



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته ی روانشناسی تربیتی

رابطه جهت گیری هدف و راهبردهای مقابله با استرس
تحصیلی در دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانی شهر شیراز

به وسیله ی:

زینب غلامی نیا

استاد راهنما:

دکتر بهرام جوکار

خردادماه ۱۳۸۸

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خدا

اظہار نامہ

اینجانب زینب غلامی نیا دانشجوی رشته ی روانشناسی تربیتی گرایش روانشناسی تربیتی دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی اظہار می کنم که این پایان نامه حاصل پژوهش خودم بوده و در جاهایی که از منابع دیگران استفاده کرده ام، نشانی دقیق و مشخصات کامل آن را نوشته ام. همچنین اظہار می کنم که تحقیق و موضوع پایان نامه ام تکراری نیست و تعهد می نمایم که بدون مجوز دانشگاه دستاوردهای آن را منتشر ننموده و یا در اختیار غیر قرار ندهم. کلیه حقوق این اثر مطابق با آیین نامه مالکیت فکری و معنوی متعلق به دانشگاه شیراز است.

نام و نام خانوادگی: زینب غلامی نیا

تاریخ و امضاء: ۸۸/۸/۲۷



به نام خدا

رابطه جهت گیری هدف و راهبردهای مقابله با استرس تحصیلی در
دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانی شهر شیراز

به وسیله

زینب غلامی نیا

پایان نامه

ارائه شده به تحصیلات تکمیلی دانشگاه به عنوان بخشی از
فعالیت‌های تحصیلی برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته ی:

روانشناسی تربیتی

از دانشگاه شیراز

شیراز

جمهوری اسلامی ایران

ارزیابی و تصویب شده توسط کمیته پایان نامه با درجه: عالی
دکتر بهرام جوکار، استادیار بخش روانشناسی تربیتی (رئیس کمیته)
دکتر مسعود حسین چاری، استادیار بخش روانشناسی تربیتی
دکتر سیامک سامانی، دانشیار بخش روانشناسی تربیتی

خرداد ماه ۱۳۸۸

تقدیم به:

به همه کسانی که قلبشان مسوره نور خداست.

سپاسگزاری

ستایش برای خداست؛ آن نخستین بی آغاز و آن واپسین بی انجام. او که به من این توانایی را عطا نمود تا بتوانم این پژوهش را به مرحله پایان برسانم.

بر من واجب است که از کلیه کسانی که در نگارش این پایان نامه بزرگوارانه و بدون هیچ چشمداشتی مرا مورد لطف و همکاری قرار دادند، تشکر نمایم.

نخست مراتب سپاس و قدر دانی خود را نثار استاد فرهیخته و ارجمندم جناب آقای دکتر جوکار می کنم، که صادقانه و دلسوزانه مرا در تهیه این پایان نامه یاری نمودند. و اگر زحمات و کمک های بی شائبه ایشان شامل حال من نبود موفق به انجام چنین کاری نبودم.

از اساتید مشاور بزرگوار جناب آقای دکتر مسعود حسین چاری و جناب آقای دکتر سامانی به دلیل راهنمایی ها و نظرات ارزنده شان جهت بالا بردن کیفیت پایان نامه تشکر و قدر دانی می نمایم.

از همه اساتید گرانقدری که در طول این دوره تحصیل از وجود مبارکشان درس آموختم کمال تشکر و سپاسگزاری را دارم.

و در پایان از همسر و فرزندانم و همه دوستانم که در این راه مشوق و حضورشان باعث دلگرمی من بود سپاسگزارم.

چکیده

رابطه جهت گیری هدف و راهبردهای مقابله با استرس تحصیلی در دانش آموزان

دختر و پسر دبیرستانی شهر شیراز

به کوشش:

زینب غلامی نیا

امروزه با گسترش عوامل تنش زا، به دلیل تغییر شیوه زندگی، استرس به پدیده ای پیچیده و بزرگ تبدیل شده و تحت تأثیر عوامل متعدد و تعامل میان آنها قرار دارد. یکی از منابع مهم فشار روانی در دوران نوجوانی، فشارهای ناشی از موقعیتهای تحصیلی است. شیوه‌های مقابله با استرس تحصیلی به عوامل متعددی بستگی دارد، هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه جهت گیری هدف تحصیلی با راهبردهای مقابله با استرس بود. آزمودنی‌های پژوهش شامل ۳۷۲ دانش آموز (۱۸۹، دختر و ۱۸۳، پسر) سال دوم دبیرستان شهر شیراز بودند. برای اندازه‌گیری انواع جهت‌گیری هدف، شامل جهت‌گیری هدف تسلط‌گرایشی، تسلط اجتنابی، عملکرد گرایشی و عملکرد اجتنابی از پرسشنامه الیوت و مک‌گریگور (۲۰۰۱) استفاده شد. به منظور اندازه‌گیری استرس تحصیلی از پرسشنامه راهبرد مقابله‌ای استراچرز و همکاران (۱۹۹۵) استفاده شد. این پرسشنامه دو نوع راهبرد مقابله‌ای شامل: راهبرد مسئله مدار و راهبرد هیجان مدار را مورد سنجش قرار می‌دهد. پایایی ابزارهای مذکور به روش آلفای کرونباخ و روایی آنها از طریق تحلیل عوامل مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاکی از پایایی و روایی ابزارهای پژوهش بود. به منظور تعیین قدرت پیش‌بینی انواع جهت‌گیری هدف برای هر یک از شیوه‌های مقابله از رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شد نتایج نشان داد که جهت‌گیری هدف تسلط‌گرایشی و عملکرد گرایشی پیش‌بینی کننده مثبت سبک مسئله مدار و هدف تسلط اجتنابی و عملکرد اجتنابی پیش‌بینی کننده منفی سبک مسئله مدار هستند. هدف تسلط‌گرایشی و عملکرد گرایشی پیش‌بینی کننده منفی سبک هیجان مدار و هدف تسلط اجتنابی و عملکرد اجتنابی پیش‌بینی کننده مثبت سبک هیجان مدار هستند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
فصل اول: مقدمه	
۲	۱- مقدمه
۷	۱-۱- بیان مسئله
۹	۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش
فصل دوم: پیشینه پژوهش	
۱۳	۲- پیشینه پژوهش
۱۳	۱-۲- مبانی نظری راهبردهای مقابله با استرس
۱۶	۱-۱-۲- مدل‌های مقابله با استرس
۱۷	۲-۱-۲- مدل مقابله‌ای موس و بلینگز (۱۹۸۲)
۱۹	۳-۱-۲- مدل اندلر و پارکر (۱۹۹۰)
۱۹	۴-۱-۲- مدل اسکینر و همکاران (۲۰۰۳)
۲۰	۵-۱-۲- مدل لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴-۱۹۹۱)
۲۵	۲-۲- مبانی نظری جهت‌گیری هدف
۲۷	۱-۲-۲- مدل‌های جهت‌گیری هدف
۲۸	۲-۲-۲- مدل نیکولز (۱۹۸۴)
۲۹	۳-۲-۲- مدل میس و همکاران (۱۹۸۸)
۲۹	۴-۲-۲- مدل فورد و نیکولز (۱۹۹۱)
۳۰	۵-۲-۲- مدل دویک (۱۹۹۹)
۳۱	۶-۲-۲- مدل الیوت و چرچ (۱۹۹۷)
۳۲	۷-۲-۲- مدل الیوت و مک‌گریگور (۲۰۰۱)
۳۶	۳-۲- نقش راهبردهای مقابله‌ای در شکست و استرس تحصیلی

۳۸	۴-۲- پیامدهای انواع جهت گیری هدف.....
۳۹	۱-۴-۲- پیامدهای شناختی و رفتاری.....
۴۲	۲-۴-۲- پیامدهای انگیزشی.....
۴۳	۳-۴-۲- پیامدهای هیجانی و بهزیستی روانی.....
۴۵	۵-۲- رابطه جهت گیری هدف و راهبردهای مقابله‌ای.....
۴۸	۶-۲- تأثیر جنسیت بر جهت گیری هدف و راهبردهای مقابله‌ایی.....
۴۹	۱-۶-۲- تأثیر جنسیت بر اهداف و انگیزه پیشرفت.....
۵۰	۲-۶-۲- تأثیر جنسیت بر راهبردهای مقابله با استرس.....
۵۲	۳-۶-۲- جمع‌بندی نتیجه گیری از تحقیقات پیشین.....
۵۳	۷-۲- فرضیه‌ها و مدل پژوهش.....

