

Research Paper

The Mediating Role of Fear of Failure, Self-Compassion and Intolerance of Uncertainty in the Relationship Between Academic Procrastination and Perfectionism



Kamyar Mansouri¹ , *Ahmad Ashouri¹ , Banafshe Gharraee¹ , Hojjatollah Farahani²

1. Department of Clinical Psychology, Faculty of Behavioral Sciences and Mental Health (Tehran Institute of Psychiatry), Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.
2. Department of Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.



Citation Mansouri K, Ashouri A, Gharraei B, Farahani H. [The Mediating Role of Fear of Failure, Self-Compassion and Intolerance of Uncertainty in the Relationship Between Academic Procrastination and Perfectionism (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2022; 28(1):34-47. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1>

<http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1>



Received: 15 Dec 2020
Accepted: 22 May 2021
Available Online: 01 Apr 2022

Keywords:

Perfectionism,
Procrastination,
Self-compassion,
Uncertainty

ABSTRACT

Objectives This study aimed to investigate the mediating role of fear of failure, self-compassion, and intolerance of uncertainty in the relationship between academic procrastination and perfectionism.

Methods This study used structural equation modeling. The statistical population was students studying for a master's degree in Tehran in 2020-2021. Using the available sampling method, 440 students were selected as the sample. To analyze data, the correlation matrix in SPSS v. 24 software and structural equation modeling in Lisrel 8.80 software were used.

Results The results showed that the direct effect of perfectionism on fear of failure, intolerance of uncertainty, and academic procrastination ($P \geq 0.001$) was positive and significant and the direct effect of perfectionism on self-compassion ($P \geq 0.001$) was negative and significant. Also, the direct effect of fear of failure on academic procrastination was positive and significant ($P \geq 0.001$) and the direct effect of self-compassion on academic procrastination was negative and significant ($P \geq 0.001$). Also, the results of data analysis showed that fear of failure, intolerance of uncertainty, and self-compassion had a significant role ($P \geq 0.001$) in the relationship between academic procrastination and perfectionism.

Conclusion Therefore, based on the findings of this study, it can be concluded that the relationship between academic procrastination and perfectionism is not a linear and simple relationship and fear of failure, self-compassion, and intolerance of uncertainty has a mediating role in this relationship.

* Corresponding Author:

Ahmad Ashouri, PhD.

Address: Department of Mental Health, Faculty of Behavioral Sciences and Mental Health (Tehran Institute of Psychiatry), Iran. University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

Tel: +98 (918) 7863844

E-mail: kamyar.mansouri2018@gmail.com

Extended Abstract

Introduction

Academic procrastination is defined as the deliberate delay in doing important academic tasks at the appropriate time. In academic procrastination, students want to finish a task at a specific time, but they delay its onset, progress, or completion [2]. Academic procrastination is a deliberate delay in performing academic activities, such as reading, continuous presence in the classroom, studying for exams, and writing essays throughout the academic year [3]. In recent years, the role of perfectionism as a major and stable personality construct has received attention in examining numerous psychological outcomes, including procrastination [5]. Perfectionists suffer from procrastination due to their unrealistically high standards for themselves, which they do not believe to be possible to achieve [8]. Fear of failure is defined as the tendency to evaluate threats and a sense of anxiety in situations, in which there is a chance to lose [10]. Fear of failure makes the person have a high degree of self-doubt, not trust his/her capability for success, lose his/her chance of success in response to the fear of failure, and suffer from procrastination [9]. Based on the results of previous studies, self-compassion is one of the factors associated with academic procrastination. It can be stated that self-compassion is the acceptance of the fact that pain and failure are part of the nature of life, and all people deserve kindness and compassion [1]. People with a high level of self-compassion possess a positive concentration, regular planning, and self-acceptance, and all these factors reduce their academic procrastination by increasing their health and psychological integrity [12]. Based on recent studies, another variable that can predict academic procrastination is intolerance of uncertainty. People with a lower degree of intolerance of uncertainty are, in fact, dealing with emotional ambiguity and poor assertiveness and avoid complexity, chaos, challenges, and aesthetic ambiguity. Moreover, as soon as they face a complex, unresolvable, and difficult situation, they feel uncomfortable and therefore, may be less prone to procrastination [17]. Academic procrastination is one of the major factors related to academic failure. These failures and delays in the process of education have a wide range of negative effects on individuals [19]. Academic procrastination can even negatively impact students' physical, psychosocial, and social well-being [3].

Methods

This study used the structural equation modeling method. The statistical population comprised BA/BS students in Tehran, Iran, in the academic year 2019-2020. The sample size was determined based on Klein [20] principle. To this end, by convenience sampling, a list of all universities in Tehran was made, and the link to the questionnaire was posted in the groups of universities willing to cooperate. Finally, 440 questionnaires were regarded as the final sample. Due to the COVID-19 pandemic and because universities and dormitories were closed down, the data were collected online. To collect the data, the Academic Procrastination Scale, Multi-Dimensional Perfectionism Scale, Failure of Performance Appraisal Scale, Self-Compassion Scale, and Intolerance of Uncertainty Scale were used. To analyze the data, a correlation matrix in SPSS v. 24 and structural equation modeling in Lisrel 8.80 were used.

Results

The mean age of the participants was 27.30 ± 4.18 years, and 283 cases (64.3%) were female and 157 cases (35.7%) were male. The Mean \pm SD of the variables were as follows: academic procrastination (82.66 ± 14.31), perfectionism (88.87 ± 16.81), fear of failure (80.34 ± 19.54), self-compassion (53.79 ± 11.80), and ambiguity intolerance (80.31 ± 19.79).

Table 1 shows the correlation matrix of the variables. Based on this table, a significant positive correlation was found between academic procrastination and perfectionism ($r=0.21$), fear of failure ($r=0.45$), and intolerance of uncertainty ($r=0.39$), and there was a significant negative correlation between academic procrastination and self-compassion ($r=-0.31$).

Based on the results, the direct effect of perfectionism on fear of failure, intolerance of uncertainty, and academic procrastination was positive and significant ($P \leq 0.001$), while the direct effect of perfectionism on self-compassion was negative and significant ($P \leq 0.001$). Moreover, the direct effect of fear of failure on academic procrastination was positive and significant ($P \leq 0.001$), while the direct effect of self-compassion on academic procrastination was negative and significant ($P \leq 0.001$). The data analysis revealed that fear of failure, intolerance of uncertainty, and self-compassion had a significant role ($P \leq 0.001$) in the relationship between academic procrastination and perfectionism.

Table 1. Correlation matrix of perfectionism, fear of failure, self-compassion, and ambiguity intolerance with academic procrastination

| Row | Variable | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|----------------------------|---------|---------|---------|--------|---|
| 1 | Academic procrastination | - | | | | |
| 2 | Perfectionism | **0.21 | - | | | |
| 3 | Self-compassion | **-.031 | **-.033 | - | | |
| 4 | Fear of failure | **0.45 | **0.60 | -0.44** | - | |
| 5 | intolerance of uncertainty | **0.39 | **0.67 | -0.42** | 0.67** | - |

**P<0.01

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Discussion

In summary, the results showed a significant positive relationship between academic procrastination and perfectionism, fear of failure, and intolerance of uncertainty, and a significant negative relationship was found between academic procrastination and self-compassion. Perfectionists who always think about perfect tasks cannot be satisfied by anything. These people always experience anxiety because they are afraid that their work would not be optimal and, therefore, delay the onset of tasks. In this regard, evading tasks and procrastination first emerge as criticism and then a habit [31]. Moreover, based on the cognitive-motivational theory of Lazarus, in threatening situations, a fear of failure activates the cognitive schemata and beliefs about annoying outcomes of failure, thereby reinforcing the fear of personal failure and, therefore, increasing academic procrastination [10]. Furthermore, people suffering from intolerance of uncertainty regard ambiguity as stressful and annoying and believe that they should avoid this negative ambiguity. Regarding intolerance of uncertain situations, they have difficulty in their performance, become frozen and immobile in the face of ambiguity, and this may show a procrastinating response to unspecified tasks [16]. On the other hand, compassion has a significant negative relationship with academic procrastination. Based on the opinion of Raes et al., self-compassion, as a form of relationship with oneself, increases one's effort; people with a high level of self-compassion act efficiently in different and challenging situations and, due to their self-compassion, identify their competencies and overcome problems. These people also have positive concentration, regular planning, and self-acceptance, and all these factors reduce their academic procrastination by increasing their health and psychological integrity [37].

