

## بررسی رابطه مکان کنترل با اضطراب و مقایسه اضطراب بین افراد دارای مکان کنترل درونی و بیرونی

اعظم نوفرستی\* - جعفر طالبیان شریف<sup>▲</sup>

برای بررسی رابطه مکان کنترل با اضطراب از نمونه‌ای از دانشجویان غیربومی دانشگاه علوم پزشکی تهران خواسته شد تا دو پرسشنامه مکان کنترل راتر و پرسشنامه اضطراب اشیپیل برگر را تکمیل نمایند. ابتدا از روش همبستگی پیرسون برای تعیین رابطه بین مکان کنترل و اضطراب استفاده شد و بر اساس آن بین مکان کنترل و اضطراب پنهان و آشکار رابطه همبستگی مثبتی بدست آمد که نشان‌دهنده رابطه معنادار بین مکان کنترل و اضطراب آشکار و پنهان بود. همچنین برای مقایسه اضطراب بین افراد درونی و بیرونی، دانشجویان ابتدا از لحاظ منبع کنترل به پنج طبقه تقسیم شدند که عبارت بودند از منبع کنترل بیرونی، منبع کنترل تقریباً بیرونی، منبع کنترل متوسط، منبع کنترل تقریباً درونی، منبع کنترل درونی. سپس اضطراب در بین گروه‌های مختلف دو به دو با هم مقایسه شد. بر اساس این مقایسه بین همه گروه‌ها از لحاظ اضطراب تفاوت معنی‌داری وجود داشت. بنابراین هر چه منبع کنترل به سمت بیرونی برود اضطراب افزایش می‌یابد.

واژه‌های کلیدی: منبع کنترل؛ اضطراب؛ دانشجوی.

\* - دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی

▲ - عضو هیأت علمی گروه روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد

## مقدمه

اضطراب به منزله بخشی از زندگی هر انسان، یکی از مؤلفه‌های ساختار شخصیت وی می‌باشد و از این زاویه است که پاره‌ای از اضطراب‌های دوران کودکی و بزرگسالی را می‌توان بهنجار دانست و تأثیر مثبت آنها را بر فرآیند تحول پذیرفت، چرا که این فرصت برای افراد فراهم می‌شود تا مکانیزم‌های تنش‌زا خود را در جهت مواجهه با منابع تنیدگی<sup>۱</sup> و اضطراب‌انگیز گسترش دهند. به عبارت دیگر، می‌توان گفت که اضطراب در پاره‌ای از مواقع، سازندگی و خلاقیت را در فرد ایجاد می‌کند، امکان تجسم موقعیت‌ها و سلطه بر آنها را فراهم می‌آورد و یا آنکه وی را بر می‌انگیزد تا بطور جدی با مسؤولیت مهمی مانند آماده شدن برای یک امتحان یا پذیرفتن یک وظیفه اجتماعی مواجه شود (۱).

بر اساس یک دیدگاه، هنگامی احساس اضطراب دست می‌دهد که آدمی با موقعیتی رو به رو شود که کنترلی بر آن ندارد. در غالب نظریه‌های اضطراب، کنترل‌ناپذیر بودن آنچه روی می‌دهد و احساس درماندگی در برابر آن، هسته و مدار نظریه است. مثلاً مطابق نظریه یادگیری اجتماعی، هنگامی آدمیان مضطرب می‌شوند که با محرک دردآوری رو به رو می‌شوند که فقط از راه اجتناب می‌توان آن را کنترل کرد. همچنین درجه و شدت اضطرابی که در موقعیت‌های فشارزا احساس می‌شود تا حدود زیادی بستگی به این دارد که در نظر شخص، آن موقعیت تا چه مایه در کنترل و اختیار وی است (۲).

بسیاری از روانشناسان و فیلسوفان معتقدند که خویش‌داری<sup>۲</sup> یک نیاز بنیادی روانی است که در هنگام بوجود آمدن موقعیت استرس‌آمیز مهم است و تجارب ناشی از استرس را کاهش داده و به سازگاری فرد کمک می‌کند (۳).

