار، حداقل، حداکثر، کجی و کشیدگی، برای متغیرهای کمی استفاده گردیده است. آمار توصیفی مربوط به متغیرهای جمعیت‌شناختی در **جدول شماره ۱** نمایش داده شده است.

در این مطالعه، میانگین سن شرکت‌کنندگان ۲۲/۷۶±۲/۴۴ بود. از نظر جنسیت، ۷۳/۹ درصد از شرکت‌کنندگان دختر و ۲۶/۱ درصد پسر بودند. درخصوص وضعیت تأهل، ۹۱/۸ درصد از شرکت‌کنندگان مجرد و ۸/۲ درصد متأهل بودند. درنهایت، توزیع تحصیلات به شرح، ۲/۶ درصد فوق‌دیپلم، ۵۳/۸ درصد کارشناسی، ۴۲/۲ درصد کارشناسی ارشد و ۱/۳ درصد دکتری بود. آمار کل نمرات و خرده‌مقیاس‌های پرسش‌نامه‌های تحقیق در **جدول شماره ۲** ارائه شده است.

جدول شماره ۲ شاخص‌های توصیفی نمرات کل و زیرمقیاس‌های متغیرهای پژوهش را در ۳۷۹ شرکت‌کننده نشان می‌دهد. در این مطالعه، میانگین نمرات کمال‌گرایی منفی ۶۶/۴۲ و انحراف معیار آن ۱۳/۴۴ بود. کجی و کشیدگی نمرات



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۳. الگوی پراکندگی نمرات کمال‌گرایی منفی براساس طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان پس از اصلاح مدل

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی نمرات کل و زیرمقیاس‌های متغیرهای پژوهش

متغیر	زیرمقیاس	میانگین $\pm$ انحراف معیار	کجی	کشیدگی	حداقل	حداکثر
کمال‌گرایی منفی	-	۶۶/۴۲ $\pm$ ۱۳/۴۴	-۰/۱۶۹	۰/۰۹۹	۲۴	۱۰۰
نشخوار فکری	نمره کل	۵۳/۴۱ $\pm$ ۱۴/۲۷۰	۰/۲۱۰	-۰/۵۴۱	۲۲	۸۸
	بروز دادن (بازتاب)	۱۲/۲۲ $\pm$ ۳/۹۱۲	۰/۱۷۶	-۰/۷۲۱	۵	۲۰
	در فکر فرو رفتن	۱۱/۳۹ $\pm$ ۳/۳۱۳	۰/۲۸۲	-۰/۵۰۲	۵	۲۰
	افسردگی	۲۹/۸۰ $\pm$ ۸/۰۲۰	۰/۲۰۵	-۰/۵۶۸	۱۲	۴۸
طرح‌واره‌های حوزه پنجم	نمره کل	۶۱/۸۶ $\pm$ ۱۶/۴۵۹	۰/۳۸۴	-۰/۱۵۰	۲۲	۱۱۵
	طرح‌واره منفی‌گرایی / بدبینی	۱۵/۷۷ $\pm$ ۵/۷۳۷	۰/۲۵۱	-۰/۶۹۰	۵	۳۰
	طرح‌واره بازداری هیجانی	۱۳/۰۷ $\pm$ ۵/۴۲۱	۰/۵۲۹	-۰/۲۷۷	۵	۳۰
	طرح‌واره معیارهای سرسختانه / عیب‌جویی افراطی	۱۹/۶۰ $\pm$ ۴/۹۴۷	۰/۰۱۷	-۰/۶۱۲	۶	۳۰
	طرح‌واره تنبیه	۱۳/۴۳ $\pm$ ۵/۵۸۰	۰/۷۴۸	-۰/۰۴۷	۵	۳۰

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

مدل بهبود یافتند. در مدل اصلاح‌شده، مقدار مجذور خی (χ^2) به ۲۴۶/۲۹ و مقدار χ^2/df به ۱/۹۱ کاهش یافت. همچنین، شاخص نیکویی برازش (GFI) به ۰/۹۲ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) به ۰/۹۴ افزایش پیدا کرد. مقدار خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) نیز از ۰/۰۸۵ به ۰/۰۴۵ کاهش یافت که نشان‌دهنده بهبود برازش مدل است. همچنین درجه آزادی (df) به ۱۲۹ کاهش یافت. این یافته‌ها نشان‌دهنده تأیید نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با کمال‌گرایی منفی است.

بررسی مدل اصلاح‌شده نشان داد طرح‌واره‌های حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری به‌طور مستقیم ($B=0/30$) بر کمال‌گرایی منفی تأثیر دارند. به‌علاوه، طرح‌واره‌های حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری به میزان $B=0/46$ از واریانس نشخوار فکری را تبیین می‌کند. همچنین نشخوار فکری نیز به میزان $B=0/36$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر مستقیم دارد. در مجموع، متغیرهای پیش‌بین ۴/۱۹ درصد از واریانس کمال‌گرایی منفی را توضیح می‌دهند.

همچنین به‌منظور بررسی اثر غیرمستقیم طرح‌واره‌های حوزه پنجم بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری، از آزمون سوبل^{۲۱} که یکی از رایج‌ترین روش‌های آزمون ضرایب میانجی محسوب می‌شود، استفاده شد. این روش که نخستین بار مایکل سوبل^{۲۲} [۶۵] در سال ۱۹۸۲ آن را معرفی کرد، مشخص می‌کند که «آیا اثر متغیر مستقل بر متغیر وابسته از طریق متغیر میانجی،

الگوی پراکندگی نمرات کمال‌گرایی منفی براساس طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با نقش میانجی نشخوار فکری، از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد (تصویر شماره ۲). نتایج حاصل نشان می‌دهد نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با کمال‌گرایی منفی نقش میانجی دارد.

مطابق با دیدگاه مایرز و همکاران [۶۴]، نتایج شاخص‌های برازش^{۱۴} الگوی ساختاری در نمونه مورد بررسی شامل شاخص مجذور خی^{۱۵} (χ^2)، نسبت مجذور خی به درجه آزادی^{۱۶} (χ^2/df)، شاخص نیکویی برازش^{۱۷} (GFI)، شاخص برازش تطبیقی^{۱۸} (CFI) و خطای ریشه میانگین مربعات تقریب^{۱۹} (RMSEA) به‌ترتیب ۳۸۹/۸۱، ۲/۹۷، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و ۰/۰۸۵ و درجه آزادی^{۲۰} (df)، ۱۳۱ به دست آمد.

براساس نظر مایرز و همکاران [۶۴]، مقدار بیشتر از ۰/۹۰ برای شاخص‌های CFI و GFI و مقدار کمتر از ۰/۰۸ برای RMSEA نشان‌دهنده برازش مطلوب مدل با داده‌ها است. مقدار RMSEA بالاتر از ۰/۰۸ در مدل اولیه، نشان‌دهنده نیاز به اصلاح مدل بود. پس از اعمال اصلاحات در مدل، از طریق ایجاد کوواریانس بین برخی خطاها و حذف مسیرهای غیرمعنی‌دار، شاخص‌های برازش

14. Fit indices

15. Chi-squared test

16. Chi-square over degrees of freedom

17. Goodness-of-Fit Index (GFI)

18. Comparative Fit Index (CFI)

19. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

20. Degrees of Freedom (df)

21. Sobel test

22. Sobel, M.E.

جدول ۳. رابطه متغیرها براساس مدل اصلاح‌شده

پیش‌بین	ملاک	نوع مسیر	ضریب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
گوش‌به‌زنگی	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۰	۳/۳۷۲	۰/۰۰۱
گوش‌به‌زنگی	نشخوار فکری	مستقیم	۰/۴۶	۲/۹۴۸	۰/۰۰۲
نشخوار فکری	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۶	۲/۷۸۵	۰/۰۰۹
گوش‌به‌زنگی	کمال‌گرایی منفی	غیرمستقیم	۰/۰۸	۲/۹۱۲	P<۰/۰۵

