

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال هشتم شماره ۳۱ پاییز ۱۳۹۲

## رابطه جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمروبی با اجتناب از کمک‌طلبی

کبریا اخلاقی نیا<sup>۱</sup>

سیاوش طالع پسند<sup>۲</sup>

ایمان‌الله بیگدلی<sup>۳</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمروبی با اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی بود. شرکت‌کنندگان ۱۰۱ دانش‌آموز دختر پایه اول دبیرستان از شهرستان یاسوج بودند که با روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. همه آنها پرسشنامه جهت‌گیری هدف پیشرفت الیوت و مک‌گریگور، پرسشنامه رفتار کمک‌طلبی ریان و پنتریچ و پرسشنامه کمروبی استنفورد را تکمیل کردند. داده‌ها با روش رگرسیون چندگانه تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که کمروبی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد به‌طور معنادار اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی می‌کردند. نتایج حاکی از اهمیت توجه به متغیرهای انگیزشی - اجتماعی (جهت‌گیری هدف پیشرفت) و شخصیتی (کمروبی) در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی بود. تلویحات نظری یافته‌ها مورد بحث قرار گرفت.

**واژگان کلیدی:** جهت‌گیری هدف پیشرفت، کمروبی، اجتناب از کمک‌طلبی.

---

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه سمنان  
Gmail: akhlaghi.k@gmail.com

۲- دانشیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه سمنان

۳- دانشیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه سمنان

یکی از مهم‌ترین اهداف آموزشی در سال‌های اخیر یادگیری خودتنظیمی بوده است. به عقیده زیمرمن آنچه ویژگی‌های دانش‌آموزان خود تنظیم را تعیین می‌کند، شرکت کردن فعال در یادگیری از نقطه نظر فراشناختی، انگیزشی و رفتاری است (زیمرمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱ و ۲۰۰۲، به نقل از تورانوورتورس، ۲۰۰۴). خودتنظیمی را می‌توان تلاش مستمر برای هدایت افکار، احساسات و اعمال برای دستیابی به اهداف فردی (زیمرمن، ۲۰۰۰) و یک میانجی مهم در رابطه میان ویژگی‌های فردی و بافتی با پیشرفت تحصیلی در نظر گرفت (زیمرمن و کتیانتس<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶). یادگیرندگان خودتنظیم در فرایند کمک‌طلبی، مدیریت گروه و جنبه‌های مختلف همکاری با دیگران متمرکز هستند (نیومن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸). به‌طور خلاصه بسیاری از پژوهش‌ها حاکی از آن است که خودتنظیمی باعث یادگیری و پیشرفت بیشتر می‌شود (باکر، چارد، کیتزلاین - گیلرو دوایلد ۲۰۰۹؛ دیگنت، باترولانفلد، ۲۰۰۸؛ گاتری، مک ری و کلودا، ۲۰۰۷ به نقل از ولترز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰).

با توجه به اهمیت خودتنظیمی در چشم‌انداز یادگیری مستمر، مدل‌های مختلفی در مورد متغیرهای اثرگذار بر آن ارائه شده است (زیمرمن، بندور<sup>۵</sup> مارتینز - پونز<sup>۶</sup>، ۱۹۹۲). در رویکرد شناختی - اجتماعی، خودتنظیمی یک فرآیند سازنده و چندوجهی در نظر گرفته می‌شود که دارای مؤلفه‌های شناختی، انگیزشی و رفتاری است. در این رویکرد بر نقش فعال دانش‌آموز در فرایند یادگیری تأکید شده است و اعتقاد بر این است که دانش‌آموزان با استفاده از راهبردهای یادگیری مناسب به بهبود و ارتقا یادگیری خود کمک می‌کنند. یکی از راهبردهای یادگیری مؤثر و مناسب، کمک‌طلبی یا جستجوی کمک تحصیلی از دیگران است. غالباً دانش‌آموزان با موقعیت‌هایی مواجه می‌شوند که در آن موقعیت‌ها نمی‌توانند خواسته‌های خود را برآورده کنند و برای انجام تکالیف خود به کمک دیگران نیاز دارند. در چنین موقعیت‌هایی دانش‌آموز باید از نیاز خود به کمک آگاه باشد (فرا شناخت)، تصمیم به جستجوی کمک بگیرد (انگیزش)، و راهبردهایی را برای استفاده از

1- Zimmerman  
3- Newman  
5- Bandura

2- Kitsantas  
4- Wolters  
6- Martinez-pones

کمک دیگران به کار گیرد (رفتار) (ریان و پنتریچ، ۱۹۹۷). کمک‌طلبی تحصیلی به عنوان راهبردی برای غلبه بر مشکلات یادگیری و بهبود تبحر تعریف شده است (ایمز<sup>۱</sup>، ۱۹۸۳؛ نلسون لی - گال<sup>۲</sup>، ۱۹۸۷؛ نیومن، ۱۹۹۰).

