



گروه روانشناسی

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی عمومی

**الگوی تحلیل مسیر روابط بین کمال گرایی و خستگی شناختی در معلمان زن
مقطع متوسطه دوم شهر مشهد با میانجی گری انعطاف پذیری شناختی**

فاطمه صالحی

استاد راهنما

دکتر سهیلا سلطانی اصل هریس

زمستان ۱۴۰۰

رسالة محمد

چکیده

تدریس معلمان، شغلی استرس‌زا است و زمینه‌ساز ایجاد بسیاری از مشکلات روانشناختی در آن‌ها می‌باشد. لذا هدف از پژوهش حاضر، بررسی الگوی تحلیل مسیر روابط بین کمال‌گرایی و خستگی شناختی در معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی بود. در این پژوهش برای ارزیابی فرضیه‌ها از آزمون همبستگی و مدل‌های رگرسیونی به همراه معادلات ساختاری بر اساس مدل مفهومی پژوهش استفاده شد. جامعه آماری شامل ۳۷۶۳ معلم زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد بودند، که ۳۴۹ نفر بر اساس فرمول نمونه‌گیری کوکران انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس خستگی فیسک (۱۹۹۴)، پرسش‌نامه کمال‌گرایی تری-شورت (۱۹۹۵) و پرسش‌نامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و واندروال (۲۰۱۰) استفاده گردید. داده‌ها به وسیله نرم‌افزار SPSS, AMOS و روش‌های آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. هم‌چنین شاخص‌های برازندگی مدل حاکی از آن است که مدل ارائه‌شده از برازش مناسبی برخوردار بوده‌است. نتایج پژوهش نشان داد که رابطه بین متغیرهای کمال‌گرایی مثبت و خستگی شناختی معلمان، معکوس ($-0/971$) و معنادار ($p < 0/05$) و رابطه بین متغیرهای کمال‌گرایی منفی و خستگی معلمان، مستقیم ($0/571$) و معنادار ($p < 0/05$) است. هم‌چنین بین میزان خستگی شناختی و انعطاف‌پذیری شناختی معلمان زن، رابطه معکوس ($-0/546$) و معنادار ($p < 0/05$) وجود داشت. رابطه بین متغیرهای کمال‌گرایی مثبت و انعطاف‌پذیری شناختی مستقیم ($0/594$) و معنادار ($p < 0/05$) و متغیر کمال‌گرایی منفی و انعطاف‌پذیری شناختی معکوس ($-0/415$) و معنادار ($p < 0/05$) بود. در نهایت با استفاده از تحلیل معادلات ساختاری متناظر مشخص شد، انعطاف‌پذیری شناختی در رابطه بین خستگی شناختی و کمال‌گرایی منفی معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد، نقش میانجی‌گری دارد. در حالی‌که انعطاف‌پذیری شناختی در رابطه بین خستگی شناختی و کمال‌گرایی مثبت معلمان زن شهر مشهد، نقش میانجی‌گری ندارد.

کلیدواژه‌ها: خستگی شناختی؛ کمال‌گرایی؛ انعطاف‌پذیری شناختی؛ معلمان

سپاس‌گزاری

نخستین سپاس و ستایش از آن پروردگار مطلق، که مرا در دریای بیکران اندیشه، قطره‌یی ساخت، تا وسعت آن را از اقیانوس اندیشه‌های ناب آموزگارانی بزرگ به تماشا نشیند.

