

رابطه انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان متأهل
دانشگاه پیام نور رامشیر

**In this study, the study was conducted to evaluate the relationship between
gene expression and gene expression with gene expression**

Zeinab Bandari

Master's degree holder, Psychology Department,
Islamic Azad University, Ahvaz Branch, Ahvaz,
Iran.

زینب بندری^۱

کارشناس ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد
اهواز، اهواز، ایران.

Abstract

The aim of this study was to examine the relationship between family cohesion, self-regulation, and forgiveness with self-efficacy among married students at Payame Noor University of Ramshir. The statistical population included married students of Payame Noor University of Ramshir, from whom 200 individuals were selected through multistage random sampling. The Family Cohesion Questionnaire (Samani, 2002), Self-Regulation Questionnaire (Bofard, 1995), Forgiveness Scale (Rey et al., 2001), and Self-Efficacy Scale (Sherer, 1982) were administered to the participants. This study was correlational in design. The results, at a significance level of 0.05, indicated a positive and significant relationship between family cohesion, self-regulation, forgiveness, and self-efficacy. Regression analysis showed a multiple relationship between family cohesion, self-regulation, forgiveness, and self-efficacy, with self-regulation being the strongest predictor of students' self-efficacy.

Keywords: Family Cohesion – Self-Regulation – Forgiveness – Self-Efficacy.

چکیده

هدف از اجرای این پژوهش بررسی میزان رابطه انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رامشیر بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رامشیر بود که از میان آنها تعداد ۲۰۰ نفر در با روش نمونه گیری تصادفی مرحله ای انتخاب شدند و پرسشنامه انسجام خانواده (سامانی، ۱۳۸۱)، خودتنظیمی (بوفارد، ۱۹۹۵)، بخشش (ری و همکاران، ۲۰۰۱) و خودکارآمدی (شرر، ۱۹۸۲) در مورد آنان به اجرا درآمد. این پژوهش از نوع همبستگی بوده و نتایج این پژوهش در سطح خطای ۰/۰۵ نشان داد که بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج رگرسیون نشان داد بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی رابطه چندگانه وجود دارد و خود تنظیمی بهترین پیش‌بینی کننده خودکارآمدی دانشجویان بود.

واژه‌های کلیدی: انسجام خانواده، خودتنظیمی، بخشش، خودکارآمدی.

مقدمه

دانشجویان بزرگترین سرمایه‌های انسانی هر جامعه به حساب می‌آیند، زیرا می‌توانند با درهم آمیختن نیروی جوانی، علم و مهارت آموخته شده، چرخ‌های پیشرفت و توسعه را به حرکت درآورند در تمام کشورها سالیانه سهم زیادی از درآمد ملی صرف آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها می‌شود در عصر انفجار اطلاعات پرورش افراد خودکارآمد، افرادی که خود بتوانند به‌طور مستقل به یادگیری بپردازند بسیار مهم‌تر از انتقال حجم عظیمی از اطلاعات است (ابدی و زمانی، ۱۳۸۸ به نقل از سعیدی، ۱۳۹۰).

خودکارآمدی^۱ از نظریه شناخت اجتماعی آلبرت بندورا (۱۹۷۷)، نشئت گرفته و نزدیک به سه دهه است که توسط روانشناسان نظریه پرداز مورد مطالعه و بررسی قرار دارد (لین، ۲۰۰۶). به اعتقاد بندورا (۱۹۹۷) منظور از خودکارآمدی و یا خودبستگی^۲، میزان اطمینانی است که فرد به توانایی خود در زمینه اجرای یک رشته امور یا انجام یک تکلیف خاص ابراز می‌نماید. او همچنین خودکارآمدی را یکی از فرایندهای شناختی می‌داند که ما از طریق آن بسیاری از رفتارهای اجتماعی و خصوصیات شخصی را بسط می‌دهیم. اینکه افراد به آزمایش یا کنارآمدن با موقعیت‌های مشکل ساز خواهند پرداخت یا نه، تابعی از میزان اطمینان آنها به کارآمدی خود است. خودکارآمدی ادراک شده، نه تنها ترس‌ها و بازداری‌های انتظاری را کاهش می‌دهد، بلکه از طریق انتظار موفقیت احتمالی، بر میزان تلاش برای کنارآمدن اثر می‌گذارد (تجلی و اردلان، ۱۳۸۹). خودکارآمدی به باورهای افراد درباره کنترل زندگی به دست خودشان گفته می‌شود (مککلور^۳، ۲۰۰۵).

