

## بررسی مروری مطالعات در حوزه کمال گرایی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

### ربابه حکیمی

کارشناسی آموزش ابتدایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد آزادشهر

### چکیده

ما در مقاله حاضر به بررسی و مرور سیستماتیک مطالعات در حوزه دو مؤلفه کمال گرایی و پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان با روش مطالعه کتابخانه ای پرداختیم و طبق مطالعات انجام شده پیشرفت تحصیلی به معنای سنجش عملکرد دانش آموزان به منظور میزان دستیابی آن ها به اهداف آموزشی تعیین شده می باشد که توسط انواع آزمون ها انجام می شود، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان می تواند تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار گیرد که یکی از این موارد که در این مقاله به آن پرداخته شد کمال گرایی می باشد که یک نوع ویژگی شخصیتی است که به توقعات و انتظارات بالا از خود اشاره دارد و این کمال گرایی بر پیشرفت تحصیلی و عملکرد دانش آموزان بسیار تأثیر گذار است و هم می تواند سبب تلاش و پشتکار بیشتر آن ها شود و هم می تواند با ایجاد استرس و اضطراب مانع از پیشرفت تحصیلی آن ها شود.

**واژگان کلیدی:** پیشرفت تحصیلی، کمال گرایی مثبت، کمال گرایی منفی.

## مقدمه

ضرورت درک شاخص های اثرگذار بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان همواره باید مورد توجه سیاست مداران و دست اندرکاران حوزه آموزش و پرورش قرار گیرد (کورکین و همکاران، ۲۰۱۴). پیشرفت تحصیلی به عنوان سنجش عملکرد یادگیرندگان و مقایسه نتایج حاصل و هدف های آموزشی از پیش تعیین شده به منظور تصمیم گیری در این باره که فعالیت های آموزشی معلم و کوشش های یادگیری دانش آموزان تا چه اندازه به هدف های مطلوب منتهی شده است، تعریف می شود. اما باید در نظر داشت عوامل زیادی بر پیشرفت تحصیلی موثر هستند؛ زیرا این مفهوم ابعاد گسترده ای دارد که هم عوامل محیطی و هم عوامل درونی بر آن اثر می گذارند (حسین مردی و حسین مردی، ۱۳۹۴).

همچنین پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، یکی از شاخص های مهم در ارزیابی آموزش و پرورش است که با هدف کمک به زمینه های گوناگون اعم از ابعاد رشد شناختی، عاطفی، شخصیتی و به منظور رشد و تعالی افراد به کار می رود پیشرفت تحصیلی به معنای مقدار یادگیری آموزشگاهی فرد است و ارزشیابی پیشرفت تحصیلی عبارت است از مقایسه نتایج به دست آمده از سنجش عملکرد یادگیرندگان با هدف های آموزشی یا هدف های یادگیری که بیانگر میزان موفقیت آمیز بودن فعالیت های آموزشی معلمان و کوشش های یادگیری دانش آموزان است از طرف دیگر، افت تحصیلی یکی از مشکلات اساسی در نظام آموزش و پرورش هر کشور محسوب می شود. افت تحصیلی باعث هدر رفتن منابع مادی و عدم کارایی منابع انسانی می گردد. همچنین شکست تحصیلی موجب دلزدگی دانش آموزان از تحصیل و تضعیف روحیه آنان و یا ترک تحصیل می شود. (علی بخشی و زارع، ۱۳۸۹).

بنابراین مطالعه و بررسی عوامل تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان برای کارشناسان و دست اندرکاران تعلیم و تربیت و همچنین آینده هر جامعه ای مهم و حائز اهمیت می باشد؛ یکی از عوامل تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان کمال گرایی می باشد که در این مقاله به بررسی آن خواهیم پرداخت.

