

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۰۶/۲۰

تاریخ بررسی مقاله: ۹۰/۰۶/۳۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۰/۱۱/۲۳

مجله دست آوردهای روان‌شناختی

(علوم تربیتی و روان‌شناسی)

دانشگاه شهید چمران اهواز، بهار و تابستان ۱۳۹۱

دوره چهارم، سال ۱۹-۳، شماره ۱

صص: ۹۹-۱۱۶

بررسی نقش راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی به عنوان پیش‌بین‌های افت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلام شهر

مهرناز آزادیکتا*

چکیده

هدف از این تحقیق بررسی نقش راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی در افت تحصیلی دانشجویان است. به منظور بررسی فرضیه‌های تحقیق ۴۸۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلام شهر (۱۶۲ پسر، ۳۱۸ دختر) از طریق نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات، آزمون سنجش سبک اسناد اندرسون و آرنولت و پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای بیلینگز و موس بوده است همچنین معدل ترم گذشته دانشجویان به عنوان شاخص افت تحصیلی محسوب شده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش‌های ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی چند متغیره به روش گام به گام استفاده شد. نتایج حاصل نشان داد بین راهبردهای جلب حمایت اجتماعی، مهار جسمانی و مهار هیجانی با موقعیت شکست و همچنین بین بُعد پایدار-ناپایدار موقعیت شکست و ابعاد درونی-بیرونی، پایدار-ناپایدار و کلی-جزیی موقعیت موفقیت در پرسشنامه سبک‌های اسنادی با افت تحصیلی همبستگی معنی‌داری وجود داشت. نتایج تحلیل رگرسیون نشان دهنده نقش برجسته‌تر راهبردهای مهار جسمانی و مهار هیجانی و بُعد کلی-جزیی موقعیت موفقیت با افت تحصیلی بود. نتیجه تحقیق نشان داد که بین راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی با افت تحصیلی ارتباط معنی‌داری وجود دارد.

کلید واژگان: سبک اسناد، راهبرد مقابله‌ای، افت تحصیلی، دانشجویان

مقدمه

مسأله افت تحصیلی به عنوان یکی از بحث‌انگیزترین مسایل آموزش و پرورش و آموزش عالی در دهه‌های اخیر مطرح بوده است. شواهد نشان می‌دهد که دانشجویان در رسیدن به اهداف آموزشی خود با چالش‌های فراوانی مواجه می‌شوند که گاه مانع از رسیدن آنها به اهدافشان می‌شود و عدم دستیابی به اهداف اثر مخربی بر انگیزش و عملکرد آنها بر جای می‌گذارد. در حال حاضر، افت تحصیلی یکی از مهم‌ترین مشکلات نظام آموزشی است که هر ساله مقدار قابل توجهی از بودجه و نیروهای انسانی و امکانات را به هدر می‌دهد و اثرات ناخوشایندی نیز چه از نظر روحی و چه از نظر روانی بر فراگیر وارد می‌نماید و مشکلات عدیده‌ای را برای خانواده‌ها بوجود می‌آورد. مطالعه کمپل^۱ (۲۰۰۳)، نشان داد که رابطه بین هوش و عملکرد تحصیلی به ویژه در محیط‌های دانشگاهی به مراتب کمتر از اندازه‌ی مورد انتظار است. بر این اساس به نظر می‌رسد که با کاهش توان پیش‌بینی‌کننده اندازه‌های مربوط به توانایی شناختی در سطوح بالاتر تحصیلات رسمی، بر سهم متغیرهای شخصیتی افزوده می‌گردد. در همین راستا تحقیق وایب^۲ (۲۰۰۶) نشان داد که دانشجویان دارای افت تحصیلی در مقایسه با دانشجویان عادی از سلامت روان کمتر برخوردار بوده و در خرده‌مقیاس‌های وسواس، افسردگی، ترس مرضی و افکار پارانوییدی، به طور معنادار شدت علائم بیشتری از خود نشان دادند.

فرزین‌راد، اصغرنژادفرید، یزدان دوست و حبیبی عسگرآباد (۱۳۸۳)، در طی پژوهشی که بر روی دانشجویان ساکن در خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی ایران انجام دادند؛ نشان دادند که در دانشجویان، راهبرد مهار جسمانی اثر پیش‌بینی‌کنندگی معنی‌داری با افسردگی دارد. به عبارت دیگر هر چه مهار جسمانی بالاتر باشد میزان افسردگی هم افزایش می‌یابد. در همین رابطه تحقیق فراست، مارتن و روزنبلات^۳ (۲۰۰۳) نشان دادند که دانشجویان افسرده مشکلات تحصیلی بیشتر، انگیزه کمتر و نمره‌های درسی پایین‌تری در مقایسه با دانشجویان غیرافسرده دارند. پژوهش پپیر^۴ (۲۰۱۰)، نشان داد که دانشجویان با ناکارآمدی تحصیلی در رویارویی در

1- Campbell

2- Wibe

3- Frost, Marten, & Rosenblate

4- Piper

مقابله با رویدادهای تنیدگی‌زا به علت آستانه تحمل پایین، به جای رویکرد شناختی مؤثر، از راهبردهای هیجانی ناکارآمد و اسنادهای بیرونی بهره می‌گیرند. از منبع کنترل بیرونی برخوردارند و اغلب با تفکرهای غیرمنطقی خود شرایط نامساعد را غیر قابل تغییر می‌دانند از این رو در برابر ناکامی‌ها و سختی‌ها به زودی بردباری خود را از دست می‌دهند و بیشتر به صورت تکانشی پاسخ می‌دهند.