مجله روان‌پژوهی و روان‌شناسی بالینی ایران

معنی‌دار است یا خیر؟»

(CFI) و خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) به‌ترتیب ۰/۰۸۱ و ۰/۰۸۸، ۰/۸۷، ۲/۵۲، ۳/۱۲/۸۴ (df) آزادی ۱۲۴ به دست آمد. مقادیر به‌دست‌آمده برای شاخص‌های نیکویی برازش نشان می‌دهد مدل از برازش نامناسبی برخوردار است. مقدار RMSEA بالاتر از ۰/۰۸ در مدل اولیه، نشان‌دهنده نیاز به اصلاح مدل است. آزمون برازندگی مدل با داده‌ها، پس از اعمال اصلاحات در مدل، از طریق ایجاد کوواریانس بین برخی خطاها و حذف مسیرهای غیرمعنی‌دار انجام شد. در نتیجه، پس از کاهش ۲ واحد در درجه آزادی مدل اصلاح‌شده، مقدار مجذور خی (χ^2) به ۱۹۸/۴۳ و مقدار χ^2/df به ۱/۶۳ کاهش یافت. همچنین، شاخص نیکویی برازش (GFI) به ۰/۹۴ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) به ۰/۹۶ افزایش پیدا کرد. مقدار خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) نیز از ۰/۰۸۱ به ۰/۰۴۴ کاهش یافت. به‌علاوه درجه آزادی (df) به ۱۲۲ کاهش یافت.

براساس نتایج حاصل از اصلاح مدل و کاهش درجات آزادی، با ایجاد روابط بین مؤلفه‌های پیش‌بین، مشخص شد طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی به‌طور مستقیم $B=۰/۳۶$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر دارد. همچنین، طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی به میزان $B=۰/۳۲$ از واریانس نشخوار فکری را تبیین می‌کند. علاوه‌براین، نشخوار فکری نیز به میزان $B=۰/۳۵$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر مستقیم دارد. در مجموع، متغیرهای پیش‌بین ۸/۱۷ درصد از واریانس کمال‌گرایی منفی را توضیح می‌دهند (تصویر شماره ۳).

همچنین میزان تأثیر غیرمستقیم طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری برابر با $B=۰/۰۷$ محاسبه شد. از آنجاکه آماره آزمون سوبل برای مسیر غیرمستقیم برابر با ۲/۷۵۸ است که از مقدار ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد، لذا فرض صفر (H_0) رد و اثر میانجی تأیید شد. بنابراین، براساس نتایج به‌دست‌آمده، طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی از طریق نشخوار فکری با کمال‌گرایی منفی رابطه دارد. به‌عبارت دیگر، نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی و کمال‌گرایی منفی نقش میانجی ایفا می‌کند (جدول شماره ۴).

نتایج حاصل نشان می‌دهد نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره بازدارنده هیجانی و کمال‌گرایی منفی نقش میانجی دارد.

دو روش برای محاسبه مقدار آماره آزمون سوبل وجود دارد که شامل استفاده از ضرایب رگرسیون و خطای استاندارد و آماره تی^{۲۳} (t) می‌شود. در این پژوهش، برای بررسی اثر غیرمستقیم، از آزمون سوبل آنلاین^{۲۴} و روش ضرایب رگرسیون و خطای استاندارد استفاده شد. همچنین، مطابق با دیدگاه مایرز و همکاران [۶۴]، آزمون آرویان نیز به‌عنوان یکی از معیارهای سنجش معنی‌داری اثرات غیرمستقیم معرفی شده است. میزان تأثیر غیرمستقیم طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازدارنده بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری برابر با $B=-۰/۰۸$ محاسبه شد. از آنجاکه آماره آزمون سوبل برای مسیر غیرمستقیم برابر با ۲/۹۱۲ است که از مقدار ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد، لذا فرض صفر (H_0) رد و اثر میانجی نشخوار فکری تأیید شد (جدول شماره ۳).

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازدارنده از طریق نشخوار فکری با کمال‌گرایی منفی رابطه دارد. همچنین تحلیل داده‌ها و بررسی شاخص‌های برازش مدل نشان داد مدل پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار است. نتایج اولیه حاکی از آن بود که مدل قبل از اصلاح دارای برخی ضعف‌ها در برازش بود که نیازمند تعدیل مسیرها و ایجاد همبستگی بین برخی خطاها بود. نتایج نشان داد طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازدارنده تأثیر مستقیم بر نشخوار فکری و کمال‌گرایی منفی دارند. همچنین، نشخوار فکری به‌عنوان یک متغیر واسطه‌ای، بخشی از تأثیر طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازدارنده را به کمال‌گرایی منفی منتقل می‌کند.

نتایج حاصل نشان می‌دهد نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی و کمال‌گرایی منفی نقش میانجی دارد. نتایج مربوط به شاخص‌های برازش الگوی ساختاری شامل شاخص مجذور خی (χ^2) ، شاخص مجذور خی بر درجه آزادی (χ^2/df) ، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی

23. T-statistic or T-value

24. <https://cochrana.ir>

جدول ۴. رابطه متغیرها بر اساس مدل

پیش‌بین	ملاک	نوع مسیر	ضریب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
منفی‌گرایی/بدبینی	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۶	۳/۳۳۳	۰/۰۰۱
منفی‌گرایی/بدبینی	نشخوار فکری	مستقیم	۰/۳۲	۲/۸۸۹	۰/۰۰۲
نشخوار فکری	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۵	۲/۶۰۹	۰/۰۰۹
منفی‌گرایی/بدبینی	کمال‌گرایی منفی	غیرمستقیم	۰/۰۷	۲/۷۵۸	P<۰/۰۵

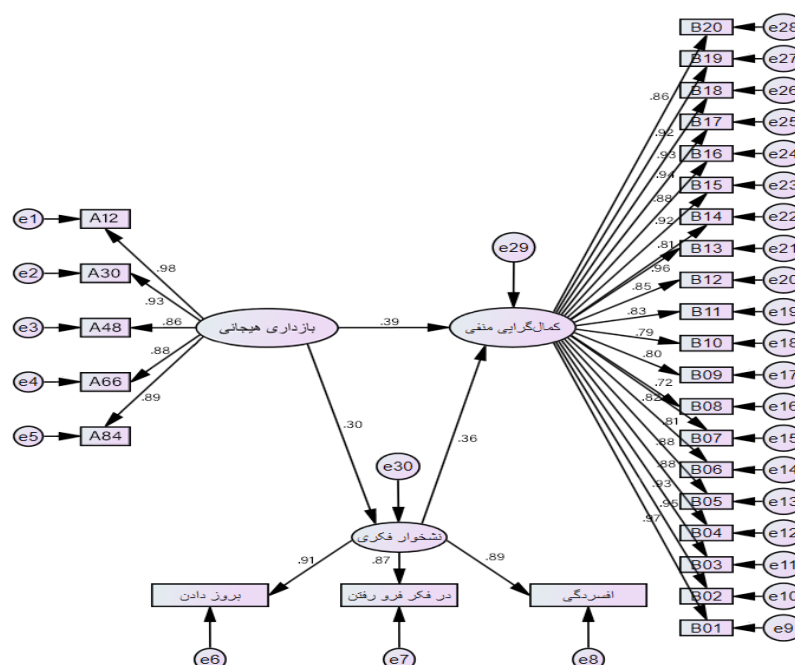
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

کمال‌گرایی منفی است.

