

«زن و مطالعات خانواده»
سال شانزدهم - شماره شصت، تابستان ۱۴۰۲
ص ص: ۱۰۱-۱۲۳

رابطه سبک‌های تفکر استرنبرگ و ابعاد سه گانه کمال‌گرایی با شادکامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی

سپیده بادامچی^۱

سهراب یزدانی^{*۲}

حسین واحدی^۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۱۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۸/۱۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سبک‌های تفکر استرنبرگ و ابعاد سه گانه کمال‌گرایی با شادکامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی بود. روش پژوهش براساس هدف، کاربردی و بر حسب گردآوری اطلاعات، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول شهرستان خوی در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بودند که تعداد آن‌ها براساس گزارش اداره آموزش و پرورش ۵۳۰۰ نفر است. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. برای تعیین حجم نمونه از جدول کرجسی- مورگان استفاده شده و تعداد ۳۵۷ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه سبک‌های تفکر استرنبرگ (TSI)، پرسشنامه کمال‌گرایی هویت و فلت (MPS) و پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با روش آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه با استفاده از نرم افزار Spss24 انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های تفکر و مؤلفه‌های آن (سبک تفکر قانون‌گذار، اجرایی و قضایی) با شادکامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین کمال‌گرایی و مؤلفه‌های آن (کمال‌گرایی خودمدار، دیگر مدار و جامعه مدار) با شادکامی دانش

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

۲. استادیار، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. (نویسنده مسئول) s_yazdani2003@yahoo.com

۳. استادیار، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

آموزان دختر دوره اول متوسطه رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی قادرند شادکامی را در دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه پیش بینی کنند.

واژگان کلیدی: سبک‌های تفکر، استرنبرگ، کمال‌گرایی، شادکامی.

مقدمه

در گذشته روانشناسی بیشتر بر هیجانات منفی مثل اضطراب و افسردگی تمرکز می‌کرد تا بر هیجانات مثبت از قبیل شادکامی^۱ و رضایت از زندگی؛ لکن در چند دهه‌ی اخیر، علاقه‌ی بسیاری از محققین و نویسندگان به سوی لذت، شادمانی و رضایت از زندگی معطوف گردیده‌است (پورجاوید، ۱۳۹۴) و سازمان سلامت جهانی نیز بر اینکه شادکامی یک جزء اساسی سلامتی است تأکید زیادی دارد. شادی در واقع از جلوه‌های ظاهری مفهوم عمیق خوشبختی است و از مهمترین نیازهای روانی بشر است که تأثیر عمده‌ای بر شکل‌گیری شخصیت و سلامت روان دارد (سلیمانی، تقدیسی، توحیدی و پاشایی، ۱۳۹۶). شادکامی طبق بسیاری از تئوری‌های هیجان، یکی از شش هیجان بزرگ است (شمس، کریمیان و مرادی، ۱۳۹۳). در واژه‌نامه‌ی معین، شادی با واژه‌هایی همچون خوشحالی، شادکامی، خوشی و نشاط هم معنا دانسته شده‌است و در مفهوم، سازه‌ای است که دارای سه بخش مهم می‌باشد؛ فراوانی و درجه عطفه مثبت، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی (آرگایل و کراسلند، ۲۰۰۲، به نقل از علی پور و نور بالا، ۱۳۸۷).

شادکامی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی اش اطلاق می‌شود. به عبارت دیگر، به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد (وینهون^۲، ۱۹۹۳، به نقل از سلیمانی و همکاران، ۱۳۹۶). این ارزیابی از سویی واکنش هیجانی به حوادث و از سوی دیگر قضاوت‌های شناختی را در بر می‌گیرد. واکنش‌های هیجانی بیشتر بر حالاتی نظیر خندیدن و شوخ طبعی، تعادل بین هیجان‌های مثبت و منفی و قضاوت‌های شناختی بر رضایت از زندگی دلالت دارد (وکیلی، بهاری و آذرخش، ۱۳۹۱). در واقع داوری درباره چگونگی گذران زندگی از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود بلکه حالتی است درونی که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد (مایزر و داینر^۴، ۱۹۹۵، به نقل از کرمی‌بلداجی، عباسی، بهارلو، میرزاده و اسماعیلی، ۱۳۹۴). بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت می‌کند که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه هیجان‌های مثبت و خشنودی از زندگی نشأت می‌گیرد (هیلز و آرجیل^۵، ۲۰۰۱، به نقل از کرمی‌بلداجی و همکاران، ۱۳۹۴). از دیدگاه روانشناسان ۲ نوع شادکامی وجود دارد؛ نوعی از آن از رهگذر شرایط محسوس زندگی همچون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و به طور

1. Happiness
2. Argyle & Crossland
3. Winhoven
4. Myers & Diener
5. Hills & Argyle

کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می‌گردد که به آن وجه عینی شادکامی می‌گویند و نوع دیگر متأثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که به آن شادکامی ذهنی یا احساس شادکامی گفته می‌شود (کرمی‌بلداجی و همکاران، ۱۳۹۴). شادی جنبه‌ای از عواطف انسانی است که دارای جنبه‌ها و تجلیات مختلف فردی-اجتماعی، روانی- جسمانی و شناختی - عاطفی می‌باشد.

فروید با بیان اصل لذت و دیگر روانشناسان با عنوان اصول مشابه، بیان داشته‌اند که قوی‌ترین و اصلی‌ترین انگیزه انسان‌ها، تجربه لذت و دوری از هر گونه رنج و ناراحتی می‌باشد. پس از آنجا که شادی تأثیر کمی و کیفی زیادی بر زندگی دارد، در فرآیند تحول و توسعه مورد تأکید و توجه قرار گرفته‌است. داشتن شادی و خلق خوب پیامدهای کاربردی و عملی در زندگی و عملکرد شغلی فرد دارد. شادی فعالیت فرد را بر می‌انگیزد، بر آگاهی او می‌افزاید، خلاقیت وی را تقویت میکند و روابط اجتماعی او را تسهیل می‌نماید. شادی همچنین مشارکت سیاسی را رونق می‌بخشد و موجب حفظ سلامتی و طول عمر افراد می‌شود. شادی و آرامش روحی زمینه‌های باروری خرد و اندیشه را بوجود می‌آورد (فرزانجو، ۱۳۹۶). تحقیقات نشان داده‌است که افرادی که شاد هستند احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند و دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند (ذهبی و نامور، ۱۳۹۴). همچنین تجارب عاطفی مثبت نه تنها به بهزیستی شخصی، بلکه به رشد و تکامل شخصی نیز کمک می‌کند. هیجان‌های مثبت، مجموعه فکر و عمل آنی را گسترش می‌دهد. این گستردگی مجموعه فکر و عمل، فرصت‌هایی را برای به وجود آوردن تدابیر شخصی با دوام فراهم می‌کند (پورجاوید، ۱۳۹۴). همچنین از دیگر ویژگی‌های افراد شاد، داشتن احساس شایستگی و صلاحیت بیشتر، احساس داشتن کنترل، احساس داشتن هدف، داشتن حالت ارتجاعی، خوش بینی، توجه به ظاهر خود، شوخ طبعی، تفریح و بازی و دوری از مادی‌گرایی بیش از حد می‌باشد (دل‌اور و شکوهی امیر آبادی، ۱۳۹۹).

شوارتز و استراک^۱ معتقدند که از آنجایی که هیجان‌های مثبت و منفی، فرد را برای درجه‌ای از تعامل‌های برد- باخت یا برد- برد آماده می‌سازد، افراد شاد، با ارزنده سازی مهارت‌های خود، بیشتر با رویدادهای مثبت همراه می‌شوند و در تصمیم‌گیری‌های مربوط به آینده زندگی خود، بهتر عمل می‌کنند؛ چون از راهبردهایی نظیر جستجوی اطلاعات مرتبط با خطر- امنیت سود می‌جویند (وکیلی و همکاران، ۱۳۹۱). شادکامی به وسیله‌ی دسته‌ای پیچیده از عوامل ارادی و غیرارادی مشخص می‌شود. یکی از این عوامل کمال‌گرایی^۲ می‌باشد که زندگی انسان را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد.

سازه کمال‌گرایی از دو دهه قبل تاکنون چه به لحاظ بالینی و چه به لحاظ روان‌شناسی شخصیت، توجه گسترده‌ای را به خود معطوف داشته‌است و لذا پژوهش در زمینه ادبیات کمال‌گرایی نیز روند رو به رشدی داشته‌است (سومی و کاندا^۳، ۲۰۰۲). کمال‌گرایی به عنوان وضع معیارهای شخصی بیش از حد بالا

1. Schwartz & Astrack
2. perfectionism
3. Sumi & Kanda

در عملکرد همراه با گرایش انتقادی بودن بیش از حد در ارزیابی عملکرد خود شخص توصیف شده است (میرزایی و بهبودی، ۱۳۹۶). کمال گرایی در ابتدا به صورت یک سازه یک بعدی تعریف می شد اما همزمان با گسترش علاقه به مفهوم کمال گرایی، مفهوم سازی چند بعدی مفیدی از آن ارائه شده است. بعدی از کمال گرایی که با عنوان کمال گرایی بهنجار، انطباقی یا کمال گرایی استانداردهای فردی تعریف شده است، با ویژگی هایی همچون استانداردهای فردی بالا (در مورد توانایی های فردی، انتظار بالا از عملکرد فردی و اهداف بسیار بالا) شناخته می شود و با ویژگی های سبک های مقابله ای فعال و مؤثر، اعتماد به نفس بالا و پیشرفت رابطه دارد. همچنین کمال گرایی مثبت با احساس پیشرفت و کمال، رضایت مندی و سلامت روانی و عاطفه ای مثبت رابطه دارد. این در حالی است که بعد دیگری از کمال گرایی که در این پژوهش به آن پرداخت خواهد شد، با عنوان کمال گرایی روان رنجور یا غیر انطباقی شناخته می شود و با ویژگی هایی نظیر نگرانی بیش از حد در مورد اشتباه کردن، شک و تردید نسبت به خود، احساس بازنده بودن و شکست خوردن در صورت عدم دستیابی به اهداف بلند بالا ارتباط دارد. این بعد از کمال گرایی با مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، اختلال خوردن و نگرش های غیر انطباقی همراه است (انتصار فومنی، رحمانی و صالحی، ۱۳۹۵).