در نظریه یادگیری اجتماعی مفهوم کنترل بعنوان یک انتظار تعمیم یافته برای کنترل درونی در مقابل کنترل بیرونی تقویت تعریف می‌شود. انتظار تعمیم یافته کنترل درونی به درک رویدادها چه مثبت و چه منفی بعنوان نتیجه عمل فرد بوسیله نیروهای تحت کنترل فرد اشاره دارد. انتظار تعمیم یافته کنترل بیرونی، از طرف دیگر به درک رویدادها چه مثبت و چه منفی بعنوان رویدادهایی اشاره می‌کند که تحت کنترل نیروی شخصی فرد نیستند و فراتر از کنترل فرد هستند اشاره می‌کند (۴).

مکان کنترل<sup>۳</sup> نظام باورهای افراد درباره علل تجاربشان و عواملی که افراد موفقیت‌ها و شکست‌هایشان را به آن نسبت می‌دهند، است که می‌توان آن را از طریق مقیاس مکان کنترل بیرونی - درونی راتر سنجدید (۵). مکان کنترل ما تأثیر زیادی بر رفتار ما خواهد داشت. اشخاصی با مکان کنترل بیرونی که معتقدند رفتارها یا مهارت‌های آنها در تقویت‌هایی که دریافت می‌کنند اثری ندارد، در کوشش برای بهبود موفقیت خود فایده‌ای نمی‌بینند. آنان به امکان کنترل زندگی خود در زمان حال و آینده باور چندانی ندارند. کسانی که جهت‌گیری درونی دارند، معتقدند که کنترل کاملی بر زندگی خود دارند و مطابق با همین باور رفتار می‌کنند.

- 1 . Stressor
- 2 . Self - control
- 3 . Locus of control

تحقیق نشان داده است که این افراد در تکالیف آزمایشگاهی در سطح بالاتری عمل می‌کنند، کمتر تحت تأثیر کوشش‌های دیگران قرار دارند، ارزش والاتری برای مهارت‌ها و پیشرفت‌های شخصی خود قایل هستند و نسبت به نشانه‌های محیطی که می‌توانند برای هدایت رفتار خود بکار ببرند، هشیارترند. به علاوه افراد دارای مکان کنترل درونی، در مقایسه با افراد دارای مکان کنترل بیرونی برای قبول مسئولیت اعمال خود، آمادگی بیشتری دارند (۶).

پژوهش‌های مبتنی بر مقیاس درونی - بیرونی<sup>۱</sup> راتر نشان دهنده آن است که افراد با مکان کنترل بیرونی به جز عقاید مربوط به نوع مکان کنترل، رفتارهایشان با افراد دارای مکان کنترل درونی تفاوت‌های متعددی نیز دارد. از جمله تفاوت‌های اساسی بین این افراد شیوه‌هایی است که آنان درباره محیط به جستجوی اطلاعات می‌پردازند.

برخی مطالعات نشان داده است که افراد درونی نسبت به گروه مقابل به صورت فعال‌تری با مشکلات مربوط به سلامت و بهداشت خویش برخورد می‌کنند. افراد با مکان کنترل درونی همچنین نسبت به افراد بیرونی گرایش بیشتری به اقدامات پیشگیرانه برای حفظ و بهبودی سلامت خود نظیر مقاومت در برابر سیگار کشیدن، مبادرت به تمرین‌های بدنی و انجام مراقبت‌های پزشکی منظم دارند (۷).

