مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۲، شماره پیوسته ۱۱۵، ۲۶ مهر ۱۴۰۴ https://doi.org/10.47176/rjms.32.115

مقاله پژوهشی

# مقایسه اثربخشی آموزش گروهی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی بر باورهای انگیزشی دانش آموزان دختر

**بتول محمدی:** دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران

**احمد غضنفری:** دانشیار، گروه روان شناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران (* نویسنده مسئول) aghazan5@yahoo.com

**طیبه شریفی:** دانشیار، گروه روان شناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران

## چکیده

**زمینه و هدف:** امروزه بهبود یادگیری و موفقیت دانش‌آموزان یکی از شـــاخص‌های مهم در ارزیابی آموزش و پرورش و یکی از عوامل مهم در پیشـرفت کشـورها می‌باشـد که برای رسـیدن به آن لازم اسـت به عوامل موثر در آن توجه خاصـی مبذول شـود. پژوهش حاضـر با هدف مقایسـه اثربخشـی آموزش گروهی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی بر باورهای انگیزشـی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه انجام شد.

**روش کار:** روش پژوهشـی نیمه آزمایشـی با طرح پیش آزمون و پس آزمون دو ماهه با گروه گواه بود. جامعه آماری شـامل دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول شهر باغبهادران در پاییز ۱۴۰۱ –۱۴۰۲بودند که با روش نمونه گیری در دسترس از میان آنها ۶۰ نفر انتخاب و به صـورت تصـادفی در سـه گروه (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شـدند. از مقیاس باورهای انگیزشـی پینتریچ و دی گروت (۱۹۹۱) ، برای سنجش متغیر وابسته استفاده شد. آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی (خانجانی و همکاران،۱۳۹۳) و آموزش تفکر انتقادی (فیشر، ۲۰۰۵) هر یک به تعداد ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای اجرا شد. داده ها از طریق تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر با طرح آمیخته و آزمون تعقیبی بن فرونی تحلیل شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشـــان داد که که نمره مولفه‌های باورهای انگیزشـــی از قبیل خودکارآمدی، جهت گیری هدف و ارزش گذاری درونی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی کاهش یافته است ولی نمره اضطراب امتحان در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آموزشی افزایش یافته است (p<۰/۰۰۰۱).

**نتیجه گیری:** با توجه به نتایج توصـیه می‌شـود آموزش‌های راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی در مدارس توسـط مشاورین استفاده شوند.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.

**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

**کلیدواژه‌ها**

راهبردهای یادگیری

خودتنظیمی،

تفکر انتقادی،

باورهای انگیزشی،

دانش آموزان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۲۴

تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۷/۲۶

**شیوه استناد به این مقاله:**

Mohamadi B, Ghazanfari A, Sharifi T. Comparing the Effectiveness of Group Training of Self-Regulation Learning Strategies and Critical Thinking on the Motivational Beliefs of Female Students. Razi J Med Sci. 2025(18 Oct);32.115.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 4.0 صورت گرفته است.



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

*Razi Journal of Medical Sciences.* 2025(18 Oct);32.115. https://doi.org/10.47176/rjms.32.115

Original Article

# Comparing the Effectiveness of Group Training of Self-Regulation Learning Strategies and Critical Thinking on the Motivational Beliefs of Female Students

**Batool Mohamadi:** PhD Student, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad Univrsity, Shahrekord, Iran
**Ahmad Ghazanfari:** Associate Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad Univrsity, Shahrekord, Iran (* Corresponding Author) aghazan5@yahoo.com
**Taiba Sharifi:** Associate Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad Univrsity, Shahrekord, Iran

## *Abstract*

**Background & Aims:** It is no secret that one of the important pillars of the growth and excellence of any country is the education system, and without a doubt, one of the priorities of various societies around the world. The teacher and the learner are two very important pillars of the education system, and the interaction and mutual relationship between the two can lead society to greater progress. Therefore, it is very important to pay attention to the psychological characteristics of learners. The teacher must be able to help improve the school's well-being indicators in students by providing a safe environment, and the school must also be an environment that has a positive impact on the vitality and fulfillment of the psychological needs of students, especially during adolescence, by creating a favorable and intimate atmosphere. The goal of any educational system is the all-round development and advancement of students in cognitive, emotional, and psychomotor areas. Students, as the future builders of any country, constitute an important segment of society. One of these important factors is students' motivational beliefs. Motivational beliefs are a group of personal and social criteria that individuals refer to in order to perform or avoid an action. These beliefs include criteria about individuals' reasoning for choosing methods of completing tasks and are influenced by the consequences of behavior identification with others and other factors and may change in different situations. The present study was conducted with the aim of comparing the effectiveness of group training of self-regulation learning strategies and critical thinking on the motivational beliefs of female students of the first year of high school. The research method was semi-experimental with a two-month pre-test and post-test design with a control group. The statistical population included female students of the first secondary school in Bagh Bahadran city in the fall of 1401 1402 There were who were available through the sampling method, from among them (350 people), 60 people were selected based on the entry criteria and randomly assigned to three groups (20 people in each group). motivational beliefs scale was used to measure the dependent variable. Teaching self-regulated learning strategies and teaching critical thinking each of 8 90-minute sessions. became. The data were analyzed through repeated measures analysis of variance with mixed design and Ben Feroni's post hoc test.

**Methods:** The research method was semi-experimental with a two-month pre-test and post-test design with a control group. The statistical population included female high school students in Baghbahadran in the fall of 2012, from whom 60 were selected and randomly assigned to three groups (20 in each group). The Pintrich and De Groot Motivational Beliefs Scale (1991) was used to measure the dependent variable. Self-regulated learning strategies training (Khanjani et al., 2014) and critical thinking training (Fisher, 2005) were implemented in 8 90-minute sessions

**Keywords**
Self-Regulated Learning Strategies,
Critical Thinking,
Motivational Beliefs,
Students

Received: 14/06/2025
Published: 18/10/2025

[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

each. The data were analyzed through repeated measures analysis of variance with a mixed design and Bonferroni post hoc test.

**Results:** The results of the present study, considering that the effectiveness of the two training strategies of self-regulated learning and critical thinking on students' motivational beliefs is examined, are expected to be able to improve some of the variables related to the academic performance of learners. It is also expected that by revealing the relationship between the components of critical thinking and self-regulated learning strategies on motivational beliefs, it will provide useful information to parents, teachers, and other education and training professionals so that they can prepare the conditions and situations in such a way that the main goal of education, which is meaningful and real learning and training thoughtful students and ultimately improving the academic performance of learners, is realized.

**Conclusion:** The results showed that teaching self-regulation learning strategies and critical thinking is effective on students' motivational beliefs. According to the results, it is recommended that self- regulated learning strategies and critical thinking training On students' motivational beliefs be used in schools by counselors.

**Conflicts of interest:** None
**Funding:** None

**Cite this article as**:
Mohamadi B, Ghazanfari A, Sharifi T. Comparing the Effectiveness of Group Training of Self-Regulation Learning Strategies and Critical Thinking on the Motivational Beliefs of Female Students. Razi J Med Sci. 2025(18 Oct);32.115.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.