آرمان گرایی، انسان ها را از دنیای واقعی دور ساخته و به دنیایی ایده آل و بی عیب و نقص هدایت می کند، آن ها را دچار ناامیدی و ناکامی کرده و نمی توانند کاستی های زندگی روزمره را تحمل کنند (کریم آباد و پوریا منش، ۱۳۹۴). به عبارتی کمال گرایی منفی نقش مهمی در سبب شناسی، ایجاد و حفظ آسیب های روانی بازی می کند و با مکانیزم هایی از جمله معیارهای افراطی که باعث ایجاد قوانین انعطاف ناپذیر برای عملکرد می شود و نیز رفتارهایی همچون اجتناب و ارزیابی مکرر عملکرد، سوگیری های شناختی همچون افکار دومقوله ای، توجه انتخابی به شکست و افزایش معیارها در مورد دستاوردها برجسته می شود (گلور، برون، فیبرن و شافران^۱، ۲۰۰۷).

به نظر هویت و فلت^۲ کمال گرایی منفی دارای سه مؤلفه است که به عنوان سه بعد کمال گرایی تعریف می شود. کمال گرایی خویشتن مدار^۳، کمال گرایی دیگر مدار^۴ و کمال گرایی جامعه مدار^۵؛ که این ابعاد به صورت صفات شخصیتی در افراد تثبیت می شوند (انتصار فومنی و همکاران، ۱۳۹۵). کمال گرایی خود مدار، به معنای کوشش فرد برای دستیابی به خویشتن کامل با توجه به معیارهای افراطی و دقیق برای خود و ارزشیابی سخت گیرانه و اطمینان بخش از رفتار خود و سانسورهای شخصی می باشد. کمال گرایی دیگر مدار، بیانگر تمایل به داشتن انتظارات افراطی و دقیق برای خود و ارزشیابی انتقادی از دیگران است مانند سرزنش دیگران، وضع معیارهای غیر واقعی برای سایرین و ارزیابی سخت گیرانه از کارکرد آنان و شامل توقعات و

-
1. Glover, Brown, Fairburn & Shafran
 2. Hewitt & Flett
 3. self-centered
 4. Another circuit
 5. community-oriented

باورهای درباره توانایی دیگران مانند گرایش‌های کمال‌گرایانه والدین برای فرزندانشان می‌باشد. کمال‌گرایی جامعه مدار، شامل عقیده یا ادراک افراد دال بر این مطلب است که افراد مهم زندگی شان معیارهای غیر واقعی برای آن‌ها وضع می‌کنند، آن‌ها را به سختی ارزیابی می‌کنند و آن‌ها را برای کامل بودن تحت فشار قرار می‌دهند و تنها زمانی راضی خواهند شد که انتظارات آن‌ها برآورده شود (عبد خدایی و همکاران، ۱۳۹۰: ۵۳، به نقل از محمدی میرزایی و بهبودی، ۱۳۹۶).

فرد کمال‌گرا فردی است که نیاز و عطش دارد که از هر نظر کامل و بی نقص باشد و از ترس اینکه مبدا گرفتار شلاق ستیزه و سرزنش خود گردد، بسیار می‌کوشد تا اوامر "بایدها" را گردن نهد و مطابق آن‌ها شود. مثلا تلاش می‌کند همیشه وظایف خود را به طور کامل انجام دهد، تعهدات خود را برآورده سازد، رفتار مؤدبانه و با نزاکت و موقر داشته باشد، در کارهایش نظم و انضباط داشته باشد و هرگز آشکارا دروغ نگوید. عطش کمال‌گرایی این افراد منحصر به یک یا چند امر ویژه نیست، بلکه می‌خواهد در کلیه شئون زندگی، افکار و احساسات، رفتار و اعتقادش، عالی و بی نقص باشد به همین دلیل تا آن جا که بتواند می‌کوشد دست کم به طور ساختگی و ظاهری از نظر خلیات و اصول اخلاقی مطابق معیارهای آرمانی جامعه باشد. اگر در انجام توقعاتی که از خودش دارد موفق نشود احساس بی ارزشی و خفت و ناراحتی می‌کند (امیری و افتخار سعادی، ۱۳۹۵).

عامل بعدی، سبک تفکر^۱ فرد می‌باشد. داشتن قدرت تفکر، انسان را از سایر جانداران برتر ساخته است. آنچه در زندگی برای ما اتفاق می‌افتد نه تنها به میزان خوب اندیشیدن، بلکه به چگونگی تفکر ما نیز مربوط است. لذا سبک‌های تفکر از اهمیت ویژه برخوردار هستند ولی متأسفانه به دلیل ناشناخته ماندن و نا آگاهی از مفهوم سبک‌های تفکر، بسیار کم تر از آنچه استحقاقش بوده مورد توجه قرار گرفته است و بیشتر به عملکرد افراد اهمیت داده شده است. بنابراین شناخت مفهوم سبک‌های تفکر به افراد در درک ارتباط بین سبک‌ها با توانایی‌ها از اهمیت ویژه برخوردار خواهد بود چرا که شکست‌ها و موفقیت‌هایی که به توانایی‌ها نسبت داده شده، اغلب ناشی از سبک‌هاست (استرنبرگ^۲، ۱۹۹۷).

سبک در فرهنگ لغت به معنای شیوه و روش و نیز به عنوان رفتاری متمایز تعریف شده است. در اصطلاح تخصصی سبک نشان دهنده ترجیحات و روش‌های انتخابی افراد برای درک، یادگیری، رفتار و یا انجام هر کاری است (استرنبرگ، ۲۰۰۱، به نقل از رضوی و شیری، ۱۳۸۴) و بر چگونگی ارتباط برقرار نمودن افراد، مشکل‌گشایی‌ها و ربط یافتن آنها با یکدیگر تاثیر بسزایی دارد (هنری^۳، ۲۰۰۱، به نقل از رشیدی و گل محمد نژاد بهرامی، ۱۳۹۶). از نظریه‌های مطرح در زمینه سبک‌های تفکر، نظریه "خودحکومتی ذهنی" استرنبرگ (۱۹۹۸-۱۹۹۷) است. این نظریه معتقد است همانگونه که راه‌های متفاوتی برای مدیریت یک جامعه وجود دارد افراد نیز از شیوه‌های متفاوتی برای بهره گرفتن از توانایی‌های خود

1. think style
2. Strenberg
3. Henri

استفاده می‌کنند. رابرت استرنبرگ شیوه‌های متفاوت افراد در پردازش اطلاعات را به عنوان سبک‌های تفکر نامگذاری کرده‌است (کرمی‌بلداجی و همکاران، ۱۳۹۴). از نظر وی سبک تفکر روش رجحان یافته فرد است. سبک تفکر یک توانایی نیست، بلکه به چگونگی استفاده از توانایی‌ها اشاره دارد (سیف، ۱۳۷۶، به نقل از محمدی گوندره، ۱۳۹۱). استرنبرگ بر این باور است که ما یک سبک خاص نداریم بلکه دارای نیم رخ از سبک‌ها هستیم. افراد ممکن است از توانایی‌های مشابه اما سبک‌های تفکر متفاوتی برخوردار باشند. این نظریه سیزده سبک تفکر را توصیف می‌کند که در پنج بعد از یکدیگر متمایز می‌شوند: کارکردها، شکل‌ها، سطوح، حوزه‌ها و گرایش‌ها؛ که البته براساس یافته‌های تجربی، در درون سه نوع سبک تفکر قابل تمییز هستند (کرمی‌بلداجی و همکاران، ۱۳۹۴). در این پژوهش رابطه این سه سبک قانون‌گذار^۱، اجرایی^۲ و قضایی^۳ با شادکامی بررسی خواهد شد. سبک تفکر قانون‌گذار، تمایل به ایجاد، اختراع و طراحی دارد و کارها را به روش خود انجام می‌دهد. سبک تفکر اجرایی، تمایل به پیروی از دستورات دارد و آنچه را که به او گفته می‌شود انجام می‌دهد. سبک تفکر قضاوت‌گر، تمایل به قضاوت و ارزیابی افراد و کارها دارد (استرنبرگ، ۱۹۹۷ به نقل از کرمی‌بلداجی و همکاران، ۱۳۹۴).

استرنبرگ و گریگورنگو^۴ معتقدند که سبک‌های تفکر به این دلیل که بین مطالعه شخصیت و شناخت رابطه ایجاد می‌کند، موفقیت تحصیلی در موقعیت‌های آموزشی را پیش بینی می‌کند، انتخاب‌های شغلی و موقعیت‌های شغلی را پیش بینی می‌کنند، اهمیت دارند (معنوی پور و خراسانی، ۱۳۸۴). از آن جا که انسان‌ها در ابعاد مختلف تفاوت‌هایی با یکدیگر دارند و این تفاوت‌ها در استعدادها، توانایی‌ها، رغبت‌ها و در شخصیت افراد نمود می‌یابد، شناخت سبک‌های تفکر، این امکان را فراهم می‌سازد تا آن‌ها با تفاوت‌های خود با دیگران آگاه شوند و مسائل را با علایق و صلاحیت‌های خویش منطبق سازند و از نظر روانی، محیط زندگی، تحصیلی و شغلی خود را ایمن سازند و همچنین در محیط زندگی توانایی‌ها و مهارت‌های خویش را به کار گرفته و ارزش‌های خود را نشان دهند، نقاط قوت و ضعف خود را تشخیص دهند و بفهمند چگونه می‌توانند استراتژی‌های خود را در تصمیم‌گیری و حل مسأله گسترش دهند که این امر سبب کاهش تصمیمات اشتباه می‌شود (کشتکاران، مجتبی، هدایتی و روشن فرد، ۱۳۸۸). در نتیجه به نظر می‌رسد که سبک‌های تفکر بر احساس شادی افراد تأثیر گذار است.