فهرست عناوین

عنوان	صفحه
چکیده.....	آ
سپاسگزاری.....	ب
فهرست عناوین.....	ج
فهرست جداول.....	ه
فهرست اشکال.....	و
فصل اول: کلیات پژوهش.....	۱
۱-۱- بیان مسئله.....	۱
۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش.....	۲
۳-۱- اهداف پژوهش.....	۲
۱-۳-۱- هدف اصلی.....	۲
۲-۳-۱- اهداف فرعی.....	۲
۴-۱- فرضیه‌های پژوهش.....	۲
۱-۴-۱- فرضیه‌های اصلی.....	۲
۲-۴-۱- فرضیه‌های فرعی.....	۲
۵-۱- تعاریف مفهومی متغیرهای پژوهش.....	۲
۶-۱- تعاریف عملیاتی متغیرهای پژوهش.....	۳
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش.....	۴
۱-۲- خستگی.....	۴
۱-۱-۲- خستگی شناختی.....	۴
۲-۱-۱-۲- خستگی حاد و مزمن.....	۴
۲-۲- کمال‌گرایی.....	۴
۳-۲- انعطاف‌پذیری.....	۴
۴-۲- پیشینه پژوهش.....	۴
۵-۲- جمع‌بندی.....	۴
فصل سوم: روش پژوهش.....	۵
۱-۳- طرح پژوهش.....	۵
۲-۳- جامعه و نمونه آماری.....	۵

۴-۳- روش اجرای پژوهش	۵
۵-۳- تجزیه و تحلیل داده‌ها	۵
فصل چهارم: یافته‌های پژوهش	۶
۴-۱- آمار توصیفی	۶
۴-۱-۱- بررسی جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش	۶
۴-۲- آمار استنباطی	۷
۴-۳- بررسی فرضیه‌های پژوهش	۷
فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری	۸
۵-۱- تبیین فرضیه‌های فرعی	۸
۵-۲- تبیین فرضیه‌های اصلی	۸
۵-۳- محدودیت‌های پژوهش	۸
۵-۴- پیشنهاد‌های پژوهشی	۸
مراجع	۹
پیوست‌ها	۱۰
پیوست شماره الف- مقیاس خستگی فیسک (FIS) ۱۹۹۴	۱۰
Abstract	۱۱

فهرست جداول

صفحه

عنوان

جدول (۴-۱). فراوانی و درصد فراوانی متناظر با سن آزمودنی‌ها..... ۶

فهرست اشکال

صفحه

عنوان

شکل ۱-۱ مدل مفهومی پژوهش..... ۱

کلیات پژوهش

یکی از مسائل مهم که امروزه مد نظر اکثر روانشناسان و محققین در حوزه سلامت اجتماعی می‌باشد، بهزیستی روانشناختی^۱ و عوامل مرتبط با آن است.

۱-۱- بیان مسئله

اهمیت نقش نیروی انسانی در سازمان‌ها غیرقابل انکار است و امروزه محققان بر این باور هستند که نیروی انسانی ماهر و متخصص سرمایه‌ای ارزشمند در جهت رشد و توسعه سازمان‌ها و کشورها است. نیروی انسانی مهمترین منبع خلاقیت، توانایی و پیشرفت یک سازمان است و عاملی مهم در کامیابی و یا شکست یک سازمان در رسیدن به اهداف تعیین شده است (هاشمی، ۱۳۹۷).

دانش آموزان و درآمد پایین، همگی از عواملی هستند که به نوبه خود میزان فشار روانی وارد به معلمان را افزایش داده و در نهایت منجر به فرسودگی شغلی^۲ می‌شود (اوغبا^۳ و همکاران، ۲۰۲۰).



شکل ۱-۱ مدل مفهومی پژوهش

^۱ psychological well-being

^۲ job burnout

^۳ Ogba, F. N.

۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش

در جامعه امروز که مردم درگیر مسائل بسیار زیادی اعم از مشکلات اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی هستند، داشتن سلامت روان از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است.

۳-۱- اهداف پژوهش

هدف پژوهش پاسخگویی به سوالاتی است که در ذهن پژوهشگر صورت گرفته است که شامل سه دسته هدف کلی، اهداف جزئی یا ویژه و اهداف کاربردی می باشد. در ذیل هدف کلی و اهداف جزئی پژوهش حاضر را بیان نموده ایم.