فصل سوم: روش تحقیق

۵۶	۳- روش تحقیق.....
۵۶	۱-۳- شرکت کنندگان پژوهش.....
۵۶	۲-۳- ابزارهای پژوهش.....
۵۷	۱-۲-۳- پرسش نامه جهت گیری هدف.....
۵۸	۲-۲-۳- پرسش نامه راهبردهای مقابله با استرس.....
۶۰	۳-۳- فرایند اجرا.....
۶۱	۴-۳- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات.....

فصل چهارم: یافته‌های تحقیق

۶۳	۴- یافته‌های تحقیق.....
۶۳	۱-۴- یافته‌های توصیفی متغیرهای مورد پژوهش.....
۶۴	۲-۴- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش.....
۶۴	۳-۴- مقایسه دختران و پسران در متغیرهای پژوهش.....
۶۵	۴-۴- رابطه انواع جهت گیری هدف با راهبردهای مقایسه با استرس.....

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۷۲	۵- بحث و نتیجه گیری.....
----	--------------------------

۸۰	۵-۱- محدودیت‌ها.....
۸۱	۵-۲- پیشنهادات.....

فهرست منابع

۸۲	منابع فارسی.....
۸۶	منابع لاتین.....

پیوست‌ها

۱۰۱	پیوست شماره یک.....
۱۰۴	پیوست شماره دو.....

فهرست جدول‌ها

عنوان	صفحه
جدول ۱-۳- نحوه توزیع فراوانی آزمودنی‌ها برحسب جنسیت	۵۶
جدول ۲-۳- نتایج تحلیل عاملی پرسش نامه جهت گیری هدف	۵۸
جدول ۳-۳- نتایج تحلیل عاملی پرسش نامه راهبردهای مقابله با استرس	۵۹
جدول ۱-۴- یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش	۶۳
جدول ۲-۴- ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه	۶۴
جدول ۳-۴- بررسی تفاوت میانگین دختران و پسران در متغیرهای پژوهش	۶۵
جدول ۴-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای مسئله مدار روی انواع جهت گیری هدف	۶۶
جدول ۵-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای هیجان مدار روی انواع جهت گیری هدف	۶۶
جدول ۶-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای مسئله مدار روی انواع جهت گیری هدف در دختران	۶۷
جدول ۷-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای هیجان مدار روی انواع جهت گیری هدف در دختران	۶۷
جدول ۸-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای مسئله مدار روی انواع جهت گیری هدف در پسران	۶۸
جدول ۹-۴- نتایج رگرسیون همزمان راهبردهای هیجان مدار روی انواع جهت گیری هدف در پسران	۶۹

فهرست شکل‌ها

صفحه

عنوان

- شکل ۲-۱- چارچوب جهت‌گیری هدف ۲×۲..... ۳۳
- شکل ۲-۲- نمای کلی مدل پژوهش..... ۵۴
- شکل ۳-۱۰- مسیرهای موجود در تحقیق حاضر..... ۷۰

فصل اول

مقدمه

۱- مقدمه

استرس^۱ را یکی از جنبه های طبیعی و اجتناب ناپذیر زندگی انسان معاصر خوانده‌اند، که قدمتی به اندازه عمر انسان دارد و تا کنون با او همراه بوده است. با این حال واژه استرس زمان کوتاهی است که وارد خزانه واژگان رایج عموم مردم شده است و به اشکال مختلف تعریف شده است، معادل فارسی این واژه فشار روانی یا تنیدگی است.

استرس را می‌توان به عنوان یک تجربه هیجانی منفی که با تغییرات بیوشیمیایی، روانشناختی، شناختی و رفتاری همراه می‌باشد، تعریف کرد. این تغییرات در جهت تغییر واقعه پر فشار روحی روانی، یا عوض کردن اثرات آن است. استرس پیامد فرآیند ارزیابی فرد از تجارب تنش آفرین محیط است (فتی، و موتابی، ۱۳۸۵). یعنی ارزیابی این که، آیا منابع فردی برای پاسخگویی به توقعات محیط کافی است یا نه؟ (لازاروس، و فولکمن^۲، ۱۹۸۴).

لازاروس (۱۹۹۶) معتقد بود که استرس شامل سه مرحله می‌باشد. مرحله اول ارزیابی اولیه درهنگام مواجهه با یک خطر می‌باشد. مرحله دوم شامل ارزیابی ثانویه است که جستجوی یک پاسخ در ذهن می‌باشد و مرحله سوم که به کارگیری آن پاسخ یا مقابله می‌باشد. از زمان رشد مفهوم استرس و طرح این مراحل توسط لازاروس مفهوم مقابله با استرس وارد ادبیات روانشناسی شد.

