

Mediation role of self-efficacy beliefs in relation to personality traits and attributional style

P. Mirkhani^{1*}, F. Bagherian², O. Shokri²

Abstract

Aim: The aim of this study was to investigate the mediator role of self-efficacy beliefs between neuroticism, extraversion, conscientiousness and attribution style. **Methods:** This was a correlational research and data were analyzed using structured equation model (SEM). Participants included 414 men and women aged between 20- 60 years old from governmental corporations in two area of Tehran. Research tools were NEO (McCrae & Costa, 1985), Sherer's General Self-efficacy Scale (1989) and the Attribution Style Questionnaire (Peterson, Semel, Von Beayer, Abramson, Metalsky & Seligman, 1982). **Results:** Findings revealed that optimistic or pessimistic styles models had a good fit to the data. Self-efficacy had a full mediated role in relation between personality traits (neuroticism and conscientiousness) and optimistic style. The model indicated neuroticism, extraversion and conscientiousness explained %67 variance of self-efficacy and all together explained %12 variance of optimistic style. Self-efficacy had significant relation with neuroticism, conscientiousness and optimistic style. But there was no significant relationship between self-efficacy with extraversion and pessimistic style. **Conclusion:** Considering the effect of self-efficacy, it is useful to increase self-efficacy beliefs in order to increase tendency toward optimistic attribution styles which will result in reducing neuroticism.

Key words: *attribution, mediation role, personality traits, self-efficacy*

-
- 1 . Corresponding author, M.A in general psychology,
Email: Poupakmirkhani@yahoo.com
 2. Assisstant professor, Shahid Beheshti University.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با صفات شخصیت و سبک اسنادی

پوپک میرخانی^{۱*}، فاطمه باقریان^۲ و امید شکری^۲

دریافت مقاله: ۹۲/۱۲/۲۵؛ دریافت نسخه نهایی: ۹۳/۵/۲۷؛ پذیرش مقاله: ۹۳/۷/۷

چکیده

هدف: هدف پژوهش شناسایی نقش واسطه‌ای باورهای خودکارآمدی در رابطه با صفات شخصیتی روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی و سبک‌های اسناد بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی بود و جهت تحلیل از معادلات ساختاری استفاده شد. حجم نمونه شامل ۴۱۴ زن و مرد ۲۰ تا ۶۰ سال بود که از شرکت‌های دولتی در دسترس دو ناحیه از شهر تهران انتخاب شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های نئو مک‌کری و کاستا ۱۹۸۵، سبک اسنادی پترسون، سمل، ون بایر، آبرامسون، متالسکی و سلیگمن (۱۹۸۲) و خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۹) بود. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد الگوهای اسنادهای خوش‌بینانه و بدبینانه بر ارزش مناسبی با داده‌ها دارند اما تنها در الگوی پیشنهادی سبک خوش‌بینانه، خودکارآمدی نقش میانجی‌گر را ایفا می‌کند. ۶۷ درصد خودکارآمدی از طریق روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی، و ۱۲ درصد از سبک خوش‌بینانه توسط روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و خودکارآمدی تبیین می‌شود. هم‌چنین رابطه خودکارآمدی با روان‌رنجورخویی، وظیفه‌شناسی و سبک خوش‌بینانه معنی‌دار بود، اما رابطه خودکارآمدی با برون‌گرایی و سبک بدبینانه معنی‌دار نبود. **نتیجه‌گیری:** با توجه به تاثیر باورهای خودکارآمدی بر صفات روان‌رنجورخویی و وظیفه‌شناسی و ایجاد سبک خوش‌بینانه، می‌توان با تقویت منابع خودکارآمدی و افزایش خودکارآمدی، هم از اثرهای منفی روان‌رنجورخویی کاست و هم از فواید خوش‌بینی در نیل به موفقیت برخوردار شد.

کلیدواژه‌ها: اسناد، خودکارآمدی، صفات شخصیت، نقش میانجی‌گر

*۱. نویسنده مسئول، کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران
Email: Poupakmirkhani@yahoo.com

۲. استادیار دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

مقدمه

روان‌شناسان همواره به‌دنبال شناسایی ویژگی‌های افراد موفق و عوامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت هستند و به‌دنبال "انقلاب شناختی" در روان‌شناسی، آن‌ها ویژگی‌های درون فردی را از مهم‌ترین این عوامل معرفی می‌کنند. تفاوت‌های فردی یکی از عوامل شکل‌گیری فرایندهای شناختی، مانند اسنادها و باورهای خودکارآمدی؛ و از طرفی صفات شخصیت هم یکی از پیچیده‌ترین علل تفاوت‌های فردی است (بندورا، ۲۰۱۲). باورهای خودکارآمدی و اسناد زیر مجموعه نظریه‌های باورهای کنترل یا انتظارها محسوب می‌شود و آن‌ها را قابلیت کنترل نتایج، قابل پیش‌بینی می‌کند. در نتیجه می‌تواند آمادگی لازم را قبل از وقوع حادثه در فرد ایجاد کند. بنابراین اعتقاد فرد به توانایی کنترل شرایط بر چگونگی تفکر، احساس، انگیزش، و عملکرد وی تاثیرگذار است (بندورا، ۱۹۹۷). پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهند که صفات شخصیت، باورهای خودکارآمدی و اسناد یکی از پیش‌بینی‌های اصلی عملکرد موفق هستند (بندورا، ۲۰۱۲؛ جاج، جکسون، شاو، اسکات و ریچ، ۲۰۰۷؛ واینر، ۲۰۱۰).

اسناد به‌عنوان روی آوردی شناختی با ادراک شخصی، ادراک رویداد و کسب خودآگاهی مرتبط است. نظریه اسناد واینر سه مولفه منبع کنترل، ثبات و قابلیت کنترل علت‌ها را در یک مجموعه قرار داده است و اسنادهای موفقیت و شکست را بر اساس آن‌ها مطرح می‌کند (سیفرت، ۲۰۰۴). سلیگمن این شیوه تبیین شناختی را سبک اسناد نامیده است و آن را یک سوگیری شناختی می‌داند که افراد برای توجیه موفقیت و شکست خود از آن استفاده می‌کنند. افرادی با سبک اسناد مثبت یا خوش‌بینانه، که موفقیت خود را به‌علل درونی، پایدار و کلی و شکست‌شان را به‌علل ناپایدار، بیرونی و خاص اسناد می‌دهند، احساس می‌کنند بر جنبه‌های مختلف زندگی خود کنترل بیشتری دارند و رفتارشان بر نتایج عملکردشان تاثیرگذار است. در مقابل، افرادی با سبک اسناد منفی یا بدبینانه، که موفقیت خود را به‌علل ناپایدار، بیرونی و خاص و شکست‌شان را به‌علل درونی، پایدار و کلی اسناد می‌دهند، احساس می‌کنند کنترل کمتری بر زندگی خود دارند (شهنی‌بیلاق، لوید و والش، ۲۰۰۹).

مطالعات نشان می‌دهد افرادی که از اسنادهای بدبینانه استفاده می‌کنند، مستعد ابتلا به افسردگی و درماندگی آموخته‌شده هستند (شهنی‌بیلاق و همکاران، ۲۰۰۹). اما سبک اسنادی خوش‌بینانه یک نوع اسناد خود خدمتی است. سلیگمن معتقد است که با دارا بودن سبک خوش‌بینانه، توانایی شاد زیستن، لذت بردن و قدرت حل مساله افزایش می‌یابد زیرا که در این راستا سازگاری افزایش و افکار منفی کاهش پیدا خواهد کرد. استفاده از سبک خوش‌بینانه باعث نگرش مثبت می‌شود و با این نگرش افراد تمایل پیدا می‌کنند تا به شکست‌های‌شان منتقدانه بنگرند و برای حل آن‌ها بکوشند (کوردت و استندینگ، ۲۰۰۷).

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

باورهای خودکارآمدی یکی از عوامل مهم و اصلی در نظریه شناخت اجتماعی بندورا ۱۹۸۶ است که علت رفتارها را در تعاملات متقابل بین سه عامل فرد، محیط و رفتار می‌داند. نظر به این که تاثیرهای درونی، که خودکارآمدی قسمتی از آنها است، سهمی در این تعامل پویا دارند، پس افراد در شکل‌دهی و تاثیر بر وقایع زندگی خویش نقش دارند. باورهای خودکارآمدی به معنای اعتقاد و باور به قابلیت‌های خود در سازماندهی، اداره و کنترل موقعیت‌های زندگی، جهت مدیریت شرایط است (بندورا، ۲۰۱۲). از طرفی مطالعات اخیر نشان می‌دهند که عوامل شناختی مانند خودکارآمدی می‌تواند بر رابطه صفات شخصیت و عملکرد موفقیت‌آمیز فرد تاثیرگذار باشند و از اثرهای منفی روان‌رنجورخویی در کاهش موفقیت فرد بکاهند (دی‌فیتز، کارس، ویگنا و برینگز، ۲۰۱۲).

