

تدوین مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

پروانه گل محمدی^۱، محراب شیرمحمدی^۲، فاطمه زرگوش^۳، یحیی دیوالا^۴

^۱ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه باختر ایلام، ایران

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه باختر ایلام، ایران (نویسنده مسئول)

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه باختر ایلام، ایران

^۴ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه باختر ایلام، ایران

چکیده

هر این پژوهش با هدف تدوین مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام شد. روش پژوهش بر حسب هدف بنیادی و از نظر نحوه اجرا توصیفی و همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل کلیه دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ به تعداد ۴۵۳۱ نفر بودند. در پژوهش حاضر، به منظور تعیین حجم نمونه، با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰)، تعداد ۳۷۱ نفر از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای به عنوان نمونه تعیین گردید. در این پژوهش برای جمع آوری اطلاعات مربوط به پاسخگویی به فرضیه های پژوهش، از روش میدانی با بکارگیری پرسشنامه استفاده شده است، ابزار اصلی گردآوری داده ها، پرسشنامه باورهای فراشناخت کاتریت - هاتون (۲۰۰۴) با آلفای ۰/۸۵، پرسشنامه باورهای انگیزشی پنتریچ و همکاران (۱۹۹۱) با آلفای ۰/۸۳، پرسشنامه کمال گرایی بشارت و حسینی (۱۳۹۱) با آلفای ۰/۸۴ و پرسشنامه سازگاری فردی و اجتماعی کلارک و همکاران (۱۹۵۳) با آلفای ۰/۸۴ استفاده شد جهت تجزیه و تحلیل داده ها از شاخص های توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون، نرم افزار SPSS۲۲، ایموس ۲۵ و مدل معادلات ساختاری استفاده شد. یافته های پژوهش نشان داد که بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی با مقدار ۰/۱۵۹، بین باورهای انگیزشی با سازگاری فردی و اجتماعی با مقدار ۰/۲۳۱، بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی با مقدار ۰/۳۱۳، بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی با مقدار ۰/۶۱۵، بین باورهای انگیزشی با کمال گرایی با مقدار ۰/۸۰۷، همبستگی وجود دارد. همچنین، نقش میانجی کمال گرایی در حالت استاندارد به میزان ۰/۱۳۷ واحد به اثرات کل رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی، و نقش میانجی کمال گرایی در حالت استاندارد به میزان ۰/۲۰۳ واحد به اثرات کل رابطه بین باورهای انگیزشی با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام اضافه می کند. با توجه به نتایج مشخصه های برازندگی، ضرایب آلفای کرونباخ گزارش شده و بار عاملی، ضرایب مسیر و C.R.، ابزار گردآوری داده ها مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی دارای ویژگی های فنی (قابلیت اعتماد و اعتبار) در سطح بسیار خوب و مطلوبی می باشد.

واژه های کلیدی: سازگاری فردی و اجتماعی، باورهای فراشناخت، باورهای انگیزشی، کمال گرایی، دانش آموزان

مقدمه

امروزه با مشکلاتی که در جوامع وجود دارد مطالعه و پژوهش در زمینه های سازگاری فردی و اجتماعی^۱ افراد برای بهبود یافتن زندگی آنها از اهمیت بالایی برخوردار می باشد و بدین جهت یکی از راهکارهای مهم در این زمینه پرداختن به باورهای فراشناختی در آنهاست (حاجی پور و یوسفی، ۲۰۱۷). سازگاری فردی و اجتماعی یک فرایند روانشناختی است که بر اساس آن فرد با تمایلات و چالش های زندگی روزمره، مقابله می کند و یا آنها را در کنترل خود درمی آورد (سادوک^۲ و همکاران، ۲۰۱۰). سازگاری فردی و اجتماعی یک مفهوم عام بوده و به همه راهبردهایی گفته می شود که فرد برای اداره کردن موقعیتهای استرس زای زندگی اعم از تهدیدهای واقعی یا غیرواقعی به کار می برد. سازگاری اجتماعی، مهمترین جنبه ی رشد اجتماعی هر فرد محسوب می شود که در تعامل با دیگران، موفقیت شغلی و تحصیلی شخص تأثیر بسزایی دارد (بصیر و همکاران، ۲۰۱۳). اساسا شخص سازگار، شخصی است که میان خود و محیط مادی و اجتماعی اش ارتباط های سالم و درستی برقرار کند که نتیجه اش استقرار ثبات عاطفی برای خود او باشد. روانشناسی فراشناختی، حوزه اندیشه گری نوینی است که پیشینه آن به حدود دهه ی ۱۹۷۰ می رسد. فراشناخت یک مفهوم چندوجه است و به دانش یا باورهای مربوط به فکرکردن و راهبردهایی که افراد از آنها برای تنظیم و کنترل فرایندهای تفکر استفاده می کنند، اشاره دارد (احمدی و همکاران، ۲۰۱۱). رفتار انسانها مبنای بسیاری از تصمیم های اوست. انتخاب، ترجیح و تصمیم های ما از اطلاعاتی متأثرند که اثر خود را از طریق سازوکارها و فرایندهای شناختی ناخودآگاه گوناگون اعمال می کنند. یکی از این سازوکارهای شناختی، فراشناخت و باورهای مبتنی بر آن می باشد. این مفهوم دربرگیرنده ی دانش، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، بر آن نظارت و یا آن را کنترل می کند (کریم نژاد و همکاران، ۲۰۱۲). ولز و کاررایت معتقدند که باورهای فراشناختی یکی از عوامل مهم در توسعه و تداوم اختلال های روانشناختی است. باورهای فراشناختی به پردازش هیجانی مثل شادکامی، سازگاری و واکنش های مربوط به آسیب از طریق تأثیر دانش و باورهای فراشناختی^۳ به روی تغییر باورها و نیز تعبیر و تفسیر علائم خاص شادکامی و سازگاری ها نقش موثری دارد (کات رایت و ولز^۴، ۱۹۹۷). از طرفی کمال گرایی^۵ به عنوان ویژگی شخصیتی با تأثیرات دوگانه ای بر سازگاری فردی و اجتماعی همراه است؛ از یک طرف، افراد کمال گرا ممکن است به واسطه استانداردهای بالا و تلاش بی وقفه، در محیط های فردی به موفقیت های حرفه ای و باورهای انگیزشی دست یابند، اما از سوی دیگر، این ویژگی می تواند منجر به مشکلات روانی، اضطراب، و اختلالات روابط اجتماعی شود، به ویژه زمانی که معیارهای کمال گرایی به دیگران نیز تحمیل می شود (استوبر و یانگ^۶، ۲۰۱۸). باورهای انگیزشی^۷ از مهم ترین عواملی هستند که بر سازگاری فردی و اجتماعی تأثیر زیادی دارند، زیرا به طور مستقیم به نحوه ی عملکرد افراد در مواجهه با چالش ها و فرصت ها مربوط می شود. باورهای انگیزشی مثبت مانند خودکارآمدی، رشد و پیشرفت شخصی، به فرد کمک می کنند تا از موانع عبور کرده و در زندگی فردی و اجتماعی موفق تر عمل کند. به علاوه، افراد با باورهای انگیزشی مثبت تمایل دارند که در محیط های اجتماعی با انگیزه بیشتری مشارکت

^۱ Individual and social adaptation^۲ Sadocket^۳ Metacognitive beliefs^۴ Katwrait & Wolze^۵ Perfectionism^۶ Stoeber & Yang^۷ Motivational beliefs

کنند و از روابط خود لذت ببرند. از سوی دیگر، باورهای منفی مانند احساس ناتوانی یا ترس از شکست ممکن است فرد را از مشارکت در تعاملات اجتماعی بازدارد و به کاهش کیفیت روابط و احساس انزوا منجر شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که کسانی که باورهای انگیزشی قوی دارند، با مشکلات فردی و اجتماعی به شکلی سازگارتر و موثرتر مقابله می‌کنند و به نتایج مطلوب‌تری در زندگی می‌رسند (ساح و همکاران^۸، ۲۰۱۷). باورهای انگیزشی، کمال‌گرایی و باورهای فراشناختی نه تنها به فرد کمک می‌کنند تا اهداف خود را دنبال کند، بلکه نقش مهمی در کیفیت و استحکام روابط اجتماعی ایفا می‌کنند و می‌توانند از عوامل مؤثر در ایجاد همبستگی اجتماعی و بهبود وضعیت اجتماعی افراد باشند. این باورها همچنین می‌توانند در ایجاد انگیزه برای یادگیری و خودآگاهی کمک کنند که در نهایت منجر به بهبود سازگاری فردی و اجتماعی خواهند شد. بنابراین، پژوهش‌های اخیر به طور فزاینده‌ای بر اهمیت باورهای انگیزشی در تنظیم اهداف، بهبود رفتارهای فردی و اجتماعی، و افزایش رفاه فردی و اجتماعی تأکید دارند (دویک^۹، ۲۰۱۷). با توجه به مباحث مطرح شده این پژوهش با هدف تدوین مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال‌گرایی در دانش آموزان انجام گرفته است

مبانی نظری پژوهش

سازگاری به همه ی راهبردهایی اطلاق می شود که فرد برای اداره کردن خود در موقعیتهای استرس زا به کار می برد. خصوصیات شخص و حساسیت موقعیتهایی که فرد با آن روبه رو میشود از جمله عواملی هستند که بر سازگاری اجتماعی مؤثرند (بنیسی^{۱۰}، ۱۳۹۸). در واقع سازگاری رابطه ای است که میان فرد و محیط او، به ویژه محیط اجتماعی برقرار می شود و به او امکان می دهد تا به نیازها و انگیزه های خود پاسخ مناسب دهد (معتمدی و همکاران، ۱۴۰۰). سازگاری فردی-اجتماعی شاخه ای از علوم انسانی و علمی نسبتاً جوان است که بعد از پیدایی ورشد سازگاری عمومی و جامعه شناسی به عنوان دانشی نو مطرح شده و این سازگاری اجتماعی از راه رسیده و نو پا می تواند دیواری سخت از سازگاری و جامعه شناسی باشد که به مطالعه فرد (رفتارها و نگرشها ، باورها ،...) در محیط اجتماعی می پردازد زیرا افراد به خاطروابستگی هاشان به جامعه و پیوندهای شان باگروههای مختلف اجتماعی که دارد از آنها متاثر می شود و بر آنها اثر نیزمی گذارد از این رو سازگاری اجتماعی می تواند در جنبه های گوناگون زندگی اجتماعی مورد استفاده گیرد (عبدلی و همکاران، ۱۳۸۸). سازگاری فردی-اجتماعی به توانایی انطباق با گسترده تغییرات در زندگی اجتماعی و محیط اجتماعی که تر اشاره دارد شامل انطباق بین فردی و انطباق با زندگی است (په و همکاران^{۱۱}، ۲۰۲۱). یکی از نشانه های اجتماعی شدن، سازگاری فردی و اجتماعی است. برای سازگاری فردی و اجتماعی تعاریف زیادی ارایه شده است، طوری که آن را مترادف با مهارت اجتماعی توصیف نموده اند و آن عبارتست از توانایی برقراری ارتباط متقابل با دیگران به طریقی خاص که در عرف جامعه قابل قبول باشد. سازگاری فردی و اجتماعی، مهمترین جنبه ی رشد اجتماعی هر فرد محسوب می شود که در تعامل با دیگران، موفقیت شغلی و تحصیلی شخص تاثیر بسزایی دارد (خدایاری فر، ۲۰۱۰). سازگاری اجتماعی شامل سازگاری فرد با محیط اجتماعی خود است که این سازگاری ممکن است با تغییر دادن خود و یا محیط به دست آید (قیصری گودرزی و همکاران، ۱۳۹۹)

