پیش‌بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی بر اساس الکسی تایمیا

شیرین قاضی*[1]، صبا حسنوندی[2]، عزت‌اله قدم پور[3]

۱- دانشجوی دکترای تخصصی مدیریت آموزشی، کارشناس برنامه‌ریزی آموزشی مرکز مطالعات و توسعه آموزشی، دانشگاه علوم پزشکی لرستان، خرم آباد، ایران.

۲- دانشجوی دکترای روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.

۳- دانشیار، دکترای روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی ، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

یافته / دوره نوزدهم / شماره ۴ / پاییز ۹۶ / مسلسل ۷۳

چکیده

دریافت مقاله: ۹۶/۶/۲۹ پذیرش مقاله: ۹۶/۷/۳۰

مقدمه: هدف این مطالعه پیش‌بینی اضطراب امتحان و خود ناتوان‌سازی تحصیلی براساس الکسی‌تایمیا در دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن بود.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع همبستگی است. جامعه آماری تمامی دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن شهرستان خرم‌آباد در سال ۹۵-۹۴ بود. به منظور برآورد حجم نمونه از روش پیشنهادی کوهن استفاده شد و از میان دانش‌آموزان ارجاع داده شده به هسته آموزش و پرورش خرم‌آباد براساس تشخیص متخصصان این حوزه، در مجموع ۱۱۲ نفر واجد ملاک‌های شرکت در مطالعه بودند. دانش‌آموزان پرسشنامه‌های اضطراب امتحان، خود ناتوان‌سازی و الکسی‌تایمیا را تکمیل کردند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل رگرسیون استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۸ تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد همبستگی بین متغیرهای پژوهش معنادار بود ($P>0/001$). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد الکسی‌تایمیا قادر به پیش‌بینی ۰/۵۴ از کل واریانس اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی است($P<0/001$).

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج این مطالعه می‌تواند به مشاوران و دست‌اندرکاران حوزه آموزش برای مداخلات کارآمدتر در زمینه اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی کمک نماید.

واژه‌های کلیدی: اضطراب امتحان، خود ناتوان‌سازی تحصیلی، الکسی‌تایمیا، دانش‌آموزان.

*آدرس مکاتبه: خرم آباد، دانشگاه علوم پزشکی لرستان، معاونت آموزشی، مرکز مطالعات و توسعه آموزشی.

پست الکترونیک: ghazi.shirin@yahoo.com

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

مقدمه

الکسی‌تایمیا به معنای ناتوانی در بیان احساسات به دلیل فقدان آگاهی هیجانی است. افراد مبتلا به الکسی تایمیا به طور معمول قادر به شناسایی، درک و یا توصیف هیجانات خویش نیستند (۱). در واقع الکسی تایمیا سازه‌ای چندوجهی است که با هوش هیجانی ارتباط تنگاتنگی و معکوسی دارد و واجد مشخصاتی است که عبارتند از: ۱- دشواری در شناخت احساسات و توصیف احساسات، ۲- توانایی کم در تمایز میان احساسات و حس‌های بدنی ناشی از برانگیختگی هیجانی ۳- کم بودن تخیل و ۴- تفکر درون نگرانه ضعیف و عینی (۲). از سویی الکسی تایمیا با توانایی ارزیابی و ابراز هیجان، یعنی آگاهی فرد از خلق و تفکرات مرتبط با آن رابطه دارد و در واقع فرد الکسی تایمیک قادر به ارزیابی و بیان هیجان‌های خود به صورت کلامی نیست (۳).

هر چند این مفهوم به صورت محاوره‌ای معنای بی‌احساسی را تداعی می‌کند اما به طور گسترده با حوزه‌هایی از قبیل افسردگی (۳)، اضطراب (۴)، الکلسیم و سوء مصرف مواد (۵) سبک زندگی فاقد تحرک، سوءتغذیه و عادات غذایی نادرست (۶) هوش هیجانی (۷) و افکار خودکشی (۸) ارتباط دارد. براساس اولین مطالعات صورت گرفته در این زمینه، الکسی تایمیا امروزه به عنوان یک صفت شخصیتی نرمال در میان تمامی افراد جامعه توزیع شده است اما سطوح بالای الکسی تایمیا احتمال بالای اضطراب و بیماری‌های جسمانی را فراهم می‌کند (۹). کاهش ابراز هیجانات اساساً بیانگر نوعی فقدان یا بد تنظیمی هیجانات است (۱۰). به همین صورت آسیب در ظرفیت‌های پردازش هیجانی و تنظیم هیجانی مبتنی بر ابهام خلق یا الکسی‌تایمیا ممکن است یک عامل خطر احتمالی برای انواع بیماری‌های پزشکی و روان‌شناختی از جمله اختلالات اضطرابی باشد (۱۰).