کمک‌طلبی تحصیلی در برگیرنده رفتارهایی از قبیل پرسش از معلمان، والدین و همکلاسی‌ها، تقاضای توضیح بیشتر درباره مسأله، گرفتن سرنخ‌ها و راه‌حل‌های مسأله و جستجوی سایر کمک‌های تحصیلی است، و به عنوان راهبردی برای جلوگیری از شکست تحصیلی عمل می‌کند. رفتار اجتناب از کمک‌طلبی<sup>۳</sup> به رفتاری اشاره می‌کند که در آن دانش‌آموز نیازمند به کمک از کمک گرفتن خودداری می‌کند. (ریان و پنتریچ، ۱۹۹۷). بین کمک‌طلبی اجرایی و ابزاری تفاوت وجود دارد. در کمک‌طلبی اجرایی، فرد ترجیح می‌دهد دیگران مسأله را برای وی حل کنند. این نوع کمک‌طلبی جنبه غیرانطباقی داشته و به بهبود یادگیری منجر نمی‌شود. کمک‌طلبی هنگامی سازگارانه (یا ابزاری) در نظر گرفته می‌شود که کمک درخواست شده محدود به میزانی از یاری باشد که منجر به حل مستقلانه مسأله گردد (کارابنیک و نیومن، ۲۰۰۹). در زمینه‌های تحصیلی، دانش‌آموزان ممکن است با توجه به سود و هزینه ادراک شده، نگرش‌های متفاوتی به کمک‌طلبی داشته باشند (کارابنیک و ناپ، ۱۹۹۱). سود ادراک شده این مطلب را می‌رساند که کمک‌طلبی راهبرد مفیدی برای ارتقا یادگیری است. در حالی که هزینه ادراک شده با توجه به اینکه فرد به نیازش برای کمک اذعان می‌کند، به صورت تهدیدی علیه ارزش شخصی عمل می‌کند. با وجود اهمیت راهبرد کمک‌طلبی در فرآیند یادگیری پژوهش‌ها نشان می‌دهند که بسیاری از نوجوانان هنگامی که نیازمند کمک هستند، جستجوی کمک نمی‌کنند (گود<sup>۴</sup> و همکاران، ۱۹۸۷، به نقل از ریان و پنتریچ، ۱۹۹۷، نیومن، ۱۹۹۰، نیومن و گلدین، ۱۹۹۰). از طرفی نوع کمک‌طلبی افراد به لحاظ کیفی نیز متفاوت است. دانش‌آموزان در شرایط تکلیف درگیر بیشتر و در شرایط خود

1- Ames

3- Avoidance of help seeking behavior

5- Good

2- Nelson-le-gall

4- Rayan

6- Elliot & Mc Gregor

درگیر کمتر اقدام به کمک‌طلبی می‌کنند (پاکدامن، ۱۳۷۹: ۱۳۸۷). اگر نوجوانان توانایی فراشناختی برای آگاهی از نیازمندی خود به کمک دارند پس چرا بسیاری از آنها تصمیم به جستجوی کمک نمی‌گیرند. این تناقض آشکار، اهمیت توجه به عوامل انگیزشی و شخصیتی مؤثر در رفتار کمک‌طلبی دانش‌آموزان را در کلاس برجسته می‌سازد.

یکی از عواملی که رفتار کمک‌طلبی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، باورهای انگیزشی جهت‌گیری هدف پیشرفت آنها است. در روانشناسی تربیتی معاصر، جهت‌گیری هدف پیشرفت در چارچوب نظریه جهت‌گیری هدفی که یکی از مؤثرترین رویکردها در انگیزش کلاس می‌باشد، مطرح شده است (الیوت و مک‌گریگور<sup>۱</sup>، ۱۹۹۹؛ پنتریچ و شانک<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). جهت‌گیری هدفی بر دلایل یادگیرندگان از شرکت در تکالیف کلاسی و تعریف آنان از موفقیت اشاره دارد. الیوت و مک‌گریگور (۲۰۰۱)، در کل چهار نوع جهت‌گیری هدف را تعریف می‌کنند که عبارتند از: هدف‌های تبحرگرا<sup>۳</sup>، هدف‌های اجتناب از تبحر<sup>۴</sup>، هدف‌های عملکردگرا<sup>۵</sup> و هدف‌های اجتناب از عملکرد<sup>۶</sup>.

مطالعات نشان داده‌اند که هدف‌های تکلیف مدار با اجتناب از کمک‌طلبی به طور منفی مرتبط است اما اهداف بیرونی و اهداف توانایی نسبی (اهداف عملکردی) به طور مثبت با اجتناب از کمک‌طلبی ارتباط دارند (ریان و پینریچ، ۱۹۹۷؛ تاناکا، موراکی، اوکانو و یامایوچی، ۲۰۰۲؛ هورنر و شوری، ۲۰۰۳ به نقل از کارابنیک، ۲۰۰۳؛ کارابنیک، ۲۰۰۴). دانش‌آموزان با اهداف بیرونی و توانایی نسبی که هدف اساسی آنها نشان دادن توانایی و دستیابی به جوایز و پاداش است، معتقدند که کمک‌طلبی قضاوت و واکنش‌های منفی دیگران را بدنبال داشته و در نتیجه از کمک‌طلبی اجتناب می‌کنند، این یافته بیانگر این است که نگرش دانش‌آموزان در مورد کمک‌طلبی با اهدافی که دانش‌آموزان دنبال می‌کنند در ارتباط است (ایمز، ۱۹۹۲). در یک مطالعه قدمپور (۱۳۸۲) نشان داد که اهداف تکلیف مدار و ادراک لیاقت اجتماعی بهترین پیش‌بینی‌کننده پذیرش کمک‌طلبی هستند و

1- Elliot &amp; Mc Gregor

3- Mastery Goal Orientation

5- Performance Goal Orientation

2- Shunk

4- Avoidance of Mastery Goal Orientation

6- Avoidnce of Performance Goal Orientation

هدف‌های بیرونی بهترین پیش‌بین‌کننده اجتناب از کمک‌طلبی است.

افزون بر جهت‌گیری هدف پیشرفت، عوامل روانشناختی متعددی از قبیل کمروبی<sup>۱</sup>، احساس خجالت، عدم تمایل فرد به آشکارسازی مشکلات و ناکارآمدی‌ها و تمایل به خود مختاری برای دستیابی به موفقیت‌ها به صورت کاملاً مستقل، می‌تواند افراد را از جستجوی کمک باز دارد. کمروبی توسط لوینسکی (۱۹۴۱) به عنوان یک مشخصه شخصیتی، گرایشی و یا یک حالت بازداری تعریف شده است و در پژوهش‌های درباره کمروبی کودکی، کمروبی به عنوان رفتارهای گوشه‌گیری هنگام برخورد با افراد جدید تعریف شده است (به نقل از لرنر<sup>۲</sup>، هندرسون<sup>۳</sup> و زیمباردو<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰). فرد کمرو معمولاً دچار اضطراب می‌شود و در برقراری ارتباط با دیگران معمولاً با مشکل جدی مواجه می‌شوند. کمروبی مانع اصلی رشد مطلوب عاطفی و روانی فرد است و معمولاً کمروبی آنها باعث می‌شود که از کسب تجارب تازه بهرسانند. این امر می‌تواند محصورکننده فرد در میان دیوارهای احساسات بازدارنده باشد و زمینه‌های رشد نابهنجار روانی، اجتماعی وی را فراهم کند.

