مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۹، شماره ۷، مهر ۱۴۰۱ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

برازندگی مدل معادلات ساختاری خودناتوان سازی بر اساس رفتار کمک طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجانی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده

طاهر بیگدلو: دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی، واحد زنجان، دانشگاه آزاداسلامی، زنجان، ایران.

همام موید فر: استادیار ،گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران (* نویسنده مسئول)Moayedfar@gmail.com

فاطمه نظری: استادیار، گروه روانشناسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: این پژوهش با هدف، برازندگی مدل معادلات ساختاری خودناتوان‌سازی بر اساس رفتار کمک طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجانی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده انجام شد.

روش کار: روش پژوهش مقطعی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه شهرستان خدابنده در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ تشکیل دادند، تعداد ۴۲۰ نفر را روش نمونه گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. در این پژوهش از ابزارهای خودناتوان سازی (جونز و رودوالت، ۱۹۸۲)، رفتار کمک طلبی (ریان و پینتریچ، ۱۹۹۷) و تنظیم هیجان (گارنفسکی و کرایج، ۲۰۰۶) استفاده شد. به منظور تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-V23 و Lisrel-V8.8 استفاده گردید. همچنین به‌منظور پاسخگویی به فرضیه‌های پژوهش از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که مدل از برازش مناسبی برخوردار است. نتایج نشان داد خودناتوان سازی بر اساس رفتار کمک طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده از برازش مطلوبی برخوردار است.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که هماهنگی لازم بین مراکز مشاوره و مشاورین مدارس مورد تاکید بیشتری قرار گیرد تا ضمن بهبود تنظیم هیجان و رفتار کمک طلبی، زمینه کاهش خودناتوان سازی در دانش‌آموزان فراهم گردد.

کلیدواژه‌ها

خودناتوان سازی،

رفتار کمک طلبی،

تنظیم شناختی هیجان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۱۰

تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۷/۱۰

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Bigdlo T, Moayedfar H, Nazari F. The Suitability of the Structural Equation Model of Self-Handicapping Based on Help-Seeking Behavior with the Mediation of Cognitive-Emotional Regulation in Male Students of the Second Secondary Level of Khodabandeh City. Razi J Med Sci. 2022;29(7): 221-230.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;29(7):221-230. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

The Suitability of the Structural Equation Model of Self-Handicapping Based on Help-Seeking Behavior with the Mediation of Cognitive-Emotional Regulation in Male Students of the Second Secondary Level of Khodabandeh City

Taher Bigdlo : Ph.D student in educational psychology, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.
Homam moayedfar: Assistant Professor, Department of Psychology, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.
(* Corresponding author) Moayedfar@gmail.com
Fatema Nazari : Assistant Professor, Department of Psychology, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran.

Abstract

Background & Aims: Adolescence is a gradual process of a person's life, and passing from childhood to adulthood causes a deep transformation in the body and mind. Due to the characteristics of adolescence, this period is considered important for students. Self-handicapping has negative effects on academic achievement. The self-handicapping student reduces success from the very beginning of a performance by building the foundations of failure within himself. The feeling of failure and lack of success affects the cognitive processes and motivation, and then on the student's performance, and in the long run, it leads to a decrease in self-esteem. When some students intentionally don't try hard, or put off studying until the last minute, hang out the night before an exam, or use other self-handicapping strategies, they tend to use reasons rather than consequences Reduce possible failure. This research was carried out to evaluate the suitability of the structural equation model of self-disability based on help-seeking behavior with the mediation of cognitive-emotional regulation in male students of the second secondary level of Khodabandeh City.
Methods: The cross-sectional research method is correlation type. The statistical population of the present study included all students of the second level of high school in Khodabandeh city in the academic year of 1401-1400, 420 people were selected by cluster random sampling method. This research was carried out using the method of correlational research and structural equation modeling. The statistical population of the present study was made up of all second-level secondary school students (boys) in Khodabandeh city in the academic year 2022-2023 who were studying. There are different opinions about the sample size in the studies related to the structural equation model correlation research method, but everyone agrees that the structural equation model is similar to the factor analysis of statistical techniques that can be implemented with a large sample. He considered the volume of about 200 people to be enough to fit the model. Based on the expected effect size and the distribution of the measured variables, as well as considering the power of the test, at least 10 subjects may be sufficient for each estimated parameter, provided that the estimated effect size is large and the measured variables have a normal distribution. Therefore, the minimum sample of the current research, taking into account the number of parameters estimated in the model, was at least 400 students, which, taking into account the possible dropout of 450 second-year high school male students, was selected as the research sample, and finally 420 questionnaires were the full face was returned. The sampling method in this research was random cluster sampling. In this way, three schools were randomly selected from among the secondary schools in Khodabandeh city, and then four classes were randomly selected from each school, finally, the questionnaires were distributed among the students of those classes. It should be mentioned that to collect data according to the health conditions of the country (coronavirus outbreak), the researcher has access to active groups in the virtual networks of students (groups created to hold online classes in virtual networks), after explaining the research objectives, questionnaires were sent to the groups. It should be noted that all the details and information of the students remained confidential. In this research, the tools of self-handicapping (Jones and Rudwalt, 1982), help-

Keywords
Self-Handicapping, Help-Seeking Behavior, Cognitive Emotional Regulation

Received: 10/08/2022
Published: 02/10/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

seeking behavior (Ryan and Pintridge, 1997), and emotion regulation (Garnefsky and Kraij, 2006) were used. To analyze the data, SPSS-V23 and Lisrel-V8.8 software were used. Also, to respond to the research hypotheses, structural equation modeling was used.

