



بررسی رابطه بین سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی با میزان ترس از موفقیت در دانشجویان

سمیه اشرفی فرد

کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی

S.ashrafifard@yahoo.com

عبدالله مفاخری

استادیار گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور

Amafa32@yahoo.com

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بین سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی با میزان ترس از موفقیت به انجام رسیده است. این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است که بر روی جامعه آماری 1220 نفری شامل کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل در سه دانشگاه دولتی، آزاد و پیام نور بجنورد در 6 ماهه نخست سال 1394 انجام گرفت. بدین منظور با استفاده از جدول کرجسی و مورگان، تعداد 385 نفر از طریق نمونه‌گیری تصادفی در دسترس انتخاب و سه پرسشنامه ترس از موفقیت ذاکرمن و الیسون (FOSS)، سبک‌های اسنادی پترسون و سلیگمن (ASQ)، و فراشناخت ولز (MCQ-30) روی آن‌ها اجرا گردید. داده‌های به‌دست‌آمده با کمک نرم‌افزار SPSS و با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه گام به گام، تجزیه و تحلیل گردید. نتایج حاصل از رگرسیون نشان داد که در بهترین مدل پیش‌بینی، اطمینان شناختی، اسناد مثبت، و کنترل ناپذیری و خطر قادر به پیش‌بینی متغیر ترس از موفقیت می‌باشند. همچنین در بررسی فرضیه‌های فرعی با ضریب همبستگی پیرسون نتیجه نشان داد که بین سبک اسنادی مثبت و ترس از موفقیت روابط منفی و معناداری وجود دارد و از میان سبک‌های اسنادی منفی، تنها اسناد منفی پایدار رابطه معناداری با ترس از موفقیت دارد. همچنین بین اطمینان شناختی، باورهای مثبت در مورد نگرانی، و کنترل ناپذیری و خطر با ترس از موفقیت رابطه معنادار وجود دارد. نتایج این پژوهش هم سو با سایر پژوهش‌ها نشان داد که سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی قادر به پیش‌بینی متغیر ترس از موفقیت هستند.

کلیدواژه: سبک اسناد، مهارت فراشناخت، ترس از موفقیت .



### Abstract

The purpose of the present paper is to investigate the relationships between attribution styles and meta-cognitive skills *and* fear of success. This is a descriptive correlational study conducted for a statistical population consisting of 1220 persons including all students of three universities of National, Azad and Payam-e Noor of Bojnourd in the first six months of the year 2015. To do so, using Krejcie and Morgan's table, 385 students were selected through convenience random sampling, and three questionnaires of Zukerman and Ellison's Fear of Success Questionnaire (FOSS), Peterson and Seligman's Attribution Styles Questionnaire (ASQ), and Wells' Meta-Cognition Questionnaire (MCQ-30) were distributed among them. The obtained data were analyzed using SPSS software, Pearson's correlation, and stepwise multiple regression. Results obtained from regression showed that in the best model of prediction, cognitive confidence, positive attributions, uncontrollability and risk are able to predict the fear of success variable. Moreover, in considering secondary hypotheses with Pearson's correlation coefficient, it was found that there is a significant negative relationship between positive attribution style and fear of success. Among negative attribution styles, only negative stable attributions have significant relationship with fear of success. Also, there is a significant relationship between cognitive confidence, positive beliefs about concern, uncontrollability and risk *and* fear of success. The results of this research conforming to that of the other studies showed that attribution styles and meta-cognitive skills are able to predict the fear of success variable.

**Key words:** attribution style, meta-cognitive skill, fear of success

Archive of SID



#### مقدمه

ترس واکنشی هیجانی است و از تعبیر انسان که موقعیت، خطرناک و تهدیدی برای سلامت اوست، ناشی می شود. رایج ترین موقعیت های ترس آور مربوط می شود به پیش بینی صدمه جسمانی یا روانی، آسیب پذیری در برابر خطر یا انتظار فرد از اینکه توانایی مقابله کردن را با موقعیت های قریب الوقوع ندارد (ریو<sup>1</sup>، 1388). شاید بتوان گفت که یکی از بزرگترین ترس های رایج میان عامه مردم، ترس از موفقیت است. وبستر<sup>2</sup> (1996) معتقد است: ترس از موفقیت زمانی به طور جدی مطرح شد که واکنش افراد زیادی را در برابر موفقیت، پرهیز از آن دیدند. می سینا<sup>3</sup> (2005) ترس از موفقیت را ترسی می داند که در آن 1. فرد می خواهد حداکثر نتیجه را از کارش بگیرد اما احساس می کند که در رسیدن به هدف، هیچ گاه قانع و خوشنود نخواهد بود. 2. فرد به شایستگی خود برای انجام دادن فعالیت به طور مناسب اعتقاد ندارد 3. فرد برخلاف ترس از شکست از انجام دادن کار به شکل افتخارآمیز می ترسد 4. فرد توانایی های خود را برای تداوم پیشرفت و موفقیت های خویشتن باور ندارد. بروکز<sup>4</sup> (2001) این ترس را ناشی از فقدان باور شخص به توانایی های خود می داند. هورنای<sup>5</sup> (1936) بیان می دارد که ریشه اصلی این ترس ناشی از شکل گیری هویت اجتماعی در محیط نامطلوب کودکی است. محیطی که به کودک می آموزد همیشه باید برنده شود ولی به توانایی او توجه نمی کند (مهرابی زاده هنرمند، بساک نژاد، و همکاران، 1384). این ترس یک حالت پنهان و ثابت می باشد که در اوایل زندگی ایجاد می شود (Zukerman and Alison, 1976). می توان گفت عوامل اجتماعی، ارتباط مدرسه و حمایت والدین به طور منفی پیش بینی کننده ترس از موفقیت می باشند (Gore and Thomas et al, 2016).

