





دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران مرکزی

دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (MA)

گرایش: روانشناسی تربیتی

**عنوان:**

**رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان**

استاد راهنما:

**دکتر سپاه منصور**

استاد مشاور:

**دکتر جوادی**

پژوهشگر:

مریم نادری

تابستان ۱۳۹۱

## تعهد نامه اصالت پایان نامه کارشناسی ارشد

اینجانب مریم نادری دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد نا پیوسته به شماره دانشجویی ۸۹۰۶۶۴۳۲۷۰۰ در رشته روانشناسی تربیتی که در تاریخ ۹۱/۶/۲۵ از پایان نامه خود تحت عنوان: رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کسب نمره ۱۸ و درجه عالی دفاع نموده ام بدینوسیله متعهد می شوم:

- ۱- این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران ( اعم از پایان نامه ، کتاب ، مقاله و ... ) استفاده نموده ام ، مطابق ضوابط و رویه های موجود ، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده ام .
- ۲- این پایان نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی ( هم سطح ، پایین تر یا بالاتر ) در سایر دانشگاهها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است .
- ۳- چنانچه بعد از فراغت از تحصیل ، قصد استفاده و هرگونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب ، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه داشته باشم ، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم .
- ۴- چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود ، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچگونه ادعایی نخواهم داشت .

نام و نام خانوادگی: مریم نادری

تاریخ و امضاء:

بسمه تعالی

در تاریخ: ۹۱/۶/۲۵

دانشجوی کارشناسی ارشد آقا/خانم مریم نادری از پایان نامه خود دفاع نموده

وبا نمره ۱۸ بحروف هجده و با درجه عالی مورد

تصویب قرار گرفت.

امضاء استاد راهنما

## تقدیم بہ:

تدوین این پایان نامہ فرصتی زمینہ و بہانہ ای است برای پاسکوزاری از دستان پر مرد پروماہ گرامیم، کہ از این دستان صبری فزون

و محبتی روز افزون گرفتہ ام. آنان کہ تحتین آموزگارن زندکیم بودہ اند و الفبای زیست را بہ من آموختند.

و سرانجام تقدیم بہ ہمہ دوستان و آشنایان کہ باشادی ام، شاد و بانکرانی ام نکران شدہ اند کہ ہمچنان دوستدارشان خواہم ماند.

## تقدیر و تشکر:

حمد و سپاس بیکران خداوند سبحان را که توفیق انجام این پژوهش را به این بنده عطا فرمود و این مهم میسر نبود جز با راهنمایی استاد

که افتخار و ارجمند خانم دکتر سپاه منصور که بجای اندیشه ها، اندیشیدن را به من آموختند کمال تشکر و امتنان را دارم.

از استاد گرامی، جناب آقای دکتر حوادی که در مراحل تدوین پایان نامه با نهایت بزرگواری و با نظرات ارزنده مراد انجام

مشاوره ای این پژوهش یاری نمودند و تشکر و قدردانی می نمایم.

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	<u>فصل اول کلیات پژوهش</u>
۲	مقدمه
۳	۱- بیان مسئله
۸	۲- اهمیت و ضرورت انجام پژوهش
۸	۳- اهداف پژوهش
۹	۴- فرضیه های پژوهش
۱۰	۵- تعاریف اصطلاحات
	<u>فصل دوم مبانی نظری و تحقیقی پژوهش</u>
۱۶	۱-۲ تعاریف کامل از دیدگاه روانشناسان
۱۸	۲-۲ انسان کامل- سالم از دیدگاه روانشناسی
۱۸	۳-۲ روانشناسی کمال
۲۰	۱-۳-۲ الگوی راجرز- انسان با کنش کامل
۲۲	۲-۳-۲ الگوی فروم- انسان بارور
۲۳	۳-۳-۲ الگوی مازلو- انسان خواستار تحقق خود
۲۵	۴-۳-۲ الگوی فرانکل- انسان از خود فرارونده