Results: According to the skewness and kurtosis values that are in the range of (+1.96, -1.96), the assumption of the normality of the data is strengthened, therefore, the assumption of the normality of the data can be raised and accepted. In this section, to investigate the relationships between the variables of the second hypothesis, the confirmatory structural equation model is used. The findings of the research showed that the model is a good fit. The results showed that self-disempowerment based on help-seeking behavior with the mediation of cognitive regulation of emotion is a good fit in the male students of the second secondary level of Khodabandeh City.

Conclusion: The present study was conducted with the aim of fitting the structural equation model of self-disability based on help-seeking behavior with the mediation of cognitive-emotional regulation in second-year high school boys of Khodabandeh City. The results showed that self-disempowerment based on help-seeking behavior with the mediation of cognitive regulation of emotion is a good fit in the second-secondary school boys of Khodabandeh. The effect of help-seeking behavior indirectly through more adapted coping strategies on self-handicapping is -1.02. The effect of help-seeking behavior indirectly through less compromised coping strategies on self-handicapping is -1.08. Less compromised strategies of cognitive regulation of emotions cause arousal and negative emotions to form in the person, which causes the person to avoid help-seeking behavior, but students who use compromised and positive strategies of cognitive regulation of emotions to follow the help-seeking behavior as one of the strategies of academic success. Although it was expected that the avoidance of academic help-seeking is caused by the components of positive emotional regulation, low emotional regulation in students reduces academic help-seeking behaviors and increases self-disability. The results showed that the necessary coordination between counseling centers and school counselors should be emphasized more in order to improve emotional regulation and help-seeking behavior and to provide a basis for reducing self-handicapping in students.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:

Bigdlo T, Moayedfar H, Nazari F. The Suitability of the Structural Equation Model of Self-Handicapping Based on Help-Seeking Behavior with the Mediation of Cognitive-Emotional Regulation in Male Students of the Second Secondary Level of Khodabandeh City. Razi J Med Sci. 2022;29(7): 221-230.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

مقدمه

نوجوانی سیری از روند تدریجی حیات فرد است که با عبور از کودکی به بزرگسالی باعث دگرگونی عمیق در جسم و روان او می‌گردد. به علت خصوصیات دوران نوجوانی، این دوره زمانی مهم برای دانش‌آموز به حساب می‌آید (۱). بسیاری از تکالیف و کارهایی که نوجوانان انتظار موفقیت در آن را دارند در محیط آموزشی رقم می‌خورد. مدرسه محلی است که ارزشمندی دانش‌آموز در حد وسیعی با ناتوانی او در کسب موفقیت مورد ارزیابی قرار گرفته در این راستا ادراک دانش‌آموز از عدم توانمندی و شایستگی خود می‌تواند منجر به احساس شرم و حقارت شود. در چنین شرایطی دانش‌آموز از راهبردهای دفاعی همچون خودناتوان سازی برای تنظیم احساسات و خودارزشمندی استفاده می‌کند (۲). خودناتوان سازی انتخاب عمل یا دسته‌ای از عملکردها می‌باشد که فرصت بیرونی کردن شکست و درونی کردن موفقیت را افزون می‌کند و بدین گونه از فرد در مقابل پیامدهای منفی شکست حفاظت می‌نماید. این راهبرد شایع در ساماندهی تهدید وارد شده به ارزش خود به کار می‌رود و به صورت ترس از شکست در برنامه موفقیت تحصیلی آشکار می‌گردد (۳). خودناتوان سازی راهبردی پیشگیرانه است که در آن فرد خود ناتوان ساز در مسیر ارزیابی خود موانعی ایجاد می‌کند که بتولند شکست احتمالی را به آن موانع نسبت دهد و از حرمت و ارزش خود محافظت کند (۴). خودناتوان سازی اثرات منفی روی پیشرفت تحصیلی می‌گذارد. دانش‌آموز خود ناتوان ساز از همان ابتدای یک عملکرد با ساختن پایه‌های شکست در درون خودش، موفقیت را کاهش می‌دهد. احساس شکست و عدم موفقیت بر فرایندهای شناختی و انگیزه و بدنبال آن بر عملکرد دانش‌آموز اثر گذاشته و در دراز مدت منجر به کاهش عزت نفس می‌گردد. هنگامی که برخی از دانش‌آموزان از قصد تلاش نمی‌کنند و یا مطالعه خود را به آخرین لحظه موکول می‌کنند، شب قبل از امتحان را به صرف وقت گذرانی می‌کنند و یا از دیگر راهبردهای خودناتوان سازی استفاده می‌کنند، آن‌ها به دنبال به‌کارگیری دلایلی هستند تا پیامدهای ناشی از شکست احتمالی را کاهش بدهند(۵). لذا دانش آموزان با موقعیت هایی مواجه می شوند که در آن موقعیت ها نمی توانند خواسته های خود را برآورده کنند و برای انجام تکالیف خود به کمک دیگران نیاز دارند. در چنین موقعیت هایی دانش‌آموز باید از نیاز خود به کمک آگاه باشد، تصمیم به جستجوی کمک بگیرد و راهبردهایی را برای استفاده از کمک دیگران به کار گیرد (۶). رفتار کمک طلبی، ماهیتی پیچیده و چند بعدی دارد، به طوری که توسط پژوهشگرانی از رشته های گوناگون نظیر جامعه شناسی، روانشناسی و آموزش و پرورش مورد بررسی قرار گرفته است (۷). اسلاون (Sloan) (۲۰۱۷) رفتار کمک طلبی را نوعی تلاش فعالانه برای استفاده از امکانات موجود در راستای دست یابی به موفقیت می داند. پژوهشگران در بررسی های اولیه به ویژه در حیطه اجتماعی شدن و تحول شخصیت، رفتارهای کمک طلبی را نوعی وابستگی و فعالیتی تحقیرآمیز می پنداشتند (۸). ساکریس (Sakiris) و همکاران (۲۰۱۹) ضمن پژوهشی درباره کمک طلبی در درس ریاضی و ارتباط آن با خودکارآمدی که بر روی دانش آموزان نوجوان انجام دادند به این نتیجه رسیدند که میان کمک طلبی با خودکارآمدی ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد (۹). رانینگ (Running) و همکاران(۲۰۱۲) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که هر چقدر دانشجویان از دیگران بیشتر درخواست کمک می کنند از خودکارآمدی پایین تری برخوردارند (۱۰).

