



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

زمان چاپ: ۱۴۰۰/۰۲/۱۵

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

بررسی ویژگی های خودکارآمدی تحصیلی و مولفه های آن در کلاس درس

محمد یعقوب ریگی^۱، غلامشا رئیسی^۲، شیما دهقان^۳، جمیله ملازاده^۴، زینب سپاهی^۵، محمد رضا مهرانپور^۶

^۱لیسانس رشته آموزش ابتدایی، فرهنگی، آموزش و پرورش منطقه جالق، گلشن، ایران
^۲لیسانس رشته آموزش ابتدایی، دبستان شهیدرجایی^۱، فرهنگی، آموزش و پرورش منطقه جالق، گلشن، ایران
^۳فوق دیپلم رشته آموزش ابتدایی، دبستان شهید مدنی، فرهنگی، مدیریت آموزش و پرورش شهرستان سراوان، سراوان، ایران
^۴لیسانس رشته آموزش ابتدایی، دبیرستان فاطمه الزهرا، فرهنگی، آموزش و پرورش منطقه جالق، گلشن، ایران
^۵لیسانس رشته آموزش ابتدایی، دبیرستان دبیرستان دوره اول نرجسیه، فرهنگی، آموزش و پرورش منطقه جالق، گلشن، ایران
^۶لیسانس رشته آموزش ابتدایی، دبستان مولوی هوشنگ، فرهنگی، مدیریت آموزش و پرورش شهرستان سراوان، سراوان، ایران

abdolvahedraisijalg@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگی های خودکارآمدی تحصیلی و مولفه های آن در کلاس درس بود. خودکارآمدی در رشته ها و محیط های گوناگونی آزمایش شده و از پشتوانه هایی فزاینده نظری و تجربی برخوردار است. خودکارآمدی احساسی پایدار و روشن از لیاقت و قابلیت فرد برای کنار آمدن مؤثر با بسیاری از موقعیت های تنش زا است. خودکارآمدی به احساس عزت نفس و ارزش خود، احساس کفایت و کارایی در برخورد با زندگی اطلاق می شود. خودکارآمدی اطمینان به توانایی خود در کنترل افکار، احساسات و فعالیت ها است و بنابراین روی پیامد اعمال مؤثر است. انتظارات خودکارآمدی بر عملکرد واقعی افراد، هیجانات، انتخاب رفتار و سرانجام میزان تلاش و کوشش که صرف یک فعالیت می شود مؤثر است.

کلیدواژه ها: خودکارآمدی، تحصیلی، کلاس درس، دانش آموزان.

۱-مقدمه

در سه دهه اخیر دیدگاه های متفاوت نظری در پژوهش های گسترده ای به بررسی فرآیندها و پیامدهای خودتنظیمی انگیزشی پرداخته اند، به ویژه اینکه اشخاص چگونه مجموعه ای از اهداف پیشرفت را تنظیم و یا در آن ها تجدیدنظر می کنند و چگونه برای دستیابی به این اهداف سعی می کنند (فخری و همکاران، ۱۳۹۲). یکی از موضوعات با اهمیت توجه در پژوهش های اجتماعی، موفقیت تحصیلی می باشد، زیرا علاوه بر آن که قادر است به عنوان معیاری جهت سازگاری فراگیر با محیط آموزشی و موفقیت آینده اش تلقی گردد، نشان دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف یابی و توجه به رفع نیازهای فردی نیز است. یکی از مشکلات عمده در کیفیت آموزش کشور افت تحصیلی می باشد. که به علت اتلاف وقت و هزینه های جاری و ایجاد مشکلات روحی - روانی و اجتماعی برای دانش آموزان از اهمیت بالایی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