بررسی مدل اصلاح‌شده نشان داد بازداري هیجانی به‌طور مستقیم ($B=0/39$) بر کمال‌گرایی منفی تأثیر دارد و به میزان $B=0/30$ از واریانس نشخوار فکری را تبیین می‌کند. علاوه‌براین، نشخوار فکری نیز به میزان $B=0/36$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر مستقیم دارد. در مجموع، متغیرهای پیش‌بین ۴/۱۸ درصد از واریانس کمال‌گرایی منفی را توضیح می‌دهند (جدول شماره ۵).

همچنین تأثیر غیرمستقیم بازداري هیجانی بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری برابر با $B=0/08$ است و مقدار آزمون سوبل برابر با ۲/۸۲۳ به دست آمد که از مقدار ۱/۹۶ بیشتر بوده و نشان‌دهنده رد فرض صفر و تأیید نقش میانجی نشخوار فکری است. بنابراین، نتایج نشان می‌دهد بازداري هیجان از طریق نشخوار فکری با کمال‌گرایی منفی رابطه دارد و نشخوار فکری به‌عنوان یک متغیر میانجی در این رابطه نقش ایفا می‌کند

نتایج شاخص‌های برازش الگوی ساختاری شامل شاخص مجذور خی (χ^2)، نسبت مجذور خی به درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) به ترتیب ۳۴۵/۷۶، ۰/۸۶، ۰/۸۷، ۰/۸۷ و ۰/۸۵ و درجه آزادی (df) ۱۲۸ به دست آمد. مقدار RMSEA بالاتر از ۰/۰۸ در مدل اولیه، نشان‌دهنده نیاز به اصلاح مدل بود. پس از اعمال اصلاحات در مدل، شاخص‌های برازش مدل بهبود یافتند. در مدل اصلاح‌شده، مقدار مجذور خی (χ^2) به ۲۱۴/۳۲ و مقدار χ^2/df به ۰/۹۳ کاهش یافت. همچنین، شاخص نیکویی برازش (GFI) به ۰/۹۳ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) به ۰/۹۵ افزایش پیدا کرد. مقدار خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) نیز از ۰/۸۵ به ۰/۴۷ کاهش یافت که نشان‌دهنده بهبود برازش مدل است. همچنین درجه آزادی (df) به ۱۲۶ کاهش یافت. این یافته‌ها نشان‌دهنده تأیید نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره بازداري هیجانی و



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۴. الگوی پراکندگی نمرات کمال‌گرایی منفی بر اساس طرح‌واره بازداري هیجانی با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان پس از اصلاح مدل

(جدول شماره ۵).

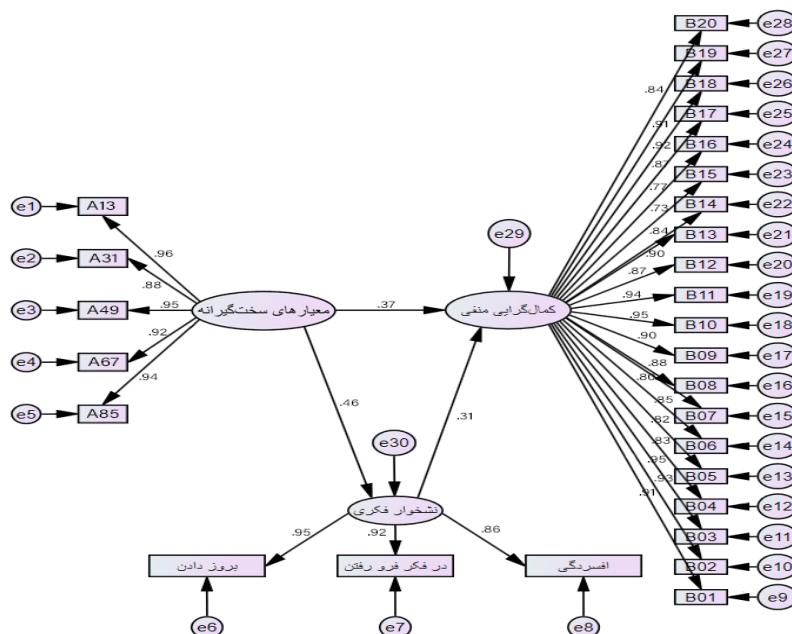
نتایج شاخص‌های برازش الگوی ساختاری در نمونه مورد بررسی شامل شاخص مجذور خی (χ^2)، نسبت مجذور خی به درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) به ترتیب ۳۶۸/۸۲، ۲/۷۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶ و ۰/۰۸۳ و درجه آزادی (df) ۱۳۰ به دست آمد. مقدار RMSEA بالاتر از ۰/۰۸ در مدل اولیه، نشان‌دهنده نیاز به اصلاح مدل بود. پس از اعمال اصلاحات در مدل، از طریق ایجاد کوواریانس بین برخی خطاها و حذف مسیرهای غیرمعنی‌دار، شاخص‌های برازش مدل بهبود یافتند. در مدل اصلاح‌شده، مقدار مجذور خی (χ^2) به ۲۲۱/۳۶ و مقدار χ^2/df به ۱/۷۲ کاهش یافت. همچنین، شاخص نیکویی برازش (GFI) به ۰/۹۲ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) به ۰/۹۴ افزایش پیدا کرد. مقدار خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) نیز از ۰/۰۸۳ به ۰/۰۴۸ کاهش یافت که نشان‌دهنده بهبود برازش مدل است. همچنین درجه آزادی (df) به ۱۲۸ کاهش یافت. این یافته‌ها نشان‌دهنده تأیید نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی و کمال‌گرایی منفی است.

بررسی مدل اصلاح‌شده نشان داد طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی به‌طور مستقیم $B=0/38$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر دارد. به‌علاوه طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی به میزان $B=0/44$ از واریانس نشخوار فکری را تبیین می‌کند. همچنین نشخوار فکری نیز

به میزان $B=0/32$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر مستقیم دارد. در مجموع، متغیرهای پیش‌بین ۱/۲۰ درصد از واریانس کمال‌گرایی منفی را توضیح می‌دهند (تصویر شماره ۴).

همچنین میزان تأثیر غیرمستقیم طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری برابر با $B=0/08$ محاسبه شد. از آنجاکه آماره آزمون سوبل برای مسیر غیرمستقیم برابر با ۲/۸۷۹ است که از مقدار ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد، لذا فرض صفر (H_0) رد و اثر میانجی نشخوار فکری تأیید شد. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی از طریق نشخوار فکری با کمال‌گرایی منفی رابطه دارد. این یافته‌ها تأیید می‌کنند نشخوار فکری در رابطه بین طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی و کمال‌گرایی منفی، نقش میانجی ایفا می‌کند (جدول شماره ۶). نتایج حاصل نشان می‌دهد نشخوار فکری در رابطه بین طرحواره تنبیه و کمال‌گرایی منفی نقش میانجی دارد.