همچنین مولر (Mueller) (۲۰۲۰) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسید که دانش آموزان به هنگام مواجه شدن با مشکل در درس ریاضی بیشتر از معلم درخواست کمک می کنند. علاوه بر آن او گزارش کرد که دانش آموزان دارای پیشرفت تحصیلی و خودارزیابی مرکزی بالاتر به هنگام نیاز بیشتر از سایر دانش آموزان از معلم درخواست کمک می‌کنند (۱۱). همچنین مطالعات نشان می دهد که قشر تحصیلی و بیشتر دانش آموزان در مدارس دچار خودناتوان سازی تحصیلی شده که به دلیل فشارها و تنش های تحصیلی خود در شناسایی، تمیز و یکپارچه کردن هیجانات خود و دیگران مشکل دارند (۱۲). در نتیجه، به‌جای رفتار یا مقابله موثر، به طیف وسیعی از فرارهای ناامیدانه، مثل اعمال تکانشی یا خود ویرانگری متوسل می‌شوند. تنظیم هیجان وجه ذاتی گرایش‌های مربوط به پاسخ‌های هیجانی است. در واقع تنظیم هیجان اعمالی است که برای تغییر یا تعدیل

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

یک حالت هیجانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. طبق مطالعات، افراد پرخاشگر بسیاری از تجربه‌های هیجانی خود را سرکوب می‌کنند و عاطفه منفی و بازداری اجتماعی بیشتری را از خود نشان می‌دهند. پژوهش های انجام شده نشان داده است که تنظیم هیجان سازگارانه با عزت نفس و تعاملات اجتماعی مثبت، مرتبط است و افزایش تجربه‌های هیجانی مثبت باعث مواجهه موثر با موقعیت‌های استرس‌زاده شده و پاسخ مناسب به موقعیت‌های اجتماعی را افزایش می‌دهد (۱۳). همچنین، تحقیقات نشان داده است که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با تفکر تاملی مرتبط بوده و سازگاری بعدی فرد را پیش بینی می‌کند و تمرکز بر مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان می‌تواند در پیش بینی و درمان مشکلات روانی، موثر باشد (۱۴). پژوهش‌های دیگر نیز نشان داده است که تنظیم شناختی هیجان، سازگاری مثبت را پیش بینی می‌کند و ارزیابی مجدد به عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان با بهزیستی و سلامت روانی بالا، مرتبط است (۱۵). بنابراین پژوهش حاضر از نظر بنیادی و کاربردی می توان اهمیت زیادی داشته باشد. اهمیت بنیادی پژوهش حاضر به این دلیل است که متغیرهای رفتارهای کمک طلبی بر خودناتوان سازی با میانجیگیری تنظیم شناختی هیجان نوجوانان یافته های جدیدی را در اختیار محققان قرار می دهد. اهمیت کاربردی این پژوهش نیز به این دلیل است که با آشکار کردن روابط میان متغیرهای ذکر شده، اطلاعات کاربردی مفیدی را در اختیار معلم ها، والدین و سایر متخصصان آموزش و پرورش قرار می‌گیرد. به عبارت دیگر، نتایج این پژوهش می‌تواند به والدین کمک کند تا از طریق تغییر دادن انتظاراتی که از فرزندان خود دارند، هدف‌گرایی شخصی آنها را در جهتی هدایت کننده که تمایل آنها را به جستجوی کمک از دیگران افزایش دهد(۱۶). در همین راستا نتایج این پژوهش می‌تواند به معلم‌ها کمک کند تا همسو با والدین و از طریق به کارگیری شیوه مناسب تدریس، ارائه تکالیف متناسب با توانایی شناختی دانش‌آموزان و تنظیم سطح توقعاتی که از دانش‌آموزان دارند، آنها را در جهتی هدایت کنند که برخورد با مشکلات تحصیلی به نحو مناسبی از دیگران کمک بخواهند و به خودشکوفایی برسند. از این روی پژوهش حاضر در صدد پاسخگویی به این سؤال است که مدل ساختاری خودناتوان سازی بر اساس رفتارهای کمک طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان خدابنده از برازش مطلوبی برخوردار است؟

