

## پیش بینی موفقیت تحصیلی بر اساس رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسط اول

راحله شکوهی<sup>۱</sup>، مائده کیادلیری<sup>۲</sup>، حنا رستمی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> دانشجوی کارشناسی ناپیوسته آموزش ابتدایی واحد چالوس

<sup>۳</sup> کارشناسی ناپیوسته آموزش و پرورش ابتدایی واحد چالوس

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر پیش بینی موفقیت تحصیلی بر اساس رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسط اول شهر چالوس بود. این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی می باشد. نمونه این پژوهش مشتمل بر ۳۱۰ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر چالوس که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری خوشه ای استفاده شد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه رغبت تحصیلی هرمنس (۱۹۹۸) و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی زیمرمن و مارتینزپونز (۱۹۸۶)، شایستگی تحصیلی مورگان-جینکز (۱۹۹۹) و موفقیت تحصیلی فام و تیلور (۱۹۹۹) بود. یافته ها نشان داد بین رغبت تحصیلی با موفقیت تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. بین خودتنظیمی یادگیری با موفقیت تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. بین شایستگی تحصیلی با موفقیت تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. متغیر رغبت تحصیلی با ضریب بتای ۰/۳۴، متغیر شایستگی تحصیلی با ضریب بتای ۰/۳۲ و متغیر خودتنظیمی یادگیری با ضریب بتای ۰/۲۹ می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند.

**واژه‌های کلیدی:** رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری، شایستگی تحصیلی، موفقیت تحصیلی

## مقدمه

موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان یکی از موضوعات مهم و مورد علاقه روان‌شناسان و متخصصان نظام تعلیم و تربیت در حوزه روان‌شناسی بوده و می‌باشد. بنابراین شناخت حدود و ابعاد آن و عوامل موثر بر آن در بهبود موفقیت تحصیلی کمک خواهد کرد. موفقیت تحصیلی که همان محصول یادگیری است و آن نشان دهنده موفقیت کلی در سطح یا سطوحی از یک موضوع یا زمینه خاص است که محتوای آن از طریق آزمون سنجیده می‌شود، یا به عبارتی می‌توان گفت موفقیت تحصیلی شامل چیرگی یا تسلط در حیطه مشخص به دنبال سطح معینی از دانش و مهارت تعریف می‌شود. از آنجا که موفقیت فرد از عوامل مختلفی همچون رغبت، هیجان، شرایط محیطی، خستگی و بیماری تاثیر می‌پذیرد. با توجه به این عوامل در قضاوت باید متوجه این قضیه بود که آیا موفقیت تحت تاثیر یادگیری اتفاق افتاده است یا عوامل دیگری در آن دخالت داشته‌اند؟ برای دستیابی به میزان یادگیری واقعی هم باید از وسایل دقیق سنجش موفقیت یادگیرندگان از قبیل آزمون و سایر روشها و وسایل استفاده کرد و هم موفقیت آنها را به دفعات مختلف و در شرایط متفاوت مورد سنجش قرار داد. بدین منظور باید معیارهای مرتبط با موفقیت مطلوب مشخص شود و راههای دستیابی به آنها کشف گردد تا بتوان از طریق آموزش و فراهم آوردن موقعیت در حد فرد و افراد موفقیت تحصیلی مطلوب را به ارمغان آورد (ستاری و برجعلی، ۱۳۹۴). تعلیم و تربیت، فرایندی دامن‌دار و چند بعدی است و تحقق اهداف آن، مستلزم نگاه همه جانبه به عوامل زمینه‌ای، فردی و بین فردی است که در جریان موفقیت تحصیلی مداخله می‌کند. از وظایف اصلی آموزش و پرورش در هر کشور، انتقال میراث فرهنگی جامعه، پرورش استعدادها دانش‌آموزان و آماده کردن آنان برای شرکت فعال در جامعه است بنابراین تعلیم و تربیت افراد به منظور تصدی امور مختلف ضروری می‌نماید (صمدی، ۱۳۹۵). انگیزه از اساسی ترین عوامل موثر در یادگیری است. انگیزه عبارت است از میل و رغبتی که فرد برای رسیدن به هدفی از خود نشان می‌دهد هر قدر این انگیزه با میل و رغبت بیشتری همراه باشد فرد تلاش بیشتری از خود نشان می‌دهد. انگیزه ی موفقیت یکی از انگیزه های اجتماعی است یعنی انگیزه هایی که هیچ نیاز زیستی را بر طرف نمی کند بلکه در اثر یادگیری به وجود می آید. از این جهت که موفقیت می تواند انسان را هم از نظر کسب مال و تأمین زندگی تضمین کند و هم مقام و منزلت او را بالا ببرد یکی از انگیزه های نیرومند به حساب می آید وجود ضرب المثل هایی مثل (نابرده رنج گنج میسر نمی شود) (تا کار نکنی آش نخوری) نشانه ی اهمیتی است که مردم برای تلاش و موفقیت قایل می شوند. در اجتماع امروزی انگیزه ی موفقیت احتمالاً بیش از هر زمان دیگری به چشم می خورد جوان هایی را می بینیم که از نقاط دور دست کشور به شهرهای دانشگاهی هجوم می آورند و با شور و شوق بسیار زیاد به تحصیل مشغول می شوند (توحیدی، ۱۳۹۸).

تحقیقات نشان می‌دهد که هر اندازه انگیزه بیشتر باشد موفقیت نیز به همان اندازه بیشتر خواهد شد. علت به وجود آمدن انگیزه ی موفقیت این است که جامعه به آن ارج می‌نهد در خانواده نیز برای فرزندان که به دنبال موفقیت می‌روند ارزش بیشتری قائلند. مطالعات و بررسی های انجام شده پیرامون علت افت تحصیلی و عدم گرایش به تحصیل در مقاطع مختلف، بیانگر این است که در غالب موارد فقر رغبت ی بیشترین نقش را دارد به عبارت دیگر در بسیاری از موارد، بچه ها به رغم اینکه از بهره ی هوشی قابل توجهی برخوردارند، صرفاً به دلیل شرایط عاطفی نامساعد و فقر رغبت ی، دچار بی اشتهاهی تحصیل شده از موفقیت تحصیلی مطلوب باز می‌مانند (محمد پور، ۱۳۹۵). مدارس امروز به دلیل موفقیت های مختلف علوم و تغییرات هم‌زمان در هدف‌های آموزشی سعی خود را بیشتر به انتقال اطلاعات و حقایق علمی معطوف کرده‌اند، در حالی که با ورود به دوران فراصنعتی و عصر اطلاعات به دلیل ویژگی‌هایی مانند انفجار دانش، تحول و تغییر سریع یافته‌های علمی، حضور ماشین‌های هوشمند در عرصه تعلیم و تربیت و از همه مهم‌تر عدم قطعیت معرفت علمی، نه امکان انتقال همه یافته‌های علمی وجود دارد و نه ضرورتی در این زمینه احساس می‌شود. به همین دلیل، متخصصان تعلیم و تربیت و برنامه‌ریزان درسی به جای انتقال حقایق علمی، پرورش و تقویت روش‌ها و نگرش‌های علمی را توصیه می‌کنند و به جای تولید مجدد حقایق علمی، بر فرایند تأکید می‌کنند. آن‌ها معتقدند که دانش‌آموزان به جای کسب حقایق علمی، باید به روش کسب حقایق علمی توجه کنند و به جای انباشت حقایق علمی در ذهن، بیاموزند که چگونه به‌تنهایی فکر کنند، تصمیم بگیرند، و درباره امور مختلف قضاوت

کنند. دانش‌آموزان در فرایند آموزش باید بتوانند ادراک حسی، فهم نظریات مختلف و تفکر علمی و نقاد خود را تقویت کنند و رشد دهند. رسیدن به چنین اهدافی مستلزم فرصت‌های مطلوب یادگیری است. چنین فرصت و موقعیتی با دستور دادن، موعظه کردن، القا و ترغیب به تقلید و اطاعت از دیگری به وجود نخواهد آمد، زیرا محدود ساختن تعلیم و تربیت به انتقال و حفظ حقایق علمی، رشد طبیعی دانش‌آموزان را محدود خواهد ساخت (کدیور، ۱۳۹۷).

