

بررسی رابطه اعتماد به نفس بر انگیزه تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد چالوس

سهیلا فلاح^۱

^۱ کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن

چکیده

هدف: اعتماد به نفس به عنوان یک عامل انگیزشی، منجر به افزایش عملکرد تحصیلی و کاهش استرس می شود. بنابراین شناسایی عوامل مؤثر بر اعتماد به نفس می تواند تأثیر بسزایی در موفقیت تحصیلی دانشجویان و پیشرفت نظام آموزشی داشته باشد. لذا هدف تحقیق حاضر، تعیین رابطه بین اعتماد به نفس بر انگیزه تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد چالوس بود. روش: نوع پژوهش توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه آزاد چالوس به تعداد ۱۰۱۰۶ نفر بود که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای، ۳۵۲ نفر بدست آمد. ابزار گردآوری اطلاعات، دو پرسشنامه اعتماد به نفس آیزنگ (۱۹۷۶) در قالب ۳۰ گویه و انگیزه تحصیلی هارتر (۱۹۸۱) ۳۳ گویه بر حسب طیف پنج درجه ای لیکرت بود. روایی محتوایی پرسشنامه ها توسط کارشناسان تایید شد. تحلیل داده ها در سطح توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (ضریب همبستگی، رگرسیون و آزمون t) با استفاده از نرم افزار آماری spss نسخه ۲۰ انجام گرفت. نتیجه گیری: طبق یافته ها بین اعتماد به نفس با انگیزه تحصیلی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و هر چه این مهارت ها در دانشجویان افزایش یابد به همان میزان بر انگیزه آنان افزوده می شود.

واژه های کلیدی: اعتماد به نفس، انگیزه، انگیزه تحصیلی، عملکرد

۱. مقدمه

همه ما یک تصویر ذهنی از چیزی که هستیم، ظاهرمان، اینکه در چه کارهایی خوب هستیم و نقاط ضعفمان چیست، داریم. این تصویر به مرور زمان در ذهن ما ایجاد می شود و شروع آن زمانی است که کودک بسیار کوچکی بودیم. واژه تصویر یا تجسم نفس برای اشاره به تصویر ذهنی فرد از خود استفاده می شود. بخش عظیمی از تصویر نفس ما به ارتباطاتی که با دیگران داریم و تجربیات ما در زندگی بستگی دارد. این تصویر ذهنی اعتماد به نفس ما را تعیین می کند. اعتماد به نفس یعنی اینکه چقدر احساس ارزشمندی، دوست داشته شدن و پذیرفته شدن می کنیم، چقدر دیگران نظر خوب و مثبتی به ما دارند و چقدر ما احساس خوبی نسبت به خود داریم. افرادی که اعتماد به نفسی سالم دارند، ارزش خود را درک کرده و از توانایی ها، مهارت ها و دستاوردهای خود احساس غرور می کنند. افرادی که اعتماد به نفس پایینی دارند احساس می کنند که هیچکس آنها را دوست ندارد و نمی پذیرد و نمی توانند در هیچ کاری موفق شوند. همه ما گاهی اوقات مشکلاتی با اعتماد به نفس خود پیدا می کنیم — مخصوصاً در دوران نوجوانی که تازه می خواهیم بدانیم که هستیم و چه نقشی در دنیا داریم. خوشبختانه چون تصویر ذهنی هر کس نسبت به خودش در طول زمان تغییر می کند، اعتماد به نفس ما در همه زمان ها در طول زندگی به یک اندازه نیست. احساس ما نسبت به خودمان می تواند بر نحوه زندگی کردن ما تاثیر بگذارد. افرادی که احساس می کنند دوست داشتنی هستند (به عبارت دیگر آنهایی که اعتماد به نفس بالایی دارند) روابط بهتری هم دارند. این افراد تمایل بیشتری برای کمک گرفتن از دوستان و خانواده شان دارند. افرادی که باور دارند می توانند به اهدافشان برسند و مشکلاتشان را حل کنند، در درس و تحصیل موفق تر هستند. داشتن اعتماد به نفس بالا باعث می شود بتوانید خود را پذیرفته و زندگی خوبی داشته باشید. از دیدگاه مشاوره روانشناسی، اعتماد به نفس یا اطمینان به خود: اعتقاد به توانایی انجام یک تکلیف و باور به حل مسئله و مشکل پیش رو است. بنابراین اعتماد به نفس به دو صورت مثبت یا منفی نشان داده می شود. در حالت مثبت فرد به امکان حل مشکل و انجام تکلیف باور دارد، اما در اعتماد به نفس منفی فرد اعتقاد دارد که انجام تکلیف و حل مشکل پیش رو خارج از توانایی او است. اگر توجه کرده باشید هر دو حالت اعتماد به خود جنبه ذهنی دارد اما تأثیر آن بر عملکرد قابل خواهد بود در حقیقت فرد با اعتماد به نفس مثبت برای انجام تکلیف و حل مشکل به فعالیت دست زده و فردی فعال خواهد بود اما کسی که اعتماد به نفس منفی داشته باشد منفعل باقی مانده و دست از شروع یا پرداختن به مشکل دست برمی دارد.