ترس از موفقیت با معیار جستجو برای معنا در زندگی ارتباط مثبت و با خوش بینی، عزت نفس و خودکارآمدی ارتباط منفی دارد (Stanculescu, 2013; Bramante, 2015). از طرفی بررسی روی ورزشکاران نشان می دهد که ترس از موفقیت در افراد با فعالیت بدنی منظم کاهش می یابد (ملکی، محمدزاده، 1389). اجتناب از موفقیت با برخی از ویژگی های شخصیتی همراه است برخی از افراد موفقیت های خود را به شانس، طلسم، و عوامل خارجی دیگر نسبت می دهند. آن ها اسنادهای بیرونی دارند و خود را شایسته آن موفقیت نمی بینند (زینی وند، امینی جاوید، مرادی، 1394).

مطالعات روانشناسی اجتماعی نشان داده است که سبک اسناد افراد در شکست و موفقیت و همچنین در انگیزه ها و رفتارهای اجتماع آن ها اثر جدی دارد (Rensheng, 2011). از یک چشم انداز انگیزشی، اسنادها مهم اند زیرا بر باورها، هیجانات و رفتارها تاثیر دارند (Schunk, 2012). اندازه بالایی از ترس از موفقیت اغلب به اسناد عوامل خارجی و شکست به عوامل داخلی ربط داده می شود (Macdonald and Shibly Hyde, 1980). شکست های مکرر، دانش آموزان را درباره توانایی های خود دچار تردید می کنند به همین دلیل پیشنهاد می شود تمهیداتی فراهم شود تا آن ها موفقیت و شکست خود را به تلاش خویش (نه توانایی) اسناد دهند (Schultz, 1998) یادآوری شکست های گذشته می تواند مقدمه ای برای ترس و اضطراب باشد (Bensaid, 2009). افراد با ترس از موفقیت، ممکن است عواقب رفتار خود را تحت کنترل نیروهای خارجی مثل شانس و سرنوشت بدانند (Froelich, 1996).

از سوی دیگر به نظر می رسد باورهای فراشناختی و راهبردهای کنترل فکر از عوامل موثر بر ساختار انگیزشی باشد. باورهای مثبت و منفی افراد درباره تفکرشان، ارزیابی آن ها از افکارشان را تحت تاثیر قرار می دهد (Wells and Matthews, 1996). بسیاری از دانش آموزانی که در مدرسه مشکل یادگیری دارند آن را برآمده از ناتوانی خود می دانند در حالی که مشکل واقعی آن ها چگونگی کاربرد

<sup>1</sup> Reeve

<sup>2</sup> webster

<sup>3</sup> Messina

<sup>4</sup> Brooks

<sup>5</sup> Horney



راهبردهای یادگیری است ( درویزه ، 1384 ). به نظر فلاول فراشناخت هم شامل فرآیندهای شناختی و هم شامل تجارب یا تنظیم شناختی است. فراشناخت به دانش شخص از فرآیندهای شناختی خود اطلاق می گردد و به عنوان هرگونه دانش یا فرآیند شناختی که در ارزیابی، نظارت یا کنترل شناختی مشارکت دارد ، تعریف می شود ( ، Brown , 2002 ; Moser and Baird , 2002 ; Flavell , 1979 ) . فراشناخت به نظارت و کنترل فکر ( Martinez , 2006 ) ، آگاهی در مدیریت اندیشه فرد ( Kuhn and Dean , 2004 ) اشاره دارد . مهارت فراشناختی باعث افزایش یادگیری شده و تاثیر مثبت روی موفقیت تحصیلی دارد ( Hrbuckova et al , 2012 ) . آموزش مهارت فراشناختی و چالش باور فراشناخت مثبت و منفی مربوط به نگرانی ، باعث کاهش ترس در دانش آموزان می شود ( ستاری نجف آبادی ، حیدری ، 1394 ) . مهارت فراشناختی در نوجوانان یک مساله برای موفقیت آنها در برخورد با مشخصه های محیطی مشکل ساز است ( AlperKarsli , 2015 ) و دانشجویان با مهارت های فراشناختی دارای اعتماد به نفس بالا هستند ( ، Kisac and Budak , 2014 ) . ابعاد فراشناختی پیش بینی کننده سطوحی از ترس ، اضطراب و نگرانی می باشند ( ؛ Spada and Caselli et al , 2012 ) . همانطور که در نتایج مطالعه حسونود عموزاده، روشن چسلی، حسونود عموزاده (1392) آمده است، فراشناخت قادر به پیش‌بینی مؤلفه ترس می‌باشد و باورهای منفی در مورد کنترل ناپذیری و خطر در پیش‌بینی ترس از موفقیت سهیم است، همچنین در بررسی توسط سیفی، زارع، و صفاری نیا (1392) به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های فراشناختی، خودآگاهی و سبک تصمیم‌گیری باعث کاهش ترس از موفقیت در دانش‌آموزان گردید بنابراین در این مقاله سعی گردیده است تا به هدف کلی " بررسی رابطه سبک های اسنادی و مهارت های فراشناختی با میزان ترس از موفقیت " دست یابیم. همچنین به بررسی رابطه بین سبک های اسنادی مثبت، سبک های اسنادی منفی ، و مهارت های فراشناختی با ترس از موفقیت به عنوان اهداف فرعی به طور جداگانه پرداخته شده است .