طبق پژوهش‌های تجربی سال‌های اخیر، برخی از پژوهشگران معتقدند راهکارهایی برای افزایش شادکامی وجود دارد که به عنوان نمونه می‌توان به بهبود روابط، رسیدگی به وضعیت جسمانی، کارایی، تفریح، بالا بردن عزت نفس، خود آگاهی و اجتناب از هیجان‌های پریشان ساز اشاره کرد (ویسه و همکاران، ۱۳۹۵).

-
1. Legislative
 2. Executive
 3. Judiciary
 4. Strenberg & Grigorence

گوتیرز، ولاسکو، بلانکو، کاتالا^۱ (۲۰۲۱)، اسمیت، شری، مشکوش، ساکلوفسکه، گوترو و نیلیس^۲ (۲۰۱۷)، گلوچکوف، الوینو، ملاولا، پولکی ریبک، کلتیکانگاس جاروین و هینستا^۳ (۲۰۱۷)، ساسارولی، رومئو، لنور روژیرو، مائوری، وینای و فراست^۴ (۲۰۰۸) فلت، بیسر، هویت و دیویس^۵ (۲۰۰۷) و هویت و همکاران (۲۰۰۲)، روشنی (۱۳۹۹) در پژوهش‌های خود رابطه معنی‌دار کمال‌گرایی را با افسردگی که قطب مخالف شادکامی است نشان دادند. طباطبایی و مقابلی (۱۳۹۸) و ایمانی (۱۳۹۸) نیز با بررسی رابطه افسردگی با کمال‌گرایی نشان داد با افزایش کمال‌گرایی، میزان افسردگی نیز افزایش یافته و در نتیجه از شادکامی افراد کاسته می‌شود. رضایی قلعه گاه، شیر افکن و تربتی نژاد (۱۳۹۷)، سلیمانی و همکاران (۱۳۹۶)، تیمیمی پور (۱۳۹۶)، محمدی میرزایی و بهبودی (۱۳۹۶)، انتصار فومنی و همکاران (۱۳۹۵)، نوروزی کریم آباد و پوریا منش (۱۳۹۴)، پور جاوید (۱۳۹۴)، دودانگه حسن کیاده (۱۳۹۱)، بهادری خسرو شاهی و باباپور خیرالدین (۱۳۹۱)، کاظمی، کریمی، دلاور و بشارت (۱۳۹۱) نیز در پژوهش‌های خود رابطه مثبت و معنادار کمال‌گرایی با شادکامی را نشان دادند.

اوزان تینگاز، هازار، اوزگه بایدار و گوکیورک^۶ (۲۰۱۸)، فرزانبجو (۱۳۹۶)، حسن زهی و شریف شه بخش شریفی (۱۳۹۴) در پژوهش‌هایی رابطه بین سبک‌های تفکر و شادی معلمان را بررسی کردند و نشان دادند که بین سبک‌های تفکر قانون‌گذار، اجرایی، قضایی با شادکامی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. امیرپور (۱۳۹۱) نیز در پژوهش "رابطه تفکر انتقادی و شادکامی و عزت نفس اجتماعی" به این نتیجه دست یافت که بین متغیرهای پژوهش، همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد.

طبق پژوهش‌های اخیر، افسردگی، ناامیدی، سرخوردگی و نظایر آن که قطب مخالف شادکامی هستند در دانش آموزان زیاد دیده می‌شود که خود حاصل مشکلات روحی و روانی دیگری نیز هستند. از طرفی انسان از دیرباز به دنبال این بوده که چگونه می‌تواند بهتر زندگی کند و چه چیزی بیشتر موجبات رضایتش را فراهم می‌سازد و با چه ساز و کارهایی می‌تواند از زندگی در این دنیا لذت ببرد. همه این‌ها به نوعی به مفهوم شادمانی مربوط می‌شود (نوفرستی، ۱۳۹۴). با شادی زندگی معنا می‌یابد و عواطف منفی مانند ناکامی و ناامیدی و ترس و نگرانی بی اثر می‌شود. انسان در پرتو شادی می‌تواند خویش را بسازد و در اجتماع، نقش سازنده خود را در زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی ایفا کند. شادکامی بخش مهمی از کیفیت زندگی و بالاتر از هر ثروتی به شمار می‌رود (معینی، رضاپور شاه کلائی، تاپاک، گراوندی و پارسا مجد، ۱۳۹۹). از آنجا که شادمانی مانند سایر جریان‌های ذهنی تحت تأثیر نوع نگرش و تفکر فرد است، لذا به نظر می‌رسد با کمال‌گرایی (که تلاش برای کامل بودن، عملکرد بالا و واکنش به ناکامل بودن، عملکرد

1. Gutierrez, Velasco, Blanco & Catala
2. Smith, Sherry, Mushquash, Saklofske, Gautreau & Nealis
3. Gluschkoff, Elovainio, Mullola, Pulkki-Raback, Keltikangas-Jarvinen & Hinsta
4. Sassaroli, Romeo, Lenor, Ruggiero, Mauri, vinai & Frost
5. Flett, Besser, Hewitt & Davis
6. Ozan Tingaz, Hazar, Ozge Baydar & Gokyurek

پایین را در فرد پیش بینی می‌کند (همایی، ۱۳۹۳)) و سبک‌های تفکر (که شیوه ترجیحی تفکر فرد را مطرح می‌سازند و استرنبرگ معتقد است که حداقل بخشی از سبک‌های تفکر تحت تأثیر اجتماع است پس می‌تواند تربیت و اصلاح گردد (شفیعی سروستانی، جهانی، زارع و موسوی پور، ۱۳۹۸)) نیز مرتبط باشد، براین اساس بررسی عوامل روانشناختی از جمله سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی و رابطه آن‌ها با شادکامی ضروری به نظر می‌رسد.

بدین ترتیب اهمیت موضوع روشن می‌شود و هدف از این پژوهش بررسی رابطه سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی با شادکامی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه شهرستان خوی می‌باشد و از نتایج آن می‌توان در جهت تشویق نظام‌های آموزشی به آموزش دانش‌آموزان برای آشنایی با سبک تفکر خود که می‌تواند به افراد کمک کند تا نقاط قوت و ضعف تفکر خود را تشخیص دهند و بفهمند چگونه می‌توانند استراتژی‌های خود را در تصمیم‌گیری و حل مسأله گسترش دهند و با کنترل کمال‌گرایی، باعث کاهش تصمیمات اشتباه شوند تا موجبات رضایت از زندگی و شادمانی بیشتر در زندگی حال و آینده خود را فراهم کنند، استفاده کرد. همچنین با توجه به اینکه پژوهش‌های کمتری در زمینه نقش سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی بر شادکامی انجام گرفته بود، لذا ضروری می‌نماید که به این مسأله پرداخت شود.

روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی بوده و با توجه به اینکه در این پژوهش رابطه بین متغیرها مورد سنجش قرار گرفته، از نوع تحقیقات همبستگی است. در این پژوهش رابطه دو متغیر پیش بین (سبک‌های تفکر استرنبرگ و مؤلفه‌های آن و کمال‌گرایی و مؤلفه‌های آن) با یک متغیر ملاک (شادکامی) در دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی به‌دست آمده‌است.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بودند که تعداد آن‌ها براساس گزارش اداره آموزش و پرورش شهرستان خوی ۵۳۰۰ نفر است. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای و برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شد و تعداد ۳۵۷ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا تعداد ۴ مدرسه (شهید آریایی، قاضی طباطبایی، شاهد و فاطمیه) از بین مدارس دوره اول متوسطه شهرستان خوی به صورت تصادفی انتخاب شده و از هر مدرسه ۳ کلاس با تعداد حدود ۳۰ نفر از هر کلاس به صورت تصادفی انتخاب و مورد بررسی قرار گرفتند.

ابزارهای پژوهش

در پژوهش حاضر برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شده‌است:

الف) پرسشنامه سبک‌های تفکر^۱ (TSI): این پرسشنامه حاوی ۱۰۴ سؤال است که در سال (۱۹۹۱) طراحی شده و ۱۳ خرده آزمون را می‌سنجد. هر خرده آزمون شامل ۸ سؤال است که یک سبک تفکر را اندازه گیری می‌کند. در پژوهش حاضر به بررسی کارکردهای سبک‌های تفکر که مهم ترین بعد از ابعاد سبک‌ها می‌باشد و شامل سه خرده آزمون است پرداخته می‌شود، که مجموعاً ۲۴ سؤال را شامل می‌شود. پاسخها در مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت تنظیم شده‌است، سوالات مربوط به هر خرده آزمون به شکل نامنظم در پرسشنامه قرار گرفته‌است کسب نمره بالاتر در هر خرده آزمون نشان دهنده برخورداری بیشتر از سبک تفکر مورد نظر است. ضریب پایایی خرده آزمون‌ها توسط استرنبرگ و همکاران از ۰/۵۶ برای سبک اجرایی تا ۰/۸۸ با میانگینی برابر با ۰/۷۸ به دست آمده‌است. نتایج تحلیل عاملی هم پنج عامل را استخراج کرده که میزان ۷۷ درصد واریانس داده‌ها را تبیین کرده‌اند (استرنبرگ به نقل از سیف و امامی پور، ۱۳۸۲). در پژوهش شکری و همکاران در سال (۱۳۸۵)، ضرایب آلفای کرونباخ برای سبک‌های تفکر قانونی ۰/۷۴، اجرایی ۰/۶۸، قضایی ۰/۷۱، به دست آمد. همچنین نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که پرسشنامه سبک‌های تفکر به منظور اندازه گیری سبک‌های تفکر یادگیرندگان از روایی لازم برخوردار است (شکری، کدیور، فزراد و دانش‌پور، ۱۳۸۵). در پژوهش حاضر پایایی نمره کل مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد.