^۸ Suh et al

^۹ Dweck

^{۱۰} Benisi

^{۱۱} Ye et al

یکی از متغیرهای مرتبط با سازگاری فردی و اجتماعی، باورهای فراشناخت است. گل محمدنژاد بهرامی و رحیمی (۲۰۱۶) در پژوهشی به بررسی رابطه آموزش باورهای فراشناختی بر سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی دانش آموزان دختر متوسطه شهرستان نقده پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش باورهای فراشناختی باعث افزایش خودکارآمدی اجتماعی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر متوسطه شهرستان نقده شد. نتایج همچنین نشان داد که سازگاری اجتماعی می تواند یک عامل متأثر از باورهای فراشناختی باشد. فراشناخت، به ساختارها، دانش و فرآیندهای روانشناختی اشاره می کند، که با کنترل و تفسیر افکار و شناختها سر و کار دارد. بوشارد و همکاران، از دانشگاه مونترال کانادا، فراشناخت را به صورت زیر تعریف می کنند: شکلی از تفکر که موضوع آن فعالیت شناختی خود آزمودنی است. تحقیقات زیادی، سودمندی فراشناخت برای تعلیم و تربیت را نشان می دهد و بر توانایی انسانها برای بدست گرفتن رشد ذهنی خود اشاره می کند (جیمز و اسموس، ۲۰۱۱). مهارت های فراشناختی نقش مهمی در فعالیت های شناختی از جمله تبادل کلامی اطلاعات و انگیزش پیشرفت، بازی می کند (ابوالقاسمی و همکاران، ۲۰۱۴). باورهای فراشناختی یکی از عوامل مهم در توسعه و تداوم اختلال های روان شناختی است. باورهای فراشناختی به پردازش هیجانی مثل شادکامی، سازگاری و واکنش های مربوط به آسیب از طریق تاثیر دانش و باورهای فراشناختی به روی تغییر باورها و نیز تعبیر و تفسیر علایم خاص شادکامی و سازگاری ها نقش موثری دارد. راهبردهای انگیزشی نیز به عنوان یکی از مهم ترین عوامل تعیین کننده در توانایی سازگاری با موقعیتهای فردی و اجتماعی است. باورهای انگیزشی نقش مهمی در به کارگیری مهارت های فردی و اجتماعی دارند (طاهری تفتی و همکاران، ۱۴۰۱). غفاری و زکیانی (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان رابطه ی بین باورهای فراشناختی با میزان سازگاری فردی و اجتماعی کتابداران دانشگاه علوم پزشکی ایران به این نتیجه دست یافتند که بین سازگاری اجتماعی با متغیرهای کنترل ناپذیری، اطمینان شناختی و کنترل افکار ارتباط مثبت برقرار بوده است.

یکی دیگر از متغیرهای مرتبط با سازگاری فردی و اجتماعی، باورهای انگیزشی است. با ارتقای سطح خودکارآمدی تحصیلی (به عنوان مؤلفه باورهای انگیزشی)، می توان مهارت های فردی و اجتماعی را افزایش داد (اژدري و یوسفی، ۱۴۰۰). باورهای انگیزشی دسته ای از معیارهای شخصی و اجتماعی هستند که افراد برای انجام یک عمل به آنها مراجعه می کنند. ارزش گذاری درونی، به اهمیتی که دانش آموز به یک تکلیف یا درس خاص میدهد، باوری که به آن تکلیف دارد و هدفی که از مطالعه آن دنبال می کند اطلاق می شود. باورها و نگرش های انگیزشی که افراد را به سوی عمل، پیشرفت یا مقاومت در برابر چالش ها سوق می دهند، اغلب درونی هستند و از تجربیات گذشته، اهداف آینده یا الگوهای فکری نشئت می گیرند. این باورها ممکن است به شکل جملات کوتاه، تصویر ذهنی از موفقیت یا حتی احساس مسئولیت نسبت به خود و دیگران بروز پیدا کنند. آنها می توانند نقش یک نیروی محرک را بازی کنند؛ چیزی که باعث می شود فرد علی رغم خستگی یا ناامیدی، به مسیرش ادامه دهد. گاهی این باورها از منابع بیرونی مانند خانواده، فرهنگ یا آموزه های خاص تأثیر می گیرند و گاهی هم از دل تجربیات شخصی رشد می کنند. در هر صورت، آنها نقشی کلیدی در جهت دهی به رفتار و تصمیم گیری های افراد دارند. تحقیقات اخیر به طور خاص بر ویژگی های دانش آموزان و تأثیری که باورهای انگیزشی می توانند بر موفقیت و سازگاری فردی و اجتماعی و نیل به کمال گرایی یادگیرندگان داشته باشد تمرکز کرده اند (دونا^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۸).

یکی دیگر از متغیرهای مرتبط با سازگاری فردی و اجتماعی، کمال گرایی است. سازه کمال گرایی از دو دهه قبل تاکنون چه به لحاظ بالینی و چه به لحاظ روانشناسی شخصیت توجه گستردهای را به خود معطوف داشته است و لذا پژوهش در زمینه ادبیات کمال گرایی نیز روند رو به رشدی داشته است (سوم^{۱۴} و کندا، ۲۰۲۲). در طول دو دهه گذشته تعداد رو به

^{۱۲} James & asmuse^{۱۳} Donohoo et al^{۱۴} Sumi

افزایشی از پژوهشها به نقش کمال گرایی به عنوان ساختاری روشنگر، مهم و مؤثر در ارتباط با مسائل بسیاری از جمله ضعف سازگاری اشاره کرده اند (رایس، ورگارا^{۱۵} و آلدی، ۲۰۱۶). کمال گرایی را واجد جنبه های مثبت و منفی می داند و آن را معادل کمال گرایی بهنجار قرار می دهد؛ در کمال گرایی مثبت یا انطباقی که فرد استانداردهای شخصی سطح بالا، اما قابل دسترس، گرایش به نظم و سازماندهی در امور احساس رضایتمندی از عملکرد خود، جستجو برای تعالی در امور و انگیزش برای رسیدن به پاداشهای مثبت را دارد. این بعد با شاخصهای سازگاری، مانند عاطفه مثبت، همبستگی مثبت دارد (کارور^{۱۶} و همکاران، ۲۰۱۶). با توجه به ادبیات فوق مشخص شده است که باورهای انگیزشی منفی، ابعاد کمال گرایی منفی و جنبه های بسیار مثبت باورهای فراشناخت هر کدام بطور جداگانه بر سازگاری یا ناسازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان تاثیرگذار هستند اما بصورت یک مدل و در قالب مجموعه ای هماهنگ با همدیگر مورد بررسی قرار نگرفته اند. لذا در اینجا بدنبال پاسخ به این سؤال هستیم که آیا مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام دارای برازش مطلوب است؟ یکی از اهداف مهم سیستم آموزشی، رهنمون کردن دانش آموزان به تعامل اجتماعی و برقراری روابط مؤثر با افراد دیگر است. تعاملات اجتماعی مثبت در مدرسه به دانش آموزان کمک می کند تا مهارت های لازم برای همکاری، مدیریت احساسات و درک احساسات دیگران را در خود تقویت کنند. این مهارت ها نه تنها برای محیط مدرسه، بلکه برای زندگی اجتماعی آینده نیز حیاتی هستند به ویژه برای دانش آموزان دختر، این فراوند می تواند زمینه ساز رشد اعتماد به نفس، توانایی در مدیریت تعارضات اجتماعی و ایجاد روابط مثبت با دیگران باشد. (فروغی، ۱۳۹۹). سازگاری اجتماعی بر این ضرورت متکی است که نیازها و خواسته های فرد با منافع و خواسته های گروهی که در آن زندگی می کنند، هماهنگ و متعادل شود و تا حد امکان از برخورد و اصطکاک مستقیم و شدید با منافع و ضوابط گروهی جلوگیری شود. میزان سازگاری به دو عامل بستگی دارد: یکی خصوصیات شخص یعنی مهارتها، نگرش ها و شرایط جسمانی و دیگری موقعیتهایی که افراد با آن مواجه می شوند مانند کش مکش های خانوادگی، تعارض در محیط کار و ... این دو عامل با هم در تعیین سازگاری، خشنودی، کامیابی و شکست و کناره گیری فرد مؤثرند، چون شخصی و محیط در حال تحول اند، بنابراین سازگاری اجتماعی وی نیز مرتباً دستخوش تغییر می شود (ویرن و لیوود^{۱۷}، ۲۰۱۳). دانش آموزان با اختلال های مهارت های اجتماعی ویژه، یکی از گروه های کودکان با نیازهای ویژه هستند که به آموزش و خدمات وابسته نیاز دارند طبق گزارشات PISA، دانش آموزانی که از مهارت های اجتماعی بیشتری برخوردارند، معمولاً توانایی بیشتری در تطبیق با محیط های اجتماعی و تحصیلی دارند OECD گزارشی منتشر کرده که نشان می دهد ۳۰٪ از دانش آموزان در کشورهای مختلف با مشکلات سازگاری اجتماعی^{۱۸} مواجه اند (هالاها^{۱۹} و همکاران، ۲۰۱۸). ۴۰٪ از دانش آموزان ایرانی در دوره های ابتدایی و متوسطه اول به حداقل سطح یادگیری در درس خواندن، ریاضی و علوم دست نیافته اند. بیش از ۷۰٪ از دانش آموزان عملکردی پایین تر از متوسط جهانی در این درس دارند. در آزمون تیمز ۲۰۲۳، تنها ۵۹٪ از دانش آموزان پایه چهارم ایران به معیار عملکرد پایین (نمره ۴۰۰) دست یافته اند، در حالی که میانگین جهانی این شاخص ۹۱٪ است این آمار نشان دهنده مشکلات جدی در سیستم آموزشی ایران است که بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان تأثیر منفی می گذارد (اژدری و یوسفی، ۱۴۰۰)

