رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۵، شماره پیاپی ۱۲۲، مرداد ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(5), 2026

نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار

The mediating role of intolerance of uncertainty in the relationship between emotional reactivity and psychological well-being in students with maladaptive perfectionism

فاطمه میرزائی فتمه سری
دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.
طاهره حمزه‌پور حقیقی (نویسنده مسئول)
استادیار، گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.

Fatemeh Mirzaei Fatmehsari
MA Student in Clinical psychology, Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University Lahijan, Iran.
Tahereh Hamzehpoor Haghighi *
Assistant Professor, Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University Lahijan, Iran. *Hamzehpoor.tahereh@iau.ac.ir*

چکیده
پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار در دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان در سال ۱۴۰۴ بودند؛ که از بین آن‌ها به روش نمونه‌گیری هدفمند ۲۰۰ نفر انتخاب شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس تحمل ناپذیری بلاتکلیفی (IUS؛ باهر و داگاس، ۲۰۰۲)، مقیاس واکنش پذیری هیجانی (ERS؛ ناک و همکاران، ۲۰۰۸)، مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف (RSPWB؛ ریف، ۱۹۹۵) و مقیاس تقریباً کامل اسلینی-تجدید نظر شده (APS-R؛ اسلانی و همکاران، ۲۰۰۱) استفاده شد. تحلیل داده‌ها به روش آماری تحلیل معادلات ساختاری انجام شد. بررسی شاخص‌های برازش نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار بود؛ یافته‌های مربوط به روابط مستقیم نشان داد که واکنش‌پذیری هیجانی و تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به صورت منفی رابطه مستقیم و معناداری با بهزیستی روانشناختی داشتند؛ همچنین واکنش‌پذیری هیجانی با تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به‌طور مثبت رابطه مستقیم معنادار داشت (P<۰/۰۵)؛ نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی داشت (P<۰/۰۵). از مجموع یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که واکنش پذیری هیجانی به صورت مستقیم و غیرمستقیم با میانجی‌گری تحمل ناپذیری بلاتکلیفی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار رابطه داشت.
واژه‌های کلیدی: *واکنش پذیری هیجانی، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی، بهزیستی روانشناختی، کمال‌گرایی ناسازگار.*

Abstract
This study aimed to determine the mediating role of intolerance of uncertainty in the relationship between emotional reactivity and psychological well-being in students with maladaptive perfectionism. The present descriptive-correlational study employed structural equation modeling. The statistical population of this study was students with maladaptive perfectionism at Islamic Azad University, Lahijan Branch, in 2025, from which 200 people were selected through purposive sampling. To collect data, the Intolerance of Uncertainty Scale (IUS; Buhr & Dugas, 2002), the Emotional Reactivity Scale (ERS; Nock et al., 2008), the Ryff Scales of Psychological Well-Being (RSPWB; Ryff, 1995), and the Almost Perfect Scale—Revised (APS-R; Slaney et al., 2001) were used. Data analysis was performed using structural equation modeling. The examination of the fit indices showed that the proposed model had a good fit; the findings related to the direct relationships showed that emotional reactivity and intolerance of uncertainty had a negative and significant direct relationship with psychological well-being; emotional reactivity also had a positive and significant direct relationship with intolerance of uncertainty (P<0.05); the results of the bootstrap test showed that intolerance of uncertainty had a mediating role in the relationship between emotional reactivity and psychological well-being (P<0.05). From the overall findings, it can be concluded that emotional reactivity was directly related to psychological well-being in students with maladaptive perfectionism through the mediation of intolerance of uncertainty.
Keywords: *Emotional Reactivity, Intolerance of Uncertainty, Psychological Well-Being, , Maladaptive Perfectionism.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت:** خرداد ۱۴۰۵ | **پذیرش:** تیر ۱۴۰۵ | **ویرایش نهایی:** مرداد ۱۴۰۵

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

مقدمه

کمال‌گرایی ناسازگار در دانشجویان با استانداردهای شخصی بیش از حد بالا همراه با خودارزیابی‌های انتقادی و ترس از شکست مشخص می‌شود. این الگو اغلب منجر به استرس مزمن می‌شود، زیرا دانشجویان عملکرد خود را هرگز مطابق با انتظارات خود نمی‌دانند؛ در نتیجه، آنها ممکن است اضطراب بیشتری را تجربه کنند (سالوریا[۱] و همکاران، ۲۰۲۵). کمال‌گرایی ناسازگار همچنین با افزایش اهمال‌کاری مرتبط است، زیرا ترس از نقص، شروع و تکمیل کار را به تأخیر می‌اندازد. با گذشت زمان، این رفتار اجتنابی می‌تواند عملکرد تحصیلی را مختل کند و احساس عدم کفایت را تقویت کند (ابیلی[۲] و همکاران، ۲۰۲۵). علاوه بر این، خودانتقادی مداوم به کاهش عزت نفس منجر می‌شد؛ از نظر عاطفی، دانشجویان ممکن است وقتی استانداردهایشان برآورده نمی‌شود، سطح شرم، گناه و ناامیدی را افزایش دهند (شیخ[۳] و همکاران، ۲۰۲۵). در نهایت، کمال‌گرایی ناسازگار با حفظ چرخه‌ای از پریشانی روانشناختی، خودانتقادی و اختلال در عملکرد، بهزیستی روانشناختی را تضعیف می‌کند (ساچز-منکایو[۴] و همکاران، ۲۰۲۵)؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که کمال‌گرایی ناسازگار یک عامل آسیب‌زا در عملکرد افراد شناخته می‌شود که می‌تواند نقش مهمی در تضعیف سلامت روان و بهزیستی روانشناختی داشته باشد.

بهزیستی روانشناختی به عملکرد مثبت کلی فرد، از جمله پذیرش خود، روابط مثبت، استقلال، هدف در زندگی، رشد شخصی و توانایی مدیریت مؤثر خواسته‌های زندگی اشاره دارد؛ که صرفاً به معنی فقدان پریشانی روانشناختی نیست؛ بلکه نشان دهنده حالت عمیق‌تری از شکوفایی است که در آن افراد احساس توانایی، معناداری و رضایت از زندگی می‌کنند (ریف و کیز[۵]، ۱۹۹۵). دانشجویانی که بهزیستی روانشناختی بالاتری دارند، تمرکز، انگیزه و حل مسئله بهتری نیز نشان می‌دهند که از پیشرفت تحصیلی پشتیبانی می‌کند (دلافونته[۶] و همکاران، ۲۰۲۳). در مقابل، بهزیستی پایین با اضطراب، افسردگی، استرس، تنهایی و سایر مشکلات سلامت روان که می‌توانند یادگیری را مختل کنند، مرتبط است (مونیر[۷] و همکاران، ۲۰۱۵). با وجود اهمیت بهزیستی روان‌شناختی برای سلامت و موفقیت تحصیلی، این سازه تحت تأثیر عوامل هیجانی متعددی قرار دارد که واکنش‌پذیری هیجانی از جمله برجسته‌ترین آن‌ها محسوب می‌شود (مایربرگ[۸] و همکاران، ۲۰۱۹).