پژوهش آفایوسفی (۱۳۸۰) نشان داد که یکی از روش‌های کاهش افسردگی "مقابله درمانگری" است. این پژوهش که بر روی دانشجویان دختر انجام شده بود نشان داد که مقابله درمانگری نه تنها افسردگی را کاهش می‌دهد، بلکه از میزان اضطراب نیز در حد قابل توجهی می‌کاهد. پژوهش فرایدمن، تاکر و وینگارد^۱ (۲۰۰۹) نشان می‌دهد که شیوه‌های مقابله‌ای سازش نایافته با عناصر تنیدگی‌زا به سمت منحرف شدن سرمایه‌گذاری نیروی نوجوانان از فرایند یادگیری، کنش‌وری بهینه تحصیلی و تحول روان‌شناختی متناسب با سن را دچار اختلال می‌کند و شکست تحصیلی نوجوانان را در پی دارد. تحقیق روی^۲ (۲۰۰۸) نشان داد که پاسخ‌های مقابله‌ای افراد سازش یافته با افراد دارای سازش نایافته جسمی - روانی متفاوت است. همچنین اصلاح روش‌های مقابله، سازش نایافته را در حد محسوسی کاهش می‌دهد. در تحقیقی که وی نقش راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و تفکر آرزویی بر فشار روانی ادراک شده، اضطراب و افسردگی در دانشجویان را مورد بررسی قرار داد، نشان داد، دانشجویانی که راهبردهای مسئله‌مدار را به کار می‌برند، دچار فشار روانی نمی‌شوند و افسرده نیستند. دانشجویانی که تفکر آرزویی دارند هم مضطرب‌اند و هم فشار بیشتری را تجربه می‌کنند.

در مجموع با توجه به موارد فوق و با در نظر گرفتن اینکه افت تحصیلی، بیشتر به دنبال فشارهای روان‌شناختی انجام می‌گیرد و عنایت به این مسأله که راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی نقش مؤثری در واکنش فرد به رویدادهای تنیدگی‌زا دارند، و از طرف دیگر با توجه به شیوع بالای افت تحصیلی به خصوص در میان دانشجویان، مطالعه تحقیق در این زمینه ضروری و مهم به نظر می‌رسد. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی به عنوان پیش‌بین‌های افت تحصیلی در دانشجویان انجام شده است.

1- Friedman, Tucker, & Wingard

2- Roy

همچنین مسأله اصلی این پژوهش، این است که سهم راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی به کار گرفته شده توسط دانشجویان در کارآمدی تحصیلی به چه میزان است. طی دهه‌های اخیر علاقه‌مندی به فرایندهایی که انسان برای مقابله با استرس از آنها بهره می‌گیرد، رو به افزایش است.

در دهه گذشته، سازه‌ای به نام "مقابله"^۱ در متون روان‌شناسی توجه زیادی را به خود جلب کرده است (دیویس^۲، ۲۰۰۱). بنا به تعریف، مقابله عبارت است از تسلط یافتن، کم کردن و یا تحمل آسیب‌هایی که استرس ایجاد می‌کند. به عبارت دیگر، مقابله شامل تمام تلاش‌های شناختی و رفتاری است که برای مهار، کاهش یا تحمل درخواست‌های درونی یا بیرونی به کار گرفته می‌شود. مقابله ممکن است رابطه فرد را با محیط تغییر و یا میزان ناراحتی عاطفی او را کاهش دهد. راهبردهای مقابله‌ای مؤثر باعث می‌شوند که واکنش فرد به سطح بالای تنیدگی کاهش یابد و آثار زیان‌بار آن تعدیل شود مقابله کننده موفق از طریق پذیرفتن مسئولیت و یافتن راه حل برای مشکلات خود به مسایل زندگی پاسخ می‌دهند. آنها با احساس تسلط و کفایت با مشکلات مواجهه می‌شوند از طرفی راهبردهای ناکارآمد، از بینش ضعیف و فقدان قضاوت خوب منتج می‌شود این راهبردها مؤثر نیستند و انعطاف‌ناپذیرند. مقابله کننده‌های ناموفق مشکلات زندگی را انکار کرده و از آن اجتناب می‌کنند. آنها یا از مشکلات فرار می‌کنند یا بدون در نظر گرفتن موقعیت و تلاش برای یافتن راه حل بهتر، به طور تکانشی و عجولانه واکنش نشان می‌دهند.

تنیدگی و حتی شدت آن به خودی خود بد و سازش‌نا یافته نیست بلکه مهم چگونگی مقابله با این شرایط است لذا، راهبردهایی که فرد برای مقابله انتخاب می‌کند جزیی از نیمرخ آسیب‌پذیری محسوب می‌شود اتخاذ خط‌مشی و راهبردهای نامناسب در مواجهه با عوامل تنیدگی‌زا می‌تواند موجب تشدید مشکلات شود در حالی که به کارگیری راهبرد صحیح مقابله می‌تواند نتایج مثبتی در پی داشته باشد. روش‌های مقابله گوناگون است، اما بر اساس پژوهش‌های مختلف می‌توان روش‌های مقابله را در دو عنوان کلی روش‌های مقابله هیجان‌مدار و مسأله‌مدار مورد بررسی قرار داد تمایز میان مقابله مبتنی بر مشکل و مقابله مبتنی بر هیجان حایز اهمیت است.

1- coping
2- Davis

تحقیقات این مسأله را نشان می‌دهند که پاسخ افراد به مقیاس‌های مقابله‌ای چند عامل را شکل می‌دهد. این تحقیقات (دیویس، ۲۰۰۱) بیانگر آن است که گرایش‌های مقابله‌ای ممکن است یکی از موارد زیر را در بر داشته باشد.

مقابله فعال: فرایند اتخاذ گام‌های مقابله‌ای به منظور از بین بردن عامل استرس‌زا یا خنثی کردن تأثیرات آن است. مقابله فعال مشتمل بر اقدام مستقیم، افزایش تلاش و کوشش و تلاش برای اجرای یک روش مقابله‌ای است.

برنامه‌ریزی: عبارت از اندیشیدن در مورد اینکه چگونه با عامل استرس‌زا مقابله کنیم. فرایندهای برنامه‌ریزی مبتنی است بر، درصدد اقدام عمل بر آمدن، طرح‌ریزی در مورد اینکه چه اقدامات عملی انجام گیرد و چگونه به بهترین شکل ممکن از عهده مشکل برآییم این اقدام، اقدامی مبتنی بر حل مشکل است.

تمایل به جست و جوی حمایت‌های اجتماعی: این روش در حقیقت، شمشیری دو لبه است. از بسیاری جهات، جست و جوی حمایت اجتماعی و عاطفی پدیده‌ای کارکردی به نظر می‌رسد. به این معنی که فردی که از یک تهدید احساس ناامنی می‌کند با به دست آوردن این نوع حمایت احساس آرامش می‌کند. لذا به نظر می‌رسد که این روش خود بازگشتی به شیوه‌های مقابله مبتنی بر مشکل باشد.

