



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه علوم تربیتی

پایان نامه

جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی تربیتی

عنوان

بررسی رابطه ابعاد پنجگانه شخصیت و اسنادهای علی (غیرمذهبی و مذهبی) با اضطراب امتحان دانش

آموزان دختر سال سوم دبیرستانهای شهر تبریز

استاد راهنما

دکتر میرمحمود میرنسب

استاد مشاور

دکتر رحیم بدری

پژوهشگر

اعظم مهینی رسولی

بهمن ۱۳۸۹



نام خانوادگی دانشجو: مهینی رسولی	نام دانشجو: اعظم
عنوان پایان نامه: بررسی رابطه ابعاد پنجگانه شخصیت و اسنادهای علی (غیرمذهبی و مذهبی) با اضطراب امتحان دانش آموزان دختر سال سوم دبیرستانهای شهر تبریز	
استاد راهنما: دکتر میرمحمود میرنسب	استاد مشاور: دکتر رحیم بدری
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد	رشته: علوم تربیتی
موضوع: روانشناسی تربیتی	گرایش: روانشناسی تربیتی
دانشگاه: سراسری تبریز	دانشکده: علوم تربیتی و روانشناسی
تاریخ فارغ التحصیلی: ۱۳۸۹/۱۱/۲۰	تعداد صفحات: ۱۲۰
کلید واژه ها: مؤلفه های اسنادی، اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی، ابعاد شخصیتی، اضطراب امتحان، رشته تحصیلی	
<p>چکیده: پژوهش حاضر، با هدف بررسی روابط ابعاد پنجگانه شخصیتی و مؤلفه های اسنادی با اضطراب امتحان انجام یافت. برای جمع آوری داده ها از نمونه ۳۴۱ نفری پژوهش، که از بین جامعه آماری دانش آموزان دختر سال سوم دبیرستانهای عادی شهر تبریز گزینش شده بودند، خواسته شد "پرسشنامه ابعاد پنجگانه شخصیتی نئو"، "پرسشنامه راهیابی در حوادث و رخدادهای زندگی" و "مقیاس اضطراب امتحان اهواز" را پاسخ بدهند. برای تحلیل داده های حاصل از این ابزارها هم، از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه بهره گرفته شد. براساس یافته های توصیفی پژوهش، نمرات اضطراب امتحان فراگیران اکثراً حول میانگین پراکنده بود، فراگیران باوجدانی را نسبت به دیگر ابعاد پنجگانه شخصیتی بیشتر گزارش دادند و اسنادهای مذهبی نسبت به اسنادهای غیرمذهبی در تبیین رخدادها بیشتر بکار برده شدند. نتایج تحلیل های استنباطی نیز حاکی از آن بود که هیچکدام از مؤلفه های اسنادی با اضطراب امتحان رابطه معنادار نداشتند، بُعد شخصیتی روانرنجوری رابطه مثبت معنادار و ابعاد برونگرایی و باوجدانی رابطه منفی معنادار با اضطراب امتحان داشتند. یافته های جانبی پژوهش هم نشان داد بین میانگینهای نمرات اضطراب امتحان فراگیران در چهار رشته تحصیلی تفاوت معناداری مشاهده نشد. بین میانگینهای نمرات فراگیران چهار رشته تحصیلی در مؤلفه های اسنادی نیز، فقط در مؤلفه عوامل طبیعی و از میان ابعاد شخصیتی، دو بُعد باوجدانی و روانرنجوری تفاوت معنادار دیده می شود.</p>	

تقدیر و تشکر

به مصداق عبارت «من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق» بسی شایسته است از اساتید راهنما و مشاورم آقایان دکتر میرنسب و بدری که با راهنمایی های سازنده و بی شائبه خود، بنده را در اتمام و اکمال این پژوهش یاری نمودند و همچنین سایر اساتید محترم که در طول دوران تحصیل در دانشکده از محضر تدریستان فیض ها بردم، تقدیر و تشکر نمایم.

همیشه توسن اندیشه ات مظفر باد

معلما مقامت ز عرش برتر باد

صحیفه های سخن از تو علم پرور باد

به نکته های دلاویز و گفته های بلند

از پدر و مادر عزیز، دلسوز و مهربانم و همچنین تک تک بقیه اعضای خانواده ام که آرامش روحی و آسایش فکری فراهم نمودند تا با حمایت های همه جانبه در محیطی مطلوب، این پژوهش را به اتمام برسانم، نیز سپاسگزاری می نمایم.

از زحمات خانم ها فاطمه نورزاد، نعیمه ماشینچی، پروانه اعلایی، فاطمه اسکندری، سمیه غنی زاده، سونیا اکبری، فریبا حسینی اصل و ثریا صفوی نیز قدردانی می کنم که از راهنماییهایشان در تدوین بهتر پژوهش و کلا در طی کردن مراتب تحصیلی دانشگاهی بهره بردم.

همچنین جا دارد در اینجا از اعضای نمونه پژوهشی ام (دانش آموزان دبیرستانهای شهر تبریز) نیز که با حوصله و دقت نظری ستودنی به سوالات پرسشنامه ها پاسخ دادند، تشکر نمایم.

و تشکری خالصانه هم دارم خدمت سایر دست اندرکاران آموزشی و پژوهشی دانشکده، مسئولین امور پژوهشی سازمان آموزش و پرورش آذربایجان شرقی و همچنین دست اندرکاران آموزشی مدارس که دانش آموزانشان به عنوان نمونه پژوهشی با اینجانب همکاری صبورانه ای نمودند.

