

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

بخش روانشناسی تربیتی

موضوع:

**بررسی رابطه بین نیازهای خودتعیینی ، خود کارآمدی
و سلامت روان در معلمان دوره ابتدایی شهرستان شهرکرد**

استاد راهنما:

دکتر راضیه شیخ الاسلامی

اساتید مشاور

دکتر فریده یوسفی

دکتر محبوبه فولاد چنگ

توسط:

مریم بختیار اندرخی

به نام خدا

بررسی رابطه بین نیازهای خودتعیینی ، خود کارآمدی
و سلامت روان در معلمان دوره ابتدایی شهرستان شهرکرد

به وسیله ی:
مریم بختیار اندرخی

پایان نامه

ارائه شده به تحصیلات تکمیلی دانشگاه به عنوان بخشی
از فعالیت های تحصیلی لازم برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته ی:
روانشناسی تربیتی
از دانشگاه شیراز
شیراز
جمهوری اسلامی ایران

ارزیابی شده توسط کمیته پایان نامه بادرجه: عالی
دکترراضیه شیخ الاسلامی، استادیار بخش روانشناسی تربیتی (رئیس
کمیته).....
دکترفریده یوسفی، دانشیار بخش روانشناسی تربیتی
.....
دکترمحبوبه فولاد چنگ، استادیار بخش روانشناسی
تربیتی.....

خرداد ماه ۱۳۹۱

به نام خدا

اظهارنامه

این جانب مریم بختیار اندرخی دانشجوی رشته ی علوم تربیتی گرایش روانشناسی تربیتی دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی اظهارمی کنم که این پایان نامه حاصل پژوهش خودم بوده و در جاهایی که از منابع دیگران استفاده کرده ام، نشانی دقیق و مشخصات کامل آن را نوشته ام. همچنین اظهارمی کنم که تحقیق و موضوع پایان نامه ام تکراری نیست و تعهد می نمایم که بدون مجوز دانشگاه دستاوردهای آن را منتشر ننموده و یا در اختیار غیر قرار ندهم. کلیه حقوق این اثر مطابق با آیین نامه مالکیت فکری و معنوی متعلق به دانشگاه شیراز است.

نام و نام خانوادگی: مریم بختیار اندرخی

تاریخ و امضاء ۱۳۹۱/۵/۲

تقدیم به

پدر و مادر مهربانم که همواره در کسب علم و دانش از حمایت بی دریغشان برخوردار بوده ام. تقدیم به همسر عزیزم که در جهت ارتقای علمی و کسب معرفت همراه و یاور همیشگی بنده بوده است و همه آنانی که مرا علم آموخته اند.

سپاسگزاری

پس از حمد و ثنای الهی که نعمت بندگی، سلامتی و کسب علم و دانش را به این حقیر عنایت فرمود. سپاس و تشکر دارم محضر اساتیدی که در مراحل مختلف از شمع وجودشان بهره مند شده ام.

و امیدوارم تشکر ویژه بنده را استاد راهنمای محترم سرکار خانم «دکتر راضیه شیخ الاسلامی» و اساتید مشاور محترم سرکار خانم «دکتر فریده یوسفی» و سرکار خانم دکتر «محبوبه فولادچنگ» به جهت تلاش مخلصانه و راهنمایی های ارزنده شان بپذیرند.

