

## رابطه امید و خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی در دانشجویان کارشناسی دانشگاه

رازی کرمانشاه

### Relationship between Hope and Self-Efficacy with Academic Adjustment Masters student at University of Razi

**Peiman Hatamian**

Ph.D. student of Psychology, Tarbiat  
Modares University

**پیمان حاتمیان**

دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه تربیت  
مدرس

#### Abstract

The purpose of this study, the relationship between hope and self-efficacy and academic adjustment among undergraduate students at Raze University in Kermanshah, The study was descriptive and correlation. 1- Hope questionnaire to collect data from devices. 2- Self-Efficacy Questionnaire and, 3- academic adjustment questionnaire was used. To analyze the data, descriptive statistical tests, correlation and regression were used. The results showed that the efficacy and hope for a meaningful relationship with their academic adjustment. So it can be concluded that their hope and self-efficacy can predict academic adjustment

**Keywords:** Hope, Self-efficacy, Adjustment in students

#### چکیده

هدف از این پژوهش، رابطه امید و خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی در بین دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی کرمانشاه بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه که با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای تعداد ۱۸۵ نفر از بین آنها به عنوان نمونه انتخاب شد. برای گردآوری داده ها از ابزارهای ۱- پرسشنامه امید ۲- پرسشنامه خودکارآمدی و ۳- پرسشنامه سازگاری تحصیلی استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون های آمار توصیفی، همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد. نتایج یافته ها نشان داد که خودکارآمدی و امید رابطه معنی داری با سازگاری تحصیلی دارند. بنابراین می توان نتیجه گرفت که امید و خودکارآمدی توان پیش بینی سازگاری تحصیلی را دارند.

واژگان کلیدی: امید، خودکارآمدی، سازگاری در دانشجویان

**مقدمه**

یکی از محیط‌ها و شرایطی که در عصر حاضر، اکثر جوانان تجربه می‌کنند، محیط دانشگاه است. ورود به دانشگاه اتفاق مهمی در زندگی هر بزرگسال و جوان محسوب می‌شود که در بسیاری از موارد لازم است فرد با تغییرات حاصل از آن سازگار گردد. طی انتقال از دبیرستان به دانشگاه، از یکسو دانشجوی در تلاش برای رسیدن به استقلال و خودمختاری بیشتر و تکمیل هویت است که بخش مهمی از تکلیف رشدی اوست و از سوی دیگر، باید با دوستان، تکالیف، وظایف و نقش‌های جدید نیز سازگار شود (ویکنس و گریف، ۲۰۰۵). پژوهشگران معتقدند انتقال به دانشگاه و تحصیل، رویدادی است که موجب تغییر در دیدگاه فرد نسبت به خود و دیگران می‌شود. درحقیقت، دوره‌ای چالش‌برانگیز است که براعمال و رفتارهای فرد تاثیر می‌گذارد، میزان تاثیرگذاری به ویژه برای دانشجویان سال اول بیشتر است (لوپکر و اتزل، ۲۰۰۸).

سازگاری تحصیلی، یکی از مهم‌ترین ابعاد سازگاری با دانشگاه است. سازگاری تحصیلی یک مفهوم چند بعدی و به معنای توانایی افراد در پاسخ‌گویی موفقیت‌آمیز به تقاضاهای متنوع و مختلف محیط آموزشی است (زارعی و همکاران، ۱۳۹۱). میزان سازگاری تحصیلی به ادراک دانشجو از کیفیت عملکرد تحصیلی خود مربوط می‌شود، یعنی در واقع رضایت از تکالیف درسی و شیوه‌ی انجام آن‌ها، رضایت از نمرات و کیفیت تدریس مربوط به این سازگاری است (لفکوویتز، ۲۰۰۳). عدم وجود سازگاری می‌تواند منجر به ترک تحصیل، تمایل به تغییر دادن رشته تحصیلی، عدم پیشرفت تحصیلی و همچنین باعث به وجود آمدن مشکلات روحی و روانی شود (وانگ و چن، ۲۰۰۶). از نظر روانشناسی، سازگاری به معنای ایجاد هماهنگی و تعادل بین نیازهای شخصی و الزامات محیطی است. به عبارت دیگر، زمانی که فرد تلاش می‌کند از طریق تغییر خود، محیط یا دیگران به نوعی تعادل در زندگی خود دست یابد در تلاش برای رسیدن به سازگاری می‌باشد (رابین و بابی، ۲۰۰۹). همچنین می‌توان گفت نگرش‌های فرد نسبت به دیگران، عادات اندیشیدن و شیوه‌های بیان آنها، رغبت‌ها، آرزوها، طرح و برنامه‌ریزی‌های او در زندگی و به طور کلی نگرش‌های وی نسبت به زندگی، سازگاری کلی فرد را تشکیل می‌دهند (هیبارد و داویس، ۲۰۱۱).

