

آیا بالابودن سطح حرمت خود به کارآمدی بهتر، موفقیت شخصی، خوشبختی یا سبکهای زندگی سالمتر منجر می‌شود؟

قسمت دوم: ارتباط بین سطح حرمت خود و کارآمدی تحصیلی

Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?

Roy F. Baumeister¹, Jennifer D. Campbell², Jochim I. Krueger³, and Kathleen D. Vohs⁴

¹Florida State University, ²University of British Columbia, Vancouver, British Columbia, Canada; ³Brown University; and ⁴University of Utah

Psychological Science in The Public Interest (vol. 4, No. 1, May 2003)

Mohsen Haghbin

Postgraduate Student
Carleton University, Ottawa

محسن حق بین

دانشجوی کارشناسی ارشد
دانشگاه کارلتن، اتاوا

در شماره گذشته پس از ارائه تعریف حرمت خود، به مسائلی مانند نارسایی ابزارهای ارزشیابی مبتنی بر خود گزارش‌دهی، عدم مطابقت بین ارزیابی فرد از سطح حرمت خود با واقعیت، تأثیر کوشش‌های فرد برای خوب جلوه دادن خویشتن، نامتجانس بودن مقوله افراد واجد سطح بالای حرمت خود و ضرورت تدارک شیوه‌های مبتنی بر روش‌شناسی متفاوت اشاره شد. در این قسمت، به نتایج پژوهش‌هایی پرداخته می‌شود که ارتباط بین سطح حرمت خود و کارآمدی تحصیلی را در مدنظر قرار داده‌اند.

- جنبش حرمت خود بخصوص در مدارس امریکایی مؤثر بوده است و بخشی از این تأثیر ناشی از فرضی است که بر مبنای آن، افزایش سطح حرمت خود، بهبود کارآمدی تحصیلی را در پی دارد. برای پذیرش این نکته که سطح بالای حرمت خود می‌تواند به پیشرفت تحصیلی در مدرسه منجر شود، دلایل به ظاهر قابل قبولی در دست‌اند. مقایسه افراد واجد سطوح بالا یا پایین حرمت خود نشان می‌دهد که گروه نخست، از سویی دارای جاه‌طلبی‌های بیشتری هستند، اراده آنها برای مقاومت در برابر نخستین شکست‌ها بیشتر است و با احتمال کمتری در دام احساس‌های فلج‌کننده عدم صلاحیت و تردید نسبت به خود گرفتار می‌شوند. از سوی دیگر، از آنجا که یادگیری برحسب تعریف، شامل اکتساب اطلاعات و مهارت‌هایی است که فرد در آغاز واجد آنها نیست، سطح بالای حرمت خود می‌تواند از ایجاد حس ناتوانی و ناامیدی فرد در برابر مشکلات پیشگیری کند و امکان احساس رضایت از پیشرفت و موفقیت را برای وی فراهم سازد.
- پژوهش‌هایی که میزان همبستگی بین حرمت خود با کارآمدی تحصیلی را بررسی کرده‌اند به همبستگی مثبت بین آنها دست یافته‌اند. در یک بررسی فراتحلیلی که ۱۲۸ پژوهش و ۲۰۰/۰۰۰ آزمودنی را در بر می‌گرفت به این نتیجه رسیدند

که در مجموع، بین حرمت خود و کارآمدی تحصیلی یک ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد و حرمت خود ۴٪ تا ۷٪ از واریانس کارآمدی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. مع‌هذا، پژوهش‌های اخیرتر، به همبستگی معنادار کمتری در یک نمونه انگلیسی ($n = 301$) دست یافته‌اند. بدین ترتیب، در حالی که همراه بودن سطح بالای حرمت خود با پیشرفت تحصیلی تا حدی برجسته شده است اما این رابطه ضعیفتر از آن است که بتواند به خواسته‌های جوامعی که ارزشها را بر مبنای پیشرفت تحصیلی تعیین می‌کنند، پاسخ گوید، و حتی اگر وجود همبستگی مثبت قابل ملاحظه بین سطح بالای حرمت خود با نتایج بهتر در آزمونهای پیشرفت تحصیلی به اثبات رسد، نتایج نمی‌توانند تعیین‌کننده سطح حرمت خود به منزله علت یا پیامد پیشرفت تحصیلی باشند. بنابراین باید به بررسی‌هایی پرداخته شود که تلاش کرده‌اند تا احتمال وجود یک رابطه علت و معلولی بین سطح حرمت خود و پیشرفت تحصیلی را برجسته سازند.