مقابله^۳ به روشهای رفتاری و شناختی که فرد برای غلبه بر استرس به کار می‌برد اطلاق می‌شود (کاستا^۴، ۱۹۹۰). در کل می‌توان گفت مقابله کوششها و تلاشهایی است که فرد انجام می‌دهد تا استرس را از میان بردارد، یا به حداقل برساند، تا امکان تحمل آن فراهم شود. این تلاشها یا به صورت انجام دادن کار یا فعالیتی است و یا به صورت فعالیتهای ذهنی و درون روانی می‌باشد. به عبارت دیگر، از یک سو وضعیت کنشهای شناختی و عاطفی فرد را در مواجهه با عناصر استرس زا یا پیامدهای ناشی از آنها، و از سوی دیگر، مهار نیازهای درونی و انتظارات بیرونی، بویژه زمانی که نیازها فراتر از توان فرد هستند و قابلیت‌های او را به چالش می‌طلبند را نشان می‌دهد (فولکمن، و لازاروس، ۱۹۸۴). به طور کلی پیامد هر عامل فشارزا

1 - Stress

2- Lazarus & Folkman

3- Coping

4- Costa

(موقعیت یا وضعیتی که خطر یا تهدید در آن حس می شود) بر روی فرد نه تنها به وسیله راههایی که وی فشارزها را تفسیر می کند بلکه از طریق راههایی که با آنها مقابله می کند نیز متأثر می شود (زیندر^۱، ۱۹۹۵).

زمانی که مقابله موثر باشد، با موقعیت سازگاری صورت می گیرد و استرس کاهش می یابد. متأسفانه تلاشهای مقابله ای همیشه به سازگاری افراد کمک نمی کنند. مقابله نابهنجار می تواند شامل افکار یا رفتارهایی باشد که ناراحتی را تشدید یا تداوم می بخشند یا اینکه منجر به خود مغلوبی^۲ می شوند (هاکنبری، و هاکنبری^۳، ۱۹۹۸).

لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) دو نوع کلی از شیوه های مقابله شامل: مقابله متمرکز بر مساله^۴ و مقابله متمرکز بر هیجان^۵ را مطرح کرده اند. در راهبرد مسئله مدار، کاری یا تلاش در راستای حل مسئله جهت برداشتن استرس یا به حداقل رساندن آن می باشد، یعنی تلاشهای فرد معطوف به خود مسئله می باشد. این راهبرد، شامل اقدامات سازنده فرد در رابطه با شرایط استرس زاست، هدف اصلی فرد، تسلط یافتن بر موقعیت و ایجاد تغییر در منبع فشارزاست و کوشش می کند تا با بررسی ابعاد و راهبردهای حل مسئله رابطه استرس زای بین خود و محیط را کاهش دهد. برای مثال، طرح ریزی یک برنامه عملی و تلاش برای یافتن تکنیک جدیدی برای مطالعه بهتر (کارور، اسپیر، و وینتروپ، ۱۹۹۳). مشورت کردن با صاحب نظران و تلاش برای به نظم در آوردن ذهن برای رویارویی با استرس، با پرهیز از مغشوش کردن ذهن به وسیله در گیری ذهن با دیگر وقایع (زیدنر^۶، ۱۹۹۵).

در مقابله هیجان محور، هدف، نظم دهی به حالت هیجانی به وجود آمده از موقعیت استرس زا و حفظ تعادل عاطفی و هیجانی از طریق کنترل هیجانات حاصله از موقعیت تنش زا است. برای مثال، وانمود می کند که اتفاقی رخ نداده است (استراچرز^۷، و همکاران، ۱۹۹۵؛ به نقل از اوروزکو^۸، ۲۰۰۷). به عبارت دیگر، در این راهبرد که کاهش یا اداره آشفتگی ناشی از یک موقعیت فشارزا صورت می گیرد، هدف فرد، دست یافتن به آرامش است که به دلیل روی دادن استرس بهم خورده است. فرد می کوشد تا خود را از آشفتگی ها و پریشانی های حاصل از وقوع استرس رها سازد. یعنی فعالیت خاصی در جهت حذف استرس نمی کند، بلکه از طریق حفظ آرامش خود با استرس مبارزه می کند (زیندر، ۱۹۹۵). بلینگز و موس^۹ (۱۹۸۴) نیز مقابله

