

بسمه تعالی

آزمون تحمل ناکامی (ERTO)

دکتر اس. ان. ری (۱۹۹۸)

مفهوم ناکامی

ناکامی هنگامی پیش می آید که شخص نتواند به هدف مطلوب برسد. علت آن موانع خاص یا نبودن اهداف مطلوب یا مناسب است. موانع ممکن است شامل موانع خارجی مانند جنگ، خشک سالی، زلزله، طوفان، آتش و غیره باشد. همچنین نوسانات اقتصادی می تواند مانع نیل به اهداف مطلوب شده ناکامی ببار آورد. منبع ناکامی می تواند درونی چون عدم قابلیت در انجام کارها و بی کفایتی، باشد. ناتوانی در رسیدن به اهداف می تواند به احساس حقارت و خواری بیانجامد.

ناکامی پدیده پیچیده ای از انگیزش است. تا کسی برانگیخته نباشد ناکام نمی شود (کارن و ویتز ۱۹۹۵). ناکامی عموماً این گونه درک می شود "حالت منع درارضای انگیزه" (هریمن ۱۹۴۷) یا "تداخلی در پاسخ هدف یا در عمل واسطه ای که منتهی به آن هدف می شود." (سیرز ۱۹۴۶)

بر طبق چرخه انگیزشی، هر نیاز، سائق یا انگیزه (که ممکن است زیستی، اجتماعی یا شخصیتی باشد) که تعادل حیاتی موجود زنده را به هم می زند. و یک رفتار در جهت هدف را به حرکت در می آورد، می تواند نیاز را ارضا کند و تعادل را بازگرداند. وقتی بدون اشکال نیل به هدف صورت پذیرد، انگیزه ارضا می شود و تعادل حاصل می گردد. اما گاهی اوقات در راه نیل به هدف اختلال با مانعی وجود دارد و رفتار واسطه در رسیدن به هدف دچار اختلال یا منبع می شود. در آن وقت فشار روانی فرد افزایش می یابد. شخص تا حدودی احساس ناکامی می کند، اما فرد در این مرحله برای غلبه بر مانع رفتارش را تغییر می دهد و نیروی بیشتری صرف می کند و برای رسیدن به هدف، بیشتر می کوشد. اگر مانع رفع شود هدف و رضایت حاصل می شود. اما اگر فرد پس از کوشش بیشتر به هدف نرسد تنش افزایش می یابد و احساس بیقراری و اختلال یا ناکامی نتیجه کار است. در این مرحله یکی ممکن است باز هم برای رفع مانع بکوشد و دیگری ممکن است رفتار

واکنشی پیدا کند . (کمک بخواند یا از کوشش بازایستد، یا ابراز ناراحتی کند ، یا ممکن است احساس خشم نماید و از تفکر راجع به هدف باز ایستد).

تحمل ناکامی

همه افراد در یک زمانی در طول زندگی باید کم یا بیش در برابر ناکامی از خود تحمل نشان دهند. اصطلاح تحمل ناکامی اشاره دارد به میزان فشار روانی که شخص می تواند تحمل کند قبل از این که رفتار از حالت یکپارچگی در آمده مختل گردد. بنابراین تحمل ناکامی اشاره دارد به قابلیت فرد در نشان دادن مقاومت در کوشش علیرغم شکست مکرر و محیط خصوصیت آمیز ، بنابراین ضروری است که ناکامی حاصل از شکست در امتحان ، از دست دادن مقام و موقعیت و غیره را تحمل کنیم تا یکپارچگی شخصیت خود را ابقا کنیم.

کسی که به کوشش خود ادامه می دهد نسبت به کسی که از کوشش هایش دست بر می دارد یا به شیوه واکنشی در رفتار دست می زند از تحمل ناکامی بیشتری برخوردار است. از نظر روزنویگ (۱۹۴۴) " تحمل ناکامی قابلیت فرد است در مقاومت در برابر ناکامی بدون این که در سازگاری روان شناختی اشکالی ایجاد شود ، یعنی بدون اینکه به شیوه های ناپسند رفتاری دست بزنند ."