هالندره (۱۹۸۷) بر این باور است که کمال گرایی نشان دهنده ی گرایش و علاقه ی فرد به درک محیط اطراف خود به گونه ی همه یا هیچ است که به موجب آن، نتایج به شکل موفقیت ها یا شکست ها حاصل می شوند. گرچه معنی کمال گرایی به طور وسیعی توجه روانشناسان را به خود جلب کرده است، اما هنوز به عنوان پدیده ای تقریباً ناشناخته و ناسازگار تعریف شده است. دانشمندان بسیاری اثرات منفی کمال گرایی را در بررسی های خود ارائه نموده اند، اما اخیراً علاقه زیادی به توجه بر ابعاد مثبت و سازگار آن نیز شکل گرفته است (فلت و هویت، ۲۰۰۹). همچنین هامپچک اولین فردی بود که بین انواع کمال گرایی تفاوت قائل شد او معتقد است دو نوع کمال گرایی بهنجار (مثبت) و کمال گرایی نابهنجار (منفی) وجود دارد. به اعتقاد این محقق، کمال گراهای بهنجار اهداف منطقی وضع می نمایند و در زمان رسیدن به این اهداف احساس رضایت دارند؛ اما کمال گراهای نابهنجار، اهداف غیرواقعی برای خود وضع می نمایند و از اشتباهات خود سرباز می زنند (هامپچک، ۱۹۸۷).

بنابراین با توجه به اهمیت و ضرورت موضوع در این مقاله قصد داریم تا به مطالعه و بررسی در دو حوزه کمال گرایی و پیشرفت تحصیلی بپردازیم و این کار را نخست با ارائه مطالبی در قالب پیشینه نظری شروع خواهیم کرد.

## پیشینه نظری

### پیشرفت تحصیلی

تعریف پیشرفت تحصیلی عبارت است از موفقیت دانش آموزان در یک یا چند موضوع درسی (مثل: درک، فهم خواندن یا محاسبه عددی)، چنین پیشرفت هایی توسط آزمون های میزان شده تحصیلی اندازه گیری می شود. همچنین این اصطلاح بر پیشرفت فرد در کلاس، آن طور که در کار مدرسه ارزیابی می شود دلالت دارد. پیشرفت تحصیلی به جلوه ای (نمایی) از جایگاه تحصیلی یادگیرندگان اشاره دارد که این جلوه ممکن است بیانگر نمره ای برای یک دوره، میانگین نمرات در دوره ای مربوط به یک موضوع یا میانگین نمرات دوره های مختلف باشد. برای پیشرفت تحصیلی می توان ملاک های گوناگون را در نظر گرفت که مشهورترین آن ها میانگین نمرات کلاسی می باشد. از پیشرفت تحصیلی به عنوان یکی از شاخص های پیشرفت در نظام آموزش و پرورش به مفهوم «انجام تکالیف و موفقیت یادگیرندگان در گذراندن دروس یک پایه ی تحصیلی مشخص» یا «موفقیت دانش آموزان در امر یادگیری مطالب درسی» استفاده می شود. وجه مخالف آن افت تحصیلی است که یکی از معضلات نظام آموزشی می باشد که به شیوه های گوناگون همچون عدم موفقیت یادگیرندگان در دستیابی به هدف های مقاطع تحصیلی مربوطه، مردودی و تکرار پایه های تحصیلی، ترک تحصیل زودرس، بیکاری و بلاتکلیفی خود را نشان می دهد (بهروان، ۱۳۹۵).

پیشرفت تحصیلی به معنی میزان یادگیری و یا اکتساب مهارت ها و یادانشی است که برای یک مقطع و یا سن به خصوصی وضع شده و بوسیله آزمون های مربوطه قابل اندازه گیری باشد. پیشرفت در هر حرفه و یا دانش لازمه یک زندگی موفق برای آینده هر فرد می باشد. معمولاً از خردسالان، نوجوانان و جوانان هر جامعه ای انتظار می رود که در امر یادگیری یک حرفه و یا یک رشته تحصیلی برای یک زندگی توأم با موفقیت در آینده کوشا باشند. عدم موفقیت در پیشرفت تحصیلی و یا یادگیری هر حرفه ای می تواند ناشی از عوامل گوناگونی چون عوامل اجتماعی، عوامل اقتصادی، خانوادگی، فرهنگی و در نهایت عوامل روانی باشد. اگر چه همه عوامل ذکر شده در پیشرفت تحصیلی و یا آموختن حرفه بسیار مؤثر هستند اما بسیاری از اوقات علیرغم مهیا بودن همه عوامل پیشرفتی حاصل نمی شود. و این عامل چیزی جز عوامل روانشناختی نیست (میخک بیرانوند، ۱۴۰۱).

