



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۱/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان

زبیر صمیمی^{۱*}، ساجد آسکانی^۲

Zobair Samimi¹, Sajed Askani²

۱. نویسنده مسئول: دانشگاه بین المللی چابهار، گروه تکنولوژی آموزشی، چابهار، ایران
۲. کارشناسی ارشد تکنولوژی آموزشی، دانشگاه بین المللی چابهار، گروه تکنولوژی آموزشی، چابهار، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان بود. پژوهش حاضر شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را همه دانش آموزان پسر پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی روستای اشکستگ شهرستان سرباز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به تعداد ۸۵ نفر تشکیل داد که از بین آنها تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. آزمودنی‌های گروه آزمایش طی ۸ جلسه آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم را دریافت کردند، در حالی که آزمودنی‌های گروه کنترل هیچ مداخله‌ای را دریافت نکردند. قبل و پس از آموزش همه آزمودنی‌ها پرسشنامه سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه را تکمیل کردند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس تک متغیری در SPSS-26 انجام گرفت. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که در مرحله پس آزمون آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، افزایش نمره معناداری را در سرزندگی تحصیلی ($P < 0/001$) و احساس تعلق به مدرسه ($P < 0/001$) تجربه کردند و بر مبنای نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت که آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم در ارتقای سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه دانش‌آموزان دختر با مشکلات تحصیلی تأثیر مثبت دارد و از طریق آموزش این راهبردها امکان بهبود شرایط تحصیلی این دسته از دانش‌آموزان وجود دارد.

کلید واژه‌ها: احساس تعلق به مدرسه، راهبردهای یادگیری خودتنظیم، سرزندگی تحصیلی



ABSTRACT

The aim of the present study was to investigate the effectiveness of self-regulation learning strategies training on students' academic vitality and sense of belonging to school. The present study was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The statistical population of the present study was made up of all the fifth and sixth grade male students of Ashkostege village of Sarbaz city in the academic year of 2022-2023 (n=85), 30 of them were selected by purposive sampling and randomly in There were two experimental groups (15 people) and control (15 people). Subjects in the experimental group received self-regulated learning strategies training during 8 sessions, while subjects in the control group did not receive any intervention. Before and after the training, all subjects completed the questionnaire of academic vitality and sense of belonging to the school. Data analysis was done using univariate analysis of covariance in SPSS-26. The results of data analysis showed that in the post-test phase, the subjects of the experimental group had experienced a significant increase in academic vitality ($P < 0/01$) and sense of belonging to the school ($P < 0/01$) compared to the control group. Based on the results of the present study, it can be said that The self-regulation learning strategies training was effective in enhancing boys elementary school students' academic buoyancy and academic achievement; thus, through presenting these training strategies to students with academic vitality or Sense of belonging to school problem, it is possible to improve their academic conditions.

Keywords: Sense of belonging to school, Self-regulation learning strategies, Academic vitality



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

مقدمه

یکی از عواملی که به نظر می رسد می تواند در زمره برنامه های بهبود و اصلاح سیستم آموزشی مد نظر قرار گیرد، بهبود علاقه و از عوامل مهمی که ممکن است با عملکرد تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مرتبط باشد، احساس تعلق به مدرسه است. احساس تعلق به مدرسه^۱ احساسی است که دانش آموزان نسبت به همسالان، معلمان و کادر آموزشی مدرسه خود دارند (بورگونوی و فریرا^۲، ۲۰۲۰). دانش آموزان بیشتر دوره کودکی و نوجوانی خود را در مدرسه می گذرانند و حس تعلق می تواند بر زندگی آنها تأثیرگذار بوده (بوچارد و برگ^۳، ۲۰۱۷) و بر جنبه های شخصی و تحصیلی آنان اثر بگذارد (والیدو^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). حس تعلق انگیزه های برای علاقه دانش آموزان به مدرسه است که ارزش های درونی، پیگیری اهداف و رفتارهای تحصیلی را بهبود میبخشد و فقدان آن به مشکلات رفتاری، عاطفی و تحصیلی می انجامد (فاروقی و همکاران، ۱۳۹۹). این عقیده که معلمان و هم سالان به آنها اهمیت داده، در جریان یادگیری حامی شان هستند، قواعد انضباطی مدرسه عادلانه است و تعلیم و تربیت ضرورتی حیاتی برای زندگی است، در دانش آموزان احساس تعلق به مدرسه ایجاد و آن را تقویت می نماید (گیلن – اونیل^۵، ۲۰۲۱). پژوهش ها نشان داده تعلق به مدرسه با کاهش قلدری (هوانگ^۶، ۲۰۲۰)، احتمال ترک تحصیل (اکانور^۷، ۲۰۱۸)، سوء مصرف مواد و الکل (تامپسون^۸ و همکاران، ۲۰۱۹) و افزایش انگیزش تحصیلی و حضور به موقع در مدرسه (وون^۹ و همکاران، ۲۰۲۱) رابطه دارد. ژی و ژیاو^{۱۰} (۲۰۱۸) نیز مشخص نمودند احساس تعلق به مدرسه سبب کاهش میزان فرسودگی تحصیلی میگردد. وون و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهش خود مشخص نمودند احساس تعلق به مدرسه ضمن بهبود یادگیری سبب ارتقاء عملکرد دانش آموزان می گردد.

