



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی پایان نامه برای دریافت

درجه کارشناسی ارشد (M:A)

گرایش عمومی

عنوان:

رابطه بین باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

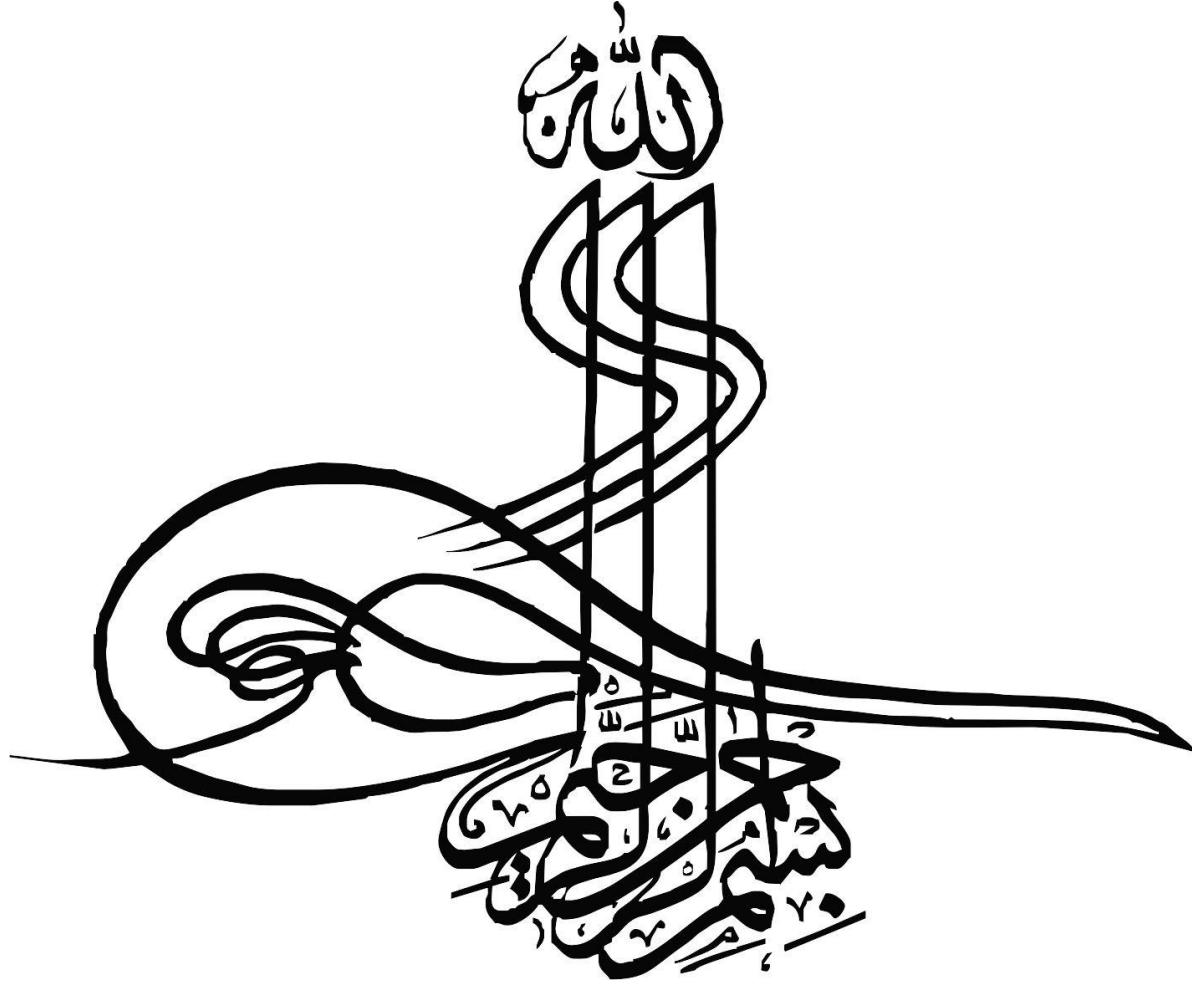
با شادکامی در دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر میمند

استاد راهنما: دکتر سلطانه علی کاظمی

استاد مشاور: دکتر حجت ا... جاویدی

نگارش: مزده پرهیز میمندی

تابستان : ۹۲





معاونت پژوهش و فن آوری

به نام خدا

منشور اخلاق پژوهش

بایاری از خداوند سبحان و اعتماد به این که عالم محضر خداست و همواره ناظر بر اعمال انسان و به منظور پاس داشت مقام بلند دانش و

پژوهش و نظریه اهمیت جایگاه دانشگاه در اعتلای فرهنگ و تمدن بشری، مادانشجویان و اعضاء هیئت علمی واحد های دانشگاه آزاد

اسلامی متعهد می گردیم اصول زیر را در انجام فعالیت های پژوهشی مد نظر قرار داده و از آن تخطی نکنیم:

۱- اصل حقیقت جویی: تلاش در راستای پی جویی حقیقت و وفاداری به آن و دوری از هرگونه پنهان سازی حقیقت.