جهت افزایش رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی دانش‌آموزان، ارائه مداخلات روانشناختی در این زمینه ضروری می‌باشد که با توجه به بعد هیجانی این متغیرها، بنظر می‌رسد. آموزش خودتنظیمی در این زمینه می‌تواند مؤثر باشد. امروزه در کلاس‌ها با فراهم کردن شرایط یادگیری خودتنظیم شده، رغبت دانش‌آموزان و در نتیجه خودکارآمدی آنان را افزایش می‌دهند همین امر به یادگیری بهتر و با کیفیت‌تر دانش‌آموزان می‌انجامد و دستیابی به سطوح بالاتر یادگیری را ممکن می‌سازد (پینتریج<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). در گذشته تحقیقات زیادی در رابطه با ارتباط رغبت تحصیلی و راهبردهای خودتنظیمی با یادگیری انجام شده است و همبستگی بالایی بین این متغیرها گزارش شده است (برای مثال پینتریج و دی گروت، ۱۹۹۰؛ چی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲؛ زیمرمن ۱۹۹۸؛ موسوی‌نژاد، ۱۳۹۶ و کجباف، ۱۳۹۶). و هم چنین مطالعات زیاد دیگری در رابطه با خودتنظیمی و رغبت با موفقیت تحصیلی و عواملی که سبب یادگیری دانش‌آموزان شود انجام شده است (بکارتز، پینتریج و زیدنز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰؛ میتاگ<sup>۴</sup>، ۱۹۹۳؛ کارون و شیر<sup>۵</sup>، ۱۹۹۸؛ برانسون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۰) براساس نظریه‌ی سه وجهی بندورا (۱۹۸۶)، مبنای یادگیری خود نظم داده شده، شناخت اجتماعی است. به عقیده‌ی وی فعالیت‌های یادگیری دانش‌آموزان به وسیله‌ی سه عامل فرایندهای شخصی، محیطی و رفتاری آن‌ها تعیین می‌شود. نظریه‌ی خود نظم داده شده از یک مدل عمومی یادگیری به نام انتظار - ارزش<sup>۷</sup> استخراج شده است. بر طبق نظریه گارسیا<sup>۸</sup> و پینتریج (۱۹۹۴)، مؤلفه انتظار به باورهای دانش‌آموزان در مورد این که آن‌ها چگونه تکالیفشان را انجام می‌دهند اشاره دارد، مؤلفه‌ی ارزش بر مشغولیت دانش‌آموزان در یک تکلیف تحصیلی متمرکز شده است. مؤلفه‌های انتظار که بیانگر عقاید دانش‌آموزان درباره‌ی توانایی‌هایشان برای انجام تکالیف است، به دو بخش باورهای یادگیری و خودکارآمدی تقسیم می‌شود. و مؤلفه‌های ارزش‌گذاری برحسب این که یادگیری متوجه اهداف درونی (فهم مطالب درسی و افزایش معلومات و...) یا اهداف بیرونی (کسب نمرات بالا و نشان دادن توانایی‌های تحصیل به اطرافیان...) یا تکلیف (انتخاب تکلیف درسی مشکل و...) باشد به ارزش‌گذاری درونی نسبت به هدف، ارزش‌گذاری بیرونی نسبت به هدف و یا ارزش‌گذاری نسبت به تکلیف تقسیم می‌شود. جزء دیگری در این مدل وجود دارد به نام عاطفه<sup>۹</sup> که بیانگر واکنش‌های هیجانی دانش‌آموزان نسبت به تکلیف است (حیدری، ۱۳۹۶). لذا با توجه به تأثیر مفید رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان و نیاز به مداخله جهت اصلاح این متغیرها و نیز با توجه به عدم وجود پژوهشی منسجم و کاربردی در خصوص موضوع، محقق بر آن شده تا به سؤال زیر پاسخ دهد: آیا بین رغبت تحصیلی،

<sup>۱</sup> De Groot

<sup>۲</sup> Chi

<sup>۳</sup> Boekaerts, Pintrich & Zeidner

<sup>۴</sup> Mithaug

<sup>۵</sup> Carven & Scheier

<sup>۶</sup> Bronson

<sup>۷</sup> Expectation - value

<sup>۸</sup> Garcia

<sup>۹</sup> Affection

خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی با موفقیت تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر چالوس رابطه ای وجود دارد؟

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی - همبستگی می باشد و از نظر نوع هم از روش کتابخانه ای و هم روش میدانی استفاده شده است. در این پژوهش برای جمع آوری اطلاعات از پرسش نامه استفاده شده که در آن از یک گروه خاص از افراد خواسته شد تا به تعدادی از سؤالات خاص پاسخ دهند مهمترین هدف چنین پژوهشی توصیف صفت یک جامعه است. در این پژوهش جامعه آماری کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر چالوس بودند که در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ مشغول به تحصیل بودند و تعداد آنها حدود ۱۶۰۰ نفر می باشد. نمونه آماری ۳۱۰ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر چالوس بر اساس نمونه گیری خوشه ای و از طریق فرمول کوکران انتخاب شدند. برای این کار ابتدا از بین مدارس دبیرستان مقطع متوسطه اول دخترانه موجود در این شهر که ۸ مدرسه بود، تعداد ۴ مدرسه به صورت انتخابی برگزیده و از بین این ۴ مدرسه ۳۱۰ دانش آموز بر حسب فرمول کوکران به عنوان نمونه انتخاب گردیدند.

### ابزار اندازه گیری

۱- پرسشنامه رغبت تحصیلی هرمنس (۱۹۹۸): این پرسشنامه ۲۹ سوال چهار گزینه ای دارد. بعضی از سوالات به صورت مثبت و بعضی به صورت منفی ارائه شده اند. در سوالهای شماره ۱، ۴، ۹، ۱۰، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۲۰، ۲۳، ۲۷، ۲۸، ۲۹، به الف ۱ نمره، به ب ۲ نمره، به ج ۳ نمره، به دال ۴ نمره داده می شود و در مابقی سوالها نمره دهی به صورت عکس می باشد. دامنه تغییرات نمرات از ۲۹ تا ۱۱۶ می باشد. هرمنس برای برآورد روایی آزمون، روش روایی محتوا را به کار گرفت که بنیان آن بر پژوهش های پیشین درباره رغبت تحصیلی بود. او همچنین ضریب همبستگی دو تا از پرسشها را با رفتارهای موفقیت گرا برآورد کرد که نشان دهنده روایی بالای آزمون ( $r = 0/88$ ) بود. برای برآورد پایایی نیز دو روش آلفای کرونباخ و باز آزمایی پس از گذشت ۳ هفته به کار گرفته شد که پایایی به ترتیب  $0/82$  و  $0/85$  به دست آمد. در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه رغبت تحصیلی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر با  $0/81$ ، که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده می باشد.