1- Zeinder

2- Self defeating

3- Hockenbury & Hockenbury

4- Problem focused coping

5 - Emotion focused coping

6 - Zeidner

7 - Struthers

8 - Orozco

9 - Billings & Moos

هیجان محور را که بعنوان پاسخ های هیجانی مانند دل مشغولی که به وسیله هیجانات منفی (مانند سرزنش کردن خود) همراه هستند توصیف می کنند که در کل باعث تضعیف سلامت روان می شود.

اغلب پژوهشها در مورد سلامت نوجوانان مبین آن است که بسیاری از نوجوانان در گذر از این دوره مشکلات جدی را تجربه می کنند. هرچند در تمامی دوره ها، تنیدگی و مشکلات بخش لاینفک زندگی است، اما در دوره نوجوانی شکل خاص به خود می گیرد. عواملی مانند تغییرات جسمانی، انجام تکالیف تحصیلی، آماده سازی برای ورود به دانشگاه، و دغدغه فکری برای داشتن یک شغل مناسب و کسب درآمد جهت استقلال مالی از عناصر استرس زای این دوره از زندگی می باشد که باید با آنها مقابله کند (فرایدنبرگ^۱، ۱۹۹۷).

دنبال نمودن اهداف تحصیلی در محیط های آموزشی یکی از چالش های جدی و منبع استرس دوره نوجوانی است. یک علت طبیعی استرس تجربه شکست آموزشی و عدم دست یابی به اهداف تحصیلی است. شکست آموزشی به یک درجه نارضایت بخشی اشاره می کند که دانش آموزان به عنوان علامت شکست درک بکنند که منجر به اثرات گوناگون مثبت یا منفی بر روی انگیزش، عملکرد و رفتارهای پیشرفت آنها می شود (بران استین^۲، ۲۰۰۰).

محققانی که بر روی اثرات شکست آموزشی مطالعه می کنند، اذعان دارند که تجربه شکست ناراحت کننده و موجب نگرانی و اضطراب می شود، منابع شناختی و عملکرد دانش آموزان را تضعیف، و باعث از دست دادن کنترل ادراکی بر روی اعمال یاد گیری می شود، که این نیز به نوبه خود انتظار موفقیت در آینده را کاهش می دهد و باعث اضطراب و نگرانی بیشتر در امتحانات آینده می شود (دویک، و لگت^۳، ۱۹۸۸؛ بران استین، و گلویتزر^۴، ۱۹۹۶). در مقابل، تعدادی از محققان پیشنهاد می کنند که تجربه شکست ممکن است اثرات مثبت داشته باشد، اگر دانش آموزی بتواند شکست خود را در قالب بازخوردهای قابل ارزشیابی تفسیر کند، مثلاً این که چگونه یادگیری و عملکرد خود را بهبود ببخشد، نسبت به اهداف خود بسیار متعهد باشد، حس خود کارآمدی بالایی داشته باشد و شکستشان را به عوامل ناپایدار اما قابل کنترل اسناد دهند، در این صورت شکست با افزایش تلاش برای تسلط بر چالش ها همراه می شود (الیوت، دویک^۵، ۱۹۸۸؛ وینر^۶، ۱۹۸۶). در واقع تجربه شکست علاوه بر بازخورد ارزیابانه درباره اشتباهات، و شناخت ضعفها، ممکن است باعث علاقه دانش آموزان به تغییر شرایط، یادگیری و

1 - Frydenberg

2 - Brunstein

3 - Dweck & Leggett

4 - Gollwitzer

5 - Elliott & Dweck

6 - Weiner

عملکرد بهتر شود (هسیح^۱، ۲۰۰۵). با اینکه ذاتاً در شکست رشد نهفته است، آیا همه دانش آموزان قادرند شکستشان را بطور مثبت درک و تفسیر کنند؟

روشهایی که با آن دانش آموزان شکستشان را تفسیر و با استرس ناشی از آن مقابله می کنند به وسیله فاکتورهای زیادی تعیین می شود، یک تعیین کننده بسیار مهم جهت گیری هدف^۲ می باشد. جهت گیری هدف نوعی معیار (درونی و بیرونی) است که فرد بر اساس آن موفقیت یا شکست خویش را در دستیابی به هدف مورد قضاوت قرار می دهد و اهداف و استدلالهای فرد برای پیشرفت را پوشش می دهد.