اضطراب امتحان یک پدیده رایج و مهم در مراکز آموزشی است که بسیاری از دانش‌آموزان با آن درگیرند. در واقع نوعی اشتغال ذهنی است که با خود کم‌انگاری در توانایی‌های مشخص و به عدم تمرکز حواس و واکنش جسمانی ناخوشایند منجر می‌شود و پیامد منفی آن کاهش توان مقابله با موقعیت امتحان و ناکارآمدی تحصیلی است. همچنین در دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن، الکسی تایمیا عامل زمینه‌سازی برای خودکارآمدی تحصیلی و اضطراب امتحان است (۱۱). همچنین اضطراب امتحان بالا با ناکارآمدی تحصیلی، سلامت روانی ضعیف و هیجان‌های ناخوشایند همبستگی دارد. اضطراب امتحان به عنوان یک حس منفی با نگرانی، برانگیختگی روانشناختی و رفتارهای همراه با نگرانی در مورد شایستگی در امتحان مرتبط است (۱۲).

خودناتوان سازی تحصیلی به عنوان شکلی از رفتارهای اجتنابی به طور واضح به کاهش و تخریب عملکرد تحصیلی منجر می‌شود و به طور کلی، تأثیر پایداری بر شخصیت و سازگاری آینده فرد دارد و مانع رشد بزرگسالی می‌شود (۱۳). مرور مطالعات حاضر نشان می‌دهد برخی مولفه‌های الکسی‌تایمیا پیش‌بینی مؤثری برای خود ناتوان‌سازی تحصیلی است. در واقع، الکسی‌تایمیا با ایجاد احساس ناتوانی و ضعف اعتماد به نفس منجر به خودناتوان‌سازی تحصیلی می‌گردد. اعتماد به نفس ضعیف و حس بی‌انگیزگی به عنوان متغیرهای واسطه‌ای الکسی تایمیا و خودناتوان‌سازی معرفی شده‌اند (۱۳). در دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن، خودناتوان‌سازی تحصیلی مکانیسمی دفاعی برای فرار از تلاش بیشتر است. این مکانیسم به آنها کمک می‌کند با ناتوان کردن خود از تلاش بیشتر دست بردارند، این راهبرد ناسازگارانه در پژوهش‌های گوناگونی با الکسی‌تایمیا همبسته انگاشته شده است (۱۴).

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

ناتوانی خواندن نوعی از ناتوانی‌های یادگیری است که با مشخصاتی از قبیل اشتباهات خواندن (از قبیل حذف، افزودن، جابه‌جایی، جایگزینی و وارونه‌خوانی)، سرعت خواندن و درک مطلب دانش‌آموزان متمایز می‌شود. یکی از فرضیه‌های سبب‌شناسی این ناتوانی، نقص یکپارچگی حسی در این دانش‌آموزان است. از آن میان می‌توان به اختلال در پردازش حسی، نقص در توجه و نقص در کارکردهای اجرایی اشاره کرد که منجر به مشکلات رفتاری، مشکل در توجه، مشکلات هماهنگی حرکات درشت و ظریف، مشکلات سازگاری و مشارکت در بازی و غیره اشاره نمود (۱۵). این موارد، مشارکت و رفتارهای کلاس درس را متاثر می‌کنند و از پیش‌نیازهای عملکرد مستقل در کلاس درس می‌باشند (۱۶). درک خواندن و مهارت نوشتاری مهارت‌های تحصیلی مهمی است که از همه دانش‌آموزان انتظار می‌رود طی سال‌های نخستین آموزش رسمی بر آن مسلط شوند. تحقیقات نشان داده‌اند نقایص زیادی با مهارت ادراکی دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن و نوشتن مرتبط است (۱۷،۱۸). این نقایص شامل بی‌توجهی، حافظه کاری ضعیف و مهارت‌های سازماندهی ضعیف است که تا حد زیادی توانایی دانش‌آموزان را از متن منحرف می‌کند (۱۹). طی دوران ابتدایی مهارت خواندن به دانش‌آموزان آموزش داده می‌شود و با پیشرفت دانش‌آموزان، آموزش خواندن بر درک خواندن برای یادگیری متمرکز می‌شود (۲۰). بنابراین اگر دانش‌آموزان در درک متن مشکل داشته باشند، بسیاری از حوزه‌های تحصیلی آنها تحت تأثیر قرار خواهد گرفت.

