

نقش واسطه ای کمالگرایی والدین در رابطه بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی

علی اکبر صلاحی

مدرس و مشاور دانشگاه، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب- مجتمع ولیعصر (عج)

وحیده همتی

دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب- مجتمع ولیعصر (عج)

The mediating role of parental perfectionism in the relationship between self-efficacy beliefs and test anxiety, academic success and life satisfaction

Ali Akbar Salahi

University lecturer and consultant, Department of Psychology, Islamic Azad University, South Tehran Branch- Valiasr Complex

Vahida Hemti

Graduated from the master's degree, Islamic Azad University, South Tehran Branch - Valiasr Complex

Abstract:

The purpose of this research was to investigate the mediating role of parental perfectionism in the relationship between self-efficacy beliefs and test anxiety, academic success and life satisfaction in students. The method of the current research was descriptive and correlational. The statistical population of the research included all students of Shohada High School for girls in Makkah in the academic year of 1402-1403 with a total of 400 students. Among these, 196 students were selected as a sample using Morgan's table and in an accessible manner.

Also, to collect information from Sarason's test anxiety questionnaires (1957), Wells's academic success questionnaire (2010), Diener et al.'s life satisfaction questionnaire (1985), Scherer et al.'s self-efficacy beliefs questionnaire (1982), and Frost's parental perfectionism questionnaire and others. (1990) was used. Finally, structural equation modeling was used for data analysis and Pearson correlation was used for sub-hypotheses. The results showed that parental perfectionism did not play a mediating role. But the structural model shows the direct effect of each of the variables of parents' self-efficacy and perfectionism beliefs on the dependent variables of the research. The direct effect of self-efficacy beliefs on exam anxiety was -0.52, on academic success -0.45, on life satisfaction -0.49. The direct effect of perfectionism on exam anxiety was 0.24, on academic success 0.18 and on life satisfaction 0.12. Therefore, it is recommended to strengthen self-efficacy beliefs to reduce exam anxiety and increase academic success.

Key words: exam anxiety, self-efficacy beliefs, life satisfaction, parental perfectionism, academic success.

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه ای کمالگرایی والدین در رابطه بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی در دانش آموزان بود. روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل همه دانش آموزان دبیرستان دخترانه شهدای مکه در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ با حجم ۴۰۰ دانش آموز بود. از این میان، ۱۹۶ دانش آموز با استفاده از جدول مورگان و به شیوه در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. همچنین، برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های اضطراب امتحان ساراسون (۱۹۵۷)، پرسشنامه موفقیت تحصیلی ولز (۲۰۱۰)، پرسشنامه رضایت از زندگی داینر و دیگران (۱۹۸۵)، پرسشنامه باورهای خودکارآمدی شرر و دیگران (۱۹۸۲) و پرسشنامه کمالگرایی والدین فراست و دیگران (۱۹۹۰) استفاده شد. در نهایت، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و برای فرضیه‌های فرعی از همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد کمال‌گرایی والدین نقش واسطه‌ای ایفا نکرد. اما مدل ساختاری بیانگر اثر مستقیم هر یک از متغیرهای باورهای خودکارآمدی و کمال‌گرایی والدین بر متغیرهای وابسته پژوهش می‌باشد. اثر مستقیم باورهای خودکارآمدی بر اضطراب امتحان $-۰/۵۲$ ، بر موفقیت تحصیلی $۰/۴۵$ ، بر رضایت از زندگی $-۰/۴۹$ بود. اثر مستقیم کمال‌گرایی بر اضطراب امتحان $۰/۲۴$ ، بر موفقیت تحصیلی $۰/۱۸$ و بر رضایت از زندگی $۰/۱۲$ بود. از این رو تقویت باورهای خودکارآمدی برای کاهش اضطراب امتحان و افزایش موفقیت تحصیلی توصیه می‌شود.

واژگان کلیدی: اضطراب امتحان، باورهای خودکارآمدی، رضایت از زندگی، کمالگرایی والدین، موفقیت تحصیلی.

مقدمه

اضطراب^{۱۵۸} حالتی است که تقریباً در همه انسان‌ها در طول زندگی و به درجات مختلف بروز می‌کند. یکی از اضطراب‌های شناخته شده در تعلیم و تربیت اضطراب امتحان است. اضطراب امتحان نابهنجار، نوع شایعی از اضطراب عملکرد است که سالانه میلیون‌ها دانش آموز را در سراسر جهان تحت تاثیر قرار می‌دهد. پژوهشگران اضطراب امتحان را نوعی اضطراب مربوط به موقعیت میدانند که با عملکرد یادگیری دانش آموز در مراکز آموزشی رابطه تنگاتنگ دارد و به عنوان صفتی نسبتاً پایدار و مرتبط با موقعیت‌های تهدیدآمیز تعریف شده است. اضطراب امتحان نوعی اشتغال ذهنی که با خودآگاهی، شک و تردید نسبت به خود و خودتحقیری مشخص می‌شود. چنین فعالیت‌های شناختی هم بر رفتار آشکار فرد و هم بر واکنش‌های فیزیولوژیکی او تاثیر می‌گذارد که واسطه‌ای بین تجربه (مورد امتحان واقع شدن) و رفتار (مضطرب شدن) می‌باشد. این اشتغال ذهنی، توجه فرد را به خود جلب می‌کند و در عملکرد آن از طریق کاهش توجه نسبت به گزینه‌های مرتبط با یک تکلیف اختلال ایجاد می‌نماید و رمزگردانی و انتقال اطلاعات را مختل می‌کند. اضطراب امتحان یک واکنش هیجانی ناخوشایند به موقعیت ارزیابی است. این هیجان با احساس نوعی از تنش، تشویش و برانگیختگی سیستم عصبی مشخص می‌شود (پورفرج عمران، ۱۴۰۲).

موفقیت تحصیلی^{۱۵۹} را ادراک و ارزیابی فرد از خود در مورد عملکرد تحصیلی خویش تعریف می‌کنند. آنها با مرور پیشینه پژوهش اظهار می‌کنند که دو گروه بزرگ از تعاریف برای موفقیت یا پیشرفت تحصیلی وجود دارد. تعاریف عینی که به نمرات علمی دانش آموز و درجه‌سازگاری وی با کارهای مدرسه و سیستم آموزشی اشاره دارد و تعاریف ذهنی یا روانشناختی که به نگرش فرد به موفقیت تحصیلی خود و نیز نگرش والدین و دیگران در مورد موفقیت فرد اطلاق می‌شود. موفقیت تحصیلی علاوه بر میانگین نمرات درسی، شامل توانایی کار با دیگران، حل مسائل زندگی و نظیر آن را در بر می‌گیرد (قوامی، عابدی، نیلفروشان، ۱۳۹۶).