چکیده

پژوهش حاضر، با هدف بررسی روابط ابعاد پنجگانه شخصیتی و مؤلفه های اسنادی با اضطراب امتحان انجام یافت. برای جمع آوری داده ها از نمونه ۳۴۱ نفری پژوهش، که از بین جامعه آماری دانش آموزان دختر سال سوم دبیرستانهای عادی شهر تبریز گزینش شده بودند، خواسته شد "پرسشنامه ابعاد پنجگانه شخصیتی نو"، "پرسشنامه راهیابی در حوادث و رخدادهای زندگی" و "مقیاس اضطراب امتحان اهواز" را پاسخ بدهند. برای تحلیل داده های حاصل از این ابزارها هم، از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه بهره گرفته شد. براساس یافته های توصیفی پژوهش، نمرات اضطراب امتحان فراگیران اکثراً حول میانگین پراکنده بود، فراگیران باوجدانی را نسبت به دیگر ابعاد پنجگانه شخصیتی بیشتر گزارش دادند و اسنادهای مذهبی نسبت به اسنادهای غیرمذهبی در تبیین رخدادها بیشتر بکار برده شدند. نتایج تحلیل های استنباطی نیز حاکی از آن بود که هیچکدام از مؤلفه های اسنادی با اضطراب امتحان رابطه معنادار نداشتند، بُعد شخصیتی رواننجوری رابطه مثبت معنادار و ابعاد برونگرایی و باوجدانی رابطه منفی معنادار با اضطراب امتحان داشتند. یافته های جانبی پژوهش هم نشان داد بین میانگینهای نمرات اضطراب امتحان فراگیران در چهار رشته تحصیلی تفاوت معناداری مشاهده نشد. بین میانگینهای نمرات فراگیران چهار رشته تحصیلی در مؤلفه های اسنادی نیز، فقط در مؤلفه عوامل طبیعی و از میان ابعاد شخصیتی، دو بُعد باوجدانی و رواننجوری تفاوت معنادار دیده می شود.

واژه های کلیدی: مؤلفه های اسنادی، اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی، ابعاد شخصیتی، اضطراب امتحان،

رشته تحصیلی

فهرست مندرجات

فصل اول

- ۱-۱: مقدمه ۲
- ۲-۱: بیان مسئله ۳
- ۳-۱: اهمیت و ضرورت تحقیق ۸
- ۴-۱: تعاریف متغیرهای تحقیق ۹
- ۵-۱: اهداف تحقیق ۱۱
- ۶-۱: فرضیه ها و سؤالات تحقیق ۱۱

فصل دوم

۱-۲: پیشینه نظری متغیرها

- ۱-۱-۱-۲: اضطراب ۱۳
- ۲-۱-۱-۲: تعاریف اضطراب ۱۳
- ۳-۱-۱-۲: نشانه های اضطراب در سطوح مختلف ۱۶
- ۴-۱-۱-۲: طبقه بندی اختلالهای اضطرابی ۱۷
- ۵-۱-۱-۲: ضوابط تشخیصی هراس خاص بر اساس DSM IV ۱۸
- ۶-۱-۱-۲: الگوهای نظری اضطراب ۱۹
- ۱-۶-۱-۱-۲: دیدگاه روان تحلیلگری ۱۹
- ۲-۶-۱-۱-۲: دیدگاه پدیدارشناسی و تبیینهای زیستی-رفتاری ۲۱
- ۳-۶-۱-۱-۲: دیدگاه ادگیری ۲۱
- ۴-۶-۱-۱-۲: دیدگاه شناختی ۲۲
- ۵-۶-۱-۱-۲: دیدگاه زیست شناسی ۲۳
- ۶-۶-۱-۱-۲: دیدگاه انسان گرایی و هستی نگر ۲۳
- ۲-۱-۲: ویژگیهای شخصیتی ۲۵

۲۵ ۱-۲-۱-۲: شخصیت
۲۵ ۲-۲-۱-۲: تعریف شخصیت
۲۷ ۳-۲-۱-۲: اصطلاحات معادل شخصیت
۲۸ ۴-۲-۱-۲: نظریه های شخصیت
۳۲ ۱-۴-۲-۱-۲: دیدگاه صفات
۳۳ ۱-۱-۴-۲-۱-۲: نظریه آلپورت
۳۵ ۲-۱-۴-۲-۱-۲: نظریه کتل
۳۸ ۳-۱-۴-۲-۱-۲: نظریه آیزنگ
۴۰ ۴-۱-۴-۲-۱-۲: نظریه گیلفورد
۴۰ ۵-۱-۴-۲-۱-۲: مدل پنج عاملی مک گری و کوستا

۴۲ ۳-۱-۲: اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی
۴۳ ۱-۳-۱-۲: نظریه اسناد عمومی

۲-۲: پیشینه تجربی متغیرها

۴۹ ۱-۲-۲: تحقیقات تجربی اسنادهای علی (مذهبی و غیرمذهبی)
۵۷ ۲-۲-۲: مذهب و اضطراب امتحان
۶۱ ۳-۲-۲: مذهب و شخصیت
۶۷ ۴-۲-۲: ویژگیهای شخصیتی و اضطراب امتحان

