

مقایسه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی مدارس

عادی و فرزنانگان تحصیلی

فرهاد اصغری^{۱*}، نازی اسکندری^۲

چکیده

مقدمه: از جمله مسائلی که در رابطه با نظام آموزشی هر کشوری باید به آن توجه کرد، تفاوت برنامه‌ریزی دروس و شیوه آموزش در دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان است. از همین رو، هدف از پژوهش حاضر مقایسه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزنانگان تحصیلی بود.

روش پژوهش: نمونه‌ی این پژوهش متشکل از ۲۴۰ دانش‌آموز دختر مدارس پیش‌دانشگاهی در شهر رشت بودند که با توجه به جدول مورگان و به صورت تصادفی انتخاب شدند. تحقیق حاضر بر اساس هدف، کاربردی و از نظر روش، میدانی و از نوع علی-مقایسه‌ای بوده است.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که بین میانگین سلامت عمومی و ویژگی‌های شخصیتی (برون‌گرایی، خوشایندی، وظیفه‌شناسی، تهییج‌پذیری و آزاداندیشی) دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس رشت تفاوت مثبت و معناداری وجود دارد (در سطح معناداری ۰/۰۳)، اما در مورد خودکارآمدی تحصیلی صدق نمی‌کند و تفاوتی بین خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان به چشم نمی‌خورد (در سطح معناداری ۰/۰۳).

نتیجه‌گیری: با توجه به این یافته‌ها به نظر می‌رسد که دانش‌آموزان مدارس عادی در قیاس با دانش‌آموزان مدارس فرزنانگان از ویژگی‌های شخصیتی متفاوت و سلامت عمومی کمتری برخوردارند. از این رو، توصیه می‌شود که دانش‌آموزان مدارس عادی توسط روانشناسان، مشاوران و سایر کارکنان و نیز خانواده‌های‌شان، مورد توجه بیشتری قرار گیرند.

کلیدواژه: خودکارآمدی تحصیلی " دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان " سلامت عمومی " ویژگی‌های شخصیتی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۲/۱۱ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۶/۱۱

استناد: اصغری ف، اسکندری ن. مقایسه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزنانگان تحصیلی، خانواده و بهداشت، ۱۳۹۹؛ ۱۰(۲): ۱۰۸-۱۲۷

^۱ - نویسنده مسئول، استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه گیلان، رشت، ایران farhad.asgari@gmail.com
^۲ - کارشناس ارشد مشاوره دانشگاه آزاد رشت، رشت، ایران. nazi.eska67@gmail.com

مقدمه:

امروزه، همزمان با ترقی جوامع بشری، توجه به رشد و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بیش از پیش مد نظر کلیه دست‌اندرکاران حوزه تعلیم و تربیت است. پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان از جهات گوناگون مورد بررسی قرار گرفته است، شاید یکی از دلایل این امر نقشی است که این متغیر در سایر ابعاد زندگی فردی و اجتماعی دانش‌آموزان بر جای می‌گذارد (۶). البته در حوزه تعلیم و تربیت، دانش‌آموزان به‌عنوان سرمایه‌ها و نیروهای کارآمد یک کشور تلقی می‌شوند. عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان در پژوهش‌های گوناگونی بررسی شده است و ارتباط آن با متغیرهای دیگر مانند خودکارآمدی و جهتگیری هدف و رویکردهای یادگیری بررسی شده است (۱).

مفهوم خودکارآمدی^۱ تاریخچه مختصری دارد که از سال ۱۹۷۷ توسط بندورا^۲ مطرح شده است. اصول خودکارآمدی در رشته‌های مختلف و در موقعیت‌های گوناگون آزمون شده است. خودکارآمدی درجه‌ای از تسلط خود درباره توانایی برای انجام دادن فعالیت‌های خاص است (۲). افراد برای این که از روی عملکرد خود درباره خودکارآمدی خویش قضاوت کنند، تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می‌گیرند، سختی کار، میزان تلاش، وضعیت مطلوب و نامطلوب، میزان کمک بیرونی که دریافت کرده‌اند، حالات بدنی و عاطفی در حین انجام کار و چگونگی شکست و موفقیت، از جمله این عوامل است و همچنین نگرش مثبت یا منفی فرد به خود و نحوه فراخوانی موفقیت‌ها و شکست‌ها، قضاوت درباره کارآمدی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۳). کسانی که اعتقاد دارند می‌توانند این فشارهای بالقوه را تحت کنترل خود در آورند، الگوهای فکری نگران‌کننده را به ذهن خود راه نمی‌دهند. در نتیجه، مضطرب نمی‌شوند و بر عکس کسانی که به کارآمدی خود برای کنترل بالقوه تهدیدها معتقد نباشند، تهدیدها منجر به فشار روانی و اضطراب می‌شود (۴). پژوهش‌های فراوانی به این نتیجه رسیده‌اند که خودکارآمدی بر یادگیری، انگیزش و عملکرد تحصیلی تأثیر می‌گذارند (۵).

ویژگی‌های شخصیتی^۳ نیز از عواملی است که در ارتباط با نحوه برخورد شخص با مسائل و مشکلات موجود نقش بارزی دارد (۲۹). تلاش‌های روان‌شناسان در زمینه تیپ‌شناسی به شکل علمی با فعالیت‌های کرچمر و شلدون^۴ (۱۹۵۴) پیگیری شد که از نظر آنها بین ویژگی‌های روانی و جسمی رابطه معناداری وجود دارد (۶). رفتاری که به نظر غیرقابل پیش‌بینی برسد اگر بتوان زیر بنای ذهنی و برداشت‌ها و نگرش‌های اشخاص را شناخت، درک و شناسایی و قابل پیش‌بینی هستند (۷). شخصیت را می‌توان الگوهای اختصاصی و متمایز تفکر، هیجان و رفتار دانست که اسلوب شخصی تعامل با محیط فیزیکی و اجتماعی هر شخص را رقم می‌زند. درباره خاستگاه و منشأ شخصیت، نظریه‌های اساسی متفاوتی وجود دارد. با توجه به رویکردهای گوناگون در مورد آن معلوم می‌شود که در هر یک از رویکردها نگرش به شخصیت متفاوت است (۸). شخصیت فرد را می‌توان بر مبنای تأثیری که فرد بر دیگران به جای می‌گذارد، تعریف کرد (۹). در واقع، شخصیت فرد را می‌توان بر مبنای تأثیری که فرد بر دیگران به جای می‌گذارد، تعریف کرد. یکی از مهم‌ترین دسته‌بندی‌های شخصیت، مدل پنج‌عاملی عبارتند از روان رنجورخویی، برونگرایی، گشودگی، توافق‌گرایی و وجدانی بودن است (۱۰).