پژوهش‌ها همچنین نشان دهنده آن است که افراد با منبع کنترل بیرونی نسبت به افراد درونی بیشتر دچار اختلالات روانی می‌شوند (۴). بعنوان مثال، فارس<sup>۲</sup> (۱۹۷۸ و ۱۹۷۶) گزارش داده است که افراد دارای مکان کنترل بیرونی دارای درجه بالاتری از اضطراب و افسردگی بوده و از نظر عزت نفس نسبت به گروه مقابل کمتر با برچسب‌های روانپزشکی طبقه‌بندی می‌شوند. پژوهش بور<sup>۳</sup> (۱۹۷۶) حتی نشان دهنده آن بوده است که درصد خودکشی همبستگی مثبتی با سطح متوسط مکان کنترل بیرونی در میان افراد یک کشور دارد ( $r=0/68$ ). بالاخره، مطالعات متعددی نشان داده است که افراد بیرونی نسبت به افراد درونی در برابر نفوذ دیگران (نفوذ اجتماعی) مطیع‌تر و حساس‌ترند (۷ و ۸).

با توجه به نقش احتمالی متغیر واسطه‌ای مهمی مثل مکان کنترل در میزان اضطراب و فقدان تحقیق در فرهنگ ما در مورد این موضوع، تحقیق حاضر در پی آن است که رابطه بین مکان کنترل افراد و میزان اضطرابی را که آنها در موقعیت‌های مختلف تجربه می‌کنند، بدست آورد. نتایج این تحقیق از لحاظ کاربردی از اهمیت زیادی برخوردار است.

لذا در پژوهش حاضر، سعی بر این است که، اطلاعات دقیق، عینی و قابل استفاده در جهت شناخت ماهیت مکان کنترل و بررسی اهمیت آن در ساخت شخصیتی افراد و ویژگی‌های روانشناختی افراد را در دسترس روانشناسان بالینی، مشاوران، روانپزشکان و کسانی قرار دهد که در جستجوی کمک هستند، و به طور کلی تمام افرادی که نیازمند اطلاعات بالینی، علمی، کاربردی و شناختی وسیع‌تر و دقیق‌تر درباره این خصوصیت شخصی مهم هستند.

## روش پژوهش

پژوهش حاضر بر روی یک نمونه ۱۵۰ نفری از دانشجویان غیربومی دختر رشته‌های علوم پزشکی دانشگاه تهران انجام شد. دامنه سنی آزمودنی‌های مورد مطالعه ۱۸ تا ۳۵ سال می‌باشد و دانشجویان از بین رشته‌های مختلف علوم پزشکی انتخاب شدند.

- 1 . Internal – External scale
- 2 . Phares
- 3 . Boor

روش نمونه‌گیری در پژوهش حاضر، نمونه‌گیری خوشه‌ای است؛ بدین صورت که در ابتدا از بین خوابگاه‌های مختلفی که دانشجویان غیربومی در آن ساکن بودند، خوابگاه گلستان به عنوان خوشه در نظر گرفته شد و نمونه مورد نظر از آن انتخاب گردید.

**ابزارهای اندازه‌گیری:** به منظور اندازه‌گیری کنترل درونی - بیرونی از آزمونی که توسط جولیان، بی.راتر بنام مقیاس کنترل درونی - بیرونی (۱۹۶۶) تدوین گردیده، استفاده شد. در ساختن این آزمون از نظریه یادگیری اجتماعی به عنوان چهارچوب نظری استفاده شده است. مقیاس راتر، یک مقیاس خودسنجی ۲۹ سؤالی است که هر یک از سؤالات آزمون دارای دو جمله می‌باشد (۱۰). حد متوسط ضرایب پایایی این مقیاس که با روش‌های تصنیف<sup>۱</sup> و کودر ریچاردسون<sup>۲</sup> محاسبه شده است در حدود ۷۰ درصد است. ضریب پایایی این مقیاس با روش بازآزمایی<sup>۳</sup> در فواصل یک یا دو ماه نیز در همان سطح بوده است. اما مقدار آن تابع فاصله زمانی بازآزمایی، شرایط اجرای آزمون و نوع گروه مورد آزمایش است (۱۰).