از جمله عواملی را که پژوهشگران در شکل‌گیری سبک‌های اسنادی موثر می‌دانند شامل صفات شخصیتی، سبک تفکر، عزت نفس، امید، سلامت روان، افسردگی، رضایت از زندگی و سبک تبیینی، مانند خوش‌بینی و بدبینی (حسینی‌فاطمی، پیشقدم و عسگری، ۲۰۱۲؛ شیرانی بیدآبادی، قمرانی و فاطمی، ۱۳۹۰) است. بندورا (۲۰۱۲) خاطر نشان می‌کند که باورهای خودکارآمدی از جمله عوامل مهم شناختی است که در شکل‌گیری سبک اسناد نقش دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که رابطه بین خودکارآمدی و اسنادها مثبت و انتساب‌های درونی در افزایش موفقیت، خودکارآمدی و عزت نفس موثر است (شهنی‌بیلاق و همکاران، ۲۰۰۹). فتوحی‌بناب، هاشمی، صادقی و بیرامی (۱۳۸۹) نیز نشان دادند کسانی که از اسنادهای درونی بیشتر استفاده می‌کنند، خودکارآمدی بالاتری دارند. بررسی خودکارآمدی و منبع کنترل در بیماران نارسایی قلبی نشان داده است بیمارانی که بیشتر از اسنادهای درونی استفاده می‌کردند، باور خودکارآمدی بالاتری داشتند و عارضه افسردگی در این بیماران کمتر بود (ردلوسکا، کرزیستوفیک، لیبرگال، ریباک، باناسیاک و همکاران، ۲۰۱۳). از این‌رو است که میزان باورهای خودکارآمدی فرد موجب خوش‌بینی/ بدبینی، خود توانمندی یا خود ناتوان‌سازی وی می‌شود (بندورا، ۲۰۱۲). تا به حال تصور می‌شد که هر چه افراد نسبت به شرایط زندگی‌شان و صلاحیت‌های‌شان واقع بینانه‌تر فکر کنند بهتر است. اما این نظر اکنون تغییر یافته است، خود ارزیابی‌های خوش‌بینانه بیش از آن که اشتباه‌های شناختی باشند، محرک‌های مفیدی هستند. اگر باورهای خودکارآمدی همیشه تنها منعکس‌کننده آن چه همیشه انجام می‌شود، باشد نه تنها به‌ندرت اشتباه و شکستی صورت می‌گیرد بلکه مانع تلاش‌های اضافی برای رسیدن به عملکردی فراتر از حد معمول می‌شود (بندورا، ۲۰۱۲).

صفات شخصیت تمایلات غیرشرطی رفتاری هستند که توان بالقوه افراد را در عرصه عملکردشان منعکس می‌کنند (کاپرارا، ونچیونه، آلساندری، گاربینو و باربانلی، ۲۰۱۱). پژوهش‌ها

نشان داده‌اند که اسنادهای بیرونی رابطه مثبت با روان‌رنجورخویی و رابطه منفی با برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، سازگاری و گشودگی دارند اما تنها روان‌رنجورخویی و وظیفه‌شناسی پیش‌بینی کننده اسنادها هستند (حاتمی، محمدی، ابراهیمی و حاتمی، ۱۳۸۹). مرادی و بهرامی‌احسان (۱۳۹۰) در بررسی رابطه صفات شخصیتی آیزنک و سبک اسنادی نشان دادند رابطه روان‌رنجورخویی و سبک بدبینانه مثبت و معنی‌دار است و استفاده از سبک بدبینانه در روان‌رنجورخویی بیشتر است. مطالعات در حوزه شخصیت نشان می‌دهد روان‌رنجورخویی با خودکارآمدی رابطه منفی و برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی با خودکارآمدی رابطه مثبت دارد (کاپرارا و همکاران، ۲۰۰۹). در اکثر مطالعات فراتحلیلی، وظیفه‌شناسی و روان‌رنجورخویی اصلی‌ترین پیش‌بینی کننده خودکارآمدی بوده است (بندورا، ۲۰۱۲). کاپرارا و همکاران (۲۰۱۱) دریافته‌اند که خودکارآمدی عامل میانجی در پیش‌بینی عملکرد افراد در رابط با صفات وظیفه‌شناسی و گشودگی است. از طرفی پژوهش‌ها اثر عوامل شناختی مانند خودکارآمدی را بر صفات شخصیت نیز نشان می‌دهند. بدین ترتیب عوامل شناختی می‌توانند تاثیرهای این صفات را در حوزه‌های مختلف از جمله انگیزش و عملکرد تحت تاثیر قرار دهند. نتایج پژوهش دی‌فیتز و همکاران (۲۰۱۲)، نشان می‌دهد خودکارآمدی بالا در فرد روان‌رنجور، موجب بهبود عملکردش می‌شود بدین معنی که عملکرد تحصیلی این فرد بالاتر از فرد روان‌رنجوری است که خودکارآمدی پایینی دارد. نکته قابل توجه این که عملکرد او حتی از فردی با ثبات هیجانی روان‌رنجورخویی پایین که خودکارآمدی بالایی هم داشته باشد، بهتر و بیشتر است.

پژوهش حاضر می‌تواند در بسط دانش نظری مرتبط با قلمرو نظریه شناخت اجتماعی و نظریه اسناد در رابطه با صفات شخصیت موثر باشد زیرا نقش متغیرهای شناختی مانند اسنادهای علی و خودکارآمدی را با یک‌دیگر از یک طرف، و رابطه متغیرهای شناختی با متغیرهای خصیصه‌ای مانند صفات شخصیتی را از سوی دیگر مشخص می‌سازد. در بخش کاربردی نیز با مشخص شدن نقش خودکارآمدی در شکل‌گیری سبک اسناد، می‌تواند کمک کند تا تقدم و تاخر عوامل پیش‌بینی کننده موفقیت مشخص شود. با توجه به نتایج اکثر مطالعات پیشین و تاثیر معنی‌دار سه عامل از پنج عامل صفات شخصیت بر خودکارآمدی و نوع اسناد دهی، سوال پژوهش حاضر این است که باورهای خودکارآمدی، سبک اسناد و صفات شخصیت کدام‌یک نقش عمده‌تری در موفقیت افراد دارند؟ بنابراین پژوهش حاضر برای پاسخ به این سوال و شناسایی تقدم و تاخر عوامل پیش‌بینی کننده موفقیت، با هدف پژوهش شناسایی نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه صفات شخصیت و سبک‌های اسنادی انجام شد. در این پژوهش تنها رابطه روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی با سبک‌های اسنادی و خودکارآمدی بررسی شد.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

بررسی پیشینه در این زمینه دلالت بر آن دارد که به بررسی باورهای خودکارآمدی به‌عنوان عامل میانجی‌گر در رابطه بین صفات شخصیت و سبک‌های اسنادی کمتر توجه شده است. در این پژوهش فرض بر این است که بخشی از پراکندگی مشترک بین صفات شخصیت و سبک اسنادی در نتیجه نقش‌آفرینی باورهای خودکارآمدی است. بنابراین سوال پژوهش زیر آزمون شد. آیا خودکارآمدی میانجی‌گر رابطه بین صفات شخصیتی روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی و سبک اسنادی است؟ و با توجه به پیشینه پژوهش، فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از:

۱. روان‌رنجورخویی با خودکارآمدی رابطه منفی دارد.
۲. برون‌گرایی با خودکارآمدی رابطه مثبت دارد.
۳. وظیفه‌شناسی با خودکارآمدی رابطه مثبت دارد.
۴. خودکارآمدی با سبک اسنادی خوش‌بینانه رابطه مثبت دارد.

روش

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های همبستگی با استفاده از روش آماری الگویابی معادله‌های ساختاری و جامعه آماری زن‌ها و مردهای ۶۰-۲۰ ساله شهر تهران بود. با توجه به این‌که کیفیت گردآوری داده‌ها، تا حدودی متأثر از توان افراد در درک محتوی فکری ابزارهای سنجش است، در این مطالعه برای تحقق بخشیدن به گردآوری داده‌ها با کیفیت قابل‌قبول و همسان‌سازی وضعیت اقتصادی-اجتماعی شرکت‌کنندگان، آزمودنی‌ها از بین مراکز دولتی مشابه و در دسترس و از بین شرکت‌های دولتی وابسته به یکی از معاونت‌های وزارتخانه صنعت و معدن تهران انتخاب شد که شامل معاونت خودرو سازمان گسترش، سایپا و ایران خودرو بود. بر اساس نظر کلاین (۲۰۰۵) تعداد ۲۰-۵ نفر برای هر متغیر مناسب است که در این پژوهش برای هر متغیر تعداد ۱۱ به ۱ در و عدم پاسخ‌گویی به ۱۰ درصد سوال‌های پرسش‌نامه‌ها و یا پر نکردن هیچ‌یک از مشخصات فردی، به‌عنوان ملاک خروج آن‌ها در نظر گرفته شد. به این دلیل از ۴۳۰ شرکت‌کننده، ۳۸ نفر از مطالعه خارج شدند و در نهایت اطلاعات ۴۱۴ نفر شامل ۱۹۸ زن و ۲۱۴ مرد، تحلیل شد.

