

کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان

سلیمه سرگزی و حسین دوستی مقدم

دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی دانشگاه آزاد واحد زابل
کارشناسی ارشد جغرافیا و برنامه ریزی گردشگری دانشگاه سیستان و بلوچستان

چکیده

شادکامی دارای مولفه‌های عاطفی، اجتماعی و شناختی است. مؤلفه عاطفی باعث می‌شود که فرد از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد. مؤلفه اجتماعی، روابط اجتماعی با دیگران را گسترش می‌دهد و موجب افزایش حمایت اجتماعی می‌شود. مؤلفه شناختی موجب می‌گردد فرد نوعی تفکر و پردازش اطلاعات ویژه خود داشته و وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوش‌بینی وی را به دنبال داشته باشد، هدف تحقیق بررسی رابطه بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان می‌باشد، روش تحقیق پژوهش حاضر از نوع "کاربردی" و با توجه به ماهیت موضوع و هدف‌های پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد، نتایج نشان می‌دهد بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معنی داری وجود دارد، پیشنهاد می‌گردد آموزش روش‌های خودتنظیمی به دانشجویان از طریق مراکز مشاوره دانشگاه‌های کشور می‌تواند در پیشگیری و درمان این مشکل شایع و همه گیر مؤثر واقع شود

واژه‌های کلیدی: کمال گرایی، سبک رهبری، شادکامی، دانشجویان، آزاد اسلامی، زاهدان

مقدمه

حیطه شادکامی کودکان و نوجوانان حرکتی کند داشته و بررسی آن در دوره نوجوانی که یک مرحله گذار مهم است، محدود است. شادکامی در نوجوانی به پزلی تشبیه شده است که تحقیقاتی چند جانبه برای کشف بخش‌های متعدد آن مورد نیاز است. شادکامی، ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذران زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود. بلکه حالتی است درونی که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد افراد شاد به شرایط و اتفاقات به شیوه مثبت‌تر و سازگارانه‌تری پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر و نظام ایمنی قوی‌تر هستند و نسبت به افراد ناشاد در برخورد با استرس خلاق ترند شادکامی به عنوان مجموعه‌ای از عواطف و ارزیابی شناختی از زندگی عنوان می‌شود و آن را درجه‌ای از کیفیت زندگی افراد می‌دانند که به طور مثبت ارزیابی می‌کنند هنگامی که تفکر و رفتار انسان عقلانی باشد، موجودی کارآمد، خوشحال و توانا خواهد بود. شادکامی دارای مولفه‌های عاطفی، اجتماعی و شناختی است. مؤلفه عاطفی باعث می‌شود که فرد از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد. مؤلفه اجتماعی، روابط اجتماعی با دیگران را گسترش می‌دهد و موجب افزایش حمایت اجتماعی می‌شود. مؤلفه شناختی موجب می‌گردد فرد نوعی تفکر و پردازش اطلاعات ویژه خود داشته و وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوش‌بینی وی را به دنبال داشته باشد. با توجه به ابعاد شناختی شادکامی و ارتباط معنادار شادکامی با باورهای غیرمنطقی آموزش و درمان در جهت افزایش شادکامی و کاهش باورهای غیرمنطقی ضرورت می‌یابد، شادکامی ناشی از قضاوت و داوری انسان در باره چگونگی گذران زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود بلکه حالتی است درونی که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد. در نظریه‌های شناختی اعتقاد بر این است که افراد شادکام رویدادهای بیشتری را که از نظر فرهنگی مطلوب است (مهرابی زاده و همکاران، ۱۳۸۳)، تجربه می‌کنند و نیز رویدادهای خنثی را به صورت مثبت و رویدادهای مثبت را مثبت‌تر در نظر می‌گیرند. در واقع افراد قادرند از طریق کنترل افکارشان، خوشبختی ذهنی و شادکامی خود را افزایش دهند. یکی از عواملی که بر شادکامی تأثیر منفی می‌گذارد، تفکرات و باورهای غیر منطقی است. باورهای غیر منطقی باورهایی هستند که بر روان فرد سلطه دارند و عامل تعیین کننده نحوه تعبیر و تفسیر و معنی داندبه رویدادها و تنظیم کننده کیفیت و کمیت رفتارها و عواطف است. باورهای غیر منطقی تعادل فرد را از بین می‌برد، از ایجاد نظم جلوگیری می‌کند و مانع مواجهه موفقیت آمیز با حوادث تحریک کننده می‌گردد. یکی از انواع تفکرانغیرمنطقی، کمالگرایی می‌باشد.

