

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی تربیتی

عنوان پایان نامه :

بررسی رابطه بین رضایتمندی روانی با خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی
دانشجویان سال آخر دوره کارشناسی دانشگاه علامه طباطبائی در سال

تحصیلی ۸۸-۸۷

استاد راهنما :

دکتر فریبرز درتاج

استاد مشاور :

دکتر علی دلاور

پژوهشگر :

محمدعباسی

سال ۸۸ - ۱۳۸۷

تشکر و قدردانی از استاد گرامی :

جناب آقای دکتر درتاج که با نکته سنجی های دقیق و پیگیرانه در مسیر اجرای این پژوهش مرا یاری نمودند .

تشکر و قدردانی از استاد ارجمندم :

جناب آقای دکتر دلاور که با رهنمودها و نظرات ارزشمند خود مرا در انجام این پژوهش هدایت نمودند .

تشکر و قدردانی از استاد محترم :

جناب آقای دکتر مهاجر که با دقت نظر داوری این پژوهش را عهده دار شدند .

چکیده :

هدف از این تحقیق بررسی رابطه بین رضایتمندی روانی با خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی دانشجویان بود. جامعه آماری عبارت بود از کلیه دانشجویان دختر و پسر سال آخر مقطع کارشناسی دانشگاه علامه طباطبائی. نمونه آماری شامل ۳۰۰ دانشجو (۱۵۰ نفر پسر و ۱۵۰ نفر دختر) که براساس نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند . گرفت به این صورت که ابتدا دو دانشکده علوم تربیتی و ادبیات انتخاب شده و از هر دانشکده نیز سه رشته در مطالعه شرکت داده شدند.

روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است و ابزارهای اندازه گیری عبارت بودند از :

(۱) پرسشنامه رضایتمندی روانی ریف

(۲) پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر (GSE)

تحلیل داده ها با استفاده از رگرسیون چندمتغیره و ضریب همبستگی پیرسون صورت گرفت و نتایج این تحقیق نشان داد که :

۱- هدفمندی در زندگی، ارتباط مثبت با دیگران، پذیرش خود، خودپروی و رشد شخصی بیشترین قدرت پیش بینی کنندگی خودکارآمدی را دارند.

۲- هدفمندی در زندگی و رشد شخصی بیشترین قدرت پیش بینی کنندگی عملکرد تحصیلی را دارند.

۳- هدفمندی در زندگی، خودپروی، تسلط بر محیط، رشد شخصی و ارتباط مثبت با دیگران بیشترین قدرت پیش بینی کنندگی خودکارآمدی دانشجویان پسر را دارند.

۴- هدفمندی در زندگی تنها متغیری است که قدرت پیش بینی کنندگی عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر را دارد.

۵- هدفمندی در زندگی ، پذیرش خود، ارتباط مثبت با دیگران بیشترین قدرت پیش بینی کنندگی خودکارآمدی دانشجویان دختر را دارند.

۶- هدفمندی در زندگی و رشد شخصی قدرت پیش بینی کنندگی عملکردتحصیلی دانشجویان دختر را دارند.

۷- رابطه معناداری بین خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی وجود دارد ، این مقدار برابر با ۰/۳۱ می باشد که در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

کلمات کلیدی: رضایتمندی روانی ، خودکارآمدی، عملکرد تحصیلی، نظریه شناختی - اجتماعی ، و دانشجویان.

فهرست مطالب

فصل اول:

- ۱-۱- مقدمه ۲
- ۱-۲- بیان مسأله ۵
- ۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق ۹
- ۱-۴- اهداف پژوهش ۱۱
- ۱-۵- فرضیه های تحقیق ۱۱
- ۱-۶- تعریف واژگان و مفاهیم اختصاصی طرح ۱۲
- ۱-۷- متغیرهای پژوهش ۱۵

فصل دوم:

- ۲-۱- سلامت روانی ۱۶
- ۲-۲- رویکردهای مختلف روانشناسی و سلامت روان ۱۷
 - ۲-۲-۱- رویکرد روان تحلیلیگری ۱۷
 - ۲-۲-۲- رویکردهای نو روانکاوی ۱۸
 - ۲-۲-۲-۳- آلپورت ۱۸
 - ۲-۲-۲-۴- رویکرد انسان گرایی ۲۰
 - ۲-۲-۲-۴-۱- مازلو ۲۱
 - ۲-۲-۲-۴-۲- کارل راجرز ۲۲
 - ۲-۲-۲-۴-۳- ویکتور فرانکل ۲۲
 - ۲-۲-۲-۴-۵- دیدگاه ریف در مورد رضایتمندی روانی ۲۲
 - ۲-۲-۳- نظریه شناختی اجتماعی بندورا ۲۷
 - ۲-۲-۴- خودکارآمدی ۳۲
 - ۲-۲-۴-۱- تعریف خودکارآمدی ۳۳
 - ۲-۲-۴-۲- انواع خودکارآمدی ۳۵
 - ۲-۲-۴-۳- مراحل رشد خودکارآمدی ۳۶
 - ۲-۲-۴-۴- منابع اطلاعات درباره خودکارآمدی ۳۸
 - ۲-۲-۴-۵- مولفه های خودکارآمدی ۳۹

۴۰	۲-۴-۶- نقش خود کارآمدی در عملکرد.....
۴۴	۱-۵-۲- تعریف عملکرد تحصیلی
۴۴	۲-۵-۲- ارزشیابی عملکرد تحصیلی
۴۵	۳-۵-۲- عوامل موثر بر عملکرد تحصیلی
۴۷	انگیزش و عملکرد تحصیلی
۴۷	عامل عاطفی و عملکرد تحصیلی
۴۸	عزت نفس خودپنداره و عملکرد تحصیلی.....
۴۸	اهداف و عملکرد تحصیلی.....
۴۸	برنامه ریزی و عملکرد تحصیلی.....
۴۹	عوامل خانوادگی و اجتماعی و عملکرد تحصیلی
۴۹	جنس و عملکرد تحصیلی
۵۰	۶-۲- پیشینه پژوهش
۵۰	۱-۶-۲- پیشینه پژوهش رضایتمندی روانی
۵۳	۲-۶-۲- پیشینه پژوهش خود کارآمدی

فصل سوم:

۶۲	۱-۳- مقدمه.....
۶۲	۲-۳- روش تحقیق
۶۲	۳-۳- جامعه آماری
۶۳	۴-۳- نمونه و روش نمونه گیری
۶۴	۵-۳- روش جمع آوری اطلاعات و ابزار پژوهش
۶۴	مقیاس رضایتمندی روانی
۶۷	پرسشنامه خود کارآمدی

فصل چهارم:

۷۳	۴- تجزیه و تحلیل داده ها.....
----	-------------------------------

فصل پنجم:

۱۰۴	۱-۵- بحث و نتیجه گیری.....
-----	----------------------------

۲-۵- محدودیت های پژوهش..... ۱۱۴

۳-۵- پیشنهاد های تحقیق..... ۱۱۵

فهرست منابع و مآخذ

- منابع فارسی

- منابع لاتین

پیوست ها

پرسشنامه رضایتمندی روانی

پرسشنامه خودکارآمدی

فهرست جداول

جدول ۱-۴- شاخص های توصیفی متغیر رضایتمندی روانی و خودکارآمدی..... ۷۳

جدول ۲-۴- R_2 , R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی)

خودکارآمدی..... ۷۴

جدول ۳-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی)

خودکارآمدی..... ۷۵

جدول ۴-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی)

خودکارآمدی..... ۷۷

جدول ۵-۴- شاخص های توصیفی متغیرهای رضایتمندی روانی و عملکرد تحصیلی..... ۷۹

جدول ۶-۴- R_2 , R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد

تحصیلی..... ۷۹

جدول ۷-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد

تحصیلی..... ۸۰

جدول ۸-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد

تحصیل..... ۸۱

جدول ۹-۴- خروج عامل های پیش بینی کننده از معادله رگرسیون مربوط به عاملهای پیش بینی