[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

## مقدمه

نهاد آموزش و پرورش در هر کشـــوری نقش مهم و اساسی در تربیت شـهروندان آن جامعه دارد و تعلیم و تربیت از طریق نهادهای رســـمی، یکی از مهم ترین و هدفمندترین بخش تربیت آدمی اســـت (۱). رســـالت آموزش و پرورش تربیـت افراد کـارآمـد برای امروز و فردای جامعه اســـت افرادی که هر کدام در گوشـــه‌ای مشـــغول خدمت هســـتند و وظیفه خود را به بالاترین کیفیـت انجـام می‌دهنـد (۲). در هر نظـام آموزشـــی یادگیری از اهمیت به ســـزایی برخوردار اســـت و به کارگیری تمامی راهبردها در نظام آموزش همگی در راستای رسیدن به اهداف از پیش تعیین شده است. همچنین بهبود یادگیری و موفقیت دانش آموزان یکی از شاخص‌های مهم در ارزیابی آموزش و پرورش بوده و یکی از عوامل مهم در پیشرفت کشور ها می باشد برای رســیدن به آن لازم اســت به عوامل موثر در آن توجه خاصی مبذول شود (۳).

یکی از ارکان نظام آموزشـی و نیز یکی از حوزه های زندگی دانش آموزان مدرســـه اســـت، چرا که دانش آموزان بیشتر وقت خود را در مدرسه سپری می کنند (۴). در واقع می توان گفت مدرسه محیطی است که با ایجاد فضـــای مطلوب و صـــمیمی در آن می‌تواند بر ســـرزندگی و برآورده شـــدن نیازهای روانشـــناختی به خصـــوص در دوره نوجوانی موثر باشـــد. دراین رابطه، وجود مطـالعـات و مفـاهیم نوینی کـه کـارکردهـای تحصیلی و هیجانی را به صورت مرتبط با هم و در پیوند با یکدیگر معرفی کند، ضـروری اسـت. عوامل متعددی در بهبود یادگیری و موفقیت دانش آموزان و در نهایت متفاوت بودن آنها از یکدیگر از نظر یادگیری موثر می باشد که از جمله آنها می توان باورهای انگیزشی را نام برد. انگیزش به نیروی ایجاد کننده نگهدارنده و هدایت کننده رفتار گفته می‌شود (۵). انگیزش فرایندی است که طی آن فعالیت معطوف به هدف برانگیخته و حفظ می شـــود و می‌تواند هم بر یادگیری جدید و هم بر عملکرد مهارت‌ها راهبردها و رفتارهای پیش آموخته تاثیر بگذارد (۶). باورهای انگیزشـــی به عنوان یکی از لنگیزه هـای مهم اجتمـاعی و یکی از ویژگی‌هـای شخصیتی هر فرد است که بین افراد متفاوت است و بر اساس آن می‌توان رفتارهای خاصی را پیش بینی نمود، باورهای انگیزشـــی گرایشـــی اســـت برای ارزیابی همه جانبـه عملکرد خود با توجه به عالی ترین معیارها، تلاش برای موفقیت در عملکرد و برخورداری از لذتی که با موفقیت در عملکرد همراه اســـت (۷). فعالیت یادگیری در مدرســـه، دانش‌آموز را در کانون توجه قرار داده و اساسـاً به وضـعیت اسـتعداد و شـایسـتگی ها و اجرای تصـــمیم‌هـای او برای موفقیـت در این فراینـد مربوط می شـــود. از انواع یادگیری ها در مدرســـه می توان بـه یـادگیری خودتنظیمی اشـــاره کرد. نظریـه یـادگیری خودتنظیمی را (۸) مطرح کردنـد، یـادگیری خودتنظیمی، به راه‌های نسـبتاً ویژه‌ای که یادگیرنده از طریق آن‌ها، کنترل یادگیری خود را در دست می‌گیرد، اشـــاره دارد. یادگیری خودتنظیمی رویکرد انگیزشـــی شـناختی نسـبت به مقوله یادگیری اسـت. این رویکرد دارای یک دیدگاه کل نگرانه در زمینه کسب مهارت ها دانش و انگیزه دانش آموزان می‌باشـــد (۹). یادگیری خودتنظیمی فراینـدی گرایش گرایانـه اســـت کـه بـه یـادگیرنـده کمـک می کنـد مهارت هـای آکـادمیـک از جمله، تنظیم اهداف، انتخاب، جایگزینی، استراتژی‌ها و کنترل اثربخش را کسـب نماید. آکسـفورد راهبردهای یادگیری خودتنظیمی را مجموعه فعالیت‌های خاص انجام شـده توسـط یادگیرنده جهت یادگیری آسـان‌تر، ســـریع‌تر، لذت بخش‌تر، خود راهبرتر، مؤثرتر و قابل انتقال به موقعیت‌های جدید تعریف می‌کند (۱۰).

بررســـی‌ها نشـــان می‌دهند که یادگیرندگان موفق کسانی هستند که از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی استفاده می کنند. اصل اساسی یادگیری خودتنظیمی این اســـت که دانش آموزان هنگامی که خود مســـئول یادگیری شـان هسـتند به طور موثرتری یاد می گیرند. یادگیرنده های خودتنظیم به وســـیله ویژگی هایی از قبیل ابتکار شـخصـی، تسـلط بر یادگیری هدف و خود اســـنـادی مطلوب، متمـایز می شـــوندـد. راهبردهـای یادگیری خودتنظیمی شـــامل راهبردهای شـــناختی و فراشـــناختی می‌باشـــند (۱۱). راهبردهای شـــناختی را شامل: راهبردهای تکرار و مرور ذهنی، بسط و گسترش و ســـازمـان‌دهی می‌دانـد. راهبردهـای مرور ذهنی راهبردهـایی هســـتنـد کـه آنچـه را آموختـه‌ایم تکرار می‌کنیم. راهبردهـای بســـط معنـایی برای نمونـه در ساختن سرواژه‌ها و از طریق مفاهیم اساسی یا توضیح



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

دادن مواد آموخته شده استفاده می‌شود (۱۲). سازمان‌دهی بهترین و کامل‌ترین نوع راهبرد یادگیری است. راهبردهای فراشناختی نیز شامل: برنامه ریزی، کنترل، نظارت و نظم دهی می‌باشند. راهبردهای یادگیری خودتنظیمی را می توان به دانش آموزان آموزش داد. بسیاری از محققان معتقدند که یادگیرندگان با راهبردهای یادگیری خودتنظیمی فراگیرانی هستند که نسبت به آنچه انجام می دهند و آنچه که برای رسیدن به هدف هایشان می خواهند انجام دهند، آگاهی شناختی فراشناختی و انگیزشی دارند (۱۳). مطالعات نشان دادند که انتخاب راهبردهای خود تنظیمی موجب افزایش نشاط ذهنی دانش آموزان می‌شود وآموزش راهبردهای خود تنظیمی به توانایی در تفکر انتقادی می‌انجامد. اصل اساسی یادگیری خودتنظیم این است که دانش‌آموزان هنگامی که خود مسئول یادگیری شان هستند، به طور مؤثرتری یاد می‌گیرند. یادگیرندگان خودتنظیم در دانش فراشناختی مهارت داشته و می دانند چگونه فرایندهای ذهنی خود را در جهت پیشرفت اهداف فردی سوق دهند (۱۴).

