

نقش آموزش راهبرد های شناختی و فراشناختی در خود تنظیمی و انگیزش

تحصیلی دانش آموزان

نام و نام خانوادگی نویسنده اول (پرویز محمدی فر)

وابستگی سازمانی نویسنده دانشگاه آزاد کرمانشاه

آدرس پست الکترونیک نویسنده اول

آدرس پست الکترونیک نویسنده (parviz.2030 @Gmail.com)

نام و نام خانوادگی نویسنده دوم (فرامرز ملکیان)

وابستگی سازمانی نویسنده (دانشگاه کرمانشاه ، آ زاد)

آدرس پست الکترونیک نویسنده (Faramarz.malekian۴۵@yahoo.com)

Parviz mohamadifar , .malekian Faramarz

Email: parviz.2030 @Gmail.com

چکیده

این تحقیق با هدف نقش آموزش مبتنی بر راهبرد های شناختی و فراشناختی در خودتنظیمی و انگیزش تحصیلی دانش آموزان مدارس دخترانه هوشمند شهر کرمانشاه به انجام رسید. روش تحقیق به صورت نیمه آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل و به صورت پیش آزمون و پس آزمون بود. تعداد ۵۹ دانش آموز دختر به صورت تصادفی به دو گروه تقسیم و هر دو گروه به طور همزمان پرسشنامه انگیزش تحصیلی (والرند ۱ و همکاران ۱۹۹۲) و راهبرد های انگیزشی (MALQ) که توسط پینتریچ، اسمیت ۲، گارسیا ۳ و مک کیچی ۴ (۱۹۹۱) را تکمیل نمودند. نتایج از طریق نرم افزار SPSS 18 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان تاثیر آموزش بر زیر شاخص های انگیزش تحصیلی غیر از شاخص بی انگیزشی معنا دار بود. نتایج تحقیق بیانگر این است که راهبردهای یادگیری قابل آموزش و یادگیری اند و آموزش این راهبردها در ارتقا انگیزش تحصیلی و خود تنظیمی تاثیر گذار است.

کلمات کلیدی

آموزش های شناختی و فرا شناختی، انگیزش تحصیلی، راهبرد های انگیزشی ، مدارس هوشمند .

مقدمه

رسیدن به هر هدفی، نیازمند شناخت و کاربرد راهبردها و روش های صحیح رسیدن به آن هدف می باشد. یادگیری هم به عنوان یک هدف از این قاعده مستثنی نیست. با توجه به مسأله اساسی این تحقیق که دیگر دریافت منفعل اطلاعات و حفظ کردن آن ها، شاخص یادگیری مطلوب مورد نیاز در آینده نیست اکنون از فراگیران انتظار می رود به طور

¹Vallerand RJ

۲ . Smith

۳ . Garcia

انتقادی درباره آنچه شنیده اند و یا خوانده اند بیندیشند؛ روابط بین ایده ها را بررسی کنند و در فرآیند تصمیم گیری درگیر شوند (صادقی و محتشمی، ۱۳۸۹). افراد با تواناییهای یکسان، هنگامی که با مشکلات یادگیری روبه‌رو می‌شوند، انواع پاسخ‌ها را ارائه می‌دهند. بعضی از افراد با وجود تواناییهای سطح بالا، دشواری‌ها را آنچنان بزرگ جلوه می‌دهند. که به نظر می‌رسد توانایی آنها محدود است. و از اینکه تلاشهای آنها به موفقیت بینجامد، ناامید هستند. (نخستین گلدوست، اصغر ومعینی کیا، ۱۳۸۸). و این درحالی است که بسیاری از مشکلات یادگیری و انتقال، به دانش آموزان ناشی از فقدان مهارت‌های شناختی و فرا شناختی در آنهاست مهارت‌های یادگیری و مطالعه یا همان راهبرد های شناختی و فراشناختی آموزش پذیرند. ضروری است فعالانه به آموزش و یادگیری آنها پرداخته شود نه اینکه منتظر ظهور خود به خودی آنها باشیم (کارشکی، ۱۳۸۱). مهارت‌های شناختی می‌تواند دامنه ای از رفتارها و نگرشها از قبیل تنظیم وقت و برنامه ریزی و راه‌های اندوختن و سازمان دهی اطلاعات که تحت تاثیر موضوع مورد مطالعه برانگیخته می‌شوند، را در بر بگیرد. علاوه بر این می‌تواند عناوین دیگری چون عادات مطالعه، فرایندهای یادگیری و نگرشهای مطالعه را هم در بر بگیرند (بحرانی، ۱۳۷۳). بنابر این راهبرد شناختی به هرگونه رفتار، اندیشه یا عمل گفته می‌شود که یادگیرنده در ضمن یادگیری مورد استفاده قرار می‌دهد و هدف آن کمک به فراگیر، سازماندهی و ذخیره سازی دانش‌ها و مهارت‌ها و نیز سهولت بهره برداری از آنها در آینده است (ملکی، ۱۳۸۴). فرایندهای شناختی و فراشناختی بیشترین تأثیر را بر یادگیری دانش آموزان دارند. به طور کلی، آموزش راهبرد های فرا شناختی، زمینه درگیری علمی، منبع کنترل درونی، اسنادهای مثبت، انگیزش پیشرفت، خلاقیت و سازندگی. خود مسئولیت پذیری را در افراد فراهم کرده و حس اعتماد به نفس در امور زندگی را تقویت می‌کند، و افراد را قادر می‌سازد که مشکلات را شناسایی نمایند و فعالیت‌های خود را در بوته‌ی آزمایش و بررسی قرار دهند آزاد و مستقل عمل کنند و بهترین راه حل‌ها را در امور مختلف ارائه دهند (یوسف زاده و همکاران، ۱۳۹۰). پاریس و وینوگارد (۱۹۹۰) به این مسئله اشاره نموده‌اند که فرا شناخت می‌تواند در دانش آموزان ایجاد انگیزه کند و یادگیری را بهبود دهد (غباری بناب و راقبیان، ۱۳۸۷). نتایج بسیاری از تحقیقات داخلی و خارجی نشان می‌دهد که آموزش‌های شناختی و فراشناختی هم بر انگیزه تحصیلی و هم بر خودتنظیمی برای یادگیری نقش اساسی دارند. بطورمثال در پژوهش (اوم چی، ۲۰۰۶) به نقل از حافظی، همکاران (۱۳۹۰). یادگیری خود تنظیمی یک موضوع مهم برای یادگیری انسان است و روان‌شناسان تربیتی بر شرکت فعالانه یادگیرنده در فرایند یادگیری به جای تجربه یادگیری انفعالی تأکید می‌کنند. (ملکی، ۱۳۸۴) در پژوهشی تحت عنوان « بررسی تأثیر مهارت‌های فراشناختی بر آموزش علوم » نشان داد که اجرای آموزش موفق وابسته به آموزش مهارت‌های فراشناختی است. منوچهری اردستانی و همکاران (۱۳۹۰) در

تحقیق خود تحت عنوان اثر بخشی آموزش راهبردهای شناختی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان حساب نارسائی چهارم و پنجم دبستان شهر تهران دریافتند که راهبردهای مطالعه و یادگیری در یادگیری مطالب آموزشی دانش آموزان تأثیر دارد و راهبردهای شناختی حافظه فعال ارتباط نزدیک با یادگیری ریاضیات و خواندن و نوشتن و پیشرفت تحصیلی و فعالیت های کلامی روزانه و رفتارهای شناختی دارد. به اعتقاد پینترج و دی گروت (۱۹۹۰). ویژگی این راهبردها شناختی و فرا شناختی آن است که سطح برانگیختگی را بالا برده و میزان درگیری شناختی را افزایش و نهایتاً عملکرد تحصیلی را بهبود می بخشد (محمودی، ۱۳۷۷). با توجه به اطلاعات فوق و نبود تحقیقی که راهبرد های شناختی و فراشناختی را توأمان بر انگیزه تحصیلی و خود تنظیمی در مدارس هوشمند بسنجد این تحقیق بر آن است که نشان دهد آیا بین این آموزش ها و انگیزه تحصیلی و خود تنظیمی رابطه وجود دارد.