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This study was approved by the Ethics Committee of [Iran University of Medical Sciences \(IR.IUMS. REC.1399.168\)](#). All the ethical principles were considered in this article. All the participants were informed of the procedure of the research, and their information was kept confidential.

Funding

The present research is taken from the master's thesis of [Kamiar Mansouri](#), Department of Clinical Psychology, Faculty of Behavioral Sciences and Mental Health, [Iran University of Medical Sciences and Health Services](#), and was carried out under the financial support of [Iran University of Medical Sciences](#).

Authors contributions

Conceptualization and research: [Kamiar Mansouri](#); Original draft, methodology and supervision: [Ahmad Ashuri](#); Writing, review and editing: [Hojatullah Farahani](#); Funding and resources: [Banafshe Qaraei](#).

Conflicts of interest

The authors declare no conflict of interest concerning this article.

Acknowledgements

We hereby appreciate all the students who assisted us in this research.

مقاله پژوهشی

نقش واسطه‌ای ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی

کامیار منصوری^۱، احمد عاشوری^۲، بنفشه غرایبی^۱، حجت‌الله فراهانی^۲

۱. گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان (انستیتو روانپزشکی تهران)، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.
 ۲. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.



Citation Mansouri K, Ashouri A, Gharaei B, Farahani H. [The Mediating Role of Fear of Failure, Self-Compassion and Intolerance of Uncertainty in the Relationship Between Academic Procrastination and Perfectionism (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2022; 28(1):34-47. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1>

حکیده

اهداف پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی انجام شد.

مواد و روش‌ها روش پژوهش حاضر، مدل‌یابی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری، دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در شهر تهران در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند. به روش نمونه‌گیری در دسترس ۴۴۰ دانشجوی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش به منظور تحلیل داده‌ها از ماتریس همبستگی در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و مدل‌یابی معادلات ساختاری در نرم‌افزار Lisrel نسخه ۸/۸۰ استفاده شد.

یافته‌ها نتایج نشان دادند اثر مستقیم کمال‌گرایی بر ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی، اهمال کاری تحصیلی مثبت و معنادار ($P \geq 0/001$) و اثر مستقیم کمال‌گرایی بر خود شفقت‌ورزی منفی و معنادار ($P \geq 0/001$) است. همچنین اثر مستقیم ترس از شکست بر اهمال کاری تحصیلی مثبت و معنادار ($P \geq 0/001$) و اثر مستقیم خود شفقت‌ورزی بر اهمال کاری تحصیلی منفی و معنادار ($P \geq 0/001$) بود. همچنین نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی و شفقت‌خود در رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی نقش معناداری ($P \geq 0/001$) دارند.

نتیجه‌گیری بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی یک رابطه خطی و ساده نیست و ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در این رابطه نقش واسطه‌ای دارد.

تاریخ دریافت: ۲۵ آذر ۱۳۹۹
 تاریخ پذیرش: ۰۱ خرداد ۱۴۰۰
 تاریخ انتشار: ۱۲ فروردین ۱۴۰۱

کلیدواژه‌ها:

کمال‌گرایی، اهمال کاری، شفقت به خود، عدم اطمینان

* نویسنده مسئول:
 دکتر احمد عاشوری

نشانی: تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران، (انستیتو روانپزشکی تهران)، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، گروه روانشناسی بالینی.
 تلفن: ۷۸۶۳۸۴۴ (۹۱۸) ۹۸+

رایانامه: kamyar.mansouri2018@gmail.com

مقدمه

با توجه به موارد ذکر شده در سطور فوق و ماهیت پیچیده و چندبُعدی اهمال‌کاری تحصیلی، در این پژوهش از ترس از شکست^۳، خود شفقت‌ورزی^۴ و عدم تحمل بلا تکلیفی^۵ به‌عنوان متغیرهای میانجی به منظور بررسی جامع‌تر اهمال‌کاری تحصیلی در قالب مدلی علی استفاده شد.

برخی تحقیقات ترس از شکست را به‌عنوان یکی از علت‌های اصلی اهمال‌کاری شمردند و معتقدند که این متغیر می‌تواند از کمال‌گرایی متأثر شود و بر اهمال‌کاری تأثیر بگذارد [۹]. ترس از شکست به‌عنوان گرایش به ارزیابی تهدید و احساس اضطراب در موقعیت‌های که امکان شکست وجود دارد، تعریف می‌شود [۱۰]. ترس از شکست باعث می‌شود فرد خودتردیدی بالایی داشته باشد، به توانمندی خود برای دست‌یابی به موفقیت نامطمئن باشد و اغلب در پاسخ به ترس از شکست شانس موفقیت خود را از دست دهد و در نتیجه دچار اهمال‌کاری شود [۹].

در این راستا، سولومون و راثلوم در پژوهشی نشان دادند ترس از شکست ۴۹/۴ درصد واریانس اهمال‌کاری را تبیین می‌کند [۱۱]. هم‌چنین ژانگ و همکاران در پژوهشی نقش واسطه‌ای ترس از شکست در رابطه بین عزت نفس و اهمال‌کاری تحصیلی را نشان دادند [۱۲].

از طرفی با توجه به نتایج پژوهش‌های پیشین، یکی از عوامل مرتبط با اهمال‌کاری تحصیلی، شفقت‌خود است [۱]. خود شفقت‌ورزی را می‌توان به‌صورت گشوده بودن و همراه بودن با رنج‌های خود، تجربه حس مراقبت و مهربانی نسبت به خود، اتخاذ نگرش غیرقضاوتی و همراه با درک و فهم نسبت به بی‌کفایتی‌ها و شکست‌های خود تعریف کرد [۱۳]. می‌توان گفت شفقت‌خود پذیرش این موضوع است که رنج، شکست بخشی از طبیعت زندگی است و همه انسان‌ها مستحق مهربانی و شفقت هستند [۱].

افراد با شفقت‌خود بالا از تمرکز مثبت، برنامه‌ریزی منظم، پذیرش خود برخوردار هستند که این عوامل از طریق افزایش سلامت و انسجام روانی باعث کاهش تعلل‌ورزی تحصیلی آنان می‌شوند [۱۲]. پژوهش‌های مختلفی به بررسی رابطه بین شفقت‌خود و اهمال‌کاری تحصیلی پرداخته‌اند. برای مثال، جئون و همکاران، ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که شفقت‌خود با اهمال‌کاری تحصیلی رابطه معنادار منفی داشت [۱۴]. هم‌چنین دشت‌بزرگی و همایی در پژوهشی به رابطه منفی شفقت‌خود با تعلل‌ورزی تحصیلی دانشجویان پرستاری اشاره داشتند [۱].

یکی از چالش‌هایی که در طول دوران تحصیل دانشجویان مطرح است، اهمال‌کاری تحصیلی^۱ است [۱]. اهمال‌کاری تحصیلی به‌عنوان تأخیر عمدی در انجام تکالیف دانشگاهی مهم در زمان مناسب تعریف شده است. در اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموز یا دانشجو می‌خواهد که یک تکلیف درسی را در یک زمان مشخص انجام دهد، اما در شروع کردن یا پیشبرد و اتمام آن کاهلی می‌کند [۲].

