

## پیش بینی کمال گرایی بر اساس شادکامی و سبک های تصمیم گیری دانشجویان

الهام رستمی فرا<sup>۱</sup>، مژگان سپاه منصور<sup>۲</sup> و محمد اورکی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد الکترونیک، ایران.

<sup>۲</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز، ایران.

<sup>۳</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

## چکیده

هدف اصلی این پژوهش پیش بینی کمال گرایی بر اساس شادکامی و سبک های تصمیم گیری دانشجویان می باشد. این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ شیوه اجرا توصیفی و از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری در این پژوهش دانشجویان دانشگاه آزاد واحد الکترونیک تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ بودند که از میان آن ها ۳۲۲ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شد و به مقیاس کمال گرایی (تری شورت و همکاران، ۱۹۹۵)، سبک های تصمیم گیری (اسکات و بروس، ۱۹۹۵) و شادکامی (هیلز و آرگایل، ۲۰۰۲) پاسخ دادند. نتایج جدول ضرایب همبستگی و رگرسیون نشان داد شادکامی دانشجویان با کمال گرایی مثبت رابطه مثبت و معناداری دارد (۰/۴۲۲)، سبک های تصمیم گیری آنی (۰/۸۷۷-)، عقلانی (۰/۷۶۴)، شهودی (۰/۷۲۵)، اجتنابی (۰/۴۵۷-) و وابسته (۰/۶۰۷-) (با کمال گرایی مثبت رابطه معناداری دارند و سبک های تصمیم گیری نیز با شادکامی ارتباط معناداری دارند ولی کمال گرایی منفی با شادکامی و سبک های تصمیم گیری عقلانی و اجتنابی رابطه معناداری ندارد. همچنین می توان عنوان نمود که شادکامی و سبک های تصمیم گیری می توانند پیش بینی کننده ابعاد کمال گرایی در دانشجویان باشند.

واژه های کلیدی: کمال گرایی - شادکامی - سبک های تصمیم گیری - دانشجویان.

## مقدمه

در سال‌های اخیر در ادبیات پژوهشی مشاوره و روان‌درمانی دانشجویان علاقه روزافزونی نسبت به کمال‌گرایی مشاهده می‌شود. مشاوران و روان‌درمان‌گرانی که با دانشجویان سرو کار دارند، به دلیل شیوع بالای کمال‌گرایی در این جمعیت (حدود هفتاد درصد) به وفور با دانشجویان کمال‌گرا و مشکلات ناشی از آن مواجه هستند (گزرگورک و همکاران، ۲۰۰۴). کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است، انگیزه کمال و تاثیر آن بر رفتار انسان در طول تاریخ به صورت همه‌جانبه و گسترده‌ای توسط روانشناسان به ویژه نظریه‌پردازان رویکرد روانکاوی مورد بحث قرار گرفته است (تمیمی، ۱۳۹۶). دیدگاه‌های اولیه، کمال‌گرایی را به عنوان صفتی یک بعدی که در اصل غیر انطباقی و ناکارآمد است، در نظر می‌گرفتند در حالی که دیدگاه‌های اخیر، کمال‌گرایی را به عنوان صفتی چند بعدی با جنبه‌های فردی افزون بر جنبه‌های بین فردی در نظر گرفته‌اند (نامجو و همکاران، ۱۳۹۱). در واقع کمال‌گرایی تمایل به ارزیابی بیش از حد منتقدانه رفتارهای شخصی، اظهار نگرانی مفرط برای اشتباه‌ها و ابهام در خصوص اعمال و باورهاست. افراد کمال‌گرا، ارزش‌هایی قابل توجه را برای انتظارات و ارزیابی‌های والدین خود قرار داده، به طور مفرطی بر ترتیب، سازمان‌دهی و آراستگی تاکید می‌کنند (رهنمای نهومی و پوقوسیان، ۱۳۹۳). کمال‌گرایی، ترکیبی از افکار و رفتارهای مرتبط با استانداردها یا انتظارات بالای مفرط برای عملکرد شخصی بوده، تنظیم اهداف بالا و طاقت فرسا برای خود، می‌تواند نوعی نیروی مثبت یا منفی در زندگی فرد باشد که این موضوع به کمال‌گرایی مثبت یا منفی، منتهی می‌شود (باسیریون<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). نگرانی در مورد اشتباهات هسته اصلی و مرکزی مفهوم کمال‌گرایی است که نزدیک‌ترین ارتباط را با نشانه‌های آسیب روانی دارد (سارولی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۸). تحقیقات در خصوص کمال‌گرایی و عملکرد آکادمیک در دانشجویان مشغول به تحصیل رایج است (استوبر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها نشانگر شیوع بیشتر کمال‌گرایی در دانشجویان نسبت به افراد غیردانشجو هستند (سانتر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸) و نقش کمال‌گرایی را بر بیشتر جنبه‌های زندگی افراد هم‌چون بعد روانی تحصیلی‌شان نشان داده‌اند. فرت<sup>۵</sup> و همکاران (۱۹۸۲) بیان می‌کنند دانشجویان کمال‌گرا به این راضی نمی‌شوند که فقط کارشان را بهتر و حتی موفق‌تر از دیگر هم‌رتبه‌های خود انجام دهند، آن‌ها در صورتی راضی می‌شوند که کاری کامل صورت نگیرد که هیچ‌گونه خدشه یا ضعفی به نتیجه وارد نشود. نتایج تحقیق کووی<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، نشان داد کمال‌گرایی دگر محور و خود ارتقایی کمال‌گرا به‌طور منفی با دشواری‌های آکادمیک خاص مرتبط هستند. در عصر حاضر دانشجویان از جمله اعضای مهم و تأثیرگذار جوامع به‌شمار می‌روند. از جمله مسایل مهم توجه به بهداشت جسم و روان این قشر می‌باشد. یکی از ویژگی‌های شخصیتی افراد مختلف شادکامی است که با همراه سایر مؤلفه‌ها می‌تواند در زمینه غلبه بر استرس‌ها و فشارهای ناشی از جنبه‌های مختلف زندگی مدد رسان باشد (دینر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷). از جمله عواملی که بر کمال‌گرایی تاثیر مستقیمی دارد، شادکامی و شیوه تصمیم‌گیری دانشجویان است (تمیمی، ۱۳۹۶). زندگی تحصیلی یکی از مهم‌ترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تأثیر فراوان دارد. یکی از مسائل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی هر کشور، مسأله‌ی شادی محصلین با توجه به مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی و اقتصادی آن کشور است (رمضانیان و همکاران، ۱۳۹۰). شادکامی، اساسی‌ترین نیاز سلامت روانی انسان‌ها محسوب می‌شود. احساس شادکامی یک حالت عاطفی خوب و خوشایندی است که با تجاربی همانند خوشی، رضایت‌مندی از زندگی، تندرستی، امنیت و خشنودی همراه است. فرد شادکام احساس خوبی دارد؛ از فعالیت‌های زندگی خود لذت می‌برد؛ دنیای درونش آرام است؛ ضعف‌های خود را می‌پذیرد و در مقابل مشکلات باثبات است. به‌علاوه شادکامی اشتیاق انسان را به انجام فعالیت‌ها و تعاملات

Basirion Z,  
 Sassaroli, RomeroLauro, Ruggiero, Mauri, Vinai, Frost  
 Stoerber,  
 Canter  
 Fort venglr & kuhnert  
 Cowie  
 Diener

اجتماعی تسهیل می‌کند (براتی و همکاران، ۱۳۹۴). شادکامی به‌عنوان مجموعه‌ای از عواطف و ارزیابی‌شناختی از زندگی تعریف می‌شود و درجه‌ای از کیفیت زندگی افراد تلقی می‌گردد (دیوید<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). شادکامی دارای سه جزء اساسی است که عبارت‌اند از هیجان‌ات مثبت، رضایت در زندگی و فقدان عواطف منفی، روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصی و دوست داشتن دیگران نیز از دیگر اجزای شادکامی هستند (حسن دوست و همکاران، ۱۳۹۵). به عقیده رایجین شادکامی نتیجه عوامل خارجی و محیطی است که سهم بیشتری از وراثت دارد (تمیمی، ۱۳۹۶). شادکامی ذهنی عبارت است از ارزیابی شناختی و هیجانی فرد از زندگی اش این ارزیابی از یک سو واکنش‌های هیجانی به حوادث و از سویی دیگر قضاوت‌های شناختی در مورد رضایت و به سرانجام رساندن وظیفه را در بر می‌گیرد؛ بنابراین شادکامی ذهنی مفهوم وسیعی است که تجربه هیجان‌های مطلوب، سطوح پایین هیجان‌های منفی و رضایت بالا از زندگی را در بر می‌گیرد (استورات<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۰).