کننده عملکرد تحصیلی..... ۸۲

جدول ۱۰-۴- شاخص های توصیفی متغیر رضایتمندی روانی و خودکارآمدی دانشجویان

پسر..... ۸۳

- جدول ۱۱-۴- R², R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمدی دانشجویان پسر..... ۸۳
- جدول ۱۲-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمدی دانشجویان پسر..... ۸۴
- جدول ۱۳-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمدی دانشجویان پسر..... ۸۶
- جدول ۱۴-۴- شاخص های توصیفی متغیرهای رضایتمندی روانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر..... ۸۹
- جدول ۱۵-۴- R², R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی..... ۸۹
- جدول ۱۶-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر..... ۹۰
- جدول ۱۷-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر..... ۹۰
- جدول ۱۸-۴- خروج عامل های پیش بینی کننده از معادله رگرسیون مربوط به عاملهای پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر..... ۹۱
- جدول ۱۹-۴- شاخص های توصیفی متغیر رضایتمندی روانی و خود کارآمدی دانشجویان دختر..... ۹۲
- جدول ۲۰-۴- R², R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمد دانشجویان دختر..... ۹۲
- جدول ۲۱-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمدی دانشجویان دختر..... ۹۲
- جدول ۲۲-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) خود کارآمدی دانشجویان دختر..... ۹۳
- جدول ۲۳-۴- خروج عامل های پیش بینی کننده از معادله رگرسیون مربوط به عاملهای پیش بینی کننده خود کارآمدی دانشجویان دختر..... ۹۴

جدول ۲۴-۴- شاخص های توصیفی متغیرهای رضایتمندی روانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر.....	۹۶
جدول ۲۵-۴- R^2, R برای عوامل پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر.....	۹۷
جدول ۲۶-۴- آنالیز واریانس برای متغیرهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر.....	۹۸
جدول ۲۷-۴- رگرسیون گام به گام مربوط به عاملهای پیش بینی کننده (رضایتمندی روانی) عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر.....	۹۸
جدول ۲۸-۴- خروج عامل های پیش بینی کننده از معادله رگرسیون مربوط به عاملهای پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر.....	۹۹
جدول ۲۹-۴- ماتریس همبستگی بین دو متغیر خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی.....	۱۰۲

فهرست اشکال

شکل ۱-۲ تعامل سه جانبه رفتار، محیط، و شخص.....	۲۹
شکل ۲-۲ الگوهای رفتاری مطابق با رویدادهای مشاهده شده.....	۳۱

فصل اوّل:

کلیات پژوهش

۱-۱- مقدمه

رشته روانشناسی از زمان های گذشته به شناخت عوامل سازنده عملکرد روانشناختی مثبت علاقه داشته است (ریف^۱ و سینگر^۲، ۲۰۰۲، ص ۵۴۲). به عنوان مثال: آبراهام مازلو^۳ (۱۹۶۸)، مفهوم خودشکوفایی^۴ و گوردن آلپورت^۵ (۱۹۶۱)، بلوغ^۶ را مطرح کردند، اریکسون^۷ (۱۹۵۹)، الگوی مراحل روانی اجتماعی^۸ را توسعه داد، یهودا^۹ (۱۹۵۸)، در زمینه ملاکهای سلامت روان مطالعاتی انجام داد، و نیوگارتن^{۱۰} (۱۹۷۳)، تغییرات شخصیت (رویدادهای هم زندگی) را بررسی کرد (استراوزر^{۱۱}، لوسی^{۱۲}، و سیفسی^{۱۳}، ۲۰۰۸، ص ۲۲).

در شیوه نگرش برخی از روانشناسان به آدمی، تغییری بنیادی در حال تکوین است. کانون و توجه تازه این نگرش، "روانشناسی کمال" یا "روانشناسی سلامت" خوانده می شود که به جنبه سالم طبیعت آدمی (صحت روانی) می پردازد، نه به جنبه ناسالم آن (بیماری روانی). هدف روانشناسی سلامت، درمان دچارشدگان به روان نژندی و روان پریشی نیست، بلکه بیداری و رهایی استعدادهای عظیم انسان برای از قوه به فعل رساندن و تحقق بخشیدن به توانایی های خویشتن و یافتن معنای ژرفتری در زندگی است (شولتس، ترجمه خوشدل، ۱۳۸۵، ص ۱).

^۱ . Ryff
^۲ . Singer
^۳ . A. Maslow
^۴ . self-actualization
^۵ . G. Allport
^۶ . maturity
^۷ . Erikson
^۸ . psychosocial stages
^۹ . Jahoda
^{۱۰} . Neugarten
^{۱۱} . Strauser
^{۱۲} . Lustig
^{۱۳} . Ciftci

بر همین مبنا است که رضایتمندی روانی در دهه های اخیر توجه زیادی را به خود جلب نموده است. لارسون (۱۹۹۶، به نقل از نیکنام، ۱۳۸۶، ص ۶) معتقد است رضایتمندی روانی موجب احساسات روانشناختی مثبت می شود که خود منجر به اسنادهای چون خودارزشمندی است.

