



## کمال‌گرایی والدین و تأثیر آن بر فرزندان

حمید رستمی<sup>۱</sup> پویا شکبیا کریم‌آبادی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان امام محمدباقر(ع)، بجنورد، ایران

hr852466@gmail.com

09929940208

<sup>۲</sup>دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان امام محمدباقر(ع)، نقاب، ایران

shpooya30@gmail.com

09331653765

### چکیده:

در این پژوهش، کمال‌گرایی والدین و تأثیر آن بر فرزندان مورد بررسی قرار گرفت. والدین کمال‌گرا بسیار سخت‌گیر و مقرراتی، انعطاف‌ناپذیر و دارای روحیه آرمان‌گرایی هستند؛ مسلماً چنین محیطی بر پیوند عاطفی میان والد و فرزند نیز تأثیر خواهد گذاشت. از آنجایی که کمال‌گرایی به‌عنوان مجموعه‌ای از معیارهای بالا برای عملکرد است که با خودارزیابی‌های منفی، انتقادات و سرزنش خود همراه است؛ مقاله حاضر به روش کتابخانه‌ای تبیین شده است و از یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که ابعاد کمال‌گرایی والدین، نه تنها به تحقیر موفقیت‌های خود می‌پردازند بلکه پذیرفتن و پاداش دادن به تلاش‌های کودکان را نیز دشوار می‌پندارند. آن‌ها به‌جای تأیید رفتار کودکانشان پیوسته آن‌ها را به انجام کارهای بهتر وامی‌دارند و به آن‌ها هشدار می‌دهند. این کودکان هیچ‌گاه احساس خرسندی نمی‌کنند و مانند والدینشان موفقیت‌های خود را کوچک می‌شمارند و احساس می‌کنند هیچ‌گاه چشم‌داشت‌های والدینشان را برآورده نخواهند ساخت.

**واژگان کلیدی:** کمال‌گرایی، فرزندان، خانواده، والدین

### ۱- مقدمه

خانواده‌ها نخستین کانون زندگی جمعی، جلوه‌گاه عشق‌آفرینی و نهاد تربیتی می‌باشد. خانه و خانواده آسایشگاهی است که کودک در آنجا همه افتخارات و موفقیت‌هایش را به نمایش می‌گذارد. خانه برای کودک جایگاهی است که او تجربه‌های اجتماعی روزانه خود را با شتاب به درون آن می‌آورد تا آن تجربه را ارزیابی کند، به خاطر آن ستایش و تحسین و تشویق می‌شود یا آن را به بوته فراموشی می‌سپارد و به‌عنوان یک تجربه از آن درس می‌آموزد و در این وادی نقش والدین از اهمیت بسزایی برخوردار است. کمال‌گرایی به معنی تعیین معیارها و اهداف سطح بالا و غیرمنطقی و تلاش برای دستیابی به آن و تأکید بر شکست‌ها در دستیابی به این اهداف تعریف می‌شود. کوک و کار نیک (۲۰۰۹) نیز کمال‌گرایی را به‌صورت



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

کوشش برای بی‌عیب بودن تعریف می‌کنند. کمال‌گرایی یکی از سازه‌های شخصیتی است که نقش مهمی در سازش یافتگی افراد ایفاء می‌نماید. هم‌اکنون کمال‌گرایی به‌عنوان یک سازه چندبعدی در نظر گرفته می‌شود که این ابعاد می‌توانند از نظر همبستگی و نتایج تفاوت زیادی داشته باشند. فلت، هویت و دی روسا (۱۹۹۱) کمال‌گرایی را پدیده‌ای چندبعدی می‌دانند که شامل کمال‌گرایی خودمدار، کمال‌گرایی دیگر مدار و کمال‌گرایی جامعه مدار می‌باشد. کمال‌گرایی خودمدار عبارت است از میل به تعیین معیارهای غیرمنطقی برای خود، تمرکز بر مشکلات و نقص‌ها در عملکرد و مشاهده دقیق رفتار و عملکرد خود. کمال‌گرایی دیگر مدار به معنی داشتن انتظارات منفی و بیش‌ازحد و ارزیابی انتقادی دیگران و کمال‌گرایی جامعه مدار به احساس شدید رعایت معیارها و انتظارات القاء شده از طرف جامعه و افراد مهم به دلیل کسب تأیید می‌باشد. کمال‌گرایی با تعیین معیارهای سطح بالا از عملکرد منجر به فشار روانی برای افراد می‌شود. (صادقی، غلامحسین، ۱۴۰۱).