نتایج شاخص‌های برازش الگوی ساختاری در نمونه مورد بررسی شامل شاخص مجذور خی (χ^2)، نسبت مجذور خی به درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) به ترتیب ۳۷۸/۷۹، ۲/۹۳، ۰/۸۴، ۰/۸۵ و ۰/۰۸۴ و درجه آزادی (df) ۱۲۹ به دست آمد. مقدار RMSEA بالاتر از ۰/۰۸ در مدل اولیه، نشان‌دهنده اصلاح مدل بود. پس از اعمال اصلاحات در مدل، از طریق ایجاد کوواریانس بین برخی خطاها و حذف مسیرهای غیرمعنی‌دار، شاخص‌های برازش مدل بهبود



جدول ۵. رابطه متغیرها براساس مدل اصلاح شده

پیش‌بین	مالک	نوع مسیر	ضریب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
بازداری هیجانی	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۹	۳/۳۴۱	۰/۰۰۱
بازداری هیجانی	نشخوار فکری	مستقیم	۰/۳۰	۲/۹۲۱	۰/۰۰۲
نشخوار فکری	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۶	۲/۷۱۲	۰/۰۰۹
بازداری هیجانی	کمال‌گرایی منفی	غیرمستقیم	۰/۰۸	۲/۸۲۳	$P < 0/05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

جدول ۶. رابطه متغیرها براساس مدل اصلاح‌شده

پیش‌بین	مالک	نوع مسیر	ضریب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۸	۳/۳۵۸	۰/۰۰۱
معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی	نشخوار فکری	مستقیم	۰/۴۴	۲/۹۱۲	۰/۰۰۲
نشخوار فکری	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۲	۲/۷۴۵	۰/۰۰۹
معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی	کمال‌گرایی منفی	غیرمستقیم	۰/۰۸	۲/۸۷۹	$P < 0/05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

جدول ۷. رابطه متغیرها براساس مدل اصلاح‌شده

پیش‌بین	مالک	نوع مسیر	ضریب استاندارد	t	سطح معنی‌داری
تنبیه	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۱	۳/۳۴۹	۰/۰۰۱
تنبیه	نشخوار فکری	مستقیم	۰/۴۵	۲/۹۶۷	۰/۰۰۲
نشخوار فکری	کمال‌گرایی منفی	مستقیم	۰/۳۷	۲/۷۳۴	۰/۰۰۹
تنبیه	کمال‌گرایی منفی	غیرمستقیم	۰/۰۷	۲/۸۹۴	$P < 0/05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

می‌دهند (تصویر شماره ۶).

میزان تأثیر غیرمستقیم طرح‌واره تنبیه بر کمال‌گرایی منفی از طریق نشخوار فکری برابر با $B = -0/07$ محاسبه شد. از آنجاکه آماره آزمون سوبل برای مسیر غیرمستقیم برابر با ۲/۸۹۴ است که از مقدار ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد، لذا فرض صفر (H_0) رد و اثر میانجی نشخوار فکری تأیید شد.

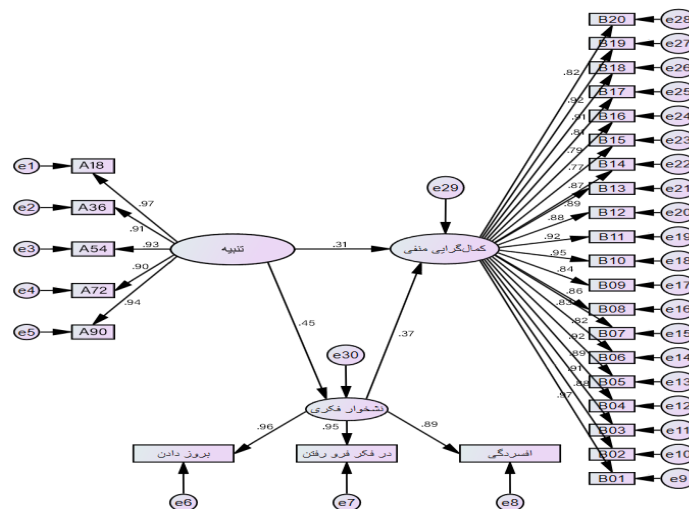
نتایج این پژوهش نشان می‌دهد طرح‌واره تنبیه از طریق نشخوار فکری با کمال‌گرایی منفی رابطه دارد. این یافته‌ها تأیید می‌کنند که نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره تنبیه و کمال‌گرایی منفی، نقش میانجی ایفا می‌کند (جدول شماره ۷).

بحث

باتوجه به اینکه هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی کمال‌گرایی

یافتند. در مدل اصلاح‌شده، مقدار مجذور خی (χ^2) به ۲۳۴/۲۸ و مقدار χ^2/df به ۱/۸۵ کاهش یافت. همچنین، شاخص نیکویی برازش (GFI) به ۰/۹۱ و شاخص برازش تطبیقی (CFI) به ۰/۹۳ افزایش پیدا کرد. مقدار خطای ریشه میانگین مربعات تقریب (RMSEA) نیز از ۰/۰۸۴ به ۰/۰۴۶ کاهش یافت که نشان‌دهنده بهبود برازش مدل است. همچنین درجه آزادی (df) به ۱۲۷ کاهش یافت. این یافته‌ها نشان‌دهنده تأیید نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین طرح‌واره تنبیه و کمال‌گرایی منفی است.

بررسی مدل اصلاح‌شده نشان داد طرح‌واره تنبیه به‌طور مستقیم ($B = 0/38$) بر کمال‌گرایی منفی تأثیر دارد. به‌علاوه طرح‌واره تنبیه به میزان $B = 0/28$ از واریانس نشخوار فکری را تبیین می‌کند. همچنین نشخوار فکری نیز به میزان $B = 0/35$ بر کمال‌گرایی منفی تأثیر مستقیم دارد. در مجموع، متغیرهای پیش‌بین ۹/۱۸ درصد از واریانس کمال‌گرایی منفی را توضیح



تصویر ۶. الگوی پراکندگی نمرات کمال گرایی منفی براساس طرحواره تنبیه با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان پس از اصلاح مدل

تصویر ۶. الگوی پراکندگی نمرات کمال گرایی منفی براساس طرحواره تنبیه با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان پس از اصلاح مدل

کمال گرایی منفی، استانداردهای غیرواقع بینانه و سطح بالا برای خود و اجتماع وضع می کنند و زمانی که در انجام وظایف محوله شکست می خورند، دچار نگرانی مفرط درباره اشتباهات، نشخوار فکری و نقایص شناختی می شوند.

در این افراد، نشخوار فکری شامل تفکر متمرکز بر خود است و موجب ارزیابی منفی خود، احساسات، رفتارها، موقعیت ها و توانایی مقابله فرد می شود. محتوای این افکار معمولاً شامل موضوعات شکست، عدم اطمینان از دستیابی به اهداف مهم شخصی و تردید درباره اعمال است. درواقع این افراد کمال گرا، اغلب نشخوار فکری مرتبط با شکست را گزارش می کنند که با نرسیدن به اهداف و معیارهای شخصی مرتبط است. درنهایت نیز پژوهش ها یک رابطه مثبت و معنی دار بین طرحواره های حوزه گوش به زنگ بیش از حد و بازداری با نشخوار فکری گزارش می دهند. درواقع طرحواره های حوزه گوش به زنگ بیش از حد می دهند. درواقع طرحواره های حوزه گوش به زنگ بیش از حد و بازداری، مهم ترین متغیر در پیش بینی نشخوار فکری اند، زیرا این افراد با تأکید بیش از حد و افراطی بر واپس زنی تکرانه ها، احساسات و انتخاب های خودانگیخته یا برآورده کردن انتظارات و قواعد انعطاف ناپذیر و درونی شده درباره عملکرد، اغلب باعث از بین رفتن خوشحالی، آرامش خاطر و نشخوار فکری شدید می شوند. بنابراین توضیحات، این سه متغیر نه تنها به طور مستقیم با هم مرتبط اند، بلکه نشخوار فکری نیز می تواند رابطه میان این ساختارهای شناختی عمیق تر یعنی طرحواره های ناسازگار حوزه پنجم و کمال گرایی منفی را میانجیگری کند.