۶۹ ۳-۲: نتیجه گیری فصل
----	---------------------------

فصل سوم

۷۴ ۱-۳: پیش درآمد
۷۴ ۲-۳: طرح پژوهش
۷۴ ۳-۳: جامعه آماری

۷۴ ۵-۳: ابزار پژوهش

۷۸ ۶-۳: روش تحلیل داده ها

فصل چهارم

۸۰ ۱-۴: پیش درآمد

۸۰ ۲-۴: ارائه شاخصهای توصیفی متغیرها

۸۲ ۳-۴: تحلیل استنباطی داده ها

۹۴ ۴-۴: یافته های جانبی تحقیق

فصل پنجم

۹۹ ۱-۵: پیش درآمد

۹۹ ۲-۵: بحث

۱۰۶ ۳-۵: نتیجه گیری

۱۰۷ ۴-۵: محدودیتهای پژوهشی

۱۰۸ ۵-۵: پیشنهادات پژوهشی

۱۰۹ ۶-۵: پیشنهادات کاربردی

منابع و مأخذ

۱۱۱ منابع فارسی

۱۱۸ منابع انگلیسی

فهرست جداول

- جدول ۲-۱: عوامل شخصیت کتل (نقل از شولتز و شولتز ۱۳۸۱) ۳۸
- جدول ۲-۲: صفات/ابعاد شخصیت آیزنگ ۳۹
- جدول ۲-۳: توصیف ابعاد پنجگانه شخصیت مدل مک گری و کوستا ۴۱
- جدول ۴-۱: شاخصهای توصیفی اضطراب امتحان دانش آموزان ۸۰
- جدول ۴-۲: فراوانی و درصد نمرات اضطراب امتحان ۸۱
- جدول ۴-۳: شاخصهای توصیفی ویژگیهای شخصیتی در دانش آموزان ۸۱
- جدول ۴-۴: شاخصهای توصیفی اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی در دانش آموزان ۸۲
- جدول ۴-۵: ماتریس همبستگی برای رابطه مؤلفه های اسناد به خدا (فعل و منفعل) با اضطراب امتحان ۸۴
- جدول ۴-۶: ماتریس همبستگی برای رابطه اسنادهای علی غیرمذهبی (تلاش شخصی، عوامل طبیعی و کمک افراد دیگر) با اضطراب امتحان ۸۵
- جدول ۴-۷: ماتریس همبستگی برای رابطه ویژگیهای شخصیتی با اضطراب امتحان ۸۶
- جدول ۴-۸: نتایج تحلیل رگرسیون به روش گام به گام ویژگیهای شخصیتی برای اضطراب امتحان ۸۶
- جدول ۴-۹: آزمون معناداری ضریب تعیین متغیرهای پیشین با استفاده از رگرسیون (روش: گام به گام) ۸۷
- جدول ۴-۱۰: ضرایب بتا و آزمون معنی داری آن ۸۸
- جدول ۴-۱۱: ماتریس همبستگی برای متغیر اسنادی مذهبی با ویژگیهای شخصیتی ۸۸
- جدول ۴-۱۲: نتایج تحلیل رگرسیون به روش گام به گام ابعاد شخصیتی برای اسناد به خدا (بعد فعال) ۸۹
- جدول ۴-۱۳: آزمون معناداری ضریب تعیین ابعاد شخصیتی با وجدانی، روان رنجوری برای اسناد به خدا (بعد فعال) با استفاده از رگرسیون (روش: گام به گام) ۸۹
- جدول ۴-۱۴: ضرایب بتا و آزمون معنی داری آن ۹۰
- جدول ۴-۱۵: نتایج تحلیل رگرسیون (گام به گام) ویژگیهای شخصیتی برای اسناد به خدا (بعد منفعل) ۹۰
- جدول ۴-۱۶: آزمون معناداری ضریب تعیین انعطاف پذیری برای اسناد به خدا (بعد منفعل) با استفاده از رگرسیون (روش: گام به گام) ۹۱
- جدول ۴-۱۷: ضرایب بتا و آزمون معنی داری آن ۹۱
- جدول ۴-۱۸: ماتریس همبستگی برای رابطه اسنادهای علی غیرمذهبی با ویژگیهای شخصیتی ۹۱

جدول ۴-۱۹: نتایج تحلیل رگرسیون (گام به گام) ویژگیهای شخصیتی برای مؤلفه اسنادی عوامل طبیعی	۹۲
جدول ۴-۲۰: آزمون معناداری ضریب تعیین برونگرایی مؤلفه اسناد به عوامل طبیعی با استفاده از رگرسیون (روش: گام به گام) ..	۹۳
جدول ۴-۲۱: ضرایب بتا و آزمون معنی داری آن ..	۹۳
جدول ۴-۲۲: میانگین نمرات فراگیران چهار رشته تحصیلی در مؤلفه های اسنادی، ابعاد پنجگانه شخصیتی و اضطراب امتحان .	۹۴
جدول ۴-۲۳: نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) داده های حاصل از نمرات ویژگیهای شخصیتی، اسنادهای علی (غیر مذهبی و مذهبی) و اضطراب امتحان دانش آموزان برحسب رشته تحصیلی	۹۵
جدول ۴-۲۴: مقایسه های چندگانه میانگین نمرات ویژگیهای شخصیتی، اسنادهای علی (غیر مذهبی و مذهبی) و اضطراب امتحان دانش آموزان در چهار رشته تحصیلی با استفاده از آزمون تعقیبی LSD	۹۶

فهرست شکلها و نمودارها

شکل ۱-۲: مدل سه سیستمی لانگک	۱۴
نمودار ۴-۱: نمودار هیستوگرام نمرات اضطراب امتحان	۸۰

فصل اول

- ✓ مقدمه
- ✓ بیان مسئله
- ✓ اهمیت و ضرورت تحقیق
- ✓ تعاریف متغیرهای تحقیق
- ✓ اهداف تحقیق
- ✓ فرضیه ها و سوالات تحقیق

"اضطراب امتحان"، به عنوان یک پدیده شایع و مهم آموزشی، مشکل تقریباً فراگیری است که سالانه میلیونها دانش آموز را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می دهد. کثرت نوشته ها و تحقیقات انجام شده در چندین دهه اخیر، نشان از توجه خاص جوامع مختلف نسبت به این پدیده دارد.