- پژوهش‌های متعددی با بررسی فرایند زمانی ایجاد ارتباط مثبت بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی، کوشش کرده‌اند تا عامل علی را در این رابطه مشخص کنند. پژوهش‌های دیگری نیز احتمال وجود یک متغیر سوم مانند منزلت اجتماعی - اقتصادی یا بهره هوش (IQ) را به منزله واسطه همبستگی‌های بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته‌اند. در یکی از نخستین پژوهش‌های علی که هنوز هم ارزش خود را حفظ کرده است، به بررسی طولی نمونه‌ای متشکل از ۱۶۰۰ نوجوان پسر از سال ۱۹۶۶ یعنی وقتی در کلاس دهم مشغول تحصیل بودند تا سال ۱۹۷۴ پرداخته شد. همه شرکت‌کنندگان چندین بار نسخه تجدیدنظر شده مقیاس حرمت خود روزنبرگ را تکمیل کردند. اگرچه مؤلفان به همبستگی بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی دست یافتند اما آزمون آماری «تحلیل مسیر» نتوانست نقش علی حرمت خود را تأیید کند. محققان به این نتیجه رسیدند که برخی از عوامل مشترک مانند پیشینه خانوادگی، توانش و کارآمدی تحصیلی زودرس بر حرمت خود و سپس تحق‌های آموزشی اثر می‌کنند و همبستگی بین این دو را به وجود می‌آورند. همچنین نتیجه گرفتند که موفقیت حرفه‌ای می‌تواند علت افزایش سطح حرمت خود باشد در حالی که دستیابی به مدارج بالای تحصیلی دارای تأثیر اندکی بر آن است. پیگیری بعدی این مؤلفان (۱۹۸۶) نیز یافته‌های پیشین را تأیید کرد و نشان داد که حرمت خود کلی دارای رابطه ناچیزی با پیشرفت تحصیلی است. پیشینه خانوادگی (منزلت اقتصادی - اجتماعی)، توانش (IQ) و نمره‌ها در نخستین سالهای مدرسه، پیش‌بینی کننده احتمالی پیشرفت تحصیلی هستند و حرمت خود، اندکی بر صحت این پیش‌بینی می‌افزاید. به طور خلاصه، این یافته‌ها با دیدگاهی که بر اساس آن حرمت خود می‌تواند موجب موفقیت درازمدت آموزشی شود در تناقض هستند و پژوهشگران بعدی نیز نتایج آنها را مبنی بر اینکه حرمت خود بیش از آنکه علت باشد یک پیامد است و هر نوع همبستگی بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی احتمالاً حاصل یک متغیر سوم مانند پیشینه خانوادگی است تأیید کردند.

- پژوهش دیگری که به دلیل تمرکز بر سنین پایینتر می‌توان آن را مکمل پژوهش پیشین دانست، پیشرفت تحصیلی ۷۰۰ دانش‌آموز ۴ تا ۱۵ ساله را بررسی کرد و به همبستگی بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی دست یافت بدون اینکه یک رابطه علی بین این دو متغیر بیاید. در حالی که بهره هوش و طبقه اجتماعی به منزله عوامل علی زیربنایی که در عین حال بر سطوح حرمت خود و کارآمدی تحصیلی مؤثرند، در نظر گرفته شدند. مع‌هذا، با آنکه افراد واجد سطح بالای حرمت خود معمولاً خود را باهوش می‌پندارند اما ارتباط بین هوش و حرمت خود نیز توسط همه پژوهشگران تأیید نشده است.

- **مداخله‌گرها:** شواهد اندکی درباره چگونگی تأثیر برنامه‌های حرمت خود یا شیوه‌های دیگر مداخله که بر حرمت خود اثر می‌کنند در دست‌اند. چنین مداخله‌هایی در بسیاری از مدارس و مجموعه‌های دیگر، انجام می‌شوند اما معمولاً هدف

آنها فقط حرمت خود نیست بلکه مهارت‌های تحصیلی، کاهش تعارض و متغیرهای دیگری را نیز در چهارچوب خود می‌گنجانند. آشکار است که اگر برنامه‌ای که افزایش سطح حرمت خود و بهبود مهارت‌های تحصیلی را هدف قرار داده است در نهایت، به بهتر شدن نمره‌ها منجر شود، نمی‌توان با اطمینان نتیجه گرفت که تغییر سطح حرمت خود علت این پیشرفت است. افزون بر این، با در نظر گرفتن این نکته که پژوهشها در قلمرو علیت نتوانسته‌اند تأثیر حرمت خود بر پیشرفت تحصیلی را ثابت کنند، به نظر محتمل می‌رسد که هر کوشش در راه جمع‌آوری داده‌های مستحکم در باب پیامد افزایش سطح حرمت خود به نتیجه‌ای منجر نخواهد شد.