والدین کمال‌گرا بسیار سخت‌گیر و مقررانی، انعطاف‌ناپذیر و دارای روحیه آرمان‌گرایی، سرزنشگری و مقایسه‌گری هستند. آن‌ها اجازه هیچ‌گونه اشتباهی به فرزندان خود نمی‌دهند. در نتیجه فرزندان از همان کودکی که زمان بازی و یادگرفتن مهارت‌های ضروری زندگی است تمام هم‌و‌غمش پیشرفت در زمینه‌های مختلف از جمله تحصیلی یا ورزشی یا ... است تا بتواند به خیال خود اندکی رضایت والدین را جلب کند (مظلوم همدانی، شهیده و همکار، ۱۳۹۶). والدین کمال‌گرا از همان آغازین روزهای تولد فرزندشان را آماده می‌کنند تا از سایرین برتر باشد. مسلماً چنین محیطی بر پیوند عاطفی میان والد و فرزند نیز تأثیر خواهد گذاشت. در چنین شرایطی فرزندان نیز ادراک ویژه‌ای از رفتار والدینشان خواهند داشت. آن‌ها به‌زودی درک خواهند کرد که والدینشان بسیار سخت‌گیر و نسبت به عملکرد فرزندشان منتقد هستند. اشیبی و پک برونر (۲۰۰۵) اظهار می‌کنند والدین کمال‌گرا از عشق ورزیدن و تأیید کودکان خود دوری می‌کنند و بدین شیوه آن‌ها را تنبیه می‌کنند. واکنش آن‌ها به شکست‌ها و اشتباهات فرزندانشان اضطراب و ناامیدی است. فرزندان این افراد نیز به اشتباهات خود با ناامیدی، اضطراب و ترس پاسخ می‌دهند، زیرا اشتباه چیزی است که می‌بایست از آن دوری جویند (رحیمی، علی و همکار، ۱۳۷۹).

دگرگونی‌های سریع و پیچیده جوامع انسانی به‌مرور زمان بر شیوه‌های فرزند پروری انسان‌ها اثری اساسی بر جای گذاشته است و خانواده‌ها اکنون تلاش می‌کنند فرزند خود را از همان اوایل کودکی برای بردن گوی سبقت از همسالانشان آماده کنند. این شیوه تربیتی سبب شده است که فرزندان زمانی خود را با ارزش بدانند که مورد تأیید والدین خود قرار بگیرند و چون تأیید والدین و دیگران نقش اساسی در ساختار شخصیتی افراد دارد می‌کوشند تلاش خود را دوچندان کنند تا به انتظارات آنان پاسخ مثبت دهند. گاهی اوقات همین حساسیت و توجه بیش‌ازحد والدین و توقعات بیش‌از اندازه آن‌ها می‌تواند بر برخی عوامل شخصیتی و روان‌شناختی فرزندانشان اثر بگذارد (رحمت زهی، خدانظر و همکار، ۱۳۹۷).

کمال‌گرایی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی و انگیزشی رفتار فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. گرچه در مفهوم کمال‌گرایی به‌صورت گسترده توجه روانشناسان را به خود اختصاص داده است اما هنوز به‌عنوان پدیده‌ای تقریباً ناشناخته و ناسازگار تعریف شده است. سازه کمال‌گرایی می‌تواند بهنجار یا نوروتیک باشد. کمال‌گرایی یک عامل تهدیدکننده در رشد بی‌اشتهایی روانی و پرخوری روانی به شمار می‌رود. همچنین شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد کمال‌گرایی می‌تواند موانعی را در درمان موفقیت‌آمیز افسردگی ایجاد کند و بخش مهم اختلال شخصیت وسواس‌بی‌اختیاری محسوب گردد. والدین کمال‌گرا نه تنها به تحقیر موفقیت‌های خود می‌پردازند بلکه پذیرفتن و پاداش دادن به تلاش‌های کودکان را نیز دشوار می‌پندارند. آن‌ها به‌جای مد رفتار کودکانشان پیوسته آن‌ها را به انجام کارهای بهتر وامی‌دارند و به آن‌ها هشدار می‌دهند (جعفریان و همکاران، ۱۳۹۷).

