

Predicting Academic Disengagement of Secondary School English Language Learners Based on Parental Perfectionism: The Mediating Role of Emotional Regulation

Abbas Hemmati¹  & Yaser Khajavi² 

¹ Ph.D. student in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Khuzestan, Iran. abas1392hemati@gmail.com

² Assistant Professor of English Language Teaching, Department of English, Faculty of Humanities, Salman Farsi University of Kazeroun, Fars, Iran. (Corresponding author) yaserkhajavi@kazerunsfu.ac.ir

Abstract

The aim of this study was to predict academic disengagement in English language learners at the secondary level based on parental perfectionism, with the mediating role of emotional regulation. The research method (descriptive-correlational) involved regression analysis (prediction). The population of this study consisted of all English language learners at the secondary level in language centers in Ahvaz who were engaged in learning English during the academic year 2023-2024. The sample consisted of 130 learners and their parents, selected through random cluster sampling. The data collection tools included the Parental Perfectionism Questionnaire by Terry-Short and colleagues (1995), Pekrun Academic Burnout Questionnaire by Pekrun and colleagues (2002), as well as the Emotional Regulation Questionnaire by Gross and John (2003). Descriptive and inferential statistics were used for data analysis, employing SPSS version 24. The findings indicated that academic disengagement in English language learners can be predicted through parental perfectionism and the mediating role of emotional regulation. In other words, parental perfectionism indirectly affects academic disengagement through emotional regulation. Furthermore, abnormal parental perfectionism leads to higher academic disengagement in learners. According to the results, 36% of the academic disengagement can be predicted by parental perfectionism and emotional regulation. Therefore, it can be concluded that negative parental perfectionism as well as the lack of emotional regulation skills contribute to increased academic disengagement.

Keywords: academic disengagement, parental perfectionism, emotional regulation, English language learners.

Received: 2024/09/27; Received in revised form: 2024/11/24; Accepted: 2024/11/17; Published Online: 2024/11/18

How To Cite: Hemmati, A., & Khajavi, Y., (2024), Predicting Academic Disengagement of Secondary School English Language Learners Based on Parental Perfectionism: The Mediating Role of Emotional Regulation, *Journal of Research in Instructional Methods*, 2 (3), 115-144. doi: <https://doi.org/10.22091/JRIM.2024.11386.1106>

Published by: University of Qom

© The Author(s)

Article type: Research



Introduction

Research indicates that parental perfectionism significantly impacts academic disengagement among students, primarily through emotional regulation. Studies also suggest that negative perfectionism in parents may contribute to increased academic procrastination in students. This phenomenon arises because pressures stemming from perfectionism can instill a fear of failure, which acts as a mediating factor in this relationship (Kim & Oh, 2024). Emotional regulation plays a crucial role in how perfectionism affects students. For instance, maladaptive emotional regulation strategies, such as catastrophizing, may reveal the negative effects of perfectionism on self-esteem and academic performance (Minichillo et al., 2024).

Excessive parental perfectionism is recognized as a factor contributing to academic burnout (Zaki et al., 2013; Kanous, 2017). Thus, investigating the relationship between parental perfectionism and academic burnout with emotional regulation as a mediating factor is essential. The interplay between parental perfectionism and emotional regulation underscores the need for supportive parenting styles that foster resilience rather than pressure (Lischetzke et al., 2024). Accordingly, this study aims to explore the influence of situational, personal, and environmental factors (parental perfectionism and emotional regulation) as primary elements affecting the level of academic burnout in students. Given the role of parental perfectionism in academic burnout and its connection to emotional regulation as psychological components, this study poses the question: Can normative or maladaptive parental perfectionism predict academic burnout in English learners through the mediating role of emotional regulation?

Findings

The correlation between emotional regulation and academic burnout among learners is -0.407; the correlation between emotional regulation and normative parental perfectionism is -0.306; and the correlation between normative parental perfectionism and academic burnout among learners is -0.235. These relationships are statistically significant at the 0.01 level; thus, the first three conditions of Samad's guidelines (and McArthur's framework) are met, allowing for regression analysis to be utilized. The correlation between emotional regulation and academic burnout remains -0.407; between emotional regulation and maladaptive parental perfectionism is -0.289; and between maladaptive parental perfectionism and academic burnout among learners is -0.482.

Academic burnout among English learners can be predicted by parental perfectionism with emotional regulation acting as a mediating variable; specifically, there exists an indirect relationship between parental perfectionism and academic burnout among English learners through emotional regulation. Nor-

mative parental perfectionism has a significant positive relationship with a beta coefficient of 0.173, while maladaptive parental perfectionism has a significant negative relationship with a beta coefficient of -0.459 concerning the dependent variable. Thus, an increase in normative parental perfectionism correlates with a decrease in learner burnout levels, whereas an increase in maladaptive parental perfectionism correlates with an increase in learner burnout levels. Not only is there a significant relationship between dimensions of parental perfectionism and academic burnout among English learners, but introducing the mediating variable—emotional regulation—reduces this relationship; specifically, the beta coefficient for normative parental perfectionism decreases from 0.173 to 0.102, while for maladaptive parental perfectionism it declines from -0.459 to -0.392.

Conclusion

The objective of the present study was to investigate whether normative or maladaptive parental perfectionism can predict academic burnout in English learners through emotional regulation. Based on the results, it can be concluded that parental perfectionism is indirectly related to academic burnout among English learners via emotional regulation. The findings suggest that maladaptive parental perfectionism contributes to increased academic burnout among learners; specifically, the more parents expect their children to be the top achievers and foster an unhealthy competitive spirit, the more students experience academic burnout.

Furthermore, it can be asserted that positive emotional regulation skills reduce academic burnout among learners; that is, students who possess effective emotional regulation skills are less likely to experience academic burnout. Conversely, if students lack these emotional regulation skills, they are more prone to experiencing higher levels of academic burnout.

References

- Kim, S., Eui, G., & Oh, K. (2024). The effect of socially prescribed perfectionism of high school students on academic procrastination: Moderated mediation of social supports by fear of failure. *Korean Association For Learner-Centered Curriculum And Instruction*. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2024.24.10.147>
- Lischetzke, T., Grommisch, G., Prestele, E., & Altstötter-Gleich, C. (2024). Are perfectionistic strivings beneficial or detrimental to well-being and achievement? Tests of procrastination and emotion regulation as moderators. *Journal of Personality*. <https://doi.org/10.1111/jopy.12955>
- Minichiello, H., Reasonover, M., & Fuglestad, P. T. (2024). The indirect effects of perfectionism on athletes' self-views through maladaptive emotion regulation. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1373461>
- Parveen, N., Islam, M. A., & Khan, K. M. (2024). Impact of self-oriented perfectionism on academic engagement among university students. *Journal of Professional & Applied Psychology*. <https://doi.org/10.52053/jpap.v5i2.267>

- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of quantitative and qualitative research. *Educational Psychologist*, 37, 91-106. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3702_4
- Sarmad, Z., Bazargan, A., & Hejazi, E. (2023). *Research methods in behavioral sciences* (46th ed.). Agah Publishing. [In Persian]
- Tang, S. (2024). The influence of parental conflict on primary school students' academic self-efficacy. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*. <https://doi.org/10.54097/0x4vc959>
- Tariq, A., Xing, Q., & Mudassar, A. (2024). The mediating effect of parental control on social withdrawal, academic procrastination, and maladaptive perfectionism in young adults and adolescents. *Annals of Human and Social Sciences*. [https://doi.org/10.35484/ahss.2024\(5-i\)28](https://doi.org/10.35484/ahss.2024(5-i)28)
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18(5), 663-668. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00192-U](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)00192-U)
- Zaki, J., & Williams, W. C. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13(5), 803.



پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی مقطع متوسطه بر اساس کمال‌گرایی

والدین: نقش میانجی تنظیم هیجانی

عباس همتی^۱ و یاسر خواجه‌جوی^۲

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، خوزستان، ایران.

abas1392hemati@gmail.com

^۲ استادیار آموزش زبان انگلیسی، گروه زبان انگلیسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه سلمان فارسی کازرون، فارس، ایران. (نویسنده مسئول)

yaserkhajavi@kazerunfsu.ac.ir

چکیده

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی مقطع متوسطه بر اساس کمال‌گرایی والدین با نقش میانجی تنظیم هیجانی است. روش پژوهش (توصیفی - هم‌بستگی) از نوع رگرسیون (پیش‌بینی) است و جامعه آماری این پژوهش کلیه فراگیران زبان انگلیسی مقطع متوسطه اول مؤسسه آموزشی در شهر اهواز که در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ مشغول فراگیری زبان انگلیسی بودند، تشکیل می‌دادند. نمونه آماری این پژوهش ۱۳۰ نفر از فراگیران و والدین آنها هستند که از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه کمال‌گرایی والدین تری شورت و همکاران (۱۹۹۵)، پرسش‌نامه دل‌زدگی تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۲) و پرسش‌نامه تنظیم هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی و نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی با کمال‌گرایی والدین و نقش میانجی تنظیم هیجانی، قابل پیش‌بینی است؛ یا به عبارت دیگر کمال‌گرایی والدین با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی، از طریق تنظیم هیجانی رابطه غیرمستقیم دارد. همچنین نتایج نشان داد که کمال‌گرایی والدینی نابهنجار باعث دل‌زدگی تحصیلی بیشتر در فراگیران می‌شود. بر اساس یافته‌ها ۳۶ درصد از دل‌زدگی تحصیلی توسط کمال‌گرایی والدین و تنظیم هیجانی پیش‌بینی می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که کمال‌گرایی منفی والدین و عدم مهارت تنظیم هیجان باعث افزایش دل‌زدگی تحصیلی می‌شود.

کلید واژه‌ها: دل‌زدگی تحصیلی، کمال‌گرایی، تنظیم هیجانی، فراگیران زبان انگلیسی.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۷/۶؛ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۹/۴؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۸/۲۷؛ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۳/۸/۲۸

استاد: همتی، عباس؛ خواجه‌جوی، یاسر؛ (۱۴۰۳). پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی مقطع متوسطه بر اساس

کمال‌گرایی والدین: نقش میانجی تنظیم هیجانی، *پژوهش در روش‌های آموزش*، ۲ (۳)، ۱۱۵-۱۴۰. doi:

<https://doi.org/10.22091/JRIM.2024.11386.1106>



مقدمه

یکی از موضوعاتی که طی چند سال اخیر توجه زیادی را به خود جلب کرده است، موضوع هیجان‌هاست. این توجه به دلیل نقشی است که هیجان و تنظیم هیجان در رفتار بیرونی ایفا می‌کند. برای هیجان تعاریف متفاوتی ارائه گردیده است ولی به‌طور کلی هیجان به آمادگی برای عمل کردن و واکنش‌های عاطفی و احساسی اطلاق می‌شود. همهٔ انسان‌ها در هر شرایطی هیجان را تجربه می‌کنند و تلاش می‌کنند تا به‌نوعی با آن مقابله کنند. هرچند هیجان‌ها مبنای زیستی دارند، ولی افراد می‌توانند بر جلوه‌های ابراز هیجان‌ها اثر بگذارند این تغییر، تنظیم هیجان نام دارد که شامل فرایندهای درونی و بیرونی است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی فرد را برای رسیدن اهداف به عهده دارد. هیجان‌ها یکی از تعیین‌کننده‌های مهم فرایندهای یادگیری هستند و بر علاقه و عملکردهای تحصیلی و آموزشی دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارند. در محیط‌های تحصیلی و آموزشی، هم هیجان‌ها مثبت و هم هیجان‌ها منفی وجود دارد (حیات و همکاران، ۱۳۹۶). این هیجان‌ها، ساختارهای روانی پیچیده‌ای هستند که تصاویر نمادین را شامل می‌شوند و بر شناخت و رفتار انسان تأثیر می‌گذارند. هیجان‌ها نه تنها تجربیات ذهنی هستند، بلکه به‌صورت جسمانی نیز ظهور پیدا می‌کنند و دوگانگی خود به‌عنوان پدیده‌های ذهنی و جسمی را بازتاب می‌دهند (آناستازیا^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). هیجان‌ها ثابت نیستند و توسط زمینه‌های فرهنگی و زمانی شکل می‌گیرند که منعکس‌کننده هنجارهای اجتماعی و تغییرات تاریخی است (ریمان^۲، ۲۰۲۳). علاوه بر این، هیجان‌ها را می‌توان به اجزای غریزی، احساسی و عقلانی تقسیم کرد که در شناخت و تصمیم‌گیری نقش دارند (الیجاه^۳ و هیل، ۲۰۲۳). هیجان‌ها تحصیلی شامل هیجان‌ها مثبت (لذت و امیدواری در کلاس)، هیجان‌ها منفی (دل‌زدگی از کلاس) است.

یکی از مهم‌ترین هیجان‌ها تحصیلی، احساس دل‌زدگی^۴ تحصیلی در فراگیران است.

¹ Anastasiya

² Reimann

³ Elijah

⁴ disengagement

احساس دل‌زدگی تحصیلی، عدم علاقه، احساس انزجار از درس و کلاس است که ممکن است در حین کلاس درس و یا خارج از محیط کلاس برای دانش‌آموزان اتفاق بیفتد (حقدوست، ۱۳۹۸). همچنین دل‌زدگی با پیامدهای منفی مثل نمره پایین، غیبت از مدرسه، ترک تحصیل و خیال‌بافی هنگام تدریس و پیشرفت تحصیلی پایین در ارتباط است. دانش‌آموزان دل‌زده نمی‌توانند به توانایی‌های شناختی و فراشناختی دست پیدا کنند، از این رو دل‌زدگی را می‌توان به عنوان یک آسیب در جوامع امروزی به خصوص در مدارس به شمار آورد (مظلومیان و همکاران ۱۴۰۰؛ بردبار و شیخ‌الاسلامی، ۲۰۱۴). دل‌زدگی در چند سال اخیر شیوع بیشتری پیدا کرده است و تأثیرات زیان‌بار جسمانی و روانی بر افراد دارد. همچنین با مشکلاتی از جمله افسردگی، اضطراب، بزهکاری، خشم و خشونت، مصرف مواد، قماربازی، اختلالات خوردن رابطه دارد. دل‌زدگی در موقعیت‌های تحصیلی پیامدهایی از جمله پیشرفت تحصیلی پایین، رفتارهای نابهنجار و عدم رضایت از مدرسه ارتباط دارد. برخلاف اهمیت دل‌زدگی تحصیلی، نظری کمی به این هیجان صورت گرفته است (نیک‌اندام کرمانشاهی و همکاران ۱۴۰۰).

یکی از حوزه‌های مرتبط با دل‌زدگی که از اهمیت زیادی برخوردار است و بر عملکرد تحصیلی، رشد هیجانی و عاطفی دانش‌آموزان می‌تواند تأثیرگذار باشد، کمال‌گرایی^۱ منفی والدین و عدم تنظیم هیجان دانش‌آموزان می‌باشد. به بیان روشن‌تر، یکی از دلایل احتمالی دل‌زدگی دانش‌آموزان، والدین کمال‌گرایی هستند که اهداف بلندپروازانه، جاه‌طلبانه، مبهم و دست‌نیافتنی برای فرزندان خود مشخص کرده‌اند (دنالت^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). این کمال‌گرایی منفی منجر به افزایش اهمال‌کاری تحصیلی می‌گردد که با واسطه ترس از شکست انجام می‌شود (کیم و همکاران^۳، ۲۰۲۴). سطوح بالای کمال‌گرایی با اضطراب بالا ارتباط دارد که بر عملکرد تحصیلی تأثیر منفی می‌گذارد (شین و همکاران، ۲۰۲۳). همه افراد گرایش ذاتی به سمت خودشکوفایی دارند و دوست دارند توانایی‌های بالقوه خود را