و با تشکر و قدردانی از همسر م که همواره در این مسیر مرا یاری کرده اند.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین برآورده شدن نیازهای خودتعیینی در محیط کار، خودکارآمدی و سلامت روان معلمان دوره ابتدایی شهرکرد انجام شد. نمونه ای مشتمل بر ۳۸۵ معلم (۲۱۴ نفر زن و ۱۷۱ نفر مرد) از معلمان مدارس ابتدایی شهرکرد به شیوه نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند و سه پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (DASS)، کارآمدی معلم و برآورده شدن نیازهای اساسی در شغل را تکمیل کردند. برای تحلیل اطلاعات از تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد که خودتعیینی کلی پیش بینی کننده معنادار سلامت روان معلمان می باشد. خودکارآمدی کلی قادر به پیش بینی معنادار سلامت روانی معلمان نبود. انواع نیازهای خودتعیینی (نیاز به استقلال، شایستگی و پیوستگی) توانستند به نحو منفی و معنادار افسردگی معلمان را پیش بینی کنند. از انواع نیازها تنها برآورده شدن نیاز به پیوستگی به صورت منفی و معنادار اضطراب معلمان را پیش بینی نمود، هیچکدام از نیازهای خودتعیینی نتوانستند استرس معلمان را پیش بینی نمایند. علاوه بر این هیچکدام از متغیرهای خودکارآمدی شخصی و خودکارآمدی عمومی قدرت پیش بینی افسردگی و اضطراب معلمان را به صورت معنادار نداشتند. استرس معلمان به صورت مثبت و معنادار به وسیله خودکارآمدی شخصی قابل پیش بینی بود. خودکارآمدی عمومی ارتباط معناداری با استرس معلمان نشان نداد.

واژگان کلیدی: خودتعیینی، خودکارآمدی، سلامت روان، معلمان

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول : کلیات
۲	۱-۱- مقدمه
۳	۲-۱- بیان مسئله
۴	۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق
۵	۴-۱- اهداف تحقیق
۵	۵-۱- سؤالات پژوهش
۶	۶-۱- تعاریف مفهومی
۶	۱-۶-۱- نیازهای خودتعیینی
۶	۲-۶-۱- خودکارآمدی معلم
۶	۱-۲-۶-۱- خودکارآمدی عمومی و شخصی
۷	۳-۶-۱- سلامت روان
۷	۷-۱- تعاریف عملیاتی

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۹	۱-۲- مبانی نظری
۹	۱-۱-۲- نظریه خودتعیینی
۱۰	۱-۱-۱-۲- ویژگی های خودتعیینی
۱۱	۲-۱-۱-۲- نیاز های خودتعیینی
۱۱	۱-۲-۱-۱-۲- استقلال
۱۳	۲-۲-۱-۱-۲- شایستگی
۱۴	۳-۲-۱-۱-۲- پیوستگی
۱۵	۲-۱-۲- خود کارآمدی
۱۹	۱-۲-۱-۲- خودکارآمدی معلم
۲۱	۳-۱-۲- سلامت روان
۲۴	۱-۳-۱-۲- مکاتب مختلف روانشناسی در باره ی سلامت روان
۲۴	۱-۱-۳-۱-۲- مکتب روان کاوی
۲۵	۲-۱-۳-۱-۲- مکتب انسان گرایی
۲۶	۳-۱-۳-۱-۲- مکتب رفتار گرایی

۲۷	۱-۳-۱-۴- مکتب شناختی
۲۸	۱-۳-۲- استرس شغلی معلمان و سلامت روان
۳۰	۲-۲- تحقیقات پیشین
۳۰	۱-۲-۲- خودتعیینی و سلامت روان
۳۳	۲-۲-۲- خودکارآمدی و سلامت روان

فصل سوم: روش تحقیق

۳۸	۱-۳- طرح تحقیق
۳۸	۲-۳- جامعه
۳۸	۳-۳- نمونه و روش نمونه گیری
۳۸	۴-۳- ابزار تحقیق
۳۸	۱-۴-۳- مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS)
۴۰	۲-۴-۳- مقیاس کارآمدی معلم
۴۱	۳-۴-۳- مقیاس برآورده ساختن نیازهای اساسی در شغل
۴۲	۵-۳- روش اجرا
۴۲	۵-۳- روش های آماری

فصل چهارم: یافته های تحقیق

۴۴	۱-۴- یافته های توصیفی
۴۶	۲-۴- یافته های استنباطی
۴۶	۱-۲-۴- سوال اول و دوم پژوهش
۴۶	۲-۲-۴- سوال سوم پژوهش
۴۸	۳-۲-۴- سوال چهارم پژوهش