پیشرفت تحصیلی همچنین معلومات یا مهارت های اکتسابی عمومی یا خصوصی در موضوع های درسی است که معمولاً به وسیله آزمایش ها یا نشانه ها و یا هر دو که معلمان برای یادگیرندگان وضع می کنند، اندازه گیری می شود. همانطوری که در تعریف پیشرفت تحصیلی مشاهده می شود، مفاهیم و مقوله های پیشرفت تحصیلی را می توان شامل دو مفهوم معلومات یا دانش و اطلاعات و مهارت ها دانست که علت عنوان موضوعات درسی در نظام آموزشی ارائه می شود. پس ما برای عملیاتی کردن پیشرفت تحصیلی و سنجش آن باید به دو مشخصه فوق توجه داشته باشیم. در زمینه سنجش پیشرفت تحصیلی به نظر دکتر سیف آزمون های پیشرفت تحصیلی مقدار دانش و اطلاعات و مهارت هایی را که فرد تا لحظه اجرای آزمون کسب کرده است، اندازه می گیرند. منظور از مهارت، تخصص ها و صلاحیت هایی است که فرد از طریق آموزش و یادگیری آن را به دست می آورد. به این ترتیب می

بینیم که در تعریف آزمون پیشرفت تحصیلی توجه خاصی به تعریف پیشرفت تحصیلی به عمل آمده است (حسینی طباطبایی و قدیمی مقدم، ۱۳۹۳).

### عوامل تاثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی

سال های متمادی است که محققان و پژوهشگران تعلیم و تربیت و روانشناسان اجتماعی مطالعات فراوانی در مورد عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان انجام داده و همیشه در نظر آن ها بوده است. چرا که پیشرفت تحصیلی موضوعی است که به خصوص در حال حاضر مورد توجه تمامی کشورهای جهان است. پیشرفت تحصیلی، به عنوان متغیر وابسته، تحت تأثیر یک عامل نیست، بلکه عوامل متعددی نظیر استعداد تحصیلی، راهبردهای خودتنظیمی، ساختار کلاس درس، انگیزش تحصیلی (احمدی سرموری، ۱۳۹۷) بر آن تأثیر گذار است که در ادامه به چند مورد آن اشاره خواهیم کرد:

۱- هدف: اگر بخواهیم بازده و نتایج هدف های تربیتی به طور دلخواه و رضایت بخشی حاصل شوند هدف ها باید کاملاً گویا و روشن باشد.

۲- آمادگی: برای اینکه یادگیرنده، در تجربه های آموزشی و تحصیلی خود شرکت فعال و موفقیت آمیز داشته باشد باید از آمادگی های بدنی و روانی کافی برخوردار باشد.

۳- فعالیت: برای اینکه حداکثر یادگیری حاصل شود یادگیرنده را نمی توان موجودی انفعالی یا فعل پذیر دانست. فعالیت هایی مانند چابکی یا هوشیاری ذهنی از شرایط لازم در یادگیری است به سخن دیگر دستگاه درون ده حسی موجود زنده باید هوشیاری و چابک باشد و فرآیندهای واکنش کننده نیز نیرومند باشند.

۴- تمرکز: تمرکز را باید متمایز از توجه صرف دانست. در واقع تمرکز توجه یا هدفی است که به گونه ای مؤثر به سوی یادگیری گرایش می یابد.

۵- سازماندهی: در سازمان دهی یک رشته اجزا و بخش های مختلف معلومات به یکدیگر پیوند می یابند و به عنوان یک کل یا معنا ادراک شوند. سازماندهی فرآیندی است که مواد خام یادگیرنده را به یک وسیله سازنده تبدیل می کند که نیل به هدف های تربیتی را آسان می سازد.

۶- پاسخ: پاسخ را می توان یک عامل یا تغییر درونی دانست که موجود زنده را برای فعالیت آماده می سازد.