همچنین از آزمون اضطراب آشکار و پنهان اشپیل برگر<sup>۴</sup> استفاده شد. اضطراب آشکار و پنهان، بعنوان سازه‌هایی قابل سنجش، در ابتدا بوسیله کتل<sup>۵</sup> مطرح شد، اما بعدها بصورت کامل‌تری توسط اشپیل برگر مطرح شدند. این آزمون دارای چهل عبارت است که این عبارات در دو مقیاس اضطراب آشکار و اضطراب پنهان، ویژگی اضطراب را به دو صورت "حالت" و "صفت" می‌سنجد. پایایی هر دو مقیاس برای اجرا بر روی آزمودنی‌های گروه بهنجار که شامل ۶۰۰ نفر بودند، بر اساس فرمول آلفای کرونباخ محاسبه گردید. در این مطالعه، پایایی مقیاس اضطراب آشکار ۰/۹۱ و پایایی مقیاس اضطراب پنهان ۰/۹۰ بدست آمده است. برای مجموع آزمون پایایی مقیاس ۰/۹۴ بدست آمده است (۱۱).

در جهت مطالعه روایی از شیوه ملاکی همزمان استفاده شد که در هر دو مقیاس اضطراب آشکار و پنهان و همچنین کل آزمون، تفاوت‌های معناداری در سطح ۰/۰۱ و ۰/۰۵ بین گروه هنجار و ملاک بر اساس مقایسه میانگین‌ها حاصل شد (۱۱). بعد از اطمینان از غیربومی بودن آزمودنی‌ها، دو پرسشنامه مورد نظر در اختیار آنان قرار می‌گرفت و سپس توضیحات شفاهی یکسانی برای تمام آزمودنی‌ها ارائه می‌شد. آنگاه از آنان خواسته شد تا بدون محدودیت زمانی به پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. میانگین زمان پاسخ‌دهی به پرسشنامه‌ها برای آزمون اول ۱۵ دقیقه و برای آزمون دوم ۲۰ دقیقه بود. کلیه پرسشنامه‌ها صرفاً توسط محقق اجرا گردید. در ضمن از آزمودنی‌ها خواسته می‌شد ابتدا آزمون مکان کنترل و سپس آزمون اضطراب اشپیل برگر را پاسخ دهند.

## یافته‌ها

برای بررسی رابطه اضطراب آشکار و مکان کنترل از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که بر اساس این روش، بین مکان کنترل و اضطراب آشکار در سطح  $a = 0$ ، میزان همبستگی ۰/۵۲ بدست آمد که نشان‌دهنده رابطه معنادار بین مکان کنترل و اضطراب آشکار است. برای بررسی رابطه بین اضطراب پنهان و مکان کنترل نیز از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که در سطح  $a$  کمتر از ۰/۰۵ ضریب همبستگی بین مکان کنترل و اضطراب پنهان، در حدود ۰/۵۱ بود که نشان‌دهنده رابطه معنادار بین مکان کنترل و اضطراب پنهان می‌باشد. همبستگی بالا و معنی‌داری بین منبع کنترل و اضطراب در دو وضعیت حالت و

1. Half - split
2. Kuder - Richardson
3. Test-Retest
4. Spielberger
5. Cattell

صفت مشاهده می‌شود ( $P < 0/05$ ). علاوه بر همبستگی بین منبع کنترل و اضطراب، همبستگی بالایی بین اضطراب آشکار و پنهان وجود دارد که حدود ۰/۷۷ می‌باشد.

برای بررسی رابطه بین اضطراب آشکار و پنهان در افراد با منبع کنترل درونی و بیرونی ابتدا آزمودنی‌ها از لحاظ منبع کنترل به پنج طبقه تقسیم شدند که عبارتند از منبع کنترل درونی، منبع کنترل تقریباً درونی، منبع کنترل متوسط، منبع کنترل تقریباً بیرونی، منبع کنترل تقریباً بیرونی. علت تقسیم آزمودنی‌ها این است که در مقیاس مکان کنترل دقیقاً مشخص نیست که از چه نمره‌ای مکان کنترل درونی به مکان بیرونی تبدیل می‌شود بلکه هر چه نمره منبع کنترل بیشتر شود فرد به سمت منبع کنترل بیرونی پیش می‌رود. سپس اضطراب افراد در گروه‌های مختلف از طریق آزمون تی مورد مقایسه قرار گرفت. در جداول زیر میانگین و انحراف معیار استاندارد اضطراب هر یک از طبقات منبع کنترل آورده شده است.