گفته می شود "اضطراب امتحان" اصطلاحی کلی است و به نوعی از اضطراب یا هراس اجتماعی خاص اطلاق می شود که فرد را درباره توانایی هایش دچار تردید می سازد و پیامد آن کاهش توان مقابله با موقعیتهای امتحان است، موقعیتهایی که فرد در معرض ارزشیابی قرار می گیرد و مستلزم حل مشکلات یا مسئله است. بنابراین، می توان چنین بیان کرد که فرد دچار اضطراب امتحان پاسخ سوالات درسی را می داند، اما شدت اضطراب امتحان مانع از آن می شود که وی از معلومات خود استفاده کند. در نتیجه انتظار می رود همانطور که نتایج بررسی سرگزاری و همکاران (۱۳۸۲) نیز نشان می دهد رابطه ای معکوس معنادار بین نمرات اضطرابی و نمرات امتحان وجود داشته باشد. نیز این مسئله انکارناپذیر است که افزایش اضطراب با کاهش کارآمدی تحصیلی مرتبط است (کاوینگتن ۱۹۸۵؛ به نقل از ابوالقاسمی ۱۳۸۲). به طور کلی، اضطراب امتحان به عنوان تجربه ای ناخوشایند به درجات مختلف کسب معلومات، چگونگی پردازش صحیح اطلاعات، عملکرد تحصیلی، انگیزه ها، باورها و نگرشهای فرد را متأثر می سازد و با مکانیسمهای خاص خود، توان پیشرفت و بروز خلاقیتها و استعدادها را تحلیل می برد، و بدین سان، مانع رشد و پیشرفت تحصیلی دانش آموز می گردد (نقل از مهربابی زاده و همکاران ۱۳۷۹).

به دلیل شیوع بالای این پدیده در بین دانش آموزان و دانشجویان و نیز اثرات مخربی که این پدیده بر عملکرد تحصیلی و نیز عملکرد فراگیران در جلسه آزمون می تواند داشته باشد، تاکنون محققان زیادی به کاوش در جهت ابداع فنون مؤثر روانشناختی در رابطه با رفع اضطراب امتحان پرداخته اند که از میان آنها می توان از تکنیکهای شناخت درمانی؛ برای مثال خودآموزش دهی، درمان چندوجهی لازاروس، عقلانی عاطفی ایس و آرام سازی و نیز راهبردهای درمانی رفتاری-شناختی؛ من جمله راهبردهای منطقی-هیجانی و حساسیت زدایی منظم نام برد. علاوه بر این روشها، از مذهب نیز به عنوان عاملی مؤثر در کنترل اضطراب یاد می شود. دانشمندانی همچون یونگ، فرانکل، آنجل و آلپورت نظراتی درباره تأثیرات مذهب بر یکپارچگی شخصیت انسان و ایجاد آرمانی والا ارایه نموده اند و عقیده دارند کنترل مذهبی، تمام جنبه های زندگی را در بر می گیرد و همچنین انسان را به وجودی متعالی و برتر مرتبط می سازد و همین امر موجب تشکیل ارزشهای عالیت در وجود آدمی شده و در ایجاد انگیزش و امید به زندگی نقش جدی دارد (صائب ۱۳۸۱). تاکنون

مطالعات متعددی در کشور ما و سایر کشورهای مختلف جهان در زمینه ارتباط بین مؤلفه های مذهب و سلامت روانی و مباحث مجزای آن انجام یافته است که این نشان از اهمیتی دارد که مذهب می تواند در مباحث روانشناختی و درمانهای مربوط به آن داشته باشد.

از سویی، نتایج مطالعات حاکی از این است که جنسیت، عدم تمرکز (به دلیل نگرانی هایی که افراد مبتلا به اضطراب آزمون دارند، دچار حواسپرتی و در نتیجه عدم تمرکز می شوند)، انتظارات شکست در تکلیف امتحانی، ترس و بی اعتمادی نسبت به محیط کلاس و استاد در جلسه امتحان، شرایط نامناسب آموزشگاه ها، روشهای خشک تدریس، و سبکهای نامناسب والدگری و نیز برخی از ویژگیهای شخصیتی خود فراگیران و ... از جمله عواملی به شمار می آیند که بر عملکرد تحصیلی و اضطراب امتحان تأثیر منفی می گذارند. در بررسی کنونی از میان عوامل اثرگذار بر این پدیده، نقش ابعاد پنجگانه شخصیتی (برونگرایی، دلپذیری، باوجدان بودن، روان رنجوری و انعطاف پذیری) و نیز نقش مؤلفه های دو اسناد علی مذهبی (توکلی (فعال) و تفویضی (منفعل)) و غیرمذهبی (عوامل طبیعی، تلاش شخصی و کمک افراد دیگر) در تبیین اضطراب امتحان فراگیران مورد توجه و امعان نظر قرار گرفته است؛ شیوه های ثابت و پایدار واکنش نشان دادن به جنبه های محرک محیط ویژگیهای شخصیتی تلقی شده اند. اسنادها هم به عللی اشاره دارد که فرد برای رویدادها و نتایج اعمالش بر می گزیند. تاکنون از دو نوع نظام اسنادی یا تبیینی؛ مذهبی و غیرمذهبی یاد شده است که در پژوهش حاضر با استفاده از مقیاس "راهیابی در حوادث و رخدادهای زندگی" سهم مؤلفه های هر دو قالب اسنادی در تبیین مشکل اضطراب امتحان فراگیران مورد بررسی قرار گرفته است.

علاوه بر اهداف مذکور، در بررسی حاضر به روابط موجود بین ابعاد شخصیتی و مؤلفه های دو اسناد علی مذهبی و غیرمذهبی و نقش تعیین کننده ویژگیهای شخصیتی در گزینش مؤلفه های مختلف دو نظام تبیینی مذهبی و غیرمذهبی نیز پرداخته شده است.

۱-۲: بیان مسئله

باچر، مینکا، هولی (۱۳۸۷) در تعریف اضطراب می گویند، "اضطراب عبارت است از یک احساس منتشر، ناخوشایند و مبهم هراس و دلواپسی با منشاء ناشناخته، که به فرد دست می دهد و شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژی است. وقوع مجدد موقعیتهایی که قبلاً استرس زا بوده اند یا طی آنها به فرد آسیب رسیده است باعث اضطراب در افراد می شود".

