

## نقش جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت و کمرویی در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی

محمد عاشوری<sup>۱</sup>، سیده سمیه جلیل آبکنار<sup>۲</sup>، جمال عاشوری<sup>۳</sup>، \*محمد موسوی خطاط<sup>۴</sup>، حسن رستم‌ان<sup>۵</sup>

## The Role of Achievement Goals Orientation and Shyness in Help-Avoidance Behavior

Ashoori M.<sup>1</sup>, Jalil Abkenar S.<sup>2</sup>, Ashoori J.<sup>3</sup>, \*Moosavy Khatat M.<sup>4</sup>, Rostaman H.<sup>5</sup>

### چکیده

**هدف:** این پژوهش نقش جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت و کمرویی در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی را در دانش‌آموزان پایه سوم دبیرستان رشته ریاضی-فیزیک بررسی می‌کند.

**روش بررسی:** در این مطالعه تحلیلی-مقطعی، ۱۵۰ دانش‌آموز (۸۷ دختر و ۶۳ پسر) پایه سوم رشته ریاضی-فیزیک شهرستان ورامین شرکت داشتند، که به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. همه آن‌ها پرسشنامه جهت‌گیری هدف پیشرفت (الیوت و مک‌گریگور)، پرسشنامه کمرویی (زیمباردو) و پرسشنامه کمک‌طلبی (ریان و پینتریچ) را تکمیل کردند. داده‌ها به روش رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که کمرویی و جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی رابطه مثبت و معنادار داشتند ( $P < 0/01$ ). کمرویی و جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد ۴۶ درصد از واریانس اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی کردند و کمرویی بیشترین نقش را در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی داشت.

**نتیجه‌گیری:** نتایج حاکی از اهمیت توجه به متغیرهای انگیزشی-اجتماعی (جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت) و شخصیتی (کمرویی) در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی بود.

**کلیدواژه‌ها:** جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، کمرویی، رفتار اجتناب از کمک‌طلبی

**کلیدواژه‌ها:** جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، کمرویی، رفتار اجتناب از کمک‌طلبی

**نتیجه‌گیری:** نتایج حاکی از اهمیت توجه به متغیرهای انگیزشی-اجتماعی (جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت) و شخصیتی (کمرویی) در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی بود.

**کلیدواژه‌ها:** جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، کمرویی، رفتار اجتناب از کمک‌طلبی

**نتیجه‌گیری:** نتایج حاکی از اهمیت توجه به متغیرهای انگیزشی-اجتماعی (جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت) و شخصیتی (کمرویی) در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی بود.

**کلیدواژه‌ها:** جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، کمرویی، رفتار اجتناب از کمک‌طلبی

کمک‌طلبی

۱۳۹۱/۱۲/۰۳ پذیرش

۱۳۹۱/۱۰/۲۰ دریافت

۱- کارشناس ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران؛ ۲- کارشناس ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران؛ ۳- دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، گروه روانشناسی، اصفهان، ایران؛ ۴- کارشناس ارشد مدیریت توانبخشی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران؛ ۵- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران. \*آدرس نویسنده مسئول: تهران، اوین، بولوار دانشجو، روبروی دانشگاه شهید بهشتی، خیابان کودکیار، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی؛ \*تلفن: ۰۲۱۲۲۱۸۰۰۱۸؛ \*رایانامه: moosavykhatat@uswr.ac.ir

1. MSc of Psychology & Education of Exceptional Children, University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran; 2. MSc of Psychology & Education of Exceptional Children, University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran; 3. PhD Student of Educational Psychology, Psychology Department, Sciences and Research Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran; 4. MSc of Rehabilitation Management, University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran; 5. MSc of Psychology, Semnan University, Semnan, Iran. \*Correspondent author's address: University of Social Welfare & Rehabilitation Sciences, Koodakyar Alley, Daneshjoo Blvd., Evin, Tehran, Iran; \*Tel: + 98 21 22180059; \*E-mail: moosavykhatat@uswr.ac.ir

## مقدمه

پدیده کمک‌طلبی<sup>۱</sup> نمودهای بسیاری در زندگی آدمی دارد. برای مثال، مسافری که مسیر حرکت خود را گم کرده است، ممکن است برای پیدا کردن مسیر به نقشه مراجعه کند یا از دیگران درخواست کمک کند. این مثالی از کمک‌طلبی است که در جریان آن نخست فرد مشکل یا نیازی دارد که خودش نمی‌تواند آن را رفع کند. دوم اینکه مشکل به گونه‌ای است که با تلاش و استفاده از سایر منابع کاهش می‌یابد. سوم اینکه فرد نیازمند کمک، به شیوه‌ای مستقیم از فرد دیگر کمک می‌خواهد. بر این اساس کمک‌طلبی را می‌توان نوعی تعامل اجتماعی افراد با یکدیگر توصیف کرد (۱). کمک‌طلبی تحصیلی شامل رفتارهایی از قبیل سؤال کردن از معلمان، والدین و همکلاسی‌ها برای گرفتن اشاره‌های جزئی و غیرجزئی درباره حل مسائل یا تأیید عملکرد قبلی، دریافت پاسخ مسئله و سایر کمک‌های درسی است که به‌عنوان راهبردی برای جلوگیری از شکست تحصیلی عمل می‌کند. دانش‌آموزان به‌طور اجتناب‌ناپذیری در فعالیت کلاسی خود با ابهام و پیچیدگی مواجه می‌شوند و به کمک نیازمندند. در چنین موقعیتی بهتر است دانش‌آموزان از دیگران به‌عنوان منبعی مطمئن درخواست کمک کنند (۲، ۱). رفتار کمک‌طلبی دارای دو بعد پذیرش کمک و اجتناب از کمک‌طلبی<sup>۲</sup> است. پذیرش کمک‌طلبی، به رفتاری اشاره دارد که در آن دانش‌آموز، اشاره‌ها و توضیحاتی را در مورد راه حل مسائل درخواست می‌کند و این امر سبب می‌شود مسأله را بهتر حل کند. در مقابل اجتناب از کمک‌طلبی به رفتاری اشاره دارد که در آن دانش‌آموز نیازمند کمک، از درخواست کمک اجتناب می‌کند (۳). کمک‌طلبی به‌عنوان راهبردی برای غلبه بر مشکلات یادگیری و بهبود تبحر تعریف می‌شود. با استفاده از کمک‌طلبی دانش‌آموزان می‌توانند مسائل و مشکلات یادگیری خود را تشخیص داده و از طریق سؤال کردن از دیگران جهت رفع آن‌ها اقدام نمایند (۴، ۱). کمک‌طلبی در بهبود یادگیری نقش مؤثری دارد. دانش‌آموزی که در کلاس سؤال می‌کند و کمک را زمانی که لازم است درخواست می‌کند، نه تنها مشکلات تحصیلی خود را کاهش