به همین لحاظ در سالهای اخیر پژوهشگران رابطه بین انگیزش تحصیلی و انواع استرس ها و راهبردهای مقابله ایی را مورد کنکاش قرار داده اند (هسیح، ۲۰۰۵؛ آکین^۳، ۲۰۰۸؛ موریس^۴، بروکس و مایا^۵، ۲۰۰۳؛ نف^۶، هسیح و دجیتریت^۷، ۲۰۰۵؛ سایدرایدیس^۸، ۲۰۰۵). این محققان معتقدند که نوع اهدافی که نوجوانان در محیط های آموزشی برای خود بر می گزینند می تواند نحوه مقابله آنها را با استرس های ناشی از موقعیت های تحصیلی تعیین کند.

در سالهای اخیر رویکرد جدید نظریه های انگیزش پیشرفت تحصیلی با طرح مفهوم هدف و هدف گرایی اقدام به تبیین انگیزه های مختلف دانش آموزان برای پیشرفت نموده اند (ایمز^۹، ۱۹۹۲؛ دوپیک، و لگت، ۱۹۹۸؛ نیکولز^{۱۰}، ۱۹۸۴؛ الیوت، و دوپیک، ۱۹۹۸؛ الیوت، ۱۹۹۹؛ الیوت، و مک گریگور^{۱۱}، ۲۰۰۱).

جهت گیریهایی که در اغلب نظریه ها و مدل های اهداف مورد اشاره قرار گرفته است عبارتند از: اهداف یادگیری^{۱۲} و اهداف عملکردی^{۱۳} می باشد. (دوپیک، و لگت، ۱۹۸۸؛ الیوت، ودوپیک، ۱۹۸۸) این سازه ها مشابه با انگیزش درونی و انگیزش بیرونی است که به وسیله (دسی، و ریان^{۱۴}، ۱۹۸۵) بیان شده است که اهداف یادگیری مشابه انگیزه درونی و اهداف عملکردی مثالی از انگیزش بیرونی است. انگیزش دانش آموز به طور طبیعی باید با علاقه او به مشارکت در فرایند یادگیری سرو کار داشته باشد، هر چند ممکن است، دانش آموزان بطور

1 - Hesih

2 - Goal orientation

3 - Akin

4 - Morris

5 - Broooks & Maya

6 - Neff

7 - Hsieh & Dejitterat

8 - Ames

9 - Ames

10 - Nicholls

11 - McGregor

12 - Learning goals

13 - Performance goal

14 - Deci & Ryan

یکسان، برای انجام یک تکلیف برانگیخته شوند، اما منبع انگیزش می تواند متفاوت باشد. دانش آموزی که از درون برانگیخته شده، انجام فعالیت، صرفاً برای خود آن فعالیت، یا برای لذت ناشی از آن، یادگیری ناشی از آن و یا احساس کمال گرایی حاصل از آن می باشد. دانش آموزی که از بیرون برانگیخته شده، برای این کار می کند که از تنبیهات خارج از خود فعالیت دوری گزیند، یا پاداشی مانند نمرات، برچسب ها و تأیید معلم کسب کند (لپر^۱، ۱۹۹۸).

در طول تکامل نظریه جهت گیری هدف، اهداف به صورتهای گوناگونی تقسیم بندی شده اند. در بعضی تقسیم بندی ها به دو بعد (یادگیری و عملکردی) پرداخته اند و در بعضی دیگر بعد عملکردی را به دو مؤلفه عملکرد- رویکردی و عملکرد-اجتنابی تقسیم بندی نموده اند.