۲- اصل رعایت حقوق: التزام به رعایت کامل حقوق پژوهشگران و پژوهشگران (انسان، حیوان و نبات) و سایر صاحبان حق.

۳- اصل مالکیت مادی و معنوی: تعهد به رعایت کامل حقوق مادی و معنوی دانشگاه و کلیه همکاران پژوهش.

۴- اصل منافع ملی: تعهد به رعایت مصالح ملی و در نظر داشتن پیشبرد و توسعه کشور در کلیه مراحل پژوهش.

۵- اصل رعایت انصاف و امانت: تعهد به اجتناب از هرگونه جانب داری غیر علمی و حفاظت از اموال، تجهیزات و

منابع در اختیار.

۶- اصل رازداری: تعهد به صیانت از اسرار و اطلاعات محرمانه افراد، سازمان ها و کشور و کلیه افراد و نهاد های مرتبط با تحقیق.

۷- اصل احترام: تعهد به رعایت حریم ها و حرمت ها در انجام تحقیقات و رعایت جانب تقد و خودداری از هرگونه حرمت

شکنی.

۸- اصل ترویج: تعهد به رواج دانش و اشاعه نتایج تحقیقات و انتقال آن به همکاران علمی و دانشجویان به غیر از مواردی که منع

قانونی دارد.

۹- اصل برائت: التزام به برائت جویی از هرگونه رفتار غیر حرفه ای و اعلام موضع نسبت به کسانی که حوزه علم و پژوهش را به

شائبه های غیر علمی می آلائند.



معاونت پژوهش و فن آوری
به نام خدا
تعهد اصالت رساله یا پایان نامه تحصیلی

اینجانب
دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد در رشته
که در تاریخ
از پایان نامه خود تحت عنوان " " با کسب
نمره
دفاع نموده ام بدینوسیله متعهد می شوم:

۱) این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده ام، مطابق ضوابط و رویه موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آنرا در فهرست مربوطه ذکر و درج کرده ام.

۲) این پایان نامه قبلاً برای هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است.

۳) چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هرگونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از پایان نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.

۴) چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را می پذیرم و دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچگونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی:

تاریخ و امضاء



صور تجلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد (M.A)

رشته :	در تاریخ	نام و نام خانوادگی دانشجو :	از پایان نامه خود با عنوان :
امضاء اعضای	سمت	دفاع نموده است.	ونمره
		نام و نام خانوادگی	با درجه
		اعضاء هیات داور	هیات داور
	استاد راهنما	۱ -	
	استاد مشاور	۲ -	
	استاد داور	۳ -	
	استاد داور	۴ -	
مدیر/معاونت پژوهشی		مراتب فوق مورد تایید است .	
مهر و امضاء			

تقدیم به اولین معلمین زندگی‌م:

پدر و مادرم، باغبانان بوستان زندگی‌م که صبورانه و با زحمات بی

دریغشان مرا در پیمودن راه علم و معرفت یاری نمودند.

سپاسگزاری:

حمد و سپاس بی شمار پروردگار که با الطاف بیکران خود در تمامی مراحل یاریم نمود و

توفیق انجام این رساله نصیبم گردید و توانستم قدم کوچکی در پیشبرد علم بردارم.

بر خود واجب می دانم تا از اساتید بزرگوار:

- جناب دکتر سلطانه‌علی کاظمی، استاد راهنمای محترم که در کلیه مراحل با صبر و

شکیبایی و دقت کم نظیر، مرا از راهنمایی های خود بهره مند ساختند تشکر و

سپاسگزاری می نمایم.

- جناب دکتر حجت ا... جاویدی، استاد مشاور محترم که با علاقه و دقت نظر

خاص خود در تمامی مراحل مرا یاری کردند کمال تشکر و قدر دانی را دارم.