هر نظام تربیتی، اهدافی را پیش‌روی خود تصور می‌کند و برنامه‌های خویش را برای تحقق آن‌ها طراحی می‌کند. یکی از اهدافی که در همه نظام‌های تربیتی از اولویت بالایی برخوردار بوده، تربیت انسان‌های متفکر است که قادر به رویارویی با موقعیت‌های منحصر به فرد زندگی خویش و کشف و صورت‌بندی راه‌حل‌های یکتای معطوف به آن‌ها باشند (۱۵). باتلر و همکاران (۲۰۱۶) معتقدند امروزه نقش تفکر انتقادی در حوزه تعلیم و تربیت مورد توجه گسترده فیلسوفان آموزش و پرورش قرار گرفته است. وجود تفکر انتقادی در دانش آموزان باعث می‌شود تا آنها از پذیرش خطر بیان عقاید و باورها، نشان دادن توانایی ها و هیجانات خود اجتناب ورزند. از این رو با وجود حس تهدید شدگی از سوی تفکرات بی اساس و بی منطق دیگران، فرصت پذیرش و ابراز هیجانات مختلف را در خود افزایش دهند (۱۶).

در این میان آموزش گروهی تفکر انتقادی یکی از توانایی های شناختی دانش آموزان در به چالش کشیدن مسائل و داشتن تفکر واضح و منطقی و درک منطقی ارتباط بین ایده‌ها می‌باشد. به رغم این که فعالیت‌های مدارس به کودکان و نوجولنان اختصاص دارد، شواهد نشان می‌دهد که برنامه‌های آموزشی فعلی نتوانسته‌اند اندیشیدن و پرسیدن و درست انتقاد کردن را در دانش‌آموزان ارتقا دهند. اگر کودکان و نوجوانان هنگام اشتغال به تحصیل، اندیشیدن و با هم اندیشیدن را به صورت گروهی کارکردن نیاموزند چگونه می‌توانند به یادگیری ادامه دهند و در جامعه قدم بگذارند. در این میان آموزش گروهی تفکر انتقادی یکی از توانایی های شناختی دانش آموزان در به چالش کشیدن مسائل و داشتن تفکر واضح و منطقی و درک منطقی ارتباط بین ایده‌ها می‌باشد (۱۷).

با توجه با آنکه در پژوهش های داخلی و خارجی انجام شده تا کنون به بررسی هر دو نوع آموزش یعنی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و آموزش تفکر انتقادی پرداخته نشده لذا در نمونه پژوهش‌های آورده شده اکثرا به اثربخشی یک آموزش مورد نظر اشاره شده است.

در پژوهشی (۱۸) با موضوع رابطه راهبردهای خودتنظیمی یادگیری، آگاهی فراشناختی و باورهای هوشی با درگیری شناختی عمیق و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم به این نتیجه رسیدند که راهبردهای خودتنظیمی یادگیری، آگاهی فراشناختی و باورهای هوشی با افزایش توانایی‌های شناختی و افزایش باورهای انگیزشی دانش‌آموزان سبب بهبود درگیری شناختی و سرزندگی تحصیلی آنها می‌شود.

در پژوهشی دیگر (۱۹) خود با عنوان فراتحلیل رابطه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و راهبردهای انگیزشی با عملکرد تحصیلی نشان داد که رابطه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و راهبردهای انگیزشی با عملکرد تحصیلی به طور کلی ۰/۴۱ و معنادار می باشد.

در پژوهشی (۲۰) خود با عنوان اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر استرس تحصیلی، باورهای انگیزشی و خوداتوان سازی تحصیلی دانش آموزان متوسطه اول شهرستان فارسان به این نتیجه



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

رسیدند که آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی و استرس تحصیلی دانش آموزان موثر است.

در پژوهشی دیگر (۲۱) تحت عنوان اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی دانشجویان نشان دادندکه آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات شهر تهران تاثیر دارد. بر اساس یافته ها می توان اظهار داشت که در اثر مداخله راهبردهای یادگیری خودتنظیمی میزان باورهای انگیزشی افزایش یافته است.

در مطالعه ای در آموزش عالی (۲۲) به بررسی رویکرد دانش آموزان به یادگیری خودتنظیمی پرداخته شد. نتایج نشان داد که روش‌های یادگیری خودتنظیمی راهبردهای شناختی و باورهای انگیزشی با هم مرتبط هستند و بر پیشرفت تحصیلی تاثیر می‌گذارند.

در پژوهشی دیگر (۲۳) نشان دادند آموزش تفکر انتقادی می تواند در آموزش مهارت های اجتماعی هیجانی و افزایش باورهای انگیزشی یادگیرندگان موثر باشد.

در مجموع مروری بر پیشینه نظری و پژوهشی نشان می‌دهد که خود تنظیمی فرایندی گرایش گرایانه است که به یادگیرنده کمک می کند، مهارت‌های آکادمیک از جمله تنظیم اهداف، انتخاب، جایگزینی استراتژی ها و کنترل اثربخشی را کسب کند (۲۴). از طرفی تفکر انتقادی یکی از مهم ترین اصول آموزشی هر کشور می باشد و هر کشوری برای رسیدن به رشد و شکوفایی به افرادی نیازمند است که از تفکر انتقادی بالایی برخوردار باشند، زیرا این نوع تفکر برای پیشرفت از اهمیت بالایی برخوردار است (۱۰). درک اهمیت تفکر انتقادی در کلاس درس، نیازمند درک و فهم اهمیت تفکر انتقادی در یادگیری است، زیرا یادگیری همان تفکر است و ضعف در تفکر یعنی ضعف در یادگیری و درست اندیشیدن، که درست یاد گرفتن را به دنبال دارد. بنابراین رسیدن به اندیشه تفکر انتقادی منوط به آموزش و ایجاد بستر مناسب برای یادگیری است زیرا مهارت تفکر انتقادی قابل یادگیری و آموزش دادن است (۲۵). بنابراین با توجه به عوامل ذکر شده و اینکه آموزش لازمه توسعه و رشد انسان در جامعه است، و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی می تواند راهکار مناسبی برای پرورش تفکر انتقادی و سلامت روان دانش آموزان باشد. بنابراین پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سوال است که مشخص کند آیا اثربخشی آموزش گروهی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی بر باورهای انگیزشی دانش آموزان دختر تفاوت دارد؟