متن اصلی مقاله

جامعه آماری مورد پژوهش کلیه دانش آموزان پایه سوم دختر مقطع راهنمایی ناحیه ۳ شهر کرمانشاه که در مدارس هوشمند مشغول به تحصیل هستند، می باشد. در این تحقیق از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شد. بدین صورت که در بین مدارس هوشمند یک مدرسه به صورت تصادفی انتخاب و از بین این مدارس نیز دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب گردید. در نهایت تمام دانش آموزان هر کلاسی به صورت تمام شماری در نمونه آماری این تحقیق قرار گرفتند. مجموع این دو کلاس ۵۹ نفر دختر بودند که به دو گروه آزمایش (۲۹ نفر) و گروه کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. داده های پژوهش با استفاده از پرسشنامه های «انگیزش تحصیلی» و پرسشنامه «راهبردهای خودتنظیمی یادگیری» جمع آوری شد. مقیاس انگیزش تحصیلی دارای ۲۸ عبارت است و ۴ عبارت به هر زیر مقیاس اختصاص دارد. این آزمون یک ابزار خود گزارشی است و آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرتی ۷ درجه از (اصلاً = ۱ تا کاملاً = ۷) مشخص سازد شیوه نمره گذاری این پرسشنامه به این صورت است که باید امتیاز همه عبارت مربوط به زیر مقیاس مورد نظر را باهم جمع نمود به طوری هر زیر مقیاس نمره ای بین ۴ تا ۲۸ بدست می آورد که نمره بیشتر نشانه ی انگیزش تحصیلی بیشتر است. والزند ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس های آزمون انگیزش تحصیلی را بین ۰/۸۳ تا ۰/۸۶ گزارش کرده ضریب آلفای زیر مقیاس همسان کردن انگیزش بیرونی در این طیف قرار نداشته و ۰/۶۲ بوده است ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی زیر مقیاس های آزمون انگیزش تحصیلی در فاصله یک ماه نیز بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۳ گزارش شده است. پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری یک ابزار خودگزارش ده ۸۱ گویه ی برای ارزیابی راهبردهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری در دانشجویان و دانش آموزان دبیرستانی است. روایی و اعتبار دوویژگی مهم ابزارهای اندازه گیری هستند و پینترج و همکاران (۱۹۹۱) بیان کرده اند آلفای کرونباخ مقیاس ها قوی است و تحلیل عاملی تأییدی ساختار عاملی مناسبی را نشان می دهد. قبل از آغاز جلسات هر دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه های انگیزش تحصیلی و خود تنظیمی را تکمیل نمودند. گروه آزمایش در طول ۴ هفته و هر هفته ۲ جلسه به مدت (۴۰ دقیقه) آموزش های مربوط آموزش های شناختی و فراشناختی را دریافت نمودند و بعد دوباره دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه های انگیزش تحصیلی و خود تنظیمی را تکمیل کردند. در بخش آمار توصیفی از فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد استفاده شده است. در بخش آمار استنباطی با استفاده از نرم افزار ۱۹ spss و استفاده از آزمونهای تحلیل کواریانس یک متغیره و چند متغیره (Multivariate) جهت مقایسه تفاوت میانگین نمرات گروههای آزمایش و کنترل داده ها مورد تحلیل قرار گرفت.



اشکال و جداول

یافته های توصیفی ابعاد درونی سازی در گروه آزمایش و کنترل (پیش آزمون و پس آزمون)

همانگونه یافته های این مطالعه که به هدف تاثیر آموزش های راهبردهای شناختی و فراشناختی بر انگیزش تحصیلی و خود تنظیمی در بین دانش آموزان دختران مدارس هوشمند به انجام رسید نشان داد که این آموزش ها هم زیر شاخص های کلی و هم زیر شاخص تاثیر معناداری دارند. نتایج پژوهش نشان داد که گروه آموزش دیده در مقایسه با گروه گواه پس از هشت جلسه آموزش، تفاوت معناداری بین گروههای آزمایش و گروه گواه گزارش گردید یکی از اهداف اصلی پژوهش تعیین نقش آموزش مبتنی بر راهبردهای شناختی و فراشناختی در خود تنظیمی انگیزشی (ارزش گذاری، انتظار، عاطفه) دانش آموزان دختران مدارس هوشمند بود که در مؤلفه ارزش گذاری، از آنجا که ارزش گذاری، اهداف و عقاید دانش آموزان در مورد اهمیت و علاقه مندی به تکلیف می باشد و به عبارت دیگر به استدلال دانش آموزان برای انجام تکلیف مربوط می شود. در مورد استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی در خود تنظیمی انگیزشی این نتایج همسو با نتایج تحقیق کجیاف، و همکاران (۱۳۸۲). که در تحقیق خود تحت عنوان رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان است که این تحقیق نشان داد که با فراهم آوردن شرایط مناسب برای رشد خودکارآمدی و کاهش اضطراب امتحان و با آموزش راهبردهای یادگیری خود تنظیمی، به دانش آموزان فرصت بیشتری برای یادگیری می یابند. و همسو بودن این تحقیق با تحقیق اسماعیل دخت، (۱۳۸۳). تحت عنوان بررسی رابطه هسته کنترل، خود تنظیمی یادگیری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختران که نشان داد که دانش آموزانی که مهارت های مورد نیاز برای انجام یک تکلیف را داشته باشد و برای عمل بر طبق عقاید و باورهای خود کارآمدی خویش به اندازه کافی برانگیخته می شوند و هنگام مواجهه با موقعیت های مختلف، اهداف چالش برانگیز و بالاتری اتخاذ می کنند و نسبت به آنها بطور پایدارتری متعهد هستند و افراد خودکارآمدی پایین به آسانی بوسیله موانع یا شکست ها دلسرد می شوند. همسو با تحقیق خدا پناهی، و همکاران (۱۳۷۹) تحت عنوان بررسی نقش راهبردهای شناختی انگیزشی در پیشرفت تحصیلی و کاهش مشکلات روان شناختی دانشجویان گزارش نموده اند. که استفاده از راهبردهای شناختی و انگیزشی تفاوت بین گروههای آزمایش و گروه گواه در دو مولفه از راهبردهای شناختی یعنی خود کارآمدی و ارزش گذاری درونی و یک مولفه از راهبردهای شناختی یعنی خود نظم دهی معنادار است. مولفه دوم خود تنظیمی انگیزشی عاطفی عبارت است از واکنشهای هیجانی دانش آموزان نسبت به یک تکلیف است باورها و تصورات دانش آموزان نسبت به اهمیت و جایگاه یادگیری، شناخت و آگاهی از توانمندی و مهارت خود در انجام تکالیف و فعالیت های مربوط به تحصیل و مدرسه و احساسات و واکنش های عاطفی نسبت به این گونه فعالیت ها می توانند به علاقه مندی دانش آموز به یادگیری و تحصیل کمک کند کاوسیان، و همکاران (۱۳۸۶). وقتی که یادگیرندگان خود نظم دهنده که از راهبردهای شناختی و فرا شناختی استفاده می نمایند و شروع به مطالعه می کنند، برای توسعه دانش و تقویت انگیزش، اهدافی انتخاب می کنند. از آنچه می دانند و آنچه اعتقاد دارند و تفاوت میان انواع اطلاعاتی که برای انجام تکالیف بکار می برند، آگاهند. آنها درکی از انگیزش خود دارند، از علایق خود آگاهند و همانطور که در تکلیف درگیر هستند، برنامه ریزی می کنند که چگونه اثر متقابل این ها را اداره کنند (محمودی، ۱۳۷۷) این تحقیق همسو با پژوهش خسروی، و همکاران (۱۳۹۰) در تحقیق خود تحت عنوان بررسی رابطه راهبردهای شناختی یادگیری خود تنظیمی و خلاقیت با عملکرد تحصیلی نتایج حاکی از این است که با استفاده از راهبردهای خود تنظیمی و نیز کاربرد روشهای افزایش خلاقیت دانشجویان، پیشرفت تحصیلی آنان نیز افزایش می یابد از این رو، با آموزش راهبردهای یادگیری خود تنظیمی (شناختی و فراشناختی) و فراهم آوردن شرایط مناسب برای رشد خود کارآمدی و خلاقیت می توان به بهبود پیشرفت تحصیلی دانشجویان کمک کرد. همچنین حافظی، و همکاران (۱۳۹۰). که در تحقیق خود تحت عنوان مقایسه باورهای انگیزشی، راهبردهای یادگیری خود تنظیمی و ویژگی های شخصیتی دانش آموزان دبیرستانهای تیزهوش و عادی شهر اهواز دریافتند که بین دو گروه تیزهوش و عادی از لحاظ باورهای انگیزشی



تفاوت معنی داری وجود دارد و دانش آموزان عادی از لحاظ باورهای انگیزشی میانگین بالاتری نسبت به دانش آموزان تیز هوش بدست آوردند. دیگر تحقیق همسو تحقیق عابدینی ، وهمکاران (۱۳۸۹) است که در تحقیق خود تحت عنوان بررسی رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای شناختی و فرا شناختی با پیشرفت تحصیلی : آزمون مدل های رقیب نشان دادند که دانش آموزان با خود کار آمدی بیشتر از راهبردهای شناختی و فرا شناختی بیشتری استفاده می کردند ، اضطراب آزمون کمتری داشتند و در نتیجه پیشرفت تحصیلی آنها بیشتر بود. نقشی ، وهمکاران (۱۳۸۹). در تحقیق خود تحت عنوان الگوی ساختاری رابطه خود کار آمدی ، سود مندی ادراک شده پیشرفت تحصیلی بررسی نقش واسطه ای یادگیری خود نظم بخشی در مجموع یافته ها دریافتند که خودکار آمدی و سود مندی ادراک شده ، مستقیماً و با واسطه یادگیری خود نظم بخش بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارند .

مولفه سوم انتظار یعنی اعتقاد و باور دانش آموزان درباره توانایی انجام یک تکلیف است که این اعتقاد در زمینه تحصیلی می تواند به دوشکل مثبت و منفی نمایان گردد مهارت‌های شناختی و فرا شناختی می تواند دامنه ای از رفتارها و نگرشها از قبیل تنظیم وقت و برنامه ریزی و راه های اندوختن و سازمان دهی اطلاعات که تحت تاثیر موضوع مورد مطالعه برانگیخته می شوند، را در بر بگیرد. علاوه بر این می تواند عناوین دیگری چون عادات مطالعه ، فرایندهای یادگیری و نگرشهای مطالعه را هم در بر بگیرند(بحرانی ، ۱۳۷۳). همسویی نتایج تحقیق نیکدل و همکاران (۱۳۹۱) که در تحقیق خود تحت عنوان رابطه خود پنداره تحصیلی ، هیجان های تحصیلی مثبت و منفی با یادگیری خود گردان نشان داد که باورها و تصورات دانش آموزان نسبت به اهمیت و جایگاه یادگیری ، شناخت و آگاهی از توانمندی ها و مهارت خود در انجام تکالیف و فعالیت های مربوط به تحصیل و مدرسه و احساسات و واکنش های عاطفی نسبت به این گونه فعالیت ها می توانند به علاقمندی دانش آموز به یادگیری و تحصیل کمک کند. دیگر نتایج تحقیق همسو تحقیق (بحرانی ، ۱۳۷۳) است که در تحقیق خود تحت عنوان . بررسی رابطه انگیزش تحصیلی و عادات مطالعه گروهی از دانش آموزان نشان داد که در حالیکه دانش آموزان و دانشجویان ما انگیزه کافی برای فراگیری علم و دانش دارند، اما عموماً فعالیت مطالعه و درس خواندن را پر زحمت و فشار زا می دانند و باز خوردی که یادگیرنده از مطالعه خود می گیرد نوعی انگیزه مثبت یا منفی را برای ادامه فعالیت موجب می شود. طالب زاده نوبریان و همکاران (۱۳۹۰) در تحقیق خود تحت عنوان بررسی روابط ساختاری خود پنداره یادگیری خود تنظیمی و موفقیت تحصیلی دانشجویان دریافتند که بین خود پنداره ، یادگیری خود تنظیمی و موفقیت تحصیلی دانشجویان رابطه ی ساختاری وجود دارد و خود پنداره بصورت مستقیم و غیر مستقیم با میانجی گری یادگیری خود تنظیمی با موفقیت تحصیلی رابطه دارد. همچنین بررسی نشان می دهد که آموزش های شناختی و فرا شناختی بیشترین تاثیر را به ترتیب بر ارزشگذاری عاطفی و انتظار داشته است

هدف اصلی دیگر این پژوهش تعیین نقش آموزش مبتنی بر راهبردهای شناختی و فراشناختی در انگیزش تحصیلی (انگیزش درونی- انگیزش بیرونی- بی انگیزشی) دانش آموزان دختر مدارس هوشمنداست با توجه به تأثیر معنادار



آموزش راهبردهای شناختی و فرا شناختی در انگیزش تحصیلی تأثیر آن در مولفه انگیزش درونی که دارای زیر مقیاس‌های به شرح ذیل می‌باشد انگیزش درونی (دانستن، حرکت در جهت پیشرفت، تجربه محرک) بدین معناست که انجام تکلیف برای رضایت فرد بصورت خودجوش و درونی سوای توجه به پاداش بیرونی که انگیزش درونی یک ویژگی اساسی است که افراد موفق در زمینه تحصیلی از آن برخوردارند افرادی که در فعالیت‌ها به منظور ارضای در گیر می‌شوند نه به خاطر عوامل بیرونی. این رفتارها در غیاب وابسته‌ها یا کنترل‌کننده‌های بیرونی رخ می‌دهند. نتایج پژوهش نشان داد که گروه آموزش دیده در مقایسه با گروه گواه پس از هشت جلسه آموزش، تفاوت معناداری بین گروه‌های آزمایش و گروه گواه گزارش گردید. نتایج این پژوهش همسو با نتایج تحقیق صمدی، (۱۳۹۱). که در تحقیق خود تحت عنوان رابطه جهت‌گیری انگیزش و راهبردهای یادگیری در تبیین موفقیت تحصیلی نشان داد که بین موفقیت تحصیلی و راهبردهای یادگیری و همچنین جهت‌گیری‌های انگیزشی رابطه مثبت و بین بی‌انگیزگی و عدم موفقیت تحصیلی رابطه منفی وجود دارد. جهت‌گیری‌های انگیزشی، به ویژه انگیزش درونی باید در آموزش مورد توجه قرار گیرند و آموزش نیز باید با علایق یادگیرندگان و راهبردهای یادگیری همراه شود دیگر تحقیق همسو تحقیق شریفی (۱۳۸۵) است که در تحقیق خود تحت عنوان سنجش انگیزه درونی و بیرونی پیشرفت و نگرش دانش‌آموزان مقاطع مختلف تحصیلی نسبت به مسائل آموزشی و سهم این متغیرها در تبیین پیشرفت تحصیلی آنان نشان داد که پیشرفت را تابعی از اثر مشترک دو ویژگی مهارت و اراده یعنی انگیزش می‌دانند. پژوهش آنها نشان داده است که وجود اراده یا انگیزش، بی‌حضور مهارت یابر عکس، به پیشرفت منجر نمی‌شود و دیگر تحقیق همسو دلاور، قربانی (۱۳۸۹) است که در تحقیق خود تحت عنوان بررسی عوامل انگیزشی و نگرشی مؤثر در پیش بینی پیشرفت ریاضیات، به منظور تدوین یک مدل ساختاری برای دانش‌آموزان پایه دوم دبیرستان نشان داد که باورهای انگیزشی تأثیر بسیاری بر پیشرفت ریاضی دارند.

مولفه دوم انگیزشی، انگیزش درونی است با توجه به تأثیر معنادار آموزش راهبردهای شناختی و فرا شناختی در انگیزش تحصیلی تأثیر آن در مولفه انگیزش بیرونی که دارای زیر مقیاس‌های به شرح ذیل می‌باشد انگیزش بیرونی (همسان کردن- درون فکنی، تنظیم بیرونی) بدین معناست که افراد را به خاطر پاداش‌ها و تقویت‌های بیرونی مجبور به انجام یک تکلیف می‌نماید. به عبارت دیگر انگیزش بیرونی عبارتست از اشتغال به کارهایی که خود وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف دیگر هستند. نتایج پژوهش نشان داد که گروه آموزش دیده در مقایسه با گروه گواه پس از هشت جلسه آموزش، تفاوت معناداری بین گروه‌های آزمایش و گروه گواه گزارش گردید. نتایج این پژوهش همسو با نتایج تحقیق چالمه، و همکاران (۱۳۹۱) است که در تحقیق خود تحت عنوان ویژگی



های محیط یادگیری فراشناختی و پیشرفت تحصیلی: بررسی نقش واسطه ای باورهای انگیزشی در دانش آموزان نشان داد که از آنجا که باورهای انگیزشی نقش واسطه ای رایین ویژگی های فراشناختی محیط و پیشرفت تحصیلی ایفا می کنند میتوان با تقویت آن پیشرفت تحصیلی را افزایش داد.

مولفه سوم انگیزشی، بی انگیزشی است بدین معنی که هیچگونه انگیزه ای یعنی نه خشنودی و ارزشمندی درونی و نه مشوقهای بیرونی برای فعالیتهای خود در یافت نمی کنند و در نتیجه از انجام فعالیت اجتناب کنند در واقع نداشتن انگیزه، احتمال وقوع رفتارهای مورد انتظار را در دانش آموزان کاهش خواهد داد. عدم تأثیر آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی در واقع نشان اثر مثبت است چون این مولفه عکس سایر مولفه ها است نتایج همسو با این تحقیق کاوسیان، جواد و همکاران، (۱۳۸۶) است که در تحقیق خود تحت عنوان مطالعه عوامل مؤثر بر انگیزش تحصیلی دانش آموزان نشان داد که خود پنداره تحصیل، نگرش دانش آموز به ادامه تحصیل و پادش های اجتماعی بهترین پیش بینی کننده های انگیزش تحصیلی درونی دانش آموزان می باشند و همچنین نگرش دانش آموز به مدرسه و ادامه تحصیل و تعامل با همسالان در پیش بینی بی انگیزگی تحصیلی دانش آموزان تعیین کننده تر بوده اند و دیگر تحقیق همسو تحقیق عبدلملکی، و همکاران (۱۳۸۷). است که در تحقیق خود تحت عنوان طراحی و ارزیابی مدل علی پیشرفت تحصیلی: تحلیل روابط شیوه ادراک والدین و انگیزش تحصیلی با پیشرفت تحصیلی انگیزش درونی اثر مستقیم و مثبت بر پیشرفت تحصیلی دارد و انگیزش بیرونی و بی انگیزگی اثر مستقیم و منفی بر پیشرفت تحصیلی دارد.

