

## رابطه انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه

پریسا سلیمی<sup>۱</sup>، میلاد سلیمی<sup>۲</sup>، فاطمه یزدانی پور<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد برنامه ریزی درسی دانشگاه پیام نور تهران جنوب (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه

<sup>۳</sup> کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه

### چکیده

هدف پژوهش حاضر رابطه انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه بود. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند. نمونه آماری با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ۳۱۰ نفر از دانش آموزان در نظر گرفته شد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی بود. یافته‌ها نشان داد که بین انگیزه تحصیلی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $r = 0/52$  و  $p = 0/0001$ ). بین آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $r = 0/49$  و  $p = 0/0001$ ). متغیر انگیزه تحصیلی با ضریب بتای  $0/35$  و متغیر آسایش روانشناختی با ضریب بتای  $0/31$  می توانند به طور مثبت و معنی داری و می توانند خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد  $58\%$  از واریانس خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. نتایج تحلیل رگرسیون مرحله ای نیز نشان داده است که متغیر آسایش روانشناختی بعد از انگیزه تحصیلی به ترتیب پیش بینی کننده خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان می باشند.

**واژه‌های کلیدی:** انگیزه تحصیلی، آسایش روانشناختی، خودکارآمدی تحصیلی

## مقدمه

مدارس امروز به دلیل پیشرفت‌های 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 عرصهٔ تعلیم و تربیت و از همه مهم‌تر عدم قطعیت معرفت علمی، نه امکان انتقال همهٔ 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 دربارهٔ 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 (محمدخانی، ۱۳۹۹).

باورهای خودکارآمدی به عنوان فرآیند شناختی در روان‌شناسی مرضی، تحت عنوان خودکارآمدی ادراک شده پایین یا ناکارآمدی ادراک شده، نقش اساسی به عهده دارد. در خلال سالهای گذشته، صدها مقاله در مورد خودکارآمدی در مجله‌های مختلف علمی، روانشناسی، جامعه‌شناسی، علم حرکات بدن، سلامت عمومی، پزشکی و دیگر رشته‌ها، به چاپ رسیده است و این نشان دهنده اهمیت و جایگاه سازه خودکارآمدی در کیفیت زندگی و سلامت آدمیان می‌باشد. احساس کارآمدی بالا، سلامت شخصی و توانایی انجام تکلیف را به طرق متعدد افزایش می‌دهد، افرادی که به قابلیت‌های خود اطمینان دارند تکالیف مشکل را به عنوان چالش در نظر می‌گیرند که باید بر آن تسلط یابند، به جای اینکه آن را تهدیدآمیز ببینند و از آن اجتناب کنند، آنها اهداف چالش انگیز را انتخاب می‌کنند و متعهد باقی می‌مانند تا آن را به انجام برسانند. آنها اطمینان دارند که موقعیت‌های تهدیدآمیز را می‌توانند تحت کنترل خود درآورند. چنین برداشتی نسبت به قابلیت‌ها، تنیدگی و افسردگی را کاهش می‌دهد و به تکمیل تکالیف منجر می‌شود. بندورا<sup>۱</sup> (۲۰۰۱) خودکارآمدی را دریافت و داوری فرد درباره مهارت‌ها و توانمندی‌های خود برای انجام کارهایی که در موقعیت‌های ویژه بدان‌ها نیاز است، تعریف می‌کند. از سویی دیگر، احساس خودکارآمدی افراد را قادر می‌سازد تا با استفاده از مهارت‌ها در برخورد با موانع، کارهای فوق‌العاده‌ای انجام دهند، بنابراین خودکارآمدی عاملی مهم برای انجام موفقیت‌آمیز عملکرد و مهارت‌های اساسی لازم برای انجام آن است. خودکارآمدی بر میزان تلاش برای انجام یک وظیفه اثر می‌گذارد. افرادی که به کارآمدی خود باور دارند برای غلبه بر موانع و مشکلات تلاش‌های مضاعفی می‌کنند (غیبی، ۱۳۹۸).