^{۱۵} Rice, K. G., Vergara, D. T., & Aldea

^{۱۶} Carver et al

^{۱۷} Wiren & lyoud

^{۱۸} Social adaptation

^{۱۹} Hallahan

دانش آموزان در سازگاری اجتماعی با مشکلات عمده ای مواجه هستند (پترتو و ماسال^{۲۰}، ۲۰۱۷). یکی از عوامل قدرتمند که در صورت بروز نشانه های سازگاری فردی و اجتماعی، به فرد جهت مقابله با هر آسبی یاری رساند باورهای فراشناخت است. امروزه با مشکلاتی که در جوامع وجود دارد مطالعه و پژوهش های سازگاری افراد برای بهبود یافتن زندگی آنها از اهمیت بالایی برخوردار است. و بدین جهت یکی از راهکارهای مهم در این زمینه پرداختن به باورهای فراشناختی در آنهاست. باورهای فراشناخت از یک طرف وظیفه کنترل و تنظیم شناخت مارابه عهده دارد و از طرف دیگر به عنوان هرگونه دانش یا فرایندی تعریف شده که در ارزیابی، نظارت یا کنترل شناخت مشارکت دارد. باورهای فراشناخت یک مفهوم چندوجهی است و به دانش یا باورهای مربوط به فکرکردن و راهبردهایی که افراد از آنها برای تنظیم و کنترل فرایندهای تفکر استفاده می کنند، اشاره دارد. رفتار انسانها مبنای بسیاری از تصمیم های اوست. انتخاب، ترجیح و تصمیم های ما از اطلاعاتی متاثرند که اثر خود را از طریق سازوکارها و فرایندهای شناختی ناخودآگاه گوناگون اعمال می کنند. یکی از این سازوکارهای شناختی، فراشناخت و باورهای مبتنی بر آن می باشد. این مفهوم دربرگیرنده ی دانش، فرایندها و راهبردهایی است که شناخت را ارزیابی، بر آن نظارت و یا آن را کنترل می کند (آزودو و همکاران^{۲۱}، ۲۰۱۹). آگاهی فراشناختی یکی از عوامل اصلی موفقیت در سازگاری است و یک ابزار عالی برای اندازه گیری سازگاری می باشد (عبدالرحمان^{۲۲}، ۲۰۲۰). به طور مثال افراد مبتلا به اختلال اضطرابی ممکن است باور داشته باشند که اضطراب و نگرانی آنها کنترل نشدنی و خطرناک است و برخی نیز باور داشته باشند که اضطراب و نگرانی میتواند مزایایی داشته باشد (عبداللهی و داوودی، ۱۳۹۸). از مجموعه عواملی که بر سازگاری فردی و اجتماعی میتوانند نقش داشته باشند کمال گرایی است. به اعتقاد هیل و همکاران^{۲۳} (۲۰۰۴). کمال گرایی مشتمل بر ابعاد چندبعدی از کمال گرایی هشتگانه ذیل است: پریشانی و نگرانی از اشتباه کردن، معیارهای بالا برای دیگران، نیاز به تأیید دیگران، نظم و سازماندهی، ادراک فشار از سوی والدین، هدفمندی، نشخوار فکری، تلاش برای عالی بودن و سازگاری با جامعه. از این ابعاد هشتگانه، چهار بعد تمرکز بر اشتباهات، ادراک فشار از سوی والدین، نیاز به تأیید دیگران و نشخوار فکری ابعادی هستند که کمالگرایی منفی را تشکیل می دهند و چهار بعد تلاش برای عالی بودن، معیارهای بالا برای دیگران (اجتماعی بودن)، نظم و سازماندهی و هدفمندی، کمال گرایی مثبت می باشند (آندورس و همکاران^{۲۴}، ۲۰۱۴) معتقدند، هدف کمالگرایی مثبت دستیابی به پیامدهای مثبت مانند عملکرد مطلوب، باورهای انگیزشی و سازگاری و هدف کمال گرایی منفی اجتناب و فرار از پیامدهای منفی مانند عدم ناسازگاری می باشد. باورهای انگیزشی بالا باعث موفقیت هایی در شغل، زندگی فردی و اجتماعی و تحصیل و... می شود؛ باورهای انگیزشی، شامل دستهای از معیارهای شخصی و اجتماعی است که افراد برای انجام دادن یا پرهیز کردن از یک عمل به آنها مراجعه می کنند. این معیارهای انگیزشی به دنبال تأیید و عدم تأیید رفتار فرد به وسیله اشخاص مهم زندگی شکل می گیرد (برات و داورپناه، ۱۳۹۸). ارزیابی چرایی کمال گرایی مثبت و منفی، آشناسازی دانش آموزان با باورهای فراشناخت، و اثرات مثبت و منفی باورهای انگیزشی از این جنبه حائز اهمیت است که می تواند اطلاعات مفیدی را در اختیار مدیران مدارس قرار دهد تا بتوانند جنبه های منفی این عوامل به جهت سازگار نمودن فردی و اجتماعی دانش آموزان را کاهش دهند، موضوع این پژوهش از این جهت مورد توجه قرار می گیرد که با سنجش میزان سازگاری فردی و اجتماعی در بین دانش آموزان و عوامل اثرگذار بر آن، در پی یافتن راههایی برای بهبود سازگاری فردی و اجتماعی می باشد تا بتوان یک رده همه جانبه و همگانی برای دانش آموزان ایجاد کرد و زمینه شکوفایی استعدادها در مدرسه فراهم شود و موجب افزایش کارایی و رضایت معلمان گردد. در دنیای پیچیده و پر از تغییرات اجتماعی و فردی امروزی، سازگاری فردی و

^{۲۰} Petertto & masal

^{۲۱} Azevedo R et al

^{۲۲} Hill et al

^{۲۳} Andrews et al

اجتماعی برای دانش آموزان، به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی، از اهمیت بسیاری برخوردار است. این دوران به دلیل تغییرات فراوان روان شناختی، اجتماعی و تحصیلی، یکی از بحرانی ترین مراحل زندگی فردی و اجتماعی افراد به شمار می آید. دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه به ویژه در شرایط کنونی، با چالش های فراوانی در زمینه سازگاری اجتماعی و فردی روبه رو هستند که این چالش ها می تواند تأثیرات منفی بر رشد و پیشرفت آن ها داشته باشد.

با وجود مطالعات مختلف در زمینه سازگاری فردی و اجتماعی، باورهای فراشناختی و انگیزشی و همچنین نقش کمال گرایی، هنوز درک دقیقی از نحوه ارتباط این عوامل و تأثیرات متقابل آن ها بر یکدیگر در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه وجود ندارد. بیشتر تحقیقات موجود به طور مجزا به بررسی این مفاهیم پرداخته اند، اما ترکیب این عوامل در یک مدل جامع و علی به ویژه در دانش آموزان دختر شهر ایلام، که از ویژگی های فرهنگی و اجتماعی خاصی برخوردارند، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در واقع، خلأ نظری در این زمینه به این معناست که هنوز مدل جامعی برای توضیح نحوه تأثیر باورهای فراشناختی، انگیزشی و کمال گرایی بر سازگاری فردی و اجتماعی در دانش آموزان دختر تدوین نشده است. بسیاری از تحقیقات قبلی به بررسی باورهای فراشناختی و انگیزشی به طور جداگانه پرداخته اند، اما مدل های تلفیقی که به طور هم زمان این متغیرها و نقش میانجی کمال گرایی را در فرآیند سازگاری اجتماعی و فردی بررسی کنند، بسیار محدود و پراکنده هستند. همچنین، توجه کمی به تفاوت های فرهنگی و اجتماعی در بررسی این متغیرها در مناطق مختلف، به ویژه شهرهای کوچک مانند ایلام، شده است. در نتیجه، تحقیقات فعلی قادر به ارائه الگوهای ویژه و متناسب با نیازهای دانش آموزان در این منطقه نیستند. از نظر عملی، بیشتر مداخلات آموزشی و مشاوره ای موجود در مدارس، به ویژه در مناطق خاص، بر اساس الگوهای عمومی و جهانی طراحی می شوند که ممکن است متناسب با شرایط فرهنگی و اجتماعی دانش آموزان نباشند. در این زمینه، تحقیقات بیشتر برای شناسایی عواملی که به طور خاص بر سازگاری اجتماعی و فردی دانش آموزان دختر در شهر ایلام تأثیر می گذارند، ضروری است. بسیاری از برنامه های مشاوره ای و آموزشی موجود در مدارس، به بررسی اثرات کمال گرایی و باورهای فراشناختی بر سازگاری اجتماعی و فردی نمی پردازند یا نمی توانند به طور دقیق عوامل میانجی مانند کمال گرایی را در نظر بگیرند. از سوی دیگر، خلأ عملی دیگر در این تحقیق، نیاز به تدوین مدل های عملیاتی است که بتوانند بر اساس نتایج پژوهش، برنامه های آموزشی و مشاوره ای به ویژه برای دانش آموزان دختر طراحی کنند. به عبارت دیگر، خلأ عملی به این معناست که بعد از شناسایی ارتباطات میان متغیرهای مختلف، برنامه های مشخص و کاربردی برای بهبود سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر در مقطع دوم متوسطه شهر ایلام وجود ندارد.

پیشینه ی پژوهش

محمدی فر و همکاران (۱۴۰۳)، در پژوهشی تحت عنوان "بررسی رابطه عملکرد خانواده و خودکارآمدی (مولفه ی باورهای انگیزشی) دانش آموزان با سازگاری اجتماعی آنها" پرداختند. طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. نمونه این پژوهش شامل ۲۵۰ نفر از دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر امیریه بود که با روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند. در این پژوهش از پرسشنامه های سازگاری بل، خودکارآمدی عمومی و ابزار سنجش کارکرد خانواده استفاده شد. نتایج نشان داد که بین عملکرد خانواده و خودکارآمدی با سازگاری دانش آموزان رابطه وجود دارد و عملکرد خانواده و خودکارآمدی، سازگاری دانش آموزان را پیش بینی می کنند. با توجه به اینکه محیط اطراف ما دائماً در حال تغییر است، توانایی سازگاری با این شرایط حیاتی است، بنابراین توجه به عوامل اثر گذار بر سازگاری ضروری به نظر می رسد.

بابائی و همکاران (۱۴۰۱)، در پژوهشی تحت عنوان "پیش بینی سازگاری اجتماعی بر اساس متغیرهای سبک فرزندپروری، کمال گرایی و تفکر خلاق" در دانش آموزان پایه نهم در شهر رشت پرداختند. روش پژوهش از نوع توصیفی همبستگی و جامعه آماری شامل تمامی دختران پایه نهم مدارس دولتی و غیرانتفاعی شهر رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند که از میان آنها تعداد ۱۵۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. نتایج ضریب همبستگی

پیرسون نشان داد بین سازگاری اجتماعی با شیوه های فرزندپروری (استبدادی و مقتدرانه)، کمال گرایی و تفکر خلاق رابطه معنی دار وجود دارد. ($p < 0.01$) نتایج تحلیل رگرسیون آشکار کرد از بین مؤلفه های شیوه های فرزندپروری، سبک استبدادی به شکل منفی با ضریب بتا برابر -0.24 و سبک مقتدرانه به شکل مثبت با ضریب بتا برابر $0.29/4$ توان پیش بینی متغیر سازگاری اجتماعی را دارا است همچنین کمال گرایی و تفکر خلاق هر کدام به ترتیب دارای ضرایب بتا برابر 0.37 و -0.24 برای سازگاری اجتماعی است که نشان می دهد متغیرهای پیش بین کمال گرایی به شکل مثبت و تفکر خلاق به شکل منفی سهمی را برای تبیین متغیر ملاک فراهم می آورند. ($p < 0.01$) با در نظر گرفتن یافته های فوق، به نظر می رسد برای افزایش سازگاری اجتماعی، متغیرهای شیوه های فرزندپروری، کمال گرایی و تفکر خلاق ضروری است. نوع شیوه های فرزندپروری والدین می تواند قویترین و پایدارترین تاثیرات را بر رشد عاطفی و شناختی کودک داشته باشد بطوریکه اثرات آن در دوران نوجوانی نمود خواهد داشت. همچنین کمال گرایی از سازه های شخصیتی است که نقش مهمی را در سازش یافتگی افراد ایفا می نماید. و یک بعد از سازش یافتگی سازگاری اجتماعی است که شامل سازگاری فرد با محیط اجتماعی خود است لذا کمال گرایی مثبت می تواند راهبردهای منطقی برای فرد داشته باشد.

میرزائی و همکاران (۱۳۹۹)، در پژوهشی تحت عنوان "بررسی رابطه باورهای فراشناختی با سازگاری فردی - اجتماعی و شادکامی نوجوانانی که در دبیرستان های ناحیه ۲ شهرستان رشت" مشغول تحصیل هستند، پرداختند. نمونه این پژوهش به تعداد ۳۳۸ نفر (۱۶۹ نفر پسر و ۱۶۹ نفر دختر) به صورت خوشه ای از بین این مدارس انتخاب شده اند. ابزار این پژوهش، پرسشنامه فراشناخت ۳۰ (MCQ-30) گزینه ای، پرسشنامه روانی کالیفرنیا ۱۸۰ (CPI) سوالی و پرسشنامه شادکامی آکسفورد ۲۹ ماده ای است. طرح پژوهش از نوع توصیفی همبستگی است. برای تجزیه و تحلیل داده ها، علاوه بر روش های آمار توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار از تحلیل روابط همبستگی ساده و تحلیل پیشرفته آماری همبستگی کانونی استفاده شده است. نتایج تحلیل همبستگی کانونی نشان می دهد که مقدار همبستگی کانونی باورهای فراشناختی و سازگاری فردی - اجتماعی و شادکامی نوجوانان از نظر آماری معنی دار می باشد ($0.1/0$ شادکامی نوجوانان را تبیین کنند).