ابزارهای پژوهش

۱. نسخه کوتاه و تجدیدنظرشده پرسش‌نامه شخصیتی نئو^۱. این پرسش‌نامه توسط مک‌کری و کوستا ۱۹۸۵ ساخته شد و شامل ۶۰ سؤال برای ارزیابی ۵ صفت شخصیت است.

1. Personality Inventory Revised (NEOPI-R)

شماره سؤال‌های روان‌رنجورخویی ۱، ۶، ۱۱، ۱۶، ۲۱، ۲۶، ۳۱، ۳۶، ۴۱، ۴۶، ۵۱؛ سازگاری ۴، ۹، ۱۴، ۱۹، ۲۴، ۲۹، ۳۴، ۳۹، ۴۴، ۴۹، ۵۴، ۵۹؛ گشودگی ۳، ۸، ۱۳، ۱۸، ۲۳، ۲۸، ۳۳، ۳۸، ۴۳، ۴۸، ۵۳، ۵۸؛ برون‌گرایی ۲، ۷، ۱۲، ۱۷، ۲۲، ۲۷، ۳۲، ۳۷، ۴۲، ۴۷، ۵۲، ۵۷؛ و وظیفه‌شناسی ۵، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۳۰، ۳۵، ۴۰، ۴۵، ۵۰، ۵۵، ۶۰ است. این آزمون در مورد افراد به‌هنجار ۱۷ سال به بالا قابل اجرا است و هر فردی با داشتن تحصیلات بالاتر از پایان دوره ابتدایی می‌تواند به سؤال‌ها پاسخ دهد. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت کاملاً مخالفم = ۰، مخالفم = ۱، خنثی = ۲، مؤافقم = ۳ و کاملاً مؤافقم = ۴ تنظیم شده است و سوال‌هایی که علامت منفی دارند، معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل امتیاز برای هر عامل ۰ و حداکثر امتیاز ۴۸ است. مک‌کری و کاستا ۲۰۰۴ آلفای کرونباخ را برای مقیاس‌های روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، و گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی به‌ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۷۹ و ۰/۷۹ به‌دست آوردند (نقل از محمدزاده ادملایی، شهنی‌بیلاق و مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۸۸). در مطالعه محمدزاده ادملایی و همکاران (۱۳۸۸) آلفا کرونباخ این مقیاس برای روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، و گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی را به‌ترتیب ۰/۶۲، ۰/۵۸، ۰/۶۸، ۰/۶۵، ۰/۶۴؛ و در این پژوهش آلفای کرونباخ برای عامل روان‌رنجورخویی ۰/۸۳، برای عامل برون‌گرایی ۰/۷۶ و برای عامل وظیفه‌شناسی برابر ۰/۸۱ محاسبه شد.

۲. پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی شرر. پرسش‌نامه خودکارآمدی توسط شرر، مادوکس، مرکاندانت، پرنیتیس‌دان، جیکوبز و راجرز (۱۹۸۲) طراحی شد. این پرسش‌نامه عقاید فرد را در رابطه با توانایی‌اش برای غلبه بر موقعیت‌های مختلف اندازه‌گیری می‌کند. سوال‌ها شامل ۱۷ عبارت و بر پایه مقیاس پنج رتبه‌ای لیکرت کاملاً موافق = ۵، موافق = ۴، بی‌نظر = ۳، مخالف = ۲ و کاملاً مخالفم = ۱ تنظیم شده است. سوال‌های ۲، ۴، ۵، ۶، ۷، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۶، ۱۷ معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (شرر و همکاران، ۱۹۸۲). حداقل نمره نهایی ۱۷ و حداکثر آن ۸۵ است. آلفای کرونباخ آن توسط رضاپورمیرصالح، خباز، صافی، عبدی، یآوری و بهجتی (۱۳۹۰) برابر ۰/۸۸؛ و در این پژوهش ۰/۸۷ محاسبه شد.

۳. پرسش‌نامه سبک اسناد. این پرسش‌نامه در واقع پرسش‌نامه تجدیدنظر شده درماندگی آموخته شده است که توسط پیترسون، سمل، ون‌بایر، آبرامسون، متالسکی و سلیگمن (۱۹۸۲) تدوین شد و شامل ۱۲ موقعیت فرضی، ۶ موقعیت مثبت و ۶ موقعیت منفی است و تفاوت‌های

1. Attribution Style Question (ASQ)

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

فردی را در زمینه اسناد وقایع خوشایند و ناخوشایند به عوامل درونی در برابر بیرونی، پایدار در برابر ناپایدار و کلی در برابر خاص را اندازه‌گیری می‌کند. شماره سوال‌های وقایع خوشایند شامل ۱، ۲، ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸ است. از آزمودنی خواسته می‌شود، هر یک از موقعیت‌ها را به‌وضوح در ذهن خود مجسم و فرض کند خودش در چنین موقعیتی قرار گرفته است. هر موقعیت شامل ۴ سوال است. اولین سوال علت عمده واقعه موردنظر را می‌پرسد تا دلیلی را که به اعتقاد او مهم‌ترین و اصلی‌ترین دلیل آن رویداد است در محل مربوطه بنویسد. برای این سوال نمره‌ای در نظر گرفته نمی‌شود؛ اما به آزمودنی در پاسخ‌دادن به سوال بعدی کمک می‌کند. دومین سوال بُعد درونی/ بیرونی، سومین سوال بُعد ثبات/ عدم ثبات و چهارمین سوال بُعد عمومی/ خاص بودن پاسخ را می‌سنجد. دامنه نمره‌ها برای هر پاسخ از ۱ تا ۷ و پائین‌ترین نمره برای سبک ترکیبی ۳ و بالاترین نمره ۲۱ است. در این پژوهش آلفای کرونباخ پرسش‌نامه سبک اسناد برای موقعیت درونی منفی ۰/۵۴، با ثبات منفی ۰/۶۴، عمومی منفی ۰/۷۴، درونی مثبت ۰/۶۴، با ثبات مثبت ۰/۷۴، عمومی مثبت ۰/۶، ترکیبی منفی ۰/۷۸ و ترکیبی مثبت ۰/۸۴ به‌دست آمد.

شیوه اجرا. ابتدا به آزمودنی‌ها در مورد اهداف پژوهش و نحوه پرکردن پرسش‌نامه‌ها و محرمانه ماندن اطلاعات توضیحاتی ارائه و برای تشویق به همکاری، از آن‌ها خواسته شد برای اطلاع از نتایج خود، آدرس ایمیل خود را بنویسند. برخی از شرکت‌کنندگان مایل بودند که خانواده‌شان نیز در این پژوهش شرکت داشته باشند، لذا به آن‌ها نیز پرسش‌نامه داده شد. با تغییر در ترتیب ارائه پرسش‌نامه‌ها، از سوگیری احتمالی در پاسخ‌ها جلوگیری و اعتبار نتایج تقویت شد. به‌دلیل حساسیت بیش از حد خروجی الگوهای معادله‌های ساختاری نسبت به‌وجه اندازه‌گیری، با توجه به گزارش بارهای عاملی حاصل از تحلیل مؤلفه‌های اصلی و میزان اشتراک، سوال‌هایی که بار عاملی کمتر از ۰/۴ داشتند، از محاسبه‌های بعدی حذف شد. به این ترتیب سوال‌های ۲، ۵، ۷، ۱۲، ۲۲، ۴۷ و ۵۷ از روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی، سوال ۸ از خودکارآمدی و سوال ۴ از سبک اسنادی حذف شد. جهت تحلیل اطلاعات از روش معادله‌های ساختاری استفاده شد که دو مرحله اساسی دارد. در مرحله الگوی اندازه‌گیری روایی سازه ابزارهای اندازه‌گیری و تعیین چگونگی اندازه‌گیری متغیرهای مکنون یا نهفته در قالب تعدادی از متغیرهای مشاهده شده، و در مرحله الگوی ساختاری، روابط علی موجود میان متغیرهای مکنون بررسی شد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان شامل ۱۹۸ (۴۷/۷٪) زن و ۲۱۴ (۵۱/۶٪) مرد، با میانگین سنی ۳۵/۸ سال (۸/۸ = انحراف استاندارد) بود. ۱۱۷ نفر (۲۸/۲٪) مجرد و ۲۵۳ نفر (۶۱٪) متاهل بودند.