یکی از متغیرهای اساسی که با سازگاری تحصیلی رابطه دارد خودکارآمدی است. خودکارآمدی برگرفته از نظریه آلبرت بندورا است. بنابر نظر بندورا خودکارآمدی، توان سازنده-ای است که به وسیله‌ی آن مهارت‌های شناختی، اجتماعی، عاطفی و رفتاری انسان برای تحقق

اهداف مختلف به گونه‌ای اثربخش سازماندهی می‌شود. بندورا، خودکارآمدی را عاملی مهم برای انجام موفقیت‌آمیز عملکرد می‌داند (زاجاکوا و لینچ، ۲۰۰۵). بندورا معتقد است که باورهای خودکارآمدی بر ادراکات شخص از عملکرد خودش مبتنی است، یعنی در واقع، می‌توان گفت عملکرد مؤثر، هم به داشتن مهارت‌ها و هم به باور در توانایی انجام آن مهارت‌ها نیازمند است (کرت و همکاران، ۲۰۱۱). خودکارآمدی از نظربندورا بنیادی‌ترین ساز و کار ضروری انسان برای اداره و کنترل حوادثی است که بر زندگی او اثر می‌گذارد (زیمرمن و کیتسانتاس، ۲۰۰۵).

یکی دیگر از متغیرهایی که با سازگاری تحصیلی رابطه دارد امید است (زاهد و همکاران، ۱۳۹۰). اسنایدر و همکاران (۲۰۱۰) امیدرابه عنوان یک حالت انگیزشی مثبت ناشی از احساسات عاملی بین دو عنصر، عاملیت (انرژی) و برنامه ریزی می‌دانند. منظور از عاملیت، داشتن اراده و عزم راسخ برای دستیابی به نتیجه مورد نظر است. عنصر دوم، برنامه‌ریزی برای دستیابی به هدف است که پیگیری راههای متفاوت رسیدن به اهداف می‌باشد (اسنایدر و همکاران، به نقل از لوتانز و همکاران، ۲۰۱۰). نتایج پژوهش‌های پیشین نشان داده اند که بین امیدواری با سازگاری تحصیلی همبستگی مثبت وجود دارد (ملنفت و ساداتی، ۱۳۸۸). بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه امید و خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی در دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی کرمانشاه انجام شد.

## روش

روش پژوهش، توصیفی- همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بودند. که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای نمونه‌ای به تعداد ۱۸۵ نفر از آنان شد. برای رعایت اصول اخلاقی به‌آنها اطمینان داده شد که نتایج فقط جهت یک کار پژوهشی است و نتایج در دسترس هیچ ارگان دولتی یا خصوصی قرار نمی‌گیرد. در نهایت بعد از کسب رضایت پرسشنامه‌ها در بین دانشجویان پخش شد و بعد از گردآوری پرسشنامه‌ها مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند.

