

ارتباط اهمال کاری تحصیلی دانشجویان و کمال گرایی

پژوهشگران در یک مطالعه با بررسی باورهای فراشناختی و کمال گرایی در دانشجویان به پیش بینی اهمال کاری تحصیلی آن‌ها پرداختند.



پژوهشگران در یک مطالعه با بررسی باورهای فراشناختی و کمال گرایی در دانشجویان به پیش بینی اهمال کاری تحصیلی آن‌ها پرداختند.

به گزارش ایسنا، کمال گرایی؛ یک ویژگی شخصیتی است که خصوصیات آن، با تلاش فرد برای بی عیب و نقص بودن و تنظیم استانداردهایی برای بالاترین سطح عملکرد توصیف می شود. شخص کمال گرا خودارزیابی انتقادی دارد و در مورد ارزیابی دیگران نسبت به خود نگران است.

به تعویق انداختن کارهای ضروری و انجام دادن کارهایی با ضرورت کمتر را اهمال کاری می گویند. برخی بررسی ها نشان داده که افراد کمال گرا و اهمال کار ویژگی های شناختی مشترکی دارند که باعث می شود، هر دو بر معیارهای مطلق و بی عیب و نقص انجام دادن کارها، تکیه کنند.

با توجه به همین موضوع، پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه با انجام یک مطالعه، اهمال کاری تحصیلی دانشجویان را بر اساس باورهای فراشناختی و کمال گرایی مورد بررسی قرار دادند. برای انجام این مطالعه ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه به طور تصادفی انتخاب شدند.

نتایج حاصل از یافته های این پژوهش، نشان داد که بین اهمال کاری تحصیلی با کمال گرایی همبستگی مثبت معنی داری وجود داد. همچنین مشخص شد که اهمال کاری تحصیلی با باورهای فراشناختی همبستگی منفی و معنی داری دارد.

پژوهشگران این مطالعه با توجه به نتایج به دست آمده و نقش راهبردهای فراشناختی و کمال گرایی در پیش بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان، توصیه می کنند که برنامه های آموزشی گسترده در زمینه یادگیری باورهای فراشناختی مثبت و مناسب راه اندازی شود. همچنین دانشجویان از باورهای فراشناختی منفی و زیان بار پرهیز کرده و جلسات آموزشی در جهت شناخت ابعاد منفی و مثبت کمال گرایی و تأثیر آن بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان برای بهبود آموزش و یادگیری و کاهش اهمال کاری تحصیلی برگزار شود.

نتایج این پروژه تحقیقاتی با عنوان «پیش بینی اهمال کاری تحصیلی بر اساس باورهای فراشناختی و کمال گرایی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه» در پایگاه نتایج پژوهش های سلامت کشور منتشر شده و بومی صفری و علیرضاتونی؛ پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، در انجام این طرح تحقیقاتی مشارکت داشتند.