مبنای بسیاری از تصمیمات ما رفتار خود ماست؛ بنابراین لازم است که هرکسی مهارت‌های حل مسئله و تصمیم‌گیری را برای رویارویی با مسائل مختلف در جهان امروز بداند، تصمیم‌گیری نقش گسترده‌ای در زندگی آدمی دارد (ادیار<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷). تصمیم‌گیری، فرآیندهای شناختی زیادی مانند اطلاعات و پردازش آن‌ها، حل مسئله، قضاوت، حافظه و یادگیری را به خدمت می‌گیرد. میلر<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۰۱) تصمیم‌گیری را به‌عنوان فرآیند انتخاب، بین شقوق متفاوت برای رسیدن به هدف خاصی تعریف می‌کنند. تصمیم‌گیری همچنین انتخاب یک راهکار از میان گزینه‌های مختلف نیز دانسته می‌شود و بر طبق این تعریف هسته مرکزی برنامه ریزی نامیده می‌شود. سبک تصمیم‌گیری، الگوی فردی تفسیر و پاسخ به تکالیف تصمیم‌گیری است. به واسطه این سبک‌ها است که درک تصمیم‌های متفاوت افراد در موقعیت‌های یکسان امکان‌پذیر می‌شود. هارن<sup>۵</sup> (۱۹۷۹) سه سبک منطقی، وابسته<sup>۶</sup> و شهودی<sup>۷</sup> را پیشنهاد داد و سپس فلیپیس<sup>۸</sup> و همکاران سبک اجتنابی، اسکات و بروس<sup>۹</sup> (۱۹۹۵) سبک آنی<sup>۱۰</sup> را به سبک‌های قبلی افزودند (به نقل از آهنجیان و عسوردی، ۱۳۹۴). سبک تصمیم‌گیری منطقی، بیانگر تمایل گیرنده به شناسایی تمامی راهکارهای ممکن، ارزیابی نتایج هر راهکار از تمامی جنبه‌ها و در نهایت انتخاب راهکار بهینه و مطلوب در هنگام مواجهه با شرایط تصمیم‌گیری است. سبک تصمیم‌گیری وابسته، بیانگر عدم استقلال فکری تصمیم‌گیرنده در عمل و تکیه بر حمایت‌ها و راهنمایی‌های دیگران در هنگام اتخاذ تصمیم است. در سبک تصمیم‌گیری اجتنابی، فرد لزوم تصمیم‌گیری را انکار می‌کند و یا امیدوار است که همه چیز خود به خود درست شود و یا به تکنیک‌های به تاخیر انداختن مانند امروز و فردا کردن متوسل می‌شود (هابلمیتگلو<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۸). در سبک تصمیم‌گیری شهودی، مبنای انتخاب فرد آن است که احساس وی، چه چیز را درست می‌داند. در این سبک تاکید بر حس درونی است و ملاک نهایی این است که فرد چه حس می‌کند، نه اینکه چه فکر می‌کند (بایکو<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۹). سبک تصمیم‌گیری آنی، توسط اسکات و بروس در مطالعه‌ای که به منظور طراحی ابزار بررسی سبک‌های تصمیم‌گیری انجام شد، آشکار گردید و به

<sup>1</sup> David, Boniwell & Ayers

<sup>2</sup> Stewart

<sup>3</sup> Adair

<sup>4</sup> Miller

<sup>5</sup> Harren

<sup>6</sup> Rational

<sup>7</sup> Dependent

<sup>8</sup> Intuitive

<sup>9</sup> Philips

<sup>10</sup> Avoidant 0

<sup>11</sup> Scott SG, Bruce RA. 1

<sup>12</sup> Spontaneous 2

Hablemitoglu 3

Baiocco 4

اخذ تصمیمات آنی و بی مقدمه، بلافاصله در لحظه مواجه شدن به با مسئله، اشاره دارد. برخی از مطالعات، وجود رابطه مثبت بین کمال‌گرایی و تصمیم‌گیری را آشکار ساخته‌اند (استور، ۲۰۱۲). باین<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۵) گزارش داد که افراد نوروپیک معمولاً در موقعیت‌های فشارزا نمی‌توانند تصمیم بگیرند یا تصمیم‌های مخربی می‌گیرند؛ اما در زمانی که فشار اجتماعی وجود ندارد، چنین ارتباطی مشخص نیست. هم‌چنین توافق نیز به طور منفی با تصمیم‌گیری رابطه دارد. شخصیت می‌تواند شایستگی در نحوه تصمیم‌گیری را پیش‌بینی کند (دبری<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). لذا بررسی سبک‌های تصمیم‌گیری افراد از اهمیت زیادی برخوردار است. هم‌چنین نتایج تحقیقات هوپ و فوجیشیرو<sup>۳</sup> (۲۰۱۵) نشان دهنده اهمیت سبک تصمیم‌گیری در بحران‌های مربوط به زندگی است. نتایج تحقیق بهادری و باباپور (۱۳۹۱)، نشان داد که شادکامی با کمال‌گرایی مثبت رابطه مثبت و با کمال‌گرایی منفی رابطه منفی دارد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که به کارگیری مهارت تصمیم‌گیری، سبب می‌شود تا آثاری همچون آرامش درونی، جلوگیری از اشتباه و لغزش و مصونیت از پشیمانی، شایستگی پیدا کردن برای مدیریت و ریاست و افزایش بهره‌وری، نمود پیدا کند که همگی در بالا بردن سطح شادکامی جامعه و افراد نقش بسزایی دارند (خوش‌نیت و صیادی، ۱۳۹۵). لذا انجام تحقیقاتی که به بررسی شادکامی و سبک‌های تصمیم‌گیری افراد بپردازد از اهمیت زیادی برخوردار است، چرا که این متغیرها، ابعاد مختلف زندگی انسانی را تحت الشعاع قرار می‌دهند.

بنابراین سؤال اصلی تحقیق عبارتست از اینکه آیا کمال‌گرایی بر اساس شادکامی و سبک‌های تصمیم‌گیری در دانشجویان پیش‌بینی می‌شود؟

## روش پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، کاربردی و روش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری کلیه دانشجویان علوم انسانی و علوم پایه دانشگاه آزاد واحد الکترونیک تهران سال تحصیلی ۹۷-۹۶ بودند، که تعداد آن‌ها ۲۰۰۰ نفر بود (۱۱۱۰ نفر دختر و ۸۹۰ نفر پسر) (۸۹۰ نفر) با روش نمونه‌گیری در دسترس و استفاده از جدول مورگان تعداد نمونه برابر با ۳۲۲ نفر برآورد شد و تعداد ۱۸۱ پرسشنامه بین دختران و ۱۴۱ پرسشنامه بین دانشجویان پسر توزیع شد. که در نهایت تعداد ۳۰۸ پرسشنامه برگشت داده شد.