روش کار

این پژوهش با استفاده از روش پژوهش همبستگی و الگویابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه (پسر) در شهرستان خدابنده در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ که مشغول به تحصیل بودند، تشکیل دادند. دربارهٔ حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری نظرات گوناگون وجود دارد ولی همه بر این موضوع توافق دارند که مدل معادلات ساختاری شبیه تحلیل عامل از فنون آماری است که با نمونهٔ بزرگ قابل اجرا می‌باشد. حجم حدود ۲۰۰ نفر را برای برازش مدل کافی دانسته است. بر اساس اندازه اثر مورد انتظار و توزیع متغیرهای اندازه‌گیری شده و همچنین لحاظ توان آزمون، به ازای هر پارامتر برآوردشده حداقل ۱۰ آزمودنی ممکن کافی باشد، به شرط اینکه اندازه برآورد اثر بزرگ باشد و متغیرهای اندازه‌گیری شده دارای توزیع نرمال باشند. بنابراین حداقل نمونه پژوهش حاضر با در نظر گرفتن تعداد پارامترهای برآوردشده در مدل حداقل ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان بود، که با درنظر گرفتن ریزش‌های احتمالی ۴۵۰ دانش‌آموز پسر مقطع دوم متوسطه به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شد و در نهایت ۴۲۰ پرسشنامه به صورت کامل برگشت داده شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش، نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود. بدین صورت که از میان مدارس متوسطه در شهرستان خدابنده ابتدا سه مدرسه به تصادف انتخاب و سپس از هر مدرسه چهار کلاس به تصادف انتخاب و در نهایت پرسشنامه‌ها در میان دانش‌آموزان آن کلاس‌ها توزیع شد. لازم به ذکر است به منظور روش گردآوری داده‌ها با توجه به

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

شرایط بهداشتی کشور (شیوع ویروس کرونا) پژوهشگر با دسترسی به گروه های فعال در شبکه‌های مجازی دانش‌آموزان (گروه های که به منظور برگزاری کلاس‌های آنلاین در شبکه‌های مجازی ایجاد شده‌اند)، بعد از توضیح اهداف پژوهشی، اقدام به ارسال پرسشنامه ها به گروه ها شد. لازم به ذکر است که تمامی مشخصات و اطلاعات دانش‌آموزان به صورت محرمانه باقی‌ماند.

مقیاس خودناتوان سازی جونز و رودوللت (۱۹۸۲): مقیاس خود ناتوان سازی توسط جونز و رودوالت (۱۹۸۲) برای اندازه‌گیری خودناتوان سازی تهیه و تنظیم شده است. این مقیاس مشتمل بر ۲۵ ماده است. در این مقیاس که ابزاری خودگزارشی و تک بعدی است، پاسخ مشارکت کنندگان در یک طیف ۶ درجه ای لیکرت از ۰ تا ۵ نمره گذاری می شود. نمره بالاتر، بیانگر تمایل بیشتر فرد برای خودناتوان سازی است. شوینگر و همکاران (۲۰۱۱) همسانی درونی این مقیاس در سطح قابل قبولی گزارش دادند (آلفای ۷۹٪) پایداری مقیاس با بازآزمایی طی یک ماه برقرار بود و هم‌چنین داده‌های جمع‌آوری شده در نمونه‌های مختلف نشان دهنده روایی همگرا و واگرا است. نمره گذاری پرسشنامه طبق طیف لیکرت است و در مقیاس ۵ درجه‌ای تهیه شده است. برای احراز روایی سازه، با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی انجام شد. نتایج نشان داد که همه گویه ها، غیر از ۵ گویه که به علت بار عاملی کمتر ۰/۳۰ از تحلیل حذف گردید، در عامل مربوط به خود بار شدند. در این تحلیل، نسبت مجذور کای به درجه آزادی ۱/۰۴ به دست آمده شاخص RMSEA برابر با ۰/۰۱ و در فاصله اطمینان ۹۰ درصد بین حد پایین ۰/۰۰۰۱ و حد بالا ۰/۱۵ قرار گرفته و مقدار PCLOSE ۰/۴۷ بود. شاخص های GFI، IFI، و CFI ۰/۹۹ به دست آمد. همچنین، شاخص های NFI و TLI نیز ۰/۹۹ حاصل شد. برای بررسی پایایی نیز از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب آلفا ۰/۶۶ به دست آمد.