عنوان	صفحه
۴-۲ ابعاد کمال گرایی.....	۲۶
۵-۲ ابعاد سه گانه کمال گرایی.....	۲۹
۶-۲ کمال گرایی مثبت و منفی و خود کارآمدی.....	۳۲
بخش دوم.....	۳۳
۷-۲ تعاریف سازگاری.....	۳۳
۱-۷-۲ الگوها و روشهای سازگاری اجتماعی.....	۳۵
۲-۷-۲ شناخت سازگاری اجتماعی.....	۳۶
۳-۷-۲ ویژگیهای افراد سازگار.....	۳۷
۴-۷-۲ عوامل موثر سازگاری اجتماعی در فرزندان.....	۴۱
۵-۷-۲ نقش مادر در سازگاری اجتماعی.....	۴۳
۸-۲ نقش مدرسه و محیط.....	۴۳
۱-۸-۲ گروه همسالان.....	۴۴
۲-۸-۲ جنبه های سازگاری اجتماعی در انسان.....	۴۵
۳-۸-۲ روش ها و اشکال سازگاری اجتماعی.....	۴۸
بخش سوم.....	۵۱
۹-۲ بهزیستی روانشناختی.....	۵۱
۱-۹-۲ رویکردهای بهزیستی روانشناختی.....	۵۲



۲-۹-۲ سلامت روانشناختی.....	۵۵
۲-۱۰-۲ تعریف سلامت روانی.....	۵۷
۲-۱۱-۲ تعریف بهداشت روان در فرهنگ های مختلف.....	۶۰
۲-۱۲-۲ اصول بهزیستی روانشناختی.....	۶۳
۲-۱۲-۱ خصوصیات افراد دارای بهزیستی روانشناختی.....	۶۵
۲-۱۲-۲ عوامل موثر در تامین بهزیستی روانشناختی.....	۶۸
۲-۱۲-۳ نقش خانواده در تامین بهزیستی روانشناختی.....	۶۹
۲-۱۲-۴ الگوی بهزیستی روانشناختی ریف.....	۶۹
۲-۱۳-۲ نظریات سلامت و بهزیستی روانشناختی.....	۷۳
۲-۱۴-۲ نظریات نوین مبتنی بر شناخت درمانی.....	۷۸
ب) مرور پژوهش های قبلی.....	۸۰
۲-۱۵-۲ پژوهش های انجام شده در داخل کشور.....	۸۰
۲-۱۶-۲ پژوهش های انجام شده در خارج کشور.....	۸۵

### فصل سوم: روش شناسی پژوهش

۳-۱ روش پژوهش.....	۹۱
۳-۲ جامعه آماری.....	۹۱
۳-۳ نمونه و روش نمونه برداری.....	۹۱

عنوان

صفحه

۳-۴ ابزار جمع آوری داده ها..... ۹۲

۳-۵ روش تجزیه تحلیل داده ها..... ۹۷

### فصل چهارم: تجزیه و تحلیل یافته ها

۴-۱ تحلیل توصیفی..... ۱۰۰

۴-۲ تحلیل استنباطی..... ۱۰۳

### فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۵-۱ بحث و نتیجه گیری..... ۱۱۰

۵-۲ محدودیت های پژوهش..... ۱۲۰

۵-۳ پیشنهاد های پژوهش..... ۱۲۱

منابع..... ۱۲۲

## فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۴ میانگین و انحراف معیار نمره ها بر حسب کمال گرایی مثبت و منفی	۱۰۰
جدول ۲-۴ شاخص های توصیفی سازگاری اجتماعی	۱۰۱
جدول ۳-۴ میانگین و انحراف معیار در خرده مقیاس های بهزیستی روانشناختی در بین دانشجویان	۱۰۲
جدول ۴-۴ ضریب همبستگی پیرسون، بررسی ارتباط بین متغیرها	۱۰۳
جدول ۵-۴ ضریب همبستگی پیرسون بین کمال گرایی و سازگاری	۱۰۴
جدول ۶-۴ ضریب همبستگی پیرسون بین کمال گرایی و بهزیستی روانشناختی	۱۰۵
جدول ۷-۴ ضریب همبستگی پیرسون بین سازگاری اجتماعی و بهزیستی روانشناختی	۱۰۶
جدول ۸-۴ مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون بهزیستی روانشناختی بر کمال گرایی مثبت و منفی دانشجویان و سازگاری اجتماعی آنها	۱۰۷
۹-۴ ضرایب رگرسیون بهزیستی بر سازگاری اجتماعی و کمال گرایی	۱۰۸