انگیزه تحصیلی نیز از مهم‌ترین دوره‌های زندگی فرد است که بر تربیت و یادگیری ثمربخش و موفقیت‌آمیز فرد تاثیر می‌گذارد و لیاقت‌ها و توانایی‌ها ایجاد شده و پیشرفت‌های علمی حاصل می‌شود. اما در زندگی روزانه تحصیلی، دانش‌آموزان با انواع چالش‌ها، موانع و فشارهای خاص این دوره (از جمله نمرات ضعیف، تنش‌زاهای دانش‌آموزی، تهدید اعتماد به نفس در نتیجه عملکرد، کاهش انگیزش، تعامل و غیره) مواجه می‌شوند. برخی از دانش‌آموزان در برخورد با این موانع و چالش‌ها موفق عمل

<sup>۱</sup> Bandura

می‌کنند، اما گروه دیگری از دانش آموزان در این زمینه ناموفق هستند. بنابراین، باید ابعاد مختلف وضعیت تحصیلی دانش آموزان از جمله انگیزه تحصیلی و انگیزه عاطفی، شناختی و رفتاری آنان مورد بررسی قرار گیرند تا بتوان اطلاعات دقیق‌تری از وضعیت تحصیلی دانش آموزان به دست آورد (گالاگهر، ۲۰۱۸).

انگیزه تحصیلی، خودکارآمدی را در چارچوب زمینه روان‌شناسی مثبت منعکس می‌کند. انگیزه تحصیلی به صورت توانایی دانش‌آموز برای موفقیت در برخورد با موانع و چالش‌های تحصیلی که در مسیر زندگی تحصیلی معمول قرار دارند، تعریف شده است. همچنین انگیزه تحصیلی به پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش‌ها و موانعی که در عرصه مداوم و جاری تحصیلی تجربه می‌شوند، اشاره دارد. بی‌علاقگی، خستگی و فرسودگی تحصیلی (به عنوان نقطه مقابل انگیزه تحصیلی) رابطه معکوسی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد (صادقی و خلیلی، ۱۳۹۹). برخورداری از آسایش روانشناختی پایین می‌تواند بر روی عوامل شخصی، اجتماعی، فرهنگی و خانوادگی نیز اثر گذارد، آسایش روانشناختی ضعیف می‌تواند موجب بکارگیری مکانیسم‌های مقابله و سازگاری نامؤثر در افراد شده و متعاقباً موجب افزایش تنش در آنان گردد و افزایش تنش در ارتباط مستقیم با عوامل فیزیکی و جسمی بوده و می‌تواند شدت بیماری در افراد را افزایش دهد. بسیاری از محققین رابطه بین آسایش روانشناختی و صفات فردی را مورد بررسی قرار داده و عواملی را شناسایی کرده‌اند، این عوامل شامل میزان شناخت از خود؛ تنش‌های متحمل شده؛ دست‌یابی به اهداف زندگی؛ روش‌های مقابله و میزان سازگاری می‌باشند. به لحاظ اهمیت و دامنه‌ی فراگیر آسایش روانشناختی، عوامل مؤثر بر آن همواره بررسی شده است. در این میان، نقش سازمان‌ها و نحوه‌ی ارتباطات اعضای آن با یکدیگر در شکل‌گیری آسایش روانشناختی بسیار اساسی به نظر می‌رسد (احمدوند، ۱۳۹۸). از آنجایی که هر تحقیق به دنبال دست‌یابی به اطلاعاتی است که از جنبه‌های متعددی برای جامعه برنامه‌ریزان و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت مفید باشد لذا سعی شده، با انجام این تحقیق دست‌اندرکاران جامعه بخصوص معلمین وزارت آموزش و پرورش، پدران و مادران را که در ساختار شخصیتی کودک و آینده او تأثیر عمیقی دارند، به این امر آگاه نماید چرا که اگر بخواهیم دانش‌آموزان و فرزندان داشته باشیم که توسط دیگران موجود ضعیفی پنداشته نشوند و یا بتوانند در نزد دیگران محبوب واقع شوند، از روابطشان راضی باشند، به اهداف خود برسند و شخصیتی محکم و ثابت داشته باشند، لازم است در این زمینه کوتاهی نشود. لذا در این پژوهش سعی شده است که بررسی شود که آیا بین انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی در بین دانش‌آموزان رابطه وجود دارد؟

### روش پژوهش:

پژوهش حاضر با توجه به هدف کاربردی و شیوه اجرا از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه شهر کرمانشاه بودند که ۲۸۵۰ نفر بودند. نمونه آماری نیز با استفاده روش نمونه‌گیری تصادفی و بر حسب جدول مورگان تعداد ۳۱۰ نفر انتخاب خواهند شد. برای این کار ابتدا از شهرک‌های مختلف آموزش و پرورش شهر کرمانشاه و از بین مدارس دبیرستان پسرانه موجود در این شهرک‌ها، ۲ مدرسه به صورت تصادفی انتخاب و از هر مدرسه ۴ کلاس انتخاب گردید. در نهایت تعداد ۳۱۰ نفر به عنوان نمونه آماری برگزیده شد.