پرسشنامه رفتار کمک طلبی ریان و پنتریچ (۱۹۹۷): این پرسشنامه توسط ریان و پنتریچ (۱۹۹۷) ساخته شده است که شامل ۱۴ سوال می باشد. سوالات ۱۲، ۱۰، ۹، ۸، ۶، ۴، ۲ عامل اجتناب از کمک طلبی را ارزیابی می کند. سوالات ۱۴، ۱۳، ۱۱، ۷، ۵، ۳، ۱ عامل اجتناب از کمک طلبی را ارزیابی می کنند. پاسخ دهندگان هر گویه را در مقیاس لیکرت (۱-کاملا مخالفم، ۵-کاملا موافق ام) درجه بندی می کردند و دارای دو بُعد پذیرش و اجتناب از کمک طلبی می باشد. دامنه نمرات در این مقیاس ۱۴ تا ۷۰ است. قدم پور (۱۳۷۷) در پژوهشی را عنوان نقش باورهای انگیزشی بر رفتار کمک طلبی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان بر نمونه ای با حجم ۲۰۰ نفر از آن استفاده کرده است و جهت تعیین اعتبار این مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده کردند. طبق نظر این پژوهشگر، ضریاب آلفا برای عامل های پذیرش کمک طلبی و اجتناب از کمک طلبی به ترتیب ۶۸/. و ۶۸/. بوده است. نتایج نشان دهنده‌ی این بود که عامل اجتناب از کمک طلبی با ارزش ویژه ۲/۹۴ و ۲۹/۴ درصد واریانس کل، عامل پذیرش کمک طلبی با ارزش ویژه ۱/۴۶۶ و ۱۴/۷ درصد واریانس کل را تبیین می کنند. در این پژوهش، ضریب همسانی درونی کمک طلبی تحصیلی برابر با ۸۹/. به دست آمد.

تنظیم هیجان گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۶): پرسشنامه تنظیم هیجان گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۶) یک ابزار ۱۸ گویه‌ای است که راهبردهای تنظیم هیجان را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی در اندازه‌های پنج درجه‌ای از یک (هرگز) تا پنج (همیشه) بر حسب ۹ زیرمقیاس زیر می‌سنجد: سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارگری، فاجعه انگاری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه وسیع و پذیرش. نمره بیشتر، نشان دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی محسوب می‌شود. ضریب آلفا برای خرده مقیاس‌های این پرسشنامه در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ و ضریب اعتبار خرده مقیاس‌های آن به شیوه بازآزمایی به فاصله زمانی ۱۴ ماده در دامنه ۰/۴۸ تا ۰/۶۱ گزارش شده است. راهبردهای خودتنظیمی را می‌توان هم در امتداد یک بعد در نظر گرفت (مقابله شناختی) و هم به دو نوع

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

راهبرد مقابله‌ای بیشتر سازش یافته (مثبت/کارآمد) و کمتر سازش یافته (منفی/ناکارآمد) تقسیم کرد. تمرکز مجدد مثبت/تمرکز بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت/دیدگاه وسیع (کم‌اهمیت شماری) و پذیرش راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش یافته هستند و مدلسازی معادلات ساختاری استفاده شد.

یافته‌ها

در این بخش با استفاده از شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و نمودار متغیرهای پژوهش مورد توصیف قرار

جدول ۱- مشخصه‌های آماری متغیرهای پژوهش

متغیر	مولفه	نمره	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
خودناتوان‌سازی	-	۸۱/۸۰	۱۹/۳۷	-۰/۰۴	-۰/۱۷
رفتار کمک‌طلبی	پذیرش	۲۲/۸۹	۵/۵۵	۰/۰۵	۰/۱۱
	اجتناب از کمک‌طلبی	۲۳/۹۰	۵/۶۳	-۰/۲۸	۰/۱۰
راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته (تنظیم هیجان)	تمرکز مجدد مثبت	۶/۸۹	۱/۸۵	-۰/۵۰	۰/۱۹
	تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	۶/۵۴	۱/۷۱	-۰/۱۷	۰/۳۹
	ارزیابی مجدد مثبت	۶/۲۱	۱/۷۴	-۰/۰۲	۰/۱۰
	دیدگاه وسیع	۵/۹۸	۱/۸۶	-۰/۰۴	۰/۰۵
	پذیرش	۵/۸۵	۱/۹۴	۰/۰۹	-۰/۰۴
راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش‌یافته (تنظیم هیجان)	سرزنش خود	۶/۴۶	۱/۶۶	-۰/۰۷	۰/۳۳
	سرزنش دیگران	۶/۴۳	۱/۶۸	۰/۰۰	۰/۰۹
	نشخوارگری	۶/۵۵	۱/۷۷	۰/۰۱	۰/۱۴
	فاجعه‌انگاری	۶/۱۲	۱/۹۹	۰/۰۱	-۰/۲۸