اما علاوه بر احساس تعلق به مدرسه، به نظر می رسد فاکتور های روانشناختی و تحصیلی فردی نیز بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان مثرتر باشند، یکی از این متغیرها سرزندگی تحصیلی^{۱۱} فراگیران است. از نظر مارش و مارتین^{۱۲} (۲۰۲۰) سرزندگی تحصیلی عبارت است از توانایی موفقیت آمیز فراگیران در مواجهه با چالش های مسیر تحصیلی که در طی زندگی تحصیلی معمول وجود دارد. دانش آموزان سرزنده، با وجود مشکلات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی در سطح بالایی موفق می شوند، انگیزش تحصیلی قوی تری دارند، به آینده تحصیلی امیدوارترند و خودکارآمدی بیشتری احساس می کنند (فتحی زادان و تجری، ۱۴۰۰). ویژگی های شخصیتی همچون خودپنداشت مثبت، اجتماعی بودن، هوش، کفایت در امور تحصیلی، خودگردانی و خودتنظیمی، حرمت خود، ارتباط خوب، سلامت روانی و جسمانی، و مهارت های حل مساله از جمله عوامل موثر بر افزایش

1 . sense of belonging to school

2 . Borgonovi & Ferrara

3 . Bouchard & Berg

4 . Valid

5 . Gillen-O'Neel

6 . Huang

7 . O'Connor

8 . Thompson

9 . Won

10 . Xie & Xiao

11 . academic vitality

12 . Martin and Marsh



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

سرزندگی تحصیلی به شمار می‌روند (خوشاب و همکاران، ۱۳۹۹). همچنین برخی از فراگیران در برخورد با این چالش‌ها و موانع موفق عمل نمیکنند، با این حال، گروه دیگری از فراگیران در این زمینه ناموفق میباشند (پوتوین^۱ و همکاران، ۲۰۲۰)؛ با توجه به اینکه بیشتر نوجوانان ۱۶-۱۸ سال در شرایط تحصیلی هستند، بهتر می‌باشد که پیشایندها یا عوامل اثرگذار شناسایی گردند که بر روی ظرفیت فراگیران در برخورد با مشکلات تحصیلی که باعث شکست تحصیلی میشوند، تاثیر بگذارد (اورسین^۲ و همکاران، ۲۰۲۱).

با توجه به اهمیت این ویژگی‌ها و نقش مهم احساس تعلق به مدرسه و سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان، انجام یک مداخله آموزشی که بتواند به بهبود این کارکردهای تحصیلی در دانش‌آموزان منجر شود، اهمیت فراوانی دارد. از طرفی نتایج تحقیقات نشان داده است یکی از شیوه‌های موثری که میتواند بر متغیرهای مرتبط با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان موثر باشد، آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی^۳ می‌باشد (هیرونن^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). یادگیری خودتنظیمی عبارت است از این که فراگیر مهارتهایی برای کنترل، طراحی و هدایت جهت یادگیری خود به دست می‌آورد و برای یادگیری راغب است و قادر است همه فرایندهای یادگیری خویش را ارزیابی کند و در باره آن بیندیشد (باث^۵ و همکاران، ۲۰۱۸). نظریه یادگیری خودتنظیمی بر این اصل اساسی استوار است که فراگیران چگونه از نظر فراشناختی، رفتاری و انگیزشی، یادگیری خود را در خودسامان میدهند (دور نیاچر و پرلز^۶، ۲۰۱۶). نظریه یادگیری خودتنظیمی را پینتریچ و دیگران^۷ (۱۹۹۰) مطرح کردند. آن‌ها راهبردهای شناختی، فراشناختی و تلاش و تدبیر دانش‌آموزان را تحت عنوان یادگیری خودتنظیمی معرفی کردند. راهبردهای شناختی چاره‌اندیشی‌هایی است که دانش‌آموز برای یادگیری، به خاطر سپاری، یادآوری و درک مطالب از آن‌ها استفاده می‌کند. راهبردهای فراشناختی، مجموعه فرایندهای برنامه ریزی، بازبینی و اصلاح فعالیت‌های شناختی است. تدابیر یادگیری، احاطه دانش‌آموز بر تکالیف دشوار و میزان پافشاری وی در انجام آنهاست (نیورنی^۸ و همکاران، ۲۰۱۹).