## ابزار پژوهش

پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۴</sup> این پرسشنامه توسط هیلز و آرگایل<sup>۵</sup> در سال ۲۰۰۲ به منظور سنجش شادکامی طراحی شد. این پرسشنامه دارای ۲۹ آیتم می‌باشد. روش نمره‌گذاری در این پرسشنامه بر اساس طیف ۴ گزینه‌ای لیکرت می‌باشد که به صورت (اصلاً = ۱ تا همیشه = ۴) می‌باشد. هیلز و آرگایل (۲۰۰۲) ضریب پایایی پرسش‌نامه را ۰/۹۱ و همبستگی درونی گویه‌ها را ۰/۶۵ گزارش کرده‌اند. پژوهش‌گران این پرسش‌نامه را در ایران مورد استفاده قرار داده‌اند و شواهد قابل قبولی از روایی و پایایی آن ارائه شده است. هادی‌نژاد و زارعی (۱۳۸۸) در پژوهش خود این پرسش‌نامه را بر روی دانش‌آموزان دبیرستانی هنجاریابی کردند و علاوه بر بررسی روایی محتوایی و روایی همگرا و واگرای این پرسشنامه با پنج عامل بزرگ شخصیت، پایایی بازآزمایی (با فاصله زمانی ۴ هفته) آن را برابر با ۰/۷۸ و آلفای کرونباخ آن را برابر با ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند. ثابت و لطفی‌کاشانی (۱۳۸۹) نیز شواهدی از روایی سازه این پرسشنامه ارائه کرده و ضریب آلفای کرونباخ آن را برای گروه پسران با ۰/۸۸ و برای گروه دختران برابر با ۰/۹۱ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر اعتبار پرسشنامه، به کمک آزمون آلفای

<sup>1</sup> Stoeber, J

<sup>2</sup> Byrne

<sup>3</sup> Dewberry

<sup>4</sup> Hoppe & Fujishiro

<sup>5</sup> Psychological Well-being Inventory (OHI)

<sup>6</sup> Hills, P., & Argyle, M.

کرونباخ و توزیع ۳۰ پرسشنامه بین اعضای نمونه مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد که آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه، در این پژوهش برابر با ۰/۸۷ می باشد.

پرسشنامه سبک تصمیم‌گیری اسکات و بروس<sup>۱</sup> این پرسشنامه توسط اسکات و بروس در سال ۱۹۹۵ به منظور سنجش سبک‌های تصمیم‌گیری طراحی شد. این پرسشنامه دارای ۲۵ آیتم می باشد. همچنین این پرسشنامه پنج بُعد مختلف عقلانی، شهودی، وابسته، اجتنابی و آنی را اندازه‌گیری می کند. در این پرسشنامه، سبک اجتنابی شامل سؤال‌های ۶، ۱۴، ۱۹، ۲۱، ۲۳، سبک شهودی شامل سؤال‌های ۱، ۳، ۱۲، ۱۶، ۱۷، سبک عقلانی شامل سؤال‌های ۴، ۷، ۱۱، ۱۳، ۲۵، سبک وابسته شامل سؤال‌های ۲، ۵، ۱۰، ۱۸، ۲۲ و سبک آنی شامل سؤال‌های ۸، ۹، ۱۵، ۲۰، ۲۴ می شود. روش نمره‌گذاری در این پرسشنامه بر اساس طیف ۵ گزینه‌ای لیکرت می باشد که به صورت (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) می باشد. اسپایسر و اسمیت<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، اعتبار و روایی این پرسشنامه را در حد بالا گزارش کردند. آنان اعتبار صوری و محتوایی پرسشنامه را بین ۰/۹۵/۶۸-۰/۱۰، روایی درونی آن را بین ۰/۸۷-۰/۶۷ و روایی تکرار آزمون را بین ۰/۸۵-۰/۶۷ ارزیابی نمودند. اسکات و بروس هر یک از خرده‌مقیاس‌ها را نیز اعتباریابی کرده‌اند. روایی درونی آن برای خرده‌مقیاس عقلانی ۰/۸۵-۰/۷۷، برای خرده‌مقیاس شهودی ۰/۷۷-۰/۸۴، برای اجتنابی ۰/۹۳-۰/۹۴، برای وابسته ۰/۶۸-۰/۸۶ و برای خرده‌مقیاس آنی ۰/۸۷ برآورد کردند. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه هادی‌زاده مقدم و تهرانی (۱۳۸۸) ۰/۷۱ بود. زارع و اعراب پشیبانی (۱۳۹۱) در بررسی همسانی درونی این پرسشنامه نشان دادند که تمام ۲۳ گزاره این مقیاس با نمره کل همبستگی بالایی داشتند. آن‌ها همچنین مقدار پایایی پرسشنامه را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۵ به دست آوردند. در پژوهش حاضر اعتبار پرسشنامه، به کمک آزمون آلفای کرونباخ و توزیع ۳۰ پرسشنامه بین اعضای نمونه مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد که آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه، در این پژوهش برابر با ۰/۷۴ می باشد.

پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی<sup>۳</sup> این پرسشنامه توسط تری-شورت<sup>۴</sup> و همکاران در سال ۱۹۹۵ به منظور سنجش کمال‌گرایی طراحی شد. این پرسشنامه دارای ۴۰ آیتم می باشد. همچنین این پرسشنامه دو بُعد مختلف کمال‌گرایی مثبت و کمال‌گرایی منفی را اندازه‌گیری می کند. در این پرسشنامه، کمال‌گرایی مثبت شامل سؤال‌های ۲، ۳، ۹، ۶، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۲، ۳۴، ۳۵، ۳۷، ۴۰ و کمال‌گرایی منفی نیز شامل سؤالات ۱، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۶، ۲۷، ۳۱، ۳۳، ۳۶، ۳۸، ۳۹ می باشند. روش نمره‌گذاری در این پرسشنامه بر اساس طیف ۵ گزینه‌ای لیکرت می باشد که به صورت (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) می باشد. ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های کمال‌گرایی مثبت و منفی توسط تری شورت (۱۹۹۵)، به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش شده است. بشارت (۱۳۸۳) آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس مثبت و منفی را به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۷ ذکر نموده است. در پژوهش حاضر اعتبار پرسشنامه، به کمک آزمون آلفای کرونباخ و توزیع ۳۰ پرسشنامه بین اعضای نمونه مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد که آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه و برای معیار کمال‌گرایی مثبت ۰/۸۴ و برای بعد کمال‌گرایی منفی برابر با ۰/۸۷ به دست آمد.

روش اجرا

در این تحقیق ابتدا از سوی ریاست دانشگاه آزاد الکترونیکی واحد تهران، مجوز انجام پژوهش اخذ شد. پس از آن پرسشنامه‌های شادکامی، سبک‌های تصمیم‌گیری و کمال‌گرایی، به کمک استاد راهنما در یک فرم طراحی گردید و بعد از آن، پرسشنامه‌ها بین دانشجویان علوم انسانی و علوم پایه در دانشگاه آزاد الکترونیکی واحد تهران توزیع گردید. جهت بررسی فرضیه‌های تحقیق از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون و نرم افزار SPSS<sup>۵</sup> استفاده شد.

<sup>۱</sup> Decision Making Styles Questionnaire (DMSQ)

<sup>۲</sup> Decision Making Styles Questionnaire (DMSQ)

<sup>۳</sup> Spicer & Smith

<sup>۴</sup> Perfectionism Scale Positive and Negative

<sup>۵</sup> Terry-short

### یافته ها

با توجه نتایج ۴۵ درصد پاسخگویان، دانشجوی پسر و ۵۵ درصد دانشجوی دختر بودند. ۱۶٪ پاسخگویان، بین ۲۰ تا ۲۵ سال، ۲۵ درصد آن‌ها بین ۲۵ تا ۳۰ سال و ۴۳ درصد بین ۳۰ تا ۳۵ سال و ۱۲ درصد نیز بالاتر از ۳۵ سال سن داشتند.

