

رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه با کمال گرایی دانشجویان

محمد رضا مرادی¹، الهام بخشیان²

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه با کمال گرایی دانشجویان موسسه آموزش عالی دانش پژوهان پیشرو شهر اصفهان صورت گرفت. این مطالعه به صورت همبستگی انجام شد. جامعه آماری دانشجویان موسسه غیرانتفاعی دانش پژوهان پیشرو شهر اصفهان بودند که از بین آنها 30 نفر از رشته های مختلف به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از فرم کوتاه پرسشنامه ی طرحواره های ناسازگار اولیه (یانگ، ۲۰۰۵) و پرسشنامه ی کمال گرایی (هیل و همکاران، ۲۰۰۴) استفاده شد.

داده های به دست آمده با روش آماری ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها نشان داد بین حوزه طرد و جدایی، خودگردانی و عملکرد مختل و هشیاری افراطی و بازداری طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($P < 0.05$). نتایج نشان می دهد با توجه به رابطه مستقیم بین طرحواره های ناسازگار و کمال گرایی، با افزایش حوزه جدایی و طرد، حوزه خودگرانی و عملکرد مختل و هشیاری افراطی - بازداری طرحواره های ناسازگار اولیه، کمال گرایی افزایش می یابد.

واژگان کلیدی: طرحواره های ناسازگار اولیه، کمال گرایی، دانشجویان

مقدمه :

¹ - عضو هیئت علمی گروه روانشناسی موسسه آموزش عالی دانش پژوهان پیشرو، اصفهان. ایران.
² - دانشجوی کارشناسی روانشناسی موسسه آموزش عالی دانش پژوهان پیشرو، اصفهان. ایران.

کمال گرایی یکی از مهمترین ویژگی های شخصیتی است (شری و استوبر ، ۲۰۱۶) و به تلاش شدید یا وسواسی برای کامل بودن در هرکاری اشاره دارد (کاتن و یسیلتاس، ۲۰۱۵). از لحاظ تاریخی مفهوم کمال گرایی یک مقوله روانشناختی مورد علاقه بسیاری از روانشناسان است (دونگ جین، ۲۰۱۱)، و گاهی معیارهای کمال گرایانه و غیر واقع بینانه از سوی دیگران بر فرد تحمیل می شود که دسترسی به این معیارها، بسیار دشوار می باشد. از آنجایی که این معیارها افراطی بوده و به عنوان تجربیاتی تحمیلی و بیرونی مطرح اند، بنابراین، می تواند نوعی احساس عدم کنترل را در فرد ایجاد کنند، که نتایج آن احساس شکست، اضطراب، خشم، درماندگی و ناامیدی است. (سوئینی و فینگرهات، ۲۰۱۳).

اگر چه تعریف پذیرفته شده ای برای کمال گرایی وجود ندارد، اما به طور وسیعی به عنوان یک ویژگی شخصیتی مرتبط با موفقیت و پیشرفت فردی، لحاظ شده و در دستیابی افراطی و وسواسی به استانداردهای بالا و انتظارات بیش از حد از خود منعکس می شود. طبق دیدگاه پاتولوژی کمال پرستی یا کمال گرایی اختلال شخصیتی مربوط به حالت وسواس و اجبار است که در آن انجام کاری یا نتیجه کاری آگد کمتر از کمال باشد مورد قبول فرد قرار نمیگیرد. در چنین حالاتی باورهای یادشده غیرسالم هستند و روانشناسان از چنین افرادی به عنوان کمال طلبان ناهنجار یاد میکنند.

فراست کمال گرایی را وضع معیارهای بالای عملکرد همراه با خودارزیابی های کاملاً انتقادی تعریف میکنند درحالی که فلیت وهویت (2002) کمال گرایی را تلاش برای بی عیب بودن و تعریف کردند.