نتایج پژوهش‌های متعددی به نقش خودتنظیمی در پیشرفت و عملکرد تحصیلی اذعان دارند (امیریان و همکاران، ۱۴۰۰؛ لی^۹ و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش پینتریچ و همکاران (۱۹۹۰) نشان می‌دهد که خودکارآمدی و خودتنظیمی و اضطراب امتحان بالاترین پیش‌بینی کننده موفقیت تحصیلی هستند. نتایج پژوهش زال چارکلو^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی منجر به بهبود سرزندگی تحصیلی و خلاقیت دانش‌آموزان می‌گردد. احمدی و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که آموزش یادگیری خودتنظیمی انگیزشی بر سرزندگی تحصیلی و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوره اول تأثیر دارد. ارگن و کانادلی^{۱۱} (۲۰۱۷) در راستای پژوهش‌های موجود، در پژوهش خود به تأثیر آموزش

1 . Putwain

2 . Ursin

3 . Self-Regulation learning strategies training

4 . Hirvonen

5 . Booth

6 . Dörrenbächer & Perels

7 . Pintrich, & De Groot

8 . Neroni

9 . Li

10 . Zal Jarchlou

11 . Ergen & Kanadli,



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

راهبردهای خودتنظیم بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان پرداختند. نتایج پژوهش نعمتی و اسدالهی (۱۳۹۸) نیز نشان داد که آموزش راهبردهای خودتنظیمی نگرش نسبت به مدرسه را در دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری ویژه به طور معنی‌داری بهبود می‌بخشد. همچنین در برخی از پژوهش‌های پیشین نیز اثربخشی راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر عملکرد تحصیلی نشان داده شده است؛ برای مثال می‌توان به پژوهش زنگی آبادی و همکاران (۱۳۹۸)، خوشاب و همکاران (۱۳۹۸)، کابینی مقدم و همکاران (۱۳۹۷) اشاره داشت.

در مجموع با وجود این که پژوهش‌های بسیاری در ارتباط با تاثیر راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر سرزندگی تحصیلی تمرکز دارند اما پژوهش‌های اندکی در ایران به مسئله‌ی احساس تعلق به مدرسه توجه کرده‌اند، همچنین مداخله‌ای که به صورت کاربردی تعلق به مدرسه دانش‌آموزان را افزایش دهد در پژوهش مورد توجه قرارنگرفته است. از سوی دیگر نتایج این پژوهش می‌تواند در ارائه یک برنامه‌ی آموزشی مناسب کمک کند که احتمال موفقیت در مدرسه را با وجود دشواری‌های محیطی بالا برده و توانایی دانش‌آموزان را در کنار آمدن مؤثر با موانع استرس‌زا و فشار تحصیلی افزایش دهد و به دانش‌آموزان کمک شود تا به درکی شفاف و روشن از نقاط قوت و ضعف خود دست یابند و در برابر سختی‌های محیط آموزشی و مشکلات مدرسه ایستادگی کرده و تاب‌آوری و تعلق به مدرسه را در خود پرورش دهند. همچنین یافته‌های مطالعه‌ی حاضر به غنی کردن پیشینه این زمینه کمک می‌کند. با توجه به این مسائل، پژوهش حاضر درصدد پاسخ‌گویی به این پرسش است که آیا آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه دانش‌آموزان اثرگذار است؟

روش

پژوهش حاضر شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش متشکل از همه دانش‌آموزان پسر پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی روستای اشکستگ شهرستان سرباز در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ به تعداد ۸۵ نفر بود. برای نمونه‌گیری از روش هدفمند استفاده شد. برای نمونه‌گیری از روش هدفمند استفاده شد. بدین صورت که از بین دانش‌آموزان پایه پنجم و ششم مقطع ابتدایی روستای اشکستگ، ۳۰ نفر که از نظر معلمشان عملکرد تحصیلی پایین‌تری داشتند، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جایگزین شدند. آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش در جلسات آموزشی راهبردهای یادگیری خودتنظیم مبتنی بر مدل زیمرمن و ریزمبرگ^۱ (۱۹۹۷) شرکت کردند. همچنین برای همگن‌تر شدن نمونه به دلیل اعمال کنترل بیشتر بر رویدادهای جمع‌آوری شده ملاک‌های ورود شامل ۱. کسب نمره پایین‌تر از حد متوسط در پرسشنامه‌های سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق، ۲. قرار گرفتن در پایه پنجم و ششم، ۳. عدم شکست تحصیلی در دو نیمسال پیاپی، ۴. معدل بالاتر از ۱۲، ۵. توانایی برقراری ارتباط با دیگر اعضای گروه، ۶. علاقه مند به شرکت در پژوهش، ۷. توانایی هماهنگی برنامه کلاسی با برنامه جلسات و خروج شامل ۱. عدم توانایی برقراری ارتباط در گروه، ۲. داشتن اختلال روانی یا جسمانی اثرگذار در فرایند آموزش مهارت‌ها، ۳. شرکت همزمان در جلسات روان‌درمانی و یا مشاوره‌ای در جای دیگر نیز لحاظ گردید.