- از مسئولان محترم اداره آموزش و پرورش و پیش دانشگاهی شهر میمند که

نهایت همکاری را داشتند کمال تشکر را دارم.

فهرست مطالب

چکیده ۲

فصل اول

بیان مسأله ۵

اهمیت و ضرورت تحقیق ۸

اهداف پژوهش ۱۰

سوال های پژوهش ۱۱

تعریف عملیاتی و مفهومی متغیرها ۱۱

فصل دوم

گستره نظری ۱۴

نظریه های شادکامی ۱۶

خصوصیات شخصیتی مرتبط با شادکامی ۱۸

خودتنظیمی ۲۰

نظریه های خودتنظیمی ۲۲

انگیزش ۳۰

نظریه های باورهای انگیزشی ۳۲

رابطه انگیزش و یادگیری ۳۵

پیشینه تحقیق ۳۵

باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی ۳۸

باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و شادکامی ۳۹

جمع بندی ۳۹

فصل سوم

۴۳پرستشنامه شادکامی آکسفورد (O.H.I)
۴۴روایی و پایایی
۴۴پرستشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری (M,S,L,Q)
۴۵روایی و پایایی
۴۶روش اجرای پژوهش
۴۶روش های آماری
۴۷ملاحظات اخلاقی

فصل چهارم

۴۹یافته های توصیفی پژوهش
۵۲یافته های استنباطی

فصل پنجم

۵۶خلاصه
۵۹محدودیت ها
۵۹پیشنهاد های پژوهش

چکیده

این پژوهش به دنبال بررسی رابطه بین باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی با شادکامی دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر میمند در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ بود. روش پژوهش از نوع همبستگی می باشد و حجم نمونه مورد مطالعه ۱۸۴ نفر دانش آموز دختر و پسر مدارس پیش دانشگاهی می باشد. داده های پژوهش از طریق پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خود تنظیمی پنتریچ و دی گروت جمع آوری و مورد تحلیل آماری قرار گرفت. نتایج نشان داد بین باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و ابعاد آن ها با شادکامی و ابعاد آن رابطه معنی داری وجود دارد. از بین ابعاد باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی تنها بعد ارزش درونی، اضطراب امتحان و خودنظم دهی قادر بودند به صورت معناداری شادکامی را پیش بینی نمایند.

کلید واژه: باورهای انگیزشی، راهبردهای یادگیری خود تنظیمی، شادکامی

فصل اول

طرح پژوهش

مقدمه

یکی از رشته های بدیع روانشناسی که در اواخر سده ی بیستم میلادی پا به عرصه وجود گذاشته وافق تازه ای را پیش روی روانشناسان و پژوهشگران گشوده است، روانشناسی مثبت می باشد. در این نوع روانشناسی، به جای تاکید بر شناسایی و مطالعه کمبودهای روانی و کاستی های رفتاری و ترمیم یا درمان آنها، به شناخت و ارتقای وجوه مثبت و نقاط قوت انسان توجه و تاکید می شود. این رشته جدید طیف وسیعی از مفاهیم روانشناختی از جمله مفهوم شادکامی را در بر می گیرد. گرچه این مفهوم برای جوامع و اقوام مختلف تازگی ندارد و از دیرباز مورد نظر فیلسوفان و اندیشمندان بوده است، لیکن مطالعه علمی آن در سال های اخیر، آن هم توسط روانشناسان، آغاز شده است. اولین مطالعه در مورد شادکامی در سال ۱۹۱۲ میلادی در بین دانش آموزان انگلیسی انجام شد. در سال های بعد از آن چند مطالعه دیگر در آمریکا در مورد سطح لذت دانش آموزان انجام گرفت. اما مطالعات مربوط به شادکامی به دلیل جنگ های جهانی اول و دوم به دست فراموشی سپرده شد. بعد از جنگ جهانی دوم، مجدد آغاز شد و در سال های اخیر به شدت افزایش یافته است (عابدی، ۱۳۸۳).

شادکامی^۱ ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره چگونه گذراندن زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی شود، بلکه حالتی است درونی که از هیجان های مثبت تاثیر می پذیرد (مایرز و دینر^۲، ۱۹۹۵).

بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخص مبتنی است و بر حالتی دلالت می کند که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه هیجان های مثبت و خشنودی از زندگی نشات می گیرد (هیلز و آرچیل^۳، ۲۰۰۱). از دیدگاه روانشناسان دو نوع شادکامی وجود دارد. نوعی از آن از رهگذر شرایط محسوس زندگی هم چون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و به طور کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می گردد که به آن وجه عینی شادکامی می گویند و نوع دیگر متاثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که از آن به شادکامی ذهنی یا احساس شادکامی^۴ تعبیر می شود. شواهد موجود گویای آنند که احساس شادکامی مولد انرژی، شور و نشاط و حرکت پویا است و هم چون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات محافظت و سلامت جسمی و روانی او را تضمین کند.

۱- happiness

۲- Mayevz & Diener

۳- Hillz & Argyle

۴- happiness feel

باورهای انگیزشی^۱ به عنوان چارچوبی از منابع عمل می کنند که تفکر، احساس و اعمال دانش آموز را در یک حیطه مشخص قرار می دهد. باورهای انگیزشی یک حیطه، ممکن است نسبت به یک موضوع مطلوب (ناشی از خوش بینی) یا نامطلوب (ناشی از بدبینی) باشد و زمینه ای مثبت یا منفی برای یادگیری آن موضوع فراهم کند. مجموعه ای از این باورهای انگیزشی به ارزش هایی مربوط می شود که دانش آموزان را به یک حیطه هدایت می کند و این ارزش ها نیز به عقاید آنها از کارایی یا اثر بخشی روش های یادگیری و تدریس باز می گردد (پینتریح^۲، ۲۰۰۱؛ اسکینر^۳، ۱۹۹۵؛ استپک^۴، ۱۹۸۸؛ ورمر، بوکارتس و سی گرس^۵، ۲۰۰۰). به گفته پینتریح، اسمیت، گارسیا و مک کیچی^۶ (۱۹۹۳)، باورهای انگیزشی در بر گیرنده چندین سازه متفاوت اند که بوسیله الگوهای نظری متفاوت مانند نظریه اسناد، نظریه خود کارآمدی، نظریه هدف و نظریه انگیزش درونی به وجود آمده اند (قدم پور، ۱۳۷۷).

به اعتقاد شانک^۷ (۱۹۹۵)، چارچوب در بر گیرنده سازه های باورهای انگیزشی در آرایش خود به عوامل مختلف در یادگیری به خصوص یادگیری خودتنظیمی^۸ نگرش ویژه ای دارد که دهه های اخیر به عنوان یک عامل موثر در موفقیت و پیشرفت تحصیلی مورد توجه قرار گرفته و پژوهش های زیادی را به خود معطوف داشته است. نظریه و تحقیق در زمینه یادگیری خودتنظیمی از اواسط دهه ۱۹۸۰ در پاسخ به این سوال که چه طور دانش آموزان بر فرآیندهای یادگیری خودشان مسلط می شوند، مطرح شد (زیمرمن^۹، ۲۰۰۱). زیرا از آن زمان بر خودگردانی و مسئولیت فردی دانش آموزان در زمینه بر عهده گرفتن یادگیری خودشان مورد تاکید قرار گرفت (پاریس و وینوگرد^{۱۰}، ۲۰۰۷).

افزایش حجم تحقیقات بر این نظر تاکید می کند که خود تنظیمی مؤثر وابسته به شکل گیری ویژگی هایی می باشد که باعث افزایش احساس قابلیت ها و هدایت انگیزه به سوی یادگیری است. خودتنظیمی جریانی است که در آن دانش آموز شناخت ها، انگیزه و رفتارهای خود را به سوی کسب اهداف یادگیری هدایت می کند. نظریه شناختی سه جریان مهم را در خود تنظیمی اصل قرار می دهد: ۱- مشاهده ۲- قضاوت در مورد خود ۳- واکنش به خود. خودتنظیمی مؤثر به

-
- ۱-motivational beliefs
 - ۲-Pintrich
 - ۳-Skinner
 - ۴-Stipek
 - ۵-Vermeer, Boekaerts & seegers
 - ۶-Smith, Garcia & Mckachie
 - ۷-Schunk
 - ۸-self – regulated learning
 - ۹-Zimmerman
 - ۱۰-Paris & Winogred

داشتن بهترین حس در مورد کارآمدی شخصی برای یادگیری وابسته است و انگیزه را افزایش می‌دهد (اسماعیل دخت، ۱۳۸۳).

بنابراین بحث این سه متغیر در دنیای تعلیم و تربیت از دیرباز تا کنون مورد توجه پژوهشگران بوده است و پژوهش حاضر نیز در همین راستا در جهت افزایش دانش تراکمی به این موضوع پرداخته است.