یکی از متغیرهای مهم مرتبط با رضایتمندی روانی خودکارآمدی است. اولین بار بندورا (۱۹۷۷) این مفهوم را مطرح کرد (ریگوتی^۱، سینس^۲، و مور^۳، ۲۰۰۸، ص ۲۳۸). خودکارآمدی ارزیابی فرد از توانایی خود در انجام یک تکلیف (بندورا، ۱۹۸۲، به نقل از کدیور، ۱۳۸۲، ص ۱۴۰) و یک درک رفتاری است که احتمال التزام به یک برنامه کاری و رفتارهای ارتقا سلامت را افزایش می دهد (پندر^۴ و موردخ^۵، ۲۰۰۲، به نقل از مظلومی محمودآباد؛ مهری؛ و مروتی شریف آباد، ۱۳۸۵، ص ۱۱۵)، و به عنوان یک منبع شخصی ممکن است سازگاری را تسهیل کند (کانال^۶، ریکمن^۷، و شوارزر، ۲۰۰۵، به نقل از شوارز، لوزینسکا، کانل، محمد، بوهر، ۲۰۰۵، ص ۸۰۸).

علاوه بر این بندورا (۲۰۰۱، ۱۹۹۷) خودکارآمدی را در بافت یک نظریه کارگزاری شخصی و جمعی قرار داده است که به همراه دیگر عوامل شناختی - اجتماعی در تنظیم موفقیت و سلامت آدمی فوق العاده موثر است (علی نیا، ۱۳۸۲، به نقل از دهقان، ۱۳۸۶، ص ۹۴). از زمانی که بندورا مفهوم خودکارآمدی را تعریف کرد، پژوهشگران تعلیم و تربیت نقش این سازه را در زندگی تحصیلی دانشجویان و دانش آموزان در همه سطوح بررسی کرده اند (پاجاریس، ۲۰۰۲، ص ۱۱۶). در همین زمینه یک بررسی نشان داد که همبستگی معنی داری بین رفتارهای بهداشتی و خودکارآمدی وجود

^۱ . Rigotti
^۲ . Schyns
^۳ . Mohr
^۴ . Pender
^۵ . Murdaugh
^۶ . Konell
^۷ . Rieckmann

دارد (ارممالا^۱ و لاورنس^۲ و دین^۳، ۲۰۰۶ به نقل از مظلومی محمودآباد؛ مهری؛ و مروتی شریف آباد، ۱۳۸۵، ص ۱۱۵). محققانی نیز یافتند که خودکارآمدی بالا با سلامت، روابط اجتماعی و موفقیت شغلی ارتباط دارد (شوارزر، ۱۹۹۲، بندورا، ۱۹۹۷ به نقل از شارپ و پریچارد، ۲۰۰۶، ص ۹۴).

اگر چه یافتن عوامل موثر در عملکرد دانشجویان به دلیل پیچیدگی این متغیر بسیار دشوار است. شناسایی عوامل موثر بر کیفیت عملکرد دانشجویان در طول تحصیل از دیر باز مورد توجه بوده است. برخی متغیرهای مهم شخصی و محیطی کلیدی توجه ویژه ای را به خود معطوف نموده است و نقش محوری آنها در بقا و موفقیت دانشجو آشکار شده است. به عنوان مثال محققان به تاثیر عوامل عاطفی^۴، (ایزارد، ۱۹۷۲؛ اسپنسن، ۱۹۹۸؛ سانا، ۲۰۰۰). مهارت های مطالعه و یادگیری^۵ (وستمن^۶ و لواندوسکی^۷، ۱۹۹۱). شناختی، (براتن، ۱۹۹۸). هدفمندی، (دی گروت، ۱۹۹۰)، انتظار موفقیت و ارزش قایل شدن برای عملکرد تحصیلی، اشاره کرده اند (در تاج، ۱۳۸۳، ص ۱۲۳).

لذا با توجه به مطالب ذکر شده توجه به رضایتمندی روانی و خودکارآمدی قشر دانشجو و تاثیر

این دو متغیر بر عملکرد تحصیلی اهمیت فراوان دارد.