انسجام خانواده^۴، به عنوان یکی از ساختارهای پرنفوذ خانواده، بعد مهمی برای تلاش جهات درک متقابل در میان اعضای خانواده است (حسین خانزاده، عیسی پور، یگانه و محمدی، ۱۳۹۲). خانواده منسجم، توسط جو خانوادگی حمایتی و تفاهم و درک اعضای آن شناخته می‌شوند، که اعضای آن تمایل به درک و کمک برای برطرف کردن نیازها و دغدغه‌های افراد خانواده دارند (نظیر و همکاران^۵، ۲۰۱۲). لینگرن^۶ (۲۰۰۳) انسجام را به صورت احساس نزدیکی عاطفی با افراد دیگر تعریف می‌کند. از نظر او دو کیفیت مربوط به انسجام در خانواده، مشتمل بر تعهد و وقت گذراندن با هم است. منظور از تعهد فمیل به صرف وقت و انرژی در فعالیت‌های خانواده و همچنین ممانعت از تأثیر منفی عواملی چون مسائل شغلی در آن می‌باشد. بعد دیگر انسجام از نظر لینگرن (۲۰۰۳) وقت گذاشتن و باهم بودن در بین اعضای خانواده است. خانواده‌هایی که در این زمینه قوی هستند، به‌طور مرتب برنامه‌ها و زمان‌های برای فعالیت‌های گروهی در نظر می‌گیرند (زارع و سامانی، ۱۳۸۷). بندورا (۱۹۷۷) وجود یک خانواده فعال و مشوق و منسجم را یکی از منابع مهم رشد و باورهای خودکارآمدی چه در سطح عمومی و چه در سطح تحصیلی افراد معرفی می‌کند (اصغری، سعادت، عاطفی کرجوندانی و جانعلی زاده کوکنه، ۱۳۹۳).

خودتنظیمی^۷ به فرآیندی اشاره دارد که در آن فراگیر به طور نظاممند، افکار، احساسات و رفتارهای خود را در دستیابی به اهداف مورد نظر هدایت می‌کند (زیمرین و شانک^۸، ۲۰۰۸). خودتنظیمی شناخت و رفتار، یک جنبه‌ی مهم یادگیری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان در محیط کلاسی است. نظریه‌های خود تنظیمی به‌طور کلی تصریح می‌کنند که چرا و چگونه دانش آموزان به یادگیری روی می‌آورند و برای یادگیری مستقل چه چیزی را می‌باید در مورد خود و کارهای تحصیلی خود بدانند، به بیان دیگر دانش آموزان چگونه یادگیری خود را هدایت می‌کنند و چگونه انتخاب راهبردهای شناختی، فراشناختی و رفتاری

^۱ - Efficacy

^۲ - Autarchy

^۳ - McClure

^۴ - Family cohesion

^۵ - nazir et al.

^۶ - Lindgren

^۷ - Self-regulation

^۸ - Zimmerman and Schunk

موجب افزایش تلاش آنها می‌گردد (اسپالدینگ، ترجمه نائینیان و بیابانگرد، ۱۳۹۰). بندورا^۱ (به نقل از پاجارس، ۲۰۰۲) خودتنظیمی را با سه فرایند مشاهده خود، خود داوری، خود واکنشی توضیح می‌دهد. یعنی ابتدا فرد رفتار یا عمل کرد خود را مورد مشاهده قرار می‌دهد، بعد به قضاوت درباره‌ی عملکرد خود می‌پردازد و سپس بر اساس قضاوت‌ها، در خود احساس رضایت شخصی، غرور و یا عدم رضایت یا سرزنش شخصی می‌کند و بدین ترتیب به کنترل رفتار و اعمال خود اقدام می‌کند (سلیمانی نژاد و حسینی نسب، ۱۳۹۱). معنوی (۱۳۹۲) در پژوهش خود نشان داد که بین خودکارآمدی و خودتنظیمی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

بخشش^۲ به عنوان تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان فردی قرار دارد (آلمند، امبراگ، زیمرچ فینچام، ۲۰۰۷؛ ورتیگتون، ۲۰۰۵). بخشایش میلی درونی است که افراد را به سوی بازداری از پاسخ‌های ناخوشایند ارتباطی و رفتار کردن به طور مثبت به کسی که به طور سنتی با آنها رفتار کرده است متمایل می‌سازد (مک کالو، فینچام و تی مانگ^۳، ۲۰۰۳؛ به نقل از احتشام زاده و همکاران، ۱۳۸۹). در تعریف و مفهوم سازی بخشش اختلاف نظر وجود دارد و تعاریف متفاوتی از آن ارائه شده است. فرایند کاهش خشم، کاهش ناراضی یا تنفر دیگران، آزادی از قضاوت‌ها و ادراکات گذشته آزادی از پاسخ های آموخته و عادی نسبت به موقعیت‌ها و تلاش برای التیام زخم‌های گذشته از جمله تعریف‌های ارائه شده‌اند (بروش و همکاران^۴، ۲۰۰۱؛ به نقل از حمیدی پور، ۱۳۸۷). همچنین در دین اسلام و قرآن کریم نیز به مفهوم بخشش توجه خاصی صورت گرفته است، به عنوان مثال بیان می‌گردد که عفو و بخشش مقدمه اصلاح کردن است یعنی تا عفو نکنی (نادیده نگیری) شرایط برای اصلاح آماده نمی‌شود (بقره، ۵۲). یا در جایی دیگر از نتایج عفو دیگران، مورد عفو قرار گرفتن فرد عفو کننده توسط خداوند عنوان شده است (نساء، ۱۴). استرلن^۵ (۲۰۰۷) در پژوهش خود نشان داد که کسانی که از خودکارآمدی پایین برخوردارند دیگران را کمتر می‌توانند بخشند.