به علاوه نتایج نشان داد نشخوار فکری می تواند رابطه هریک از طرحواره های این حوزه با کمال گرایی منفی را به طور جداگانه نیز میانجیگری کند. همسو با پژوهش کارلوچی و همکاران [۴۸] طرحواره منفی گرایی/بدبینی در افراد، با تأکید زیاد بر انتظارات افراطی، ترس غیرمعمول از اشتباه کردن و شکست، گوش به زنگی

منفی براساس طرحواره های حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با نقش میانجی نشخوار فکری در دانشجویان بود، نتایج پژوهش نشان داد نشخوار فکری در رابطه بین این طرحواره ها با کمال گرایی منفی نقش میانجی دارد. این یافته ها با نتایج پژوهش های مویدفر و همکاران [۱۷]، محمودزاده و محمدخانی [۱۸]، سلمان پور و همکاران [۳۱]، سالاری و همکاران [۳۶]، رمضان پور و جوزی [۳۷]، زارعی و همکاران [۳۸] معین و فراهانی فر [۳۹]، محرابی نیا و شمسایی [۴۷]، کارلوچی و همکاران [۴۸]، نیون و همکاران [۵۰]، همسو بود.

منظور از «همسو بودن» در این پژوهش، شباهت جهت، شدت و الگوی روابط به دست آمده با نتایج پژوهش های پیشین است؛ به این معنا که یافته های حاضر همان نوع ارتباطات معنی دار (مثبت یا منفی) و همان الگوهای پیش بینی را نشان دادند که در تحقیقات قبلی نیز گزارش شده بود. این همسویی حاکی از آن است که روابط میان متغیرها از ثبات نظری و تجربی برخوردارند و نتایج این پژوهش با چارچوب نظری مورد استفاده نیز تطابق دارند.

به طور کلی هرچه سطح طرحواره های ناسازگار اولیه در فرد بیشتر باشد، احتمال وجود کمال گرایی منفی در او بیشتر خواهد بود. همچنین افراد کمال گرای منفی، طرحواره های ناسازگار اولیه پررنگ تری دارند [۲۹، ۳۱]. به طور خاص تر، رابطه معنی داری بین نگرانی های کمال گرایانه و طرحواره های حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری وجود دارد. درواقع طرحواره های این حوزه، در نتیجه درخواست های مکرر، انتظارات برای کمال گرایی و گوش به زنگی افراطی نسبت به پیامدهای منفی در اوایل زندگی، شکل می گیرند و با تأکید زیاد بر سرکوبی احساسات هم زمان و تکیه بر قوانین خشک و انتظارات بالا برای عملکرد، با قواعد درونی کمال گرایی منفی در ارتباط هستند. از سوی دیگر، افراد با

سلمان‌پور و همکاران [۳۱] طرح‌واره معیارهای سخت‌گیرانه/عیب‌جویی افراطی، با تأکید زیاد بر قوانین خشک و انتظارات بالا برای عملکرد، با قواعد درونی کمال‌گرایی منفی مرتبط است. درواقع این طرح‌واره موجب سوگیری در تفسیر رویدادها، فرض‌های نادرست، نگرش‌های تحریف‌شده، اهداف و انتظارات غیرواقع‌بینانه در افرادی با کمال‌گرایی منفی می‌شود و این سوء برداشت‌ها بر ادراک و ارزیابی‌های بعدی آن‌ها نیز تأثیر می‌گذارد. افرادی با طرح‌واره معیارهای سخت‌گیرانه/عیب‌جویی افراطی، شدیداً تحت فشارند که به موفقیت و اهداف جاه‌طلبانه‌شان برسند و بسیار تلاش می‌کنند تا در هر کاری بهترین باشند. تفریح کردن و انجام فعالیت‌های خودانگیخته برایشان بسیار دشوار است و برای اعمالی که ارتباطی به موفقیت و پیروزی ندارد، ارزشی قائل نمی‌شوند. این افراد معمولاً کمال‌گرا و غیرمنعطف‌اند و هیچ‌گاه استانداردهای بالایشان را زیر سؤال نمی‌برند، بلکه آن‌ها را طبیعی می‌دانند، حتی زمانی که این ملاک‌ها، به‌وضوح غیرقابل‌دستیابی‌اند یا پیامدهای منفی دارند.

افرادی با این طرح‌واره، کمال‌گرایی را به‌صورت دست کم گرفتن عملکرد خود، توجه افراطی به جزئیات، داشتن قوانین خشک و عیب‌جویی افراطی از خود و دیگران تجربه می‌کنند. این قبیل خصوصیات در کمال‌گرایی منفی نیز بسیار دیده می‌شود که نشان‌دهنده ارتباط قدرتمند و معنی‌دار این طرح‌واره با نوع منفی کمال‌گرایی است. ازسوی دیگر نگرانی، اشتغال ذهنی و نشخوار فکری برگرفته از هنجارها و انتظارات غیرواقع‌بینانه، در بین افراد کمال‌گرای منفی بیشتر دیده می‌شود. کمال‌گرایی منفی به‌واسطه وجود چندین سوگیری در شناخت از قبیل تمایل به تعمیم شکست، توجه افراطی به خطاها و تمایل به تفسیر بازخوردهای مبهم به انتقاد، از نظر پدیدارشناختی، با نشخوار فکری مطابقت دارد.

درواقع گرایش به اجتناب از شکست، به‌دلیل آمادگی شناختی جهت گوش‌به‌زنگی و حساسیت بیش از حد نسبت به خطر، عامل اصلی در به‌کارگیری نشخوار فکری در افرادی با کمال‌گرایی منفی و بالاست. همچنین افراد کمال‌گرا علاوه بر ارزیابی و انتقاد افراطی از خود، تمایل به نشخوار فکری در مورد شکست و نیازشان برای کامل بودن دارند. بنابراین آن‌ها دائماً در مورد استانداردهای سطح بالا و ایدئال، ترس از شکست، انتقاد افراطی به‌دلیل اشتباهات و اینکه آیا عملشان به اندازه کافی خوب است یا نه، نشخوار فکری می‌کنند. به‌علاوه، این افراد برای انتخاب بهترین گزینه، تمایل به نشخوار فکری در مورد پیامدهای احتمالی دارند. بنابراین در صورت وجود نشخوار فکری، طبیعتاً ارتباط یادشده بین طرح‌واره معیارهای سخت‌گیرانه/عیب‌جویی افراطی با کمال‌گرایی منفی پررنگ‌تر خواهد شد.

همچنین طرح‌واره تنبیه در افراد، با قواعد درونی کمال‌گرایی منفی مرتبط است، زیرا این افراد نسبت به زیر پا گذاشتن انتظارات، معیارها و قواعد، به‌شدت حساس‌اند و اگر خودشان

و نگرانی مزمن، با قواعد درونی کمال‌گرایی منفی مرتبط است. درواقع، طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی معمولاً همراه با انتظارات افراطی در طیف گسترده‌ای از موقعیت‌های بین فردی، مالی و کاری است که به‌خودی‌خود موجب اشتباهات شدید می‌شود؛ به‌طوری‌که فرد درنهایت احساس می‌کند که زندگی شخصی‌اش از هم پاشیده است. این طرح‌واره اغلب موجب ترس بیش از حد و غیرمعمول از اشتباه کردن می‌شود؛ اشتباهی که ممکن است موجب فقدان، ورشکستگی مالی، سرافکندگی، تحقیر یا گیر افتادن در یک موقعیت ناخوشایند شود. باتوجه‌به اینکه نتایج بالقوه و منفی چنین حالاتی مبالغه‌آمیز است، ویژگی این افراد گوش‌به‌زنگی، نگرانی مزمن، بلاتکلیفی یا غر زدن است. علاوه بر شباهت این حالات با کمال‌گرایی منفی، فردی با این طرح‌واره، دچار تحریف در شناسایی موقعیت‌ها و پیش‌بینی منفی نتایج خواهد شد. درنتیجه به نشخوارگری افراطی در مورد شرایط موجود می‌پردازد. بنابراین وجود نشخوار فکری در فرد می‌تواند رابطه بین طرح‌واره منفی‌گرایی/بدبینی با کمال‌گرایی منفی را قوت ببخشد.