از طرفی، سلامت عمومی^۵ در مفهوم عام خود نیز به سلامت فکر و تعادل روانی و دارا بودن خصوصیات مثبت روانی اطلاق می‌شود و راه‌های دستیابی به سلامت فکر و روح که برای تعالی و تکامل فردی و اجتماعی انسان‌ها لازم است با پرداختن به آن روشن می‌شود و همچنین در مفهوم تخصصی خود رشته‌ای از بهداشت است که افراد تحصیل کرده و دارای مهارت و

1- Self-efficacy

2- Bandoura

3- Personality Traits

4- Kertschmer & Sheldon

5- Mental Health

تجربیات خاص با اتخاذ روش‌های علمی، آن را به مردم آموزش می‌دهند (۱۱). سازمان بهداشت جهانی^۱ (۲۰۰۴) سلامت عمومی را به‌عنوان حالتی از بهزیستی که در آن فرد توانمندی خود را شناخته و از آنان به نحو موثر و مولد استفاده کرده که برای اجتماع خویش مفید است تعریف می‌کند. به‌طور کلی سلامت عمومی عبارتست از حالت بهزیستی کامل جسمانی، روانی، اجتماعی و نه فقط فقدان بیماری یا ناتوانی، در حالی که برخی تحقیقات نشان داده اند اختلال در سلامت روانی، تأثیری بر نمرات تحصیلی ندارد (۱۲).

نتایج یافته‌های نادری زرنه و محمدیان (۱۳۹۶) در مقایسه خودکارآمدی و هوش هیجانی در دانش آموزان تیزهوش و عادی شهر ایلام نشان داد که در تفاوت معناداری بین دانش آموزان تیزهوش و عادی شهر ایلام وجود دارد (۱۳). سعیدی و درتاج (۱۳۹۵) در مطالعه خود به مقایسه تاب آوری، احساس تنهایی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان مدارس شبانه روزی و عادی مقطع دوم متوسطه شهرستان بانه پرداختند. نتایج آنها نشان داد که (۱) دانش آموزان مدارس عادی تاب آوری بالاتری از دانش آموزان مدارس شبانه روزی دارند (۲) دانش آموزان مدارس عادی احساس تنهایی کمتری از دانش آموزان مدارس شبانه روزی دارند (۳) دانش آموزان مدارس عادی خودکارآمدی تحصیلی بیشتری از دانش آموزان مدارس شبانه روزی دارند (۱۴).

نتایج تحقیق رجبی و شیرعلی‌پور (۱۳۹۵) نشان داد که بین دانش آموزان تیزهوش و عادی در سطوح ویژگی‌های شخصیتی روان رنجورخوبی و دروغ‌گویی تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین بین سلامت روان و همه سطوح آن بجز کارکرد اجتماعی تفاوت معناداری وجود دارد (۱۵). از طرفی، نتایج مطالعه رضائی و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که بین دو گروه عادی و تیزهوش، از نظر تحول اخلاقی و نعدوستی و خودکارآمدی اجتماعی (در هر ۵ مؤلفه خودکارآمدی اجتماعی) تفاوت معنادار وجود دارد و گروه تیزهوش در همه موارد میانگین بالاتری از گروه عادی داشت (۱۶).

نیرمانی و همکاران (۱۳۹۳) نشان دادند که بین دانش آموزان عادی و تیزهوش در سه مؤلفه از مؤلفه‌های عادات مطالعه یعنی حافظه، برگزاری امتحانات، تندرستی و کل عادات مطالعه و همچنین تعلل‌ورزی تفاوت معنادار وجود دارد؛ اما از لحاظ خودکارآمدی بین دانش آموزان تفاوت معناداری وجود نداشت (۱۷).

ترکی^۲ (۲۰۱۸) نشان داد که سطح مهارت‌های تفکر خلاقانه در میان هر دو گروه در سطح متوسط به بالایی قرار دارد، ولی این سطح در میان دانش آموزان تیزهوش در مهارت‌های مختلف (روانی، انعطاف‌پذیری و ایده‌های نو) بالاتر است (۱۸). مطالعه فرناندز-ریو و همکاران^۳ (۲۰۱۷) نشان داد که دانش آموزان با یادگیری خودمراقبتی بیشتر از یادگیری مشارکتی بر خودآموزی تحصیلی دانش آموزان تأثیر می‌گذارد (۱۹).

مطالعه ال‌تاه و آلشارمان^۴ (۲۰۱۷) در بررسی تفاوت میان دانش آموزان عادی و تیزهوش نشان دادند که طفره‌روی در دانش آموزان تیزهوش پایین است، از همین رو، استعداد تحصیلی در این دانش آموزان در حد بسیار بالایی است (۲۰). نتایج کستجان و همکاران^۵ (۲۰۱۶) نشان داد که دانش آموزان عادی در تمامی اقدامات استراتژی یادگیری و اهداف یادگیری و همچنین خودپنداری، روابط با والدین، صداقت و عوامل ثبات شخصیتی دارای حد پایینی بودند، در حالی که سطح موارد فوق در گروه تیزهوش بسیار بالاتر بود (۲۱).

تارتاپ^۶ (۲۰۱۵) در مقایسه سلامت روان و عزت نفس در دانش آموزان دبیرستانی تیزهوش و عادی نشان داد که دانش آموزان تیزهوش در مقیاس سلامت روان نمره بالاتری را به دست آوردند. از طرفی، نتایج مشخص نمود که ارتباط معناداری بین سلامت

¹ World Health Organization

² Turkey

³ Fernandez-Rio

⁴ El-tah & Alsharman

⁵ Castejón et al.