نتایج برخی مطالعات حاکی از آن است که دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن درجات بالایی از الکسی‌تایمیا را تجربه می کنند. دشواری در بیان احساسات و هیجانات در دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن به دلایلی از قبیل مشکلات کلامی، ضعف اعتماد به نفس، هوش هیجانی پایین، مشکلات ارتباطی، مشکلات سازگاری نسبت داده شده است (۲۱). از سویی مطالعات حاکی از آن است که الکسی‌تایمیا با برخی اختلالات از قبیل اضطراب و افسردگی در ارتباط است. همچنین این مطالعات حاکی از آن است که با کاهش علائم اضطراب و افسردگی شاهد کاهش الکسی تایمیا هستیم (۲۲).

مرور مطالعات انجام شده نشان می‌دهد، الکسی‌تایمیا با اضطراب در دانش‌آموزان با ناتوانی‌های خواندن مرتبط است. این دانش‌آموزان به دلیل ناتوانی اضطراب امتحان بالایی را تجربه می‌کنند، از سویی این دانش آموزان با دلیل ناتوانی در بیان احساسات و هیجانات خود قادر نیستند هیجانات اضطرابی خود را نشان دهند و متعاقب آن علائمی از قبیل سرزنش خود، گوشه‌گیری، کاهش اشتها و غیره را نشان می‌دهند (۲۳). نتایج حاصل از یک مطالعه پیگیری پنج ساله روی افراد مضطرب حاکی از آن است که بهبود علائم اضطراب این افراد با بهبود علائم الکسی‌تایمیا همزمان بوده است (۲۴). پژوهشگران معتقدند دانش‌آموزانی که ناتوانی خواندن را در برهه‌هایی از تحصیل تجربه کرده‌اند در بسیاری از مواقع در بیان نقاط قوت و ضعف خود مشکل دارند و این مساله خود زمینه‌ساز مشکلاتی از قبیل اضطراب امتحان، افسردگی و مشکلات سازگاری می‌شود (۲۵). همچنین برخی پژوهش‌ها حاکی از آنند که بسیاری از نشانه‌های آسیب-شناسی در اختلالات اضطراب با دشواری در شناسایی هیجانات مرتبط است و برخی مولفه‌های الکسی‌تایمیا با اضطراب رابطه معناداری دارند (۲۶).

مطالعات داخلی و خارجی به شکل گسترده‌ای به بررسی ابعاد الکسی‌تایمیا پرداخته‌اند اما بررسی این متغیر در حوزه دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن چندان مورد بررسی قرار نگرفته است. مخصوصا اینکه اضطراب امتحان و خود ناتوان‌سازی تحصیلی هر کدام به شکل خاصی با الکسی‌تایمیا مرتبطاند و این شکاف پژوهشی در ادبیات پژوهشی حاضر کاملا محرز است. از آنجایی که

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

دانش‌آموزان سرمایه‌های اصلی مملکت هستند و دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری هزینه‌های زیادی را از نظر اقتصادی به خود اختصاص می‌دهند؛ لازم است با شناسایی ابعاد زیر بنایی ناتوانی خواندن و شناخت متغیرهای وابسته، برای شناخت این مشکل تلاش کرد و راه‌حل‌های آموزشی مناسبی را طراحی نمود. از این رو پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی براساس الکسی تایمیا انجام می‌شود.

مواد و روش‌ها

جامعه آماری و روش نمونه گیری

این مطالعه از نوع همبستگی است جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن می‌باشد. نمونه آماری شامل ۱۱۲ نفر از دانش آموزان دختر و پسر مقطع ابتدایی شهرستان خرم‌آباد بود که براساس روش پیشنهادی کوهن ۱۱۲ نفر از آنها که واجد ملاک‌های شرکت در مطالعه بودند برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند میانگین سنی دانش‌آموزان ۸ سال و حداقل و حداکثر سن ۷ و ۱۱ سال بود.