اهمال‌کاری تحصیلی به‌صورت تأخیر عمدی در انجام فعالیت‌های مرتبط با تحصیل نظیر خواندن، حضور مستمر در کلاس درس، مطالعه برای امتحانات و آماده کردن مقالات در طول سال تحصیلی خود را نشان می‌دهد [۳]. برآوردها نشان داده‌اند تقریباً ۹۵-۸۰ درصد از دانشجویان درگیر اهمال‌کاری هستند و تقریباً ۷۵ درصد خودشان را اهمال‌کار می‌دانند و برای تقریباً ۵۰ درصد آن‌ها اهمال‌کاری همواره مشکل‌ساز است [۴]. در این راستا، توکلی در پژوهشی در جمعیت ایرانی نشان داد ۱۴ درصد دانشجویان اهمال‌کاری شدید و تقریباً ۷۰ درصد اهمال‌کاری متوسط دارند [۴].

در سال‌های اخیر، نقش کمال‌گرایی^۲ به‌عنوان یک سازه شخصیتی پایدار و مهم در بررسی پیامدهای روان‌شناختی متعددی از جمله اهمال‌کاری مورد توجه قرار گرفته است [۵]. کمال‌گرایی گرایش به تعیین استانداردهای عالی و تلاش برای بی‌نقص بودن و تجربه ناخرسندی به دلیل کامل نبودن است [۶] که می‌تواند سازگارانه یا ناسازگارانه باشد. کمال‌گرایی سازگارانه که سالم، سازش‌یافته و مثبت است، جنبه‌هایی از کمال‌گرایی را دربرمی‌گیرد که با تلاش‌های خود هدایت‌شده کمال‌گرایی مانند وضع معیارهای نسبتاً بالا و دقیق برای عملکرد و تلاش برای عالی بودن در ارتباط است [۷]. از سوی دیگر در کمال‌گرایی ناسازگارانه با وجود شواهدی که حاکی از غیرواقعی بودن معیارها هستند، گرایش‌ها و نگرانی‌های کمال‌گرایی همچنان ادامه می‌یابند. کمال‌گرایی ناسازگارانه با نگرانی از اشتباه، ترس از ارزیابی منفی اجتماعی و شک و تردید در مورد توانایی‌های خود مرتبط است [۷].

افراد کمال‌گرا به علت استانداردهای غیرواقع‌بینانه و در حد بالایی که از خود دارند و حتی دست‌یابی به این استانداردها را باور ندارند، دچار اهمال‌کاری می‌شوند [۸]. در همین زمینه، رثوف و همکاران در پژوهشی نشان دادند بین کمال‌گرایی منفی و اهمال‌کاری تحصیلی به واسطه خودکارآمدی و خود ناتوان‌سازی، رابطه غیرمستقیم معنادار وجود دارد [۸]. هم‌چنین محمودزاده و محمدخانی در پژوهشی در جمعیت ایرانی روابط علی و معنادار بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری را نشان دادند [۵].

3. Fear of Failure

4. Self-compassion

5. Intolerance of Uncertainty

1. Academic Procrastination

2. Perfectionism

تعدادی از پرسش‌نامه‌ها به علت منطبق نبودن با ملاک‌های ورود پژوهش کنار گذاشته شد و در نهایت ۴۴۰ پرسش‌نامه به‌عنوان نمونه نهایی در نظر گرفته شد. (به دلیل شیوع ویروس کرونا و تعطیلی دانشگاه‌ها و خوابگاه‌ها، داده‌ها به‌صورت برخط جمع‌آوری شد). برای بالا بردن قدرت تعمیم‌پذیری نتایج و فراهم شدن امکان مقایسه جنسیت مرد و زن از لحاظ متغیرهای پژوهش، در این پژوهش از ۲۸۳ نفر (۶۴/۳ درصد) زن و ۱۵۷ نفر (۳۵/۷ درصد) مرد استفاده شد که برای تفکیک نتایج در نسخه ۲۴ نرم‌افزار SPSS برای جنسیت مذکر کد ۱ و برای جنسیت زن کد ۲ در نظر گرفته شد تا داده‌ها از نظر جنسیت هم تفکیک‌پذیر باشند.

ملاک‌های ورود به پژوهش: دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه‌های موجود در شهر تهران بودن، نمره بالا در مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی و ملاک‌های خروج پژوهش: بی‌پاسخ بودن بیش از ۳۰ درصد سؤالات و استفاده از الگوی پاسخ‌دهی مشخص (یکسان پاسخ دادن به سؤالات زوج یا علامت زدن یک گزینه در سؤالات متوالی که با بررسی تک تک پرسش‌نامه‌ها توسط محقق بررسی شد) بودند.

برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های زیر استفاده شد:

مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راثیلوم

این مقیاس برای اولین بار توسط سولومون و راثیلوم در سال ۱۹۸۴ ساخته شد که ۲۷ گویه دارد، پاسخ‌های این پرسش‌نامه در مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. این گویه‌ها در ۳ مؤلفه دسته‌بندی می‌شوند؛ مؤلفه اول، آماده شدن برای امتحانات، مؤلفه دوم، آماده شدن برای تکالیف و مؤلفه سوم، آماده شدن برای مقالات پایان ترم است. ضریب پایایی مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی از طریق آلفای کرونباخ، در مطالعه سولومون و راثیلوم ۰/۶۴ به دست آمده است [۱۱].

به علاوه، پژوهش‌های پیشین روایی مقیاس را در سطح مورد قبولی گزارش کرده‌اند. این مقیاس با پرسش‌نامه افسردگی بک، مقیاس شناخت‌های غیرمنطقی الیس، مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ^۱ و مقیاس اجتناب روزانه همبستگی معناداری دارد (سولومون و راثیلوم، ۱۹۸۴). در پژوهش مطیعی و همکاران [۲۱]، بر روی دانش‌آموزان پایه اول دبیرستان‌های شهر تهران آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۶ برآورد شده است که در سطح قابل قبولی است [۲۱].

یکی دیگر از متغیرهایی که با در نظر گرفتن نتایج پژوهش‌های اخیر می‌تواند اهمال‌کاری تحصیلی را پیش‌بینی کند، عدم تحمل بلا تکلیفی است [۱۵]. عدم تحمل بلا تکلیفی ناتوانی سرشتی در تحمل شرایط آزاردهنده ناشی از فقدان اطلاعات کافی، مهم و کلیدی است که موجب پیش‌بینی احتمال وقوع رویداد منفی تهدیدآمیز و غیرقابل پذیرش، اجتناب از موقعیت‌های مبهم، ناتوانی از مقابله با شرایط ناپایدار و پیامدهای حاصل از آن می‌شود [۱۶].

افرادی که قدرت تحمل ابهام پایین‌تری دارند، در حقیقت دچار ابهام عاطفی و ضعف جرأت‌ورزی هستند و از پیچیدگی، بی‌نظمی، چالش‌انگیزی و ابهام زیبایی شناختی اجتناب می‌کنند و همچنین به محض روبه‌رو شدن با موقعیتی پیچیده، حل‌نشده و دشوار احساس ناراحتی می‌کنند. بنابراین امکان دارد کمتر به اهمال‌کاری روی آورند [۱۷]. در این راستا، زارعی و خشوعی در پژوهشی در جامعه ایرانی نشان دادند تحمل ابهام، اهمال‌کاری ناشی از خستگی جسمی-روانی را به‌صورت معنادار پیش‌بینی می‌کند [۱۸].