اعتماد به نفس را این گونه تعریف کرده اند که اعتماد به نفس یعنی ایمان به توانایی های ذاتی و استعداد های فطری خویش و ایمان به یاری خداوند در پرورش و گسترش آن ها. روان شناسان می گویند در اعتماد به نفس قدرتی است که توانایی ها و اقتدارتان را دو چندان می کند.

آنهایی که اعتماد به نفس کمتری دارند برای اینکه در مورد خودشان احساس خوبی داشته باشند به مقدار زیادی به تایید دیگران وابسته هستند. آنها معمولاً از ریسک کردن اجتناب میکنند به خاطر اینکه از شکست میترسند. معمولاً انتظار موفق شدن ندارند. معمولاً خودشان را دست کم میگیرند و اگر تشویق یا تحسین بشوند آنرا کوچک جلوه میدهند یا رد میکنند. برخلاف این افراد آدمهای با اعتماد به نفس ریسک رد شدن از طرف دیگران را قبول میکنند به خاطر اینکه به تواناییهای خودشان اعتماد دارند. آنها خودشان را میپذیرند و این حس را ندارند که باید خودشان را وفق بدهند تا پذیرفته شوند. اعتماد به نفس الزاماً خصوصی نیست که در همه ابعاد زندگی فرد تبلور داشته باشد. معمولاً افراد در بعضی از جنبه ها اعتماد به نفس دارند (مانند درس یا ورزش) اما در بعضی از جنبه ها اصلاً اعتماد به نفس ندارند (مثل تیپ و قیافه یا روابط اجتماعی). امروزه منشا تمامی تحولات اجتماعی تمامی تحولات اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی کشورها ریشه در نظام آموزش و پرورش دارد. بدون شک آموزش و پرورش هدفمند برنامه محور جامع نگر و پیشرفته جامعه توسعه یافته تری را رقم خواهد زد. انگیزه تحصیلی، انگیزه روان شناختی فراگیری است که با اثر گذاری بر انواع مختلف فعالیت های تحصیلی به تمایل فرد برای رسیدن به هدفهای تحصیلی اشاره دارد. این سازه با حصول آگاهی از چگونگی تاثیر فرآیندهای شناختی _ انگیزشی فرد بر فعالیتهای که برای پیشرفت تحصیلی وی اهمیت دارد، برآورد میشود (علایی خرایم، ۱۳۹۱).

کاهش انگیزه تحصیلی میتواند باعث نوعی بدبینی، اضطراب و بدنبال آن افت عملکرد تحصیلی دانش آموزان گردد. در حوزه آموزشی انگیزه یک پدیده سه بعدی است که در برگیرنده باورهای شخصی درباره توانایی انجام فعالیت مورد نظر، دلایل یا اهداف فرد برای انجام آن فعالیت و واکنش عاطفی مرتبط با انجام آن فعالیت است. در خصوص دانش آموزان مقطع متوسطه انگیزه تحصیلی از اهمیت خاصی برخوردار است. با این انگیزه دانش آموزان محرک لازم را برای به پایان رساندن موفقیت آمیز یک تکلیف رسیدن به یک هدف آموزشی یا دستیابی به درجه معینی از شایستگی در کار خود پیدا میکند تا بتواند موفقیت لازم را در امر یادگیری و پیشرفت تحصیلی کسب نمایند (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۸).