در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

^۱ . Zimmerman & Risemberg



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

الف) پرسشنامه سرزندگی تحصیلی

حسین چاری و دهقانی زاده در سال ۱۳۹۱ پرسشنامه سرزندگی تحصیلی را با ۹ گویه با الگوگیری از مقیاس سرزندگی تحصیلی مارتین و مارش (۲۰۰۸) توسعه دادند که چهار گویه داشت. نمره گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای و از خیلی موافقم تا خیلی مخالفم است. نتایج حاصل از بررسی حسین چاری و دهقانی زاده (۱۳۹۱) نشان داد که ضرایب آلفای کرونباخ به دست آمده با حذف یک گویه برابر با ۰/۸۰ و ضریب بازآزمایی برابر ۰/۷۳ بود. همچنین دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل بین ۰/۵۱ - ۰/۶۸ بود (به نقل از دهقانی زاده و حسین چاری، ۱۳۹۴).

ب) پرسشنامه احساس تعلق به مدرسه

پرسشنامه احساس تعلق به مدرسه^۱ توسط بری^۲ و همکاران (۲۰۰۴) به منظور سنجش احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان طراحی و تدوین شده است و در ایران توسط مکیان و کلانتر کوشه (۱۳۹۴) اعتباریابی شده است. این پرسشنامه دارای ۲۷ سوال می باشد و بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم، نمره ۱ تا کاملاً موافقم، نمره ۴) به سنجش احساس تعلق دانش آموزان به مدرسه میپردازد. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه‌های پرسشنامه را با هم جمع میشود. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۲۷ تا ۱۰۸ خواهد بود. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش مکیان و کلانتر کوشه (۱۳۹۴) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷۰ برآورد شده است.

پروتکل آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

برای آموزش گروه آزمایش از پروتکل آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی آموزش مبتنی بر مدل زیمرمن و ریزمبرگ^۳ (۱۹۹۷) که دارای ۸ جلسه می باشد و مهارت های شناختی و فراشناختی را آموزش می دهند؛ استفاده شد. خلاصه این پروتکل در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: خلاصه محتوای جلسه‌های آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

ردیف	عنوان کلی راهبردهای آموزش	محتوای خلاصه جلسات
۱	آشنایی ارائه اهداف و قوانین	معارفه، بیان اهداف جلسات، روش و قوانین آموزشی
۲	هدف ایجاد انگیزه	راهبردهای تعیین هدف و مباحثه

۱. Students' sense of connectedness with school questionnaire

۲. Brew

۳. Zimmerman & Risemberg



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

ویژه تکالیف ساده (خط کشیدن زیر مطالب، علامت گذاری، حاشیه‌نویسی، رونویسی)؛ ویژه تکالیف پیچیده (خط کشیدن زیر مطالب، علامت گذاری، برجسته‌سازی)	الف) تکرار و مرور	راهنماهای شناختی	۳
ویژه تکالیف ساده (واسطه، تصویرسازی ذهنی، روش مکان، کلید و سرواژه)؛ ویژه تکالیف پیچیده (یادداشت برداری، خلاصه‌کردن، قیاس‌گری، آموزش به دیگران، حل مسئله، تفسیر روابط)	ب) بسط و گسترش معنایی		۴
ویژه تکالیف ساده (دسته‌بندی اطلاعات جدید)؛ ویژه تکالیف پیچیده (تهیه فهرست عناوین، تبدیل متن به طرح و نقشه، دسته‌بندی مطالب، طرح درختی، نمودار گردشی، نقشه و الگوی مفهومی)	ج) سازمان دهی		۵
الف. دانش و کنترل خود (نظارت بر توجه، تعهد، نگرش، دقت، طرح سؤال)	برنامه ریزی	راهنماهای فراشناختی	۶
ب. دانش و کنترل فرایند (کنترل و ارزیابی، نظم‌دهی، فنون انگیزشی)	نظارت و ارزشیابی		۷
ج. تعدیل سرعت مطالعه، اصلاح راهنماهای شناختی، خلاصه و نتیجه‌گیری، اجرای پس آزمون	نظم دهی		۸

تحلیل داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ انجام پذیرفت. برای بررسی مفروضه‌ها آزمون‌های شاپیرو-ویلک، ام باکس، لوین و لامبدای ویلکس تحلیل شدند.