بارلو (۲۰۰۲) بیان می‌دارد از لحاظ شهودی به نظر می‌رسد که اضطراب به صورت پدیده درونی ناخوشایندی تجربه می‌شود که طی آن پیش‌بینی می‌کنیم اتفاق وحشتناکی روی خواهد داد که کاملاً از شرایط واقعی ما قابل پیش‌بینی نیست.

گفته می‌شود اضطراب، آمیزه پیچیده‌ای از هیجانهای ناخوشایند و شناختی است که بیشتر به سمت آینده گرایش دارد (بارلو ۱۹۸۸). نیز علاوه بر عناصر شناختی/ذهنی، عناصر فیزیولوژیکی و رفتاری نیز در اضطراب نمود دارند. بطور کلی، اضطراب در سطح شناختی/ذهنی، خلق منفی، نگرانی در مورد تهدید یا خطر احتمالی در آینده، اشتغال ذهنی و احساس ناتوانی در پیش‌بینی کردن تهدید آینده کنترل کردن آن در صورتی که روی دهد را در بر دارد؛ در سطح فیزیولوژیکی اغلب نوعی حالت تنش و برانگیختگی مفرط مزمن ایجاد می‌کند که ممکن است آمادگی برای پرداختن به خطر را که احتمال دارد روی دهد، منعکس کند (امکان دارد اتفاق وحشتناکی روی دهد و بهتر است برای آن آماده باشم)". بنابراین، اضطراب فرد را برای پاسخ جنگ یا گریز در صورتی که خطر مورد انتظار روی دهد، آماده می‌سازد. و در سطح رفتاری، ممکن است اضطراب گرایش نیرومندی به اجتناب از موقعیتهایی که ممکن است فرد با خطر روبرو شود ایجاد کند، اما تمایل فوری به گریختن وجود ندارد (بارلو ۱۹۸۸، ۲۰۰۰).

اضطراب در درجات خفیف تا متوسط، به ادگیری و عملکرد کمک می‌کند و ارزش انطباقی دارد اینکه؛ به ما کمک می‌کند تا برای تهدید احتمالی برنامه ریزی کرده و آماده شویم. برای مثال، مقدار خفیف اضطراب در مورد اینکه چگونه فرد در امتحان یا مسابقه تنیس بعدی خود عمل خواهد کرد، می‌تواند برای وی مفید باشد. اما همین پدیده چنانچه در فرد بصورت مزمن یا شدید بروز یابد ناسازگارانه است (نقل از باچر و همکاران ۱۳۸۷).

از جمله مصادیق این پدیده، اضطرابی است که در موقعیتهای ارزشیابی، گریبانگیر دانش‌آموزان و دانشجویان می‌شود؛ به دنبال ارتقاء سطح سواد دانش‌آموزان از طریق نظامهای آموزشی، آنها با فراوانی بیشتری از امتحانات روبرو می‌شوند که به نوبه خود، نتایج این امتحانات تأثیر بسزائی در جنبه‌های مختلف زندگی فراگیران دارند. این مسئله انتظارات و فشارهای بیشتری را از سوی والدین و نظامهای آموزشی در خصوص عملکرد تحصیلی آنان بدنبال می‌آورد و تدریجاً به مشکل آموزشی به نام "اضطراب امتحان" منتج می‌شود (دونالد^۱ ۲۰۰۱؛ نقل از دادستان ۱۳۷۶).

^۱ Donald

ساراسون اضطراب امتحان را اینگونه تعریف می کند: "اضطراب امتحان یک نوع خودمشغول سازی ذهنی است که با خودآگاهی، خودشکافی و خودکم بینی مشخص می شود. این فعالیتهای شناختی، رفتار آشکار و واکنشهای فرد را تحت تأثیر قرار می دهند، این رفتار و واکنشهای روانی متأثر از تجارب گذشته فرد است و بین تجربه و رفتار نقش میانجی دارد". این تعریف هرچند نقش عوامل محیطی و اجتماعی را نادیده نمی گیرد، با این حال تأکید عمده اش روی فعالیتهای شناختی است و آنرا عامل اصلی اضطراب امتحان می داند. اشتغال ذهنی توجه فرد را به خود جلب می کند و مانع از این می شود که فرد به تکلیف مربوطه ا کارهای در دست تهیه توجه می کند، چنین فردی در افکار خاص خودش هست و تمام نیرو و توانش را صرف مشغله های ذهنی خود می کند، افکاری که هیچگونه ارتباطی با تکلیف مربوطه فرد ندارند. این مسئله از نظر فیزیولوژیکی نیز قابل توجه است فرد بطور همزمان به چند مسئله توجه دارد، البته واضح است که، تمرکز روی یک موضوع می تواند مانع تمرکز و توجه فرد روی موضوعات دیگر شود. بطور کلی هرگونه اضطراب و نگرانی مستلزم توجه است و موجب برانگیخته شدن فعالیتهای شناختی فرد می شود. چنین فردی دائماً افکاری نظیر این جملات را باخود زمزمه می کند؛ "من آدم احمقی هستم"، "من نمی توانم در این درس موفق شوم" و... همه این افکار همانگونه که گفته شد موجب اختلال در توجه فرد هستند (علیمحمدی ۱۳۷۵).

موریس، لیبرت (۱۹۶۸) و اشپیلبرگر (۱۹۸۰) نیز دو مؤلفه مجزای "نگرانی" و "هیجان پذیری" را برای تبیین آثار اضطراب امتحان مطرح کرده اند: جزء مهم اضطراب امتحان؛ مؤلفه نگرانی^۱ و فعالیتهای شناختی نامربوط به تکلیف است که شامل دلواپسی شناختی زیاد درباره عملکرد، پیامدهای شکست ناشی از امتحان، افکار مربوط به بد امتحان دادن و تحقیر خود، ارزیابی توانایی خود در مقایسه با دیگران و انتظارات منفی از عملکرد می شود. جزء مهم دیگر اضطراب امتحان، مؤلفه هیجان پذیری^۲ است که به واکنشهای عصبی خودمختار و فیزیولوژیکی مانند تپش قلب، آشفته گی معده، سردرد و عصبانیت اشاره دارد (دادستان، ۱۳۷۶).