دراین تحقیق که از روش کمی پرسشنامه ای استفاده شده که شامل ۳۲ گویه برای سازه اعتماد به نفس و ۳۳ گویه مقیاس برای سازه انگیزش تحصیلی میباشد. پرسشنامه استاندارد بوده و مکرراً روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفته است بوسیله نرم افزار SPSS ۲۰ تست نرمالیت و داده های پرت مورد ارزیابی قرار گرفت که حکایت از نرمال بودن داده ها دارد همچنین آلفا کرونباخ برای همه مقیاسها تست گردید و کلیه مقیاسها در رنج قابل قبول قرار دارند. و همه آنها بالاتر از ۰.۷۷۶ واقع هستند. همچنین از بار عامل تاییدی برای روایی استفاده گردید. در نهایت بوسیله آزمون رگرسیون تاثیر اعتماد به نفس بر روی انگیزش تحصیلی مورد تایید قرار گرفت.

۲. مبانی تحقیق

اعتماد به نفس: اعتماد به نفس یعنی دیدن خود به عنوان فردی توانا با کفایت، دوست داشتنی و منحصر به فرد به تعبیر دیگر اعتماد به نفس یعنی آن احساس و شناختی که از توانایی ها و محدودیت های بیرونی و درونی خود دارید. اعتماد به نفس نگرش و رویکردی است که زندگی شما را به سوی موفقیت انگیزه و امکانات جدید هدایت می کند «پل مکن» (اعتماد به نفس سریع انتشارات سیمای دانش) نا برای سلامت روانی خود نیاز به احساس اعتماد به نفس مثبت و قوی داریم بنابراین برای برخورداری از اعتماد به نفس انسان نیاز دارد که از احترام و شان اجتماعی مطلوب و نگرش مثبت خویشتن بهره مند باشد. خود باوری یا اعتماد به نفس یکی از شرایط روحی است که شخص در آن بخاطر تجربه های قبلی، به توانایی ها و استعداد های خود در موفقیت انجام کارها بطور موفقیت آمیز اعتماد و باور دارد. خصوصیت دارا بودن اعتماد به خویشتن نقش حیاتی در توسعه و پیشرفت و موفقیت های یک فرد ایفا می کند. پژوهشگران دریافته اند که برخلاف آنچه تصور می شود، اعتماد به نفس کودکان تا سن پنج سالگی به طور کامل شکل می گیرد. محققان آمریکایی می گویند کودکان زمانی که پنج ساله می شوند، از احساس اعتماد به نفسی برخوردار هستند که به لحاظ تکامل با بزرگسالان قابل مقایسه است. تاکنون گمان می رفت که کودکان تا پیش از رسیدن به سنی که به دبستان بروند، کم سن و سال هستند و نمی توانند احساس منفی یا مثبت نسبت به خود داشته باشند.

در حقیقت اعتماد به نفس تقابلی است از این سه پدیده:

۱. باور
۲. رفتار
۳. احساس

گرچه نقطه شروع اعتماد به نفس باورهای مثبت و پیش برنده است، هر یک از این سه، چون اضلاع یک مثلث بر دو ضلع دیگر اثر می گذارد. در واقع هر باور و طرز تفکر مثبت، رفتار مثبتی به دنبال می آورد و بروز این رفتار، احساس مثبت خاصی در شخص ایجاد می کند. این احساس مثبت آن باور اولیه را تقویت میکند و باورهای استوار، رفتارهای استوارتر و گسترده تری به دنبال دارند؛ که به نوبه خود سبب به وجود آمدن احساسی خوب و عالی اند. کودکان به طور طبیعی با انگیزه برای یادگیری متولد می شوند. کودک تلاش می کند تا به یک اسباب بازی دست بزند. راه رفتن را یاد می گیرد. غذا خوردن بدون کمک دیگران را می آموزد. این اولین انگیزش ها برای یادگیری، بعدها پاسخ گوی فعالیت های وابسته به مدرسه مانند خواندن و