## چکیده

هدف از انجام این پژوهش، تعیین رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان است. تحقیق حاضر به روش همبستگی انجام شده است و جامعه آماری آن شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز در مقطع کارشناسی است. حجم نمونه، ۳۵۰ نفر است که با استفاده از روش نمونه برداری خوشه ای بدست آمده. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹)، مقیاس سازگاری اجتماعی رام بل (۱۹۶۱) و مقیاس کمال گرایی مثبت و منفی تری شورت و همکاران (۱۹۹۵) است. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد. نتایج نشان داد که با ۹۹ درصد اطمینان می توان گفت که بین سازگاری اجتماعی و کمال گرایی با بهزیستی روانشناختی دانشجویان همبستگی معنادار وجود دارد. همچنین نتایج نشانگر آن است که کمال گرایی و سازگاری اجتماعی ۰/۴۹۴ واریانس بهزیستی روانشناختی را پیش بینی می کنند و مقایسه ضرایب رگرسیون استاندارد نیز نشان می دهد که کمال گرایی منفی ( $Beta=0/116$ ) سهم کمتری در پیش بینی بهزیستی روانشناختی دانشجویان دارد. نکته قابل ذکر آن که با توجه به بتای محاسبه شده و از آنجا که رابطه کمال گرایی مثبت و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی مثبت می باشد می توان نتیجه گرفت که هر چه میزان کمال گرایی مثبت و سازگاری اجتماعی بیشتر باشد فراوانی بهزیستی روانشناختی بیشتر خواهد بود.

# فصل یکم

## کلیات پژوهش

## مقدمه

امروزه هدف بسیاری از خانواده‌های ایرانی ورود فرزندان‌شان به دانشگاه است. والدین پیشرفت و آینده‌ی سرشار از موفقیت فرزندان خود را در قبولی در دانشگاه و بدست آوردن مدارک علمی می‌دانند. رسیدن به این هدف مستلزم رقابت سنگین و سختی است که برای موفقیت در آن باید خود را از مدت‌ها قبل آماده کرد. بسیاری از والدین خصوصاً مادران در طی دوران متوسطه به فرزندان خود فشار می‌آورند که پی گیر دروس خود باشند و هر لحظه از زندگی خود را فقط صرف درس خواندن نمایند. در نتیجه، این شخص وقتی وارد دانشگاه می‌شود نیز برای اینکه همواره مورد تایید والدین خود قرار بگیرند به خواسته‌های آنان تن می‌دهد و از خواسته‌های دیگر خود چشم می‌پوشد. این دانشجو برای اجتناب از اشتباه و کاهش تهدیدات، به کمال‌گرایی تمایل<sup>۱</sup> دارد (فلت و هیویت<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). اگر افکار کمال‌گرایانه‌ی از نوع مثبت باشد، با انتظارات واقع بینانه و آرمان‌های انعطاف پذیر، موفقیت را تجربه خواهد کرد و رضایت شخصی از موفقیت‌های نسبی، نگرانی و اضطراب را در وی کاهش می‌دهد ولی اگر کمال‌گرایی منفی در وی درون‌سازی شود، شخص انتظارات غیرواقع بینانه و آرمان‌های انعطاف‌ناپذیر خواهد داشت و نه تنها نمی‌تواند موفقیت را تجربه کند بلکه همواره اسیر

---

<sup>۱</sup>. Perfectionism

<sup>۲</sup>. Flett and Hewitt

نگرانی و اضطراب و ترس از شکست خواهد بود. فقدان رضایت شخصی نیز به سهم خود این نگرانی و اضطراب را افزایش می‌دهد (بشارت، ۱۳۸۴). بدون تردید هر کدام از این شرایط تاثیرات متفاوتی بر روی بهزیستی روانشناختی شخص خواهد داشت.