علیرغم تعاریف متعدد ارائه شده، بیشتر پژوهشگران معتقدند که نهای خواهی نشان دهنده متغیری شخصیتی همراه با ویژگیهای شناختی، رفتاری و شکلی از آسیب شناسی روانی تعریف شده به وسیله معیارهای شخصی بالا مثل خود انتقادی شدید است به علاوه میتواند ثیرات منفی بر افکار، عواطف و رفتارها داشته باشد، باعث اختلال در کارکردهای روزمره شود و همچنین مانع پیشرفت درمانگری اختلال ها شود (هوشیار، افشاری نیا، عارفی، کاکابرایی و امیری ، 1398)

یافته های پژوهشی وجود نوعی کمالگرایی بهنجار را در مقابل کمالگرایی نورویتیک تأیید کرده اند. جنبه نورویتیک کمالگرایی ناسالم و سازش نیافته است و با نگرانیهای کمال گرایانه مانند نگرانی درباره اشتباه ها، تردید درباره عمل، ترس از عدم تأیید دیگران و ناهماهنگی بین انتظارات و نتایج مرتبط است. این بعد با عاطفه منفی همبستگی مثبت دارد (استوبر و همکاران، ۲۰۱۴) کمالگرایان نورویتیک بر این باور هستند که باید به معیارهای بسیار بالا دست یابند و هیچ شکست و اشتباهی را نمی پذیرند، اما از آنجا که به این معیارها خیلی بالا به علت غیرواقع بینانه بودن دست نمی یابند، مستعد تنیدگی، افسردگی و اضطراب هستند (ماسیدو، ۲۰۱۵).

کمالگرایی در بین دانش آموزان و دانشجویانی که عملکرد تحصیلی نقش مهمی در پیشرفت شخصیشان دارد، امری شایع است. دانش آموزان و دانشجویان کمال گرا با تلاش فزاینده برای بی نقص بودن و تعیین کردن استانداردهای افراطی به طور مداوم برای خود، همراه با تمایل برای ارزیابی انتقادی بالا برای رفتارشان مشخص میشوند و به درست انجام دادن تکالیف اکتفا نمی کنند و عملکرد بهتر داشتن نسبت به دیگران به تنهایی برای آنها قابل قبول نیست بلکه رضایت آنها تنها زمانی حاصل می شود که بدون هیچ خطایی و به صورت کامل تکالیف خود را انجام دهند به همین دلیل آنها یا سراغ مسئولیت نمی روند یا آن را نیمه کاره رها میکنند در نتیجه دچار افت تحصیلی میشوند.

شناخت کمالگرایی و رابطه آن با مولفه های درونی به ویژه طرحواره های ناسازگار می تواند اهمیت زیادی داشته باشد. ساختارهای شناختی، تفکر و رفتار افراد را سازمان می دهند و سایر عوامل مربوط به آنها احتمالاً نقش واسطه ای برعهده دارند (لانگتون و مارشال، ۲۰۰۱؛ وارد، پولاشیک و بیچ، ۲۰۰۶). ژرف ترین ساختارهای شناختی، طرحواره ها هستند. (سوویتزر، ۲۰۰۶).

طرحواره مفهومی در روانشناسی شناختی است که به بررسی این نکته می پردازد که افراد چگونه می اندیشند، چگونه ادراک و پردازش می کنند و چگونه اطلاعات را به یاد می آورند. یانگ معتقد است طرحواره های ناسازگار اولیه الگوهای هیجانی و شناختی خود آسیب رسانی هستند که در ابتدای رشد و تحول در ذهن شکل گرفته اند و در سیر زندگی تکرار میشوند.

طرحواره های اولیه شامل باورهای افراد درباره خود، دیگران و محیط هستند که در اثر ارضا نشدن نیازهای اولیه خصوصاً نیازهای عاطفی شکل میگیرند (باچ، لاکوود و یانگ، ۲۰۱۸). طرحواره ها، از طریق فیلتر کردن تجربه ها، از آنها تفسیری منطبق با ساختار خود ارائه می دهند و منجر به انتخاب های مطابق با خود می شوند.