در مجموع، "اضطراب امتحان" اصطلاحی است کلی، که به نوعی از اضطراب یا هراس اجتماعی خاص اشاره دارد که فرد را درباره تواناییهایش دچار تردید می کند و پیامد آن کاهش توان مقابله با موقعیتهایی مانند امتحان است، موقعیتهایی که فرد را در معرض ارزیابی قرار می دهند و مستلزم حل مشکل یا مسئله ای هستند. بنابراین می توان دانش آموزی را که دچار اضطراب است به منزله فردی توصیف کرد که مواد درسی را می داند اما شدت اضطراب وی مانع از آن می شود که دانسته های خود را هنگام امتحان به ظهور برساند (نقل از دادستان ۱۳۷۶).

^۱ worry component
^۲ emotionality component

گفته می شود اضطراب آزمون پدیده ای است که در دانش آموزان و دانشجویان سراسر جهان دیده می شود و برآوردها، پراکندگی آنرا در دانش آموزان از ۱۰ تا ۳۰ درصد گزارش نموده اند (مک رینولدز^۱، موریس^۲، و کراتوچ ویل^۳ ۱۹۸۹). این برآورد در ایران نیز برای دانش آموزان دبیرستانی ۱۷/۲ درصد گزارش شده است (ابوالقاسمی و همکاران ۱۳۸۱).

در کاهش و بروز اضطراب امتحان عوامل متعددی می توانند مؤثر باشند که در تحقیق حاضر از میان این عوامل، ویژگیهای شخصیتی - بر اساس مدل شخصیت ۵ عاملی نئو - و نیز اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی ای که فراگیران در مواجهه با موقعیتهای ارزیابی عملکرد تحصیلی در تبیین های خودشان به کار می برند، و در نتیجه پیامدی که هر کدام از این اسنادها می تواند در جلسات امتحان و ... در فراگیران در پی داشته باشد (مانند اضطراب، آرامش روانی و...)، مورد نظر و بررسی ما قرار گرفت.

ویژگیهای شخصیت، یا از دید گوردون آلپورت، "صفات شخصیت" گرایشهای پاسخدهی به شیوه کسان یا مشابه به انواع مختلف محرکهاست. بنابراین، صفات شیوه های ثابت و پایدار واکنش نشان دادن به جنبه های محرک محیط مان است. "دیدگاه صفات"، از جمله دیدگاه های مهمی است که در مورد شخصیت ارائه شده و سعی دارد از شخصیت یک تعریف عملی ارائه دهد. در این دیدگاه کسانی از جمله آلپورت، کتل و آیزنگ با استفاده از روش تحلیل عاملی مفاهیم سازنده شخصیت را شناسایی کرده و آنرا در یک مدل سه عاملی خلاصه نموده اند. بعدها مک گال این مدل را در پنج عامل برونگرایی، دلپذیری، باوجدان بودن، روان رنجوری و انعطاف پذیری مطرح نمود.

اسناد نیز به عنوان بُعد شناختی پاسخدهی فرد به موقعیت مدنظر قرار می گیرد و به "علتهایی که فرد برای رویدادها و نتایج اعمالش برمی گزیند" اشاره دارد. طبق یک تعریف، اسناد به عنوان فرایند استنباط علل حالات روانی و رفتارهای خود و دیگران در نظر گرفته می شود (وستن^۴ ۲۰۰۲؛ نقل از میرنسب ۱۳۸۶). گفته می شود معمولاً هنگام توضیح دادن رفتار روزمره، حداقل دو نظام توضیحی؛ غیرمذهبی و مذهبی بکار برده می شود (لاپفر و دپائولا، بروک و کلمنت ۱۹۹۴). به عبارت بهتر، علاوه بر اسنادهای غیرمذهبی، اسنادهای مذهبی نیز در تبیین رفتار انسان می توانند حائز اهمیت باشند. در مرور پیشینه تحقیقی، اسپیلکا و همکاران (۱۹۸۵) در تلاش برای پاسخ به این سوال که افراد چرا اسنادها را می سازند، ابراز می دارند که اکثر رویکردهای حاضر به

^۱ McReynolds, R.S

^۲ Morris, R.J

^۳ Kratochwill, T.R

^۴ Weston

نظریه اسناد (برای مثال، شیور ۱۹۷۵) بر دو جنبه مرتبط به هم اما به لحاظ مفهومی متمایز فرایند اسناد، یعنی تمایل عمومی به درک و فهم و معنادهی^۱ به دنیا و تلاش برای کنترل و پیش بینی رخدادها متمرکز شده اند.