بیان مسئله

در کمال‌گرایی بهنجار اشخاص از کارهای سخت و طاقت فرسا لذت می‌برند، با هدف به موفقیت برانگیخته می‌شوند و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی می‌توانند محدودیت‌های شخصی و اجتماعی را بپذیرند. در مقابل کمال‌گرایان نابهنجار با ترس از شکست برانگیخته می‌شوند و به دلیل انتظارات غیرواقع‌گرایانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهند شد. کمال‌گرایی تمایل پایدار فرد در برآورده ساختن انتظارات خود و دیگران است، البته با کیفیتی برتر و بهتر از آن چه موقعیت اقتضاء می‌کند، کمال‌گرایی را بر حسب کنش‌وری‌هایی که ایجاد می‌کند به دو دسته کمال‌گرایی بهنجار و نابهنجار تقسیم کرده است. وی با تمایز قائل شدن بین کمال‌گرایی بهنجار و نورویتیک معتقد است که کمال‌گرای بهنجار از تلاش و رقابت برای برتری و کمال لذت می‌برد و در عین حال محدودیت‌های شخصی را به رسمیت می‌شناسد، اما کمال‌گرای نورویتیک به علت انتظارات غیر واقع بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد و از منظر خودش هرگز کاری را خوب انجام نمی‌دهد که بتواند از آن احساس لذت ببرد (غلامی و غفاری، ۱۳۹۶). این افراد ناشکیبا و خود انتقادگرند اما در کمال‌گرایی بهنجار اشخاص به کارهای سخت رو آورده و با هدف موفقیت، برانگیخته شده و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، می‌توانند واقعیت‌های بیرونی را درک کرده و محدودیت‌ها را بپذیرند. ولی کمال‌گرایان نابهنجار با ترس از شکست برانگیخته شده و در نتیجه در خصوص دستیابی به اهداف سطح بالا و غیر واقع بینانه دائماً نگران هستند، یافته‌های پژوهش‌ها نشانگر این است که علاوه بر رابطه کمال‌گرایی با پیشرفت و عملکرد، این متغیر با اهداف پیشرفت نیز همبسته بوده و و پیش بین معنی‌دار اهداف پیشرفت دانش آموزان است (امامی، ۱۳۸۲)