پژوهش‌های قبلی نشان می‌دهد که واکنش‌پذیری هیجانی می‌تواند بهزیستی روانشناختی را تضعیف کند، زیرا افراد با واکنش‌پذیری بالا به عوامل استرس‌زا با احساسات قوی‌تر، سریع‌تر و کمتر تنظیم شده پاسخ می‌دهند که این امر اضطراب، استرس و فرسودگی را افزایش می‌دهد (بویس[۹] و همکاران، ۲۰۱۷؛ بیریکیک[۱۰] و همکاران، ۲۰۲۳؛ شیلباخ[۱۱] و همکاران، ۲۰۲۴). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که واکنش‌پذیری هیجانی یک عامل کلیدی در پیش‌بینی سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی است. در مطالعه زالوسکا[۱۲] (۲۰۱۱)، واکنش‌پذیری هیجانی به‌عنوان یکی از پیش‌بین‌های مهم بهزیستی ذهنی نوجوانان معرفی شد و نشان داده شد که نوجوانانی با واکنش‌پذیری هیجانی بالاتر (به‌ویژه در هیجان‌های منفی) سطوح پایین‌تری از بهزیستی ذهنی را تجربه می‌کنند، زیرا شدت واکنش‌های هیجانی آن‌ها باعث افزایش آسیب‌پذیری نسبت به استرس‌های روزمره می‌شود. در مقابل، شواهدی از کار کاتالینو و فردریکسون[۱۳] (۲۰۱۱) نشان می‌دهد که واکنش‌پذیری هیجانی مثبت می‌تواند با سلامت روان مطلوب و «شکوفایی روان‌شناختی» مرتبط باشد؛ به این معنا که افرادی که به محرک‌های مثبت واکنش هیجانی قوی‌تر و سریع‌تری نشان می‌دهند، تجربه بیشتری از هیجانات مثبت داشته و در نتیجه سطح بالاتری از بهزیستی روانی را گزارش می‌کنند. از منظر تعاملی، مطالعه مایربرگ و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که واکنش‌پذیری هیجانی منفی نقش تعدیل‌گر دارد؛ به‌طوری‌که کیفیت زمینه اجتماعی (مانند انسجام محیطی) زمانی بر بهزیستی نوجوانان اثر مثبت دارد که سطح واکنش‌پذیری منفی پایین باشد، اما در افراد با واکنش‌پذیری منفی بالا، اثرات مثبت محیطی تضعیف می‌شود و آسیب‌پذیری روانی افزایش می‌یابد.

1 Saluria
2 Ibili
3 Sheikh
4 Sánchez-Moncayo
5 Ryff & Keyes
6 de la Fuente
7 Munir
8 Myerberg
9 Boyes
10 Biricik
11 Schilbach
12 Zalewska
13 Catalino & Fredrickson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

از آنجا که بهزیستی روان‌شناختی تحت تأثیر نحوه ارزیابی و مواجهه افراد با موقعیت‌های تنش‌زا و مبهم قرار دارد، تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی به‌عنوان یکی از سازه‌های مهم در تبیین تفاوت‌های فردی در این زمینه مطرح شده است؛ همچنین پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی یکی از پیش‌بین‌های مهم کاهش بهزیستی روان‌شناختی است، زیرا افراد را در برابر موقعیت‌های مبهم و غیرقابل پیش‌بینی دچار تنش و نگرانی مزمن می‌کند (بیکان[1] و همکاران، ۲۰۲۵؛ مارال[2] و همکاران، ۲۰۲۵؛ هاآ[3] و همکاران، ۲۰۲۶). در مطالعه آکوچ[4] و همکاران (۲۰۲۵) مشخص شد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به‌طور منفی با رضایت از زندگی تحصیلی مرتبط است و این رابطه از طریق کاهش بهزیستی روان‌شناختی میانجی‌گری می‌شود، به این معنا که افرادی که توانایی کمتری در تحمل عدم قطعیت دارند، سطح پایین‌تری از بهزیستی روانی را تجربه می‌کنند. همچنین ساتیچی[5] و همکاران (۲۰۲۵) نشان دادند که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی با کاهش بهزیستی روانی و افزایش اضطراب آینده مرتبط است و این اثر در تعامل با تاب‌آوری و اضطراب آینده شدت می‌یابد، به‌طوری‌که افراد کم‌تاب‌آور در مواجهه با ابهام، افت بیشتری در سلامت روان نشان می‌دهند. از سوی دیگر، مارال و همکاران (۲۰۲۵) نشان دادند که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در کنار عوامل هیجانی مانند اضطراب زیست محیطی، پیش‌بینی‌کننده کاهش بهزیستی روانی است و افراد با حساسیت بیشتر نسبت به ابهام، در برابر نگرانی‌های آینده‌محور آسیب‌پذیرتر هستند. مطالعه هاآ و همکاران (۲۰۲۶) نیز تأیید کرد که در دوران بهبود پس از بحران کرونا، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی یکی از مهم‌ترین عوامل کاهش بهزیستی روانی بوده و این اثر از طریق افزایش استرس و کاهش راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه تشدید می‌شود. در نهایت، در پژوهش بیکان و همکاران (۲۰۲۵) نیز مشخص شد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی نقش میانجی در رابطه بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانی دارد، یعنی افراد با واکنش‌پذیری هیجانی بالا در صورت داشتن تحمل ناپذیری بلاتکلیفی بیشتر، بهزیستی روانی پایین‌تری را تجربه می‌کنند.

بر اساس شواهد پژوهشی موجود، می‌توان استدلال کرد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به‌طور معناداری می‌تواند نقش میانجی بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی ایفا کند، زیرا این سازه در سطح شناختی-هیجانی، نحوه تفسیر و مدیریت پاسخ‌های هیجانی را به شکل می‌دهد (بیکان و همکاران، ۲۰۲۵). از یک سو، یافته‌ها نشان می‌دهند که واکنش‌پذیری هیجانی بالا با افزایش آسیب‌پذیری روانی و کاهش بهزیستی مرتبط است، زیرا افراد در برابر محرک‌ها پاسخ‌های هیجانی شدیدتر و پایدارتر نشان می‌دهند (بویس و همکاران، ۲۰۱۷؛ زالوسکا، ۲۰۱۱). از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افراد با واکنش‌پذیری هیجانی بالا، در معرض تفسیر تهدیدآمیز از موقعیت‌های مبهم قرار می‌گیرند و همین امر باعث افزایش تحمل ناپذیری بلاتکلیفی می‌شود (بیکان و همکاران، ۲۰۲۵). در این راستا، عدم تحمل ابهام به‌عنوان سازه شناختی-هیجانی، نقش کلیدی در تبدیل هیجان‌های شدید به نگرانی مزمن و نگرانی آینده دارد (ساتیچی و همکاران، ۲۰۲۵). این فرآیند باعث می‌شود که افراد به تنظیم هیجان‌انگیز، درگیر پیش‌بینی‌های منفی و تشخیصی می‌شوند که خود به کاهش بهزیستی روان‌شناختی منجر می‌شوند (هاآو همکاران، ۲۰۲۶). همچنین، مطالعاتی که عدم تحمل آنها را نشان می‌دهد، می‌تواند اثرات هیجان‌پذیری و عوامل هیجانی دیگر را بر روانی کند، به‌گونه‌ای که در شرایط واکنش پذیری هیجانی بالا، تأثیر منفی بر بهزیستی از طریق افزایش تحمل ناپذیری بلاتکلیفی تشدید می‌شود (بیکان و همکاران، ۲۰۲۵).