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۵۲	۱-۵- پیش بینی سلامت روان به وسیله نیازهای خود تعیینی
۵۲	۲-۵- پیش بینی سلامت روان به وسیله خود کارآمدی
۵۳	۳-۵- پیش بینی مولفه های سلامت روان به وسیله انواع نیازهای خودتعیینی
۵۵	۴-۵- پیش بینی مولفه های سلامت روان به وسیله خودکارآمدی شخصی و عمومی
۵۶	۵-۵- کاربرد تحقیق
۵۷	۶-۵- محدودیت های تحقیق

۵۷
۵۹
۶۲
۷۰

۷-۵- پیشنهادات تحقیق
منابع فارسی
منابع انگلیسی
ضمائم

فهرست جداول

شماره جدول	صفحه
جدول ۱-۳ همبستگی خرده مقیاس های مقیاس DASS با یکدیگر و با نمره کل	۳۹
	مقیاس
جدول ۲-۳ همبستگی خرده مقیاس های مقیاس کارآمدی معلم با یکدیگر و با نمره کل	۴۱
	مقیاس
جدول ۳-۳ همبستگی خرده مقیاس های مقیاس برآورده ساختن نیازهای اساسی در	۴۲
	شغل با یکدیگر و با نمره کل مقیاس
جدول ۱-۴ میانگین، حداقل، حداکثر و انحراف استاندارد متغیرهای تحقیق	۴۴
جدول ۲-۴ ماتریس همبستگی متغیرهای تحقیق	۴۵
جدول ۳-۴ رگرسیون سلامت روان به روی نمرات کلی خودتعیینی و خودکارآمدی	۴۶
جدول ۴-۴ رگرسیون افسردگی به روی نیازهای خودتعیینی (استقلال، شایستگی و	۴۷
	پیوستگی
جدول ۵-۴ رگرسیون اضطراب به روی نیازهای خودتعیینی (استقلال، شایستگی و	۴۸
	پیوستگی
جدول ۶-۴ رگرسیون استرس به روی نیازهای خودتعیینی (استقلال، شایستگی و	۴۸
	پیوستگی)
جدول ۷-۴ رگرسیون افسردگی به روی خودکارآمدی عمومی و خودکارآمدی شخصی	۴۹
جدول ۸-۴ رگرسیون اضطراب به روی خودکارآمدی عمومی و خودکارآمدی شخصی	۴۹
جدول ۹-۴ رگرسیون استرس به روی خودکارآمدی عمومی و خودکارآمدی شخصی	۵۰

فصل اول

کلیات

۱- کلیات

۱-۱- مقدمه

امروزه نقش معلمان در پرورش استعدادها و توانایی های کودکان امری شناخته شده است. بسیاری از روان شناسان معتقدند که مربیان فرهیخته در انتقال و یادگیری مفاهیم و گسترش توانایی های ذهنی کودکان سهم به سزایی ایفا می کنند. بدیهی است فرایند پرورش کودکان توسط معلمان زمانی به بهترین شکل خود محقق می شود که معلمان از سلامت روانی در ابعاد مختلف آن برخوردار باشند.

سلامت روان^۱ یکی از موضوعاتی است که ذهن بسیاری از متخصصان حوزه های مختلف را به خود مشغول کرده است. علت این امر تأثیر سلامت روان بر کارکردهای مختلف انسانی است. سلامت روان اصطلاحی است که برای توصیف سطوح شناختی و هیجانی رفاه و آسایش و نیز عدم وجود اختلال روانی بکار می رود. طبق دیدگاه کل نگر و روان شناسی مثبت نگر، سلامت روان در برگیرنده توانایی فرد برای لذت بردن از زندگی، ایجاد تعادل بین فعالیت های زندگی و کوشش برای بهبود پذیری روانی است (نس^۲، ۲۰۰۵).