با وجود شواهد پژوهشی نشانگر رابطه بین کمال-گرایی و عملکرد تحصیلی، فرآیند درگیر در این رابطه تاکنون مجهول باقی مانده است. یکی از فرآیندهای دخیل در این رابطه می تواند جهت-گیری اهداف پیشرفت باشد. جهت-گیری هدف روشی است که فرد بر اساس آن درباره شایستگی و کفایت خود قضاوت می-کند، مفهوم هسته ای در زمینه جهت-گیری هدف شایستگی بوده و بر اساس دو بعد «تعریف شایستگی» و «شیوه ارزش دهی شایستگی» از همدیگر متمایز می شوند. در تعریف شایستگی دو نوع معیار مطلق و هنجاری وجود دارد؛ اگر فرد شایستگی خود را بر اساس معیار مطلق تعریف کند (Abdel, 2006)، وی خود را زمانی شایسته خواهد دانست که به مهارت و یا رشد شخصی دست یابد و بر عکس اگر معیار وی هنجاری باشد، فرد خود را شایسته خواهد دانست که نسبت به دیگران عملکرد بهتری داشته باشد (تسلط در مقابل عملکرد). بعد دوم که مربوط به جهت هدف است می تواند به سوی پیشرفت یا اجتناب از شکست باشد؛ در نوع اول رفتار فرد گرایشی و کسب موفقیت است، اما در نوع دوم، هدف فرد اجتناب از شکست است (گرایش-اجتناب). از ترکیب این دو بعد، چهار نوع جهت-گیری هدف پیشرفت حاصل می شود که عبارتند از تسلط-گرایش، تسلط-اجتناب، عملکرد-گرایش، عملکرد-اجتناب (باباجانی گرجی و انتصارفومنی، ۱۳۹۵) مشارکتی شدن سازمان را برای فرد و سازمان به همراه دارد. طبیعتاً در صورت فقدان امنیت روانی، سازمان ها و به ویژه سازمان های آموزشی که نقش ویژه ای در تربیت افراد جامعه ایفا می کنند، با کاهش خلاقیت، ریسک پذیری، مشارکت و مقابله در برابر تغییرات از سوی کارکنان و... مواجه خواهند شد و این به نوبه خود به کاهش احساس شادکامی و بروز نتایجی چون کاهش انگیزه شغلی، کاهش عملکرد و بهره وری، بروز پدیده بی تفاوتی سازمانی، کاهش رضایت شغلی و تعهد سازمانی منجر می شود (Abdel, 2007). لذا برای سازمان های آموزشی که امروزه با چالش های فراوانی در این زمینه مواجه هستند، ایجاد سازمانی شاد و دارای جو امن روانی که مانع از خوردن مهر سکوت بر افواه کارکنان شود، یکی از نیازهای استراتژیک سازمان های آموزشی امروزی برای موفقیت بلندمدت به شمار می رود. از سوی دیگر کسب و تجهیز مهارت های جدید برای رهبری نیروهای موجود در مدارس مزیت مهمی برای مدیران مدارس به حساب می آید. در این راستا می توان بیان داشت که مدیران مدارس در نقش رهبران امنیت مدار می توانند راهگشای حل بسیاری از مشکلات و مسائل موجود نظام آموزش و پرورش فعلی باشند. از سوی دیگر پژوهش های انجام گرفته پیرامون این سازه جدید در ایران، بسیار محدود است و از محدود پژوهش های انجام گرفته، اطلاعات زیادی در ارتباط رهبری امنیت مدار با شادکامی و با میانجی گری امنیت روانی در دسترس نیست. شادکامی هدف نهایی و مشترک همه انسانها است و همه در تلاش برای رسیدن به آن می باشند. کمالگرایی یعنی پذیرش این باور که فرد باید کاملاً شایسته، لایق، با هوش بوده و در تمام امور ممکن پیشرو باشد (نجاریان و همکاران، ۱۳۸۰). کمال گرایی، در واقع باوری غیرمنطقی است که اشخاص نسبت به خود و محیط اطرافشان دارند. به نظر افراد کمال-گرا، خود و محیط اطرافشان باید کامل بوده و هر گونه تلاشی در زندگی باید بدون اشتباه و خطا باشد، بین خرده مقیاس های اهمال کاری شامل بعد آمادگی برای امتحان، آمادگی برای مقاله و آمادگی برای مقابله با تمرکز و خرده مقیاس های کمال گرایی شامل تمرکز بر اشتباهات، نظم و سازماندهی، ادراک فشار از سوی والدین، هدفمندی و نشخوار فکر با سلامت روان دانشجویان وجود دارد، بهداشت روان، بخشی جدایی ناپذیر از بهداشت عمومی است که فرد را از عناصر شناختی، عاطفی و همچنین از توانایی های خود در ایجاد رابطه با دیگران آگاه می گرداند. انسان با داشتن تعادل روانی، بهتر می تواند بر تنیدگی ها و فشارهای زندگی فائق آمده و فردی مفید برای جامعه باشد (هرمزی، ۱۳۸۰)، اذعان به این مطالب، پژوهش حاضر به بررسی روابط میان رهبری امنیت مدار، امنیت روانی و شادکامی و اینکه کاربرد رهبری امنیت مدار در یک محیط آموزشی تا چه اندازه می تواند موجب امنیت روانی و ایجاد شادکامی در میان دانشجویان شود، پرداخته است

ضرورت و اهمیت تحقیق

در سازمان های امروزی، عملکرد یک سازمان می تواند تا حدود زیادی تحت تأثیر سبک رهبری آن سازمان باشد. در این راستا تحولات مدیریتی و حضور سازمان ها در دنیای رقابتی و پیچیده امروز نیازمند ای است که رهبری سازمان نیز به مانند سایر علوم نیازمند مهارت و تخصص ویژه باشد. در ای راستا، مدیران با انتخاب سبک رهبری مناسب می توانند از طریق نفوذ مثبتی که بر رفتارهای کاری کارکنان دارند باعث ارتقاء روحیه و افزایش رفتارهای اخلاقی و در نهایت بهبود شاخص های

عملکردی شوند، امروزه بسیاری از سازمان‌ها دستخوش تغییرند. رهبری یک سازمان برای انطباق با تغییرات و به منظور بقا و رشد در محیط‌های جدید، ویژگی‌های خاصی را می‌طلبد که عموماً مدیران برای پاسخ به آنها با مشکلات بسیاری مواجه می‌شوند. یکی از مهمترین خصیصه‌ها که می‌تواند به رهبران و مدیران در پاسخ به این تغییرات کمک کند، هوش اجتماعی و هوش هیجانی است.