ناتوانی در تحمل ناکامی به آشفتگی روانی ، ناسازگاری و مشکلاتی در روابط بین اشخاص می انجامد . ناکامی را پیش در آمد پر خاشگری می دانند . کسی که توانایی بالاتری در تحمل ناکامی داشته باشد نسبت به کسی که در این مورد توانایی کمتری دارد کمتر پر خاشگری می کند . افرادی که استعداد کمتری در تحمل ناکامی دارند ، در توانایی خواندن مشکلات بیشتری دارند . همچنین تحمل ناکامی پائین ، به رفتار ضد اجتماعی یا رفتار ناسازگار دیگری منتهی می شود . بیشتر افراد روان نژند و روان پریش در تحمل ناکامی کمبود دارند .

افراد هم از لحاظ زیستی و هم از لحاظ روانی در آسیب پذیری نسبت به فشار روانی با هم متفاوت هستند. همچنین تحمل ناکامی فرد ممکن است به عنوان تابعی از شدت حالت برانگیختگی، پاسخ های در دسترس نسبت به شرایط، و پی آمدهای ادراک شده شکست نسبت به از بین بردن شرایط برانگیخته و فرایند های اجتماعی شدن با هم متفاوت باشد.

متغیر های مؤثر بر تحمل ناکامی

تعداد زیادی از متغیرهای مستقل در ارتباط با تحمل ناکامی مطالعه شده است. این متغیر ها را می توان به مقوله های زیر تقسیم کرد:

(I) - متغیر های ارگانسمی

اشخاصی که شاد، سر حال، سالم و اجتماعی هستند تحمل ناکامی بالاتری دارند. سن، (فیرینگ و لوئیس ۱۹۷۹، راثو و رنالینگ آسوامی ۱۹۷۴) جنس، (فیرینگ و لوئیس ۱۹۷۹، روزنواینگ ۱۹۶۹ الف، ۱۹۶۹ ب) و شخصیت افراد، (آیکنر، اسپاتی و گلوریگ ۱۹۷۹، استولوراو و هاریسون ۱۹۷۵) هم بر تحمل ناکامی مؤثر است. گفته می شود تحمل ناکامی مردان از زنان بیشتر است. همچنین افراد برون گرا را دارای تحمل ناکامی بیشتری از افراد درون گرا و روان نژند می دانند.

(II) - متغیر های محیطی

اگر محیط مساعد نباشد و در نیل به اهداف مطلوب مانع ایجاد کند، باعث ناکامی خواهد شد (وول ویل، ناسار، دی جوی، فروزانی، ۱۹۷۶) دوره شدت، قابلیت پیش بینی و کنترل عوامل فشار روانی هم در تحمل ناکامی مؤثر است (کوهن و ووینستاین ۱۹۸۱). تحمل ناکامی با قابلیت پیش بینی و کنترل آگاهانه عوامل فشار افزایش می یابد (گلوس و سینگر ۱۹۷۳). کیفیت عوامل فشار روانی هم بر توانائی تحمل ناکامی تأثیر دارد.

(III) - خصوصیات عمل

اگر عمل ساده باشد ایجاد ناکامی نمی کند برعکس هر چه سطح عمل مشکل تر شود تحمل ناکامی کاهش می یابد. (آندرانسکا، ۱۹۷۴، کوهن و اسپاکاپان ۱۹۷۸، کوساک ۱۹۷۶).

(IV) - متغیر های فرهنگی

تحمل ناکامی در فرهنگ های گوناگون تفاوت می کند (ریک، مک کاری و ویدرلی ۱۹۶۹). نقش مادر در رشد توانائی تحمل ناکامی بسیار اساسی است (توبرچی و چنکینز ۱۹۶۹). در بعضی از فرهنگ ها کودکان در چنان فضائی بزرگ می شوند که تحمل ناکامی را بیش از کودکان فرهنگ های دیگر می آموزند. نگرش مادر و پدر و معلمان و همسالان هم در توانائی کودکان در تحمل ناکامی مؤثر است (تامپسون ۱۹۷۷) تحمل ناکامی در مناطق شهری و روستائی هم متفاوت است. امروزه بدلائل شهری شدن و غربی شدن فشارهای محیطی روانی افزایش یافته و در نتیجه قابلیت تحمل ناکامی هم تحت تأثیر قرار گرفته است.