البته، طرحواره ها الزاماً سازگار و دارای کارکرد طبیعی نیستند؛ یانگ و همکاران (۲۰۰۳)، هجده طرحواره ناسازگار اولیه را در پنج حوزه برشمردند که ناسازگارانه و بدکارکرد هستند شامل موارد زیر می باشند:

حوزه اول (حوزه بریدگی و طرد)، شامل طرحواره های محرومیت هیجانی، رهاشدگی / بی ثباتی، بی اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم؛

حوزه دوم (خودگردانی و عملکرد مختل)، شامل طرحواره های وابستگی/ بی کفایتی، آسیب پذیری نسبت به ضرر یا بیماری، خود تحول نیافته/ گرفتار، شکست؛

حوزه سوم (محدودیت های مختل یا مرزهای مختل)، شامل طرحواره های استحقاق / بزرگ منشی، خویشتن داری و خود انضباطی ناکافی؛

حوزه چهارم (دیگر جهت مندی یا هدایت شدن توسط دیگران) شامل طرحواره های اطاعت، ایثار، پذیرش جویی/ جلب توجه؛

حوزه پنجم (گوش به زنگی یا هشیاری افراطی و بازداری) شامل طرحواره های منفی گرایی/بدبینی، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/عیب جویی افراطی، تنبیه.

پژوهش ها نشان می دهد جهت گیری خود انتقادی کمال گرایی با طرحواره های ناسازگار اولیه در ارتباط است (والر، کنیرلیو اهانیان، ۲۰۰۷). همچنین شواهد پژوهشی حاکی از این است که احساس برتری در افراد کمال گرا با طرحواره مرزهای مختل در ارتباط است. (وارد و اشبی ۲۰۰۸) و حوزه بریدگی و طرد می تواند با کمال گرایی می تواند در ارتباط باشد. (یانگ، ۱۹۹۹)

با توجه به اهمیت نفش طرحواره های ناسازگار اولیه و پژوهش های انجام شده در این زمینه، در این پژوهش رابطه بین حوزه های این طرحواره ها و کمال گرایی بررسی شد.

روش :

پژوهش حاضر از نوع مطالعات همبستگی و غیر آزمایشی است.

جامعه، نمونه و روش نمونه گیری:

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان موسسه غیر انتفاعی دانش پژوهان پیشرو شهر اصفهان بود. از بین دانشجویان این موسسه ۳۰ نفر از آنها در رشته های مختلف به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شد:

۱- فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه (YSQ-SF):

برای اندازه گیری طرحواره های ناسازگار اولیه از پرسشنامه ای که یانگ (2005) با 75 سوال، مقیاس پاسخگویی 6 درجه ای لیکرت (کاملاً نادرست = 1، تا کاملاً درست = 6) و 15 خرده مقیاس شامل محرومیت هیجانی، طرد/رهاشدگی، بی اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی، نقص/شرم، شکست، وابستگی/بی کفایتی، آسیب پذیری به ضرر، گرفتاری، در دام افتادگی، اطاعت، از خود گذشتگی، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه، استحقاق، خویشتن داری و خود انضباطی ناکافی استفاده شد.

هر پنج سوال این پرسشنامه مربوط به یک طرحواره میباشد و برای به دست آوردن نمره طرحواره ها، میانگین نمره در هر 5 سوال محاسبه میگردد. همچنین این ۱۵ خرده مقیاس در ۵ حوزه جای می گیرند که شامل: جدایی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، هدایت شدن توسط دیگران، هوشیاری افراطی و بازداری و مرزهای مختل.

اولین پژوهش جامع در مورد ویژگی های روانسنجی این طرحواره ها را اسمیت، جونز و یانگوتلچ (۱۹۹۵) انجام دادند و در نتایج تحقیقات اولیه برای هر طرحواره ناسازگار اولیه ضریب آلفای از ۸۳/۰ تا ۹۶/۰ به دست آمد.

همچنین پژوهشگران نشان دادند، پرسشنامه طرحواره یانگ با مقیاس های پریشانی، روانشناختی و اختلالات شخصیت همبستگی بالایی دارد و بنابراین از اعتبار و روایی مطلوبی برخوردار است (اسمیت و همکاران، ۱۹۹۵).

این پرسشنامه را در ایران آهی (۱۳۸۵) ترجمه و آماده اجرا کرده و همسانی درونی آن را بر حسب آلفای کرونباخ در گروه مونث ۰/۹۷ و در گروه مذکر ۰/۹۸ گزارش کرده است. همچنین این پرسشنامه توسط یوسفی (۱۳۹۰) در طی ۲ مرحله بر روی یک نمونه ۵۷۹ نفری بررسی شده و اعتبار پرسشنامه با استفاده از دو نیمه کردن در کل نمونه به ترتیب ۰/۹۱ و ۰/۸۶ به دست آمد.