^۱ . Urmimala

^۲ . Lawrence

^۳ . Dean

^۴ . affective

^۵ . study and learning skills

^۶ . Westman

^۷ . Leawandowski

سلامت روانی و رضایتمندی روانی^۱ دو مفهوم مرتبط با هم در نظر گرفته شده اند مفهوم رضایتمندی روانی به ساختار پیچیده ای اشاره دارد که تجربه و عملکرد بهینه را مورد توجه قرار می دهد رضایتمندی روانی نه فقط به عنوان فقدان علائم آسیب شناسی روانی بلکه به عنوان شماری از جنبه های مثبت عملکرد است که به وسیله کسب روابط دلبستگی قوی، کسب شناخت مناسب، سن، مهارتهای بین فردی و تعامل مبتکرانه با محیط تقویت می شود. بررسیهای اخیر در قلمرو رضایتمندی روانی نشان داده اند که "چگونه مطالعات پیرامون معنای این مفهوم، شرایطی که آن را در بر می گیرد و تغییرات مکانی و زمانی موجب تغییر رضایتمندی می شود و اطلاعات ارزشمندی را در مورد سلامت انسان به دست می دهد (کاون، ۱۹۹۱، به نقل از مداحی، ۱۳۸۳، ص ۶).

لارسون (۱۹۹۶، به نقل از نیکنام، ۱۳۸۶، ص ۶) معتقد است رضایتمندی روانی موجب احساسات روانشناختی مثبت می شود که خود منجر به اسنادهای چون خودارزشمندی است.

ریف^۲ (۱۹۸۹، به نقل از ریف، ۲۰۰۶، ص ۸۷) با توجه به مطالعاتی که در زمینه شاد زیستن انجام شده بود و با توجه به عملکرد مثبت در انسان یک مجموعه شش بعدی مشتمل بر خودپیروی^۳، تسلط بر محیط^۴، رشد شخصی^۵، ارتباط مثبت با دیگران^۶، هدفمندی در زندگی^۷ و پذیرش خود^۸ برای عملکرد روانی مشخص کرد و از این به عنوان چارچوب فرضی برای اندازه گیری رضایت مندی

^۱ . Psychological well-being

^۲ . Ryff

^۳ . Autonomy

^۴ . Environment mastery

^۵ . Personal growth

^۶ . Positive relationship with others

^۷ . Purpose in life

^۸ . self-acceptance

روانی استفاده می کند. ریف (۱۹۹۵)، به نقل از استراوزر^۱، لوستیگ^۲، و سیفسی^۳، (۲۰۰۸، ص ۲۲) معتقد است رضایتمندی روانی از تلاش برای کمال و فهم توانایی های واقعی انسان توسعه یافته است.

از سوی دیگر نظریه شناختی- اجتماعی^۴ (SCT) بندورا^۵ یک چارچوب وسیع را برای فهم

انگیزش انسان در زمینه های گوناگون فراهم آورده است (بندورا، ۱۹۹۷، وود، بندورا، ۱۹۹۶، به نقل

از مکورمیک^۶، ایرس^۷ و بیچی^۸، ۲۰۰۶، ص ۵۴)، یکی از مفاهیم مهم در نظریه بندورا خودکارآمدی^۹

است که با احساس رضایتمندی رابطه نزدیکی دارد (مادوکس^{۱۰}، ۲۰۰۲، به نقل از شارپ^{۱۱} و

پریچارد^{۱۲}، ۲۰۰۶، ص ۹۴). خودکارآمدی ارزیابی فرد در مورد توانایی های خودش می باشد (بندورا،

۱۹۹۷، ص ۱۱، به نقل از مکورمیک، ایرس و بیچی، ۲۰۰۶، ص ۵۵) و نقش اساسی در پذیرش،

حفظ و دوام رفتارها دارد و مهمترین فاکتور شخصی در تغییر رفتار می باشد (بندورا، ۱۹۷۷، به نقل از

مظلومی محمودآباد؛ مهری؛ و مروتی شریف آباد، ۱۳۸۵، ص ۱۱۵).

بنا به گفته بندورا (۱۹۹۷) یادگیری مهارتهای معین به تنهایی کافی نیست بلکه افراد باید اعتماد

خود را به مهارتهای یاد گرفته شده افزایش دهند. به عبارت دیگر موفقیت بهره مندی از مهارتهای لازم

^۱ . Strauser

^۲ . Lustig

^۳ . Ciftci

^۴ . social cognitive theory

^۵ . Bandura

^۶ . McCormic

^۷ . Ayres

^۸ . Beechy

^۹ . self-efficacy

^{۱۰} . Madodux

^{۱۱} . Sharp

^{۱۲} . Pritchard

برای انجام عمل نیست بلکه ما باید برای استفاده موثر از این مهارتها اطمینان داشته باشیم (به نقل از قربان اوغلو^۱، ۲۰۰۳، ص ۶۳۶).