از طرف دیگر، همه انسانها دارای نیازهای مختلف جسمانی و روان شناختی می باشند که اگر ارضاء گردند موجب سلامتی و تندرستی آنان خواهد شد. با توجه به نظریه خودتعیینی^۳ افراد دارای سه نوع نیاز فطری و روان شناختی می باشند، که عبارتند از: نیاز به استقلال^۴، شایستگی^۵ و پیوستگی^۶. برآورده شدن این سه نیاز نقش اساسی در سلامت و بهزیستی افراد دارد. احساس شایستگی، استقلال و تعلق داشتن به دیگران افراد را در جهت مقابله سازنده با مشکلات و استرس ها بر می انگیزد. معلمان نیز از این قاعده مستثنی نیستند. چنانچه به نیازهای روان شناختی معلمان توجه گردد و به آنها اهمیت داده شود، زمینه عملکرد موثر آنان در امر آموزش و تدریس فراهم می گردد (همتیان، ۱۳۸۵).

^۱ - Mental Health

^۲ - Ness

^۳ - Self – Determination Theory

^۴ - Autonomy

^۵ - Competence

^۶ - Relatedness

علاوه بر این، عامل دیگری که بر سلامت روان اثر گذار است، خودکارآمدی¹ می باشد. خودکارآمدی باور فرد مبنی بر آن است که می تواند در یک حوزه به موفقیت دست یابد. افرادی که به اثر گذاری خود بر محیط پیرامون اعتقاد دارند و باور دارند که در حوزه هایی که وارد می شوند، موفق می گردند از هیجانانگیز و عواطف مثبت بیشتری برخوردارند. در واقع باورهای خودکارآمدی بر چگونگی رویارویی با مشکلات، تصمیم گیری، مقابله با استرس، انتخاب اهداف و دسترسی به آنها تاثیر می گذارد.

با توجه به اهمیت سلامت روان و نقش آن در پیشرفت، توسعه و نیز بهبود زندگی شخصی و اجتماعی، پرداختن به این موضوع و عوامل مؤثر بر آن ضروری است. این پژوهش به دنبال بررسی رابطه نیازهای خودتعیینی و باورهای خودکارآمدی با سلامت روان معلمان است، مطالعه رابطه این عوامل با سلامت روان می تواند در جهت فراهم نمودن شرایط ارتقاء بهداشت روانی معلمان مثر ثمر واقع گردد.

۲-۱- بیان مسئله

مدیران، معلمان و دانش آموزان از عناصر اصلی مدارس به عنوان نظام های آموزشی پویا، به شمار می روند. بدون تردید، هر مدرسه ای که به دنبال کسب نام و اعتبار است، آرزو دارد که معلمان و دانش آموزان به درستی و با کیفیت بالایی فرایند تدریس و یادگیری را بر اساس انتظارات و اهداف آموزشی دنبال نمایند. معلمان، تأثیر بسیاری در ایجاد جو روانی مناسب و برقراری روابط انسانی مطلوب و نهایتاً تحقق اهداف آموزشی مدارس دارند. به ویژه، هنگامی که آنها دیگران را به سمت سلامت روانی هدایت می کنند، باید مطمئن باشند که محیط روانی مطلوبی برای فعالیت و سازگاری در مدرسه شکل گرفته است. این امر نیازمند آن است که معلمان نیز خود از سلامت روانی مطلوبی برخوردار باشند. معلمان با سلامت روانی پایین، نه تنها از مسئولیت های خود در مدرسه شانه خالی می کنند و موجب کاهش اثربخشی و کارایی خود در انجام وظایف می شوند، بلکه ممکن است در بروز مشکلات رفتاری دانش آموزان نیز مؤثر باشند.