برخوردار بوده و عدم کنترل آن موجب پایین آمدن سطح علمی و کارآیی کشور در سال‌های آتی می‌گردد. تقریباً یک ربع از جمعیت جوان، در معرض خطر شکست تحصیلی و دیگر مشکلات رفتاری متعاقب آن هستند (جمالی و همکاران، ۱۳۹۲). خودکارآمدی از متغیرهای تاثیر گذار در نظریه‌ی شناختی اجتماعی بندورا می‌باشد. مبانی نظری خودکارآمدی در رشته‌ها و محیط‌های مختلف آزمایش شده و از پشتوانه‌هایی فزاینده نظری و تجربی برخوردار است. خودکارآمدی احساسی پایدار و روشن از لیاقت و قابلیت فرد برای کنار آمدن مؤثر با بسیاری از موقعیت‌های تنش‌زا است. خودکارآمدی به احساس عزت‌نفس و ارزش خود، احساس کفایت و کارآیی در برخورد با زندگی تلقی می‌گردد. خودکارآمدی اطمینان به توانایی خود در کنترل افکار، احساسات و فعالیت‌ها است و بنابراین روی پیامد اعمال مؤثر است. انتظارات خودکارآمدی بر عملکرد واقعی افراد، هیجانات، انتخاب رفتار و سرانجام میزان تلاش و کوشش که صرف یک فعالیت می‌شود مؤثر است (یوسف‌زاده و همکاران، ۱۳۹۱).

بررسی تحقیقات حاکی از آن است که خودکارآمدی یکی از مهم‌ترین متغیرهای تنظیم رفتار می‌باشد؛ سبب خودتنظیمی و بهبود کیفیت زندگی می‌شود؛ افراد را برای رویارویی با موقعیت مبهم و چالش‌برانگیز آماده می‌سازد؛ زمینه‌ی شناسایی ظرفیت‌های واقعی را فراهم می‌سازد و میزان اعتمادبه‌نفس پذیرش خود افراد را افزایش می‌دهد (کدیور، ۱۳۹۲). متغیرهای مؤثر بر موفقیت تحصیلی فراوان و مختلف هستند. بنابراین، ضروری است از تئوری‌ها یا مدل‌های تغییر رفتار در این زمینه را به کار برد، چون تئوری‌ها متغیرهای اصلی را که رفتار موردنظر را تحت تأثیر قرار می‌دهند شناسایی کرده، روابط بین این عوامل را روشن کرده و شرایط، چگونگی و زمان رخداد این ارتباطها را تعریف می‌نماید. تئوری خودکارآمدی بندورا یکی از تئوری‌های مهم تغییر رفتار در زمینه یادگیری می‌باشد. بر اساس این تئوری از میان مکانیسم‌های شخصی، هیچ کدام بنیادی‌تر یا فراگیرتر نسبت به خودکارآمدی در کنترل رفتار و تقاضاهای محیطی نیست. خودکارآمدی تحصیلی، به‌طور خاص، به معنی اطمینان در انجام وظایف تحصیلی مانند خواندن کتاب، پاسخ به سؤالات در کلاس و آمادگی جهت آزمون است. سطوح بالای خودکارآمدی تحصیلی منجر به میانگین نمرات بالاتر و پایداری برای تکمیل تکالیف می‌شود، در نتیجه دانش‌آموزانی که خودکارآمدی تحصیلی بالاتری دارند، سازگاری تحصیلی بهتری دارند و راهبردهای یادگیری سودمندتری را به کار برده و در نهایت، کارکرد بهتری خواهند داشت (جمالی و همکاران، ۱۳۹۲).

به اعتقاد بندورا (۲۰۰۰) باورهای خودکارآمدی به عنوان یک واسطه شناختی عمل می‌کند و ناظر بر باور به توانایی برای انجام تکالیف یا فعالیت ویژه می‌باشد. بر اساس نظر بندورا، خودکارآمدی بر انتظار (پیامد) نتیجه مؤثر می‌باشد. به بیان دیگر، نتایجی که افراد پیش‌بینی می‌کنند، به قضاوت ایشان از توانایی انجام یک رفتار در یک موقعیت خاص بستگی دارد. بر این اساس، افراد با کارآمدی بالا گرایش بیش‌تری به تجسم پیامدهای مثبت دارند.