## ابزار های پژوهش:

در این پژوهش از سه پرسشنامه استاندارد شده استفاده شد.

(۱) **پرسشنامه انگیزه تحصیلی:** این پرسشنامه توسط هرمنس (۲۰۰۰) تدوین و 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 انگیزه بود. او همچنین ضریب همبستگی دو تا از پرسشها را با رفتارهای پیشرفت 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 ۰/۸۲ و ۰/۸۵ به دست آمد (مهرافروز، ۱۳۹۸).

(۲) **پرسشنامه آسایش روانشناختی:** این پرسشنامه توسط ریف در سال (۱۹۸۹) به منظور اندازه گیری مقیاس های آسایش روانشناختی ساخته شد. ریف و کینر (۱۹۸۹) این الگو را پیشنهاد کردند که توسط پژوهشگران بسیاری بررسی شده است آنها برای اندازه گیری مولفه های آسایش روانشناختی نسخه ی اصلی مقیاس های آسایش روانشناختی که دارای ۱۸ گزاره توصیفی بود ساختند. این پرسشنامه دارای شش مولفه روابط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند، پذیرش خود، رشد فردی و خودمختاری است و در یک طیف لیکرت ۶ درجه ای شامل کاملاً مخالف تا کاملاً موافق مشخص می سازد که تا چه حد با هر یک از عبارات موافق یا مخالف طراحی شده. همچنین از جمع کل نمرات آسایش روانشناختی کل بدست می آید (ریف، ۲۰۰۹؛ به نقل از حسینی، ۱۳۹۸).

روایی و پایایی: پایایی این پرسشنامه در پژوهش های متعدد گزارش شده است. دایرونیک (۲۰۱۵) همسانی درونی خرده مقیاس ها را مناسب و آلفای کرونباخ آنها را بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۰ یافته است. زنجانی طبسی در سال (۱۳۹۹) آزمون آسایش روانشناختی را بر روی دانش آموزان دانشگاه تهران هنجارهایی نمود و با روش همسانی درون پایایی را برای کل آزمون آسایش روانشناختی برابر ۰/۹۴ و برای خرده مقیاس های آن بین ۰/۶۲ تا ۰/۹۰ گزارش می کند اعتبار پرسشنامه همبستگی مقیاس آسایش روانشناسی ریف با مقیاس رضایت از زندگی، پرسشنامه خودکارآمدی و پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ به ترتیب ۵۸/۴۷، ۰/۰ و ۰/۴۶ بدست آمد (زنجانی طبسی، ۱۳۹۹).

(۳) **پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی مورگان-جینکز:** پرسشنامه خودکارآمدی 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

<sup>1</sup> Hermans achievement motivation inventory

<sup>2</sup>Morgan-Jinks

پرسشنامه خودکارآمدی 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 خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان به سه طیف (خودکارآمدی تحصیلی کم، خودکارآمدی تحصیلی متوسط و خودکارآمدی تحصیلی زیاد) تقسیم بندی شد. به طوری که نمرات ۳۰ تا ۶۰ نشان دهنده خودکارآمدی تحصیلی کم، نمرات ۶۱ تا ۹۰ معرف خودکارآمدی تحصیلی متوسط و نمرات ۹۱ تا ۱۲۰ نشان دهنده خودکارآمدی تحصیلی زیاد است.

### یافته ها

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار نمره متغیرهای انگیزه تحصیلی، آسایش روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان

متغیر های پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
انگیزه تحصیلی	۵۵/۹۴	۱۸/۵۲	
آسایش روانشناختی	۶۷/۱۱	۸/۰۲	۳۱۰
خودکارآمدی تحصیلی	۵۷/۷۴	۱۰/۱۶	

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار نمره متغیرهای انگیزه تحصیلی، آسایش روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان را نشان می دهد.