یافته‌ها

شرکت کنندگان این پژوهش ۳۰ نفر بودند که در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جایدهی شدند. میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان گروه آزمایش به ترتیب برابر با ۱۲/۳۳ و ۱/۵۲ و میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان گروه کنترل به ترتیب برابر با ۱۲/۰۱ و ۱/۳۸ بود. برای بررسی تفاوت‌های میانگین‌های گروه‌های پژوهش از تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) استفاده شد، اما پیش از تحلیل، مفروضه‌های تحلیل کوواریانس تحت بررسی قرار گرفت. نتایج اجرای آزمون شاپیرو-ویلک دال بر نرمال بودن داده‌ها بود ($p > 0/05$). نتایج اجرای آزمون ام باکس حاکی از همگنی کوواریانس‌های متغیرهای وابسته (همگنی ماتریس‌های واریانس/کوواریانس) بود ($p > 0/05$). نتایج اجرای آزمون لوین نشان دهنده برابری واریانس بین متغیرهای وابسته پژوهش در گروه‌های آزمایش و کنترل (همگنی واریانس‌های بین‌گروهی) بود ($p > 0/05$). نتایج آزمون اثرهای بین آزمودنی (متقابل و بین آزمودنی) بیانگر رعایت همگنی شیب‌های رگرسیونی در دو گروه آزمایش و کنترل بود ($p > 0/05$) و نتایج آزمون لامبدای ویلکس نشان دهنده تفاوت معنادار در حداقل یکی از متغیرهای وابسته بین گروه‌های آزمایش و کنترل



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

بود ($p < 0/001$). در جدول ۲ نتایج مربوط به داده‌های توصیفی و مقایسه پس آزمون در سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل به همراه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) ارائه شده است.

جدول ۲: نتایج داده‌های توصیفی و مقایسه پس آزمون به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل به همراه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		مقایسه پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	مقدار F	مقدار P اثر
سرزندگی تحصیلی	آزمایش	۲۶/۰۶	۱/۰۳	۲۷/۴۶	۱/۱۸	۱۱/۶۱	۰/۰۰۱
	کنترل	۲۵/۶۶	۱/۴۹	۲۵/۸۰	۱/۷۷		
احساس تعلق به مدرسه	آزمایش	۷۸/۸۰	۷/۷۴	۸۴/۶۰	۶/۴۶	۲۰/۰۶	۰/۰۰۱
	کنترل	۷۹/۶۶	۹/۰۲	۷۶/۸۰	۶/۱۵		

نتایج جدول ۲، افزایش پس آزمون گروه آزمایش را در هر دو متغیر نشان می‌دهد. با حذف اثر پیش آزمون، معناداری تحلیل کوواریانس در سرزندگی تحصیلی ($p < 0/001$) و احساس تعلق به مدرسه ($p < 0/001$) دیده می‌شود؛ بنابراین، در گروه آزمایش تغییر معناداری در پس آزمون متغیرها در مقایسه با گروه کنترل تحت تأثیر آزمایش (آموزش) ایجاد شده است. براساس اندازه اثر، اثربخشی بیشتر ناشی از آموزش (تأثیر متغیر مستقل) بر احساس تعلق به مدرسه تقریباً ۳۱ درصد ($p < 0/001$) با توان آماری ۰/۹۹ و اثربخشی بعدی (اثر آزمایش) بر سرزندگی تحصیلی تقریباً ۳۱ درصد ($p < 0/001$) با توان آماری ۰/۹۰ بوده است.

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان بود. فرضیه مبتنی بر اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر سرزندگی تحصیلی تأیید شد. این یافته همسو با نتایج تحقیقات پیشین از جمله امیریان و همکاران (۱۴۰۰)، زنگی آبادی و همکاران (۱۳۹۸)، خوشاب و همکاران (۱۳۹۸)، کابینی مقدم و همکاران (۱۳۹۷)، لی و همکاران (۲۰۲۰) و دور نیاچر و پرلز (۲۰۱۶) که اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم را بر سرزندگی تحصیلی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان نشان داده اند.

در تبیین اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر سرزندگی تحصیلی می توان به استناد به باور زیمرمن و ریزمبرگ گفت دانش آموزان دارای مهارت خودتنظیمی با تنظیم و کاربرد مناسب افکار، احساسات و اعمال و با تلاش‌های مستمر درجهت رسیدن به اهداف، تلاش می‌کنند و با پیش‌بینی شرایط، ضمن مساعدسازی موقعیت، با فشارها و چالش‌های پیش‌آمده سازگاری یا مقابله می‌نمایند (خوشاب و همکاران، ۱۳۹۸). چنین دانش‌آموزانی با راهبردهای آموخته شده مدیریتی که دارند، با انتقال راهبردهای خویش به محیط‌های جدید به خوبی قادر به کنترل و سازگاری با آن هستند. بنا به نظر راملی و کاسنین یادگیرندگان دارای مهارت خودتنظیمی درجهت استفاده از فرصت و درجهت زدودن ناملایمات تحصیلی اقدام می‌کنند و همزمان بر اقدامات