باورهای خودکارآمدی پایه اصلی و محوری انگیزه انسان محسوب می‌شوند و به میزان بهره‌مندی افراد از این باورها احتمال موفقیت آن‌ها در انجام کارها بالا می‌رود (بندورا، ۲۰۰۶). بندورا نخستین بار در نظریه خود، مفهوم خودکارآمدی را مورد استفاده قرار داده است. وی در سال (۱۹۹۷) بیان داشته، که باورهای خودکارآمدی مهم‌ترین عامل در تبیین رفتارهای انسانی-اند، زیرا کلید اصلی فعالیت‌های وی محسوب می‌شوند. این باورها در جنبه‌های مختلف زندگی نقش مهمی دارند و یکی از مهم‌ترین جنبه‌ها و حوزه‌هایی که موفقیت در آن تا حد زیادی منوط به داشتن خودکارآمدی بالا است، حوزه تحصیلی است (خواجه و حسینچاری، ۱۳۹۰).

۱. Bandura

۲. Bandura



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶-۲۹۸۰

باورهای خودکارآمدی تحصیلی به عنوان یکی از ابعاد باورهای خودکارآمدی، احساس توانایی فردی برای یادگیری محتوا و انجام تکالیفی است که به او داده می‌شود و از تجارب گذشته و کنونی در طول دوران مدرسه و نقش‌های خاص تأثیر می‌گیرد (فرلا و همکاران، ۲۰۰۹).

بنابراین، باورهای خودکارآمدی تحصیلی، به معنای ادراک و باور دانش‌آموز از توانمندی خود در فهم و یادگیری، حل مسائل درسی و دستیابی به موفقیت‌های تحصیلی است، که این باور بر بسیاری از جنبه‌های زندگی مثل گزینش اهداف، تصمیم‌گیری، میزان تلاش، سطح استمرار و پایداری و رویارویی با مسائل چالش‌برانگیز تأثیرگذار است (بندورا، ۲۰۰۶). آلتون سوی و همکاران (۲۰۱۰)، خودکارآمدی تحصیلی را از مفاهیم مرتبط با خودکارآمدی تلقی می‌کند، که به باور دانش‌آموز، راجع به توانایی رسیدن به سطح معینی از تکلیف دلالت دارد.

آربونا (۲۰۰۴)، سطوح بالای خودکارآمدی تحصیلی را با متغیرهایی مانند سازگاری و موفقیت در مدرسه، کمک خواستن از دیگران در مسائل تحصیلی در ارتباط می‌داند. معلوم شد که خودکارآمدی با راهبردهای یادگیری مؤثر، خودتنظیمی، عملکرد تحصیلی و مهارت در تعامل اجتماعی با همکلاسان در ارتباط است.

دانش‌آموزان کارآمدی تحصیلی خود را از طریق عملکرد واقعی، تجارب جانشینی یا مشاهده‌ای، واکنش‌های جسمانی و اشکال متقاعدسازی به کسب می‌کنند. قوی‌ترین منبع خودکارآمدی تجارب عملکردی گذشته فرد است و عملکرد موفقیت‌آمیز در آن‌ها، سطح انتظار خودکارآمدی را بالا می‌برد و شکست در عملکرد این سطح را پایین می‌آورد. زمان‌هایی وجود دارد که مشاهده موفقیت و شکست دیگران نیز می‌تواند انتظار خودکارآمدی را در مشاهده‌گرانی که معتقدند توانایی‌هایی مشابه با آن‌ها دارند، تغییر دهد (خواجه و حسینچاری، ۱۳۹۰).

۲- مولفه های خودکارآمدی تحصیلی

واردن و موری (۱۹۹۹) مولفه های خودکارآمدی تحصیلی را به شرح ذیل برشماردند:

۲-۱- برنامه ریزی

برنامه‌ریزی، فرایندی برای رسیدن به اهداف است. بسته به فعالیت‌ها، هر برنامه می‌تواند که بلندمدت، میان‌مدت یا کوتاه‌مدت باشد. برای مدیرانی که در جستجوی حمایت‌های بیرونی هستند، برنامه‌ریزی، مهم‌ترین و کلیدی‌ترین و آسان‌ترین سند برای رشد است. برنامه‌ریزی می‌تواند، نقش مهمی در کمک به جلوگیری از اشتباهات یا تشخیص فرصت‌های پنهان بازی کند. برنامه‌ریزی به پیش بینی آینده و ساختن آینده تا حدودی قابل تصور کمک می‌کند. آن پلی است بین آنجایی که هستیم و آنجایی که می‌خواهیم برویم. برنامه‌ریزی به آینده می‌نگرد (شعبانی، ۱۳۹۲).