(V) - متغیر های دیگر

موفقیت در هر کاری توانایی تحمل ناکامی را افزایش میدهد (دایک، استو و ولورنس ۱۹۷۳). تقویت هم بر تحمل ناکامی مؤثر است وقتی شخص برای تحمل ناکامی پاداش یابد، قابلیت پایداری او برای تحمل ناکامی افزایش می یابد (نلسون ۱۹۶۹).

روش

مواد مورد نیاز برای سنجش تحمل ناکامی عبارتند از:

۱- کتابچه آزمون تحمل ناکامی

۲- کرونومتر برای اندازه گیری زمان انجام آزمون

شیوه عمل :

آزمودنی در وضعیت راحت قرار می گیرد . تفاهم برقرار میشود . دستورالعمل داده می شود . پس از روشن شدن دستورالعمل از آزمودنی خواسته می شود که کار را شروع کند. همزمان با شروع کار کرونومتر هم بکار می افتد . کار آزمودنی از فاصله مناسب زیر نظر قرار می گیرد بطوری که مزاحمتی برای او نباشد . اگر آزمودنی روی اولین معما تا ده دقیقه در حال کار باشد . از او خواسته می شود که به معمای بعدی برود چون که وقت تمام شده و ۱۰ دقیقه یادداشت می شود . اگر قبل از ۱۰ دقیقه آزمودنی به قسمت بعدی برود . زمان صرف شده یادداشت می شود. بعضی اوقات که آزمودنی می گوید کار انجام شده . کرونومتر باید متوقف شود و آزماینده از او بخواهد که تصویر را در حضور او بکشد. مطمئناً او باید غلط کشیده باشد چون معمای اول و سوم قابل حل نیست . به اشتباه او اشاره می شود و اگر آزمودنی دوباره سعی در کشیدن شکل بکند ، کرونومتر دوباره شروع می شود و زمان های هر دو بار ثبت می شود. بعد به معمای بعدی می رود که قابل حل است برای این معما زمانی یادداشت نمی شود.

سپس به معمای سوم می رود . برای این معما هم درست مثل معمای اول عمل می شود . مدت زمان این معما هم یادداشت می شود بعد معمای چهارم مطرح می شود که آن هم قابل حل است . مدت زمان این معما هم ثبت نمی شود . بعد از این از آزمودنی برای شرکت در آزمون تشکر می شود.

تحلیل اطلاعات و نتایج

دو مجموعه از اطلاعات از این تجربه حاصل می شود:

الف- زمان (به دقیقه و ثانیه) که روی دو مسئله غیرقابل حل یعنی معماهای او III صرف شده است .

ب- تعداد دفعاتی که برای حل مسائل غیر قابل حل یعنی معماهای I و II اقدام شده است. زمان و تعداد کوشش ها جمع می شود و میانگین زمان و مانگین تعداد کوشش محاسبه می شود تا میزان تحمل ناکامی فرد معلوم شود و اطلاعات بدست آمده به این طریق را می توان با استفاده از آزمون معنادار بودن تحلیل نمود.

برای استفاده آزمونگر

سن	تاریخ تولد
	ترتیب تولد
	محل تولد
	سازمان خانواده

تعداد تلاش ها (چهار گوشهای استفاده شده)	زمان صرف شده (به دقیقه و ثانیه)	شماره تصویر
		تصویر یک
		تصویر دو
		تصویر سه
		تصویر چهار

نام خانوادگی	نام پدر	تاریخ تولد
کلاس	محل کار	تاریخ اجرا

دستوالعمل:

در صفحات بعدی شکل هائی را می بینید . این شکل ها در بالاترین چهار گوش سمت چپ رسم شده اند . برای هر تصویر ۳۱ چهار گوش خالی منظور شده است . شما شکلی مشابه شکل داده شده در بالاترین چهار گوش قسمت چپ را در این چهار گوش ها خواهید کشید .

در موقع ترسیم شکل دو موضوع زیر را در ذهن خود داشته باشید .