در واقع تعریفی که از کمروبی شده شباهت زیادی به تعریف اضطراب اجتماعی دارد به زبانی دیگر، اضطراب اجتماعی و کمروبی دو اصطلاحی هستند که برای توصیف افرادی به کار می‌روند که در موقعیت‌های اجتماعی، کم حرف هستند. اگرچه اضطراب اجتماعی به عنوان یک اختلال بالینی در DSM-IV توصیف شده است، اما کمروبی اصطلاحی است که کمتر تعریف شده است، ولی در کل توصیف هر دو سندرم تقریباً مشابه است (هیزر، ترنر و بیدل، ۲۰۰۳). هندرسون و زیمباردو (۱۹۹۹) کمروبی را تجربه‌ای می‌دانند که در آن، فرد بیش از اندازه به خود توجه می‌کند و همواره از خود ارزیابی‌های منفی به عمل می‌آورد تا حدی که این حالات برای فرد کمرو، علت ایجاد ناراحتی و جلوگیری از بروز احساسات در موقعیت‌های اجتماعی و همچنین، مانع پی‌گیری هدف‌های

1- Shyness  
3- Henderson

2- Lorant  
4- Zimbardo

بین فردی و شغلی می‌شود. همچنین چیک و باس (۱۹۸۳) کمرویی را به عنوان واکنش باز دارنده فرد در مواجهه با غریبه‌ها و آشنایان دور تعریف کردند (به نقل از شیومی، متسوشیما و کلمن، ۲۰۰۰).

مطالعات نشان داده‌اند که گرچه کمرویی و اضطراب اجتماعی ساختارهای مرتبطی دارند، ولی کاملاً مترادف نیستند. فرد واند شدیداً کمرو باشد، ولی ملاک‌های اضطراب اجتماعی را نداشته باشد (چاویرا، استین و ملکارن، ۲۰۰۲). کمرویی همراه با نقص مهارت‌های اجتماعی مثل تماس چشمی ضعیف و سوگیری شناختی فراگیر ممکن است احتمال اضطراب اجتماعی را به طور معنی‌داری افزایش دهد. افراد بسیار کمرو در رویدادهای منفی با احساس تحقیر خود مواجه بوده و همواره خود را مقصر می‌دانند. آنها نسبت به اثرات منفی شکست حساس‌تر و آسیب‌پذیرند. علی‌رغم بهبود اوضاع انگیزه‌های برای تلاش بیشتر ندارند. تغییر وضعیت و اصلاح امور را به وسیله عملکرد خود دشوار می‌بینند. قبل از انجام هر عملی اضطراب و تشویش زیادی را تجربه می‌کنند و بعد از انجام مطلوب هر کار نیز داوری منفی آنها از رضایت آنهاست (تامسون و التمان و دیویدسون، ۲۰۰۴). مهم‌ترین علامت تشخیص کمرویی اضطراب ذهنی و رفتارهای اجتنابی وی می‌باشد (کرویز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵). زیمباردو (۱۹۹۷)، به نقل از راستگو، (۱۳۸۲)، بیان می‌کند که در پژوهش دانشگاه کالیفرنیا در میان ۲۵۲ کودک دختر و پسر از هنگام تولد تا بلوغ، نتایج نشان داده است که دختران نسبت به پسران کمروتر گزارش شده‌اند و دختران اول عموماً خجالتی‌تر از دخترانی که بعداً متولد شده‌اند بوده‌اند. جلیلیان (۱۳۷۴)، به نقل از راستگو، (۱۳۸۲)، در یک مطالعه گزارش کرده است که کمرویی دختران بسیار بیشتر از پسران است.

با توجه به مطالعات پیشین می‌توان استدلال کرد دو دسته عوامل می‌تواند رفتار اجتناب از کمک‌طلبی را تشدید نماید. یک دسته عوامل انگیزشی است. یعنی رابطه‌ای که جهت‌گیری‌های هدف پیشرفت با اجتناب از کمک‌طلبی نشان داده‌اند، و دسته دوم عوامل

---

1- Crozier

شخصیتی یا نقش خاص کمروبی در اجتناب از کمک‌طلبی است. گرچه در مطالعات قبلی بیشتر به نقش متغیرهای انگیزشی در تبیین اجتناب از کمک‌طلبی توجه شده است اما یکی از نارسائی‌های پژوهش‌های پیشین عدم توجه به نقش متغیرهای شخصیتی در تبیین کمک‌طلبی است. اهمیت این مطالعه در ترکیب عوامل انگیزشی و شخصیتی و بررسی نقش آنها در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی است. همچنین، با توجه به شیوع بیشتر کمروبی در دختران، فرض می‌شود با کنترل جنسیت، شدت روابط جهت‌گیری هدف و کمروبی با رفتار کمک‌طلبی تغییر یابد. لذا، هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمروبی با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی در دانش‌آموزان دختر است. به این ترتیب، می‌توان پرسید آیا جهت‌گیری هدف پیشرفت در ابعاد تبحرگرا، اجتناب از تبحر، عملکردگرا و اجتناب از عملکرد و کمروبی می‌توانند رفتار کمک‌طلبی را پیش‌بینی کنند؟ و مشارکت نسبی آنها در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی چقدر است؟