میلتادو^۲ و سیونی^۳ (۲۰۰۰) خودکارآمدی را چنین تعریف می کنند: "خودکارآمدی اطمینان به توانایی های خود در کنترل رفتار، احساسات و فعالیت هاست، بنابراین در عملکرد واقعی افراد، هیجانات، انتخاب و سرانجام میزان تلاشی که شخص صرف یک فعالیت می کند موثر است".

افراد با خودکارآمدی بالا احتمالاً بیشتر با هدفهای چالش انگیز هماهنگ می شوند، بیشتر تلاش می کنند، و در مواجهه با مشکلات مدت طولانی تری مقاومت می کنند (بندورا، ۱۹۹۷، به نقل از لولین^۴، سانچز^۵، اصغر^۶، و جونز^۷، ۲۰۰۸، ص ۷۵) این افراد روی فرصتها متمرکز می شوند، در مقابل افراد با خودکارآمدی پایین از اشتباه کردن و خطر کردن اجتناب می کنند (بندورا و لاکي^۸، ۲۰۰۳، به نقل از بریان^۹، ۲۰۰۷، ص ۷۳۵).

از دیدگاه نظریه پردازان شناختی - اجتماعی کسانی که در برابر فشارهای روانی کارآمدند احتمال آسیب پذیریشان در برابر فشارهای روانی و بد کارکردی اجتماعی کم تر است. همچنین کسانی که در موقعیتهای مختلف مانند کنش وریهی اجتماعی و کارکرد درسی از احساس کارآمدی نیرومندی برخوردارند کم تر گرفتار اضطراب و تنیدگی می شوند (بندورا، ۱۹۹۵، به نقل از کاپرارا^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۴). هنگام یادگیری تکالیف پیچیده، خودکارآمدی بالا به افراد کمک می کند تا

^۱ . Kurbanoglu

^۲ . Miltado

^۳ . Savanye

^۴ . Llewellyn

^۵ . Sanchez

^۶ . Asghar

^۷ . Jones

^۸ . Locke

^۹ . Bryant

^{۱۰} . Capprara

برای بهبود عقاید و راهبردهایشان تلاش کنند تا اینکه بهانه گیری کنند مثلاً بگویند به تکلیف علاقه نداریم (وود و بندورا، ۱۹۸۹، به نقل از هسلین^۱، ص ۵۵).

کیم^۲ (۲۰۰۳) در تحقیقی که روی دانش آموزان دبیرستان انجام داد به این نتیجه رسید که خودکارآمدی عمومی^۳ به طور معناداری با بعضی از مولفه های سلامت روان مانند افسردگی، اضطراب، حساسیت بین فردی و خصومت رابطه دارد.

خودکارآمدی دانشجویان در مورد تکلیف درسی شان با پیامدهای تحصیلی مهمی شامل: انگیزش، درگیری شناختی، و عملکرد رابطه دارد (پنتریچ^۴ و دی گروت^۵، ۱۹۹۰، شانک^۶، ۱۹۹۴، به نقل از پیرسون^۷، ۲۰۰۸ ص ۴). خودکارآمدی عمومی نیز با خوش بینی، حرمت خود، مهار درونی و انگیزش پیشرفت همبستگی مثبت دارد (شوارزر و فاجس^۸، ۱۹۹۵، جروسالم و میتاگ^۹، ۱۹۹۵، به نقل از نجفی و فولاد چنگ^{۱۰}، ۱۳۸۶، ص ۳).

بنابراین شناسایی عوامل موثر بر کیفیت عملکرد دانشجویان در طول تحصیل از دیر باز مورد توجه بوده است (فلاح زاده و رضایی، ۱۳۸۴، ص ۲۰۵). تعیین ملاک ها و متغیرهای مناسب پیش بینی عملکرد تحصیلی و شغلی افراد، از جمله عمده ترین حوزه های پژوهشی است که محققان علوم تربیتی و بویژه روانشناسان تربیتی در آن فعال می باشند. وضعیت اقتصادی - اجتماعی، سطح تحصیلات، معدل تحصیلی و نمرات آزمونهای پیشرفت تحصیلی و هوشی، از جمله شاخصهایی است که محققان از آنها،

^۱ . Heslin

^۲ . Kim

^۳ . general self-efficacy

^۴ . Pintrich

^۵ . Degroot

^۶ . Schunk

^۷ . Pearson

^۸ . Shwarzer & Fuchs

جهت پیش بینی وضعیت فرد در آینده استفاده نموده اند (کمپل، ۱۹۶۰، به نقل از سامانی و جوکار، ۱۳۸۱، ص ۱۳۶).