همچنین همسو با پژوهش محمدحسینی و همکاران [۱۸]، طرح‌واره بازداری هیجانی در افراد، با تأکید زیاد بر سرکوبی احساسات هم‌زمان و اجتناب از روابط صمیمانه، خطر شکست، اعمال و ارتباطات خودانگیخته، با قواعد درونی کمال‌گرایی منفی مرتبط است. ازسوی دیگر، همان‌طور که در مدل طرح‌واره درمانی هیجانی مطرح شد، نشخوار فکری به‌عنوان یکی از طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و نیز یکی از راهبردهای مقابله‌ای در‌دسرساز به شمار می‌رود. درواقع افراد براساس طرح‌واره‌های هیجانی خود (در اینجا طرح‌واره بازداری هیجانی) اقدام به مقابله با هیجانانشان می‌کنند؛ که این روش‌های مقابله‌ای بسته به باورهای هیجانی افراد ممکن است کارآمد یا ناکارآمد باشند.

یکی از این راهکارهای ناکارآمد، نشخوار فکری است که فرد به کمک آن احساسش را سرکوب یا از آن اجتناب می‌کند. نشخوار فکری پیامد عدم پذیرش هیجان و شکلی از اجتناب هیجانی است. به‌علاوه فرد کمال‌گرای منفی ممکن است به‌دلیل ناتوانی در پذیرش یا جلوگیری از اشتباهات خود یا دیگران و ترس از ارزیابی منفی، به نشخوار فکری بپردازد. ترس‌ها و نگرانی‌های کمال‌گرایانه موجب فعال شدن اشکال شناختی پایدار مختص کمال‌گرایان، مثل نشخوارگری اشتباه، تفکر بیش از حد پس از رویداد و نشخوار فکری درباره ارزیابی دیگران می‌شود که اضطراب و پریشانی افراد کمال‌گرا را افزایش می‌دهد. بنابراین، کمال‌گرایی با ویژگی‌های شناختی خاص خود، زمینه مناسبی برای بروز، شیوع و حفظ نشخوار فکری است. بنابراین، با وجود نشخوار فکری مفرط در فرد دارای طرح‌واره ناسازگار (در اینجا بازداری هیجانی)، کمال‌گرایی منفی با قدرت بیشتری قابل‌پیش‌بینی خواهد بود.

همسو با پژوهش‌های سخایی اردکانی و همکاران [۳۰]،

پاسخ‌دهندگان و وضعیت هیجانی آنان اشاره کرد؛ عواملی که می‌توانند بر نتایج تأثیرگذار باشند. براین اساس، توصیه می‌شود در پژوهش‌های آتی ضمن استفاده از روش‌های حضوری برای افزایش دقت، نقش سایر متغیرهای میانجی و همچنین وضعیت هیجانی و اختلالات بالینی احتمالی شرکت‌کنندگان مورد بررسی قرار گیرد.

ملاحظات اخلاقی

پژوهش حاضر با کد اخلاق (IR.ATU.REC.1403.023) در کمیته اخلاق دانشگاه علامه طباطبائی ثبت شده است. کلیه اصول اخلاقی در این مقاله رعایت شد و اطلاعات مربوط به شرکت‌کنندگان محرمانه باقی ماند.

حامی مالی

پژوهش حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد مهنوش سمندر، رشته روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی است و هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های دولتی، خصوصی و غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت‌نویسندگان

مفهوم‌سازی، تحقیق، تأمین مالی، منابع، پیش‌نویس اصلی و روش‌شناسی: مهنوش سمندر؛ نقد و ویرایش: فریده حسین ثابت؛ نظارت: احمد برجعلی.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، مقاله حاضر تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

از همه دانشجویان محترمی که در این پژوهش ما را یاری کردند، تشکر و سپاس‌گزاری می‌شود.

با دیگران نتوانند معیارهای مشخص‌شده را برآورده کنند، دچار خشم می‌شوند و نمی‌توانند از این تخلف بگذرند. درواقع، افرادی با طرح‌واره تنبیه، باور دارند که انسان‌ها باید به خاطر اشتباهاتشان، شدیداً تنبیه شوند. این افراد اغلب دچار احساس خشم و بی‌صبری نسبت به کسانی (از جمله خود فرد) می‌شوند که طبق انتظارات و معیارهای آن‌ها عمل نکرده‌اند. این‌گونه افراد معمولاً به دلیل نادیده گرفتن مشکلات دیگران، عدم همدلی با احساسات آن‌ها و در نظر نداشتن شرایط خاص، نمی‌توانند از اشتباهات خود و دیگران بگذرند. ازسوی دیگر، افرادی با کمال‌گرایی منفی نیز معیارهای سطح بالا و ایدئال وضع می‌کنند که در صورت عدم رسیدن به آن‌ها به شدت آشفته می‌شوند. این معیارهای غیرواقع‌بینانه، انتظارات افراطی و عدم پذیرش اشتباه و شکست، موجب نشخوار فکری شدید در فرد می‌شود.

همان‌طور که از توضیحات مشخص است، این عوامل با هم ارتباط متقابل دارند و در نهایت به شکل‌گیری یک چرخه معیوب در فرد منجر می‌شوند. بنابراین بر طبق فرضیه فوق، وجود نشخوار فکری در فرد، رابطه میان طرح‌واره تنبیه با کمال‌گرایی منفی را استحکام می‌بخشد.

نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های آماری و تحلیل‌های انجام‌شده، مدل پیشنهادی این پژوهش از برازش مطلوب برخوردار بود. نتایج نشان داد کمال‌گرایی منفی در دانشجویان به‌طور مستقیم با طرح‌واره‌های حوزه گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری مرتبط است و این رابطه از طریق نشخوار فکری نیز به‌صورت غیرمستقیم تقویت می‌شود. به‌بیان دیگر، فعال شدن این طرح‌واره‌ها موجب افزایش سطح نشخوار فکری شده و در نهایت، بروز و شدت کمال‌گرایی منفی را تشدید می‌کند.

دست‌آورد مهم این مطالعه آن است که با شناسایی و تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در محیط‌های آموزشی و مشاوره‌ای، می‌توان از بروز یا گسترش کمال‌گرایی منفی و پیامدهای زیان‌بار آن کاست. بنابراین، توجه به آموزش و مداخلات روان‌شناختی در سطح دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره تحصیلی، به‌ویژه برنامه‌هایی با محوریت طرح‌واره‌درمانی و مدیریت نشخوار فکری، می‌تواند در ارتقای سلامت روان و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان نقش مؤثری ایفا کند. همچنین، باتوجه به اینکه منشأ بسیاری از طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در تجارب کودکی و شیوه‌های فرزندپروری قرار دارد، طراحی برنامه‌های آموزشی برای خانواده‌ها با هدف افزایش آگاهی از چگونگی شکل‌گیری این طرح‌واره‌ها می‌تواند در بلندمدت به کاهش کمال‌گرایی منفی در جامعه کمک کند.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به اجرای پرسش‌نامه‌ها به‌صورت مجازی و در نتیجه، عدم اطمینان کامل از هویت