۱-۳-۱- هدف کلی

الگوی تحلیل مسیر روابط بین کمال گرایی و خستگی شناختی در معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد با میانجی گری انعطاف پذیری شناختی

۱-۳-۲- اهداف جزئی

۱. تعیین رابطه کمال گرایی مثبت و خستگی شناختی در معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد
۲. تعیین رابطه کمال گرایی منفی و خستگی شناختی در معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر مشهد

۴-۱- فرضیه های پژوهش

در این بخش به بیان نتایج مورد انتظار از پژوهش حاضر می پردازیم:

۱-۴-۱- فرضیه های اصلی

۱. انعطاف پذیری شناختی در رابطه بین خستگی شناختی و کمال گرایی مثبت معلمان زن مقطع متوسطه دوم مشهد نقش میانجی گری دارد.

۱-۴-۲- فرضیه های فرعی

۱. خودپنداره در رابطه بین سبک های اسنادی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان نقش میانجی گری دارد.
۲. بین خودپنداره و سبک های اسنادی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.
۳. بین خودپنداره و بهزیستی روانشناختی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

۵-۱- تعاریف مفهومی متغیرهای پژوهش

۱-۶- تعاریف عملیاتی متغیرهای پژوهش

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

در این فصل در راستای متغیرهای پژوهش، مبانی نظری و نمایی از پژوهش‌های انجام شده ارائه می‌شود. سعی بر این است که تا حد امکان روابط نظریه متغیرها و نحوه تأثیر آنها بر یکدیگر مورد بحث قرار گیرد و در نهایت جمع‌بندی مختصری صورت می‌گیرد.

۲-۱- مبانی نظری بهزیستی روانشناختی

۲-۱-۱- مفهوم بهزیستی روانشناختی

۲-۱-۱-۲- خستگی حاد و مزمن

۲-۲- کمال‌گرایی

۲-۳- انعطاف‌پذیری

۲-۴- پیشینه پژوهش

۲-۵- جمع‌بندی

روش پژوهش

طراحی هر پژوهش و روش اجرای آن، از مبانی اساسی آن پژوهش به شمار می‌رود. انتخاب روش‌های تحقیق تا اندازه‌ی زیادی متأثر از موضوع و ماهیت پژوهش، اهداف و سوالات و متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش است. لذا این بخش به توضیح در مورد روش‌هایی که در اجرای این پژوهش به کار برده شده‌است، می‌پردازد. سپس جامعه آماری، نمونه آماری، روش نمونه‌گیری، ابزارهای اندازه‌گیری متغیرها توضیح داده می‌شود و در پایان روش گردآوری داده‌ها و آزمون‌های آماری استفاده شده برای تجزیه و تحلیل داده‌ها تشریح خواهد شد.

۳-۱- طرح پژوهش

هدف از انجام پژوهش حاضر بر اساس ماهیت موضوع و روش پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی و از نظر هدف، کاربردی است.

۳-۲- جامعه و نمونه آماری

۳-۳- ابزار پژوهش

۳-۴- روش اجرای پژوهش

۳-۵- تجزیه و تحلیل داده‌ها

فصل چهارم

یافته‌های پژوهش

در این فصل پس از جمع‌آوری داده‌های پژوهش، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی توأماً استفاده شده‌است. در حقیقت پس از بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی معلمان شرکت‌کننده، معیارهای توصیفی مربوط به متغیرهای انعطاف‌پذیری شناختی، خستگی شناختی و کمال‌گرایی معلمان ارائه و سپس با کمک نرم افزار AMOS و اجرای معادلات ساختاری به بررسی روابط بین متغیرهای مذکور پرداخته‌ایم.

۴-۱- آمار توصیفی

۴-۱-۱- بررسی جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش

در این بخش جداول فراوانی متناظر با سن، سابقه خدمت، وضعیت تاهل، میزان تحصیلات، منطقه خدمتی، وضعیت تحت درمان، وضعیت مصرف دارو و وضعیت بیماری خاص معلمان شرکت‌کننده در پژوهش ارائه شده‌است. جدول فراوانی وضعیت پاسخ‌دهندگان به پرسش‌نامه از لحاظ سن، بررسی شده‌است.