والدین کمال‌گرا و قدرت‌طلب معمولاً محصلان که بیش‌ازحد کمال‌گرا هستند در کودکی والدینی داشته‌اند که معتقد بوده‌اند همیشه پدر و مادر درست می‌گویند همیشه پدر و مادر حق دارند و درست عمل می‌کنند. از آنجاکه این والدین تفاوت توانایی‌های خود و کودکانشان را درک نمی‌کنند سعی می‌کنند با تنبیه کودکان را مجبور به رسیدن به معیارهای خودشان کنند. معیارهایی که آن‌قدر غیرواقع‌بینانه‌اند که در کمتر مواقعی به آن دست پیدا می‌کنند. به این سبک تربیت سبک والدینی قدرت‌طلبانه می‌گویند و زمینه‌های کمال‌گرایی را در کودک فراهم می‌کنند همچنین والدینی که خود کمال‌گرا هستند نه تنها موفقیت‌های کودکانشان را در کوچک پندارند حتی موفقیت‌های خودشان را قبول ندارند. کودکان والدین کمال‌گرا نیز هیچ‌گاه احساس خوبی نسبت به خود ندارند چون نتوانسته‌اند والدینشان را خشنود کنند. کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است که می‌تواند هم سازنده و مفید هم منفی و مخرب باشد. از لحاظ تاریخی مفهوم کمال‌گرایی به‌عنوان یک مقوله روان‌شناختی مورد توجه بسیاری از روانشناسان قرار گرفته است (بشارت و همکاران، ۱۳۹۰).



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

والدین سهل گیر سعی می‌کنند به شیوه غیر تنبیهی پذیرنده و مثبت نسبت به تکانه‌ها، خواسته‌ها و اعمال فرزندانشان رفتار کنند. والدین با کودکان در تصمیم‌گیری‌ها مشورت می‌کنند و قوانین خانواده را برای آنان توضیح می‌دهند. این والدین تقاضای بسیار پایین از فرزندان برای مسئولیت‌های خانگی و رفتارهای منظم دارند. این والدین خود را به کودک به‌عنوان منبعی برای استفاده، همان‌طور که کودک آرزو دارد، ارائه می‌دهند؛ نه آن‌طور که برای تقلید کردن ایدئال باشند و نه آن‌طور که به‌عنوان یک عامل فعال مسئول شکل‌دهی یا تغییر رفتار حال یا آینده فرزندان باشند. این والدین به فرزندان اجازه می‌دهند تا آنجا که ممکن است خودشان اعمالشان را تنظیم کنند، از به کار بردن کنترل اجتناب می‌کنند و فرزندان را تشویق به اطاعت از استانداردهای بیرونی نمی‌کنند. این والدین سعی می‌کنند با دلیل و منطق فرزندان را وادار کنند تا وظایف خود را انجام دهند اما آشکارا از قدرت استفاده نمی‌کنند (بامریند، ۱۹۶۶).

به‌طور کلی ترس از شکست نگرانی از ارزیابی و نحوه تفکر دیگران در مورد خود تدوین استانداردهای سطح بالا و عدم اطمینان به کسب موفقیت‌آمیز آن‌ها و افکاری از این دست که افراد کمال‌گرا با آن‌ها دست بر گریبان‌اند. همگی از مورد زمینه‌ساز بروز و تجلی اضطراب به شمار می‌آیند به عبارتی هر انسانی از مجموعه‌ای از توانایی‌ها برخوردار است و با آگاهی از میزان این استعدادها است که اهداف زندگی خود تعیین می‌کند. فرض بر این است که افراد کمال‌گرا از طرح‌واره‌های شناختی برخوردار هستند که بدون توجه به توانایی‌های خود اهدافی فراتر از توان و ظرفیت خویش برمی‌گزینند و چون از شکست در رسیدن به کمال مورد نظرشان هراسان هستند و به‌جز موفقیت کامل به چیزی راضی نمی‌شوند برخوردار از تفکرات کمال‌رایانه از یک سو خود به‌تنهایی منجر به افت تحصیلی می‌گردند (مشعل پور فرد، ۱۳۹۶).

کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصی والدین محسوب می‌شود. کمال‌گرایی یک سازه شخصیتی است و با ویژگی‌هایی همچون تلاش برای کامل و بی‌نقص بودن و تعیین معیارهای بسیار عالی و افراطی در عملکرد همراه با گرایش به ارزیابی انتقاد رفتار مشخص می‌شود.