ب) پرسشنامه کمال‌گرایی^۲ (MPS): این مقیاس توسط هویت وفلت (۱۹۹۱) ابداع و در ایران توسط بشارت روی نمونه ایرانی هنجاریابی و اعتباریابی شده‌است. از سه خرده مقیاس ۳۰ سوالی تشکیل شده‌است که ۱۰ ماده اول کمال‌گرایی خود مدار، ۱۰ ماده دوم کمال‌گرایی دیگر مدار و ۱۰ ماده آخر کمال‌گرایی جامعه مدار را اندازه می‌گیرند. ابعاد کمال‌گرایی بر مقیاس ۵ درجه لیکرت از نمره ۱ تا ۵ سنجیده می‌شود. هویت وفلت (۱۹۹۱) در تحقیق خود همسانی درونی مقیاس MPS خود را قابل قبول اعلام کردند که به ترتیب برای کمال‌گرایی خود مدار، کمال‌گرایی دیگر مدار و کمال‌گرایی جامعه مدار برابر ۰/۸۸، ۰/۷۴، ۰/۸۱ بوده‌است و پایایی بازآزمایی این ابزار برای کمال‌گرایی خود مدار، کمال‌گرایی دیگر مدار و کمال‌گرایی جامعه مدار به ترتیب برابر ۰/۶۹، ۰/۶۶، ۰/۶۰ می‌باشد. در پژوهش بشارت (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده برای پرسشنامه ابعاد کمال‌گرایی برابر ۰/۸۹ است. در مطالعات روانسنجی این مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس کمال‌گرایی خود محور، دیگر محور، جامعه محور به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۱، ۰/۸۱ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب این مقیاس است. (میرزایی و بهبودی، ۱۳۹۶). همچنین در پژوهش حاضر پایایی نمره کل مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد.

1. Thinking Styles Inventory (TSI)

2. Multidimensional Perfectionism Scale (MPS)

ت) پرسشنامه شادکامی^۱ (OHI): آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است. این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگایل و بر اساس پرسشنامه افسردگی بک (BDI, 1976) ساخته شده است. این پرسشنامه ۷ حیطه خودپنداره، رضایت از زندگی، آمادگی روانی، سرذوق بودن، احساس زیبایی شناختی، خودکارآمدی و امیدواری را در بر می‌گیرد (علی پور و نور بالا، ۱۳۷۸) و میزان شادکامی فردی را می‌سنجد. حداقل نمره در این پرسشنامه صفر و حداکثر آن ۸۷ است. همچنین نمره بالا بیانگر شادکامی بیشتر و نمره پایین بیانگر شادکامی کمتر هست (تمیمی پور، ۱۳۹۶). آرگایل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی باز آزمایی آن را طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. روایی همزمان این پرسشنامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره آنها ۰/۴۳ محاسبه شد. همچنین از آنجایی که شادکامی دارای سه بخش: عاطفه مثبت، رضایت و نبودن عاطفه منفی دانسته شده، همبستگی این پرسشنامه با مقیاس عاطفه مثبت برادبرن (۰/۳۲) با شاخص رضایت از زندگی آرگایل (۰/۵۷) و با پرسشنامه افسردگی بک (۰/۵۲-) محاسبه شد. در داخل کشور نیز دکتر احمد علی پور و نور بالا (۱۳۸۷) در پژوهشی پایایی را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آوردند. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی آکسفورد با فهرست افسردگی بک و زیر مقیاس‌های برونگرایی و نوروژ گرایي پرسشنامه شخصیتی آیزنگ به ترتیب برابر با ۰/۴۸ - ۰/۴۵ و ۰/۳۹ بود که روایی همگرایی و واگرایی فهرست شادکامی آکسفورد را تأیید می‌کرد. در پژوهش حاضر پایایی نمره کل مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ به دست آمد.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

جهت تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده توسط ابزارهای فوق، از شاخص‌ها و روش‌های آمار توصیفی برای به دست آوردن میانگین و انحراف استاندارد و از آمار استنباطی برای به دست آوردن ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد.

یافته‌ها

این بخش شامل یافته‌های پژوهش براساس شاخص‌های آمار توصیفی و تحلیل‌های استنباطی است. دانش آموزان شرکت کننده در این پژوهش، از پایه‌های هفتم، هشتم و نهم حضور داشتند که شامل ۱۰۷ نفر (۳۰ درصد) پایه هفتم، ۱۲۹ نفر (۳۶ درصد) پایه هشتم و ۱۲۱ نفر (۳۴ درصد) پایه نهم هستند. در جدول (۱) میانگین و انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش نشان داده شده است.

1. Oxford Happiness Inventory (OHI)

جدول ۱: آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار استاندارد	حداقل	حداکثر
سبک‌های تفکر استرنبرگ		۱۲۵/۲۰	۲۳/۴۶	۳۷	۱۵۰
	سبک تفکر قانون‌گذار	۴۱/۸۲	۸/۲۹	۱۱	۵۳
	سبک تفکر اجرایی	۴۱/۹۱	۸/۱۴	۱۲	۵۲
	سبک تفکر قضایی	۴۱/۴۶	۸/۱۶	۹	۵۲
کمال‌گرایی		۶۵/۹۴	۱۸/۲۹	۴۹	۱۳۰
	کمال‌گرایی خودمدار	۲۱/۸۲	۶/۳۶	۱۲	۴۵
	کمال‌گرایی دیگرمدار	۲۲/۱۳	۶/۵۰	۱۳	۴۵
	کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۲۱/۹۸	۶/۵۱	۱۴	۴۷
شادکامی		۹۱/۶۸	۲۰/۱۵	۴۰	۱۰۷

جدول (۱) اطلاعات مربوط به داده‌های توصیفی مربوط به متغیرهای سبک‌های تفکر، کمال‌گرایی و شادکامی را نشان می‌دهد که طبق مندرجات جدول، میانگین کل سبک‌های تفکر استرنبرگ ۱۲۵/۲۰، کمال‌گرایی ۶۵/۹۴ و شادکامی ۹۱/۶۸ است و میانگین سبک‌های تفکر قانون‌گذار، اجرایی و قضایی به ترتیب ۴۱/۸۲، ۴۱/۹۱ و ۴۱/۴۶ است. میانگین کمال‌گرایی خودمدار، دیگرمدار و جامعه‌مدار نیز به ترتیب ۲۱/۸۲، ۲۲/۱۳ و ۲۱/۹۸ است.

در این بخش فرضیه‌های پژوهشی با استفاده از روش آمار استنباطی، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد بررسی قرار می‌گیرند. برای آزمون فرضیه‌ها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول (۲) ارائه شده است.

جدول ۲: نتایج ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین سبک‌های تفکر استرنبرگ و کمال‌گرایی با شادکامی

متغیر	مؤلفه‌ها	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
سبک‌های تفکر استرنبرگ		۳۵۷	۰/۶۷	۰/۰۱
	سبک تفکر قانون‌گذار	۳۵۷	۰/۶۴	۰/۰۱
	سبک تفکر اجرایی	۳۵۷	۰/۶۲	۰/۰۱
	سبک تفکر قضایی	۳۵۷	۰/۶۴	۰/۰۱
کمال‌گرایی		۳۵۷	-۰/۵۶	۰/۰۱
	کمال‌گرایی خودمدار	۳۵۷	-۰/۵۳	۰/۰۱
	کمال‌گرایی دیگرمدار	۳۵۷	-۰/۵۲	۰/۰۱
	کمال‌گرایی جامعه‌مدار	۳۵۷	-۰/۵۲	۰/۰۱
شادکامی				

با توجه به جدول (۲)، بیشترین ضریب همبستگی بین سبک‌های تفکر استرنبرگ و شادکامی ۰/۶۷ به‌دست آمده که سطح معنی‌داری آن ۰/۰۱ می‌باشد. نتیجه حاصل، نشان می‌دهد که بین نمره کل سبک‌های تفکر استرنبرگ با شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی، رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. بنابراین فرضیه تحقیق تأیید می‌شود.

ضرایب همبستگی بین سبک تفکر قانون‌گذار و سبک تفکر قضایی با شادکامی‌دانش آموزان، ۰/۶۴ و سبک تفکر اجرایی با شادکامی ۰/۶۲ به‌دست آمده که سطح معنی‌داری ۰/۰۱ می‌باشد، در نتیجه بین مولفه‌های سبک تفکر (سبک تفکر قانون‌گذار، اجرایی و قضایی) نیز با شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی، رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

همچنین ضریب همبستگی بین کمال‌گرایی و شادکامی، ۰/۵۶- به‌دست آمده که سطح معنی‌داری آن ۰/۰۱ می‌باشد. نتیجه حاصل، نشان می‌دهد که بین نمره کل کمال‌گرایی با شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی، رابطه معکوس و معنی‌دار وجود دارد. بنابراین فرضیه تحقیق تأیید می‌شود.