۲-۲- اثربخشی تحصیلی

یکی از مهمترین عوامل موفقیت هر نظام آموزشی، اثربخشی تحصیلی فراگیران آن می‌باشد اثربخشی تحصیلی به معنای توانایی اثبات موفقیت در اکتساب پیامدی است که برای آن طرح‌ریزی و برنامه‌ریزی شده است. اثربخشی تحصیلی از مهمترین دغدغه‌های نظام آموزشی و نشاندهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف‌یابی و توجه به رفع نیازهای فردی می‌باشد. بنابراین نظام آموزشی را زمانی می‌توان موفق و کارآمد دانست که اثربخشی تحصیلی فراگیران آن به بیشترین و بالاترین رقم برسد. مهمترین نشانه اثربخشی تحصیلی در رسیدن به اهداف، میزان موفقیت تحصیلی فراگیران آن می‌باشد. فراگیر با کسب

۱. Ferla et al

۲. Bandura

۳. Altunsoy et al

۴. Arbona



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

موفقیت تحصیلی مورد تایید و پذیرش همسالان، معلمان و والدین قرار میگیرد و عزت نفس و احساس کفایت و لیاقت او بیشتر می‌شود، در مقابل فرد با شکست تحصیلی به توانایی و کفایت خود شک می‌کند و احساس بی‌کفایتی، بی‌لیاقتی و حقارت می‌کند و از ادامه تحصیل و یادگیری باز می‌ماند (فولادی و همکاران، ۱۳۹۷).

۳-۲- اثربخشی یادگیری

منظور از اثر بخشی در واقع بررسی میزان رشد موثر بودن اقدامات انجام شده برای دستیابی به اهداف از پیش تعیین شده است. به عبارتی ساده تر در یک مطالعه‌ی اثربخشی، میزان تحقق اهداف اندازه‌گیری می‌شود. اما به نظر می‌رسد برای تعریف مفهوم اثربخشی می‌بایست گامی فراتر نهاد به این معنا که اثربخشی هنگامی در یک دوره آموزش حاصل خواهد شد که اولاً نیازهای آموزشی به روشنی تشخیص داده شود. ثانیاً برنامه مناسبی برای برطرف ساختن نیازها طراحی شود ثالثاً برنامه طراحی شده به درستی اجرا گردد و رابعاً ارزیابی مناسبی از فرایند آموزشی و در نهایت دستیابی به اهداف انجام شود. اثربخشی یادگیری عبارت است از درجه یا میزانی که دانش آموزان به هدف‌های مورد نظر خود نائل می‌آید (آلمرشاد، ۱۳۸۵).

۳- جنبه‌های مختلف تأثیر خودکارآمدی در زندگی

مطالعات نشان داده‌اند افرادی که دارای مقام ارزشی دینی قوی هستند، بر اساس اعتقادات و ارزش‌های خود عمل می‌کنند و در بسیاری از موقعیت‌های زندگی به‌گونه‌ای عمل می‌کنند که انگار بر حوادث کنترل دارند (احساس خودکارآمدی بالاتر). بنابراین، به نظر می‌رسد که چنین افرادی در مواجهه با مشکلات، کمتر دچار تعارض و تزلزل می‌شوند. برعکس، افرادی که فاقد نظام ارزشی بوده و یا به نظام ارزشی خود پای بند نیستند، احتمال بیشتری دارد که در مواجهه با مشکلات و موانع، رفتارهای سازش‌نا یافته‌ای را بروز دهند (پروین، ۱۳۹۰).