کارور اسپچیر و وینتراب^۱ (۱۹۸۹) همبستگی میان هر روش مقابله و برخی متغیرهای شخصیتی مثل عزت نفس و اضطراب را اندازه‌گیری کردند. آنها دریافتند که برخی الگوهای مقابله‌ای (روش‌های مقابله فعال، برنامه‌ریزی شده، برداشت مثبت) با عزت نفس بالا و اضطراب پایین همبسته هستند. بنابراین مقابله نقش مهم و مؤثری در سازش، رفاه و سلامتی انسان دارد. ارگن^۲ (۲۰۰۳)، نشان می‌دهد که به کارگیری شیوه‌های مقابله هیجان محور در دانشجویان با عملکرد تحصیلی بالاتر است. افراد ناکارآمد در رویارویی با رویدادهای تیدگی‌زا، به علت آستانه تحمل پایین به جای رویکرد شناختی مؤثر، از راهبردهای هیجانی ناکارآمد و اسنادهای بیرونی بهره می‌گیرند، از منبع کنترل بیرونی برخوردارند، و اغلب با تفکرات غیرمنطقی خود، شرایط نامساعد را غیرقابل تغییر می‌دانند. از این رو در برابر ناکامی‌ها

1- Carver , Scheier, & Weintraub

2- Ergene

و سختی‌ها، بیشتر به صورت تکانشی واکنش نشان می‌دهند. در همین رابطه، لو^۱ (۲۰۰۲)، سطوح استرس ادراک شده، مقابله و عزت نفس را در میان دانشجویان پرستاری مورد مطالعه قرار داد. وی نشان داد که بین استرس مزمن، رفتار اجتنابی و عزت نفس منفی رابطه وجود دارد. یکی دیگر از ویژگی‌های شخصیتی که در ارتباط تنگاتنگ با افت تحصیلی است "سبک اسناد"^۲ است. مفهوم اسناد یکی از موضوع‌های محوری و مهم روان‌شناسی اجتماعی است و هدف آن روشن کردن این نکته است که ما در تلاش خود برای توجیه رفتارها از چه قواعدی استفاده کرده و چه خطاهایی را مرتکب می‌شویم (هیلگارد^۳، ترجمه براهنی و همکاران، ۱۳۷۵). موضوع اسناد، سالهاست که مورد توجه روان‌شناسان اجتماعی و شناختی است. هدف نظریه اسناد، بررسی شیوه‌هایی است که افراد توسط آن، رویدادها و حوادث گوناگون را تبیین کرده و به دنبال رابطه علت و معلولی بین آنها هستند. به عبارت دیگر مردم به منظور فهم و شناخت بیشتر از محیط و در نتیجه کنترل بیشتر محیط، روش‌های اسنادی را به کار گیرند. (هاروی و ولز^۴، ۱۹۸۴).

واینر^۵ (۱۹۸۵)، از جمله کسانی است که مطالعات زیادی را در سبک‌های اسنادی انجام داده است. بر اساس نظریه اسنادی واینر، مردم پیامدهای شکست یا موفقیت خود را به عوامل درونی (شخصی) و یا به عوامل بیرونی نسبت می‌دهند. واینر معتقد بود که برای علیت یک بُعد دیگر به عنوان پایداری و ناپایداری باید در نظر گرفته شود. زیرا دسته‌ای از علل درونی و بیرونی چون استعداد نسبتاً پایدار و دایمی هستند. در حالی که برخی دیگر همچون تلاش و خلق ناپایدارند. سومین بُعد اسنادی، کلیت (کلی - اختصاصی) است. علل کلی به بسیاری از موقعیت‌های زندگی فرد تعمیم داده می‌شود. اما علت اختصاصی، تنها به یک موقعیت یا موقعیت‌های کمی مربوط می‌شود.

پژوهش‌های انجام شده، حاکی از آن است که افراد در تبیین علمی از رویدادهای زندگی همسان عمل نمی‌کنند. زیرا برخی از آنها به اقتضای سبک تبیین خوش بینانه حاکم بر رفتار خویش، حوادث مثبت را به عوامل درونی، پایدار و کلی مربوط می‌کنند. بدیهی است این

-
- 1- Lo
 - 2- Attributional style
 - 3- Hilgard
 - 4- Harvey & Wells
 - 5- Weiner

ناهمسانی ضمن آنکه در عوامل مختلفی ریشه دارد، با پیامدهای متفاوتی نیز همراه است. چنان که به عقیده سلیگمن^۱ در نظریه درماندگی اسنادی (۱۹۸۴) کسانی که رویدادهای منفی را با توجه به عوامل درونی، پایدار و کلی تبیین می‌نمایند، آمادگی بیشتری برای درماندگی و در نتیجه افسردگی دارند. در حالی که سبک تبیین خوش بینانه از احساس درماندگی و ابتلا به افسردگی پیشگیری می‌کند. در مطالعه مدی^۲ (۲۰۰۴) نیز معلوم شد دانشجویانی که وقایع ناخوشایند را به صورت درونی، پایدار و کلی تبیین می‌کنند در موقعیت‌های غیر قابل کنترل، درماندگی بیشتری را تجربه می‌نمایند.

نیکولز^۳ (۱۹۹۴)، نیز ضمن تأکید بر وجود ارتباط بین این گونه اسنادها با سلامت روانی نوجوانان و تأثیر آن در عملکرد بعدی آنها، به مریبان توصیه می‌کند، تا نسبت به چگونگی تبیین شاگردان از عملکردهای خویش توجه ویژه نشان دهند. یعنی به آنها بیاموزند تا شکست‌های خود را به عدم تلاش و کوشش کافی خود نسبت دهند نه به ضعف توانایی خویش، تا ضمن تسهیل عملکردهای تحصیلی، سلامت روانی آنها نیز تقویت گردد.

کارادماس و کالانتزی^۴ (۲۰۰۰) به بررسی عواملی پرداختند که باعث می‌شود یک نوجوان بر تنش چیره شود. در پژوهش یاد شده بازشناسی توانایی‌های درونی خود و تکیه بر اسنادهای درونی از مهم‌ترین عوامل موفقیت در زمینه از سر گذراندن چالش‌ها، شناخته شده است. بررسی‌ها نشان داد که داشتن سبک اسنادی کلی به شکست‌ها در نوجوانان مؤسسه‌ای و داشتن سبک اسنادی ناپایدار به موقعیت‌ها در نوجوانان عادی می‌تواند پیش‌بینی کننده مشکلات در این گروه باشد (هان و چوی^۵، ۲۰۰۶).