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

خود نظارت می‌نمایند. دانش‌آموزان با دارا بودن باور خودتنظیمی در صورت نبود موفقیت، راه‌های دیگری را انتخاب میکنند و می‌آزمایند و برای رسیدن به موفقیت و عملکرد بهتر، تلاش و اصرار بیشتری می‌ورزند. این تبیین از پژوهش‌هایی ناشی میشود که در آنها خودکارآمدی و خودتنظیمی با پیامدهایی مثل تلاش و اصرار بر پیشرفت ارتباط پیدا میکند (لی و همکاران، ۲۰۲۰). هطور کلی محققان دریافته‌اند، دانش‌آموزانی که در فرایند مطالعه و یادگیری خود از مهارت‌های فراشناختی هم چون: برنامه‌ریزی، کنترل، نظارت و ارزشیابی بهره می‌برند، به‌طور قابل توجهی عملکرد بهتری نشان می‌دهند؛ بنابراین می‌توان اعتقاد داشت که نخستین گام برای دستیابی به پیشرفت در یادگیری، آموزش و ارتقای یادگیری دانش‌آموزان در زمینه مهارت‌های شناختی و فراشناختی است. یافته‌های پژوهشی دیگری نیز نشان می‌دهند که بسیاری از دانشجویانی که می‌توانند جنبه‌های شناختی، انگیزشی و رفتاری عملکرد تحصیلی خود را تنظیم کنند، انگیزه و سرزندگی بیشتری برای تحصیل خواهند داشت (کیتسانتاس^۱، ۲۰۱۶). بنابراین بر طبق نظر مارتین، خودتنظیمی سازهای است که به صورت مستقیم به سرزندگی تحصیلی و تلاش‌های مرتبط با چنین پیامدهایی مربوط است؛ یعنی، دانش‌آموزانی که باور دارند دارای توانایی تسلط بر الزامات تحصیلی هستند، انتظارات مثبتی نیز برای موفقیت داشته که شناخت و رفتار و هیجانات آنها را درگیر می‌کند (کابینی مقدم و همکاران، ۱۳۹۸). فرضیه^۲ مبتنی بر اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر احساس تعلق به مدرسه تأیید شد. این یافته به صورت مستقیم و ضمنی همسو با نتایج تحقیقات پیشین از جمله امیریان و همکاران (۱۴۰۰)، فتحی زادان و تجری (۱۴۰۰)، نعمتی و اسدالهی (۱۳۹۸)، سون^۲ و همکاران (۲۰۲۲) و دور بناچر و پرلز (۲۰۱۶) می‌باشد که اثرات آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر احساس تعلق به مدرسه و موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان نشان داده‌اند. در تبیین یافته حاضر می‌توان اینگونه استدلال کرد که استفاده از راهبردهای خودتنظیمی به دانش‌آموزان این امکان را میدهد تا بر رفتار خود کنترل و نظارت داشته باشند. از آنجایی که پیشرفت تحصیلی سطح پایین دانش‌آموزان با عواملی هم- چون خودپنداره تحصیلی پایین، انگیزش پایین و نگرش منفی نسبت به مدرسه و معلم رابطه مستقیم دارد؛ آموزش راهبردهای خودتنظیمی به این دانش‌آموزان باعث بهبود خواندن و نوشتن، رفتارهای راهبردی، مهارت‌های خودنظم دهی و انگیزش و پیشرفت تحصیلی و در نهایت نگرش مثبت به مدرسه و معلمان میشود. استفاده از راهبردهای خودتنظیمی باعث میشود تا با نظارت و کنترل زمان انجام تکالیف را افزایش دهند و در نتیجه پیشرفت تحصیلی را برای فراگیر به دنبال خواهد داشت (امیریان و همکاران، ۱۴۰۰).

از سوی دیگر چهار فرض عمومی مشترک در تمام نظریه‌های خودتنظیمی وجود دارد: اول اینکه یادگیرندگان در یادگیری خودشان فعالانه شرکت می‌کنند. دوم اینکه یادگیرندگان می‌توانند جنبه‌هایی از شناخت، انگیزش، رفتار، ویژگی‌های محیط یادگیری خود را نظارت و تنظیم کنند. سوم اینکه یادگیرندگان معیارهایی دارند که میتوانند عمل خود را برای تعیین اینکه آیا فرآیندهای خاصی باید ادامه یابد، یا اینکه باید در آنها تغییراتی ایجاد شود ارزیابی کند. چهارم اینکه خودتنظیمی شناختی، انگیزش و رفتار خود، رابطه بین شخص، بافت و موقعیت را میانجی میکند (نعمتی و اسدالهی، ۱۳۹۸). استفاده از راهبرد خودتنظیمی این چهار فرض را برای فرد فراهم میکند و منجر به موفقیت فرد در انجام تکالیف میشود و از آنجایی که بین نگرش

1. Kitsantas

2. Sun



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ ISSN

به مدرسه و معلمان و پیشرفت تحصیلی رابطه مستقیم قوی وجود دارد آموزش این راهبردها در نهایت منجر به ایجاد نگرش مثبت به مدرسه و افزایش احساس تعلق به آن میشود.