بندورا در نظریه‌اش عقیده دارد، در میان ابعاد مختلف شناخت از خود شاید هیچ‌کدام از مفاهیم به‌اندازه‌ی خودکارآمدی مؤثرتر نمی‌باشد. خودکارآمدی نقش مرکزی در فرآیندهای انگیزشی و اکتسابات عملکردی شخص دارد و قضاوت‌های خودکارآمدی مشخص می‌کنند که فرد روی یک تکلیف چقدر تلاش و پافشاری خواهد کرد. فرد دارای خودکارآمدی بالا تلاش زیادی روی تکلیف چالش‌انگیز برای کسب موفقیت انجام خواهد داد. درحالی‌که، افراد با خودکارآمدی ضعیف تلاش‌شان قابل توجه نیست و یا بعد از شروع هر عملی دست از تلاش خواهند کشید. شخص با خودکارآمدی قوی با انگیزه‌ی بالاتر و پافشاری بیشتر با موانع و مشکلات روبه‌رو شده و کارآیی بیشتری از خود نشان خواهد داد. همچنین، خودکارآمدی برای هر موفقیت و هر تکلیفی مختلف می‌باشد (رجبی، ۱۳۸۹).

خودکارآمدی بر الگوهای فکری و تعاملات هیجانی افراد موثر است. افراد با خودکارآمدی پایین احتمالاً این باور را دارند که مسائل مشکل‌تر از آن‌چه واقعاً هستند، می‌باشند. این باور، اضطراب و افسردگی را تقویت کرده و یک دید محدود برای حل بهتر یک مسئله می‌دهد. خودکارآمدی بالا یک آرامش در فرد برای روبه‌رو شدن با تکالیف مشکل ایجاد می‌کند. باورهای خودکارآمدی از جمله قوی‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی رفتار افراد است.

۴- تبیین نظریه‌ی شناختی - اجتماعی خودکارآمدی

در نظریه‌ی شناختی - اجتماعی، خودکارآمدی، ارزیابی فرد از توانایی خود در انجام یک تکلیف است. بندورا به کم‌کم بر اهمیت ادراک فرد از خودکارآمدی به عنوان میانجی شناختی عمل انسان توجه کرد. وقتی انسان در حال بررسی عمل و یا مشغول به آن است، توانایی خود در انجام دادن وظایف گوناگون و شرایط آن‌ها قضاوت می‌کند. این قضاوت‌ها، ممکن است در سطوح مختلفی انجام بپذیرد: تفکر (این، همان چیزی است که من باید انجام دهم و توانایی آن را هم دارم. و یا برعکس، هرگز



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نمی‌توانم این کار را انجام دهم و نگرانم که مردم درباره‌ی من چه فکر خواهند کرد؟)، هیجان (برانگیختگی و شادی در مقابل اضطراب و افسردگی)، عمل (التزام بیشتر در مقابل بازداری و بی‌حرکتی). هر فرد، معیارها و هدف‌هایی برای خود تعیین می‌کند که طولانی مدت یا کوتاه‌مدت و سهل‌الوصول است. در مورد توانایی پرداختن به تکالیف لازم برای دستیابی به این هدف‌ها نیز قضاوت می‌کند. اگرچه انسان تحت تأثیر موقعیت‌ها قرار دارد، به علت تعیین هدف برای خود و قضاوت درباره‌ی خودکارآمدی و خودسنجی، موجودی فعالی باشد (کدیور، ۱۳۹۲).

ادراک خودکارآمدی، با مفاهیم منبع کنترل یا انتظار نتیجه فرق دارد. ممکن است فردی بر این باور باشد که عملکرد خوب، منجر به نتیجه‌ی دلخواه می‌شود. مثلاً، به خود بگوید اگر خوب امتحان بدهم، نمره‌ی خوبی می‌گیرم (عامل کنترل). ولی، ممکن است بر این باور باشد که اطلاعات یا مهارت موردنیاز برای خوب امتحان دادن را دارد (خودکارآمدی). بنابراین، خودکارآمدی، قضاوت در مورد اطمینان از توانایی‌های خود برای انجام دادن موفقیت‌آمیز یک تکلیف است. کارآمدی ادراک شده‌ی دانش‌آموزان در برانگیختگی آن‌ها تأثیر دارد. دانش‌آموزان دارای احساس کارآمدی بالا در مقایسه با دانش‌آموزان با کارآمدی پایین، تکالیف مشکل را با احتمال بیشتری انتخاب می‌کنند، راهبردهای فراشناختی مناسبی برای آن تکلیف به کار می‌گیرند و در انجام دادن تکالیف فعالانه درگیر می‌شوند (کجیاف و همکاران، ۱۳۹۳).