۲- پرسشنامه ی خودتنظیمی یادگیری دانش آموزان: این ابزار توسط زیمرمن و مارتینزپونز<sup>۱</sup> (۱۹۸۶) ساخته شده است که داری ۱۴ گویه می باشد که پاسخ بر اساس یک مقیاس چهار درجه ای از ۱ تا ۵ درجه بندی میشود. فرم مذکور دارای ۶۰ امتیاز میباشد و نتایج آن میزان برداشت هر دانش آموز از خودتنظیمی خویش را نشان میدهد. زیمرمن و مارتینزپونز (۱۹۸۶) روایی همگرایی  $0/70$  را گزارش نمودند. محمودی (۱۳۷۷) روایی صوری پرسشنامه را از طریق تأیید متخصصان قابل قبول گزارش کرده است و پایایی این ابزار را از طریق بازآزمایی و همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ به ترتیب  $0/68$  و  $0/56$  گزارش نموده است. همچنین صمدی (۱۳۸۳) پایایی این پرسشنامه را از طریق روش آزمون مجدد و همسانی درونی به ترتیب  $0/64$  و  $0/66$  گزارش نموده است. تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر با  $0/81$ ، که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده می باشد.

<sup>۱</sup> Hermans achievement motivation inventory

<sup>۲</sup> Zimmerman & Martinez Pons

۳) پرسشنامه شایستگی تحصیلی مورگان-جینکز<sup>۲</sup>: پرسشنامه شایستگی دانش آموز مورگان-جینکز (جینکز و مورگان، ۱۹۹۹) گسترده ترین سیاهه ای است که از سطوح گزارش خود به عنوان یک متغیر وابسته استفاده می کند. این پرسشنامه دارای ۳۰ سوال و ۳ خرده مقیاس است: استعداد، کوشش و بافت. گویه های این پرسشنامه مشتمل بر استعداد، بافت و کوشش با استفاده از مقیاس لیکرت به صورت پاسخهای چهار گزینه ای شامل: کاملاً مخالفم، تا حدودی مخالفم، تا حدودی موافقم و کاملاً موافقم طراحی شده اند که به ترتیب دارای نمرات ۱، ۲، ۳ و ۴ می باشند. مورگان و جینکز (۱۹۹۹) ضریب پایایی پرسشنامه را ۰/۸۲ و ضریب پایایی هر یک از خرده مقیاسهای استعداد، کوشش و بافت را به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۶۶ و ۰/۷۰ گزارش کرده اند. همچنین ضریب پایایی (آلفای کرونباخ) این مقیاس در این پژوهش ۰/۸۰ بود. به منظور بررسی روایی پرسشنامه شایستگی تحصیلی مورگان و جینکز از تحلیل عوامل بهره گرفتند. تحلیل عوامل، سه عامل اصلی را در مقیاس مورد تاکید قرار داد. اولین عامل گویه های مربوط به استعداد، دومین عامل با گویه های عامل بافتی و سومین عامل با گویه های عامل کوشش هماهنگ بودند. این محققان همبستگی گویه ها با نمره کل این پرسشنامه را در سطحی مطلوب و معنادار گزارش کرده اند. از آنجا که برای این پرسشنامه نقطه برش تعیین نشده است، با توجه به پژوهشهای صورت گرفته قبلی و همچنین مشورت با متخصصان در این پژوهش مقیاس شایستگی تحصیلی دانش آموزان به سه طیف (شایستگی تحصیلی کم، شایستگی تحصیلی متوسط و شایستگی تحصیلی زیاد) تقسیم بندی شد. به طوری که نمرات ۳۰ تا ۶۰ نشان دهنده شایستگی تحصیلی کم، نمرات ۶۱ تا ۹۰ معرف شایستگی تحصیلی متوسط و نمرات ۹۱ تا ۱۲۰ نشان دهنده شایستگی تحصیلی زیاد است. در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه شایستگی تحصیلی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۶، که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده می باشد.

۴) موفقیت تحصیلی: این پرسشنامه توسط فام و تیلور (۱۹۹۹) دارای ۴۸ سوال بوده و هدف آن ارزیابی موفقیت تحصیلی از حوزه های مختلف (خودکارآمدی، تاثیرات هیجانی، برنامه ریزی، فقدان کنترل پیامد، رغبت) می باشد. در پرسشنامه موفقیت تحصیلی، ۵ عامل که عبارتند از: خودکارآمدی، تاثیرات هیجانی، برنامه ریزی، فقدان کنترل پیامد، رغبت مورد مقایسه قرار گرفته اند. به هر یک از این عامل ها نمره ای اختصاص یافته است که به ترتیب ۵ و ۴ و ۳ و ۲ و ۱ می باشد و بر این اساس نمره کمتر از ۵۳ نشان دهنده خودکارآمدی ضعیف و نمره بالاتر از ۸۵ نشان دهنده خودکارآمدی قوی می باشد. نمره کمتر از ۲۸ بیانگر تاثیرات هیجانی ضعیف و نمره ۵۳ به بالا بیانگر تاثیرات هیجانی قوی می باشد. نمره کمتر از ۱۱ بیانگر برنامه ریزی ضعیف و نمره بالاتر از ۲۳ بیانگر برنامه ریزی قوی می باشد. نمره کمتر از ۶ بیانگر کنترل پیامد ضعیف و نمره بالاتر از ۱۳ بیانگر فقدان کنترل پیامد قوی می باشد. نمره کمتر از ۱۴ بیانگر رغبت ضعیف و نمره بالاتر از ۲۴ بیانگر رغبت قوی می باشد. نمره کمتر از ۱۲۰ بیانگر موفقیت تحصیلی ضعیف و نمره بالاتر از ۱۷۵ بیانگر موفقیت تحصیلی قوی و نمره بین ۱۷۴-۱۲۱ بیانگر موفقیت تحصیلی متوسط می باشد. در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه موفقیت تحصیلی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۷۸، که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده می باشد.

<sup>2</sup>Morgan-Jinks

## یافته ها

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره های رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری، موفقیت تحصیلی و شایستگی تحصیلی

متغیر	شاخص های آماری	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل	حداکثر
رغبت تحصیلی	۳۱۰	۶۶/۸۸	۹/۲۲	۲۹	۸۴	
خودتنظیمی یادگیری	۳۱۰	۴۷/۵۶	۷/۲۰	۱۴	۶۰	
موفقیت تحصیلی	۳۱۰	۱۳۸/۴۸	۱۳/۸۴	۹۸	۱۴۶	
شایستگی تحصیلی	۳۱۰	۱۰۶/۵۲	۱۱/۵۸	۶۲	۹۵	

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره های رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری، موفقیت تحصیلی و شایستگی تحصیلی مربوط به نمونه تحقیق را نشان می دهد.