۷- فهم: فهم ادراک معناها، استنتاج ها و پیامدها و کاربردهایی است که تجربه معینی را برای یادگیرنده قابل درک می سازد (احمدی سرموری، ۱۳۹۷).

۸- تمرین یا تکرار: تکرار اگر درست به کار گرفته شود گرایش و توانایی یادگیرنده را برای به خاطر سپردن یا کاستن از تأثیر نامطلوب فراموشی افزایش می دهد. تکرار دوباره کاری یا دوباره سازی محض نیست، فعالیت برای یادگیرنده باید با هدف و دارای ارزشی واقعی باشد.

۹- واکنش نسبت به ناکامی: وقتی شخصی به مانعی برخورد می کند، یا برای رسیدن به هدف ناکام می شود باید به تعبیر و تفسیر و سازماندهی مجدد رفتارش بپردازد. این عمل به لحاظ گزینش مسیر جدید برای وصول به هدف یا گزینش هدفی که جانشین آن شود ضرورت دارد (قلندری، ۱۴۰۰).

### کمال گرایی

کمال گرایی شامل در نظر گرفتن ملاک های بالا در عملکرد، ارزیابی، احساس مثبت و رضایت نسبت به خود می شود (Rice, Lopez, Richardson, 2013) و می تواند عملکرد شغلی و تحصیلی افراد را تحت تأثیر قرار دهد (Leenars & Lester, 2006).

سارافینو، کمال گرایی را واجد جنبه های مثبت و منفی می داند و آن را معادل کمال گرایی بهنجار می داند (نصیر زاده و نرگسیان، ۱۳۹۸). کمال گرایی می تواند به صورت مثبت یا منفی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان تأثیر داشته باشد. در واقع کمال گرایان بر این باور هستند که باید به معیارهای بسیار بالا دست یابند و هیچ شکست و اشتباهی را نمی پذیرند (ذوقی و همکاران، ۱۳۹۸). کمال گرایی یک ویژگی شخصیتی است که با وضع کردن استانداردهای بسیار بالا برای عملکرد، ارزیابی از خود به صورت انتقادی، ارزیابی افراد خانواده به صورت انتقادی، نگرانی درباره اشتباهات و ارزیابی دیگر مردم به صورت انتقادی تعریف شده است (هافمن و همکاران، ۲۰۱۵). اگر کمال گرایی را مانند یک سکه فرض کنیم، در این صورت یک روی آن کسب موفقیت و نیل به هدف و روی دیگر آن ترس از شکست یا سرزنش افراد یا دیگر پیامدهای اجتماعی مربوط به شکست است (علی یاری، ۱۳۹۶). بی تردید کمال گرایی یکی از ویژگی های شخصیتی می باشد که می تواند هم سازنده، مفید و مثبت باشد هم نورویتیک، کژکنش، نابهنجار، منفی به عبارت دیگر کمال گرایی مثبت منفی دربرگیرنده آثار متفاوتی بر شخصیت کارامدی افراد هستند. وقتی کمال گرایی به صورت ناسالم نابهنجار باشد، می تواند زمینه ساز اختلالاتی چون وسواس، افسردگی، بی اشتها، عصبی، اختلالات شخصیت، اختلالات اضطرابی، اضطراب اجتماعی و .. شود. اگر کمال گرایی بصورت سالم در راستای ارتقای توانمندی های فردی انگیزش بکار گرفته شود منجر به خودکارامدی می گردد (ندیری و جعفریان، ۱۳۹۷).