اگرچه شواهد موجود از نقش میانجی تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی حمایت می‌کنند، تبیین این میانجی‌گری مستلزم آن است که ابتدا روشن شود چگونه واکنش‌پذیری هیجانی، از طریق تأثیر بر فرایندهای ارزیابی شناختی و تفسیر موقعیت‌های مبهم، زمینه افزایش تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی را فراهم می‌آورد؛ پژوهش‌ها نشان می‌دهند که واکنش‌پذیری هیجانی می‌تواند به معناداری در شکل‌گیری و تشدید تحمل ناپذیری بلاتکلیفی نقش داشته باشد، زیرا واکنش‌های هیجانی فرد تعیین می‌کند که موقعیت‌های مبهم چگونه تفسیر و پردازش می‌شود (ساحب[6] و همکاران، ۲۰۲۳؛ رئو[7] و همکاران، ۲۰۲۴ و اسمرکه[8] و همکاران، ۲۰۲۶). به‌عنوان مثال، لی و وودراف-بوردن[9] (۲۰۱۸) نشان می‌دهد که واکنش‌پذیری هیجانی بالا در کودکی با افزایش نگرانی و رشد تحمل ناپذیری بلاتکلیفی مرتبط است، زیرا کودکان با واکنش‌پذیری هیجانی به طور شدیدتر، عوامل نامطمئن را تهدیدآمیزتر تجربه می‌کنند. در همین راستا موریس[10] و همکاران

1 Bican
2 Maral
3 Ha
4 Akkoç
5 Satici
6 Sahib
7 Recio
8 Smrke
9 Lee & Woodruff-Borden
10 Morriss

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

(۲۰۲۳) نشان می‌دهند که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی باعث افزایش حالات منفی و کاهش هیجانات مثبت می‌شود، که این یافته را بیانگر یک چرخه تقویتی بین شدت تجربه هیجانی و بررسی به نشان ابهام است. همچنین، مطالعه رئو و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد که ویژگی‌های هیجانی و حسی، از طریق افزایش نگرانی (نگرانی)، به افزایش تحمل ناپذیری بلاتکلیفی منجر می‌شوند، که این مسیر را نشان می‌دهد که نقش واکنش‌پذیری هیجانی را در پردازش‌های شناختی منفی به نسبت عدم قطعیت نشان می‌دهد.

در مجموع، انجام پژوهش در مورد نقش واسطه‌ای عدم تحمل بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان مبتلا به کمال‌گرایی ناسازگار، به دلایل متعدد، از ارزش نظری و کاربردی قابل توجهی برخوردار است. اول، این تحقیق سه سازه روانشناختی (واکنش‌پذیری هیجانی، عدم تحمل بلاتکلیفی و بهزیستی روانشناختی) را در یک مدل میانجی واحد ادغام می‌کند و در نتیجه درک نظری از چگونگی تعامل این فرآیندها برای تأثیرگذاری بر پیامدهای سلامت روان در یک جمعیت دانشجویی آسیب‌پذیر را ارتقاء می‌دهد. دوم، این مطالعه با بررسی ویژه دانشجویان کمال‌گرای ناسازگار، گروهی که با استانداردهای سختگیرانه، ترس از شکست و حساسیت بالا به ارزیابی مشخص می‌شوند، شکافی را در پیشینه پژوهشی موجود برطرف می‌کند. سوم، در نهایت یافته‌های این پژوهش می‌تواند به‌طور مستقیم در تدوین و اجرای مداخلات روانشناختی برای دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار مورد استفاده متخصصان بالینی قرار گیرد. بنابراین این پژوهش با هدف تعیین نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار در دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان در سال ۱۴۰۴ بودند؛ که از بین آن‌ها به روش نمونه‌گیری هدفمند ۲۰۰ نفر انتخاب شدند. حجم نمونه در این پژوهش بر اساس فرمول کلاین[1] (۲۰۱۱) برای پژوهش‌های مدل‌یابی معادلات ساختاری محاسبه شد. نمونه‌گیری به صورت آنلاین با بهره‌گیری از فرم نظرسنجی آنلاین در سامانه پرس‌لاین انجام شد و پس از احراز معیارهای ورود، افراد به فرم نظرسنجی پاسخ دادند. فرم نظرسنجی آنلاین از طریق شبکه‌های اجتماعی مجازی دانشگاه (واتس آپ، تلگرام، ایتا و بله) در اختیار دانشجویان قرار گرفت. رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، کسب نمره ۴۲ یا بیشتر در زیرمقیاس شکاف بین استاندارد و عملکرد با اجرای مقیاس تقریباً کامل اسلینی-تجدید نظر شده (اسلانی[2] و همکاران، ۲۰۰۱)، دامنه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال، عدم ابتلا به بیماری‌های جسمانی مزمن، عدم مصرف داروهای روانپزشکی و عدم تجربه سوگ در شش ماه گذشته (به روش خود اظهاری) به عنوان معیار ورود به پژوهش در نظر گرفته شد و همچنین عدم پاسخ به سوالات پرسشنامه به عنوان معیار خروج در نظر گرفته شد. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به طور دقیق رعایت شد؛ همه شرکت کنندگان از اهداف پژوهش آگاه بودند و فرم رضایت آگاهانه را پیش از تکمیل پرسشنامه‌ها تایید نمودند؛ شرکت در پژوهش کاملا اختیاری بود و افراد جهت تکمیل پرسشنامه‌ها هیچ اجباری نداشتند، همچنین شرکت در این مطالعه هیچ آسیب جسمانی و روانی برای شرکت کنندگان به دنبال نداشت و در مورد رازداری و حریم خصوصی به افراد اطمینان داده شد و پاسخ‌های افراد صرفا جهت تحلیل آماری و گزارش در پژوهش مورد استفاده قرار گرفت. به منظور تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۵ و AMOS نسخه ۲۴ با روش آماری مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

ابزار سنجش

مقیاس تحمل ناپذیری بلاتکلیفی[3] (IUS): این مقیاس توسط باهر و داگاس[4] (۲۰۰۲) با ۲۷ سوال طراحی و اعتباریابی شده است؛ این ابزار بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از اصلاً شبیه من نیست (نمره ۱) الی کاملاً شبیه من است (نمره ۵) پاسخ داده می‌شود؛ دامنه نمرات در این مقیاس بین ۲۷ الی ۱۳۵ است و نمرات بالاتر نشان دهنده عدم تحمل بلاتکلیفی است (باهر و داگاس، ۲۰۰۲). روایی همگرا این مقیاس با سیاههٔ افسردگی بک ۰/۵۹ و پایایی بازآزمایی با فاصله پنج هفته ۰/۷۴ محاسبه شده است (باهر و داگاس، ۲۰۰۲). در نمونه ایرانی آلفای کرونباخ ۰/۹۷ و روایی همگرا با سخهٔ کوتاه سیاهه درد ۰/۶۱ محاسبه شده است (ضرغام حاجبی و همکاران، ۱۴۰۳). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه شده است.