ابزارهای پژوهش

مقیاس الکسی‌تایمیای تورنتو (TAS-20): این مقیاس در سال ۱۹۸۶ توسط تیلور ساخته شده است و در سال ۱۹۹۴ توسط بگبی، تیلور و پارکر تجدیدنظر گردید و در بین روش‌های مختلف سنجش الکسی‌تایمیا، پر استفاده‌ترین پرسشنامه می‌باشد. در این مقیاس سازه الکسی‌تایمیا در سه زیر مقیاس دشواری تشخیص احساس‌ها (DIF)، دشواری توصیف احساس‌ها (DDF) و تفکر با جهت‌گیری بیرونی یا تفکر برون مدار (EOT) ارزیابی می‌شود (۲۷). مطالعات صورت گرفته در زمینه این ابزار ثبات درونی (آلفای کرونباخ ۰/۸۱) و پایایی مناسبی را از طریق بازآزمایی با فاصله زمانی ۳ هفته (r=۰/۷۷) گزارش کرده‌اند. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس در نمونه ایرانی را برای دشواری در تشخیص احساس‌ها ۰/۷۴، برای دشواری در توصیف احساس‌ها ۰/۶۱ و برای تفکر با جهت‌گیری بیرونی ۰/۵ گزارش داده‌اند (۲۸). هم چنین روایی همزمان این مقیاس با استفاده از مقیاس هوش هیجانی شوت، در نمونه‌ای ۸۰ نفری (۴۰ دختر و ۴۰ پسر) برابر با r=۰/۴۷ و پایایی آن را نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای نمره کل برابر با ۰/۷۵ و برای هر یک از مولفه‌های DIF برابر ۰/۷۲، DDI برابر ۰/۷۳ و EOT برابر ۰/۵۳ گزارش شده است (۲۹).

مقیاس خود ناتوان‌سازی تحصیلی: میگلی و همکاران، به منظور ارزیابی خودناتوان‌سازی تحصیلی این مقیاس را ارائه دادند. این مقیاس شامل ۵ آیتم است که مشارکت کننده در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالف با نمره ۱ تا کاملاً موافق با نمره ۵ به سوال‌ها پاسخ می‌دهد. بنابراین نمره میانگین بالاتر در این مقیاس میزان بالاتری از خود ناتوان‌سازی تحصیلی را نشان می‌دهد. هر یک از آیتم‌ها براساس استراتژی هایی که دانش‌آموزان قبل از انجام تکالیف به کار می‌گیرند تا در صورت شکست بهانه‌ای داشته باشند طراحی شده است. مانند اینکه دانش‌آموزان تکالیف خود را در آخرین فرصت باقی مانده انجام می‌دهند. تانن بیوم (۳۰) ضریب همسانی درونی این مقیاس را ۰/۷۸ به دست آورده است که نشان دهنده اعتبار مناسب مقیاس برای سنجش خودناتوان‌سازی تحصیلی است.

در مطالعه‌ای با هدف آزمون روایی عاملی مقیاس جهت‌گیری خودناتوان سازی تحصیلی از روش تحلیل عاملی اکتشافی با استفاده از چرخش وریمکس استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی از ساختار تک عاملی استخراج شده ۵۲/۷۵ از واریانس عامل زیربنایی خودناتوان‌سازی تحصیلی را تبیین کرد (۳۱). همسانی درونی سوالات پرسشنامه خودناتوان سازی تحصیلی نیز ۰/۷۷ به دست آمد.

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

مقیاس اضطراب امتحان: این پرسشنامه ۲۵ آیتمی براساس یک مقیاس لیکرت چهارگزینه‌ای (اغلب اوقات=۳،گاهی اوقات=۲، به ندرت =۱و هرگز=۰) طراحی شده است که بین ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره در این آزمون صفر و حداکثر نمره ۷۵ است .گرفتن نمرهٔ بالا در این پرسشنامه نشان دهندهٔ اضطراب امتحان بیشتر است. پایایی این آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰/۹۴، ۰/۹۵، ۰/۹۲ و با استفاده از روش بازآزمایی برای کل آزمودنی ها، آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب r=۰/۸۸، r=۰/۸۶ و r=۰/۷۷ به دست آمده است (۳۲).

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان داده شده است.