نقطه قوت پژوهش حاضر تأکید بر مشکلات تحصیلی و در اینجا مشکلات خاص سرزندگی و احساس تعلق به مدرسه و چگونگی افزایش آنها از طریق آموزش راهبردهای خودتنظیم بود. درمقایسه با سایر پژوهش‌ها، اساساً تاکنون پژوهشی یافت نشده است که اثربخشی این راهبردها را بر متغیرهای ذکرشده به صورت یکجا انجام دهد. محدودیت‌های این پژوهش خاص اجرا در گروه دانش‌آموزی با جنسیت پسر و سال تحصیلی خاص و اجرا در یکی از روستاهای سرباز بود. روش گردآوری داده‌ها محدود به پرسشنامه بود؛ گرچه این امر در بیشتر پژوهش‌ها غالب است، پیشنهاد میشود از سایر ابزارها نیز در گردآوری داده‌ها استفاده گردد. توصیه میشود که پژوهش‌های مشابه در سایر مقاطع تحصیلی (یا دانشگاهی) با ویژگی‌های گوناگون در مناطق دیگر کشور اجرا گردد. اجرای پژوهش تحلیل عاملی میتواند عوامل تأثیرگذار بر یادگیری خودتنظیم، سرزندگی تحصیلی و احساس تعلق به مدرسه را شناسایی کند و بر افزودن پیشینه پژوهشی مؤثر باشد. پیشنهاد میشود که با اجرای کارگاه‌ها و جلسه‌های توجیهی در راستای آموزش و ارتقای راهبردهای خودتنظیم دانش‌آموزان، معلمان و دست‌اندرکاران آموزش و پرورش، گامی در جهت کاستن مشکلات تحصیلی و افزایش سرزندگی و احساس تعلق به مدرسه تحصیلی دانش‌آموزان برداشته شود که پیامد مثبت آن ارتقای کیفیت آموزشی نظام آموزش و پرورش خواهد بود.

تشکر و قدردانی: از تمامی مسئولان آموزش و پرورش شهرستان سرباز، دانش‌آموزان و والدینشان که رضایت دادند فرزندانشان در اجرای این پژوهش همکاری داشته باشند، نهایت قدردانی و سپاس را داریم.

تضاد منافع: این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تکنولوژی آموزشی با شماره نامه مصوب پروپوزال ۲۵/۲۸۴ دانشگاه بین‌المللی چابهار است و با کد ۱۲۶۵۱۴۸ در ایرانداک به ثبت رسیده است. بین نویسندگان مقاله تضاد منافع به هیچ صورتی وجود ندارد. همچنین، مقاله حاصل پژوهش نویسندگان است و به طور مستقل و بدون حمایت مالی مؤسسه یا سازمان خاصی انجام شده است.

منابع

احمدی، رحیم؛ حسینی‌نسب، سیدداود و آزموده، معصومه. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش مهارت‌های خودتنظیمی انگیزشی و آموزش مهارت‌های هیجانی- اجتماعی بر سرزندگی تحصیلی، تاب‌آوری و درگیری تحصیلی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوره اول دارای عملکرد تحصیلی پایین ناحیه پنج تبریز. *نشریه علمی آموزش و ارزشیابی (فصلنامه)*، ۱۴(۵۳)، ۹۲-۶۱.

امیریان، لیلیا؛ فرخچه، مهدی؛ پادروند، پیمان؛ سپهوند، فرحناز و وفاپور، حسنا (۱۴۰۰). تأثیر آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر اشتیاق تحصیلی، نگرش به خلاقیت و انسجام تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی لرستان. *راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی*، ۸(۱)، ۳۲-۲۳.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

خوشاب، سمیه؛ توحیدی، افسانه و تاشک، آناهیتا (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر سرزندگی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر دارای مشکلات تحصیلی. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۱۰ (۲)، ۱۳۷-۱۳۷.

دهقانی زاده، محمد حسین و حسین جاری، مسعود (۱۳۹۴). سرزندگی تحصیلی و ادراک از الگوهای ارتباطی خانواده نقش واسطه‌ای خودکارآمدی. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۴(۲)، ۴۷-۲۱.

زنگی آبادی، معصومه؛ صادقی، مسعود و قدم پور، عزت اله (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر خودکارآمدی تحصیلی و سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان ناسازگار. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۳(۴۴)، ۷۱-۸۷.

فاروقی، پریا؛ پورشالچی، حسام؛ اسمخانی اکبری نژاد، هادی (۱۳۹۹). نقش احساس تعلق به مدرسه در پیش‌بینی اشتیاق تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان. *رفاه اجتماعی*، ۲۰ (۷۸)، ۱۸۱-۲۰۰.

کابینی مقدم، سلیمان؛ انتصار فومنی، غلامحسین؛ حجازی، مسعود و اسدزاده، حسن (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش راهبرد یادگیری خودگردان در افزایش سرزندگی تحصیلی و وجدان تحصیلی دانش‌آموزان اهمال کار. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۴(۵۰)، ۱۹۳-۱۷۱.