1 Kline
2 Slaney
3 The Intolerance of Uncertainty Scale (IUS)
4 Buhr & Dugas

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

مقیاس واکنش پذیری هیجانی[1] (ERS): این مقیاس توسط ناک[2] و همکاران (۲۰۰۸) تدوین شده است و دارای ۲۱ گویه است که تجربه واکنش‌پذیری فردی را در سه بعد حساسیت، شدت و تداوم هیجان می‌سنجد. هر آیتم در یک مقیاس ۴ درجه‌ای از ۰ تا ۴ نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره ۰ و حداکثر نمره ۸۴ است که نشان دهنده واکنش‌پذیری هیجانی بیشتر است. در مطالعه ناک و همکاران (۲۰۰۸) نشان داده شد که این ابزار همسانی درونی بسیار بالا (۰/۹۴) دارد. همچنین روایی همگرا این ابزار از طریق همبستگی با پرسشنامه بازداری/ فعالیت رفتاری ۰/۴۳ محاسبه شده است (ناک و همکاران، ۲۰۰۸). در پژوهش سجادی‌نژاد و اکبری چرمهینی (۱۴۰۰) روایی واگرا با اجرای پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیودسون ۰/۳۰- محاسبه شده است. پایایی این مقیاس به شیوه ثبات درونی و تنصیفی به ترتیب ۰/۹۱ و ۰/۸۷ ارزیابی شده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ محاسبه شده است.

مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف[3] (RSPWB): این مقیاس توسط ریف[4] (۱۹۹۵) با ۱۸ سوال و شش زیرمقیاس طراحی شده است. نمره‌گذاری این ابزار به روش طیف لیکرت شش درجه‌ای از کاملا مخالفم (نمره ۱) تا کاملا موافقم (نمره ۶) است؛ دامنه نمرات در این پرسشنامه بین ۱۸ الی ۱۰۸ است و نمرات بالاتر نشان دهنده بهزیستی روانشناختی بیشتر است. ون دایرن داک[5] (۲۰۰۴) همسانی درونی خرده مقیاس های بهزیستی روانشناختی را مناسب و آلفای کرونباخ آنها را بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۳ تخمین زده است؛ همچنین روایی سازه آن به روش تحلیل عاملی تاییدی بررسی شده است و همه سوالات بار عاملی بین ۰/۶۰ الی ۰/۸۲ داشتند. در نمونه ایرانی خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۱ و روایی سازه به روش تحلیل عاملی تاییدی ضمن تایید ۶ عامل اصلی بار عاملی هر یک از عوامل بین ۰/۴۹ الی ۰/۶۳ محاسبه شده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ محاسبه شده است.

مقیاس تقریباً کامل اسلینی-تجدید نظر شده[6] (APS-R): این مقیاس توسط اسلانی و همکاران (۲۰۰۱) با ۲۳ سوال طراحی و اعتباریابی شده است. این مقیاس شامل سه زیرمقیاس استانداردها (۷ سؤال)، نظم (۴ سؤال) و شکاف بین استاندارد و عملکرد (۱۲ سؤال) است که بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای کاملا مخالفم (نمره ۱) الی کاملا موافقم (نمره ۷) نمره‌گذاری می‌شود؛ بنابراین دامنه نمرات بین ۲۳ الی ۱۶۱ است (اسلانی و همکاران، ۲۰۰۱)؛ نمره برش در این پرسشنامه برای سنجش کمال‌گرایی کسب نمره ۴۲ با بیشتر در زیرمقیاس شکاف بین استاندارد و عملکرد است (اسلانی و همکاران، ۲۰۰۱). واندیور و ورل[7] (۲۰۰۲) پایایی نمرات زیرمقیاس‌ها در محدوده ۰/۷۰ الی ۰/۸۳ محاسبه کردند. همچنین روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شده است و سه زیرمقیاس پدیدار شدند که در مجموع ۷۷ درصد واریانس را تبیین کردند. در نمونه ایرانی پایایی بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۰ و روایی همگرا با مقیاس کمال‌گرایی فراست ۰/۵۲ محاسبه شده است (یزدانی و فوالدچنگ، ۱۳۹۹). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شده است.

یافته ها

در مطالعه حاضر ۲۰۰ نفر مشارکت داشتند. نمره کمال‌گرایی ناسازگار دانشجویان در میانگین و انحراف معیار ۵۳/۲۲±۳/۷۷ قرار داشت. همچنین شرکت‌کنندگان در میانگین و انحراف معیار سنی ۲۲/۸۰±۱/۶۰ سال قرار داشتند. ۷۱ نفر (۳۵/۵۰ درصد) مرد و ۱۲۹ نفر (۶۴/۵۰ درصد) زن بودند. ۷۱ نفر (۳۵/۵۰ درصد) در مقطع کارشناسی و ۱۲۹ نفر (۶۴/۵۰ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد بودند. ۷۸ نفر (۳۹/۰۰ درصد) متاهل و ۱۲۰ نفر (۶۰/۰۰ درصد) مجرد و ۲ نفر (۱/۰۰ درصد) گزینه سایر را انتخاب کرده بودند. ۹۴ نفر (۴۷ درصد) بیکار و ۱۰۶ نفر (۵۳ درصد) شاغل بودند. در ادامه اطلاعات توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

متغیرها	۱	۲	۳
۱- بهزیستی روانشناختی	۱		
۲- واکنش‌پذیری هیجانی	-۰/۴۰ **	۱	
۳- تحمل ناپذیری بلاتکلیفی	-۰/۴۲ **	۰/۴۳ **	۱

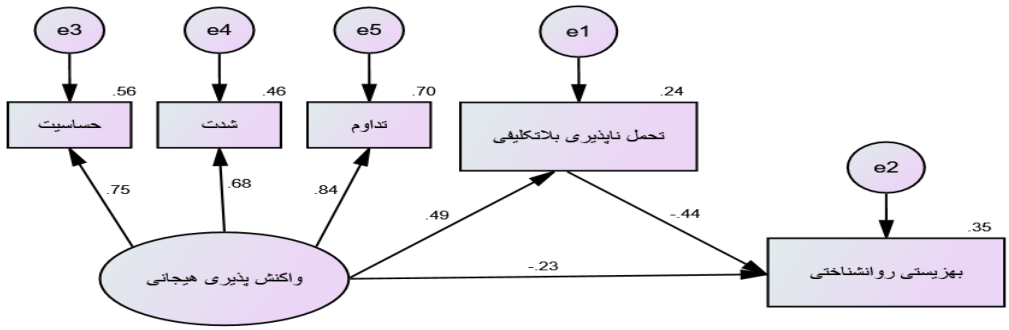
1 The Emotion Reactivity Scale (ERS)
2 Nock
3 Ryff Scales of Psychological Well-Being (RSPWB)
4 Ryff
5 Van Dierendonck
6 Almost Perfect Scale—Revised (APS-R)
7 Vandiver & Worrell