ژانت (۲۰۱۶) اولین فردی بود که در خصوص کمال گرایی نوشت. او کمال گرایان را افرادی با عقاید محکم و ثابت می دانست. در نتیجه، انعطاف ناپذیری یکی از والدین خصوصیتی بود که درمورد کمال گرایی مطرح شد (خسروی و عزیززاده صحرایی، ۱۳۸۸) از دیگر نویسندگان اولیه آلفرد آدلر (۱۹۲۶-۱۹۲۷) بود که به اهمیت کمال گرایی در روان رنجورها اشاره کرده است. او تلاش برای کامل بودن را بخش اساسی پاسخ انسانی به احساس حقارت و ناشایستگی می دانست. اگرچه آدلر (۲۰۱۸) برای کمال گرایی جنبه سالم و انطباقی نیز قائل بود. به عقیده آدلر تلاش برای کامل بودن بهنجار و ذاتی است. در دیدگاه او چنین تلاشی از اجزای سالم علاقه اجتماعی است. مشکل زمانی ایجاد می شود که فرد برای برتری، معیارهای غیر واقع بینانه در نظر بگیرد. آنجاست که کمال

گرایی آشفته کننده می شود و مشکلات در نظر فرد، نواقص بزرگ جلوه می کند. فروید (۱۹۲۹) کمال گرایی را به عنوان نشانه مشترکی از روان رنجوری ها خصوصا روان رنجوری وسواسی تلقی کرده و آن را نتیجه وجود من برتر، سختگیر و تنبیه گری می دانست که خواهان پیشرفتی ممتاز و بی نظیر در تمام حوزه های زندگی است. فروید همچنین معتقد بود کمال گرایی جنبه ای از خود شیفتگی است (میخک بیرانوند، ۱۴۰۱).

### ویژگی های افراد کمال گرا

برخی از ویژگی های افراد کمال گرا به نقل از شافران و همکاران (۲۰۱۲) به قرار زیر می باشد:

- ۱- تدوین استانداردهای دشوار و سطح بالا
- ۲- تفکر همه و یا هیچ
- ۳- ارزیابی از عملکرد
- ۴- توجه انتخابی به شکست
- ۵- تعلل در انجام وظایف
- ۶- انتقاد از خود
- ۷- کوچک شمردن موفقیت ها
- ۸- پابندی بیش از حد به باید و نبایدها

### نتیجه گیری

در مقاله حاضر به مطالعه و بررسی منابع در دو حوزه کمال گرایی و پیشرفت تحصیلی به صورت مرور سیستماتیک پرداختیم و طبق مطالعات انجام شده دریافتیم کمال گرایی به عنوان یک ویژگی شخصیتی به معنای انتظارات و توقعات بالا از خود می باشد که می تواند عملکرد شخص در زندگی فردی، اجتماعی و تحصیلی دانش آموزان را تحت تأثیر خود قرار دهد.

همانطور که در قسمت های قبل توضیح دادیم کمال گرایی ابعاد مختلفی دارد و چنانچه فرد از کمال گرایی در سطح معمول و متوسط برخوردار باشد با انگیزه و تلاش خوبی در امر تحصیل برخوردار است اما اگر کمال گرایی فرد افراطی باشد به دلیل داشتن عواقبی مانند اضطراب و استرس می تواند در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مانع ایجاد کند.