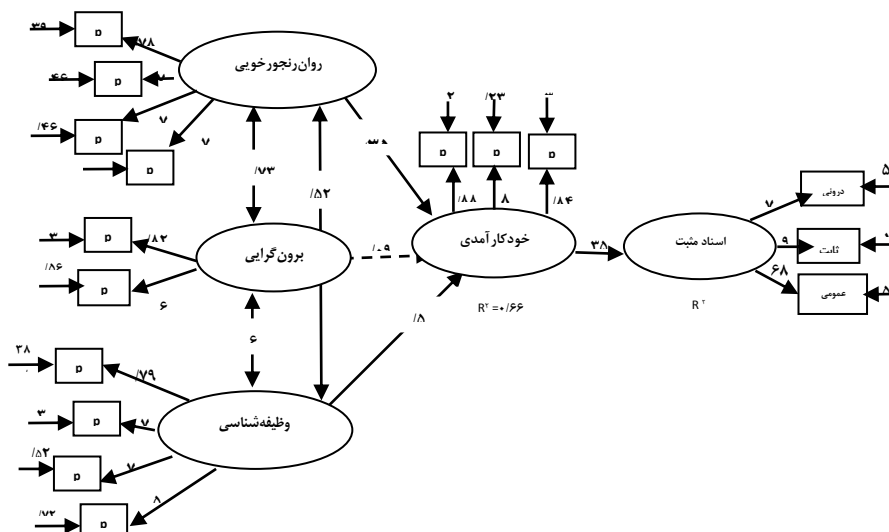
تحصیلات ۱۰۹ نفر (۲۶/۳٪) کارشناسی ارشد و بالاتر، ۱۷۸ نفر (۴۲/۹٪) کارشناسی، ۳۳ نفر (۸٪) فوق‌دیپلم و ۴۱ نفر (۹/۹٪) دیپلم بود.

جدول ۱. ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

خودکارآمدی	روان‌رنجورخویی	برون‌گرایی	وظیفه‌شناسی	اسناد منفی	اسناد مثبت
روان‌رنجورخویی	-۰/۱۷۴**				
برون‌گرایی	۰/۱۱۳*	-۰/۵۸۶**			
وظیفه‌شناسی	۰/۱۰۶*	-۰/۴۱۳**	۰/۴۷۱**		
اسناد منفی	-۰/۰۵۳	۰/۱۴۴**	-۰/۱۱۲*	-۰/۱*	
اسناد مثبت	۰/۱۳۶**	-۰/۱۴۸**	۰/۱۹۲**	۰/۲۹۹**	۰/۰۰۸
میانگین	۶۵/۴	۲۰/۳۸	۳۰	۳۵/۵	۷۰/۵
انحراف معیار	۹/۳	۸	۶/۳	۶/۲	۱۴/۱

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

نتایج ماتریس همبستگی (جدول ۱) نشان می‌دهند خودکارآمدی با روان‌رنجورخویی رابطه منفی و با صفات برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی رابطه مثبت دارد. سبک اسناد خوش‌بینانه با خودکارآمدی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی رابطه مثبت و با روان‌رنجورخویی رابطه منفی دارد. تمامی روابط، به‌جز رابطه خودکارآمدی با سبک بدبینانه، معنی‌دار هستند.



شکل ۱. الگوی سبک خوش‌بینانه از طریق صفات شخصیت با میانجی‌گری خودکارآمدی

شکل ۱ نتایج شاخص‌های نیکویی برازش الگوی ساختاری [$p < 0.05$, $\chi^2(96) = 11.86$], شاخص برازش مقایسه‌ای ۰/۹۷، شاخص برازندگی تعدیل‌یافته = ۰/۹۳، شاخص برازندگی = ۰/۹۵، ریشه

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

میانگین مربع‌های خطای تقریب = $0/05$ ، نشان می‌دهند که الگوی مزبور با داده‌ها برازش مناسبی دارد. در الگوی ساختاری سبک خوش‌بینانه (مثبت) نیز تمامی ضرایب مسیر بین متغیرهای مکنون، به جز ضریب مسیر رابطه بین برون‌گرایی و خودکارآمدی، از لحاظ آماری معنی‌دار بودند. در این الگو، رابطه بین روان‌رنجورخویی با دیگر مولفه‌ها منفی، و رابطه بین برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی با مولفه‌های دیگر و نیز رابطه خودکارآمدی با سبک خوش‌بینانه، مثبت بود. بر اساس الگوی ساختاری، اثر غیرمستقیم متغیرهای نهفته برون‌زا یعنی روان‌رنجورخویی و وظیفه‌شناسی، بر متغیر نهفته درون‌زای وابسته یا سبک خوش‌بینانه، از طریق متغیر خودکارآمدی به ترتیب برابر با $-0/12$ و $0/18$ و معنی‌دار بود ($P < 0/05$). اما اثر غیرمستقیم متغیر برون‌گرایی بر سبک خوش‌بینانه، از طریق متغیر خودکارآمدی معنی‌دار نبود. لازم به ذکر است همان‌طور که در الگو هم مشخص است، مسیر مستقیم از سمت متغیرهای برون‌زای پژوهش - صفات شخصیت - به سمت متغیر درون‌زای نهایی پژوهش - اسناد مثبت - معنی‌دار نبود و ترسیم نیز نشده است. بنابراین اثرهای غیرمستقیم و کل با هم برابر بود و گزارش اثرهای کل غیرضروری است. به این دلیل الگو نهایی سبک اسناد خوش‌بینانه، یک الگوی میانجی‌گر کامل^۱ است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که رابطه خودکارآمدی با روان‌رنجورخویی منفی، اما با صفات برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی مثبت است. این نتایج هم راستا با مطالعات بندورا (۲۰۱۲)، جاج و همکاران (۲۰۰۷)، دی‌فیتز و همکاران (۲۰۱۲) و کاپرازا و همکاران (۲۰۱۱) است. تبیین این روابط را می‌توان با توجه به ویژگی‌های هر یک از این صفات و رابطه آن با کسب تجارب موفق انجام داد، زیرا که بندورا (۲۰۱۲) تجربه مسلط را از موثرترین منبع خودکارآمدی ذکر می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند ویژگی‌های روان‌رنجورخویی از قبیل اضطراب و عدم توانایی در کنترل تکانه‌ها و هیجان‌ها موجب تداخل در عملکردهای شناختی و رفتاری شده و عملکرد پایین و غیرموفقی را برای او رقم می‌زند (شکری، کدیور و دانش‌پور، ۱۳۸۶). عدم دسترسی به نتایج مورد انتظار و احساس شکست از یک طرف، عزت نفس پایین و نداشتن انگیزه پیشرفت از طرف دیگر باعث می‌شود که فرد روان‌رنجور نتواند تجربه‌های مسلط و موفقی را داشته باشد (کوشکی، هومن و یارمحمدی، ۱۳۸۹). از آن‌جا که یکی از عوامل مهم و تاثیرگذار بر افزایش خودکارآمدی، تجربه‌های مسلط است، تکرار شکست در کنترل نتایج می‌تواند احساس خودکارآمدی پایینی را

ایجاد کند. به این جهت رابطه روان‌رنجورخویی و خودکارآمدی منفی است. اما مطالعات نشان داده‌اند که برون‌گرایی نقش مهمی در ایجاد تجربه‌های موفقیت‌آمیز دارد (حسینی‌فاطمی و همکاران، ۲۰۱۲؛ کوشکی و همکاران، ۱۳۸۹). هیجان‌های مثبت به‌همراه میل به ارتباط با دیگران، باعث می‌شود که فرد از حمایت اجتماعی خوبی برخوردار شود و از کمک آن‌ها در ایجاد تجربه‌های موفق استفاده کند. از طرفی فرد برون‌گرا با دقت و کنجکاوی که خاص این صفت است، می‌تواند اطلاعات خود را در مورد کار یا موقعیت مورد نظر کامل کند. به این دلیل برون‌گرایان بیشتر از روش حل مساله سازنده استفاده می‌کنند و اعتماد بیشتری به حل مساله خود دارند (آهنگی، عابدین و فتح‌آبادی، ۱۳۸۸). همچنین فرد برون‌گرا جسارت و انگیزه پیشرفت بالایی دارد، و این ویژگی‌ها می‌تواند امکان رسیدن به اهداف را افزایش دهد و در نتیجه عملکرد مطلوب و موفقیت‌های بیشتری را ایجاد کند به این ترتیب فرد برون‌گرا، حداقل از دو منبع اصلی خودکارآمدی یعنی تجربه‌های مسلط و اقناع اجتماعی، برخوردار می‌شود و در نتیجه می‌توان انتظار داشت که برون‌گرایی با باورهای خودکارآمدی رابطه مثبت داشته باشد (کوشکی و همکاران، ۱۳۸۹).