بهزیستی روانشناختی یکی از مباحث مهمی است که در رشد و بالندگی فرد، خانواده و جامعه موثر می‌باشد. هاماسن<sup>۱</sup> (۲۰۰۹) سلامت روانی را به عنوان حالتی از بهزیستی، که در آن فرد توانمندی خود را شناخته از آنها به نحو موثر و مولد استفاده کرده و برای اجتماع خویش مفید است، تعریف می‌کند. به طور کلی، بهزیستی روانشناختی ایجاد سلامت روان به وسیله پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های روانی، کنترل عوامل موثر بروز آن، تشخیص زودرس، پیشگیری از عوامل ناشی از برگشت بیماری‌های روانی و ایجاد محیط سالم در برقراری روابط صحیح انسانی است (میلانی فر، ۱۳۸۶). به منظور فهم بیشتر همین ارتباط، محقق به انجام پژوهشی در مورد رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی اقدام کرد.

## ۱-۱- بیان مسأله

خانواده سنگ بنای هر جامعه بزرگ انسانی است و در استحکام روابط اجتماعی و رشد تعالی یکایک اعضای جامعه نقشی بنیادین دارد. تلاش در جهت استوار سازی روابط خانوادگی زمینه را برای سلامت اخلاقی و سعادت عمومی به یک جامعه فراهم می‌سازد. از جمله نشانگان این استوار سازی، سازگاری اجتماعی فرزندان در یک خانواده است (افروز، ۱۳۸۴).

---

<sup>۱</sup> Hamasen

مهمترین شاخص و نشانه اجتماعی شدن، سازگاری اجتماعی است. آشکار است که هر شخصی در زندگی روزمره و در طول حیات خود با انواع محدودیت های فردی و اجتماعی مواجه می شود و در برخورد با این موانع است که دچار تعارض و ناکامی می شود و تعادل خود را از دست می دهد و وجود او را اضطراب و خشم فرا می گیرد و حیات و سلامت او را در معرض خطر قرار می دهد( برنارد<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸).

چنانچه کسی بتواند محدودیت هایش را بشناسد و بپذیرد و راههای مقابله با آن را بیابد و به کار برد، امیال و آرزوهای خود را محدود و کنترل نماید و ارضاء آن را تا حد امکان فراهم سازد او را فردی سازگار گویند و از این راه و در محدوده ارزشهای آشکار و نهان اجتماعی است که ادامه حیات و سلامت میسر می شود. برعکس اگر قادر به انجام این کار نشود او را ناسازگار گویند، که اجتماع به انحاء مختلف و از هر سو با او مقابله می کند و از طرق مختلف تنبیه و در نهایت طرد و حذف می شود. بدین دلیل است که سازگاری اجتماعی دارای اهمیت حیاتی برای هر فرد است. بدیهی است که این امر (سازگاری) یکباره حاصل نمی شود بلکه فرایندی است که به تدریج متحقق و ممکن می گردد و در فراگیری آن عوامل متعددی موثرند و از مهمترین وظایف نهادهای جامعه محسوب می شود( ورف<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹).

در پژوهشهای انجام شده برای مفهوم سازگاری، متغیرهای تعدیل کننده ای فرض شده اند که کمال گرایی را از جمله آنها می توان نام برد( حسین زاده، ۱۳۸۸).

---

<sup>۱</sup> Bernard

<sup>۲</sup> Worff



از نظر فلت<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) کمال‌گرایی عبارت از گرایش فرد به داشتن مجموعه‌ای از معیارهای بالای افراطی و تمرکز بر شکست‌ها و نقص‌ها در عملکرد است. از دیدگاه برنز<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) کمال‌گرایان افرادی هستند که معیارهای بالایی برای خود در نظر می‌گیرند و عزت نفسشان به دستیابی یا عدم دستیابی به این معیارها گره خورده است. داشتن عقاید غیرمنطقی و منطقی با کمال‌گرایی در ارتباط است (فلِت، هیویت، بلنکشتاین و کلدین<sup>۳</sup>؛ ۲۰۰۸).