## ۲- روش پژوهش

روش و ابزار گردآوری اطلاعات برای جمع‌آوری اطلاعات، علاوه بر این که از منابع متعددی استفاده شده است روش‌های مختلفی نیز برای این کار وجود داشته که با توجه به نوع و هدف تحقیق، موضوع مورد تحقیق و خصوصیات جامعه آماری از کارایی مناسب برخوردار می‌باشد. مهم‌ترین روش‌های گردآوری اطلاعات، مطالعات کتابخانه‌ای که در این قسمت جهت گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری و ادبیات تحقیق موضوع، از منابع کتابخانه‌ای، مقالات، کتاب‌های مورد نیاز و نیز از شبکه جهانی اطلاعات (اینترنت) و تجربه و تخصص محقق استفاده شده است.

## ۳- تعریف کمال‌گرایی

اکثر تعاریف اولیه، عمدتاً کمال‌گرایی را به‌عنوان یک ویژگی ناکارآمد در نظر می‌گیرند. فیلسوفان و درمانگران اولیه کمال‌گرایی را جنبه‌ی مهمی از رفتار انسانی می‌دانستند. ژانت (۱۸۹۸) اولین فردی بود که در خصوص کمال‌گرایی نوشت او کمال‌گرایان را افرادی با عقاید محکم و ثابت می‌دانست. کمال‌گرایان افرادی با عقاید محکم و ثابت‌اند و سختی عقاید و انعطاف‌ناپذیری یکی از خصوصیات است که درباره‌ی کمال‌گرایی مطرح شد. کمال‌گرایی به‌عنوان مجموعه‌ای از معیارهای بالا برای عملکرد است که با خودارزیابی‌های منفی، انتقادات و سرزنش خود همراه است. فلت، هویت، الیوبر و مک دونالد (۲۰۰۱) کمال‌گرایی را سازه‌ای چندبعدی شامل کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگر محور و کمال‌گرایی جامعه‌محور می‌دانند. فلت و ادیگر (۱۹۹۵) بیان می‌کنند که کمال‌گرایی سازه‌ای چندبعدی است که دارای جنبه‌های بین فردی و درون فردی است. هویت و همکاران (۱۹۹۵) بحث می‌کنند که کمال‌گرایی دارای سه بعد است: کمال‌گرایی خودمدار، کمال‌گرایی دیگر مدار و کمال‌گرایی اجتماع مدار. کمال‌گرایان خودمدار استانداردها و انگیزه‌ی بالایی برای کامل بودن دارند. کمال‌گرایی خودمدار به خود انتقادی خشن و خواسته‌های دقیق از خود بازمی‌گردند، بنابراین کمال‌گرایی منبع و موضوع درونی می‌شود. کمال‌گرایان دیگر مدار بیشتر بر ناکامل بودن دیگران تأکید می‌کنند تا ناکامل بودن خود. این نوع کمال‌گرایی دربرگیرنده‌ی گرایش به داشتن معیارهای کمال‌رایانه برای اشخاصی است که برای فرد اهمیت بسیاری دارند. از آنجایی که کمال‌گرایی دیگر مدار همراه با عدم اعتماد به نفس و احساس دشمنی نسبت به دیگران است می‌تواند موجب مشکلات بین فردی شود.



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



- کمال‌گرایان اجتماع مدار، تمایل به ترس از ارزیابی‌های منفی، نشان دادن اضطراب اجتماعی و ناامیدی، تمایل به توجه مثبت بیشتری از سوی دیگران، تعلق در کارها و احساسی خودآگاهی شدید در جمع و داشتن تیپ شخصیتی A دارند (حسینی، خدیجه و همکاران، ۱۳۹۸).
- فراست و همکاران (۱۹۹۱) جزء اولین افرادی بودند که ابعاد کمال‌گرایی را به شش بُعد فردی و اجتماعی به شرح زیر تقسیم کردند:
۱. نگرانی در مورد اشتباه‌ها: که فرد واکنش منفی خود را نسبت به اشتباه خود بررسی می‌کند و آن را با شکست برابر می‌داند.
  ۲. تردید در مورد فعالیت‌ها: که با شک و تردید فرد در مورد کیفیت عملکردش همراه است.
  ۳. معیارهای شخصی: که شامل مجموعه‌ای از معیارهای افراطی است.
  ۴. انتظارات والدین: که انتظارات نامعقول والدین را نسبت به فرزندان می‌سنجد.
  ۵. انتقادگری والدین: که به سرزنش بیش‌ازحد کودکان از سوی والدین اشاره دارد.
  ۶. تمایل به نظم و سازمان‌دهی: که تأکید بیش‌ازحد بر اهمیت نظم و ترتیب دارد. (رحیمی و همکار، ۱۳۹۷)