بیان مسأله

چرا بعضی از دانش آموزان مشتاقانه به تکالیف آموزشی روی می‌آورند و در انجام تکلیف محوله از خود سخت کوشی نشان می‌دهند؟ حال آنکه تلاش برخی تنها برای اجتناب از شکست است؟ چرا بعضی از دانش آموزان پیشرفت خود را در رابطه با تکالیف و یا عملکرد قبلی خود ارزیابی می‌کنند؟ در حالی که برخی دیگر خود را با دیگران مقایسه می‌کنند و سعی دارند شایستگی خود را بوسیله برتری نسبت به دیگران بدست آورند؟ چه عواملی باعث برانگیخته شدن جنین‌الگوهای می‌شود؟

طی بررسی‌هایی که بر روی دانش آموزان صورت گرفته است تفاوت‌هایی در میزان یادگیری آنها و هم چنین روحیه دانش آموزان در طی دوران تحصیل و یادگیری مشاهده شده است. از آنجا که مسائل عاطفی از جمله مشکلات دانش آموزان در حین تحصیل و یادگیری می‌باشد و از طرفی با توجه به مزایای یادگیری خودتنظیمی که طی پژوهش‌های گذشته بدست آمده، این پژوهش به دنبال آن می‌باشد که رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی را با شادکامی بررسی و توصیف نماید.

به گفته برادبون^۱ سابقه شادکامی بسیار کوتاه است، زیرا این حوزه اخیراً ظاهر شده است. سازمان نظر سنجی آمریکا پرسیدن سوالاتی راجع به شادی و رضایت را در دهه ی ۱۹۶۰ شروع کرد، این کار منجر به تعدادی کار کلاسیک اولیه شد (کاتریل^۲، ۱۹۶۵).

در کشور مان نیز اخیراً توجه بیشتری نسبت به شادکامی شده و تحقیقات زیادی نسبت به گذشته در مورد شادکامی انجام گرفته است. پژوهش‌های متعدد در سال‌ها اخیر در زمینه شادکامی باعث شده است ضمن شناخت شادکامی و عوامل موثر بر آن، شیوه‌های افزایش شادکامی نیز مورد بررسی قرار گیرد.

۱ - Bradbwn

۲- Catril

آرجیل و همکاران (۱۹۹۵) بیان می کنند، که شادکامی یک مفهوم سلسله مراتبی و چند بعدی است که سه جز آن عبارتند از: هیجان مثبت، رضایت از زندگی، و نبود هیجان منفی از جمله افسردگی و اضطراب. آرجیل و همکارانش دریافتند که روابط با دیگران، هدفمند بودن در زندگی، رشد شخصی، دوست داشتن خود و دیگران و طبیعت نیز از اجزای شادکامی هستند (امیریان، ۱۳۸۸).

پرسشنامه شادکامی در این پژوهش دارای مولفه های: رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس می باشد.

پنتریچ (۲۰۰۰) بیان می کند که در طی ۲۵ تا ۳۰ سال گذشته تغییر قابل توجهی در مطالعه انگیزش رخ داده است. این تغییر منجر به درک روشن تر مفهوم انگیزش و یافته های قابل تکرار مرتبط با تعلیم و تربیت گردیده است. تحلیل هایی که امروزه روی انگیزه پیشرفت^۱ صورت می پذیرد، بر ماهیت جهت گیری هدفمند رفتار متمرکز است. در واقع اهداف، اعتقادات را به سوی پیشرفت سازماندهی می کنند و زمینه هدایت رفتار و تصمیم گیری های بعدی را فراهم می سازند (ولی محمدی، ۱۳۸۱).

به عقیده بندورا (۱۹۸۹)، منظور از باورهای انگیزشی^۲ دسته ای از معیارهای شخصی و اجتماعی که افراد برای انجام دادن و پرهیز کردن از یک عمل به آن مراجعه می کنند. این معیارهای انگیزش به دنبال تایید یا عدم تایید رفتار فرد به وسیله اشخاص مهم زندگی شکل می گیرد. البته معیارهای درونی ممکن است به صورت های مختلفی مانند همانندسازی، الگوسازی، آمیزش مستقیم و تجربه شخصی، تشویق و تنبیه و از این قبیل موارد نیز شکل بگیرد. معیارهای شخصی به هر صورت که شکل بگیرد، زیربنایی برای خود انگیزه به شمار می روند. توسل به معیارهای سطح پایین همیشه کار ساز نیست افراد همواره به فعالیت هایی علاقه نشان می دهند که در آن فعالیت ها احساس خودکارآمدی بکنند و از آن به خود رضایت مندی نائل آیند. معیارهای چالش انگیز، درگیری نیرومندی را در تکالیف برمی انگیزانند که برای ایجاد قابلیت ها یی که علاقه را تقویت می کنند، لازم است. وقتی فرد سطوح ارزشمندی از عملکرد را هدف قرار می دهند و بر آن سطوح تسلط می یابد، یک احساس رضایت مندی را تجربه می کند. این رضایت مندی از دستیابی به اهداف، نشأت گرفته و علاقه درونی را پایه گذاری می کند (تکلی، ۱۳۷۸).