## ابزارهای پژوهش

**پرسشنامه امید:** این پرسشنامه جهت تعیین میزان امید بزرگسالان توسط اسنایدر (۱۹۹۱) ساخته شده است. مقیاس امید دارای ۱۲ آیتم می‌باشد که ۴ آیتم آن مربوط به مؤلفه کارگزار و ۴

آیتم نیز مربوط به مؤلفه گذرگاه است و بقیه آیتم ها غیر از آیتم های ذکر شده نمره گذاری نمی شوند. شرکت کننده با استفاده از یک مقیاس ۸ درجه‌ای لیکرت میزان توافق خود را با هریک از آیتم ها نشان می دهد که از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۸) نمره‌گذاری شده است. نمره گذاری معکوس نیز در این مقیاس وجود ندارد (به نقل از میکائیلی منیع، فتحی، شهودی و همکاران، ۱۳۹۴).

**پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی:** پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی توسط مورگان و جینکز (۱۹۹۹) طراحی شده است که شامل سه عامل: استعداد، کوشش و بافت در قالب ۳۰ گویه می‌باشد. روش نمره گذاری هم بدین شکل است که آزمودنی با استفاده از یک مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالف=۱ تا کاملاً موافق=۴) به شرح زیر میزان توافق خود را با هریک از آیتم ها نشان می دهد (به نقل از میکائیلی منیع، فتحی، شهودی و همکاران، ۱۳۹۴).

**پرسشنامه سازگاری تحصیلی:** این پرسشنامه خود گزارش‌دهی توسط بیکر و سیریاک (۱۹۸۶) طراحی شده است و دارای ۶۷ ماده و چهار زیرمقیاس سازگاری تحصیلی (۲۴ سؤال)، سازگاری اجتماعی (۲۰ سؤال)، سازگاری شخصی - هیجانی (۱۵ سؤال) و دل‌بستگی به مؤسسه / دانشگاه (۸ سؤال) می‌باشد (به نقل از میکائیلی منیع، فتحی، شهودی و همکاران، ۱۳۹۴).

### یافته ها

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد بررسی

متغیر	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
سازگاری تحصیلی	۱۵	۳۷	۱۸/۴۸	۶/۷۲
امیدواری	۱۳	۴۸	۲۸/۲۴	۱۱/۹
خودکارآمدی	۱۳	۴۰	۲۴/۱۴	۴/۸۰

در جدول زیر نتایج آزمون رگرسیون شرح داده شده است.

جدول ۲- نتایج آزمون رگرسیون

متغیر ملاک	خلاصه مدل	متغیر پیش بین	B	$\beta$	t	سطح معناداری
سازگاری تحصیلی						
	$R = ۰/۴۶$					
	$R^2 = ۰/۳۲$	خودکارآمدی	۰/۱۶	۰/۳۳	۸/۹۱	۰/۰۰۳
	$F = ۴۲/۲۲$	امیدواری	۰/۱۸	۰/۲۹	۶/۱۱	۰/۰۰۱
	$P < ۰/۰۰۱$					

نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین هر دو با هم می‌توانند ۳۲ درصد تغییرات سازگاری تحصیلی را پیش‌بینی کنند، بر این اساس خودکارآمدی با ضریب تاثیر ۰/۳۳ و امیدواری نیز با ضریب تاثیر ۰/۲۹ توان پیش‌بینی سازگاری تحصیلی را دارند.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، به بررسی رابطه امید و خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی در بین دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی کرمانشاه در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ پرداخته است. نتایج بدست آمده نشان می‌دهد که هر یک از متغیرهای خودکارآمدی و امید ارتباط معناداری با سازگاری تحصیلی در دانشجویان دارند. در پژوهش‌های که در مورد ارتباط خودکارآمدی تحصیلی با سازگاری تحصیلی انجام گرفته (سانچز، ۲۰۰۱؛ نجفی و فولادچنگ، ۱۳۸۶). بنی‌خالد (۲۰۱۰) نتایج حاصل نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی وجود دارد. در پژوهشی که توسط سالم و همکاران (۲۰۱۱) انجام شد، نتایج نشان داد که بین خودکارآمدی و سازگاری رابطه وجود دارد. در تبیین یافته‌های فوق باید این نکات را مد نظر قرار داد؛ خودکارآمدی که به عنوان احساس مثبت فرد درباره توانمندی‌های خودش تعریف شده است می‌تواند به نوعی موجب ارتقاء سازگاری تحصیلی شود. در حقیقت، چنانچه دانشجویان، خود را در برخورد با اهداف، چالش‌ها و بعضاً ناملایمات، خودکارآمد تصور کنند و این طور برداشت کنند که می‌توانند بر مسائل فایق آیند، می‌توانند سازگاری بیشتری در دانشگاه داشته باشند.