## روش

### شرکت‌کنندگان

کلیه دانش‌آموزان دختر شهر یاسوج که در سال تحصیلی ۹۱-۹۰ در یکی از مدارس روزانه این شهر در حال تحصیل بودند، جامعه آماری این پژوهش را تشکیل می‌دادند. در این پژوهش حجم نمونه با استفاده از فرمول  $N > 50 + AM$  (فیدل و تاباخنیک، ۲۰۰۷) محاسبه گردید. از آنجا که تعداد پنج متغیر پیش‌بین وجود دارد براساس فرمول پیشنهادی فیدل و تاباخنیک در یک تحلیل رگرسیون چندگانه حداقل حجم نمونه لازم ۹۰ نفر خواهد بود. در این مطالعه با احتساب موارد مفقوده تعداد ۱۰۱ نفر از دانش‌آموزان دختر سال اول دبیرستان انتخاب شدند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده شد. در این روش ابتدا فهرستی از دبیرستان‌های دخترانه شهر یاسوج تهیه گردید، و سپس به‌طور تصادفی تعداد ۴ دبیرستان از بین دبیرستان شهر یاسوج انتخاب شد. از هر دبیرستان یک کلاس پایه اول به‌طور تصادفی انتخاب شد. خوشه‌ها

در سطح دبیرستان و کلاس از لحاظ تراکم دانش‌آموزان همتراز بودند). در نهایت تعداد ۱۱۰ پرسشنامه بین دانش‌آموزان توزیع شد.

### ابزارهای اندازه‌گیری

**الف) پرسشنامه جهت‌گیری هدف پیشرفت:** ایوت و مک گریگور (۲۰۰۱) برای نخستین بار بر اساس الگوی ۲×۲ هدف‌های پیشرفت، این پرسشنامه را تهیه کردند. این پرسشنامه دارای ۱۲ گویه است که هر گویه در یک طیف هفت درجه‌ای از "۷ = کاملاً در مورد من صدق می‌کند" تا "۱ = به هیچ وجه در مورد من صدق نمی‌کند" درجه‌بندی می‌شود.

**اعتبار و روایی:** ایوت و مک گریگور (۲۰۰۱) با استفاده از تحلیل عاملی و با چرخش و اریماکس، چهار عامل از این مقیاس استخراج کردند. این عوامل عبارت بودند از: هدف‌های تبحرگرا، هدف‌های اجتناب از تبحر، هدف‌های عملکردگرا و هدف‌های اجتناب از عملکرد که روی هم رفته ۸۱/۵ درصد کل واریانس را تبیین می‌کردند. در بررسی ایوت و مک گریگور در سال (۲۰۰۱) ضرایب آلفای کرونباخ برای بعد تبحرگرا (۰/۸۷)، اجتناب از تبحر (۰/۸۹)، عملکردگرا (۰/۹۲) و اجتناب از عملکرد (۰/۸۳) بدست آمد. جوکار و غلامی‌نیا (۱۳۸۸) برای تعیین روایی و اعتبار این مقیاس از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش و اریماکس بهره گرفتند. نتایج نشان دادند که عامل تبحرگرا با ارزش ویژه ۷/۸ و آلفای ۰/۷۷، ۱۹/۷۷ درصد واریانس کل؛ عامل عملکردگرا با ارزش ویژه ۶/۵۷ و آلفای ۰/۷۷، ۱۶/۷۵ درصد واریانس کل؛ عامل اجتناب از تبحر با ارزش ویژه ۷/۴۶ و آلفای ۰/۶۷، ۱۹/۲۵ درصد واریانس کل و عامل اجتناب از عملکرد با ارزش ویژه ۵/۹۴ و آلفای ۰/۷۱، ۱۶/۶۹ درصد واریانس کل را تبیین می‌کند. در مجموع چهار عامل استخراج شده، ۷۳/۴ درصد واریانس کل مقیاس را تبیین می‌کردند. بنابراین با توجه به آلفاهای کرونباخ هر عامل و مقدار واریانس تبیین شده توسط این گویه‌ها، پرسشنامه هدف‌های پیشرفت از روایی و اعتبار مطلوبی برخوردار بود. در پژوهش حاضر اعتبار این



پرسشنامه به شیوه آلفای کرونباخ برای عامل‌های تبحرگرا، اجتناب از تبحر، عملکردگرا و اجتناب از عملکرد به ترتیب ۰/۶۲، ۰/۶۴، ۰/۷۸، ۰/۷۶، برآورد شد.

**ب) پرسشنامه کمرویی استنفورد:** فرم اصلی مقیاس ۴۴ سؤالی بوده که در سال ۱۹۷۷ در دانشگاه استنفورد با استفاده از نظریه باس ۱۹۷۰ ساخته شده است. در این پژوهش از فرم ۴۰ سؤالی چهار گزینه‌ای استفاده شده است که گزینه‌های آن به صورت لیکرتی از ۱ تا ۴ نمره‌گذاری شده است و به این ترتیب گزینه‌ای که نشان‌دهنده کمترین حالت کمرویی است نمره یک و گزینه‌ای که دارای بیشترین حالت کمرویی است نمره ۴ دریافت می‌کند.

**اعتبار و روایی:** عبادتی (۱۳۶۷) فرم ۴۰ سؤالی آن را در تهران بروی دانش‌آموزان مقطع متوسطه هنجاریابی کرده است. ضریب اعتبار این ابزار از طریق آلفای کرونباخ برای دختران ۰/۸۶ و برای پسران ۰/۸۲ و برای کل گروه ۰/۸۴ گزارش شده است. راستگو (۱۳۸۳) اعتبار پرسشنامه کمرویی را در یک نمونه ۱۴۸ نفری از دانش‌آموزان ناشنوا گزارش کرد. اعتبار برای پسران شنوا ۰/۸۵، پسران ناشنوا ۰/۷۵، دختران شنوا ۰/۸۴، دختران ناشنوا ۰/۸۶ و برای کل گروه ۰/۸۷ بود. در این پژوهش اعتبار این پرسشنامه به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۷۴ برآورد شد.