جدول ۱: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۱۰/۲۹	۳۵	درونی
	۹/۳۶	۴۴/۸۵	متوسط

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه مکان کنترل درونی و متوسط تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۲: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۱۰/۲۹	۳۵	درونی
	۱۲/۷۶	۴۸/۵۱	تقریباً بیرونی

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه درونی و تقریباً بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۳: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۱۰/۲۹	۳۵	درونی
	۱۰/۹۹	۵۳/۰۳	بیرونی

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه درونی و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۴: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۱۱/۶۹	۳۹/۱۵	تقریباً درونی
	۱۲/۷۶	۴۸/۵۱	تقریباً بیرونی

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه تقریباً بیرونی و تقریباً درونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۵: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۱۱/۶۹	۳۹/۱۵	تقریباً درونی
	۱۰/۹۹	۵۳/۰۳	بیرونی

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه تقریباً درونی و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۶: مربوط به اضطراب آشکار و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۹/۳۶	۴۴/۸۵	متوسط
	۱۰/۹۹	۵۳/۰۳	بیرونی

بین اضطراب آشکار افراد در دو گروه متوسط و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۷: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۸/۱۲	۳۵/۱۵	درونی
	۹/۹۱	۴۵/۱۰	متوسط

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه درونی و متوسط تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۸: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۸/۱۲	۳۹/۱۵	درونی
	۹/۲۵	۴۴/۸۱	تقریباً بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه درونی و تقریباً بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۹: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۸/۱۲	۳۵/۱۵	درونی
	۱۰/۳۹	۵۰/۲۵	بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه درونی و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۰: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب
			منبع کنترل
*	۷/۴۱	۳۹/۸۹	تقریباً درونی

بیرونی	۴۵/۱	۹/۹۱
--------	------	------

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه تقریباً درونی و متوسط تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۱: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب / منبع کنترل
*	۷/۴۱	۳۷/۸۹	تقریباً درونی
	۹/۹۱	۴۵/۱	تقریباً بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه تقریباً درونی و تقریباً بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۲: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب / منبع کنترل
*	۷/۴۱	۳۷/۸۹	تقریباً درونی
	۹/۲۵	۴۴/۸۱	بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه تقریباً درونی و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۳: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب / منبع کنترل
*	۷/۴۱	۳۷/۸۹	متوسط
	۱۰/۳۹	۵/۲۵	بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه متوسط و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۴: مربوط به اضطراب پنهان و منبع کنترل

تی	انحراف معیار	میانگین	اضطراب / منبع کنترل
*	۹/۵۲	۴۲/۸۱	تقریباً درونی
	۱۰/۳۹	۵۰/۲۵	بیرونی

بین اضطراب پنهان افراد در دو گروه تقریباً بیرونی و بیرونی تفاوت معناداری وجود دارد.

بحث

مطابق جدول شماره (۱) رابطه معناداری در حدود ۵۲ درصد در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، بین مکان کنترل و اضطراب آشکار وجود دارد؛ همچنین رابطه معناداری در حدود ۵۱ درصد در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، بین مکان کنترل و اضطراب پنهان مشاهده می‌شود. این بدان معنا است که افراد دارای جهت‌گیری درونی نسبت به افرادی با جهت‌گیری بیرونی، اضطراب آشکار و پنهان کمتری را در موقعیت‌های مختلف تجربه می‌کنند.

اکثر پژوهش‌های انجام شده در زمینه مکان کنترل و اضطراب، نتایج یکسانی را با پژوهش حاضر بدست داده‌اند. نتایج این پژوهش با گزارش لیندر (۱۹۶۷) مشابهت دارد بطوری که افراد دارای مکان کنترل بیرونی از هر دو جنس در مقایسه با افراد درونی در مقیاس اضطراب ناتوان‌کننده، بطور معنی‌داری از نمره بالاتری برخوردار بودند؛ همچنین این یافته‌ها با پژوهش ری و کاتاهن (۱۹۶۸) همخوانی دارد که همبستگی معنی‌داری میان نمرات آزمون مرکز کنترل و نمرات مقیاس اضطراب آشکار و پرسشنامه سنجش اضطراب مندلر بدست آوردند.