در بررسی رابطه بین کمال‌گرایی خودمدار و شادکامی همبستگی به‌دست آمده ۰/۵۳- می‌باشد. همچنین ضریب همبستگی بین کمال‌گرایی دیگرمدار و جامعه‌مدار با شادکامی‌دانش آموزان، ۰/۵۲- به‌دست آمده که سطح معنی‌داری ۰/۰۱ می‌باشد، به این ترتیب، فرض صفر مبنی بر مستقل بودن متغیرها رد شده و نتیجه حاصل، نشان می‌دهد که بین مؤلفه‌های کمال‌گرایی با شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی، رابطه معکوس و معنی‌دار وجود دارد.

به منظور پاسخ‌گویی به این فرضیه (سبک‌های تفکر (قانون‌گذارانه، اجرایی و قضایی) و کمال‌گرایی (خودمدار، دیگرمدار و جامعه‌مدار) می‌توانند شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی را پیش‌بینی کنند) و میزان پیش‌بینی متغیرها، از روش تحلیل رگرسیون (همزمان) استفاده شد که نتایج در جدول (۳) ارائه شده‌است.

جدول ۳: خلاصه یافته‌های حاصل از تحلیل رگرسیون به روش همزمان برای پیش‌بینی شادکامی

مدل	R	R ²	R ² تعدیل شده	خطای استاندارد میانگین
همزمان	۰/۶۷	۰/۴۵	۰/۴۴	۱۵/۰۱

جدول (۳) خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه را به روش همزمان نشان می‌دهد. همبستگی به‌دست آمده در رابطه بین متغیرهای پیش‌بین (مولفه‌های سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی) و شادکامی‌دانش آموزان برابر ۰/۶۷ می‌باشد. همچنین چنانکه مشاهده می‌شود R² به‌دست آمده ۰/۴۵ و مقدار مجذور R تعدیل شده برابر با ۰/۴۴ می‌باشد.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس تغییرات متغیر ملاک براساس تغییرات متغیرهای پیش بین

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
رگرسیون	۶۵۶۸۸/۷۰	۶	۱۰۹۴۸/۱۱	۴۸/۵۴	۰/۰۰۱
باقی مانده	۷۸۹۳۴/۱۵	۳۵۱	۲۲۵/۵۲		
کل	۱۴۴۶۲۲/۸۵	۳۵۷			

طبق جدول (۴) نتایج تحلیل واریانس نشان می‌دهد که مدل رگرسیونی حاضر از نظر آماری معنی‌دار است، به عبارت دیگر معنی‌دار بودن مدل رگرسیونی، رابطه خطی بین متغیرها را تأیید می‌کند. همچنین F به‌دست آمده (۴۸/۵۴) که در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار می‌باشد، نشان می‌دهد یک متغیر قادر است که تغییرات را در متغیر ملاک (شادکامی) پیش بینی کند.

جدول ۵: خلاصه نتایج ضرایب استاندارد شده رگرسیون برای متغیرهای تحقیق

متغیرهای پیش بین	B	خطای معیار	Beta	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۲۸/۳۲	۱۱/۴۶		۲/۴۷	۰/۰۱
سبک تفکر قانون‌گذار	۰/۶۴	۰/۲۲	۰/۲۶	۲/۸۳	۰/۰۰۵
سبک تفکر اجرایی	۰/۳۹	۰/۲۲	۰/۱۱	۱/۳۰	۰/۱۹
سبک تفکر قضایی	۰/۶۸	۰/۲۲	۰/۲۷	۳/۰۲	۰/۰۰۳
کمال‌گرایی خودمدار	-۰/۳۱	۰/۲۷	-۰/۰۹	-۱/۱۵	۰/۰۲
کمال‌گرایی دیگر مدار	۰/۱۹	۰/۲۶	۰/۰۶	۰/۷۲	۰/۴۶
کمال‌گرایی جامعه مدار	-۰/۰۶	۰/۲۴	-۰/۰۲	-۰/۲۴	۰/۸۰

جدول (۵) سهم هر یک از متغیرهای پیش بین را در تغییرات متغیر ملاک نشان می‌دهد. در تحلیل رگرسیون به روش همزمان، سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی برای پیش بینی شادکامی وارد معادله رگرسیون شده‌اند. نتایج حاصل از ضرایب B و سطح معنی‌داری نشان می‌دهد که متغیرهای سبک تفکر قانون‌گذار و سبک تفکر قضایی و کمال‌گرایی خودمدار، شادکامی را به صورت معنی‌دار پیش بینی می‌کنند. سبک تفکر قانون‌گذار با ضریب بتای ۰/۲۶ نیرومندترین متغیر در پیش بینی و دارای ۲۶ درصد نقش و پس از آن متغیر سبک تفکر قضایی با ضریب بتای ۰/۱۱ دارای ۱۱ درصد نقش و متغیر کمال‌گرایی خودمدار با ضریب بتای ۰/۰۹ دارای ۹ درصد نقش در تبیین شادکامی دانش آموزان می‌باشند. بنابراین بررسی ضرایب بتا نشان می‌دهد سبک‌های تفکر و کمال‌گرایی قادر به پیش بینی شادکامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی هستند و فرضیه پژوهش مورد تأیید است.

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه سبک‌های تفکر استرنبرگ و کمال‌گرایی با شادکامی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی بود.

در این پژوهش فرضیه اصلی بیان می‌کرد که بین سبک‌های تفکر استرنبرگ و کمال‌گرایی با شادکامی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی رابطه وجود دارد. نتایج به دست آمده این رابطه را مورد تأیید قرار داد. ضریب همبستگی سبک‌های تفکر با شادکامی $۰/۶۷$ و ضریب همبستگی کمال‌گرایی با شادکامی $۰/۵۶$ - بود.

سبک‌های تفکر به سه سبک قانون‌گذار، اجرایی و قضایی تقسیم می‌شوند که رابطه آن‌ها با شادکامی مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به اینکه تمام موفقیت‌ها و پیشرفت‌های انسان در گرو اندیشه‌ی بارور، پویا و مؤثر است، لذا افراد با شناخت سبک تفکر خویش و طراحی و جهت‌دهی مناسب فعالیت‌های خود می‌توانند به نتایج مثبت و مؤثر دست یابند.

یافته‌ها این فرضیه را که بین سبک‌های تفکر و مؤلفه‌های آن با شادکامی دانش‌آموزان دختر شهرستان خوی رابطه وجود دارد تأیید کرد و جهت همبستگی مثبت و مستقیم است. این یافته با نتایج پژوهش فرزنانجو (۱۳۹۶) و حسن زهی و شریف شه بخش شریفی (۱۳۹۴) همسو است. امیرپور (۱۳۹۱) نیز در پژوهش خود رابطه تفکر انتقادی و شادکامی و عزت نفس اجتماعی را مورد بررسی قرار داد و به این نتیجه دست یافت که بین متغیرهای پژوهش، همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین یافته‌ها با نتایج پژوهش اوزان تینگاز و همکاران (۲۰۱۸) نیز همسو است.

افراد دارای سبک تفکر قانون‌گذار (آفریننده و خلاق) دوست دارند خود روش‌هایی برای انجام دادن کارها ارائه دهند یعنی کارها را به شیوه مطلوب خود انجام دهند و خود تصمیم بگیرند که چه کاری را انجام بدهند. بنابراین خود رأی و خلاق، علاقمند به تدوین و طراحی امور هستند. (تقی زاده و همکاران، ۱۳۹۵، به نقل از آقازاده، ۱۳۹۸). استرنبرگ معتقد است دانش‌آموزان دارای سبک تفکر قانون‌گذار چون دیدگاه‌های ایده آل گرایانه دارند، از شیوه‌های موجود مدارس انتقاد می‌کنند و غالباً انتقادات آنان بجاست. این دانش‌آموزان نسبت به انجام کارهایی که معلمان از آن‌ها می‌خواهند چندان علاقه مند نیستند؛ در عین حال آنها در موقعیت‌های جدید و استرس‌زا هیجان بالایی پیدا نمی‌کنند، بلکه خود به دنبال هیجان هستند که این امر عملاً به خلاقیت آنها می‌انجامد. به این دلیل براساس ضرورت‌هایی که بر آنها تحمیل می‌شود، ساز و کارهایی به صورت خود انگیخته یا خودساخته در آنها شکل می‌گیرد که نهایتاً به افزایش رضایت در آنها منجر می‌شود. این افراد ریسک‌پذیرند و متمرکز بر عواطف نمی‌باشند، بدین معنی که در موقعیت جدید و استرس‌زا هیجان بالایی پیدا نمی‌کنند (فرناندو، ۲۰۰۷). دانش‌آموزانی که از سبک تفکر قانون‌گذارانه بالایی برخوردارند، نسبت به نتایج کار خود نیز دیدگاه مثبتی دارند و شادترند.

افراد با سبک تفکر اجرایی (تحقق بخش) مایلند در سازمان‌هایی کار کنند که قوانین و خط‌مشی‌های آن کاملاً مشخص است. این افراد در واقع به دنبال پیروی از قوانین هستند. بنا به گفته استرنبرگ، افراد دارای سبک تفکر اجرایی مسائلی را ترجیح می‌دهند که دیگران در اختیارشان قرار می‌دهند یا برایشان سازمان می‌دهند (فرناندو، ۲۰۰۷). افرادی که این سبک را دارند، تمایل دارند شکاف‌های ساختارهای موجود را پر کنند، نه اینکه خود ساختارهایی ایجاد کنند، فعالیت‌های از پیش تعریف شده را ترجیح می‌دهند، نظیر حل مسائل ریاضی، استفاده از قواعدی برای حل مسائل و گفتگو درباره نظریات دیگران. افراد دارای تفکر اجرایی دوست دارند در مورد اینکه چه کاری بکنند یا اینکه چگونه آن را انجام دهند، راهنمایی و هدایت شوند (سیف، ۱۳۹۶). دانش‌آموزان بر اساس سبک تفکر اجرایی در برخورد با مسائل سنجیده عمل کرده و تلاش ذهنی زیادی نشان می‌دهند و از رویکرد مسأله‌مدار استفاده می‌کنند، وظیفه‌شناس هستند و نسبت به اطلاعات مربوط به خود اعتماد دارند و هدفمند می‌باشند. لذا تکالیف و اعمال خود را به تأخیر نمی‌اندازند و این هدفمندی و داشتن سبک تفکر اجرایی، باعث افزایش رضایت و شادکامی می‌شود (مورفی و جانکه^۱، ۲۰۰۹).