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

میانگین	۶۷/۲۱	۳۸/۲۲	۱۲۴/۷۵
انحراف معیار	۱۱/۶۷	۱۰/۵۶	۳۲/۴۴
کجی	-۰/۱۳	۱/۲۰	-۰/۰۸
کشیدکی	-۰/۰۹	۰/۸۲	-۰/۶۲

** روابط در سطح ۰/۰۱ معنادار

در جدول ۱ نشان داده شده است که شاخص‌های کجی و کشیدگی در دامنه ۲ و ۲- قرار دارد که نشان دهنده این است که متغیرها دارای توزیع نرمال است؛ همچنین شاخص نرمال بودن چندمتغیره (ضریب مردیا) ۲/۹۰ محاسبه شد؛ با توجه به اینکه این شاخص در دامنه ۸ الی ۸- قرار دارد؛ نشان دهنده نرمال بودن چندمتغیره است. در ادامه نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش نشان داد که بهزیستی روانشناختی با واکنش‌پذیری هیجانی (r=-۰/۴۰) و واکنش‌پذیری هیجانی (r=-۰/۴۲) همبستگی منفی و معنادار داشت؛ علاوه بر این بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی (r=۰/۴۳) همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت (P<۰/۰۵). در ادامه جهت بررسی نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. قبل از استفاده از این آزمون، پیش‌فرض‌های آماری بررسی شدند. نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون[1] برابر با ۱/۷۹ بود؛ با توجه به اینکه این آماره در دامنه مطلوبیت ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می‌توان گفت پیش‌فرض استقلال باقی‌مانده‌ها خطاها برقرار است. هم‌چنین هرچه مقدار تولرانس بیش‌تر (نزدیک به ۱) باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تلورانس متغیرهای پیش‌بین و میانجی بین ۰/۸۰ محاسبه شد که نشانگر وضعیت هم‌خطی مطلوب است. درشکل ۱، ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ بیانگر این است که مدل پیشنهادی نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در مجموع ۳۵٪ از واریانس را پیش‌بینی می‌کند. در ادامه در جدول ۲ نتایج اثرات مستقیم در مدل ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب مسیر مستقیم و معناداری سازه‌های مدل مفهومی پژوهش

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	C.R	دامنه پایین	دامنه بالا	معناداری
واکنش‌پذیری هیجانی --- > بهزیستی روانشناختی	-۰/۲۳	۰/۰۷	-۳/۰۲	-۰/۳۶	-۰/۱۱	۰/۰۱
تحمل ناپذیری بلاتکلیفی --- > بهزیستی روانشناختی	-۰/۴۴	۰/۰۶	-۶/۳۳	-۰/۵۳	-۰/۳۳	۰/۰۱
واکنش‌پذیری هیجانی --- > تحمل ناپذیری بلاتکلیفی	۰/۴۹	۰/۰۵	۶/۱۶	۰/۳۹	۰/۵۷	۰/۰۱

نتایج جدول ۲ نشان داد که واکنش‌پذیری هیجانی (β=-۰/۲۳) و تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به صورت منفی (β=-۰/۴۴) رابطه مستقیم و معنادار با بهزیستی روانشناختی داشتند؛ همچنین واکنش‌پذیری هیجانی با تحمل ناپذیری بلاتکلیفی (β=۰/۴۹) به‌طور مثبت رابطه مستقیم

1 Durbin-Watson

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

معنادار داشت (P<۰/۰۵)؛ در واقع نتایج دلالت بر این دارد که بین متغیرهای مدل اثر مستقیم و معنادار وجود داشت، در ادامه نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	معناداری
واکنش‌پذیری هیجانی -- > تحمل ناپذیری بلاتکلیفی -- > بهزیستی روانشناختی	-۰/۲۱	۰/۰۴	-۰/۲۸	-۰/۱۶	۰/۰۱

نتایج آزمون بوت استرپ با ۵۰۰۰ تکرار در جدول ۳ نشان داد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی (β=-۰/۲۱) نقش میانجی داشت (P<۰/۰۵). در جدول ۴ شاخص‌های برازش ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش

شاخص‌های برازش	CMIN	df	CMIN/DF	CFI	GFI	AGFI	TLI	NFI	IFI	RMSEA
مدل پژوهش	۷/۵۸	۴	۱/۹۰	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۵	۰/۹۷	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۶
معیار تصمیم	P>۰/۰۵	-	<۵	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	<۰/۰۸

نتایج جدول ۴ نشان داد که شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل معادلات ساختاری مدل‌یابی نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار از برازش مطلوب برخوردار بود، چرا که شاخص‌های حیاتی در مدل‌یابی معادلات ساختاری ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA=۰/۰۶)؛ همچنین شاخص نیکویی برازش (GFI=۰/۹۹) و شاخص مجذور خی‌دو/درجه آزادی (CMIN/DF=۱/۹۰) در محدوده مطلوب قرار داشتند. همچنین سایر شاخص‌ها نیز همچون شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI=۰/۹۵)، شاخص تناسب هنجار (NFI=۰/۹۹)، شاخص تناسب افزایشی (IFI=۰/۹۹) و شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI=۰/۹۹) بزرگتر از معیار ۰/۹۰ بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش با هدف تعیین نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در رابطه بین واکنش پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار انجام شد. یافته اول نشان داد که واکنش‌پذیری هیجانی به‌طور منفی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های بویس و همکاران (۲۰۱۷)، بیریکیک و همکاران (۲۰۲۳) و شیلباخ و همکاران (۲۰۲۴) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که طبق مبانی نظری واکنش‌پذیری هیجانی، افرادی که به شدت به عوامل استرس‌زای روزمره واکنش نشان می‌دهند، حالت‌های عاطفی منفی طولانی‌مدتی را تجربه می‌کنند که به مرور زمان انباشته می‌شوند (شیلباخ و همکاران، ۲۰۲۴)؛ همچنین مدل فرآیند تنظیم هیجان نشان می‌دهد که افراد بسیار واکنش‌پذیر اغلب برای تنظیم مؤثر هیجانات پس از فعال شدن آنها تلاش می‌کنند؛ این دشواری، نشخوار فکری را افزایش می‌دهد و عاطفه منفی را تقویت می‌کند که در نهایت می‌تواند بهزیستی روانشناختی را مختل کند (کاتالینو و فردریکسون، ۲۰۱۱). نظریه مقابله با استرس نیز نشان می‌دهد که واکنش‌های هیجانی شدید می‌توانند منابع مقابله را تحت الشعاع قرار دهند و باعث شوند عوامل استرس‌زا بیشتر از آنکه قابل کنترل باشند، تهدیدآمیز به نظر برسند. در نتیجه، افراد ممکن است چالش‌های روزانه را شدیدتر و فشار روانی فزاینده‌ای درک کنند (مایربرگ و همکاران، ۲۰۱۹). واکنش‌پذیری هیجانی بالا همچنین با پاسخ‌های استرس فیزیولوژیکی بیشتر، مانند کورتیزول بالا و برانگیختگی خودکار مرتبط است. فعال شدن مزمن این سیستم‌های استرس می‌تواند تنظیم خلق را مختل کند؛ با گذشت زمان، چرخه‌های مکرر واکنش‌های هیجانی قوی و بهبودی ضعیف، رضایت از زندگی را کاهش داده و آسیب‌پذیری در برابر اضطراب و افسردگی را افزایش می‌دهد؛ در نتیجه، واکنش‌پذیری هیجانی با تشدید استرس، اختلال در فرآیندهای تنظیم و حفظ حالات عاطفی منفی، بهزیستی روانشناختی را تضعیف می‌کند (زالوسکا و همکاران، ۲۰۱۱).