۱- برای بار دوم نمی توانید خطی را از روی خطی که بار اول کشیده اید رسم کنید .

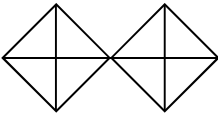
۲- در طول ترسیم نباید مداد و یا قلم را از روی کاغذ بلند کنید .

زمان ترسیم شکل اگر اشتباه کردید (از هر نوعی) آن را رها کنید و در چهار گوش دیگری ترسیم را انجام دهید اگر در چهار گوش دوم اشتباه کردید آنها را رها کرده و به چهار گوش سوم بروید . بدین طریق تلاشهای دیگر ترسیم شکل را فقط در چهار گوش های بعدی ادامه دهید . اگر در ترسیم شکل بدون بلند کردن مداد / قلم یا بدون عبور از خط قبلی موفق شدید . در اینصورت لطفاً اجازه دهید ببینیم آیا ترسیم شکل آنچنانکه دستور داده شده است می باشد ؟ ممکن است از شما بخواهیم که آن تصویر را دوباره برای ما بکشید . اگر فکرمی کنید شکلی را نمی توانید رسم کنید تلاشهای بیشتر روی آن را رها کنید . بعد از ترسیم شکل اول به سراغ صفحه دیگر بروید . در این صفحه (دیگر) در بالاترین چهار گوش سمت چپ شکل دیگری قرار دارد . این شکل را هم با رعایت قوانینی که در شکل قبل ملاحظه فرمودید رسم کنید . اگر رسم شکلی را موفقیت آمیز تلقی کنید و تصمیم بگیرید آن را ناتمام رها کرده سپس سراغ شکل دیگر بروید ، در این حالت نمی توانید

کوشش مجدد روی شکلی که ناتمام رها کرده اید داشته باشید. بنابراین فقط تصمیم بگیرید شکلی را ترک کرده و روی شکل دیگر بروید که به منظور موفقیت آمیز شکل رسم کرده باشید و یا فکر می کنید که امکان ندارد آن را به طریقی که راهنمایی شده است رسم کنید .

چهار شکلی را که در صفحات بعدی ارائه شده است با این روش رسم کنید.

امیدوارم دستورات برای شما روشن باشد. در هر موردی شک داشتید ، لطفاً پرسید و آنها را روشن سازید.