## روش کار

پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون و دوره پیگیری دو ماهه با گروه گواه بود که با کد اخلاق (IR.IAU.SHK.REC.1401.116) در دانشگاه آزاد واحد شهرکرد به تصویب رسید. جامعه آماری شامل دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول شهر باغبهادران به تعداد ۳۵۰ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند که از طریق نمونه گیری در دسترس، تعداد ۶۰ نفر از دانش آموزان انتخاب شدند و۲۰ نفر در قالب گروه آزمایشی اول (گروه متأثر از آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی)، ۲۰ نفر در قالب گروه آزمایشی دوم (گروه متأثر از تفکر انتقادی) و ۲۰ نفر در قالب گروه گواه قرار گرفتند. آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی هر کدام در ۸ جلسه‌ی ۹۰ دقیقه‌ای و هر هفته یک جلسه صورت گرفت در این زمان دانش‌آموزان هیچ آموزشی دریافت نکردند. در شرایط یکسان و همزمان، پیش‌آزمون مربوط به سنجش متغیر باورهای انگیزشی از هر سه گروه به عمل آمد. پس از آن دانش آموزان گروه آزمایشی اول و دوم تحت آموزش قرار گرفتند و دانش‌آموزان گروه گواه هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکردند. معیارهای ورود شامل: تمایل و رضایت دانش آموزان برای مشارکت در اجرای پژوهش از ابتدا تا انتها و شرکت نداشتن در هر گونه آموزش هم زمان دیگر و یکی از معیارهای خروج شامل غیبت بیش از ۲ جلسه



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

در فرآیند آموزش بودند. اخذ رضایت نامه کتبی از شرکت کنندگان به منظور توزیع پرسشنامه و اجرای آموزش‌های مربوطه، وجود آزادی و اختیار بدون قید و شرط برای کناره گیری از مطالعه، حفظ رازداری و محافظت از اطلاعات شخصی شرکت کنندگان و آموزش گروه کنترل به یکی از دو روش آموزش مورد استفاده در پژوهش به اختیار خودشان پس از اتمام دوره آموزش گروه آزمایش در پژوهش مدنظر قرار گرفته است. برای بررسی اثربخشی هر کدام از آموزش‌ها، از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر با طرح آمیخته استفاده شد. پیگیری بعد از ۲ ماه انجام گرفت. جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد. برای بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین و برای مقایسه اثربخشی دو مداخله آموزشی از آزمون تعقیبی بن فرونی استفاده و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام گرفت. برای جمع آوری داده‌ها از ابزار زیر استفاده شده است.

***پرسشنامه باورهای انگیزشی:*** به منظور سنجش باورهای انگیزشی از پرسشنامه باورهای انگیزشی پنتریچ و همکاران (۱۹۹۱) استفاده می شود. این آزمون، شامل ۲۵ سوال پنج گزینه‌ای است که طریقه نمره گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نظری ندارم (۳) موافقم (۴) و کاملاً موافقم (۵) می‌باشد. این پرسشنامه دارای چهار بعد می‌باشد. بعد خودکارآمدی ادراک شده تحصیلی با سوال‌های ۲،۶،۹،۱۰،۱۲،۱۴،۱۹،۲۱،۲۲ سنجیده می‌شود. بعد جهت گیری هدف با سوال‌های ۱،۴،۱۱،۱۶،۲۴ سنجیده می شود. بعد ارزشگذاری درونی با سوالهای ۵،۸،۱۷،۲۰ سنجیده می شود. بعد اضطراب امتحان با سوال‌های ۳،۷،۱۳،۱۵،۱۸،۲۳،۲۵ مورد سنجش قرار می گیرد. بازه نمرات این پرسشنامه بین ۲۵ الی ۱۲۵ می‌باشد که نمره ۷۵ نقطه برش پرسشنامه است که نمرات بیشتر از آن نشان‌دهنده باورهای انگیزشی بالا و نمرات پائین‌تر از آن نشان‌دهنده باورهای انگیزشی پائین می‌باشد. ضریب پایایی آزمون مذکور طی پژوهش چمله و لطیفیان (۱۳۹۱) برای بدست آمده است و روایی آن نیز محاسبه شده است.

**جدول ۱-** خلاصه محتوای جلسات آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

| جلسه | محتوای جلسات |
|---|---|
| اول | در این جلسه دانش‌آموزان ضمن معرفی خود و آشنایی با مدرس دوره به‌طور خلاصه با مفهوم یادگیری، انواع حافظه و ساختار آن و علل فراموشی آشنا شدند و در ادامه راهبرد تکرار و مرور ویژه مطالب ساده با مثال‌های متنوع و با استفاده از پاورپوینت آموزش داده شد. لازم به ذکر است قبل از شروع جلسه در دانش‌آموزان ایجاد انگیزه شد. |
| دوم | در این جلسه راهبرد تکرار، ویژه موضوع‌های پیچیده آموزش داده شد، در ادامه راهبردهای کلمه کلیدی، سرواژه، تصویرسازی ذهنی، استفاده از واسطه‌ها و روش مکان‌ها آموزش داده شد. از دانش‌آموزان خواسته شد مثال‌هایی در مورد هرکدام از این راهبردها بیان کنند. |
| سوم | در این جلسه راهبردهای گسترش ویژه مطالب پیچیده مثل یادداشت برداری، خلاصه کردن، بازگو کردن مطالب به زبان خود آموزش داده شد، به‌طور تصادفی هرکدام از دانش‌آموزان فصلی از کتاب را باز نموده و موظف شدند که پاراگرافی را خلاصه کنند، به همین ترتیب در کلاس، راهبردهای دیگر نیز توسط دانش‌آموزان تمرین داده شد. |
| چهارم | در این جلسه شرح و تفسیر و تحلیل روابط، استفاده از اطلاعات آموخته شده برای حل مسائل، قیاس‌گری به شیوه جلسات قبل آموزش داده شد. نهایتا تکالیفی برای جلسه آینده به دانش‌آموزان داده شد. |
| پنجم | راهبرد سازمان‌دهی شامل دسته‌بندی اطلاعات جدید بر اساس مقوله‌های آشنا، تهیه فهرست عناوین، تبدیل متن درس به نقشه و ترسیم طرح درختی و تهیه نمودار، نقشه مفهومی و الگوی مفهومی در این جلسه آموزش داده شد. برای آموزش نقشه مفهومی، مثال‌هایی برای دانش‌آموزان آورده شد. در پایان جلسه پنجم نیز جمع‌بندی راهبردهای شناختی انجام گرفت. |
| ششم | دانش‌آموزان با راهبردهای برنامه‌ریزی از زیرمجموعه راهبردهای فراشناختی شامل تعیین هدف مطالعه، پیش‌بینی زمان لازم برای مطالعه، تعیین سرعت مطالعه و انتخاب راهبردهای شناختی مناسب آشنا شدند. |
| هفتم | راهبردهای نظارت و ارزشیابی از زیرمجموعه راهبردهای فراشناختی شامل ارزشیابی از پیشرفت، نظارت بر توجه و طرح سؤال در زمان مطالعه آموزش داده شد. هدف استفاده از این راهبردها آگاهی یافتن فراگیر از چگونگی پیشرفت خود و زیر نظر گرفتن و هدایت آن است. |
| هشتم | در این جلسه راهبردهای نظم‌دهی که عبارت است از سازگاری‌های فراشناختی پایدار و بهسازی‌هایی که از سوی فراگیر در برابر بازخوردهای مربوط به خطاها انجام می‌شود، آموزش داده شد و مروری بر آنچه آموزش داده شده، انجام گرفت. |