غفاری و زکیانی (۱۳۹۸)، در پژوهشی تحت عنوان "بررسی رابطه ی بین باورهای فراشناختی با میزان سازگاری فردی و اجتماعی" کتابداران دانشگاه علوم پزشکی ایران پرداختند. روش پژوهش حاضر توصیفی، از نوع همبستگی بود. جامعه آماری ۵۱ نفر از کتابداران دانشگاه علوم پزشکی ایران بود. نتایج نشان داد که بین سازگاری فردی با متغیرهای باورهای مثبت در مورد نگرانی، کنترل ناپذیری و خطر، خودآگاهی شناختی رابطه ی منفی هست. اما با متغیر کنترل افکار، ارتباط مثبت بوده و هیچ ارتباطی با متغیر اطمینان شناختی گزارش نشد. ارتباط بین سازگاری اجتماعی با متغیرهای کنترل ناپذیری و خطر، اطمینان شناختی، کنترل افکار مثبت بود. هیچ ارتباطی بین سازگاری اجتماعی و باورهای مثبت در مورد نگرانی دیده نشد. سازگاری اجتماعی با خودآگاهی شناختی ارتباط منفی داشت. افزایش متغیر باورهای مثبت در مورد نگرانی باعث کاهش سازگاری فردی شده و بر سازگاری اجتماعی بی تاثیر است. افزایش متغیر کنترل ناپذیری و خطر، منجر به کاهش سازگاری فردی و افزایش سازگاری اجتماعی می شود. افزایش اطمینان شناختی کتابداران در سازگاری فردی بی تاثیر بوده اما در سازگاری اجتماعی آنها تاثیر مثبت دارد. افزایش کنترل افکار در میان کتابداران موجب افزایش سازگاری فردی و اجتماعی آنان می شود. افزایش خودآگاهی شناختی، منجر به کاهش سازگاری های فردی و اجتماعی کتابداران می گردد.

مامه همه (۱۴۰۱)، در پژوهشی تحت عنوان "مقایسه کارکردهای اجرایی، باورهای انگیزشی و سازگاری اجتماعی در دانش آموزان مبتلا به اختلالات ویژه یادگیری و عادی" پایه ی ششم ابتدایی شهر مهاباد پرداخته است. روش اجرای پژوهش علی - مقایسه ای است و جامعه آماری شامل دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهر مهاباد در سال تحصیلی ۹۸ می باشند که ۳۰ نفر از دانش آموزان مبتلا به اختلال ویژه یادگیری و ۳۰ نفر از دانش آموزان عادی در شهر مهاباد بر اساس گروه پژوهش با هم همتا شدند. برای جمع آوری داده ها در این تحقیق، از پرسشنامه استاندارد کارکردهای اجرایی (آزمون عصب روانشناختی) کولیچ (۲۰۰۲)، پرسشنامه استاندارد سازگاری اجتماعی بل (۱۹۶۱) و پرسشنامه استاندارد انگیزش پیشرفت هرمنس (۱۹۹۷)

استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمون t گروههای مستقل واریانس چندمتغیره (ANOVA) در نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج حاصل نشان داد که بین کارکردهای اجرایی با سطح معنی داری (۰/۰۰۳)، باورهای انگیزشی با سطح معنی داری (۰/۰۳۵) و سازگاری اجتماعی با سطح معنی داری (۰/۰۰۶) در دانش آموزان مبتلا به اختلالات ویژه یادگیری و عادی پایه ششم ابتدایی متفاوت است.

عینی و همکاران (۱۴۰۱)، در پژوهشی تحت عنوان "تدوین معادلات ساختاری سازگاری اجتماعی دانش آموزان با اختلال یادگیری ویژه بر اساس ناگویی هیجانی و باورهای فراشناخت با میانجی گری حمایت اجتماعی ادراک شده" پرداختند. روش ها: این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی، تعداد ۲۱۰ نفر به عنوان نمونه هدفمند از بین کلیه دانش آموزان دختر و پسر ۱۰ تا ۱۴ سال با اختلال یادگیری ویژه شهر تبریز در سال ۱۳۹۸ انتخاب شد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل، مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو، پرسشنامه باورهای فراشناختی ولز و پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران استفاده شد. داده های جمع آوری شده نیز با استفاده از تحلیل همبستگی پیرسون و معادلات ساختاری به وسیله نرم افزار Lisrel ۸٫۸ تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: نتایج نشان دادند که ناگویی هیجانی و باورهای فراشناختی اثر منفی و حمایت اجتماعی ادراک شده اثر مثبت و معنی دار بر سازگاری اجتماعی دارند. همچنین ناگویی هیجانی و باورهای فراشناختی علاوه بر اثر مستقیم، به طور غیرمستقیم و از طریق میانجی گری حمایت اجتماعی ادراک شده نیز بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان با ناتوانی یادگیری ویژه اثرگذار است؛ که با توجه به مقدار آماره VAF مشاهده گردید که ۵/۳۱ درصد از تأثیر ناگویی هیجانی بر سازگاری اجتماعی، ۹/۲۰ درصد از تأثیر باورهای فراشناختی بر سازگاری اجتماعی از طریق حمایت اجتماعی ادراک شده می تواند تبیین گردد. نتیجه گیری: با توجه به پیامدهایی که ناتوانی یادگیری به دنبال خود دارد و تأثیرات گسترده آن بر روند زندگی فردی و اجتماعی دانش آموزان، پیشنهاد می شود برنامه هایی در جهت ارتقای هیجانات و باورهای فراشناختی مناسب و گسترش حمایت اجتماعی در بین دانش آموزان دچار ناتوان یادگیری اجرا شود.

رجبی و محمدی (۱۴۰۰)، در پژوهشی تحت عنوان "مطالعه نقش فراشناخت اطلاعات و کمال گرایی" در آموزش و پرورش پرداختند. در این مقاله سعی شده است به نقش رابطه کمال گرایی و فراشناخت در دانش آموزان پرداخته شود. روش تحقیق حاضر توصیفی - تحلیلی است. مواد پژوهش شامل: کلیه منابع (کتاب ها، مقالات، پایان نامه ها) مرتبط با موضوع مورد بررسی می باشد. در نتیجه کمالگرایی و فراشناخت را می توان به عنوان ابزاری نیرومند برای ارتقای کیفیت و کارایی آموزش و یادگیری مورد استفاده قرار داد.

نرگی زا و همکاران^{۲۴} (۲۰۲۴)، در پژوهشی تحت عنوان "بررسی روابط بین متغیرهای مطالعه که به طور مستقیم و غیرمستقیم بر باورهای انگیزشی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان تأثیر می گذارد، پرداختند. یک مدل ابزار اندازه گیری برای ارزیابی سازگاری اجتماعی شرکت کنندگان عوامل نیازهای روانشناختی اساسی (استقلال، شایستگی، ارتباط)، و باورهای انگیزشی در مورد عوامل ارزیابی (منافع یادگیری، انصاف)، کلاس درس استفاده شد. مشارکت و اضطراب FLP دانش آموزان. برای اعتبارسنجی پرسشنامه ها از تحلیل عاملی توضیحی (EFA) و تحلیل عاملی تأییدی (CFA) استفاده شد. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۱۹ دانشجوی ۱۷ تا ۳۵ ساله بود. یافته ها ارتباط معنی داری را بین مشارکت دانش آموزان در کلاس درس، خودمختاری، اضطراب زبان خارجی و ارتباط نشان داد. ارتباط غیرمستقیم قابل توجهی با مشارکت کلاس از طریق خودمختاری نیز مشاهده شد.

^{۲۴} Nargiza et al

ارزو^{۲۵} (۲۰۲۴)، در پژوهشی تحت عنوان " بررسی تأثیر کمال گرایی، نشخوار فکری انتقادی از خود، و باورهای فراشناخت ها (از جمله باورهای مثبت، کنترل ناپذیری و خطر، اعتماد به نفس شناختی، نیاز به کنترل افکار و شناخت خودآگاهی) " در مورد خودناتوانی در بزرگسالان، و همچنین روابط متقابل بین آنها پرداخت. متغیرها در مجموع ۳۵۱ شرکت کننده، ۱۸ تا ۶۵ ساله (M = ۲۹,۳۹)، SD = ۹,۱۸، به طور داوطلبانه در این مسابقه شرکت کردند. مطالعه کنید ابزار گردآوری داده ها شامل فرم اطلاعات اجتماعی- جمعیت شناختی خود ناتوانی بود مقیاس (SHS)، مقیاس اصلاح شده تقریباً عالی (APS-R)، مقیاس نشخوار خود انتقادی (SCRS) و پرسشنامه باورهای فراشناخت-۳۰ (MCQ-۳۰) داده ها به صورت آنلاین با استفاده از Multiple Linear جمع آوری شد مدل های رگرسیون برای شناسایی عوامل پیش بینی کننده خود ناتوانی نتایج نشان داد که نمرات خود ناتوانی به طور مثبت توسط خرده مقیاس نشخوار فکری خود انتقادی، ناسازگار پیش بینی شد. خرده مقیاس کمال گرایی APS-R و خرده مقیاس باورهای غیرقابل کنترل و خطر MCQ-۳۰، در حالی که آنها توسط خرده مقیاس کمال گرایی تطبیقی APS-R منفی پیش بینی شدند. یافته ها نشان می دهد که تمایلات خود ناتوان کننده به طور مثبت تحت تأثیر نشخوار فکری انتقادی، ناسازگار است کمال گرایی و باورهای مرتبط با کنترل ناپذیری و خطر برعکس، کمال گرایی تطبیقی دارد یک اثر پیش بینی کننده منفی بر خودناتوان سازی با توجه به این یافته ها، راهبردهای مداخله ای با هدف کاهش رفتارهای خودناتوان کننده باید ماهیت چندوجهی کمال گرایی را تصدیق کند، با در نظر گرفتن عناصر ناسازگار آن در کنار عوامل حفاظتی بالقوه موجود در انطباق آن جنبه ها همچنین نقش مهم باورهای فراشناختی در مورد کنترل ناپذیری و خطر در خود ناتوانی مشاهده شده است.

یوهان^{۲۶} (۲۰۲۴)، در پژوهشی تحت عنوان " توسعه و تحلیل مدلی پرداخت که روابط بین باورهای هوشی (ذهنیت ثابت و رشد)، باورهای انگیزشی (شامل خودکارآمدی و ارزش درونی) و اضطراب امتحان را در پیش بینی سازگاری " دانش-آموزان توضیح دهد. این مطالعه همچنین به دنبال بررسی نقش واسطه ای خودکارآمدی تحصیلی در این انجمن ها است و درک عمیق تری از مکانیسم های اساسی که به سازگاری تحصیلی دانش آموزان کمک می کند، ارائه می کند. روش این تحقیق از یک روش همبستگی استفاده کرد و دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه پزشکی مغولستان داخلی را در طول سال تحصیلی ۲۰۲۱ هدف قرار داد. جامعه آماری را دانشجویان گروه های مختلف تشکیل می دادند و از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. جمع آوری داده ها شامل ۳۸۴ شرکت کننده بود که پرسشنامه هایی از جمله پرسشنامه سازگاری دانش-آموزان، پرسشنامه باورهای هوش، پرسشنامه باورهای انگیزشی و پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی را تکمیل کردند. نتایج یافته ها برازش مطلوبی را بین مدل پیشنهادی و داده های جمع آوری شده نشان داد. علاوه بر این، از طریق تجزیه و تحلیل اثرات مستقیم و غیرمستقیم جامع، آشکار شد که خودکارآمدی تحصیلی واسطه روابط بین باورهای هوشی (اعم از ذاتی و افزایشی)، خودکارآمدی، ارزش درونی، اضطراب امتحان و سازگاری دانش-آموزان است. این نتایج به درک دقیق عوامل مؤثر بر سازگاری تحصیلی در بین دانشجویان کارشناسی کمک می کند.