جدول ۲ ضرایب همبستگی ساده بین انگیزه تحصیلی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان

متغیر	ملاک	شاخص آماری	ضریب همبستگی	سطح	تعداد
متغیر پیش بین	متغیر پیش بین	(۲)	معنی داری (p)	نمونه (n)	
خودکارآمدی تحصیلی	انگیزه تحصیلی		۰/۵۲	۰/۰۰۰۱	۳۱۰

همان طوری که در جدول ۲ ملاحظه می شود بین انگیزه تحصیلی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $r = 0/52$  و  $p = 0/0001$ ). به عبارت دیگر، هر اندازه انگیزه تحصیلی دانش آموزان بیشتر باشد میزان خودکارآمدی تحصیلی آنان نیز بیشتر خواهد بود.

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده بین آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان

متغیر	ملاک	شاخص آماری	ضریب همبستگی	سطح	تعداد
متغیر پیش بین			(r)	معنی داری (p)	نمونه (n)
انگیزه تحصیلی	خودکارآمدی تحصیلی		۰/۴۹	۰/۰۰۰۱	۳۱۰

همان طوری که در جدول ۳ ملاحظه می شود بین آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ( $p=0/0001$  و  $r=0/49$ ). به عبارت دیگر، هر اندازه آسایش روانشناختی دانش آموزان بیشتر باشد میزان خودکارآمدی تحصیلی آنان نیز بیشتر خواهد بود.

جدول ۴ ضرایب رگرسیون چندگانه متغیرهای پیش بین (انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی) با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان با روش ورود همزمان و مرحله ای

روش	متغیرهای پیش بین	R	R <sup>2</sup>	F	p=	$\beta$	t	p=
«ورود»	انگیزه تحصیلی	۰/۵۸	۰/۳۳	۴۷/۵۵	۰/۰۰۰۱	۰/۳۵	۸/۴۱	۰/۰۰۰۱
	آسایش روانشناختی	۰/۵۸	۰/۳۳	۴۷/۵۵	۰/۰۰۰۱	۰/۳۱	۷/۶۵	۰/۰۰۰۱
«مرحله ای»	۱- انگیزه تحصیلی	۰/۵۲	۰/۲۷	۳۶/۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۵۲	۸/۲۵	۰/۰۰۰۱
	۲- آسایش روانشناختی	۰/۵۴	۰/۲۹	۴۱/۵۵	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵	۶/۸۵	۰/۰۰۰۱
						۰/۴۱	۵/۹۶	۰/۰۰۰۱

همان طوری که در جدول ۴ ارائه شده است، رگرسیون پیش بینی خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان از روی متغیرهای انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی معنی دار می باشد ( $p < 0/0001$  و  $F=45/67$ ). متغیر انگیزه تحصیلی با ضریب بتای ۰/۳۵ و متغیر آسایش روانشناختی با ضریب بتای ۰/۳۱ می توانند به طور مثبت و معنی داری و می توانند خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی کنند. همچنین، مقدار  $R^2$  نشان می دهد ۵۸٪ از واریانس خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود. نتایج تحلیل رگرسیون مرحله ای نیز نشان داده است که متغیر آسایش روانشناختی بعد از انگیزه تحصیلی به ترتیب پیش بینی کننده خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان می باشند.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد بین انگیزه تحصیلی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر اندازه انگیزه تحصیلی دانش آموزان بیشتر باشد میزان خودکارآمدی تحصیلی آنان نیز بیشتر خواهد بود. در تبیین این نتایج میتوان گفت که مدارس امروز به دلیل پیشرفت های مختلف علوم و تغییرات همزمان در هدف های آموزشی سعی خود را بیشتر به انتقال اطلاعات و حقایق علمی معطوف کرده اند؛ 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 عرصهٔ تعلیم و تربیت و از همه مهم‌تر عدم قطعیت معرفت علمی، نه امکان انتقال همهٔ 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 به تنهایی فکر کنند، تصمیم بگیرند، و دربارهٔ 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. باورهای خودکارآمدی به عنوان فرآیند شناختی در روان‌شناسی مرضی، تحت عنوان خودکارآمدی 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 می‌دهد، افرادی که به قابلیت‌های خود اطمینان دارند تکالیف مشکل را به عنوان چالش در نظر می‌گیرند که باید بر آن تسلط یابند، به جای اینکه آن را تهدیدآمیز ببینند و از آن اجتناب کنند، آنها اهداف چالش‌انگیز را انتخاب می‌کنند و متعهد باقی می‌مانند تا آن را به انجام برسانند. آنها اطمینان دارند که موقعیت‌های تهدیدآمیز را می‌توانند تحت کنترل خود درآورند. چنین برداشتی نسبت به قابلیت‌ها، تنیدگی و افسردگی را کاهش می‌دهد و به تکمیل تکالیف منجر می‌شود.