اهمال‌کاری تحصیلی به‌عنوان یکی از اصلی‌ترین عوامل مرتبط با شکست در تحصیل، میان دانشجویان بسیار شایع است [۱۹] و حتی می‌تواند بر بهزیستی جسمی، روانی و اجتماعی دانشجویان تأثیر منفی بگذارد [۳]. بنابراین با توجه به ارزش زمان و اهمیت آن در دنیای رقابتی امروز بررسی عوامل زمینه‌ساز این مشکل اهمیت بالایی دارد. در واقع، انجام تحقیقات بیشتر ضرورت دارد تا ضمن ایجاد روشنگری‌های لازم، با ارائه راهکارهایی جهت کاهش اهمال‌کاری تحصیلی و افزایش انگیزه تحصیلی دانشجویان، به پیشرفت هرچه بیشتر آن‌ها کمک شود. پژوهش حاضر به دنبال بررسی نقش واسطه‌ای ترس از شکست، خود شغفت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی است.

روش

روش پژوهش حاضر، مدل‌یابی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری، دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در شهر تهران در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند. حجم نمونه بر اساس قاعده کلین [۲۰] انتخاب شد. بر اساس این قاعده، به ازای هر پارامتر حداقل ۲۰ نمونه لازم است. با توجه به تعداد پارامترهای پژوهش حاضر (۱۵ پارامتر)، حداقل نمونه ۳۰۰ نفری لازم بود که برای جلوگیری از ریزش احتمالی نمونه بیشتری در نظر گرفته شد.

بدین منظور با روش نمونه‌گیری در دسترس، لیست همه دانشگاه‌های تهران تهیه شد و لینک پرسش‌نامه در گروه‌های دانشگاه‌هایی که تمایل به همکاری داشتند، قرار داده شد (از بین دانشگاه‌های شهر تهران، دانشگاه‌های تهران، علوم پزشکی ایران، علامه طباطبائی، تربیت مدرس، شهید بهشتی و صنعتی شریف در پژوهش حاضر همکاری داشتند).

6. Beck

7. Ellis

8. Rosenberg

مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی فراست^۹

همسانی درونی و پایایی بازآزمایی مناسب این پرسش‌نامه را نشان داده‌اند [۲۶]. روایی همگرا و واگرایی مقیاس خود شفقت‌ورزی از طریق اجرای مقیاس حرمت خود و پرسش‌نامه‌های افسردگی و اضطراب بک محاسبه شد و نتایج معنادار بود [۲۷].

مقیاس عدم تحمل بلا تکلیفی

مقیاس عدم تحمل بلا تکلیفی یا عدم تحمل قطعیت نسخه ۲۷ گویه‌ای آن برای اولین بار در سال ۱۹۹۴ توسط فرستون و همکاران ساخته شده است. این ابزار در زمینه سنجش عدم تحمل بلا تکلیفی یا به عبارت دیگر، عدم تحمل قطعیت در حال حاضر بیشترین استفاده را دارد و گویه‌ها روی مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. بوهر و داگاس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ را برای این مقیاس به دست آوردند و ضریب پایایی بازآزمون بعد از پنج هفته را ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند. ضریب همبستگی این مقیاس با پرسش‌نامه نگرانی؛ مقیاس افسردگی بک و مقیاس اضطراب بک سطح معنادار به دست آمده است [۲۸]. در پژوهش شرافتی و همکاران، در نمونه بیماران مبتلا به اضطراب اجتماعی، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و پایایی بازآزمایی ۰/۷۶ گزارش شد [۲۹].

داده‌های جمع‌آوری شده از اعضای نمونه با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی همچون میانگین، انحراف معیار، ماتریس همبستگی در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و مدل‌یابی معادلات ساختاری در نرم‌افزار Lisrel ۸/۸۰ تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر میانگین سنی آزمودنی‌ها $27/30 \pm 4/18$ بود که ۲۸۳ نفر (۶۴/۳ درصد) زن و ۱۵۷ نفر (۳۵/۷ درصد) مرد بودند. در این نمونه میانگین و انحراف معیار متغیرهای اهمال‌کاری تحصیلی ($82/66 \pm 14/31$)، کمال‌گرایی ($88/87 \pm 16/81$)، ترس از شکست ($80/34 \pm 19/54$)، شفقت به خود ($53/79 \pm 11/80$) و عدم تحمل بلا تکلیفی ($80/31 \pm 19/79$) بود.

جدول شماره ۱، ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. در این جدول، اهمال‌کاری تحصیلی با کمال‌گرایی ($r=0/21$)، ترس از شکست ($r=0/45$) و عدم تحمل بلا تکلیفی ($r=0/39$) رابطه مثبت و معنادار و بین اهمال‌کاری تحصیلی و خود شفقت‌ورزی ($r=0/31$) رابطه منفی و معنادار وجود دارد.

برای بررسی نقش واسطه‌ای ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی از روش تحلیل مسیر استفاده شد. به منظور تعیین شاخص‌های برازش مدل، پژوهشگران نسبت خن دو به درجه

مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی را فراست در سال ۱۹۹۰ ساخت که شامل ۳۵ گویه و ۶ مؤلفه یا زیرمقیاس است. این زیرمقیاس‌ها شامل نگرانی درباره اشتباه‌ها، تردید درباره کارها، انتظارات والدینی، انتقادگری والدین، استانداردهای شخصی و سازمان‌دهی است. گویه‌های پرسش‌نامه در یک مقیاس ۵ درجه‌ای طیف لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. فراست و همکاران، آلفای کرونباخ کلی این پرسش‌نامه را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند [۲۲].

فاطمه اخوان‌عبیری و همکاران [۲۳]، همبستگی بالای مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی فراست با پرسش‌نامه تجارب مربوط به روابط نزدیک، پرسش‌نامه ۵ وجهی ذهن‌آگاهی، پرسش‌نامه کوتاه نظم‌جویی شناختی هیجان و مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را نشان دادند که حاکی از روایی مطلوب این مقیاس بود [۲۳].

مقیاس ارزیابی شکست در عملکرد کانروی^{۱۰}

کانروی و همکاران ابتدا در سال ۲۰۰۱ نسخه ۴۱ گویه‌ای ترس از شکست را ساخت، اما در سال ۲۰۰۲ نسخه کوتاه‌تر ۲۵ سؤالی را با همان زیرمقیاس‌ها ساخته شد. گویه‌ها در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. زیرمقیاس‌ها یا مؤلفه‌ها عبارت از ترس از تجربه شرم و خجالت، ترس از کاهش عزت‌نفس خود، ترس از داشتن آینده نامعلوم، ترس از دست دادن علاقه افراد مهم و ترس از ناراحت شدن افراد مهم هستند. ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در پژوهش‌های مختلف و معتبر به دست آمده است. کانروی و همکاران ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۷۷ تا ۰/۸۸ را برای ۵ زیرمقیاس به دست آورده‌اند [۲۴]. در ایران نیز عبدلی و همکاران نشان دادند ۵ عامل ترس از تجربه شرم و خجالت، ترس از کاهش عزت‌نفس، ترس از داشتن آینده‌ای نامعلوم، ترس از دست دادن علاقه افراد مهم و ترس از ناراحت شدن افراد مهم همبستگی قابل‌قبولی با ترس از شکست داشتند. همچنین مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی سؤالات هر خرده‌مقیاس بیش از ۰/۵۰ بود که نشان‌دهنده همسانی درونی قابل‌قبول سؤالات هر خرده‌مقیاس بود [۲۵].