لی و همکاران^{۲۷} (۲۰۲۰)، در پژوهشی تحت عنوان " بررسی رابطه بین باورهای فراشناختی با جنبه های کمال گرایی (یعنی رفتارهای پشtkار) و ارتباط آنها با اضطراب و افسردگی " پرداختند. روش: شرکت کنندگان (n=۱۰۳۳) شش پرسشنامه خودگزارشی را تکمیل کردند که باورهای فراشناختی در مورد نشخوار فکری و نگرانی، پشtkار، اضطراب و افسردگی را اندازه گیری می کرد. داده ها با استفاده از آزمون همبستگی و مدل سازی معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج:

^{۲۵} Arzu

^{۲۶} Yu hun

^{۲۷} Li et al

نتایج مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که باورهای فراشناختی مثبت در مورد تفکر منفی تکراری، احتمال درک تفکر غیرقابل کنترل را افزایش می دهد و رفتارهای پشتکار با همه باورهای فراشناختی پیش بینی می شود. علاوه بر این، بررسی همبستگی های جزئی نشان داد که هر دو باور فراشناختی منفی در مورد تفکر منفی تکراری و رفتارهای پشتکار، اضطراب و افسردگی را پیش بینی می کنند. با این حال، در هر دو مورد، باورهای فراشناختی منفی قوی ترین پیش بینی کننده بودند.

کاترینا و همکاران^{۲۸} (۲۰۲۲)، در پژوهشی تحت عنوان " بررسی رابطه بین کمال گرایی و توانایی های فراشناختی در نمونه ای از دانش آموزان دوره متوسطه " پرداختند. روش: نمونه شامل ۲۷۲ دانش آموز مقطع متوسطه، ۴۳.۸ درصد پسر و ۵۶.۳ درصد با میانگین سنی ۱۲.۰۸ (انحراف معیار ۰/۸۹) بود. ارزیابی فراشناخت، نگرش های منفی و اضطراب ریاضی و مقیاس تقریباً عالی اجرا شد، در حالی که داده های عملکرد تحصیلی در ریاضیات بر اساس میانگین نمرات کسب شده در آزمون های کتبی از همه شرکت کنندگان در طول سال تحصیلی جاری بود. تحلیل همبستگی و مسیر انجام شد. یافته ها: نتایج نشان داد که بین متغیرهای مورد بررسی همبستگی معنی داری وجود دارد. علاوه بر این، پیشرفت ریاضی با کنترل در عملکرد، نگرش های ریاضی، باورهای مرتبط با ریاضیات و کمال گرایی انطباقی به طور مثبت پیش بینی شد، در حالی که با اضطراب ریاضی و کمال گرایی ناسازگار پیش بینی منفی شد.

نینو و همکاران^{۲۹} (۲۰۲۱)، در پژوهشی تحت عنوان " بررسی ارتباط بین استفاده مشکل ساز از رسانه های اجتماعی (PSM)، "کمال گرایی، فراشناخت ها، شناخت های آنلاین و SMB می پردازد تا عواملی را که ممکن است به SMB کمک کنند، شناسایی کند. نمونه ای متشکل از ۸۲۵ شرکت کننده، در سنین ۱۸ تا ۷۵ سال (M = ۳۰، SD = ۱۱٫۹)، با ۷۰۰ (۰/۸۵) شرکت کننده زن، یک نظرسنجی آنلاین را تکمیل کردند که استفاده مشکل ساز اینستاگرام (PIGU)، فیس بوک مشکل ساز را اندازه گیری می کرد. استفاده (PFU)، کمال گرایی، فراشناخت، شناخت آنلاین و SMB به طور کلی، همبستگی پیرسون نشان داد که هر دو PIGU و PFU هر کدام با چهار بعد از پنج بعد فراشناخت مرتبط هستند و با ابعاد کمال گرایی مرتبط هستند. تجزیه و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه نشان داد که SMB به طور قابل توجهی تحت تأثیر سن، PIGU، همه خرده مقیاس های شناخت آنلاین، کمال گرایی مثبت اجتماعی تجویز شده، کمال گرایی منفی خودمحور، و باورهای فراشناختی در مورد غیرقابل کنترل بودن افکار و خطر قرار دارد. با توجه به اینکه SMB موضوع جدیدی است، یافته های این مطالعه اطلاعات جدیدی را در مورد عواملی که به طور بالقوه در SMB دخیل هستند (PSM)، کمال گرایی، فراشناخت ها، شناخت های آنلاین (ارائه می دهد. مفاهیم برای تحقیقات بیشتر مورد بحث قرار گرفت .

کوهن^{۳۰} (۲۰۲۱)، در پژوهشی تحت عنوان " بررسی اینکه آیا باورهای فراشناخت واریانس افزایشی در شدت علائم O-C بالاتر و فراتر از مسئولیت پذیری و کمال گرایی " را توضیح می دهد یا خیر پرداخت. دویست و سیزده دانشجوی کالج در مطالعه و پنجاه و یک بیمار OCD در مطالعه ۲ معیارهای خودگزارشی مسئولیت پذیری، کمال گرایی و فراشناخت عمومی را تکمیل کردند. علائم O-C توسط Y-BOCS-SR در مطالعه ۱ و Y-BOCS در مطالعه ۲ اندازه گیری شد. در مطالعه ۱ و مطالعه ۲، فراشناخت عمومی ۱۶٪ و ۲۲٪ از واریانس اضافی در O-C را به خود اختصاص داد. علائم به ترتیب زمانی که مسئولیت پذیری و کمال گرایی کنترل شد. بعد «باورهای منفی در مورد غیرقابل کنترل بودن و خطر نگرانی» فراشناخت عمومی به عنوان یک پیش بینی کننده مهم مشترک در سراسر مطالعات ظاهر شد

^{۲۸}Caterina et al^{۲۹} Ninu et al^{۳۰} Kuhn

موفیلد و همکاران (۲۰۱۹)، در پژوهشی تحت عنوان " تفاوت های بین باورهای انگیزشی (ثابت در مقابل رشد)، ابعاد کمال گرایی (نگرانی نسبت به اشتباهات، تردید در اقدام، استانداردهای شخصی، سازمان) و نگرش های پیشرفت" را در بین افراد کم موفق با استعداد (۱۵ نفر) و افراد با استعداد (۱۵ نفر) پرداخت. $n = 169$ در پایه های ۶ تا ۸ و بررسی رابطه بین باورهای تفاوت های بین باورهای تفاوت های بین باورهای ذهنی در مورد هوش (ثابت در مقابل رشد)، ابعاد کمال گرایی (نگرانی نسبت به اشتباهات، تردید در اقدام، استانداردهای شخصی، سازمان) و نگرش های پیشرفت را در بین افراد کم موفق با استعداد (۱۵ نفر) و افراد با استعداد (۱۵ نفر) مقایسه کرد. $n = 169$ در پایه های ۶ تا ۸ و بررسی رابطه بین باورهای ذهنیت و ابعاد کمال گرایی. افراد با استعداد در مقایسه با افراد با استعداد، باورهای ذهنی ثابت بالاتری در مورد هوش ($d = 0.79$)، نمرات کمتری در سازمان ($d = -1.01$) و خودتنظیمی/انگیزه کمتر ($d = -1.17$) داشتند. این عوامل همچنین در مدل های رگرسیون لجستیک پیش بینی کننده وضعیت پیشرفت از نظر آماری معنی دار بودند. علاوه بر این، برای کل نمونه دانش آموزان تیزهوش ($N = 264$)، باورهای ذهنی ثابت هر دو بعد کمال گرایی نگرانی های ارزشی را پیش بینی می کنند (نگرانی نسبت به اشتباهات، $\beta = 0.35$, $p < 0.001$; شک در عمل، $\beta = 0.28$, $p < 0.001$)، در حالی که باورهای ذهنیت رشد هر دو بعد کمال گرایی تلاش های مثبت را پیش بینی کردند. (استانداردهای شخصی، $\beta = 0.35$, $p < 0.001$ و سازمان، $\beta = 0.21$, $p = 0.001$). یافته های ما تصویر واضح تری از روابط بین کم کاملی، کمال گرایی، نظریه های ضمنی هوش، و نگرش های پیشرفت ارائه می دهند و راهنمایی برای مداخلات عاطفی ارائه می دهند.

روش شناسی تحقیق

در این تحقیق هدف اصلی، این پژوهش، تدوین مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام است. از این رو، پژوهش حاضر یک تحقیق توصیفی از نوع همبستگی به کمک مدلیابی معادلات ساختاری و از لحاظ هدف، کاربردی است. مدل معادلات ساختاری روشی برای بررسی روابط میان متغیرهای پنهان است که همزمان متغیرهای مشاهده پذیر را نیز در نظر می گیرد. منظور از متغیرهای پنهان همان عوامل اصلی هستند که در یک الگو یا مدل مفهومی نمایش داده می شوند. در پژوهش حاضر، جامعه آماری، شامل کلیه دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ که بر اساس آمار دریافتی از اداره آموزش و پرورش شهرستان ایلام به تعداد ۴۵۲۱ نفر در قالب ۱۶ مدرسه بودند.

در پژوهش حاضر، به منظور تعیین حجم نمونه، با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰)، تعداد ۳۵۷ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد و به جهت جلوگیری از افت نمونه و ... ۱۰٪ بیشتر که مقدار به دست آمده برابر با ۳۹۲ نفر است. در مرحله بعد برای انتخاب نمونه های پژوهش نیز، از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای استفاده گردید. به این صورت که، در مرحله اول خوشه ها (مدارس) انتخاب و در مرحله دوم هر خوشه «دانش آموزان هر مدرسه» به تصادف از کلاس های آن انتخاب می شدند. به طوریکه، از بین تمامی مدارس دوره دوم متوسطه (۲۱ مدرسه)، تعداد ۵ دبیرستان و از هر دبیرستان ۳ کلاس (از هر پایه تحصیلی یک کلاس) به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس، در میان کلاسهای انتخاب شده، پرسشنامه های پژوهش جهت تکمیل به صورت آنلاین برای دانش آموزان ارسال شد.

روش گردآوری اطلاعات به روش های کتابخانه ای و روش های میدانی قابل تقسیم است. در این پژوهش برای جمع آوری اطلاعات مربوط به پاسخگویی به سؤالات پژوهش، از روش میدانی با بکارگیری پرسشنامه استفاده شده است، همچنین از روش کتابخانه ای مانند مطالعه کتاب ها، مقالات، مجلات، طرح های پژوهشی و بانک های اطلاعاتی اینترنتی، مصاحبه با متخصصان و صاحب نظران مرتبط با موضوع مورد مطالعه (استاد دانشگاه...) برای تدوین و نگارش بخش ادبیات موضوع و مبانی نظری استفاده شده است. در این پژوهش، محقق برای تهیه پرسشنامه تحقیقاتی خود اقدام به تهیه پرسشنامه آنلاین نمود. گوگل فرم ابزاری نیرومند برای ساخت و طراحی انواع فرم (برگه ای آزمون، نظرسنجی و ...) محسوب می شود. در این پژوهش نیز، در محیط گوگل فرم پرسشنامه ها را تهیه و لینک الکترونیکی تهیه گردید و سپس به مدارس مراجعه و با همکاری مدیران و

دریافت لیست شماره تلفن والدین و دانش آموزان، لینک سؤالات پرسشنامه در اختیار آنها قرار داده شد و تکمیل پرسشنامه ها به صورت الکترونیکی دریافت شده است. از طرفی، پژوهش حاضر یک پژوهش مقطعی، که از نظر هدف یک تحقیق بنیادین و از حیث شیوه گردآوری داده ها از جمله تحقیقات توصیفی (غیرآزمایشی) از نوع همبستگی می باشد که در جریان آن برای بررسی فرضیه ها از روش مطالعات میدانی و ابزار پرسشنامه استفاده خواهد شد. سپس پرسشنامه ها در بین اعضاء نمونه (۳۹۲ نمونه) توزیع شد. معیار حضور نمونه در این پژوهش دانش آموز دختر دوره دوم متوسطه خواهد بود و معیار خروج در پژوهش، عدم تمایل و علاقه و رضایت دانش آموزان به پاسخگویی و یا داشتن ناراحتی های روحی و روانی و جسمانی دانش آموزان بود. اصول اخلاقی که رعایت شد اینکه هدف اجرای پژوهش برای دانش آموزان توضیح داده شد و ذکر گردید که شرکت در پاسخگویی به سؤالات اختیاری و با رضایت کامل آنها بود. همچنین از آنها خواسته شد با حوصله به سؤالات پاسخ دهند و بر راز داری و محرمانه بودن اطلاعات تاکید شد. در نهایت بعد از دریافت پرسشنامه و به دلیل مخدوش بودن تعدادی از آنها و عدم همکاری برخی از دانش آموزان و تلاش و یادآوری زیاد پژوهشگر در تکمیل پرسشنامه ها، تعداد ۳۷۱ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل نهایی قرار گرفت.