نتایج نشان داد بین آسایش روانشناختی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر اندازه آسایش روانشناختی دانش‌آموزان بیشتر باشد میزان خودکارآمدی تحصیلی آنان نیز بیشتر خواهد بود. در تبیین این نتایج میتوان گفت که دانش‌آموزان هر جامعه به عنوان قشر آینده ساز هر کشور، گروهی هستند که بخش عمده برنامه ریزی و بودجه هر کشور را به خود اختصاص می‌دهند. آنان از هوشمندترین و مستعدترین اقشار جامعه می‌باشند، لذا توجه به ابعاد روان‌شناختی آن‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (پورطاهریان، ۱۴۰۰). از سوی دیگر تحقیقات بسیاری نشان داده است دانش‌آموزانی که از لحاظ پایگاه اقتصادی-اجتماعی خانواده، توانایی و استعداد یادگیری بسیار شبیه به هم هستند در پیشرفت تحصیلی تفاوت‌های زیادی با یکدیگر دارند. این تفاوت‌ها به تفاوت در سرزندگی دانش‌آموزان برمی‌گردد (حبیب‌الهی، ۱۴۰۰). خودکارآمدی دریافت و داوری فرد درباره مهارت‌ها و توانمندی‌های خود برای انجام کارهایی که در موقعیت‌های ویژه بدن‌ها نیاز است. از سویی دیگر، احساس خودکارآمدی افراد را قادر می‌سازد تا با استفاده از مهارت‌ها در برخورد با موانع، کارهای فوق‌العاده‌ای انجام دهند، بنابراین خودکارآمدی عاملی مهم برای انجام موفقیت‌آمیز عملکرد و مهارت‌های اساسی لازم برای انجام آن است. خودکارآمدی بر میزان تلاش برای انجام یک وظیفه اثر می‌گذارد. افرادی که به کارآمدی خود باور دارند برای غلبه بر موانع و مشکلات تلاش‌های مضاعفی می‌کنند. بدون شک در دنیای پیشرفته امروزی یکی از علایم موفقیت فرد، خودکارآمدی می‌باشد که بدون آن توسعه و ترقی هیچ کشوری امکان پذیر نخواهد بود. ترقی هر کشوری رابطه مستقیم با پیشرفت علوم و دانش و تکنولوژی آن کشور دارد و پیشرفت علمی نیز حاصل نمی‌شود مگر اینکه افراد خلاق تربیت شده باشند، پیشرفت 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 می‌شود. دانش

آموزان 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 کشورها دانست. تجارب کشورهای پیشرفته 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 پیشرفت 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 پیشرفت 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، ۱۳۹۸). 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 انگیزه تحصیلی و یادگیری تأثیرات متفاوتی داشته باشند. یکی از ویژگی هایی که در جامعه ی ما معمولاً به آن توجه می شود، خودکارآمدی است که تأثیر 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 تأثیر 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 عملکرد 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 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.



نتایج نشان داد رگرسیون پیش بینی خودکارامدی تحصیلی در دانش آموزان از روی متغیرهای انگیزه تحصیلی و آسایش روانشناختی معنی دار می باشد. متغیر انگیزه تحصیلی با ضریب بتای ۰/۳۵ و متغیر آسایش روانشناختی با ضریب بتای ۰/۳۱ می توانند به طور مثبت و معنی داری و می توانند خودکارامدی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی کنند. در تبیین این نتایج میتوان گفت که همچنین به گفته بندورا که اعتقاد دارد افراد در مورد توانمندی های خود (خودکارامدی) تابع حالات جسمانی، که آنها نیز به نوبه خود متاثر از حالات عاطفی و رفتاری شخص و به طور کلی، سازگاری در تمام ابعاد آن می باشد، هستند. هیجانات منفی مانند ترس، اضطراب، تنش و افسردگی سبب می شود که افراد در انجام وظایف، توانایی های خود را دست کم بگیرند، که این در واقع مفهوم خودکارامدی پایین است. افرادی با خودکارامدی پایین، احساس می کنند در اعمال کنترل بر رویدادهای دختردگی درمانده و ناتوانند. آنها معتقدند هر تلاشی که می کنند بیهوده است. در مواجهه با موانع، اگر تلاشهای اولیه در برخورد با مشکلات بی نتیجه بوده باشد، سریعاً قطع امید می کنند. حالات روحی و روانی مانند خستگی، عصبانیت و درد و رنج در فرد که از نشانه های خودکارامدی پایین است، منجر به نقصان در سازگاری در محیط اجتماعی فرد می شود. همچنین، افراد با خودکارامدی بالا، نیز معتقدند که می توانند بطور موثر با رویدادها و شرایط، مواجه شوند. از آنجایی که این افراد در غلبه بر مشکلات انتظار موفقیت دارند، در تکالیف، استقامت نموده و اغلب در سطح بالایی عمل می کنند. این افراد نسبت به اشخاصی با خودکارامدی پایین، به تواناییهای خود اطمینان بیشتری داشته و تردید کمتری نسبت به خود دارند. آنها مشکلات را چالش می بینند نه تهدید، و فعالانه موقعیتهای جدید را جستجو می کنند. خودکارامدی بالا، ترس از شکست را کاهش می دهد، سطح آرزوها را بالا می برد و توانایی مساله گشایی و تفکر تحلیلی را بهبود می بخشد و سبک حل مسئله فرد را بالا می برد.