¹ perfectionism

² Denault

³ Kim et al

به بهترین نحو ممکن شکوفا کنند و به رشدی بالاتر از رشد کنونی خود دست پیدا کنند. گرایش ذاتی افراد حرکت به سوی کسب توانایی‌های بالقوه خویش است، ممکن است در راه کسب توانایی‌های خود با برخی موانع محیطی و اجتماعی روبه‌رو شوند. البته رسیدن به کمال و شکوفا ساختن استعدادها و توانایی‌های نهفته و بالقوه فرد به‌خودی‌خود بسیار ارزشمند است و در این وادی کمال‌گرایی امری مثبت و پسندیده است؛ ولی آنچه مطلوب و پسندیده نیست جنبه افراطی یا منفی کمال‌گرایی است (استوبر^۱ و کار، ۲۰۱۷). کسانی که گرایش به کمال‌گرایی افراطی دارند، سعی می‌کنند در هر کاری بهترین باشند یا بهترین نتیجه را فارغ از استعداد و توانایی کسب کنند، این افراد، والدین کمال‌گرای منفی و سخت‌گیر داشته‌اند که در منزل با قدرت مطلق حکم‌فرمایی می‌کردند (کارمو و همکاران، ۲۰۲۱). این‌گونه کمال‌گرایی نابهنجار عبارتست از تلاش برای یک ایده‌آل دست‌نیافتنی یا اهداف غیرواقع‌بینانه (آرمین و همکاران ۱۳۹۰). نکته قابل‌تأمل این است که افراد کمال‌گرای نابهنجار تمایل دارند خودشان را از نقص‌ها دور کنند؛ ولی افراد کمال‌گرای نابهنجار برای اینکه بتوانند از خودشان محافظت کنند و از امنیت‌شان مطمئن شوند، نیاز به کنترل افراطی دارند (نیک‌اندام کرمانشاهی و همکاران ۱۴۰۰). شواهد نشان داده است ترکیبی از عوامل شخصی و محیطی (موقعیتی) می‌تواند در ایجاد تجربه دل‌زدگی دخیل می‌باشند. شناسایی این عوامل بسیار بااهمیت است (دهرویه و همکاران، ۱۴۰۲)، زیرا به افراد کمک می‌کند تا با شناسایی عوامل تأثیرگذار بر دل‌زدگی در جهت رفع آنها تلاش کنند.

از آنجایی که دل‌زدگی یک هیجان منفی است و یکی از بهترین روش‌های مقابله با هیجانات منفی، تنظیم هیجان است، پژوهش در این زمینه می‌تواند بسیار مفید باشد تا هنگامی که فراگیران یا دانش‌آموزان دچار دل‌زدگی شدند از مهارت تنظیم هیجانی استفاده کنند (هایس و همکاران، ۲۰۲۳). فراگیرانی که در تنظیم هیجان مشکل دارند در هنگام فراگیری زبان نمی‌توانند از هیجانات مثبت به‌صورت سازنده استفاده کنند و در مقابل از هیجانات منفی

¹ Stoeber

² Hayes

بیشتری برخوردارند و این باعث مشکلاتی از جمله درک منفی خود، نگرانی از روابط با دیگران و عملکرد اجتماعی پایین و عملکرد تحصیلی ضعیف می‌شود و این مشکلات باعث دل‌زدگی در آنان می‌شود (زاکی^۱ و همکاران، ۲۰۱۳) و (یلدریم و آتای^۲، ۲۰۲۴).

با وجود اینکه نوعی عمومی از کمال‌گرایی وجود دارد که تمام ابعاد زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، اما برخی صاحب‌نظران ادعا می‌کنند که سطح کمال‌گرایی، در حوزه‌های مختلف مانند کار، تحصیلات، ورزش و... به طور قابل ملاحظه‌ای متفاوت است. تحقیقات نشان می‌دهد که انتظارات بالای والدین می‌تواند استرس مدرسه را تشدید کند و منجر به شکایات سلامتی در میان نوجوانان شود، که به نوبه خود باعث ناراحتی تحصیلی می‌شود (دیاز^۳ و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه بر این، کمال‌گرایی، به ویژه کمال‌گرایی تجویز شده از نظر اجتماعی، با افزایش اضطراب و کاهش عملکرد تحصیلی در زبان‌آموزان مرتبط است، زیرا فشاری ایجاد می‌کند که مانع تنظیم هیجانی می‌شود (شیرازی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۷). تحقیقات نشان داده‌اند وقتی والدین و معلمان از دانش‌آموزان انتظار دارند که همیشه بهترین باشند و بر روی رقابت متمرکز شوند، می‌تواند فشار زیادی به آن‌ها وارد کند. این فشار می‌تواند منجر به دل‌زدگی تحصیلی، اضطراب و حتی افت عملکرد تحصیلی شود (به عنوان مثال: مافیلد^۴ و همکاران، ۲۰۱۶؛ رایس^۵ و همکاران، ۲۰۱۶؛ بورگس^۶ و دیبارتولو، ۲۰۱۶؛ احمد^۷ و همکاران؛ ۲۰۲۳ و تانگ^۸ و همکاران، ۲۰۲۴).

مشکلات تنظیم هیجانی می‌تواند کیفیت زندگی مدرسه را کاهش دهد و چرخه استرس و ناراحتی ایجاد کند (فار^۹ و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین، رسیدگی به کمال‌گرایی والدین و افزایش مهارت‌های تنظیم هیجانی برای کاهش ناراحتی تحصیلی در یادگیرندگان زبان

¹ Zaki

² Yildirim & Atay

³ Diez

⁴ Mafild

⁵ Rice

⁶ Burgess&Dibartolo

⁷ Ahmed

⁸ Tang

⁹ Far

انگلیسی بسیار مهم است (پیشقدم و آخوندپور، ۲۰۱۱). تحقیقات نشان می‌دهد که کمال‌گرایی والدین به‌طور قابل‌توجهی بر دل‌سردی تحصیلی در میان دانش‌آموزان، عمدتاً از طریق تنظیم هیجانی، تأثیر می‌گذارد. مطالعات همچنین نشان می‌دهد که کمال‌گرایی منفی در والدین ممکن است باعث افزایش اهمال‌کاری تحصیلی در دانش‌آموزان شود. این امر به این دلیل است که فشارهای ناشی از کمال‌گرایی می‌تواند موجب ایجاد ترس از شکست شود که این ترس نقش واسطه‌گر را در این رابطه ایفا می‌کند (کیم^۱ و او، ۲۰۲۴). کنترل والدین با کمال‌گرایی ناسازگار و کناره‌گیری اجتماعی مرتبط است، که نشان می‌دهد انتظارات بالای والدین می‌تواند اهمال‌کاری تحصیلی را تشدید کند و یادگیرندگان را دل‌سرد کند (احمد و همکاران، ۲۰۲۴). تنظیم هیجانی نقش مهمی در چگونگی تأثیر کمال‌گرایی بر دانش‌آموزان دارد. به‌عنوان مثال، راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار، مانند فاجعه‌سازی، می‌تواند تأثیرات منفی کمال‌گرایی را بر عزت نفس و عملکرد تحصیلی آشکار کند (مینچیلو^۲ و همکاران، ۲۰۲۴).

نتایج تحقیقات نشان داده‌اند که رفتارهای تنظیم هیجانی با جنبه‌های حیاتی سازگاری مدرسه، از جمله مهارت‌های اجتماعی، عملکرد تحصیلی و پیشرفت تحصیلی کلی مرتبط است. به‌عنوان مثال: رسام و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی به بررسی تأثیر سه برنامه آموزش (خوش‌بینی، تنظیم هیجان و ذهن آگاهی) بر کاهش تعلل‌ورزی در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب امتحان می‌پردازد. مطالعه از نوع تجربی و شامل پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. نتایج نشان داد که هر سه روش آموزشی به‌طور معناداری در کاهش تعلل‌ورزی مؤثر بودند، که در میان آنها، روش تنظیم هیجان بیشترین تأثیر را داشت و پس از آن خوش‌بینی و ذهن آگاهی قرار داشتند.

در پژوهشی دیگر، نیک‌اندام‌کرمانشاهی و همکاران (۱۴۰۰) به بررسی الگوی ساختاری رابطه بین دشواری‌های تنظیم هیجانی و دل‌زدگی تحصیلی، با تأکید بر نقش میانجی