همچنین نتایج نشان داد که بین امیدواری با سازگاری تحصیلی رابطه وجود دارد. این نتیجه همخوان با نتایج (چنج و همکاران، ۲۰۰۱؛ زاهد و همکاران؛ ۱۳۸۶) است. در تعریف امید گفته شد که این متغیر دارای دو بعد عاملیت و برنامه‌ریزی است. بعد عاملیت به احساس انرژی داشتن و برنامه‌ریزی به طرح شقوق مختلف و هماهنگ نمودن آنها برای نیل به مقصود اشاره دارد. بدون تردید، دانشجویانی که دارای امید باشند یعنی احساس انرژی داشته باشند و برای رسیدن به اهداف خود برنامه‌ریزی کنند و راه رسیدن به هدف را برای خود مشخص نمایند، سازگاری بیشتری در دانشگاه خواهند داشت (به نقل از میکائیلی منبع، فتحی، شهودی و همکاران، ۱۳۹۴).

بنابراین براساس آنچه که از پژوهش حاضر و همچنین پژوهش های پیشین بدست آمده می توان گفت که امید و خودکارآمدی تحصیلی باعث می شوند دانشجویان اعتقاد داشته باشند که میتوانند مشکلات تحصیلی را کنترل کنند. به عبارت دیگر، دانشجویانی که خود را کارآمد تصور می کنند و به آینده امیدوار هستند و برای آن طرح ریزی می کنند، مشکلات را از سر راه برداشته و پس از رسیدن به حالت تعادل، با دانشگاه سازگاری بیشتری پیدا می کنند. درواقع، پشت سر گذاشتن مشکلات به عنوان گام واسطه ای برای رسیدن به سازگاری تحصیلی تلقی می گردد. چراکه بدون فایق آمدن بر ناهماهنگی و عدم تعادل، هیچ گونه سازگاری حاصل نخواهد شد.

با توجه به اینکه پژوهش حاضر در بین دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی کرمانشاه انجام گرفت بنابراین در تعمیم نتایج آن به کل دانشجویان کشور باید احتیاط کرد. پیشنهاد می شود که در پژوهش های آتی جامعه آماری دانشجویان مقاطع مختلف و حتی دانش آموزان مورد بررسی قرار گیرند. همچنین پیشنهاد میشود برای ارتقای امید و خودکارآمدی دانشجویان برای دستیابی به سازگاری با دانشگاه، اساتید دانشگاهها مشخص نمودن اهداف دقیق و عملکردی برای دروس به دانشجویان در تدوین برنامه هایی برای نیل به اهداف مذکور کمک نموده و خودکارآمدی و امید آنان را ارتقا دهند. همچنین اساتید مدت زمانی را در هفته به ارائه مشاوره به دانشجویان اختصاص دهند و به دانشجویانی که سازگاری پایینی داشته و در تحصیل شان مشکل دارند، مشاوره خصوصی داده شود. و اینکه دانشجویان ارشد و با تجربه تر باید از دانشجویان مقاطع پایین تر حمایت کنند؛ زیرا این کار به طور قابل توجهی به پیشرفت و سازگاری دانشجویان کمک می کند (هاتارد و کارتر، ۲۰۱۳).

