

Study of Relationship between General Self- Efficiency, Mood and Trait Anxiety among Police Officers

Received: 20 May 2014

Revised: 8 August 2014

Accepted: 24 August 2014

ABSTRACT

Leili Amirsardari^{1*}
Mojtaba Rahimi¹
Ahmad Esmaili²

¹MA, Clinical Psychology, Department of Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, West Azarbayjan, Iran.

²Assistan Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature, University of Maragheh, Maragheh, Iran.

Background: Self-efficacy points out that one's beliefs and perceptions from own abilities, sense of competence in own abilities in various areas of life (job, school, interpersonal relationships etc.) and overcoming probable problems. Based on previous studies, self-efficacy is one of the factors affects anxiety. Current study conducted with the aim of studying the relationship between self-efficacy, mood and trait anxiety.

Materials and Methods: The study population included all police officers of Urmia city in West Azarbaijan Province that 300 cases were selected by cluster sampling method and Sherer General Self-efficacy questionnaire and Spielbereger mood-trait anxiety questionnaire (1983) were completed by participants.

Results: The results showed that self-efficacy has significant and negative relationship with both variables of trait anxiety ($P < 0.0001$, $r = -0.68$) and mood anxiety ($P > 0.001$, $r = -0.76$).

Conclusion: The current study revealed that there is a negative relationship between self-efficacy and mood-trait anxiety, so that individuals with high self-efficacy has low anxiety and vice versa.

Keywords: self-efficacy, mood-trait anxiety, staffs

*Corresponding Author:

Leila Amirsardari
Tel: (+98)9373242931

e-mail: l.amirsardari@yahoo.com

بررسی رابطه بین خودکارآمدی عمومی و اضطراب صفت و حالت در بین کارکنان نیروی انتظامی

تاریخ دریافت: ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۳ تاریخ اصلاح: ۲۷ مرداد ۱۳۹۳ تاریخ پذیرش: ۲ شهریور ۱۳۹۳

چکیده

لیلی امیرسرداری^{۱*}

مجتبی رحیمی^۱

احمد اسمعیلی^۲

مقدمه: خودکارآمدی به باور و تصورات فرد از توانایی‌های خویش و احساس شایستگی از قابلیت‌های خویش برای حضور در عرصه‌های مختلف زندگی (شغلی، تحصیلی، روابط بین فردی و غیره) و غلبه بر مشکلات احتمالی اشاره دارد. بر اساس تحقیقات پیشین خودکارآمدی یکی از عامل‌های تأثیرگذار بر اضطراب می‌باشد، پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین خودکارآمدی و اضطراب صفت و اضطراب حالت صورت گرفته است.

مواد و روش‌ها: جامعه موردپژوهش کلیه کارکنان نیروی انتظامی شهرستان ارومیه استان آذربایجان غربی بود که از این تعداد نمونه‌ای به حجم ۳۰۰ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب گردید که پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۲) و اضطراب صفت و حالت اسپیلبرگر (۱۹۸۳) توسط آزمودنی‌ها تکمیل گردید.

یافته‌ها: نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که خودکارآمدی هم با اضطراب صفت ($r = -0/68$ ، $P < 0/001$) و هم اضطراب حالت ($r = -0/76$ ، $P < 0/001$) رابطه معکوس و معنی‌دار دارد.

نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر آشکار ساخت که بین خودکارآمدی و اضطراب صفت/حالت رابطه دوطرفه معکوس وجود دارد، به طوری که افرادی که دارای خودکارآمدی بالایی هستند اضطراب صفت و حالت کمتری دارند و کسانی که دارای اضطراب صفت و حالت بالایی هستند دارای خودکارآمدی پایینی هستند.

کلید واژه‌ها: خودکارآمدی، اضطراب صفت-حالت و کارکنان

^۱ کارشناس ارشد، روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، گروه روان‌شناسی، آذربایجان غربی، ارومیه، ایران. ^۲ استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه مراغه، مراغه، ایران.