می‌دهد، بلکه در این فرایند دانش و مهارت‌هایی کسب می‌کند که در موقعیت‌های بعدی می‌تواند از آن‌ها برای کمک به خود استفاده کند (۷-۵).

طبق مدل نظری پینتریچ<sup>۳</sup> و همکاران (۱۹۹۱) یکی از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی<sup>۴</sup>، راهبرد کمک‌طلبی است (۸). دیپالو<sup>۵</sup> (۱۹۹۰) بیان می‌کند ما ۹۵ درصد از سؤالاتی که در ذهن داریم را هرگز به زبان نمی‌آوریم، اگر چه ممکن است پاسخ‌های بهتری برای آن‌ها بیابیم و یکی از آن‌ها را انتخاب کنیم (۹). پژوهش‌ها نشان داده است بسیاری از دانش‌آموزان، زمانی که در امر یادگیری، با ابهام و دشواری روبه‌رو می‌شوند، فعالانه به جستجوی کمک نمی‌پردازند (۱۱، ۱۰، ۴).

تصمیم دانش‌آموزان جهت اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی نشان‌دهنده یک اقدام هدفمند و هدف‌محور است. اهمیت این نکته از این منظر است که اگر دانش‌آموزان کمکی را که به آن نیاز دارند درخواست نکنند، در واقع خود را در موقعیت محرومیت از یادگیری قرار می‌دهند (۱۲، ۳). به‌هر حال رفتار کمک‌طلبی دانش‌آموزان، به‌وسیله نگرش‌ها، باورهای انگیزشی و ویژگی‌های شخصیتی که آن‌ها در دوران تحصیل اتخاذ می‌کنند تحت تأثیر قرار می‌گیرد. از جمله این باورهای انگیزشی جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت<sup>۶</sup> و از ویژگی‌های شخصیتی می‌توان کمرویی<sup>۷</sup> را نام برد. پیشرفت‌های جدید در نظریه جهت‌گیری هدف پیشرفت به درک و شناخت ما از اجتناب از کمک‌طلبی می‌افزاید. درحالی‌که جهت‌گیری هدف، در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی در مطالعات زیادی مورد بررسی قرار گرفته است (۱۴، ۱۳، ۱۱، ۳)، کمرویی به‌عنوان یک مؤلفه شخصیتی در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی، کمتر مورد توجه قرار گرفته است (۱۵). در نتیجه، این پژوهش نقش دو سازه جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت و کمرویی را به‌طور همزمان در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی بررسی می‌کند.

3. Pintrich
4. Self-Regulation
5. Depaulo
6. Achievement Goals Orientation
7. Shyness

1. Help Seeking
2. Avoiding Help Seeking

تاکنون پژوهشگران، پژوهش‌های بسیاری را در زمینه‌های یادگیری، انگیزش، پیشرفت تحصیلی و متغیرهای مرتبط با آن‌ها انجام داده‌اند. در نتیجه، نظریه‌های متعددی از دیدگاه‌های متفاوت در این زمینه‌ها ارائه شده است. مفهوم یادگیری خودتنظیمی، به واسطه اهمیتی که در فرایند یادگیری و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دارند، از جایگاه ویژه‌ای در نظریه‌های آموزش و یادگیری برخوردارند. خودتنظیمی را می‌توان به صورت مجموعه‌ای از تفکرات، احساسات و اعمال ایجاد شده افراد، جهت دستیابی به هدف‌های تحصیلی تعریف کرد (۱۶).

پینتریچ (۲۰۰۰) انگیزش را به عنوان فرایندی تعریف می‌کند که به واسطه آن فعالیتی هدف‌محور، برانگیخته و حفظ می‌شود. همچنین جهت‌گیری هدف را به عنوان بخش لاینفک مفهوم انگیزش معرفی می‌کند. در متون علمی نظریه‌های متعددی در مورد جهت‌گیری هدف وجود دارد. اما معروف‌ترین آن که در پژوهش‌های زیادی مورد استفاده قرار گرفته است. نظریه جهت‌گیری هدف پیشرفت، توسط روانشناسان تربیتی رشد و انگیزش، برای تبیین یادگیری و عملکرد کودکان، در تکالیف تحصیلی و در محیط‌های آموزشی ایجاد شده است (۱۷).