جدول ۲ ماترس همبستگی بین رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی با موفقیت تحصیلی دانش آموزان

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱ رغبت تحصیلی	۱			
۲ خودتنظیمی یادگیری	۰/۴۵**	۱		
۳ شایستگی تحصیلی	۰/۶۳**	۰/۴۹**	۱	
۴ موفقیت تحصیلی	۰/۵۶**	۰/۵۴**	۰/۵۲**	۱

\* معنادار در سطح ۵ درصد

\*\* معنادار در سطح یک درصد

جدول ۲ ضرایب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش بین (رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی) با موفقیت تحصیلی دانش آموزان با روش گام به گام

$\beta$	متغیرهای پیش بین	R	$R^2$	F	p=	$\beta$	t	p=
»رود«	رغبت تحصیلی					۰/۳۴	۸/۰۱۹	۰/۰۰۰۱
	خودتنظیمی یادگیری	۰/۴۹	۰/۲۴	۱۴/۵۱	۰/۰۰۰۱	۰/۲۹	۸/۸۹	۰/۰۰۰۱
	شایستگی تحصیلی					۰/۳۲	۷/۰۱	۰/۰۰۰۱

همان طوری که در جدول ۲ مشاهده می شود، رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیرهای رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی معنی دار می باشد ( $p < 0/0001$  و  $F=14/51$ ). متغیر رغبت تحصیلی با ضریب بتای  $0/34$ ، متغیر شایستگی تحصیلی با ضریب بتای  $0/32$  و متغیر خودتنظیمی یادگیری با ضریب بتای  $0/29$  می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد  $24\%$  از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود.

**جدول ۳ ضرایب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش بین (رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی) با موفقیت تحصیلی دانش آموزان با روش ورود گام به گام**

$\beta$	متغیرهای پیش بین	R	$R^2$	F	p=	$\beta$	t	p=
«ورود»	رغبت تحصیلی	$0/59$	$0/35$	$44/36$	$0/0001$	$0/34$	$8/019$	$0/0001$
	خودتنظیمی یادگیری	$0/44$	$0/20$	$34/34$	$0/0001$	$0/29$	$8/89$	$0/0001$
	شایستگی تحصیلی	$0/49$	$0/24$	$38/39$	$0/0001$	$0/32$	$7/01$	$0/0001$

همان طوری که در جدول ۳ مشاهده می شود، رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر رغبت تحصیلی معنی دار می باشد ( $p < 0/0001$  و  $F=44/36$ ). بنابراین فرضیه اول تأیید می گردد. متغیر رغبت تحصیلی با ضریب بتای  $0/34$ ، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد  $35\%$  از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر خودتنظیمی یادگیری معنی دار می باشد ( $p < 0/0001$  و  $F=34/34$ ). بنابراین فرضیه دوم تأیید می گردد. متغیر خودتنظیمی یادگیری با ضریب بتای  $0/29$ ، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد  $20\%$  از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر شایستگی تحصیلی معنی دار می باشد ( $p < 0/0001$  و  $F=38/39$ ). بنابراین فرضیه سوم تأیید می گردد. متغیر شایستگی تحصیلی با ضریب بتای  $0/32$ ، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد  $24\%$  از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیرهای رغبت تحصیلی، خودتنظیمی یادگیری و شایستگی تحصیلی معنی دار می باشد. متغیر رغبت تحصیلی با ضریب بتای  $0/34$ ، متغیر شایستگی تحصیلی با

ضریب بتای ۰/۳۲ و متغیر خودتنظیمی یادگیری با ضریب بتای ۰/۲۹ می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. در تبیین نتیجه این فرضیه می توان گفت که موفقیت تحصیلی که همان محصول یادگیری است و آن نشان دهنده موفقیت کلی در سطح یا سطوحی از یک موضوع یا زمینه ی خاص است که محتوای آن از طریق آزمون سنجیده می شود، یا به عبارتی می توان گفت موفقیت تحصیلی شامل چیرگی یا تسلط در حیطه مشخص به دنبال سطح معینی از دانش و مهارت است. از آنجا که موفقیت فرد از عوامل مختلفی همچون رغبت، هیجان، شرایط محیطی، خستگی و بیماری تاثیر می پذیرد. پینتریچ و ترسا<sup>۴</sup> (۲۰۰۸) به رابطه بین راهبردهای یادگیری خود- تنظیم و مؤلفه های رغبت ی اشاره نموده اند. هم چنین، زیمرمن (۱۹۹۹) معتقد است که معمولاً بیشتر دانش آموزان از راهبردهای یادگیری خود-تنظیم استفاده می کنند. آنچه که موجب تمایز دانش آموزان خود- تنظیم از دیگران می شود، آگاهی آنها از چگونگی استفاده از این راهبردها و نیز، داشتن انگیزه برای کاربرد آنها است.

شایستگی تحصیلی نیز به عنوان فرآیند شناختی در روان شناسی، تحت عنوان شایستگی ادراک شده پایین یا ناکارآمدی ادراک شده، نقش اساسی به عهده دارد. احساس کارآمدی بالا، سلامت شخصی و توانایی انجام تکلیف را به طرق متعدد افزایش می دهد، افرادی که به قابلیت های خود اطمینان دارند تکالیف مشکل را به عنوان چالش در نظر می گیرند که باید بر آن تسلط یابند، به جای اینکه آن را تهدیدآمیز ببینند و از آن اجتناب کنند، آنها اهداف چالش انگیز را انتخاب می کنند و متعهد باقی می مانند تا آن را به انجام برسانند. آنها اطمینان دارند که موقعیت های تهدید آمیز را می توانند تحت کنترل خود درآورند. چنین برداشتی نسبت به قابلیت ها، تنیدگی و افسردگی را کاهش می دهد و به تکمیل تکالیف منجر می شود. آنچه رابطه ی بین یادگیری خودتنظیم و پیشرفت یادگیری را مشخص می کند، رابطه ی بین مهارتها و راهبردهای این نوع یادگیری، یعنی راهبردهای شناختی و فراشناختی با پیشرفت یادگیری است. بسیاری از پژوهشگران همچون باتلر<sup>۵</sup> و واین<sup>۶</sup> (۱۹۹۵)، ساراسون<sup>۷</sup> (۱۹۶۳) و هانسفورد (۱۹۹۵)، در پژوهش های خود به چنین رابطه ای اشاره کرده اند. برای دستیابی به مهارت های اجتماعی افراد باید انگیزه های فرد فرد انسان ها را شناخت. زندگی انسان هیچگاه در حال سکون مطلق نیست، بلکه دائماً در کشمکش و تلاش برای به دست آوردن این نیازها از جمله نیاز به موفقیت، وضعیت اجتماعی و امنیت جسمی و روانی بهتر است و برای به دست آوردن نیازهایی که بشر دائماً تحت تاثیر آنهاست. بنابراین برای به دست آوردن این نیازها بهتر است که بر مشکلات چیره شویم و برای به دست آوردن انگیزه موفقیت، دست به فعالیت های مختلف بزنیم. از طرف دیگر موفقیت تحصیلی موضوعی است که بخصوص در حال حاضر مورد توجه تمامی کشورهای جهان است و هر ساله مقدار زیادی از بودجه جوامع صرف تحصیل کودکان و نوجوانان می شود.