**ج) پرسشنامه رفتار کمک‌طلبی:** این پرسشنامه توسط ریان و پنتریج (۱۹۹۸) تدوین گردیده است. دارای ۱۴ ماده است که رفتار کمک‌طلبی را در دو مقیاس پذیرش و اجتناب اندازه‌گیری می‌کنند. هر گویه در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم (نمره ۵) تا کاملاً مخالفم (نمره ۱) درجه‌بندی می‌شود.

**اعتبار و روایی:** قدمپور (۱۳۸۲) اعتبار پرسشنامه رفتار کمک‌طلبی را بر روی نمونه‌ای به حجم ۲۰۰ دانش‌آموز گزارش کرده است. بر اساس این مطالعه ضرایب آلفا برای عامل‌های پذیرش کمک و اجتناب از کمک‌طلبی به ترتیب ۰/۶۸ و ۰/۶۸ برآورد شده است. روایی مقیاس با تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس بررسی شده است. یافته‌های مطالعه قدمپور نشان داد که عامل اجتناب از کمک‌طلبی با ارزش ویژه

۲/۹۴، ۲۹/۴ درصد واریانس کل؛ عامل پذیرش کمک‌طلبی با ارزش ویژه ۱/۴۶۶، ۱۴/۷ درصد واریانس کل را تبیین می‌کردند. در این پژوهش اعتبار پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۶۶ برآورد شد.

### روش اجرا و تحلیل داده‌ها

داده‌ها توسط پژوهشگر و دستیار وی در مدرسه‌های دخترانه جمع‌آوری شد. تمامی دانش‌آموزان به صورت گروهی مورد آزمون قرار گرفتند و علاوه بر این قبل از اجرای پرسشنامه‌ها نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها برای دانش‌آموزان توضیح داده شد. سپس به ترتیب پرسشنامه‌های کمرویی، جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمک‌طلبی به دانش‌آموزان ارائه گردید. طول مدت تکمیل این پرسشنامه‌ها در یک جلسه و به مدت ۴۰ دقیقه بود. داده‌ها طی چهار هفته داده‌ها جمع‌آوری شدند. برای تحلیل داده‌ها از مدل همبستگی گشتاوری پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش گام به گام استفاده شد.

### یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی میانگین، انحراف معیار و ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه در جدول شماره ۱ گزارش شده است. جهت‌گیری هدف پیشرفت در بعد تبحرگرا به‌طور متوسط بیش از سایر جهت‌گیری‌ها توسط دانش‌آموزان انتخاب شده است. پس از آن جهت‌گیری عملکردگرا مود موافقت دانش‌آموزان قرار گرفته است. هر چند که پراکندگی نظرات دانش‌آموزان در بعد تبحرگرا کم‌تر از بعد عملکردگرا است. دانش‌آموزان نه تنها جهت‌گیری اجتناب از عملکرد را کم‌تر از سایر جهت‌گیری‌ها انتخاب کرده‌اند بلکه پراکندگی آنها در این بعد بیش از سایر ابعاد جهت‌گیری هدف پیشرفت بوده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که متوسط اجتناب از کمک‌طلبی از میانگامه مقیاس پائین‌تر است. به این ترتیب، اجتناب از کمک‌طلبی در دانش‌آموزان چندان شایع نبوده است. افزون بر آن، متوسط نمرات کمرویی مانند اجتناب از کمک‌طلبی کم‌تر از میانگامه مقیاس است. وضعیت توزیع نمرات کمرویی مشابه با توزیع نمرات اجتناب از کمک‌طلبی است، جز

آنکه پراکندگی نمرات در کمرویی کمتر و دانش‌آموزان از لحاظ این ویژگی همگون‌تر هستند.

جدول (۱) میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب همبستگی و اعتبار متغیرها (n=۱۰۱)

متغیر	M	SD	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- اجتناب از کمک طلبی	۲/۵۸	۱/۳۶	۰/۶۶					
۲- کمرویی	۲/۲۵	۰/۹۶	۰/۳۳۶**	۰/۷۴				
۳- اجتناب از عملکرد	۳/۵۴	۲/۱۷	۰/۳۰۲**	۰/۰۰۲	۰/۷۶			
۴- تبحرگرا	۶/۶۴	۰/۹۵	-۰/۷۳	-۱/۷۸*	۰/۵۳	۰/۶۲		
۵- اجتناب از تبحر	۵/۲۷	۱/۹۲	۰/۱۱۱	۰/۲۱۲*	۰/۰۶۷	-۰/۰۲	۰/۶۴	
۶- عملکردگرا	۵/۳۵	۲/۰۸	۰/۰۸۱	۰/۴۵۲**	۰/۰۱۹	۰/۲۳۶	۰/۳۸**	۰/۷۸

ضرایب اعتبار بر روی قطر فرعی قرار دارند.  $p < 0.05$  \*  $p < 0.01$  \*\*

بررسی ماتریس همبستگی نشان می‌دهد که دامنه شدت ضرایب همبستگی اجتناب از کمک‌طلبی با کمرویی و جهت‌گیری‌های هدف پیشرفت از ۰/۰۸ تا ۰/۳۴ است. این ضرایب شدتی از ضعیف تا بسیار ضعیف دارند. همبستگی اجتناب از کمک‌طلبی با کمرویی از لحاظ آماری معنادار و در جهت نظری مورد انتظار است هر چند شدت آن ضعیف می‌باشد ( $P < 0.01$ ;  $r = 0.336$ ). همچنین، اجتناب از کمک‌طلبی با جهت‌گیری اجتناب از عملکرد دارای همبستگی معنادار و مثبت است ( $P < 0.01$ ;  $r = 0.302$ ). این همبستگی در همان جهتی است که به لحاظ نظری انتظار می‌رفت. همبستگی سایر ابعاد جهت‌گیری هدف پیشرفت با اجتناب از کمک‌طلبی معنادار نیست.