جهت‌گیری هدف، نشان‌دهنده روشی است که افراد، برای تعریف و ارزیابی شایستگی خود به کار می‌برند (۱۸). گرایش به هدف، نمایانگر مجموعه‌ای از باورهاست که به روش‌های مختلف نزدیک شدن به موقعیت‌های پیشرفت، درگیر شدن در آنها، و پاسخ دادن به آن‌ها می‌انجامد (۱۳). در زمینه جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، نظریه‌پردازان اشاره کرده اند که چند گرایش به هدف وجود دارد؛ اما دو گرایش به هدفی که همیشه در نظریه‌های مختلف مطرح می‌شوند، اهداف تبحری و عملکردی هستند (۱۹). تمایز بین اهداف تبحری و عملکردی مشابه تمایز بین انگیزش درونی و بیرونی است. هدف تبحری، در برخی از خصوصیات، با انگیزش درونی وجه اشتراک دارد؛ و هدف عملکردی نیز از جهاتی شبیه به جنبه‌های خاصی از انگیزش بیرونی است. هدف‌های پیشرفت را به صورت یک ماتریس دو بعدی پیشنهاد کرده‌اند که براساس آن چهار گرایش به هدف وجود

دارد، که شامل هدف‌های تبحرگرا<sup>۱</sup>، اجتناب از تبحر<sup>۲</sup>، عملکردگرا<sup>۳</sup> و اجتناب از عملکرد<sup>۴</sup> است (۱۷، ۱۸).

دانش‌آموزان با هدف تبحرگرا، بر روی یادگیری، تسلط بر تکلیف براساس معیارهای درونی، کسب مهارت‌های جدید، ایجاد یا بالابردن شایستگی خود، تلاش برای انجام کاری چالش‌برانگیز، و تلاش برای رسیدن به درک و بینش، تمرکز می‌کنند (۲۱، ۲۰، ۱۳)، در مقابل دانش‌آموزان با هدف اجتناب از تبحر، بر روی اجتناب از بدفهمی، تسلط نیافتن بر تکلیف و استفاده از معیارهای اشتباه نکردن تمرکز می‌کنند (۲۲). همچنین دانش‌آموزان با هدف عملکردگرا، برخلاف

کسانی که گرایش به تبحر دارند، بر جلوه بیرونی شایستگی، و اینکه چگونه توانایی‌شان در مقایسه با دیگران مورد قضاوت قرار می‌گیرد (مثلاً بهتر از دیگران بودن)، استفاده از معیارهای مقایسه اجتماعی، و جستجوی شهرت بودن به لحاظ سطح بالای عملکرد، تمرکز می‌کنند (۲۱-۱۹، ۱۳). در مقابل دانش‌آموزان با هدف اجتناب از عملکرد، سعی می‌کنند از شکست خوردن، و کودن یا احمق به نظر رسیدن اجتناب کنند؛ آن‌ها برخلاف دانش‌آموزان با هدف عملکردگرا، که انگیزه مثبت برای جلو زدن از دیگران دارند، انگیزه منفی دارند، یعنی سعی می‌کنند که از دیگران عقب نیفتند (۲۱، ۱۹، ۱۳). پژوهش‌ها در زمینه هدف‌های پیشرفت و اجتناب از کمک‌طلبی متفاوت‌اند، اما بیشتر پژوهش‌ها نشان داده‌اند که هدف‌های تبحری با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه منفی دارند (۲۶-۲۳، ۳). همچنین هدف‌های عملکردی (عملکردگرا و اجتناب از عملکرد) با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه مثبت دارند (۲۶، ۲۵، ۳). در نتیجه، فرض شد که هدف‌های تبحری با اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه منفی، و هدف‌های عملکردی با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه مثبت دارند.

ریشه اصلی کمرویی ترس یا اضطراب اجتماعی است، و افراد کمرو با احتمال کمتری برای دریافت راهنمایی و کمک اقدام می‌کنند. کمرویی شکلی از اضطراب اجتماعی همراه با اضطراب حضور در جمع، پریشانی و خجالت است (۲۷).

1. Mastery Approach
2. Mastery Avoidance
3. Performance Approach
4. Performance Avoidance

مطالعه ۱۵۰ (۸۷ دختر و ۶۳ پسر) دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها، همه دانش‌آموزان پرسشنامه جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت (الیوت<sup>۳</sup> و مک‌گریگور<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱)، پرسشنامه کمرویی (زیمباردو<sup>۵</sup>، ۱۹۷۷) و پرسشنامه کمک‌طلبی (ریان<sup>۶</sup> و پینتریچ، ۱۹۹۷) را تکمیل نمودند. تکمیل کردن پرسشنامه‌ها برای هر آزمودنی حدود ۲۰ دقیقه زمان برد.

#### ابزار پژوهش

**الف) پرسشنامه جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت (AGQ)**  
این پرسشنامه توسط الیوت و مک‌گریگور (۲۰۰۱) طراحی شده است (۲۲). AGQ دارای ۱۲ گویه است که با استفاده از مقیاس درجه‌ای لیکرت از یک تا هفت (۱=کاملاً مخالفم، ۷=کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. سه گویه، مربوط به مقیاس هدف تبحرگرا (آیتم نمونه: تا جایی که ممکن است می‌خواهم مطالب کلاس زبان را یاد بگیرم)، ۳ گویه مربوط به مقیاس هدف اجتناب از تبحر (آیتم نمونه: نگرانم همه مطالبی که برای یادگیری در کلاس زبان وجود دارد را یاد نگیرم)، ۳ گویه مربوط به مقیاس هدف عملکردگرا (آیتم نمونه: هدفم در کلاس زبان این است که از اکثر دانش‌آموزان نمره بهتری بگیرم) و ۳ گویه مربوط به مقیاس هدف اجتناب از عملکرد (آیتم نمونه: هدفم در کلاس زبان این است که از گرفتن نمره پایین اجتناب کنم) است. در این پژوهش از هر ۴ مقیاس استفاده شده است.