بررسی‌ها بیانگر آن است که عقاید خودکارآمدی، بر پیشرفت موثر است. کالینز دانش‌آموزانی را که سطح توانایی‌های آن‌ها در ریاضیات، بالا، پایین و متوسط بود، تعیین کرد، سپس دانش‌آموزان خودکارآمدی بالا یا پایین در ریاضیات را با یکدیگر مقایسه کرد و دریافت در درون هر یک از این گروه‌ها دانش‌آموزانی که خودکارآمدی بالایی داشتند، در مقایسه با دانش‌آموزان دارای خودکارآمدی پایین، مسائل بیشتری را حل و برای رفع اشتباهات خود نیز سعی بیشتری کردند. مشاهده‌ی یک الگوی همسان که تکلیفی را به خوبی و با موفقیت انجام می‌دهد، می‌تواند احساس خودکارآمدی را در مشاهده‌گر افزایش دهد. به عنوان مثال اگر دانش‌آموزی با پیشرفت پایین، دانش‌آموز هم‌سطح خودش را مشاهده کند که مسئله‌ی ریاضی را با موفقیت در پای تخته حل می‌کند، او نیز به این اعتقاد می‌رسد که قادر است آن مسئله را یاد بگیرد. اگر این فرد، چگونگی فرآیند یادگیری خود را برای دوستانش توصیف کند، به علت شناخت فرآیند یادگیری، تأثیرگذاری او به عنوان الگو بالا می‌رود. استفاده از دانش‌آموزان دارای فرهنگ‌های مختلف به عنوان الگو، روشی مؤثر برای افزایش و ارتقای سطح کلاس و درک شایستگی‌های دیگران می‌باشد. در این باره، می‌توان فیلم‌های مناسب نیز به کار برد (کدیور، ۱۳۹۲).

بندورا به رغم پذیرفتن نقش شرطی شدن و تقویت در تبیین رفتار آدمی، با نقش سنتی محرک - پاسخ به عنوان تنها شیوه‌ی مطالعه‌ی رفتار، مخالفت می‌کند. به عقیده بندورا، بخش وسیعی از یادگیری‌های انسان با مشاهده و تقلید انجام می‌پذیرد. در نخستین تحقیق بندورا و والترز (۱۹۵۲) در زمینه‌ی دلایل خانوادگی پرخاشگری، بر اهمیت یادگیری از طریق مشاهده‌ی رفتار دیگران تأکید شده است. از آن به بعد، بندورا یادگیری مشاهده‌ای را مهم‌ترین عامل رشد و یادگیری به حساب آورد. به نظر او، انسان با دیدن رفتار دیگران حق اختیار یا انتخاب رفتارهای مورد نظر را برای خود حفظ می‌کند بررسی‌های متفاوت که در آثار بندورا از جمله، کتاب: یادگیری اجتماعی و رشد شخصیت (۱۹۶۳) درج شده است، نیز بر اهمیت سرمشق‌گیری تأکید می‌کند. دیدگاه‌های اولیه‌ی بندورا در تبیین رفتار انسان، به نظریه‌های: یادگیری - اجتماعی شهرت داشت. این نظریات، با تأکید روزافزون بر فرآیندهای شناختی و مبانی اجتماعی رفتار و تأکید بر توانایی‌های بالقوه‌ی انسان، ابعاد تازه‌تری یافته است، به نوعی که در سال‌های اخیر، دیدگاهی مستقل معرفی شده است. بندورا با نظریه‌ی یادگیری اجتماعی خود به پرسش‌هایی کلیدی در روان‌شناسی پاسخ گفت که اکنون پس از چند دهه به یکی از پایه‌های روان‌شناسی نوین بدل شده است. وی با این نظریه رفتارگرایی را به شناخت‌درمانی که به‌تازگی ارائه شده بود، پیوند زد و یکی از مهم‌ترین رویکردهای روان‌شناسی اواخر قرن بیستم را شکل داد، که پیدایش رفتاردرمانی شناختی را در پی آورد، مکتبی که امروزه از هر سه روان‌شناس بالینی در آمریکا، دو نفر خود را متکی به آن می‌بینند. به نظر بندورا، آموزش و فراگیری رفتارهای جدید در انسان،