### جدول شماره ۱: آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

تصمیم گیری وابسته	تصمیم گیری اجتنابی	تصمیم گیری شهودی	تصمیم گیری عقلانی	تصمیم گیری آنی	شادکامی	کمال گرایی منفی	کمال گرایی مثبت	آماره کلموگروف اسمیرنوف
۰/۰۹۱	۰/۱۰۸	۰/۰۸۳	۰/۱۰۹	۰/۰۸۵	۰/۰۹۱	۰/۰۵۵	۰/۰۴۷	
۰/۰۹۹	۰/۰۸۳	۰/۱۲۸	۰/۰۸۰	۰/۱۱۱	۰/۰۹۸	۰/۲۰۰	۰/۲۰۰	سطح معناداری

نتایج نشان می‌دهد که توزیع داده‌ها در تمامی متغیرهای پژوهش نرمال است. چرا که با توجه به نتایج، سطح معناداری برای تمام متغیرها از ۰/۰۵ بیشتر است.

### جدول شماره ۲: مانرینس همبستگی متغیرهای پژوهش

کمال گرایی منفی	کمال گرایی مثبت	شادکامی	تصمیم گیری عقلانی	تصمیم گیری آنی	تصمیم گیری شهودی	تصمیم گیری اجتنابی	تصمیم گیری وابسته	ضریب همبستگی	کمال گرایی
۱	-۰/۸۲۲**	-۰/۰۲۲	۰/۷۶۴**	۰/۰۱۳	-۰/۴۲۳**	۰/۰۱۳	۰/۲۲۲**	کمال گرایی منفی	
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۷۳۳	۰/۰۰۰	۰/۸۳۹	۰/۰۰۰	۰/۸۴۲	۰/۰۰۱	سطح معناداری	
۱	-۰/۸۲۲	۰/۴۲۲**	-۰/۸۷۷**	۰/۵۱۳**	۰/۷۲۵**	-۰/۴۵۷**	-۰/۶۰۷**	کمال گرایی مثبت	
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری	
۰/۰۲۲	۰/۴۴۲**	۱	-۰/۴۵۵**	۰/۸۴۴**	۰/۷۱۵**	-۰/۸۶۴**	-۰/۸۳۰**	شادکامی	
۰/۷۳۳	۰/۰۰۰	۰/۷۳۳	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری	
۰/۷۶۴**	-۰/۸۷۷**	-۰/۴۵۵**	۱	-۰/۴۸۰**	-۰/۶۸۶**	۰/۴۶۰**	۰/۶۰۵**	سبک تصمیم گیری آنی	
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری	
-۰/۰۱۳	۰/۵۱۳**	۰/۸۴۴**	-۰/۴۸۰**	۱	۰/۷۵۱**	-۰/۸۶۴**	-۰/۸۲۴**	سبک تصمیم گیری عقلانی	
۰/۸۳۹	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۸۳۹	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری	
-۰/۴۲۳**	۰/۷۲۵**	۰/۷۱۵**	-۰/۶۸۶**	۰/۷۵۱**	۱	-۰/۷۱۶**	-۰/۸۱۴**	سبک تصمیم گیری	

تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	شادکامی	کمال	کمال		
تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم	تصمیم
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی
گرای منفی	گرای مثبت	گرای عقلانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی	گرای هیجانی

با توجه به جدول بالا در مورد متغیر اول (کمال گرای منفی) می توان نتیجه گرفت که با کمال گرای مثبت رابطه معکوس و معناداری دارد (-۰/۸۲۲)، با شادکامی رابطه معناداری ندارد (p-value=۰/۷۲۳). با تصمیم گیری آنی دارای رابطه مستقیم و معنادار است (۰/۷۶۴)، با تصمیم گیری عقلانی رابطه معناداری ندارد (p-value=۰/۸۳۹). با تصمیم گیری شهودی رابطه معکوس و معناداری دارد (-۰/۴۲۳). با تصمیم گیری اجتنابی رابطه معناداری ندارد (p-value=۰/۸۴۲) و با تصمیم گیری وابسته رابطه مثبت و معناداری دارد (۰/۲۲۲).

کمال گرای مثبت با تمام متغیرهای پژوهش رابطه معناداری دارد به طوری که با متغیرهای کمال گرای منفی (-۰/۸۲۲)، تصمیم گیری آنی (-۰/۸۷۷)، تصمیم گیری اجتنابی (-۰/۴۵۷) و تصمیم گیری وابسته (-۰/۶۰۷) رابطه معکوس و با متغیرهای شادکامی (۰/۴۲۲)، تصمیم گیری عقلانی (۰/۵۱۳) و تصمیم گیری شهودی (۰/۷۲۵) رابطه مثبت و هم سو دارد. شادکامی با متغیر کمال گرای منفی (p-value=۰/۷۳۳) رابطه معناداری ندارد ولی با سایر متغیرهای پژوهش رابطه معناداری دارد که به ترتیب عبارتند از: کمال گرای مثبت (۰/۴۲۲)، تصمیم گیری آنی (-۰/۴۵۵)، تصمیم گیری عقلانی (۰/۸۴۴)، تصمیم گیری شهودی (۰/۷۱۵)، تصمیم گیری اجتنابی (-۰/۸۶۴) و تصمیم گیری وابسته (-۰/۸۳۰). تصمیم گیری آنی با تمامی متغیرهای پژوهش رابطه معناداری دارد به طوری که با متغیرهای کمال گرای مثبت (-۰/۸۷۷)، شادکامی (-۰/۴۵۵)، تصمیم گیری عقلانی (-۰/۴۸۰) و تصمیم گیری شهودی (-۰/۶۸۶) رابطه معکوس و با متغیرهای کمال گرای منفی (۰/۷۶۴)، تصمیم گیری اجتنابی (۰/۴۶۰) و تصمیم گیری وابسته (۰/۶۰۵) رابطه مثبت دارد. تصمیم گیری عقلانی نیز با تمام متغیرهای پژوهش به غیر از کمال گرای منفی (p-value=۰/۸۳۹) رابطه معناداری دارد و سطح رابطه تصمیم گیری عقلانی با سایر متغیرهای تحقیق به ترتیب عبارتست از: تصمیم گیری آنی (-۰/۴۸۰)، تصمیم گیری اجتنابی (-۰/۸۶۴)، تصمیم گیری وابسته (-۰/۸۲۴)، کمال گرای مثبت (۰/۵۱۳)، شادکامی (۰/۸۴۴) و تصمیم گیری شهودی (۰/۷۵۱).

تصمیم گیری شهودی با تمامی متغیرهای پژوهش رابطه معناداری دارد ولی با متغیرهای کمال گرای منفی (-۰/۴۲۳)، تصمیم گیری آنی (-۰/۶۸۶)، تصمیم گیری اجتنابی (-۰/۷۱۶) و تصمیم گیری وابسته (-۰/۸۱۴) رابطه معکوس و با متغیرهای کمال گرای مثبت (۰/۷۲۵)، شادکامی (۰/۷۱۵) و تصمیم گیری عقلانی (۰/۷۵۱) رابطه مثبت دارد. همچنین نتایج جدول همبستگی نشان می دهد سبک تصمیم گیری اجتنابی با کمال گرای منفی رابطه معناداری ندارد (p-value=۰/۸۴۲). ولی با کمال گرای مثبت (۰/۴۵۷)، شادکامی (-۰/۸۶۴)، تصمیم گیری عقلانی (-۰/۴۶۸۶۴۰) و

تصمیم گیری شهودی (-۰/۷۱۶) رابطه معکوس و با متغیرهای تصمیم گیری آنی (۰/۴۶۰) و تصمیم گیری وابسته (۰/۸۶۴) رابطه مثبت دارد.