دانشجویان بزرگترین سرمایه‌های انسانی هر جامعه به حساب می‌آیند، زیرا می‌توانند با درهم آمیختن نیروی جوانی، علم و مهارت آموخته شده، چرخ‌های پیشرفت و توسعه را به حرکت درآورند در تمام کشورها سالیانه سهم زیادی از درآمد ملی صرف آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها می‌شود در عصر انفجار اطلاعات پرورش افراد خودکارآمد، افرادی که خود بتوانند به‌طور مستقل به یادگیری بپردازند بسیار مهمتر از انتقال حجم عظیمی از اطلاعات است آیا بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رامشیر رابطه وجود دارد؟

۲- فرضیه پژوهش

- ۱- بین انسجام خانواده با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۲- بین خودتنظیمی با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۳- بین بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۴- بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه چندگانه وجود دارد.

^۱ - Bandura

^۲ - Forgiveness

^۳ - McCullough, Fyncham and T-Mang

^۴ - Brosh et al.

^۵ - Astrlin

۳- روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رامشیر در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل بودند که ۴۵۰ نفر می‌باشد مورد بررسی قرار گرفتند. نمونه این پژوهش مشتمل بر ۲۰۰ نفر از جامعه مذکور می‌باشد برای تعیین حجم نمونه از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) استفاده شد که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری تصادفی مرحله‌ای استفاده گردید. به این صورت که از بین دانشکده‌ها دو دانشکده و از هر دانشکده ۱۰ کلاس به‌طور تصادفی انتخاب شد و پرسشنامه بر کل دانشجویان متأهل آن کلاس اجرا شد. این پژوهش از نوع همبستگی می‌باشد.

۴- ابزار اندازه گیری

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از ابزارهای زیر استفاده شده است:

الف) پرسشنامه انسجام خانواده

سامانی (۱۳۸۱) پرسشنامه انسجام خانواده را بر پایه بررسی متون موجود در زمینه همبستگی و با الهام گویی ترکیبی السون (۱۹۹۹) ساخته است. این پرسشنامه دارای ۲۸ سوال است. رضویه و سامانی (۱۳۷۹) در بررسی این مقیاس برپایه هشت عامل (همبستگی با پدر و مادر، مدت تعامل، مکان تصمیم گیری، ارتباط عاطفی، روابط زناشویی و رابطه والدین با فرزندان) کفایت این مقیاس را برای ارزیابی انسجام خانواده تأیید نمودند. ضریب پایایی مقیاس به روش بازآزمایی ۰/۹۰ و به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده است (سامانی، ۱۳۸۱). همچنین در بررسی دیگری سامانی (۱۳۸۱) ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۹ و ضریب پایایی آن را با روش بازآزمایی ۰/۸۰ گزارش نمودند و در پژوهش جمشیدی، رزمی، حقیقت و سامانی (۱۳۸۷) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است. در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۳ به دست آمده است.

ب) پرسشنامه خودتنظیمی

پرسشنامه خودتنظیمی توسط بوفارد (۱۹۹۵، به نقل از کدیور، ۱۳۸۰) تدوین شده است که شامل ۱۴ سوال می‌باشد در این پرسشنامه پاسخ به صورت یک مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت تهیه شده است مجموع نمرات هر فرد می‌تواند بین ۱۷۰-۱۴ باشد. این آزمون، دو مولفه شناختی و فراشناختی را اندازه می‌گیرد. نمره بالاتر در هر مولفه نشانگر گرایش فرد به کاربرد آن مولفه است. کدیور (۱۳۸۰) ضریب اعتبار را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش کرده است و جلی (۱۳۸۴) ضریب اعتبار این آزمون را ۰/۶۷ برآورد کرده است. محمودی (۱۳۸۱) نیز ضریب اعتبار را ۰/۷۷ گزارش کرده است. برای تعیین روایی سازه، نتایج تحلیل عاملی نشان داد که ضریب همبستگی نیمه تفکیکی بین سوالات مناسب بوده و این آزمون قادر است ۰/۵۲ واریانس خودتنظیمی را تبیین کند و روایی سازه آن نیز در حد مطلوبی می‌باشد (کدیور، ۱۳۸۱). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ به دست آمده است