اهداف پژوهش

افزایش شادکامی دانشجویان

تفکرات غیر منطقی و کمالگرایی خودمدار

تاثیر کمالگرایی و سبک رهبری با شادکامی

سوالات تحقیق

آیا بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود دارد

آیا بین کمال گرایی و شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود دارد

آیا بین کمال گرایی و سبک رهبری در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود دارد

روش تحقیق

تحقیق حاضر از لحاظ هدف، از نوع تحقیقات کاربردی و از نظر نوع روش همبستگی، از دسته تحقیقات توصیفی-تحلیلی از نوع آزمایشی محسوب می‌گردد.

روش جمع‌آوری اطلاعات

الف. روش اسنادی یا کتابخانه‌ای

جهت اخذ اطلاعات کلی در مورد سازمان و همچنین سایر اطلاعات در زمینه ادبیات موضوع، پیشینه پژوهش، تعیین چارچوب نظری و شاخص‌ها از منابع موجود در کتابخانه که حاوی کتب، مجلات و پایان‌نامه‌ها و گزارشات علمی است، استفاده شده است.

ب. میدانی (پرسشنامه)

با توجه به موضوع پژوهش ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این تحقیق پرسشنامه می‌باشد. بعد از مطالعه کتابخانه‌ای، متناسب با مبانی نظری و معیارهای پژوهش پرسشنامه استاندارد شده می‌باشد

روش و ابزار گردآوری اطلاعات

در این پژوهش از روش‌های ذیل جهت گردآوری اطلاعات استفاده به طور کلی اطلاعات و داده‌های این پژوهش با استفاده از دو روش کتابخانه‌ای و اسناد سازمانی گردآوری شده است.

پرسشنامه سبک رهبری

پرسشنامه سبک رهبری توسط باردنز و متزکاس (۱۹۶۹) ساخته شده است که از ۳۵ گویه تشکیل شده است و به منظور ارزیابی سبک رهبری (رابطه مداری و وظیفه مداری) بکار می‌رود.

روایی و پایایی پرسشنامه

قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه‌گیری هر آنچه اندازه می‌گیرد یعنی اینکه ابزار اندازه‌گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می‌دهد. معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از صفر (۰) به معنای عدم پایداری، تا مثبت یک (+۱) به معنای پایایی کامل قرار می‌گیرد و هر چه مقدار بدست آمده به عدد مثبت یک نزدیکتر باشد قابلیت اعتماد پرسشنامه بیشتر می‌شود. مقصود از روایی یک آزمون یا پرسشنامه، آن خصیصه یا ویژگی ابزار گردآوری اطلاعات است که مقولاتی را که برای آنها در نظر گرفته شده است تعیین کند.

پرسشنامه کمال گرایی هیل

پرسشنامه کمال گرایی توسط هیل و همکاران (۲۰۰۴) ساخته شد و توسط جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) در جامعه ایرانی هنجاریابی گردید. این مقیاس دارای دو بعد کلی کمال گرایی مثبت (سازگارانه) و کمال گرایی منفی (ناسازگارانه) و شش خرده مقیاس تلقی منفی از خود، نظم و سازماندهی، هدفمندی، ادراک فشار از سوی والدین، تلاش برای عالی بودن و معیار های بالا برای دیگران، می باشد؛ به این صورت که خرده مقیاسهای نظم و سازماندهی، هدفمندی و تلاش برای عالی بودن بعنوان کمال گرایی مثبت و خرده مقیاسهای تلقی منفی از خود، ادراک فشار از سوی والدین و معیار های بالا برای دیگران بعنوان کمال گرایی منفی در نظر گرفته می شوند. هیل و همکاران، (۲۰۰۴) گزارش دادند که همسانی درونی این پرسشنامه بالا است که طیفی از ۰/۸۳ تا ۰/۹۱ برای همه خرده مقیاسها را در بر می گیرد (لول و لیمکی [۱۵]، ۲۰۰۹). در پژوهش جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) ضریب پایایی کل مقیاس از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بود و برای بررسی روایی مقیاس از تحلیل عاملی با روش مولفه های اصلی و چرخش واریماکس استفاده گردید. نتایج حاکی از آن بود که مقیاس مذکور مشتمل بر ۶ عامل می باشد