۲- پرسشنامه کمال گرایی هیل:

پرسشنامه کمال گرایی توسط هیل و همکاران (۲۰۰۴) ساخته شد و توسط جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) در ایران هنجاریابی گردید. این پرسشنامه دارای ۵۸ سوال است.

پرسشنامه کمال گرایی هیل دارای دو بعد کلی کمال گرایی مثبت (سازگاران) و کمال گرایی منفی (ناسازگاران) و شش خرده مقیاس تلقی منفی از خود، نظم و سازماندهی، هدفمندی، ادراک فشار از سوی والدین، تلاش برای عالی بودن و معیار های بالا برای دیگران، می باشد؛ به این صورت که خرده مقیاسهای نظم و سازماندهی، هدفمندی و تلاش برای عالی بودن بعنوان کمال گرایی مثبت و خرده مقیاسهای تلقی منفی از خود، ادراک فشار از سوی والدین و معیار های بالا برای دیگران بعنوان کمال گرایی منفی در نظر گرفته می شوند.

هیل و همکاران، (۲۰۰۴) گزارش دادند که همسانی درونی پرسشنامه کمال گرایی هیل و همکاران بالا است که طیفی از ۸۳/۰ تا ۹۱/۰ برای همه خرده مقیاسها را در بر می گیرد (لول و لیمکی، ۲۰۰۹).

در پژوهش جمشیدی و همکاران (۱۳۸۸) ضریب پایایی کل پرسشنامه کمال گرایی هیل و همکاران از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بود و برای بررسی روایی مقیاس از تحلیل عاملی با روش مولفه های اصلی و چرخش واریماکس استفاده گردید. نتایج حاکی از آن بود که مقیاس مذکور مشتمل بر ۶ عامل می باشد.

نتایج:

برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. با توجه به طرح تحقیق از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است که با استفاده از نرم افزار Spss داده ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جدول ۱ اطلاعات توصیفی مربوط به حوزه های طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی را نشان می دهد.

نتایج جدول ۱ نشان می دهد از بین حوزه های مربوط به طرحواره های ناسازگار اولیه بیشترین میانگین مربوط به جدایی و طرد است.

جدول 1 : داده های توصیفی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	تعداد
کمال گرایی	155.0000	34.94922	30
جدایی و طرد	9.9267	3.11281	30
خودگردانی و عملکرد مختل	6.7667	2.40464	30
هدایت شدن توسط دیگران	4.8467	1.38333	30
هشیاری افراطی - بازداری	5.7767	1.84348	30
مرز های مختل	5.467	1.61858	30

جدول 2 : تحلیل رابطه بین خرده مقیاس های طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی

متغیر	کمال گرایی	جدایی و طرد	خودگردانی و عملکرد مختل	هدایت شدن توسط دیگران	هشیاری افراطی - بازداری	مرز های مختل
(کمال گرایی) R سطح معناداری	1 -	0.502 0.005	0.486 0.007	0.312 0.093	0.501 0.005	0.276 0.139
(جدایی و طرد) R سطح معناداری	0.502 0.005	1 -	0.550 0.002	0.662 0.000	0.692 0.000	0.567 0.001
(خودگردانی و عملکرد مختل) R سطح معناداری	0.486 0.007	0.550 0.002	1 -	0.492 0.006	0.663 0.000	0.578 0.001
(هدایت شدن توسط دیگران) R	0.312 0.093	0.662 0.000	0.492 0.006	1 -	0.618 0.000	0.580 0.001

						سطح معناداری
0.634 0.000	1 -	0.618 0.000	0.663 0.000	0.692 0.000	0.501 0.005	(هشیاری افراطی- بازداری) R سطح معناداری
1 -	0.634 0.000	0.580 0.001	0.578 0.001	0.567 0.001	0.276 0.139	(مرزهای مختل) R سطح معناداری