ابزار اصلی گردآوری داده ها، پرسشنامه های استاندارد

شامل؛ پرسشنامه های استاندارد شامل؛ پرسشنامه باورهای فراشناخت کاتریت – هاتون (۲۰۰۴)، پرسشنامه باورهای انگیزشی پنتریچ و همکاران (۱۹۹۱)، پرسشنامه کمال گرایی بشارت و حسینی (۱۳۹۱)؛ اقتباس شده از مقیاس فلت و هویت، (۱۹۹۱) و پرسشنامه سازگاری فردی و اجتماعی کلارک و همکاران (۱۹۵۳) می باشد.

تجزیه و تحلیل داده ها

برای تجزیه و تحلیل داده های گردآوری شده ابتدا با تکنیک های موجود در آمار توصیفی مانند جداول توزیع فراوانی و محاسبه شاخص های مرکزی و پراکندگی به توصیف وضعیت موجود با توجه به نمونه مورد بررسی پرداخته شده است. برای آزمون فرضیه ها ابتدا نرمال بودن متغیرهای تحقیق به کمک آزمون کلموگروف – اسمیرنوف بررسی و سپس از آزمون ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل عاملی تاییدی، تحلیل مسیر و مدل معادلات ساختاری به کمک نرم افزارهای SPSS و AMOS نسخه ۲۵ استفاده خواهد شد.

یافته های پژوهش

فرضیه اصلی: مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی براساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام دارای برازش مطلوب است.

برای تحلیل فرضیه اصلی، از تکنیک مدل معادلات ساختاری با بررسی و ارزیابی اثرات کل، مستقیم و میانجی (غیرمستقیم) به کمک نرم افزار آموس (AMOS) استفاده می شود. لازم به یادآوری است که مدل پس از اصلاح و ارتباط بین خطاها و مینیمم آنها بدست آمده است.

جدول (۱) نتایج آزمون شاخصهای ارزندگی مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی را نشان می دهد.

جدول (۱): نتایج آزمون شاخص های برازندگی مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی

مدل	χ^2	DF	χ^2/DF	RMSEA	GFI	CFI	NFI
مدل پژوهش	۷۷۴/۸۳۷	۲۵۱	۳/۰۸۷	۰/۰۷۰	۰/۹۲۸	۰/۹۴۹	۰/۹۴۱

نتایج شاخصهای برازندگی در جدول (۱) نشان می‌دهد میزان شاخص χ^2/df در ارزیابی مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی کمتر از سطح مطلوب و مقدار قابل قبول عدد ۴ می باشد. همچنین، میزان شاخص $RMSEA$ در مدل کمتر از سطح معنی داری و قابل قبول ۰/۰۸ بوده که نشان دهنده برازش مناسب و خوب مدل است. به همین ترتیب، در جدول ۱ مقادیر اندازه‌های برازندگی NFI و CFI ، GFI و $RMSEA$ در ارزیابی مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی بزرگتر از ۰/۹۰ می باشند، که مقادیری مناسب و مطلوب محسوب می‌شوند. از این رو ارزیابی مدل علی سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی توسط داده‌های پژوهش در سطح مناسبی از نظریه‌های استفاده شده حمایت کرده و برای تبیین مدل، مناسب محسوب می‌شود.

فرضیه فرعی ۱ بین باورهای فراشناخت با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد

برای تحلیل فرضیه فرعی اول از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نتایج مدل پژوهش (فرضیه اصلی) استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۲): نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

متغیر	همبستگی	خطای آزمون (Sig.)	سطح معنی داری	نتیجه
باورهای فراشناخت	*۰/۱۵۹	۰/۰۱۱	۰/۰۵	تایید

جدول (۲) نشان می‌دهد میزان همبستگی بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با مقدار ۰/۱۵۹، دارای میزان خطای آزمون کمتر از سطح معنی داری ۰/۰۵ می‌باشد، در نتیجه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معناداری وجود دارد. در فرضیه اصلی، ضرایب مسیر غیراستاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها (C.R.) در بررسی رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی در جدول (۳) گزارش شده است.

جدول (۳): نتایج ضریب مسیر و آزمون آن در بررسی رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	B	β	C.R.	P
باورهای فراشناخت → سازگاری فردی و اجتماعی	۰/۴۸۰	۰/۱۲۷	۲/۱۹۸	۰/۰۱۳

همانگونه که جدول ۳ نشان می دهد آزمون ضریب مسیر باورهای فراشناخت بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام معنادار می باشد، زیرا مقدار $C.R.$ خارج فاصله $(2+2)$ می باشند. همچنین، مقدار P مدل کمتر از سطح معنی داری $0/05$ است. بنابراین، با توجه به میزان همبستگی $(0/159)$ و ضریب مسیر در حالت تخمین استاندارد $(0/127)$ نتیجه می شود که در سطح معنی داری $0/05$ ، باورهای فراشناخت به صورت مستقیم بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیر منفی و معناداری دارد.

فرضیه فرعی ۲. بین باورهای انگیزشی با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد.

برای تحلیل فرضیه فرعی دوم از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نتایج مدل پژوهش (فرضیه اصلی) استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۴): نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین باورهای انگیزشی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

متغیر	سازگاری فردی و اجتماعی			
	همبستگی	خطای آزمون (Sig.)	سطح معنی داری	نتیجه
باورهای انگیزشی	$0/231^{**}$	$0/003$	$0/05$	تایید

نتایج جدول (۴) نشان می دهد میزان همبستگی بین باورهای انگیزشی با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با مقدار $0/231$ ، دارای میزان خطای آزمون کمتر از سطح معنی داری $0/05$ می باشد، در نتیجه بین باورهای انگیزشی با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معناداری وجود دارد. حال با توجه به وجود رابطه بین باورهای انگیزشی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام، با استفاده از نتایج مدل معادلات ساختاری پژوهش و نمودارهای مختلف در فرضیه اصلی، ضرایب مسیر غیراستاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها ($C.R.$) در بررسی رابطه بین باورهای انگیزشی و سازگاری فردی و اجتماعی در جدول (۵) گزارش شده است.

جدول (۵): نتایج ضریب مسیر و آزمون آن در بررسی رابطه بین باورهای انگیزشی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	B	β	C.R.	P
باورهای انگیزشی ← سازگاری فردی و اجتماعی	$0/460$	$0/192$	$2/517$	$0/008$

همانگونه که جدول (۶) نشان می دهد آزمون ضرایب مسیر باورهای انگیزشی بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام معنادار می باشد، زیرا مقدار $C.R.$ خارج فاصله $(2+2)$ می باشند. همچنین، مقدار P مدل کمتر از سطح معنی داری $0/05$ است. بنابراین، با توجه به میزان همبستگی $(0/231)$ و ضریب مسیر در حالت تخمین استاندارد $(0/192)$ نتیجه می شود که در سطح معنی داری $0/05$ ، باورهای انگیزشی به صورت مستقیم بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیر مثبت و معناداری دارد.

فرضیه فرعی ۳ بین کمال گرایی با سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد.

برای تحلیل فرضیه فرعی سوم از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نتایج مدل پژوهش (فرضیه اصلی) استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۷): نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

متغیر	سازگاری فردی و اجتماعی		
	همبستگی	خطای آزمون (Sig.)	سطح معنی داری
کمال گرایی	۰/۳۱۳**	<۰/۰۱	۰/۰۵ تایید

نتایج جدول (۷) نشان می دهد میزان همبستگی بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با مقدار ۰/۳۱۳، دارای میزان خطای آزمون کمتر از سطح معنی داری ۰/۰۵ می باشد، در نتیجه بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معناداری وجود دارد. حال با توجه به وجود رابطه ی بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام، با استفاده از نتایج مدل معادلات ساختاری پژوهش و نمودارهای مختلف در فرضیه اصلی، ضرایب مسیر غیراستاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها (C.R.) در بررسی رابطه بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی در جدول (۸) گزارش شده است.

جدول (۸): نتایج ضریب مسیر و آزمون آن در بررسی رابطه بین کمال گرایی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	B	β	C.R.	P
کمال گرایی ← سازگاری فردی و اجتماعی	۰/۸۲۰	۰/۲۴۷	۳/۴۱۱	***

همانگونه که جدول (۸) نشان می دهد آزمون ضریب مسیر کمال گرایی بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام معنادار می باشد، زیرا مقدار C.R. خارج فاصله (۲+ و ۲-) می باشند. همچنین، مقدار P مدل کمتر از سطح معنی داری ۰/۰۵ است. بنابراین، با توجه به میزان همبستگی (۰/۳۱۳) و ضریب مسیر در حالت تخمین استاندارد (۰/۲۴۷) نتیجه می شود که در سطح معنی داری ۰/۰۵، کمال گرایی به صورت مستقیم بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیر مثبت و معناداری دارد.

فرضیه فرعی ۴. بین باورهای فراشناخت با کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد.

برای تحلیل فرضیه فرعی چهارم از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نتایج مدل پژوهش (فرضیه اصلی) استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۹): نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

متغیر	کمال گرایی		
	همبستگی	خطای آزمون (Sig.)	سطح معنی داری
باورهای فراشناخت	۰/۶۱۵**	<۰/۰۱	۰/۰۵ تایید

نتایج جدول (۹) نشان می دهد میزان همبستگی بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با مقدار $0/615$ ، دارای میزان خطای آزمون کمتر از سطح معنی داری $0/05$ می باشد، در نتیجه بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معناداری وجود دارد.

حال با توجه به وجود رابطه ی بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام، با استفاده از نتایج مدل معادلات ساختاری پژوهش و نمودارهای مختلف در فرضیه اصلی، ضرایب مسیر غیراستاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها (C.R.) در بررسی رابطه بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی در جدول (۱۰) گزارش شده است. جدول (۱۰): نتایج ضریب مسیر و آزمون آن در بررسی رابطه بین باورهای فراشناخت و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	B	β	C.R.	P
باورهای فراشناخت ← کمال گرایی	$0/630$	$0/552$	$5/112$	***

همانگونه که جدول (۱۰) نشان می دهد آزمون ضریب مسیر باورهای فراشناخت بر کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام معنادار می باشد، زیرا مقدار C.R. خارج فاصله (۲ و -۲) می باشند. همچنین، مقدار P مدل کمتر از سطح معنی داری $0/05$ است. بنابراین، با توجه به میزان همبستگی ($0/615$) و ضریب مسیر در حالت تخمین استاندارد ($0/552$) نتیجه می شود که در سطح معنی داری $0/05$ ، باورهای فراشناخت به صورت مستقیم بر کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیر منفی و معناداری دارد.

فرضیه فرعی ۵. بین باورهای انگیزشی با کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه وجود دارد.

برای تحلیل فرضیه فرعی پنجم از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نتایج مدل پژوهش (فرضیه اصلی) استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است.