بنابراین، برنامه‌ریزی برای بازسازی سبک‌های اسنادی و اتخاذ راهبردهای مقابله‌ای مؤثر در دانشجویان برای پیشگیری از افت تحصیلی لازم است. با توجه به تأثیر سبک اسناد و راهبردهای مقابله‌ای در افت تحصیلی، این تحقیق به دنبال آن است که نقش راهبردهای مقابله‌ای و سبک اسنادی را در افت تحصیلی دانشجویان مشخص نماید. بر این اساس فرضیه‌های زیر مطرح می‌گردد.

-
- 1- Seligman
 - 2- Maddi
 - 3- Nicholls
 - 4- Karademas&Kalantzi
 - 5- Han &Choai

فرضیه‌ها

بین راهبرهای مقابله‌ای و افت تحصیلی همبستگی وجود دارد.
راهبرهای مقابله‌ای، افت تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند.
بین سبک‌های اسنادی و افت تحصیلی، همبستگی وجود دارد.
سبک‌های اسنادی، افت تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند.

روش

جامعه آماری پژوهش شامل همه دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلام شهر می‌باشد. نمونه‌گیری به صورت چند مرحله‌ای تصادفی انجام شده است برای انجام نمونه‌گیری نخست از میان دانشکده‌های دانشگاه، چهار دانشکده و از هر دانشکده یک رشته تحصیلی به تصادف انتخاب شد. با در نظر گرفتن نسبت کل دانشجویان دانشگاه و همچنین با در نظر گرفتن نسبت کل دانشجویان دانشکده‌ها و همچنین با حفظ نسبت متغیرهای سال پذیرش دانشجویان و رشته تحصیلی نمونه‌ای به حجم ۴۸۰ نفر (۱۶۲ پسر، ۳۱۸ دختر) به تصادف انتخاب و به پرسشنامه‌های ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، آزمون سنجش سبک اسناد و پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای پاسخ دادند.

ابزارهای اندازه‌گیری

الف) آزمون سنجش سبک اسناد. این آزمون را اندرسون و آرنولت^۱ (۱۹۸۵) تهیه کرده‌اند. یک پرسشنامه خودسنجی است که می‌تواند به شکل گروهی یا انفرادی اجرا شود. این پرسشنامه علاوه بر ابعاد اسنادی مکان، کلیت و پایداری، بُعد اسنادی کنترل‌پذیری را نیز مورد سنجش قرار می‌دهد. این آزمون دارای ۲۰ پرسش است که نیمی از آنها رویدادهای مربوط به شکست و نیمی دیگر رویدادهای مربوط به موفقیت می‌باشد. دستورالعمل پرسشنامه به این ترتیب است که از آزمودنی خواسته می‌شود پس از خواندن هر پرسش خود را در آن موقعیت تصور کند و برای آن یک علت اصلی بنویسد و سپس آن علت را در هر یک از چهار بُعد اسنادی در زیر یک مقیاس ۹ قسمتی درجه‌بندی کند.

بُعد مکان (درونی - بیرونی): یعنی آیا علت ذکر شده را به خودتان نسبت می‌دهید یا به

1- Anderson & Arnoult

عوامل بیرونی.

بُعد کلیت (کلی - اختصاصی): یعنی آیا علت ذکر شده در موقعیت‌های زیادی از زندگی شما صادق است یا فقط به چند موقعیت مربوط می‌شود.

بُعد پایداری (پایدار - ناپایدار): یعنی اگر در آینده این موقعیت دوباره اتفاق بیفتد، علت ذکر شده همواره وجود خواهد داشت.

بُعد کنترل‌پذیری (کنترل‌پذیر - کنترل‌ناپذیر): یعنی تا چه اندازه علت ذکر شده را عاملی می‌دانید که بر آن کنترل دارید.

در این آزمون برای مشخص کردن سبک اسناد مربوط به موفقیت باید مجموع درجه‌بندی آزمودنی در هر یک از چهار بُعد اسنادی را در ۱۰ سؤال مربوط به شکست محاسبه کرد. درجه‌بندی‌ها یک مقیاس ۹ قسمتی است که امتیازهای بالا نشان می‌دهد که علت درونی، کلی، پایدار و کنترل‌پذیر است و امتیازهای پایین نشان دهنده‌ی آن است که علت بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر می‌باشد.

پایایی آزمون ASAT از طریق محاسبه‌ی آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که جدول زیر نتیجه این بررسی را نشان می‌دهد.

محاسبه پایایی ابعاد مختلف آزمون ASAT از طریق آلفای کرونباخ

ابعاد اسنادی	سؤالات مربوط به موفقیت	سؤالات مربوط به شکست	کل
مکان	۰/۷۴	۰/۷۰	۰/۸۱
کلیت	۰/۶۲	۰/۷۰	۰/۷۶
پایداری	۰/۷۰	۰/۷۲	۰/۸۳
کنترل‌پذیری	۰/۷۲	۰/۶۳	۰/۷۵

آلفای کرونباخ، برای هر یک از ابعاد آزمون ASAT در سطح مناسبی است. برای محاسبه اعتبار سؤالات نیز رابطه بین نمره‌های هر سؤال با نمره‌ی کل هر یک از ابعاد اسنادی آزمون ASAT به دست آمد. نتیجه نشان داد که هر یک از سؤالات، ارتباط معناداری با نمره کل، بُعد مکان، کلیت، پایداری و کنترل‌پذیری در سطح $p < 0/05$ دارد.

پژوهش‌های انجام شده برای تعیین روایی این پرسشنامه، نشان می‌دهد که نمره‌های به دست آمده در پرسشنامه، اسنادهای واقعی آزمودنی‌ها برای رویدادهای خاص زندگی را

پیش‌بینی می‌کند (نورعلی، ۱۳۸۳).