یافته دوم نشان داد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به‌طور منفی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های بیکان و همکاران (۲۰۲۵)، مارال و همکاران (۲۰۲۵) و هاآ و همکاران (۲۰۲۶) همسو است. طبق مدل شناختی-رفتاری

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

دوگاس و کویرنر[1] (۲۰۰۵) می‌توان بیان نمود افرادی که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی بالایی دارند، ابهام را خطرناک تفسیر می‌کنند که این امر نگرانی مزمن را افزایش می‌دهد. این نگرانی مداوم، منابع شناختی را مصرف می‌کند و اضطراب را افزایش می‌دهد. از دیدگاه فراشناختی، عدم قطعیت باعث ایجاد باورهای منفی در مورد عدم توانایی در مقابله می‌شود و منجر به تلاش برای کنترل یا از بین بردن ابهام می‌شود. با این حال، از آنجا که عدم قطعیت بخش اجتناب‌ناپذیری از زندگی است، این تلاش‌های کنترلی اغلب شکست می‌خورند و پریشانی را تقویت می‌کنند (آکوچ و همکاران، ۲۰۲۵). نظریه فراتشخیصی کارلتون[2] (۲۰۱۲) نشان می‌دهد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی با تقویت ادراک تهدید در زمینه‌های مختلف، زمینه‌ساز اختلالات هیجانی مختلف است. وقتی غیرقابل پیش‌بینی بودن روزمره به عنوان غیرقابل تحمل ارزیابی می‌شود، حتی رویدادهای جزئی نیز می‌توانند پاسخ‌های استرس نامتناسبی را برانگیزند. این هوشیاری مداوم و اضطراب پیش‌بینی، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری را کاهش می‌دهد. با گذشت زمان، رفتارهای اجتنابی که برای کاهش عدم قطعیت در نظر گرفته می‌شوند، رشد شخصی و تجربیات پاداش‌دهنده را محدود می‌کنند. در نتیجه، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی با حفظ نگرانی، افزایش استرس و محدود کردن مقابله سازگارانه، بهزیستی روانشناختی را کاهش می‌دهد.

یافته سوم نشان داد که واکنش پذیری هیجانی به‌طور مثبت با تحمل ناپذیری بلاتکلیفی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار رابطه دارد؛ این یافته با پژوهش‌های ساحب و همکاران (۲۰۲۳)، رئو و همکاران (۲۰۲۴)، اسمرکه و همکاران (۲۰۲۶) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که از دیدگاه نوروبیولوژیکی می‌توان اینگونه تبیین کرد که مدل‌های فعال‌سازی سیستم لیمبیک نشان می‌دهند که افراد با واکنش‌پذیری بالا، پاسخ‌های آمیگدال سریع‌تر و شدیدتری را به تهدیدات بالقوه تجربه می‌کنند. طبق نظریه‌های فرآیند دوگانه، پردازش سریع هیجانی می‌تواند بر استدلال کندتر و تأملی غلبه کند و منجر به قضاوت موقعیت‌های مبهم به عنوان خطرناک شود. با گذشت زمان، این فعال‌سازی مکرر، فرد را شرطی می‌کند تا عدم قطعیت را با اضافه بار عاطفی مرتبط کند (گرونچی و گیووانلی[3]، ۲۰۱۸). نظریه‌های یادگیری همچنین پیشنهاد می‌کنند که اگر رویدادهای نامشخص به طور مداوم با پریشانی همراه شوند، خود عدم قطعیت به یک محرک شرطی برای اضطراب تبدیل می‌شود. این شرطی‌سازی، الگوهای اجتناب و نیاز به قطعیت را به عنوان یک مکانیسم محافظتی تقویت می‌کند (رئو و همکاران، ۲۰۲۴). در نظریه دلبستگی، افراد بسیار واکنش‌پذیر ممکن است به دلیل مراقبت‌های ناپایدار اولیه، حساسیت بیشتری نسبت به غیرقابل‌پیش‌بینی بودن پیدا کرده باشند. چنین الگوهای اولیه‌ای باعث می‌شوند ابهام به جای خنثی بودن، بی‌ثبات‌کننده به نظر برسد. در نهایت، واکنش‌پذیری هیجانی با سیستم عصبی ذهن و بدن برای برخورد با ناشناخته‌ها به عنوان یک تهدید فوری و طاقت‌فرسا، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی را افزایش می‌دهد (اسمرکه و همکاران، ۲۰۲۶).