اشکال و جداول

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می شود، میانگین (انحراف استاندارد) نمره های گروه آزمایش و گروه کنترل در زیر شاخص های انگیزش تحصیلی آورده شده است. نمره کل انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش (پیش آزمون) ۱۵۲/۹۳ با انحراف معیار ۲۱/۶۰ است که این نمره در پس آزمون گروه آزمایش برابر با ۱۵۷/۶۶ با انحراف معیار ۴۱/۲۵ است. (جدول ۱)

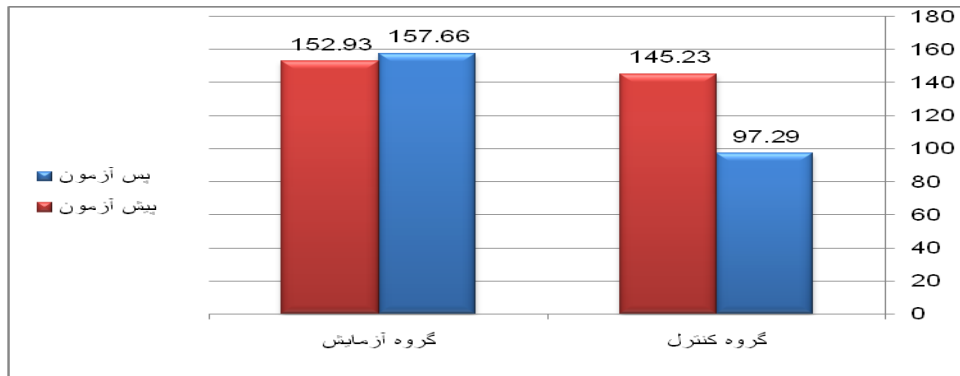
جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد نمره های شاخص درونی سازی و حیطة های آن در گروه های آزمایش و کنترل

ابعاد انگیزش تحصیلی	مرحله	گروه آزمایش		گروه کنترل	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
انگیزش درونی - دانستن	پیش آزمون	۲۲/۰۷	۵/۴۴	۲۱/۳۰	۵/۷۴
	پس آزمون	۲۳/۰۷	۷/۱۲	۱۲/۴۱	۴/۷۲
انگیزش درونی - حرکت	پیش آزمون	۲۰/۸۶	۵/۱۵	۱۹/۲۳	۴/۰۷
	پس آزمون	۲۲/۲۴	۷/۳۰	۱۴/۰۳	۵/۳۴



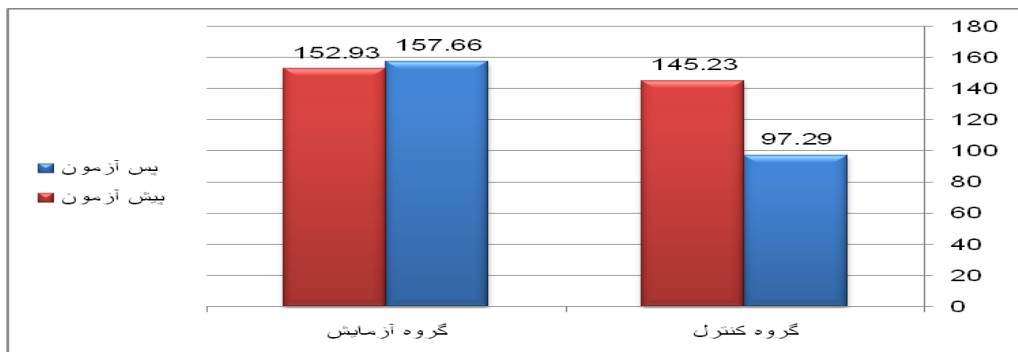
دومین همایش الکترونیکی پژوهش‌های نوین در علوم و فناوری

۵/۲۵	۱۴/۶۰	۳/۶۵	۱۶/۰۰	پیش آزمون	انگیزش درونی - تجربه
۵/۳۳	۱۳/۴۸	۵/۹۵	۲۰/۵۵	پس آزمون	محرك
۳/۸۸	۲۰/۲۰	۴/۲۳	۲۳/۴۱	پیش آزمون	انگیزش بیرونی - همسان
۴/۴۲	۱۳/۰۷	۶/۳۰	۲۴/۰۰	پس آزمون	کردن
۴/۶۳	۲۲/۷۷	۵/۲۹	۲۲/۷۹	پیش آزمون	انگیزش بیرونی - درون
۵/۱۰	۱۳/۶۳	۷/۱۵	۲۳/۲۷	پس آزمون	فکني
۴/۱۳	۲۳/۶۳	۳/۳۱	۲۴/۹۰	پیش آزمون	انگیزش بیرونی - تنظیم
۵/۳۹	۱۳/۴۷	۶/۱۸	۲۴/۱۴	پس آزمون	بیرونی
۴/۶۲	۲۳/۵۰	۵/۰۶	۲۲/۹۰	پیش آزمون	بی انگیزشی
۵/۱۹	۱۷/۷۷	۷/۰۴	۲۰/۳۷	پس آزمون	
۲۰/۲۷	۱۴۵/۲۳	۲۱/۶۰	۱۵۲/۹۳	پیش آزمون	شاخص کلی انگیزش
۲۸/۳۹	۹۷/۲۹	۴۱/۲۵	۱۵۷/۶۶	پس آزمون	تحصیلی



نمودار ۱- میانگین نمرات شاخص انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش و کنترل قبل و بعد از مداخله

نمره کل انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش (پیش آزمون) ۱۵۲/۹۳ با انحراف معیار ۲۱/۶۰ است که این نمره در گروه آزمایش (پس آزمون) برابر با ۱۵۷/۶۶ با انحراف معیار ۴۱/۲۵ است.



نمودار ۱- میانگین نمرات شاخص انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش و کنترل قبل و بعد از مداخله

برای بررسی پیش فرض های مانکوا، ابتدا همگنی شیب پیش آزمون ها با پس آزمون ها محاسبه شد، برای بررسی تاثیر مداخله بر نمره شاخص انگیزش تحصیلی از آزمون تحلیل کوریانس تک متغیره استفاده شد، نتایج نشان داد



مقدار F در این آزمون برای گروه‌ها ۳۶/۸۹۶ می‌باشد که در سطح $P < 0/001$ معنادار است و این بدان معنی است که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از جهت شاخص کل انگیزش تحصیلی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. نتایج در جدول ۲ آمده است. همچنین نتایج حاصل از آماره مجذور اتا نشان داد که آموزش‌های شناختی و فرا شناختی بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان دختر تأثیر متوسط و معنا داری داشته است و معادل ۰/۴۰۶ بوده است ($P < 0/001$).

جدول ۲- نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره بر روی میانگین‌های پس آزمون شاخص انگیزش تحصیلی گروه آزمایش و گروه کنترل با کنترل پیش آزمون

منبع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذور اتا
پیش آزمون	۳۶۷۴/۹۹۴	۱	۳۶۷۴/۹۹۴	۳/۰۱۸	۰/۰۸	۰/۰۵۳
گروه	۴۴۹۲۲/۷۷۶	۱	۴۴۹۲۲/۷۷۶	۳۶/۸۹۶	۰/۰۰۱	۰/۴۰۶
خطا	۶۵۷۴۷/۲۷۲	۵۴	۱۲۱۷/۵۴۲			

R squared= 0/458 adj R squared=0/438

همگنی شیب پیش آزمون‌های زیر مقیاس انگیزش درونی- دانستن، انگیزش درونی- حرکت در جهت پیشرفت، انگیزش درونی- تجربه محرک، انگیزش بیرونی- همسان کردن، انگیزش بیرونی- درون فکنی، انگیزش بیرونی- تنظیم بیرونی و بی انگیزشی با پس آزمون تمام زیر مقیاس‌ها آورده شده است. در همه موارد به غیر از تنظیم بیرونی رابطه معنی‌دار وجود ندارد بنابراین این فرض شیب پیش آزمون برقرار است. برای مقایسه گروه‌های آزمایش و کنترل از لحاظ ۷ زیر مقیاس انگیزش تحصیلی از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد، نتایج نشان داد که آزمون‌ها در سطح $P < 0/001$ معنادار هستند و این بدان معنی است که دست کم در یکی از حیطه‌ها بین گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۳ صرفاً بیان می‌دارد که در یکی از حیطه‌ها بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد اما برای تشخیص اینکه در کدام حیطه‌ها تفاوت معنادار است، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره مانکوا استفاده شد که نتایج نشان داد در تمام ۷ زیر مقیاس غیر از زیر مقیاس "بی انگیزشی" تفاوت معنی‌داری وجود داشت. نتایج نشان داد که در زیر مقیاس‌های انگیزش درونی- دانستن ($F=۳۲/۷۶۷$)، انگیزش درونی- حرکت در جهت پیشرفت ($F=۱۷/۴۲۲$)، انگیزش درونی- تجربه محرک ($F=۱۲/۴۸۹$)، انگیزش بیرونی- همسان کردن ($F=۳۹/۵۳۵$)، انگیزش بیرونی- درون فکنی ($F=۲۰/۷۲۵$)، انگیزش بیرونی- تنظیم بیرونی ($F=۲۹/۱۳۳$) بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. تنها در بعد بی انگیزشی تفاوت معنا دار نبود ($F=۲/۷۶۰$) یعنی آموزش‌های شناختی و فرا شناختی بر ابعاد انگیزش تحصیلی تأثیر معناداری دارد. نتایج در جدول ۱۱ آمده است. همچنین بررسی مجذور اتا نشان می‌دهد که آموزش‌های شناختی و فرا شناختی بیشترین تأثیر را به ترتیب بر انگیزش بیرونی- همسان کردن ($0/۴۵۲$)، انگیزش درونی- دانستن ($0/۴۰۶$) و انگیزش بیرونی- تنظیم بیرونی ($0/۳۷۸$) داشته است. (جدول ۳)