نوشتن است. زمانی که کودکان انگیزه ای برای یادگیری ندارند، یعنی مانعی در راه انگیزش طبیعی آن ها وجود دارد، احساس می کنند که به خوبی نمی توانند وظایف مربوط به مدرسه را انجام دهند و در نتیجه تلاش شان را متوقف میکنند، یا به اندازه کافی تلاش جدی از خود نشان نمی دهند. این قبیل کودکان، به راحتی سر خورده می شوند و از آنجا که تلاششان را متوقف می کنند و یادگیری آن ها با موفقیت همراه نمی شود، تجربه شور و هیجان ناشی از یادگیری مباحث جدید را کسب نمی کنند و معتقد می شوند هر موفقیتی که به دست می آورند به شانس و تصادف یا اوضاع و احوال مربوط است (مارتین و همکاران، ۱۹۹۵). چرا کودکان این گونه باورهای منفی را توسعه می دهند؟ گاهی اوقات این باور ها در کودکان شکل می گیرد و بر توانایی یادگیری آنان اثر می گذارد. برخی از عوامل اثرگذار بر یادگیری آنان اثر می گذارند. برخی از عوامل اثرگذار بر یادگیری عبارت اند از:

یاد گرفتن، وجود مشکلاتی در خلق و خود، به تأخیر انداختن امور و فشارهای روانی و افسردگی که این عوامل یادگیری در مدرسه را سخت تر می کنند. کودکانی که شکست در مدرسه را تجربه کرده اند تلاششان را برای یادگیری متوقف می کنند. زیرا آن ها این اعتقاد را در خود رشد می دهند که نمی توانند کاری را به درستی انجام دهند. نگرش های بزرگسالان در مورد موفقیت تحصیلی فرزندشان نیز می تواند بر روی اعتقادات کودکان اثرگذار باشد. والدین انتظاراتی دارند که غیر واقع بینانه است و می تواند موجب مایوس شدن فرزندانشان بشود رقابت در مدرسه (به گونه ای که همیشه یک نفر برنده و یک نفر بازنده می شود) می تواند برای کودکان بسیار مایوس کننده باشد، بویژه برای کودکانی که ممکن است هرگز در مدرسه بهترین نباشند. گرچه آن ها می توانند مطالب آموزشی فراوانی یاد بگیرند، موفقیت را تجربه نمی کنند یا موفقیت آن ها تشخیص داده نمی شود. این قبیل کودکان از انگیزش تحصیلی ضعیفی برخوردارند. هم چنین کودکانی که والدین آن ها یا همسالانشان فکر نمی کنند که مدرسه مهم است یا اهمیت مدرسه را تشخیص نمی دهند، انگیزش تحصیلی پایینی دارند. کارهای زیادی وجود دارد که والدین می توانند برای افزایش انگیزش تحصیلی فرزندانشان انجام دهند، از جمله حفظ کردن روابط خوب والد - فرزندی و آگاه کردن فرزندان از این نکته که مدرسه از نظر ایشان بسیار مهم است. بدین ترتیب فرزندان می توانند تلاش تحصیلی شان را افزایش دهند، آموزش عادات مطالعه صحیح و مفید، فراهم آوردن فرصت کسب موفقیت و نیز همکاری با معلم فرزندان دارای اهمیت فراوان است.

«انگیزه» عاملی است درونی که رفتار شخص را بر می انگیزد و جهت می دهد و آن را هماهنگ می سازد. انگیزه را بطور مستقیم نمی توان مشاهده کرد ولی وجود آن را از روی رفتار شخص می توان استنباط کرد. عامل بوجود آورنده انگیزش را انگیزه می نامند. در اثر یادگیری انسان آمادگی خاصی برای انجام رفتارهایی معین را می یابد که به آن انگیزش گفته می شود بنابراین مهمترین عامل در پیدایش انگیزه وجود انگیزه است. پیدایش انگیزه نیز ارتباط بسیار نزدیک با ویژگیهای طبیعی و اکتسابی وجود دارد. انگیزه ها را گاهی بعنوان نیازها، تمایلات، سائقها یا محرکات درونی تعریف می کنند (هرسی و بلانچارد، ۱۳۷۴) ترجمه علاقه بند،