### روش پژوهش

این پژوهش به دنبال مشخص کردن رابطه بین سبک های اسنادی و مهارت های فراشناخت با ترس از موفقیت بوده است . براین اساس روش پژوهش ، توصیفی و از نوع همبستگی بود . جامعه آماری پژوهش ، دانشجویان مشغول به تحصیل در سه دانشگاه ملی، آزاد و پیام نور بجنورد در شش ماهه نخست سال 1394 انتخاب گردید که در مجموع 12220 نفر بودند. بدین منظور تعداد نمونه منتخب ، 385 نفر با استفاده از جدول کرجسی و مورگان<sup>1</sup> ( 1970 ) به دست آمد سپس از طریق نمونه گیری تصادفی خوشه ای از هر دانشگاه کلاسهایی انتخاب و سه پرسشنامه ترس از موفقیت زاگرمین و آلیسون ( FOSS ) ، سبک های اسنادی پترسون و سلیگمن ( ASQ ) ، و فراشناخت ولز ( MCQ- 30 ) ، روی دانشجویان هر کلاس، پس از ارائه آموزشهای لازم در رابطه با نحوه صحیح پاسخ دهی اجرا گردید و از بین 410 پرسشنامه توزیع شده ، 385 پرسشنامه جهت پژوهش نهایی تعیین گردید . داده های به دست آمده به کمک نرم افزار SPSS آنالیز گردید . با توجه به ماهیت پژوهش از آمار توصیفی برای توصیف ، طبقه بندی و تنظیم نمرات خام از طریق محاسبه فراوانی ، میانگین ، و انحراف معیار استفاده شد و در بخش آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون ، و رگرسیون چندگانه گام به گام برای پاسخگویی به فرضیات پژوهش استفاده شد.

### پرسشنامه ترس از موفقیت زاگرمین و الیسون (FOSS)

پرسشنامه ترس از موفقیت توسط زاگرمین والیسون در سال 1976 براساس نظریه هورنر ساخته شد . این پرسشنامه دارای 27 سؤال بوده که براساس مقیاس 7 درجه ای لیکرت از طیف " کاملاً مخالفم " تا " کاملاً موافقم " تنظیم شده است ( Piedmont , 1995 ) . دامنه نمرات آزمودنی می تواند بین 27 تا 189 قرار بگیرد (عبدی، شهرآرای، فراهانی، 1384). سؤالات 1، 4، 5، 8، 10، 14، 17، 21، 24، 26، 27 سطح کمتری از ترس از موفقیت را نشان داده و به صورت معکوس نمره گذاری می شوند (منصوبی فر، دلاور، احدی، نفیسی، 1391).

<sup>1</sup> Krejcie and Morgan



زاگرمین و آلیسون برای ارزیابی روایی ملاکی در 2 مطالعه نشان دادند که این مقیاس به طور مثبت با مقیاس فرافکن ترس از موفقیت هورنر مرتبط است. چنانچه ضرایب همبستگی 0/18 و 0/30 برای زنان و 0/16 و 0/22 برای مردان به دست آمد. شهرآرای و عبدی (1381) نیز در تحقیق خود ضریب آلفای کرونباخ برای زنان 0/66 و برای مردان 0/71 به دست آوردند.

#### پرسشنامه سبک‌های اسناد پترسون و سلیگمن (ASQ)<sup>1</sup>

این مقیاس یک پرسشنامه خود گزارشی است که به دنبال بازنگری در نظریه درماندگی آموخته‌شده توسط سلیگمن (1979) ساخته شد و برای تعیین سبک اسناد افراد در سه بعد درونی - بیرونی، پایدار - ناپایدار، و کلی - اختصاصی (پس از موقعیت‌های موفقیت و شکست) متناسب با میزان اهمیتی که افراد به آن پیامدها می‌دهند، مورد استفاده قرار می‌گیرد (مظلومی راد، زالکان، 1393). در این پرسشنامه 48 سؤالی، از فرد خواسته می‌شود که در یک طیف 7 درجه‌ای پاسخ دهد. این پرسش نامه دربرگیرنده دوازده موقعیت فرضی (شش رویداد خوب و شش رویداد بد) است (Peterson et al, 1982). همچنین سؤال 1 از هر موقعیت برای درک بهتر سؤال‌های دیگر است و در نمره‌گذاری ارزیابی نمی‌شود.

پترسون و همکاران (1982) ضرایب پایایی آلفای کرونباخ تجارب مثبت 0/72 و تجارب منفی را 0/75 برای کل رویدادها به دست آوردند. سلیمانی نژاد (1381) نیز آلفای کرونباخ را برای کل پرسشنامه 0/74 گزارش کرد (اشکانی، حیدری، 1393).

#### پرسشنامه فراشناخت ولز (MCQ-30)

ولز و همکاران در سال 2004 اقدام به تهیه فرم کوتاه پرسشنامه فراشناخت کردند. در این مقیاس 30 گویه‌ای خود گزارشی سؤالات بر روی مقیاس لیکرت از موافق نیستم (1) تا کاملاً موافقم (4) پاسخ داده می‌شود و شامل 5 عامل می‌باشد که عبارتند از: اعتماد شناختی کم، باورهای مثبت درباره نگرانی، وقوف و خودآگاهی شناختی، باورهای منفی درباره غیرقابل مهار بودن افکار و خطر و باورهایی درباره نیاز به مهار افکار (عظیمی، شاکری، نوری، حاتمی، 1393).

در بررسی روایی سازه‌ای آن که با استفاده از تحلیل عاملی صورت گرفت مورد تأیید قرار داده شد و پایایی آن با آلفای کرونباخ برای کل و زیر مقیاس‌ها ما بین 0/76 الی 0/93 گزارش شد (ولز، کارت رایت هاتون، 2004). در ایران ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس 0/91 به دست آمد (شیرین زاده دستگیری، گودرزی، رحیمی، نظیری، 1387).

#### یافته‌ها:

نمونه پژوهش حاضر را 385 نفر از دانشجویان دانشگاه‌های شهر بجنورد تشکیل می‌داد. از این تعداد 245 نفر (63/6 درصد) زن و 140 نفر (36/4 درصد) مرد بودند. میانگین سنی در کل نمونه 23/23 با انحراف استاندارد 3/66 بود. در کل نمونه 43/1 درصد از دانشجویان در دانشگاه آزاد اسلامی مشغول به تحصیل بوده‌اند 35/8 درصد در دانشگاه پیام نور و 21 درصد در دانشگاه‌های دولتی مشغول به تحصیل بوده‌اند.