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

**جدول ۲**- خلاصه محتوای جلسات آموزش تفکر انتقادی

| جلسه | محتوای جلسات |
|---|---|
| اول | معرفی پژوهشگر و مشارکت کنندگان برقراری ارتباط و ایجاد انگیزه بیان اهداف جلسات و قوانین آموزشی توضیح روش آموزشی و اجرای پیش آزمون. |
| دوم | در این جلسه اهمیت تفکر انتقادی و ضرورت و چرایی آن برای زندگی مطرح شد. |
| سوم | در این جلسه مهارتهای درک استنباط و استنتاج بیان می‌شوند که شامل استنباط و استنتاج از مطالب شفاهی و کتبی دلیل آوردن بیان مطالب درج شده به صورت روابط انتزاعی و منطقی شد. |
| چهارم | طی این جلسه مهارت تفسیر بررسی شده که شامل تفسیر مفاهیم و دیدگاهها بازنویسی مطالب و دیدگاهها برای بازسازی استقلال و وضوح بخشی به مفاهیم و ایده ها شد. |
| پنجم | در این جلسه مهارتهای کلی شامل :استنباط ودرک از مطالب گفتاری و شنیداری و رابطه منطقی بین مفاهیم جدید و قدیم بررسی شد. |
| ششم | در این جلسه خود گردانی طور کلی و درک و شناخت تواناییها و نقاط ضعف خود و نقش اعتماد به نفس هدف بررسی شد. |
| هفتم | در این جلسه مهارتها ارزیابی می‌شوند که شامل مراحل ارزیابی یک استدلال و شناخت ملاک های ارزیابی منطقی و شناخت نقاط قوت و ضعف اصول ارزیابی منطقی می‌باشند. |
| هشتم | در این جلسه نظردهی، رفع اشکال و گرفتن پس آزمون انجام شد. |

آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی در قلاب ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای، هر جلسه در یک هفته و در مجموع ۸ هفته متوالی اجرا شده است (جدول‌های ۱ و ۲).

## یافته‌ها

نتایج ارائه شده در جدول ۳ حاکی از آن است که نمره مولفه‌های باورهای انگیزشی از قبیل خودکارآمدی، جهت گیری هدف و ارزشگذاری درونی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی کاهش یافته است ولی نمره اضطراب امتحان در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در گروههای آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی افزایش یافته است.

به منظور اجرای تحلیل واریانس با اندازه گیر مکرر طرح آمیخته پیش فرض‌های مربوطه بررسی گردید و مشخص شد که داده‌ها دارای توزیع نرمال، واریانس های برابر و ماتریس کوواریانس یکسان می باشند و تمام پیش فرضها رعایت شدند.

با توجه به نتایج گزارش‌شده در جدول ۴ مشخص است که تمام آزمون‌های آماری با تصحیحات مختلف گویای این هستند که تعامل گروه و عامل مکرر (باورهای انگیزشی) معنادار نیست. این نتیجه دال بر اثربخشی آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی دانش آموزان شهر باغبهادران است. با توجه به‌اندازه مجذور اتا برای عامل تعامل گروه و عامل مکرر مشخص است که در حدود ۲۹/۴ درصد از تغییرات در باورهای انگیزشی توسط آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی تبیین می‌شود. به عبارت‌دیگر، نتیجه تحقیق حاکی از تأثیر آموزش تفکر انتقادی و آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی است. جدول ۵ نشان می‌دهدکه میانگین نمرات پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری باورهای انگیزشی تفاوت معناداری دارند که حکایت از اثربخشی آموزشها دارد ولی نمرات پس‌آزمون با مرحله‌ی پیگیری تفاوت معناداری ندارد که نشان می‌دهد نمره باورهای انگیزشی در مرحله پیگیری کاهش نیافته و اثر دوره‌ی آموزش همچنان ماندگار است.

با توجه به جدول۶ نشان می‌دهد که حداقل یکی از آموزشها بر نمره باورهای انگیزشی آزمودنی‌ها در مرحله پس‌آزمون تأثیر گذاشته است و ۶۰/۶ درصد واریانس تفاوت نمره باورهای انگیزشی را مداخله‌ها تبیین می‌کنند.

جدول ۷ نشان می‌دهد که هم آموزش تفکر خودانتقادی و هم آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی در مقایسه با گروه گواه اثربخش بوده اند ولی آموزش تفکرخودانتقادی در مقایسه با آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی تفاوت معناداری نداشته‌اند.



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

**جدول ۳**- میانگین و انحراف معیار ابعاد باورهای انگیزشی در گروه‌های آزمایش و گروه گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

| مولفه‌ها | گروه‌ها | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | | پیگیری | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار |
| خودکارآمدی ادراک | خودتنظیمی | ۱۸/۱۰ | ۲/۴۸ | ۲۹/۹۰ | ۲/۵۳ | ۲۹/۶۰ | ۲/۵۸ |
| شده تحصیلی | تفکر انتقادی | ۱۶/۶۵ | ۳/۴۳ | ۲۷/۳۵ | ۴/۳۸ | ۲۷/۳۵ | ۴/۴۹ |
| | گروه گواه | ۱۹/۶۵ | ۲/۴۳ | ۱۹/۶۵ | ۱/۹۲ | ۱۸/۵۵ | ۳/۰۸ |
| جهت گیری هدف | خودتنظیمی | ۱۵/۲۲ | ۲/۴۲ | ۱۹/۴۸ | ۲/۴۶ | ۱۹/۲۵ | ۲/۴۷ |
| | تفکر انتقادی | ۱۵/۲۸ | ۲/۴۶ | ۱۸/۵۸ | ۲/۵۷ | ۱۸/۴۲ | ۲/۵۴ |
| | گروه گواه | ۱۵/۲۵ | ۲/۴۷ | ۱۵/۵۳ | ۲/۶۵ | ۱۵/۵۹ | ۲/۴۸ |
| ارزشگذاری درونی | خودتنظیمی | ۱۱/۳۵ | ۲/۴۶ | ۱۵/۶۵ | ۲/۶۷ | ۱۵/۳۲ | ۲/۶۴ |
| | تفکر انتقادی | ۱۱/۴۸ | ۲/۷۳ | ۱۵/۶۹ | ۲/۶۰ | ۱۵/۳۸ | ۲/۴۸ |
| | گروه گواه | ۱۱/۶۹ | ۲/۶۷ | ۱۱/۷۲ | ۲/۵۲ | ۱۱/۶۵ | ۲/۵۸ |
| اضطراب امتحان | خودتنظیمی | ۲۰/۲۱ | ۳/۶۵ | ۲۵/۲۸ | ۳/۴۵ | ۲۴/۷۹ | ۳/۴۹ |
| | تفکر انتقادی | ۱۹/۲۹ | ۳/۷۲ | ۲۴/۵۹ | ۳/۵۹ | ۲۴/۸۸ | ۳/۷۷ |
| | گروه گواه | ۲۰/۸۸ | ۳/۶۶ | ۲۰/۷۳ | ۳/۵۴ | ۲۰/۶۴ | ۳/۴۳ |