مکیان، راضیه السادات و کلانتر کوشه، سید محمد (۱۳۹۴). هنجاریابی پرسشنامه احساس تعلق به مدرسه و ارتباط آن با فرسودگی تحصیلی و انگیزش پیشرفت در میان دانش‌آموزان شهر تهران. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۵(۲۰)، ۱۱۹-۱۳۸.

نعمتی، شهرزاد و اسدالهی، مریم (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر نگرش نسبت به مدرسه در دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری ویژه. *ناتوانی‌های یادگیری*، ۸(۳)، ۷-۲۵.

Booth, A., Hennessy, E., & Doyle, O. (2018). Self-regulation: Learning across disciplines. *Journal of Child and Family Studies*, 27(12), 3767-3781.

Borgonovi, F., & Ferrara, A. (2020). Academic achievement and sense of belonging among non-native-speaking immigrant students: The role of linguistic distance. *Learning and individual differences*, 81, 101911.

Bouchard, K. L., & Berg, D. H. (2017). Students' School Belonging: Juxtaposing the Perspectives of Teachers and Students in the Late Elementary School Years (Grades 4-8). *School Community Journal*, 27(1), 107-136.

Brew, C., Beatty, B., & Watt, A. (2004, December). Measuring students' sense of connectedness with school. In *Australian Association for Research in Education Annual Conference, Melbourne*.

Dörrenbächer, L., & Perels, F. (2016). Self-regulated learning profiles in college students: Their relationship to achievement, personality, and the effectiveness of an



- intervention to foster self-regulated learning. *Learning and Individual Differences*, 51, 229-241.
- Ergen, B., & Kanadli, S. (2017). The effect of self-regulated learning strategies on academic achievement: A meta-analysis study. *Eurasian Journal of Educational Research*, 17(69), 55-74.
- Gillen-O'Neel, C. (2021). Sense of belonging and student engagement: A daily study of first-and continuing-generation college students. *Research in Higher Education*, 62(1), 45-71.
- Hirvonen, R., Putwain, D. W., Määttä, S., Ahonen, T., & Kiuru, N. (2020). The role of academic buoyancy and emotions in students' learning-related expectations and behaviours in primary school. *British Journal of Educational Psychology*, 90(4), 948-963.
- Huang, L. (2020). Exploring the relationship between school bullying and academic performance: the mediating role of students' sense of belonging at school. *Educational Studies*, 1-17.
- Li, J., Ye, H., Tang, Y., Zhou, Z., & Hu, X. (2018). What are the effects of self-regulation phases and strategies for Chinese students? A meta-analysis of two decades research of the association between self-regulation and academic performance. *Frontiers in Psychology*, 9, 2434.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of school psychology*, 46(1), 53-83.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2020). Investigating the reciprocal relations between academic buoyancy and academic adversity: Evidence for the protective role of academic buoyancy in reducing academic adversity over time. *International Journal of Behavioral Development*, 44(4), 301-312.
- Neroni, J., Meijs, C., Gijsselaers, H. J., Kirschner, P. A., & de Groot, R. H. (2019). Learning strategies and academic performance in distance education. *Learning and Individual Differences*, 73, 1-7.
- O'Connor, M. J. (2018). *School Belonging and its Effect on Academic Achievement and Dropout Gaps: Could a Sense of School Belonging Influence Racial Gaps in High School Students?* (Doctoral dissertation, State University of New York at Buffalo).
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*, 82(1), 33.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۲۹۸۰-۷۷۸۶ISSN

- Sun, T., Wang, C., & Wang, Y. (2022). The effectiveness of self-regulated strategy development on improving English writing: Evidence from the last decade. *Reading and Writing*, 1-26.
- Thompson, K., Wood, D., & MacNevin, P. D. (2019). Sex differences in the impact of secondhand harm from alcohol on student mental health and university sense of belonging. *Addictive behaviors*, 89, 57-64.
- Valido, A., Ingram, K., Espelage, D. L., Torgal, C., Merrin, G. J., & Davis, J. P. (2021). Intra-familial violence and peer aggression among early adolescents: Moderating role of school sense of belonging. *Journal of family violence*, 36(1), 87-98.
- Won, S., Hensley, L. C., & Wolters, C. A. (2021). Brief research report: Sense of belonging and academic help-seeking as self-regulated learning. *The Journal of Experimental Education*, 89(1), 112-124.
- Xie, H. Y., & Xiao, H. (2018, June). Analysis on the Relationship between School Belonging and Learning Burnout of University Students. In *2nd International Conference on Management, Education and Social Science* (pp. 1-7).
- Zal Jarchlou, S., Entesar Foumani, G., Kiani, Q., & Hejazi, M. (2021). Effectiveness of Teaching Self-Regulatory Strategies on Academic Buoyancy and Creativity of Procrastinating Students. *Women and Family Studies*.
- Zimmerman, B. J., & Risemberg, R. (1997). Self-regulatory dimensions of academic learning and motivation. In *Handbook of academic learning* (pp. 105-125). Academic Press.