افراد دارای سبک قضایی (ارزشیابانه) دوست دارند روش‌ها و ساختارهای موجود را تحلیل و ارزیابی کنند. قضاوت در مورد افراد و اعمالشان و ارزیابی برنامه‌ها را دوست دارند و مایلند قوانین و مراحل انجام کار را ارزیابی کرده و درباره هر چیزی قضاوتی داشته باشند. (سیف، ۱۳۹۶). آنها تکالیفی را ترجیح می‌دهند که مربوط به تحلیل و ارزیابی از چیزها و عقاید باشد (فرناندو، ۲۰۰۷). فعالیت‌هایی نظیر نوشتن مقاله‌های انتقادی، قضاوت در مورد افراد و اعمالشان و ارزیابی برنامه‌ها را دوست دارند و این عوامل باعث افزایش رضایت و شادکامی می‌شود.

متغیر بعدی در این پژوهش کمال‌گرایی بود که به سه صورت کمال‌گرایی خودمدار، کمال‌گرایی جامعه‌مدار و کمال‌گرایی دیگرمدار مورد بررسی قرار گرفت. از ویژگی‌های شخصیتی که می‌تواند نقش مؤثری در رفتارهای سازگارانه و یا ناسازگارانه ایفا نماید کمال‌گرایی است. رسیدن به کمال و شکوفا ساختن استعداد و توانایی‌های نهفته و بالقوه فرد به خودی خود بسیار ارزشمند است و در این وادی کمال‌گرایی امری مثبت و پسندیده است اما جنبه ناسازگاری کمال‌گرایی، پاسخ رایج افراد برای مقابله با اعتماد به نامطلوب بودن ارزش خویش است و با پیامدهای منفی مانند احساس شکستن، گناه، عزت نفس پایین رابطه دارد. ویژگی افرادی که کمال‌گرایی منفی دارند این است که لازمه احساس ارزشمندی را وجود بیشترین لیاقت، شایستگی، کمال و فعالیت شدید می‌دانند. آن‌ها برای رسیدن به معیارهای بالا و غیر واقعی تلاش می‌کنند و با موشکافی زیاد به دنبال نواقص و معایب کارهایشان می‌گردند. احساس حقارت، ناتوانی و ناکامی می‌کنند، هرگز از عملکرد خود خوشنود نیستند، خود را سرزنش می‌کنند و خودپنداره ضعیفی دارند؛ بنابراین شادکامی آن‌ها کاهش می‌یابد که این مسأله در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار گرفت و نتایج، همسو با پیشینه و انتظارات بود.

نتایج به دست آمده نشان داد که فرضیه رابطه بین کمال‌گرایی با شادکامی‌دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی رابطه وجود دارد، مورد تأیید است و رابطه منفی و معنی‌دار بین دو متغیر وجود دارد. یافته‌ها با پژوهش طباطبایی و مقابلی (۱۳۹۸)، رضایی قلعه‌گاه و همکاران (۱۳۹۷)، انتصار فومنی و همکاران (۱۳۹۵)، دو دانگه حسن کیاده (۱۳۹۱)، بهادری خسرو شاهی و باباپور خیرالدین (۱۳۹۱) و تمیمی پور (۱۳۹۶) همسو هست. روشنی (۱۳۹۹) نیز در پژوهشی تحت عنوان " بررسی رابطه کمال‌گرایی و خود خاموشی با افسردگی دانش آموزان " نشان داد که بین کمال‌گرایی با افسردگی دانش آموزان که می‌توان آن را نقطه مقابل شادکامی‌دانش است، رابطه وجود دارد. همچنین یافته‌ها با پژوهش ایمانی (۱۳۹۸) که به بررسی رابطه افسردگی با کمال‌گرایی پرداخته بود همسو است. اسمیت و همکاران (۲۰۱۷)، فلت و همکاران (۲۰۰۷)، هویت و همکاران (۲۰۰۲) نیز ارتباط بین کمال‌گرایی با افسردگی و اضطراب که نقطه مقابل شادکامی است را اثبات کردند. اگان و همکاران (۲۰۱۷) نیز در پژوهشی نشان دادند که کمال‌گرایی و تفکر منفی تکراری در شروع و حفظ علائم پری ناتال افسردگی که نقطه مقابل شادکامی است، نقش دارند. ساسارولی و همکاران (۲۰۰۸) و گلو سچکوف و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش‌های خود همین مسأله را نشان دادند.

کمال‌گرایی خود مدار، اشاره به آن دسته از رفتار افراد دارد که برای رسیدن به اهداف سطح بالا و اجتناب و فرار از نتایج منفی تلاش می‌کند و در این هنگام ترس از شکست در فرد مشاهده می‌شود. این افراد فاقد انعطاف پذیری هستند، به همین دلیل از عملکرد خود هر چند از نظر دیگران قابل ستایش باشد، راضی نیستند، به خود انتقاد گری و سرزنش خود می‌پردازند در حالی که کمال‌گراهای مثبت و بهنجار انعطاف پذیرند و از تلاش‌های خود برای رسیدن به هدف احساس رضایت می‌کنند حتی اگر معیارهای شخصی آن‌ها کاملاً محقق نشود. کمال‌گراهای مثبت قادرند محدودیت‌های شخصی و موانع محیطی که آن‌ها را از تحقق عملکرد آرمانی باز می‌دارد بپذیرند. کمال‌گرایی دیگر مدار شامل داشتن توقعات و انتظارات بالا در مورد توانایی‌های دیگران می‌شود. این افراد برای معنی بخشیدن به دیگران و ارزش نهادن برای آن‌ها همواره استانداردهای بالا و غیر معقولی را در نظر می‌گیرند، به کامل بودن افراد اهمیت زیادی می‌دهند و عملکرد دیگران را به شدت مورد ارزیابی قرار می‌دهند. این افراد تمرکزشان روی ارزیابی عملکرد دیگران است و با ویژگی‌هایی نظیر سرزنش اطرافیان، بی‌اعتمادی و احساس خشم نسبت به اطرافیان شناخته می‌شوند که سبب بروز اختلافات و مشکلات در روابط بین فردی، احساس تنهایی و یا طرد شدن می‌گردد. از مشخصه‌های مثبت این بعد، توانایی رهبری گروه و یا ایجاد انگیزه در دیگران است با این حال به عنوان یک بعد ناسازگار در کمال‌گرایی در نظر گرفته می‌شود. کمال‌گرایی جامعه مدار شامل تلاش برای رسیدن به استانداردها و انتظارات تجویز شده از جانب دیگران برای معنا بخشیدن به خود است. این افراد باورهای غیر معقول در رسیدن به استانداردهای عالی وضع شده توسط دیگران، همراه با ترس از ارزیابی و تلاش بیکارگونه برای کامل بودن دارند. بدین ترتیب از آنجایی که استانداردهای تحمیل شده توسط دیگران افراطی و دست نیافتنی است، این بعد از کمال‌گرایی همواره پیامدهای منفی زیادی را با خود به

همرا خواهد داشت و فرد را با تجارب مربوط به شکست و حالت‌های هیجانی نظیر خشم، اضطراب و افسردگی مواجه می‌سازد.

یافته‌ها نشان داد که سبک‌های تفکر (قانون‌گذارانه، اجرایی و قضایی) و کمال‌گرایی (خودمدار، دیگر مدار و جامعه مدار) می‌توانند شادکامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی را پیش بینی کنند. متغیرهای پیش بین به میزان ۴۵ درصد تغییرات را در متغیر شادکامی پیش بینی کردند. در بین متغیرها، سبک تفکر قانون‌گذار و بعد از آن سبک تفکر قضایی بالاترین قدرت پیش بینی را داشتند. به طوری که در تبیین این یافته می‌توان گفت که داشتن سبک‌های تفکر مثبت و درست و بجا در هر موقعیتی از زندگی، باعث ایجاد کفایت مندی و رضایت و شادکامی می‌شود. همچنین متغیر کمال‌گرایی خودمدار نیز قدرت پیش بینی شادکامی را داشت. داشتن کمال‌گرایی نابجا، تحت فشار بودن فرد توسط خودش یا جامعه در جهت عملی که خارج از توان شخص است، میزان رضایت و شادکامی رادر او کاهش می‌دهد.