و در نهایت سبک تصمیم گیری وابسته با تمامی متغیرهای پژوهش رابطه معناداری دارد به طوری که با متغیرهای کمال گرایی مثبت (۰/۶۰۷)، شادکامی (-۰/۸۳۰)، تصمیم گیری عقلانی (-۰/۸۲۴) و تصمیم گیری شهودی (-۰/۸۱۴) رابطه معکوس و با متغیرهای کمال گرایی منفی (۰/۲۲۲)، تصمیم گیری آنی (۰/۶۰۵) و تصمیم گیری اجتنابی (۰/۸۶۴) رابطه مثبت دارد.

### جدول ۳: ضرایب رگرسیونی

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		خطای استاندارد	بتا	
۰/۰۰۰	۱۳/۳۳۷	۲/۹۳۵	۳۹/۱۴۸	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۷/۹۳۳	۰/۴۴۲	۰/۲۵۶	شادکامی
۰/۰۰۰	۱۵/۷۸۲	۳/۷۷۹	۵۹/۶۴۷	ضریب ثابت
۰/۷۳۳	-۰/۳۴۲	-۰/۰۲۲	-۰/۰۱۴	شادکامی
۰/۰۰۰	۶۰/۴۶۰	۱/۹۰۴	۱۱۵/۱۱۱	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۲۹/۰۱۸	-۰/۸۷۷	-۳/۶۳۰	تصمیم گیری آنی
۰/۰۰۰	۱۵/۸۰۱	۲/۴۶۸	۳۸/۹۹۳	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۹/۶۲۳	۰/۵۱۳	۱/۵۱۹	تصمیم گیری عقلانی
۰/۰۰۰	۷/۲۸۷	۲/۶۰۸	۱۹/۰۰۷	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۱۶/۶۹۹	۰/۷۲۵	۲/۷۲۸	تصمیم گیری شهودی
۰/۰۰۰	۲۸/۶۸۸	۲/۹۳۳	۸۴/۱۵۳	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۸/۱۳۶	-۰/۴۵۷	-۱/۵۱۶	تصمیم گیری اجتنابی
۰/۰۰۰	۳۲/۸۲۹	۲/۹۱۰	۹۵/۵۳۱	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۱۲/۱۰۳	-۰/۶۰۷	-۲/۲۴۰	تصمیم گیری اجتنابی
۰/۱۷۱	۱/۳۷۴	۳/۰۲۶	۴/۱۵۶	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۱۸/۴۱۳	۰/۷۶۴	۳/۶۱۹	تصمیم گیری آنی
۰/۰۰۰	۱۷/۵۰۲	۳/۳۶۴	۵۸/۸۸۵	ضریب ثابت
۰/۸۳۹	-۰/۲۰۳	-۰/۰۱۳	-۰/۰۴۴	تصمیم گیری عقلانی
۰/۰۰۰	۲۱/۹۵۰	۳/۹۲۰	۸۶/۰۳۸	ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۷/۲۵۶	-۰/۴۲۳	-۱/۷۸۸	تصمیم گیری شهودی
۰/۰۰۰	۱۴/۷۰۱	۳/۹۲۸	۵۷/۷۴۷	ضریب ثابت

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		مدل
		خطای استاندارد	بتا	خطای استاندارد	بتا	
۰/۸۴۲	۰/۲۰۰	۰/۲۴۸	۰/۰۱۳	۰/۰۵۰	۰/۰۵۰	تصمیم گیری اجتنابی
۰/۰۰۰		۴/۲۳۹		۴۳/۹۲۶		ضریب ثابت
۰/۰۰۱	۳/۵۰۹	۰/۲۶۸	۰/۲۲۲	۰/۹۴۱	۰/۹۴۱	تصمیم گیری وابسته
۰/۰۰۰	۲۴/۲۴۷	۵/۵۸۹		۱۳۵/۵۱۵		ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۸/۷۱۶	۰/۳۶۹	-۰/۴۵۵	-۳/۲۱۴	-۳/۲۱۴	تصمیم گیری آنی
۰/۰۰۰	۳/۳۵۹	۲/۵۰۴		۲۳/۴۳۴		ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۲۷/۱۶۶	۰/۱۵۹	۰/۸۴۴	۴/۳۲۳	۴/۳۲۳	تصمیم گیری عقلانی
۰/۰۰۰	۳/۶۸۳	۴/۳۲۱		۱۵/۹۱۲		ضریب ثابت
۰/۰۰۰	۱۷/۱۳۷	۰/۲۷۰	۰/۷۱۵	۴/۶۲۰	۴/۶۲۰	تصمیم گیری شهودی
۰/۰۰۰	۶۱/۹۴۵	۲/۶۰۲		۱۶۱/۲۱۰		ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۲۹/۳۵۲	۰/۱۶۷	-۰/۸۶۴	-۴/۹۰۲	-۴/۹۰۲	تصمیم گیری اجتنابی
۰/۰۰۰	۵۰/۵۵۲	۳/۳۲۶		۱۶۸/۱۳۶		ضریب ثابت
۰/۰۰۰	-۲۴/۹۱۷	۰/۲۱۴	-۰/۸۳۰	-۵/۳۳۱	-۵/۳۳۱	تصمیم گیری وابسته
۰/۰۰۰	۹/۳۰۹	۸/۵۹۱		۷۹/۹۷۸		ضریب ثابت
۰/۳۸۵	-۰/۸۷۰	۰/۰۳۷	-۰/۰۵۶	-۰/۰۳۲	-۰/۰۳۲	شادکامی
۰/۰۰۰	-۱۷/۹۴۷	۰/۱۶۴	-۰/۷۱۰	-۲/۹۳۷	-۲/۹۳۷	تصمیم گیری آنی
۰/۳۱۶	۱/۰۰۵	۰/۱۹۵	۰/۰۶۶	۰/۱۹۶	۰/۱۹۶	تصمیم گیری عقلانی
۰/۰۰۰	۵/۷۰۷	۰/۲۱۳	۰/۳۲۲	۱/۲۱۵	۱/۲۱۵	تصمیم گیری شهودی
۰/۰۴۱	-۲/۰۵۳	۰/۲۴۰	-۱/۵۰	-۰/۴۹۳	-۰/۴۹۳	تصمیم گیری اجتنابی
۷۰۲	-۰/۳۸۴	۰/۲۷۵	-۰/۰۲۹	-۰/۱۰۵	-۰/۱۰۵	تصمیم گیری وابسته
۰/۴۶۹	۰/۷۲۵	۱۰/۸۲۸		۷/۸۵۵		ضریب ثابت
۰/۵۶۴	۰/۵۷۸	۰/۰۴۶	۰/۰۴۱	۰/۰۲۶	۰/۰۲۶	شادکامی
۰/۰۰۰	۱۹/۸۹۵	۰/۲۰۶	۰/۸۵۸	۴/۱۰۸	۴/۱۰۸	تصمیم گیری آنی
۰/۰۰۰	-۶/۷۴۸	۰/۲۴۱	-۰/۴۸۱	-۱/۶۲۷	-۱/۶۲۷	تصمیم گیری عقلانی
۰/۰۰۰	-۵/۹۲۷	۰/۲۷۱	-۰/۳۷۵	-۱/۶۰۴	-۱/۶۰۴	تصمیم گیری شهودی
۰/۰۲۸	۲/۲۱۵	۰/۳۰۱	۰/۱۷۵	۰/۶۶۷	۰/۶۶۷	تصمیم گیری اجتنابی

پنجم (۲)