نتایج نشان داد رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر رغبت تحصیلی معنی دار می باشد. متغیر رغبت تحصیلی با ضریب بتای ۰/۳۴، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد ۳۵٪ از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهشهای پورطاهریان و همکاران (۱۳۹۸)، توحیدی (۱۳۹۸)، فرهوش و احمدی (۱۳۹۶)، میرزاییان و همکاران (۱۳۹۶)، تمنایی فر و گندمی (۱۳۹۷)، اشعری، شفیع آبادی و سودانی (۱۳۹۸)، هریسون، کلارک و انجر (۲۰۱۹)، مدهو، مامتا و پوجا (۲۰۱۲)، دسی و رایان (۲۰۱۲)، ونجافرو همکاران (۲۰۱۰) همسو و هماهنگ می باشد. در تبیین

<sup>۴</sup>Printrich, & Teresa

<sup>۵</sup>Batler

<sup>۶</sup>Vain

<sup>۷</sup>Sarason & Hansford



نتایج این فرضیه میتوان گفت که دانش آموزان هر جامعه به عنوان قشر آینده ساز هر کشور، گروهی هستند که بخش عمده برنامه ریزی و بودجه هر کشور را به خود اختصاص می دهند. آنان از هوشمندترین و مستعدترین اقشار جامعه می باشند، لذا توجه به ابعاد روان شناختی آنها از اهمیت ویژه ای برخوردار است (پورطاهریان، ۱۳۹۸). از سوی دیگر تحقیقات بسیاری نشان داده است دانش آموزانی که از لحاظ پایگاه اقتصادی- اجتماعی خانواده، توانایی و استعداد یادگیری بسیار شبیه به هم هستند در موفقیت تحصیلی تفاوت های زیادی با یکدیگر دارند. این تفاوت ها به تفاوت در رغبت پیشرفت دانش آموزان برمی گردد (حبیب الهی، ۱۳۹۸).

بدون شک در دنیای موفقیت ه امروزی یکی از علایم موفقیت فرد، موفقیت تحصیلی می باشد که بدون آن توسعه و ترقی هیچ کشوری امکان پذیر نخواهد بود. ترقی هر کشوری رابطه مستقیم با موفقیت علوم و دانش و تکنولوژی آن کشور دارد و موفقیت علمی نیز حاصل نمی شود مگر اینکه افراد خلاق تربیت شده باشند، موفقیت تحصیلی ضمن اینکه در توسعه و آبادانی کشور موثر است در سطوح عالی منجر به یافتن شغل و موقعیت مناسب و در نتیجه درآمد کافی می شود. دانش آموزانی که از موقعیتهای تحصیلی برخوردارند، خانواده و جامعه با دیده ی احترام به آنان می نگرند. در جامعه با روحیه و نشاط بیشتری حضور خواهند یافت و در کنار اینها از هزینه های گزافی که از افت تحصیلی برآموزش و پرورش تحمیل می شود، کاسته خواهند شد. دستیابی به بهره وری و بهبود کیفیت نظام آموزشی را می توان اثر گذارترین عامل در توسعه کشور ها دانست. تجارب کشورهای موفقیت ه ای چون ژاپن در زمینه توسعه همه جانبه نیز حکایت از سرمایه گذاری بر روی منابع آموزشی و انسانی دارد. در راستای دستیابی به این اهداف بهبود کیفیت موقعیت تحصیلی از جمله اهداف اساسی برنامه های آموزشی است. در حالی که امروزه افت تحصیلی یکی از نگرانی های خانواده ها و دست اندرکاران تعلیم و تربیت است. از جمله موضوعات مورد علاقه صاحب نظران علوم تربیتی یافتن شرایط و امکانات لازم و موثر در جهت تحصیلی موفق و موفقیت تحصیلی است. اما عدم موفقیت در تحصیل زمینه ساز مشکلات فردی و اجتماعی و انحراف از دستیابی به اهداف سیستم آموزش است. محققین عوامل مختلفی را در موفقیت تحصیلی دانش آموزان دخیل دانسته اند. اما با توجه به تفاوت های فرهنگی و تغییرات سریع عوامل در طول زمان نمی توان به عنوان یک قانون عمومی و کلی، علل خاصی را برای جوامع مطرح نمود (سیف، ۱۳۹۴). زیرا قوانین بافت فرهنگی و نسبت جامعه، نگرش مردم به تحصیلات، سطح درآمد والدین و غیره، همه از عواملی هستند که به طور اخص در یک جامعه بر شکست یا موفقیت تحصیلی تأثیر می گذارند. منابع موجود نشان می دهد که آموزش به طور کلی تحت تأثیر پنج عامل فراگیر آموزش گر، برنامه، تجهیزات و محیط آموزشی است که هر یک از عوامل مذکور دارای ویژگی هایی است که می توانند در موفقیت تحصیلی و یادگیری تأثیرات متفاوتی داشته باشند

نتایج نشان داد رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر خودتنظیمی یادگیری معنی دار می باشد. متغیر خودتنظیمی یادگیری با ضریب بتای ۰/۲۹، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد ۲۰٪ از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهشهای رحمانی (۱۳۹۸)، حبیب الهی و همکاران (۱۳۹۸)، فرهوش و احمدی (۱۳۹۶)، جعفرپور و نوراشرف الدین (۱۳۹۶)، میرزاییان و همکاران (۱۳۹۶)، یوسفی، قاسمی، فیروزنیا (۱۳۹۷)، گالو و همکاران (۲۰۲۰) همسو و هماهنگ می باشد. در تبیین نتیجه این فرضیه می توان گفت که مهمترین عامل مؤثر در شکل گیری نگرش دانش آموزان نسبت به تحصیل خانواده است مهمترین نقشی که والدین در زمینه موفقیت تحصیلی فرزندان می توانند داشته باشند ایجاد محیطی آرام و مساعد جهت انجام تکالیف است هر چه محیط مطالعه برای فرزندان آرام تر و محرکهای فراهم از جمله تلویزیون، بازی با سایر کودکان و سرو صدایهای دیگر کمتر باشد موفقیت دانش آموزان بیشتر خواهد بود (مهرافروز، ۱۳۹۷). والدین با اجتناب از ترتیب دادن جشن ها و مراسمات مختلف و یا شرکت در آن ها رد ایام امتحانات می توانند بر پیشرفت و شایستگی تحصیلی فرزندان خود تأثیر داشته باشند و همچنین می توانند بجای خرید اشیای غیر ضروری برای دانش آموزان کتاب های کمک درسی و وسایل کمک آموزشی تهیه کنند تا این طریق هم دانش آموزان اوقات فراغت خود را به خوبی بگذرانند و هم به یاد گیری آن ها کمک کنند. وضعیت اقتصادی خانواده می تواند از عوامل مهم و پیشرفت تحصیلی

فرزندان باشد. توجه به فرهنگ خانواده، نحوه برقراری ارتباط با خواهران و برادران دیگر نیز می تواند از عوامل پیشرفت و تحصیلات فرزندان باشد.