احساس خرسندی و رضایت از جنبه‌های زندگی، از مولفه‌های نگرش مثبت افراد نسبت به جهانی است که در آن زندگی می‌کنند. رضایت از زندگی^{۱۶۰} با ارزش‌ها ارتباط نزدیک اما پیچیده‌ای دارد و معیارهایی که افراد بر پایه آن درک ذهنی خود را از خوشبختی ارزیابی می‌کنند، متفاوت است. تجربه شادکامی و رضایت از زندگی هدف برتر زندگی به شمار می‌رود و احساس غم و ناخرسندی اغلب مانعی در راه انجام وظایف فرد شمرده می‌شوند. رضایت از زندگی بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت فعلی او می‌باشد به بیان دیگر هرچه شکاف میان سطح آرزوهای فردا و وضعیت عینی وی بیشتر گردد رضایتمندی او کاهش می‌یابد. پژوهش‌های انجام شده در زمینه رضایت از زندگی در بین نوجوانان نشان داده است که رضایتمندی و تلقی مثبت از زندگی در گروه سنی نوجوانان یا دانش آموزان کاملاً متفاوت از بزرگسالان است و پژوهش در این زمینه نیازمند لحاظ نمودن مولفه‌های ویژه آنان است (زکی، ۱۳۸۶).

خودکارآمدی^{۱۶۱} را به عنوان (باور به قابلیت‌های شخصی برای سازماندهی و اجراسازی مسیر عمل لازم برای تولید موفقیت) تعریف

- ۱۵۸ Anxiety
 ۱۵۹ Academic Success
 ۱۶۰ Life satisfaction
 ۱۶۱ Self-efficacy

کرده اند. در واقع می توان بیان کرد که خودکارآمدی به عنوان سطح اعتماد افراد نسبت به خود تعریف می شود و اشاره به درک افراد در ارتباط با توانایی انجام وظایف در موقعیت های مختلف دارد. باورهای خودکارآمدی می توانند تأثیرات مثبت و منفی بر روی سلامت روانی افراد داشته باشند. این باورها موجب تأثیرگذاری بر شیوه تفکر، احساس، انگیزش یا رفتار فرد می گردد. باور خودکارآمدی بالا می تواند بهترین پیش بینی کننده عملکرد فرد در تمام زمینه ها باشد. مطالعات اولیه در حوزه خودکارآمدی به بررسی خودکارآمدی در رابطه با وظایف مشخص پرداخته اند. مطالعات اخیر در این حوزه مفهوم خودکارآمدی را به مفهوم بزرگ تری تحت عنوان خودکارآمدی عمومی بسط داده اند، که عبارت است از سطح اطمینان فرد به توانایی اش برای مدیریت موفق انواع مختلفی از تقاضاها، موقعیت های جدید و عوامل تنیدگی زا (شیخ الاسلامی، قمری گیوی، حقوقی عیسی لو، ۱۴۰۰).

افراد در زندگی روزمره خود رویدادهای مختلفی را تجربه می کنند، برخی در مواجهه با وقایع زندگی افکار و باورهای منطقی دارند، در حالی که برخی دیگر، افکار، باورها و انتظارات غیر منطقی ایجاد شده در خود را به سطحی می رسانند که آنها را آشفته می سازد. این باورهای غیرمنطقی و انتظارات غیر واقعی از خود و دیگران، زمینه پژوهش مفهوم کمالگرایی^{۱۶۲} را فراهم ساخته است. بررسی دیدگاه های نظری درباره کمالگرایی بیانگر آن است که کمالگرایی سازه شخصیتی است که به گرایش ذهنی برای تلاش اجباری جهت رسیدن به کمال، تعیین اهداف عالی غیر واقعی و داشتن واکنش های بیش از حد منفی در برابر شکست ها یا عقب نشینی ها متصور، اشاره دارد. با استانداردهای بالای عملکرد و ترس شدید از شکست، اجتناب و شرم مرتبط است و با ویژگی هایی همچون تلاش برای کامل و بی نقص بودن و تعیین معیارهای بسیار عالی و افراطی در عملکرد همراه با گرایش به ارزیابی انتقادی رفتار مشخص می شود. سازه کمال-گرایی برای نخستین بار به عنوان یک سازه تک بعدی توسط برون^{۱۶۳} در سال ۱۹۸۰ تعریف شد. بر پایه این تعریف فرد کمال گرا بر این باور است که می تواند با تلاش و کوشش به نتایج کامل دست یابد. این در حالی است که نتایج کامل و بدون نقص دست نیافتنی است تلاش برای دستیابی به آن آسیب های روانشناختی را در پی خواهد داشت (شواکندی، اسدی یونسی، پاکدامن ۱۴۰۱).

در جوامع رقابتی امروز، آزمون ها در تمام مراحل تحصیلی به عنوان ابزار مهمی برای تصمیم گیری معلمان و والدین به کار می روند و افراد در همه سنین با توجه به پیشرفت، مهارت و توانایی هایشان ارزیابی میشوند. نمراتی که در دوره آموزشی به دانش آموزان داده میشود به این بستگی دارد که آن ها چه قدر توانسته اند در آزمون به خوبی عمل کنند. به دلیل اهمیت بیش از حدی که به نتایج آزمون ها داده می شود، آزمون دهندگان برای انجام هر چه بهتر تست ها، اضطراب و استرس های بی شماری را تجربه می کنند، که ممکن است باعث کاهش موفقیت تحصیلی و افت رضایت از زندگی باشد. علت های زیادی برای اضطراب امتحان وجود دارد. از جمله انتظارات بیش از حد والدین، معلمان و دیگر افراد مهم در زندگی، ترس از ناامید شدن دوستان به خاطر عملکرد ضعیف فرد، مرتبط دانستن احساس ارزشمندی خود با نتیجه و نمره حاصل از امتحان و احساس عدم کنترل بر موقعیت. یکی از عوامل کاهش این تنش ایجاد باوری است که شخص به قابلیت های خود برای سازمان دهی و اجرای اقدامات لازم در موقعیت های پیش رو دارد. به عبارت دیگر، ایمان و اعتقاد شخص به توانایی های خود برای رسیدن به یک هدف مشخص است، این باور که خودکارآمدی نام دارد، در طول زندگی و با کسب مهارت های جدید، تجربه ها و ادراک گوناگون ادامه پیدا می کند. تقریباً همه افراد می توانند اهدافی را که می خواهند، کسب کنند، چیزهایی که می خواهند عوض کنند، تغییر دهند و چیزهایی را که دوست دارند، به دست آورند. با این حال بیشتر مردم این را نیز می دانند که عملی کردن این نقشه ها و برنامه ها چندان ساده نیست و عوامل مختلفی بر این باور میتواند تأثیر گذار باشد.

بررسی های انجام شده در سطح دانشگاه ها و نیز اطلاعات بدست آمده از پایگاه های اطلاعاتی، پایان نامه ها، مقالات و پیشینه تحقیقات، بیانگر این مطلب است که تحقیقاتی در خصوص شناسایی نقش واسطه ای کمالگرایی والدین در رابطه بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی در دانش آموزان مدرسه دخترانه شهدای مکه منطقه ۱۵ در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ شهر تهران صورت نگرفته است. بنابراین تلاش پژوهشگر بر این است که با افزایش سطح آگاهی از باورهای خودکارآمدی بتواند باعث افزایش موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی شود و عوامل موثر بر اضطراب امتحان را شناسایی و کاهش دهد. اجمل، احمد^{۱۶۴} (۲۰۱۹) در پژوهشی با عنوان بررسی عوامل اضطراب در دانش آموزان از راه دور به این نتیجه رسیدند که اضطراب بر عملکرد تحصیلی رابطه معناداری دارد. عواملی مانند خلأهای موجود در فرآیند پذیرش، توزیع کتاب، تکالیف، آموزش های دوره و خدمات پشتیبانی برای ایجاد اضطراب در بین دانش آموزان مشخص شد. میانگین کلی مقادیر همه عوامل اضطراب در دانش آموزان پسر کمی بیشتر از دانش آموزان دختر بود.