این موضوع که افراد دنبال تبیین های معناداری از رخدادها هستند تاریخچه طولانی دارد؛ ارسطو مباحث متفاوتی را با پافشاری صریحش به تمایل ذاتی که بشر به دانستن دارد، شروع می کند. دوی^۲ (۱۹۲۹) از "جستجو برای اطمینان"، فرانکل (۱۹۶۳) از "جستجوی معنا" و مازلو (۱۹۷۱) از "میل به دانستن و فهمیدن" سخن رانده اند. نظریه های انگیزشی در روانشناسی سائقهای "کنجکاو" و "تبیین" را اصل مسلم دانسته اند (برلین^۳ ۱۹۶۰؛ بیندرا^۴ ۱۹۶۱) و وایت^۵ (۱۹۶۶) حدس می زند که "نظام عصبی به ادگیری در مورد محیط صرفاً بخاطر خود آن علاقه داشته باشد" (ص ۲۴۷). نیز، لرنر^۶ (۱۹۷۰، ۱۹۷۵) مشاهده نموده است که افراد برانگیخته می شوند دنیا را نه فقط طرحی معنادار بلکه متناسب و خوب نیز ببینند. با وجود اینکه چند تن از نظریه پردازان مذکور "جستجوی معنا و فهمیدن" را به عنوان موضوعی "هدف در خود" به تصویر کشده اند، نظریه های دیگر نشان داده اند که هدف نهانی در جستجوی دانش، داشتن کنترل موثر بر محیط و افزایش کنترل بر تجارب یا پیامد اعمال است (کلی ۱۹۷۱). کلی و تیوت^۷ (۱۹۶۹: ص ۶) خاطر نشان می سازند که اسنادها نتیجه بخشی ادغامی از حل مسأله و مقابله موفق با اقتضائات موقعیت هستند. این ایده که ارگانیزمها بویژه زمانی که تهدید شده باشند، دانش را در مورد محیط خودشان به منظور پیش بینی و کنترل نتایج بعدی جستجو می کنند در روانشناسی به خوبی پایه گذاری شده است (برای مثال سلیگمن ۱۹۷۵) و برخی نظریه پردازان نشان داده اند که انگیزش درونی برای کسب دانش، ممکن است از انگیزش ابزاری یا بیرونی تر کنترل و پیش بینی بسط و توسعه افته باشند (وایت ۱۹۶۶). پژوهشهای زیادی نشان داده اند که فرایندهای اسنادی این نیاز یا تمایل را منعکس می سازند؛ برای مثال، افراد تمایل دارند کنترل بیشتر و قدرت پیش بینی را به خودشان نسبت دهند تا شرایط واقعی (برای مثال لانگر^۸ ۱۹۷۵؛ وورتمن ۱۹۷۵). نیز، تامپسون (۱۹۸۱) خاطر نشان ساخته ساخته است در سراسر پیشینه تحقیقی مفصل راجع به کنترل بر رخدادهای آزارنده و مقابله موفقیت آمیز، بحث از "معناداری یک رخداد برای فرد"، به کرات عامل میانجی مهمی تلقی شده است. اثر "احساس کنترل" بر عزت نفس و توانایی مقابله با رخدادهای ناخوشایند توسط تامپسون (۱۹۸۱) و تایلر (۱۹۸۳) مورد تأکید قرار

^۱ meaning
^۲ Dewey
^۳ Berlyne
^۴ Bindra
^۵ White
^۶ Lerner
^۷ Thibaut
^۸ Langer

گرفته است (نقل از اسپیلکا و دیگران ۱۹۸۵). بر این اساس، اسپیلکا و همکاران (۱۹۸۵) اظهار می دارند افراد زمانی اسنادها را می سازند که رخدادها سیستم موجود معنا-باور فرد، احساسات کنترل فرد و پیش بینی پذیری رخدادها را به چالش می کشند و نیز بطور معناداری احساسات عزت نفس را تغییر می دهند.

محققان کلاسیک اسناد، پیشرفتهای چشمگیری در درک و فهم نحوه ای که افراد رخدادهای روزمره را بر حسب علل طبیعی تبیین می کنند (جونز و دیگران ۱۹۷۱؛ کلی ۱۹۶۷؛ کی. شیور ۱۹۷۵) داشته اند اما اسنادهایی که هنگام رخدادها به خدا یا شیطان نسبت داده می شوند، در مطالعات اندکی مورد بررسی قرار گرفته است. در سالهای اخیر، تلاشهای تجربی در رابطه با شناسایی شرایطی که در آن اسنادهای مذهبی بیشتر احتمال دارد گزینش شوند - و کسی که بیشتر امکان دارد از این نوع اسناد کمک بگیرد- سوالات و روش شناسی های تحقیقی گسترده ای را برانگیخته است (دونی، کوهن سیلور، و ورتمن ۱۹۹۰؛ گورساج و اسمیت ۱۹۸۳؛ پارگامنت و هان ۱۹۸۶؛ پارگامنت و دیگران ۱۹۹۰؛ ریتزما ۱۹۷۹؛ ریتزما و یونگ ۱۹۸۳؛ اسپیلکا و اسمیت ۱۹۸۳؛ شیور ۱۹۸۵؛ نقل از باورل و دیگران ۲۰۰۲).

۱-۳: اهمیت و ضرورت تحقیق

اضطراب امتحان، مشکل آموزشی مهمی که سالانه میلیونها دانش آموز و دانشجو را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می دهد، نوعی واکنش هیجانی ناخوشایند به موقعیت ارزیابی است. این واکنش با احساس نوعی از تنش، تشویش و برانگیختگی سیستم عصبی خودکار مشخص می شود (مهرابی زاده و همکاران ۱۳۷۹). اضطراب امتحان، سلامت روانی دانش آموزان را تهدید می کند و بر کارآمدی تحصیلی، شکل گیری شخصیت و هویت اجتماعی آنان تأثیر سوء می گذارد (محمودی عالمی ۱۳۷۹؛ به نقل از خسروی و بیگدلی ۱۳۸۷) و به عنوان یکی از پدیده های فراگیر و مشکل ساز میان دانشجویان و دانش آموزان، می تواند در پیشرفت تحصیلی و عملکرد بهینه آنها به ویژه هنگام ارزشیابی اثر منفی بگذارد. از سویی نیز، گرچه اضطراب امتحان امری تازه نیست، اما سابقه انجام پژوهش تجربی و میدانی در این باره به چند دهه اخیر برمی گردد. هیل اشاره دارد که براساس برآورد پژوهشگران سالانه حدود ده میلیون دانش آموز در سطح دبیرستان و ۱۵٪ دانشجویان دانشگاههای امریکا اضطراب امتحان را تجربه می کنند و به نظر می رسد که آزمودنیهای بزرگتر به اضطراب امتحان بیشتری دچار هستند (بیابانگرد ۱۳۷۸). در کشور ایران نیز چنین بنظر می رسد که وحشت از گرفتن نمره ضعیف و سرزنش افراد خانواده، تمسخر همکلاسیها و دوستان، ترس از ناتوانی برای ادامه تحصیل، همواره فراگیران را مورد آزار و اذیت قرار می دهد (نورجاه و قره گزلی ۱۳۸۱). در پژوهش حاضر، در ادامه