عاملی که در ارتباط با موفقیت تحصیلی رابطه مستقیم و مثبتی داشت خودتنظیمی یادگیری است. خودتنظیمی یادگیری بدین معنی است که دانش آموز مهارت هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرایند یادگیری خود کسب می کند و برای یادگیری تمایل دارد و قادر است کل فرایند یادگیری خود را ارزیابی کند و در مورد آن بیندیشد. اسکراو و بروکس<sup>۱</sup> (۲۰۰۰) خودتنظیمی در یادگیری را، توانایی دانش آموزان برای درک و کنترل یادگیری شان می دانند که برای موفقیت در مواد درسی بسیار مهم است و آنها را به یادگیرندگانی اثربخش و کارآمد تبدیل می کنند. در گستره ی حیات فردی و اجتماعی انسان، مطالب بی شماری با طرق مختلف برای یادگیری وجود دارند. یادگیری را به جرأت می توان بنیادی ترین فرآیندی دانست که در نتیجه ی آن، موجودی ناتوان در طی تعامل با رشد جسمی به فرد تحول یافته ای تبدیل می شود که توانایی های شناختی و قدرت اندیشه ی حد و مرز نمی شناسد. ازجمله مفاهیم مطرح در آموزش های جهان معاصر، یادگیری خودتنظیمی است که امروزه از آن به عنوان یک کانون مهم و یکی از محورهای اساسی تعلیم و تربیت یاد می شود. به عبارت دیگر خودتنظیمی تحصیلی یکی از بحث های جالب و مورد علاقه ی بسیاری از مربیان و روان شناسان است به طوری که در سال های اخیر صاحب نظران به طور فزاینده ای آن را در زمینه یادگیری از قبیل مطالعه پیشرفت و دیگر اشکال یادگیری، مهارت های شناختی، حرکتی و اجتماعی مورد استفاده قرار داده اند. در این رابطه، پینتریچ و دگروت (۱۹۹۰) معتقدند یادگیری خود تنظیمی به تنظیم شناخت و رفتار می پردازد و از مهم ترین مؤلفه های یادگیری و موفقیت تحصیلی دانش آموزان به شمار می رود (اشعری، ۱۳۹۸).

نتایج نشان داد رگرسیون پیش بینی موفقیت تحصیلی دانش آموزان از روی متغیر شایستگی تحصیلی معنی دار می باشد. متغیر شایستگی تحصیلی با ضریب بتای ۰/۲۹، می تواند به طور مثبت و معنی دار موفقیت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد ۲۴٪ از واریانس موفقیت تحصیلی دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهشهای رحمانی (۱۳۹۸)، حبیب الهی و همکاران (۱۳۹۸)، فرهوش و احمدی (۱۳۹۶)، جعفرپور و نوراشرف الدین (۱۳۹۶)، میرزاییان و همکاران (۱۳۹۶)، یوسفی، قاسمی، فیروزنیا (۱۳۹۷)، گالو و همکاران (۲۰۲۰) همسو و هماهنگ می باشد. در تبیین نتایج فرضیه سوم میتوان گفت که یکی از ویژگی هایی که در جامعه ی ما معمولاً به آن توجه می شود، موفقیت تحصیلی است که تاثیر بسزایی در موفقیت افراد دارد که باعث تلاش فرد و رسیدن به اهداف مثبت در زندگی می شود. بنابراین کسی که از این ویژگی برخوردار است بدون توجه به ویژگی های زمانی و مکانی تلاش خود را در همه ی زمینه ها توسعه می دهد. زندگی تحصیلی، یکی از مهمترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تاثیر فراوان دارد. در این بین یکی از مسایل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی هر کشور، مساله ی افت تحصیلی و پایین بودن سطح موفقیت تحصیلی دانش آموزان آن کشور است. این پدیده، علاوه بر زیانهای هنگفت اقتصادی، سلامت روانی فراگیرندگان را مخدوش می نماید. برخی از دانش آموزان به سرعت پاسخ دهی در انجام تکالیف اهمیت می دهند. و دسته دیگر به صحت و دقت پاسخ اهمیت می دهند و چندان توجهی به سرعت در پاسخ دهی ندارند بنابراین بیشتر اوقات در حال مطالعه هستند، تعدادی از دانش آموزان تند، سریع و بدون معطلی و بدون صرف وقت زیاد یک مساله را حل می کنند چون که آنان با اولین جوابی که به ذهنشان می رسد پاسخ می دهند بنابراین بیشتر مرتکب خطا و اشتباه می شوند در مقابل برخی از دانش آموزان تکالیف را به آرامی و دقت ارزیابی می کنند و به جزئیات کارها نیز توجه می نمایند و با تاخیر و وقت زیاد به مسائل جواب می دهند و کمتر مرتکب خطا و اشتباه می شوند. ادراک و به خاطر سپاری دانش آموزان در مورد مطالبی که قصد یادگیری آنان را دارند متفاوت می باشد، برخی از آنان در مقابل نقطه نظرات جدید و متفاوت از خود انعطاف پذیری نشان می دهند و در مقابل برخی از خود مقاومت نشان می دهند و در برابر راهکارهای جدید از خودشان انعطاف

<sup>۱</sup>Askrav and Brooks

پذیری نشان می دهند. عده دیگر از دانش آموزان فقط به حفظ مطالب علمی می پردازند و عده دیگر توانایی برگرداندن نوشته های علمی را به زبان خود و جملات دیگری از خود نشان می دهند، تعدادی از آنان توان یادگیری و درک مقدار زیادی از اطلاعات و ترکیب آنها را دارند و در مقابل تعدادی فاقد این توانایی می باشند.

از سوی دیگر بندورا (۲۰۰۱) شایستگی را دریافت و داوری فرد درباره مهارت ها و توانمندی های خود برای انجام کارهایی که در موقعیت های ویژه بدان ها نیاز است، تعریف می کند. از سویی دیگر، احساس شایستگی افراد را قادر می سازد تا با استفاده از مهارت ها در برخورد با موانع، کارهای فوق العاده ای انجام دهند، بنابراین شایستگی عاملی مهم برای انجام موفقیت آمیز موفقیت و مهارت های اساسی لازم برای انجام آن است. شایستگی بر میزان تلاش برای انجام یک وظیفه اثر می گذارد. افرادی که به کارآمدی خود باور دارند برای غلبه بر موانع و مشکلات تلاش های مضاعفی می کنند (غیبی، ۱۳۹۸). توجه به امور تربیتی-آموزشی و مسائل شخصیتی دانش آموزان در هر جامعه ای موجب پرورش افرادی می شود که در آینده قادرند امور مختلفی را به دست گیرند و جامعه ای خود را با شایستگی اداره و هدایت نمایند اما منظور از دانش آموزان، فقط یک گروه خاص در جامعه نیست. به عبارت ساده تر، هر گروهی از دانش آموزان باید از امکانات مناسبی بهره مند باشند. در این میان، یکی از امکانات مناسب داشتن شایستگی تحصیلی بالا است. قضاوت های مربوط به شایستگی تحصیلی به دلیل نقش مهمی که در رشد انسجام خانواده، دارد، از اهمیت و حساسیت زیادی برخوردار است. خودکارآمدی، اطمینان به توانایی های خود در کنترل افکار، احساسات و فعالیتهاست و درموقعیت واقعی افراد، هیجانات و انتخاب رفتار و سرانجام میزان تلاشی که شخص صرف یک فعالیت می کند موثر است، این باورها بر کیفیت سلامت هیجانی و آسیب پذیری در مقابله با افسردگی و تنیدگی و چگونگی تصمیم گیری در یک موقعیت حساس تاثیر می گذارند.