انگیزه ها معمولاً معطوف به هدف می باشند و این انگیزه ها ممکن است آگاهانه، یا ناخودآگاهانه باشند، در این رابطه زیگموند فروید یکی از اولین کسانی بود که اهمیت انگیزش ناخودآگاه را تشخیص داد (هرسی و بلانچارد، ترجمه علاقه بند، ۱۳۷۴) انگیزه در واقع همان نیروی محرک انسان برای انجام رفتارها و اعمال او می باشد به گونه ای که اگر فردی از انگیزه کافی برای انجام یک فعالیت برخوردار نباشد، آن کار را ترک خواهد کرد. اما انگیزه ها به دو دسته انگیزه های درونی و بیرونی تقسیم می شوند. بطور کلی زمانی که به دنبال ایجاد تغییرات پایا و مستمر هستیم و زمان کافی برای اعمال برنامه ها داریم کار با سیستم انگیزش درونی نتایج مفیدتری خواهد داشت. بر این اساس برنامه های طولانی مدت از اصول مربوط بکارگیری انگیزش درونی استفاده می کنند. اما در مقابل برای بدست آوردن تغییرات سریع و شدید می توان از عوامل انگیزشی بیرونی که درواقع همان مشوق های ظاهری مانند استفاده از آنچه فرد دوست دارد و از آن لذت می برد؛ استفاده کرد. فرآیند تحصیل از عمده جریاناتی است که با سیستم انگیزشی درگیر است. فعالسازی و تقویت انگیزش درونی در دانش جویان اهداف مبتنی بر یادگیری آنها را برآورده خواهد ساخت و دوام و پایایی آنها را تضمین خواهد کرد. دانش جویی که دارای انگیزه

های درونی قوی می باشد، نه صرفاً بر مبنای کسب نمرات برتر، جوایز و امتیازات ویژه، بلکه بر اساس انگیزه های درونی خویش وارد عمل خواهد شد. غالباً افرادی که با تحمل انواع سختیها و مشقتها به دنبال رسیدن به اهداف خود هستند در واقع از انگیزش درونی خود به عنوان نیرو دهنده و تقویت کننده استفاده می کنند. افراد خود انگیزه یا افرادی که دارای انگیزش درونی هستند، نیاز به استفاده مداوم از انگیزشهای بیرونی ندارند. هر چند استفاده از این مشوقها آنها را فعالتر و انگیزه تر می سازد اما کاهش یا فقدان آنها چندان تاثیری در کاهش انگیزش آنها برای فعالیت و در نتیجه کاهش عملکردشان نخواهد داشت.

اما برای ایجاد انگیزه تحصیلی بهترین روش این است که پس از برطرف کردن موانع انگیزشی، همزمان به انگیزه های بیرونی و درونی پرداخت و آنها را تقویت نمود. به این ترتیب با وجود انگیزه های بیرونی فرد به سرعت نیرو بدست آورده و حرکت تحصیلی خود را آغاز خواهد نمود و تضمین و ادامه راهش نیز با بوجود آمدن انگیزه های درونی در طول زمان تضمین خواهد شد.

۳. روش شناسی تحقیق

در این تحقیق که از روش کمی پرسشنامه ای استفاده شده که شامل پرسشنامه اعتماد به نفس آیزنگ (۱۹۷۶)، ۳۰ گویه برای سازه اعتماد به نفس و پرسشنامه انگیزه تحصیلی هارتر (۱۹۸۱)، ۳۳ گویه مقیاس برای سازه انگیزش تحصیلی میباشد. پرسشنامه استاندارد بوده و مکرراً روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفته است بوسیله نرم افزار SPSS ۲۰ تست نرمالیت و داده های پرت مورد ارزیابی قرار گرفت که حکایت از نرمال بودن داده ها دارد همچنین آلفا کرونباخ برای همه مقیاسها تست گردید و کلیه مقیاسها در رنج قابل قبول قرار دارند. و همه آنها بالاتر از ۰.۷۷۶ واقع هستند. همچنین از بار عامل تاییدی برای روایی استفاده گردید. در نهایت بوسیله آزمون رگرسیون تاثیر اعتماد به نفس بر روی انگیزش تحصیلی مورد تایید قرار گرفت.

۴. یافته های تحقیق

از مجموع ۳۵۲ نفر دانشجو، ۶۷٪ دانشجوی دختر (۲۱۶ نفر) و ۳۳٪ پسر (۱۳۶ نفر) بودند.