در تبیین رابطه مثبت وظیفه‌شناسی با خودکارآمدی می‌توان به ویژگی‌های وظیفه‌شناسی در ارتباط با عملکرد، نظیر تلاش به‌منظور پیشرفت، انگیزه درونی، نظم و مسئولیت‌پذیری اشاره کرد. همپوشی این ویژگی‌ها با صفت وظیفه‌شناسی، از جمله مسئولیت‌پذیری، خودنظم‌دهی، احتیاط و تفکر قبل از عمل، کنترل خود و به تأخیرانداختن ارضاء خواسته‌ها، رعایت قوانین و هنجارها، سازماندهی و اولویت‌بندی تکالیف، باعث می‌شود که دارا بودن این صفت، پیش‌بینی‌کننده عملکرد موفقیت‌آمیز باشد (بندورا، ۲۰۱۲؛ کاپرارا و همکاران، ۲۰۱۱؛ دی‌فیترو و همکاران، ۲۰۱۲؛ جاج و همکاران، ۲۰۰۷). بدین جهت مطالعات رابطه معنی‌دار وظیفه‌شناسی با عملکرد را هم به‌صورت مستقیم و هم غیرمستقیم از طریق خودکارآمدی نشان می‌دهند (بندورا، ۲۰۱۲). پس می‌توان انتظار داشت که وظیفه‌شناسی منجر به بالا رفتن باورهای خودکارآمدی شود. از آن‌جا که خودکارآمدی یکی از عوامل اصلی در شکل‌گیری خودتنظیمی است (بندورا، ۲۰۱۲)، بدین لحاظ کاپرارا و همکاران (۲۰۱۱) آن را یک صفت پایه‌ای^۱ ارزیابی کرده‌اند.

یافته دیگر پژوهش حاضر، هم راستا با مطالعات بسیاری از جمله شهنی‌بیلاق و همکاران (۲۰۰۹) است که نشان دادند افرادی که از سبک‌های اسنادی خوش‌بینانه استفاده می‌کنند، از باورهای خودکارآمدی بالاتری برخوردارند و موفقیت‌شان را به‌علل درونی نسبت می‌دهند. در مطالعه فتوحی‌بناب و همکاران (۱۳۸۹) با عنوان اثربخشی آموزش راهبردی مدیریت هدف بر

1. basic trait

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

خودکارآمدی دانش‌آموزان با توجه به نوع اسناد، رابطه مثبت و معنی‌داری بین خودکارآمدی و اسناد درونی/ بیرونی به‌دست آمد. به این ترتیب که کسانی که از اسنادهای درونی بیشتر استفاده می‌کردند، خودکارآمدی بالاتری داشتند. بندورا (۲۰۱۲) عنوان می‌کند باورهای خودکارآمدی از طریق تاثیر بر نوع هدف‌گذاری، نتایج مورد انتظار و اسنادهای علی موفقیت و شکست، موجب خودانگیزی و آمادگی برای برخورد با مشکلات می‌شود.

ردلوسکا و همکاران (۲۰۱۳) رابطه منبع کنترل سلامتی و خودکارآمدی را در بیماران نارسایی قلبی مطالعه کردند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد بیمارانی که بیشتر از اسنادهای درونی استفاده می‌کنند، باور خودکارآمدی بالاتری و کنترل بیشتری بر سلامتی خود دارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان عنوان کرد که باورهای خودکارآمدی از طریق فرایندهای شناختی، انگیزی، عاطفی و فرایند تصمیم‌گیری بر کیفیت عملکرد تاثیر می‌گذارد و موجب رسیدن به تجربه موفقیت‌آمیز می‌شود (بندورا، ۲۰۱۲). در قدم اول باور به خودکارآمدی، به‌فرد در انتخاب موقعیت‌ها یا تکالیف یعنی فرایند شناختی و تصمیم‌گیری، کمک می‌کند و هم‌زمان در او انگیزه قدم‌گذاشتن به موقعیت انتخاب‌شده و پایداری تا رسیدن به هدف را ایجاد می‌کند (فرایند انگیزی). خودکارآمدی و آگاهی از توانایی‌ها، باعث می‌شود تا فرد در انتخاب موقعیت یا کار، کمتر اشتباه کند. در این شرایط امکان این‌که او به اهداف خود و در نتیجه یک تجربه موفقیت‌آمیز برسد، زیاد است. پس می‌توان انتظار داشت با توجه به داشتن تجارب موفق مکرر، اسنادهای خوش‌بینانه در فرد شکل بگیرد زیرا که در این‌صورت او علت موفقیت‌اش را درونی، پایدار و کلی می‌بیند و شکستش را بیرونی، ناپایدار و خاص می‌داند. به این دلیل بندورا (۲۰۱۲) عنوان می‌کند باورهای خودکارآمدی حتی بر سبک تفکر، خوش‌بینی یا بدبینی، و خود ناتوان‌سازی هم اثرگذار است.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد سبک اسناد خوش‌بینانه با روان‌رنجورخویی رابطه منفی معنی‌دار و با وظیفه‌شناسی رابطه مثبت معنی‌دار دارد. این نتایج هم راستا با مطالعات بندورا (۲۰۱۲)، حسینی فاطمی و همکاران (۲۰۱۲)، کاپرارا و همکاران (۲۰۱۱) است. هم‌چنین رابطه سبک خوش‌بینانه با برون‌گرایی مثبت بود که این نتیجه نیز هم راستا با مطالعات نامبرده است. در پاسخ به سوال پژوهش، با توجه به نتایج مذکور و تایید فرضیه‌ها، می‌توان نتیجه گرفت باورهای خودکارآمدی رابطه بین صفات روان‌رنجورخویی و وظیفه‌شناسی با سبک اسنادی خوش‌بینانه را میانجی‌گری می‌کند. لازم به‌ذکر است که عدم معنی‌داری رابطه بین برون‌گرایی و خودکارآمدی در این مطالعه نشان می‌دهد خودکارآمدی میانجی‌گر رابطه برون‌گرایی با سبک اسناد خوش‌بینانه نیست. کاپرارا و همکاران (۲۰۱۱) دریافتند که در سال‌های اول دبیرستان صفات شخصیتی تاثیر معنی‌داری به‌طور مستقیم بر عملکرد دارند. اما در سال‌های آخر دبیرستان

تاثیر خودکارآمدی بر عملکرد از تاثیر صفات شخصیتی بیشتر است. زیرا باورهای شناختی و از جمله خودکارآمدی، با افزایش تجارب فرد تغییر می‌کند و آن‌ها را تحت تاثیر قرار می‌دهد. دی‌فیتز و همکاران، (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای بلند مدت، نقش تعدیل‌کننده و میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی و انگیزه تحصیلی را در رابطه با صفات شخصیت و عملکرد تحصیلی بررسی کردند و نشان دادند که روان‌رنجورخویی اثر مستقیمی بر عملکرد تحصیلی ندارد، ولی این رابطه از طریق میانجی‌گری باورهای خودکارآمدی معنی‌دار می‌شود. این مطالعه همچنین تفاوت اثر میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی را در رابطه با صفات شخصیت و انگیزه نیز نشان می‌دهد؛ به طوری که عامل روان‌رنجورخویی در صورتی بر انگیزه اثرگذار است که خودکارآمدی بالا باشد. به عبارت دیگر روان‌رنجورخویی همراه با خودکارآمدی پایین اثری بر انگیزه ندارد و به عبارت دیگر روان‌رنجورخویی عامل تعدیل‌کننده رابطه خودکارآمدی با انگیزه تحصیلی است. در اکثر مطالعات تجربی نیز با استفاده از مسیرها و الگوهای ساختاری متفاوت، نقش میانجی‌گر خودکارآمدی تایید شده است (بندورا، ۲۰۱۲).

نتایج پژوهش حاضر هم‌سو با بندورا (۲۰۱۲) نشان می‌دهد که خودکارآمدی یکی از عوامل شناختی موثر بر شکل‌گیری سبک اسناددهی است. باورهای خودکارآمدی ابتدا بر نوع تفکر و به تبع آن، بر احساس و انگیزش تاثیرگذار است و در انتها منجر به تغییراتی در عملکرد می‌شود. پس می‌توان گفت که خودکارآمدی با رفتارهایی که به موفقیت منتهی می‌شود، رابطه دارد. این رفتارها شامل پردازش شناختی، اجرای موفقیت‌آمیز کار، داشتن انگیزه، خود ارزشمندی و انتخاب فعالیت‌ها است (سیفرت، ۲۰۰۴).