جدول ۲، نشان می دهد بین حوزه جدایی و طرد (سطح معناداری ۰/۰۰۵ و ۰/۰۰۲۵ r) و خودگردانی و عملکرد مختل (سطح معناداری ۰/۰۰۷ و ۰/۰۴۸۶ r) و هشیاری افراطی و بازداری (سطح معناداری ۰/۰۰۵ و ۰/۰۵۰۱ r) طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

همچنین طبق پژوهش فوق بین دو حوزه هدایت شدن توسط دیگران (سطح معناداری ۰/۰۹۳ و ۰/۰۳۱۲ r) و مرزهای مختل (سطح معناداری ۰/۰۳۹ و ۰/۰۲۷۶ r) طرحواره های ناسازگار و کمال گرایی رابطه معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش با هدف بررسی رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و کمال گرایی دانشجویان صورت گرفت. یافته های پژوهش نشان داد بین حوزه جدایی و طرد و خودگردانی و عملکرد مختل و هشیاری افراطی و بازداری با کمال گرایی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. هرچه این حوزه های نام برده شده بیشتر، کمال گرایی بیشتر خواهد بود.

این یافته با یافته های یانگ (۱۹۹۹) و وارد و اشبی (۲۰۰۸) و والر و همکاران (۲۰۰۷) و ایکین و گلاس و باچار و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی دارد و همسو است. آنها به این نتیجه رسیدند کمال گرایی منفی با طرحواره های ناسازگار اولیه جدایی و طرد، هشیاری افراطی و بازداری در ارتباط است.

برای تبیین یافته ها میتوان اینگونه نتیجه گرفت که ارتباط حوزه جدایی با کمال گرایی به خاطر ترس از عدم تایید دیگران با معیارهای بالا از دیگران میتواند توجیه شود. طرحواره خودگردانی و عملکرد مختل با خودانتقاد گری کمال گرایی می تواند در ارتباط باشد. طرحواره هشیاری افراطی و بازداری چون معمولا شامل یک ترس غیر طبیعی از خطا کردن است و چون این افراد نتایج

منفی را به طور اغراق آمیزی ادراک می کنند و با تاکید زیاد بر سرکوبی احساسات همزمان و اعمال یا تکیه بر قواعد خشک و انتظارات درباره عملکرد به نظر میرسد با قواعد درونی کمال گرایی درارتباط است.

همچنین می توان گفت که طرحواره های ناسازگار موجب سوگیری در تفسیر رویدادها می شوند. این سوگیری ها به صورت نگرش های تحریف شده، فرض های نادرست، هدف ها و چشم داشت های غیر واقع بینانه در افراد کمال گرا میشوند و این سو برداشت ها بر ادراک و ارزیابی های بعدی تاثیر میگذارند. این تبیین با یافته های پژوهش بک وراث (۱۹۶۸)، یانگ (۲۰۰۷، ۱۹۹۰) نیز هماهنگ است.

بدین ترتیب طرحواره ها با گسترده ای از مشکلات روانشناختی ارتباط می یابند که به نظر می رسد یکی از آنها کمال گرایی باشد. افراد کمال گرا گرایش به سمت بی عیب و نقص بودن در عملکرد، و تعیین اهداف در سطح بالا و ارزیابی سخت گیرانه ای نسبت به خود دارند و اهمیت زیادی به تایید دیگران می دهند. این نوع نگرشها باعث اضطراب، سرزنش گری، احساس گناه و نشانگان افسردگی میشوند. به نظر می رسد ساختار شناختی طرحواره ها به ویژه طرحواره های ناسازگار اولیه در این خصوص نقش واسطه ای داشته باشند. در کل این پژوهش نشان داد طرحواره های ناسازگار اولیه را می توان به عنوان یکی از عوامل زمینه ساز کمال گرایی بشمار آورد.