از طرف دیگر، یافته‌های این تحقیق با نظر فیتز (۱۹۶۷) مشابهت دارد که بیان می‌کند افراد با جهت‌گیری بیرونی نسبت به افراد با جهت‌گیری درونی در مقیاس اضطراب و فشار روانی نمرات بالاتری دارند (۱۲). با این وجود نتایج این پژوهش برخلاف یافته‌های پژوهش هاستون (۱۹۷۲) است که بیان می‌کند هیچ تفاوتی در میزان استرس ادراک شده و مقدار اضطراب دانشجویانی که سبک اسناد درونی و بیرونی دارند، وجود ندارد (۱۳). این یافته با نتیجه تحقیق آنراخ و همکاران (۱۹۷۶) نیز متفاوت است که بیان می‌کند بین درونی‌ها و بیرونی‌ها در میزان فشار روانی تفاوتی وجود ندارد (۱۳).

بنابراین افرادی که دارای مکان کنترل درونی هستند، اعتقاد دارند تقویت‌هایی که دریافت می‌کنند، تابعی از رفتارها یا ویژگی‌های خود آنها است. اما افرادی که دارای مکان کنترل بیرونی هستند، فکر می‌کنند که دریافت تقویت آنها در دست دیگران، تقدیر یا شانس است و لذا کوشش در جهت بهبود بخشیدن به وضعیت خود را بی‌ثمر می‌دانند. آنها خود را در برابر این نیروهای بیرونی ناتوان می‌بینند.

از طرفی گفته می‌شود هنگامی احساس اضطراب به انسان دست می‌دهد که با موقعیتی رو به رو شود که آن را خارج از کنترل خود می‌بیند و با توجه به اینکه افراد بیرونی، موقعیت‌ها را خارج از کنترل خود می‌دانند لذا آنان افرادی هستند که عزت نفس پایین‌تر و اضطراب بیشتری دارند ولی افراد درونی که موقعیت‌ها را در کنترل خود می‌بینند برای قبول مسؤلیت اعمال خود، آمادگی بیشتری دارند. همچنین شواهد بدست آمده نشان می‌دهد که آنها از بهداشت روانی بهتری برخوردارند. عزت نفس بالاتر و اضطراب کمتری دارند و نشانه‌های روان‌پزشکی کمتری را تجربه می‌کنند (۶).

به دلیل آنکه مکان کنترل بیرونی در صورت شدید بودن به طور آشکار موجب مشکلات روانشناختی جدی در فرد می‌شود، تغییر در مکان کنترل بیرونی توجه بسیاری از پژوهشگران و درمان‌گران را به خود جلب کرده است؛ این مطلب شامل شدت مکان کنترل درونی نمی‌شود. تغییر در مکان کنترل بیرونی امکان‌پذیر است زیرا مکان کنترل یک صفت نیست. بنابراین فرض نمی‌شود که به طور کلی در برابر تغییرات ثابت و مقاوم باشد. در برخی از مداخله‌های درمانی در محیط‌های طبیعی و مداخلات مبتنی بر روان‌درمانی، کوشش‌هایی را برای تغییر مکان کنترل بیرونی انجام شده است (۹).

شواهد حاکی از آن است که مکان کنترل در دوران کودکی آموخته می‌شود و الگوی ویژه‌ای از رفتارهای والدین مسؤول آموختن جهت‌گیری درونی است. والدین کودکانی که دارای مکان کنترل درونی هستند، قویاً حمایت‌کننده‌اند، پیشرفت را شدیداً می‌ستایند (تقویت مثبت) و در انضباط خود ثابت قدم عمل می‌کنند. آنان از نظر نگرشی اقتدارطلب نیستند.