نتایج مربوط به همبستگی بین متغیرها در جدول ۲ آمده است. همبستگی بین مولفه‌ها حاکی از آن است که بین مولفه‌های الکسی‌تایمیا با اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی رابطه مثبت معناداری وجود دارد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرها در نمونه مورد مطالعه

متغیر	پسر میانگین و (انحراف معیار)	دختر میانگین و (انحراف معیار)	کل میانگین و (انحراف معیار)
الکسی تایمیا	۴۹/۴۸و (۱۲/۵۵)	۵۰/۰۷ و (۱۱/۶۶)	۴۹/۷۷ و (۱۲/۰۶)
دشواری در شناسایی احساس‌ها	۱۶/۴۲ و (۶/۱۸)	۱۷/۱۰ و (۵/۹۹)	۱۶/۷۶ و (۶/۰۷)
دشواری در توصیف احساس‌ها	۱۲/۸۷ و (۴/۶۰)	۱۳/۰۷ و (۴/۵۴)	۱۲/۹۷ و (۴/۵۵)
تفکر برون‌مدار	۲۰/۱۷ و (۴/۰۴)	۱۹/۸۹ و (۴/۹۰)	۴۹/۷۷ و (۱۲/۰۶)
اضطراب امتحان	۵۵ و (۱/۴۴)	۵۱ و (۱/۶۷)	-
خودناتوان‌سازی تحصیلی	۹۷ و (۲/۴)	۱۰۶ و (۱/۹۸)	-

جدول ۲. ماتریس همبستگی الکسی تایمیا (پیش‌بین) و اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی (ملاک)

متغیرها	دشواری در شناسایی احساس‌ها	دشواری در توصیف احساس‌ها	تفکر برون‌مدار	اضطراب امتحان	خودناتوان سازی تحصیلی
دشواری در شناسایی احساس‌ها	۱				
دشواری در توصیف احساس‌ها	۰/۵۸**	۱			
تفکر برون‌مدار	۰/۴۸**	۰/۴۸**	۱		
اضطراب امتحان	۰/۳۸**	۰/۲۸**	۰/۲۴**	۱	
خودناتوان سازی تحصیلی	۰/۲۹**	۰/۳۴**	۰/۳۵**	۰/۳۴**	۱

** اختلاف معنی دار از نظر آماری ($P<0/01$)

جهت بررسی پیش‌بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی توسط مولفه‌های الکسی تایمیا از روش رگرسیون همزمان استفاده شد. بدین منظور مولفه‌های الکسی تایمیا وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج تحلیل رگرسیون همزمان در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳. پیش‌بینی اضطراب امتحان و خود ناتوان‌سازی تحصیلی براساس مولفه‌های الکسی تایمیا

مدل	R	Rمجذور	تعدیل R شده	خطای معیار	معنی داری
۱	۰/۵۴	۰/۲۹	۰/۲۷	۱/۷	۰/۰۰۱

متغیرهای پیش‌بین: الکسی تایمیا (دشواری در شناسایی احساس ها، دشواری در توصیف احساس ها، تفکر برون‌مدار)

با توجه به اینکه نتایج تحلیل رگرسیون همزمان نشان می‌دهد که مولفه‌های الکسی‌تایمیا به صورت معنی‌داری قادر به پیش‌بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی است، از روش تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود مولفه‌های الکسی‌تایمیا به عنوان متغیر پیش‌بین و متغیرهای اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی به عنوان متغیرهای ملاک وارد مدل رگرسیون شدند. نتایج حاکی از آن است که مولفه دشواری در شناسایی احساس‌ها به تنهایی ۰/۴۷، دشواری در شناسایی احساس ها و دشواری در توصیف احساس‌ها ۰/۵۲ (دشواری در توصیف احساس‌ها به تنهایی ۰/۵) و دشواری در شناسایی

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

احساس‌ها ، دشواری در توصیف احساس‌ها، تفکر برون مدار ۰/۵۴ (تفکر برون مدار به تنهایی ۰/۲) از واریانس اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی را پیش‌بینی کردند.

جدول ۴. پیش‌بینی اضطراب امتحان و خود ناتوان‌سازی براساس الکسی‌تایمیا با مدل سهمی

مدل	R	R2	R تعدیل شده	خطای معیار	معنی داری
۱	۰/۴۷	۰/۲۲	۰/۲۲	۱/۳	۰/۰۰۱
۲	۰/۵۲	۰/۲۷	۰/۲۵	۱/۶	۰/۰۰۱
۳	۰/۵۴	۰/۲۹	۰/۲۶	۱/۴	۰/۰۰۱

A متغیر پیش‌بین: دشواری در شناسایی احساس‌ها

B دشواری در شناسایی احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها

C دشواری در شناسایی احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها، تفکر برون‌مدار

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش پیش‌بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی براساس مولفه‌های الکسی تایمیا بود. نتایج حاکی از آن بود که الکسی‌تایمیا به صورت معناداری با اضطراب امتحان و خودناتوان سازی تحصیلی مرتبط است.