منابع :

- اسدی، زینب؛ حسینی طبقدهی، لایلا (۱۳۹۹). نقش کمالگرایی و مثبت اندیشی والدین، در پیش بینی مهارت های اجتماعی. مجله روانشناسی ۹۱-۱۰۵
- حجازی، اسد؛ هاشمی، سعداله (۱۳۹۹). خستگی عاطفی براساس ابعاد کمال گرایی و هیجانات معلمان. فصلنامه پژوهش در نظام های آموزشی ۱۴ (۴۸)، ۱۴۵-۱۶۰
- ذوقی، لایلا؛ کاکاوند، منیر؛ چویداری، عسگر (۱۳۹۸). فصلنامه روانشناسی تربیتی ۱۵ (۵۱)، ۲۱۰-۱۹۵
- سلمان پور، حمزه؛ فرید، ابوالفضل؛ سلمان پور، صدیقه؛ قاسم زاده، ابوالفضل (۱۳۹۳). رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه با کمال گرایی: آزمون یک الگوی علی. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی
- ظفری، شقایق؛ خادمی اشکذری، ملوک (۱۳۹۹). مجله علوم روانشناختی
- عرب، سکینه؛ طباطبایی، سید موسی؛ بیان فر، فاطمه (۱۳۹۸). مجله روانشناسی بالینی

عابدی، علی؛ سپهوندی، محمد علی، میردریکوند، فضل اله (۱۳۹۹). فصلنامه پژوهش در تربیت معلم

قدمپور، سمانه؛ محمدخانی، شهرام؛ حسینی، جعفر (۱۳۹۸). مجله روانشناسی بالینی

محمدپور، عبدالباسط؛ دریا، محمد؛ کمندلو، زهرا؛ مدنی، یاسر (۱۳۹۹). مجله علوم روانشناختی، ۱۹ (۹۴)، ۱۲۴۱-۱۲۳۱

مهدی زاده، فاطمه؛ دره کردی، علی (۱۳۹۹). مجله علوم روانشناختی دوره ۱۹ (۸۷)، ۳۸۳-۳۸۹

Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive behaviour therapy*, 47(4), 328-349.

Beks, V., Dunkley, D., Taylor, G., Zuroff, D., Lewkowski, M., foley, J., Westreich, R. (2015). Chronic stress and attenuated improvement in depression over 1year. The moderating role of perfectionism. *Behavior Therapy*, 46(4) 492-479 و.

Dong-jin, C. (2011). Pursuit for Perfection- on carrie's maturity in perspective of motivational psychology. *Journal of Longyan University*, 3(2), 63-71.

Friedman, H. S. & Booth, S. (2011). The diseaseprone personality: A meta-analytic view of the construct. *Am Psychol*; 42, 539-.555

Kanten,P., & Yesiltas, M. (2015). The Effects of Positive and Negative Perfectionism on Work Engagement, Psychological Well-Being and Emotional Exhaustion. *Procedia Economics and Finance*, 23, 1367 – 1375

Langton, C.M., and Marshall, W.L. (2010). Cognition in rapists: Theoretical patterns by typological breakdown, *Aggression and Violent Behavior*, 6, 499-518.

Macedo, A., Soares, M. J., Amaral, A. P., Nogueira, V., Madeira, N., Roque, C. & Pereira, A. T. (2015). Repetitive negative thinking mediates the association between perfectionism and psychological distress. *Personality and Individual Differences*, 72, 220-224.

Park, H. J., & Jeong, D. Y. (2015). Psychological wellbeing, life satisfaction, and self-esteem among adaptive perfectionists, maladaptive perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*, 72(1), 165-170.

Stoeber, J., Schneider, N., Hussain, R., & Matthews, K. (2014). Perfectionism and negative affect after repeated failure. *Journal of Individual Differences*.

Sweeney, A. C., & Fingerhut, R. (2013). Examining relationships between bod dissatisfaction, maladaptive perfectionism, and postpartum depression symptoms. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 42(5), 551-561.

Switzer, I. (2006). Early maladaptive schemas predict risky sexual Behaviors, unpublished thesis Masters, Mississippi Atate University.

Walan, C. (2013). Promoting the mental health of older adults: proposed guideline for an awareness campaign. (Dissertation)

Ward, A.M., & Ashby, J.S. (2008). Multidimensional perfectionism and the self, *Journal of College Student Psychotherapy*, 22, doi: 10.1080/87568220801952222.

Ward, T., Palaschek, D.L.L., & Beech, A.R. (2006). *Theories of sexual offending*, England: Leicestershire: willey.

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A Practitioners Guide*, New York: Guilford Publication.

Young, J.E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema focused approach* (3th ed.). Sarasora, Florida: Professional Resource