⁶ Tortop

روان و عزت نفس در هر دو گروه وجود دارد (۲۲). به اعتقاد ولرز و همکاران^۱ (۲۰۱۱) فراگیری شناختی قرار دارند بسیار هدف مدار بوده و دارای سطوح بالای خودکارآمدی هستند (۲۳). سلامت روانشناختی یکی از مسائل مطرح در دنیای امروز است که در عصر حاضر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، و یکی از فاکتورهای بارزشی از شاخص جهانی است (۲۴). طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامتی رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری است. بنابراین تعریف، مفهوم سلامت روانی از نظر سازمان بهداشت جهانی چیزی فراتر از نبود اختلالات روانی است که شامل خوب بودن ذهنی، ادراک خودکارآمدی، استقلال و خودمختاری، کفایت و خودشکوفایی توانمندی‌های بالقوه فکری و هیجانی است (۱۷). افراد دارای سلامت روان از ۳ ویژگی عمده احساس راحتی، احساس درست نسبت به دیگران و قدرت تأمین نیازهای زندگی برخوردار هستند (۱۷) هدف از سلامت روان، کمک کردن به مردم برای شاد زیستن، کمک به تشخیص و پیشگیری از اختلالات رفتاری، عاطفی و روانی در شخص می باشد (۶).

تیپ‌های شخصیتی، مدل‌های هستند که از آن طریق می توان شخص واقعی را ارزیابی کنیم. هر تیپ محصول تعامل خاصی بین چندین نیروی فرهنگی و شخصی مانند گروه همسالان، عوامل ارثی و ژنتیکی، والدین طبقه اجتماعی، فرهنگ و محیط فیزیکی است. هر تیپی، ذخایر خاصی از نگرش‌ها و مهارت‌هایی در جهت غلبه بر مشکلات و وظایف محیطی دارد. از آنجا که تیپ‌های مختلف دارایی‌علاق، صلاحیت‌ها و حالات مزاجی متفاوتی هستند. افراد مایل هستند که خود را با افراد و موضوعات مخصوصی احاطه کنند و در جستجوی مسائلی هستند که با علائق، صلاحیت‌ها و طرز تفکرشان نسبت به جهان متجانس باشد (۲۵).

انجام وظایف توسط افراد مختلف با مهارت‌های مشابه در موفقیت‌های متفاوت به صورت ضعیف، متوسط، قوی و یا توسط یک فرد در شرایط متفاوت به تغییرات باورهای کارآمدی آنان وابسته است. مهارت‌ها می توانند به آسانی تحت تاثیر خودکشی یا خود تردیدی قرار گیرند، در نتیجه حتی افراد خیلی مستعد در شرایطی که باور ضعیفی نسبت به خود داشته باشند، از توانایی‌های خود استفاده کمتری می کنند. به همین دلیل، احساس خود کارآمدی، افراد را قادر می سازد تا با استفاده از مهارت‌ها در برخورد با موانع، کارهای فوق العاده ای انجام دهند (۸). درک انسان از خودکارآمدی بر الگوی تفکر، انگیزش، عملکرد و برانگیختگی هیجان فرد تاثیر می گذارد (۲۶).

با توجه به مسائل و مشکلات پیرامون دوره پیش‌دانشگاهی و اهمیت توجه به این دانش‌آموزان که در مقطع آمادگی برای شرکت در کنکور سراسری هستند، لزوم توجه به سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و همچنین خودکارآمدی تحصیلی آنها از اهمیت بسزای برخوردار است، با توجه به اهمیت توجه به دانش‌آموزان و به ویژه مسائل مربوط به دانش‌آموزان دختر، پژوهش حاضر به بررسی سلامت عمومی و ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در این گروه از دانش‌آموزان می‌پردازد. در همین راستا، سوال اصلی پژوهش بدین صورت مطرح خواهد شد که آیا میان سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزنانگان تفاوت وجود دارد؟

¹ - Vollrath et al.

روش پژوهش:

مطالعه حاضر بر اساس هدف از نوع کاربردی محسوب می‌شود. از طرفی، در این مطالعه از روش میدانی و پرسشنامه استفاده شده و از نوع علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری این تحقیق شامل دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزندان شهر رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بود. در این پژوهش با توجه به جدول مورگان تعداد ۲۴۰ پرسشنامه برای توزیع در بین جامعه آماری در نظر گرفته شد که از این بین ۱۲۰ پرسشنامه متعلق به گروه دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و ۱۲۰ پرسشنامه دیگر در بین دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس فرزندان توزیع شد. روش نمونه‌گیری این تحقیق از نوع غیرتصادفی در دسترس است. نحوه توزیع پرسشنامه به صورت انفرادی بود و در آن از دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزندان درخواست گردید که در مطالعه شرکت کنند. سپس محقق با توضیح دلیل پر کردن پرسشنامه و اشاره به محرمانه بودن اطلاعات افراد شرکت‌کننده و دادن اطمینان کافی، به توزیع پرسشنامه در بین هر یک از گروه‌ها پرداخته است. ملاک ورود دانش‌آموزان هر دو گروه به پژوهش عبارتند از رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، نبود سابقه مصرف داروهای روان‌پزشکی و داشتن پدر و مادر در قید حیات که از این نظر هم‌تاسازی شدند. در این پژوهش جهت اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش از سه پرسشنامه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی استفاده شد که به شرح زیر است:

۱) پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ و میلر (۱۹۷۸). این پرسشنامه بر اساس تکنیک تحلیل عاملی در فرم ۶۰ ماده‌ای طراحی شده است. این پرسشنامه مشتمل بر چهار مقیاس فرعی است که در هر یک از آنان هفت سوال قرار دارد و در مجموع ۱۲ سوال دارد. مقیاس‌های این پرسشنامه عبارتند از علائم جسمانی، علائم اضطراب و اختلال خواب، کنش اجتماعی و علائم افسردگی. پرسشنامه مذکور دارای ۴ مقیاس فرعی است که هر مقیاس ۴ سؤال دارد. چهار مقیاس فرعی پرسشنامه عبارتند از نشانگان جسمانی، نشانگان اضطرابی و بی‌خوابی، نشانگان اختلال در کارکرد اجتماعی و نشانگان افسردگی. نمره کلی هر فرد از حاصل جمع نمره‌های چهار مقیاس فرعی به دست می‌آید. یعقوبی (۱۳۸۴) ضریب آلفای کلی این آزمون را ۰/۸۸ و ضریب اعتبار خرده آزمون‌ها را بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۱ گزارش کرده است (فتوحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸). میزان اعتبار پرسشنامه به شیوه آلفای کرونباخ در پژوهش امینی و همکاران (۱۳۹۳) برای مقیاس‌های علائم جسمی ۰/۸۷، اضطراب و بی‌خوابی ۰/۷۳، اختلال در عملکرد اجتماعی ۰/۷۷ و افسردگی ۰/۸۹ و کل پرسشنامه ۰/۸۳ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده برای متغیر سلامت روان در تحقیق حاضر به میزان ۰/۸۲۳ محاسبه شد.