## ۴- واکنش فرزندان به والدین کمال‌گرا

کودکان و نوجوانان در خانواده‌های کمال‌گرا تحت فشار بسیار هستند. آن‌ها معمولاً در برابر والدین خود به دو شکل واکنش نشان می‌دهند: کودک یا نوجوان به اجبار و نه از روی اختیار تسلیم خواسته‌ها و نظرات والدین می‌شود و همان‌گویی رفتاری و فکری کمال‌گرایی والدین خود را دنبال می‌کند و همان سختی‌ها را در زندگی تجربه می‌کند؛ و یا کودک یا نوجوان در برابر رفتارهای ناشی از کمال‌گرایی والدین خود طغیان می‌کند یعنی به جای نظم، بی‌نظمی را انتخاب می‌کند. به جای علاقه به درس، تنفر از درس و به جای حضور در منزل، فرار از منزل و گذراندن وقت در خارج از منزل را انتخاب می‌کنند. عواقب منفی این طغیان آشکار است و باید خانواده‌ها پدران و مادران در شیوه برخورد با فرزندان خود این موضوع را مورد توجه ویژه قرار دهند تا بتوانند در تربیت فرزندان خود سلامت روانی آن‌ها را تضمین نمایند. اگر کمال‌گرایی را از دیدگاه اسلام مرور کنیم می‌بینیم که مکتب اسلام همواره پیروان خود را از افراط و تفریط بر حذر داشته و آن‌ها را به اعتدال و میانه‌روی تشویق نموده است. ترجمه تعدادی از آیات قرآن کریم بیانگر این نکته است که انسان به اندازه توانایی خود مکلف شده و نه بیشتر، لذا خداوند هیچ‌کسی را بیش از وسع و توانایی‌های او تکلیف نمی‌کند. لا یكلف الله نفساً إلا وسعها ... « (بقره، ۲۸۵) خدا هیچ‌کس را تکلیف نکند، مگر به اندازه توانش ...، لا تکلف نفساً إلا وسعها « (انعام، ۱۵۲) ... هیچ‌کس را تکلیف نمی‌کنیم مگر به اندازه توانش ...، « لا یكلف الله نفساً إلا ماء انہا ... « (طلاق، ۷) «خدا هیچ‌کس را تکلیف نمی‌کند مگر به قدر آنچه به او داده است... با اندکی ژرف‌اندیشی در آیه‌های بالا، مشخص می‌شود که ویژگی‌هایی چون داشتن معیارهای دست‌نیافتنی، تلاش افراطی برای دستیابی به آن معیارها و ارزیابی‌های سخت‌گیرانه، از نظر اسلام نکوهیده شناخته می‌شوند؛ چراکه بیرون از تاب‌وتوان انسان‌اند. نظام تربیتی اسلام (روش تکلیف به اندازه وسع و توانایی) را سفارش می‌کند. در این روش مربی در برخورد با متربی باید چیزی بخواهد که در توان فهم و عدل وی قرار گیرد. این روش مبتنی بر (اصل عدل الهی) است. عدل الهی نیز ایجاب می‌کند که هیچ‌کس را مگر به اندازه توانایی‌اش تکلیف نکند (عابدینی، عیسی و همکار، ۱۳۹۰).