**جدول ٤**- آزمون‌های مقایسه‌ای با تصحیح گرین هاوس (باورهای انگیزشی)

| | منبع واریانس | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | سطح معناداری | مجذور اتا |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| تعامل گروه و عامل مکرر | فرض کرویت | ۶۰۳/۳ | ۴ | ۱۵۰/۸ | ۱۱/۸۶ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۲۹۴ |
| | تصحیح گرین‌هاوس | ۶۰۳/۳ | ۳/۳۵۶ | ۱۷۹/۷ | ۱۱/۸۶ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۲۹۴ |
| | تصحیح هیون–فلت | ۶۰۳/۳ | ۳/۵۶۸ | ۱۶۹/۱ | ۱۱/۸۶ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۲۹۴ |
| | تصحیح پایین‌ترین‌دامنه | ۶۰۳/۳ | ۲ | ۳۰۱/۶ | ۱۱/۸۶ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۲۹۴ |

**جدول ۵**- آزمون تعقیبی بن فرونی مقایسه‌ی باورهای انگیزشی به‌صورت زوجی در سری زمانی

| مقیاس | مرحله A | مرحله B | اختلاف میانگین (A-B) | خطای استاندارد | سطح معناداری |
|---|---|---|---|---|---|
| باورهای انگیزشی | پیش‌آزمون | پس‌آزمون | ۶/۰۸ | ۰/۶۵۶ | ۰/۰۰۰۱ |
| | پس‌آزمون | پیگیری | ۰/۱۱۷ | ۰/۵۱۰ | ۱ |

## بحث

نتایج این پژوهش با پژوهش‌های (۲۰)، و (۲۱) و (۲۲) و (۲۳) و (۱۸) همخوان می‌باشد. (۲۳) در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر استرس تحصیلی، باورهای انگیزشی و خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان متوسطه اول شهرستان فارسان به این نتیجه رسید که آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی و استرس تحصیلی دانش آموزان موثر است. همچنین (۲۱) در پژوهشی تحت عنوان اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای انگیزشی دانشجویان نشان دادندکه آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر باورهای لنگیزشی دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات شهر تهران تاثیر دارد. بر اساس یافته ها می توان اظهار داشت که در اثر مداخله راهبردهای یادگیری خودتنظیمی میزان باورهای انگیزشی افزایش یافته است. (۲۴) نیز در پژوهش خود نشان دادند راهبردهای یادگیری خودتنظیمی می تولند در آموزش مهارت های اجتماعی هیجانی و افزایش باورهای لنگیزشی یادگیرندگان موثر باشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت ارزش گذاری درونی به مفهوم ارزشمندی خود تکلیف در نزد فرد و علاقه و تمایل درونی او برای یادگیری اشاره دارد. این ساختار می تواند با مفهوم ارزش در نظریه انتظار ارزش و مفهوم هدف گرایی پیوند یابد. نظریه پردازان انتظار ارزش معتقدند انتخاب، پیگیری، عملکرد و انگیزه افراد تحت تأثیر باورهای آنان در مورد انتظار



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

**جدول ٦**- آزمون تحلیل کوواریانس تفاوت بین باورهای انگیزشی گروه‌های آزمایش و کنترل

| ضرایب | مقدار | dfفرضیه | df خطا | F | سطح معناداری | ضریب اتا | توان آزمون |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| اثر پیلای | ۰/۶۰۶ | ۲ | ۵۶ | ۴۳/۱۲ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۶۰۶ | ۱ |
| لامبدا ویلکس | ۰/۳۹۴ | ۲ | ۵۶ | ۴۳/۱۲ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۶۰۶ | ۱ |
| اثر هتلینگ | ۱/۵۴۰ | ۲ | ۵۶ | ۴۳/۱۲ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۶۰۶ | ۱ |
| بزرگ‌ترین ریشه روی | ۱/۵۴۰ | ۲ | ۵۶ | ۴۳/۱۲ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۶۰۶ | ۱ |

**جدول ۷**- آزمون تعقیبی برای مقایسه‌ی تأثیر مداخله‌ها بر باورهای انگیزشی به‌صورت زوجی

| مقیاس | آموزش | آموزش | اختلاف میانگین | خطای استاندارد | سطح معناداری |
|---|---|---|---|---|---|
| باورهای انگیزشی | تفکر انتقادی | خودتنظیمی | ۱/۰۵۰ | ۲/۰۲۹ | ۱ |
| | | گروه گواه | ۶/۵۵۰ | ۲/۰۲۹ | ۰/۰۰۲ |
| | خودتنظیمی | گروه گواه | ۵/۵۰۰ | ۲/۰۲۹ | ۰/۰۲۷ |

موفقیت در انجام تکلیف و ارزشمندی یک تکلیف برای آنان قرار دارد (۲۶). براساس نظریه پردازان انتظار- ارزش، زمانی که پدیده ای از نظر فرد مهم و ارزشمند باشد انگیزه ای در وی ایجاد خواهد شد و ارزش تکلیف به عنوان مشوق اشتغال به فعالیت های تحصیلی، که نشان دهنده ساختار مرکبی از ادراک اهمیت، مفید بودن و علاقه مندی است، عمل خواهد کرد، میل تیادو و سیونیی (۲۷) بر این باورند که ارزش گذاری درونی به اهمیتی که دانش آموز به یک تکلیف یا درس خاص می دهد، باوری که به آن تکلیف دارد و هدفی که از مطالعه آن دنبال می کند، اطلاق می شود و در یادگیری مطالب از سبک های یادگیری پیچیده‌تر و عمیق‌تری بهره می‌گیرد و تکالیف پیچیده را برتکالیف ساده ترجیح می‌دهد. افراد با ارزش گذاری درونی یا افراد تبحرگرا، صرفاً به دنبال افزایش شایستگی و تسلط در یادگیری هستند و به همین دلیل بیش از سایر فراگیران از راهبردهای خودتنظیمی استفاده می کنند و پیشرفت تحصیلی بیشتری هم دارند. یکی دیگر ازمولفه های باورهای انگیزشی خودکارآمدی می باشد. در حوزه یادگیری و آموزش، خودکارآمدی به ارزشیابی های شخصی دانش آموزان از قابلیت‌های عمل به تکلیف اشاره دارد. یعنی آن‌ها توانایی موفق شدن در آن تکلیف را دارند یا خیر. (۲۵) و (۲۶) در تحقیقات خود اظهار می‌دارند که باورهای خود کارآمدی دانش آموزان، نقش کاملی در لنگیزش تحصیلی، یادگیری و پیشرفت آن‌ها ایفا می‌کند. (۲۷) باور دارد که افراد دارای خودکارآمدی بالا معتقدند که انجام کارهای موردنظرشان همراه با موفقیت است. افرادی که خودکارآمدی کمی دارند احساس می کنند که در اعمال کنترل بر رویدادهای زندگی درمانده و ناتوان اند. آن ها معتقدند هر تلاشی که در جهت اعمال کنترل بر رویدادهای زندگی می کنند بیهوده است. هنگامی که با مانعی رو به رو می شوند اگر تلاش اولیه شان در رویارویی با مشکلات بی نتیجه بوده باشد، سریعاً قطع امید می کنند. افرادی که خودکارآمدی پایینی دارند، حتی تلاش نمی کنند که بر مشکلات غلبه کنند، زیرا متقاعد شده‌اند هر کاری انجام دهند بیهوده است و تغییری در اوضاع ایجاد نمی شود. خودکارآمدی پایین می تولند انگیزش را نابود کند، آرزوها را کمرنگ نماید و در توانایی شخصی تداخل ایجاد کرده و نهایتاً تأثیر نامطلوبی بر سلامت بگذارد؛ اما کسانی که خودکارآمدی بالایی دارند بر این باورند که می توانند به طور مؤثر با رویدادها و شرایط برخورد کنند. از آنجائی که چنین افرادی در مواجهه با مشکلات انتظار موفقیت دارند بر روی تکلیف استقامت نموده و اغلب در سطح بالایی عمل می کنند. این افراد در مقایسه با افراد دارای خودکارآمدی پایین از تردید کمتری نسبت به توانایی خود برخوردارند و اطمینان بیشتری به خود دارند. چنین افرادی مشکلات را چالش می بینند نه تهدید و فعالانه موقعیت های جدید را جستجو می کنند، زیرا خودکارآمدی بالا ترس از شکست را کاهش می دهد،