مدل	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		سطح معناداری
	بتا	خطای استاندارد	بتا	t	
تصمیم گیری وابسته	۰/۱۳۰	۰/۳۴۲	۰/۰۳۱	۰/۳۸۰	۰/۷۰۴

### بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان داد بین شادکامی و کمال گرایی در میان دانشجویان رابطه وجود دارد. نتایج به دست آمده از این پژوهش در زمینه کمال گرایی مثبت همسو با نتایج به دست آمده از پژوهش تیمیمی (۱۳۹۶)، نامجو و همکاران (۱۳۹۱)، بهادری و باباپور (۱۳۹۱) میباشد. در واقع در کمال گرایی مثبت، فرد می تواند با ایده آل گرایی درست و بجا و بر اساس تجارب بدست آمده، احساسات مثبتی در خود شکل دهد و به نتایج خوشایندی نیز دست یابد. بنابراین شادکامی در میان دانشجویان می تواند منجر به بروز ایده های کمال گرایانه مثبت و در نهایت رشد این ایده ها شود. همان طور که مایرز (۲۰۰۲) نیز عنوان نمود، افرادی که از شادکامی مناسب برخوردار نمی باشند بیشتر مبتلا به افسردگی، اضطراب و پیامدهای ناشی از آن بوده و در آن ها رفتارهای نابهنجار اجتماعی بیشتر دیده شده و از امید به زندگی کمتری برخوردارند. شادکامی با کمال گرایی منفی در میان دانشجویان رابطه معناداری ندارد. نتایج به دست آمده از این فرضیه ناهمسو با نتایج به دست آمده از تحقیق تیمیمی (۱۳۹۶)، نامجو و همکاران (۱۳۹۱) و بهادری و باباپور (۱۳۹۱) می باشد. در کمال گرایی منفی، فرد به دنبال بی نقص و کامل بودن در همه زمینه ها بوده و بیش از حد نگران ارزیابی و قضاوت های منفی دیگران است و با نادیده گرفتن خود واقعی خویش و آرمانی کردن افراطی آن در نظر خود و دیگران، به طرق مختلف تحت استرس و فشار روانی قرار می گیرد. چنین فردی ممکن است با بسیاری از مشکلات روانی چون اضطراب، افسردگی، بدخلقی، افکار خودکشی و... و یا مشکلات جسمانی مثل ضعف سیستم ایمنی، بیماری های قلبی و عروقی، کلیوی، کبدی و... دست و پنجه نرم کند. لذا می توان عنوان نمود که شادکامی در فرد نمی تواند رشد دهنده و تقویت کننده کمال گرایی از نوع منفی در دانشجویان باشد. دلیل ناهمسوئی نتایج به دست آمده از این فرضیه با تحقیقات پیشین و نظرات سایر محققین، می تواند جامعه مورد بررسی در این تحقیق باشد، همچنین دوره زمانی و عوامل اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی می تواند بر تغییر نتایج تاثیر گذار باشد و افراد با تاثیر از عوامل اجتماعی، سیاسی و... می توانند برای خود سطح کمال گرایی را تعریف نمایند.

نتایج بررسی ها نشان داد که سبک های تصمیم گیری آنی، اجتنابی و وابسته با کمال گرایی مثبت رابطه معکوس و معناداری و سبک تصمیم گیری عقلانی و شهودی با کمال گرایی مثبت رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج به دست آمده از این فرضیه، همسو با نتایج به دست آمده از پایان نامه قاسمی همامی (۱۳۹۳) می باشد. در تبیین این نتایج می توان گفت با توجه به این که تصمیم گیری آنی، بدون فکر درست و منطقی ایجاد می شود، می توان نتیجه گرفت که باعث تضعیف کمال گرایی از نوع مثبت در فرد می شود و به شدت از احساس کمال گرایی مثبت فرد کاسته می شود. همچنین پارکر و همکاران (۲۰۰۷)، عنوان نمودند احساس اضطراب تصمیم گیرنده و تمایل به اخذ تصمیم نهایی در کمترین زمان ممکن باعث می شود که فرد از حصول نتایج احساس آن چنان مطلوبی نداشته باشد. در سبک تصمیم گیری اجتنابی، فرد برای تصمیم گیری هدف مشخصی ندارد و به طور عمدی تصمیم گیری و حصول نتیجه را به آینده موکول می نماید و این اتفاق باعث می شود فرد احساس شادمانی و خوشحالی از اتفاقات پیش رو نداشته باشد و نتواند انتقادات و اظهار نظرهای دیگران را بپذیرد و همچنین

شنوای پیشنهادات و نظرات دیگران به منظور اخذ نتیجه و تصمیم نهایی در مورد کار خود نمی باشد. پارکر<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۷)، بیان می کند افراد در این سبک تصمیم گیری تا حد ممکن تصمیم گیری خود را به تعویق می اندازد و از هر واکنشی نسبت به مسأله طفره می روند به نوعی که تمایل به اجتناب از هرگونه تصمیم گیری و دوری از موقعیت های تصمیم گیری دارند. در سبک تصمیم گیری وابسته فرد به شانس رو آورده و تمامی احوال و حالات زندگی خود را به شانس وابسته می داند. بنابراین می توان عنوان نمود این فرد در هنگامی که تصمیمی را بر اساس شانس و اقبال اخذ می نماید، احساس شادمانی دارد ولی تا حصول نتیجه و چه بسا بعد از آن دچار استرس، دلشوره و اضطراب خواهد شد. چنین شخصی به خیال این که شانس و اقبال بهترین تصمیمات را برای وی اخذ می کنند، دچار حباب موفقیت شده ولیکن این حباب به زودی متلاشی می شود. این فرضیه تاکیدکننده نظریه اسکات و بروس (۱۹۹۵) می باشد، چرا که در این سبک فرد، استقلال فکری و عملی ندارد، بنابراین احساس کمال گرایی پایینی را در خود دارد. فردی که سبک تصمیم گیری وی بر اساس تصمیم گیری عقلانی است، با توجه به این که با تحلیل هر مسئله ای و دیدن تمام ابعاد آن به تصمیم گیری می پردازد و همه جوانب یک موضوع را بررسی و بازیابی می کند می تواند موجب شود که احساس کمال گرایی مثبت و مطلوبی در خود ایجاد نماید و از تصمیماتی که بر اساس منطق و تجربه گرفته؛ احساس رضایت و شادمانی نماید. طبق نظر اسکات و بروس (۱۹۹۵)، در این سبک افراد به شناسایی تمامی راهکارهای ممکن، ارزیابی نتایج هر راهکار از تمامی جنبه های مختلف و درنهایت انتخاب راهکار بهینه و مطلوب توسط تصمیم گیرنده در هنگام مواجهه با شرایط تصمیم گیری می پردازد و می توان عنوان نمود که با رضایت کامل به اخذ تصمیم می پردازد. فرد به کمک تصمیم گیری شهودی (البته تصمیم گیری شهودی که با رعایت تمامی عواملی که می تواند پیش برنده مثبت این نوع تصمیم گیری باشد) می تواند احساسات مثبت از تصمیم گیری در خود ایجاد نماید و در صورتی که سبک تصمیم گیری شهودی به خوبی عمل نکند و آن طور که باید نتواند آن چه که در اطراف خود هست، به خوبی بشناسد و اقدام به تصمیم گیری نماید، موجبات کاهش کمال گرایی مثبت و در نهایت دستیابی به کمال گرایی منفی برای وی فراهم می شود. بنابراین افراد به منظور بهبود و تقویت کمال گرایی مثبت در خود لازم است، در صورتی که در میان سبک های تصمیم گیری سبک شهودی را انتخاب کرده اند، با دقت هر چه تمام تر به مشاهده و بررسی بپردازند و بعد از آن تصمیم گیری نمایند. طبق نظر اسکات و بروس (۱۹۹۵) این نوع سبک، فرآیندی ناخودآگاه است که در سایر تجربه های استنتاج شده به دست می آید. در این شیوه تصمیم گیری فرد تصمیم گیرنده منطق روشنی در رابطه با درست بودن تصمیم خود ندارد، بلکه با تکیه بر بینش و فراست درونی است و خود آن چیزی را که فکر می کنند درست است انجام می دهند. لذا احساس کمال گرایی مثبت زیادی در خود دارد.