## ۵- راهکارهایی در جهت کاهش کمال‌گرایی

از جمله راهکارهای مناسب در این زمینه می‌توان به موارد ذیل اشاره نمود:

- ۱- والدین در نظر داشته باشند که خود فرزندان باید مسیر و هدف خود را انتخاب کنند و به آن‌ها فرصت تصمیم‌گیری بدهند، حمایت و تشویق والدین بسیار لازم است اما فرزند باید فضای کافی برای تصمیم‌گیری داشته باشد بنابراین والدین می‌توانند به فرزندان خود پیشنهاد بدهند اما هیچ اجباری نیست که آنان بپذیرند یا خیر. ۲- والدین هرگز فرزندان خود را تحت فشار قرار ندهند و به علایق و خواسته‌های آنان احترام بگذارند و آنان



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

را به اجبار در مسیری هل ندهند که نمی‌خواهند، بلکه وقتی فرزند راهی را انتخاب کرد او را حمایت کنند. ۳- والدین هیچ‌گاه فرزندان خود را با دیگران مقایسه نکنند بلکه او را با خودش مقایسه نمایند و تلاش و پشتکار او را مورد توجه قرار دهند. ۴- انتظارات والدین از فرزندان باید واقع‌بینانه باشد پس انتظاراتی در حد توان و استعداد فرزند داشته باشند (علی پور کورکاء، خدیجه و همکاران، ۱۳۹۹).

## ۶- پیشنهاد

جعفریان و همکاران (۱۳۹۷) به بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پرداختند برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه استفاده گردید نتایج نشان داد کمال‌گرایی بیش‌ازحد والدین موجب کاهش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان می‌گردد. برومندکیا و برنا (۱۳۹۵) به بررسی رابطه سبک‌های فرزند پروری و انگیزه پیشرفت تحصیلی با کمال‌گرایی والدین در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز پرداختند. نمونه این تحقیق مشتمل بر ۳۳ نفر از جامعه مذکور بود. که برای انتخاب آن‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی مرحله‌ای استفاده شد. یافته‌ها نشان داد با توجه به میانگین‌های که بین سبک‌های فرزند پروری با کمال‌گرایی والدین دانشجویان رابطه مثبت معنی‌ری وجود دارد. بین سبک‌های فرزند پروری (مستبدانه) با کمال‌گرایی والدین در بین دانشجویان رابطه معنی‌داری وجود دارد. بین سبک‌های فرزند پروری (سهل‌گیرانه) با کمال‌گرایی والدین رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. بین انگیزه پیشرفت با کمال‌گرایی والدین در بین دانشجویان رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد.

بشارت و همکاران (۱۳۹۰) پژوهشی باهدف بررسی رابطه ابعاد کمال‌گرایی خودمحور، دیگر محور و جامعه‌محور والدین با ابعاد کمال‌گرایی و پیشرفت تحصیلی فرزندانشان در نمونه‌ای از خانواده‌های ایرانی انجام دادند. سیصد و چهل‌ودو دانش‌آموز (۱۸۴ دختر و ۱۵۸ پسر) مشغول به تحصیل در پایه‌های اول تا سوم دبیرستان‌های مناطق ۱۱، ۸، ۱۹ و شهر تهران در سال ۱۳۸۸، همراه با والدینشان (۳۴۲ پدر، ۳۴۲ مادر) در این پژوهش شرکت کردند. از دانش‌آموزان و والدین آن‌ها خواسته شد تا مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران (TMPS؛ بشارت، ۱۳۸۶) را تکمیل کنند. معدل کل دانش‌آموزان به‌عنوان ملاکی برای پیشرفت تحصیلی از کارنامه تحصیلی آن‌ها استخراج شد. برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌های توصیفی و رگرسیون هم‌زمان استفاده شد. از یافته‌های این پژوهش نتیجه گرفته می‌شود که کمال‌گرایی والدین در مواردی تغییرات مربوط به کمال‌گرایی فرزندان و همچنین کمال‌گرایی دیگر محور مادر پیشرفت تحصیلی فرزندان را پیش‌بینی می‌کند.

## ۷- نتیجه‌گیری:

می‌توان نتیجه گرفت که والدین کمال‌گرا از فرزندان خود انتظارات افراطی بالایی دارند و آن‌ها را به‌صورت انتقادی ارزشیابی قرار می‌دهند. کودکان و نوجوانان در خانواده‌های کمال‌گرا خیلی تحت فشار هستند و کاملاً واضح است که چنین فرزندانی این باور را در خود پرورش می‌دهند که دیگران از آن‌ها انتظارات بالایی دارند. در جهت کاهش کمال‌گرایی والدین باید اقداماتی را انجام دهند از جمله اینکه باید بیشتر وقت و انرژی خود را صرف انجام کارهایی کنند که به کشف و شکوفایی استعدادها و مهارت‌های فرزندان منجر شود. فرزندان را صرفاً برای نتیجه مناسبی که کسب کرده‌اند تشویق نکنند بلکه برای تلاشی که در راه رسیدن به آن نتیجه انجام داده‌اند فرزندان را مورد قدردانی قرار دهند. هیچ‌گاه فرزندان خود را با دیگران مقایسه نکنند بلکه او را با خودش مقایسه نمایند و در آخر والدین می‌توانند با مطالعه کتاب‌هایی در این زمینه و شرکت در کارگاه‌های فرزند پروری اطلاعات لازم را کسب نمایند.