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

سطح آرزو را بالا می برد و توانایی مسئله گشایی و تفکر تخیلی را بهبود می بخشد. همچنین، بالا رفتن خودکارآمدی باعث افزایش درگیری شناختی و استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی می شود، در نتیجه پیشرفت تحصیلی را به همراه دارد (۲۸).

همچنین اضطراب امتحان به عنوان یک پدیده متداول و مهم آموزشی رابطه تنگاتنگی با عملکرد و پیشرفت تحصیلی میلیون ها دانش آموز و دانشجو در مراکز آموزشی دارد، این پدیده یکی از متغیرهای شناختی هیجانی بسیار مهم است که از سال های دور وجود داشته و ارزیابی عملکرد کودکان و نوجولنان را تحت تأثیر قرار می دهد. بسیاری از تحقیقات بیانگر رابطه غیر خطی اضطراب امتحان با عوامل خودتنظیمی ـ یعنی تلاش و تدبیر می‌باشند، به طوری که متغیر اضطراب امتحان، ارزش پیش بینی کنندگی پیشرفت تحصیلی یادگیرنده را در یک دوره یا یک درس دارد. دانش آموزان دارای راهبردهای یادگیری خودتنظیمی (راهبردهای شناختی و راهبردهای فراشناختی) ترجیح می دهند تکالیفی را انتخاب نمایند که چالش برانگیزتر باشد تا از این طریق مطالب جدیدتری بیاموزند و در مقایسه با دیگران در کلاس بهتر عمل کنند، با دقت به صحبت‌های معلم در کلاس توجه نمایند و به سؤالات به درستی پاسخ دهند. در واقع؛ به نوعی با خود ارزیابی میزان یادگیری شان، خود را محک زنند و یادداشت برداری کنند، تا میزان به یادآوری مطالب را به حداکثر برسانند. همچنین این دسته از دانش آموزان، از یک سو به تولنایی خود برای فهم آنچه در کلاس تدریس شده است، مطمئن هستند و از سوی دیگر؛ به توانایی خود برای انجام تکالیف عملی تعیین شده در کلاس اطمینان دارند. پس در مجموع قادر خواهند بود، بهترین یادگیری و عملکرد را در کلاس داشته باشند و باورهای انگیزشی دانش آموزان در سطح بالایی تحقق پذیرد (۲۹).

از سویی دیگر باورهای انگیزشی دلیل شخصی و فردی دانش آموزان برای انجام یا اجتناب از یک تکلیف و یا فعالیت تحصیلی می‌باشند. باورهای انگیزشی، یکی از عوامل مؤثر بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان و مؤلفهٔ مهم آن به شمار می آید. باورهای انگیزشی در شکل گیری یک جهت گیری سیستماتیک مرتبط با پیشرفت تحصیلی و بهبود عملکرد دانش آموزان، نقش مهمی دارند (۳۰). نتایج پژوهش ها از وجود رابطه علی بین باورهای انگیزشی و پیشرفت تحصیلی حمایت می کند. برای آنکه دانش آموزان خودکارآمدی بالا، جهت گیری هدف درست، ارزشگذاری درونی و اضطراب امتحان کمتری داشته باشند باید به مهارت تفکر انتقادی مجهز باشند. تحقیقات نشان می دهد، آموزش تفکر با بسیاری از نتایج مثبت همراه است. از جمله این نتایج مثبت، بهره مندی از خودکارآمدی بالا احساس ارزشمندی تکلیف، اضطراب امتحان پایین و ادراک مثبت از محیط کلاس است. همچنین دارا بودن این خصوصیات روانشناختی، خود با پیامدها ی مثبتی برای سلامت روانشناختی و حتی سلامت جسمانی همراه است (۳۱). نتایج پژوهش حاضر نشان داد که با آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی می توان نوع نگرش دانش آموزان به مسایل تحصیلی خود، و ابعاد باورهای انگیزشی دانش آموزان را افزایش داد.

## نتیجه‌گیری

به طور کلی می توان نتیجه‌گیری کرد که در راستای افزایش یا بهبود باورهای انگیزشی دانش آموزان می‌توان از آموزش‌هایی مانند راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و تفکر انتقادی استفاده کرد.

## *ملاحظات اخلاقی*

این مقاله برگرفته از رسالهٔ دکتری نویسنده نخست در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد می باشد. به منظور رعایت کردن ملاحظات اخلاقی در این پژوهش، سعی شد پس از کسب رضایت شرکت کنندگان، اطلاعات جمع آوری شود. همچنین به شرکت کنندگان در مورد محرمانه بودن اطلاعات شخصی و حفاظت از ارائه نتایج بدون ذکر نام و مشخصات هویت افراد اطمینان داده شد . مجوز اجرای این پژوهش توسط



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

دانشـــگاه آزاد اســـلامی واحد شـــهرکرد با کد اخلاق IR.IAU.SHK.REC.1401.116 صادر شده است.

## مشارکت نویسندگان

۸۰ درصـد مشـارکت مقاله از آن نویسـنده اول بابت نگارش طرح و گردآوری داده‌ها، تفسیر داده‌ها و اجرای طرح پژوهشـــی، و ۲۰ درصـــد مشـــارکت مقاله از آن نویسنده مسئول بابت راهنمایی می‌باشد.