۲) پرسشنامه شخصیتی ۵ عاملی نئو^۱. این پرسشنامه را مک کری و کاستا (۱۹۹۰) ساخته‌اند و از ۶۰ سؤال در طیف ۵ درجه‌ای تشکیل شده است. این پرسشنامه ۵ عامل روان‌آزرده‌گرایی، برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و با وجدان بودن را می‌سنجد. رویبیز، فرالی و روبرتز (۲۰۰۱) در پژوهشی پایایی این پرسشنامه را از طریق آزمون بازآزمایی برای مقیاس‌ها بین ۰/۸۶ و ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند. هم‌چنین حق شناس (۱۳۸۵) که نسخه‌ای از این پرسشنامه را در ایران بر روی ۵۰۲ اجرا و ضرایب همبستگی بین نمره‌های شاخص‌های این پرسشنامه را به ترتیب برابر با ۰/۹۲، ۰/۹۰، ۰/۹۱، ۰/۷۷ و ۰/۸۷ گزارش کرده است. ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده برای این متغیر در تحقیق حاضر به میزان ۰/۸۳۶ محاسبه شد.

۳) پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی اون و فرامن^۲ (۱۹۸۸). این پرسشنامه دارای ۳۲ سؤال در طیف ۵ درجه‌ای است. این پرسشنامه از عدد ۱ تا ۵ نمره‌گذاری شده است و در آن میزان اعتماد دانش‌آموز در ارتباط با یادداشت برداشتن، سوال پرسیدن، توجه در کلاس، استفاده از کامپیوتر و غیره را می‌سنجد. از همین رو، این پرسشنامه تک مولفه‌ای است. در پژوهش

¹ Neo-Personality Inventory Revised (NEO-FF-R)

² Owen & Framan

سعادت و همکاران (۱۳۹۴) روایی پرسشنامه توسط اساتید و متخصصان این حوزه تأیید شده است. همچنین ممبینی، مکتبی و بهروزی (۱۳۹۴) در پژوهشی پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷ و ۰/۶۷ محاسبه کرده‌اند. در نهایت، ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده برای این متغیر در تحقیق حاضر به میزان ۰/۸۵۳ محاسبه شد.

شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها: به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های توصیفی پژوهش از آماره‌هایی چون میانگین، انحراف معیار و انحراف استاندارد استفاده شد. همچنین از آنجایی که پژوهش حاضر دارای سه متغیر کمی (سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی) است و در یک متغیر کیفی (که دارای دو کیفیت دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزنانگان است) مقایسه می‌شوند، بنابراین، می‌توان آزمون تحلیل واریانس تک متغیره ANOVA با استفاده از نرم افزار SPSS بهره جست.

در راستای ملاحظات اخلاقی، قبل از شروع و تکمیل پرسشنامه رضایت کتبی از افراد مورد مطالعه اخذ شد و برای آن‌ها اهداف مطالعه توضیح داده شد، و بر محرمانه ماندن اطلاعات تأکید گردید. پژوهش حاضر مانند بسیاری از پژوهش‌های دیگر با محدودیت‌هایی مواجه بوده که شامل؛ نمونه این پژوهش فقط دانش‌آموزان دختر مدارس پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزنانگان بوده است، لذا قابل تعمیم به همه دانش‌آموزان (از لحاظ جنسیتی) نیست. انتخاب مدارس پیش‌دانشگاهی به عنوان قلمرو مکانی تحقیق، یکی دیگر از محدودیت‌های تحقیق هست، زیرا در این مقطع تحصیلی دانش‌آموزان با فشار زیادی روبرو هستند و از همین رو، رفتارهای ویژه‌ای از خود نشان می‌دهند که قابل تعمیم به سطوح دیگر تحصیلی نیست؛ با توجه به سطوح مختلف اقتصادی، اجتماعی، ادب و رسوم و مسائل فرهنگی شهرها و مناطق مختلف باید در مورد تعمیم نتایج به جمعیت‌های مشابه احتیاط کرد.

یافته‌ها:

یافته‌های به دست آمده در خصوص سن شرکت‌کنندگان نشان داد که حدود ۶۰ درصد از افراد شرکت‌کننده دارای سن ۱۷ سال و حدود ۴۰ درصد دارای سن ۱۸ سال بودند. از طرفی، نتایج به دست آمده در زمینه مرتبه فرزندى دانش‌آموزان در خانواده نشان داد که اکثر شرکت‌کنندگان فرزندان اول و دوم خانواده‌های خود بودند. نتایج در خصوص معدل دانش‌آموزان گویای آن بود که تراکم نمره‌ای در دانش‌آموزان عادی بیشتر از فرزنانگان بوده است که تقریباً تمامی آن‌ها دارای معدل بین ۱۷ تا ۲۰ بودند. همچنین، نتایج مربوط به رشته تحصیلی دانش‌آموزان نشان داد که اکثر افراد شرکت‌کننده از رشته‌های تجربی و انسانی بودند و تعداد دانش‌آموزان رشته ریاضی بسیار محدودتر از دو گروه قبل بوده است.

به منظور بررسی آمار استنباطی، ابتدا آمار توصیفی مربوط به متغیرها در بین دو گروه مورد بررسی قرار گرفت و نتایج به دست مبنی بر تفاوت معنادار بین میانگین دو گروه در بین متغیرهای تحقیق بود. سپس، نتایج آزمون باکس برای بررسی شرط همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس نشان داد که با توجه به معنادار نبودن مقدار $Sig = 0/315$ ، شرط همگنی تأیید می‌شود و توزیع تک متغیری از توزیع نرمال پیروی می‌کند.

در گام بعدی، آزمون لوین برای بررسی فرض یکسانی واریانس‌ها انجام پذیرفته و نشان داد که سطح معناداری F های محاسبه شده بیشتر از $P \geq 0/05$ نمی‌باشد که نشان‌دهنده عدم تفاوت واریانس‌ها از نظر آماری بود و فرض تساوی واریانس‌ها برقرار است.