¹ Kim

² Minichiello

خودناتوان‌سازی تحصیلی در دانش‌آموزان پرداختند. این مطالعه از نوع توصیفی-هم‌بستگی و از طریق مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. یافته‌ها نشان‌دهنده وجود رابطه مثبت و معنادار بین ابعاد دشواری‌های تنظیم هیجانی، کمال‌گرایی منفی و خودناتوان‌سازی با دل‌زدگی تحصیلی بود. همچنین، مدل‌یابی معادله ساختاری نشان داد که ۹۶ درصد از واریانس ابعاد خودناتوان‌سازی توسط دشواری‌های تنظیم هیجانی و ۶۴ درصد از واریانس دل‌زدگی تحصیلی به وسیله دشواری‌های تنظیم هیجانی و خودناتوان‌سازی تبیین می‌شود. آدینسکی و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهش دیگری نحوه ارتباط رفتارهای تنظیم هیجان گزارش شده توسط والدین و معلمان با نتایج سازگاری در مدرسه (شامل مهارت‌های اجتماعی، عملکرد تحصیلی و موفقیت تحصیلی) در دوران کودکی را بررسی نمودند. یافته‌های پژوهش نشان داد که رفتارهای تنظیم هیجان با جنبه‌های مهمی از سازگاری در مدرسه هم‌بستگی داشتند. باتوجه به مطالب مطرح شده، کمال‌گرایی افراطی والدین یکی از عوامل دل‌زدگی تحصیلی به حساب می‌آید زاکی^۱ و همکاران (۲۰۱۳) و کانوس^۲ (۲۰۱۷). لذا پژوهش در زمینه کمال‌گرایی والدین و رابطه آن با دل‌زدگی تحصیلی با نقش میانجی تنظیم هیجان ضروری است. تأثیر متقابل بین کمال‌گرایی والدین و تنظیم عاطفی، نیاز به سبک‌های حمایتی والدین را برجسته می‌کند که به جای فشار، تاب‌آوری را تقویت می‌کند (لیزچزه^۳ و همکاران، ۲۰۲۴). براین اساس، به‌منظور آگاهی از تأثیر عوامل موقعیتی، شخصی و محیطی (کمال‌گرایی والدین و تنظیم هیجان) به‌عنوان عنصر اصلی بر میزان دل‌زدگی تحصیلی دانش‌آموزان، پژوهش حاضر انجام شد. باتوجه به نقش کمال‌گرایی والدین بر دل‌زدگی تحصیلی، و همچنین باتوجه به ارتباط بین تنظیم هیجانی^۴ با دل‌زدگی تحصیلی به‌عنوان مؤلفه‌های روان‌شناسی، این سوال مطرح می‌گردد که آیا کمال‌گرایی بهنجار یا نابهنجار والدین قادر به پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی به‌واسطه نقش میانجی تنظیم هیجانی می‌باشد؟

¹ Zaki

² Kanus

³ Lischetzke

⁴ emotion regulation

پژوهش حاضر فرضیه‌های زیر را بررسی می‌نماید:

فرضیه ۱). دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی بر اساس کمال‌گرایی والدینی قابل‌پیش‌بینی است.

فرضیه ۲). تنظیم هیجانی فراگیران زبان انگلیسی بر اساس کمال‌گرایی والدینی قابل‌پیش‌بینی است.

فرضیه ۳). دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی بر اساس تنظیم هیجانی آنها قابل‌پیش‌بینی است.

روش‌شناسی

این تحقیق بر حسب هدف بنیادی و بر حسب گردآوری داده‌ها، (توصیفی - هم‌بستگی) از نوع رگرسیون (پیش‌بینی) است. در پژوهش حاضر به دلیل اینکه متغیر کمال‌گرایی والدین به‌عنوان متغیر پیش‌بین دل‌زدگی در نظر گرفته می‌شود از رگرسیون چندگانه (روش گام‌به‌گام) برای تحلیل استفاده شده است. در این پژوهش کمال‌گرایی والدین، به‌عنوان متغیر پیش‌بین و دل‌زدگی تحصیلی به‌عنوان متغیر ملاک و تنظیم هیجانی به‌عنوان متغیر میانجی محسوب می‌شوند. جامعه آماری این پژوهش، کلیه فراگیران زبان انگلیسی (با والدین آنها) مقطع متوسطه شهر اهواز که در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در آموزشگاه‌های زبان انگلیسی مشغول به تحصیل هستند می‌باشد. نمونه‌های مورد پژوهش از روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین صورت که از بین ۴ ناحیه آموزش و پرورش، یک ناحیه انتخاب شد و بعد از انتخاب ناحیه، یکی از مؤسسات مشهور کشوری انتخاب شد. دلیل انتخاب این مؤسسه این بود که نمونه مورد نظر ما که نوجوانان ۱۴ تا ۱۹ ساله بودند، در این مؤسسه مشغول فراگیری زبان انگلیسی بودند. دامنه سنی بین ۱۴ تا ۱۹ سال بود. همچنین رضایت داشتن از شرکت در آزمون کسانی که در آموزشگاه‌های زبان انگلیسی مشغول فراگیری زبان انگلیسی هستند در نظر گرفته شد. نمونه آماری این پژوهش ۱۵۰ نفر از دانش‌آموزان و فراگیران زبان انگلیسی مشغول به تحصیل در

آموزشگاه‌های زبان انگلیسی با ۱۵۰ والدین آنها به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. از این تعداد پرسش‌نامه ۱۳۰ عدد قابلیت استفاده در پژوهش را داشتند و ۲۰ عدد کنارگذاشته شدند. ۸۹ نفر از والدین نمونه مورد بررسی، مرد و ۴۱ نفر زن بودند. این افراد در بازه سنی ۳۳ تا ۵۳ سالگی قرار داشته و افراد در سن ۴۵ بیشترین فراوانی را داشتند.

پژوهشگر پس از صحبت با مسئولین آموزشگاه‌ها و کسب رضایت از آنها، با حضور در آموزشگاه زبان، ضمن معرفی خود، برای رعایت اصول اخلاقی و جلب همکاری فراگیران درباره موضوع و هدف پژوهش تا آنجا که تأثیری روی نتیجه پژوهش نگذارد به آنان توضیح داده شد و به آنان اطمینان داده شد که نتیجه به‌صورت گروهی مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرد و آنها در قبول یا رد شرکت در پژوهش مختار هستند. پژوهشگر ۱۳۰ نفر از فراگیران که از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده بودند را انتخاب کرد و پرسش‌نامه دل‌زدگی تحصیلی و پرسش‌نامه تنظیم هیجانی بین آنها توزیع شد. هر فراگیر اقدام به تکمیل پرسش‌نامه‌ها نمود و در پایان پرسش‌نامه کمال‌گرایی بین آنها توزیع شد و از آنها درخواست شد که پرسش‌نامه‌ای را که به‌منظور کمال‌گرایی والدینشان بود، والدینشان تکمیل کنند و جلسه بعد به منشی آموزشگاه تحویل دهند. در تمامی مراحل، یکی از پژوهشگران در تعامل و هم‌دلی با شرکت‌کنندگان در پژوهش حضور داشت و به پرسش‌های آنان جواب می‌داد. بعد از گردآوری داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ برای تحلیل داده‌ها استفاده گردید. همچنین ضریب هم‌بستگی پیرسون و رگرسیون به روش گام‌به‌گام برای تحلیل آماری قرار این پژوهش استفاده شده است.

در پژوهش حاضر، برای جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه که قبلاً در تحقیقات ایرانی مورد اعتباریابی قرار گرفته بودند، استفاده گردید. همچنین ۵ نفر متخصص دارای دکتری روان‌شناسی روایی صوری و محتوایی کیفی پرسش‌نامه‌ها را مورد بررسی و تأیید قرار دادند. پرسش‌نامه دل‌زدگی تحصیلی پکران^۱ و همکاران: این پرسش‌نامه دارای ۲۲ گویه است

^۱ Pekrun Academic Burnout Questionnaire

که به منظور اندازه‌گیری سطح دل‌زدگی تحصیلی دانش‌آموزان طراحی شده است. این پرسش‌نامه بر اساس یک مقیاس ۵ درجه‌ای در طیف لیکرت (۵ سوالی) از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری شده است که ۱ مساوی کاملاً مخالف و ۵ مساوی کاملاً موافق، است. ۲۲ و ۱۱۰، کمترین و بیشترین نمره‌ای است که فرد از این پرسش‌نامه کسب می‌کند و هر چه نمره بالاتر باشد، دل‌زدگی تحصیلی بیشتر است و نمرات بالاتر از ۶۵ به معنای دل‌زدگی تحصیلی است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه در پژوهش حاضر ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسش‌نامه کمال‌گرایی^۱ تری شورت (PANPS): این پرسش‌نامه دارای ۴۰ گویه است که در طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای (کاملاً مخالفم، مخالفم، نمی‌دانم، موافقم، کاملاً موافقم) که توسط تری شورت و همکاران (۱۹۹۵) طراحی شده است و کمال‌گرایی مثبت و منفی آزمودنی‌ها را می‌سنجد شیوه نمره‌گذاری و تفسیر این آزمون بدین شرح است: ۲۰ سؤال کمال‌گرایی مثبت را می‌سنجد و ۲۰ سؤال دیگر کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد. نمره آزمودنی در این مقیاس در کمال‌گرایی مثبت حداقل ۲۰ و حداکثر ۱۰۰ خواهد بود و نمره آزمودنی در کمال‌گرایی منفی ۲۰ و حداکثر ۱۰۰ می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه در پژوهش حاضر ۰/۸۵ به دست آمد. همان‌گونه که ذکر شد روایی صوری و محتوایی کیفی از طریق نظر متخصصان تایید گردید.