## منابع

- زارعی، ح.ع؛ میرهاشمی، م؛ پاشا شریفی، ح. (۱۳۹۱): ارتباط سبک های تفکر با سازگاری تحصیلی. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ص: ۱۶۶-۱۶۰.
- نجفی، م؛ فولاد چنگ، م. (۱۳۸۶): رابطه خودکارآمدی و سلامت روان در دانش آموزان دبیرستانی، دو ماهنامه علمی-پژوهشی دانشور رفتار، سال ۱۴، (۲۲)، ص: ۸۱-۶۹.
- میکائیلی منبع، فرزانه؛ فتحی، گونا؛ شهودی مریم و همکاران، (۱۳۹۴). تحلیل روابط بین امید، خودکارآمدی، انگیزش و تشکرهای سازگاری تحصیلی در میان دانشجویان دانشگاه ارومیه، مجله اندیشه های نوین تربیتی، ۱۳۹۴، دوره ۱۱، شماره ۱

- Akin, A. (2009): Self-efficacy, achievement goals, and depression, anxiety, and stress: A structural equation modeling. *Word Applied Sciences Journal*, 3 (5): 725-732.
- Altunsoy, S. & Çimen, O., Ekici, G. & Atikc, A. D. Gokmen, A. (2010): An assessment of the factors that influence biology teacher candidates' levels of academic self efficacy, *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, 2377–2382.
- Amoon, H. (2008): The association between self-efficacy and self-related - abilities and college students' adjustment and academic performance. *Research in Higher Education*, 49 (1): 62-79.
- Banikhaled, M. (2010): Academic Adjustment and its Relationship with the General Self-Efficacy of Students in the Faculty of Education at Al al-Bayt University, An-Najah University Journal of Humanities, 24(2): 413-432.
- Chang, E. C.; & DeSimone, S. L. (2001): The influence of hope on appraisals, coping, and dysphoria: a test of hope theory, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20: 117-129.
- Chong Abdullah, M. (2009): Adjustment among First Year Students in a Malaysian, *European Journal of Social Sciences*, 8(3): 496-505.
- Hibbard, d. r., Davis, K. L. (2011): **Perfectionism and Psychological Adjustment** among College Students: Does Educational context matter? *North American Journal of Psychology*, 13 (2): 187-200.
- Hutardo, S., & Carter, D. F. (2013). Effects of college transition and perceptions of the campus racial climate on Latino College students' sense of belonging. *Sociol. Educ.*, 70: 324-345.
- Kurt, T. Duyar, I., & Calik, T. (2011): Are we legitimate yet? a closer look at the casual relationship mechanisms among principal leadership, teacher self efficacy and collective efficacy. *Journal of Management Development*, 31(1): 71-86.
- Luthans, F.; Avey, J. B.; Avolio, B. J.; & Peterson, S. J. (2010): The Development and Resulting Performance Impact of Positive Psychological Capital, *Human Resource Development Quarterly*, 21(1), 41-67.
- Rubin, A., & Babbie, E.A. (2009): *Research Methods for Social Work*. Thomson Brooks/Cole, Belmont, Calif: US. PP. 1-679.
- Sallem, H.; Beaudry, A.; & Croteau, A. M. (2011): Antecedents of computer self-efficacy: a study of personality traits and gender, *computer in human behavior*, 27: 1922-1936.
- Saracaloglu, A.S., Dinçer, I.B. (2009): A study on correlation between self-efficacy and academic motivation of prospective teachers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1, 320–325.
- Wells, M (2005): The effects of gender, age, and anxiety on hope differences in the expression of pathway and agency thought, *Journal of Genetic Psychology*, 32: 85-102.
- Wickens, L. & Greeff, A.P. (2005): Sense of family coherence and the utilization of resources by first-year students. *The American Journal of Family Therapy*, 33(5): 427-441.
- Zajacova, A., & Lynch, S. M. (2005): Self-efficacy, stress and academic success in college. *Journal of Research in Higher Education*, 46(6): 677-706.
- Zimmerman, B. J., & Kitsantas, A. (2005): Homework practices and academic achievement: The mediating role of self-efficacy and perceived responsibility beliefs. *Contemporary Educational Psychology*, 30, 397-417

رابطه امید و خودکارآمدی با سازگاری تحصیلی در دانشجویان کارشناسی دانشگاه رازی کرمانشاه  
Relationship between Hope and Self-Efficacy with Academic Adjustment Masters student