کمال‌گرایی را در دو بعد دیگر نیز می‌توان طبقه‌بندی نمود، که شامل کوشش‌های کمال‌گرایانه مثبت و کمال‌گرایی خود انتقادگر می‌باشد (استوبر و اتو<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). کوشش‌های کمال‌گرایانه‌ی مثبت، داشتن استانداردهای شخصی کمال‌گرایانه و تنظیم استانداردهای دقیق برای عملکردهای جزئی می‌باشد. همچنین، داشتن مجموعه معیارهای سطح بالای عملکردی و کمال‌گرایی خود مدار<sup>۵</sup> را نیز شامل می‌شود که رابطه‌ی مستقیم با سازگاری اجتماعی خوب مانند عاطفه‌ی مثبت، تحمل، موفقیت‌های تحصیلی و امتحانی دارد (بلینگ، اسرائیلی، اسمیت و آنتونی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۳؛ استوبر و کرسٹینگ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷؛ و استامف و پارکر<sup>۸</sup>، ۲۰۱۰). دومین بعد به عنوان کمال‌گرایی خود انتقادگر توصیف شده است (دانکلی، زوروف، و بلنکشتاین<sup>۹</sup>، ۲۰۰۹) که شامل خود ارزشیابی انتقادگر، نگرانی زیاد از اشتباهات و احساس

---

<sup>۱</sup> Flett

<sup>۲</sup> Burns

<sup>۳</sup> Flett, Hewitt, Blankstein & Koledin

<sup>۴</sup> Stoeber and Otto

<sup>۵</sup> self oriented perfectionism

<sup>۶</sup> Bieling, Israeli, Smith & Antony

<sup>۷</sup> Stoeber and Kersting

<sup>۸</sup> Stumpf and Parker

<sup>۹</sup> Dunkley, Zuroff & Blankstein

تفاوت بین انتظارات و نتایج، شک و تردید درباره‌ی اعمال و همچنین کمال‌گرایی اجتماعی مدار<sup>۱</sup> می‌باشد. این بعد کمال‌گرایی ارتباط مثبتی با ناسازگاری‌هایی مانند افسردگی، استرس و نگرانی دارد (استوبر و اتو، ۲۰۰۶). نگرانی از اشتباه هسته‌ی مرکزی بعد خود انتقادگری است، در حالی‌که استانداردهای شخصی هسته‌ی مرکزی بعد تلاش‌های کمال‌گرایانه‌ی مثبت می‌باشد (استوبر و اتو، ۲۰۰۶). هام‌چک<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) بر رشد سبک شخصیتی کمال‌گرایی در دو بعد تاکید کرد. وی می‌گوید کمال‌گرایی عصبی یا روان نژندی حاصل تجربه‌های دوره‌ی کودکی است. این کودکان دارای والدین غیر تاییدگر و یا گاهگاه تاییدگر هستند که علاقه‌شان به کودک بستگی به عملکرد وی دارد. از نظر برنز (۲۰۰۶) والدین کمال‌گرا از عشق ورزیدن و تایید کودکان خود دوری می‌کنند و بدین شیوه آنان را مورد تنبیه قرار می‌دهند. این امر بر بهزیستی روانشناختی این افراد موثر است

سازمان بهداشت جهانی بهزیستی روانشناختی را به عنوان حالتی از بهزیستی کامل جسمی، ذهنی و اجتماعی و نه صرفاً بیمار نبودن، تعریف کرد (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۶ و ۲۰۰۴).