## منابع

- احمدی سرموری، پژمان و گودرزی، محمدرحیم و صیادی شهرکی، زهرا و مردانی، جواد، ۱۳۹۷، مقایسه میزان خودکارآمدی و انگیزش تحصیلی در بین دانشجویان خوابگاهی و غیرخوابگاهی دانشگاه فرهنگیان، ششمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران.
- بهروان، ج، ۱۳۹۵، عوامل جامعه شناختی مؤثر بر میزان انگیزه تحصیلی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی، ۲۲ (۱)، ۵۶ - ۲۲.
- حسین مردی، علی اصغر، و حسین مردی، زهرا، ۱۳۹۴، پیش بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس هوش هیجانی و انگیزش پیشرفت در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن در سال ۱۳۹۲. مجله علمی پژوهان، ۱۳ (۳)، ۲۲-۱۵.
- حسینی طباطبایی، ف.، و قدیمی مقدم، م.، ۱۳۹۳، بررسی علل پیشرفت تحصیلی دختران در مقایسه با پسران در استان های خراسان رضوی، شمالی و جنوبی. مجله پژوهش در برنامه ریزی درسی، ۲ (۱۵)، ۱۴۷ - ۱۱۹.
- خسروی، ز.، و علیزاده صحرایی، امهانی، ۱۳۸۸، کمال گرایی، سلامت یا بیماری، تهران: علم.
- ذوقی، لیلا، کاکاوند، منیر، چوبداری، عسگر، ۱۳۹۸، بررسی رابطه کمال گرایی با اضطراب امتحان با متغیر میانجی ذهن آگاهی در دانشجویان، دوره ۱۵، شماره ۵۱، صفحات ۱۹۵-۲۱۰.
- علی بخشی، س. ز و زارع، ح.، ۱۳۸۹، اثر بخشی آموزش خود تنظیمی یادگیری و مهارت های مطالعه بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان، فصلنامه روان شناسی کاربردی، سال چهارم، شماره ۳، صص ۸۰-۶۹.
- علی یاری، فرضعلی، ۱۳۹۵، بررسی رابطه کمال گرایی والدین با پیشرفت تحصیلی فرزندان، کنفرانس بین المللی روان شناسی، علوم تربیتی و رفتاری.
- قلندری، فاطمه، ۱۴۰۰، پیش بینی پیشرفت تحصیلی براساس خود کارآمدی تحصیلی و کمال گرایی دانش آموزان مقطع متوسطه ناحیه یک شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره مدرسه، دانشگاه اسلامی، واحد مرودشت.
- میخک بیرانوند، اصغر، ۱۴۰۱، بررسی رابطه مهارت های ارتباطی، کمال گرایی و مثبت اندیشی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان پسر دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه لرستان، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور، مرکز اصفهان.
- ندیری، معصومه، جعفریان سیار، حمید، ۱۳۹۷، رابطه بین کمال گرایی والدین پیشرفت تحصیلی فرزندان، دومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم تربیت.
- نصیر زاده، سمیه، نرگسیان، جواد، ۱۳۹۸، بررسی تأثیر باورهای فراشناختی بر بهزیستی تحصیلی با میانجی گری کمال گرایی دانش آموزان، مجله روان شناسی مدرسه، دوره ۸، شماره ۳، صفحات ۱۶۹-۱۸۶.

Corkin, D. M., Shirley, L. Y., Wolters, C. A., & Wiesner, M. (2014). The role of the college classroom climate on academic procrastination. *Learning and Individual Differences*, 32, 294-303



Flett GL, Blank stein KR, Hewitt PL. (2009). Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom test. *Canadian Journal of School Psychology*, 24(16): 4–18

Hamachek, D. E. (1987). Psychodynamics of normal and neurotic Psychology, 15, 33-27

Hoffmann, A., Stoeber, J., & Musch, J. (2015), Multidimensional perfectionism and assortative mating: A perfect date?. *Personality and Individual Differences*, 86, 94-100.

Leenars L, Lester D. Perfectionism, depression and academic performance. *Psychol Rep* 2006; ۹۹(۳): ۹۴۱-۹۴۲

Rice KG, Lopez FG, Richardson CME. Perfectionism and performance among STEM students. *Journal of Vocational Behavior*. ۱۳۴-۱۲۴: (۲)۸۲; ۲۰۱۳

Shafran, M, Ghofrani F, Abde- Khodaei MS. (2012). Study of The spirituals intelligence Role in predicting university students, Quality of life. *J Reliy health*. [Epub ahead of print]. PMID. Brolin, E. T. (2018). Making a good decision: Value from fit. *American Psychologist*, 55, 1217– 1230





## A review of studies in the field of perfectionism and academic progress of students

Robabeh hakimi

### 1-1-

#### Abstract - ۱-۲

In this article, we systematically reviewed and reviewed studies in the field of two components of perfectionism and academic progress in students using the library study method, and according to the studies conducted, academic progress means measuring the performance of students in order to achieve their educational goals. It has been determined that it is done by various tests, the academic progress of students can be affected by various factors, one of which was discussed in this article Perfectionism is a type of personality trait that refers to high expectations and expectations from oneself, and this perfectionism is very effective on the academic progress and performance of students, and it can cause them to work harder and be more proactive. It can hinder their academic progress by creating stress and anxiety.

**Keywords:** “Academic progress”, “positive perfectionism”, “negative perfectionism”.. - ۱-۳