تحقیقات پیشین ما به بررسی رابطه ویژگیهای شخصیتی و اضطراب امتحان دانش آموزان سال سوم دبیرستان، پرداختیم. دست اندرکاران نظام آموزشی می توانند با بهره گیری از یافته های این پژوهش فراگیران دارای ویژگی شخصیتی مستعدتر نسبت به اضطراب امتحان را شناسایی و در جهت کنترل و مقابله شان با این هیجان منفی با آموزشها و تدابیر لازم یاری رسانند. نیز شایان ذکر است که در زمینه ویژگیهای شخصیتی فراگیرانی که در موقعیتهای ارزیابی دچار اضطراب می شوند، تحقیقی یافت نشده است که با استفاده از تست نئو و مؤلفه های بخصوص آن انجام یافته باشد. پژوهش حاضر با مدتظر قرار دادن مدل پنج عاملی شخصیت سعی نموده است این مهم را محقق نماید. ضمناً، مطالعه حاضر با شناسایی اسنادهای مذهبی و غیرمذهبی مرتبط با هر کدام از ویژگیهای شخصیتی دانش آموزان می تواند یاریگر والدین و دست اندرکاران نظام آموزشی در اقدامات آموزشی به منظور اصلاح الگوی اسنادی و افکار تبیینی و در نتیجه بهبود روشهای مقابله ای مذهبی و غیرمذهبی مناسب در کاهش اضطراب آنان به هنگام ارزیابی عملکرد تحصیلی خود باشد. افزون بر آن، با استفاده از اسنادهای مذهبی (از نوع توکل به خدا و واگذاری امور به خداوند) می توان یک شیوه مقابله متناسب با فرهنگ اسلامی را در جهت کاهش اضطراب امتحان توصیه کرد. شیوه ای که براساس فرهنگ غنی اسلامی و دین مبین اسلام منطقی و قابل اتکاست.

۱-۴ تعاریف متغیرهای تحقیق

- اضطراب امتحان (متغیرملاک)

تعریف مفهومی: اضطراب امتحان در بر گیرنده گونه ای از اضطراب است که در موقعیت ارزشیابی یا حل مسأله بروز می کند و محور آن تردید درباره عملکرد و پیامد آن افت بارز توانایی مقابله با موقعیت است. به دیگر سخن، این اضطراب سطح بروز عملکرد را تقلیل یافته تر از سطح واقعی فرد قرار می دهد (شعیری و همکاران ۱۳۸۳).

تعریف عملیاتی: در تحقیق حاضر، منظور از اضطراب امتحان نمره ای بود که آزمودنیها در "پرسشنامه اضطراب امتحان اهواز"^۱ کسب کردند.

- ویژگی‌های شخصیتی (متغیرش بین)

تعریف مفهومی: آلپورت عقیده دارد: "شخصت سازمان بندی پویاست در درون فرد از آن دسته از نظام‌های روانی-فیزیکی که رفتار و تفکر شاخص آنرا تعیین می کنند" (جمالفر ۱۳۸۲). در پژوهش حاضر، پنج عامل مهم شخصیتی مورد بررسی قرار گرفتند که عبارتند از:

○ روانرنجوری^۱؛ یا تمایل عمومی به تجربه عواطفی چون ترس، غم، دستپاچگی، عصبانیت، احساس گناه، نفرت

○ برونگرایی^۲؛ یا ویژگی‌های فردی اجتماعی، خوش مشرب، علاقمند به تعامل و گفتگو، هیجان خواه، تکانشی، حاضر جواب، تنوع طلب، خوشبین و دائماً در حال تحرک

○ انعطاف پذیری/بازبودن^۳؛ یا خصوصیات فردی با تصور فعال، احساس زیباپسندی، متوجه به احساسات درونی، تنوع طلب، دارای کنجکاوی ذهنی، مستقل در قضاوت و مهمتر اینکه

خصوصیت فردی با تجارب غنی و علاقمند به پذیرش عقاید جدید و ارزشهای غیرمتعارف

○ دلپذیر بودن/سازگاری^۴؛ (که همانند برونگرایی، دلپذیر بودن مقدمات بعدی از تمایلات بین فردی است)؛ نودوستی، همدردی نسبت به دیگران و باور داشتن به کمک متقابل دیگران

○ باوجدانی/وظیفه شناسی^۵؛ یا ویژگی افرادی که اد می گیرند که چگونه با آرزوهایشان کنار آمده و رفتارهای خود را کنترل کنند، همچنین می تواند به مفهوم "قدرت طرحریزی خیلی فعال، سازماندهی و انجام مطلوب وظایف محوله" باشد.

تعریف عملیاتی: در این تحقیق، منظور از ویژگی شخصیتی نمره ای است که آزمودنی بر اساس پنج بعد آزمون تجدیدنظر شده شخصیتی (NEO-FFI) مک کری و کوستا (۱۹۸۵، ۱۹۸۹a) بدست می آورد.

- اساندهای مذهبی و غیرمذهبی (متغیر پیش بین)

تعریف مفهومی: اساندها به علت‌هایی که فرد برای رویدادها و نتایج اعمالش بر می گزیند اشاره دارند؛ اسناد فرایندی استنباطی است که افراد در تبیین علل حالات روانی و رفتارهای خود و دیگران به کار می بندند. این علتها می توانند به عوامل مذهبی و یا غیرمذهبی نسبت داده شوند (لاپفر و د پائولا، بروک و کلمنت ۱۹۹۴).

^۱ neuroticism
^۲ extra version
^۳ openness
^۴ agreeableness
^۵ conscientiousness