جاهودا<sup>۳</sup> (۲۰۰۹) از نداشتن بیماری روانی به عنوان معیار بهزیستی روانشناختی انتقاد و به جای آن معیارهای چندگانه‌ای را برای بهزیستی روانشناختی ارائه کرد. از نگاه وی بهزیستی روانشناختی یک

---

<sup>۱</sup>. social oriented perfectionism

<sup>۲</sup> Hamachek

<sup>۳</sup> Jahoda

مفهوم چند بعدی است که احساس شادکامی بهزیستی<sup>۱</sup> را نیز در بر می گیرد. البته الگوهای جدید سلامت نیز به طور عمده بر ویژگیهای منفی تاکید دارند و در آنها ابزارهای اندازه گیری سلامت اغلب با مشکلات بدنی (تحرك<sup>۲</sup>، درد<sup>۳</sup>، خستگی و اختلالات خواب)، مشکلات روانی (افسردگی<sup>۴</sup>، اضطراب<sup>۵</sup> و نگرانی) و مشکلات اجتماعی (ناتوانی در ایفای نقش اجتماعی، مشکلات زناشویی) سروکار دارند (اندروز<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰).

یکی از مفاهیم اصلی الگوی سلامت، بهزیستی روانشناختی است که در دهه گذشته ریف<sup>۶</sup> و همکارانش (۱۹۹۶) آن را ارایه کردند. الگوی سلامت سه نوع بهزیستی هیجانی، بهزیستی روانشناختی و بهزیستی اجتماعی را با هم ترکیب کرده و مفهوم جامع و کاملتری از بهزیستی را که هم جنبه عاطفی (بهزیستی هیجانی) و هم جنبه کاربردی (بهزیستی روانشناختی و اجتماعی) سلامت روانی را در بر می گیرد به وجود آورده اند. بهزیستی روانشناختی به معنای قابلیت یافتن تمام استعدادهای فرد است و دارای مولفه های: ۱- خودمختاری (احساس شایستگی و توانایی در مدیریت محیط پیرامون فرد و ...)- ۲- رشد شخصی (داشتن رشد مداوم و ...)- ۳- روابط مثبت با دیگران (داشتن روابط گرم و ...)- ۴- هدفمندی در زندگی (داشتن هدف در زندگی)- ۵- پذیرش خود (داشتن نگرش مثبت نسبت به

---

<sup>۱</sup>. well-being

<sup>۲</sup>. Mobility

<sup>۳</sup>. Pain

<sup>۴</sup>. Depression

<sup>۵</sup>. Anxiety

<sup>۶</sup> Andross

<sup>۶</sup> Ryff

خود و ... ۶- تسلط بر محیط (توانایی انتخاب و ایجاد محیطی مناسب و...) است (اشتاین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸، ربکا ایزابل<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰).

با توجه به این مطالب محقق به دنبال پاسخ این سوال پژوهشی است که رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی در بهزیستی روانشناختی افراد چگونه است؟

### ۱-۲- اهمیت و ضرورت پژوهش

یکی از مشکلات آموزشی معلمان وجود دانش آموزان و دانشجویانی است که سطح سازگاری ضعیفی دارند. به نظر می رسد حدود ۸۰ درصد از والدین به نوعی نوجوانان را ناسازگار می دانند. ولی آنچه مهم است فهم این ناسازگاری و پائین بودن سطح مفهوم خود و دلایل آن است که به والدین کمک می کند تا رابطه بهتری با فرزندان خود برقرار کنند (احمدی، ۱۳۸۳). لذا انجام تحقیقاتی از این دست به فهم بیشتر موضوع، شناخت فرزندان و کمک به والدین در درک جوانان و نوجوانان و همچنین راهگشای دست اندرکاران آموزشی در برخورد با این دسته از افراد خواهد بود. از همین رو انجام این دست تحقیقات ضروری می نماید.

### ۱-۳- اهداف پژوهش

اهداف کلی: تعیین رابطه کمال گرایی و سازگاری اجتماعی با بهزیستی روانشناختی دانشجویان  
اهداف ویژه:

- ۱) تعیین رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با سازگاری اجتماعی دانشجویان
- ۲) تعیین رابطه کمال گرایی مثبت و منفی با بهزیستی روانشناختی دانشجویان

---

<sup>۱</sup> Shtain

<sup>۲</sup> Rebecka Izabell