همچنین نتایج تحلیل رگرسیون حاکی از آن است که الکسی‌تایمیا قادر به پیش‌بینی اضطراب امتحان است. مولفه‌های الکسی‌تایمیا شامل دشواری در شناسایی احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها، تفکر برون مدار به ترتیب ۰/۴۷، ۰/۵ و ۰/۲ به ترتیب قادر به پیش‌بینی اضطراب امتحان و خودناتوان‌سازی تحصیلی هستند ($P<۰/۰۰۱$).

این یافته‌ها با یافته‌های مطالعات پیشین در این حوزه همخوان است (۳۵-۳۳). در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان اینگونه بیان کرد که دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن که در شناسایی احساسات خود مشکل دارند معمولا قادر به خواندن داستان‌های محاوره نیستند. این ناتوانی منجر به ضعف اعتماد به نفس می‌گردد. ضعف اعتماد به نفس منجر به بروز اضطراب در دانش‌آموزان می‌شود زیرا دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن مستعد بروز اضطراب هستند. دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن در مقایسه با دانش‌آموزان عادی سه برابر بیشتر مستعد اضطراب امتحان‌اند (۳۵)، از این رو تضعیف روحیه و ضعف در اعتماد به نفس و ناتوانی در بروز احساسات و هیجانات در این دانش‌آموزان پیش‌بین مؤثری برای اضطراب امتحان است.

همچنین مارسلو (۳۶) در تبیین نقش پیش‌بین الکسی‌تایمیا در بروز اضطراب امتحان در دانش‌آموزان با ناتوانی خواندن معتقد است که ناتوانی در بیان هیجانات و درخواستهای آموزشی از مربیان زمینه‌ساز ارتباط ناکارآمد دانش‌آموز- مربی است. این ارتباط ناکارآمد در موقعیت-های بحرانی خود را به شکل اضطراب نشان می‌دهد. اضطرابی که با مشکلات آموزشی و در نهایت افت تحصیلی و ضعف ارزشیابی در ارتباط است. همچنین مرور برخی مطالعات دیگر حاکی از آن است که عدم توانایی در بیان هیجانات مثبت و منفی در فضاهای آموزشی خود را به شکل رفتارهای ناسازگارانه از قبیل گوشه‌گیری، پرخاشگری انفعالی، افت تحصیلی و در بسیاری از موارد با اضطراب امتحان و مشکلات جسمانی بروز می‌دهد (۳۷). بنابراین تظاهر اضطراب امتحان به عنوان یک مشکل آموزشی در فضاهای تحصیلی مخصوصاً برای دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری ظاهرا باید ریشه در مسائل هیجانی داشته باشد، در واقع ناتوانی در بیان هیجانات و احساسات خود در محیط‌های همراه با استرس، خود را به شکل اضطراب امتحان بروز می‌دهد.

از سویی مولفه‌های الکسی‌تایمیا شامل دشواری در شناسایی احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها و تفکر برون مدار قادر به پیش بینی خودناتوان سازی تحصیلی می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش‌های انجام شده در این زمینه همخوان است (۳۷).

در تبیین این یافته باید اشاره کرد ناتوانی در بیان احساسات و هیجانات یکی از فاکتورهای خطرساز شکست تحصیلی قلمداد می‌گردد، دانش‌آموزی که قادر به بیان موفقیت‌ها و شکست‌های خود نیست، خود را در بلند

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

مدت شایسته شکست می‌بینند، تصوری منفی از موفقیت‌های به دست آمده خود در ذهن دارد و حتی قادر به باور کردن آن نیز نیست. از این رو به سمت خودناتوان سازی گرایش پیدا می‌کند و آن را به عنوان مکانیسمی دفاعی به کار می گیرد تا اضطراب خود را کاهش دهد (۳۸). همچنین الکسی تایمیا و به صورت اختصاصی مولفه‌های خاص آن در آن‌دسته از دانش‌آموزانی مشاهده می‌شود که راه‌های مقابله‌ای ناسازگارانه‌ای را برای فرار از تحصیل جستجو می‌کنند. متخصصان معتقدند خود ناتوان‌سازی تحصیلی به عنوان یک روش مقابله‌ای ناسازگارانه در دانش‌آموزانی که به دلیل ناتوانی‌های یادگیری مشکلات آموزشی را تجربه می‌کنند، بیشتر مشاهده می‌شود (۳۹). از این رو، نقش پیش‌بین الکسی تایمیا برای خودناتوان‌سازی تحصیلی ظاهراً به واسطه سبک‌های مقابله تحصیلی دانش‌آموزان صورت می گیرد یا حداقل سبک‌های مقابله‌ای در این زمینه نقش مؤثری ایفا می‌کنند.