نتایج پژوهش نشان داد که سبک تصمیم گیری آنی و وابسته با کمال گرایی منفی رابطه مستقیم و معنادار، سبک تصمیم گیری عقلانی و اجتنابی با کمال گرایی منفی رابطه ی معنادار ندارد و سبک تصمیم گیری شهودی با کمال گرایی منفی رابطه معکوس و معنادار دارد. نتایج به دست آمده همسو با نتایج به دست آمده از پایان نامه قاسمی همای (۱۳۹۳) می باشد. زمانی که فرد تصمیمی را به صورت آنی و تکانه ای می گیرد. می تواند باعث شود که فرد در ابتدا احساس بی نقص و عالی بودن داشته باشد ولیکن، این تصمیم باعث استرس و تنش در وی شده و برای وی در نهایت رضایت بخش نخواهد بود. اسکات و بروس (۱۹۹۵)، در نظریه سبک های تصمیم گیری نیز عنوان نمودند تصمیم گیری آنی می تواند، موجب احساس رضایت در فرد به طور آنی شود. زمانی که فرد متوسل به تصمیم گیری وابسته می شود، در خود احساس ضعف می کند و به کمک شانس و اقبال می خواهد بهترین نتیجه را به دست آورد، لذا به دیگران متوسل می شود و در نهایت انتظار به دست آوردن نتیجه ای مطلوب را دارد. که این اتفاق می تواند در لحظه باعث شادمانی و احساس مسرت در شخص گردد. طبق نظر پارکر<sup>۲</sup> و

<sup>۱</sup> Parker,

<sup>۲</sup> Parker,

همکاران (۲۰۰۷) عدم استقلال فکری و عملی تصمیم‌گیرنده در این سبک و تکیه بر حمایت‌ها و راهنمایی‌های دیگران می‌تواند وی را دچار اشتباه دستیابی به نتیجه نماید. فردی که تصمیم‌گیری وی بر اساس منطق باشد و با عقل و سبک و سنگین کردن مسئله‌ای تصمیم خود را اخذ نماید، مسلماً احساس نارضایتی، استرس و ناراحتی بعد از اخذ تصمیم خود نخواهد داشت. بنابراین سبک تصمیم‌گیری عقلانی نمی‌تواند ارتباطی با کمال‌گرایی منفی در فرد ایجاد نماید. بر اساس نظریه مطرح شده توسط دبری<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۳) افرادی که در رابطه با مجموعه فعالیت‌های خود وسواس خاصی دارند، معمولاً در موقعیت‌های فشارزا نمی‌توانند تصمیم بگیرند یا تصمیم‌های مخربی می‌گیرند. لذا می‌توان عنوان نمود که افرادی که سبک تصمیم‌گیری اجتنابی دارند، به طور کل از تصمیم‌گیری فرار می‌کنند. سبک تصمیم‌گیری شهودی در اصل حاصل از آن چیزی است که افراد می‌بینند و این عینیت می‌تواند حاصل از تحقیق و تفحص باشد. لذا می‌توان عنوان نمود افرادی که سبک تصمیم‌گیری شهودی دارند، دچار کمال‌گرایی منفی نمی‌شوند و سطح کمال‌گرایی منفی در آن‌ها به شدت کاهش می‌یابد.

نتایج پژوهش نشان داد که سبک‌های تصمیم‌گیری آنی، اجتنابی و وابسته با شادکامی رابطه معکوس و معنادار و سبک‌های تصمیم‌گیری عقلانی و شهودی با شادکامی رابطه مثبت و معنادار دارد. نتایج به دست آمده همسو با نتایج پژوهش خوش‌نیت و صیادی (۱۳۹۵) و راست بود و همکاران (۱۳۹۱) بود. در صورتی که فرد سبک تصمیم‌گیری آنی را انتخاب نماید در واقع بدون فکر و به صورت آنی و تکانه‌ای به تصمیم‌گیری اقدام می‌نماید و این اتفاق باعث می‌شود، دچار شکست‌های متعددی شده و در نهایت از میزان شادکامی وی کاسته شود. طبق نظر باین<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۵) می‌توان عنوان نمود که سبک‌های تصمیم‌گیری تحت تأثیر شخصیت‌های گوناگون افراد می‌باشد. افراد مختلف در موقعیت‌های مشابه تصمیم‌های متفاوتی می‌گیرند که می‌تواند تفاوت‌های شخصیتی را در تصمیم‌گیری توجیه کند. بنابراین تصمیم‌گیری و تأثیر آن بر میزان شادی و شادکامی افراد می‌تواند نشأت گرفته از سبک شخصیتی و تفاوت‌های شخصیتی افراد باشد. در تصمیم‌گیری اجتنابی فرد از تصمیم‌گیری نهایی دوری کرده و رخداد اتفاق به خودی خود می‌باشد. در واقع افرادی که این سبک تصمیم‌گیری را انتخاب می‌کنند از تصمیم‌گیری و انتخاب‌های مهم زندگی خود دچار تردید هستند و از فکر کردن به نتیجه کار و تصمیم‌گیری در مورد مسئله، دوری می‌کنند. بنابراین این نوع افراد مداوم دچار استرس و اضطراب هستند که نتیجه کار چه خواهد شد؟ بنابراین می‌توان عنوان کرد که این سبک تصمیم‌گیری تأثیر معکوسی بر شادی و شادکامی افراد خواهد داشت. در سبک تصمیم‌گیری وابسته، فرد خود را به دست تقدیر می‌سپارد و قوه تصمیم‌گیری به صورت فردی از وی سلب می‌شود و این نوع سبک تصمیم‌گیری نیازمند این است که فرد به طور مداوم از دیگران مشاوره بگیرد و در نهایت با نظر دیگران به اخذ تصمیم بپردازد و یا به قضا و قدر متوسل می‌شود. این نوع افراد، مهارتی برای تصمیم‌گیری ندارند و به این باور رسیده‌اند که خودشان قوه تصمیم‌گیری ندارند. بنابراین این نوع افراد از شادکامی بسیار پایینی برخوردارند. در اصل تصمیم‌گیری بر اساس منطق و عقل می‌تواند به فرد این اطمینان را بدهد که تصمیم‌گیری وی تا جایی که توان وی یاری می‌کرده است، درست و صحیح است و فرد تصمیم‌گیری خود را وابسته به قضا و قدر، گذر زمان، عدم تفکر و تصمیم‌گیری آنی و ... نکرده است. بنابراین این نوع تصمیم‌گیری چون بر اساس عقل و منطق فرد است، برای وی بسیار ارزشمند است و در وی احساس شادمانی ایجاد می‌کند. همان‌طور که مایرز<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) عنوان نمود افراد شاد در وجود خود احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، دارای روحیه مشارکتی بالاتری هستند و احساس رضایت آن‌ها در زندگی بالاتر است. بنابراین می‌توان عنوان نمود که افرادی که سبک تصمیم‌گیری عقلانی دارند، می‌توانند روحیه شادکامی داشته باشند. هر اندازه افراد در مشاهده و تجزیه و تحلیل محیط فعال‌تر و دقیق‌تر باشد، می‌توان انتظار داشت که تصمیم‌گیری شهودی با درجه خطای کمتری انجام می‌پذیرد. بنابراین می‌توان انتظار داشت که خروجی حاصل از تصمیم‌گیری که همان نتیجه است، برای وی ایجاد شادی و شادمانی نماید.