#### منابع:

توحیدی، محسن. (۱۴۰۰). مطالعه سبک های اسنادی، اضطراب و انگیزه تحصیلی با پیشرفت تحصیلی درمیان دانش آموزان پسر سال اول دبیرستان دولتی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه تربیت معلم. دهقانی، مرضیه، جوادی پور، محمد، اسلام دوست، سعید. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین باورهای فراشناختی و خودکارامدی معلمان با صلاحیت های حرفه ای آنان، فصلنامه پژوهش های کاربردی روانشناختی، دوره ۵، شماره ۴، صفحه ۵۱-۶۸ غیبی، معصومه. (۱۳۹۸). رابطه بین سبک های یادگیری و خودکارامدی 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. پورطاهریان، زبیده، خسروی، معصومه، محمدی فر، محمدعلی. (۱۴۰۰). نقش راهبردهای فراشناختی خواندن و عادت های مطالعه در انگیزش پیشرفت دانش آموزان دختر، مجله ی روان شناسی مدرسه، دوره ۳، شماره ۱، بهار، صفحه ۲۲-۳۶ صادقی، احمد خلیلی، جعفر. (۱۳۹۵). بررسی نقش ابعاد یادگیری خودراهبر در پیش بینی سرزندگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان، نوآوری های مدیریت آموزشی، ۶ (۳): ۱۰۹-۱۲۸. میکائیلی منیع، امید، فتحی، آرش، شهودی، فهیمه، زندی، سعید. (۱۳۹۴). تحلیل روابط بین امید، خوداثربخشی و تنش گرها با انگیزش و انگیزه تحصیلی در میان دانشجویان کارشناسی دانشگاه ارومیه، فصلنامه گام های توسعه در آموزش پزشکی. ۶ (۲): ۱۱۸-۱۱۰.

مرادی، امیر، دهقانی زاده، ثمین، سلیمانی خشاب، مهین. (۱۳۹۴). حمایت اجتماعی ادراک شده و انگیزه تحصیلی: نقش واسطه ای باورهای خوداثربخشی تحصیلی، *فصلنامه پژوهش های روان شناختی*، ۱۱: ۹-۳۲.

عبدالملکی، جمال، شهریاری، شاپور. (۱۴۰۰). بررسی رابطه سرمایه اجتماعی و هوش هیجانی با سلامت روان در کارکنان فرماندهی دریابانی استان بوشهر، *پژوهشنامه مطالعات مرزی*، ۲(۲)، ۱۱۹-۱۲۸.

حامدی، مسعود. (۱۳۹۹). بررسی پیش بینی کننده ی حالت فراشناختی و خودکارآمدی در تبیین اضطراب امتحان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.

مصلی نژاد، لیلیا؛ سبحانیان، سعید (۱۳۹۱). بررسی تفکر انتقادی در دانشجویان آموزش مجازی و سنتی رشته کامپیوتر، *مجله گام های توسعه در آموزش پزشکی*، شماره ۲.

سلطانی مجد، سید امیر هوشن، احسان تقی زاده، محمد، زارع، حسین. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش گروهی مهارتهای تحصیلی بر خودکارآمدی و انگیزش پیشرفت دانش آموزان، *مجله علمی - پژوهشی های علوم شناختی و رفتاری سال چهارم*، شماره دوم.