میخک، مرادی (۱۴۰۱) در پژوهشی به عنوان بررسی مقایسه ای اثربخشی مشاور تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت تحصیلی ذهنی و عوامل

- ۱۶۲ Perfectionism
 ۱۶۳ Burn
 ۱۶۴ Ajmal, M., & Ahmad, S.

با یادگیری و عملکرد در ریاضی به طور معناداری مرتبط است. بنابراین ما در این پژوهش به دنبال پاسخ این سوال هستیم که آیا بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی دانش آموزان با نقش واسطه ای کمال گرایی والدین رابطه وجود دارد؟

روش

با توجه به ماهیت موضوع پژوهش، روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان دبیرستان دخترانه شهدای مکه واقع در منطقه ۱۵ در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ شهر تهران می باشد. در این پژوهش از تعداد ۴۰۰ دانش آموز حاضر در مدرسه که در پایه های دهم، یازدهم و دوازدهم متوسطه در رشته های ریاضی، تجربی و انسانی مشغول به تحصیل هستند با استفاده از جدول مورگان، تعداد ۱۹۶ نفر با استفاده از روش نمونه گیری غیر تصادفی و در دسترس انتخاب شدند. پرسشنامه ها توسط سایت پرس آل تهیه و به صورت لینک در اختیار دانش آموزان قرار گرفته است. ملاک های شمول برای کلیه شرکت کنندگان، دریافت رضایت برای شرکت در پژوهش و اشتغال به تحصیل در این مدرسه می باشد.

پرسشنامه اضطراب امتحان توسط ساراسون (۱۹۵۷) طراحی و اعتباریابی شده است، این مقیاس، یک پرسشنامه کوتاه با ۳۷ گویه است که آزمودنی باید به هر ماده به صورت "درست و غلط" پاسخ گوید و بدین ترتیب میتوان بر اساس یک شیوه "خودگزارشی" به حالات روانی و تجربیات فیزیولوژیکی فرد در جریان امتحان، قبل و بعد از آن، دست یافت (ساراسون، ۱۹۵۷). این پرسشنامه توسط قاسمی (۱۳۹۳) اعتباریابی شده است. در این مقیاس، دامنه نمرات بین ۰ تا ۳۷ بود. نقاط برش تعیین شده بدین صورت بود: اضطراب خفیف (نمره ۱۲ و پایینتر)، اضطراب متوسط (نمره ۱۳ تا ۲۰)، اضطراب شدید (نمره بالاتر از ۲۰). در این تحقیق برای مشخص نمودن پایایی پرسشنامه ها از ضریب آلفای کرونباخ^{۱۶۷} استفاده گردیده است. در پژوهش قاسمی (۱۳۹۳) پایایی پرسشنامه در این تحقیق با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی شد و ۰/۸۷ به دست آمد که نشان دهنده پایایی مناسب می باشد.

پرسشنامه موفقیت تحصیلی توسط ولز^{۱۶۸} (۲۰۱۰) در ۱۰ مولفه و ۳۹ گویه ساخته شد. این مولفه ها عبارتند از مهارت های آکادمیک عمومی، کارآمدی مری، تصمیم گیری شغلی، انگیزه خارجی برای آینده، اعتماد، تطابق شخصی، خود-تنظیمی، اجتماعی شدن، انگیزه درونی یا علاقه مندی، فقدان اضطراب. پرسشنامه موفقیت تحصیلی یا آکادمیک، بر درجه بندی چهارگانه لیکرت صورت بندی شده است. کاملاً موافق: ۴ مخالف: ۳ مخالف: ۲ کاملاً مخالف: ۱؛ گویه های معکوس این پرسشنامه عبارتند از: ۹

موفقیت تحصیلی عینی بر انگیزش تحصیلی، اشتیاق تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی به این نتیجه رسیدند که تفاوت بین گروه ها به طور کلی (بدون تفکیک متغیر وابسته) معنی دار است ($p < 0/001$) نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری همچنین نشان دهنده معنی دار بودن تفاوت نمرات پس از آزمون انگیزش تحصیلی مجموع گروه ها ($p < 0/001$) اشتیاق تحصیلی مجموع گروه ها، ($p < 0/001$) خودکارآمدی تحصیلی مجموع گروه ها، ($p < 0/001$) مقایسه زوجی نشان داد که هر دو مداخله مشاوره تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت تحصیلی عینی مشاور تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت تحصیلی ذهنی باعث افزایش معنی دار انگیزش تحصیلی (به ترتیب $p < 0/001$ و $p < 0/001$) اشتیاق تحصیلی (به ترتیب $p < 0/001$ و $p < 0/001$) و خودکارآمدی تحصیلی (به ترتیب $p < 0/001$ و $p < 0/001$) در مقایسه با گروه گواه شد است. همچنین بین میانگین نمرات انگیزش تحصیلی و اشتیاق تحصیلی گروه های آزمایشی با یکدیگر تفاوت وجود داشت، به طوری که میانگین نمرات انگیزش تحصیلی و اشتیاق تحصیلی گروه مشاوره تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت ذهنی بیشتر از گروه مشاوره تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت عینی بود. اما تفاوت گروه های آزمایشی از نظر خودکارآمدی تحصیلی معنی دار نبود.

حضرتی (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان نقش باورهای خودکارآمدی در فرایند یادگیری زبان با توجه به مهارت های زبانی: رویکرد روانشناسی زبان به این نتیجه رسید که بین باورهای خودکارآمدی و مؤلفه های مهارت های زبانی (زبان گفتاری، گوش دادن، سازماندهی، صحبت کردن، معنائشناسی و نحو) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($P < 0/001$). به نظر می رسد که متغیر روانشناختی باورهای خودکارآمدی می تواند روی مهارت های زبانی این دامنه سنی اثر گذار باشد.

تامپسون و همکاران^{۱۶۵} (۲۰۱۹) در پژوهشی با عنوان بررسی نقش باورهای خودکارآمدی و موفقیت یادگیرنده در آموزش متوسط انگلیسی به این نتیجه رسیدند که دانش آموزان با خودکارآمدی قوی تر تلاش بیشتری را انجام می دهد و فعالیت های دوره را به عنوان فرصت های توسعه می بیند.