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

بیشتر از آنکه با یادگیری مستقیم و کلاسیک رخ دهد، با الگوسازی از روی رفتارهای دیگران رخ می‌دهد (به نقل از شولتز، ۱۳۹۰).

آزمایش مشهور بندورا در دهه ی ۶۰ با عروسک بوبو امروز به یکی از متون کلاسیک روان‌شناسی تبدیل شده است. او در این سلسله آزمایش‌ها، به کودکان فیلمی را نشان می‌داد که مربی مهد کودک، در حال کتک زدن عروسکی به نام بوبو می‌باشد. پس از تماشای فیلم، کودکان در ضمن بازی خود، به طور مرتب همین عروسک را کتک می‌زدند. وی به این ترتیب، نظریه‌ی یادگیری مشاهده‌ای خود را ارائه کرد و اظهار نمود که این طریق یادگیری، یکی از مؤثرترین و فراگیرترین روش‌های یادگیری رفتاری می‌باشد که به خصوص از طریق رسانه‌هایی چون تلویزیون و سینما شکل می‌گیرند. بندورا بر خلاف رفتارگرایان اعتقاد دارد یادگیری لزوماً منجر به تغییر رفتار نمی‌گردد. مردم ممکن است اطلاعات جدیدی را فراگیرند، بدون آنکه تغییری در رفتارهای آشکارشان رخ بنماید.

اکثر روان‌شناسان عقیده دارند مقاله‌ی خود-کارآیی به سوی یک نظریه‌ی همسان برای تغییر رفتار بندورا که در سال ۱۹۷۷ منتشر شد، یکی از پایگاه‌های انقلاب شناختی در روان‌شناسی در دهه‌های ۸۰ و ۹۰ را بنا کرد. بندورا در این مقاله که بعدها در کتب و مقالات دیگری نیز شرح و بسط یافت، نظریه‌ی خودکارآیی خود را مطرح کرده است، که به گفته‌ی خودش، اعتقاد فرد به قابلیت‌های خود در سازمان‌دهی و انجام یک رشته فعالیت‌های مورد نیاز برای اداره‌ی خود در شرایط و وضعیت‌های مختلف است. طبق نظریه‌ی بندورا، افرادی که دارای حس قوی خود-کارآیی باشند، به مسائل چالش‌برانگیز به صورت مشکلاتی که باید بر آن‌ها غلبه کرد، می‌نگرند، علاقه‌ی عمیق‌تری به فعالیت‌هایی که در آن‌ها مشارکت دارند، نشان می‌دهند، تعهد بیشتری نسبت به علایق و فعالیت‌هایشان حس می‌کنند و به سرعت بر حس یأس و نومیدی چیره می‌شوند. کسانی که حس خود-کارآیی ضعیفی داشته باشند، از کارهای چالش‌برانگیز اجتناب می‌کنند، معتقد هستند که شرایط و وظایف مشکل، خارج از حد توانایی و قابلیت آن‌ها می‌باشد، بر روی ناکامی‌های شخصی و نتایج منفی تمرکز می‌کنند و به سرعت اعتماد خود نسبت به قابلیت‌ها و توانایی‌های شخصی‌شان را از دست می‌دهند (پنتریچ و شانک، ۱۳۹۲).