* نویسنده مسئول:

لیلی امیرسرداری

تلفن: ۹۳۷۳۲۴۲۹۳۱ (+۹۸)

پست الکترونیک:

l.amirsardari@yahoo.com

مقدمه

می‌تواند به اضطراب و اجتناب‌های دفاعی از موقعیت‌های تهدیدکننده منجر شوند [۲]. خودکارآمدی احساس شایستگی، بسندگی و توانایی در سازگار شدن با زندگی است که تأمین و حفظ معیارهای عملکرد موجب افزایش آن و ناتوانایی در تأمین و حفظ این معیارها آن را کاهش می‌دهد [۳]؛ در واقع خودکارآمدی به توان فرد در رویارویی با مسائل برای رسیدن به اهداف و موفقیت‌های او اشاره دارد و بیش از آن که تحت تأثیر هوش باشد تحت تأثیر ویژگی‌های شخصیتی چون باور داشتن خود، تسلیم نشدن، تلاشگر بودن و تحت کنترل قرار دادن تکانه‌ها قرار دارد [۴]. بندورا (۱۹۸۲)،

از جمله سازه‌های روان‌شناختی مهم در حیطه‌ی باورها مفهوم خودکارآمدی است. بندورا^۱ در سال ۱۹۷۷ سازه‌ی خودکارآمدی را معرفی کرد و در اواخر سال‌های ۱۹۹۷-۱۹۸۶ در چارچوب نظریه‌ی شناختی اجتماعی به آن شکل داد [۱]. در این دیدگاه رفتار آدمی نه تنها در کنترل عوامل بیرونی و محیطی نیست بلکه فرآیندهای شناختی نقش تعیین‌کننده در رفتار دارند. فرآیندهای شناختی به‌عنوان بخشی از آسیب‌شناسی روانی موجب انتظارات و ادراکات نادرستی می‌گردد که فرد از کارآمدی خود دارد و این انتظارات

هدف اصلی پژوهش حاضر الف) بررسی رابطه بین خودکارآمدی و اضطراب حالت ب) بررسی رابطه بین خودکارآمدی و اضطراب صفت هست.

مواد و روش

این پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی هست که در آن رابطه‌ی بین باورهای خودکارآمدی و اضطراب صفت و اضطراب حالت مورد بررسی قرار گرفت. جامعه آماری این پژوهش کلیه کارکنان نیروی انتظامی شهرستان ارومیه بود که در سال ۹۲ مشغول به کار می‌باشند و نمونه آماری عبارت است از ۳۰۰ کارمند نیروی انتظامی که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب گردیدند. ابزارهای استفاده‌شده در این پژوهش شامل مقیاس خودکارآمدی عمومی و مقیاس اضطراب صفت/حالت اسپیلبرگر هست. مقیاس خودکارآمدی عمومی متعلق به شرر و همکاران^۱ هست که دارای ۱۷ سؤال است که به شیوه مقیاس لیکرت با ۵ گزینه از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم درجه‌بندی شده است. براتی در تحقیق خود برای بررسی پایایی آزمون خودکارآمدی، از روش دونیمه کردن استفاده کرده است. ضریب پایایی آزمون با روش اسپیرمن براون^{۱۱} با طول برابر ۰/۷۶ و با طول نابرابر ۰/۷۶ و با روش دونیمه کردن گاتمن^{۱۱} برابر با ۰/۷۶ به دست آمده است. آلفای کرونباخ یا همسانی کلی سؤالات برابر ۰/۷۹ به دست آمده که رضایت‌بخش است [۱۲]. پرسشنامه دیگر اضطراب صفت/حالت اسپیلبرگر هست که دارای ۴۰ سؤال است، ۲۰ ماده ابتدایی اضطراب حالت و ۲۰ ماده بعدی اضطراب صفت را می‌سنجند. مهram در سال ۱۳۷۳ طی یک تحقیق آلفای کرونباخ مقیاس حالت را ۰/۹۱ و مقیاس صفت را ۰/۹۰ و کل مقیاس ۰/۹۴ گزارش کرد [۱۳].