مقیاس خود شفقت‌ورزی نف^{۱۱}

این مقیاس ۲۶ گویه دارد. شامل شش عامل دووجهی مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود، مشترکات انسانی در مقابل انزوا و ذهن‌آگاهی در مقابل بیش‌هماندسازی است که پاسخ‌های آن در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. مطالعات روایی همگرا، روایی افراتی،

9. Frost

10. Conroy

11. Neff

جدول ۱. ماتریس همبستگی کمال‌گرایی، ترس از شکست، شفقت به خود و عدم تحمل بلا تکلیفی با اهمال‌کاری تحصیلی

| ردیف | متغیر | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ |
|------|---------------------|---------|---------|---------|--------|---|
| ۱ | اهمال‌کاری تحصیلی | - | | | | |
| ۲ | کمال‌گرایی | ۰/۲۱** | - | | | |
| ۳ | شفقت به خود | -۰/۳۱** | -۰/۳۳** | - | | |
| ۴ | ترس از شکست | ۰/۴۵** | ۰/۶۰** | -۰/۴۴** | - | |
| ۵ | عدم تحمل بلا تکلیفی | ۰/۳۹** | ۰/۶۷** | -۰/۴۲** | ۰/۶۷** | - |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

P<۰/۰۱**

نتایج ارائه شده در **جدول شماره ۲** نشان می‌دهد اثر مستقیم کمال‌گرایی بر ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی، اهمال‌کاری تحصیلی مثبت و معنادار و اثر مستقیم کمال‌گرایی بر خود شفقت‌ورزی منفی و معنادار است. همچنین اثر مستقیم ترس از شکست و عدم تحمل بلا تکلیفی بر اهمال‌کاری تحصیلی مثبت و معنادار و اثر مستقیم خود شفقت‌ورزی بر اهمال‌کاری تحصیلی منفی و معنادار بود.

نتایج **جدول شماره ۳** نشان می‌دهد حد بالا و پایین آزمون بوت استروپ^{۱۷} در مسیر غیرمستقیم نقش میانجی ترس از شکست در رابطه بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی به ترتیب ۰/۱۵ و ۰/۳۰؛ در مسیر غیرمستقیم نقش میانجی خود شفقت‌ورزی در رابطه بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی به ترتیب ۰/۰۱ و ۰/۰۸ و در مسیر غیرمستقیم نقش میانجی عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی به ترتیب ۰/۰۶ و ۰/۲۴ بود؛ بنابراین با توجه به ضرایب بتای غیرمستقیم و سطوح معناداری ($P<۰/۰۵$)، تمام مسیرهای غیرمستقیم معنادار بودند.

17. Bootstrap

آزادی کمتر از ۳، شاخص برازندگی^{۱۲}، شاخص برازندگی تطبیقی^{۱۳} و شاخص برازندگی تعدیل‌یافته^{۱۴} بزرگ‌تر یا مساوی ۰/۹۰، ریشه دوم واریانس خطای^{۱۵} تقریب کمتر از ۰/۰۸ و شاخص برازندگی غیرتطبیقی^{۱۶} بزرگ‌تر از ۰/۹ را از نشانه‌های برازش مناسب و برای ارزیابی مدل می‌دانند [۳۰].

در نتیجه با توجه به شاخص‌های به‌دست‌آمده در مدل ارائه شده ($\chi^2=۳/۶۸$ ، دو نسبت به درجه آزادی؛ $۰/۹۴$ = شاخص برازندگی تطبیقی؛ $۰/۹۴$ = شاخص برازندگی؛ $۰/۹۰$ = شاخص برازندگی تعدیل‌یافته؛ $۰/۹۴$ = شاخص برازندگی غیرتطبیقی و $۰/۰۸$ = ریشه دوم واریانس خطای تقریب) مدل از برازش مناسبی برخوردار است. با توجه به برازش مناسب مدل، مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم مدل ارائه شده در **جدول شماره ۲ و ۳** منعکس شده است.

- 12. Goodness of Fit Index (GFI)
- 13. Comparative of Fit Index (CFI)
- 14. Adjusted Comparative of Fit Index (AGFI)
- 15. Root Mean Square Error of Approximation (RMSA)
- 16. Non-Normed Fit Index(NFI)

جدول ۲. ضرایب مسیرهای مستقیم برای مدل فرضی پژوهش

| P | آماره t | خطای استاندارد | بتا | b | مسیر مستقیم |
|-------|---------|----------------|-------|-------|---------------------------------------|
| ۰/۰۰۱ | ۱۵/۸۲۰ | ۰/۰۴۴ | ۰/۶۰ | ۰/۷۰ | کمال‌گرایی ترس از شکست |
| ۰/۰۰۱ | -۷/۴۱۴ | ۰/۰۳۲ | -۰/۳۳ | -۰/۲۳ | کمال‌گرایی خود شفقت‌ورزی |
| ۰/۰۰۱ | ۱۸/۶۶۹ | ۰/۰۴۲ | ۰/۶۷ | ۰/۷۸ | کمال‌گرایی عدم تحمل بلا تکلیفی |
| ۰/۰۰۱ | ۳/۵۷۷ | ۰/۰۴۹ | ۰/۲۱ | ۰/۱۸ | کمال‌گرایی اهمال‌کاری تحصیلی |
| ۰/۰۰۱ | ۶/۱۷۰ | ۰/۰۴۴ | ۰/۳۷ | ۰/۳۷ | ترس از شکست اهمال‌کاری تحصیلی |
| ۰/۰۱۰ | -۲/۵۵۸ | ۰/۰۵۷ | -۰/۱۲ | -۰/۱۵ | خود شفقت‌ورزی اهمال‌کاری تحصیلی |
| ۰/۰۰۱ | ۶/۱۷۱ | ۰/۰۴۶ | ۰/۲۳ | ۰/۱۶ | عدم تحمل بلا تکلیفی اهمال‌کاری تحصیلی |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

جدول ۳. ضرایب مسیرهای غیرمستقیم برای مدل فرضی پژوهش

| خطای برآورد | درصد اطمینان | حدود بوت استروپ | | تعداد باز تولید نمونه | بتای غیرمستقیم | مسیرهای غیرمستقیم |
|-------------|--------------|-----------------|----------|-----------------------|----------------|--|
| | | حد بالا | حد پایین | | | |
| ۰/۰۳۹ | %۹۵ | ۰/۱۵ | ۰/۳۰ | ۵۰۰۰ | ۰/۲۲ | نقش میانجی ترس از شکست میان کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی |
| ۰/۰۱۷ | %۹۵ | ۰/۰۱ | ۰/۰۸ | ۵۰۰۰ | ۰/۰۴ | نقش میانجی خود شفقت‌ورزی میان کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی |
| ۰/۰۴۶ | %۹۵ | ۰/۰۶ | ۰/۲۴ | ۵۰۰۰ | ۰/۱۵ | نقش میانجی عدم تحمل بلا تکلیفی میان کمال‌گرایی و اهمال‌کاری تحصیلی |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

درواقع، کسی که همیشه به بی‌نقص بودن کارها فکر می‌کند، هیچ‌چیز نمی‌تواند وی را اقناع کند. به همین علت، این فرد همیشه در حال تجربه کردن اضطراب است؛ زیرا از این می‌ترسد که کارش مطلوب واقع نشود و به همین جهت، در شروع کارها اهمال می‌ورزد. بدین صورت، طفره رفتن از کارها و اهمال‌کاری در این افراد ابتدا به‌صورت بهانه‌جویی و سپس به شکل عادت ظهور خواهد کرد [۳۱].