جدول ۳- تحلیل کوواریانس تک متغیره در متن مانکوا بر روی میانگین‌های حیطه‌های انگیزش تحصیلی

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
پس آزمون انگیزش درونی- دانستن	۹۹۷/۲۰۵	۱	۹۹۷/۲۰۵	۳۲/۷۶۷	۰/۰۰۱	۰/۴۰۶
پس آزمون	۵۶۲/۹۹۴	۱	۵۶۲/۹۹۴	۱۷/۴۲۲	۰/۰۰۱	۰/۲۶۶



۰/۲۰۶	۰/۰۰۱	۱۲/۴۸۹	۳۷۵/۷۹۴	۱	۳۷۵/۷۹۴	پس آزمون انگیزش درونی - حرکت در جهت پیشرفت
۰/۴۵۲	۰/۰۰۱	۳۹/۵۳۵	۱۰۶۷/۹۷۷	۱	۱۰۶۷/۹۷۷	پس آزمون انگیزش بیرونی - تجربه محرک
۰/۳۰۲	۰/۰۰۱	۲۰/۷۲۵	۷۵۴/۰۴۴	۱	۷۵۴/۰۴۴	پس آزمون انگیزش بیرونی - همسان کردن
۰/۳۷۸	۰/۰۰۱	۲۹/۱۳۳	۹۳۳/۹۲۲	۱	۹۳۳/۹۲۲	پس آزمون انگیزش بیرونی - درون فکنی
۰/۰۵۴	۰/۱۰۳	۲/۷۶۰	۱۱۵/۴۷۴	۱	۱۱۵/۴۷۴	پس آزمون بی انگیزشی تنظیم بیرونی

همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، میانگین (انحراف استاندارد) نمره‌های گروه آزمایش و گروه کنترل در زیر شاخص‌های راهبردهای انگیزشی (خودتنظیمی) آورده شده است. نمره کل راهبرد انگیزشی در گروه آزمایش (پیش آزمون) ۸۷/۹۶ با انحراف معیار ۲۳/۰۲ است که این نمره در پس آزمون گروه آزمایش برابر با ۱۶۸/۶۴ با انحراف معیار ۴۱/۹۴ است. (جدول ۴)

۴- میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های شاخص کلی راهبرد انگیزش یادگیری (خودتنظیمی) و حیطه جدول‌های آن

در گروه‌های آزمایش و کنترل

گروه کنترل		گروه آزمایش		مرحله	ابعاد انگیزش تحصیلی
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین		
۱۴/۶۸	۳۷/۱۰	۶/۸۱	۳۵/۵۵	پیش آزمون	ارزش‌گذاری
۲۰/۸۸	۵۵/۷۷	۲۰/۰۱	۷۸/۹۰	پس آزمون	
۹/۱۱	۳۰/۲۳	۱۰/۱۶	۳۲/۴۱	پیش آزمون	انتظار
۱۸/۹۳	۴۹/۳۶	۱۷/۰۰	۶۴/۶۰	پس آزمون	
۶/۸۸	۱۵/۷۳	۴/۷۵	۲۰/۰۰	پیش آزمون	عاطفی
۶/۸۶	۱۹/۳۳	۵/۹۵	۲۰/۵۵	پس آزمون	
۲۵/۸۲	۸۳/۰۶	۲۳/۰۲	۸۷/۹۶	پیش آزمون	شاخص کلی راهبرد انگیزش یادگیری (خودتنظیمی)
۴۵/۶۹	۱۲۴/۴۶	۴۱/۹۴	۱۶۸/۶۴	پس آزمون	



برای بررسی پیش فرض های مانکووا، ابتدا همگنی شیب پیش آزمون ها با پس آزمون ها محاسبه شد، با توجه به این نتایج شیب ها برابر است. برای بررسی تاثیر مداخله بر نمره شاخص کلی راهبرد انگیزشی یادگیری (خودتنظیمی) از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیره استفاده شد، نتایج نشان داد مقدار F در این آزمون برای گروه ها ۱۳/۶۷۵ می باشد که در سطح $P < 0/001$ معنادار است و این بدان معنی است که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از جهت شاخص کل راهبرد های انگیزشی (خود تنظیمی) تفاوت معنی داری وجود دارد. نتایج در جدول ۵ آمده است. همچنین نتایج حاصل از آماره مجذور اتا نشان داد که آموزش های شناختی و فرا شناختی بر راهبردهای انگیزشی یادگیری (خود تنظیمی) دانش آموزان دختر تاثیر نسبتا ضعیف و معنا داری داشته است و معادل ۰/۱۹۹ بوده است ($P < 0/001$).

جدول ۵- نتایج تحلیل کواریانس تک متغیره بر روی میانگین های پس آزمون شاخص راهبرد انگیزشی یادگیری (خودتنظیمی) گروه آزمایش و گروه کنترل با کنترل پیش آزمون

منبع	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذور اتا
پیش آزمون	۱۰۷۷/۶۷۷	۱	۱۰۷۷/۶۷۷	۰/۵۵۴	۰/۴۶۰	۰/۰۱۰
گروه	۲۶۵۹۴/۴۵۶	۱	۲۶۵۹۴/۴۵۶	۱۳/۶۷۵	۰/۰۰۱	۰/۱۹۹
خطا	۱۰۶۹۶۲/۲۱۸	۵۵	۱۹۴۴/۷۶۸			

R squared= 0/215 adj R squared=0/187

همگنی شیب پیش آزمون های زیر مقیاس ارزشگذاری، انتظار و عاطفی با پس آزمون تمام زیر مقیاس ها آورده شده است. در همه موارد رابطه معنی دار وجود ندارد، بنابر این فرض شیب پیش آزمون برقرار است. برای مقایسه گروه های آزمایش و کنترل از لحاظ ۳ زیر مقیاس راهبرد انگیزشی یادگیری (خودتنظیمی) از تحلیل کواریانس چند متغیره استفاده شد، نتایج نشان داد که آزمون ها در سطح $P < 0/002$ معنادار هستند و این بدان معنی است که دست کم در یکی از حیطه ها بین گروه های آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. جدول ۶ صرفا بیان می دارد که در یکی از حیطه ها بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد اما برای تشخیص اینکه در کدام حیطه ها تفاوت معنادار است، از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره مانکووا استفاده شد که نتایج نشان داد در تمام ۳ زیر مقیاس تفاوت معنی داری وجود داشت. نتایج نشان داد که در زیر مقیاس های ارزشگذاری ($F=13/252$)، انتظار ($F=7/60$)، عاطفی ($F=10/471$) بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. یعنی آموزش های شناختی و فرا شناختی بر ابعاد راهبرد انگیزشی یادگیری (خودتنظیمی) تأثیر معناداری دارد. نتایج در جدول ۱۸ آمده است. همچنین بررسی مجذور اتا نشان می دهد که آموزش های شناختی و فرا شناختی بیشترین تاثیر را به ترتیب بر ارزشگذاری (۰/۲۰۰)، عاطفی (۰/۱۶۵) و انتظار (۰/۱۲۵) داشته است. (جدول ۶)

جدول ۶- تحلیل کواریانس تک متغیره بر روی میانگین های حیطه های راهبرد انگیزشی یادگیری (خودتنظیمی)

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
پس آزمون ارزشگذاری	۵۵۰۹/۱۰۵	۱	۵۵۰۹/۱۰۵	۱۳/۲۵۲	۰/۰۰۱	۰/۲۰۰
پس آزمون انتظار	۲۴۶۸/۶۲۵	۱	۲۴۶۸/۶۲۵	۷/۶۰	۰/۰۰۸	۰/۱۲۵
پس آزمون عاطفی	۴۹۲/۲۳۷	۱	۴۹۲/۲۳۷	۱۰/۴۷۱	۰/۰۰۲	۰/۱۶۵



بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان می‌دهد نتایج پژوهش نشان می‌دهد کاربرد راهبردهای شناختی و فرا شناختی در خود تنظیمی انگیزشی در سه مولفه (ارزش گذاری، انتظار، عاطفه) که بعنوان مؤلفه‌های خود تنظیمی انگیزشی هستند تفاوت معناداری بین گروه‌های آزمایش و گروه گواه گردید و گزارش این تأثیر به ترتیب بر ارزشگذاری، عاطفی و انتظار داشته است. نتیجه این دانش آموزان از لحاظ استدلال و اعتقاد و ارائه واکنش هیجانی نسبت به انجام یک تکلیف توانا تر گردیده اند و نتایج حاصله درخصوص آموزش های راهبردهای شناختی و فرا شناختی بر انگیزش تحصیلی دانش آموزان دختر نشان داد که این آموزش ها تأثیر متوسط و معنا داری در انگیزش تحصیلی دانش آموزان داشته است و مولفه های انگیزش تحصیلی با زیر مقیاس انگیزش درونی (دانستن، حرکت در جهت پیشرفت، تجربه محرک) انگیزش بیرونی (همسان کردن، درون فکنی، تنظیم بیرونی) بی انگیزشی. در تمامی زیر مقیاس های انگیزش تفاوت معناداری وجود دارد. تنها در بعد بی انگیزشی تفاوت معنا دار نبود یعنی آموزش های شناختی و فرا شناختی بر ابعاد انگیزش تحصیلی تأثیر معناداری دارد همچنین بررسی هانشان می‌دهد که آموزش های شناختی و فرا شناختی بیشترین تاثیر را به ترتیب بر انگیزش بیرونی - همسان کردن، انگیزش درونی - دانستن و انگیزش بیرونی - تنظیم بیرونی داشته است. قابل تذکر اینکه روند درونی سازی انگیزش نیاز تمرین و تکرار و در نتیجه عادات خوب مطالعه سبب ایجاد انگیزه های درونی باشدت بیشتری خواهد شد. و این امر بدین معنا است که گروه آموزش دیده در مقایسه با گروه گواه پس از هشت جلسه آموزش، خود تنظیمی انگیزشی درونی مثبت تری از خود نشان دادند و خود را توانا تر و کار آمد تر می‌پنداشتند و همچنین از نظر شناختی و فراشناختی با خود نظم دهی بیشتری عمل می‌کردند توضیح اینکه دانش آموزانی که نقشی هدفمند در یادگیری خود برعهده می‌گیرند از عملکردی مطلوب تر برخوردارند. افراد مذکور، خود پیرو، اندیشه ورز و یادگیرندگانی کار آمد هستند که نسبت به فرآیند های یادگیری خود نگرشهای مثبتی ایجاد می‌کنند. بدیهی است لازمه ادراک خود کار آمدی، توسعه راهبردهای شناختی و فراشناختی است. در راهبردهای شناختی مهارتهای نظیر تلاش برای ایجاد ارتباط از طریق تکرار و تمرین و طبقه بندی و گروه بندی معنایی جهت یادگیری و یاد آوری مطالب و بسط و گسترش معنایی بمنظور درک روابط پیچیده از جمله کمک های است که راهبرد شناختی به یادگیرنده ارائه می‌دهد. اطلاع خواننده از شناخت خود در مورد آن چه می‌خواند و سازو کارهای نظارت و نظم دهی بر درک خواندن به این مسأله اشاره می‌نماید، شناخت می‌تواند در دانش آموزان ایجاد انگیزه کند و یادگیری را بهبود دهد. بطور کلی از ویژگی های این راهبردها آن است که فرایند یادگیری، یاد سپاری و یادآوری را تسهیل، سطح برانگیختگی را بالا برده و میزان درگیری شناختی را افزایش و نهایتاً عملکرد تحصیلی را بهبود می‌بخشد و نیرومند ترین اثر را در یادگیری دانش آموزان ایفا می‌کند علاوه بر این در افزایش توان ارتباطی فراگیران موثر است و ایجاد ارتباط بین اطلاعات، را تسهیل می‌کند. بدیهی است فراگیری که توان به کار گیری راهبردهای یادگیری مناسب تر و متنوع تر را داشته باشند در کسب مهارت های یادگیری موفق تر خواهند بود. استفاده از راهبردها شناختی و فرا شناختی می‌تواند در دانش آموزان ایجاد انگیزه کنند و یادگیری را بهبود بخشند. این راهبردها برای این که مسئولیت یادگیری را از معلمان به خود دانش آموزان انتقال دهند و خود پنداره مثبت، عاطفه و انگیزش را در آنان ایجاد می‌نمایند. از آنجا که آگاهی دانش آموزان از فرایندهای درک با آموزش مستقیم و نظام مند می‌تواند افزایش یابد، آگاه کردن دانش آموزان و اطمینان دادن به آن ها از این که خود شان می‌توانند یادگیری خود را مدیریت کنند و علاقه مند نمودن آن ها ایجاد انگیزه را به دنبال خواهد داشت. بامداخله های مدیریت دانش آموزی، یعنی کاهش تدریجی کنترل (معلم) و افزایش کنترل دانش آموزان می‌توانند بین آموزش معلم و یادگیری



مستقل با مدیریت خود دانش آموزان رابطه بر قرار کرد. این مطالعه که به هدف تاثیر آموزش های شناختی و فراشناختی بر انگیزش تحصیلی و خود تنظیمی در بین دختران مدارس هوشمند به انجام رسید نشان داد که این آموزش ها هم زیر شاخص های کلی و هم زیر شاخص تاثیر معنا داری دارد. به هر حال یادگیرندگان در زمینه های خود نظمی، خود واری و خود یادگیری نیاز به آموزش دارند و تنها زمانی که بر راهبرد های شناختی و فراشناختی تسلط یابند می توانند یادگیری را یاد بگیرند. با قبول اینکه فرایندها و راهبردهای شناختی آموزش پذیرند ضروری است فعالانه به آموزش و یادگیری آنها پرداخته شود نه اینکه منتظر ظهور خود به خودی آنها باشیم برای یادگیری بهتر و مطالعه ی ثمر بخش تر، راهبردهای یادگیری و روش های مطالعه و ترفند هایی برای به خاطر سپاری و استفاده ی بهینه از مطالب یادگرفتنی ضروری می باشند. یکی از مهم ترین شیوه های پرورش خود کار آمدی، تمسک به شیوه های اندیشه ورزی به جای اندیشه آموزی است آموختن روشهای مطالعه و یادگیری و در واقع چگونه یاد گرفتن می تواند از یک طرف نتایج مثبتی در یادگیرنده بافعال کردن دانش آموزان در یادگیری داشته باشد. از طرف دیگر نظام های آموزش به شیوه های مختلف می توانند میزان خودکار آمدی دانش آموزان را افزایش دهند. در این نوع یادگیری مسائلی نظیر اتکاء به نفس بالا، خودکار آمدی و مسئولیت پذیری بیشتری در آنان دیده می شود چنانچه، دانش آموزان بتوانند در جهت یادگیری مؤثر تر، فرایندهای خود تنظیمی را به کار گیرند همه آنها یادگیرندگانی هوشمند می شوند. یادگیرندگانی که در طول دوره آموزشی خود هم به پیشرفت بالاتری دست می یابند و با کسب موفقیت های که در این زمینه به دست می آورند. و با باور اینکه قابلیت ها و توانایی های لازم برای انجام کار یا فعالیتی را دارند، برای انجام آن تکلیف وقت بیشتری صرف می کنند. و در نهایت به نتایج بهتری دست پیدا خواهند کرد و در نتیجه نگرشی مثبت به یادگیری خواهند یافت. این نگرش زمینه بروز انگیزش را برای آنان فراهم می نماید. از این طریق با نظارت و کنترل آموزش خود به صورت درونی بر انگیزش خود تاثیر می گذارند. تقویت انگیزش درونی یعنی اصلاح اشتباه ها و افزایش سرعت یادگیری و از همه مهمتر خود تنظیمی در آموزش را به دنبال می آورد و خود تنظیمی یعنی تلاش های خود را برای فراگیری دانش و مهارت بدون تکیه بر معلم و دیگران شخصاً شروع کرده و جهت می بخشند. در چنین سبک آموزشی بسیار ضروری می نماید که فراگیر بتواند به کنترل روند یادگیری خویش و خود نظم دهی به برنامه های آموزشی شان بپردازد و با برعهده گرفتن مسئولیت یادگیری خود، و با استفاده از مهارت های خود تنظیمی، از طریق هماهنگ ساختن مهارت های شناختی و فراشناختی، نسبت به تقویت انگیزه و انگیزش تحصیلی خود اقدام نموده فعالیت و تلاش خود را در زمینه یادگیری مستقل و به عبارت دیگر نحوه یادگرفتن متمرکز سازند. که این خود یکی از اهداف اساسی نظام آموزش و پرورش معاصر است که دانش آموز را برای یادگیری مادام العمر آماده می نمایند.

این نتیجه با مطالعات نخستین گلدوست (۱۳۸۸)، چالمه، و همکاران (۱۳۹۱)، درپوشی محمدی و همکاران (۱۳۹۲)، (صادقی و محتشمی، ۱۳۸۹)، (بحرانی، ۱۳۷۳)، (کارشکی، ۱۳۸۱)، (ملکی، ۱۳۸۴)، (یوسف زاده و همکاران، ۱۳۹۰)، (غباری بناب و راقیبیان، ۱۳۸۷) (اوم چی، ۲۰۰۶) به نقل از حافظی، همکاران (۱۳۹۰)، منوچهری اردستانی و همکاران (۱۳۹۰)، کجباف، و همکاران (۱۳۸۲) اسماعیل دخت، (۱۳۸۳). خدا پناهی، و همکاران (۱۳۷۹) کاوسیان، و همکاران (۱۳۸۶). خسروی، و همکاران (۱۳۹۰) عابدینی، و همکاران (۱۳۸۹) نقشی، و همکاران (۱۳۸۹). نیکدل و همکاران (۱۳۹۱) طالب زاده نوبریان و همکاران (۱۳۹۰) صمدی، (۱۳۹۱) شریفی (۱۳۸۵) دلاور، قربانی (۱۳۸۹) عبدلملکی، و همکاران (۱۳۸۷). همسو است.