ج) پرسشنامه بخشش

پرسشنامه ۱۵ گویه ایی که در این پژوهش به کار رفته است. به وسیله‌ی ری و همکاران (۱۹۹۸) توسعه یافته است مقیاس اصلی دارای ۱۶ گویه بود و پس از انجام تحلیل عاملی، ۱۵ گویه آن حذف و به ۱۵ گویه تبدیل شد. گویه‌های نمونه شامل موردهای زیر است "برای کسی که مرا رنجانده، آرزوی خیر و خوبی دارم" یا "می‌توانم خشم خود را از کسی که مرا رنجانده دور کنم". نمره‌های بالاتر در این مقیاس نشان دهنده‌ی گذشت بیشتر نسبت به ازاردهنده است. پاسخ‌ها در ۵ مرحله لیکرت از "به شدت" تا "اصلاً" طراحی شدند. ری این معیار را با معیار سنجش گذشت انزیت مورد مقایسه قرار داد. همبستگی به دست آمده به شیوه هم‌سازی نسبتاً بالا بوده: $r=0.75-0.50$ (ری و همکاران، ۲۰۰۱). آلفای کرونباخ این ابزار در پژوهش رندی پوذر و

یادگیری (۱۳۸۶) ۰/۹۶ به دست آمده که حاکی از دقت بالای آزمون است. در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ به دست آمده است.

د) پرسشنامه خودکارآمدی

پرسش نامه خودکارآمدی مورد استفاده در پژوهش حاضر توسط شرر و همکاران (۱۹۸۲) ساخته شده است که شامل ۱۷ ماده می باشد و فرم ترجمه شده آن توسط براتی (۱۳۷۵) تهیه شده است. پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر این مقیاس دارای ۱۷ سوال که هر سوال بر اساس مقیاس لیکرت از دامنه کاملاً مخالف تا کاملاً موافق تنظیم می شود. نمره گذاری مقیاس به این صورت است که به هر ماده از ۱ تا ۵ امتیاز تعلق می گیرد. سوال های ۱، ۳، ۸، ۹، ۱۳، ۱۵، از راست به چپ و بقیه سوال ها به صورت معکوس یعنی از چپ به راست نمره گذاری می شوند. بنابر این حداکثر نمره ای که فرد می تواند از مقیاس به دست آورد نمره ۸۵ و حداقل نمره ۱۷ است. شرر و همکاران (۱۹۸۲) میزان آلفای کرونباخ را ۰/۸۶ گزارش کرده اند. در پژوهش وقری (۱۳۷۹) برای بررسی پایانی خودکارآمدی، آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است براتی (۱۳۷۵)، در یک نمونه ۱۰۰ نفری ضریب پایایی آزمون را از طریق روش اسپیرمن- براون و روش دو نیمه کردن گاتمن برابر ۰/۷۶ به دست آمده و آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمده که رضایت بخش بوده است (فولاد چنگ، ۱۳۸۲). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۸ به دست آمده است.

۵- یافته ها

۵-۱ یافته های توصیفی

در این قسمت یافته های توصیفی از قبیل میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق یعنی خودکارآمدی، انسجام خانواده، خود تنظیمی و بخشش بررسی قرار می گیرد.

جدول شماره ۴-۱: میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف معیار	تعداد
خودکارآمدی	۴۶/۷۸	۷/۴۰	۲۰۰
انسجام خانواده	۶۹/۶۲	۵/۴۸	۲۰۰
خودتنظیمی	۳۹/۷۱	۵/۷۴	۲۰۰
بخشش	۴۳/۲۱	۶/۱۰	۲۰۰

همانگونه که ملاحظه می شود در جدول فوق میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق به تفکیک نمایش داده شده است.

۵-۲ یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش

یافته های استنباطی مربوط به فرضیه های این پژوهش شامل آزمون ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه و تحلیل مانوا می باشد، نتایج برای کلیه فرضیه های مورد مطالعه در این پژوهش در جداول زیر با سطح خطای ۰/۰۵ ارائه شده است.

فرضیه اول:

«بین انسجام خانواده با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.»

«بین خودتنظیمی با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.»

«بین بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.»

رابطه انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رامشیر

جدول ۴-۲: آزمون ضریب همبستگی ساده برای معناداری رابطه خودکارآمدی/ انسجام خانواده/ خودتنظیمی/ بخشش

متغیرهای پژوهشی	ضریب همبستگی	سطح معناداری	تعداد
خودکارآمدی/ انسجام خانواده	۰/۱۳۴	۰/۰۵۹	۲۰۰
خودکارآمدی/ خودتنظیمی	۰/۹۶۶	۰/۰۰۰	۲۰۰
خودکارآمدی/ بخشش	۰/۳۵۰	۰/۰۰۰	۲۰۰

نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۱۳۴) با سطح معناداری (۰/۰۵۹) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد.

پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات انسجام خانواده و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۹۶۶) با سطح معناداری (۰/۰۰۰) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد.

پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات خودتنظیمی و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۳۵۰) با سطح معناداری (۰/۰۰۰) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد.

پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات بخشش و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد.

فرضیه چهارم:

« بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه چندگانه وجود دارد»

جدول ۴-۳: ضرایب همبستگی چندگانه بین متغیرهای ملاک و پیش بین به روش گام به گام

روش	متغیرهای پیش بین	R	R ²	F	P=	β	T	P=
روش ورود	خودتنظیمی	۰/۹۶۶	۰/۹۳۳	۲۷۴۰/۴۵	۰/۰۰۰	۰/۹۴۶	۴۹/۳۳	۰/۰۰۰
	بخشش	۰/۹۶۷	۰/۹۳۴	۵/۳۵	۰/۰۲۲	۰/۰۴۹	۲/۵۴	۰/۰۲۲
	انسجام	۰/۹۶۸	۰/۹۳۶	۵/۸۶	۰/۰۱۶	۰/۰۴۴	۲/۴۲	۰/۰۱۶
روش مرحله ای	خودتنظیمی	۰/۹۹۳	۰/۹۹۴	۵/۴۶۲	۰/۰۰۰	۰/۱۵۹	۴/۳۸	۰/۰۰۰۰

همانطوری که در جدول ۴-۳ ارائه شده است نتایج تحلیل رگرسیون ورود نشان می‌دهد از بین متغیرهای مورد بررسی در گام اول خودتنظیمی با ضریب رگرسیون ۰/۹۶۶ به معادله پیش‌بینی اضافه شده و به تنهایی ۹۳ درصد از خودکارآمدی را تبیین می‌کند، در گام دوم در حالی که متغیر خودتنظیمی وجود دارد متغیر بخشش به معادله پیش‌بینی اضافه می‌شود و ضریب رگرسیون را به ۰/۹۶۷ و ۹۳۴ درصد افزایش می‌دهد، در گام سوم در حالی که دو متغیر خودتنظیمی و بخشش وجود دارند متغیر انسجام خانواده به معادله رگرسیون افزوده می‌شود و ضریب رگرسیون را به ۰/۹۶۸ و ۹۳۶ درصد افزایش می‌دهد، نتایج تحلیل واریانس یک راهه هم نشان می‌دهد که سهم کل پیش‌بینی خودکارآمدی در تمامی گام‌های رگرسیون از لحاظ اماری معنی دار می‌باشد ($p < 0/05$).

نتایج تحلیل رگرسیون مرحله‌ای نیز نشان می‌دهد که از بین متغیرهای مورد بررسی متغیر خودتنظیمی بیشترین پیش‌بینی از خودکارآمدی دانشجویان را نشان می‌دهد.

۶- بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول:

بین انسجام خانواده با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.

همانطوری که نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۱۳۴) با سطح معناداری (۰/۰۵۹) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد. پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات انسجام خانواده و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. که با نتایج چناری، یوسفی (۱۳۹۴)، اصغری، سعادت، عاطفی کرجوندانی و جانعلی زاده کوکنه (۱۳۹۲)، معنوی (۱۳۹۲)، حسن زاده (۱۳۹۰)، حسین چاری و کیانی (۱۳۸۷)، میسرا و شنوال (۲۰۱۴)، موریس (۲۰۰۱)، اندرسون (۲۰۰۴)، همخوان است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که مطابق مدل فرایند و محتوای خانواده (سامانی، ۲۰۰۱)، خانواده‌های سالم از مهارت‌های ارتباطی و انسجام عاطفی بالاتری در مقایسه با خانواده‌های غیر سالم برخوردار هستند. این قابلیت در میان اعضای خانواده سالم موجب می‌گردد تا اطلاعات بیشتری در میان اعضای خانواده در جهت امور تحصیلی و مشکلات تحصیلی فرزندان مبادله گردد. همچنین به جهت آنکه خانواده‌های سالم از قابلیت مناسبی در راهبردهای مقابله و حل مسئله برخوردار هستند، در رویارویی با مشکلات مربوط به امور تحصیلی فرزندان تصمیمات مناسبتری را اتخاذ می‌کنند. وجود این فرایندها در کنار برخورداری از محتوای مناسب برای تأمین نیازهای تحصیلی، باعث می‌گردد که جوانان در مواجهه با چالش‌های تحصیلی و یادگیری خودباوری بیشتری داشته باشند، تلاش و پشتکار بیشتری از خود نشان داده و کمتر دچار ناامیدی شوند و با موفقیت‌هایی که در گذراندن دروس و فعالیت‌های آموزشی خود به دست می‌آورند، نگرش مثبتی به مدرسه پیدا کنند. همچنین می‌توان گفت که خانواده‌های سالم به جهت توانمندی که در کنش‌های خانوادگی دارند به پرورش مهارت‌های ارتباطی، حل مسأله و مهارت مقابله در فرزندان خود می‌پردازد این سه فرآیند به تنهایی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری دارند (ارزوکان، ۲۰۱۳). اما از طرفی دیگر خانواده‌های سالم به جهت فضای حمایت گرایانه که در زمینه‌های مادی و معنوی برای فرزندان خود فراهم می‌سازند فنوجوانان را تشویق به تصمیم‌گیری بدون ترس در مسائل چالش برانگیز می‌کنند. چنین فرزندانی احساس می‌کنند که مورد پذیرش خانواده هستند و احساس ارزشمندی پیدا می‌کنند. احساس مثبت به خود، به عزت نفس و خودکارآمدی منجر می‌شود. زیرا فرد به این باور می‌رسد که در برخورد با چالش‌های اجتماعی، در روابط با همسالان و اداره کردن ناسازگاری‌های بین فردی توانایی و خوداتکایی دارد، که این باور منجر به ایجاد ارتباطات مثبت می‌شود. در نتیجه فرد ارتباطات اجتماعی خود را توسعه می‌دهد تا زندگی را لذت بخش و فشارهای محیطی را مدیریت نماید (موریس، ۲۰۰۱).