**فرضیه اول:** بین سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی با ترس از موفقیت رابطه وجود دارد.

**جدول 1- خلاصه مدل رگرسیون و نتایج تحلیل واریانس ترس از موفقیت برحسب سبک‌های اسنادی و مهارت‌های**

#### فراشناختی

<sup>1</sup> Attributional Style Questionnaire (ASQ)





سطح معناداری	F	R <sup>2</sup> Adjusted	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیش‌بین	مدل	متغیر ملاک
0/0005	30/35	0/07	0/07	0/27	اطمینان شناختی	1	ترس از موفقیت
0/0005	24/85	0/11	0/12	0/34	اطمینان شناختی	2	
					اسناد مثبت		
0/0005	19/07	0/12	0/13	0/36	اطمینان شناختی	3	
					اسناد مثبت		
					کنترل ناپذیری و خطر		

پاسخگویی به این فرضیه با رگرسیون چندگانه به روش گام‌به‌گام صورت گرفت. نتایج در خصوص ترس از موفقیت نشان می‌دهد که در بهترین مدل پیش‌بینی (مدل سوم) مقدار ضریب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش‌بین با ترس از موفقیت برابر با 0/36 بوده که نشان‌دهنده رابطه بین متغیرهای پیش‌بین و متغیر ملاک است. در مجموع شاخص‌های تحلیل واریانس، معنی‌دار بودن رگرسیون و رابطه خطی بین متغیرها را در مدل نشان می‌دهد و سطح معناداری کوچکتر از  $P=0/01$  آن را تأیید می‌کند. آزمون نشان می‌دهد که مدل رگرسیون با متغیرهای پیش‌بین و ملاک از برازش خوبی برخوردارند و تغییرات تبیین شده توسط مدل‌ها، واقعی بوده و ناشی از شانس و تصادف نیست. همچنین نشان می‌دهد که با احتمال بیش از 99 درصد متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی و تغییرات متغیرهای ملاک سهمیم هستند. مقادیر ضرایب رگرسیون در جدول 2 ارائه شده است.

جدول 2- ضرایب رگرسیون گام‌به‌گام ترس از موفقیت برحسب سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی

سطح معناداری	t	Beta	ضرایب غیر استاندارد		متغیرهای پیش‌بین	مدل	متغیر ملاک
			خطای استاندارد	B			
0/0005	-5/51	-0/27	0/13	-0/73	اطمینان شناختی	1	ترس از موفقیت
0/0005	-5/63	-0/27	0/13	-0/13	اطمینان شناختی	2	
					اسناد مثبت		
0/0005	-4/44	-0/23	0/14	-0/61	اطمینان شناختی	3	
					اسناد مثبت		
					کنترل ناپذیری و خطر		
0/01	2/60	0/13	0/15	0/39			



ضرایب رگرسیون نشان داد که در بهترین مدل پیش‌بینی برای ترس از موفقیت، اطمینان شناختی ( $\beta = -0/23$ )، اسناد مثبت ( $-0/20$ ) و کنترل ناپذیری و خطر ( $\beta = 0/13$ ) قادر به پیش‌بینی متغیر ملاک هستند. اطمینان شناختی بیشترین سهم را در پیش‌بینی ترس از موفقیت داراست. بر اساس آنچه مورد بحث قرار گرفت فرضیه اصلی پژوهش حاضر تأیید می‌شود. بدین معنی که سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی با ترس از موفقیت رابطه داشته و آن را پیش‌بینی می‌کنند.

**فرضیه فرعی اول:** بین سبک اسنادی مثبت و ترس از موفقیت رابطه وجود دارد: نتایج نشان می‌دهد که میان سبک‌های اسنادی مثبت با ترس از موفقیت روابط منفی و معناداری وجود دارد. اسناد پایدار مثبت و سبک اسناد مثبت ( $r = -0/20, P \leq 0/0005$ ) بیشترین همبستگی و اسناد درونی مثبت ( $r = -0/14, P \leq 0/004$ ) کمترین همبستگی را با ترس از موفقیت داراست. بر این اساس فرضیه فرعی اول در پژوهش حاضر تأیید می‌شود.

**فرضیه فرعی دوم:** بین سبک‌های اسنادی منفی و ترس از موفقیت رابطه وجود دارد: نتایج نشان داد که از میان ابعاد سبک‌های اسنادی منفی تنها اسناد پایدار منفی رابطه معناداری با ترس از موفقیت دارد ( $r = 0/13, P \leq 0/01$ ). بر این اساس تنها بخشی از فرضیه فرعی دوم در پژوهش حاضر تأیید می‌شود بدین معنی که بین اسناد پایدار منفی با ترس از موفقیت رابطه وجود دارد.

**فرضیه فرعی سوم:** بین مهارت‌های فراشناختی و ترس از موفقیت رابطه وجود دارد: نتایج نشان داد که رابطه اطمینان شناختی ( $r = -0/27, P \leq 0/0005$ )، باورهای مثبت در مورد نگرانی ( $r = -0/15, P \leq 0/004$ ) و کنترل ناپذیری و خطر ( $r = 0/21, P \leq 0/0005$ ) با ترس از موفقیت رابطه معناداری وجود دارد. میان خودآگاهی شناختی و نیاز به کنترل افکار روابط معناداری وجود ندارد.

#### نتیجه گیری:

نتایج فرضیه فرعی اول پژوهش نشان داد بین سبک‌های اسنادی مثبت و سبک‌های اسنادی منفی با ترس از موفقیت رابطه وجود دارد که اسناد پایدار مثبت بیشترین همبستگی را داشته و در نتایج فرضیه فرعی دوم، از میان سبک‌های اسنادی منفی نیز تنها اسناد پایدار منفی رابطه معناداری با ترس از موفقیت داشت.