بر این اساس، جدول (۱) نتایج آزمون مقایسه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان را نشان می‌دهد. با توجه به نتایج جدول، تفاوت سلامت عمومی با مقدار $F(1,118) = 5/55$ و تفاوت ویژگی

شخصیتی با مقدار $F(1,118) = 5/052$ ، معنادار است ($P < 0/05$) ولی تفاوت خودکارآمدی با مقدار $(1,118) = 1/83$ در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود ندارد ($P > 0/05$).

جدول ۱. نتایج آزمون مقایسه متغیرها در دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان

Table 1. Results of comparative test of variables in normal students and intelligent students

منابع تغییرات	مجموع مجذورات (Ss)	درجه آزادی (dF)	میانگین مجذورات (MS)	F	سطح معنی‌داری (sig)
سلامت عمومی	0/602	1	0/602	5/555	0/02
خطا	45/67	118			
ویژگی شخصیتی	0/503	1	0/503	5/052	0/02
خطا	11/74	118			
خودکارآمدی	0/443	1	0/443	1/83	0/929
خطا	28/45	118			

در ادامه، نتایج مربوط به ابعاد سلامت عمومی و ویژگی‌های شخصیتی مورد بررسی قرار گرفت. جدول (۲) نتایج آزمون مقایسه تفاوت علایم سلامت عمومی در دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی را نشان می‌دهد.

جدول ۲. نتایج آزمون مقایسه تفاوت ابعاد سلامت عمومی دو گروه

Table 2. Test results comparing the differences in the dimensions of general health of the two groups

منابع تغییرات	Ss	dF	MS	F	sig
علایم جسمانی	0/34	1	0/34	0/73	0/788
علایم اضطرابی و اختلال خواب	1/813	1	1/813	3/868	0/052
کارکرد اجتماعی	0/04	1	0/04	0/08	0/929
علایم افسردگی	4/33	1	4/33	5/75	0/026

با توجه به نتایج جدول (۲) تفاوت ابعاد جسمانی با مقدار $F(1,118) = 0/73$ ، تفاوت علایم اضطرابی و اختلال خواب با مقدار $F(1,118) = 3/868$ ، تفاوت کارکرد اجتماعی با مقدار $(1,118) = 0/08$ ، در بین دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی معنادار نیست ولی تفاوت علایم افسردگی با مقدار $(1,118) = 5/75$ در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ دانش‌آموزان فرزنانگان از دانش‌آموزان مدارس عادی علایم افسردگی کمتری دارند.

از طرفی، نتایج آزمون مقایسه ابعاد ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان عادی و فرزنانگان نشان داد که تفاوت روان آزرده‌گرایی با مقدار $F(1,118) = 0/36$ ، گشودگی با مقدار $F(1,118) = 0/906$ ، موافق بودن با مقدار $F(1,118) = 2/583$ ، در بین دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی معنادار نیست ولی تفاوت برون‌گرایی با مقدار $F(1,118) = 11/337$ و باوجود بودن با مقدار $F(1,118) = 7/296$ در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ دانش‌آموزان فرزنانگان از دانش‌آموزان مدارس عادی دارای برون‌گرایی و باوجود بودن کمتری بودند. این نتایج در جدول (۳) نشان داده شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون مقایسه تفاوت ابعاد ویژگی‌های شخصیتی در دو گروه

Table 3. Comparison test results of the difference in dimensions of personality traits in the two groups

منابع تغییرات	Ss	dF	MS	F	sig
روان آزرده‌گرایی	۱/۲۰۰	۱	۱/۲۰۰	۰/۰۳۶	۰/۸۵۰
برون‌گرایی	۱۷۷/۶۳۳	۱	۱۷۷/۶۳۳	۱۱/۳۳۷	۰/۰۰۱
گشودگی	۳۶/۳۰۰	۱	۰۳۶/۳۰۰	۰/۹۰۶	۰/۳۴۳
موافق بودن	۷۳/۶۳۳	۱	۷۳/۶۳۳	۲/۵۸۳	۰/۱۱۱
باوجود بودن	۱۲۴/۰۳۳	۱	۱۲۴/۰۳۳	۷/۲۹۶	۰/۰۰۸

بحث و نتیجه‌گیری:

نتایج تحلیل آزمون آنوا نشان داد که سطح سلامت عمومی در بین دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی متفاوت است. در واقع، این مقایسه نشان داد که تفاوت علائم اضطرابی و اختلال خواب، تفاوت کارکرد اجتماعی در بین دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی معنادار نیست، ولی تفاوت علائم افسردگی در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات پیشین توسط رجبی و شیرعلی‌پور (۱۵)، نریمانی و همکاران (۱۷) و زارع و همکاران (۱۱) هم‌خوانی دارد. در تبیین نتایج می‌توان گفت با توجه به اینکه دانش‌آموزان تیزهوش قابلیت پیش‌بینی رویدادها را داشته و نیز به علت برخورداری از ویژگی‌هایی چون تصور از خود، خودکارآمدی، احساس کفایت و شایستگی بالاتر از دانش‌آموزان عادی بهتر می‌توانند با مسائل زندگی خود روبه‌رو شده و با ارزیابی بهتر از عملکرد خود، از شکست‌ها و تنبیه‌ها نمی‌هراسند؛ بنابراین در اثر رویدادهای استرس‌زای زندگی کمتر دچار اضطراب، نگرانی و افسردگی می‌شوند و از سلامت عمومی بهتری برخوردارند.

از طرفی، نتایج تحلیل آزمون آنوا نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی متفاوت است. در واقع، این مقایسه نشان داد که از نظر روان آزرده‌گرایی، گشودگی و موافق بودن در بین دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی تفاوت معنادار نیست، ولی از منظر برون‌گرایی و باوجود بودن در بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد، بدین صورت که دانش‌آموزان فرزنانگان از دانش‌آموزان مدارس عادی دارای برون‌گرایی و باوجود بودن کمتری بودند. نتایج حاصل از این فرضیه با یافته‌های نریمانی و همکاران (۱۷) و رضائی و همکاران (۱۶) همسان است. در تبیین این نتیجه می‌توان چنین استدلال کرد که