ترکیب خطی از جهت‌گیری‌های هدف پیشرفت و کمرویی برای پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی در یک مدل رگرسیون چندگانه وارد شدند. از یک روش گام به گام برای تشخیص موثرترین متغیرها استفاده شد. یافته‌ها نشان می‌دهد در گام نخست، کمرویی موثرترین متغیر در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی است. کمرویی بیشترین ارتباط را با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی دارد و به تنهایی ۱۱٪ تغییرات رفتار اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی می‌کند ( $p < 0.01$  و  $F(1,99) = 12.57$ ،  $R^2 = 0.113$ ) (جدول ۲).

در گام دوم از بین جهت‌گیری‌های هدف پیشرفت، جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد در کنار کمرویی موثرترین پیش‌بینی‌کننده اجتناب از کمک‌طلبی است. این دو متغیر بر روی هم در حدود ۲۰ درصد واریانس اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی می‌کنند ( $p < 0.01$  و  $F(2,98) = 12/502$ ،  $R^2 = 0.203$ ). افزودن جهت‌گیری اجتناب از عملکرد ضریب تعیین را در حدود ۹ درصد افزایش داده است.

جدول (۲) رگرسیون اجتناب از کمک‌طلبی بر جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمرویی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R <sup>2</sup>	Sig
رگرسیون	۳۴۵/۹۶	۱	۳۴۵/۹۶	۱۲/۵۷	۰/۳۳۶	۰/۱۱۳	۰/۰۰۱
۱ باقیمانده	۲۷۲۴/۷۹	۹۹	۲۷/۵۲				
کل	۳۰۷۰/۷۵	۱۰۰					
رگرسیون	۶۲۴/۲۱	۲	۳۱۲/۱۰	۱۲/۵۰	۰/۴۵۱	۰/۲۰۳	۰/۰۰۰
۲ باقیمانده	۲۴۴۶/۵۴	۹۸	۲۴/۹۷				
کل	۳۰۷۰/۷۵	۱۰۰					

مدل ۱: پیش‌بینی‌کننده: کمرویی (گام به گام)

مدل ۲: پیش‌بینی‌کننده: کمرویی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد

برای بررسی مشارکت نسبی جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمرویی در پیش‌بینی رفتار کمک‌طلبی، وزن‌های استاندارد بتا و ضرایب ساختار مقایسه شدند. جدول شماره ۳ نشان می‌دهد کمرویی با  $(\beta = 0.33)$  در سطح  $p < 0.01$  سهم نخست را در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی دارد و بعد از آن جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد با  $(\beta = 0.30)$  در سطح  $p < 0.01$  دومین سهم را در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی دارد. تفاوت بین دو وزن بتا بسیار اندک می‌باشد. میزان افت یا افزایش همبستگی صفر مرتبه کمرویی با کنترل جهت‌گیری اجتناب از عملکرد چندان فاحش نیست. در واقع این تفاوت بر حسب نسبت مجذور ضرایب همبستگی در حدود ۱ درصد است. بررسی مشابه در مورد جهت‌گیری اجتناب از عملکرد نیز به همین نتیجه منتهی می‌شود. سهم کمرویی با

کنترل جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد ۱۲ درصد است ( $(. / 351)^2 = . / 12$ )، در حالی که سهم جهت‌گیری اجتناب از عملکرد در همین شرایط ۱۰ درصد است  $(. / 320)^2 = . / 10$ . بنابراین، با تغییر ترتیب ورود کمروبی همچنان برتری خود را حفظ می‌کند، هر چند این مقدار بسیار ناچیز است.

بررسی وزن‌های استاندارد بتا در دو متغیر نیز تا حدودی این مطلب را روشن می‌کند. وزن‌های استاندارد کمروبی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد به ترتیب  $. / 33$  و  $. / 30$  است، که نشان‌دهنده برتری اندک کمروبی بر جهت‌گیری اجتناب از عملکرد است. از طرفی، مقایسه ضریب ساختار متغیر کمروی ( $. / 74$ ) و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد ( $. / 67$ ) نیز گواه دیگری بر این مدعاست. در کل همه این شاخص‌ها دلالت بر این نکته دارند که سهم کمروبی در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی اندکی بیشتر است.

جدول (۳) ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و ساختار، همبستگی تفکیکی، نیمه‌تفکیکی متغیرهای وارد شده در معادله رگرسیون

مدل	متغیر پیشین	ضرایب رگرسیون		ضریب ساختار	همبستگی		
		غیراستاندارد	استاندارد		تفکیکی	نیمه تفکیکی	صفر مرتبه
۱	مقدار ثابت	۳.۲۴۹					
	کمروبی	. / ۱۶	. / ۳۳۶		. / ۴۴۲		
۲	مقدار ثابت	. / ۰۱۸					
	کمروبی	. / ۱۶۱	. / ۳۳۵	. / ۷	. / ۹۹۷	. / ۳۳۵	. / ۳۳۶
	اجتناب از عملکرد	. / ۳۰۴	. / ۳۰۱	. / ۶		. / ۳۰۱	. / ۳۰۲

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با تمرکز بر موضوع کمک‌طلبی تحصیلی به عنوان یکی از راهبردهای خودتنظیمی، اهمیت نقش مؤلفه‌های انگیزشی (جهت‌گیری هدف پیشرفت) و مؤلفه‌های شخصیتی (کمروبی) را مورد بررسی قرار داد. یافته‌ها نشان دادند که از بین متغیرهای