در تبیین نتایج این دو فرضیه می‌توان گفت، افراد خوش‌بین با اسناد مثبت، شکست را با علت‌های بیرونی - ناپایدار و اختصاصی انتساب می‌کنند همچنین پیامدهای مثبت رفتار که به علت‌های درونی چون تلاش و توانایی نسبت داده می‌شوند در شخص احساس غرور و عزت‌نفس و یا احترام به خود ایجاد می‌کند و درماندگی ناشی از سبک اسناد بدبینانه با بروز نارسایی‌های شناختی، عاطفی، جسمانی از جمله اضطراب و نگرانی باعث کاهش کیفیت زندگی می‌شود (Bennett and Elliott, 2002). در مطالعه هالر<sup>۱</sup>، ریدر<sup>۲</sup>، و همکاران (2016) ارتباط بین اضطراب و اسنادهای منفی اثبات شده است. نتایج تحقیق یزدان پناه نوذری، قاسمی، صیامیان، و جوادیان (1390) نشان داده است که سبک اسنادی غالب دانشجویان سبک بیرونی است که تأثیر سوء روی انگیزه و تلاش و موفقیت دارد. در کل اسناد موفقیت‌ها به عوامل پایدار به هیجان امید می‌انجامد که به‌موجب آن انتظار تکرار موفقیت‌ها نیز افزایش می‌یابد. به‌عنوان مثال در تبیین رویدادها اسناد به کوشش عامل پایدار و اسناد به خستگی عامل ناپایدار است. احساس امید در افراد باعث می‌شود که با تلاش و کوشش و پشتکار بیشتر به کار خود ادامه دهند.

در پژوهش رضایی مقدم، رستمی (1389) بین اسناد موفقیت به عوامل درونی، پایدار و کلی با پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌دار است. که می‌توان گفت ترس از موفقیت عاملی منفی برای پیشرفت تحصیلی است که نتایج آن با پژوهش حاضر هم سو است. نتایج این مطالعه با پژوهش پاک طینت، شهر آرای و فراهانی (1387) نیز که نشان داد افرادی با منبع کنترل درونی و خودپنداره مثبت، ترس از

<sup>1</sup> Haller

<sup>2</sup> Raeder



موفقیت کمتر دارند هم خوان است. سوکاریچ ، واسد (2015) به این نتیجه رسیدند که دانش‌آموزان با اسناد موفقیت به عوامل درونی، پیشرفت تحصیلی بیشتری در ریاضیات دارند.

نتایج تحقیق مهدی زاده، ابوالقاسمی، رستم اوغلی (1393) نشان داد که از بین مؤلفه‌های سبک اسناد تنها سبک اسناد درونی - بیرونی منفی و پایدار - ناپایدار منفی قوی ترین پیش‌بینی کننده‌های کیفیت زندگی هستند که با نتایج به‌دست‌آمده در این پژوهش هم‌خوانی دارد. همچنین نتایج تحقیقات داوودی، اقدسی، و ترابی (1390) و شکوهی، امیرآبادی، خلعتبری و رضابخش (1389) نیز با این پژوهش هم سو است و همانطور که در مطالعه یزدان پناه نوزدی، قاسمی، صیامان، جوادیان (1390) و ملکی، محمد زاده (1389) رابطه بین سبک اسناد بیرونی و ترس از موفقیت با کاهش انگیزش پیشرفت ، در مطالعه استنکولسکو (2013) نیز رابطه منفی ترس از موفقیت با خوش‌بینی اثبات شده است، در پژوهش آندره، متسلر (2011) ارتباط بین اضطراب و نگرانی و عدم تمرکز با میزان ترس از موفقیت اثبات گردیده است بنابراین می‌توان گفت که نتایج این مطالعات با نتایج فرضیه‌های حاضر هم‌خوانی دارد.

از طرفی نتایج نشان داد بین اطمینان شناختی ، باورهای مثبت در مورد نگرانی و کنترل ناپذیری و خطر با ترس از موفقیت رابطه معناداری وجود دارد . باورهای مثبت درباره نگرانی به میزان باور فرد در این باره که نگرانی یاری‌رسان و پدیده‌ای مثبت است ، اطلاق می‌گردد. به نظر ولز (2009) تأثیر انواع راهبردهایی که افراد مضطرب برای تنظیم افکار و احساساتشان می‌تواند نشانه‌های جسمی، باورهای منفی در مورد خود و دنیای اجتماعی و همچنین تغییرات رفتاری را در پی داشته باشد. وجود باورهای فراشناختی منفی در مورد خویش می‌تواند به‌عنوان عامل خطر در جهت ترس و اجتناب افراد مستعد در ورود به موفقیت‌های اجتماعی باشد. بنابراین می‌توان گفت افزایش باورهای مثبت درباره نگرانی می‌تواند منجر به کاهش عواملی مانند ترس از موفقیت گردد. ولز و کارت رایت - هاتون (2004) در پژوهش‌های خود نشان داده‌اند که برخی از ابعاد فراشناخت شامل باورهای منفی در مورد کنترل ناپذیری افکار و خطر، اعتماد شناختی، و باورهایی در زمینه نیاز به کنترل افکار با انواع اضطراب ترس رابطه مثبت دارند.