پاسخ‌های هیجانی بخش مهمی از تعاملات فیزیولوژیک انسان است که توانایی وی را برای بقاء و حفظ سلامت با بیماری‌های مختلف راتحت تأثیر قرار می‌دهد. شادی یکی از این هیجان‌هاست که دامنه وسیعی از کنش‌های عاطفی از احساس آرامش گرفته تا احساس لذت و خلسه را شامل می‌شود (امیدیان، ۱۳۸۸). افراد شادکام احساس کنترل شخصی بیشتری دارند، بیشتر به توانایی‌های خود می‌اندیشند تا به ناتوانی‌ها و درماندگی خویش، با استرس‌های زندگی مقابله بیشتری می‌کنند، عزت نفس بالایی دارند، برای خودشان ارزش قائلند و خودشان را دوست دارند. این افراد به اخلاقیات توجه بسیار دارند و عقلانی رفتار می‌کنند. لذا شادکامی می‌تواند گستره زندگی و نحوه ارتباط و تعامل افراد را با محیط پیرامونش تحت تأثیر قرار دهد (تمیمی پور، ۱۳۹۶). احساس شادی از یک سو انسان را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می‌کند و از سوی دیگر به دلیل ویژگی مسری بودن آن، وابستگی‌های فرد را با محیط گسترده می‌کند؛ از این رو مادامی که شهروندان احساس شادی کنند همواره در خدمت به شهر و افراد جامعه اهتمام بیشتری می‌ورزند. از این منظر نقش شادی و نشاط در زندگی افراد به حدی به سزا است که متفکر اجتماعی، "راسکین"^۱ بر این نکته تأکید می‌ورزد که "ثروتمندترین کشور، کشوری است که بیست‌ترین افراد شاداب را زیر بال خود داشته باشد" (مظفر، ۱۳۷۹: ۱۳، به نقل از حسن زهی و شه بخش شریفی، ۱۳۹۴).

با توجه به اینکه در این پژوهش امکان بررسی جداگانه دانش آموزان دوره‌های مختلف تحصیلی و دانش آموزان پسر فراهم نشد، همچنین نتایج این پژوهش صرفاً محدود به جامعه آماری دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان خوی در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ است در نتیجه در تعمیم آن به دانش آموزان سایر مقاطع و دوره‌های تحصیلی و دانش آموزان پسر و به جامعه دیگر باید احتیاط نمود. یافته‌های پژوهش براساس مقیاس‌های خودگزارش دهی و استفاده از پرسشنامه بود و افراد شرکت کننده

ممکن است نگرش‌ها، عقاید و دیدگاه‌های واقعی خود را در پرسشنامه‌ها بیان نکنند، لذا این عامل نیز می‌تواند تا حدودی نتایج پژوهش را به مخاطره بیندازند.

در پایان بر پایه یافته‌های پژوهش، پیشنهاد می‌گردد که پژوهش‌های مشابهی بین دانش آموزان پسر و سایر مقاطع و دوره‌های تحصیلی اجرا گردد. از سایر روش‌های پژوهشی مانند مصاحبه و مشاهده نیز برای جمع آوری داده‌ها استفاده شود و یافته‌های آن با نتایج پژوهش حاضر مقایسه گردد. با توجه به یافته‌های پژوهش که رابطه مثبت و معناداری را بین سبک‌های تفکر با شادکامی دانش آموزان نشان داد، لذا پیشنهاد می‌گردد دوره‌هایی در راستای آموزش معلمان جهت آشنایی با سبک‌های تفکر و انواع آن و افزایش مهارت‌های معلمی جهت تشخیص سبک‌های تفکر دانش آموزان و نحوه جهت دهی سبک تفکر آن‌ها در موقعیت‌های مختلف تحصیلی و خانوادگی و اجتماعی برای کسب رضایت و شادکامی بیشتر اجرا گردد. با توجه به اینکه سبک‌های تفکر قابل آموزش و انتقال هستند، لذا پیشنهاد می‌گردد با آموزش‌های لازم در جهت گزینش الگوی تفکر مناسب و متناسب با هر موقعیت، میزان شادکامی را در دانش آموزان ارتقا بخشید. نتیجه پژوهش نشان داد که بین کمال‌گرایی و مؤلفه‌های آن (کمال‌گرایی خودمدار، دیگر مدار و جامعه مدار) با شادکامی رابطه منفی وجود دارد، لذا پیشنهاد می‌شود برنامه ریزان آموزشی، آموزش‌هایی در راستای آشنایی خانواده‌ها، معلمان و سایر افراد جامعه با کمال‌گرایی و نتایج و پیامدهای مثبت و منفی آن برگزار نمایند. با آگاه‌سازی دانش آموزان نسبت به شدت و ضعف کمال‌گرایی خود و پیامدهای آن، و آموزش خودراهبری، مشکلات مربوط به این موضوع را در میان افراد جامعه و دانش آموزان کاهش داده و شادکامی بیشتری را در افراد شاهد باشیم. همچنین پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی، مؤلفه‌های شادکامی و رابطه متغیرهای پیش بین با هر یک از آن‌ها بررسی شود و با توجه به اینکه در این پژوهش تنها سه کارکرد از ابعاد سبک‌های تفکر مورد بررسی قرار گرفتند، لذا پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی رابطه سایر سبک‌ها نیز با شادکامی بررسی گردد.

تضاد منافع

بنا بر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هر گونه تعارض منافع بوده‌است.

منابع

- آقا‌زاده، عادل (۱۳۹۸). *رابطه سبک‌های تفکر و سبک‌های دلبستگی با رضایت تحصیلی دانش آموزان دوره‌ی دوم متوسطه‌ی شهرستان کلپیر، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تحقیقات آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز، دانشکده ادبیات و علوم انسانی.*
- امیری، زینب و افتخار سعادی، زهرا (۱۳۹۵). *بررسی کمال‌گرایی و نظریه‌های مربوط به آن. اولین کنفرانس بین‌المللی نوآوری و تحقیق در علوم تربیتی، مدیریت و روانشناسی.*
- امیریور، بزرو (۱۳۹۱). *رابطه تفکر انتقادی و ابعاد آن با شادکامی و عزت نفس دانشجویان. فصلنامه راهبردهای آموزش، ۵ (۳): ۱۴۷-۱۴۳.*

- امیدیان، مرتضی (۱۳۸۸). بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد. *مطالعات تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۰(۱): ۱۱۶-۱۰۱.
- انتصار فومنی، غلامحسین؛ رحمانی، احمد و صالحی، جواد (۱۳۹۵). رابطه کمال‌گرایی و تفکرات غیر منطقی با شادکامی در معلمان شهر زنجان. *دومین همایش ملی روانشناسی مدرسه*، اردبیل.
- ایمانی، مهدی (۱۳۹۸). بررسی رابطه افسردگی با کمال‌گرایی و خودکارآمدی و مهارت‌های ارتباطی. *سومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی*.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۴). تحلیل اکتشافی رابطه کمال‌گرایی و شخصیت. *مجله علمی پژوهش مطالعات تربیتی و روانشناسی*، ۶(۱): ۸۱-۹۶.
- بهادری خسرو شاهی، جعفر و باباپور خیر الدین، جلیل (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های هویتی و کمال‌گرایی با احساس شادکامی در دانشجویان. *مجله روانشناسی*، ۶۱، ۱۶(۱).
- پور جاوید، محمد (۱۳۹۴). *ارتباط بین کمال‌گرایی مثبت، شادکامی و عملکرد ورزشی ادراک شده دانش آموزان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی گرایش مدیریت ورزشی، دانشگاه صنعتی شاهرود.
- تمیمی پور، حمید (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین شادکامی و کمال‌گرایی در دانشجویان دختر و پسر موسسه آموزش عالی جهاد دانشگاهی خوزستان. *مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۲(۱۱): ۸۴-۷۸.
- حسن زهی، ناصر و شه شریف بخشی، شریف (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین سبک‌های تفکر و شادی معلمان. *مجموعه آثار و مقالات برگزیده دهمین کنگره پیشگامان پیشرفت*.
- دلاور، علی و شکوهی امیرآبادی، لیلا (۱۳۹۹). بررسی وضعیت شادکامی و رضایت از زندگی دانشجویان در زمان بحران کرونا و ویروس جدید (کووید ۱۹). *فصلنامه روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی*، ۱۶(۵۶): ۱-۲۴.
- دودانگه حسن کیاده، سوگل (۱۳۹۱). *رابطه بین خودکارآمدی و شادکامی با کمال‌گرایی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد ایلامی واحد تهران مرکزی.
- ذهبی، فاطمه و نامور، هومن (۱۳۹۴). اثر مداخلات روانشناسی مثبت نگر بر شادکامی، خوش بینی، سخت رویی و سازگاری در پرستاران. *مجموعه مقالات پنجمین کنگره انجمن روانشناسی ایران*، ۶۴۷-۶۴۳.
- رشیدی، ریحانه و گل محمد نژاد بهرامی، غلامرضا (۱۳۹۶). بررسی رابطه سبک‌های تفکر و سبک‌های یادگیری با جهت‌گیری هدف دانش آموزان دختر دوره دوم دبیرستان‌های تبریز. *مجله زن و مطالعات خانواده*، ۱۰(۳۸): ۹۹-۱۱۷.
- رضایی قلعه گاه، آذر؛ شیر افکن علی و تربتی نژاد، حسین (۱۳۹۷). رابطه کمال‌گرایی، معنای زندگی با افسردگی در دانشجویان دانشگاه پیام نور روانسر. *چهارمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در علوم انسانی، چالش‌ها و راه‌حل‌ها*.