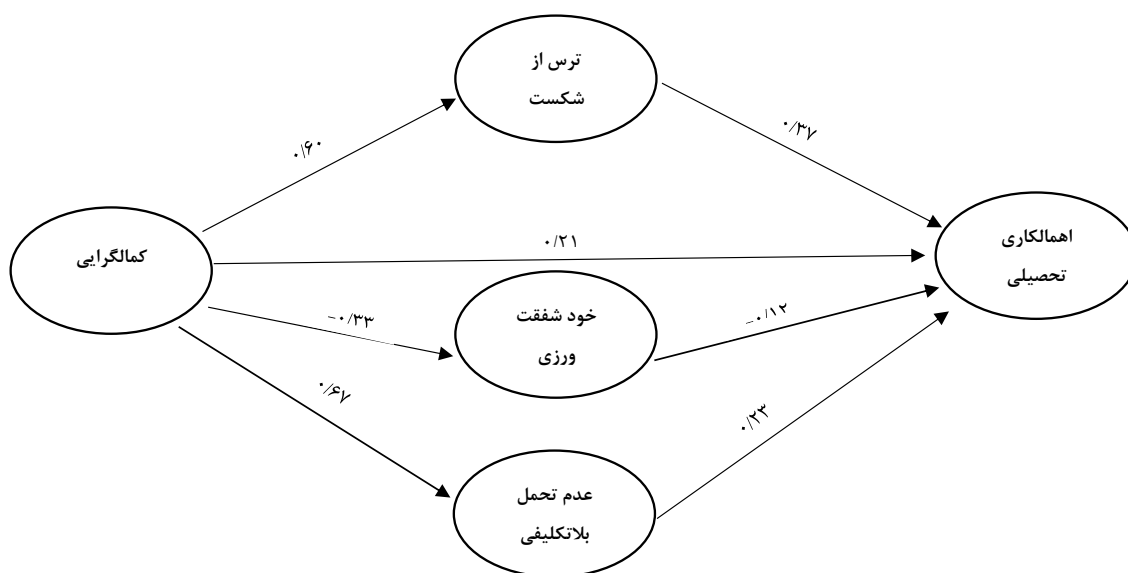
همچنین برای تبیین این یافته می‌توان از تئوری فلاول^{۱۸} کمک گرفت. فلاول عنوان کرد دانشجویانی که برای شناخت خود اهمیت قائل هستند در عملکرد حل مسئله بهتر عمل می‌کنند؛ زیرا با رسیدن به این امر می‌توانند منابع درونی و بیرونی لازم برای رسیدن به هدف‌های یادگیری‌شان را کنترل کنند. از آنجا که دانشجویان کمال‌گرا خودشان و توانایی‌شان را دست بالا می‌گیرند، این مسئله سبب می‌شود که در برابر چالش‌ها و

نتایج حاصل از تحلیل مسیر برای بررسی نقش واسطه‌ای ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی در تصویر شماره ۱ آورده شده است.

بحث

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این یافته با یافته پژوهش‌های رثوف و همکاران [۵]، محمودزاده و محمدخانی [۸]، هاشمی و لطیفیان [۳۱] و فلت و همکاران [۳۲] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت کمال‌گرایان نابهنجار (منفی) به خاطر اهداف و انتظارات غیرواقع‌بینانه در کارها بیشتر دچار شکست و احساس نارضایتی می‌شوند. در نتیجه، به اهمال‌کاری گرایش بیشتری دارد و افزایش کمال‌گرایی منفی احتمال اهمال‌کاری را در این افراد افزایش می‌دهد [۵].

18. Flavell



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

تصویر ۱. نمودار مسیرهای پرازش‌یافته با مدل استاندارد

بی‌نظمی، چالش‌انگیزی و ابهام‌زیبایی‌شناختی اجتناب می‌کنند. به محض روبه‌رو شدن با موقعیت پیچیده، حل‌نشده و دشوار احساس ناراحتی کرده و دچار اهمال‌کاری می‌شوند [۱۸].

درواقع، افرادی که دچار عدم تحمل بلا تکلیفی هستند، بلا تکلیفی را استرس‌زا و ناراحت‌کننده می‌دانند و معتقدند که باید از این بلا تکلیفی منفی اجتناب کنند و در موقعیت‌های بلا تکلیف (نامعلوم) در عملکرد خود دچار مشکل می‌شوند و دچار حالت بی‌حرکی و انجماد در مواجهه با ابهام می‌شوند و این شاید نشان‌دهنده یک پاسخ اهمال‌کارانه به تکالیف نامشخص باشد [۱۶].

همچنین در تبیین این یافته می‌توان از برخی نظریات در حوزه ویژگی‌های شخصیتی مؤثر در آموزش و یادگیری کمک گرفت. در همین راستا، نورتون معتقد است تحمل ابهام، سازه‌ای است که در کنار سایر متغیرهای دخیل در آموزش، به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی مؤثر در امر آموزش، باید مورد توجه قرار گیرد و معتقد است وقتی اطلاعات موجود قابل تفسیر نباشد (وجود ابهام)، افراد با تحمل ابهام پایین، احساس اضطراب می‌کنند و در نهایت از موقعیت مورد نظر اجتناب می‌کنند و بیشتر دچار اهمال‌کاری می‌شوند [۳۵].

از دیگر نتایج پژوهش حاضر می‌توان به رابطه منفی و معنادار اهمال‌کاری تحصیلی و خود شفقت‌ورزی اشاره کرد. این یافته با یافته پژوهش‌های جئون و همکاران [۱۴]، عبدالشاهی و سرافراز [۳۶] و دشت‌بزرگی و همایی [۱۱] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد دارای شفقت‌خود بالا زمانی که رویدادهای منفی را تجربه می‌کنند با مهربانی و نگرانی و ملاحظت با خود برخورد می‌کنند که این امر ابتدا باعث افزایش ارتباط اجتماعی و کاهش انتقاد از خود، نشخوار فکری و سرکوبی افکار منفی مثل اضطراب و در نهایت باعث کاهش تعلل‌ورزی تحصیلی می‌شود [۱].

تبیین دیگر بر مبنای نظر ریس و همکاران بدین صورت است که شفقت‌خود به‌عنوان شکلی از ارتباط با خود میزان تلاش فرد را افزایش می‌دهد و افراد دارای شفقت‌خود بالا در موقعیت‌های مختلف و چالش‌انگیز کارآمد عمل می‌کنند و آنان به واسطه مهربانی با خود، شایستگی‌های خود را شناسایی و بر مشکلات غلبه می‌کنند. همچنین این افراد از تمرکز مثبت، برنامه‌ریزی منظم، پذیرش خود برخوردارند که این عوامل از طریق افزایش سلامت و انسجام روانی باعث کاهش تعلل‌ورزی تحصیلی آنان می‌شوند [۳۷].

اما یکی از مهم‌ترین نکات پژوهش حاضر، بررسی نقش واسطه‌ای ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی و شفقت‌خود به‌عنوان متغیر میانجی در رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی بود. نتایج حاکی از نقش معنادار ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی و شفقت‌خود به‌عنوان متغیرهای میانجی در رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و کمال‌گرایی بود.

مشکلات به دلیل فقدان مهارت‌های مورد نیاز جهت مقابله موثر، به جای اینکه بر علت مشکل تمرکز کنند و سعی در مواجهه با آن داشته باشند به‌صورت اهمال‌کارانه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز یادگیری مواجه می‌شوند [۳۳].

با توجه به مطالعات صورت گرفته باید عنوان کرد افرادی که کمال‌گرایی ناهنجار دارند، بیشتر دچار اهمال‌کاری می‌شوند. این مسئله نشان‌دهنده این واقعیت است که اهمال‌کاری تحصیلی در افراد کمال‌گرای منفی بیشتر با ویژگی‌های غیرهیجانی چون ترس و اضطراب و تردید در ارتباط است و این خود زمینه اهمال‌کاری را فراهم می‌کند [۳۱].