پرسشنامه شادکامی

پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ توسط آرجیل، مارتین و کراسلند ساخته شد. شیوه ساخت آن به این گونه بود که این پژوهشگران از طریق رایزنی با آرون تی بک، جملات مقیاس افسردگی بک را وارونه کردند و ۲۱ گویه به دست آمد. سپس ۱۱ ماده به این ۲۱ ماده افزوده شد و در نهایت با بررسی های نهایی مقیاس ۲۹ گویه ای پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) پدید آمد. همچنین در سال های بعد این پرسشنامه تغییراتی یافت و با نام **oxford happiness questionnaire** یا با اختصار **OHQ** منتشر شد.

نمره گذاری پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI)

همانگونه که اشاره شد پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) دارای ۲۹ گویه است که هر گویه شامل ۴ عبارت است که عبارت اول نمره صفر، عبارت دوم نمره ۱، عبارت سوم نمره ۲ و عبارت چهارم نمره ۳ می گیرد. در نهایت فرد نمره ای بین ۰ تا ۸۷ به دست می آورد که نمره بالاتر نشانه شادکامی بیشتر است.

روایی و پایایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI)

به منظور بررسی اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد، آرجیل، (۲۰۰۱) نمونه ای متشکل از ۱۴۲ مرد و ۲۲۷ زن ایرانی، ۱۸ تا ۵۳ سال میانگین ۲۵ فهرست شادکامی آکسفورد، پرسشنامه شخصیتی آیزنک، و فهرست افسردگی بک، را تکمیل کردند. بررسی همسانی درونی فهرست شادکامی آکسفورد نشان داد که تمام ۲۹ گزاره این فهرست با نمره کل همبستگی بالایی داشتند. آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی آکسفورد با فهرست افسردگی بک و زیر مقیاس های برون گرایی و نوروگرایی **EPQ** به ترتیب برابر با ۰/۴۸، ۰/۴۵ و ۰/۳۹- بود که روایی هم گرا و واگرای فهرست شادکامی آکسفورد را تایید کرد. نتایج تحلیل عاملی با استخراج ۵ عامل رضایت از زندگی، عزت نفس، بهزیستی فاعلی، رضایت خاطر و خلق مثبت توانستند با ارزش ویژه بزرگتر از ۱ در مجموع ۴۹/۷ درصد واریانس کل را تبیین کنند.

میانگین نمرات آزمودنی های ایرانی در فهرست شادکامی آکسفورد (۴۲/۰۷) با یافته های پژوهش آرجیل ($m=6/35$) متفاوت بود. یافته های پژوهش نشان دادند که فهرست شادکامی آکسفورد برای اندازه گیری شادکامی در جامعه ایرانی از اعتبار و روایی مناسب برخوردار است. روایی این مقیاس در مطالعات مختلف از جمله علیپور و نوربالا (۱۳۸۷)، برخی تحقیقات این سال را ۱۳۸۵ معرفی کرده اند که اشتباه می باشد. این تحقیق در سال ۱۳۸۷ در مجله اندیشه و رفتار منتشر شده است. تایید شده است، آرجیل و لو (۱۹۹۸) ضریب آلفای ۹۰ درصد را با ۳۴۷ آزمودنی، فارنهایم وبرونیک (۱۹۹۹) ضریب آلفای ۸۷ درصد را با ۱۰۱ آزمودنی ونوری (۱۳۸۱) با ۱۸۰ آزمودنی آلفای کرونباخ ۸۴ درصد را به دست آورده اند. در ایران علی پور ونور بالا (۱۳۸۷) با ۱۰۱ آزمودنی آلفای ۹۳ درصد را به دست آورده می باشد