ب) پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای. بیلینگز و موس^۱ (۱۹۸۱)، برای بررسی شیوه پاسخ‌گویی افراد به رویدادهای استرس‌زا ساخته‌اند که نخست دارای ۱۹ پرسش بوده و در تجدیدنظر بعدی به ۳۲ پرسش افزایش یافت (بیلینگز و موس، ۱۹۸۴). در پژوهش حاضر پرسشنامه ۳۲ ماده‌ای که نورعلی (۱۳۸۳) تنظیم نموده است به کار برده شد. این پرسشنامه پنج گونه راهبرد مقابله‌ای را می‌سنجد: مقابله مبتنی بر حل مسأله (سه ماده)، مقابله مبتنی بر مهار هیجانی (یازده ماده)، مقابله مبتنی بر ارزیابی شناختی (پنج ماده)، مقابله مبتنی بر مهار جسمانی یا جسمانی کردن مشکلات (نه ماده) و مقابله مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی (چهار ماده). نورعلی (۱۳۸۳)، ضریب پایایی بازآزمایی این پرسشنامه را ۰/۷۹ گزارش نمود. در مطالعه حاضر، ضریب پایایی مؤلفه‌های سبک مقابله با استفاده از روش آلفای کرونباخ بدین ترتیب محاسبه گردید. مقابله مبتنی بر حل مسأله ۰/۷۶، مقابله مبتنی بر مهار هیجانی ۰/۷۹، مقابله مبتنی بر ارزیابی شناختی ۰/۷۵، مقابله مبتنی بر مهار جسمانی یا جسمانی کردن مشکلات ۰/۸۳، مقابله مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی ۰/۸۴. حسینی قدمگاهی به بررسی روایی اولیه آن اقدام کرده است که در آن حداقل توافق سه نفر از اساتید متخصص در مورد سؤال‌ها از نظر مناسب بودن و روا بودن ملاک انتخاب قرار گرفت (نورعلی، ۱۳۸۳).

حسین خانی (۱۳۸۵) از روش "تحلیل مؤلفه" و با استفاده از "چرخش واریمکس"^۲ برای تأیید اعتبار عاملی سؤال‌ها استفاده نمود. تحلیل عوامل تأیید کننده اعتبار عاملی سؤال‌ها بود و نظر سازنده‌ی پرسشنامه را مبنی بر اینکه این ابزار متغیر مورد نظر را مورد سنجش قرار می‌دهد، تأیید نمود.

ج) شاخص سنجش افت تحصیلی. در تحقیق حاضر، معدل ترم گذشته دانشجویان به عنوان ملاک افت تحصیلی در نظر گرفته شده است.

یافته‌ها

نتایج جدول شماره ۱ نشان می‌دهد که بین راهبرد جلب حمایت اجتماعی و افت تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار (۰/۱۱-)، بین راهبرد مهار هیجانی و افت تحصیلی رابطه مثبت معنی‌دار

1- Billing & Moos
2- Varimax Rotation

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسناد و ضرایب همبستگی هر متغیر با خطر افت تحصیلی

متغیر	میانگین (انحراف معیار)	ضریب همبستگی (با افت تحصیلی)
حل مسأله	(۱/۲۷)۴/۳۱	۰/۰۱۹
ارزیابی شناختی	(۲/۳۰)۸/۴۱	۰/۰۴۶
جلب حمایت اجتماعی	(۲/۱۹)۵/۰۲	*-۰/۱۱
مهار هیجانی	(۴/۱۱)۱۹/۱۲	**۰/۲۳
مهار جسمانی	(۳/۱۹)۱۳/۲۱	**۰/۲۷
موقعیت شکست		
بُعد درونی-بیرونی	(۳/۰۱)۱۲/۱۳	۰/۰۷۵
بُعد پایدار-ناپایدار	(۲/۹۶)۱۵/۲۲	**۰/۱۳
بُعد کلی-جزیی	(۲/۹۳)۹/۳	۰/۰۱۹
موقعیت موفقیت		
بُعد درونی - بیرونی	(۳/۱۲) ۱۴/۲۱	*-۰/۱۰
بُعد پایدار-ناپایدار	(۳/۶۵) ۱۲/۲۰	*-۰/۱۱
بُعد کلی - جزیی	(۳/۲۱) ۱۴/۰۳	**۰/۲۲

* $p < 0/05$ ** $p < 0/01$

(۰/۲۳) و بین راهبرد مهار جسمانی و افت تحصیلی رابطه مثبت معنی‌دار (۰/۲۷) وجود دارد. لذا فرضیه نخست پژوهش مبنی بر این که بین راهبردهای مقابله‌ای و افت تحصیلی در دانشجویان ارتباط معنی‌داری وجود دارد، تأیید می‌شود. ضریب همبستگی گویای آن است که هر چه دانشجویان کمتر از راهبرد جلب حمایت اجتماعی و بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای مهار هیجانی و مهار جسمانی بهره گیرند، افت تحصیلی در آنها بیشتر است.

همچنین این جدول نشان می‌دهد که بین بُعد پایدار-ناپایدار موقعیت شکست و افت تحصیلی رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار (۰/۱۳)، بین بُعد درونی - بیرونی موقعیت موفقیت و افت تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار (۰/۱۰-)، بین بُعد پایدار-ناپایدار موقعیت موفقیت و افت تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار (۰/۱۱-) و بین بُعد کلی-جزیی موقعیت موفقیت و افت تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار (۰/۲۲-) دارد.

لذا بر اساس جدول شماره ۱ فرضیه سوم، مبنی بر اینکه بین سبک‌های اسنادی و افت تحصیلی دانشجویان ارتباط معنی‌داری وجود دارد، مورد تأیید قرار گرفت. یافته‌ها گویای آن است که هر چه دانشجویان در موقعیت شکست، تبیین پایدارتر و در موقعیت موفقیت

جدول ۲. تحلیل رگرسیون خطر افت تحصیلی بر پایه راهبردهای مقابله‌ای آزمودنی‌ها

متغیرهای پیش‌بین	مؤلفه‌ها	ضریب B	ضریب Beta	نسبت T	سطح معنی‌داری	ضریب تعیین
مهارت‌های مقابله‌ای	مهار جسمانی	۲/۱۲	۰/۲۷	۵/۹۳	۰/۰۰۱	۰/۰۷
	مهار جسمانی و هیجانی	۲/۲۷	۰/۱۶	۳/۱۲	۰/۰۰۸	۰/۱۰
سبک‌های اسنادی	بُعد کلی - جزئی	-۱/۲۶	-۰/۲۲	۳/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۰۴