در واقع خودکارآمدی، فرد را قبل از انجام کار یا وقوع رویداد آماده می‌کند تا موقعیت را مدیریت کند و از آن یک تجربه موفقیت‌آمیز بسازد. پس می‌توان گفت که باورهای خودکارآمدی پیش‌نیاز ایجاد سبک اسناد خوش‌بینانه و در نتیجه حصول به موفقیت است. فردی که باور خودکارآمدی بالایی داشته باشد، احساس کنترل بیشتری بر وقایع زندگی و سرنوشت خویش دارد و از آن‌جا که این احساس از باور او یعنی از نیروهای درونی او ناشی می‌شود، اسنادهای موفقیت خود را بیشتر به عوامل درونی یعنی به توانایی و تلاش خود نسبت می‌دهد. تجربه موفقیت‌های مکرر، ابتدا خودباوری را افزایش می‌دهد و سپس موجب تشکیل اسنادهای خوش‌بینانه می‌شود و از فشارهای روانی می‌کاهد (شکوهی امیرآبادی و همکاران، ۱۳۸۷).

در مقابل فردی که به نیروهای درونی یا خودکارآمدی‌اش باور کمتری داشته باشد، انتظار موفقیت کمتری نیز دارد و در صورت موفقیت هم، آن‌ها را بیشتر به عوامل بیرونی نسبت می‌دهد. گرچه از نظر مفهومی شباهتی بین منبع کنترل و خودکارآمدی وجود دارد اما با یک‌دیگر تفاوت دارند. منبع کنترل به ادراک جهت کنترل‌کننده نتایج (درونی/ بیرونی) اشاره دارد، در حالی که

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

خودکارآمدی، باور فرد در مورد آسانی یا دشواری کاری است که در پیش‌رو دارد، یا به عبارتی نتیجه را پیش‌بینی می‌کند. باورهای خودکارآمدی در ارتباط با انتظاراتی است که فرد از آینده دارد و این انتظارات است که زمینه‌ساز سبک اسنادی است. از طرفی واینر هم عنوان می‌کند هیجان‌هایی که متعاقب رویداد تجربه می‌شود، نقش مهمی در شکل‌گیری اسنادها دارد و از این طریق نیز تاثیر خود را بر رفتار می‌گذارد. پس می‌توان گفت که فرایند اسناد، ادراکی است که بعد از کسب نتیجه و واکنش هیجانی نسبت به آن انجام می‌شود. در نتیجه اسنادهای موفقیت و شکست، گذشته مدارند (بندورا، ۲۰۱۲).

با توجه به نتایج این پژوهش، در بحث پیش‌گیری می‌توان مداخله‌های هدفمندی را با توجه به سن رشد کودکان و بزرگسالان، برای بالا بردن خودکارآمدی آن‌ها و به تبع آن افزایش تجربه‌های موفقیت‌آمیزشان انجام داد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند عملکرد افراد تا اوایل نوجوانی، تحت تاثیر صفات شخصیتی است. اما از سنین نوجوانی عملکرد افراد بیشتر از فرایندهای شناختی و باورهای خودکارآمدی تاثیر می‌پذیرند (کاپرارا و همکاران، ۲۰۱۱). به این ترتیب حتی اگر افراد درجه‌های متفاوتی از روان‌رنجورخویی هم داشته باشند، می‌توان از طریق تقویت منابع و افزایش خودکارآمدی، به تجربه‌های موفق آنان افزود (دی‌فیترو و همکاران، ۲۰۱۲؛ کاپرارا و همکاران، ۲۰۱۱)؛ و از عوارض شکست‌های مکرر در خانواده، مدرسه و اجتماع جلوگیری کرد. افراد با خودباوری بالایی که در مورد توانایی‌هایشان برای غلبه بر چالش‌ها دارند، کوشش بیشتری انجام می‌دهند، سریع‌تر از خودتردیدی‌های حاصل از شکست بهبود می‌یابند، به‌میزان و مدت زمان کوشش خود می‌افزایند و از انگیزه پیشرفت بالاتری برخوردار می‌شوند. آن‌ها هم‌چنین صاحب ایده‌های نسبتاً بالا و نسبت به آینده خوش‌بین هستند (بندورا، ۲۰۱۲).

همان‌طور که رشد تحولی باورهای خودکارآمدی نشان می‌دهد این باورها ابتدا در نوع ارتباط با والدین و همشیران، سپس همسالان و محیط مدرسه شکل می‌گیرد. بنابراین ارتقا سطح خودکارآمدی با ایجاد محیط‌هایی که در کنار کسب تجربه‌های موفق، با سخت‌تر کردن گام به گام تکلیف، با آموزش مفاهیم تلاش، هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی، امکان‌پذیر است. نکته مهم این است که اگر خودباوری هرچه زودتر و در سنین نوجوانی تقویت شود، فرد در برابر تغییرها و مشکلات زندگی مقاوم‌تر و پایدارتر باقی می‌ماند و تاب‌آوری بالاتری پیدا می‌کند (کاپرارا و همکاران، ۲۰۱۱). از این طریق به دو هدف عمده می‌توان دست یافت. اول باورهای خودکارآمدی را تقویت نماییم و دوم به افزایش خوش‌بینی از طریق ایجاد سبک خوش‌بینانه کمک کنیم. با مشخص شدن نقش میانجی‌گری خودکارآمدی، با کمک گرفتن از منابع و آگاهی از روند شکل‌گیری خودکارآمدی، می‌توان علی‌رغم دارابودن درجه‌هایی از روان‌رنجورخویی و سایر صفات

شخصیتی، هم‌زمان بر خودکارآمدی و سبک اسنادی موفقیت و شکست اثر گذاشت و از تاثیرهای سبک خوش‌بینانه در حوزه‌های انگیزشی، سلامتی، آموزشی، شغلی و روابط اجتماعی سود جست (واینر، ۲۰۱۰).

از محدودیت‌های این پژوهش، استفاده از ابزارهای خودسنجی است و بنابراین می‌توان انتظار عیوبی را داشت که متوجه این روش است. در تعمیم نتایج باید بیشتر احتیاط نمود زیرا نمونه‌گیری در دسترس بود و در ضمن مشارکت‌کنندگان تقریباً همه از طبقه اقتصادی-اجتماعی متوسط بودند. پیشنهاد می‌شود که پژوهشی مشابه با متغیر خوش‌بینی و رویکرد مثبت‌نگر انجام شود. با توجه به نتیجه این پژوهش و پژوهش‌هایی که اثرهای عوامل شناختی را بر شخصیت نشان می‌دهند، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌هایی که در مورد صفات شخصیت انجام می‌گیرد، عوامل شناختی، مانند خودکارآمدی، به‌عنوان میانجی‌گر صفات شخصیت و یا تعدیل‌کننده دیگر مولفه‌های شناختی مطالعه و نتایج با دقت بیشتری تفسیر شوند (دی‌فیترو و همکاران، ۲۰۱۲؛ کاپرازا و همکاران، ۲۰۱۱). پیشنهاد دیگر، انجام پژوهش‌های مشابه با روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی متنوع‌تر است.

منابع

- آهنگی، اکرم، عابدین، علی‌رضا، و فتح‌آبادی، جلیل. (۱۳۸۸). رابطه بین تیپ‌های شخصیت با سبک‌های حل مساله در کارکنان دانشگاه. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۳(۴): ۶۱-۴۰.
- حاتمی، حمیدرضا، محمدی، ناهید، ابراهیمی، محسن، و حاتمی، معصومه. (۱۳۸۹). رابطه منبع کنترل و ویژگی‌های شخصیت. *مجله اندیشه و رفتار*، ۵(۱۸): ۳۰-۲۱.
- رضاپورمیر صالح، یاسر، خباز، محمود، صافی، محمدهادی، عبدی، کیانوش، یآوری، مریم، و بهجتی، زهرا (۱۳۹۰). بررسی همبستگی جهت‌گیری مذهبی، ابعاد شخصیت و خودکارآمدی با سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان کارورز پرستاری. *پژوهش پرستاری*، ۶(۲۲): ۶۴-۵۲.
- شکری، امید، کدیور، پروین، و دانشورپور، زهره. (۱۳۸۶). تفاوت‌های جنسیتی در بهزیستی ذهنی: نقش ویژگی‌های شخصیت. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۱۳(۳): ۲۸۹-۲۸۰.
- شکوهی‌امیرآبادی، لیلیا، خلعتبری، جواد، و رضابخش، حسین. (۱۳۸۹). استرس ادراک‌شده در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج با سبک‌های اسنادی مختلف در سال ۸۷. *فصلنامه اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی*، ۵(۴): ۱۲۹-۱۰۸.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

شیرانی‌بیدآبادی، مهناز، قمرانی، امیر، و فاطمی، عظیمه‌السادات. (۱۳۹۰). فراتحلیلی بر همبسته‌های سبک‌های اسنادی در ایران. خلاصه مقاله‌های اولین کنگره روان‌شناسی اجتماعی ایران، ۱، ۱۱۴-۱۱۴.