الیوت و مک گریگور^۲ (۲۰۰۱) بر مبنای دو بعد تعریف^۳ و جاذبه^۴، مدل چهار گانه (۲×۲) هدف پیشرفت را به وجود آوردند. منظور از تعریف، استانداردهای است که فرد برای خود در نظر می گیرد که به صورت استانداردهای مطلق، درون فردی و هنجاری می باشد. و جاذبه عبارتست از اینکه فرد کاری را در جهت گرایش به پیشرفت یا اجتناب از شکست انجام دهد. در این الگو چهار نوع جهت گیری هدف مطرح که عبارتند از: **جهت گیری هدف تسلط گرایشی^۵، جهت گیری هدف تسلط اجتنابی^۶، جهت گیری هدف عملکرد گرایشی^۷ و جهت گیری هدف عملکرد اجتنابی^۸.**

در هدف تسلط گرایشی افراد به دنبال توسعه و بهبود شایستگی های خویش در تکالیف مورد نظر هستند و هر شکست را موقعیتی برای درک بیشتر و توسعه شایستگی خود می دانند. در جهت گیری هدف تسلط اجتنابی افراد از نفهمیدن مطالب، شکست در یادگیری مواد درسی و یا فراموشی آنچه فرا گرفته اند می ترسند. و تمام تلاش خود را می کنند تا از هرگونه خطا و اشتباهی اجتناب کنند.

در هدف عملکردگرایشی، شایستگی یعنی برتری نسبت به دیگران، در واقع فرد در پی کسب موفقیت است و یادگیری را برای نمایش قدرت و برتری خود نسبت به دیگران می خواهد. در ضمن اینگونه افراد معمولاً تکالیفی را انتخاب می کنند که مطمئن هستند از عهده آن بر می آیند.

1 - Lepper

2 - McGregor

3 - Definition

4 - Valence

5 - Approach mastery orientation

6 - Avoidance mastery orientation

7 - Approach Performance orientation

8- Avoidance Performance orientation

بالاخره در جهت گیری هدف عملکرد اجتنابی، شایستگی یعنی اجتناب از شکست، افرادی که از این نوع هدف پیروی می کنند همیشه ترس از شکست دارند و نگران این مسئله اند که از جانب دیگران مورد سرزنش و تنبیه قرار گیرند.

وقتی که دانش آموزان با شکست تحصیلی مواجه می شوند آنها ممکن است راهبردهای متفاوتی را بر گزینند. نظریه جهت گیری هدف به روشن شدن این موضوع کمک می کند که چرا شکست در تکالیف آموزشی به پیامدهای یادگیری متفاوتی زمانی که دانش آموزان اهداف متفاوتی را دنبال می کنند، منجر می شود. بر این اساس پژوهش حاضر نیز در راستای بررسی رابطه انواع جهت گیری هدف با راهبردهای مقابله با استرس تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت. اینکه چه مسئله ای در پرتو پژوهش حاضر پاسخ داده شده است و انجام این پژوهش چه ضرورت و اهمیتی دارد، در قسمت های بعدی مورد اشاره واقع شده است.

۱-۱- بیان مسئله

اگر چه تاکنون محققان تأثیرات هدف گرایی بر روی تفسیر و ادراک دانش آموزان از شکست تحصیلی را مورد مطالعه قرار داده اند، اما در کل فرایندهای روانی نهفته در تأثیرات هدف گرایی بر روی راهبردهای مقابله با استرس ناشی از شکست تحصیلی توجه لازم را در تحقیقات گذشته دریافت ننموده است. و تحقیقات انجام شده در این زمینه بسیار اندک می باشد. مثلاً منتزیکوپولاس^۱ (۱۹۹۷) در پژوهش خود نشان داد که اهداف تسلطی با مقابله سازنده ارتباط مثبت و با فرافکنی و انکار ارتباط منفی دارد. همچنین در این پژوهش راهبردهای مقابله ای مثبت و سازنده با تجربه هیجانی منفی کمتر، جهت گیری درونی برای موفقیت، ادراک بالای کفایت و اسناد شکست به عوامل ناپایدار، ارتباط مثبت داشت.

همچنین کاپلان و میدگلی^۲ (۱۹۹۹) نشان دادند که کلاس هایی با ساختار اهداف تکلیف، منجر به استفاده از راهبردهای مقابله ای مثبت و کلاس هایی با ساختار تکلیف عملکردی، منجر به افزایش مقابله فرافکنی و انکار می شود که نتیجه آن افزایش تجارب هیجانات منفی در مدرسه است. هسیچ (۲۰۰۵) نیز در پژوهشی رابطه انواع جهت گیری هدف بر مبنای مدل الیوت، و چرچ^۳ (۱۹۹۷) با راهبردهای مقابله ای و انگیزش پیشرفت بعد از شکست آموزشی مورد بررسی قرار داد و نتایج حاکی از این بود که هدف تسلط گرایی، عملکرد گرایی و

Mantzicopoulos_1

Kaplan & Midgley -2

3 - Church