تبیین‌های جزئی‌تر، ناپایداری‌تر و بیرونی‌تر داشته باشند، افت تحصیلی در آنها بیشتر است. همان‌گونه که در جدول شماره ۲ نشان داده می‌شود ضریب تعیین برای راهبرد مهار جسمانی ۰/۰۷، برآورد شده است. بدین معنی که ۷ درصد واریانس افت تحصیلی توسط مهار جسمانی تبیین می‌گردد. سپس مهار هیجانی نیز وارد معادله‌ی رگرسیون شد، ضریب تعیین این دو مؤلفه ۰/۱۰، برآورد شده است. بنابراین مؤلفه‌ی مهار هیجانی ۳ درصد از افت تحصیلی را تبیین می‌کند. بر اساس نتایج جدول شماره ۲، فرضیه دوم، مبنی بر اینکه راهبردهای مقابله‌ای، افت تحصیلی در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند، نیز مورد تأیید قرار گرفت. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام بیانگر آن است که راهبردهای مهار جسمانی و مهار هیجانی به ترتیب از عوامل مهم پیش‌بینی‌کننده‌ی افت تحصیلی دانشجویان محسوب می‌شود.

همان‌گونه که در جدول شماره ۲ نشان داده می‌شود ضریب تعیین بُعد کلی - جزئی ۰/۰۴، برآورد شده است. لذا ۴ درصد از واریانس افت تحصیلی توسط بُعد کلی - جزئی سبک‌های اسنادی تبیین می‌گردد بقیه ابعاد، چون قدرت پیش‌بینی افت تحصیلی را نداشتند کنار گذاشته شدند. بر اساس نتایج جدول شماره ۲ فرضیه چهارم، مبنی بر اینکه سبک‌های اسنادی افت تحصیلی در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند، نیز مورد تأیید قرار گرفت. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام بیانگر آن است که بُعد کلی - جزئی در موقعیت موفقیت، از عوامل مهم پیش‌بینی‌کننده نوع اسناد در افت تحصیلی دانشجویان است.

بحث و نتیجه‌گیری

بررسی‌ها نشان داد که بین راهبردهای مقابله‌ای مهار جسمانی و مهار هیجانی با افت تحصیلی همبستگی مثبت و بین راهبرد جلب حمایت اجتماعی با افت تحصیلی در دانشجویان همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد. تحلیل رگرسیون گام به گام بیانگر نقش برجسته‌تر راهبردهای مهار جسمانی و مهار هیجانی است. به نظر می‌رسد، دانشجویانی که دچار افت

تحصیلی هستند، در برخورد با مشکلات، به جای این که مسأله مدار عمل کنند و از دیگران مشورت بخواهند یا به طور هیجانی و تکانش‌گرانه واکنش نشان می‌دهند و یا اینکه وقت و انرژی خود را صرف جسمانی کردن مشکلات نموده و در نتیجه فرصت حل مسأله را از خود می‌گیرند. آنها به جای اینکه مسأله را حل کنند، تنها به طور گذرا هیجان آن را با رفتارهای تکانشی یا جسمانی کردن کاهش می‌دهند، در حالی که این راهکارها در دراز مدت بر مشکلات فرد می‌افزایند. رکلیتس^۱ (۱۹۹۱)، به نقل از شاره، اصغرنژاد فرید، یزدان دوست و طباطبایی، (۱۳۸۸)، نشان دادند که راهبرد حل مسأله و راهبردهای مقابله‌ای میان فردی با نشانه‌های کمتر روانشناختی و سطوح بالاتر تحول ایگو همراه هستند. یکی از روش‌های مسأله‌مدار مشورت گرفتن از دیگران و جلب حمایت آنها برای کاستن از استرس‌هاست. به بیان دیگر، راهبرد جلب حمایت اجتماعی می‌تواند از میزان تنیدگی‌های فرد کاسته، بر تحمل او در برابر استرس‌ها بیفزاید. و بنابراین خطر افت تحصیلی را کاهش دهد و این در حالی است که راهبردهای مقابله‌ای هیجان محور با سطوح بالاتر فشار روانی و حمایت اجتماعی کمتر ارتباط دارند (ماگایا و شریبر^۲، ۲۰۰۵). این یافته با یافته‌های آلدوین^۳ (۲۰۰۹)، هارتلی^۴ (۲۰۰۳) و مورفی^۵ (۲۰۰۲) هماهنگ است.

از طرفی گولدفرید و داویسون^۶ (۲۰۰۸)، نشان دادند که افرادی که از سیستم حمایت اجتماعی خوبی برخوردارند، کمتر مضطرب و افسرده می‌شوند و در مقایسه با افرادی که از سیستم حمایت اجتماعی ضعیفی برخوردارند، نسبت به زندگی خود خوش‌بین‌تر هستند. مطالعات دیگر نشان می‌دهد که این افراد در غلبه بر افسردگی و سازگاری با آسیب‌های ناشی از ناتوانی جسمی، حفظ عزت نفس و غلبه بر تنهایی موفق‌ترند. همچنین (مایز^۷، ۲۰۰۸)، نشان داد افرادی که از سیستم حمایتی اجتماعی خوبی برخوردارند کمتر بیمار می‌شوند و سطح استرس فیزیولوژیکی پایینی دارند. سیستم‌های حمایتی می‌توانند حمایت‌های عاطفی، حمایت عملی، حمایت اطلاعاتی و احساس تعلق داشتن را منتقل کند. بنابراین مجموع این عوامل

-
- 1- Reklits
 - 2- Magaya & Schreiber
 - 3- Aldwin
 - 4- Hartly
 - 5- Murphy
 - 6- Goldfried & Davison
 - 7- Muis

می‌تواند در بازده فرد و به ویژه بازده تحصیلی تأثیرگذار باشد.

همچنین بر پایه یافته‌های پژوهشی حاضر، اسناد موفقیت‌ها به عوامل بیرونی، اختصاصی و ناپایدار و اسناد شکست‌ها به عوامل پایدار با خطر افت تحصیلی همبستگی مثبت و معنی‌داری دارد. این نتیجه با مطالعه بیگدلی و هاشمیان (۱۳۷۸) همخوان است. در این مطالعه مشخص شد که دانشجویانی که وقایع ناخوشایند را به صورت درونی، پایدار و کلی تبیین می‌کردند در موقعیت غیراسترس‌زا، درماندگی بیشتری را تجربه می‌نمایند و افت کارکرد در آنها بارزتر بود. همچنین، تحقیق فولکمن^۱ (۲۰۰۸)، دیویس (۲۰۰۱)، استادی (۱۳۷۵)، صفا دل (۱۳۸۰)، هان و چوی (۲۰۰۶)، گرین^۲ (۲۰۰۵) و ماستن (۲۰۰۹) بر نقش سبک‌های اسنادی و راهبرهای مقابله‌ای در رفتار تأکید دارند. به نظر می‌رسد، سبک بدبینانه، تا آنجا عزت نفس را پایین می‌آورد که فرد خود را در حل مشکلات تنها دیده و توانایی خود را در رویارویی با سختی‌ها، چالش‌ها و سوانح ناچیز می‌پندارد.