منابع:





# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes



وزارت آموزش و پرورش  
انرا، کل آموزش و پرورش استان خوزستان  
معاونت آموزش و پرورش شهرستان میناب



موسسه علمی آموزشی پژوهشی  
آنگلیسی ننگر  
شماره ملی: ۱۳۰۱۵۵۰۷۳۳۰



دانشگاه هرمزگان  
Homageen University

1. صادقی، غلامحسین، (۱۴۰۱)، رابطه کمال‌گرایی والدین با اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان، دومین همایش ملی ایده‌های کاربردی در علوم تربیتی، روانشناسی و مطالعات فرهنگی، بوشهر
2. مظلوم همدانی، شهیده سادات و عموپور، مسعود، (۱۳۹۶)، رابطه کمال‌گرایی والدین با عزت‌نفس و خوش‌بینی فرزندان آن‌ها در بین دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های شهرستان رشت
3. رحیمی، علی و صالح‌پور، علیرضا، (۱۳۹۷)، رابطه بین کمال‌گرایی والدین با اختلال وسواس فکری فرزندان، پنجمین همایش ملی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (با رویکرد فرهنگ مشارکتی)، تهران
4. رحمت‌زهی، خدانظر و گل‌شاهی، فاطمه، (۱۳۹۷)، بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم ناحیه ۲ زاهدان، کنفرانس ملی دستاوردهای نوین جهان در تعلیم و تربیت، روانشناسی، حقوق و مطالعات فرهنگی اجتماعی
5. حسینی، خدیجه و کاکاوند، علیرضا و حکیمی، محمد، (۱۳۹۸)، رابطه کمال‌گرایی و سبک تفکر والدین با انگیزه تحصیلی در دانش‌آموزان مدارس عادی و تیزهوشان، فصلنامه روانشناسی و علوم رفتاری ایران، شماره ۱۹، صفحه ۶۶-۸۳
6. عابدینی، عیسی و علیزاده، رستم، (۱۳۹۰)، آسیب‌شناسی کمال‌گرایی والدین و تأثیر آن بر فرزندان، علوم تربیتی، نشریه پیوند، پ شماره ۳، صفحات ۳۸۳-۳۸۲
7. علی‌پور کورکاء، خدیجه و ابراهیمیان، فرزانه و مرتضوی، فاطمه، (۱۳۹۹)، بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین بر اعتمادبه‌نفس فرزندان و دلایل ایجاد کمال‌گرایی والدین، ششمین کنفرانس ملی علوم انسانی و مطالعات مدیریت
8. برومندکیا، زهرا، برنا، محمدرضا، (۱۳۹۵)، رابطه سبک‌های فرزند پروری و انگیزه پیشرفت تحصیلی با کمال‌گرایی والدین در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز، کنفرانس بین‌المللی
9. بشارت، محمدعلی؛ عزیزی، کورش؛ پورشریفی، حمید؛ (۱۳۹۰)، رابطه کمال‌گرایی والدین با کمال‌گرایی و پیشرفت تحصیلی فرزندان در نمونه‌ای از خانواده‌های ایرانی، پژوهش‌های روان‌شناختی (۲) ۴۱-۵۹، ۱۴
10. جعفریان، صادق و مرتضوی بابا حیدری، سید مریم و احمدی بنی، فاطمه و سمعی، مریم، (۱۳۹۷)، رابطه کمال‌گرایی والدین با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، دومین کنفرانس بین‌المللی نوآوری و تحقیق در علوم تربیتی، مدیریت و روانشناسی، تهران
11. مشعل پورفرد، مرضیه، (۱۳۹۶)، پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس ویژگی کمال‌گرایی والدین، سومین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران،
12. بشارت، محمدعلی، (۱۳۸۶)، ساخت و اعتباریابی مقیاس کمال‌گرایی چندبعدی تهران پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۹، ۴۹-۶۷