ازکال^{۱۶۶} (۲۰۱۹) در پژوهشی با عنوان رابطه بین باورهای خودکارآمدی، درگیری و عملکرد تحصیلی در درس ریاضی به این نتیجه رسید که باورهای خودکارآمدی دانش آموزان در یادگیری و عملکرد در ریاضی پیشرفت ریاضی آنها را به طور معنادار و مثبت پیش بینی کرد. نارضایتی رفتاری و عاطفی در درس ریاضی برای پیش بینی منفی پیشرفت ریاضی یافت شد. در این مطالعه مشخص شد که باورهای خودکارآمدی دانش آموزان

165 Thompson, G., Aizawa, I., Curle, S., & Rose, H.

166 Ozkal, N.

۱۶۷ - Cronbach Alpha Coefficient

۱۶۸ . Welles

و ۱۰ و ۱۱ و ۱۹ و ۲۴ و ۲۶ و ۲۷ و ۲۸ و ۲۹ و ۳۰ و ۳۱ و ۳۶ و ۳۷ و ۳۸ و ۳۹ (یعنی به «کاملاً موافق» نمره ۱ و به «کاملاً مخالف» نمره ۴ داده می‌شود). برای محاسبه امتیاز هر مولفه یا زیرمقیاس، نمره تک تک گویه‌های مربوط به آن زیرمقیاس را با هم جمع کنید. و برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه‌های پرسشنامه را با هم جمع کنید. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۳۹ تا ۱۵۶ خواهد بود. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه موفقیت تحصیلی یا آکادمیک ۰/۷۶ محاسبه شد (ولز، ۲۰۱۰).

پرسشنامه استاندارد رضایت از زندگی توسط داینر^{۱۶۹} و همکاران در سال ۱۹۸۵ ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۵ سوال بوده و هدف آن سنجش رضایت از زندگی می‌باشد. این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت (کاملاً مخالفم، ۱؛ مخالفم، ۲؛ نظری ندارم، ۳؛ موافقم، ۴؛ کاملاً موافقم، ۵) می‌باشد. به دو طریق می‌توان از تحلیل این پرسشنامه استفاده کرد: A: تحلیل بر اساس مولفه‌های پرسشنامه B: تحلیل بر اساس میزان نمره به دست آمده. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۵ تا ۱۰ باشد، میزان رضایت از زندگی در این جامعه ضعیف می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۱۰ تا ۱۵ باشد، میزان رضایت از زندگی در سطح متوسطی می‌باشد. در صورتی که نمرات بالای ۱۵ باشد، میزان رضایت از زندگی بسیار خوب می‌باشد داینر و همکاران (۱۹۸۵)، روایی و پایایی مقیاس رضایت از زندگی را بر روی گروهی از دانشجویان ارزشیابی کردند و ضریب همبستگی بازآزمایی نمره‌ها را پس از دو ماه اجرا، برابر ۰/۸۲ ضریب آلفای کرونباخ را برابر ۰/۸۷ به دست آوردند. در ایران نیز، مظفری (۱۳۸۲) به منظور تعیین روایی و پایایی مقیاس رضایت از زندگی، این مقیاس به طور همزمان با مقیاس شادکامی آکسفورد اجرا شد که ضریب روایی همزمان آن با مقیاس شادکامی آکسفورد ۰/۶۶ و $P < ۰/۰۰۱$ و ضریب پایایی آن با ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۰ به دست آمد که نشان دهنده روایی و پایایی قابل قبول این مقیاس می‌باشد.

پرسشنامه خودکارآمدی عمومی این مقیاس در سال ۱۹۸۲ توسط شرر^{۱۷۰} و همکاران به منظور سنجش خودکارآمدی در تنظیمات بالینی، آموزشی و سازمانی طراحی و بسط یافته است. مقیاس خودکارآمدی دارای ۱۷ سوال است که بر اساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) به آن پاسخ داده می‌شود. نمره حداقل این مقیاس ۱۷ و حداکثر برابر ۸۵ می‌باشد. نمره گذاری به این صورت است که به هر ماده از ۱ تا ۵ امتیاز تعلق می‌گیرد و ماده‌های شماره ۱۵، ۱۳، ۹، ۳، ۸، ۱، ۲، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸۷، ۱۲۸۸، ۱۲۸۹، ۱۲۹۰، ۱۲۹۱، ۱۲۹۲، ۱۲۹۳، ۱۲۹۴، ۱۲۹۵، ۱۲۹۶، ۱۲۹۷، ۱۲۹۸، ۱۲۹۹، ۱۳۰۰، ۱۳۰۱، ۱۳۰۲، ۱۳۰۳، ۱۳۰۴، ۱۳۰۵، ۱۳۰۶، ۱۳۰۷، ۱۳۰۸، ۱۳۰۹، ۱۳۱۰، ۱۳۱۱، ۱۳۱۲، ۱۳۱۳، ۱۳۱۴، ۱۳۱۵، ۱۳۱۶، ۱۳۱۷، ۱۳۱۸، ۱۳۱۹، ۱۳۲۰، ۱۳۲۱، ۱۳۲۲، ۱۳۲۳، ۱۳۲۴، ۱۳۲۵، ۱۳۲۶، ۱۳۲۷، ۱۳۲۸، ۱۳۲۹، ۱۳۳۰، ۱۳۳۱، ۱۳۳۲، ۱۳۳۳، ۱۳۳۴، ۱۳۳۵، ۱۳۳۶، ۱۳۳۷، ۱۳۳۸، ۱۳۳۹، ۱۳۴۰، ۱۳۴۱، ۱۳۴۲، ۱۳۴۳، ۱۳

جدول شماره ۱ یافته های توصیفی

تعداد	سن	تعداد	رشته تحصیلی	تعداد	پایه تحصیلی
۲	۱۵	۳۶	ریاضی	۹۷	دوازدهم
۴۷	۱۶	۴۷	تجربی	۵۳	یازدهم
۵۵	۱۷	۱۱۳	انسانی	۴۶	دهم
۹۲	۱۸				

با توجه به جدول فوق از تعداد ۱۹۶ دانش آموز در حال تحصیل، ۲ دانش آموز ۱۵ سال، ۴۷ دانش آموز ۱۶ سال، ۵۵ دانش آموز ۱۷ سال و ۹۲ دانش آموز ۱۸ سال میباشند. ۳۶ نفر در رشته ریاضی، ۴۷ نفر تجربی و ۱۱۳ نفر در رشته انسانی در حال تحصیل هستند. همچنین ۹۷ نفر در پایه دوازدهم، ۵۳ نفر یازدهم و ۴۶ نفر در پایه دهم در حال تحصیل هستند.