#### اعتبار و روایی

الیوت و مک‌گریگور (۲۰۰۱) با روش آلفای کرونباخ، اعتبار مقیاس هدف‌های تبحرگرا، اجتناب از تبحر، عملکردگرا و اجتناب از عملکرد را به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۹، ۰/۹۲ و ۰/۸۳ به دست آوردند. همچنین آنان جهت تعیین روایی این پرسشنامه، از روش تحلیل عاملی با چرخش واریماکس استفاده کردند که نتایج نشان داد عامل تبحرگرا ۱۴/۹ درصد از واریانس کل، عامل اجتناب از تبحر ۲۱/۳ درصد از واریانس کل، عامل عملکردگرا ۳۶/۴ درصد از واریانس کل و عامل اجتناب از عملکرد ۸/۸ درصد از

کمرویی به‌عنوان یک اختلال روانی در DSM-IV ذکر نشده است و بیشتر به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی در نظر گرفته می‌شود. با این حال کمرویی یک مسأله است که نتایج منفی دارد، مثل کودکی که به دلیل کمرویی شدید در معرض خطر مسائل رفتاری یا روان‌پزشکی قرار دارد (۲۸). فرد کمرو معمولاً خودش را کمتر دوست دارد و خودش را نسبت به افراد اجتماعی منفعل‌تر و کمتر دوست‌داشتنی می‌داند، همچنین این افراد، به‌همین شکل توسط همسالان‌شان مورد قضاوت قرار می‌گیرند (۲۹).

با بررسی‌های موجود در زمینه کمرویی، فقط یک پژوهش، ارتباط میان کمرویی و اجتناب از کمک‌طلبی را مورد بررسی قرار داده بود. فرد کمرو به‌رغم توانایی‌هایی که دارد، به دلیل کمرویی کمتر قادر به شکوفاکردن استعدادها و استفاده از ظرفیت‌ها و قابلیت‌های خود است. بنابراین به‌نظر می‌رسد که یکی از دلایل اجتناب دانش‌آموزان از کمک‌طلبی، به مسأله کمرویی آن‌ها برمی‌گردد. چون اگر فرد کمرو با مشکلی مواجه شود، به دلیل کمرویی به احتمال کمتری از دیگران کمک می‌خواهد و بیشتر تلاش می‌کند این قضیه را پنهان کند (۱۵). در نتیجه مسأله اساسی این پژوهش پیش‌بینی و تعیین سهم جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، و کمرویی در تعیین رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی دانش‌آموزان است.

#### روش بررسی

پژوهش حاضر، یک مطالعه تحلیلی مقطعی از نوع همبستگی است، که ارتباط متغیرهای جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت، کمرویی و اجتناب از کمک‌طلبی را بررسی می‌کند. جامعه این پژوهش ۱۲۷۵ دانش‌آموز سوم دبیرستان رشته ریاضی-فیزیک شهرستان ورامین بودند که در سال تحصیلی ۸۹-۹۰ مشغول به تحصیل بودند. براساس فرمول پیشنهادی تاباخنیک<sup>۱</sup> و فیدل<sup>۲</sup> حداقل حجم نمونه لازم در مطالعات همبستگی از فرمول  $N \geq 50 + 8M$  محاسبه می‌شود. در این فرمول N حجم نمونه و M تعداد متغیرهای پژوهش است (۳۰). در این مطالعه تعداد متغیرهای پژوهش ۶ متغیر بود، لذا برای اطمینان از حجم نمونه در این

3. Elliot  
4. McGregor  
5. Zimbardo  
6. Rayan

1. Tabachnick  
2. Fidell

واریانس کل را تبیین کردند. در مجموع ۴ عامل استخراج شده ۸۱/۵ درصد از واریانس کل را تبیین کردند.

جوکار و دلاورپور (۱۳۸۶)، با روش آلفای کرونباخ اعتبار مقیاس هدف‌های تبحرگرا، اجتناب از تبحر، عملکردگرا و اجتناب از عملکرد را به ترتیب ۰/۶۱، ۰/۸۶، ۰/۷۷ و ۰/۵۴ به دست آوردند. همچنین آنان جهت تعیین روایی این پرسشنامه از روش تحلیل عاملی با چرخش واریماکس استفاده کردند که نتایج نشان داد عامل تبحرگرا ۱۹/۷۷ درصد از واریانس کل، عامل اجتناب از تبحر ۱۹/۲۵ درصد از واریانس کل، عامل عملکردگرا ۱۶/۷۵ درصد از واریانس کل و عامل اجتناب از عملکرد ۱۶/۶۸ درصد از واریانس کل را تبیین کردند. در مجموع ۴ عامل استخراج شده ۷۲/۴۶ درصد از واریانس کل را تبیین کردند (۳۱). در این مطالعه ضرایب اعتبار به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد (جدول ۱).

#### ب) پرسشنامه کمرویی

این پرسشنامه توسط زیباردو (۱۹۷۷) طراحی شده است (۳۲). پرسشنامه کمرویی دارای ۴۴ گویه است که با استفاده از مقیاس درجه‌ای لیکرت از یک تا چهار (۱=کاملاً مخالفم، ۴=کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود.