خودسرزنش‌گری، دیگر سرزنش گری، نشخوار فکری و فاجعه نمایی از راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش یافته محسوب می‌شوند. در ایران نیز ضریب آلفا برای خرده مقیاس‌های این آزمون را در دامنه ۰/۶۲ تا ۰/۹۱ و همچنین ضریب اعتبار این عوامل را به شیوه بازآزمایی با فاصله زمانی یک هفته بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۸ به دست آورده‌اند. نتایج تحلیل عامل به شیوه مؤلفه‌های اصلی نشان داده است که پرسشنامه خودتنظیمی یک ساختار هفت عاملی دارد که شامل تمرکز مجدد مثبت/برنامه‌ریزی، ارزیابی مثبت/دیدگاه وسیع، پذیرش، سرزنش دیگران، سرزنش خود، نشخوار فکری و فاجعه انگاری است. روایی محتوایی پرسشنامه خودتنظیمی، بر اساس داوری هشت نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی و ضرایب توافق کندال برای زیر مقیاس‌ها از ۰/۸۱ تا ۰/۹۲ محاسبه شد. آلفای کرونباخ راهبردهای منفی (ناکارآمد) ۰/۸۹ به دست‌آمد. تجزیه‌وتحلیل اطلاعات به‌دست‌آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم‌افزار Spss-V23 و Lisrel-V7.80 انجام شد. همچنین به منظور آزمون فرضیه‌های پژوهش از می‌گیرد. اطلاعات جدول ۱ مشخصه‌های آماری متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. با توجه به مقادیر چولگی و کشیدگی که در بازه‌ی (۱/۹۶+ ، ۱/۹۶-) قرار دارد، حدس بر نرمال بودن داده‌ها قوت می‌گیرد، بنابراین، می‌توان فرض نرمال بودن داده‌ها را مطرح کرده و پذیرفت. در جدول ۲، مهم‌ترین و متداول‌ترین شاخص‌های برازش آورده شده است. همان‌گونه که در جدول ۲ دیده می‌شود، همه‌ی شاخص‌ها کفایت آماری دارند. بنابراین، با اطمینان می‌توان دریافت محقق در مورد این شاخص‌ها به برازش نسبتاً کاملی دست یافته است. در جدول ۲، ضرایب مسیر به همراه مقادیر t برای فرضیه‌ی فوق آورده شده است. همان‌طور که مشخص است، مسیرهای مورد آزمون، پذیرفته می‌شوند. بنابراین، می‌توان چنین نتیجه گرفت که خودناتوان‌سازی بر اساس رفتار کمک‌طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده از برازش مطلوبی برخوردار است. برای بررسی میزان تأثیر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته لازم است تا اثرات کل،

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

جدول ۲- گزیده‌ای از شاخص‌های برازش مهم مدل ترسیمی

شاخص	نام شاخص	اختصار	مقدار	برازش قابل قبول
شاخص‌های برازش مطلق	سطح تحت پوشش (کای اسکوئر)	-	۱۴۰۷/۱۷	
	شاخص نیکویی برازش	GFI	۰/۹۰	بزرگتر از ۰/۸
شاخص‌های برازش تطبیقی	شاخص نیکویی برازش اصلاح شده	AGFI	۰/۸۸	بزرگتر از ۰/۸
	شاخص برازش تطبیقی	CFI	۰/۹۹	بزرگتر از ۰/۹
شاخص‌های برازش مقتصد	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSEA	۰/۰۵۸	کمتر از ۰/۱

جدول ۳- ضرایب مسیر و مقادیر t

مسیر	ضریب مسیر	مقدار t	وضعیت
رفتار کمک‌طلبی --> راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته	۰/۷۷	۱۵/۴۳	پذیرفته شد
راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته --> خودناتوان‌سازی	-۰/۵۸	-۱۳/۱۵	پذیرفته شد
رفتار کمک‌طلبی --> خودناتوان‌سازی	-۰/۵۷	-۱۳/۰۷	پذیرفته شد
رفتار کمک‌طلبی --> راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش‌یافته	-۰/۶۷	-۱۳/۸۱	پذیرفته شد
راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش‌یافته --> خودناتوان‌سازی	-۰/۷۶	۱۵/۱۷	پذیرفته شد
رفتار کمک‌طلبی --> خودناتوان‌سازی	-۰/۵۷	-۱۳/۱۷	پذیرفته شد

جدول ٤ ضرایب مسیر و مقادیر t

متغیر مستقل	متغیر وابسته	اثر		
		مستقیم	غیرمستقیم	کل
رفتار کمک‌طلبی	راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته	۰/۷۷	----	۰/۷۷
راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته	خودناتوان‌سازی	-۰/۵۸	-----	-۰/۵۸
رفتار کمک‌طلبی	خودناتوان‌سازی	-۰/۵۷	-۰/۴۵	-۱/۰۲
رفتار کمک‌طلبی	راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش‌یافته	-۰/۶۷	----	-۰/۶۷
راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش‌یافته	خودناتوان‌سازی	-۰/۷۶	-----	۰/۷۶
رفتار کمک‌طلبی	خودناتوان‌سازی	-۰/۵۷	-۰/۵۱	-۱/۰۸

مستقیم و غیرمستقیم برای متغیر درون‌زای مدل ارائه شود که این اثرات در جدول ۳ قابل مشاهده است. همان‌طور که در جدول ۴ قابل مشاهده است: تاثیر رفتار کمک‌طلبی به صورت غیرمستقیم از طریق راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته بر خودناتوان‌سازی به میزان ۱/۰۲- است. تاثیر رفتار کمک‌طلبی به صورت غیرمستقیم از طریق راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش یافته بر خودناتوان‌سازی به میزان ۱/۰۸- است.