## منابع

- غیبی، معصومه. (۱۳۹۸). رابطه بین سبک های یادگیری و شایستگی در دانشجویان دوره کارشناسی گروه های تحصیلی (علوم انسانی، فنی-مهندسی و علوم پایه) دانشگاه شهید بهشتی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، مدیریت و برنامه ریزی آموزش عالی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- ستاری سفیدان جدید، کاظم؛ احمد برجعلی و حمید پورشریفی. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی آموزش مثبت نگری بر افزایش مؤلفه های امید، انعطاف پذیری کنشی و شایستگی سرمایه های روان شناختی فرزندان جانباز، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، بصورت الکترونیکی، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار،
- امینی، شهریار. (۱۳۹۸). اصول بهداشت روان، ماهنامه تربیت، معاونت آموزش و پرورش نظری و مهارتی وزارت آموزش و پرورش.
- تنهای رشوانلو، فرزاد. (۱۳۹۸). الگوی ساختاری حمایت پدر از خودمختاری با رغبت خودمختار تحصیلی و عزت نفس نوجوانان براساس نظریه خودتعیین گری، دوفصلنامه روانشناسی معاصر، شماره ۵، ص ۲۲۱-۲۲۶.
- حامدی، مسعود. (۱۳۹۷). بررسی پیش بینی کننده های حالت فراشناختی و شایستگی در تبیین اضطراب امتحان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- گلشنی پور، مریم، بهرامی، هادی. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خود تنظیمی بر خودپنداره تحصیلی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دختر متوسطه اول، دوفصلنامه جامعه شناسی آموزش و پرورش شماره ۱۰، صفحات ۶۹-۸۰

حقیقی، جمال. (۱۳۹۵). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت نفس دانش آموزان دختر سال اول متوسطه، مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال سیزدهم.

پورشافعی، مهرناز. (۱۳۹۸). روش های تربیتی پویا و خلاق، فصل نامه تعلیم و تربیت، دوره سوم، شماره ۴.

توحیدی، محسن. (۱۳۹۸). مطالعه سبک های اسنادی، اضطراب و انگیزه موفقیت با موفقیت تحصیلی درمیان دانش آموزان پسر سال اول دبیرستان دولتی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

رحیمی، مریم، عباس پور، عباس (۱۳۹۴). تأثیر شیوه‌های جدید آموزش بر خلاقیت و موفقیت تحصیلی دانشجویان، مجله ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، دوره ۴، شماره ۴، صفحه ۱۱۹-۱۴۲

محمد پور، حسین. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین انگیزه موفقیت و سلامت روان با موفقیت تحصیلی دانش آموزان سوم متوسطه شهرستان لامرد. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.

کدیور، پروین. (۱۳۹۷). روانشناسی تربیتی، چاپ دوم، تهران: انتشارات سمت.

وردی، مصطفی، (۱۳۹۷)، بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر ابراز وجود، عزت نفس و مسئولیت پذیری دانش آموزان دختر سال اول متوسطه ی آموزش و پرورش ناحیه ی یک اهواز. شورای تحقیقات سازمان آموزش و پرورش استان خوزستان.

یاوری، ماندانا، (۱۳۹۷)، تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت عمومی، عزت نفس و خود ابرازی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

ستاری سفیدان جدید، کاظم؛ احمد برجعلی و حمید پورشریفی. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی آموزش خودتنظیمی هیجانی بر افزایش مؤلفه های امید، تاب آوری و شایستگی فرزندان معلول، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، بصورت الکترونیکی، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار،

توکل موسی زاده، سلمان، شاه محمدی، ابوالفضل، سلطان، مرادی. (۱۳۹۸). تبیین نقش اثر بخشی آموزش مهارت‌های مقابله‌ای بر شایستگی و عزت نفس دانش آموزان پسر پایه‌ی اول دوره‌ی متوسطه، دوره ۳، شماره ۲، صفحه ۲۲۶-۲۳۹

توحیدی، محسن. (۱۳۹۸). مطالعه سبک های اسنادی، اضطراب و انگیزه موفقیت با موفقیت تحصیلی درمیان دانش آموزان پسر سال اول دبیرستان دولتی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

محمد پور، حسین. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین انگیزه موفقیت و سلامت روان با موفقیت تحصیلی دانش آموزان سوم متوسطه شهرستان لامرد. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.

سلیمان فر، امید، شعبانی، فرزانه. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش خودتنظیمی بر افزایش شایستگی دختران نوجوان، مجله مطالعات علوم تربیتی، دوره ۱۰، شماره ۱۷، صفحه ۸۳-۱۰۴

محمدی زاده، رضا. (۱۳۹۷). بررسی رابطه انگیزه موفقیت با موفقیت دبیران دبیرستانهای شهر بم. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان.

سیف، علی اکبر. (۱۳۹۷). روش یادگیری و مطالعه، چاپ سوم، تهران: انتشارات دوران.

زهره ریاضی و شکوه حدادی. (۱۳۹۸). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر ابراز وجود و عزت نفس دانش آموزان دختر سال اول متوسطه شهرستان سپیدان، دومین کنفرانس ملی پویایی مدیریت، توسعه ی اقتصادی و مدیریت مالی، شیراز، شرکت پندار اندیش رهپو.

مهرافروز، اسماعیل. (۱۳۹۶). روشهای پیشگیری از افت تحصیلی، تهران: نشر انجمن اولیاء و مربیان.

رزمی، شهریار و نعمتی سوگلی تپه، فاطمه. (۱۳۹۷). نقش تعدیل کننده خودکارآمدی در رابطه بین استرس شغلی با سلامت روانی و رضایت شغلی کارکنان بانک صادرات تبریز، فصلنامه سلامت کار ایران، ۲۵۷-۶۵.

رضایی نسب، اعظم. (۱۳۹۸). بررسی رابطه‌ی بین باورهای هوشی و شایستگی با موفقیت تحصیلی دانش آموزان دوره‌ی پیش دانشگاهی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روانشناسی، روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران.