جهت‌گیری هدف پیشرفت و کمرویی، کمرویی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی رابطه مثبت و معناداری دارند. یعنی با افزایش میزان کمرویی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد، رفتار اجتناب از کمک‌طلبی نیز افزایش می‌یابد. دانش‌آموزان با کمرویی بالا چون به راحتی با دیگران ارتباط و تعامل برقرار نمی‌کنند، در نتیجه مسایل و مشکلات خود را نمی‌توانند با دیگران در میان گذاشته و هنگامی که نیاز به کمک دارند از درخواست کمک اجتناب می‌کنند. این یافته با آنچه که هندرسون و زیملاردو (۱۹۹۹) بیان می‌کنند همخوان است. هندرسون و زیملاردو معتقدند که کمرویی سبب می‌شود فرد بیش از اندازه به خود توجه کند و همواره از خود، ارزیابی‌های منفی به عمل آورد تا حدی که این حالات برای فرد کمرو، علت ایجاد ناراحتی و جلوگیری از بروز احساسات در موقعیت‌های اجتماعی و مانع پی‌گیری هدف‌های بین فردی و شغلی می‌شود. همچنین، این یافته با ادعای کرویز (۲۰۰۵) همخوان است مبنی بر اینکه مهم‌ترین علامت تشخیص کمرویی اضطراب ذهنی و رفتارهای اجتنابی است.

در این مطالعه مشخص شد که جهت‌گیری اجتناب از عملکرد به طور مثبت با اجتناب از کمک‌طلبی مرتبط است. پژوهش‌های قبل نیز نشان داده که از نظر دانش‌آموزان دارای جهت‌گیری اجتناب از عملکرد، شایستگی یعنی اجتناب از شکست، و افرادی که از این نوع هدف پیروی می‌کنند، همیشه ترس از شکست دارند و به دلیل اینکه معتقدند که جستجوی کمک از دیگران نشان‌دهنده ضعف و ناتوانی آنها در رسیدن به اهداف خود بوده و این مسأله برای آنها قضاوت‌های منفی دیگران را بدنبال خواهد داشت، از راهبرد کمک‌طلبی اجتناب می‌کنند. این یافته با یافته‌های ایمز (۱۹۹۲)، ریان و پنتریچ (۱۹۹۸)، نیومن و شوگر (۱۹۹۵)، باتلر<sup>۳۳</sup> و نیومن (۱۹۹۵) کارابنیک<sup>۳۴</sup> (۲۰۰۴)، لینبرک و همکاران (۲۰۰۸) همخوان است.

برخلاف پژوهش‌های قبلی جهت‌گیری‌های هدف پیشرفت در ابعاد تبحری و عملکردی با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه‌ای نشان ندادند. مطالعات نشان داده‌اند که

1- Butler

2- Karabenick

هدف‌های تکلیف‌مدار با اجتناب از کمک‌طلبی به‌طور منفی مرتبط است اما هدف‌های بیرونی و هدف‌های توانایی‌نسبی (عملکردی) به‌طور مثبت با اجتناب از کمک‌طلبی ارتباط دارند (ریان و پینریچ، ۱۹۹۷؛ تاناکا، موراکی، اوکانو و یامایوچی، ۲۰۰۲؛ هورنر و شوری، ۲۰۰۳ به نقل از کارابنیک، ۲۰۰۳؛ کارابنیک، ۲۰۰۴). در یک مطالعه اخیر راسل و همکاران (۲۰۱۳) به این یافته دست یافتند که جهت‌گیری عملکردگرا کمک‌طلبی ابزاری را پیش‌بینی نمی‌کند. یک تبیین احتمالی مبتنی بر نظریه هدف پیشرفت آن است که جهت‌گیری عملکردی احتمالاً با کمک‌طلبی اجرایی مرتبط است نه با کمک‌طلبی ابزاری.

نخستین محدودیت مطالعه حاضر آن است که یافته‌های آن براساس یک طرح همبستگی به دست آمده است. ضعف ذاتی این نوع طرح‌ها موجب می‌شود که نتوان از آنها روابط علی استخراج کرد. محدودیت دوم این مطالعه تکیه کامل آن به ابزارهای خودگزارشی است. این روش جمع‌آوری داده‌ها دارای ضعف‌های متعددی (از جمله، عدم خویشتن‌نگری، خطاهای اندازه‌گیری و...) هستند. محدودیت سوم این مطالعه اعتبار پائین ابزارهای اندازه‌گیری بود. گرچه جهت‌گیری هدف در بعد تبحرگرا و اجتناب از تبحر اعتباری در حد قابل قبول داشتند، اما این ضرایب چندان قوی نبود. محدودیت دیگر این مطالعه آن است که جامعه مورد نظر دانش‌آموزان دختر سال اول دبیرستان شهر یاسوج بودند، از این جهت قابلیت تعمیم‌یافته‌ها محدود به افرادی است که دارای همان ویژگی‌ها باشند. براساس این مطالعه پیشنهاد می‌شود پژوهشگران در آینده مطالعاتی طرح‌ریزی نمایند که بر اساس آن بتوان روابط علی بین متغیرهای مورد نظر را استخراج نمود. برای مثال، با تغییر ساختارهای کلاس درس به بعدهای تبحری و عملکردی می‌توان اثر آنها را بر رفتارهای اجتناب از کمک‌طلبی بررسی نمود. همچنین، توصیه می‌شود برای بررسی روایی یافته‌های این مطالعه، ضمن استفاده از ابزارهایی که ویژگی‌های روان‌سنجی مناسب‌تری دارند، مطالعه بر روی پسران و سایر پایه‌های تحصیلی تکرار شود تا شواهدی از بسط یافته‌های به دست آمده فراهم گردد. افزون بر آن پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده رابطه جهت‌گیری‌های هدف با کمک‌طلبی ابزاری و اجرایی به‌طور مجزا بررسی شود. از آنجا که کمرویی و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد هر دو نقش

معناداری در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی داشتند، توصیه می‌شود در مواجهه با رفتارهای اجتناب از کمک‌طلبی در زمینه‌های تحصیلی به هر دو عامل شخصیتی و انگیزشی توجه گردد.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله: ۱۳۹۱/۱۱/۲۸  
تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله: ۱۳۹۲/۰۳/۱۰  
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۰۷/۱۶