پژوهش حاضر در کنار مفید بودن، با برخی محدودیت‌ها نیز مواجه بوده است. روش نمونه‌گیری این مطالعه از نوع در دسترس بود و این مطالعه از نوع همبستگی انجام شده است. بنابراین در تعمیم نتایج باید احتیاط کرد. همچنین از نمونه دانش‌آموزان محدودی در این مطالعه استفاده شده است و این مساله تعمیم نتایج را با مشکل مواجه می‌کند. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های نمونه گیری دقیق‌تری استفاده شود و از سایر گروه‌های جمعیتی نیز به عنوان نمونه استفاده شود.

تشکر و قدردانی

بدینوسیله از کلیه همکارانی که در انجام این پژوهش ما را یاری رسانده اند کمال تشکر و قدردانی را داریم.

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

References

1. Taylor GJ, Bagby RM. New trends in alexithymia research. Psychother Psychosomatics. 2004; 73(2): 68-77.
2. Taylor GJ. Recent development in alexithymia theory and research. Canadian J Psychatry. 2017; 45(3): 134-142.
3. Afshari A. Investigating personality characterics, attachment styles, life stressors events and gender as predictors alexithymia in shahid hamran's students. Thesis. 2012.
4. Hintikka J, Honkalampi K, Lehtonen J, Viinamaki H. Are Alexithymia and depression distinct or overlapping construct: a study in a general population. Comprehens Psychiatr. 2001; 5: 234-239.
5. Devine H, Stewart SH, Watt MC. Relations between anxiety sensitivity and dimensions of Alexithymia in a young adult Sample. J Psychosomatic Res. 1999; 19: 145-158.
6. Helmers KF, Mente A. Alexithymia and health behaviours in healthy male volunteers. J Psychosomatic Res. 1999; 6: 635-645.
7. Austin EJ, Saklofske DH, EganV. Personality, wellbeing and health correlates of trait emotional intelligence. Personality Indiv Differ. 2005; 38: 547-555.
8. Palmer B, Donaldson C, Stough C. Emotional intelligence and life satisfaction. Personality Indiv Differ. 2002; 10: 1091-1100.
9. Hintikka J, Honkalampi K, Koivumaa-honkanen H, Antikainen R, Tanskanen A. Alexithymia And suicidal ideation: A 12-month follow-up study in a general population. Comprehens Psychiatry. 2004; 5: 340-345.
10. Wearden AJ, Lambeerton N, Crook N,Walsh V. Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: an extention of the four category model of attachment. J Psychosomatic Res. 2005; 58: 279-288.
11. Parker DA, Taylor G, Bagby RM. The relationship between emotional intelligence and alexithymia. Pers Individ Differ. 2001; 30: 107- 115.
12. Bembemutty H. Test anxiety and academic delay gratification. College Stud J. 2017; 1: 10-12.
13. Jackson DD. Family rules: Marital quid pro quo. Arch General Psychol. 2007; 12: 589-594.
14. Cooper H. Self handicapping as maladaptive coping in students: a new view to educational problems. J Edu Thougths. 2016; 2: 34-49.
15. Kinnealey M, Miller LJ. Sensory integration, learning disabilities In: Hopkins HL, Smith HD 8th ed. 2016; 3: 474-489.
16. Harvey WJ, Reid G, Grizenko N, Mbekou V, Ter-Stepanian. Fundamental movement skills and children with attention-deficit hyperactivity disorder: peer comparisons and stimulant effects. J Abnorm Child Psychol. 2007; 5: 871-882.
17. Jeferson, H. Reading skills in students with learning disability. J Learning. 2015; 3: 14-24.
18. Bidaro A, Hoosman D. Educational skills in students with learning disability. Edu Findings. 2016; 3: 23-34.
19. Flory K, Hayden AN, Milich R, Lorch EP, Strange C, Welsh R. Online story