¹ Self-Efficacy

یکی از دلایل مهم تدریس موفق یا ناکارآمدی در تدریس همانا چگونگی نگرش معلم به خود و توانایی اش می باشد. همچنان که بندورا¹ (۱۹۹۶) معتقد است افرادی که اعتقاد دارند از عهده انجام دادن تکلیفی برمی آیند در واقع موفق هم می شوند و بر عکس کسانی که در مورد خود و توانایی های خود با نوعی نگرش منفی مواجه هستند، شکست می خورند. این مسئله در میان معلمان نیز صادق است. اعتقاد به آموزش موفقیت آمیز دانش آموزان، در معلم احساس موثر بودن را ایجاد می کند. به همین علت معلمانی که معتقدند می توانند به طور موفقیت آمیزی دانش آموزان را تعلیم دهند، نسبت به معلمانی که در مورد آموزش دانش آموزان شک دارند احتمالاً مورد پذیرش بیشتری از جانب دانش آموزان قرار می گیرند و از عواطف مثبت بیشتری برخوردار می گردند (آشتون و وب²، ۱۹۸۶).

نظریه خودتعیینی مطرح می کند که می توان سلامت و یا بیماری انسان ها را در قالب محیط اجتماعی و بافت فرهنگی که در آن زندگی می کنند تفسیر نمود (ریان، ۲۰۰۵، به نقل از شیخ الاسلامی، ۱۳۹۰). بر اساس این نظریه در هر فرهنگی هنجارها، ارزش ها و فعالیت ها به درجات مختلفی به وسیله اعضا آن فرهنگ درونی می شوند. هرچه درونی سازی ارزشها، هنجارها و فعالیتها کمتر شود اعضا آن فرهنگ بیشتر به مهار کننده های بیرونی و انگیزش های درون فکن وابسته می شوند. در مقابل هرچه درونی سازی بیشتر صورت گیرد احساس خودتعیینی نیز بیشتر شده و این احساس به نوبه خود بهزیستی و سلامت روان شناختی را افزایش می دهد (شیخ الاسلامی، ۱۳۹۰).

از آنجا که به طور کلی باورهای خودکارآمدی و خودتعیینی بر عملکرد افراد و احساس بهزیستی آنها اثر گذار می باشد، در اینجا این سوال پیش می آید که آیا باورهای خودکارآمدی شغلی و همچنین احساس خودتعیینی در ارتباط با شغل نیز می تواند سلامت روان را تحت تاثیر قرار دهد. بر این اساس پژوهش حاضر در پی آن است که دریابد آیا بین برآورده شدن نیازهای خودتعیینی در محیط کاری، خودکارآمدی و سلامت روان معلمان رابطه ای وجود دارد.

۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق

یکی از مشاغل مهم و حساس در جامعه شغل معلمی است. تأثیر انکار ناپذیر ویژگی های معلم بر یادگیری دانش آموزان از جمله مباحث مطرح در حوزه تعلیم و تربیت است. از جمله

¹ - Bandura

² -Ashton & Webb

مهمترین عوامل مؤثر بر عملکرد معلمان سلامت روانی است، چرا که معلم سالم یعنی تعلیم و تربیت سالم و تعلیم و تربیت سالم یعنی جامعه سالم. توجه به بهداشت روانی معلمان پایه و اساسی است که بر مبنای آن پیشرفت های اجتماعی شکل می گیرد. رشد و پیشرفت هر جامعه ای ارتباط تنگاتنگ با تعلیم و تربیت صحیح آن جامعه دارد و تحقق چنین ایده ای مستلزم داشتن معلمانی شایسته و برخوردار از سلامت جسم و روان و عاری از هر گونه مسائل و مشکلات روان شناختی می باشد.

شغل حساس و پر مسؤولیت معلمی در دوره ابتدایی به مراتب سنگین تر است. زیرا کودک پس از محیط خانواده به اولین محیط اجتماعی رسمی که وارد می شود، محیط مدرسه است. این انتقال ممکن است کودکان را با مشکلات سازگاری روبرو نماید و لازم است معلمان مدارس ابتدایی بیش از پیش به این امر خطیر توجه داشته باشند، زیرا علاوه بر وظایف آموزشی امر تربیت را نیز بر عهده دارند. معلم دبستان باید بانشاط، خونگرم، مهربان و سرزنده و عاری از افسردگی و اضطراب و غمناکی باشد تا بتواند به سازگاری هرچه بیشتر دانش آموزان با محیط مدرسه کمک نماید.