باتوجه به نقش سازنده آموزش راهبردهای شناختی و فرا شناختی در خودتنظیمی و انگیزش تحصیلی از محدودیت‌های این تحقیق می‌توان به اطلاعات کم و ناآشنایی معلمان و مربیان اشاره کرد و باتوجه به نداشتن شناخت کافی با نحوه‌ی آموزش‌های شناختی و فرا شناختی لذا در طرح درس‌ها و تدریس از این راهبردها عملاً استفاده نمی‌شود درخصوص دانش آموزان و معلمان یکی از محدودیت‌های این تحقیق این است که راهبردهای شناختی و فراشناختی در صورت تکرار و تمرین بصورت یک مهارت درونی درخواهد آمد و این خود نیاز به زمان هم برای دانش آموزان که می‌خواهند این مهارت را فراگیرند هم برای معلمینی که بخواهند این آموزش‌ها را به دانش آموزان انتقال دهند محدودیت دیگر اینکه بعضی از دانش آموزان گاه بصورت ناخود آگاه از این مهارت‌ها استفاده می‌کنند و بهمین خاطر نتیجه این تحقیق را دچار اشکال خواهند نمود، چون در هنگام پاسخ‌دهی به سئوالات پیش از آزمون قبل از آموزش این مهارت‌ها را بکار برده‌اند محدودیت دیگر که دانش آموزانیکه نه بخاطر نداشتن مهارت بلکه به دلایل دیگر غیر از راهبرد شناخت به سؤال‌های این آزمون پاسخ می‌دهند باتوجه به عدم تغییر در انگیزه و مهارتشان پاسخ‌نامه را دچار اشکال می‌نمایند. از محدودیت‌های دیگر این تحقیق حجم کم جامعه آماری آن است که در این خصوص در هنگام تعمیم نتایج باید محتاط عمل نمود به محدود بودن پژوهش‌های داخلی و محدود بودن نمونه پژوهش و همچنین دست و پاگیر بودن مجوزهای اداری برای انجام پژوهش در آموزش و پرورش اشاره کرد.

پیشنهاد می‌شود در آموزش و پرورش با طراحی و اجرای دوره‌های ضمن خدمت جهت استفاده کاربردی از راهبردهای شناختی و فرا شناختی که موجب ایجاد انگیزش تحصیلی و خودتنظیمی انگیزشی عملی، ابتدا در معلمان احساسات و باورهای مثبت را در ایشان تقویت ایجاد نموده و سپس با تلاش مربیان این مهارت‌ها به جامعه آموزشی یعنی دانش آموزان انتقال یابد تا در نتیجه بتوانیم دانش‌آموزانی تربیت نمایم که بصورت مستقل بدون کمک دیگران به یادگیری بپردازند پیشنهاد دیگر اینکه باتوجه به نقش یادگیری گروهی این مهارت را میتوان از طریق بحث و انتقاد گروهی نیز پیشبرد بدین طریق بهترین تقسیم‌بندی و جمع‌بندی را به عرضه به گروه انتخاب نمایند باتوجه به نقش فعال هر فرد و هماهنگی گروه که اتفاق می‌افتد و باتوجه به نقش نظارت و کنترل فرد و گروه و در رأس آنها معلم و مربی که در آن اصلاح اشتباه و رفع نقص نیز صورت می‌گیرد علاوه بر آن تنوع عرضه مطالب یادگیری را پایدار تر و ثابت تر می‌نماید بدین طریق فراگیران این مهارت یادگیری را بصورت مادام‌العمر استفاده می‌نمایند پیشنهاد می‌گردد در مطالعات بعدی هر دو جنس - هم پسران و هم دختران - مورد مطالعه قرار گیرند. مطالعه در جامعه وسیعتری و با متغیرهای دیگری نیز مورد بررسی قرار گیرد.



منابع و مراجع

- [۱] اسماعیل دخت، راضیه (۱۳۸۳). بررسی رابطه هسته کنترل، خود تنظیمی یادگیری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی چهار ناحیه شهر شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی ارسنجان.
- [۲] بحرانی، محمود. (۱۳۷۳) بررسی رابطه انگیزش تحصیلی و عادات مطالعه گروهی از دانش آموزان سوم متوسطه شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.
- [۳] بحرانی، محمود. بررسی رابطه انگیزش تحصیلی و عادات مطالعه گروهی از دانش آموزان سوم متوسطه شیراز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز (۱۳۷۳).
- [۴] بقال دریوشی محمدی، ناهید و حاتمی، حمیدرضا اسدزاده، حسن و احدی، حسن. بررسی تأثیر آموزش راهبردهای خودتنظیمی (شناختی و فراشناختی) بر باورهای انگیزشی (انگیزش تحصیلی، خودکارآمدی، اضطراب آزمون) دانش آموزان دبیرستان. فصلنامه روانشناسی تربیتی شماره بیست و هفتم، سال نهم، ص ۴۹-۶۶ بهار ۹۲.
- [۵] چالمه، رضا، لطیفیان، مرتضی. ویژگی های محیط یادگیری فرا شناختی و پیشرفت تحصیلی: بررسی نقش واسطه ای باورهای انگیزشی در دانش آموزان، فصلنامه روان شناسی کاربردی، سال ۶ شماره ۳ (۲۳)، ۵۸-۴۳. پاییز ۱۳۹۱.
- [۶] حافظی، فریبا، افتخاری، زهرا، سید نژاد، مرضیه (۱۳۹۰). مقایسه باورهای انگیزشی، راهبردهای یادگیری خود تنظیمی و ویژگی های شخصیتی دانش آموزان دبیرستانهای تیزهوش وعادی شهر اهواز، مجله یافته ها نو در روانشناسی، خرداد ۹۳، ص ۱۲۷-۱۳۵.
- [۷] خسروی، معصومه و حسینی، طایبه، طالع پسند، سیاوش (۱۳۹۰). بررسی راهبردهای شناختی یادگیری خود تنظیمی. اولین همایش ملی علوم شناختی در تعلیم و تربیت ۳ و ۲ آذرماه دانشگاه مشهد.
- [۸] خدا پناهی، محمد کریم، با عزت، فرشته، حیدری، محمود، شهیدی، شهریار (۱۳۷۹) بررسی نقش راهبردهای شناختی انگیزشی در پیشرفت تحصیلی و کاهش مشکلات روان شناختی دانشجویان. مجله روانشناسی شماره ۱۶ ص ۳۳۱-۳۴۶.
- [۹] دلور، علی و قربانی، محمد (۱۳۸۹). بررسی عوامل انگیزشی و نگرشی مؤثر در پیش بینی پیشرفت ریاضیات، به منظور تدوین یک مدل ساختاری برای دانش آموزان پایه دوم دبیرستان.
- [۱۰] شریفی، حسن پاشا (۱۳۸۵). سنجش انگیزه درونی و بیرونی پیشرفت و نگرش دانش آموزان مقاطع مختلف تحصیلی نسبت به مسائل آموزشی و سهم این متغیرها در تبیین پیشرفت تحصیلی آنان. فصل نامه نو آوریهای آموزشی، شماره ۱۸ سال پنجم.
- [۱۱] صادقی زینب، محتشمی رضا. نقش فرا شناخت در فرآیند یادگیری. فصلنامه راهبردهای آموزش دوره ۳، شماره ۴، صفحات: ۱۴۸-۱۴۳. زمستان ۱۳۸۹.
- [۱۲] صمدی، معصومه ۱۳۹۱. رابطه جهت گیری انگیزش و راهبر های یادگیری در تبیین موفقیت تحصیلی. فصل نامه راهبردهای آموزش دوره ۵، شماره ۲، تابستان ۹۱ صفحات ۱۱۱-۱۰۵.
- [۱۳] طالب زاده نوبریان، محسن، ابوالقاسمی، محمود، عشوری نژاد، فاطمه، موسوی، سید حسین، (۱۳۹۰) بررسی روابط ساختاری خود پنداره یادگیری خود تنظیمی و موفقیت تحصیلی دانشجویان. روش ها و مدل های روان شناختی / سال اول شماره چهارم تابستان ۱۳۹۰ ص ۸۰-۶۵.
- [۱۴] عابدینی، یاسمن، باقریان، رضا، کدخدایی، محبوبه السادات، ۱۳۸۹. بررسی رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای شناختی و فرا شناختی با پیشرفت تحصیلی: آزمون مدل های رقیب. تازه های علوم شناختی، سال ۱۲، شماره ۳، ۱۳۸۹، ص ۴۸-۳۴.
- [۱۵] عبدالملکی، جمال و یوسفی افراشته، مجید، رشیدی، زهرا، عبدالملکی، صابر، محمدی، نوشیروان، صیامی، لایلا ۱۳۸۷ طراحی و ارزیابی مدل علی پیشرفت تحصیلی: تحلیل روابط شیوه ادارک والدین و انگیزش تحصیلی با پیشرفت تحصیلی فصلنامه خانواده و پژوهش (سال دوم، شماره ۴، تابستان ۱۳۸۷).