دانش‌آموزان مدارس تیزهوشان به تجربه‌های بیرونی و درونی خود کنجکاوتر هستند و از نظریات جدید و ارزش‌های غیرمتعارف لذت بیشتری می‌برند. به عبارتی، آنان مواجهه با پدیده‌های جدید و متنوع را به موارد عادی و متعارف ترجیح می‌دهند و از طرف دیگر، به نظر می‌رسد که آنان کنجکاوی‌های روشن‌فکرانه بیشتری داشته و از چالش با معماها لذت بیشتری می‌برند. به علاوه به نظر می‌رسد که آنان ظرفیت بیشتری برای بازبینی ارزش‌های اجتماعی، سیاسی و مذهبی داشته و از عادات و رسوم اجتماعی و منابع قدرت، محافظه‌کاری کمتری دارند. همچنین به نظر می‌رسد که آنان زندگی تخیلی فعال‌تری داشته و با شکل دادن به تخیلات خود، روی آن تعمق کرده و از آن در جهت پرورش خلاقیت خود استفاده می‌کنند که در مجموع این عوامل می‌تواند داشتن تجربه‌های زیاد در دانش‌آموزان مدارس تیزهوشان را توجیه نماید. از طرف دیگر، به نظر می‌رسد که دانش‌آموزان عادی در رفتارها متعارف‌تر و در ظاهر محافظه‌کارترند. آنان موضوعات رایج را بهتر از موارد نادر می‌پذیرند و دیدگاه‌های محدودتری به محیط خود داشته و از نظر اجتماعی و سیاسی محافظه‌کارترند که این امر می‌تواند به دلیل نداشتن تجربه در دانش‌آموزان عادی باشد.

در نهایت، نتایج تحلیل آزمون آنوا نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان فرزنانگان و عادی متفاوت نیست. این نتایج با یافته‌های نریمانی و همکاران (۱۷) و چوی و همکاران (۷) همراستا است، ولی مخالف با نتایج نادری زرنه و محمدیان (۱۳)، سعیدی و درتاج (۱۴) و رضائی و همکاران (۱۶) بوده است که بر اساس مطالعات آنان در مقیاس‌های خودکارآمدی بین دانش‌آموزان مدارس تیزهوش و عادی تفاوت معنادار وجود دارد. به اعتقاد آنان، افراد باهوش به‌رغم مشکلات و موانع سر راه، به هدف نهایی خود متعهد باقی می‌مانند، زیرا از خودکارآمدی بالاتری برخوردارند. در واقع، افراد با سطح بالای خودکارآمدی، هدف‌های چالش‌انگیزی برای خود در نظر می‌گیرند، حتی در وضعیت‌های دشوار و استرس‌زا برای دستیابی به اهداف خود پایداری به خرج می‌دهند، حتی بعد از شکست در مواجهه با موقعیتی که باعث ناراحتی یک شخص عادی می‌شود، سریع بر می‌خیزند و در مجموع، رضایت از زندگی در این افراد بیشتر از افراد عادی است. در توجیه این فرضیه می‌توان گفت که باورهای خودکارآمدی، عاملی است که به عنوان یک میانجی شناختی عمل می‌کند و شناخت و افکار و احساسات افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد، بنابراین وقتی دانش‌آموزان در معرض رویدادهای منفی یا موقعیت‌های استرس‌زا قرار می‌گیرند، احساس خودکارآمدی بالا به آنان کمک می‌کند تا بتوانند آن رویدادها و موقعیت‌ها را مدیریت کنند و در نتیجه خود را در برابر بسیاری از مشکلات روانی محافظت کنند. از سوی دیگر، احساس خودکارآمدی اندک، مانع کنار آمدن موثر با موقعیت‌های تنیدگی شده و نشانه‌های مرضی و اختلالات روانی را افزایش می‌دهد. به همین دلیل عدم شناسایی تفاوت بین خودکارآمدی در بین دانش‌آموزان تیزهوش و عادی را می‌توان اینگونه تفسیر نمود که بروز خودکارآمدی تحت تاثیر موقعیت روحی و روانی بسیار زیادی قرار دارد مثل روحیات درونی، خانواده، موقعیت اجتماعی و غیره که هر یک می‌تواند تاثیر به‌سزایی بر آن بگذارند.

با توجه به نتایج تحقیق، پیشنهاد می‌شود که دست‌اندرکاران نظام آموزشی و تعلیم و تربیت، معلمان، مشاوران و مربیانی که به نوعی با دانش‌آموزان این مقطع تحصیلی و حتی سایر مقاطع تحصیلی سروکار دارند، به تفاوت‌های دانش‌آموزان عادی و تیزهوشان در زمینه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روانی توجه ویژه‌ای نمایند. به عنوان مثال، تشویق دانش‌آموزان مدارس عادی و حمایت از آنان برای بالا بردن اعتماد به نفس دانش‌آموزان و همچنین نظارت بیشتر بر فرآیند تحصیلی این افراد می‌تواند در جهت رشد سلامت روانی و شخصیتی دانش‌آموزان عادی تاثیرگذار باشد. از طرفی، تمرکز بر روی استعدادهای دانش‌آموزان تیزهوش و چگونگی مواجهه با آنان می‌تواند در جهت رشد ذهنی و شخصیتی آنان مثمر ثمر واقع شود. از طرفی، با توجه به اینکه یافته‌های این پژوهش نشان داد که دانش‌آموزان تیزهوش از لحاظ ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روانی در سطح بالاتری از دانش‌آموزان عادی برخوردارند، بنابراین، پیشنهاد می‌شود که در مدارس، از روش‌ها و تکنیک‌های تربیتی

مناسب‌تری برای بالا بردن سلامت دانش‌آموزان عادی استفاده شود که این امر مستلزم توجه بسیار زیاد به مسائل اینگونه از دانش‌آموزان است.

در نهایت با توجه به اینکه خودکارآمدی با سطح افسردگی دانش‌آموزان رابطه معکوس دارد، پیشنهاد می‌شود که با پایین آوردن سطح افسردگی‌شان از طریق مسائل انگیزشی و دادن روحیه در درون خانواده و فضای داخلی مدرسه، به بالا رفتن سطح اعتماد به نفس و شادی دانش‌آموزان توجه ویژه‌ای شود که از این طریق به بالا رفتن سطح خودکارآمدی آنان منجر شود.