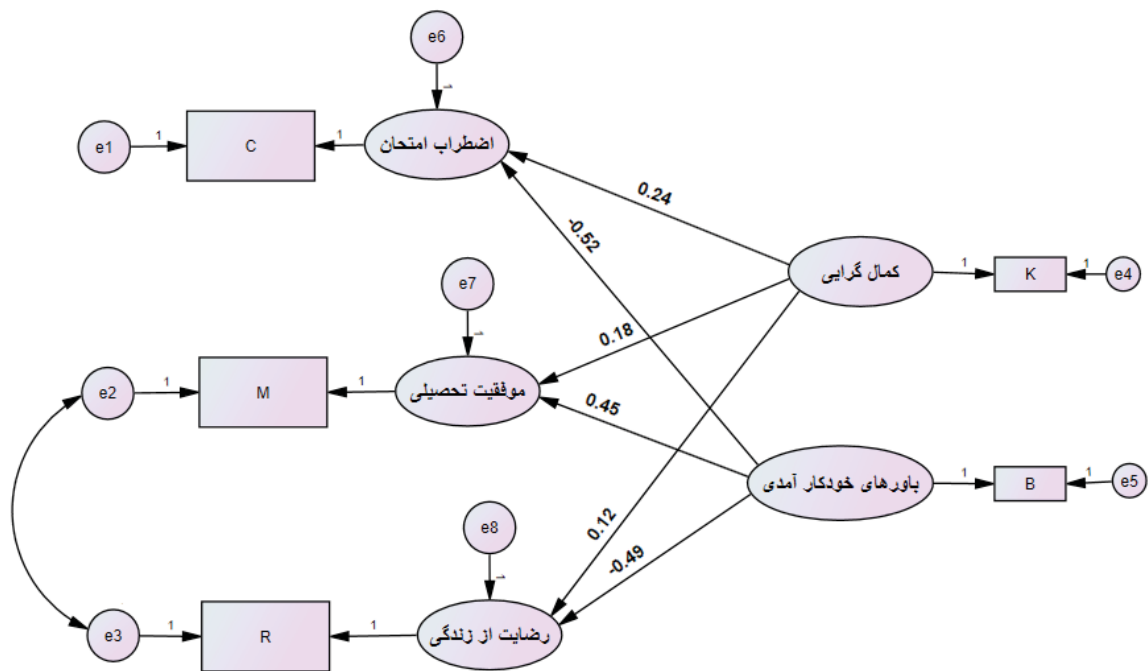
یافته های استنباطی نشان داد آلفای کرونباخ برای پرسشنامه اضطراب امتحان: ۰/۹۲۲، پرسشنامه موفقیت تحصیلی: ۰/۸۰۶، پرسشنامه رضایت از زندگی: ۰/۸۵۰، پرسشنامه باورهای خودکارآمدی: در مرحله اول با وجود همه سوالات پرسشنامه ۰/۵۲۴، به علت پایین بودن آلفای کرونباخ سوالات ۱۳ و ۱۵ حذف گردید و نتایج با حذف سوال ۱۵، ۰/۶۱۸، با حذف سوال ۱۳، ۰/۷۰۸ بدست آمد. همچنین آلفای کرونباخ برای پرسشنامه کمال گرایی: ۰/۸۴۱ بدست آمد. با توجه به مقادیر بدست آمده برای هر کدام از پرسشنامه های مطالعه حاضر، چون مقادیر آلفای کرونباخ از ۰/۷ بیشتر است، بنابراین فرض قابلیت اعتماد یا پایایی (Reliability) پرسشنامه های مورد بررسی تأیید می شود.

نتایج تحلیل با استفاده از تمامی سوالات خودکارآمدی است و سوالی از این پرسشنامه حذف نشده است. از مفروضه های تحلیل با نرم افزار AMOS فرض نرمال چند متغیره می باشد، در جدول ۴-۲-۱ نتایج بررسی نرمال چند متغیره آمده است.

جدول شماره ۲ شرط نرمال چند متغیره

Variable	min	max	skew	c.r.	kurtosis	c.r.
BB2	۴۳/۰۰۰	۶۷/۰۰۰	-۳۹۷	-۲/۲۷۱	-۵/۱۸	-۱/۴۸۱
KK	۸۱/۰۰۰	۱۶۱/۰۰۰	/۱۵۷	/۸۹۶	-۰/۳۵	-۰/۹۹
RR	۵/۰۰۰	۲۵/۰۰۰	/۰۲۴	/۱۳۷	-۱/۳۳	-۳/۸۱
MM	۸۵/۰۰۰	۱۴۲/۰۰۰	/۲۷۹	۱/۵۹۴	-۲/۴۲	-۶/۹۲
CC	۳۸/۰۰۰	۷۳/۰۰۰	/۰۳۳	/۱۸۶	-۱/۱۱۸	-۳/۱۹۴
Multivariate					۱/۵۶۴	۱/۳۰۹

با توجه به جدول شماره ۲ و مقدار C.I.: ۱/۳۰۹، چون کوچکتر از ۵ می باشد بنابراین فرض نرمال چند متغیره برقرار است. پیش فرض عدم نقاط پرت نیز بررسی شد و با استفاده از فاصله ماکسیمیال هیچ نقطه ی پرتی وجود نداشت.



شکل ۱ مدل ساختاری نقش واسطه ای کمالگرایی در رابطه بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی با حذف مولفه های ۱۳ و ۱۵ باورهای خودکارآمدی در سطح ۵ درصد رابطه معناداری بین باورهای خودکارآمدی و کمال گرایی والدین وجود ندارد. از طریق کمال گرایی والدین بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی در سطح ۵ درصد رابطه معناداری وجود ندارد. رابطه معناداری در سطح ۵ درصد بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی وجود دارد. اثر مستقیم باورهای خودکارآمدی بر اضطراب امتحان -0.52 ، بر موفقیت تحصیلی 0.45 ، بر رضایت از زندگی -0.49 است. رابطه معناداری در سطح ۵ درصد بین کمال گرایی والدین با اضطراب امتحان و موفقیت تحصیلی وجود دارد. اثر مستقیم کمال گرایی بر اضطراب امتحان 0.18 ، بر موفقیت تحصیلی 0.12 و بر رضایت از زندگی -0.49 است.

جدول شماره ۳ شاخص های نیکویی برازش

شاخص برازش	مقادیر مطلوب	در مدل تحقیق	نتیجه
χ^2/df	کمتر از ۳ مطلوب	۱/۷۴۴	مطلوب
GFI	بیشتر از ۰/۹	۰/۹۹۰	مطلوب
NFI	بیشتر از ۰/۹	۰/۹۷۶	مطلوب
IFI	بیشتر از ۰/۹	۰/۹۸۹	مطلوب
TLI	بیشتر از ۰/۹	۰/۹۶۴	مطلوب
CFI	بیشتر از ۰/۹	۰/۹۸۹	مطلوب
RMSEA	کمتر از ۰/۰۸	۰/۰۶۲	مطلوب

با توجه به جدول شماره ۳، پس از بررسی و اندازه گیری شاخص های برآزش، با توجه به محدوده ی مطلوب برای شاخص مورد بررسی مدل برآزش شده مطلوب میباشد.

جدول شماره ۴ همبستگی پیرسون متغیر باورهای خود کارآمدی با اضطراب امتحان

		باورهای خود کارآمدی	اضطراب امتحان
باورهای خود کارآمدی	Pearson Correlation	۱	-.۴۷۴**
	Sig. (2-tailed)		/۰۰۰
اضطراب امتحان	Pearson Correlation	-.۴۷۴**	۱
	Sig. (2-tailed)	/۰۰۰	

جدول فوق بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر باورهای خود کارآمدی و اضطراب امتحان همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با $-۰/۴۷۴$ که نشان دهنده همبستگی غیر مستقیم و سطح معناداری sig در سطح آلفای $۰/۰۵$ برابر است با $۰/۰۰۰$ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خود کارآمدی و اضطراب امتحان رابطه وجود دارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید و فرض صفر رد می شود.