فتوحی‌بناب، سکینه، هاشمی، تورج، صادقی، سوسن، و بیرامی، منصور. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش راهبردی مدیریت هدف بر خودکارآمدی دانش‌آموزان با توجه به سبک‌های اسنادی آن‌ها. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۶(۱)، ۱۶۲-۱۴۷.

کوشکی‌شیرین، هومن، حیدرعلی، و یارمحمدی، پروانه. (۱۳۸۹). رابطه اضطراب امتحان و ویژگی‌های شخصیت با انگیزش پیشرفت در دانش‌آموزان. *تحقیقات روان‌شناختی*، ۲(۵)، ۷۷-۶۷. محمدزاده‌دملایی، رجبعلی، شهنی‌بیلاق، منیجه، و مهربانی‌زاده‌هنرمند، مهناز. (۱۳۸۸). مقایسه دانشجویان پسر دارای سبک‌های یادگیری متفاوت از لحاظ ویژگی‌های شخصیتی، انگیزه پیشرفت و عملکرد تحصیلی. *دست‌آوردهای روان‌شناختی (علوم تربیتی و روان‌شناسی)*، ۱۶(۱)، ۱۵۴-۱۲۷.

مرادی، افسانه، و بهرامی‌احسان، هادی. (۱۳۹۰). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی، راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی بین بیماران وابسته به مواد افیونی و افراد سالم. *توان‌بخشی*، ۱۲(۱)، ۱۸-۸.

Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1): 9- 44.

Caprara, G. V., Vecchione, M., Alessandri, G., Gerbino M., & Barbaranelli, C. (2011). The contribution of personality traits and self-efficacy beliefs to academic achievement: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1): 78- 96.

DeFeyter, T., Caers, R., Vigna, C., & Berings, D. (2012). Unraveling the impact of the big five personality traits on academic performance: The moderating and mediating effects of self-efficacy and academic motivation. *Learning and Individual Differences*, 22(4): 439- 448.

HosseiniFatemi, A., Pishghadam, R., & Asghari, A. (2012). Attribution theory and personality traits among EFL learners. *International Journal of Linguistics*, 4(2): 229- 243.

Judge, T. A., Jackson, C. L., Shaw, J. C., Scott, B. A., & Rich, B. L. (2007). Self-efficacy and work-related performance: The integral role of individual differences. *Journal of Applied Psychology*, 92(1): 107- 127.

Klien, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*, edition 2, Guilford press, New York & London.

- Kordt, E., & Standing, C. (2007). Always the optimist? *Proceedings of Conference on Information Management and Internet Research (CIMIR)*. Perth: We-B Centre, Edith Cowan University, 272-281.
- Peterson, C., Semel, A., von Beayer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. P. (1982). The attribution style questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 229- 286.
- Rydlewska, A., Krzysztofik, J., Libergal, J., Rybak, A., Banasiak, W., Ponikowski, P., & Jankowska, E. (2013). Health locus of control and the sense of self-efficacy in patients with systolic heart failure: A pilot study. *Patient Preference and Adherence*, 7, 337- 343.
- Seifert, T. L. (2004). Understanding student motivation. *Educational Research*, 46(2): 137- 149.
- Shahni Yailagh, M., Lloyd, J., & Walsh, J. (2009). The causal relationships between attribution styles, mathematics self-efficacy beliefs, gender, differences, goal setting, and math achievement of school children. *Journal of Education & Psychology*, 3(2): 95- 114.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scales: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663- 671.
- Weiner, B (2010). The development of an attribution-based theory of motivation: A history of ideas. *Educational Psychologist*, 45(1): 28- 36.
- Zareei Mahmoodabadi, H., Bahrami, F., Ahmadi, A., Etemadi, O. & Sadat Fatehizadeh, M. (2012). The effectiveness of retraining attribution styles (cognitive therapy) on dimensions of family functioning in divorce applicant couples. *International Journal of Psychological Studies*, 4(2): 257- 263.

پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی شحرر

کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۱. وقتی طرحی می‌ریزم مطمئن هستم که می‌توانم آن را انجام دهم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۲. یکی از مشکلات من این است که وقتی می‌بایست کاری انجام دهم، نمی‌توانم از عهده آن برآیم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۳. اگر نتوانم کاری را بار اول انجام دهم به تلاشم برای انجام آن ادامه می‌دهم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۴. وقتی که اهداف مهم برای خود تعیین می‌کنم به‌ندرت به آن دست می‌یابم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۵. قبل از تمام کردن کارهایم آن را رها می‌کنم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۶. از رویه‌رو شدن با مشکلات اجتناب می‌کنم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۷. در صورتی که کار خیلی پیچیده به‌نظر رسد حتی زحمت امتحانش را به‌خود نمی‌دهم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۸. هنگامی که کاری را که باید انجام دهم نامناسب است، آن قدر پایداری می‌کنم تا آن را تمام کنم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۹. وقتی تصمیم به انجام کاری گرفتم، به‌طور جدی و دقیق روی همان کار تمرکز می‌کنم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۱۰. هنگامی که می‌خواهم چیز جدیدی بیاموزم، اگر در ابتدا موفق نشوم آن را رها می‌کنم.
کاملاً مخالف	مخالف	بی‌نظر	موافق	کاملاً موافق	۱۱. وقتی مشکلات غیرمترقبه‌ای برایم رخ دهد، به‌خوبی از پس آن برنمی‌آیم.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

۱۲. از یادگیری مطالب جدید هنگامی که به‌نظر مشکل می‌آید	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف
اجتناب می‌کنم.					
۱۳. شکست باعث تلاش بیشتر می‌شود.	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف
۱۴. به توانایی خود برای انجام کارها اعتماد ندارم.	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف
۱۵. به‌خود متکی هستم.	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف
۱۶. به سادگی تسلیم می‌شوم.	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف
۱۷. توانایی برخورد با اکثر مشکلاتی را که در زندگی برایم پیش می‌آید را ندارم.	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف

پرسش‌نامه سبک استنادی ASQ

موقعیت فرضی این پرسش‌نامه را بخوانید و تصور کنید آن موقعیت برایتان اتفاق افتاده است. عمده‌ترین علت بروز چنین موقعیتی را در جای خالی بنویسید. بعد به سه سوال مربوط به هر موقعیت با کشیدن دایره دور یکی از اعداد هر سوال پاسخ دهید.

الف. دوستی را ملاقات می‌کنید که از ظاهر شما تعریف و تمجید می‌کند.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت تمجید دوستان به‌خاطر چیزی در وجود شما است یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماماً به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماماً به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده وقتی که با دوستان ملاقات کنید، آیا این علت مجدداً حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجدداً حضور نخواهد داشت
۴. آیا علت تنها در زمانی که با دوستان در تعامل هستید تأثیرگذار است یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تأثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تأثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تأثیر دارد.

ب. شما مدتی در جست‌وجوی کار بوده‌اید ولی توفیقی نیافته‌اید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت عدم موفقیت شما در یافتن کار به‌خاطر چیزی در وجود خود شماس است یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماماً به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماماً به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده هم هنگامی که به جست‌وجوی کاری بروید، آیا این علت مجدداً حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجدداً حضور نخواهد داشت.
۴. آیا علت چیزی است که تنها بر جست‌وجوی شغل تأثیر می‌گذارد است یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تأثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تأثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تأثیر دارد.

پ. شما بسیار ثروتمند شده‌اید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت ثروتمند شدن شما به‌خاطر چیزی در وجود خود شماس است یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماماً به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماماً به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده مالی شما، آیا این علت مجدداً حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجدداً حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت چیزی است که تنها در کسب پول تأثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تأثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تأثیر ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تأثیر دارد.

د. دوستی با مشکل نزد شما می‌آید و شما تلاشی برای کمک به او نمی‌کنید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت کمک‌نکردن شما به دوستان خاطر چیزی در وجود خود شماس است یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماماً به‌خاطر وجود خودم ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماماً به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.