منابع:

1. Anthony, C. J. DiPerna, J. C. and Amato, P. R; "Divorce, approaches to learning, and children's academic achievement: A longitudinal analysis of mediated and moderated effects". *Journal of school psychology*, 2014; 52(3): 249-261.
2. Rice, K. G. & Dellwo, J. P. Perfectionism and self-development: Implications for college adjustment. *Journal of counseling & development*, 2002; 80(2): 188-196.
3. Singh, A. Bhadauria, V. Jain, A. & Gurung, A. Role of gender, self-efficacy, anxiety and testing formats in learning spreadsheets. *Computers in Human Behavior*, (2013). 29(3), 73-74.
4. Lotfi Azimi, A. Gholamali, A. Dortaj, F. & Tawosi, N. The role of motility and self-efficacy in predicting student's academic motivation. *Journal of Research in Educational System*, 2015; 9(31): 1-18. (Full Text in Persian).
5. Stevens, D. Anderson, D. I. O'Dwyer, N. J. & Williams, A. M Does self-efficacy mediate transfer effects in the learning of easy and difficult motor skills? *Consciousness and cognition*, 2012; 21(3): 1122-1128.
6. Feist J.. *Theories of Personality*. Translated by: Yahya S M. Tehran: Nashre ravan, 2012: 1-12. (Full Text in Persian)
7. Choi, D., Oh, I. S., & Colbert, A. E. Understanding organizational commitment: A meta-analytic examination of the roles of the five-factor model of personality and culture. *Journal of Applied Psychology*, 2015; 100(5): 1542.
8. Mesr Abadi, J., Zavar, T., & Jabari, S. The role of emotional components of the school, personality traits and academic performance in differentiating between disciplined and disciplined students. *Journal of Teaching and Assessment*, 2015; 8(29): 108-93. (Full Text in Persian)
9. Schultz DE, Schultz SA. *Theories of Personality*. Tehran: Arasbaran Publications. 2002. (Full Text in Persian)
10. McCrae, R. R. & Costa Jr, P. T. Introduction to the empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits. 2013; 6(12): 123-151.

11. Zare, N. Daneshpajoo, F. Amini, M. Razeghi, M. & Fallahzadeh, M. H. The relationship between self-esteem, general health and academic achievement in students of Shiraz University of Medical Sciences. *Iranian journal of medical education*, 2007; 7(1): 59-67.
12. Abolghasemi, A. & Javanmiri, L. The role of social utility, mental health and self-efficacy in predicting the academic achievement of female students, *School Psychology*, 2012; 1(2): 6-20 (Full Text in Persian).
13. Naderi Zarneh, K. Zarei, R. & Mohammadian, Y. Comparison of self-efficacy and emotional intelligence in Golestan and normal students of Ilam city, Second International Humanities Congress, Cultural Studies, Tehran, Center for Empowerment of Social and Cultural Skills, 2017; 15(5): 82-99 (Full Text in Persian).
14. Saeidi, H. & Dortaj, F. Comparison of resiliency, loneliness and academic self-efficacy among students of boarding schools and ordinary secondary school students in Baneh. *Journal of Family and Research*, 2016; 13(1): 39-58 (Full Text in Persian).
15. Rajabi, F. & Shiralipour, A. Comparison and investigation of the relationship between personality characteristics and mental health in the students of normal and gifted schools in Abadeh, *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 2016; 17(63): 115-107. (Full Text in Persian).
16. Rezaie, L. Mostafaie, A. & Khanjani, Z. Comparative study of ethical change, friendship, and social self-efficacy in gifted and normal students of Urmia high schools in the years 91-90, *Journal of Education and Evaluation*, 2014; 7(25): 29-41. (Full Text in Persian).
17. Narimani, M. Gholamzadeh, H. & Dehghan, HR. Comparison of study habits, self-efficacy and procrastination among students of gifted and normal schools, *Journal of Educational Psychology*, 2014; 11(20): 196-175 (Full Text in Persian).
18. Turkey, J. The Level of Creative Thinking Skills among Gifted and Ordinary Students in Tafila Governorate. *Journal of Studies in Education*, 2018; 8(1): 68-80.
19. Fernandez-Rio, J. Cecchini, J. A. Méndez-Gimenez, A. Mendez-Alonso, D. & Prieto, J. A. Self-regulation, cooperative learning, and academic self-efficacy: Interactions to prevent school failure. *Frontiers in psychology*, 2017; 8: 22.
20. El-tah, Z. K. & Alsharman, W. M. Academic Procrastination among Gifted and Ordinary Students and its Relationship with Some Variables. *International Journal of Education*, 2017; 9(3): 32-47.
21. Castejón, J. L. Gilar, R. Veas, A. & Miñano, P. Differences in learning strategies, goal orientations, and self-concept between overachieving, normal-achieving, and underachieving secondary students. *Frontiers in psychology*, 2016; 7: 1438.

22. Tortop, H. SA comparison of gifted and non-gifted students' self-regulation skills for science learning. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 2015; 3(1): 42-53.
23. Vollrath, M. E. Landolt, M. A. Gnehm, H. E. Laimbacher, J. & Sennhauser, F. H. Child and parental personality are associated with glycaemic control in Type 1 diabetes. *Diabetic Medicine*, 2007; 24(9): 1028-1033.
24. Yi Lin, L. The relationship of consumer personality trait, brand personality and brand loyalty: an empirical study of toys and video games buyers. *Journal of Product & Brand Management*, 2010; 19(1): 4-17.
25. Fernández-Río, J. Méndez-Giménez, A. Cecchini-Estrada, J. A. Mendez-Alonso, D. & Prieto-Saborit, J. A. Metas de logro 3×2, motivation auto determinada y satisfacción con la Vida en educación secundaria. *Revisita de Psico didactic*, 2017; 22(2): 150-156.
26. Diseth, Å. Self-efficacy, goal orientations and learning strategies as mediators between preceding and subsequent academic achievement. *Learning and Individual Differences*, 2011; 21(2): 191-195.
27. Greeson, J. M. Mindfulness research update: 2008. *Complementary health practice review*, 2009; 14(1): 10-18.

پیوست پرسشنامه

دانش‌آموز محترم:

با سلام و احترام، به استحضار می‌رساند؛ پرسشنامه حاضر، حاصل بررسی‌های پژوهشگر برای تدوین پایان‌نامه کارشناسی ارشد با عنوان «مقایسه سلامت عمومی، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر پیش‌دانشگاهی مدارس عادی و فرزندانگان» است و هدف از تکمیل آن گردآوری اطلاعات برای بررسی مسائل مرتبط با شرایط تحصیلی دانش‌آموزان می‌باشد. همکاری و مشارکت شما دانش‌آموزان گرامی با ارائه پاسخ‌های دقیق و بازگرداندن به موقع پرسشنامه، تحقق نتایج پیش‌بینی شده پژوهش را امکان‌پذیر می‌سازد. از همکاری صمیمانه شما سپاسگزار می‌نمایم.