جدول شماره ۵ همبستگی پیرسون متغیر باورهای خود کارآمدی با موفقیت تحصیلی

		باورهای خود کارآمدی	موفقیت تحصیلی
باورهای خود کارآمدی	Pearson Correlation	۱	/.۳۶۸**
	Sig. (2-tailed)		/۰۰۰
موفقیت تحصیلی	Pearson Correlation	/.۳۶۸**	۱
	Sig. (2-tailed)	/۰۰۰	

جدول شماره ۵ بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر باورهای خود کارآمدی و موفقیت تحصیلی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با $۰/۳۶۸$ که نشان دهنده همبستگی مستقیم و سطح معناداری sig در سطح آلفای $۰/۰۵$ برابر است با $۰/۰۰۰$ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خود کارآمدی و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید و فرض صفر رد می شود.

جدول شماره ۶ همبستگی پیرسون متغیر باورهای خود کارآمدی با رضایت از زندگی

		باورهای خود کارآمدی	رضایت از زندگی
باورهای خود کارآمدی	Pearson Correlation	۱	-.۴۰۴**
	Sig. (2-tailed)		/۰۰۰
رضایت از زندگی	Pearson Correlation	-.۴۰۴**	۱
	Sig. (2-tailed)	/۰۰۰	

جدول فوق بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر باورهای خود کارآمدی و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با $-۰/۴۰۴$ که نشان دهنده همبستگی منفی و سطح معناداری sig در سطح آلفای $۰/۰۵$ برابر است با $۰/۰۰۰$ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خود کارآمدی و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید و فرض صفر رد می شود.

جدول شماره ۷ همبستگی پیرسون متغیر کمالگرایی والدین با اضطراب امتحان

		کمالگرایی والدین	اضطراب امتحان
کمالگرایی والدین	Pearson Correlation	۱	۰/۲۲۵**
	Sig. (2-tailed)		۰/۰۰۲
اضطراب امتحان	Pearson Correlation	۰/۲۲۵**	۱
	Sig. (2-tailed)	۰/۰۰۲	

جدول شماره ۷ بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۲۲۵ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۰۰۲ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان رابطه وجود دارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید و فرض صفر رد می شود.

جدول شماره ۸ همبستگی پیرسون متغیر کمالگرایی والدین با موفقیت تحصیلی

		کمالگرایی والدین	موفقیت تحصیلی
کمالگرایی والدین	Pearson Correlation	۱	۰/۱۹۶**
	Sig. (2-tailed)		۰/۰۰۶
موفقیت تحصیلی	Pearson Correlation	۰/۱۹۶**	۱
	Sig. (2-tailed)	۰/۰۰۶	

جدول فوق بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و موفقیت تحصیلی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۱۹۶ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۰۰۶ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید و فرض صفر رد می شود.

جدول شماره ۹ همبستگی پیرسون متغیر کمالگرایی والدین با رضایت از زندگی

		کمالگرایی والدین	رضایت از زندگی
کمالگرایی والدین	Pearson Correlation	۱	۰/۰۹۹
	Sig. (2-tailed)		۰/۱۶۶
رضایت از زندگی	Pearson Correlation	۰/۰۹۹	۱
	Sig. (2-tailed)	۰/۱۶۶	

جدول شماره ۹ بیانگر این فرضیه است که آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۰۹۹ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۱۶۶ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و رضایت از زندگی رابطه وجود ندارد. در نتیجه با احتمال ۹۵ درصد فرضیه پژوهش تأیید نشده و فرض صفر رد نمی شود.

بحث و نتیجه گیری

همانگونه که قبلا ذکر شد مهم ترین سوال پژوهش این بود که آیا بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی با نقش واسطه ای کمالگرایی والدین رابطه وجود دارد یا نه؟ یافته های حاصل از تجزیه و تحلیل داده های بدست آمده

در شکل شماره ۱ نشان می‌دهد کمالگرایی والدین نقش واسطه ای میان باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و کیفیت زندگی ندارد. اما باورهای خودکارآمدی به طور مستقیم با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و کیفیت زندگی رابطه دارد. میتوان نتیجه گرفت هر چه میزان باورهای خودکارآمدی بالاتر باشد، احساس توانایی فرد برای یادگیری محتوا و انجام تکالیفی که به او داده می‌شود بالاتر می‌رود. در واقع باورهای خودکارآمدی، به معنای ادراک و باور دانش آموز از توانمندی خود در فهم و یادگیری، حل مسائل درسی و دستیابی به موفقیت‌های تحصیلی است، که این باور بر بسیاری از جنبه‌های زندگی مثل گزینش اهداف، تصمیم‌گیری، میزان تلاش، کیفیت زندگی و در نهایت رضایت از زندگی تاثیرگذار است.

همچنین نتایج نشان داد کمالگرایی والدین نیز به طور مستقیم با اضطراب امتحان و موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی رابطه دارد. دانش آموزانی که دارای والدین سخت‌گیر و کمال‌جو هستند، والدین دائم آنها را تحت فشار قرار می‌دهند، برایشان فوق برنامه‌های آموزشی پر می‌کنند و توقع نمره عالی را دارند. بنابراین اضطراب امتحان در دانش آموزان بالا می‌رود زیرا نگران این هستند که والدین از نمره آن‌ها راضی نباشند. از طرفی به دلیل کوشش فراوان در انجام تکالیف و امور آموزشی موفقیت تحصیلی نیز بالا می‌رود. این دانش آموزان معیار خوبی و بدی را در بیرون از خود جست و جو می‌کنند بنابراین اگر والدین آنها از عملکردشان راضی باشند رضایت از زندگی نیز در این افراد بالا می‌رود.

تاکنون پیشینه پژوهشی که مسقیماً رابطه بین باورهای خودکارآمدی با اضطراب امتحان، موفقیت تحصیلی و رضایت از زندگی دانش آموزان با نقش واسطه ای کمال‌گرایی والدین را بررسی نماید، یافت نشده است و نتیجه این پژوهش با نتایج پژوهش‌های دیگر تفاوت‌هایی از نظر جامعه، نمونه آماری و روش اجرا وجود دارد. در این راستا نتایج بدست آمده در این پژوهش با پژوهش خوی نژاد، رجایی، ناظمی (۱۳۹۹) همسو می‌باشد. خوی نژاد، رجایی، ناظمی (۱۳۹۹) در پژوهشی به عنوان اثربخشی آموزش خودکارآمدی تحصیلی بر آسیب‌ها و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه به این نتیجه رسیدند که آموزش خودکارآمدی تحصیلی بر آسیب‌ها و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه موثر است. آموزش خودکارآمدی تحصیلی باعث کاهش مشکلات در انتخاب و تصمیم‌گیری، مشکلات آمادگی تحصیلی، مشکلات انگیزه تحصیلی، مشکلات مربوط به مطالعه، مشکلات برنامه‌ریزی تحصیلی، مشکلات ذهنی مربوط به تحصیل، مشکلات مربوط به محیط و جو تحصیلی، مشکلات مربوط به امتحان شده است. بر اساس نتایج پژوهش حاضر میتوان استنباط کرد که آموزش خودکارآمدی تحصیلی بر آسیب‌ها و موفقیت تحصیلی دانش آموزان موثر است. از شباهت‌های این دو پژوهش میتوان به دو متغیر خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی اشاره کرد. در پژوهش حاضر رابطه مستقیمی بین باورهای خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی وجود داشت. تفاوت‌های پژوهش حاضر با پژوهش فوق در جامعه آماری می‌باشد. جامعه آماری پژوهش فوق شامل کلیه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم ناحیه ۶ شهر مشهد در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود، پژوهش حاضر تعداد ۱۹۶ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه مدرسه شهدای مکه در ناحیه ۱۵ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود.