پرسش‌نامه تنظیم هیجانی^۲ گراس و جان: این پرسش‌نامه سال ۲۰۰۳ توسط گراس و جان برای اندازه‌گیری تنظیم هیجان تهیه شده است و دارای دو خرده‌مقیاس است و از ۱۰ گویه تشکیل شده است. خرده‌مقیاس ارزیابی مجدد از ۶ گویه و خرده‌مقیاس فرونشانی از ۴ گویه تشکیل شده است. پاسخ‌های این پرسش‌نامه از مقیاس لیکرت ۷ سوالی از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) تشکیل شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه در پژوهش حاضر ۰/۷۲ به دست آمد که از نظر آماری قابل قبول می‌باشد.

¹ Perfectionism Attitudes Scale

² Emotion Regulation Questionnaire

یافته‌ها

برای بررسی رابطه مستقیم بین متغیرهای مطرح شده در فرضیه‌ها ابتدا از جدول ماتریس هم‌بستگی استفاده می‌شود تا هم‌بستگی بین متغیرها به دست آید و سپس در صورت معنادار بودن این هم‌بستگی و برای بررسی رابطه غیرمستقیم بین متغیرها از رگرسیون استفاده شد.

جدول ۱. ماتریس هم‌بستگی بین متغیرهای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، کمال‌گرایی والدینی بهنجار و تنظیم هیجانی فراگیران

متغیرها	دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	کمال‌گرایی والدینی نابهنجار	تنظیم هیجانی فراگیران
دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	-		
کمال‌گرایی والدینی نابهنجار	۰/۲۳۵**	-	
تنظیم هیجانی فراگیران	-۰/۴۰۷**	-۰/۳۰۶**	-

**0.01

جدول ۱ ماتریس هم‌بستگی بین متغیرهای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، کمال‌گرایی والدینی بهنجار و تنظیم هیجانی را نشان می‌دهد. در این جدول هم‌بستگی تنظیم هیجانی با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران 0.235 ، هم‌بستگی تنظیم هیجانی با کمال‌گرایی والدینی بهنجار 0.306 و هم‌بستگی کمال‌گرایی والدینی بهنجار با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران 0.407 است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، رابطه این سه متغیر در سطح 0.01 معنادار است؛ بنابراین شروط اول، دوم و سوم از دستورالعمل سرمد (و چارچوب مک آرتور) برقرار است و می‌توان از رگرسیون استفاده کرد.

جدول ۲. ماتریس هم‌بستگی بین متغیرهای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، کمال‌گرایی والدینی نابهنجار و تنظیم هیجانی فراگیران

متغیرها	دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	کمال‌گرایی والدینی بهنجار	تنظیم هیجانی فراگیران
دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	-		

متغیرها	دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	کمال‌گرایی والدینی بهنجار	تنظیم هیجانی فراگیران
کمال‌گرایی والدینی بهنجار	-.۰/۴۸۲**	-	
تنظیم هیجانی فراگیران	-.۰/۴۰۷**	۰/۲۸۹**	-

**<۰/۰۱p

جدول ۲ ماتریس هم‌بستگی بین متغیرهای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، کمال‌گرایی والدینی نابهنجار و تنظیم هیجانی را نشان می‌دهد. در این جدول هم‌بستگی تنظیم هیجانی با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران $۰/۴۰۷-$ ، هم‌بستگی تنظیم هیجانی با کمال‌گرایی والدینی نابهنجار $۰/۲۸۹$ و هم‌بستگی کمال‌گرایی والدینی نابهنجار با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران $۰/۴۸۲-$ است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، رابطه این سه متغیر در سطح $۰/۰۱$ معنادار است؛ بنابراین شروط اول، دوم و سوم از دستورالعمل سرمد (و چارچوب مک آرتور) برقرار است و می‌توان از رگرسیون استفاده کرد. قبل از استفاده از رگرسیون، ابتدا پیش‌فرض‌های رگرسیون بررسی شد. نرمال بودن توزیع داده‌ها، با استفاده از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف، بررسی گردید.

جدول ۳. آزمون کلموگروف - اسمیرنوف برای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، ابعاد کمال‌گرایی والدینی (بهنجار و نابهنجار) و تنظیم هیجانی فراگیران

دل‌زدگی تحصیلی فراگیران	کمال‌گرایی والدینی بهنجار	کمال‌گرایی والدینی نابهنجار	تنظیم هیجانی فراگیران
Zآزمون-k s	۱/۴۰۷	۰/۹۱۶	۱/۱۰۹
سطح معناداری	۰/۲۱۴	۰/۳۷۱	۰/۱۷۱

مطابق با جدول ۳ نتایج نشان می‌دهد که توزیع داده‌ها با توجه به سطح معناداری (بالای $۰/۰۵$)، نرمال است.

فرضیه اصلی ۱ دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی با کمال‌گرایی والدین و نقش میانجی تنظیم هیجانی، قابل‌پیش‌بینی است. یا به عبارت دیگر کمال‌گرایی والدین با دل‌زدگی

تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی، از طریق تنظیم هیجانی رابطه غیرمستقیم دارد.

جدول (۴) - نتایج رگرسیون چندگانه بین متغیرهای دل‌زدگی تحصیلی فراگیران، ابعاد کمال‌گرایی والدینی (بهنجار و نابهنجار) و تنظیم هیجانی فراگیران

متغیرها	مدل ۱			مدل ۲		
	B	β	سطح معنای داری	B	β	سطح معناداری
تنظیم هیجانی فراگیران	-	-	-	۰/۳۱۹	-۰/۲۶۳	۰/۰۰۱
کمال‌گرایی والدینی	۰/۱۸۹	۰/۱۷۳	۰/۰۲۶	۰/۱۱۱	۰/۱۰۲	۰/۰۴۳
کمال‌گرایی نابهنجار والدینی	-۰/۷۰۰	-۰/۴۵۹	۰/۰۰۰	-۰/۵۹۹	-۰/۳۹۲	۰/۰۰۰
R		۰/۵۱۲			۰/۵۶۶	
²R		۰/۲۶۲			۰/۳۲۰	
تعدیل ²R		۰/۲۵۰			۰/۳۰۴	
سطح معناداری		۰/۰۰۰			۰/۰۰۰	

طبق جدول ۴، در زمینه بررسی پیش‌فرض‌های رگرسیون، نتیجه آزمون دوربین واتسون (۱/۸۶۵) به‌دست‌آمده برای مدل ۲ استقلال داده‌ها را نشان می‌دهد. برای بررسی عدم هم‌خطی بین متغیرهای مستقل نیز از شاخص تلرانس و تورم واریانس استفاده شده است. نتایج نشان می‌دهد که میزان این شاخص‌ها برای متغیرهای مستقل در حد مطلوب قرار داشته و فرض برقراری عدم هم‌خطی متغیرهای مستقل رعایت شده است. در این جدول، در مدل ۱ تأثیر متغیر مستقل یعنی ابعاد کمال‌گرایی والدینی (بهنجار و نابهنجار) مورد بررسی قرار گرفته است. نتیجه به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که کمال‌گرایی والدینی بهنجار با ضریب بتای ۰/۱۷۳ رابطه معنادار و مثبت و کمال‌گرایی والدینی نابهنجار با ضریب بتای -۰/۴۵۹ - رابطه معنادار و منفی با متغیر وابسته دارد. بدین ترتیب که با افزایش کمال‌گرایی

والدینی بهنجار، میزان دل‌زدگی فراگیران کاهش و در مقابل، با افزایش کمال‌گرایی والدینی نابهنجار میزان دل‌زدگی فراگیران افزایش می‌یابد. ضریب تعیین $0/262$ نشان می‌دهد که تقریباً ۲۶ درصد از واریانس دل‌زدگی فراگیران توسط ابعاد کمال‌گرایی والدینی تبیین می‌شود. در مدل ۲ متغیر تنظیم هیجانی همراه با متغیر مستقل وارد مدل شد. در این مدل، تنظیم هیجانی، کمال‌گرایی والدینی بهنجار و کمال‌گرایی والدینی نابهنجار به ترتیب با ضریب بتای $0/263$ ، $0/102$ و $0/392$ - رابطه معناداری با متغیر وابسته نشان دادند. ضریب هم‌بستگی چندگانه در این مدل برابر با $0/566$ است که بیانگر وجود رابطه متغیرهای مستقل با وابسته است. ضریب تعیین برابر با $0/320$ بیانگر این است که ۳۲ درصد از واریانس متغیر وابسته توسط متغیرهای تنظیم هیجانی و ابعاد کمال‌گرایی والدینی تبیین می‌شود. این اطلاعات کمک می‌کند تا رابطه ابعاد کمال‌گرایی والدینی ابتدا به‌طور مستقل و سپس با همراهی متغیر تنظیم هیجانی بررسی شود. نتایج تأیید می‌کنند که بین ابعاد کمال‌گرایی والدینی با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی نه تنها رابطه معنادار وجود دارد؛ بلکه با ورود متغیر میانجی یعنی تنظیم هیجان، این رابطه کاهش می‌یابد؛ بدین گونه که ضریب بتای کمال‌گرایی والدینی بهنجار از $0/173$ به $0/102$ و ضریب بتای کمال‌گرایی والدینی نابهنجار از $0/459$ - به $0/392$ - کاهش یافته است.

نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی این سؤال بود که آیا کمال‌گرایی بهنجار یا نابهنجار والدین قادر به پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی به‌واسطه تنظیم هیجان است؟ فرضیه اول پژوهش بیان می‌داشت که دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی با کمال‌گرایی والدین و نقش میانجی تنظیم هیجانی، قابل‌پیش‌بینی است. باتوجه‌به نتایج، کمال‌گرایی والدین با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی از طریق تنظیم هیجانی رابطه غیرمستقیم دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که با افزایش کمال‌گرایی والدینی بهنجار، میزان دل‌زدگی فراگیران کاهش می‌یابد و در مقابل، با افزایش کمال‌گرایی والدینی نابهنجار، میزان دل‌زدگی فراگیران افزایش می‌یابد. یعنی اگر کمال‌گرایی در حد بهنجار

باشد باعث اشتیاق تحصیلی و علاقه به درس و کلاس می‌شود و اگر در حد نابهنجار باشد و والدین زیاده‌تر از توان، از فرزندانشان تکلیف بخواهند یا بیش از توان، آنها را وارد رقابت تحصیلی نمایند، نتیجه معکوس می‌دهد و فراگیران دچار دل‌زدگی تحصیلی می‌شوند. نتایج تأیید می‌کنند که بین ابعاد کمال‌گرایی والدینی با دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی نه تنها رابطه معنادار وجود دارد؛ بلکه با ورود متغیر میانجی یعنی تنظیم هیجان، این رابطه کاهش می‌یابد؛ در تبیین متغیر تنظیم هیجانی فراگیران زبان انگلیسی می‌توان این‌طور نتیجه گرفت که تنظیم هیجانی مثبت باعث کاهش دل‌زدگی تحصیلی می‌شود و این کاهش دل‌زدگی هم در فراگیرانی که والدین کمال‌گرای نابهنجار و هم والدین کمال‌گرایی بهنجار دارند دیده می‌شود. بنابراین، برخورداری از مهارت تنظیم هیجانی باعث کاهش دل‌زدگی می‌شود. یافته‌های کلی پژوهش با یافته‌های نیکاندام کرمانشاهی و همکاران (۱۴۰۰)، رسام و همکاران (۱۴۰۰)، زاکی^۱ و همکاران (۲۰۱۳)، کانوس^۲ (۲۰۱۷) هم‌خوانی دارد. با توجه به یافته‌ها می‌توان گفت که کمال‌گرایی بهنجار والدین باعث کاهش دل‌زدگی تحصیلی فراگیران می‌شود؛ یعنی هرچه والدین با فرزندان دانش‌آموز هم‌دلی نشان دهند و به‌طور نرمال پیگیر کارهای تحصیلی آنها باشند دانش‌آموزان کمتر دچار دل‌زدگی تحصیلی می‌شوند. این یافته‌ها با یافته‌های پروین و خان (۲۰۲۴) و دیاز^۳ و همکاران (۲۰۲۴) هم‌خوانی دارد.

فرضیه دوم پژوهش بیان می‌داشت که دل‌زدگی تحصیلی فراگیران زبان انگلیسی بر اساس کمال‌گرایی والدینی قابل پیش‌بینی است. با توجه به این یافته‌ها می‌توان گفت که کمال‌گرایی نابهنجار والدین باعث افزایش دل‌زدگی تحصیلی فراگیران می‌شود؛ یعنی هرچه والدین از فرزندان دانش‌آموز بخواهند که برترین فرد در تحصیل باشند و روحیه رقابت‌جویی نابهنجار را در آنها تقویت کنند، دانش‌آموزان بیشتر دچار دل‌زدگی تحصیلی می‌شوند. یافته‌های این فرضیه با یافته‌های مافیلد^۴ و همکاران (۲۰۱۶)، رایس^۵ و همکاران

¹ Zaki

² Kanus

³ Diaz

⁴ Mafild

⁵ Rice

(۲۰۱۶)، بورگس^۱ و دیبارتولو (۲۰۱۶)، احمد^۲ و همکاران (۲۰۲۳) و تانگ^۳ و همکاران (۲۰۲۴) مطابقت دارد. در تبیین یافته‌های فرضیه‌های بالا می‌توان گفت که والدینی که کمال‌گرایی منفی دارند، معیارهای که برای فراگیران یا دانش‌آموزان تدوین می‌کنند بدون توجه به سطح استعداد و توانایی و علاقه آنها می‌باشد و فرزندان را ملزم به اجرای آنها می‌کنند. این کار باعث به وجود آمدن استرس و اضطراب دانش‌آموزان برای رسیدن به اهداف مورد نظر والدین می‌شود. از طرف دیگر به دلیل وضع معیارهای سطح بالا و غیر منطقی، رسیدن به این اهداف سخت و دشوار می‌شود و با شکست مواجه می‌شوند و این شکست آنها را مستعد افسردگی و عدم لیاقت و شایستگی و عدم شوق و اشتیاق به مسائل تحصیلی می‌کند (سو^۴ و همکاران، ۲۰۲۴). محرک اصلی در افراد کمال‌گرای منفی برتری‌یافتن بر دیگران است نه شکوفایی استعدادهای نهفته افراد. والدین افراد کمال‌گرا از فرزندان خود می‌خواهند در هر کاری به حد کمال برسند و به بهترین نحو آن را انجام دهند؛ در غیر این صورت از آنان راضی نخواهند شد. نرسیدن به اهداف مورد نظر والدین، فرزندان را دچار اضطراب و بی‌ارزشی می‌کند و این افراد در رسیدن به اهداف خود دچار شکست می‌شوند در نتیجه شکست و نرسیدن به اهداف غیر منطقی، از نظر خودشان انسان‌های بی‌ارزشی هستند و این‌طور احساس می‌کنند که از نظر دیگران نیز انسان بی‌ارزشی هستند و احترام و اعتبار خود را از دست داده‌اند و در نتیجه این باورها، فعالیت‌های درسی و تحصیلی آنها کاهش می‌یابد. این امر موجب کاهش اشتیاق به تحصیل و درس می‌شود (مافیلده و همکاران ۲۰۱۶). کمال‌گرایان سازگار از تلاش سخت لذت می‌برند به گونه انعطاف‌پذیر با مسائل تحصیلی برخورد می‌کنند و برای رسیدن به موفقیت انعطاف‌پذیر هستند و محدودیت‌های تحصیلی و کاری را می‌پذیرند و اهداف منطقی برای خود و فرزندان در نظر می‌گیرند و در صورت نرسیدن به اهداف، احساس بی‌ارزشی نمی‌کنند و

¹ Burgess & Dibartolo

² Ahmed

³ Tang

⁴ Suh

⁵ Mafild

این ویژگی‌های والدین کمال‌گرای مثبت یا سازگار، باعث دل‌زدگی تحصیلی نمی‌شود یا دانش‌آموزان چنین والدینی دل‌زدگی کمتری نسبت به والدین کمال‌گرای منفی تجربه می‌کنند (رایس^۱ و همکاران ۲۰۱۶).