جامعه آماری و تعداد نمونه

جامعه آماری عبارت است از: مجموعه ای از افراد یا واحدها که دارای حداقل یک صفت مشترک باشند. معمولاً در هر پژوهش، جامعه مورد بررسی یک جامعه آماری است که پژوهشگر مایل است درباره صفت یا صفت های متغیر واحدهای آن به مطالعه بپردازد، جامعه آماری، شامل دانشجویان دانشکده ادبیات و علوم انسانی ۳۵۰۰ می باشد که جامعه آماری رشته علوم تربیتی حدود ۳۰۰ نفر می باشد از طریق فرمول کوکران حجم نمونه ۱۷۰ نفر می باشد، روش نمونه گیری از نوع تصادفی می باشد

روش نمونه گیری

پژوهش حاضر در جهت نمونه گیری از جامعه مورد بررسی از روش نمونه گیری تصادفی بهره گرفته خواهد شد

آمار توصیفی

یافته های توصیفی تحقیق شامل مشخصات فردی پاسخگویان همچون سن، جنس و مدرک تحصیلی می باشد که در ذیل به شرح آن ها پرداخته شده است.

وضعیت سنی پاسخگویان

میانگین سن پاسخگویان برابر ۳۵ سال است؛ و کمترین و بیشترین سن به ترتیب برابر ۲۰ و ۷۵ است.

وضعیت جنسیت

از مجموع ۳۰۰ نفری که مورد پرسش قرار گرفتند، تعداد ۲۸۷ نفر یعنی ۷۴٫۵ درصد مرد و تعداد ۲۳ نفر یا ۲۵٫۵ درصد زن بوده اند.

جنسیت	فراوانی	درصد
مرد	۲۸۷	۷۴٫۵
زن	۲۳	۲۵٫۵

مدرک تحصیلی

مدرک تحصیلی استخراج شده از پرسشنامه ها به ۵ دسته تقسیم شده که شامل بیسواد، ابتدایی، کمتر از دیپلم، دیپلم و فوق دیپلم، لیسانس و بالاتر می باشد، نتایج به قرار زیر می باشد

جدول ۴-۱ فراوانی درصد آزمون ها براساس تحصیلات

تحصیلات	فراوانی	فراوانی
دیپلم	۱۰۳	۳۱٫۹
فوق دیپلم	۵۵	۲۶
لیسانس	۱۰۶	۳۳
فوق لیسانس	۳۳	۸٫۶
دکتری	۱۳	۰٫۵
جمع	۳۰۰	۱۰۰

منبع: یافته های تحقیق

دیپلم ۳۱٫۹ درصد، فوق دیپلم ۲۶ درصد، دیپلم و لیسانس ۳۳ درصد، فوق لیسانس ۸٫۶ درصد، و دکتری بالاتر ۰٫۵ درصد.

تحلیل استنباطی

بعد از تجزیه و تحلیل و توصیفی داده ها، با استفاده از نرم افزار های SPSS به تحلیل استنباطی داده ها می پردازیم، بعد از تعیین وضعیت شاخص ها به بررسی رابطه بین شاخص ها به وسیله آزمون رگوسیون چندمتغیره پرداخته شده است.

فرضیه یک

بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معناداری وجود دارد

فرضیه های تحقیق

فرضیه صفر: همبستگی معنی داری میان کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان وجود ندارد.

فرضیه یک : همبستگی معنی داری میان کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان وجود دارد.

فرضیه های آماری

$$H_0 : \rho = 0$$

$$H_1 : \rho \neq 0$$

جدول شماره ۱- آزمونی کای دو میان کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان

معنی داری	آزادی	ارزش گذاری	آزمون
۰,۳۲	۴	۱۰,۵۸۳	کای ی دو

مقدار این عدد ۱۰,۵۸۳ می باشد که اگر به Sig. مراجعه کنیم می بینیم که در سطح ۰,۰۵ معنی دار است (به دلیل اینکه Sig. بدست آمده از عدد ۰,۰۵ کوچکتر است). به این ترتیب می توانیم نتیجه بگیریم، یعنی میان کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معنی داری وجود دارد

فرضیه دوم

بین کمال گرایی و شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معناداری وجود دارد

فرضیه های تحقیق

فرضیه صفر: بین کمال گرایی و شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود ندارد.

فرضیه یک: بین کمال گرایی و شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود دارد.