<sup>1</sup> Dewberry, Juanchich, & Narendran

<sup>2</sup> Byme, Silasi-Mansat, & Worthy

<sup>3</sup> Myers

به دلیل محدودیت زمانی امکان بررسی صحت و درستی تکمیل پرسشنامه‌ها از سوی افراد پاسخگو وجود نداشت. می‌توان با برگزاری دوره‌های آموزشی برای دانشجویان، میزان تغییر در آگاهی، نگرش و عملکرد دانشجویان را در رابطه با سبک‌های تصمیم‌گیری، کمال‌گرایی و شادکامی آن‌ها را مورد بررسی قرار داد.

#### منابع

- آهنچیان، محمدرضا. عساوردی، عبدالقادر. (۱۳۹۴). ارتباط سبک تصمیم‌گیری خود راهبر در دانشجویان هوشبری. علوم مراقبتی نظامی، مجله دانشکده پرستاری ارتش جمهوری اسلامی ایران. سال دوم. شماره ۱. صص ۲۴-۳۲
- براتی، فرزانه. اشرفی، زهرا. نجفی، فرشته. کریمی، اقدس. شریف زاده، غلامرضا. (۱۳۹۴). بررسی وضعیت شادکامی و عوامل مرتبط با آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۹۲. دوره سوم. شماره ۲. صص ۲۶-۳۰.
- بشارت، محمدعلی. میرزمانی، سید محمود. (۱۳۸۳). ابعاد کمال‌گرایی در بیماران افسرده و مضطرب، چکیده مقاله‌های اولین کنگره سراسری روان‌شناسی ایران. ۲۳.
- بهادری خسروشاهی، جعفر. (۱۳۹۶). رابطه حمایت اجتماعی و شادکامی با دین‌داری. دو فصل نامه علمی-ترویجی علوم تربیتی از دیدگاه اسلام. سال پنجم. شماره ۹. صص ۱-۱۳.
- بهادری خسروشاهی، جعفر. باباپور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های هویتی و کمال‌گرایی با احساس شادکامی در دانشجویان. مجله روان‌شناسی. سال شانزدهم. شماره ۱. صص ۳۶-۵۰.
- تمیمی، حمید. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین شادکامی و کمال‌گرایی در دانشجویان دختر و پسر موسسه آموزش عالی جهاد دانشگاهی خوزستان. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری. دوره دوم. شماره پانزدهم. صص ۷۸-۸۴.
- رمضانیان، محمدرحیم. صادقی، عباس. پورجهانی، رضا. (۱۳۹۰). بررسی تاثیر ارزش‌های مقدس تخرافی بر تصمیم‌گیری، دشواری تصمیم و احساسات ناشی از تصمیم‌گیری (مطالعه موردی: در دانشکده علوم انسانی دانشگاه گیلان). دوره سوم. شماره ۶. صص ۹۳-۱۱۰.
- رهنمای نهزمی، نقی. پوقوسیان، روبن. (۱۳۹۳). الگوی پیش‌بینی کمال‌گرایی مثبت و منفی در نمونه‌ای از دانشجویان شمال کشور: نقش مدل پنج‌عاملی شخصیت و سبک‌های دلبستگی. دانشور پزشکی. سال بیست و دوم، شماره ۱۱۴. صص ۲۱-۳۲.
- زارع، حسین. نهروانیان، پروانه. (۱۳۹۱). تاثیر دوره آموزش تفکر انتقادی بر سبک‌های تصمیم‌گیری و سبک‌های حل مساله. سال چهارم. شماره ۹. صص ۱۳-۳۱.
- نامجو، محدثه. کافی، سید موسی. حکیم جواد، منصور. غلامعلی لواسانی، مسعود. آتشکار، سید رقیه. (۱۳۹۱). رابطه کمال‌گرایی، سبک‌های دفاعی و نشانه‌های افسردگی در دانشجویان، پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره. دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. دوره دوم. شماره ۱. صص ۵۳-۷۶.
- هادی زاده مقدم، اکرم. طهرانی، مریم. (۱۳۸۷). بررسی رابطه بین سبک‌های عمومی تصمیم‌گیری مدیران در سازمان‌های دولتی، نشریه مدیریت دولتی. دوره اول. شماره ۱. صص ۱۳۲۸-۱۲۳.
- Adair, J. E. (۲۰۰۷). Decision making and problem solving strategies (Vol. ۹). Kogan Page Publishers.
- Baiocco, R., Laghi, F., & D'Alessio, M. (۲۰۰۹). Decision-making style among adolescents: Relationship with sensation seeking and locus of control. Journal of Adolescence, ۳۲, ۹۶۳-۹۷۶.
- Basirion Z, Abd Majid R, Mohd Jelas Z. Big Five Personality Factors, Perceived Parenting Styles, and Perfectionism among Academically Gifted Students. Asian Social Science 2014; 10 (4): 8-15.
- Byrne, K.A., Silasi-Mansat, C.D., & Worthy, D.A. (2015). Who chokes under pressure? Tge Big Five personality traits and decision-making under pressure? The Big Five personality

- traits and decision-making under pressure. *Personality and Individual Differences*, 74, 22-28.
- David, S., Boniwell, I., Ayers, C.A. (2013). *The Oxford handbook of happiness*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Dewberry, C., Junachinch, M., & Narendran, S. (2013). Decision-making competence in everyday life: The roles of general cognitive styles, decision-making styles and personality. *Personality and Individual Differences*, 55(7), 783-788.
- Diener E. What is subjective well-being (happiness and life satisfaction). a primer for reporters and newcomers. 2007; [Cited 23 Dec 2007]. Available from: <http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/faq.html>.
- Grzegorek J, Slaney RB, Franze s, Rice K self – Criticism, dependency, self – esteem and GPA- Satisfaction among clusters of perfectionist and non – perfectionists. *J Counsel Psychol* 2004;51: 192-200.
- Hablemitoglu, S., Yildirim, F. (۲۰۰۸). “The relationship between perception of risk and decision making styles of Turkish university students: A descriptive study of individual differences”. *World Applied Sciences Journal*, ۴(۲), ۲۱۴-۲۲۴
- Harren VA. A model of career decision making for college students. *J Vocat Behav Behavior*. 1979; 14 (2): 119-33.
- Hoppe, A., & Fujishiro, K. (2015). Anticipated job benefits, career aspiration, and generalized self-efficacy as predictors for migration decision-making. *International Journal of Intercultural Relations*, 47, 13-
- Miller DC, Byrnes JP. Adolescents’ decision making in social situations: A self-regulation perspective. *J Appl Dev Psychol*. 2001; 22 (3): 237-56.
- Myers DG. *Happiness*, excerpted from *psychology*. ۷th. ed, New York: Worth Publishers; ۲۰۰۲
- Parker, A. M., Wandl B. & Baruch F., (2007), “Maximizers versus Satisficers: Decision-Making Styles, Competence and Outcomes “, *Judgment and Decision Making*, Vol. 2, No.6, pp 342-344
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (۱۹۹۵). Decision making style: the development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measures*. ۵۵(۵), ۸۱۸-۸۳۱
- Stewart.M.E., Watson. R., Clark.A., Klaus., Klaus. P.E. & Deary.I.J. (2010). *A hierarchy of happiness?*
- Stober, J. (2012). The 2 \* 2 model of perfectionism: A critical comment and some suggestions, *Personality and Individual Differences* 53, pp. 541-545.
- Stoeber, J. (2015). How other – oriented perfectionism differs from self-oriented perfectionism differs from self – oriented and socially prescribed perfectionism: Further findings. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, (37): 611-623