بدون تردید بسیاری مسائل بر میزان خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی تاثیر می گذارند و سبب افزایش یا کاهش آن می شوند با توجه به آنچه گفته شد در این پژوهش به بررسی رابطه بین رضایتمندی روانی با خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی پرداخته ایم.

۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق

روانشناسی به خاطر تاکید بیش از حد بر بیماری، توجه نکردن به سرحالی و سلامت همواره مورد انتقاد بوده است (شولتس، به نقل از خوشدل، ۱۳۸۵) چون تحقیقات روانشناختی همواره بر بدکارکردی و ناسازگاری متمرکز بوده اند و سلامت روانی به عنوان فقدان مشکلات روانشناختی تعریف شده است (ریف، ۱۹۹۵؛ ریف و سینگر، ۱۹۹۶، به نقل از سپ تامبر^۱، ۲۰۰۱، ص ۲۱۸). کارلسون^۲ (۱۹۶۶، به نقل از ساینگتون، ۱۹۸۹، ترجمه حسین شاه برواتی، ۱۳۸۵، ص ۵) ۱۷۲ کتاب درسی روانشناسی را مورد بررسی قرار داد و دریافت که عواطف و هیجانات ناخوشایند دو برابر عواطف و هیجانات خوشایند مورد بحث واقع شده است. لیندائر^۳ (۱۹۶۸، همان منبع) با بررسی بیش از ۵۰۰ مقاله در نشریات حرفه ای، متوجه شد که بیش از ۸۰ درصد مقالات به عواطف ناخوشایند پرداخته اند. ساینگتون (۱۹۸۶، همان منبع) نمایه موضوعی کتابهای درسی در حوزه روانشناسی عمومی را که در سال ۱۹۸۶ منتشر شده بود، مورد مطالعه قرار داد و دریافت که به طور متوسط در این

^۱ . September

^۲ . Carlson

^۳ . Lindauer

کتابها، منابع و مراجع مربوط به عواطف و رفتارهای نامطلوب بالغ بر ۴ برابر رفتارها و عواطف مطلوب است. اما امروزه شمار روزافزونی از روانشناسان به قابلیت رشد و کمال در شخصیت انسان روی آورده اند (شولتس، به نقل از خوشدل، ۱۳۸۵، ص ۶).

نقش رضایتمندی در تمام جنبه های رفتار و تحول انسان از جمله سلامت ذهنی، بدنی، تحصیلی، افزایش مهارتها، توانایی اجتماعی، و برقراری روابط مثبت اجتماعی روشن و آشکار است (لازاروس، ۱۹۹۱، به نقل از مداحی، ۱۳۸۲).

قضاوت های مربوط به خودکارآمدی نیز به دلیل نقش مهمی که در رشد انگیزش درونی دارند، از اهمیت خاصی برخوردار می باشند. همانگونه که ذکر شد خودکارآمدی نشان داده است که بر فائق آمدن و استقامت در برابر موانع اثر می گذارد و می تواند علت مهمی برای عملکرد مناسب باشد.

بنا به گفته شارپ و همکاران (۲۰۰۲، به نقل از عاصمیان، ۱۳۸۴) از دلایل عمده ای که به نظر می رسد باعث عدم موفقیت برخی از یادگیرندگان در حیطه های آموزشی می شود این است که برخی از یادگیرندگان نسبت به پذیرش مسئولیت در قبال یادگیری شان ناتوانند و در انجام تکالیف پشتکار کمتری از خود نشان می دهند و به آسانی تکلیف را رها می سازند.

اگر دانش آموزان و دانشجویان باور داشته باشند که با تلاش قابل قبول می توانند یاد بگیرند آنها تلاش بیشتر کرده، در مواجهه با مشکلات پافشاری می کنند، توجه خود را بر مشکل متمرکز کرده و احساس آرامش و خوش بینی بیشتری می کنند (وولفلک^۱، ۲۰۰۴).

^۱.Woofolk