ازجمله تحقیق میرزا خانی، باقری و همکاران (1393) نشان داد که مهارت‌های فراشناخت و مؤلفه‌های آن روی پیشرفت تحصیلی تأثیر مثبت دارد. نتایج تحقیقات سیفی، زارع، و صفاری نیا (1392) و حسونوند عموزاده، روشن چسلی، و حسونوند عموزاده (1392) نیز با این پژوهش همسو است. در نتایج حاصل از مطالعه آلپرکاسلی (2015) نیز آمده است که سطح و مهارت فراشناختی در نوجوانان یک مسئله برای موفقیت آن‌ها در برخورد با مشخصه‌های محیطی مشکل‌ساز است که قاعدتاً در صورت برخورد با این مشخصه‌ها ترس آن‌ها کمتر خواهد بود بنابراین با نتایج این فرضیه هم‌خوانی دارد. بررسی کیساک و بوداک (2014) نیز نشان داد که دانشجویان با مهارت‌های فراشناختی دارای اعتمادبه‌نفس بالا هستند و از طرفی اسپادا، کاسلی، منفردی، روتو، راجیرو همکاران (2012) نیز ابعاد فراشناختی ازجمله باورهای فراشناختی مثبت در زمینه نگرانی و اعتماد شناختی پایین را جزء علل به وجود آورنده ترس، اضطراب و نگرانی برمی‌شمارند و درنتایج هرباخوآ، هلاویک، اوروا (2012) نیز آمده است که مهارت‌های فراشناختی باعث افزایش یادگیری شده و تأثیر مثبت روی موفقیت تحصیلی دارد. بنابراین می‌توان گفت استفاده از مهارت‌های فراشناختی مناسب و تغییر فراشناخت‌ها می‌تواند به‌عنوان مانعی در تشدید علائم ترس و اضطراب باشد که در آن صورت نتیجه این فرضیه تأیید می‌شود. پژوهش ستاری نجف‌آبادی، حیدری (1394) نشان داد که آموزش مهارت فراشناخت و چالش باور فراشناخت مثبت و منفی مربوط به نگرانی ، باعث کاهش ترس و اضطراب در دانش‌آموزان می‌شود که با نتیجه حاصل از این فرضیه هم‌خوان است.

با توجه به آنچه مطرح شد میتوان گفت بین سبک‌های اسنادی و مهارت‌های فراشناختی با ترس از موفقیت رابطه وجود دارد. اجتناب از موفقیت با برخی ویژگی‌های شخصیتی همراه است. افراد در برخورد با واقعیت دچار مشکل می‌شوند و به دلیل داشتن معیارهای بالای عملکرد و ارزیابی از خود و دیگران در معرض انواع عملکردهای نادرست هستند. برخی افراد اسنادهای بیرونی و برخی درونی دارند. از بین خرده مقیاس‌های فراشناختی دو خرده مقیاس اعتماد شناختی و باور کنترل ناپذیری و خطر در بهترین مدل پیش‌بینی برای ترس از موفقیت قادر به پیش‌بینی متغیر ملاک هستند. وجود این باور فراشناختی باعث می‌شود افراد احساس کنترل شخصی کمتری داشته باشند و در نتیجه این امر باعث افزایش اضطراب ، افسردگی و ترس در آنان می‌شود. از سوی دیگر باور فراشناختی کنترل ناپذیری و خطر





باعث می شود افراد در مورد توانایی ها و شایستگی های خود تردید بیشتری داشته باشند که این مسئله در سلامت روانی آن ها تاثیر منفی می گذارد. تجربه تنش عاطفی در افرادی که در بعد کنترل ناپذیری و خطر نمره بالایی دارند موجب می شود این افراد درگیر راهبردهای مقابله ای ناسازگارانه شوند و استفاده از این راهبردها موجب در دسترس تر بودن مفاهیم تهدید در پردازش و تشدید استرس ، ترس و هیجانات منفی می شود. در حقیقت این فرایند ها باعث می شوند افراد تهدید های محیطی را بیشتر برآورد کرده و توانایی مقابله خود را ناچیز تلقی کنند. دست اندرکاران آموزشی می توانند برنامه های آموزش فراشناختی را در محتوای کتب درسی قرار داده تا دانشجویان با استفاده از آن ها توانایی ها و استعداد های خود را در زمینه های مختلف افزایش دهند.

#### منابع :

اشکانی ، فرح ؛ و حیدری ، حسن . ( 1393 ). تاثیر آموزش تنظیم هیجانی بر بهزیستی روان شناختی و سبک های اسنادی دانش آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری مقطع دبستان . *مجله ناتوانی های یادگیری* ، دوره 4 ، شماره 1 ، ص 22 – 6 .

پاک طینت ، مریم ؛ شهر آرای ، مهرناز ؛ و فراهانی ، محمد نقی . (1387). بررسی رابطه منبع کنترل و خود پندار با ترس از موفقیت در بین دانشجویان دختر کارشناسی دانشگاه های دولتی تهران در سال 85-86. پایان نامه ارشد روان شناسی تربیتی . دانشگاه تربیت معلم تهران .

حسنوند عموزاده ، مهدی ؛ روشن چسلی ، رسول ؛ و حسنوند عموزاده ، مسعود ( 1392 ). رابطه باورهای فراشناختی با علایم اضطراب اجتماعی ( اجتناب، ترس و ناراحتی فیزیولوژیک ) در جمعیت غیربالینی. *مجله علمی-پژوهشی پژوهش های علوم شناختی و رفتاری*، سال سوم شماره دوم، پیاپی ده ، صفحات 70- 55 .

داوودی ، رامین ؛ اقدسی ، محمد تقی؛ و ترابی ، فرناز . ( 1390 ) . رابطه بین ترس از موفقیت و منبع کنترل با عملکرد ورزشی در ورزشکاران استان آذربایجان شرقی. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه پیام نور .

درویزه ، زهرا . (1384). بررسی رفتار هم دلانه دختران نوجوان دبیرستانی با مادرانشان و رابطه آن با مهارت فراشناخت و پیشرفت تحصیلی در شهر تهران. *مجله مطالعات زنان* ، سال سه شماره هشت، ص 67 تا 82

رضایی مقدم ، کورش ؛ رستمی ، شهین . ( 1389 ). سبک اسناد، هسته کنترل و پیشرفت تحصیلی دانشجویان در دانشکده کشاورزی دانشگاه شیراز. *مجله علوم ترویج و آموزش کشاورزی ایران* ، جلد 6 شماره دوم ، صفحات 129 – 115

زینی وند ، زهرا ؛ امینی جاوید ، لیلا ؛ و مرادی ، آسیه . (1394). بررسی رابطه ترس از موفقیت ، احساس شرم و گناه بانسانگان وانمود گرایی در دانشجویان دختر. *مجله مطالعات زنان* ، سال 13 شماره 1 ، صفحات 180-161.