فرضیه های آماری

$$H_0 : \rho = 0$$

$$H_1 : \rho \neq 0$$

جدول شماره ۲- آزمونی کای دو میان سبک رهبری و شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان

معنی داری	آزادی	ارزش گذاری	آزمون
۰,۰۰۵	۲	۰,۴۷۶	کای ی دو

در تفسیر جدول فوق هم چنین می نویسیم که میزان خی دو بدست آمده حاصل از مقایسه فراوانی های دو متغیر برابر با ۴۷/۰ می باشد که این میزان به لحاظ آماری معنادار می باشد ($p=0/008$). بنابراین دو متغیر کمال گرایی بر شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معناداری بایکدیگر دارد

فرضیه سوم

بین کمال گرایی و سبک رهبری در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معناداری وجود دارد

جدول شماره ۳- آزمونی کای دو میان کمال گرایی و سبک رهبری در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان

معنی داری	آزادی	ارزش گذاری	آزمون
۰,۰۰۰	۲	۰,۱۷۵	کای ی دو

مقدار این عدد ۰,۱۷۵ می باشد که اگر به sig. مراجعه کنیم می بینیم که در سطح ۰,۰۰۵ معنی دار است (به دلیل اینکه sig. بدست آمده از عدد ۰,۰۵ کوچکتر است). به این ترتیب می توانیم نتیجه بگیریم، یعنی میان کمال گرایی و سبک رهبری در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معنی داری وجود دارد

نتیجه گیری

پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان پرداخته است. سوال اصلی این تحقیق این است آیا بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه وجود دارد؟

هدف اصلی از این پژوهش بررسی و مشخص کردن رابطه بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان، جامعه آماری، شامل دانشجویان دانشکده ادبیات و علوم انسانی ۳۵۰۰ می باشد که جامعه آماری رشته علوم تربیتی حدود ۳۰۰ نفر می باشد از طریق فرمول کوکران حجم نمونه ۱۷۰ نفر می باشد، روش نمونه گیری از نوع تصادفی می باشد

نتیجه گیری کلی

در جمع بندی کلی نتایج تحقیقات نشان داد:

مقدار این عدد ۱۰,۵۸۳ می باشد که اگر به sig. مراجعه کنیم می بینیم که در سطح ۰,۰۵ معنی دار است (به دلیل اینکه sig. بدست آمده از عدد ۰,۰۵ کوچکتر است). به این ترتیب می توانیم نتیجه بگیریم، یعنی میان کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان رابطه معنی داری وجود دارد.

ارتباط آماری معناداری بین کمال گرایی و سبک رهبری با شادکامی در دانشجویان آزاد اسلامی زاهدان وجود دارد. (باباجانی گرجی و انتصارفومنی، ۱۳۹۵) بین تفکرات غیر منطقی با شادکامی رابطه معکوس معنادار وجود دارد ($P > ۱۳$). بین ۱/ کمالگرایی با شادکامی رابطه معناداری وجود ندارد ($P < ۱۳$). تفکرات غیر منطقی و کمالگرایی خودمدار می توانند شادکامی را پیش بینی نمایند. یعنی با افزایش تفکرات غیر منطقی شادکامی کاهش پیدا می کند و برعکس، همخوانی دارد، شادکامی هدف نهایی و مشترک همه انسانها است و همه در تلاش برای رسیدن به آن می باشند. شادکامی ناشی از قضاوت و داوری انسان در باره چگونگی گذران زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمیشود بلکه حالتی است درونی که از هیجان های مثبت تاثیر می پذیرد. در نظریه های شناختی اعتقاد بر این است که افراد شادکام رویدادهای بیشتری را که از نظر فرهنگی مطلوب است، تجربه می کنند و نیز رویدادهای خنثی را به صورت مثبت و رویدادهای مثبت را مثبت تر در نظر می گیرند. در واقع افراد قادرند از طریق کنترل افکارشان، خوشبختی ذهنی و شادکامی خود را افزایش دهند. یکی از عواملی که بر شادکامی تاثیر منفی می گذارد، تفکرات و باورهای غیر منطقی است. باورهای غیر منطقی باورهایی هستند که بر روان فرد سلطه دارند و عامل تعیین کننده نحوه تعبیر و تفسیر و معنی دادنده رویدادها و تنظیم کننده کیفیت و کمیت رفتارها و عواطف است. باور های غیر منطقی تعادل فرد را از بین می برد، از ایجاد نظم جلوگیری می کند و مانع مواجهه موفقیت آمیز با حوادث تحریک کننده میگردد. یکی از انواع تفکرات غیر منطقی، کمالگرایی می باشد. کمالگرایی یعنی پذیرش این باور که فرد باید کاملاً شایسته، لایق، با هوش بوده و در تمام امور ممکن پیشرو باشد. این که همواره یک راه حل دقیق کامل و درست برای مشکلات وجود دارد و اگر این راه حل کامل پیدا نشود فاجعه آمیز خواهد بود، محمدی میرزایی و بهبودی (۱۳۹۶) یافته ها نشان می دهد که بین شادکامی و سبک های دفاعی رشد یافته رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. و بین شادکامی با کمالگرایی و شادکامی با سبک های دفاعی در این پژوهش رابطه معناداری دیده نشده است.