#### اعتبار و روایی

زیباردو (۱۹۷۷) با روش آلفای کرونباخ، اعتبار مقیاس را ۰/۸۹ گزارش کرد (۳۲). همچنین عبادتی (۱۳۶۷) اعتبار آن را با روش آلفای کرونباخ برای پسرها ۰/۸۲ و برای دخترها ۰/۸۶ گزارش کرد (۳۳). علاوه بر آن، راستگو (۱۳۸۳) اعتبار آن را برای پسرها ۰/۸۵ و برای دخترها ۰/۸۴ گزارش کرد (۳۴). در این مطالعه ضرایب اعتبار به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد (جدول ۱).

#### ج) پرسشنامه کمک‌طلبی

این پرسشنامه توسط ریان و پینتریچ (۱۹۹۷) طراحی شده است (۳). پرسشنامه کمک‌طلبی دارای ۲ بعد پذیرش کمک‌طلبی (آیتم نمونه: اگر نتوانم مسئله‌ای را حل کنم، از دیگران کمک می‌گیرم) و اجتناب از کمک‌طلبی (آیتم نمونه: اگر تکالیف درسی دشوار باشد، از کسی کمک نمی‌گیرم و خودم تلاش می‌کنم آن را حل کنم) است که هر بعد دارای ۷ گویه است که با استفاده از مقیاس درجه‌ای لیکرت از یک

تا پنج (۱=کاملاً مخالفم، ۵=کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. در این پژوهش فقط از بعد اجتناب از کمک‌طلبی استفاده شد.

#### اعتبار و روایی

ریان و پینتریچ (۱۹۹۷) با روش آلفای کرونباخ، اعتبار مقیاس اجتناب از کمک‌طلبی را ۰/۸۹ گزارش کرد. روایی بُعد اجتناب از کمک‌طلبی به روش چرخش واریماکس انجام شد، و نشان داد عامل اجتناب از کمک‌طلبی ۲۷ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کند (۳). در نسخه فارسی، قدم پور (۱۳۸۲) اعتبار مقیاس اجتناب از کمک‌طلبی را ۰/۶۸ اعلام کرد، و روایی این بُعد را به روش چرخش واریماکس انجام داد، نتیجه نشان داد عامل اجتناب از کمک‌طلبی ۲۹/۴ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کند (۳۵). در این مطالعه ضرایب اعتبار به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد (جدول ۱).

#### روش اجرا

جهت انجام این پژوهش، پس از انتخاب تصادفی دانش‌آموزان، از مدیریت آموزش و پرورش شهرستان ورامین برای ورود به مدرسه‌ها معرفی‌نامه دریافت شد، پس از بیان اهمیت طرح پژوهشی برای مدیر و مشاور، اهمیت طرح پژوهشی برای دانش‌آموزان توضیح داده شد. همچنین به دانش‌آموزان گفته شد شما در پژوهشی در ارتباط با هدف‌های پیشرفت، کمرویی و اجتناب از کمک‌طلبی شرکت کرده‌اید و در تکمیل کردن پرسشنامه‌ها آزاد هستید و کلیه اطلاعات شما به صورت محرمانه باقی می‌ماند و فقط اعضای تیم پژوهشی اجازه بررسی آن را دارند؛ عبارات موجود در پرسشنامه، سؤال‌های امتحانی نیستند که پاسخ صحیح و غلط داشته باشند؛ بهترین پاسخ، پاسخی است که گویای وضعیت واقعی شما باشد. پاسخ‌های شما به وسیله رایانه تحلیل و پس از چند هفته، نتایج به شما گزارش می‌شود. داده‌ها با روش‌های آمار توصیفی یعنی شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی برای توصیف توزیع متغیرها، و همچنین با روش رگرسیون گام‌به‌گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

#### یافته‌ها

شرکت‌کنندگان ۱۵۰ دانش‌آموز (۸۷ دختر و ۶۳ پسر)

شهرستان ورامین با میانگین سنی ۱۷ سال و زمینه اجتماعی-اقتصادی متوسط بودند.

جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب همبستگی و اعتبار متغیرهای پژوهش (n=۱۵۰)

متغیر	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵	۶
کمرویی	۲/۳۷	۰/۸۶	۰/۷۷					
هدف تبحرگرا	۴/۹۴	۱/۰۶	۰/۱۹	۰/۸۴				
هدف اجتناب از تبحر	۵/۱۲	۱/۶۴	۰/۱۲	-۰/۰۷	۰/۷۳			
هدف عملکردگرا	۵/۱۷	۱/۲۷	۰/۰۷	۰/۳۷**	۰/۲۴**	۰/۷۳		
هدف اجتناب از عملکرد	۴/۲۹	۱/۴۹	۰/۱۵	-۰/۲۱*	۰/۲۹**	۰/۴۱**	۰/۸۲	
اجتناب از کمک‌طلبی	۲/۷۹	۰/۹۷	۰/۵۴**	۰/۱۱	۰/۱۶	۰/۱۷	۰/۳۷**	۰/۷۵

ضرایب اعتبار بر روی قطر اصلی قرار دارند \*\*P<۰/۰۱ \*P<۰/۰۵

هدف‌های اجتناب از عملکرد و اجتناب از تبحر، رابطه مثبت و معنادار، هدف اجتناب از تبحر با هدف اجتناب از عملکرد، رابطه مثبت و معنادار، و هدف تبحرگرا با هدف اجتناب از عملکرد، رابطه منفی و معنادار دارند. میان سایر متغیرها رابطه معناداری وجود ندارد. همچنین برای بررسی اینکه کدام یک از متغیرها نقش مؤثرتری در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی دارد، از تحلیل رگرسیون استفاده شد.