جدول ۱- آزمون t تک نمونه ای جهت مقایسه میانگین اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی

متغیر	تعداد	میانگین	T	درجه آزادی	p-value
خوش بینی	۳۵۲	۳/۵۷±۰/۹۱	۵/۸۵	۳۵۱	۰/۰۰۱
مثبت اندیشی	۳۵۲	۳/۵۷±۰/۶۸	۵/۵۰	۳۵۱	۰/۰۰۱
رضایت زندگی	۳۵۲	۳/۵۶±۰/۷۹	۶/۶۵	۳۵۱	۰/۰۰۱
اعتماد به نفس	۳۵۲	۳/۵۳±۰/۴۳	۹/۶۵	۳۵۱	۰/۰۰۱
کوشش	۳۵۲	۳/۴۳±۰/۶۳	۴/۵۷	۳۵۱	۰/۰۰۱
عملکرد	۳۵۲	۳/۴۴±۰/۷۱	۴/۴۵	۳۵۱	۰/۰۰۱
استعداد	۳۵۲	۳/۴۰±۰/۶۷	۳/۷۵	۳۵۱	۰/۰۰۱
انگیزه تحصیلی	۳۵۲	۳/۴۲±۰/۵۲	۵/۳۲	۳۵۱	۰/۰۰۱

آزمون تی تک نمونه، و $p < ۰/۰۵$ معنادار است

تحلیل جدول ۱ نشان داد میانگین مؤلفه های اعتماد به نفس (۳/۵۳±۰/۴۳) و انگیزه تحصیلی (۳/۴۲±۰/۵۲) بالاتر از حد متوسط است. بالاترین میانگین در متغیر اعتماد به نفس مربوط به مؤلفه خوش بینی (۳/۵۷±۰/۹۱) و در انگیزه تحصیلی مربوط به مؤلفه کوشش (۳/۴۳±۰/۷۱) می باشد. آزمون تی نشان داد با توجه به سطح معناداری، میانگین همه مؤلفه ها و متغیرها در سطح خطای ۰/۰۵ معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر تأیید می شود.

جدول ۲- ضریب همبستگی بین هر یک از مؤلفه های اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی

متغیر	تعداد	R	P-value
اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی	۳۵۲	۰/۲۱	۰/۰۰۱

آزمون ضریب همبستگی پیرسون، و $p < ۰/۰۵$ معنادار است.

جدول ۲ نشان داد بین اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی دانشجویان ($r=۰/۲۱$) رابطه مثبت و معنادار دارد. ضریب تعیین نشان داد بین اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی ($۰/۰۴۱$) واریانس مشترک وجود دارد.

جدول ۳- ضرایب رگرسیون برای پیش بینی اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی

متغیر	B	Beta	خطای استاندارد	T	P-value
مقدار ثابت	۲/۸۰	-	۰/۲۲	۱۱/۸۳	۰/۰۰۰
اعتماد به نفس	۰/۲۵	۰/۲۱	۰/۰۶۹	۳/۴۰	۰/۰۰۲

ضریب رگرسیون، و $p < ۰/۰۵$ معنادار است.

جدول رگرسیون نشان داد اعتماد به نفس، ($B=۰/۲۱$ و $P=۰/۰۱$) قابلیت پیش بینی انگیزه تحصیلی دانشجویان را دارد و می تواند در مدل رگرسیونی قرار گیرند.

جدول ۴ مقایسه میانگین هر یک از متغیرها بر حسب جنسیت

متغیر	دانشگاه	تعداد	میانگین	T	P-value
اعتماد به نفس	دختر	۲۱۶	$۴/۲۵ \pm ۰/۷۳$	-۱/۳۲	۰/۲۹
	پسر	۱۳۶	$۴/۳۷ \pm ۰/۷۱$		
انگیزه تحصیلی	دختر	۲۱۶	$۴/۱۲ \pm ۰/۸۵$	۱/۴۶	۰/۰۵۵
	پسر	۱۳۶	$۴/۱۳ \pm ۰/۹۵$		

آزمون تی مستقل، و $p < ۰/۰۵$ معنادار است

تحلیل توصیفی جدول ۴ نشان می دهد که اعتماد به نفس دانشجویان پسر ($۴/۳۷ \pm ۰/۷۱$) و انگیزه تحصیلی دانشجویان دختر ($۴/۱۲ \pm ۰/۸۵$) کمی بیشتر از دیگری است اما آزمون تی مستقل نشان داد این تفاوت از نظر آماری معنادار نیست و فرض ادعای پژوهشگر رد می شود.

۵. بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر امکان بررسی میزان مهارت های تفکر و خودکارآمدی در دانشجویان فراهم گردید یافته ها نشان داد میانگین هر یک از مؤلفه های اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی از میانگین فرضی بیشتر بود. آزمون تی نشان داد با توجه به سطح معناداری، میانگین همه مؤلفه ها معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر تأیید شد. این نشان می دهد در بعد اعتماد به نفس، دانشجویان همواره به پیشرفت و ترقی فکر می کنند. اکثراً در گروه کاری خود، انگیزه و امید ایجاد می کنند، کار بدون هدف را انجام نمی دهند، موفقیت بدون طرح را غیر ممکن می دانند.