جدول (۱۱): نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین باورهای انگیزشی و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

متغیر	کمال گرایی	همبستگی	خطای آزمون (Sig.)	سطح معنی داری	نتیجه
باورهای انگیزشی	$0/807^{**}$	$<0/01$	$0/05$	تایید	

نتایج جدول (۱۱) نشان می دهد میزان همبستگی بین باورهای انگیزشی با کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با مقدار $0/807$ ، دارای میزان خطای آزمون کمتر از سطح معنی داری $0/05$ می باشد، در نتیجه بین باورهای انگیزشی با کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام، با استفاده از نتایج مدل معادلات ساختاری پژوهش و نمودارهای زیر در فرضیه اصلی، ضرایب مسیر غیراستاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها (C.R.) در بررسی رابطه بین باورهای انگیزشی و کمال گرایی در جدول (۱۲) گزارش شده است.

جدول (۱۲): نتایج ضریب مسیر و آزمون آن در بررسی رابطه بین باورهای انگیزشی و کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	B	β	C.R.	P
باورهای انگیزشی ← کمال گرایی	۰/۵۹۰	۰/۸۱۸	۷/۷۱۶	***

همانگونه که جدول (۱۲) نشان می دهد آزمون ضرایب مسیر باورهای انگیزشی بر کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام معنادار می باشد، زیرا مقدار **C.R.** خارج فاصله (۲ و -۲) می باشند. همچنین، مقدار **P** مدل کمتر از سطح معنی داری ۰/۰۵ است. بنابراین، با توجه به میزان همبستگی (۰/۸۰۷) و ضریب مسیر در حالت تخمین استاندارد (۰/۸۱۸) می شود که در سطح معنی داری ۰/۰۵، باورهای انگیزشی به صورت مستقیم بر کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیر مثبت و معناداری دارد.

فرضیه فرعی ۶: کمال گرایی در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام نقش میانجی دارد.

برای تعیین نوع نقش میانجی و میزان اثر کمال گرایی در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام، با استفاده از نتایج مدل پژوهش و نمودارهای مختلف در فرضیه اصلی، نتایج اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل در حالت های غیر استاندارد (B) و استاندارد (β) و آزمون آنها (C.R.) در جدول (۱۳) گزارش شده است.

جدول (۱۳). نتایج اثرات میانجی کمال گرایی در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مسیر	اثر			برآورد	اثر کل
	مستقل	میانجی	وابسته		
باورهای فراشناخت ← کمال گرایی ← سازگاری فردی و اجتماعی	۰/۹۹۷	۰/۵۱۷	۰/۴۸۰	غیر استاندارد	
	۰/۲۶۴	۰/۱۳۷	۰/۱۲۷	استاندارد	
	۳/۱۰۵	۲/۲۳۷	۲/۱۹۸	C.R.	
	***	۰/۰۱۱	۰/۰۱۳	Sig.	
	نتیجه (نقش): میانجی			Partial Mediation	

جدول (۱۳) نشان می دهد که اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با میانجی گری کمال گرایی در سطح خطای ۰/۰۵ معنادار می باشد، زیرا دارای خطای آزمون کمتر از ۰/۰۵ می باشند. همچنین، در جدول (۱۳) مشاهده می شود که نقش میانجی کمال گرایی در حالت استاندارد به میزان ۰/۱۳۷ واحد به اثرات کل رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام اضافه می کند. در نتیجه، میزان اثرات کل رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام با حضور میانجی کمال گرایی در حالت استاندارد برابر با ۰/۲۶۴

می‌باشد که این مقدار با مقایسه با میزان اثر مستقیم با مقدار ۰/۱۲۷، مقدار افزایش یافته و مقدار قابل توجه‌ای می‌باشد. به عبارتی، متغیر میانجی کمال گرایی می‌تواند در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام به میزان اثر ۰/۱۳۷، تاثیر مثبت و غیر مستقیم معناداری داشته باشد. به همین ترتیب، از جدول (۴-۲۹) با توجه به معناداری اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل نتیجه می‌شود که متغیر میانجی کمال گرایی در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام تاثیرگذار و دارای اثر جزئی (Partial Mediation) می‌باشد. بنابراین نقش میانجی کمال گرایی در رابطه بین باورهای فراشناخت و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام به طور غیرمستقیم موثر و مورد تایید می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که مدل ساختاری علی پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار است و تحلیل مسیرها حاکی از آن است که در سال‌های اخیر، پژوهش‌های روان‌شناسی تربیتی تأکید ویژه‌ای بر نقش مؤلفه‌های شناختی و انگیزشی در رشد و پیشرفت دانش‌آموزان داشته‌اند.

فرضیه اصلی: مدل ساختاری علی سازگاری فردی و اجتماعی بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام دارای برازش مطلوب است. کلیه گویه‌ها (سوالات) به کار گرفته در تحقیق، قدرت تبیین-کنندگی مورد نظر را برای مدل ساختاری علی سازگاری فردی و اجتماعی مدارس شهرستان چرداول بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی مورد نظر داشته‌اند و با توجه به نتایج مشخصه-های برازندگی، ضرایب آلفای کرونباخ گزارش شده و بار عاملی، ضرایب مسیر و C.R، ابزار گردآوری داده‌ها مدل ساختاری علی سازگاری فردی و اجتماعی مدارس شهرستان چرداول بر اساس باورهای فراشناخت و باورهای انگیزشی با نقش میانجی کمال گرایی دارای ویژگی-های فنی (قابلیت اعتماد و اعتبار) در سطح بسیار خوب و مطلوبی می‌باشد. نتیجه این فرضیه با نتایج پژوهش محمدی فر و همکاران (۱۴۰۳)، نرگی زا و همکاران (۲۰۲۴) همسو و هم جهت است

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های روان‌شناسی تربیتی تأکید ویژه‌ای بر نقش مؤلفه‌های شناختی و انگیزشی در رشد و پیشرفت دانش‌آموزان داشته‌اند. در این میان، باورهای فراشناختی و انگیزشی به‌عنوان سازه‌هایی بنیادین در تبیین موفقیت تحصیلی و سازگاری روانی-اجتماعی مورد توجه قرار گرفته‌اند. باورهای فراشناختی که شامل دانش فرد درباره‌ی فرآیندهای ذهنی خود (مانند آگاهی از راهبردهای یادگیری) و توانایی در تنظیم و کنترل این فرآیندها است، در تعامل با باورهای انگیزشی همچون خودکارآمدی، ارزش تکلیف و اهداف پیشرفت، می‌توانند در قالب یک مکانیسم واسطه‌ای، اثرات مهمی بر سازگاری فردی و اجتماعی دانش‌آموزان برجای گذارند. باورهای فراشناختی (شامل دانش و تنظیم شناختی) و باورهای انگیزشی (شامل خودکارآمدی، ارزش تکلیف و اهداف پیشرفت) از طریق مکانیسم کمال‌گرایی سازنده (به عنوان متغیر میانجی) تأثیر معناداری بر سازگاری فردی (شامل خودپنداره و تنظیم هیجانی) و سازگاری اجتماعی (شامل مهارت‌های ارتباطی و انطباق با هنجارها) در بین دانش‌آموزان دارند، به طوری که باورهای فراشناختی مثبت و باورهای انگیزشی قوی‌تر از طریق تقویت کمال‌گرایی سازنده (تلاش برای معیارهای عالی همراه با انعطاف‌پذیری) منجر به بهبود شاخص‌های سازگاری فردی و اجتماعی می‌شوند، در حالی که کمال‌گرایی ناسالم (ترس از شکست و ارزیابی دیگران) این رابطه را تعدیل می‌کند (محمدی فر و همکاران، ۱۴۰۳).

مطالعات متعدد بین‌المللی نیز از این دیدگاه حمایت کرده‌اند. برای مثال، پژوهش «دی کارولی و فین (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که خودکارآمدی بالا و ارزش‌گذاری معنادار برای تکلیف، پیش‌بینی‌کننده‌ی سطوح بالاتری از مهارت‌های اجتماعی و تنظیم هیجانی در نوجوانان هستند. این رابطه زمانی پایدارتر می‌شود که ویژگی‌های شخصیتی‌ای مانند کمال‌گرایی سازنده نیز در

میان باشد. کمال گرایی سازنده که با تلاش برای دستیابی به استانداردهای بالا، همراه با انعطاف پذیری و پذیرش شکست به عنوان بخشی از فرایند رشد تعریف می شود، نقش میانجی مهمی در این مدل ایفا می کند.

در واقع، زمانی که دانش آموزان از باورهای فراشناختی مثبت بهره مند باشند و به توانایی های خود در یادگیری باور داشته باشند، به احتمال زیاد برای رسیدن به اهداف خود تلاش خواهند کرد. این تلاش در چارچوب کمال گرایی سازنده، منجر به رشد خودپنداره مثبت و ارتقای توانمندی در تنظیم هیجان ها می شود که از عناصر کلیدی سازگاری فردی است. همزمان، چنین نگرشی می تواند به توسعه ی مهارت های ارتباطی، همکاری مؤثر و انطباق با هنجارهای اجتماعی کمک کند که از ارکان اساسی سازگاری اجتماعی به شمار می روند (استوبر، ۲۰۰۶).

و این یافته ها با توجه به ویژگی های فرهنگی و آموزشی خاص منطقه ایلام از اهمیت کاربردی برخوردار بوده و می تواند مبنای طراحی برنامه های مداخله ای جهت ارتقای سازگاری روانی-اجتماعی نوجوانان قرار گیرد.

پیشنهادهای کاربردی:

۱. باورهای فراشناختی:

اجرای کارگاه های آموزشی آگاهی فراشناختی برای دانش آموزان
آموزش راهبردهای نظارت بر تفکر و اصلاح شناخت های ناکارآمد
طراحی تمرینات عملی بازبینی باورها درباره یادگیری

۲. باورهای انگیزشی:

برگزاری جلسات مشاوره انگیزشی گروهی
استفاده از الگوهای موفق محلی برای تقویت خودکارآمدی
پیاده سازی سیستم پاداش مبتنی بر پیشرفت (نه صرف نتیجه)

۳. کمال گرایی (به عنوان میانجی):

آموزش تفکیک کمال گرایی سالم و ناسالم
تمرین های پذیرش خود و کاهش انتقادگری بیش از حد
طراحی چالش های آموزشی با سطح دشواری تدریجی

۴. سازگاری فردی:

اجرای برنامه های مهارت آموزی زندگی روزمره
آموزش تکنیک های حل مسئله و تصمیم گیری
ایجاد فرصت های خودارزیابی و بازخورد سازنده

پیشنهادهای پژوهشی:

بررسی تطبیقی مدل در مناطق مختلف استان ایلام

مطالعه تفاوت های احتمالی در روابط بین متغیرها در مناطق شهری و روستایی

تحلیل تأثیر شرایط اقتصادی-اجتماعی بر الگوی روابط بین متغیرها

مطالعه طولی تأثیر مدل در طول زمان

پیگیری دانش آموزان در طول دوره متوسطه دوم

بررسی تغییرات روابط بین متغیرها با افزایش سن

تحلیل نقش تعدیل گر جنسیت

مقایسه مدل در بین دانش آموزان دختر و پسر

بررسی تفاوت های جنسیتی در الگوی روابط

طراحی و آزمون مداخلات آموزشی

ساخت برنامه آموزشی مبتنی بر یافته های مدل

ارزیابی اثربخشی مداخلات بر بهبود سازگاری

بررسی نقش واسطه گری متغیرهای اضافی

مطالعه تأثیر متغیرهایی مانند تاب آوری و هوش هیجانی

محدودیت های پژوهش:

محدودیت جغرافیایی و نمونه گیری:

تمرکز پژوهش صرفاً بر روی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام

مشکل دسترسی به برخی مدارس دورافتاده منطقه

محدودیت در تعمیم پذیری نتایج به سایر مناطق با ویژگی های فرهنگی متفاوت

محدودیت های روش شناختی:

دشواری در سنجش دقیق متغیرهای انتزاعی مانند کمال گرایی

محدودیت های ذاتی پرسشنامه به عنوان ابزار اصلی جمع آوری داده ها

عدم امکان کنترل کامل تمام متغیرهای مداخله گر

محدودیت های همکاری:

مقاومت برخی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام در ارائه اطلاعات دقیق

عدم تمایل برخی پاسخ دهندگان به مشارکت فعال در پژوهش

چالش های اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح

تعداد زیاد پرسش های پرسشنامه ها به طولانی شدن زمان اجرای آن انجامید که بر مقدار دقت پاسخ های شرکت کنندگان بی تاثیر نبوده است.