یافته‌ها حاکی است کمرویی با اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی رابطه مثبت و معنادار ( $r=۰/۵۴, P<۰/۰۱$ ) و جهت‌گیری اجتناب از عملکرد با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی رابطه مثبت و معنادار دارند ( $r=۰/۳۷, P<۰/۰۱$ )؛ همچنین متغیرهای جهت‌گیری تبحرگرا، اجتناب از تبحر و عملکردگرا با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه معناداری نداشتند. سایر روابط حاکی از آن است که هدف عملکردگرا با

جدول ۲- خلاصه تحلیل رگرسیون با مدل گام‌به‌گام

مدل	متغیر پیش‌بین	R	$R^2$	مقدار احتمال
۱	کمرویی	۰/۵۴	۰/۲۹۱	۰/۰۰۱
۲	کمرویی و هدف اجتناب از عملکرد	۰/۶۸	۰/۴۶۲	۰/۰۰۲

وارد معادله شده است. ضریب همبستگی این دو متغیر با اجتناب از کمک‌طلبی ۰/۶۸ بوده است؛ این دو متغیر توانسته‌اند ۴۶ درصد از تغییرات اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی کنند. ورود متغیر هدف اجتناب از عملکرد توانسته است ۱۷ درصد توان پیش‌بینی را افزایش دهد.

یافته‌ها نشان داد که در مدل نخست، کمرویی بیشترین نقش را در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی داشته است. ضریب همبستگی این متغیر با اجتناب از کمک‌طلبی ۰/۵۴ بوده؛ این متغیر توانسته ۲۹ درصد از تغییرات اجتناب از کمک‌طلبی را پیش‌بینی کند. در مدل دوم، پس از کمرویی، هدف اجتناب از عملکرد

جدول ۳- ضرایب استاندارد و غیراستاندارد و همبستگی تفکیکی و نیمه تفکیکی متغیرها در معادله رگرسیون با مدل گام‌به‌گام

مدل	متغیر پیش‌بین	ضرایب رگرسیون		همبستگی	
		غیر استاندارد $\beta$	استاندارد شده Beta	تفکیکی	نیمه تفکیکی
۱	کمرویی	۰/۲۴۷	۰/۴۲۳	۰/۴۲۳	۰/۴۲۳
۲	کمرویی	۰/۲۴۵	۰/۴۲۱	۰/۴۲۱	۰/۴۲۱
	هدف اجتناب از عملکرد	۰/۳۷۱	۰/۴۰۷	۰/۴۰۷	۰/۴۳۱

تغییرات رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی داشته است؛ سپس جهت‌گیری هدف اجتناب از عملکرد با

با قبول ترتیب ورود متغیرها در مدل ۲، کمرویی با بتای استاندارد، معادل ۰/۴۲۱، بیشترین سهم را در پیش‌بینی

## بحث

بتای استاندارد ۰/۴۰۷، نقش مثبت و مؤثری در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی داشته است.

این پژوهش در دانش‌آموزان سوم دبیرستان رشته ریاضی-فیزیک در شهرستان ورامین با هدف بررسی ارتباط هدف‌های پیشرفت و کمرویی، با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی انجام شد. یافته‌ها نشان داد کمرویی و هدف اجتناب از عملکرد، با اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه مثبت و معنادار داشتند. در یک مدل پیش‌بین، صرفاً کمرویی و هدف اجتناب از عملکرد، توانستند کمرویی را پیش‌بینی کنند که نقش کمرویی کمی بیشتر از هدف اجتناب از عملکرد بود.

نتایج حاکی از آن است که کمرویی با رفتار اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه مثبت و معنادار دارد که با یافته‌های گذشته همسو بود (۱۵). همچنین سایر نتایج حاکی از آن است که متغیرهای انگیزشی-اجتماعی، یعنی جهت‌گیری هدف پیشرفت در بُعد اجتناب از عملکرد، با اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه مثبت و معنادار دارد. این روابط از لحاظ جهت و شدت همسو با یافته‌های پیشین بود (۳۷-۳۵، ۲۶، ۲۵، ۱۴، ۱۳، ۳). این یافته بدین معناست که دانش‌آموزانی که دارای هدف اجتناب از عملکرد هستند، یعنی شایستگی در نظر آن‌ها یعنی اجتناب از شکست و نگران این مسأله هستند که از جانب دیگران مورد سرزنش قرار گیرند، چون که به عقیده آن‌ها با شکست، توانایی آنان نزد دیگران زیر سؤال می‌رود و نگران قضاوت‌های منفی دیگران در مورد خود هستند، از راهبرد اجتناب از کمک‌طلبی اجتناب می‌کنند.

میان جهت‌گیری هدف تبجرگرا، با اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه معناداری وجود نداشت که برخلاف یافته‌های مطالعات (۳) و (۲۴) بود. همچنین میان جهت‌گیری هدف عملکردگرا، با اجتناب از کمک‌طلبی، رابطه معناداری وجود نداشت که با یافته‌های مطالعات (۳۹، ۳۸، ۲۶) همسو، و با یافته‌های مطالعات (۱۱) و (۴۰) ناهمسو بود.