پرسشنامه باورهای انگیزشی در این پژوهش دارای مولفه های: خودکارآمدی، ارزش درونی و اضطراب امتحان می باشد.

۱-achievement motivatin

۲-motivation beliefs

ایجاد خودتنظیمی، در دانش آموزان از اهداف مهم آموزش و پرورش به شمار می رود. یادگیری خودتنظیمی یک سازه مهم در تعلیم و تربیت است که دور نمای جدیدی را در یادگیری علمی ارائه می نماید. خودتنظیمی فرآیندی چند راهه و پیچیده است که متغیرهای کلیدی، انگیزشی و فرآیندهای خود را یکپارچه می سازد (زیندبوکارس و پنتریچ، ۱۹۹۹؛ به نقل از زیمرمن و کلری^۱، ۲۰۰۴).

بنا به گفته بوکارتس (۱۹۹۹) با وجود انجام تحقیقات متعدد در زمینه یادگیری خود تنظیمی، مشاهده می شود که هنوز معلمین و دست اندرکاران تعلیم و تربیت این آمادگی را ندارند که به دانش آموزان کمک کنند تا بر اساس یادگیری خودتنظیمی به یادگیری مطالب درسی بپردازند. این بدان علت است که آنان تصور می کنند که یادگیری خودتنظیمی مترادف با یادگیری موفقیت آمیز است. در حالی که بین این دو تفاوت اساسی وجود دارد. یادگیری موفقیت آمیز توان تبیین ندارد اما یادگیری خودتنظیمی سازه ای است که شناخت آن دست اندرکاران تعلیم و تربیت را قادر می سازد که اول ابعاد گوناگون یادگیری موفقیت آمیز را توصیف کنند. دوم روابط متقابل بین ابعاد یادگیری را تشریح نمایند. سوم یادگیری و پیشرفت را مستقیماً به خود فرد یعنی ساختار هدف، انگیزش و عواطف او مربوط سازند.

بهبود شرایط یادگیری و افزایش سطح کیفی روش های آموزشی، یکی از راه های ایجاد علاقه در یادگیرندگان است. از این طریق یادگیرندگان به موفقیت بیشتری در یادگیری نائل می شوند و این کسب موفقیت علاقه و انگیزش آن ها را نسبت به یادگیری مطلب تازه افزایش می دهد. استفاده از راهبردهای خود تنظیمی در یادگیری به دانش آموزان امکان می دهد به تعامل فعال تر و کارآمدتری با درون داده های اطلاعاتی در موقعیت های یادگیری بپردازند و با توجه به تأثیر شادکامی در استفاده از راهبردهای خودتنظیمی می توان برنامه های آموزشی مناسب طراحی و زمینه را برای افزایش شادکامی دانش آموزان فراهم آورد و به معلمان کمک می کند تا برنامه های آموزشی و روش های تدریس را به گونه ای تنظیم کنند تا شادکامی دانش آموزان را در جهت کسب موفقیت بیشتر سازماندهی کنند.

پرسشنامه خودتنظیمی در این پژوهش دارای مولفه های راهبردهای شناختی سطح بالا و خود نظم دهی می باشد.

در پژوهش حاضر به دنبال بررسی این رابطه هستیم که آیا بین باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی با شادکامی رابطه معناداری وجود دارد؟

اهمیت و ضرورت تحقیق

شکست تحصیلی یکی از عواملی است که موجب کاهش کارایی نظام های آموزشی از جمله در دبیرستان ها شده و موجب ترک زودرس محل تحصیل می باشد. هریک از این نتایج آثار نامطلوبی بر میزان یادگیری دانش آموزان و روحیه آن ها دارد. هدف نهایی آموزش و پرورش تربیت انسان است. انسانی که در تمام ویژگیها، خود را به شکوفایی برساند. داشتن سلامت روان و شادکام بودن بایستی در دانش آموزان به نحوی ایجاد شود تا در زندگی فردی و اجتماعی دارای انگیزه و از خودتنظیمی برخوردار باشند.

