



## رابطه مهارتهای فراشناختی و کمال گرایی با اهمال کاری در دانشجویان

نیار ذوالقدر

کارشناس ارشد مشاوره.

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین مهارتهای فراشناختی و کمال گرایی با اهمال کاری در دانشجویان بود. جامعه این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر (به تعداد ۳۲۰۰ نفر) دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر در سال ۹۸-۹۷ بود که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای تعداد ۲۴۶ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند انتخاب شده و پرسشنامه های مهارتهای فراشناختی (اونیل و عابدی، ۱۹۹۶)، کمال گرایی (راث و بلوم، ۱۹۸۴) و اهمال کاری (فراست، ۱۹۹۰) را تکمیل کردند. جهت آزمون فرضیه ها از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین مهارتهای فراشناختی، کمال گرایی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. همچنین بین کمال گرایی و اهمال کاری رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. رابطه مهارتهای فراشناختی و اهمال کاری منفی می باشد. نتایج تحلیل رگرسیون حاکی از آن است که مهارتهای فراشناختی سهم بیشتری در پیش بینی اهمال کاری دارد و ۲۴/۷٪ درصد اهمال کاری را پیش بینی می کند. نتایج این پژوهش می تواند در شناسایی افراد اهمال کار و ارائه راهکارهای روانشناختی مناسب جهت کاهش اهمال کاری مفید باشد.

**واژه های کلیدی:** مهارتهای فراشناختی، کمال گرایی، اهمال کاری