بحث

پژوهش حاضر با هدف برازندگی مدل معادلات ساختاری خودناتوان سازی بر اساس رفتار کمک طلبی با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجانی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده انجام شد. نتایج نشان داد که خودناتوان سازی بر اساس رفتار کمک طلبی با میانجی گری تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان خدابنده از برازش مطلوبی برخوردار است. تاثیر رفتار کمک‌طلبی به صورت غیرمستقیم از طریق راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش‌یافته بر خودناتوان‌سازی به میزان ۱/۰۲- است. تاثیر رفتار کمک‌طلبی به صورت غیرمستقیم از طریق راهبردهای مقابله‌ای کمتر

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

سازش‌یافته بر خودناتوان‌سازی به میزان۱/۰۸- است. این یافته ها با نتایج تحقیقات چپمن(Chapman) و همکاران (۲۰۲۰) (۲)، نیوبی (Newby) و همکاران (۲۰۱۵) (۷) هم‌راستاست. دانش‌آموزان در شرایطی که با تکلیف درگیر می شوند، بیشتر به کمک طلبی اقدام می کنند و تقاضای اشاره های جزئی و سرنخ ها را ترجیح می دهند. این نوع تقاضاها احتمال دارد به رفع خطاها، حل دشواری ها و پیش رفتن به سمت تبحر و تسلط بر تکلیف کمک کند. دانش‌آموزان زمانی که به کمک نیاز دارند و تقاضای کمک می‌کنند، نه تنها مشکلات تحصیلی را کاهش می دهند، بلکه دانش و مهارت هایی را کسب می کنند که در کاهش خودناتوان سازی و افزایش تنظیم هیجانی مثبت به آنها کمک می کند. بنابراین می توان این بخش از یافته پژوهش را این چنین تبیین کرد که رفتار کمک طلبی تحصیلی نوعی از فرآیند راه حل یابی برای حل مسائل و مشکلات در زندگی است. فردی که تنظیم هیجانی مثبت برخوردار است، در زمان لازم به کمک طلبی از دیگران اقدام می کند. اغلب افراد با تنظیم هیجانی مثبت از دنبال کردن اهداف لذت می برند و انگیزه درونی بیشتری را تجربه می کنند و به دنبال راه حل های خلاقانه بیشتری هستند. بنابراین تنظیم هیجانی مثبت باعث افزایش کمک طلبی و کاهش خودناتوان سازی در امر تحصیل می شود. در نتیجه افراد دارای کمک طلبی تحصیلی بالا برای رسیدن به هدف خود از ایده ها و روش های بدیع استفاده می کنند (۵). از سوی دیگر به‌کارگیری راهبرد دفاعی خودناتوان سازی منجر به انحراف توجه دیگران به متغیرهای گذرا مانند عدم آمادگی شده که باعث شکست و عدم موفقیت می‌گردد. کیم(Kim) و همکاران (۲۰۲۱)، معتقدند در شرایطی که فرد احتمال می‌دهد از عملکرد ضعیفی برخوردار خواهد بود، شایستگی و توانمندی اوزیر سؤال رفته و عزت نفس و حرمت او کاهش خواهد یافت، در این هنگام خودناتوان سازی، رفتاری برای جلوگیری از پیامدهای منفی شکست خواهد بود. در این وضعیت شخص اعمالی را انجام می‌دهد یا ویژگی‌هایی را در مورد خود می‌پذیرد تا اسناد با پیامد منفی برای عزت نفس را بی‌ارزش کند و باعث اجتناب فرد از قرار گرفتن در برابر قضاوت و تهدید ناشی از آن گردد. به‌دنبال آن شرایطی ایجاد می‌شود تا بازخوردهای مثبت مربوط به "ارزش خود" افزایش و بازخوردهای منفی کاهش می‌یابد. به تعبیری دیگر، راهبردهای خودناتوان سازی فرایندی پیشگیرانه هستند که افراد ایجاد می‌کنند و آن‌ها جانشین عواملی می‌گردند که در آینده احتمال می‌رود شایستگی آنان را مورد تردید قرار دهند (۱). همچنین در تبیین این یافته ها می توان گفت راهبردهای کمتر سازش یافته تنظیم شناختی هیجان ها باعث می شود تا برانگیختگی و هیجان های منفی در فرد شکل گیرد که این سبب می شود فرد از رفتار کمک طلبی اجتناب ورزد، اما دانش آموزانی که از راهبردهای سازش یافته و مثبت تنظیم شناختی هیجان استفاده می کنند، رفتار کمک طلبی را به عنوان یکی از راهبردهای موفقیت تحصیلی پیگیری نمایند (۱۳)؛ قابل ذکر است تمامی افرادی که در محیط های درسی فعالیت می کنند، لاجرم در طول زندگی تحصیلی خود با سوالات و مسائلی مواجه می شوند که به تنهایی قادر به گذر از آنان نیستند به همین جهت نیازمند هم فکری، تعامل و درخواست راهنمایی و کمک از دیگران هستند. این افراد در صورتی که نتوانند به گونه ای سازگارانه و انطباقی از دیگران کمک بگیرند، ممکن است در بعضی مواقع به رفتارهای غیراخلاقی و غیرمولد مثل بی صداقتی تحصیلی متوسل شوند، به همین جهت با توجه به ماهیت کمک طلبی تحصیلی از نظر کلاین(Kline) (۲۰۱۴) که در بر گیرنده پرسش از معلمان، درخواست توضیح بیشتر، دریافت سرنخ را شامل می شود، به پیشرفت درسی منجر شده و استقلال در حل سوالات و مسائل را به همراه خواهد داشت و باعث می‌شود که کمتر دانش آموزان با چنین عملکردی به رفتارهایی همچون تقلب دست بزنند. اگر چه انتظار بر این بود که اجتناب از کمک طلبی تحصیلی ناشی از مؤلفه های تنظیم هیجانی مثبت است، و تنظیم هیجانی پایین در دانش‌آموزان باعث کاهش رفتارهای کمک طلبی تحصیلی و افزایش خودناتوان سازی در آنان می‌گردد (۶).