References

- [1] Bazargan A. Standards of higher education: From ideal to reality. Nameh Amouzesh Ali. 2015; 30(8):11-22. [\[Link\]](#)
- [2] Kearns H, Forbes A, Gardiner M, Marshall K. When a high distinction isn't good enough: A review of perfectionism and self-handicapping. Australian Educational Researcher. 2008; 35(3):21-36. [\[Link\]](#)
- [3] Flett GL, Hewitt PL. Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In: Flett GL, Hewitt PL, editors. Perfectionism: Theory, research, and treatment. Washington: American Psychological Association; 2002. [\[DOI:10.1037/10458-001\]](#)
- [4] Burns DD. The perfectionist's script for self-defeat. Psychology Today. 1980; 14(6):34-52. [\[Link\]](#)
- [5] Bouchard C, Rhéaume J, Ladouceur R. Responsibility and perfectionism in OCD: An experimental study. Behaviour Research and Therapy. 1999; 37(3):239-48. [\[DOI:10.1016/S0005-7967\(98\)00141-7\]](#) [\[PMID\]](#)
- [6] Hamachek DE. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. Psychology: A Journal of Human Behavior. 1978; 15(1):27-33. [\[Link\]](#)
- [7] Schruder CR, Sharpe GW, Curwen T. Perfectionistic students: Contributing factors, impacts and teacher strategies. Journal of Elements Education. 2014; 24(1):79-98. [\[DOI:10.9734/BJES-B5/2014/5532\]](#)
- [8] Manouchehri A, Behrooz N, Shahni Yalag M, Makhtabi GH. Testing the model of positive perfectionism and negative life events with coping styles and psychological well-being: The mediating role of psychological capital. Journal of Developmental Psychology. 2019; 15(60):403-17. [\[Link\]](#)
- [9] Qashqaei G, Hossein Sabet F, Motamedi A. [The relationship between negative and positive perfectionism and psychological capital in female students of Allameh Tabatabai University (Persian)]. Journal of Psychology Research and Management. 2021; 7(1):72-89. [\[Link\]](#)
- [10] Mehrpouya A, Fakhri S, Ghaderi Dehrashi B, Kamari N. [The relationship between perfectionism and students' anxiety (Persian)]. Paper presented at: Hamayesh-e Pazhoohesh-haye Modiri-at va Olum-e Ensani dar Iran. 5 January 2024; Tehran, Iran. [\[Link\]](#)
- [11] Atadokht S, Ebadi M. The mediating role of academic emotions and psychological well-being in the relationship between perfectionism and academic stress in students. Journal of Applied Psychology Research. 2022; 13(2):283-302. [\[Link\]](#)
- [12] Daneshgu F, Barzegar Bafrui K, Hasani H. Investigating the role of negative perfectionism and experiential avoidance in academic stress with the mediating role of fear of negative evaluation in students at Yazd University. Journal of Academy and Learning and Teaching. 2023. [\[DOI:10.30473/etl.2023.64123.3801\]](#)
- [13] Mansouri K, Ashouri A, Gharaei B, Farahani H. Role of fear of failure, self-compassion, and intolerance of uncertainty as mediators in the relationship between academic procrastination and perfectionism. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2022; 28(1):34-47. [\[DOI:10.32598/ijpcp.28.1.3706.1\]](#)
- [14] Richardson C, Gradisar M. Perfectionism and insomnia in adolescents: The role of vulnerability to stress and gender. Journal of Adolescence. 2020; 85:70-9. [\[DOI:10.1016/j.adolescence.2020.10.003\]](#) [\[PMID\]](#)
- [15] Mohamadhosinitabarnashli M, Nasrolahi B, Ghorbanjahromi R, Salahian A. [The effectiveness of schema therapy on women's self-esteem (Persian)]. Journal of Psychological Science. 2025; 24(149):87-106. [\[Link\]](#)
- [16] Harper KL, Eddington KM, Lunsford J, Hoet AC. Perfectionism and the impact of intrinsic and extrinsic motivation in daily life. Journal of Individual Difference. 2020; 41(3):117-23. [\[DOI:10.1027/1614-0001/a000310\]](#)
- [17] Moeidfard H, Yaghoubi H, Hasani Abadi HR, Mahdavian A. [The correlation of perfectionism and depression in students with the mediating role of rumination (Persian)]. Journal of Health Promotion Management. 2018; 7(6):1-8. [\[Link\]](#)
- [18] Mahmoudzadeh R, Mohammadkhani S. [Perfectionism and Academic Procrastination: The mediating role of rumination (Persian)]. Clinical Psychology and Personality. 2020; 14(1):125-34. [\[Link\]](#)
- [19] Karami J, Hatamian P. [The relationship between self-efficacy and perfectionism with academic burnout in students (Persian)]. Pajooohande. 2017; 21(4):186-91. [\[Link\]](#)
- [20] Soliemanifar O. [The mediating role of self-efficacy beliefs (general and social) on the relationship between negative self-statements and social anxiety (Persian)]. International Journal of Behavior Sciences. 2015; 9(1):85-94. [\[Link\]](#)
- [21] Klein RG, Dooley D, Lapierre K, Pitura VA, Adduono D. Trait perfectionism and competitiveness: conceptual similarities and differences in a lab-based competitive task. Personal Individual Differences. 2020; 153:109610. [\[DOI:10.1016/j.paid.2019.109610\]](#)
- [22] Hashemi Golestan NS, Aghamohammadian Shahrebaf HR, Moienizadeh M. [Investigating the role of maladaptive schemas and personality traits in predicting students' relational patterns with the mediating role of perfectionism (Persian)]. Medical Journal of Mashhad university of Medical Sciences. 2020; 62(5.1): 834-51. [\[DOI:10.22038/mjms.2020.15682\]](#)
- [23] Jajarmi M, Zahmatkesh M. Comparison of metacognitive beliefs and perfectionism in individuals with obsessive-compulsive disorder and normal individuals. Educantion Research Journal. 2015; 43(10):25-36.
- [24] Dozois DJA, Beck AT. Cognitive schemas, beliefs, and assumptions. In: Dobson KS, Dozois SJA, editors. Risk factors in depression. Amsterdam: Elsevier; 2008. [\[DOI:10.1016/B978-0-08-045078-0.00006-X\]](#)
- [25] Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Press; 2003. [\[Link\]](#)
- [26] Beck JS. Cognitive behavior therapy: Basics and beyond. New York: Guilford Publications; 2020. [\[Link\]](#)
- [27] Klibert J, Lamis DA, Naufel K, Yancey CT, Lohr S. Associations between perfectionism and generalized anxiety: Examining cognitive schemas and gender. Journal of Ration Emotion Cognitive Behavior Therapy. 2015; 33:160-78. [\[DOI:10.1007/s10942-015-0208-9\]](#)
- [28] Pourshahbaz A, Moloodi R, Mohammadkhani P, Fata L, Barani M, Egan SJ, Ghaderi A. An etiological and maintenance model of perfectionism. 2022. [Preprint] [\[DOI:10.21203/rs.3.rs-1235520/v1\]](#)
- [29] Azizi Z, Naderian M. [Explaining the causal relationship between early maladaptive schemas and fear of negative appearance evaluation in cosmetic surgery applicants based on the