ستاری نجف آبادی، ریحانه ؛ حیدری ، حسن . ( 1394 ). اثربخشی مشاوره با رویکرد فراشناختی در اضطراب امتحان دانش آموزان . *مجله علوم رفتاری* ، دوره 1 ، شماره 1 ، صفحات 32 – 27

سیفی ، رحمت ؛ زارع ، حسین ؛ و صفاری نیا ، مجید . (1392). بررسی اثر مداخله ای کاهش ترس از موفقیت بر سبک تصمیم گیری مکان کنترل دانش آموزان اول دبیرستان شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی ، دانشگاه پیام نور تهران .



شانک ، دیل . اچ . (1393). نظریه های یادگیری چشم اندازهای تعلیم و تربیتی. ترجمه: یوسف کریمی. تهران: نشر ویرایش (2012).

شکوهی امیر آبادی ، لایلا ؛ خلعتبری ، جواد ؛ و رضابخش ، حسین ( 1389 ). استرس ادراک شده در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج با سبک هاس اسنادی مختلف در سال 87 . فصلنامه اندیشه های تازه در علوم تربیتی ، سال پنجم ، شماره چهارم ، صفحات 107 – 129 .

شهرآرای، مهرناز؛ و عبدی، بهشته . (1381). رابطه بین وضعیت هویت شغلی و جنس با ترس از موفقیت در دانشجویان رشته های فنی و مهندسی. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، 9(3)، 43-64 .

شیرین زاده دستگیری ، صمد؛ گودرزی ، محمد علی؛ رحیمی، چنگیز؛ و نظیری ، قاسم. (1387). بررسی ساختار عاملی روایی و اعتبار پرسشنامه فرا شناخت-30 مجله روان شناسی ، سال دوازدهم ، شماره 48، صفحات 445-461 .

عبدی، بهشته ؛ شهرآرای ، مهرناز؛ فراهانی، محمد تقی. ( 1384 ). بررسی رابطه بین جنس و نقش های جنسیتی با ترس از موفقیت در دانشجویان . مجله روانشناسی 34، سال نهم ، شماره دو ، صفحات 199 – 214

عظیمی ، مریم ؛ شاکری ، محمد ؛ نوری ، ربابه ؛ و حاتمی ، محمد. (1393). بررسی تاثیر درمان فرا شناختی در کاهش اضطراب امتحان و تغییر باورهای فرا شناختی دانش آموزان سال سوم و چهارم متوسطه . مجله دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی ، دوره 6 شماره 3 ، ص 591-600 .

مارشال ریو ، جان . (1388) . انگیزش و هیجان ، ترجمه : یحیی سیدمحمدی ، تهران : نشر ویرایش . (2005).

مظلومی راد ، محمد ؛ و زالکان ، فاطمه (1393). رابطه گرایش های مذهبی سبک های اسناد با سلامت روان در دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی فرهنگ و هنر. اولین همایش ملی علوم تربیتی و روان شناسی معنویت و سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرگز.

ملکی، بهنام؛ محمدزاده، حسن. ( 1389 ). بررسی رابطه ترس از موفقیت و انگیزش پیشرفت ورزشی در ورزشکاران موفق و ناموفق. مجله پژوهش در علوم ورزشی، شماره 5 ، صفحات 75 – 88

منصوبی فر ، حسن ؛ دلاور ، علی ؛ احدی ، حسن ؛ ونفیس ، غلامرضا. (1391) هنجاریابی آزمون ترس از موفقیت. فصلنامه علوم رفتاری ، دوره 4 شماره 12 ، صفحات 131-147 .

مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ بساک نژاد، سودابه؛ شهنی ییلاق، منیجه؛ شکرکن، حسین؛ و حقیقی، جمال. (1384). بررسی روابط ساده و چندگانه ترس از موفقیت ، عزت نفس ، کمال گرایی و ترس از ارزیابی منفی با نشانگان وانمودگرایی در دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه شهید چمران اهواز . مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز ، دوره 3 ، سال 12، شماره 3 ، ص 1 – 24 .

مهدی زاده، زهرا ؛ ابوالقاسمی، عباس ؛ و رستم اوغلی، زهرا ( 1393 ). نقش پردازش اطلاعات و سبک های اسناد در پیش بینی کیفیت زندگی دانش آموزان دارای بدشکلی بدن . مجله ی روانشناسی مدرسه ، دوره ی سوم، شماره ی 4، ص 111 – 127 .

میرزاخانی، مریم؛ باقری، محسن؛ صادقی، محمدرضا ؛ میرزاخانی، فرزانه؛ مدالو ، یاسمن ( 1393 ). تاثیر مهارت های فراشناختی در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران . مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران ، دوره بیست و چهارم ، شماره 115 ، صفحات 168 – 174



یزدان پناه نوذری ، علی ؛ قاسمی ، عباس ؛ صیامیان ، حسن ؛ و جوادیان ، مریم . (1390) . بررسی سبک های اسناد دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران در سال تحصیل 87 – 88 . *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران* ، دوره بیست و یکم ، شماره 82 ، ص 88 – 83 .

AlperKarsli, T .( 2015). Relation Among Meta-Cognition Level, Decision Making , Problem Solving and Locus of Control in a Turkish Adolescent Population . *Procedia - Social and Behavioral Sciences* ,205 , 35 – 42.