هر چه که فرزندان آنان بزرگتر می‌شوند، این والدین استقلال را در کودکان تشویق می‌کنند و این کار را با کمتر درگیر شدن در امور آنان نشان می‌دهند (لویب<sup>۱</sup>، ۱۹۷۵، ویچرن<sup>۲</sup> و نوویکی<sup>۳</sup>، ۱۹۷۶ به نقل از شولتز، ۱۹۹۰).  
با شناخت مکان کنترل می‌توان به والدین و معلمان در مورد چگونگی شکل‌گیری مکان کنترل آموزش داد تا از شیوه‌های تربیتی و رفتارهایی که به مکان کنترل بیرونی می‌انجامد، پرهیز کنند. روشن است که این امر باعث جلوگیری از بروز اختلالاتی می‌شود که با مکان کنترل بیرونی در ارتباط است و نیز باعث تأمین بهداشت روانی افراد می‌شود.

## Abstract

### *Study of the Relationship of Locus of Control with Anxiety and its Variation among those with Internal and External Locus of Control*

In order to study the relationship between locus of control and anxiety, a sample of non-indigenous medical students at Tehran University of Medical Sciences were requested to fill out Rotter's questionnaire of locus of control and Spielberger's anxiety checklist. A positive correlation was found to exist between locus of control and obvious / hidden anxiety, which signified a significant relationship. The subjects were, at the outset, divided into five groups: external, almost external, halfway, almost internal and internal loci of control; then, their anxiety were compared in groups of two. A significant difference was observed between all groups as far as their anxiety was concerned. Therefore, the more external the locus of control, the more anxiety will be experienced.

**Key words:** Locus of Control; Anxiety; University Students.

## منابع

- ۱ - دادستان، پریخ. روانشناسی مرضی تحوّل از کودکی تا بزرگسالی، انتشارات سمت، تهران، ۱۳۷۶.
- ۲ - اتکینسون، رینال، اتکینسون، ریچارد. س، هلیگارد، ارنست. ر (۱۹۸۳)، زمینۀ روانشناسی، جلد دوم، ترجمۀ محمدنقی براهنی و همکاران، انتشارات رشد، تهران، ۱۳۷۵.
3. Fish back, symour, weiner. Bernard, Bohart. Arthur, (1996), personality.
4. Lefcourt, H. M; Research with the locus of control construct assesment methods, V.L.I. New York, Academic, Press, 1982.
5. Njus, D.M & Brakway, J.M. (1999), individual differences Volum 26, 531 - 548.
- ۶ - شولتز، دوان (۱۹۹۰)، نظریه‌های شخصیت، ترجمۀ یوسف کریمی و همکاران، انتشارات ارسباران، تهران، ۱۳۷۸.
7. Strickland, Bonnie R. internal - external conral Expectanices. Journal of American Psychologist. Vol 44. Nol - 6, johuary 1989.
8. Hjell, Larry & Siegler, Daniel, personality theories, thired Edittion (1992) New York Me Graw - Hill INC.
9. Allen, Bem. P, Personality theories: development, growth and diverslty.

- 1 . Leob
- 2 . Wichern
- 3 . Novi

- ۱۰ - صباغ، عبدالحمید، بررسی مکان کنترل بین افراد سالم و افراد مبتلا به اسکیزوفرن پارافویند، پایان نامه کارشناسی ارشد، ۱۳۷۳.
- ۱۱ - مهram، بهروز (۱۳۷۲)، راهنمای آزمون اضطراب آشکار و پنهان اشیپیل برگر، گزارش پژوهش.
- ۱۲ - سامونل، بال، انگیزش در آموزش و پرورش، ترجمه سیدعلی اصغر مسدد، مرکز نشر دانشگاهی شیراز، ۱۳۷۳.
- ۱۳ - امین یزدی، امیر، صالحی فردی، جواد، بررسی رابطه سبک اسنادی با استرس ادراک شده، مجله علوم تربیتی و روانشناسی، دوره اول، شماره دوم، پاییز، ۱۳۷۸.