از آنجایی که معلمان از اقشار بسیار تأثیر گذار بر اجتماع هستند و نسل جوان و آینده سازان کشور را پرورش می دهند و آینده و سلامت هر کشوری وابسته به سلامت افراد آن جامعه است، لذا توجه به سلامت معلمان در واقع توجه به سلامت کودکان و نوجوانان کشور و در نهایت توجه به سلامت و آینده کشور خواهد بود و از آنجایی که هیچ فرد انسانی در برابر اختلالات روانی مصون نیست، شناسایی عوامل مؤثر بر اختلالات، منجر به پیشگیری، درمان و به حداقل رساندن عواقب ناخوشایندی که این اختلالات در زندگی فرد و طبعاً اجتماع می گذارد، خواهد گردید.

۱-۴- اهداف تحقیق

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین برآورده شدن نیازهای خودتعیینی در محیط کار، خودکارآمدی و سلامت روان معلمان دوره ابتدایی شهرکرد می باشد.

۱-۵- سؤالات پژوهش

۱. آیا برآورده شدن نیازهای خودتعیینی در محیط کار، سلامت روان معلمان دوره ابتدایی را پیش بینی می کند؟

۲. آیا خودکارآمدی، سلامت روان معلمان دوره ابتدایی را پیش بینی می کند؟
۳. برآورده شدن کدام یک از نیازهای خودتعیینی در محیط کار (نیاز به استقلال، نیاز به شایستگی و نیاز به پیوستگی) مؤلفه های سلامت روان معلمان دوره ابتدایی شامل افسردگی، اضطراب و استرس را پیش بینی می کند؟
۴. کدام یک از ابعاد خودکارآمدی (عمومی و شخصی) مؤلفه های سلامت روان معلمان دوره ابتدایی شامل افسردگی، اضطراب و استرس را پیش بینی می کند؟

۶-۱- تعاریف مفهومی

۱-۶-۱- نیازهای خودتعیینی

با توجه به نظریه خودتعیینی هر فرد دارای سه نیاز روانی است که از آنها تحت عنوان نیازهای اساسی روان شناختی^۱ نام برده می شود. این نیازها عبارتند از نیاز به استقلال، شایستگی و پیوستگی که ارضای آنها از ضروریات رشد فردی می باشد (دسی و ریان، ۲۰۰۰). طبق نظریه خودتعیینی نیاز به استقلال عبارت است از احساس مردم درباره اراده، عامل بودن در زندگی و ابتکار (افراد خودشان را به عنوان عامل و مبتکر رفتارهایشان بدانند) (راکفلو^۲، ۲۰۰۶). نیاز به شایستگی عبارت است از نیاز به موثر بودن در تعامل با محیط، تمایل به استفاده از استعدادها و مهارت‌ها در انجام کار، دنبال کردن چالش‌های بهینه و تسلط یافتن بر آنها (دسی و ریان، ۱۹۸۵؛ دسی و ریان، ۲۰۰۰). نیاز به پیوستگی نیز شامل ارتباط با دیگران و دوست داشته شدن توسط دیگران است (ریان، ۱۹۹۵). دسی و ریان (۲۰۰۰)، پیوستگی را نیاز به برقراری پیوند و دلبستگی عاطفی نزدیک با دیگران می دانند.

۱-۶-۲- خود کارآمدی معلم

گاسکی و پاسارو^۳ (۱۹۹۴)، خودکارآمدی معلم را این چنین تعریف کرده اند: "اعتقاد به این مسئله که معلم می تواند کیفیت یادگیری دانش آموزان، حتی آنهایی که ممکن است مشکل داشته یا بی انگیزه باشند را تحت تاثیر قرار دهد". (ص ۴).