طبیعی است که اسناد ناکامی‌ها و عدم موفقیت به عوامل درونی مانند هوش، نه تنها عزت نفس را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد، بلکه با توجه به اینکه این سازه پدیده‌ای کلی، عام و پایدار است، قدرت عمل را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهد و فرد به این باور می‌رسد که مشکل ایجاد شده، مقطعی و گذرا نیست. بنابراین رگه‌های درماندگی آموخته شده نیز در فرد هویدا می‌شود. بر اساس نظریه سلیگمن، اسناد شکست‌ها به عوامل کلی، پایدار و فراگیر موجب افسردگی می‌شود. هنگامی که انسان‌ها، خود را درمانده می‌بینند و پی می‌برند که پاسخ‌دهی آنها بی‌نتیجه است، دست از تلاش و کوشش برداشته و موضعی انفعالی را در پیش می‌گیرند. لذا این چرخه معیوب ایجاد شده، منجر به کاهش کارکرد شده و کاهش کارکرد فرد، این موضع را تقویت می‌کنند. بنابراین همان گونه که در نظریه سلیگمن آورده شده است اسناد شکست‌ها به عوامل کلی، پایدار و فراگیر موجب افسردگی می‌شود. ماهیت این اختلال نیز به گونه‌ای است که موجب کاهش تمرکز و دقت شده و با پیشرفت تحصیلی فرد تداخل می‌نماید. در نتیجه آسیب‌ها در مراحل گوناگون فرایند پردازش اطلاعات از سطح پیش توجهی و توجهی تا مراحل پیشرفته این سامانه دیده می‌شوند. بنابراین، همه کارکردهای شناختی، نیز متأثر از چنین بدکارکردی خواهند بود. همچنین بر اساس نظریه خودکارآمدی

1- Folkman

2- Geern

بندورا^۱ نحوه‌ی اسناد دادن، میزان احساس خودکارآمدی در فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بر اساس این نظریه الگوی اسناد مطلوب آن است که فرد عدم موفقیت را به عدم تلاش و شکست را به عدم تلاش و یا تلاش کم نسبت دهند. در حالی که در دانشجویان با ناکارآمدی تحصیلی، عدم کارایی تحصیلی به عدم توانایی نسبت داده می‌شود که طبیعتاً یک سبک اسنادی بدبینانه می‌باشد. و چنین نحوه‌ی اسنادی در طی مداخلات شناختی باید تغییر یابد.

همان طور که پیشتر آمد مقابله ممکن است رابطه فرد را با محیط تغییر و یا میزان ناراحتی عاطفی او را کاهش دهد. راهبردهای مقابله‌ای مؤثر باعث می‌شوند که واکنش فرد به سطح بالای تنیدگی کاهش یابد اتخاذ خط مشی و راهبردهای نامناسب در مواجهه با عوامل تنیدگی می‌تواند موجب تشدید مشکلات شود در حالی که به کارگیری راهبرد صحیح مقابله می‌تواند نتایج مثبتی در پی داشته باشد. مطالعات نشان داده است افرادی که خود را به مجموعه‌ای از مهارت‌ها و توانمندی‌های مقابله‌ای تجهیز کرده‌اند، در رویارویی با مشکلات موفق‌تر هستند چرا که استفاده از پاسخ‌های مقابله‌ای مؤثر، به آنها در غلبه بر مشکلات جسمانی و روانی، روابط بین فردی، اجتماعی و تعارضات فردی کمک می‌کند. در نتیجه این افراد از کیفیت زندگی و سلامت روان بهتری برخوردارند. بنابراین با توجه به نقش بنیادی راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی در واکنش افراد به استرس و تأثیر این متغیرها بر کارکرد فرد، نتایج این پژوهش بیانگر آن است که بهره‌گیری از برنامه‌های آموزشی و مداخله‌ای در راستای افزایش راهبردهای مسأله‌مدار از جمله راهبرد جلب حمایت اجتماعی و همچنین آموزش سبک اسنادی خوش‌بینانه می‌تواند از جمله راهکارهای عملی برای ارتقا کارآمدی تحصیلی دانشجویان باشد.

در نهایت، آنچه از انجام این پژوهش، به لحاظ کاربردی باید مورد توجه قرار گیرد.

- لزوم تدوین برنامه‌های آموزشی در مورد آموزش روش‌های مقابله‌ای و سبک‌های اسنادی به دانشجویان است. در این راستا می‌توان از یک سو با طراحی برنامه‌های کلان و از سوی دیگر با گذاشتن کارگاه‌های آموزشی، تألیف کتب علمی، ساده و کاربردی برای دانشجویان مسأله را برای آنان تبیین کرد. دانشجویان باید بدانند که بسیاری از ویژگی‌های مثبت شخصیتی، قابلیت اکتساب دارد و در سایه آموزش به هنگام و صحیح، می‌توان بستر

رشد این ویژگی‌ها را در افراد ایجاد کرد. همچنین ارتقا سطح اطلاعات خانواده‌ها در این خصوص و اطلاع‌رسانی در مورد شیوه‌های تربیتی که منجر به رشد و بالندگی فرزندان و ایجاد ویژگی‌های مثبت شخصیتی در آنها می‌شود از اهم مسائل است. همچنین پژوهش حاضر، با محدودیت‌هایی نیز مواجهه بوده است. این پژوهش محدود به دانشجویان دانشگاه آزاد واحد اسلام شهر می‌باشد. لذا پیشنهاد می‌شود که تحقیقات دیگری در این زمینه در مقاطع دیگر تحصیلی و در مکان‌های آموزشی دیگر نیز انجام شود. محدودیت دیگر این تحقیق، به نوع ابزار سنجش مربوط است. با توجه به ماهیت مقیاس‌های خودگزارش دهی، پیشنهاد می‌شود این شیوه سنجش، با دیگر روش‌های ارزیابی کامل‌تر گردد.