نازی اسکندری ورزلی

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

اطلاعات فردی			
(۱) سن:	<input type="checkbox"/> ۱۶ سال	<input type="checkbox"/> ۱۷ سال	<input type="checkbox"/> ۱۸ سال
(۲) فرزند چندم:	<input type="checkbox"/> اول	<input type="checkbox"/> دوم	<input type="checkbox"/> سوم
(۳) معدل ترم جاری:	<input type="checkbox"/> ۱۰ تا ۱۴	<input type="checkbox"/> ۱۵ تا ۱۶	<input type="checkbox"/> ۱۷ تا ۱۸
(۴) رشته تحصیلی:	<input type="checkbox"/> ریاضی	<input type="checkbox"/> تجربی	<input type="checkbox"/> علوم انسانی

					زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می‌گذرند.	۴۷
					علاقه ای به تامل و تفکر جدی درباره سرنوشت و ماهیت جهان یا انسان ندارم.	۴۸
					عموماً سعی می‌کنم شخصی با ملاحظه و منطقی باشم.	۴۹
					فرد مولدی هستم که همیشه کارهایم را به اتمام می‌رسانم.	۵۰
					اغلب احساس درماندگی می‌کنم و دنبال کسی می‌گردم که مشکلاتم را برطرف کند.	۵۱
					شخص بسیار فعالی هستم.	۵۲
					من کنجکاوی فکری فراوانی دارم.	۵۳
					اگر کسی را دوست نداشته باشم، می‌گذارم متوجه این احساسم بشود.	۵۴
					فکر نمی‌کنم که هیچ وقت بتوانم فردی منطقی بشوم.	۵۵
					گاهی آنچنان خجالت زده شده‌ام که فقط می‌خواستم خود را پنهان کنم.	۵۶
					ترجیح می‌دهم که برای خودم کار کنم تا راهبر دیگران باشم.	۵۷
					اغلب از کلنجار رفتن با نظریه‌ها یا مفاهیم انتزاعی لذت می‌برم.	۵۸
					اگر لازم باشد می‌توانم برای رسیدن به اهدافم دیگران را به طور ماهرانه‌ای به کار بگیرم.	۵۹
					تلاش می‌کنم هر کاری را به نحو ماهرانه‌ای انجام دهم.	۶۰

					عبارات (پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی)	
خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم		
					یادداشت برداری سازمان یافته در هنگام سخنرانی استاد.	۱
					شرکت در بحث‌های کلاسی.	۲
					پاسخ داد به سؤال در یک کلاس درس سخت.	۳
					پاسخ داد به سؤال در یک کلاس درس آسان.	۴
					دادن آزمون‌های تستی (چند گزینه‌ای، صحیح/غلط یا جور کردنی).	۵
					دادن آزمون‌های تشریحی.	۶
					نوشتن یک رساله یا تحقیق کوتاه با کیفیت بالا.	۷
					با دقت گوش دادن به موضوعات مشکل در خلال سخنرانی.	۸
					تدریس خصوصی به دانشجویی دیگر.	۹
					توضیح دادن یک مفهوم به دانشجویی دیگر.	۱۰
					درخواست از استاد برای توضیح‌دادن مجدد مفهومی که آن را به درستی نفهمیده‌اید.	۱۱

					گرفتن نمره‌های خوب در بیشتر کلاس‌ها.	۱۲
					مطالعه به حدی که دقیقاً متوجه مطلب شوید.	۱۳
					شرکت در انتخابات انجمن دانشجویی.	۱۴
					شرکت در فعالیت‌های فوق برنامه دانشگاه (ورزشی، هنری).	۱۵
					احترام اساتید را جلب کردن.	۱۶
					به طور منظم در کلاس حاضر شدن.	۱۷
					شرکت منظم در کلاس‌های مربوط به یک درس کسل کننده.	۱۸
					ایجاد این تفکر در استاد، که شما به کلاس درس توجه دارید.	۱۹
					فهمیدن بیشتر عقایدی که در کتابتان می‌خوانید.	۲۰
					فهمیدن بیشتر مطالبی که در کلاس درس مطرح می‌شوند.	۲۱
					انجام یک محاسبه ساده ریاضی.	۲۲
					استفاده کردن از کامپیوتر.	۲۳
					تسلط یافتن بر بیشتر مطالب مربوط به درس محاسباتی.	۲۴
					صحبت خصوصی با یک استاد به منظور آشنا شدن با او.	۲۵
					ارتباط دادن مطالب مربوط به یک درس به مطالب دروس دیگر.	۲۶
					به چالش کشیدن عقیده استاد در کلاس درس.	۲۷
					استفاده مفید از کتابخانه.	۲۸
					گرفتن نمره‌های خوب.	۲۹
					مطالعه مداوم و با طمانینه به جای با شتاب یاد گرفتن.	۳۰
					فهمیدن عبارات مشکل در کتاب درسی.	۳۱
					تسلط یافتن بر مطالب مربوط به درسی که آن را دوست ندارید.	۳۲

عبارات (پرسشنامه سلامت عمومی)					
خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
					۱ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز کاملاً احساس کرده اید که خوب و سالم هستید؟
					۲ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس ضعف و سستی کرده اید؟
					۳ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که سرتان را محکم با چیزی مثل دستمال بسته اند یا اینکه فشاری به سرتان وارد میشود؟
					۴ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که بر اثر نگرانی دچار بیخوابی شده باشید؟
					۵ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز عصبانی و بدخلق شده اید؟

					۶ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز بدون هیچ دلیل قانع کننده ای هراسان و یا وحشت زده شده اید؟
					۷ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز برای انجام کارها بیش از گذشته وقت صرف کرده اید؟
					۸ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نقش مفیدی در انجام کارها به عهده دارید؟
					۹ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز قادر بوده اید از فعالیتهای روزمره زندگی لذت ببرید؟
					۱۰ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی کاملاً ناامیدکننده است؟
					۱۱ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که چون اعصابتان خراب است نمی توانید کاری انجام دهید؟
					۱۲ آیا از یک ماه گذشته تا به امروز فکر کرده اید که شخص بی ارزشی هستید؟