به دلیل محدودیت های نمونه گیری (تمرکز بر یک منطقه جغرافیایی یا جنسیت خاص) نمی توان نتایج را به سایر گروه ها یا مناطق تعمیم داد. این محدودیت می تواند بر کاربردپذیری نتایج تأثیر بگذارد.

منابع

- احمدی، عباس؛ بابایی، انسیه؛ حسین زاده، شیرین؛ گلستانی، طاهره. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی بر اساس سبک‌های فرزندپروری، کمال‌گرایی و تفکر خلاق در دانش‌آموزان. مطالعات روانشناسی تربیتی، ۱۹(۴۷)، ۱-۱۵.
- بنیسی، پریناز. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر تاب‌آوری و سازگاری دانش‌آموزان با اختلال یادگیری. توانمندسازی کودکان استثنایی، ۱۰(۱)، ۱۰۷-۱۱۵.
- بشارت، محمد؛ محمدی، کریم؛ پورنقاش، تهرانی، سارا؛ حاتمی، جواد. (۱۳۸۸). رابطه کمال‌گرایی و سخت‌کوشی با پاسخ‌های فیزیولوژیک ناشی از استرس. روانشناسی معاصر، ۴۱-۵۳.
- برات، نگین؛ داورپناه، سید هدایت. (۱۳۹۸). مدل‌یابی معادلات ساختاری روابط بین قابلیت‌های سیستم مدیریت یادگیری با تقویت باورهای انگیزشی و راهبردهای خودتنظیم دانشجویان. راهبردهای شناختی در یادگیری، ۱۱(۲۰)، ۱۱-۱۱۰.
- رجبی، محمدمهدی؛ محمدی، امیر. (۱۴۰۰). رابطه بین کمال‌گرایی و سازگاری فردی-اجتماعی با فراشناخت در دانش‌آموزان. پنجمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی در ایران، تهران.
- شادی، مامه‌حمه. (۱۴۰۱). مقایسه کارکردهای اجرایی، باورهای انگیزشی و سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات ویژه یادگیری و عادی پایه ششم ابتدایی شهر مهاباد. روانشناسی و علوم تربیتی در هزاره سوم، ۱۱، ۹۹-۱۰۹.
- عبدالهی، ملیحه؛ داوودی، اعظم. (۱۳۹۸). پیش‌بینی اضطراب نوجوانان بر اساس ادراک نوجوانان از کنترل والدین: نقش میانجی باورهای فراشناختی. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۱۰(۶۵)، ۳۵-۸۰.
- عبدلی، بهروز؛ فارسی، علیرضا؛ علیخانی‌راد، علی؛ ملک‌شاهی، مریم. (۱۳۸۸). بررسی ارتباط خودکارآمدی و هوش هیجانی با عملکرد مردان گلبالیست لیگ برتر. فصلنامه المپیک، ۱۳(۴)، ۱۳-۱۴.
- عینی، ساناز؛ نظر، سمیرا؛ عبادی، متینه؛ زینال‌زاده، مهتاب. (۱۴۰۱). تدوین معادلات ساختاری سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه بر اساس ناگویی هیجانی و باورهای فراشناخت با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک‌شده. ناتوانی‌های یادگیری، ۶(۴)، ۲۶-۳۸.
- غفاری، سعید؛ زکیانی، شعله. (۱۳۹۸). رابطه بین باورهای فراشناختی با میزان سازگاری فردی و اجتماعی کتابداران دانشگاه علوم پزشکی ایران. پی‌اورد سلامت، ۱۳(۱)، ۲۴-۳۱.
- فروغی، ناصر. (۱۳۹۹). نقش مدرسه در فرآیند اجتماعی‌شدن نوجوانان: مطالعه‌ای در مدارس دخترانه تهران. نشریه روانشناسی و علوم تربیتی، ۴۴(۳)، ۱۱۳-۱۲۵.
- قیصری‌گودرزی، سارا؛ قدم‌پور، عزت‌الله؛ قربانی، مریم؛ پادروند، حافظ. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر سازگاری اجتماعی و کاهش حساسیت بین‌فردی دانش‌آموزان دارای اختلال ریاضی. توانمندسازی کودکان استثنایی.
- کشاورزافشار، حسین؛ میرزایی، جواد. (۱۳۹۷). بررسی رابطه سازگاری اجتماعی، هوش هیجانی و راهبردهای انگیزشی با اضطراب تحصیلی دانشجویان. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، سال نهم، شماره ۴۳.
- محمدی‌فر، محمدعلی؛ کاظمی، سکینه؛ زارعی، الهه؛ مته‌کلایی. (۱۴۰۳). نقش عملکرد خانواده و خودکارآمدی در سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان. نشریه آموزش و پرورش متعالی، ۱(۱)، ۲۰-۳۶.
- معتمدی، فرزانه؛ بهپژوه، احمد؛ شکوهی‌یکتا، محسن؛ افروز، غلامعلی؛ غباری‌بناب، باقر. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی دختران نوجوان تک‌والدی با مشکلات هیجانی و رفتاری. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۲۲(۱)، ۷۹-۹۲.
- نصیرزاده، سمیه؛ نرگسیان، جواد. (۱۳۹۸). بررسی تأثیر باورهای فراشناختی بر بهزیستی تحصیلی با میانجی‌گری کمال‌گرایی دانش‌آموزان. روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۸(۳)، ۱۷۷-۱۹۵.

طاهری تفتی، س.س؛ سهرابی، ز؛ مشهدی، م. (۱۴۰۱). نقش واسطه‌ای باورهای انگیزشی در رابطه خودراهبری در یادگیری با کمک‌طلبی تحصیلی.
یوسفی، مریم. (۱۳۸۹). رابطه جهت‌گیری مذهبی با باورهای غیرمنطقی بیماران مبتلا به ام‌اس. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز.

Abdelrahman, R. M. (۲۰۲۰). Metacognitive awareness and academic motivation and their impact on academic achievement of Ajman University students. *Heliyon*, ۶(۹), ۱-۸. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04192>

Abolghassemi, A., Rostam Oghli, Z., & Barzeghar, S. (۲۰۱۴). Effectiveness of self-regulation training on self-efficacy and life satisfaction on students with mathematical disorder. *The Journal of Learning Disorder*, ۴(۲), ۶-۲۱. [In Persian]

Ahmadi, A., Chalabianlou, G. H., & Atapour, H. (n.d.). The relationship between metacognitive beliefs, motivation for progress and creativity in students. *The First National Conference on Cognitive Science in Education*, Mashhad.

Andrews, D. M., Burns, L. R., & Dueling, J. K. (۲۰۱۴). Positive perfectionism: Seeking the healthy, should, or should we? *Open Journal of Social Sciences*, ۲(۸), ۲۷-۳۴.

Arzu. (۲۰۲۴). Investigate the influence of perfectionism, self-critical rumination, and metacognitions on self-handicapping in adults. *Psychological Applications and Trends*. ISBN: ۹۷۸-۹۸۹-۳۵۱۰۶-۶-۷

Azevedo, R., Moos, D. C., Johnson, A. M., & Chauncey, A. D. (۲۰۱۹). Measuring cognitive and metacognitive regulatory processes during hypermedia learning: Issues and challenges. *Educational Psychologist*, ۴۵(۴), ۲۱۰-۲۳۳.

Carver, Ch. S., Sinclair, S., & Johnson, Sh. L. (۲۰۱۰). Authentic and hubristic pride: Differential relations to aspects of goal regulation, affect, and self-control. *Journal of Research in Personality*, ۴۴, ۶۹۸-۷۰۳.

Cartwright-Hatton, S., & Wells, A. (۱۹۹۷). Beliefs about worry and intrusion: The metacognitions questionnaire and its correlates. *Journal of Anxiety Disorders*, ۱۱(۳), ۲۷۹-۲۹۶.

Caterina, B., Pina, F., Bianca, P., Antonina, V. M., & Luana, S. (۲۰۲۲). The relationship between mathematical achievement, mathematical anxiety, perfectionism and metacognitive abilities in Italian students. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, ۸(۳), ۲۵-۴۱.

Donohoo, J., Hattie, J., & Eells, R. (۲۰۱۸). The power of collective efficacy. *Educational Leadership*, ۷۵(۶), ۴۰-۴۴.

Dweck, C. S. (۲۰۱۷). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press.

Golmohammadnezhad, Bahrami, & Rahimi, E. (۲۰۱۶). Studying the effectiveness of metacognitive strategies training on social adjustment and social self-efficacy of female high school students in Naghadeh. *Quarterly Journal of Educational Sciences*, ۹(۳۵), ۶۵-۸۱. [In Persian]

Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (۲۰۱۸). *Exceptional learners: An introduction*.

Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (۲۰۰۴). A new measure of perfectionism inventory. *Journal of Personality Assessments*, ۸۲(۱), ۸۰-۹۱.

James, K., & Asmus, C. (۲۰۱۱). Personality, cognitive skills, and creativity in different life domains. *Creativity Research Journal*, ۱۳(۲), ۱۴۹-۱۵۸.

- Kuhn. (۲۰۲۱). Does generic metacognition explain incremental variance in O–C symptoms beyond responsibility and perfectionism? *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, ۲۸(۴), ۱-۲۵. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2020.100612>
- Lee, K.-D., Hughes, E., Mulgrew, K., Carter, J. D., & Love, S. (۲۰۲۱). Examining the roles of metacognitive beliefs and maladaptive aspects of perfectionism in depression and anxiety. Cambridge University Press, ۴, ۱۰۰-۱۱۷.
- Mofield, E., & Parker Peters, M. (۲۰۱۹). Understanding underachievement: Mindset, perfectionism, and achievement attitudes among gifted students. *Journal for the Education of the Gifted*, ۴۲(۲), ۱۰۷-۱۳۴. <https://doi.org/10.1177/0162353219836737>
- Nina, H., Vera, W., & Henri, C. (۲۰۲۱). Studying social media burnout and problematic social media use: The implication of perfectionism and metacognitions. *Computers in Human Behavior Reports*, ۴(۲), ۱-۱۳.
- Petretto, D. R., & Masala, C. (۲۰۱۷). Dyslexia and specific learning disorders: New international diagnostic criteria. *Journal of Childhood & Developmental Disorders*, ۳(۴), ۱-۶.
- Rice, K. G., Vergara, D. T., & Aldea, M. A. (۲۰۱۶). Cognitive-affective mediators of anxiety and psychosomatic symptoms. *Journal of Personality and Individual Differences*, ۳۲, ۸۱۷-۸۲۶.
- Sadok, B. J., Sadok, V. A., & Roeiz, P. (۲۰۱۸). Psychoanalysis of behavioral sciences-clinical psychiatry (۱۱th ed.). Tehran: Arjmand. [Book in Persian]
- Suh, H., Gnilka, P. B., & Rice, K. G. (۲۰۱۷). Perfectionism and well-being: A positive psychology framework. *Personality and Individual Differences*, ۱۱۱, ۲۵-۳۰.
- Sumi, K., & Kanda, K. (۲۰۲۲). Relationship between neurotic perfectionism, depressing.
- Veen hoven, R. (۲۰۱۳). Data book of happiness. New York: Reidel Publishing Company.
- Ye, B., Lei, X., Yang, J., Byrne, P. J., Jiang, X., Liu, M., et al. (۲۰۲۱). Family cohesion and social adjustment of Chinese university students: The mediating effects of sense of security and personal relationships. *Current Psychology*, ۴۰(۴), ۱۸۷۲-۱۸۸۳.