- زکی، محمدعلی. (۱۳۹۶). اعتباریابی مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی دانش آموزان، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)، ۱۳(۱)، ۵۷-۴۹.
- سلیمان فر، امید، شعبانی، فرزانه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین شایستگی با انگیزه موفقیت و سازگاری تحصیلی دانشجویان کارشناسی سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز، مجله مطالعات علوم تربیتی، دوره ۱۰، شماره ۱۷، صفحه ۸۳-۱۰۴
- شاویسی زاد، سعید. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر سلامت روانی فرزندان شاهد و ایثار گر، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علوم تحقیقات کرمانشاه، منتشر نشده، دانشکده روانشناسی.
- شاملو، سعید. (۱۳۹۴). روانشناسی سلامت، تهران: انتشارات رشد.
- علی نیا کروئی، رستم. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین شایستگی عمومی و سلامت روان دانش آموزان پایه سوم مقطع متوسطه شهریار در سال تحصیلی ۸۱-۸۲. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران.
- فخری، زهرا. (۱۳۹۸). بررسی نظام ارزشی باورهای شایستگی و سازگاری دانش آموزان دبیرستان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی.
- سلطانی مجد، سید امیر هوشن، احسان تقی زاده، محمد، زارع، حسین. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش گروهی مهارت های تحصیلی بر شایستگی و انگیزش پیشرفت دانش آموزان، مجله علمی - پژوهشی پژوهش های علوم شناختی و رفتاری سال چهارم، شماره دوم.
- پاکدامن ساوجی، آذر، گنجی، کامران، احمدزاده، محمود. (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر رغبت تحصیلی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان، فصلنامه رفاه اجتماعی، دوره دوازدهم، شماره ۴۸.
- عظیمی و فرید (۱۳۹۴) اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر رغبت تحصیلی و شادکامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه، فصلنامه روانشناسی مدرسه، دوره اول، شماره ۱۰.
- کرامتی، هادی. (۱۳۹۷). بررسی رابطه خود کارآمدی ادراک شده دانش آموزان سوم راهنمایی شهر تهران و نگرش آن ها نسبت به درس ریاضی با موفقیت ریاضی آن ها در سال تحصیلی ۸۰-۷۹. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم تهران.
- کندری، مجید. (۱۳۹۶). مقایسه باورهای شایستگی دانش آموزان پسر پایه دوم مقطع متوسطه شاخه های نظری و فنی و حرفه ای شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- میلانی فر، بهروز. (۱۳۹۶). بهداشت روانی، تهران: نشر قومس.
- مرکز رشد و آموزش وزارت آموزش و پرورش. (۱۳۹۴). احیای نقش راهنمایی و مشاوره ای معلمان، انتشارات مدرسه.
- میکائیلی منیع، فرزانه، فتحی، گونا، شهودی، مریم، زندی، خلیل. (۱۳۹۴). تحلیل روابط بین امید، شایستگی، انگیزش و تنشگرها با سازگاری تحصیلی در میان دانشجویان کارشناسی دانشگاه ارومیه، فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی، سال یازدهم، شماره ۱ (پیاپی ۴۱)
- وردی، مصطفی. (۱۳۹۷). بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر ابراز وجود، عزت نفس و مسئولیت پذیری دانش آموزان دختر سال اول متوسطه ی آموزش و پرورش ناحیه ی یک اهواز. شورای تحقیقات سازمان آموزش و پرورش استان خوزستان.
- یاوری، ماندانا. (۱۳۹۷). تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت عمومی، عزت نفس و خود ابرازی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد، روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- Asen, G. (2015) *mindfulness, and perceived threat as predictors of posttraumatic stress Disorder After Exposure to a Terrorist Attack: A prospective study. Psychosomatic Medicine* 68:904-999.
- Adams, David. (2011). Analysis of life Satiafaction Index, *Journal of gerontology*. 24: 470-474.
- Crnin.M.E. (2006), *Life skills curricula for stadents with learning disabilities*. Journal of learning disabilities.

- Conner, K.,M. Davidson, j.R.T. (2003). *Development of a new resilience scale: The Conner – Davidson Resilience scale (CD-RISC) Depression and Anxiety*. 18,76-82.
- Cohen, A. B. (2012). *The importance of spirituality in well-being for Jews and Christians*. Journal of Happiness Studies, 3, 287-310.
- Coruh, B.; Ayele, H.; Pugh, M. Mulligan, T. (2015). *Does religious activity improve health outcomes?* a critical review of the recent literature. Explore; 1(3), 186-191.
- Davydov, D.M., Stewart, R., Ritchie, R., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. Clinical psychology Review, 30,479- 425.
- Diener, E. D. Emmons, R., Larsen, R., Griffin,s. (1985). *The Satisfaction With Life Scale*. Journal of personality Assessment, 1, 71-75.
- Stein M. (2016). The relationship between post-natal depression and mother – child interaction. British Journal of Psychiatry; 158: 46 -52.
- Coetzee, L.J, Clarke, L., Ukgerer. J.A. (2011). children,s drawing provid a new prespective on teacher – child relation quality and school adjustment. Australia Macguarie university. *Early childhood Research Quarterly*. 55-71.
- Gregory DA. (2018). Impulsivity control and self-regulated learning. Available from: URL; <http://www.proquest.umi.com/pq>
- Reid R, Trout AL, Schartz M. Self-regulation interventions for children with attention deficit/hyperactivity disorder. J Article Excerpt 2005; 71: 361-77.
- Diener, E. D., Scollon, C., & Lucas, R. E. (2003). *The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness*. Advances in cell Aging and Gerontology, 15, 187-219.
- Diener, E. D, Oishi, S. H., Lucas, R. E. (2003). *Personality, culture, and subjective well-being:Emotional and cognitive evaluation of life*. Annual. Review of psychology, 45, 403-425.
- Diener, E., Lucas, R., Schimmack, U. Helliwell, J. (2009). *Well-being for Public Policy*. NewYork:Oxford University Press.
- Disch, William, Harlow, James, F. DoUgan. Thomas R. (2017). *Student Functioning, concern, And socio – personal well- being*. Social Indicators Research. 51: 41-47.
- Darden. C. A. Günter. E.J (2007), *Life skills development scale- adolescence from*. Journal health counseling.
- Darden.C.A. Gazda.G M (2016), *Life skills and mental health counseling*. Journal of mental counseling.
- Ginter.E.J (2019), *David K.Brooks contribution to the developmentally based life skill approach*. Journal of mental health counseling.
- Helemack.A.Q. wanaken. M. A. G. (2013). *the casal ordering of academic achievement and self-concept of ability during elementary school: A longitudinal study* journal of educational psychology, 87-624-637.
- Stang, P. A. (2012). *Self-efficacy, valence of self-evaluation and performace*. Personality and social psychology bulletin, 20-82-92.
- Klingman. A (2009), *Psychological education: studying adolescents interests from their own perspective*. Journal of Adolescence.
- Kézdy, A.; Martos, T.; Boland, V. Horváth, K. (2010). *Religious doubts and mental health in adolescence and young adulthood: The association with religious attitudes*. Journal of Adolescence;11,1-9.
- Miller.M: Namm.G.D (2008), *assign group miccussions to improve social problem solving and learning*. Journal of Education



- Nastasia.B (2009), *A model for mental health programming in school communities: introduction to the mini-series* '. Journal of school psychology review.
- Quatman.T: watson.C.M. (2009), *Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains* journal of genetic psychology.
- Reid, J.Trout,E. Schartz. D.R. (2020), *Empowerment education for individuals with serious mental illness*. Journal social nursing mental health services.
- Siebert. Al. (2016). *How to Develop Resiliency Strengths*. Available: [www.resiliencycenter.com](http://www.resiliencycenter.com).
- Walsh, F. (2003). *Family resilience: strength forget through adversity*, Inf. Walsh(Ed), Normal family proceses. New York: The Gornell university.
- Spilka, B.; Hood, R. W.; Hunsberger, B. Gorsuch, R. (2013). *The Psychology of Religion. 3rd Edition*. New York: Guilford.
- Reid, M. (2020). *The relationship between post-natal depression and mother – child interaction*. British Journal of Psychiatry; 158: 46 -52.
- Tugade, M, Fredrickson, B. L. (2018). *Regnlation strategies that promote Resilience*. Journal of Happiness studies. 8, 311-333.
- Weist.M.D. (2010), *Toward a public mental health promotion and intervention south*. Journal of school health.