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین اهمال‌کاری تحصیلی و ترس از شکست رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این یافته با یافته پژوهش‌های محسن‌زاده و همکاران [۳۴]، سولومون و رابلم [۱۱] و ژانگ و همکاران [۱۲] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت اهمال‌کاری یک سبک مقابله‌ای برای حفظ عزت‌نفس است. دانشجویانی که اهمال‌کاری تحصیلی نشان می‌دهند در تحقق وظایف تحصیلی خود ناتوان هستند که این ناتوانی با سطوح پایین عزت‌نفس در ارتباط است [۲۱]. عزت‌نفس پایین، بیانگر شخصیتی است که ترس از شکست دارد، به‌گونه‌ای که تصورشان از خود و کارآمدی‌شان در انجام تکالیف منفی است و به این خاطر غالباً در آغاز، ادامه و پایان بخشیدن به تکالیف و اهداف تحصیلی خود تعلل دارند [۳۳]. افراد اهمال‌کار به دلیل عزت‌نفس و خودپنداره ضعیف، غالباً خود را سرزنش می‌کنند، از موقعیت‌های دشوار اجتناب می‌کنند و از سلامت روان پایینی برخوردار هستند. بدین خاطر ترس از شکست با خود ناتوان‌سازی، احساس گناه، اجتناب و کاهش علاقه به موضوع مورد نظر همراه است. بنابراین خود این شرایط هم می‌تواند بر کاهش عزت‌نفس فرد اثرگذار باشد و به ارزیابی منفی بیشتر فرد از خود منجر شود. پس منطقی به نظر می‌رسد که ترس از شکست نقش معناداری در تبیین اهمال‌کاری تحصیلی داشته باشد [۳۳].

همچنین بر اساس تئوری شناختی-انگیزشی هیجان‌ات‌لازاروس می‌توان گفت ترس از شکست باعث می‌شود موقعیت‌های تهدیدکننده باورها و طرح‌واره‌های شناختی در مورد پیامدهای آزاردهنده، عدم موفقیت را فعال کند که در نتیجه به تقویت ترس از شکست فردی و در نتیجه افزایش اهمال‌کاری تحصیلی منجر می‌شود [۱۰].

علاوه بر این، نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین اهمال‌کاری تحصیلی و عدم تحمل بلا تکلیفی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این یافته با یافته پژوهش‌های زارعی و خشوعی [۱۸] و روتر و همکاران [۱۶] همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که قدرت تحمل ابهام پایین‌تری دارند، در حقیقت دچار ابهام عاطفی و ضعف جرأت‌ورزی هستند و از پیچیدگی،

درواقع، نتایج حاکی از نقش معنادار ترس از شکست، عدم تحمل بلا تکلیفی و شفقت خود به عنوان متغیرهای میانجی در رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی بود. با توجه به تأیید نقش واسطه‌ای متغیرهای شفقت خود (که همواره سازه‌ای مثبت و کارآمد در روان‌شناسی بالینی به حساب می‌آید)، ترس از شکست (که احتمال خود ناتوان‌سازی و اجتناب از موقعیت‌های دشوار را افزایش می‌دهد) و عدم تحمل بلا تکلیفی (که احتمال مواجهه با موقعیت‌های چالش‌انگیز و پیچیده و مهارت‌جرات‌ورزی را کاهش می‌دهد) به تمام متخصصان پیشنهاد می‌شود که با افزایش شناخت از متغیرهای مذکور در جهت کاهش اهمال کاری تحصیلی قدم بردارند.

ملاحظات اخلاقی

پژوهش حاضر با کد اخلاق به شماره IR.IUMS. REC.1399.168 در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی ایران ثبت شده است. همه اصول اخلاقی در این مقاله رعایت شده است و اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی

پژوهش حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد کامیار منصوروری رشته روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران است و تحت حمایت مالی دانشگاه علوم پزشکی ایران انجام شده است.

مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی و تحقیق: کامیار منصوروری؛ پیش‌نویس اصلی، روش‌شناسی و نظارت: احمد عاشوری؛ نگارش، نقد و ویرایش: حجت‌الله فراهانی؛ تأمین مالی و منابع: بنفشه قرایی.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

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

در تبیین این یافته می‌توان گفت، بر اساس تئوری‌های شناختی استرس و مقابله، چنانچه افراد موقعیتی را مبهم و تهدیدکننده و منابع خود را برای مقابله با آن تهدید را ناکافی ارزیابی کنند (مشابه افراد کمال‌گرا)، واکنش آن‌ها به موقعیت با استرس خواهد بود که به شکل اضطراب نمایان می‌شود و به کاهش عزت‌نفس و خودکارآمدی فرد منجر خواهد شد (ترس از شکست) و فرد تلاش می‌کند تا به نوعی از آن موقعیت اجتناب کند (اهمال کاری). بر اساس همین تئوری، ضعف جرات‌ورزی، اجتناب از موقعیت‌های چالش‌انگیز و مبهم در افراد با تحمل بلا تکلیفی پایین می‌تواند بر میزان بهانه‌جویی و طفره رفتن و اضطراب افراد کمال‌گرا بیافزاید و از این طریق باعث افزایش اهمال کاری در آن‌ها شود [۱۸].

همچنین شفقت خود بالا از طریق افزایش ارتباط اجتماعی و کاهش انتقاد از خود، تقویت مهربانی و ملاحظت با خود می‌تواند اثرات کمال‌گرایی منفی را از بین ببرد تا جایی که فرد بتواند با تدوین برنامه‌های دقیق که با توانایی و ظرفیت وی تناسب دارد [۱۴]، احتمال اهمال کاری را کاهش دهد.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود. یکی از این محدودیت‌ها تکیه بر ابزار پرسش‌نامه بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی از روش‌های کیفی نظیر مصاحبه جهت غنای بیشتر مطالعه بهره برد. همچنین با توجه به اینکه جامعه آماری این پژوهش محدود به دانشجویان کارشناسی‌ارشد شهر تهران بود، در زمینه تفسیر و تعمیم نتایج باید احتیاط لازم صورت گیرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود پژوهش آینده روی نمونه وسیع‌تری انجام شود.

با توجه به نقش مهم اهمال کاری تحصیلی بر جنبه‌های مختلف آموزشی و آینده شغلی دانشجویان و در نتیجه هزینه‌هایی که برای کشور ایجاد می‌کند، توجه به این امر برای سیاست‌گذاران، استادان و مشاوران تحصیلی ضروری است و در پژوهش‌های بعدی بررسی علل و راهکارهای مناسب جهت کاهش این رفتار پیشنهاد می‌شود. همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی در مورد افزایش شفقت خود و انگیزه تحصیلی، آموزش جرات‌ورزی و بالا بردن تحمل ابهام می‌تواند در کاهش اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان مؤثر باشد.

نتیجه‌گیری

با توجه به اینکه پدیده اهمال کاری تحصیلی و به تبع آن آفت تحصیلی ابعاد مختلف دارد و یکی از ابعاد مهم و تأثیرگذار آن عوامل روان‌شناختی است، بررسی این‌گونه عوامل نیز باید به صورت چندبُعدی و همه جانبه صورت گیرد. نتایج مطالعه حاضر می‌تواند در این راستا مفید باشد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کمال‌گرایی یک رابطه خطی و ساده نیست و ترس از شکست، خود شفقت‌ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در این رابطه نقش واسطه‌ای دارد.