منابع

فارسی

- آقایوسفی، علیرضا (۱۳۸۰). نقش عوامل شخصیتی بر راهبردهای مقابله‌ای و تأثیر روش مقابله درمانگری بر عوامل شخصیتی و افسردگی. رساله دکترا چاپ نشده، دانشگاه تربیت مدرس.
- استادی، رضا (۱۳۷۵). بررسی رابطه باورهای غیرمنطقی و عزت نفس. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی مشاوره و راهنمایی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- بیگدلی، ایمان؛ هاشمیان، کیانوش (۱۳۷۸). بررسی آزمایشگاهی تأثیر سبک اسناد در درماندگی آموخته شده. مجله پژوهش‌های روان‌شناختی. شماره ۸، ۷۱-۶۰.
- حسین‌خانی، شهرام (۱۳۸۵). مقایسه راهبردهای مقابله‌ای در والدین کودکان استثنایی و والدین کودکان عادی، نشریه تعلیم و تربیت/استثنایی، شماره ۶۲.
- شاره، حسین؛ اصغرنژاد فرید، علی اصغر؛ یزدان دوست، رخساره؛ طباطبایی، محمود (۱۳۸۸). ارتباط مؤلفه‌های هوش هیجانی و خطر فرار از منزل در دختران نوجوان شهر مشهد. فصلنامه رفاه اجتماعی، سال پنجم، شماره ۲۱، ۲۴۳-۲۲۵.
- صفادل، لیلا (۱۳۸۰). بررسی تأثیر سبک‌های اسنادی بر میزان تجربه استرس. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی مشاوره و راهنمایی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- فرزین‌راد، بنفشه؛ اصغرنژاد فرید، علی اصغر؛ یزدان دوست، رخساره، حبیبی عسگرآباد، مجتبی (۱۳۸۹). مقایسه راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های شخصیتی در دانشجویان افسرده ۹ و غیرافسرده. مجله علوم رفتاری. دوره چهارم، شماره اول، ۲۳-۱۷.

نورعلی، زهره؛ عابدین، علیرضا (۱۳۸۹). مقایسه هوش هیجانی، سبک اسنادی و راهبردهای مقابله‌ای افراد موفق و ناموفق در کنکور سراسری سال ۸۴-۱۳۸۳. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، سال هفتم، شماره ۱۱، ۱۲۴-۱۰۹
هیلگارد، ارنست (۱۹۵۳). *زمینه روان‌شناسی*. ترجمه براهنی و همکاران (۱۳۷۵). تهران: انتشارات رشد.

لاتین

- Aldwin N. (2009). "A reexamination of the relationship between coping & mental health" *Journal of Personality* 55, 101-125.
- Anderson, C. A., & Arnoult, L. H. (1985). Attributional style and everyday problem in living: Depression, loneliness, and shyness. *Social Cognition*, 3, 16-35.
- Biling, A. G., & Moose, R. H. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 877-891.
- Campbell, J. (2003). Stress, appraisal, and coping. New York: Spinger.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Davis, D. (2001). Attribution, understandability, and memory of their utterance. *Journal of Experimental Social Psychology Bulletin*, 21, 109-124.
- Ergene, T. (2003). Effective intervention on test anxiety. *Sch Psycho Int.* 12 (2), 313-28.
- Folkman, S. (2008). Stress, appraisal, and coping. New York: Spinger.
- Friedman, H. S., Tucker, J., Wingard, D. A. (2009). Psychological stress: The influence of family support on chronic Pain. *Behaviour Research*, 39, 802-832.
- Frost, R., Marten, P., & Rosenblate, R. (2003). Behavior Pattern, Stress and Disease. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 1102-1117.
- Goldfried, M., & Davison, G. C. (2008). Change: Principles of problem formation and problem resolution. New York: Norton.
- Green, D. (2005). Attitude change and social skills training: Potential techniques. Stanford university press, Stanford, California.
- Han, E., & Choi, N. (2006). Korean institutionalized adolescents' attribution and failure in interpersonal relations and perceived loneliness. *Children and Youth Services Review* 28, 535- 547.

- Hartly, P. (2003). Attributional style in aggressive adolescent boys. *Journal of Abnormal Psychology, 118*, 75-89.
- Harvey, J., & Wells, G. (1984). Attribution in the context of conflict in close relationship, New direction in attribution research. Hillsdale, Nj: Erlbaum.
- Karademas, E. C., & Kalantzi, A. (2000). "The stress process, self-efficacy expectations, and psychological health". *Journal of Personality & Individual Differences, 27*, 1033-1043.
- Lo, R. (2002). "A longitudinal study of perceived level of stress, coping and self-esteem of undergraduate nursing student. *Journal of Advanced Nursing, 39* (2), 119-126.
- Maddi, R. (2004). Coping style in hypertensive patient: Nature and consequence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*, 142-148.
- Magaya, L., & Schreiber, J. B. (2005). Stress and coping strategies among Zimbabwean adolescents. *British Journal of Educational Psychology, 75*, 661-671.
- Masten, A. S. (2009). Ordinary Magic: Lessons from research on resilience in human development. *Education Canada, 49* (3), 28-32.
- Muis, K. (2008). Epistemic profiles and self-regulated learning: Examining relations in the context problem solving. *Contemporary Educational Psychology, 33*, 203-241.
- Murphy, C. E. (2002). "Coping strategies, family environment, & interpersonal fear: A Study of congruence between collegestudents & their parents". A thesis presented to the faculty of the college of art and sciences of Ohio University (109pp), November.
- Nicholls, J. (1994). Achievement motivation: Conception of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Personality Review, 66*, 328-346.
- Piper, R. (2010). Coping strategies and relationship satisfaction in students. *Journal of Personality, 78*, 714-722.
- Roy, A. (2008). Investing problemsolving, wishfulthinking coping, anxiety and depression prediction of coursework stress. *Journal of Clinical Psychology, 64*, 702-725.
- Seligman, M. E. P. (1984). Helplessness: On depression, development, and death. Newyork: Freeman.
- Weiner, B. (1985). Attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review, 92*, 548-573.
- Wibe, T. (2006). Improving the academic performance of college freshmen: Attribution theory revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 342-363.