فرضیه دوم:

بین خودتنظیمی با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.

همانطوری که نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۹۶۶) با سطح معناداری (۰/۰۰۰) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد. پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات خودتنظیمی و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. که با نتایج ماهی، ناصری و ویسی (۱۳۹۳)، محمدی درویش بقال، حاتمی، اسد زاده و احدی (۱۳۹۲)، وفا (۱۳۹۱)، سعیدی پور، معصومی فرد، معصومی

فرد (۱۳۹۰)، کورا و تورو (۲۰۱۰)، دیگنس و باتنر (۲۰۰۸)، رامدس و زیمرین (۲۰۰۸)، پرلس و همکاران (۲۰۰۵)، زیمرین (۲۰۰۳)، همخوان است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که راهبردهای خودتنظیمی اعم از راهبردهای شناختی، فراشناختی و مدیریتی سبب گسترش فرایندهای ادراکی، تسهیل انتقال مهارت‌های شناختی، تسهیل فرایندخای حل مسئله، خود انگیزشی، خود مفهومی، خوداتکایی و امتساب فرایندهای شناختی و تعمیم ازدیاد توجه و دقت یا به عبارتی خودتنظیمگر نمودن یادگیرندگان در فرایند یادگیری می‌شود. افراد خودتنظیم گر متناسب با تغییر هدف، تغییر راهبرد می‌پردازند و از راهبردهای کارآمد به منظور دست یابی به اهداف خود استفاده می‌کنند و در صورت لزوم راهبردهای مورد استفاده را اصلاح می‌کنند یا تغییر می‌دهند. همچنین می‌توان گفت که افرادی که بتوانند به راحتی در امور تحصیلی و زندگی خود از خودتنظیمی استفاده کنند به راحتی می‌توانند به این باور برسند که در کار و زندگی خود افراد موفق هستند و می‌توانند کارها را با موفقیت بهتری انجام دهند می‌توان نتیجه گرفت که افرادی که دارای خودتنظیمی هستند دارای این باور هستند که می‌توانند کارها را با موفقیت انجام داده و توانایی آن را دارند که بهتر می‌توانند کارها را انجام دهند.

فرضیه سوم:

بین بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه وجود دارد.

همانطوری که نتایج جدول ۴-۲ نشان می‌دهد چون آزمون ضریب همبستگی محاسبه شده (۰/۳۵۰) با سطح معناداری (۰/۰۰۰) کوچکتر از سطح خطای ۰/۰۵ است، لذا فرض صفر رد می‌شود و آزمون معنادار می‌باشد. پس می‌توان چنین اظهار نمود که بین میانگین نمرات بخشش و خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. که با نتایج کردی (۱۳۹۲)، اکبری، گل پرور، کامکار (۱۳۸۷)، کارمن و ون لانگ (۲۰۰۵)، استرلن (۲۰۰۷) همخوان است.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که افرادی که دارای بخشش بالایی هستند خودکارآمدی بهتری از افراد دیگر دارند. باورهای خودکارآمدی، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده سطح عملکرد نهایی می‌باشد و افرادی که از بالاتری برخوردارند، معتقدند که می‌توانند، به طور مؤثر با رویدادهایی که مواجه می‌شوند برخورد کنند و یا اینکه ادراک کارآمدی بر توفیق رفتارهای وابسته به سلامتی فرد و هم چنین از خود گذشتگی و بخشش دیگران اثر می‌گذارد و از طرفی خودشناسی و احساس ارزشمندی بر خودکارآمدی افراد تأثیر گذاشته و آنها را کارآمدتر می‌نماید یعنی می‌توان استنباط نمود که گذشت و بخشش افراد، احساس ارزشمندی یا به تعبیری کرامت انسان را بالا برده و طبیعتاً در خودکارآمدی نیز اثر خواهد گذاشت.