فرضیه سوم پژوهش بیان می‌داشت که دل‌زدگی تحصیلی بر اساس نقش میانجی تنظیم هیجانی مثبت قابل‌پیش‌بینی است. باتوجه به جداول، ضریب هم‌بستگی بین دو متغیر ذکر شده ۰۴۰- درصد است و تقریباً ۶ درصد از دل‌زدگی تحصیلی توسط تنظیم هیجانی پیش‌بینی می‌شود. باتوجه به این یافته‌ها می‌توان گفت که تنظیم هیجانی مثبت باعث کاهش دل‌زدگی تحصیلی فراگیران می‌شود؛ یعنی هرچه دانش‌آموزان از مهارت تنظیم هیجانی برخوردار باشند کمتر دچار دل‌زدگی تحصیلی می‌شوند. ولی اگر دانش‌آموزان از مهارت تنظیم هیجان برخوردار نباشند بیشتر دچار دل‌زدگی تحصیلی می‌شوند. نتایج بررسی این فرضیه با پژوهش آدینسکی^۲ و همکاران (۲۰۲۴) هم‌راستا می‌باشد. در تبیین این فرضیه می‌توان این‌طور استدلال کرد که تنظیم هیجانی منفی یا پایین فراگیران زبان انگلیسی در حوزه‌های بیشتری از هیجانات، مشکلات انطباقی و موقعیتی دیده می‌شود. تنظیم هیجانی پایین باعث ناتوانی در تنظیم پاسخ‌های شدید در دانش‌آموزان می‌شود. به عبارتی دیگر فراگیرانی که در تنظیم هیجان دچار مشکل هستند به دلیل مشکلات ناشی از این اختلال که مشکلات جسمانی و روانی هستند از هیجانات خودآگاهی ندارند و هنگام قرارگرفتن موقعیت‌های مختلف نمی‌توانند به‌خوبی از هیجانات خود استفاده کنند، زیرا وجود مشکلات روانی و جسمانی باعث می‌شود که خود را همیشه به‌صورت منفی ارزیابی کنند و کمتر خود را برای کارها و مسائل زندگی درگیر می‌کنند. آثار این ارزیابی منفی و عدم درگیری با مسائل زندگی به‌صورت دل‌زدگی تحصیلی نمایان می‌شود. آموزش تنظیم هیجان به فراگیران زبان انگلیسی باعث می‌شود که از وجود هیجانات خود به‌خوبی آگاه شوند و با بازاریابی هیجانات در موقعیت‌های گوناگون نسبت به ابراز درست هیجانات خود اقدام کنند و زندگی سالم‌تری داشته باشند. همچنین می‌توانند مشکلات خود و از جمله دل‌زدگی تحصیلی را کاهش دهند.

¹ Rice

² Adynski

پژوهش حاضر دارای محدودیت هایی می باشد: جامعه آماری این پژوهش فراگیران پسر زبان انگلیسی است و تعمیم نتایج به فراگیران دختر، باید با احتیاط صورت گیرد یا نباید تعمیم داده شود. در این پژوهش سطح هوش فراگیران مورد بررسی قرار نگرفت و سطح درآمد و سواد والدین کنترل نگردید. همچنین در بررسی پیش‌بینی متغیر دل‌زدگی تحصیلی علاوه بر متغیرهای موجود متغیرهای دیگری نیز دخیل هستند که کنترل تمام آنها از سوی پژوهشگران ممکن نبود. در پایان، در این پژوهش فقط از پرسش‌نامه مداد-کاغذی استفاده شد که از جمله محدودیت‌ها به شمار می‌رود. علاوه بر این، پژوهش‌های انجام شده با هدف گسترش و تعمیق نتایج این تحقیق و به‌کارگیری یافته‌های حاصل در فرآیند آموزش و یادگیری، همچنین اجرای مهارت‌های مرتبط، صورت می‌گیرد.

باتوجه به اینکه کمال‌گرایی والدین و مهارت تنظیم هیجانی با دل‌زدگی تحصیلی رابطه دارد، پیشنهاد می‌شود کارگاه‌هایی در خصوص کمال‌گرایی برای والدین و کارگاه‌هایی در خصوص آموزش تنظیم هیجان برای فراگیران برگزار شود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده سطح هوش فراگیران و سطح درآمد و سواد والدین کنترل شود. به علاوه هر دو والد به سؤالات پرسش‌نامه کمال‌گرایی پاسخ دهند. پیشنهاد می‌شود علاوه بر روش کمی از روش کیفی یا از روش ترکیبی (کمی و کیفی) استفاده شود تا درک عمیق‌تری از مبانی نظری دل‌زدگی تحصیلی حاصل شود. همچنین، بررسی تأثیر عوامل محیطی مانند فشارهای اجتماعی و انتظارات فرهنگی می‌تواند به گسترش پژوهش کمک کند. این عوامل می‌توانند به شناسایی الگوهای جدید و درک بهتر دل‌زدگی تحصیلی کمک کنند و به محققان این امکان را بدهند که استراتژی‌های مؤثرتری برای مقابله با این پدیده ارائه دهند.

فهرست منابع

- آرمین، مریم؛ سهرابی، نادره و کاظمی، سلطانعلی. (۱۳۹۰). رابطه ابعاد کمال‌گرایی والدین با عزت نفس و خودکارآمدی فرزندان. *روشها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۲، ۱۵-۲۸.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). بررسی رابطه کمال‌گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش‌آموزان. *روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۴ (۱)، ۱-۱۹.
- بردبار، مریم و شیخ‌الاسلامی، راضیه. (۲۰۱۴). نقش پنج عامل بزرگ شخصیت در پیش‌بینی هیجانات پیشرفت دانشجویان. *مهارت‌های روان‌شناسی تربیتی*، ۵ (۳)، ۱۲-۲۱.
- حقدوست، هیلدا. (۱۳۹۸). تعیین عوامل مؤثر بر دل‌زدگی تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی از دیدگاه معلمان، متخصصان و دانش‌آموزان. *سلامت روان کودک*، ۶ (۳)، ۲۴۲-۲۵۵.
- حکمتیان، ملیحه؛ نوشادی، ناصر و نیکدل، فریبرز. (۱۳۹۷). دل‌زدگی تحصیلی از درس مطالعات اجتماعی بر اساس ساختار کلاس، کیفیت تدریس و حمایت عاطفی معلم. *روان‌شناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی*، ۱۴ (۴۹)، ۲۹-۵۱.
- دهرویه، شهربانو؛ توکلی، نغمه و توکلی، نجمه. (۱۴۰۲). مدل علی در ارتباط با انگیزش پیشرفت با استرس تحصیلی ادراک شده بر اساس نقش میانجی سبک‌های پردازش اطلاعات و سرگردانی ذهنی در دانشجویان پرستاری. *مدیریت پرستاری*، ۱۲ (۲)، ۷۳-۵۸.
- رسام، امیررضا؛ غفاری، عذرا؛ ابوالقاسمی، عباس و بیرامی، منصور. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش برنامه‌های (خوش‌بینی، تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی) در کاهش تعطل ورزی، تاب‌آوری و دل‌زدگی تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب امتحان. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۵ (۳) ۲۶۳-۲۴۶.
- سرمه، زهره؛ بازرگان، عباس و حجازی الهه. (۱۴۰۲). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری (چاپ چهل و شش). تهران: انتشارات آگه.
- نیک اندام کرمانشاهی، حسین؛ صفائی راد، ایرج؛ عرفانی، نصراله و یاراحمدی، یحیی. (۱۴۰۰). الگوی ساختاری دشواری تنظیم هیجانی و دل‌زدگی تحصیلی: نقش میانجی خودناتوان‌سازی تحصیلی در دانش‌آموزان. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۰ (۴)، ۱۲۳-۱۳۸. doi: 10.22098/jsp.2022.1460
- نیک اندام کرمانشاهی، حسین؛ صفائی راد، ایرج؛ عرفانی، نصراله و یاراحمدی، یحیی. (۱۴۰۰). نقش کمال‌گرایی منفی، دشواری تنظیم هیجانی و خودناتوان‌سازی در پیش‌بینی دل‌زدگی تحصیلی دانش‌آموزان پسرمتوسطه دوره دوم. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۰ (۲)، ۱۵۵-۱۸۰. doi: 10.22098/jsp.2021.1184