- [۱۶] غباری بتاب باقر ، راقبیان رؤیا . تاثیر آموزش دو راهبرد فرا شناختی و خود نظارتی بر درک مطلب خواندن دانش آموزان پسر پایه دوم راهنمایی .مجله روان شناسی علوم تربیتی،سال سی و هشتم ، شماره ۴ ،ص ۶۷-۸۵ . ۱۳۸۷.
- [۱۷] کارشکی حسین.، (۱۳۸۱)تأثیر آموزش راهبردهای فراشناختی بر درک مطلب دانش آموزان ،مجله ی روانشناسی ۲۱/سال ششم ، شماره ی ۱ بهار ۱۳۸۱.
- [۱۸] کاوسیان ، جواد وفراهمانی، محمد ، کدیور ، پروین ، هومن ،عباس ، شهرآرای ،مهرناز ،فرزاد ،ولی اله (۱۳۸۶) مطالعه عوامل مؤثر برانگیزش تحصیلی دانش آموزان دختر وپسر دبیر ستانهای سراسر کشور در سال ۸۴-۱۳۸۳ ، فصل نامه علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز سال دوم شماره ۸ زمستان ۱۳۸۶.
- [۱۹] کجباف ،محمد باقر و حسین مولوی و علیرضا شیرازی ، (۱۳۸۲) . بررسی رابطه باورهای انگیزشی و راهبر های یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دبیر ستانی ،فصل نامه تازه های علوم شناختی ،سال ۵ ،شماره ۱.
- [۲۰] منوچهری اردستانی فاطمه ، مهدی پور منیره، نسیمی فر نجه. اثر بخشی آموزش راهبردهای شناختی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان حساب نارسائی چهارم و پنجم دبستان شهر تهران . اولین همایش ملی یافته های علوم شناختی در تعلیم و تربیت ۲-۳ آذر ماه ۱۳۹۰.
- [۲۱] محمودی ، زهرا ،(۱۳۷۷)بررسی رابطه خودپنداره- یادگیری خود تنظیم و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر پایه دوم راهنمایی شهرستان شهریار. پایانامه کارشناسی ارشد،دانشگاه تربیت معلم.
- [۲۲] ملکی، بهرام(۱۳۸۴). تأثیر آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی بر افزایش یادگیری و یادداری متون مختلف، تازه های علوم شناختی، سال ۷ ، شماره ۳ .
- [۲۳] نخستین گلدوست ، اصغر ومعینی کیا ،مهدی.رابطه راهبردهای یادگیری خود تنظیم وراهبردهای انگیزش برای یادگیری با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل دانش و پژوهش در علوم تربیتی _ برنامه ریزی درسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوارسگان (اصفهان) شماره ۲۳ ص ۸۵-۱۰۰ پاییز ۱۳۸۸
- [۲۴] نقشی ، زهرا ،طرخان رضاعلی(۱۳۸۹). الگوی ساختاری رابطه خود کار آمدی ، سود مندی ادارک شده پیشرفت تحصیلی بررسی نقش واسطه ای یادگیری خود نظم بخشی ،۱-۱۶ ، ۱۳۸۹ ، تازه های علوم شناختی ، شماره ۱۲.
- [۲۵] نیکدل ، فریبز کدیور ، پروین ،فرزاد ،ولی اله،عربزاده ،مهدی ،کاوسیان،جواد. (1391) رابطه خود پنداره تحصیلی ، هیجان های تحصیلی مثبت و منفی با یادگیری خود گردان . فصلنامه روان شناسی کاربردی ، سال ۶ ،شماره (21) 1 ، بهار ۱۳۹۱ ص ۱۰۳-۱۱۹.
- [۲۶] یوسف زاده محمدرضا، یعقوبی ابولقاسم، رشیدی معصومه. تأثیر آموزش مهارت های فراشناختی بر خود کار آمدی دانش آموزان دختر دوره ی متوسطه . مجله ی روان شناسی مدرسه / دوره ۱، شماره ۳- ۱۳۳-۱۱۸ پاییز ۱۳۹۱.

منابع و مراجع(انگلیسی)

- [27] Pintrich, P. R; Smith, D. A; Garcia, T; & Mckachie, W. J. (1993).Reliability and predicative validity of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (M.S.L.Q). Educational and psychological Measurement, 53, PP 801-813..
- [28] Vallerand, R.J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, Extrinsic,and Amotivational Styles as Predictors of Behavior:A Prospective Study.Journal of Personality, 60, 599-620
- [29] Paris, S.G., & Winogard, P. (1990).How metacognition can promote acadēmic Learning and Instruction. In B. F. Jones & L. Idol (eds.),Dimensions of Thinking and Cognitive Instruction (pp. 15-51). Hillsdale,N. J. ElBaum.N. J. ElBaum. .
- [۳۰] بررسی رابطه انگیزش تحصیلی و عادات مطالعه گروهی از دانش آموزان سوم متوسطه شیراز . پایان نامه کارشناسی ارشد ، دانشگاه شیراز(۱۳۷۳).



- [۳۱] بقال دریوشی محمدی ، ناهید و حاتمی ،حمیدرضا اسدزاده ، حسن و احدی ، حسن .بررسی تأثیر آموزش راهبردهای خودتنظیمی (شناختی و فراشناختی) بر باورهای انگیزشی (انگیزش تحصیلی، خودکارآمدی، اضطراب آزمون)دانش آموزان دبیرستان. فصلنامه روانشناسی تربیتی شماره بیست و هفتم، سال نهم، صغه ۴۹-۶۶ بهار ۹۲.
- [۳۲] چالمه ، رضا ،لطیفیان ، مرتضی . ویژگی های محیط یادگیری فرا شناختی و پیشرفت تحصیلی : بررسی نقش واسطه ای باورهای انگیزشی در دانش آموزان ،فصلنامه روان شناسی کاربردی ، سال ۶ شماره۳(۲۳)، ۵۸-۴۳. پاییز ۱۳۹۱.
- [۳۳] صادقی زینب، محتشمی رضا. نقش فرا شناخت در فرآیند یادگیری . فصلنامه راهبردهای آموزش دوره ۳، شماره ۴، صفحات: ۱۴۸-۱۴۳. زمستان ۱۳۸۹
- [۳۴] غباری بتاب باقر ، راقبیان رؤیا . تاثیر آموزش دو راهبرد فرا شناختی و خود نظارتی بر درک مطلب خواندن دانش آموزان پسر پایه دوم راهنمایی.مجله روان شناسی علوم تربیتی،سال سی و هشتم ، شماره ۴، ص ۶۷-۸۵. ۱۳۸۷
- [۳۵] کارشکی حسین.، تأثیر آموزش راهبردهای فراشناختی بر درک مطلب دانش آموزان ،مجله ی روانشناسی ۲۱/سال ششم ، شماره ی ۱ بهار ۱۳۸۱.
- [۳۶] ملکی، بهرام. تأثیر آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی بر افزایش یادگیری و یادداری متون مختلف، تازه های علو م شناختی، سال ۷، شماره ۳. (۱۳۸۴).
- [۳۷] منوچهری اردستانی فاطمه ، مهدی پور منیره، نسیمی فر نجه. اثر بخشی آموزش راهبردهای شناختی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان حساب نارسائی چهارم و پنجم دبستان شهر تهران . اولین همایش ملی یافته های علوم شناختی در تعلیم و تربیت ۲-۳ آذر ماه ۱۳۹۰.
- [۳۸] محمودی،زهرا. بررسی رابطه خودپنداره- یادگیری خود تنظیم و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر پایه دوم راهنمایی شهرستان شهریار. پایانامه کارشناسی ارشد،دانشگاه تربیت معلم. (۱۳۷۷).
- [۳۹] نخستین گلدوست ، اصغر ومعینی کیا ،مهدی.رابطه راهبردهای یادگیری خود تنظیم و راهبردهای انگیزش برای یادگیری با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل دانش و پژوهش در علوم تربیتی _ برنامه ریزی درسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوارسگان (اصفهان) شماره ۲۳ ص ۸۵-۱۰۰ پاییز ۱۳۸۸.
- [۴۰] یوسف زاده محمدرضا، یعقوبی ابولقاسم، رشیدی معصومه. تأثیر آموزش مهارت های فراشناختی بر خود کار آمدی دانش آموزان دختر دوره ی متوسطه . مجله ی روان شناسی مدرسه / دوره ۱، شماره ۳- ۱۳۳-۱۱۸ پاییز ۱۳۹۱.
- [۴۱] حافظی ،فریبا ،افتخاری ،زهرا ، سید نژاد ،مرضیه (۱۳۹۰).مقایسه باورهای انگیزشی ، راهبردهای یادگیری خود تنظیمی وویژگی های شخصیتی دانش آموزان دبیرستانهای تیزهوش وعادی شهر اهواز،مجله یافته ها نو در روانشناسی ، خرداد ۹۳،ص ۱۲۷-۱۳۵.

منابع و مراجع

- [42] Pintrich, P. R; Smith, D. A; Garcia, T; & Mckachie, W. J. (1993).Reliability and predicative validity of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (M.S.L.Q). Educational and psychological Measurement, 53, PP 801-813..
- [43] Vallerand, R.J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, Extrinsic,and Amotivational Styles as Predictors of Behavior:A Prospective Study.Journal of Personality, 60, 599-620
- [44] Paris, S.G., & Winogard, P. (1990).How metacognition can promote academic Learning and Instruction. In B. F. Jones & L. Idol (eds.),Dimensions of Thinking and Cognitive Instruction (pp. 15-51). Hillsdale,N. J. ElBaum.N. J. ElBaum. .