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

comprehension among children with ADHD: Which core deficits are involved? J Child Psycho. 2016; 34: 853-865.
20. Gardill MC, Jitendra AK. Advanced story map instruction: Effects on the reading comprehension of students with learning disabilities. J Special Edu. 2016; 28: 2-17.
21. Brayan A. Alexithymia and less adaptation. J Psychiatric Sci. 2017; 4: 34-46.
22. Davidson S. Alexithymia and anxiety in normal and abnormal students. J Abnormality. 2016; 3: 56-67.
23. Luminet O, Bagby RM, Taylor GJ. An evaluation of the absolute and relative stability of alexithymia in patients with major depression. Psychaother Psychosom. 2011; 5: 254 - 260.
24. Sarijarvi S, Salminen JK, Toikka TB. Temporal stability of alexithmia over a five - year period in outpatients with major depression. Psychother Psychosom. 2016;2:107-112 .
25. Diamond A. How learning disabailty can ditrubuted student's self-esteem? J Reading Disability. 2014;5:56-67.
26. Davodi I, Afshari A. Investigating relationship between alexithymia with personality charactrictics in students. Clin Sychol Counselling Studies. 2011; 2: 137-150. (In Persian)
27. Fatehizadeh M, Raeesi F, Emami T, Jazayeri R. Relationship between self-handicaping and personality charactristics in girl and boy students.Quarter Practic Psy. 2008; 3: 491-503. (In Persian)
28. Shahgholian M, Moradi A, Jafi M. Investigating alexithymia with emotion expressin styles general health in students J Psychiatry and Clinical Psy. 2015; 3: 238-248. (In Persian)
29. Tannenbaum D. Validation of self-handicapping questionnaire in eurpean sample. J Psychometric. 2015; 3: 34-45.
30. Rogers A, Fiston S. Investigation of factor analysis of self-handicapping questionnaire. J Psychometric. 2014; 6: 67-78.
31. Fistenger F, Robbinson D. Relationship between anxiety and academic problems. J Effective Edu. 2016; 5: 67-79.
32. Sarason D. Test anxiety and self-handicapping in students. J Anxiety. 2015; 7: 89-99.
33. Rastin S, Seminon F. Test anxiety and self-handicapping in iraninan students with learning disability. J Learning Disability. 2015; 6: 56-67.
34. Arison S, Davidson M, Sorrier F, Junnitte S. Self-handicapping as non-adaptive mechanism in students with learning disability. J Disability. 2015; 7: 99-107.
35. Marsello S, Dewey S. Self-handicapping and test anxiety in students with learning disability. J Education. 2014; 7: 23-41.
36. Motallo F, Distony F. Relationship between self-handicapping and low self-esteem. J Child Psychopatholgy. 2015; 3: 45-59.
37. Russy B, Fatas K. Is there relationship between self-handicapping and low academic achievement? J New Ideas Education. 2015; 4: 56-69.
38. Dobario M, Rasul H. A review on self-handicapping as a educational problem. J New Ideas Education. 2015; 34: 34-49.

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]

Prediction of test anxiety and academic self-handicapping based on alexithymia

***Ghazi Sh*[1*], *Hasanvandi S*[2], *Ghadampour E*[3]**

1. PhD student in Educational Management, Expert of Educational Planning, Center of Educational Research and Development, Lorestan University of Medical sciences, Khorramabad, Iran, ghazi.shirin@yahoo.com

2. PhD Student in Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Alzahra University, Tehran, Iran

3. Associate Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran

Received: *20 Sep 2017* **Accepted:** *22 Oct 2017*

Abstract

Background : The aim of this study was to predict the test anxiety and academic self-handicapping based on alexithymia in students with reading learning disorder.

Materials and Methods: This study is a correlational study. The population included all of students with reading disorder in Khorramabad city in 2015-2016. Cohen's Proposed Method was used for determining the size of the sample,and among the students who referred to education center in Kohrramabad, based on specialist's diagnosis in this field, in sum 112 students carried criteria for participating in this study. The students completed the test anxiety, self handicapping and alexithymia questionnaires. Regression analysis was used for analyzing data. The data were analyzed by statistical SPSS software version 18.

Results: The results showed that the correlation between study variables were significant ($p>0.001$). Also, The results of regression analysis showed that alexithymia was able to predict (54/. $P<0.001$) the total variance of test anxiety and academic self-handicapping.

Conclusion: The results can help to counsolers and workers in the education field for effective interventions in test anxiety and academic self-handicapping.

Keywords: Test anxiety, Academic self-handicapping, Alexithymia, Students.

Citation: Ghazi Sh, Hasanvandi S, Ghadampour E. Prediction of test anxiety and academic self-handicapping based on alexithymia. Yafte. 2017; 19(4): 22-31.

[Downloaded from yafte.lums.ac.ir on 2026-10-16]