در نهایت، یافته چهارم نشان داد که تحمل ناپذیری بلاتکلیفی بین واکنش‌پذیری هیجانی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی دارد؛ در واقع افزایش واکنش‌پذیری هیجانی به سبب افزایش تحمل ناپذیری بلاتکلیفی می‌تواند موجب کاهش بهزیستی روانشناختی در دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار شود. این یافته با پژوهش‌های بیکان و همکاران (۲۰۲۵)، بویس و همکاران (۲۰۱۷) و زالوسکا (۲۰۱۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که واکنش‌پذیری هیجانی نشان‌دهنده تمایل به پاسخ به محرک‌های هیجانی با واکنش‌های شدید و سریع است. طبق مبانی نظری واکنش‌پذیری هیجانی و ارزیابی استرس، افرادی که واکنش‌پذیری هیجانی بالایی دارند، بیشتر احتمال دارد موقعیت‌های مبهم یا غیرقابل‌پیش‌بینی را تهدیدآمیز درک کنند (ساتیچی و همکاران، ۲۰۲۵). این حساسیت افزایش‌یافته، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی آنها را افزایش می‌دهد، زیرا عدم قطعیت با ناراحتی عاطفی و عدم کنترل ادراک شده مرتبط می‌شود (هاآو همکاران، ۲۰۲۶). مدل‌های شناختی-رفتاری تحمل ناپذیری بلاتکلیفی پیشنهاد می‌کنند که وقتی افراد عدم قطعیت را غیرقابل قبول می‌دانند، درگیر نگرانی مداوم و نظارت بر تهدید می‌شوند. این فرآیندهای شناختی، استرس را تقویت کرده و حالت‌های عاطفی منفی را حفظ می‌کنند. در نتیجه، پریشانی ناشی از واکنش‌پذیری عاطفی از طریق عدم تحمل عدم قطعیت در موقعیت‌های روزمره هدایت می‌شود (بیکان و همکاران، ۲۰۲۷). واکنش‌پذیری هیجانی به جای اینکه مستقیماً بهزیستی روانشناختی را کاهش دهد، ابتدا باورهای ناسازگارانه در مورد عدم قطعیت را تقویت می‌کند. این باورها اضطراب، نشخوار فکری و رفتارهای اجتنابی را افزایش می‌دهند. چنین الگوهایی به تدریج رضایت از زندگی، تعادل عاطفی و ظرفیت مقابله را تضعیف می‌کنند (بویس و همکاران، ۲۰۱۷). بنابراین، تحمل ناپذیری بلاتکلیفی به عنوان یک مکانیسم واسطه‌ای عمل می‌کند که از طریق آن واکنش‌پذیری هیجانی به کاهش بهزیستی روانشناختی منجر می‌شود.

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که واکنش‌پذیری هیجانی به‌طور مستقیم و با نقش میانجی تحمل ناپذیری بلاتکلیفی بر بهزیستی روانشناختی دانشجویان با کمال‌گرایی ناسازگار اثر دارد. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که نحوه واکنش افراد به هیجان‌ها و میزان تحمل آن‌ها

1 Dugas & Koerner
2 Carleton
3 Gronchi & Giovannelli

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]
[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

در برابر موقعیت‌های مبهم، نقش مهمی در سطح بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دارای کمال‌گرایی ناسازگار دارد؛ به این معنا که واکنش‌پذیری هیجانی بالا می‌تواند از طریق افزایش تحمل‌ناپذیری بلاتکلیفی، به کاهش بهزیستی روان‌شناختی منجر شود. بنابراین، توجه به سازوکارهای هیجانی و شناختی مرتبط با ابهام و عدم قطعیت می‌تواند در تبیین وضعیت سلامت روان این گروه از دانشجویان اهمیت قابل توجهی داشته باشد.

با وجود نتایج به‌دست‌آمده، این پژوهش با برخی محدودیت‌ها همراه بود. نخست، استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و محدود بودن جامعه آماری به دانشجویان دارای کمال‌گرایی ناسازگار در یک واحد دانشگاهی، تعمیم‌پذیری یافته‌ها به سایر دانشجویان یا گروه‌های جمعیتی را محدود می‌کند. دوم، گردآوری داده‌ها به صورت خودگزارشی و از طریق پرسشنامه‌های آنلاین ممکن است با سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل به ارائه پاسخ‌های مطلوب اجتماعی همراه باشد. سوم، ماهیت توصیفی-همبستگی پژوهش و استفاده از داده‌های مقطعی، امکان استنتاج روابط علّی میان متغیرها را محدود می‌کند. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و نمونه‌هایی از دانشگاه‌ها یا گروه‌های جمعیتی متنوع‌تر استفاده شود تا قابلیت تعمیم نتایج افزایش یابد؛ همچنین به‌کارگیری روش‌های چندمنبعی مانند مصاحبه‌های بالینی یا ارزیابی‌های مشاهده‌ای در کنار پرسشنامه‌ها می‌تواند دقت داده‌ها را ارتقا دهد؛ افزون بر این، انجام پژوهش‌های طولی یا مداخله‌ای می‌تواند به بررسی دقیق‌تر روابط علّی میان متغیرها و تغییرات آن‌ها در طول زمان کمک کند. بر این یافته‌های این پژوهش پیشنهاد می‌شود در مراکز مشاوره دانشگاهی برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی با تمرکز بر آموزش تنظیم هیجان و افزایش تحمل بلاتکلیفی (مانند فنون شناختی–رفتاری، ذهن‌آگاهی و آموزش مهارت‌های مقابله‌ای) برای دانشجویان دارای کمال‌گرایی ناسازگار طراحی و اجرا شود تا از طریق بهبود مدیریت هیجان‌ها و پذیرش ابهام، سطح بهزیستی روان‌شناختی آنان ارتقاء یابد.

منابع

خانجانی، م.، شهیدی، ش.، فتح آبادی، ج.، مظاهری، م. ع.، و شکری، الف. (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی های روان سنجی فرم کوتاه (۱۸ سوالی) مقیاس بهزیستی روان شناختی ریف در دانشجویان دختر و پسر. *نشریه اندیشه و رفتار در روان شناسی بالینی*، *۸*(۳۲)، ۲۷-۳۶. https://sid.ir/paper/518959/fa

سجادی نژاد، م. الف.، و اکبری چرمهینی، ص. (۱۴۰۱). بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس واکنش-پذیری هیجانی در دانشجویان. *روان‌شناسی بالینی: نوآوری‌ها در پژوهش و عمل*، *۱۴* (۱)، ۸۷-۹۸. https://journals.semnan.ac.ir/article_6284.html

ضرغام حاجبی، م.، شاهمرادی پیله رود، م.، و میرهاشمی، م. (۱۴۰۳). عدم تحمل ابهام و درد مزمن در مبتلایانِ مالتیپل اسکلروزیس:اجتناب شناختی، جهت‌گیری منفی به مشکل، باورهای مثبت به نگرانی. *روانشناسی کاربردی*، *۱۸* (۴)، ۱۲۴-۱۴۶. https://apsy.sbu.ac.ir/article_105063.html

یزدانی، ف.، و فولادچنگ، م. (۱۳۹۹). واسطه‌گری خودشفقت‌ورزی در رابطهٔ بین کمال‌گرایی و نشاط ذهنی. *مطالعات آموزش و یادگیری*، *۱۲* (۱)، ۱۱۹-۱۴۲/https://jsli.shirazu.ac.ir/article_5785.html

Akkoç, İ., Dığrak, E., Yavan, T., & Ogce Aktas, F. (2025). The mediating role of psychological well-being in the association between intolerance of uncertainty and academic life satisfaction among university students. *Current Psychology*, *44*(12), 11486-11495. https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-025-07937-2

Bican, B., Başar-Gençer, D., & Satıcı, S. A. (2025). Intolerance of uncertainty as a mediator in the relationship between emotional reactivity and mental well-being: a longitudinal study. *Current Psychology*, *44*(3), 1431-1438. https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-024-07173-0

Biricik, Y. S., Karababa, B., & Sivrikaya, M. H. (2023). The relationships between emotional reactivity and psychological adaptation skills: a study on elite level athletes. *Journal of Education and Recreation Patterns*, *4*(2), 573-586. https://jerpatterns.com/index.php/jerp/article/view/139