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

نتیجه‌گیری

نتایج نشـان داد که هماهنگی لازم بین مراکز مشـاوره و مشـــاورین مدارس مورد تاکید بیشـــتری قرار گیرد تا ضـــمن بهبود تنظیم هیجان و رفتار کمک طلبی، زمنیه کاهش خودناتوان سازی در دانش‌آموزان فراهم گردد.

پیشنهادات

با توجه به نتایج این پژوهش، به دســـت اندرکاران امر مشـــاوره و آموزش توصـــیه می شـــود راهکارهای کمک طلبی سازگار را به دانش آموازن، آموزش داده و همکاری گروهی را تشـویق نمایند. همچنین، به معلمان و والدین توصـــیه می شـــود در کلاس کلیه موانعی که منجر به اجتناب از کمک طلبی تحصـیلی می شـود را شـناسـایی نموده و در جهت رفع آنها و تسهیل کمک طلبی سازگار اقدام نمایند. علاوه بر این توصـیه می شـود نسـبت به تفاوت های فردی دانش آموزان با احترام برخورد کنند و از روش هایی که رقابت را تشـــویق نموده و موجب محیط پراســـترس گردیده خودداری نمایند، بر یادگیری و درک مطالب تاکید نمایند تا موجب افزایش شایستگی و کاهش خودناتوان ســـازی دانش آموزان شـــده و فهم عمیق مطالب در آنان ایجاد گردد.

References

1. Kim M, Hwang WJ, Park J, Kim T, Oh S, Kwon JS. Neurophysiological Correlate of Emotion Regulation by Cognitive Reappraisal and Its Association With Psychotic Symptoms in Early Psychosis. Schizophr Bull. 2021;47(1):87-96.
2. Chapman HC, Visser KF, Mittal VA, Gibb BE, Coles ME, Strauss GP. Emotion regulation across the psychosis continuum. Dev Psychopathol. 2020;32(1):219-227.
3. Ermel JA, Moran EK, Culbreth AJ, Barch DM. Psychotic like experiences as part of a continuum of psychosis: Associations with effort-based decision-making and reward responsivity. Schizophr Res. 2019;206:307-312.
4. Culbreth AJ, Moran EK, Barch DM. Effort-cost decision-making in psychosis and depression: could a similar behavioral deficit arise from disparate psychological and neural mechanisms? Psychol Med. 2018;48(6).
5. Remberk B. Clinical significance of psychotic-like experiences in children and adolescents. Psychiatr Pol. 2017;51(2):271-282.
6. Kline E, Thompson E, Bussell K, Pitts SC, Reeves G, Schiffman J. Psychosis-like experiences and distress among adolescents using mental health services. Schizophr Res. 2014;152(2-3):498-502.
7. Newby JM, McKinnon A, Kuyken W, Gilbody S, Dalgleish T. Systematic review and meta-analysis of transdiagnostic psychological treatments for anxiety and depressive disorders in adulthood. Clin Psychol Rev. 2015;40:91-110.
8. Sloan E, Hall K, Moulding R, Bryce S, Mildred H, Staiger PK. Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. Clin Psychol Rev. 2017;57:141-163.
9. Sakiris N, Berle D. A systematic review and meta-analysis of the Unified Protocol as a transdiagnostic emotion regulation based intervention. Clin Psychol Rev. 2019 ;72:101751.
10. Running A, Seright T. Integrative oncology: managing cancer pain with complementary and alternative therapies. Curr Pain Headache Rep. 2012;16(4):325-31.
11. Mueller CM, Dweck CS. Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. J Pers Soc Psychol. 2020;75(1):33-52.
12. Thompson T, Richardson A. Self-handicapping status, claimed self-handicaps and reduced practice effort following success and failure feedback. Br J Educ Psychol. 2001;71(Pt 1):151-70.
13. Mizokawa A. Association Between Children's Theory of Mind and Responses to Insincere Praise Following Failure. Front Psychol. 2018 10;9:1684.
14. Nguyen TN, Nilsson S, Hellström AL, Bengtson A. Music therapy to reduce pain and anxiety in children with cancer undergoing lumbar puncture: a randomized clinical trial. J Pediatr Oncol Nurs. 2010;27(3):146-55.
15. Henderlong J, Lepper MR. The effects of praise on children's intrinsic motivation: a review and synthesis. Psychol Bull. 2002 Sep;128(5):774-95

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]