## References


1. Gholtash A, Taheri AM, Marahel F. Educational democracy in schools and its effects on students' critical thinking and social skills in middle school. Soc Cogn. 2014;3(2):95-108. (PERSIAN).
2. Khorshidi A. Factors affecting enhancement of the quality of descriptive evaluation in the Education Department of Eslamshahr County. Educ Sch Stud. 2013;2(1):39-40. (PERSIAN).
3. Hasani Zangbar T, Livarjani S. The effect of self-regulated learning strategies training on mathematics learning and anxiety of female lower secondary school students in Bostanabad County in the 2015-2016 academic year. Educ Eval. 2017;10(39). (PERSIAN).
4. Lee M, Lee HI, Rojewski JW. The role of contextual and intrapersonal factors in students' school satisfaction in Korean vocational high schools. Paper presented at: Conference of the Association for Career and Technical Education Research; 2012 Nov; Atlanta, GA.
5. Seif AA. Modern educational psychology. Tehran: Doran Publications; 2021. (PERSIAN).
6. Pintrich PR. Understanding self-regulated learning. New Dir Teach Learn. 1995;(63):3-12. doi:10.1002/tl.37219956304.
7. Phan HP. Critical thinking as a self-regulatory process component in teaching and learning. Psicothema. 2010;22(2):284-292.
8. Colombo B, Antonietti A. The role of metacognitive strategies in learning music: a multiple case study. Br J Music Educ. 2017;34(1):95-113. doi:10.1017/S0265051716000267.
9. Wang SR, Wang HX. On the state of college English teaching in China and its future development. Foreign Lang China. 2011;8(5):4-17.
10. Zhang L, Kim S. Critical thinking cultivation in Chinese college English classes. Engl Lang Teach. 2018;11(8):1-6. doi:10.5539/elt.v11n8p1.
11. Butler HA, Dwyer CP, Hogan MJ, Franco A, Rivas SF, Saiz C, et al. The Halpern Critical Thinking Assessment and real-world outcomes: cross-national applications. Think Skills Creat. 2012;7(2):112-121. doi:10.1016/j.tsc.2012.04.001.
12. Narimani M, Amini Zarrar M, Zahed A, Abolghasemi A. Comparing the effectiveness of self-regulated learning strategies and problem-solving training on academic motivation of procrastinating students. J Sch Psychol. 2015;4(1):139-155. (PERSIAN).
13. Nikpay I, Farahbakhsh S, Yousefvand L. The effect of self-regulated learning strategies (cognitive and metacognitive) training on goal orientation in female second-grade upper secondary students with a 60-day follow-up. New Educ Approaches. 2016;11(2):71-86. (PERSIAN).
14. Noohi E, Salahi S, Sabzevari S. The relationship between critical thinking and learning styles in postgraduate nursing students. Strides Dev Med Educ. 2014;11(2):179-186. (PERSIAN).
15. Zarghami HR, Jafari M, Akhavan P. The relationship between creativity and motivation for innovation in research organizations: a case study at the Institute for Intelligent Signal Processing. Innov Creat Hum Sci. 2012;1(4):37-64. (PERSIAN).
16. Basirzadeh M. Predicting tendency toward critical thinking based on academic resilience and teacher-student interaction [master's thesis]. Shiraz: Shiraz University; 2016. (PERSIAN).
17. van Ingen DJ, Freiheit SR, Steinfeldt JA, Moore LL, Wimer DJ, Knutt AD, et al. Helicopter parenting: the effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. J Coll Couns. 2015;18(1):7-20. doi:10.1002/j.2161-1882.2015.00065.x.
18. Gabbari B, Shabanian S, Khazariar H. The relationship of self-regulated learning strategies, metacognitive awareness and intelligence beliefs with deep cognitive engagement and academic vitality among upper secondary school students in Silvana [master's thesis]. [place unknown]: Afaq Institute of Higher Education; 2022. (PERSIAN).
19. Manzari Tavakoli V. A meta-analysis of the relationship between self-regulated learning strategies and motivational strategies with academic performance. Educ Psychol. 2020;16(58):95-115. doi:10.22054/jep.2021.16535.1577. (PERSIAN).
20. Mohammadi F, Ghasemi M. The effectiveness of self-regulated learning strategies training on academic stress, motivational beliefs and academic self-handicapping in female students [master's thesis]. [place unknown]: [publisher unknown]; 2020. (PERSIAN).
21. Parhami Alamdari P, Niknam M. The effectiveness of self-regulated learning strategies




[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]

training on students' motivational beliefs. In: Proceedings of the First International Conference on Innovation and Research in Educational Sciences, Management and Psychology; 2016; Tehran, Iran. (PERSIAN).

22. Hill C. An examination of the effectiveness of the Louisiana GEAR UP program in promoting self-efficacy, improving academic achievement and increasing teachers' aspirations for their students [dissertation]. Ruston (LA): Louisiana Tech University; 2014.

23. Julika S, Setiyawati D. Emotional intelligence, academic stress, and subjective well-being among students. Gadjah Mada J Psychol. 2019;5(1):50-59. doi:10.22146/gamajop.47966. (Indonesian).

24. Lemos MS. Students' goals and self-regulation in the classroom. Int J Educ Res. 1999;31(6):471-485. doi:10.1016/S0883-0355(99)00016-6.

25. Fooladchang M. The effect of metacognition training on mathematics academic achievement. Educ Innov. 2005;4(14):149-162. (PERSIAN).

26. Nazari Z, Barzegar K. The effectiveness of self-regulated learning training on executive functions of students with dyslexia. Psychol Except Individ. 2017;6(24):181-203. (PERSIAN).

27. Ghanbazi M, Ahmadi A. The relationship between mental vitality with school well-being and academic self-efficacy mediated by academic engagement among male upper secondary school students [master's thesis]. Varamin: Payame Noor University; 2020. (PERSIAN).

28. Doosti A, Yazdanbakhsh K, Momeni Kh. The effectiveness of critical thinking training on marital satisfaction and reduction of marital conflicts mediated by irrational beliefs in couples at risk of divorce referred to police stations in Kermanshah [master's thesis]. Kermanshah: Razi University, Faculty of Economics and Social Sciences; 2014. (PERSIAN).

29. Kazemzadeh M. The effectiveness of learning strategies training on self-regulated learning and academic self-efficacy of male high school students in District 2 of Tehran [master's thesis]. Qom: University of Qom, Faculty of Literature and Humanities; 2015. (PERSIAN).

30. Jalilzadeh H, Zarei HA. The effectiveness of self-regulation strategies training on academic motivation and test anxiety in students. Educ Eval. 2018;11(42):13-36. (PERSIAN).

31. Hashemi B, Ghazanfari A, Sharifi T. The effectiveness of successful intelligence training on critical thinking, academic achievement motivation, academic self-concept and test anxiety of female upper secondary school students [doctoral dissertation]. 2020. (PERSIAN).



[ Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-10-15 ]

[ DOI: 10.47176/rjms.32.115 ]