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای بررسی‌شده در کل نمونه و همچنین ضرایب همبستگی بین متغیرها در جدول ۱ نشان داده شده‌اند.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی متقابل نمره‌های خودکارآمدی و اضطراب صفت/اضطراب حالت

متغیر	M	SD	۱	۲	۳
۱- خودکارآمدی	۵۷/۷	۱۱/۴۹	۱		
۲- اضطراب صفت	۴۴/۶۲	۱۱/۳۲	-۰/۶۷	۱	
۳- اضطراب حالت	۴۶/۷۹	۱۰/۱۹	-۰/۷۶	۰/۸۴	۱

خودکارآمدی را به‌عنوان باور فرد به انجام عمل مطلوب در کنار آمدن با موقعیت می‌داند. وی چهار منبع را در تحول این مفهوم مطرح کرده است. این منابع شامل «تجارب تسلط بر امور»^۱، «تجارب مشاهده‌ای»^۲، «قانع‌سازی کلامی»^۳ و «وضعیت فیزیولوژیک»^۴ می‌باشند. طبقه‌بندی این منابع و تأثیر آن‌ها در افراد بر اساس الویت هر منبع در عملکرد فرد است. تجارب تسلط بر امور مؤثرترین منبع برای ایجاد حس خودکارآمدی قوی است. موفقیت‌ها باورهای کارآمد بودن را تقویت و شکست‌ها این باورها را تحلیل می‌کنند. بر طبق نظر بندورا (۱۹۹۷)، انتظارات کارآمدی با داشتن ابعاد چندگانه تأثیرات مهمی در عملکرد فرد دارند. این انتظارات در سطح^۵، عمومیت^۶ و قدرت^۷ با هم تفاوت دارند. عمومیت حاکی از یک حس عمومیت‌یافته از کارآمدی است که می‌تواند در ورای حس کارآمدی در موقعیت خاص عمل کرده و در زمینه‌های گوناگون گسترش یابد و قدرت نیز اشاره به حفظ رفتار به‌رغم رویارویی با موانع دارد [۵].

پیازه معتقد است که خودکارآمدی طی درون‌سازی و برون‌سازی بشمارای در محیط‌های غنی از محرک رخ می‌دهد. خودکارآمدی به‌وسیله انگیزه درونی باعث می‌شود که فرد به‌طور خودانگیزخته در محیط تأثیر بگذارد [۶]؛ به‌عبارت‌دیگر خودکارآمدی درجه‌ای از احساس تسلط فرد در مورد توانایی‌هایش برای انجام فعالیت‌های خاص هست [۷]. به بیان دیگر آن اطمینانی است که باعث می‌شود شخص رفتار متناسب با یک موقعیت را به اجرا گذاشته و انتظار نتیجه موردنظر را داشته باشد [۸]. یکی از عواملی که خودکارآمدی فرد بر آن به‌صورت مؤثر، تأثیر می‌گذارد و باعث عملکرد در سطح بالا می‌شود، موقعیت‌های اضطراب‌زا هست. اضطراب یک حالت هشداردهنده است که خبر از خطری قریب‌الوقوع می‌دهد و شخص را برای مقابله با تهدید آماده ساخته و او را نسبت به تهدیدات آسیب جسمی، درد، درماندگی، تنبیه احتمالی خبر می‌دهد [۹]. محققان دو نوع اضطراب را از یکدیگر تفکیک می‌کنند: اضطراب صفت و اضطراب حالت؛ اضطراب صفت جزئی از شخصیت است که با اندازه‌گیری حالت‌های فیزیولوژیکی، هیجانی و رفتاری-شناختی در فرد مشخص می‌شود، درحالی‌که اضطراب حالت در نتیجه یک موقعیت استرس‌زا در فردی که کنترل هیجانی‌اش کاهش‌یافته است بروز می‌کند. در هر یک از این مراحل شخص تغییراتی را در رفتار و توانایی شناختی و عاطفی خود نشان می‌دهد [۱۰]. جیکس و بیلس^۸ در بررسی رابطه‌ی بین نقش باورهای خودکارآمدی در مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا به این نتیجه دست یافتند که افرادی که از خودکارآمدی بالاتری برخوردارند از استرس و فشار روانی کمتری در محیط‌های استرس‌زا برخوردارند [۱۱].