فرضیه چهارم:

بین انسجام خانواده، خودتنظیمی و بخشش با خودکارآمدی در دانشجویان رابطه چندگانه وجود دارد.

همانطوری که در جدول ۴-۳ ارائه شده است نتایج تحلیل رگرسیون ورود نشان می‌دهد از بین متغیرهای مورد بررسی در گام اول خودتنظیمی با ضریب رگرسیون ۰/۹۶۶ به معادله پیش بینی اضافه شده و به تنهایی ۹۳ درصد از خودکارآمدی را تبیین می‌کند، در گام دوم در حالی که متغیر خودتنظیمی وجود دارد متغیر بخشش به معادله پیش‌بینی اضافه می‌شود و ضریب رگرسیون را به ۰/۹۶۷ و ۹۳۴ درصد افزایش می‌دهد، در گام سوم در حالی که دو متغیر خودتنظیمی و بخشش وجود دارند متغیر انسجام خانواده به معادله رگرسیون افزوده می‌شود و ضریب رگرسیون را به ۰/۹۶۸ و ۹۳۶ درصد افزایش می‌دهد، نتایج تحلیل واریانس یک راهه هم نشان می‌دهد که سهم کل پیش‌بینی خودکارآمدی در تمامی گام‌های رگرسیون از لحاظ آماری معنی دار می‌باشد ($p < 0/05$).

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که مطابق مدل فرایند و محتوای خانواده (سامانی، ۲۰۰۱)، خانواده‌های سالم از مهارت‌های ارتباطی و انسجام عاطفی بالاتری در مقایسه با خانواده‌های غیر سالم برخوردار هستند. این قابلیت در میان اعضای خانواده سالم موجب می‌گردد تا اطلاعات بیشتری در میان اعضای خانواده در جهت امور تحصیلی و مشکلات تحصیلی فرزندان مبادله گردد.

همچنین به جهت آنکه خانواده‌های سالم از قابلیت مناسبی در راهبردهای مقابله و حل مسئله برخوردار هستند، در رویارویی با مشکلات مربوط به امور تحصیلی فرزندان تصمیمات مناسبتری را اتخاذ می‌کنند. وجود این فرایندها در کنار برخورداری از محتوای مناسب برای تأمین نیازهای تحصیلی، باعث می‌گردد که جوانان در مواجهه با چالش‌های تحصیلی و یادگیری خودباوری بیشتری داشته باشند، تلاش و پشتکار بیشتری از خود نشان داده و کمتر دچار ناامیدی شوند و با موفقیت‌هایی که در گذراندن دروس و فعالیت‌های آموزشی خود به دست می‌آورند، نگرش مثبتی به مدرسه پیدا کنند. همچنین می‌توان گفت که خانواده‌های سالم به جهت توانمندی که در کنش‌های خانوادگی دارند به پرورش مهارت‌های ارتباطی، حل مسأله و مهارت مقابله در فرزندان خود می‌پردازد این سه فرآیند به تنهایی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری دارند (ارزوکان، ۲۰۱۳). همچنین می‌توان گفت که افرادی که بتوانند به راحتی در امور تحصیلی و زندگی خود از خودتنظیمی استفاده کنند به راحتی می‌توانند به این باور برسند که در کار و زندگی خود افراد موفق هستند و می‌توانند کارها را با موفقیت بهتری انجام دهند می‌توان نتیجه گرفت که افرادی که دارای خودتنظیمی هستند دارای این باور هستند که می‌توانند کارها خود را با موفقیت انجام داده و توانایی آن را دارند که بهتر می‌توانند کارها را انجام دهند. افرادی که دارای بخشش بالایی هستند خودکارآمدی بهتری از افراد دیگر دارند. باورهای خودکارآمدی، قوی‌ترین پیش‌بینی کننده سطح عملکرد نهایی می‌باشد و افرادی که از بالاتری برخوردارند، معتقدند که می‌توانند، به طور مؤثر با رویدادهایی که مواجه می‌شوند برخورد کنند و یا اینکه ادراک کارآمدی بر توفیق رفتارهای وابسته به سلامتی فرد و هم چنین از خود گذشتگی و بخشش دیگران اثر می‌گذارد.