۵- نقش خودکارآمدی در توانمندسازی دانش آموزان

خودکارآمدی از نظریه‌ی شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۹۷) مشتق شده است، که به باورها یا قضاوت‌های فرد به توانایی‌های خود در انجام وظایف و مسؤولیت‌ها اشاره دارد. نظریه‌ی شناخت اجتماعی مبتنی بر الگوی علی سه‌جانبه‌ی رفتار، محیط و فرد است. این الگو، به ارتباط متقابل بین رفتار، اثرات محیطی و عوامل فردی (شناختی، عاطفی و بیولوژیک) که به ادراک فرد برای توصیف کارکردهای روان‌شناختی اشاره دارد، تأکید می‌کند. بر اساس این نظریه، افراد در یک نظام علیت سه جانبه برانگیزش و رفتار خود اثر می‌گذارند. بندورا اثرات یک بعدی محیط بر رفتار فرد که یکی از فرضیه‌های مهم روان‌شناسان رفتارگرا بوده است، را رد کرد. انسان‌ها دارای نوعی نظام خودکنترلی و نیروی خودتنظیمی هستند و توسط آن نظام بر افکار، احساسات و رفتارهای خودکنترل دارند و بر سرنوشت خود نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا می‌کنند (رجبی، ۱۳۸۹).

۶- بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌های خودکارآمدی تحصیلی و مولفه‌های آن در کلاس درس بود. خودکارآمدی در رشته‌ها و محیط‌های گوناگونی آزمایش شده و از پشتوانه‌هایی فزاینده نظری و تجربی برخوردار است. خودکارآمدی احساسی پایدار و روشن از لیاقت و قابلیت فرد برای کنار آمدن مؤثر با بسیاری از موقعیت‌های تنش‌زا است. خودکارآمدی به احساس عزت نفس و ارزش خود، احساس کفایت و کارآیی در برخورد با زندگی اطلاق می‌شود. خودکارآمدی اطمینان به توانایی خود



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در کنترل افکار، احساسات و فعالیت‌ها است و بنابراین روی پیامد اعمال مؤثر است. انتظارات خودکارآمدی بر عملکرد واقعی افراد، هیجانات، انتخاب رفتار و سرانجام میزان تلاش و کوشش که صرف یک فعالیت می‌شود مؤثر است.

منابع

۱. پروین، لارنس (۱۳۹۰). روانشناسی شخصیت نظریه و پژوهش، (ترجمه محمدجعفر جوادی). تهران: نشر آیدپس.
۲. پنتریچ، پال آر. شانک، دیل اچ (۱۳۹۲). انگیزش در تعلیم تربیت. (ترجمه ی مهرانز شهرآرا). تهران: علم.
۳. جمالی مکیه، نوروزی آزیتا و طهماسبی رحیم (۱۳۹۲). عوامل مؤثر بر خودکارآمدی تحصیلی و ارتباط آن با موفقیت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بوشهر سال ۱۳۹۱-۹۲، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۶۲۹-۶۴۰.
۴. شعبانی حسن (۱۳۹۲) مهارت‌های آموزشی و پرورشی (روش‌ها و فنون تدریس)، تهران، سمت.
۵. شولتز، دوآن (۱۳۹۲). نظریه‌های شخصیت. ترجمه سیدمحمدی، ی. تهران، انتشارات ویرایش.
۶. فخری، زهرا، رضایی، عاطفه، پاکدامن، شهلا، ابراهیمی، سارا (۱۳۹۲)، نقش واسطه‌ای باورهای خودکارآمدی تحصیلی در پیش‌بینی اهداف پیشرفت بر اساس عاطفه مثبت و منفی در نوجوانان، فصلنامه روانشناسی کاربردی، سال ۷، شماره ۱، صص، ۲۵-۵۵.
۷. فولادی اسما، کجیاف محمدباقر، قمرانی امیر (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش سرزندگی تحصیلی بر موفقیت تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان دختر. آموزش و ارزشیابی، سال یازدهم شماره ۴۲ .
۸. کدیور، پروین (۱۳۹۲). روان‌شناسی تربیتی. تهران: سمت.
۹. Bandura, A(2006) Exercise of human agency through collective efficacy, Journal of Psychological Science, 9, 75-78.
۱۰. Ferla, J., Valcke, M., & Cai, Y(2010) Academic self-efficacy and academic self-concept: Reconsidering structural relationships, Journal of Learning and Individual Differences, 19(3): 499-505