References

- [1] Dasht Bozorgi Z, Homai R. [The relationship between self-compassion, social support and hope with persecution of nursing students (Persian)]. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2018; 11(1):126-32. [Link]
- [2] Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 2007; 133(1):65-94. [PMID]
- [3] Grunschel C, Patrzek J, Fries S. Exploring different types of academic delays: A latent profile analysis. *Learning and Individual Differences*. 2013; 23:225-33. [DOI:10.1016/j.lindif.2012.09.014]
- [4] Tavakoli MA. [A study of the prevalence of academic procrastination among students and its relationship with demographic characteristics, preferences of study time, and purpose of entering university (Persian)]. *Quarterly Educational Psychology*. 2013; 9(28):99-120. [Link]
- [5] Mahmoudzadeh R, Mohammadkhani S. [Perfectionism and academic procrastination: The mediating role of rumination (Persian)]. *Clinical Psychology and Personality*. 2016; 14(1):125-34. [Link]
- [6] Hemmati R, Sadeghi A. [Analysis of academic burnout among university students (Persian)]. *Journal of Social Problems of Iran*. 2019; 9(2):233-57. [Link]
- [7] Jadidi F, Mohammadkhani S, Tajrishi KZ. Perfectionism and academic procrastination. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2011; 30:534-7. [DOI:10.1016/j.sbspro.2011.10.104]
- [8] Raouf K, Khademi Ashkzari M, Naghsh Z. [Relationship between perfectionism and academic procrastination: The mediating role of academic self-efficacy, self-esteem and academic self-handicapping (Persian)]. *Journal of New Thoughts on Education*. 2019; 15(1):207-36. [DOI:10.22051/JONTOE.2017.14118.1684]
- [9] Kurtovic A, Vrdoljak G, Idzanovic A. Predicting procrastination: The role of academic achievement, self-efficacy and perfectionism. *International Journal of Educational Psychology*. 2019; 8(1):1-26. [DOI:10.17583/ijep.2019.2993]
- [10] Conroy DE, Kaye MP, Fifer AM. Cognitive links between fear of failure and perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 2007; 25(4):237-53. [DOI:10.1007/s10942-007-0052-7]
- [11] Solomon LJ, Rothblum ED. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*. 1984; 31(4):503-9. [DOI:10.1037/0022-0167.31.4.503]
- [12] Zhang Y, Dong S, Fang W, Chai X, Mei J, Fan X. Self-efficacy for self-regulation and fear of failure as mediators between self-esteem and academic procrastination among undergraduates in health professions. *Advances in Health Sciences Education : Theory and Practice*. 2018; 23(4):817-30. [DOI:10.1007/s10459-018-9832-3] [PMID]
- [13] Foroughi AA, Khanjani S, Rafiee S, Taheri AA. [Self-compassion: Conceptualization, research, and interventions (Brief review) (Persian)]. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020; 6(6):77-87. [DOI:10.29252/shenakht.6.6.77]
- [14] Jeon H, Lee K, Kwon S. Investigation of the structural relationships between social support, self-compassion, and subjective well-being in Korean elite student athletes. *Psychological Reports*. 2016; 119(1):39-54. [PMID]
- [15] Fourtounas A, Thomas SJ. Cognitive factors predicting checking, procrastination and other maladaptive behaviours: Prospective versus inhibitory intolerance of uncertainty. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*. 2016; 9:30-5. [DOI:10.1016/j.jocrd.2016.02.003]
- [16] Reuther ET, Davis TE 3rd, Rudy BM, Jenkins WS, Whiting SE, May AC. Intolerance of uncertainty as a mediator of the relationship between perfectionism and obsessive-compulsive symptom severity. *Depression and Anxiety*. 2013; 30(8):773-7. [PMID]
- [17] Dugas MJ, Schwartz A, Francis K. Brief report: Intolerance of uncertainty, worry, and depression. *Cognitive Therapy and Research*. 2004; 28(6):835-42. [DOI:10.1007/s10608-004-0669-0]
- [18] Zarei L, Khoshouei MS. [Relationship of academic procrastination with metacognitive beliefs, emotion regulation and tolerance of ambiguity in university students (Persian)]. *Quarterly Journal of Research and Planning in Higher Education*. 2016; 22 (3):113-30. [Link]
- [19] Kim KR, Seo EH. The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*. 2015; 82:26-33. [DOI:10.1016/j.paid.2015.02.038]
- [20] Klein RB. *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Press; 2015. [Link]
- [21] Motie H, Heidari M, Bagherian F, Zarani F. [Determining factors of academic procrastination (Persian)]. *Sadra Medical Journal*. 2018; 6(4):275-86. [Link]
- [22] Frost RO, Marten PA. Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*. 1990; 14(6):559-72. [DOI:10.1007/BF01173364]
- [23] Akhavan Abiri F, Shairi MR, Gholami Fesharaki M. [The investigation of psychometric properties of Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) (Persian)]. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2019; 6(1):87-106. [DOI:10.29252/shenakht.6.1.87]
- [24] Conroy DE, Willow JP, Metzler JN. Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2002; 14(2):76-90. [DOI:10.1080/10413200252907752]
- [25] Abdoli B, Ahmadi N, Azimzadeh E, Afshari J. [To determine the validity and reliability of performance failure appraisal inventory (Persian)]. *Development and Motor Learning*. 2013; 12:37-48. [Link]
- [26] Neff KD. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*. 2003; 2(3):223-50. [DOI:10.1080/15298860309027]
- [27] Saeedi Z, Ghorbani N, Sarafraz MR, Sharifian MH. [The effect of inducing self-compassion and self-esteem on the level of the experience of shame and guilt (Persian)]. *Contemporary Psychology*. 2013; 8(1):91-102. [Link]
- [28] Buhr K, Dugas MJ. Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*. 2006; 20(2):222-36. [PMID]
- [29] Sherafati H, Taheri E, Asmaee-Majd S, Amiri M. [Effectiveness of cognitive therapy based on dougas model on intolerance of uncertainty, cognitive avoidance and positive beliefs about worry in generalized anxiety disorder (Persian)]. *Journal of Clinical Psychology*. 2017; 9(34):15-28. [DOI:10.22075/JCP.2017.10203.]

- [30] Delavar A. [Research method in psychology and educational sciences (Persian)]. Tehran: Virayesh publication; 2018. [[Link](#)]
- [31] Hashemi L, Latifian M. [Perfectionism and academic procrastination: Study of mediational role of test anxiety (Persian)]. Journal of Personality & Individual Differences. 2013; 2(3):73-99. [[Link](#)]
- [32] Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL, Koledin S. Component of perfectionism and procrastination in college students. Social Behavior and Personality: An International Journal. 1992; 20(2):85-94. [[DOI:10.2224/sbp.1992.20.2.85](#)]
- [33] Capan BE. Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. Procedia Social and Behavioral Sciences. 2010; 5: 1665- 71. [[DOI:10.1016/j.sbspro.2010.07.342](#)]
- [34] Mohsenzadeh F, Jahanbakhshi Z, Keshavarzafshar H, Eftari S, Goudarzi R. [Keywords: Educational computer games, creativity, critical thinking skills, gifted students The role of fear of failure and personality characteristics in anticipating academic procrastination (Persian)]. Quarterly Journal of School Psychology. 2016; 5(2):92-108. [[link](#)]
- [35] Saeedi Mobarakeh M, Ahmadpour A. [Relationship between the ambiguity tolerance of computer students and their programming grades (Persian)]. Education Strategies in Medical Sciences. 2013; 5(4):219-22. [[Link](#)]
- [36] Abdolshahi HR, Mehdi Reza S. [The relationship between self-compassion and procrastination: The mediating role of shame and guilt (Persian)]. Journal of Fundamentals of Mental Health. 2019; 21(4): 233-9. [[DOI:10.22038/JFMH.2019.14398](#)]
- [37] Raes F, Pommier E, Neff KD, Van Gucht D. Construction and factorial validation of a short form of the SelfCompassion Scale. Clinical Psychology & Psychotherapy. 2011; 18(3):250-5. [[PMID](#)]

This Page Intentionally Left Blank