- Adynski, H., Propper, C., Beeber, L., Gilmore, J. H., Zou, B., & Santos Jr, H. P. (2024). The role of emotional regulation on early child school adjustment outcomes. *Archives of Psychiatric Nursing*, 51, 201-211.
- Ahmad, N., Sahrudin, N. F., Hamdan, H. S., Zakaria, W. N., Rozaki, N. J., Sofian, N. S. M., & Karima, N. I. (2023). Exploring parental pressure on academic performance among adolescents. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(3), 571-579.
- Anastasiya, A., Lipnevich., Colin, Knox., Denise, Aigle., Sobitxonov, Joxongir, Zunnurxon, o'g'li., Yanpeng, Zhang., Sharon, Heidenreich. (2023). *Emotions in education*. doi: 10.1016/b978-0-12-818630-5.14032-1
- Armin, M., Sohrabi, N., & Kazemi, S. (2011). The relationship between dimensions of parental perfectionism and self-esteem and self-efficacy of children. *Psychological Models and Methodds*, 2, 15-28. [In Persian]
- Burgess, A., & Dibartolo, P. M. (2016). Anxiety and perfectionism: Relationships, mechanisms, and conditions. *Springer International Publishing*, 177-203.
- Basharat, M. A. (2005). Examining the relationship between parental perfectionism and students' exam anxiety. *Journal of Psychology and Educational Sciences*, 4(1), 1-19. [In Persian]
- Bordbar, M., & Sheikh Al-Islami, R. (2014). The role of the Big Five personality traits in predicting students' achievement emotions. *Quarterly Journal of Educational Psychology Skills*, 5(3), 12-21. [In Persian]
- Carmo, C., Oliveira, D., Brás, M., & Fáisca, L. (2021). The influence of parental perfectionism and parenting styles on child perfectionism. *Children*, 8(9), 777.
- Dehrooiyeh, S., Tavakoli, N., & Tavakoli, N. (2023). Path model relating achievement motivation to perceived academic stress based on the mediating role of information processing styles and mind wandering in nursing students. *Quarterly Journal of Nursing Management*, 12(2), 73-58. [In Persian]
- Deneault, A. A., Gareau, A., Bureau, J. F., Gaudreau, P., & Lafontaine, M. F. (2020). Fear of failure mediates the relation between parental psychological control and academic outcomes: A latent mediated-moderation model of parents' and children's genders. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 1567-1582.
- Diez, M., Jiménez-Iglesias, A., Paniagua, C., & García-Moya, I. (2024). The Role of Perfectionism and Parental Expectations in the School Stress and Health Complaints of Secondary School Students. *Youth & Society*, 56(5), 885-906.
- Elijah, W., & Hale, N. (2023). Emotion.
- Gross, I. M. (2011). Predictors of academic achievement and failure among low-income urban African-American adolescents: An ecological perspective. Loyola University Chicago.
- Rasam, A. R., Ghafari, O., Abolghasemi, A., & Birami, M. (2021). Comparing the effectiveness of training programs (optimism, emotion regulation, and mindfulness) in reducing procrastination, resilience, and academic burnout in students with exam anxiety. *Islamic Lifestyle with a Focus on Health*, 5(3), 246-263. <https://jdisabilstud.org/article-1-1453-fa.html>. [In Persian]
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York, NY: Guilford Press.
- Haghdoust, H. (2019). Determining the factors affecting educational burnout among high school students from the perspectives of teachers, specialists, and students. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 6(3), 242-255. [In Persian]
- Hayes, B. K., Harikumar, A., Ferguson, L. A., Dicker, E. E., Denny, B. T., & Leal, S. L. (2023). Emotion regulation during encoding reduces negative and enhances neutral mnemonic discrimination in individuals with depressive symptoms. *Neurobiology of Learning and Memory*, 205, 107824.

- Hekmatiyan, M., Noshadi, N., & Nikdel, F. (2018). Educational burnout from the subject of social studies based on classroom structure, teaching quality, and emotional support from teachers. *Quarterly Journal of Educational Psychology, 14*(49), 29-51. [In Persian]
- Jafarian, Y., Pirani, Z., & Ein Ali, Z. (2024). A parental burnout modelling based on perfectionism mediated through self-compassion in parents of students suffering from specific learning behavioral disorders. *Acta Psychologica*.
- Jayakumar, A., Sudhir, P. M., & Mariamma, P. (2016). Procrastination, Perfectionism, Coping and their Relation to Distress and Self-esteem in College Students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 42*, 82-91.
- Kim, S., Eui, G., & Oh, K. (2024). The effect of socially prescribed perfectionism of high school students on academic procrastination: Moderated mediation of social supports by fear of failure. *Korean Association For Learner-Centered Curriculum And Instruction*.
- Kunos, N. (2017). School related burnout and students' coping strategies. In European educational research association, ECER Conference (8-21).
- Lischetzke, T., Grommisch, G., Prestele, E., & Altstötter-Gleich, C. (2024). Are perfectionistic strivings beneficial or detrimental to well-being and achievement? Tests of procrastination and emotion regulation as moderators. *Journal of Personality*.
- Minichiello, H., Reasonover, M., & Fuglestad, P. T. (2024). The indirect effects of perfectionism on athletes' self-views through maladaptive emotion regulation. *Frontiers in Psychology*.
- Mofield, E., Parker Peters, M. P., & Chakraborti-Ghosh, S. (2016). Perfectionism, coping, and underachievement in gifted adolescents: Avoidance vs. approach orientations. *Education Sciences, 6* (21), 1-22.
- Nik Andam Kermanshahi, H., Safai Rad, I., Erfani, N., & Yarahmadi, Y. (2021). A structural model of emotional regulation difficulties and educational burnout: The mediating role of self-handicapping in students. *Journal of School Psychology and Institutions, 10*(4), 123-138. [In Persian]
- Nik Andam Kermanshahi, H., Safai Rad, I., Erfani, N., & Yarahmadi, Y. (2021). The role of negative perfectionism, emotional regulation difficulties, and self-handicapping in predicting educational burnout among male secondary school students. *Journal of School Psychology and Institutions, 10*(2), 155-180. [In Persian]
- Parveen, N., Islam, M. A., & Khan, K. M. (2024). Impact of self-oriented perfectionism on academic engagement among university students. *Journal of Professional & Applied Psychology*.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of quantitative and qualitative research. *Educational Psychologist, 37*, 91-106.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2007). The control-value theory of achievement emotions: An integrative approach to emotions in education. In P. A. Schutz & R. Pekrun (Eds.), *Emotions in education* (13-36). San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- Pishghadam, R., & Akhondpoor, F. (2011). Learner Perfectionism and its Role in Foreign Language Learning Success, Academic Achievement, and Learner Anxiety. *Journal of Language Teaching & Research, 2*(2). 432-440.
- Reimann, D. (2023). Emotion.
- Rice, K. G., Richardson, C. M. E., & Ray, M. E. (2016). Perfectionism in academic settings. In F. M. Sirois & D. S. Molnar (Eds.), *Perfectionism, health, and well-being* (245-264).
- Sarmad, Z., Bazargan, A., & Hejazi, E. (2023). *Research methods in behavioral sciences* (46th ed.). Agah Publishing. [In Persian]
- Shin, J., Lee, H. J., Park, Y., Hong, Y. K., Song, D. U., & Oh, S. (2023). Perfectionism, test anxiety, and neuroticism determine high academic performance: A cross-sectional study. *BMC Psychology*.

- Shirazizadeh, M., Moradkhani, S., & Karimpour, M. (2017). Anxiety and performance in second language writing: Does perfectionism play a role?. *Journal of Foreign Language Research*, 7(1), 153-178.
- Stoeber, J., & Yang, H. (2010). Perfectionism, self-efficacy, and aspiration level: Differential effects of perfectionistic striving and self-criticism after success and failure. *Personality and Individual Differences*, 45(4), 323-327.
- Stoeber, J., & Corr, P. J. (2017). Perfectionism, personality, and future-directed thinking: Further insights from revised Reinforcement Sensitivity Theory. *Personality and Individual Differences*, 105, 78-83.
- Suh, H., Liou, P. Y., Jeong, J., & Kim, S. Y. (2024). Perfectionism, prolonged stress reactivity, and depression: A two-wave cross-lagged analysis. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(1), 54-68.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics (5th edition)*. Boston: Pearson Education.
- Tang, S. (2024). The influence of parental conflict on primary school students' academic self-efficacy. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*.
- Tariq, A., Xing, Q., & Mudassar, A. (2024). The mediating effect of parental control on social withdrawal, academic procrastination, and maladaptive perfectionism in young adults and adolescents. *Annals of Human and Social Sciences*.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18(5), 663-668.
- Yildirim, C., & Atay, D. (2024). Investigating language learners' emotion regulation strategies via achievement emotions in language learning contexts. *TEFLIN Journal*, 35(1), 143-168.
- Zaki, J., & Williams, W. C. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13(5), 803.