یکی از دلایل احتمالی می‌تواند هدف‌های پیشرفت چندگانه باشد. طبق نظریه هدف‌های پیشرفت چندگانه، افراد فقط یک هدف یا یک سری هدف خاص را دنبال نمی‌کنند، بلکه آنان همزمان برای دریافت تأیید دیگران یا تبحر و تسلط بر محتوا تلاش می‌کنند و برجستگی یک هدف، نشان‌دهنده ضعف هدف‌های دیگر نیست. در واقع هدف‌های تبحری و عملکردی می‌توانند به‌طور مثبتی با هم تعامل کنند تا رفتارهای سازگارانه را ارتقاء دهند. دلیل دیگر اینکه تفاوت‌های فرهنگی آزمودنی‌ها می‌تواند توجیه دیگری برای این ناهمسوئی‌ها باشد.

سهم منحصر به فرد این مطالعه، تلفیق مؤلفه‌های انگیزشی-اجتماعی (هدف‌های پیشرفت) و شخصیتی (کمرویی) در پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی، به‌عنوان یکی از رفتارهایی که در کلاس درس نقش مؤثری در یادگیری و تحکیم آن دارد، است؛ نکته‌ای که بسیاری از مطالعات پیشین به آن توجهی نداشته‌اند. در این مطالعه مشخص شد که در یک مدلی که هدف‌های پیشرفت و کمرویی به‌طور همزمان برای پیش‌بینی رفتار اجتناب از کمک‌طلبی رقابت نمایند، کمرویی و هدف اجتناب از عملکرد، مؤثرترین متغیرها در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی هستند. در این مدل کمرویی بالاترین وزن استاندارد را داشت. پس آنچه در رفتار اجتناب از کمک‌طلبی نقش عمده‌ای ایفا می‌کند در وهله نخست ویژگی‌های شخصیتی است؛ یعنی فرد از حضور در جمع احساس پریشانی و خجالت کند. اما مؤلفه‌های انگیزشی-اجتماعی (جهت‌گیری هدف پیشرفت) یعنی روشی که افراد برای تعریف و ارزیابی شایستگی خود به‌کار می‌برند، به اندازه ویژگی‌های شخصیتی نقش مؤثری ایفا نمی‌کنند. این یافته با مشاهدات ما نیز همخوانی دارد. اگر فردی کمرو باشد باعث می‌شود از کمک خواستن هنگام نیاز اجتناب کند.

نخستین و مهمترین محدودیت این مطالعه استفاده از روش همبستگی است. لذا روابط کشف شده را نمی‌توان به‌عنوان روابط علی فرض کرد. شاید این روابط ناشی از اثر سایر متغیرها باشد. محدودیت دیگر مطالعه حاضر استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی است. بسیاری از این ابزارها، ممکن است پاسخ‌هایی را

جمع‌آوری کنند که دیگران فکر می‌کنند باید درست باشد. افراد ممکن است خویشتن‌نگری کافی نداشته باشند و مسئولانه به گویه‌ها پاسخ ندهند. با توجه به یافته‌های به دست آمده، پیشنهاد می‌شود که هدف‌های پیشرفت به‌طور آزمایشی به گروهی از یادگیرندگان آموزش داده شود و سپس به مشاهده رفتار اجتناب از کمک‌طلبی پرداخت. همچنین این پژوهش در پایه سوم دبیرستان رشته ریاضی-فیزیک انجام شده است که پیشنهاد می‌شود این پژوهش در پایه‌ها، مقطع‌ها و رشته‌های تحصیلی دیگر مورد بررسی قرار گیرد. بحث مقطع‌های تحصیلی دیگر می‌تواند زمینه جدیدی برای مطالعه باشد. آیا کمرویی دانش‌آموزان در مقطع‌های دیگر به همان اندازه مؤثر است؟ آیا ساختار کلاس و ویژگی‌های معلم در تشدید رفتار اجتناب از کمک‌طلبی مؤثر است؟ به‌هرحال به‌نظر می‌رسد پژوهش‌های بیشتری باید در این زمینه صورت گیرد.

## نتیجه‌گیری

کمک‌طلبی به‌عنوان یک راهبرد یادگیری هم تابع متغیرهای انگیزشی و هم تابع متغیرهای شخصیتی دانش‌آموزان است؛ که می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد. هنگامی که دانش‌آموزان نیازمند کمک درخواست کمک نمی‌کنند، در زمینه موفقیت و یادگیری با مشکل مواجه می‌شوند. در این پژوهش به بررسی این‌که کمرویی و نوع جهت‌گیری هدفی، می‌تواند بر رفتار اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی تأثیرگذار باشند پرداختیم. پژوهش حاضر نشان داد مؤثرترین متغیرها در پیش‌بینی اجتناب از کمک‌طلبی، کمرویی و هدف اجتناب از عملکرد بودند که کمرویی نقش مؤثرتری داشت. در مجموع پژوهش حاضر، اطلاعات مهمی درباره اینکه چه دانش‌آموزانی از درخواست کمک اجتناب می‌کنند ارائه داد. در واقع دانش‌آموزانی که ارتباط اجتماعی ضعیف‌تری دارند و دانش‌آموزانی که سعی می‌کنند از شکست خوردن اجتناب کنند و یا از دیگران عقب نیفتند، تمایل بیشتری برای اجتناب از کمک‌طلبی دارند.