Andre, N; Metzler , J.(2011).Gender differences in fear of success Apreliminary validation of the performance success threat appraisal inventory. *Psychology of sport and Exercise* . 12 / 415 - 422

Bennett , K.K ; & Elliott , M .( 2002). Explanatory styleand health ; Mechanism Linking Pessimism to illness . *Journal of Applied Social Psychology* , 32 , 1508 – 1526

Bensaid , S .( 2009 ). Contribution of motivational beliefs and maticognition to student ‘s performance under consequentioal and no consequentioal test conditions. *Educational research and Evaluation* , 13 ( 2 ) , 127 – 142

Bramante , A. C. ( 2015). Correlation between Self-Esteem, Self-Efficacy, Personality, Fear of Success, and Self-Defeating Behaviors of Performing Artists . certify the doctoral dissertation. Walden University. College of Social and Behavioral Sciences.

Brooks, Takeshia .(2001). Understanding the fear of success . [http : // www . black – collegian . com / news / fearofsuccess 501.shtml](http://www.black-collegian.com/news/fearofsuccess501.shtml).

Brown , A.L .(1982). Metacognitive development and Reading . In R.J spiro , B.C.Bruce, & W.F .Brewer (Eds) . *Theoretical issues in reading comprehension* (pp 458-482) .Hillsdole , NJ: Erlbaum.

Flavell, J.H (1976) . Metacognitive aspects of problem solving. In: Resnick L , editor . The nature of intelligence . Hillsdale : Erlbaum .

Flavell , J. H.(1979).Metacognition and cognitive monitoring : a new area of cognitive – developmental inquiry . *American psychologist* , 34,906-911.

Froelich, R. L.(1996). University students and fear of success. (*ERIC Document*. Reproduction in Service No. ED 407631) .

Gore, J.S ; Thomas, J ; Jones, S ; Mahoney, L ; Dukes K ; & Treadway, J. (2016). Social factors that predict fear of academic success. *Educational Review* , Vol. 68, No. 2, 155-170, DOI: 10 . 1080/00131911 . 2015 . 1060585

Haller , S. P.W ; Raeder , S. M ; Scerif , G ; Cohen Kadosh , K; Lau , J.Y.F . (2016). Measuring online interpretations and attributions of social situations: Links with adolescent social anxiety. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* , 50, 250 – 256.

Hrbuckova , K ; Hladik , J ; & Vavrova , S . ( 2012 ). The relationship Between Locus of Control ,Metacognition , and academic success. *procedia – social and Behavioral Sciences* . 69 , 1805 – 1811.



- Kisac , I ; Budak , Y .(2014) . Metacognitive strategies of the university students with respect to their perceived self – confidence levels about learning . *Social and Behavioral sciences* . 116 , 3336 – 3339 .
- Kuhn, D , & Dean , D.( 2004 ) . A bridge between cognitive psychology and educational practice . *Theory into practice* , 43(4), 268-273.
- Macdonald, N.E; Shibly Hyde , J.(1980) . Fear of success, Need Achievement, and Fear of failure : A factor Analytic study. *Sex Roles*. Vol 6 , No .5 , 695-711.
- Martinez , M. E.(2006). What is metacognition ?. *phi Delta kappan* , 696-699.
- Moser , L.J ; & Baird , J. A (2002). Metacognition . In R.A Wilson & F. C . Keil (Eds), *The MIT encyclopedia of the cognitive sciences*. Cambridge , M.A : MIT press.
- Peterson ,C; Semmel , A; Vonbueyer,c ; Abramson, I ; Metal sky ,G; Seligman, M.E.(1982).The attributional style Questionnaire. *cognitive Therapy and Research* , 6(3): 287-299.
- piedmont , R. L (1995). Another look at Fear of success , fear of Failure , and Test Anxiety : A motivational Analysis using the Five - factor model .*sex Roles* , vol 32,Nos 3/4 :139-158.
- Rensheng , J. M. H (2011). On the Attribution of success or failure of primary and High school students in communication. *psychological science* (Pss) 2003. Available at : [http://en.cnki.com.cn/Article-en/cjfdtotal-xlxk\\_200303019.htm](http://en.cnki.com.cn/Article-en/cjfdtotal-xlxk_200303019.htm) .
- Sarıcam, H. & Ogurlu, Ü. (2015). Metacognitive awareness and math anxiety in gifted students. *Cypriot Journal of Educational Science*. 10(4), 338-348. doi: <http://dx.doi.org/10.18844/cjes.v10i4.228> .
- Schultz , D.P. ( 1998 ) . Psychology and industry today . An introduction and industrial and Organization Psychology . Newyork : Mac millan.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories: An educational perspective* (6th ed.). Boston: Pearson Education.
- Seligman, M. E. R. (1990). *Learned Optimistic*. New York: Bcket Books.
- Spada M.M., Caselli, G., Manfredi, C., Rebecchi, D., Rovetto F., Ruggiero, G.M., Nikcevic, A., & Sassaroli S. (2012). Parental overprotection and Metacognitions as Predictors of Worry and Anxiety. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 2012, 40, 287–296.
- Stanculescu, E.(2013).University Student’s Fear of Success from the Perspective of Positive Psychology . *Social and Behaviord Sciencec* , 78 ,728 – 732.
- Sukariyah , M.B ; & Assaad , GH. ( 2015 ) . The Effect of Attribution Retraining on the Academic Achievement of High School Students in Mathematics . *Procedia - Social and Behavioral Sciences* , 177 , 345 – 351.
- Webster,E.,Carol.(1996).fear of success : Stop it from stopping you! . privileged communications , Inc . U.S.A.
- Weiner, B.(1986). *An Attributional Theory of motivation and Emotion* . New York : Springer.



wells , A ;& Cartwright – Hatton,s.(2004).A short form of the metacognitions questionnaire :  
properties of the MCQ -30. *Bahaviour research and therapy* , 42,385-396.

Wells , A; & Matthews , G.(1996). Modeling cognition in emotional disorder . The S-REF Model .  
*Behavior Research and Therapy*. 34,881-888.

Zuckerman M, Allison SN.(1976). An objective measure of fear of Success : *construction and  
validation.J Pers Assess.* Aug ;40(4):422-3

Archive of SID