منابع

- [۱] اکبری، محمد؛ گلپرور، محسن و کامکار، منوچهر (۱۳۸۷) رابطه اعتماد بین فردی، خودکارآمدی، پایداری مذهبی و بخشش با باورهای دنیای عادلانه توزیعی و رویه‌ای، نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، شماره ۳۵ و ۳۶، بهار و تابستان ۱۳۸۷، صص ۵۳-۸۰.
- [۲] بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۲) روان‌شناسی تربیتی (روان‌شناسی آموزشی و یادگیری)، تهران: انتشارات ویرایش.
- [۳] جلی، امجد (۱۳۸۴) رابطه سبک مقابله با خود تنظیمی در یادگیری و مقایسه آن در دانش‌آموزان دختر و پسر سال سوم سوم راهنمایی در مناطق ۷ و ۸، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، واحد تهران-مرکز.
- [۴] جمشیدی، بهنام؛ رزمی، محمدرضا؛ حقیقت، شهربانو و سامانی، سیامک (۱۳۹۴) رابطه انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با کمال‌گرایی، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، سال چهاردهم، شماره ۲، تابستان ۱۳۸۷، صص ۱۹۹-۲۰۵.
- [۵] چناری، سمیرا و یوسفی، فریده (۱۳۹۳) ابعاد خودکارآمدی نوجوانان در گونه‌های مختلف خانواده در مدل بافت‌نگر فرآیند و محتوای خانواده، نشریه روش‌های مدل‌های روان‌شناختی، سال پنجم، شماره هجدهم، زمستان ۱۳۹۳، صص ۱-۲۴.
- [۶] حسین چناری، مسعود و کیانی، رسول (۱۳۸۷) رابطه برخی متغیرهای جمعیت شناختی با خودکارآمدی دانش‌آموزان در تعامل اجتماعی با همسالان، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی ایران، شماره ۱۴، صص ۱۹۱-۱۸۴.
- [۷] زارع، مریم؛ و سامانی، سیامک (۱۳۸۷) بررسی نقش انعطاف‌پذیری و انسجام خانواده در هدف‌گرایی فرزندان، خانواده پژوهی، ۱۷-۳۶.
- [۸] سامانی، سیامک (۱۳۸۱) مدل علی برای همبستگی خانوادگی-استقلال عاطفی و سازگاری. پایان‌نامه دکتری روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.
- [۹] سعیدی پور، بهمن؛ معصومی فرد، مرجان و معصومی فرد، میترا (۱۳۹۲) بررسی یادگیری منبع کنترل، سبک‌های یادگیری و خودتنظیم با موفقیت تحصیلی دانشجویان دوره‌های آموزش بر خط، دو فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه شاهد، سال بیستم، دوره جدید، شماره ۲، بهار و تابستان ۱۳۹۲، صص ۱۹-۳۸.
- [۱۰] کدیور، پروین (۱۳۸۰)، بررسی خودکارآمدی، خودگردانی و هوش در پیشرفت درسی دانش‌آموزان به منظورالگوی برای یادگیری بهینه پژوهش‌کننده تعلیم تربیت.
- [۱۱] معنوی، شهاب‌الدین (۱۳۹۲) رابطه بین سبک‌های فرزندپروری والدین و خودتنظیمی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دبیرستانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- [۱۲] وفا، شیما (۱۳۹۱) رابطه بین باورهای خودکارآمدی معلم و ادراک دانش‌آموزان جو کلاس درس با راهبردهای خودتنظیمی یادگیری و مقایسه آن در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه مدارس تیزهوشان و عادی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- [13] Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman publication; 1997.
- [14] -Lingren, H. G. (2003). Creating sustainable families. publishedby cooperative extension Institute of Agriculture andNatural Resources. University of
- [15] Nebraska-Lincoln. Available on: www.ianr.unl.edu/pubs/family/.
- [16] -Olson, D. H. (1999). Circumplex model of marital & family systems. Available on: <http://www.lifeinnovations.com>.

- [17] -Rye, M., Loiacono, D.; Folck, C., Olszewski, B., Heim, T. and Madia, B.(2001). " Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales" *Journal of Current psychology*; Fall, Vol. 20, Issue 3, 18p.
- [18] -Tom B, Chong A, Kadirvelu A, Khoo Y. Parenting styles and self- efficacy of adolescents: Malaysian scenario. *Global journal of human social Science*. 2013; 12: 18- 25.
- [19] -Victor, M., Bernat, H., Bernstien, A., & layne, E. (2007). Effects of parent and
- [20] family characteristics on treatment outcome of anxious children. *Journal of*
- [21] *Anxiety Disorders*, 21, 835- 848.
- [22] -Webb JA, Baer PA. Influence of family disharmony and parental alcohol use on adolescent social skills, self-efficacy, and alcohol use. *Addictive Behaviors*. 1995; 20(1): 127-135.