محدودیت ها

- ۱- استفاده از مطالب و منابع معتبر در رابطه با تحقیق حاضر
- ۲- عدم استفاده از مطالب اینترنتی و جدید
- ۳- محدودیت زمانی در اجرای تحقیق

۴- عدم همکاری آزمودنی ها جهت انجام تحقیق حاضر

۵- عدم دسترسی به پرسش نامه های معتبر در جهت تکمیل پروژه

پیشنهادات

۱- استفاده از مطالب و منابع معتبر در رابطه با تحقیق حاضر

۲- دسترسی قرار دادن پرسش نامه های معتبر

۳- تعمیم دادن موضوع به حدود سنی متفاوت

۴- بالا بردن اطلاعات از طریق تحقیقات جدید و تازه

۵- بالا بردن زمان ارائه تحقیق جهت ارائه بهتر

منابع

- امامی، فخرالسادات. (۱۳۸۲). رابطه کمال گرایی و سرسختی روان شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامیا واحد اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- باباجانی گرجی، لیلیا و غلامحسین انتصارفومنی، ۱۳۹۵، رابطه کمالگرایی و تفکرات غیرمنطقی با شادکامی در پرستاران، دومین کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران، موسسه برگزار کننده همایش های توسعه محور دانش و فناوری سام ایرانیان
- باباجانی گرجی، لیلیا و غلامحسین انتصارفومنی، ۱۳۹۵، رابطه کمالگرایی و تفکرات غیرمنطقی با شادکامی در پرستاران، دومین کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران، موسسه برگزار کننده همایش های توسعه محور دانش و فناوری سام ایرانیان
- بشارت، محمد علی. (۱۳۸۳). بررسی رابطه کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان دانشآموزان. مجله روان شناسی و علوم تربیتی، شماره ۳۴: صص ۱-۱۹.
- غلامی، سمانه، غفاری، مجید. (۱۳۹۶). کمال گرایی مثبت و منفی و عملکرد تحصیلی: اثرات واسطه‌ای سبک هویت و تعهد هویت. مجله دست آوردهای روان شناختی، ۲۴(۲)، ۱۱۷-۱۳۶
- محمدی میرزایی، کبری، بهبودی، معصومه. (۱۳۹۶). رابطه شادکامی با کمالگرایی و سبک های دفاعی در بین کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن. تحقیقات مدیریت آموزشی، ۸(۳۱)، ۱۲۹-۱۴۸
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ بساک نژاد، سودابه؛ شهنی بیالق، منیجه؛ شکرکن، حسین و حقیقی، جمال. (۱۳۸۳). بررسی روابط ساده و چندگانه ترس از موفقیت، عزت نفس، کمال گرایی و ترس از ارزیابی منفی با نشگان وانمودگرایی در دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال دوازدهم، شماره ۳: صص. ۱-۲۴.
- نجاریان، بهمن؛ عطاری، یوسفعلی و زرگر، یداله. (۱۳۸۰). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش کمال گرایی. مجله علوم تربیتی و روان شناختی دانشگاه شهید چمران اهواز، سال ششم، شماره های ۴۳-۵۸: صص ۳ و ۴
- هرمزی نژاد، معصومه. (۱۳۸۰). رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس، اضطراب اجتماعی و کمالگرایی با ابراز وجود دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه

Abdel-Khalek, A. M, "Happiness, health and religiosity: Significant relations", *MentalHealth, Religion and Culture*, v 9, 2006, p 85-97

Abdel-Khalek, Naceur, F., "Religiosity and its association with positive and negative emotions among college students from Algeria", *Mental Health, Religion & Culture*, v 10, 2007, p 159-170