در ادامه به بررسی فرضیه‌های فرعی می‌پردازیم. با توجه به جدول ۴ نتایج فرضیه فرعی اول این پژوهش که آیا بین باورهای خودکارآمدی و اضطراب امتحان همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با $0/474$ - که نشان دهنده همبستگی غیر مستقیم و سطح معناداری sig در سطح آلفای $0/05$ برابر است با $0/000$ که می‌توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خودکارآمدی و اضطراب امتحان رابطه وجود دارد. پس میتوان نتیجه گرفت هر چه میزان باورهای خودکارآمدی در دانش آموزان تقویت گردد و بالا برود از میزان اضطراب امتحان آن‌ها کاسته میشود. پورفرج عمران (۱۴۰۲) در پژوهشی با عنوان اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت‌گرا بر اضطراب امتحان و تحمل‌پریشانی دانش آموزان به این نتیجه رسید که بین گروه آزمایش و کنترل به لحاظ اضطراب امتحان و تحمل‌پریشانی تفاوت معناداری وجود دارد ($P > 0/001$). شباهت این پژوهش با پژوهش حاضر در متغیر اضطراب امتحان می‌باشد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که باورهای خودکارآمدی بر اضطراب امتحان اثر مستقیم دارد. تفاوت پژوهش حاضر با پژوهش عمران (۱۴۰۲) در بررسی رابطه متغیر کمال‌گرایی والدین بر اضطراب امتحان می‌باشد. نتایج نشان داد کمال‌گرایی به طور مستقیم بر اضطراب امتحان رابطه دارد و موجب افزایش آن میشود.

با توجه به جدول ۵ نتایج فرضیه فرعی دوم این پژوهش که آیا بین متغیر باورهای خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با $0/368$ که نشان دهنده همبستگی مستقیم و سطح معناداری sig در سطح آلفای $0/05$ برابر است با $0/000$ که می‌توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. بالا رفتن خودکارآمدی در دانش آموزان باعث افزایش موفقیت تحصیلی در آنان میشود. احمدی و دیگران (۱۳۹۲) در پژوهشی به عنوان تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر باورهای خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های ارتباطی در بهبود باورهای خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر می‌باشد. از شباهت‌های این پژوهش با پژوهش حاضر در متغیر باورهای خودکارآمدی و متغیر پیشرفت تحصیلی می‌باشد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین باورهای خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی

رابطه وجود دارد. همچنین باورهای خودکارآمدی با متغیرهای موفقیت تحصیلی و کیفیت زندگی نیز رابطه مثبت و معناداری دارد. تفاوت پژوهش فوق با پژوهش حاضر در روش پژوهش می-باشد. روش پژوهش احمدی و دیگران (۱۳۹۲) آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل میباشد. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی میباشد.

با توجه به جدول ۶ نتایج فرضیه فرعی سوم این پژوهش که آیا بین متغیر باورهای خودکارآمدی و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۴۰۴- که نشان دهنده همبستگی منفی و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۰۰۰ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر باورهای خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. باورهای خودکارآمدی به معنای باور فرد به توانایی انجام یک عمل در موقعیت مشخص است. وقتی فرد به این باور رسیده است که توانایی انجام هر فعالیتی را دارد اما موقعیت زندگی خود را از سطح تواناییهای پایین تر مبیند، رضایت از زندگی وی کاهش مییابد. ابوالقاسمی (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان ارتباط تاب آوری، استرس و خودکارآمدی با رضایت از زندگی در دانش آموزان دارای پیشرفت تحصیلی بالا و پایین به این نتیجه رسید که متغیرهای تاب آوری و استرس مثبت در دانش آموزان دارای پیشرفت تحصیلی بالا به عنوان قوی ترین پیش بینی کننده رضایت از زندگی بوده اند. شباهت پژوهش حاضر با پژوهش فوق در بررسی متغیر خودکارآمدی و رضایت از زندگی میباشد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد با افزایش خودکارآمدی رضایت از زندگی کاهش مییابد.

با توجه به جدول ۷ نتایج فرضیه فرعی چهارم این پژوهش که آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۲۲۵ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۰۰۲ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان رابطه وجود دارد. دانش آموزانی که دارای والد کمال گرا هستند به دلیل فشار روانی که از سوی والدین به آنها وارد میشود مبنی بر کامل و بی عیب و نقص بودن، دچار اضطراب های فراوان از جمله اضطراب امتحان میشود.

نتایج جدول ۸ بیانگر فرضیه فرعی پنجم پژوهش میباشد، آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و موفقیت تحصیلی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۱۹۶ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۰۰۶ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و موفقیت تحصیلی رابطه وجود دارد. والدین کمال گرا مدام در حال کنترل فرزندان خود میباشند تا کارها به نحو احسن انجام گیرد. بنابراین دانش آموزانی که دارای والد کمال

گرا میباشد پیوسته در حال تلاش برای انجام کامل تکالیف می-باشند، در نتیجه با افزایش کمالگرایی والدین موفقیت تحصیلی نیز در دانش آموزان افزایش مییابد. جدول ۹ بیانگر فرضیه فرعی ششم پژوهش میباشد که آیا بین متغیر کمال گرایی والدین و رضایت از زندگی همبستگی وجود دارد؟ مقدار همبستگی بین این دو متغیر برابر است با ۰/۰۹۹ که نشان دهنده همبستگی مثبت و سطح معناداری sig در سطح آلفای ۰/۰۵ برابر است با ۰/۱۶۶ که می توان نتیجه گرفت بین متغیر کمال گرایی والدین و رضایت از زندگی رابطه وجود ندارد رضایت داشتن یا نداشتن دانش آموزان از زندگی خود رابطهای با کمالگرایی والدین ندارد. اسمیت^{۱۳} و دیگران (۲۰۲۲) در پژوهشی با عنوان رفتارهای کمال گرایی صفت والدین: آزمونی فرا تحلیلی از انتظارات اجتماعی و مدل های یادگیری اجتماعی به این نتیجه رسیدند که انتظارات مثبت والدین روابط منحصر به فردی با کمال گرایی خودمحور، دیگر گرا و از نظر اجتماعی تجویز شده است دارد. در مقابل، انتقاد والدین فقط با کمال گرایی تجویز شده اجتماعی مرتبط بود. علاوه بر این، کمال گرایی خودگرا و تجویز شده اجتماعی والدین، با کمال گرایی خودگرا و تجویز شده اجتماعی فرزندان مطابقت یک به یک دارد. شباهت پژوهش حاضر با پژوهش فوق در متغیر کمالگرایی میباشد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد کمال گرایی والدین با اضطراب امتحان و موفقیت تحصیلی رابطه مستقیم دارد اما با رضایت از زندگی رابطه ای ندارد. از تفاوت های این پژوهش با پژوهش فوق میتوان اشاره کرد پژوهش اسمیت و دیگران نتایج تحقیق از ۴۶ پژوهش و ۱۳۳۶۴ آزمودنی میباشد و پژوهش حاضر مطالعه بر روی ۱۹۶ دانش آموز دختر مقطع متوسطه مدرسه شهدای مکه منطقه ۱۵ شهر تهران میباشد.