جدول ۲: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی خودکارآمدی بر پایه اضطراب صفت و اضطراب حالت

گام	متغیر	B	SEB	β	t
۱	اضطراب حالت	-۰/۸۶۶	۰/۱۵۴	-۰/۷۶۸*	-۵/۶۳۲

$$R^2 = ۰/۵۹^*$$

برای بررسی رابطه بین متغیرهای اضطراب صفت/اضطراب حالت و خودکارآمدی عمومی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. جدول ۱ ماتریس همبستگی بین متغیرها را در کل نمونه نشان می‌دهد. با توجه به نتایج جدول ۱، متغیرها با یکدیگر رابطه معناداری ($P < ۰/۰۰۵$ و $P < ۰/۰۰۱$) دارند. همان‌طور که ماتریس همبستگی نشان می‌دهد، خودکارآمدی عمومی همبستگی معکوس و معناداری هم با اضطراب صفت و هم با اضطراب حالت دارد. به بیان دیگر با افزایش نمره اضطراب صفت یا اضطراب حالت، نمره خودکارآمدی عمومی کاهش پیدا می‌کند و بالعکس.

جهت بررسی ضرایب رگرسیون خودکارآمدی از روی تک تک متغیرهای پیش بین اثرگذار اضطراب صفت و اضطراب حالت، ضرایب تأثیر آن‌ها محاسبه شد (جدول ۲). با توجه به آماره‌های t ، در حضور سایر متغیرها فقط اضطراب حالت توانست ۵۹٪ از خودکارآمدی را در کارکنان موردبررسی، پیش‌بینی کند.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان چنین استنباط نمود که بین باورهای خودکارآمدی و اضطراب صفت و حالت رابطه معنادار وجود دارد، این رابطه فراتر از آن است که بتوان آن را به تصادف و اتفاق نسبت داد؛ بنابراین در شرایط مشابه می‌توان انتظار داشت کارکنانی که از باور خودکارآمدی بالایی برخوردار هستند دارای اضطراب صفت و حالت کمتری هستند. همچنین برعکس این امر نیز صادق است کسانی که دارای اضطراب صفت و حالت بالایی هستند، دارای خودکارآمدی پایین می‌باشند این یافته همسو با نتایج پورنقی (۱۳۹۱) [۱۴]، شیخی، فتح آبادی و حیدری (۱۳۹۱) [۱۵]، لایبر و سوارز (۱۹۸۵) [۱۶]، میسی و همکاران (۱۹۹۰) [۱۷] هست. در تبیین این یافته‌ها می‌توان اظهار نمود که خودکارآمدی فرد را قادر می‌سازد تا بر افکار، انگیزه، احساسات و اعمالشان کنترل داشته باشند. این نظام از طریق فراهم کردن مکانیسم‌های اسنادی، کارکردی، ادراکی و خودگردانی^۱ موجب می‌شود که افراد رفتار خود را ارزیابی کنند. این ارزیابی نتیجه اثر متقابل خودکارآمدی و محیط است که بر فرآیندهای شناختی و رفتاری افراد اثر گذاشته و آن‌ها را