• مروری بر پیشرفتهایی که درباره اثربخشی چنین برنامه‌هایی انجام شده‌اند نشان داده است که معمولاً بین تغییر سطح حرمت خود با پیشرفت تحصیلی، همخوانی وجود ندارد و حتی وقتی ارتباطی دیده شود، موقت است و پس از پایان برنامه، پایدار نمی‌ماند. برخی از پژوهشها نیز نشان داده‌اند که تقویت حرمت خود به طور معناداری به کاهش کارآمدی تحصیلی، بخصوص در شاگردانی که نمره‌های ضعیفی دارند منجر می‌شود. چنین نتایجی مبین این نکته‌اند که حرمت خود یکی از تقویت‌کننده‌های مهم برای دستیابی به نتایج خوب تحصیلی است اما ارائه پاداش بدون تمایز و بدون پیوند با کارآمدی خوب، می‌تواند ارزش آن را کاهش دهد. به عبارت دیگر، دانش‌آموزان معمولاً به سختی کار می‌کنند تا بتوانند احساس خوبی نسبت به خود داشته باشند و مداخله‌هایی که آنها را به داشتن احساس خوب از خود، بدون توجه به میزان فعالیت، ترغیب می‌کنند موجب می‌شوند تا دیگر علتی برای سخت‌کوشی وجود نداشته باشد و در نتیجه، کارآمدی تضعیف شود.

• جمع‌بندی: در سطور پیشین بر بخشی از مقاله تأکید شد که به بررسی نقش علی احتمالی سطح حرمت خود بر پیشرفت تحصیلی پرداخته بود. بدین منظور، مؤلفان به نتایج پژوهشهایی استناد کرده بودند که از طرحهای طولی به جای روشهای مقطعی؛ از روشهای عینی بیش از روش خود گزارش‌دهی و از روش تحلیل مسیر به جای محاسبه همبستگیها استفاده کرده بودند تا نقش علی حرمت خود را از متغیرهای دیگر مانند هوش، طبقه اقتصادی - اجتماعی و ... متمایز کنند.

نتایج این مقاله مروری، از دیدگاهی حمایت می‌کند که بر اساس آن، تأثیر سطح حرمت خود بر پیشرفت تحصیلی، ناچیز و حتی هیچ، شمرده می‌شود. افزون بر این، برخی از یافته‌ها نیز با اتخاذ موضعی کاملاً متضاد با موضع مبتنی بر اثر علی حرمت خود بر پیشرفت تحصیلی، سطح حرمت خود یا افزایش تصنعی آن را به منزله عامل کاهش‌دهنده پیشرفت تحصیلی قلمداد کرده بودند.

در واقع، پژوهشهای پیشین، این امید را به وجود آورده بودند که افزایش سطح حرمت خود به کوشش و پایداری بیشتر در قلمرو تحصیلی منجر می‌شود. نخستین یافته‌های تجربی نیز به علت دستیابی به همبستگیهای مثبت و معنادار بین سطح بالای حرمت خود و پیشرفت تحصیلی و بدون توجه به متغیرهای واسطه‌ای، این موضع‌گیری را تأیید کرده بودند. متأسفانه پژوهشهای بعدی نشان دادند که، این همبستگیها از فرایندهای دیگری به غیر از حرمت خود ناشی می‌شوند، بدین دلیل که گاهی پیشرفت خوب تحصیلی به افزایش سطح حرمت خود منجر می‌شود بدون آنکه عکس این وضعیت صادق باشد و گاهی نیز حرمت خود با متغیرهای دیگر همپوشی دارد و کنترل این متغیرها در تحلیلهای آماری، نسبت واریانس در کارآمدی تحصیلی را با کاهش سریع و تضعیف سطح حرمت خود مواجه می‌کند.