در بعد انگیزه تحصیلی، یافته ها نشان داد دانشجویان بر این باورند که می توانند با سعی و تلاش به مقاطع بالاتر بروند، خود را سخت کوش و مستعد می دانند و معتقدند از عهده انجام تکلیف درسی بر می آیند و شرایط را برای رشد و پیشرفت مساعد می دانند.

نتایج نشان داد بین اعتماد به نفس با انگیزه تحصیلی دانشجویان، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و هر چه اعتماد به نفس در دانشجویان افزایش یابد به همان میزان انگیزه تحصیلی آنان نیز افزایش پیدا می کند. همچنین ضریب رگرسیون نشان داد اعتماد به نفس قابلیت پیش بینی انگیزه دانشجویان را دارد و می تواند در مدل رگرسیونی قرار گیرد.

. تأیید رابطه میان اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی و شناسایی بعد یا ابعادی از اعتماد به نفس که بیشترین ارتباط را با انگیزه تحصیلی دارد، به مسئولان و دست اندرکاران نظام آموزشی کمک می کند تا با توجه به قابل رشد بودن اعتماد به نفس، زمینه های افزایش انگیزه تحصیلی در دانشجویان را فراهم نمایند تا دانشجویان بتوانند نقش خود را به عنوان دانشجویانی کارآمد در رشد و پیشرفت جامعه و موفقیت در زندگی ایفاء نمایند. همچنین تنوع در دروس آموزشی، امکانات آموزشی، استفاده از روش های پژوهشی و امکان اجرای تحقیقات علمی، ارتباط هر چه بیشتر دانشگاه ها با مراکز صنعتی و جامعه از جمله مواردی هستند که تأثیر به سزایی در افزایش انگیزه دانشجویان دارد.

از جمله محدودیت هایی که در ارتباط با این تحقیق وجود داشت، محدود بودن دامنه تحقیق به دانشجویان، محدود بودن دامنه تحقیق به دانشگاه آزاد واحد چالوس و عدم امکان تعمیم به مراکز و سازمان های آموزشی دیگر بود. از جمله محدودیت های دیگر تحقیق استفاده صرف از پرسشنامه های خودگزارش دهی برای ارزیابی متغیرها، بررسی و جمع آوری مقطعی داده ها و عدم همکاری برخی از دانشجویان در پاسخگویی به سئوالات پرسشنامه بود.

پرورش اعتماد به نفس در سطح بالا و ارتقاء سطح انگیزه تحصیلی دانشجویان به عنوان یکی از رسالت های مهم آموزش عالی، بکارگیری رویکردهای مناسب را ضروری می سازد. با توجه به نتایج مطالعه حاضر، بین اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و تا اندازه ای انگیزه تحصیلی دانشجویان به اعتماد به نفس آنان وابسته است. لذا دانشگاه ها و مراکز آموزشی می توانند نقش بسزایی در افزایش سطح اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی دانشجویان داشته باشند.

منابع

- علائی خرایم، علائی خرایم، قدم پور، & عزت اله. (۲۰۱۷). نقش باورهای خودکارآمدی و انگیزه پیشرفت در پیش بینی اضطراب امتحان دانش آموزان مقطع ابتدایی مبتلا به ناتوانی یادگیری. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، ۱۸(۳)، ۱۱۷-۱۰۹.
- جوهری، دواتی، & یوسفی. (۲۰۱۲). وضعیت تحصیلی دانشجویان دانشکده پزشکی دانشگاه شاهد طی سال های ۱۳۷۱ الی ۱۳۸۸. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۱(۹)، ۱۲۸۲-۱۲۸۹.
- شیربگی، ن.، محمدی، ف.، فردین، & محمدی. (۲۰۱۴). تبیین رابطه شناخت معلمان از اهداف مقطع متوسطه و اثربخشی آموزشی: (مطالعه موردی دبیران دبیرستان های شهر سنندج). مطالعات برنامه ریزی آموزشی، ۲(۳)، ۱۳۹-۱۷۰.