۳. در آینده، هنگامی که دوستی با مشکلی نزد شما بیاید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت تنها زمانی که دوستی با مشکلی نزد شما می‌آید تاثیرگذار است یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

ت. شما در برابر گروهی مطلب مهمی را ایراد می‌کنید و شنوندگان واکنش منفی نشان می‌دهند.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت واکنش منفی شنوندگان به‌خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده، هنگامی که شما بخواهید سخنرانی ایراد کنید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت تنها در مورد ایراد سخنرانی تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

ث. شما پروژه‌ای را انجام می‌دهید که با تحسین فراوان روبه‌رو می‌شوید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت مورد تحسین واقع شدن شما به‌خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده هنگامی که شما پروژه‌ای را به انجام برسانید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت چیزی است که تنها در اجرای پروژه تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

ج. دوستی را ملاقات می‌کنید که با شما خصمانه رفتار می‌کند.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت خصمانه رفتار کردن دوستان به‌خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده، هنگامی که با دوستان تعامل می‌کنید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت تنها چیزی است که تنها در تعامل با دوستان تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

چ. شما نمی‌توانید تمام کاری را که دیگران از شما انتظار دارند به پایان برسانید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت این که کارتان را به پایان نرسانده‌اید به‌خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به‌خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به‌خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به‌خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده، هنگامی که کاری را که دیگران از شما انتظار دارند بخواهید انجام دهید، این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت چیزی است که تنها در کاری که دیگران از شما انتظار دارند تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

ح. همسران (نامزدتان) به شما محبت بیشتری می‌کند.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت این که همسران (نامزدتان) به شما محبت بیشتری می‌کند به خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در تعاملات آینده با همسران (نامزدتان)، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت چیزی است که تنها در رابطه همسران (نامزدتان) با شما تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

خ. متقاضی موقعیتی هستی که بسیار برای شما اهمیت دارد (برای مثال شغلی مهم، پذیرفته شدن در امتحان ورودی یا غیره) و شما به چنین موقعیتی دست می‌یابید.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت دست یافتن به موقعیت به خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده هنگامی که شما متقاضی موقعیتی باشید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت چیزی است که تنها در تقاضای موقعیت تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

د. شما با دوستان به گردش می‌روید ولی به شما بد می‌گذرد.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت ناخوشایند بودن گردش به خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده هنگامی که به گردش می‌روید، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت تنها در گردش رفتن با دوستان تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

ذ. برای شما افزایش حقوق حاصل می‌شود.

۱. عمده‌ترین علت آن را بنویسید.
۲. آیا علت افزایش حقوق‌تان به خاطر چیزی در وجود خود شماست یا به خاطر چیزی مربوط به افراد یا شرایط دیگر است؟
تماما به خاطر وجود خودم است ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تماما به خاطر افراد یا شرایط دیگر است.
۳. در آینده کاریتان، آیا این علت مجددا حضور خواهد داشت؟
همواره حضور خواهد داشت ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز مجددا حضور نخواهد داشت.
۴. آیا این علت تنها در کسب افزایش حقوق تاثیر دارد یا بر سایر جنبه‌های زندگی‌تان نیز تاثیر دارد؟
در تمام موقعیت‌های زندگی‌ام تاثیر دارد ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها بر این موقعیت خاص زندگی‌ام تاثیر دارد.

پرسش‌نامه نسخه کوتاه پنج عامل شخصیت NEO

کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱. من اصولاً آدم نگرانی نیستم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲. دوست دارم همیشه افراد زیادی دوروبرم باشند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳. دوست ندارم وقتم را با خیال‌پردازی تلف کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۴. سعی می‌کنم در مقابل همه، رفتاری مودب و بانزاکت داشته باشم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۵. اشیاء متعلق به خود را تمیز و مرتب نگه می‌دارم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۶. اغلب خود را کمتر از دیگران حس می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۷. زود به‌خنده می‌افتم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۸. هنگامی که روش صحیح انجام کاری را یافته‌ام آن روش را همیشه در آن مورد تکرار می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۹. اغلب با فامیل و همکارانم بگومگو دارم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۰. به‌خوبی می‌توانم کارهایم را طوری تنظیم کنم که درست سر زمان تعیین شده انجام شوند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۱. وقتی که تحت فشارهای روحی زیادی هستم، گاه احساس می‌کنم دارم خرد می‌شوم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۲. خودم را فرد خیلی سرحال و سرزنده‌ای نمی‌دانم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۳. نظم و ترتیب خاص پدیده‌های هنری و طبیعت مرا مبهور می‌کند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۴. بعضی از مردم مرا آدمی خودخواه و خودمحور می‌دانند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۵. فرد خیلی منظم و با برنامه‌ای نیستم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۶. به‌ندرت احساس تنهایی و غمگینی می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۷. واقعا از صحبت کردن با دیگران لذت می‌برم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۸. معتقدم گوش دادن به مطالب بحث‌انگیز و متناقض فقط باعث سردرگمی و گمراهی بیشتر خواهد شد.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۱۹. همکاری با دیگران را بر رقابت ترجیح می‌دهم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۰. سعی می‌کنم همه کارهایم را با احساس مسئولیت انجام دهم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۱. اغلب احساس عصبی بودن و تنش می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۲. همیشه برای کار آماده‌ام.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۳. شعر تقریباً اثری بر من ندارد.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۴. معمولاً نسبت به‌قصد و نیت دیگران حساس مشکوک هستم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۵. دارای هدف روشنی هستم و برای رسیدن به آن طبق برنامه کار می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۶. گاهی کاملاً احساس بی‌ارزشی می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۷. غالباً ترجیح می‌دهم کارها را به تنهایی انجام دهم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۸. اغلب غذاهای جدید و خارجی را امتحان می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۲۹. معتقدم اگر به مردم اجازه دهید اکثر آن‌ها از شما سواستفاده می‌کنند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۰. قبل از شروع هر کاری وقت زیادی را تلف می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۱. به‌ندرت احساس اضطراب یا ترس می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۲. اغلب احساس می‌کنم سرشار از انرژی هستم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۳. به‌ندرت متوجه احساسات و عواطفی که محیط‌های مختلف به‌وجود می‌آورند، می‌شوم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۴. اغلب آشنایانم مرا دوست دارند.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۵. برای رسیدن به اهدافم شدیداً تلاش می‌کنم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۶. اغلب از طرز برخورد دیگران با خودم عصبانی می‌شوم.
کاملا مخالف	مخالف	خنثی	موافق	کاملا موافق	۳۷. فردی خوشحال و بشاش و دارای روحیه خوبی هستم.

نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با...

کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۳۸. معتقدم که هنگام تصمیم‌گیری درباره مسائل اخلاقی باید از مراجع مذهبی پیروی کنیم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۳۹. برخی فکر می‌کنند که من فردی سرد و حسابگر هستم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۰. وقتی قول یا تعهدی می‌دهم، همواره می‌توان برای عمل به آن روی من حساب کرد.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۱. غالباً وقتی کارها پیش نمی‌روند، دلسرد شده و از کار صرف‌نظر می‌کنم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۲. شخص با نشاط و خوش‌بینی نیستم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۳. بعضی مواقع که شعری را می‌خوانم یا یک کار هنری را تماشا می‌کنم، یک احساس لرزش و یک تکان هیجانی را حس می‌کنم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۴. در روش‌هایم سخت‌گیر و بی‌انعطاف هستم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۵. گاهی آن‌طور که باید قابل اعتماد و اتکا نیستم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۶. به‌ندرت غمگین و افسرده می‌شوم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۷. زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می‌گذرد.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۸. علاقه‌ای به تامل و تفکر جدی درباره سرنوشت و ماهیت جهان یا انسان ندارم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۴۹. عموماً سعی می‌کنم شخصی با ملاحظه باشم و به افکار و احساسات دیگران احترام نشان دهم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۰. فرد مولد و سازنده‌ای هستم که همیشه مسئولیت‌هایم را به انجام می‌رسانم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۱. اغلب احساس درماندگی می‌کنم و میل دارم که شخص دیگری مشکلاتم را برطرف کند.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۲. شخص بسیار فعالی هستم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۳. کنجکاوی فکری فراوانی دارم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۴. اگر کسی را دوست نداشته باشم، آن‌را مخفی نمی‌کنم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۵. فکر نمی‌کنم هیچ‌وقت بتوانم فردی منطقی باشم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۶. گاهی چنان خجالت‌زده شدم که فقط می‌خواستم خود را پنهان کنم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۷. ترجیح می‌دهم برای خودم کار کنم تا این‌که رهبر دیگران باشم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۸. اغلب از کلنجار رفتن با نظریه‌ها و یا مفاهیم انتزاعی لذت می‌برم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۵۹. اگر نیاز باشد حاضرم برای رسیدن به اهدافم دیگران را به‌طور ماهرانه‌ای به‌کار گیرم.
کاملا موافق	موافق	خنثی	مخالف	کاملا مخالف	۶۰. تلاش می‌کنم هر کاری را به بهترین نحو انجام دهم.