جدول (۴-۱). فراوانی و درصد فراوانی متناظر با سن آزمودنی‌ها

فراوانی	درصد فراوانی	
۲۰ تا ۳۰ سال	۵	۱/۴
۳۱ تا ۴۰ سال	۶۲	۱۷/۸
۴۱ تا ۵۰ سال	۲۰۶	۵۹
۵۱ تا ۶۰ سال	۷۶	۲۱/۸
مجموع	۳۴۹	۱۰۰

۴-۲- آمار استنباطی

۴-۳- بررسی فرضیه‌های پژوهش

بحث و نتیجه گیری

داده‌های پژوهش بر اساس آزمون تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و نتایج نشان دادند که فرضیه اول "انعطاف‌پذیری شناختی در رابطه بین خستگی شناختی و کمال‌گرایی مثبت معلمان زن مقطع متوسطه دوم مشهد نقش میانجی‌گری ندارد

۵-۱- تبیین فرضیه‌های فرعی

۵-۲- تبیین فرضیه‌های اصلی

۵-۳- محدودیت‌های پژوهش

۵-۴- پیشنهاد‌های پژوهشی

مراجع

- بشارت، م.ع. (۱۳۸۶). ساخت و اعتباریابی مقیاس کمال‌گرایی چند بعدی تهران. پژوهش‌های روانشناختی. ۱ (۲). ۴۹-۶۷.
- بشارت، م.ع.، گرانمایه‌پور، ش. (۱۳۸۹). کمال‌گرایی و سلامت روان. مجله علوم رفتاری و اجتماعی. (۵) ۶۴۷ - ۶۴۳.
- حسینی، س؛ گرام‌پور، م؛ شریفی درآمدی، پ. (۱۳۹۵). مقیاس کمال‌گرایی در افراد با نشانه‌های افسردگی و بدون نشانه‌های افسردگی. دومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های کاربردی در علوم تربیتی و مطالعات رفتاری و آسیب‌های اجتماعی/ایران، تهران، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی.
- حیدری، م؛ اکبرفهمی، م؛ صالحی، م؛ نبوی، س. (۱۳۹۳). بررسی روایی و پایایی نسخه پارسی مقیاس تأثیرخستگی در بیماران مالتیپل اسکلروزیس در کشور ایران. کومش. ۳ (۱۵). ۳۰۱ - ۲۹۵.
- Ackerman, P. L. (2011). 100 years without resting. In P. L. Ackerman (Ed.), *Cognitive fatigue: Multidisciplinary perspectives on current research and future applications*. (pp. 11-43): American Psychological Association.
- Ackerman, P. L., Calderwood, C., & Conklin, E. M. (2012). Task characteristics and fatigue. In G. Matthews, P. A. Desmond, C. Neubauer & P. Hancock (Eds.), *The Handbook of Operator Fatigue* (pp. 91-102). England: Ashgate Publishing.
- Basım, H. N., Begenirbas, M., & Yalcın, R. C. (2013). Effects of Teacher Personalities on Emotional Exhaustion: Mediating Role of Emotional Labor. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(3), 1488-1496.
- Bell, R. K., Polaschek, D. L. (2017). Do high- risk prisoners entering treatment have clinically
- Kanfer, R. (2011). Determinants and consequences of subjective cognitive fatigue. In P. L. Ackerman (Ed.), *Cognitive fatigue: Multidisciplinary perspectives on current research and future applications*. (pp. 189-207): American Psychological Association.

پیوست‌ها

پیوست الف - مقیاس خستگی فیسک (FIS) ۱۹۹۴

Abstract

Teaching teachers is a stressful job and causes many psychological problems in them. Therefore, the purpose of this study was to investigate the pattern of path analysis of the relationship between perfectionism and cognitive fatigue in female high school teachers in Mashhad with the mediation of cognitive flexibility. In this study, correlation test and regression models along with structural equations based on the conceptual model of the research were used to evaluate the hypotheses.

Keywords: Cognitive Fatigue; Perfectionism; Cognitive flexibility; Teachers



General Psychology

**Model of Path analysis of the Relationship between Perfectionism
and Cognitive Fatigue in Female High School Teachers in Mashhad
Mediated by Cognitive Flexibility**

Fateme Salehi

Supervisor

Dr. Sohyla Soltani Asle Haris

Winter 2022