منابع

ابوالقاسمی، ع (۱۳۹۰). ارتباط تاب آوری، استرس و خودکارآمدی با رضایت از زندگی در دانش آموزان دارای پیشرفت تحصیلی بالا و پایین. مطالعات روان شناختی، ۷(۳)، ۱۳۱-۱۵۱.

احمدی، م. س؛ حاتمی، ح. ر؛ احدی، ح؛ اسدزاده، ح (۱۳۹۲) تاثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر باورهای خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر، فصلنامه علمی - پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، سال ۴، شماره ۴، پیاپی ۱۶: ۱۱۸-۱۰۵

بیطرف، ش؛ شعیری، م. ر؛ حکیم جوادی، م (۱۳۸۹). بررسی نقش کمال گرایی و سبکهای والدگری در تبیین هراس اجتماعی دانشجویان. فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی تحولی. شماره ۵، سال ۷، صص ۲۵-۱

پورفرج عمران، م (۱۴۰۲) اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا بر اضطراب امتحان و تحمل پریشانی دانش آموزان، فصلنامه علمی پژوهشی تربیتی، سال ۱۹، شماره ۷۷: ۱۴-۱

حسن نوله؛ صالح صدق پور، ب و ا؛ دماوندی، م (۱۳۹۳) مدل یابی

Martin M. Smith ۱۷۲

رابطه ساختاری هوش هیجانی و شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی و خودتنظیمی تحصیلی، نشریه مطالعات آموزش و یادگیری، شماره ۶، دوره ۲: ۶۰-۳۲

حضرتی، ی (۱۴۰۰) نقش باورهای خودکارآمدی در فرایند یادگیری زبان با توجه به مهارت‌های زبانی: رویکرد روانشناسی زبان، مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، سال ۶۴، شماره ۴: ۳۰۸۵-۳۰۷۹

خوی نژاد، غ. ر. رجایی، ع. ر. ناظمی، م. ر. (۱۳۹۹) اثربخشی آموزش خودکارآمدی تحصیلی بر آسیب‌ها و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه، نشریه اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره ۱۶، شماره ۳، پیاپی ۵۷: ۲۱۲-۱۹۱

زکی، م. ع. (۱۳۸۶) اعتبار یابی مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی دانش آموزان، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال ۱۳، شماره ۱: ۴۹-۵۷

شواکندی، م؛ اسدی، ی؛ پاکدامن، م (۱۴۰۱) ساخت و اعتباریابی مقیاس ادراک از کمالگرایی والدین، نشریه اندازه گیری تربیتی، دوره ۱۲، شماره ۴۸: ۳۲-۷

شیخ الاسلامی، ع؛ قمری گیوی، ح؛ حقوقی عیسی لو، ر (۱۴۰۰) اثر بخشی آموزش کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر باورهای خودکارآمدی دانش آموزان دختر دچار افت تحصیلی، نشریه روانشناسی تربیتی، دوره ۱۷، شماره ۶۱: ۱۱۸-۱۰۵

قوامی، م؛ عابدی، م. ر. نیلفروشان، پ (۱۳۹۶) ساختار عاملی پرسشنامه موفقیت تحصیلی دانش آموزان دبیرستانی، فصلنامه اندازه گیری تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی، سال ۸، شماره ۲۹: ۶۶-۴۷

مظفری، ش (۱۳۸۲) همبسته های شخصیتی شادمانی ذهنی بر اساس الگوهای پنج عاملی در بین دانشجویان دانشگاه شیراز (همایش). همایش سراسری بهداشت روانی و اختلالات رفتاری کودکان و نوجوانان، شماره ۵: ۷۷-۷۸

میخک، آ؛ مرادی، ا (۱۴۰۱) بررسی مقایسه‌ای اثربخش مشاوره تحصیلی مبتنی بر عوامل موفقیت تحصیلی ذهنی و عوامل موفقیت تحصیلی عینی بر انگیزش تحصیلی، اشتیاق تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی، مجله پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، سال ۵، شماره ۴۷: ۲۴-۱

- Ajmal, M., & Ahmad, S. (2019). Exploration of Anxiety Factors among Students of Distance Learning: A Case Study of Allama Iqbal Open University. *Bulletin of Education and Research*, 41(2), 67-78.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfactions With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1991). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Larson, H. A., Yoder, A., Johnson, C., Ramahi, M. E., Sung, J., & Washburn, F. (2010). Test anxiety and relaxation training in their – grade students. *Journal of Eastern Education*. 39(1): 13-22.
- Ozkal, N. (2019). Relationships between self-efficacy beliefs, engagement and academic performance in math lessons. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 14(2), 190-200.
- Sherer & Maddux, J.E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. & Rogers, R. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671.
- Smith, M. M., Hewitt, P. L., Sherry, S. B., Flett, G. L., & Ray, C. (2022). Parenting behaviors and trait perfectionism: A meta-analytic test of the social expectations and social learning models. *Journal of Research in Personality*, 96, 104180.
- Thompson, G., Aizawa, I., Curle, S., & Rose, H. (2022). Exploring the role of self-efficacy beliefs and learner success in English medium instruction. *International Journal of Bilingual Education and Bilingualism*, 25(1), 196-209.
- Welles, T. L. (2010). An analysis of the academic success inventory for college students: construct validity and factor scale invariance. [dissertation]. Florida: The Florida State University.

(Footnotes)

- ۱) Root Mean Square Error of Approximation (شاخص ریشه خطای میانگین مجذورات (تقریب) ۱
- ۲) Adjusted Goodness of fit index (شاخص نکویی برازش تعدیل شده) ۲
- ۳) Goodness of fit index (شاخص نکویی برازش) ۳
- ۴) Comparative fit index (شاخص برازندگی تطبیقی) ۴
- ۵) Normed chi Square (کای اسکوئر نرم شده) ۵
- | | | | | | |
|---------------------------|----|-----------------------------|----|-------------------|----|
| Durbin-Watson | ۸ | Std. Error of the Estimate | ۷ | Adjusted R Square | ۶ |
| Regression | ۱۱ | Mean Square | ۱۰ | Sum of Squares | ۹ |
| Standardized Coefficients | ۱۴ | Unstandardized Coefficients | ۱۳ | Residual | ۱۲ |
| Regression | ۱۷ | Mean Square | ۱۶ | Sum of Squares | ۱۵ |
| | | | | Residual | ۱۸ |