- رضوی، عبدالمجید و شیری، احمدعلی (۱۳۸۴). بررسی تطبیقی رابطه سبک‌های تفکر دختران و پسران دبیرستانی با پیشرفت تحصیلی آنان. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*، ۴(۱۲): ۱۰۷-۸۴.
- روشنی، زهرا (۱۳۹۹). بررسی رابطه کمال‌گرایی و خود خاموشی با افسردگی دانش آموزان. *هشتمین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی*.
- سلیمانی، یگانه؛ تقدیسی، احسان؛ توحیدی، سهیلا و پاشایی، مهدی (۱۳۹۶). رابطه بین کمال‌گرایی و شادکامی در دانش آموزان ورزشکار پسر. *فصلنامه علمی تخصصی مدیریت، حسابداری و اقتصاد*، ۱(۱): ۵-۱.
- سیف، علی اکبر و امامی پور، سوزان (۱۳۸۲). بررسی سبک‌های تحولی تفکر در دانش آموزان و دانشجویان و رابطه آن‌ها با خلاقیت و پیشرفت تحصیلی. *فصلنامه علمی نوآوری‌های آموزشی*، ۲(۱): ۵۶-۳۵.
- سیف، علی اکبر (۱۳۹۶). روان‌شناسی پرورشی نوین. نشر دوران.
- شفیعی سروستانی، مریم؛ جهانی، جعفر؛ زارع، علی اصغر و موسوی پور، سید روح‌الله (۱۳۹۸). نقش انواع سبک تفکر معلمان در اثربخشی آموزشی کلاس‌های درسی از دید معلمان و دانش آموزان. *مطالعات روان‌شناسی تربیتی*، ۳۶.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین؛ فرزاد، ولی‌الله و دانشورپور، زهرا (۱۳۸۵). رابطه سبک‌های تفکر و رویکردهای یادگیری با پیشرفت تحصیلی دانشجویان. *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، ۸(۲): ۵۳-۴۴.
- شمس، فرحناز؛ کریمیان، جهانگیر و مرادی، حسام (۱۳۹۳). رابطه بین کیفیت زندگی کاری و شادکامی معلمان تربیت بدنی مدارس استان اصفهان. *هشتمین همایش بین‌المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی*، تهران.
- طباطبایی، موسی و مقابلی، انسیه (۱۳۹۸). بررسی رابطه کمال‌گرایی و تفکرات غیر منطقی با شادکامی در معلمان ابتدایی ساوه. *سومین همایش ملی علمی پژوهشی روان‌شناسی و علوم تربیتی*.
- علی پور، احمد و نور بالا، احمد علی (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی اکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران، *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ۵(۲۱): ۲۱.
- فرزانجو، محمد (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین سبک‌های تفکر با شادکامی و کیفیت زندگی کاری در مدیران دبیرستان‌های شهر زاهدان. *دومین کنفرانس اقتصاد، مدیریت و حسابداری*، اهواز.
- کاظمی، سیده فاطمه؛ کریمی، یوسف؛ دلاور، علی و بشارت، محمد علی (۱۳۹۱). مقایسه ابعاد کمال‌گرایی و مکان کنترل در میان دانشجویان با اضطراب امتحان بالا و دانشجویان عادی دانشگاه علامه طباطبایی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۳(۹): ۹.
- کریمی‌بلداجی، روح‌الله؛ عباسی، ایمان؛ بهارلو، غفار؛ میرزاده، محمد و اسماعیلی، محمود (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین سبک‌های تفکر دانش آموزان با عملکرد تحصیلی درس علوم دانش آموزان مقطع آموزش ابتدایی شهر شهرکرد. *مجموعه مقالات همایش ملی آموزش ابتدایی*.

کشتکاران، علی؛ مجتبی، فاطمه؛ هدایتی، سید پوریا و روشن فرد، آمنه (۱۳۸۸). رابطه سبک تفکر با نوآوری سازمانی مدیران ارشد و میانی بیمارستان‌های آموزش شیراز. *مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی*، ۷(۴): ۳۳-۴۰.

محمدی گوندره، پروین (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های هویت و سبک‌های تفکر با مسئولیت پذیری دانش آموزان. *فصلنامه علوم رفتاری (بهر)*، ۱۳(۱): ۱۵۰-۱۳۹.

محمدی میرزایی، کبری و بهبودی، معصومه (۱۳۹۶). رابطه شادکامی با کمال‌گرایی و سبک‌های دفاعی در بین کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن. *فصلنامه علمی - پژوهشی تحقیقات مدیریت آموزشی*، ۸(۳).

نوروزی کریم آباد، منور و پوریا منش، جعفر (۱۳۹۴). مقایسه رابطه کمال‌گرایی و شادکامی بین دانشجویان روانشناسی و مهندسی. *کنفرانس بین‌المللی علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی*، تهران. نورفستی، اعظم (۱۳۹۴). عوامل مؤثر بر شادکامی جانبازان و ایثارگران. *مجموعه مقالات پنجمین کنگره انجمن روانشناسی ایران*، ۱۶۳۰-۱۳۲۷.

معنوی پور، داوود و خراسانی، بهناز (۱۳۸۴). اعتبار، روایی و هنجاریابی پرسشنامه سبک‌های تفکر در دانشجویان. *فصلنامه علوم تربیتی و زمینه‌های وابسته*، ۱(۱): ۱۲۴-۸۳.

معینی، بابک؛ رضاپور شاه کلائی، فروزان؛ تاپاک، لیلی؛ گراوندی، اعظم و پارسا مجد، شهریار (۱۳۹۹). رابطه شادکامی و سلامت روان با سرمایه اجتماعی در کارکنان حوزه سلامت. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۷(۲). وکیلی، پروش؛ بهاری، سیف‌الله و آذرخش، الهام (۱۳۹۱). رابطه سبک دلبستگی و شادکامی با فرسودگی شغلی کارکنان شرکت نفت. *مجموعه مقالات چهارمین کنگره انجمن روان‌شناسی ایران*، ۳۴۶-۳۴۲. همایی، رضوان (۱۳۹۳). رابطه کمال‌گرایی، سرسختی روان‌شناختی، شادکامی و سلامت روان با عملکرد تحصیلی در دانشجویان. *مجله روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۰(۳۳): ۱۱۵-۱۳۳.

Egan, S. J., Kane, R. T., Winton, K., Eliot, C. & McEvoy, P. M. (2017). A Longitudinal investigation of perfectionism and repetitive negative thinking in perinatal depression. *Journal Behaviour Research and Therapy*, 97: 26-32.

Felst, G. L., Besser, A., Hewitt, P. L. & Davis, R. A. (2007). Perfectionism, Silencing the self, and depression. *Journal Personality and Individual Differences*, 43(5):1211-1222.

Fernando, D. B. (2007). The Influence of Students' and Teachers' Thinking Styles on Student Course Satisfaction and on Their Learning Process. *Educational Psychology*, 27(2), 219-234.

Gluschkoff, K., Elovainio, M., Mullola, S., Pulkki-Raback, L., Keltikangas-jarvinen, L. & Hinta, T. (2017). Perfectionism and depressive symptomd:

- the effects of psychological detachment from work. *Journal Personality and Individual Differences*, 116: 186-190.
- Gutierrez, L., Velasco, L., Blanco, Sh., Catala, P., Pastor-Mira, M.A., & Penacoba, C. (2021). Perfectionism, maladaptive beliefs and anxiety in women with fibromyalgia. An explanatory model from the conflict of goals. *Personality and Individual Differences*. 184.
- Hewitt, P. L., Caelian, C. F., Felt, G. L., Sherry, S. B., Collins, L. & Flynn, C. A. (2002). Perfectionism in children: associations with depression, anxiety, and anger. *Journal Personality and Individual Differences*, 32(6): 1049-1061.
- Ozan, T. E., Hazar, M., Ozge Baydar, H. & Gokyurek B. (2018). A Comparative Study of Students Happiness Levels and Thinking Styles in Physical Education and Sport Teaching ,and Other Departments , in Turkey. *International Journal of Higher Education* , 7 (3) :163.
- Murphy, A., & Janeke, H. C. (2009). The Relationship between Thinking Styles and Emotional Intelligence: An Exploratory Study. *South African Journal of Psychology*, 39(3), 357–375.
- Smith, M. M., Sherry, S.B., Mushquash, A.R., Saklofske, D.H., Gautreau, Ch. M. & Nealis, L. J. (2017). Perfectionism erodes social self-esteem and generates depressive symptoms: Studying mother- daughter dyads using a daily diary design with longitudinal follow-up. *Journal of Research in Personality*, 71:72-79.
- Sassaroli, S., Romeo, L., Lenor J., Ruggiero, G. M., Mauri, M. C., Vinai, P. & Frost, R. (2008). Perfectionism in depression , obsessive –compulsive disorder and eating disorders. *Journal Behaviour Research and Therapy*, 16(6): 757-765.
- Sumi, K. & Kanda, K. (2002). Relationship between neurotic perfectionism, depressing, anxiety and psychosomatic symptoms. *Journal of Personality and Individual Differences*, 32, 817-826.

The Relationship between Sternberg Thinking Styles and the Three Dimensions of Perfectionism with the Happiness of Female High School Students in Khoy City

*Sepideh Badamchi*¹

Sohrab Yazdani^{2*}

*Hossein Vahedi*³

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between Sternberg thinking styles and the three Dimensions of Perfectionism with the happiness of female high school students in Khoy. The research method was applied in terms of purpose and descriptive-correlational in terms of data collection. The Statistical population of the present study included female high School students in Khoy city in the 1399-1400 academic year, with a number of 5300 according to the report of the Department of Education. Multi-stage cluster random sampling method was used to select the sample. Krejcie and Morgan sampling table was used to determine the sample size and 357 people were selected as the sample. Data collection tools were the Sternberg Thinking Styles Inventory (TSI), the Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) and the Oxford Happiness Inventory (OHI). Data were analyzed by Pearson correlation coefficient and Multiple regression analysis. The results showed that, there is a positive and significant relationship between thinking styles and its components (legislative, executive and judicial thinking styles) with the happiness of female high School students. Also there is a negative and significant relationship between perfectionism and its components (self-centered, other-oriented and community-oriented perfectionism) with the happiness of female high school students. In addition, thinking styles and perfectionism are able to predict happiness in students.

Keywords: Sternberg, Thinking Styles, Perfectionism, Happiness

1. M. A. in educational psychology, psychology and Educational, Farhangian university, Tehran, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Farhangian University, Tehran, Iran

3. Assistant Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Farhangian University, Tehran, Iran