PUZZLE-I 	۱	۲	۳
			۷

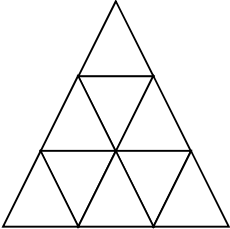
۴	۵	۶	
			۱۱
۸	۹	۱۰	
			۱۵

۱۲	۱۳	۱۴	
----	----	----	--

۱۶	۱۷	۱۸	۱۹
			۲۳

۲۰	۲۱	۲۲	
			۲۷
۲۴	۲۵	۲۶	
			۳۱

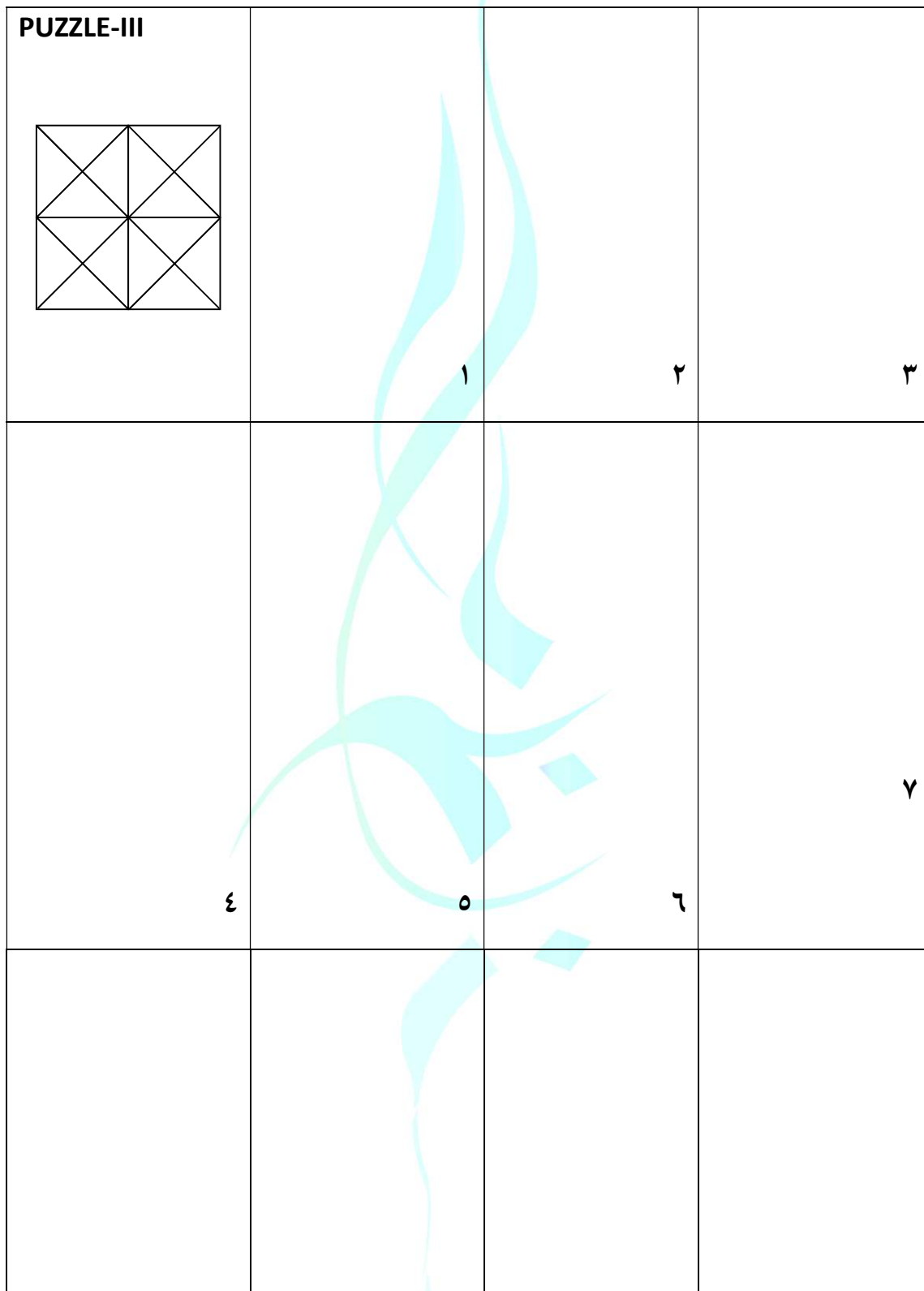
۲۸	۲۹	۳۰	
----	----	----	--

PUZZLE-II			
	۱	۲	۳

			۷
۴	۵	۶	
			۱۱
۸	۹	۱۰	
			۱۵

۱۲	۱۳	۱۴	
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹
۲۰	۲۱	۲۲	۲۳

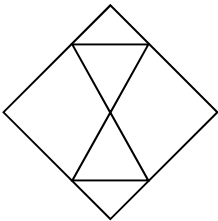
			۲۷
۲۴	۲۵	۲۶	
			۳۱
۲۸	۲۹	۳۰	



			۱۱
۸	۹	۱۰	
			۱۵
۱۲	۱۳	۱۴	
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹

			۲۳
۲۰	۲۱	۲۲	
			۲۷
۲۴	۲۵	۲۶	

			۳۱
۲۸	۲۹	۳۰	

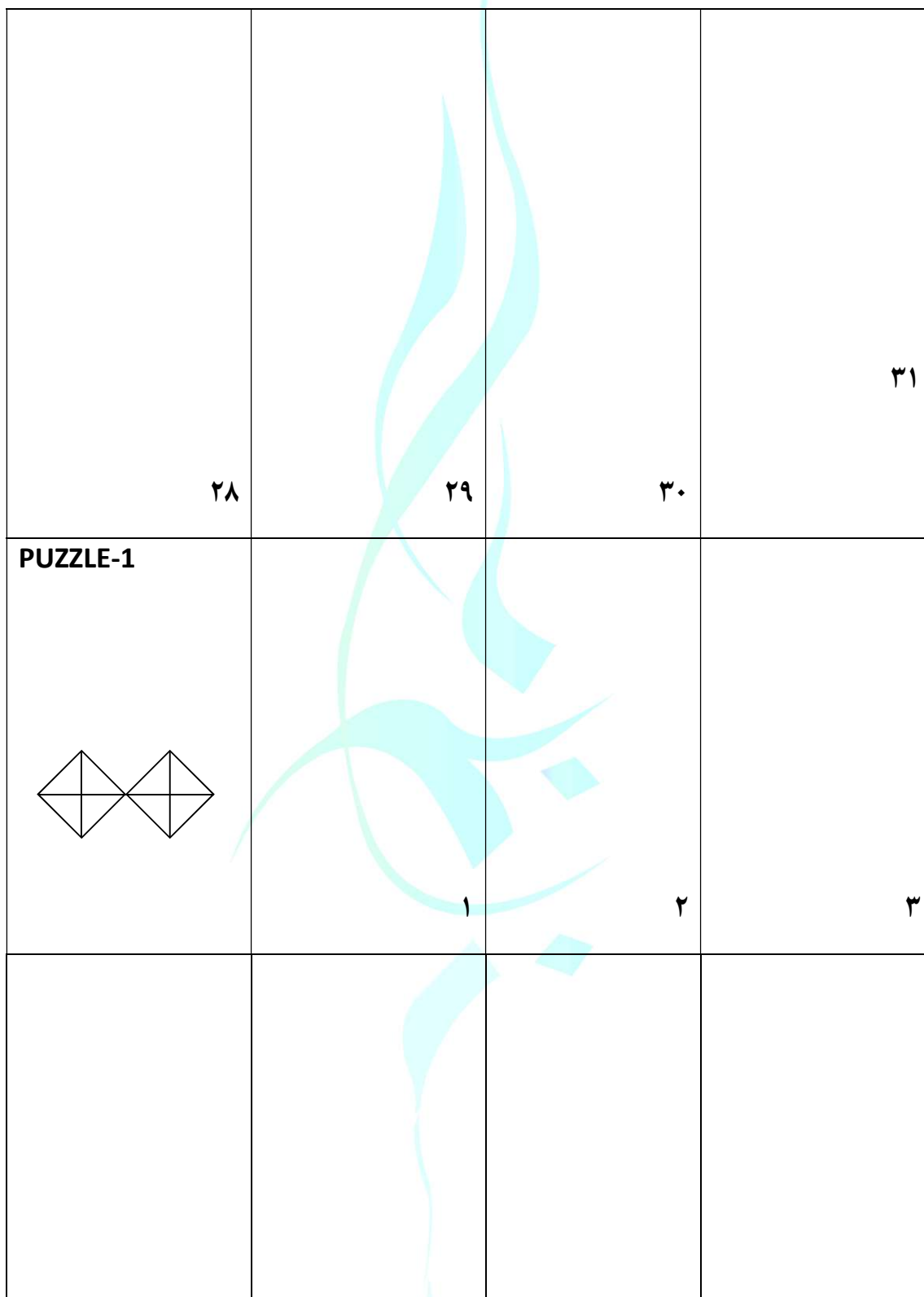
PUZZLE-IV			
	۱	۲	۳

			۷
۴	۵	۶	
			۱۱
۸	۹	۱۰	

			۱۵
۱۲	۱۳	۱۴	

			۱۹
۱۶	۱۷	۱۸	

			۲۳
۲۰	۲۱	۲۲	
			۲۷
۲۴	۲۵	۲۶	



			۷
۴	۵	۶	
			۱۱
۸	۹	۱۰	
			۱۵

۱۲	۱۳	۱۴	
----	----	----	--

۱۶	۱۷	۱۸	۱۹
			۲۳

۲۰	۲۱	۲۲	
			۲۷
۲۴	۲۵	۲۶	
			۳۱

۲۸	۲۹	۳۰	
----	----	----	--