- mediating role of perfectionism (Persian)]. *Journal of Psychiatry Nursing*. 2024; 12(1):111-26. [Link]
- [30] Sakhai Ardakani Z, Nikdel F, Taghvaei Nia A. [The effectiveness of schema therapy on rumination and procrastination in students (Persian)]. *Journal of Modern Psychology Research*. 2023; 18(70):107-14. [Link]
- [31] Salmanpour H, Farid A, Salmanpour S, Ghasemzadeh A. [The relationship between early maladaptive schemas and perfectionism: Testing a causal model (Persian)]. *Journal of Modern Psychological Researches*. 2014; 9(35):81-97. [Link]
- [32] Martin LL, Tesser A. Toward a motivational and structural theory of ruminative thought. In: Uleman JS, Bargh JA, editors. *Unintended thought*. New York: The Guilford Press; 1989. [Link]
- [33] Amberly KP, Daphne AD, Amanda MR, Nicole AS, Norman BS. The role of cognitive processes of rumination. *Personal Individual differences*. 2015; 86:277-81. [DOI:10.1016/j.paid.2015.06.024]
- [34] Cowdrey FA, Park RJ. The role of experiential avoidance, rumination, and mindfulness in eating disorders. *Eating Behaviors*. 2012; 13(2):100-5. [DOI:10.1016/j.eatbeh.2012.01.001] [PMID]
- [35] Hill RW, Huelsman TJ, Furr RM, Kibler J, Vicente BB, Kennedy C. A new measure of perfectionism: The perfectionism inventory. *Journal of Personality Assessment*. 2004; 82(1):80-91. [DOI:10.1207/s15327752jpa8201_13] [PMID]
- [36] Salari F, Moeiniazadeh M, Asghari Ebrahimabad J. [The role of perfectionism in predicting marital satisfaction in married individuals with the mediating role of rumination (Persian)]. *Research in Clinical Psychology and Counseling*. 2024; 13(2):5-20. [DOI:10.22067/tpccp.2024.81682.1477]
- [37] Ramezanpour F, Jouzi H. [Structural model of self-critical perfectionism and symptoms of depression, anxiety, and stress: The mediating role of experiential avoidance and rumination (Persian)]. *Contemp Psychology*. 2020; 15(2):33-48. [Link]
- [38] Zarei S, Fouladvand A. [The relationship between self-esteem and maladaptive perfectionism with work addiction among healthcare workers: The mediating role of rumination (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2022; 9(6):75-85. [Link]
- [39] Moein M, Farahanifar M. [The effectiveness of schema therapy with an emphasis on schema modes on rumination and perfectionism in individuals with treatment-resistant obsessive-compulsive disorder (Persian)]. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*. 2024; 13(4):135-44. [Link]
- [40] Memarzadeh L, Abdollahi A, Hosseinian S. [Investigating the structural relationships between perfectionism and rumination in women: The moderating role of psychological flexibility (Persian)]. *Quarterly Journal of Psychological Studies*. 2025; 21(3):7-23. [Link]
- [41] Amirkalali S, Samari AA, Teymouri S, Saghaebi A. [Modeling Structural Equations of Psychological Well-being in Migraine Patients based on Perfectionism and Rumination with the Mediation Role of Negative Affect (Persian)]. *Journal of Mashhad University Medical Sciences*. 2024; 67(2):478-93. [DOI:10.22038/njms.2024.76901.4485]
- [42] Zahn-Waxler C, Crick NR, Shirlcliff EA, Woods KE. The origins and development of psychopathology in females and males. In: Cicchetti D, Cohen DJ, editors. *Developmental psychopathology: Volume one: Theory and method*. 2nd ed. Hoboken: Wiley; 2015. 76-138. [DOI:10.1002/9780470939383.ch4]
- [43] Torajizadeh M, Mohammadjalali F, Taghvae D. Comparison of the effects of functional analytic psychotherapy and schema therapy on emotional experiences with spouses, communication patterns, and rumination in couples. *Applied Family Therapy*. 2023; 4(5):173-91. [DOI:10.61838/kman.afjt.4.5.10]
- [44] Khadem F, Emadian M, Alia S. Effectiveness of schema therapy on rumination, perfectionism, and thought-action fusion in women with obsessive-compulsive disorder. *Applied Family Therapy*. 2021; 2(1):541-65. [DOI:10.61838/kman.afjt.2.1.29]
- [45] Pirayeh L, Bagooli H, Hosseini SE, Borzger M. Comparing emotional schema-based therapy and schema therapy in reducing rumination in patients with persistent depressive disorder (dysthymia). *Journal of Affective Disorders*. 2021; 11:124. [Link]
- [46] Anayurt A, Yalçın İ. Investigation of relations between emotion regulation, early maladaptive schemas, cognitive flexibility, and rumination. *Kastamonu Education Journal*. 2021; 29(4):194-204. [DOI:10.24106/kefdergi.818048]
- [47] Mehrabinia F, Shamsae MM. [Examination of the association between early maladaptive schemas and anger rumination in students based on gender (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2019; 6(1):1-8. [Link]
- [48] Carlucci L, D'ambrosio I, Innamorati M, Saggino A, Balsamo M. Co-rumination, anxiety, and maladaptive cognitive schemas: when friendship can hurt. *Psychology Research and Behavior Management*. 2018; 11:133-144. [DOI:10.2147/PRBM.S144907] [PMID]
- [49] Leahy RL. Emotional schema therapy: A bridge over troubled waters. In: Herbert JD, Forman EM, editors. *Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: Understanding and applying new therapies*. New Jersey: John Wiley & Sons; 2011. [DOI:10.1002/9781118001851.ch5]
- [50] Nepon T, Flett GL, Hewitt PL, Molnar DS. Perfectionism, negative social feedback, and interpersonal rumination in depression and social anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science*. 2011; 43(4):297. [DOI:10.1037/a0025032]
- [51] Taghvaeinia A, Rahimian Bogar E, Karani M. [The effectiveness of cognitive-behavioural coaching on negative perfectionism and scholastic self-handicapping among students (Persian)]. *Journal of Research in Educational Science*. 2019; 13(46):95-110. [Link]
- [52] Habibi A, Adnoor M. [Structural equation modeling and factor analysis (Persian)]. Tehran: Jahad Daneshgahi Publications; 2017. [Link]
- [53] Kline RB. Principles and practice of structural equation modeling. New York: Guilford Publications; 2023. [Link]
- [54] Young JE, Brown G. Young schema questionnaire-short form; Version 3. *Psychological Assessment*. 2005. [DOI:10.1037/t67023-000]
- [55] Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guilford Press; 2003. [Link]
- [56] Schmidt NB, Joiner TE, Young JE, Telch MJ. The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*. 1995; 19:295-321. [DOI:10.1007/BF02230402]
- [57] Ahi G, Mohamadifar M, Besharat MA. [Validating of the early maladaptive schema scale (short form) (Persian)]. *Journal of Psychology & Education*. 2007; 37(3):5-20. [Link]

- [58] Yoosefi N, Etemadi O, Bahrani F, Fatehizade MA, Ahmadi SA. An investigation on early maladaptive schema in marital relationships as predictors of divorce. *Journal of Divorce Remarriage*. 2010; 51(5):269-92. [DOI:10.1080/10502551003651951]
- [59] Terry-Short L, Owens RG, Slade PD, Dewey ME. Positive and negative perfectionism. *Personal Individual Difference*. 1995; 18(5):663-78. [DOI:10.1016/0191-8869(94)00192-U]
- [60] Besharat MA. Evaluating psychometric properties of Farsi version of the positive and negative perfectionism scale. *Psychology Report*. 2005; 97(1):33-42. [DOI:10.2466/pr0.97.1.33-42] [PMID]
- [61] Haase AM, Prapavessis H. Assessing the factor structure and composition of the positive and negative perfectionism scale in sport. *Personal Individual Difference*. 2004; 36(7):1725-40. [DOI:10.1016/j.paid.2003.07.013]
- [62] Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 loma prieta earthquake. *Journal of Personal Society Psychology*. 1991; 61(1):115. [DOI:10.1037//0022-3514.61.1.115] [PMID]
- [63] Mansouri A, Bakhshipour RA, Mahmoud M, Farnam A, Fakhari A. [The comparison of worry, obsession and rumination in individuals with generalized anxiety disorder, obsessive-compulsive disorder, major depression disorder, and normal individuals (Persian)]. *Journal of Psychological Studies*. 2011; 7(4):55-74. [DOI:10.22051/psy.2011.1535]
- [64] Meyers LS, Gamst G, Guarino AJ. *Applied multivariate research: Design and interpretation*. New York: Sage Publications; 2016. [DOI:10.4135/9781071802687]
- [65] Sobel ME. Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological Methodology*. 1982; 13:290-312. [DOI:10.2307/270723]