به گفته مک کومبز (۲۰۱۰)، در مدارس امروز، تلاش برای برقراری ارتباط با دانش آموزانی که علاقه شان را به یادگیری از دست داده اند، یا دانش آموزانی که بنا به دلایلی دچار شکست تحصیلی یا ترک تحصیل شده اند، برای تمامی معلمان تجربه ای مایوس کننده و بسیار معمول است. معلمان انگیزش را عامل مهمی در یادگیری می دانند و از این رو می خواهند دانش آموزانی با انگیزه داشته باشند (ابراهیمی قوام، ۱۳۸۸).

در چند دهه اخیر، یکی از عرصه های فعال پژوهش روانشناسی مثبت، به ویژه به مفهوم شادکامی اختصاص یافته و از این رهگذر یافته های جدید و امیدبخشی فراهم آمده است (هیلز و آرچیل، ۲۰۰۱؛ دینر، ۲۰۰۰؛ سلیگمن، ۲۰۰۰). از جمله در برخی کشورها، پژوهشگران برای پاسخگویی به پرسشهای متعدد مرتبط با شادکامی دست به مطالعه گسترده ای زده اند. نتایج این پژوهشها به طور خلاصه بیانگر آنند که شادکامی با پیش آیندهای شخصیتی، شناختی و مذهبی پیوند نزدیک دارد. هم چنین، این یافته های مثبت مثل سلامت جسمی و روانی، عملکرد مطلوب و تولید و کارآفرینی همراه است.

سازه شادکامی ذهنی یعنی رضایت و خرسندی از گذشته، امید به آینده و شادکامی در حال. شادکامی ذهنی که معمولاً با شادکامی به طور مترادف به کار می رود و یک سازه روانشناختی است که هرکس مفهوم آن را درک می کند. اما کمتر کسی می تواند تعریف جامعی از آن ارائه دهد (سپهری، ۱۳۸۵).

پیام روانشناسی مثبت گرایی این است که به ما یادآوری کند که روانشناسی صرفاً مطالعه بیماری، ضعف و آسیب نیست بلکه می تواند توانمندی های انسان را مدنظر قرار دهد و از این نقاط قوت در پیش گیری از بیماریهای روانی بهره گیرد. بدین ترتیب روانشناسی مثبت نگر به عنوان یک کار علمی به درک و تبیین شادکامی و پیش بینی عوامل موثر بر آن می پردازد. به عنوان

یک کوشش بالینی، به جای اینکه نقص ها را برطرف کند، به افزایش شادکامی می پردازد. لذا روانشناسی مثبت نگر مکمل روانشناسی بالینی است (ابراهیمی، ۱۳۸۷).

اهمیت انگیزش و خود تنظیمی در همه دوره های تحصیلی یکسان نیست. زیمرمن (۱۹۹۸) اظهار می کند که مطالعه خود تنظیمی در پایه های تحصیلی بالاتر اهمیت بیشتری پیدا می کند، زیرا با ورود به دبیرستان از دانش آموزان انتظار می رود که بسیاری از مطالب درسی را در محیط هایی غیر از مدرسه مطالعه کنند. آنها باید به محیط مطالعه خود ساختار بخشند، برای مطالعه دروس مختلف و پرداختن به سرگرمی ها یک برنامه ریزی زمانی تهیه کنند، با استفاده از راهبردهای انگیزشی، خودشان را وادار سازند که در حضور محرک ها و جنبه های جالب توجه دیگر به مطالعه بپردازند، و بسیاری از بازبینی ها و برنامه ریزی ها را انجام دهند. بنابراین ضرورت و اهمیت مهارت های انگیزشی و خود تنظیمی در دوره متوسطه بسیار بیشتر از دوره های قبلی است.

شامر (۱۹۹۰) و همین طور شامر، کروز و رودز^۱ (۱۹۹۲) مشاهده کردند اگر دانش آموزان معتقد باشند که تکلیف آسان است، بازبینی ناقصی انجام می دهند و اطمینان بیش از حدی به یادگیری خود نشان خواهند داد. مطالعات دیگر (استنبرگ^۲، ۱۹۸۹) نیز حاکی از آن است که اگر فراگیران در زمینه تنظیم یادگیری به حال خود رها شوند، نمی توانند بازبینی درستی درباره سطحی و یا کامل بودن یادگیری خویش انجام دهند.