Boyes, M. E., Carmody, T. M., Clarke, P. J., & Hasking, P. A. (2017). Emotional reactivity and perseveration: Independent dimensions of trait positive and negative affectivity and differential associations with psychological distress. *Personality and Individual Differences*, *105*, 70-77. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886916309783

Buhr, K., & Dugas, M. K. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, *40*, 931-945. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12186356/

Carleton, R. N. (2012). The intolerance of uncertainty construct in the context of anxiety disorders: Theoretical and practical perspectives. *Expert review of neurotherapeutics*, *12*(8), 937-947. https://doi.org/10.1586/ern.12.82

Catalino, L. I., & Fredrickson, B. L. (2011). A Tuesday in the life of a flourisher: the role of positive emotional reactivity in optimal mental health. *Emotion*, *11*(4), 938. https://psycnet.apa.org/journals/emo/11/4/938.html?uid=2011-18271-008

de la Fuente, A., Cardeñoso, O., Chang, E. C., Lucas, A. G., Li, M., & Chang, O. D. (2023). The role of problem-solving ability, beyond academic motivation, in college students' psychological adjustment. *Current Psychology*, *42*(21), 17888-17897. https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-022-02945-y

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]

[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]

Dugas, M. J., & Koerner, N. (2005). Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: Current status and future directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, *19*(1), 61. https://psycnet.apa.org/record/2005-07029-006

Gronchi, G., & Giovannelli, F. (2018). Dual process theory of thought and default mode network: A possible neural foundation of fast thinking. *Frontiers in psychology*, *9*, 1237. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01237

Ha, D. W., Park, J. K., Kang, S. W., Jeong, M. J., & Kim, B. (2026). Psychological well-being during the recovery phase of the coronavirus disease 2019 pandemic: Impact of intolerance of uncertainty, stress, and coping among south Korean adults. *Archives of Psychiatric Nursing*, *60*, 152058. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883941726000087

Ibili, G., Tree, J. J., & Gurluk, Y. O. (2025). Maladaptive perfectionism can explain the inverse relationship between dispositional mindfulness and procrastination. *Plos one*, *20*(2), e0318845. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0318845

Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications. https://psycnet.apa.org/record/2010-18801-000

Lee, A. H., & Woodruff-Borden, J. (2018). Roles of emotional reactivity, intolerance of uncertainty, and negative problem orientation on developing childhood worry. *Personality and Individual Differences*, *135*, 25-30. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886918303805

Maral, S., Bilmez, H., & Satıcı, S. A. (2025). Understanding the link between environmental identity, eco-anxiety, intolerance of uncertainty and mental well-being. *Psychiatric Quarterly*, *54*, 1-22. https://link.springer.com/article/10.1007/s11126-025-10184-0

Morriss, J., Goh, K., Hirsch, C. R., & Dodd, H. F. (2023). Intolerance of uncertainty heightens negative emotional states and dampens positive emotional states. *Frontiers in Psychiatry*, *14*, 1147970. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1147970

Munir, T., Shafiq, S., Ahmad, Z., & Khan, S. (2015). Impact of loneliness and academic stress on psychological well being among college students. *Academic research international*, *6*(2), 343. http://www.savap.org.pk/journals/ARInt./Vol.6(2)/2015(6.2-34).pdf

Myerberg, L. B., Rabinowitz, J. A., Reynolds, M. D., & Drabick, D. A. (2019). Does negative emotional reactivity moderate the relation between contextual cohesion and adolescent well-being?. *Journal of Youth and Adolescence*, *48*(11), 2179-2189. https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-019-01053-8

Nock, M. K., Wedig, M. M., Holmberg, E. B., & Hooley, J. M. (2008). The emotion reactivity scale: development, evaluation, and relation to self-injurious thoughts and behaviors. *Behavior therapy*, *39*(2), 107-116. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005789407000652

Recio, P., Pozo, P., García-López, C., & Sarriá, E. (2024). Autistic Sensory Traits and Psychological Distress: Mediating Role of Worry and Intolerance of Uncertainty. *Brain Sciences*, *14*(11), 1088. https://www.mdpi.com/2076-3425/14/11/1088

Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, *4*(4), 99-104. https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/1467-8721.ep10772395

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, *69*(4), 719. https://psycnet.apa.org/fulltext/1996-08070-001.html

Sahib, A., Chen, J., Cárdenas, D., & Calear, A. L. (2023). Intolerance of uncertainty and emotion regulation: A meta-analytic and systematic review. *Clinical Psychology Review*, *101*, 102270. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272735823000284

Saluria, R. A., Tuale, S. K., Quiambao, K. S., & Lim, A. L. (2025). Adaptive and maladaptive perfectionism tendencies among high school students. *Journal of Interdisciplinary Perspectives*, *3*(4), 249-258. https://jippublication.com/index.php/jip/article/view/449

Sánchez-Moncayo, M. R., Menacho, I., Ramiro, P., & Navarro, J. I. (2025). Perfectionism and psychological well-being in adolescents with high intellectual abilities. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1617755. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1617755

Satici, S. A., Kütük, H., Okur, S., Demirci, İ., Deniz, M. E., Satici, B., ... & Aktepe, Z. G. (2025). Resilience, intolerance of uncertainty, future anxiety and mental well being among young researchers. *Psychiatric Quarterly*, *22*, 1-15. https://link.springer.com/article/10.1007/s11126-025-10192-0

Schilbach, M., Baethge, A., & Rigotti, T. (2024). How past work stressors influence psychological well-being in the face of current adversity: affective reactivity to adversity as an explanatory mechanism. *Journal of Business and Psychology*, *39*(4), 1-18. https://link.springer.com/article/10.1007/s10869-023-09922-7

Sheikh, I. A., Ateeq, A., Majeed, S., & Takkhar, N. A. (2025). Exploring the psychological underpinning of perfectionism and self-criticism in undergraduate students. *International Journal of Social Sciences Bulletin*, *3*(1), 26-40. https://ijssbulletin.com/index.php/IJSSB/article/view/309

Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and evaluation in counseling and development*, *34*(3), 130-145. https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030

Smrke, U., Plohl, N., Mlakar, I., & Lampret, A. (2026). Coping with existential anxiety: How resilience, intolerance of uncertainty, and cognitive-emotion regulation shape mental health outcomes. Acta psychologica, 264, 106547. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001691826003483

Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and individual differences*, *36*(3), 629-643. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886903001223

Vandiver, B. J., & Worrell, F. C. (2002). The reliability and validity of scores on the Almost Perfect Scale–Revised with academically talented middle school students. *Journal of Secondary Gifted Education*, *13*(3), 108-119. https://doi.org/10.4219/jsge-2002-372

Zalewska, A. (2011). Subjective well-being among teenagers of different ages: The role of emotional reactivity and social support from various sources. *Psychological Studies*, *49*, 5-21. https://doi.org/10.2478/v10167-010-0037-5

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-07]

[DOI: 10.29252/Rooyesh.15.5.237]