## References

## منابع

- پاکدامن، مجید؛ فرزاد، ولی‌اله؛ سرمد، زهره؛ خانزاده، علی (۱۳۸۷). نقش کمک طلبی در عملکرد حل مساله ریاضی: یک رفتار وابستگی یا یک راهبرد یادگیری؟ فصلنامه تعلیم و تربیت، ۲۴ (۳)، ۱۳۷-۱۲۰.
- پاکدامن، مجید (۱۳۷۹). تأثیر اهداف پیشرفت تحصیلی و سطح توانایی بر رفتار و نگرش کمک‌طلبی تحصیلی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- راستگو، حمید (۱۳۸۲). رابطه کمروبی و مؤلفه‌های دلبستگی به والدین و همسالان در دانش‌آموزان ناشنوا و عادی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران.
- قدم‌پور، عزت‌الله، سرمد، زهره (۱۳۸۲). نقش باورهای انگیزشی در رفتار کمک‌طلبی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، مجله روانشناسی، ۲۶، ۱۲۶ - ۱۱۲.
- Ames, C. (1992). Classroom Goals, Structure and Student Motivation, *Journal of Educational Psychology*, 84, 261-271.
- Butler, R. & Newman, R.S. (1995). Effects of Task and Ego Achievement Goals on Help-seeking Behaviors and Attitudes, *Journal of Educational Psychology*, 87, 261-267.
- Chavira, A.C., Stein, M.B, & Malcarne, V.L. (2002). Scrutinizing the Relationship between Shyness and Social Phobia, *Journal of Anxiety Disorders*, 16, 585-598.
- Crozier, W.R. (2005). Measuring Shyness: Analysis of the Revised Cheek and Buss Shyness Scale, *Personality and Individual Differences*, 38 (8), 1947-1956.
- Elliot, A.J., & McGregor, H.A. (2001). A 2×2 Achievement Goals, Study Strategies, and Exam Performance: A Mediational Analysis, *Journal of Educational Psychology*, 91, 549-563.
- Heiser, N.A., Turner, S.M, & Beidel, D.C. (2003). Shyness: Relationship. To Social Phobia and Other Psychiatric Disorders, *Behavior Research and Therapy*, 41, 209-221.
- Karabenick, S.A., & Knapp, J.R. (1991). Relationship of Academic Help-Seeking to the Use of Learning Strategies and Other Achievement

- 
- Behavior in College Students, *Journal of Educational Psychology*, 83, 221-230.
- Karabenick, S.A. (2003). Seeking Help in Large College Classes: A Person: A Person Centeted Approach, *Contemporary Educational Psychology*, 28, 37-58.
- Karabenick, S.A. (2004). Perceived Achievement Goals Structure and College Student help Seeking, *Journal of Educational Psychology*, 96, 569-581.
- Karabenick, S.A., & Newman, R.S. (2006). *Help-seeking in Academic Settings: Goals, Groups and Contexts*, Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Linnenbrink-Garcia, L., Tyson, D.F., & Patall, E.A (2008). When Are Achievement Goal Orientation Beneficial for Academic Achievement A Closer Look at Moderating Factors? *International Review of Social Psychology*, 21, 19-70.
- Lorant, T.A.S., Henderson, L.M., & Zimbardo, P.G. (2000). Comorbidityin Chronic Shyness, *Journal of Depression and Anxiety*, 12, 239-233.
- Newman, R.S. (1990). Children's Help-seeking in the Classroom; Therole of Motivational Factors and Attitudes, *Journal of Educational Psychology*, 82, 71-80.
- Newman, R.S., & Schwager, M.T. (1993). Student Perceptions of Teacher and Classmates in Reported Help Seeking in Math Class, *Elementary School Journal*, 94, 37-17.
- Newman, R.S., & Goldin, L. (1990). Children's Reluctance to Seek Help with Schoolwork, *Journal of Educational Psychology*, 82, 92-100.
- Newman, R.S. (2008). Adaptive and Nonadaptive Help-seeking with Peer Harassment: An Integrative Perspective of Coping and Self-regulation? *Educational Psychologist*, 43, 1-15.
- Rayan, A.M., & Pintrich, P.R. (1997). Should I Ask for Help? The Role of Motivation and Attiudes in Adolescents, Help Seeking in Math Class, *Journal of Educational Psychology*, 89, 329-341.
- Roussel, P., Elliot, A.J., & Feltman, R. (2013). The Influence of Achievement Goals and Social Goals on Help-seeking from Peers in an Academic Context, *Learning and Instruction*, 21, 394-402.
-

- Shimi, K., Matsushima, R. & Kuhlman, D.M. (2000). Shyness in Self Disclosure Mediated by Social Skills, *Journal of psychological Report*, 86, 333-338.
- Thompson, T., Altman, R., Davidson, J. (2004). Shame Proneness and Achievement Behavior, *Personality And Individual Differences*, 36, 613-627.
- Tanaka, A., Murakami, Y., Okuno, T., & Yamauchi, H. (2002). Achievement Goals, Attitudes toward Help Seeking, and Help-seeking Behavior in the Classroom, *Learning and Individual Differences*, 12, 1-13.
- Wolters, A. (2010). Self-Regulated Learning and the 21<sup>st</sup> Century Competencies, *Department of Educational Psychology University of Houston*.
- Zimmerman, B.J., Bandura, A., & Martinez-pones, M. (1992). Self-Motivation for Academic Attainment: The Role of Self-efficacy Beliefs and Personal Goal Setting, *American Educational Research Journal*, 29, 663-676.
- Zimmerman, B.J., & Kitsantas, M.A. (1996). Developmental Phases Self-regulation: Shifting from Process to Outcome Goals, *Journal of Educational Psychology*, 89, 29-36.