در ارتباطی پیچیده شبکه ای از متغیرهای انگیزشی و عاطفی از قبیل نگرش ها، جهت گیری ها، ارزش ها، باورها و اضطراب ها (پینتریچ، شونفلد^۳، ۱۹۹۲؛ مک لود^۴، ۱۹۹۲) پیشرفت تحصیلی فراگیران را تعیین می کنند. بدین سبب برای تبیین پدیده یادگیری آموزشی و پیامدهای آن الگوهای متعددی پیشنهاد و آزمایش گردیده است، که هر یک بر جنبه ها و عناصری از شبکه پیچیده عوامل شناختی و انگیزشی یادگیری تأکید ورزیده اند. بیگز^۵ (۱۹۹۴) عقیده دارد که کاملترین این الگوها، الگوهایی هستند که با رویکردی نظامدار به موضوع یادگیری پرداخته و نگرش فرد را نسبت به دنیای پیرامون خود، چگونگی فرآیند پردازش اطلاعات، پیامد یادگیری و بافتی را که یادگیری در آن به وقوع می پیوندد در نظر گرفته اند.

۱-Crouse & Rhides

۲- Sterinberg

۳- Schoenfeld

۴-Mckleod

۵- Biggs

به اعتقاد مک کومبز^۱ (۲۰۱۰) انگیزش حاصل باورهای آموخته شده فرد درباره ی ارزشمندی فردی، توانایی ها و یا قابلیت های خود، اهداف و انتظارات فرد برای کسب موفقیت یا شکست و احساسات مثبت و منفی (کنجکاوی و اضطراب) ناشی از فرآیند خود ارزشیابی است. برخی از نظریه های انگیزشی اخیر، بر فرآیندهای عالی تر (چون فراشناخت یا توانایی فکر کردن فرد درباره تفکراتش) و نحوه به کارگیری سطوح عالی تر خودآگاهی یا هشیاری، تأکید دارند. هنگامی که افراد یاد می گیرند، می توانند ورای نظام های شناختی و باورهای آموخته شده خود، عملیاتی را انجام دهند، کنترل شخصی را تجربه کنند. مختصر این که، حاصل رویکردهای جدید انگیزشی این است که دانش آموزان قادر به درک روابط بین باورها و احساسات و انگیزه هایشان هستند. آنان می توانند در سطوح عالی تر درک و هشیاری، محتوای افکار و فرایندهای تفکر خود را کنترل کنند و به نقش افکارشان پی ببرند و از اینکه می توانند خود را با انگیزه سازند، آگاه شوند. بنابراین دیدگاه های انگیزشی معاصر، ما را در درک اینکه محتوای افکار (باورها و اهداف) علل انگیزشی دارند، کمک می کند (ابراهیمی قوام، ۱۳۸۷).

بهبود شرایط یادگیری و افزایش سطح کیفی روش های آموزشی، یکی از راه های ایجاد علاقه در یادگیرندگان است. از این طریق یادگیرندگان به موفقیت بیشتری در یادگیری نائل می شوند و این کسب موفقیت علاقه و انگیزش آنها را نسبت به یادگیری مطلب تازه افزایش می دهد. استفاده از راهبردهای خود تنظیمی در یادگیری به دانش آموزان امکان می دهد به تعامل فعال تر و کارآمدتری با درون داده های اطلاعاتی در موقعیت های یادگیری بپردازند و با توجه به تأثیر شادکامی در استفاده از راهبردهای خود تنظیمی می توان برنامه های آموزشی مناسب طراحی و زمینه را برای افزایش شادکامی دانش آموزان فراهم آورد و به معلمان کمک می کند تا برنامه های آموزشی و روش های تدریس را به گونه ای تنظیم کنند تا شادکامی دانش آموزان را در جهت کسب موفقیت بیشتر سازماندهی کنند.

اهداف پژوهش

پژوهش حاضر به دنبال اهداف زیر می باشد:

- ۱- توصیف رابطه بین باورهای انگیزشی، راهبردهای یادگیری خود تنظیمی با شادکامی در دانش آموزان.
- ۲- پیش بینی شادکامی از طریق مولفه های باورهای انگیزشی.
- ۳- پیش بینی شادکامی از طریق راهبردهای یادگیری خود تنظیمی.