^۱ - Basic Psychological Needs

^۲ - Rockafellow

^۳ - Guskey & Passaro

۱-۲-۶-۱- خودکارآمدی عمومی و شخصی

خودکارآمدی عمومی عبارت است از تاثیر کلی تدریس بر پیشرفت دانش آموز. و خودکارآمدی شخصی عبارت است از توانایی شخصی معلم برای تحت تاثیر قرار دادن عملکرد دانش آموز (عسگری زاده، ۱۳۸۶).

۱-۳-۶-۱- سلامت روان

سازمان بهداشت جهانی، سلامت روان را ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی-اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی و مناسب می داند (نسابه، ۱۳۸۴).

۱-۷- تعاریف عملیاتی:

نیازهای خودتعیینی: نمره ای است که آزمودنی ها از مقیاس برآورده شدن نیازهای اساسی درشغل (دسی، ریان، گانیه، لئون، سونو و کرنازهوا^۱، ۲۰۰۱)، به دست می آورند.

خود کارآمدی معلم: نمره است که آزمودنی ها از مقیاس کارآمدی معلم (گیبسون و دمبو، ۱۹۸۴)، در سه مؤلفه خودکارآمدی عمومی، شخصی و کلی بدست می آورند.

سلامت روان: نمره ای است که از مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (لاوبوند و لاوبوند، ۱۹۹۵) به دست می آید.

^۱- Deci, Ryan, Gagne, Leone, Usunov & Kornazheva

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۲- مبانی نظری و پیشینه تحقیق

در این فصل ابتدا به مبانی نظری نیازهای خودتعیینی، خودکارآمدی و سلامت روان پرداخته می شود و سپس تحقیقات پیشین در خصوص رابطه بین متغیرها ارائه می شود.

۲-۱- مبانی نظری

۲-۱-۱- نظریه خودتعیینی

یکی از جامع ترین و جدیدترین نظریه های انگیزشی، نظریه خودتعیینی می باشد که به وسیله دسی و ریان (۱۹۸۵)، مطرح شده است. در این نظریه بر عوامل سازنده رفتار انسان تأکید می شود و شرایطی که تسهیل کننده و بهبود دهنده رضایت از زندگی در محیط های متعدد از جمله خانه، مدرسه، جامعه می باشد، مورد بررسی قرار می گیرد. نظریه خودتعیینی در عرصه های مهم زندگی از جمله نظام آموزشی، موفقیت شغلی، سلامت روان، اجتماع و سیاست تأثیر چشمگیری دارد (کار^۱، ۲۰۰۴).

خودتعیینی عبارت است از نیاز به تجربه کردن تصمیم گیری در شروع کردن رفتار و تنظیم آن، این بیانگر آن است که فرد دوست دارد به جای این که رویدادهای محیطی اعمال او را تعیین کنند، خود او این کار را انجام دهد (ریو، ۱۳۸۷).

گلدنر و سیتلینگتون^۲ (۲۰۰۸) تعدادی از تعریف های خودتعیینی را خلاصه کرده و بیان می کنند: خودتعیینی ترکیبی است از مهارتها، دانش و عقاید که یک شخص را قادر می سازد در اهداف جهت داده شده، خودتنظیمی و رفتار خودمختارانه درگیر گردد. همچنین فهم توانایی ها و محدودیت های فرد همراه با باور داشتن خودش به عنوان یک فرد قادر و موثر، در خودتعیینی ضروری است. وقتی که بر اساس این مهارت ها و نگرش ها عملی انجام گیرد، افراد توانایی بیشتری برای کنترل کردن زندگی شان دارند و به عنوان بزرگسالان موفق فرض می گردند (گلدنر و سیتلینگتون، ۲۰۰۸). خودتعیینی مجموعه ای از رفتارها و مهارت های یاد گرفته شده است که اساساً از محیط های آموزشی و خانه ناشی می شود و فرد را قادر می سازد تا تصمیم گیری کرده و مسائل را حل کند (داودوانی، بنزار و امبار^۳، ۲۰۰۲).

^۱-Carr

^۲-Gelder & Sitlington

^۳ - Dawoodvanei, Benzar & Ambar