برخورداری، معصومه؛ جلال منش، شمس الملوک و محمودی، محمود (۱۳۸۸). ارتباط گرایش به تفکر انتقادی و عزت نفس در دانشجویان پرستاری، *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، صص ۱۳-۱۹.

صفری یحیی، یوسف پور نسرین، امیری روشن، قاسمی سمانه. (۱۴۰۰). ارزیابی ابعاد سبک های تفکر و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه. *مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی*؛ ۸ (۱۷): ۳۸-۴۶

محمد پور، حسین. (۱۳۸۷). *بررسی رابطه بین انگیزه تحصیلی و سلامت روان با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سوم متوسطه شهرستان لامرد*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.

محمدی زاده، رضا. (۱۳۸۷). *بررسی رابطه انگیزه تحصیلی با عملکرد دبیران دبیرستانهای شهر بم*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان.

Areepattamannil, S, Freeman, J.G. (2008). Academic achievement, academic self-concept, and academic motivation of immigrant adolescents in the Greater Toronto Area Secondary Schools. *Journal of Advanced Academics*, 19(4):700-743.

Angeli, chorula. Valdis, Nicos (2020). In struational effects on critical thinking performance on ill-defined issues. Department of ducation, university of Cyprus, ۱۱-۱۲ dramas street, Nicosia cy-۱۶-۷۸, Cyprus

Akane zusho, paul R. pintrich, kai S. cortiona, G2021. (.). Motives, goals, and adaplive patterens of performance in Asian American and Anglo American students Lerarning and Individual Differenens , Vol ۱۵(۲), pager ۱۴۱-۱۵۸

Madhu, S.Mamta, K. Pooja, E. (2017). Metacagnitire Application process: Aframe work for Teaching Effective Thinking skills in FYE courses .Apaper presented at the college survival Becoming a master student Nationalconference.

Tiwana, H. McLean, S. (2016). Per Fectionism in adolescent school students: Relations with motivation ,achievement, and well-being personality and Individual Differences ., *Jornal of Arts and Hamanities in tligher education*, ۴۲(۷), ۱۳۷۹-۱۳۹۸

Collins, W. (۲۰۲۱) Contextual constructivism, constructivist perspectives on science and mathematics Education . Journal of counseling and Development .pp ۵۷-۶۹

Kevin, C. Gary B2021 .(.)Student self-identity as a critical thinking .Journal of marketing education.۳۱-۳۹ ,۳۱ ,

Magnussen, E, Sanft, M. (2020). Metacognitive Application process: A frame work for Teaching Effective Thinking skills in FYE courses .A paper presented at the college survival Becoming a master student National conference.

Joachim S, Anna R.(2021).Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation ,achievement, and well-being personality and Individual Differences ,vol, ۴۲(۷), pager .۱۳۷۹-۱۳۹۸

Ruhland, D. Martin G. Feld, S .(۲۰۱۴) Role problems and the relationship of achievement motivation to scholastic performance Journal of Educational psychology. Pages .۹۵۰-۹۵۹

Slavin. R. J. (2019 .)Raising the Achievement of all students: Teaching for successful intelligence .Educational psychology Review. Plenum publishing corporation.

Deniel E2019.(.)Academic freedom critical thinking and teaching ethics .Jornal of Arts and Hamanities in thigher education, ۵, .۱۹۹-۲۰۸

Harrison , L.J, Clarke , L., Ukgerer . J .A. (2021) . children,s drawing provid a new perspective on teacher – child relation quality and school adjustment . Australia Macguarie university . Early childhood Research Quarterly . 55-71 .

Gallo, M. .Ronaldo, V. (2021). Intrinsic versus extrinsic motivation: a study of undergraduate student motivation in science, Teaching & Learning, ۶(۱), .۹۵-۱۰۶

Khurshid, F., Tanveer, A .Qasemi, F. N. (2020). Relationship between study habits and academic achievement among Hostel living and Day ascholars ,Univerity students, British Journal of Humanities and Sciences, ۳(.۳۴-۴۲ ,(۲

Madhu, G., Mamta, D .Pooja, P. (2020). Achievement motivation: a major factor in determining academic achievement, Asian Journal of Multidimensional Research, ۱,(۳ .۲۲۷۸-۴۸۵۳.

Westland E, Arche T.(2021) Exploring cross-cultural difference in self concept. Cross Cult Res.;35(3):280-302.