قادر به جرح و تعدیل محیط می‌کند [۱۸]. کیم^۲ (۲۰۰۲)، معتقد است که باورهای خودکارآمدی به صورت نیرومندی با افسردگی و اضطراب رابطه دارند. باورهای خودکارآمدی نشان‌دهنده این مسئله هستند که فرد توانایی تغییر حالات منفی روانی خود را دارد. خودکارآمدی نقش میانجی در کاهش نشانه‌های افسردگی ایفا می‌کند و اضطراب و افسردگی افراد بالغ، با افزایش و تقویت باورهای خودکارآمدی کاهش می‌یابد [۱۹]. نتایج تحقیقات مک دونالد^۳ و سیگال^۴ (۱۹۹۶) که بر روی کارکنان یک شرکت مخابراتی بزرگ انجام گرفت نیز نشان داده است که با افزایش و بهبود خودکارآمدی ادراک شده کارکنان در محیط کار، واکنش‌های منفی (هیجان‌های منفی مانند اضطراب) به تغییرات تکنولوژیک و فن‌آوری کمتر شده و کارکنان به میزان بیشتری به دنبال کسب مهارت‌های جدیدتر می‌گردند [۲۰] به عبارتی تصور فرد از توانایی‌هایش یکی از عواملی است که در مواجهه با موقعیت‌های اضطراب‌زا تأثیر می‌گذارد، عکس این قضیه نیز صادق است کسانی که دارای اضطراب صفت و حالت بالایی هستند، دارای خودکارآمدی پایین می‌باشند.

تشکر و قدردانی

بر خود لازم می‌دانیم از کلیه کارکنان و مسئولان نیروی انتظامی شهرستان ارومیه که ما را در انجام این تحقیق یاری نمودند کمال سپاسگزاری را داشته باشیم.

منابع

- Pajares F. Current directions in self-efficacy research. *Advances in motivation and achievement* 1997; 10: 1-49.
- Pajares F. Gender and perceived self-efficacy in self-regulated learning. *Theory into practice* 2002; 41: 116-25.
- Pajares F. Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of educational research* 1996; 66: 543-78.
- Porjafar K. Self-test construction and standardization of high school students 14 to 18 years Branch. Tehran: Allameh Tabatabai University 2007. (Persian)
- Bandura A. Exercise of human agency through collective efficacy. *Curr Dir Psychol Sci* 2000; 9: 75-8.
- Santrock JW. *Essentials of life-span development*: McGraw-Hill; 2014.
- Bandura A, Adams NE. Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive therapy and research* 1977; 1: 287-310.
- Bandura A, Schunk DH. Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *J Pers Soc Psychol* 1981; 41: 586.
- Sadock BJ, Kaplan HI, Sadock VA. *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: behavioral sciences/clinical psychiatry*. Lippincott Williams & Wilkins 2007; 1472.

10. Association AN, Nurses ISoP-MH. Psychiatric-mental health nursing: Scope and standards of practice. Amer Nurses Assn 2007; 702.
11. Jex SM, Bliese PD. Efficacy beliefs as a moderator of the impact of work-related stressors: a multilevel study. *J Appl Psychol* 1999; 84: 349.
12. Barati S. Relation of self-efficacy, self-esteem and self-care among junior high school students. Ahvaz: Shahid Chamran University 1997. (Persian)
13. Mahram B, Dashti Rahmat-Abadi M. The effect of managers' leadership styles on employees' equity feeling in Mashhad. *J Health Adm* 2010; 43: 7-16. (Persian)
14. Pornaghi Z. Between state and trait anxiety and feelings of self-efficacy among students of Azad University of Karaj. Azad University of Karaj 2012. (Persian)
15. Sheykhi M. Relationship between anxiety, self-efficacy and Perfectionism with negligence in drafting. Tehran University 2012. (Persian)
16. Llabre MM, Suarez E. Predicting math anxiety and course performance in college women and men. *J Couns Psychol* 1985; 32: 283.
17. Meece JL, Wigfield A, Eccles JS. Predictors of math anxiety and its influence on young adolescents' course enrollment intentions and performance in mathematics. *J Educ Psychol* 1990; 82: 60-70.
18. Brafford LJ, Beck KH. Development and validation of a condom self-efficacy scale for college students. *J Am Coll Health* 1991; 39: 219-25.
19. Taylor SE, Brown JD. Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychological bulletin* 1988; 103: 193.
20. McDonald T, Siegall M. Enhancing worker self-efficacy: an approach for reducing negative reactions to technological change. *J Manage Psychol* 1996; 11: 41-4.