## References

1. Newman RS. Children's help-seeking in the classroom: The role of motivational factors and attitudes. *Journal of Educational Psychology*. 1990;82(1):71-80.
2. McCaslin M, Good TL. The in formal curriculum. In: Berliner DC, Calfee RC. *Handbook of Educational Psychology*. New York: Routledge; 1996, pp: 622-70.
3. Ryan AM, Pintrich PR. "Should I ask for help?" The role of motivation and attitudes in adolescents' help seeking in math class. *Journal of educational psychology*. 1997;89(2):329.
4. Nelson-Le Gall SA. Necessary and Unnecessary Help-Seeking in Children. [Internet]. 1984. Available from: <http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/detail?accno=ED247013>
5. Depaulo B. Perspectives on help seeking. In: Depaulo B, Nadler A, Fisher J. *New Directions in helping*. New York: Academic Press ;1983.
6. Karabenick SA, Newman RS. *Help seeking in academic settings: Goals, groups, and contexts*. Psychology Press; 2006.
7. Puustinen M, Lyyra A-L, Metsäpelto R-L, Pulkkinen L. Children's help seeking: The role of parenting. *Learning and Instruction*. 2008;18(2):160-71.
8. Pintrich PR, Smith D, García T, McKeachie W. *A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*. Ann Arbor. Michigan. 1991;48109:1259.
9. Dillon JT. *The practice of questioning*. London ; New York: Routledge; 1990.
10. Newman RS, Schwager MT. Students' perceptions of the teacher and classmates in relation to reported help seeking in math class. *The Elementary School Journal*. 1993;3-17.
11. Ryan AM, Pintrich PR, Midgley C. Avoiding seeking help in the classroom: Who and why? *Educational Psychology Review*. 2001;13(2):93-114.
12. Mansfield AK, Addis ME, Courtenay W. Measurement of men's help seeking: development and evaluation of the barriers to help seeking scale. *Psychology of Men & Masculinity*. 2005;6(2):95.
13. Ames C. Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*. 1992;84(3):261.
14. Butler R, Neuman O. Effects of task and ego achievement goals on help-seeking behaviors and attitudes. *Journal of Educational Psychology*. 1995;87(2):261.
15. Nadler A, Ellis S, Bar I. To seek or not to seek: the relationship between help seeking and job performance evaluations as moderated by task-relevant expertise. *Journal of Applied Social Psychology*. 2003;33(1):91-109.
16. Zimmerman BJ. Attaining self-regulation a social cognitive. In: Boekaerts M, Zeidner M, Pintrich PR. *Handbook of Self-Regulation*. New York: Elsevier; 1999,pp:13-39.
17. Pintrich PR. An achievement goal theory perspective on issues in motivation terminology, theory, and research. *Contemporary Educational Psychology*. 2000;25(1):92-104.
18. Elliot AJ. Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*. 1999;34(3):169-89.
19. Dweck CS, Leggett EL. A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*. 1988;95(2):256.
20. Elliott ES, Dweck CS. Goals: an approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988;54(1):5.
21. Midgley C, Kaplan A, Middleton M, Maehr ML, Urdan T, Anderman LH, et al. The development and validation of scales assessing students' achievement goal orientations. *Contemporary Educational Psychology*. 1998;23(2):113-31.
22. Elliot AJ, McGregor HA. A 2x2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2001;80(3):501.
23. Butler R. Determinants of help seeking: Relations between perceived reasons for classroom help-avoidance and help-seeking behaviors in an experimental context. *Journal of Educational Psychology*. 1998;90(4):630.
24. Ryan AM, Gheen MH, Midgley C. Why do some students avoid asking for help? An examination of the interplay among students' academic efficacy, teachers' social-emotional role, and the classroom goal structure. *Journal of Educational Psychology*. 1998;90(3):528 .

25. Karabenick SA. Perceived achievement goal structure and college student help seeking. *Journal of Educational Psychology*. 2004;96(3):569.
26. Linnenbrink EA. The dilemma of performance-approach goals: The use of multiple goal contexts to promote students' motivation and learning. *Journal of Educational Psychology*. 2005;97(2):197.
27. Vogel DL, Wester SR, Heesacker M, Boysen GA, Seeman J. Gender differences in emotional expression: Do mental health trainees overestimate the magnitude? *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2006;25(3):305-32.
28. Lorant TA, Henderson L, Zimbardo PG. Comorbidity in chronic shyness. *Depression and Anxiety*. 2000;12:232-7.
29. Zimbardo PG, Radl SL. *The Shy Child: A Parent's Guide to Preventing and Overcoming Shyness from Infancy to Adulthood*. ISHK; 1999.
30. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using Multivariate Statistics*. 5th ed. Pearson; 2001.
31. Jokar B, Dellavarpoor MA. The relation of procrastination training whit achievement goals. *The Journal of Modern Thoughts in Education*. 2007; 3(3):61-80. [Persian]
32. Zimbardo PG. *Shyness: What is it and what to do about it reading*. MA: Addison-Wesley Publishing Company; 1977.
33. Rastgoo H. The relationship of shyness and attachment component to parent and peers in distinct and indistinct students. Thesis for MSc. Tehran University; 2003, pp: 120. [Persian]
34. Ghadampoor E, Sarmad Z. The role of motivational beliefs in help seeking behavior and academic achievement students. *Journal of Psychology*. 2003;7(2):112-26. [Persian]
35. Ebadati H. The research of scientific, reliability and validity of Stanford shyness scale. Thesis for MSc. Tehran University; 1997, pp: 135. [Persian]
36. Pintrich PR, Schunk DH. *Motivation in education*. Merrill; 2002.
37. Vogel DL, Wester SR, Wei M, Boysen GA. The Role of Outcome Expectations and Attitudes on Decisions to Seek Professional Help. *Journal of Counseling Psychology*. 2005;52(4):459.
38. Elliot AJ, Church MA. A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1997;72(1):218.
39. Harackiewicz JM, Barron KE, Elliot AJ. Rethinking achievement goals: When are they adaptive for college students and why? *Educational Psychologist*. 1998;33(1):1-21.
40. Elliot AJ, McGregor HA. Test anxiety and the hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999;76(4):628.