

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

یادگیری خودتنظیمی

و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان

مؤلف: مجتبی ولدوب

نشر تلیاب

عنوان و نام پدیدآورنده	یادگیری خودتنظیمی و مهارت های اجتماعی دانش آموزان / مجتبی ولدوند
مشخصات نشر	کرمانشاه: تلیاب، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	وزیری: ۱۶۱ ص
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۳۳۴-۷۷-۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	موفقیت تحصیلی
چاپخانه پیشگام	۰۲۶۳۴۴۶۰۶۴۸
رده بندی کنگره	LB1065
رده بندی دیویی	۳۷۰/۱۵۴
شماره کتابشناسی ملی	۷۲۶۷۴۲۱

نویسنده: مجتبی ولدوند

طراح: حمید بخشی

نشر: تلیاب

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹.

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

شمارگان: ۱۰۰۰



کلیه حقوق این اثر برای «انتشارات تلیاب» محفوظ است.

فهرست

۷	مقدمه
۱۴	تعریف مفهومی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی
۱۵	تعریف مفهومی مهارت‌های اجتماعی
۱۵	تعریف مفهومی پیشرفت تحصیلی
۱۶	تعاریف عملیاتی
۱۶	تعریف عملیاتی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی
۱۶	تعریف عملیاتی مهارت‌های اجتماعی
۱۶	تعریف عملیاتی پیشرفت تحصیلی
۱۷	مبانی نظری راهبردهای یادگیری خودتنظیمی
۱۷	تعریف یادگیری خودتنظیم
۱۸	راهبردهای یادگیری خودتنظیم
۲۱	تعریف فراشناختی
۲۲	عناصر فراشناخت
۲۳	اطلاع فرد از نظام شناختی خود
۲۴	اطلاع فرد از تکلیف
۲۴	اطلاع فرد از راهبردها
۲۵	عوامل به وجود آورنده فراشناخت
۲۶	ضرورت آموزش مهارت فراشناخت

- ۲۷.....الگوهای آموزشی مبتنی بر فراشناخت
- ۳۰.....نقش مهارت فراشناخت در فرآیند یادگیری
- ۳۱.....رابطه‌ی یادگیری خودتنظیم و پیشرفت یادگیری
- ۳۲.....ویژگی‌های یادگیرندگان برخوردار از توانایی خودتنظیمی در یادگیری
- ۳۳.....مهارت‌های اجتماعی
- ۳۶.....ویژگی‌های مهارت اجتماعی
- ۴۱.....آموزش مهارت‌های اجتماعی
- ۴۵.....دستکاری پیشایندها
- ۴۶.....دستکاری پیامدها
- ۴۷.....الگودهی
- ۴۷.....مدیریت مهارت‌های اجتماعی برای تغییر رفتار
- ۵۰.....مهارت‌های ده‌گانه
- ۵۴.....مبانی نظری پیشرفت تحصیلی
- ۵۴.....مفهوم پیشرفت تحصیلی
- ۵۵.....اهمیت پیشرفت تحصیلی
- ۵۶.....عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی
- ۵۶.....تأثیر محیط خانواده بر پیشرفت تحصیلی
- ۵۷.....هوش
- ۵۸.....عزت‌نفس و آرمان‌ها

- ۵۸..... انگیزه پیشرفت
- ۶۷..... هوش اخلاقی
- ۷۲..... ابعاد هوش اخلاقی از دیدگاه لنیک و کیل
- ۷۳..... مؤلفه‌های هوش اخلاقی لنیک و کیل از دیدگاه قرآن کریم و ائمه معصومین (ع)
- ۷۶..... نکاتی برای ایجاد هوش اخلاقی
- ۸۰..... انتقال ارزش‌ها، پایه هوش اخلاقی
- ۸۲..... مهارت‌های اجتماعی
- ۸۲..... مفهوم مهارت‌های اجتماعی
- ۹۱..... عوامل مؤثر در اجتماعی
- ۹۸..... مهارت‌های اجتماعی پایه
- ۱۰۳..... خصوصیات افراد دارای مهارت‌های اجتماعی
- ۱۰۵..... آموزش مستقیم مهارت‌های اجتماعی
- ۱۰۶..... رویکرد جدید در تدریس مهارت‌های اجتماعی
- ۱۱۶..... نظر قرآن در مورد اجتماعی بودن انسان
- ۱۲۰..... عملکرد تحصیلی
- ۱۲۰..... مفهوم عملکرد تحصیلی
- ۱۲۱..... عوامل مؤثر در عملکرد تحصیلی
- ۱۲۶..... انگیزه پیشرفت تحصیلی
- ۱۲۹..... عوامل تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی

مقدمه

مدرسه نهادی اجتماعی است و بیانگر فرهنگی است که به دانش آموزان طرز فکر و جهان بینی خاصی را منتقل می کند. مدرسه نظام اجتماعی کوچکی است که دانش آموزان در آن قواعد اخلاقی، عرف اجتماعی، نگرش ها و شیوه های برقراری ارتباط با دیگران و نیز مهارت های تحصیلی را می آموزند. مناسبانه مهارت های اجتماعی به عنوان جزئی از دروس مدارس همیشه مورد بی توجهی قرار گرفته است و فقط زمانی به این مهم توجه می شود که دانش آموزان از خود رفتاری نامناسب، مغایر با آنچه مورد نظر اولیا است، نشان دهند. احتمالاً وجود چنین وضعیتی مربوط می شود به تأکید بیش از اندازه بر آموزش محدود مهارت هایی که از دیدگاه معلمان با ارزش است و عدم احساس مسئولیت در آموزش مهارت های اجتماعی از طرف آموزگاران، گویی که این امر جزئی از مسئولیت آن ها نیست. فرآیند کسب مهارت های اجتماعی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان در روان شناسی شناختی و خصوصاً در مبحث شناخت اجتماعی مورد بحث قرار گرفته است. از مهارت اجتماعی تعاریف زیادی شده است شناخت و مهارت اجتماعی را فرایندی می دانند که

کودکان را قادر می‌سازد تا رفتار دیگران را درک و پیش‌بینی کنند، رفتار خود را کنترل نمایند و تعاملات خود را تنظیم نمایند. تحقیق‌ها نشان داده است که افراد با توانایی‌های یکسان، هنگامی که با مشکلات یادگیری روبه‌رو می‌شوند، انواع پاسخ‌ها را ارائه می‌دهند. بعضی از افراد با وجود توانایی‌های سطح بالا، دشواری‌ها را آن‌چنان بزرگ جلوه می‌دهند که به نظر می‌رسد توانایی آن‌ها محدود است و از اینکه تلاش‌های آن‌ها به موفقیت بینجامد، ناامید هستند. این نحوه رفتار گاهی در قالب الگوی درماندگی آموخته تفسیر می‌شود که به نوعی ناسازگارانه است، زیرا در مقابل رسیدن افراد به اهداف شده ارزشمند مانع ایجاد می‌کند. در مقابل افراد دیگری هستند که مشکلات موجود در سر راه را حل‌شدنی دانسته و از آن‌ها ناامید نمی‌شوند و حتی در وجود خود احساس لذت فائق آمدن بر چالش دارند. آن‌ها به تغییر دادن راه‌ها با حداکثر تلاش توجه نموده و توان حل مسئله خود را تقویت می‌نمایند.

تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان از نظر پیشرفت تحصیلی و عوامل مؤثر بر آن از جمله مسائل مهمی است که همیشه مورد توجه دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت و متخصصان روانشناسی تربیتی بوده است. همچنین مسئله موفقیت یا عدم موفقیت در تحصیل از مهم‌ترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی است. پیشرفت تحصیلی در هر جامعه نشان‌دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدفیابی و توجه به رفع نیازهای فردی است؛ بنابراین نظام آموزشی را زمانی می‌توان کارآمد و موفق دانست که پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان

آن در دوره‌های مختلف دارای بالاترین رقم باشد. مروری بر پژوهش‌های انجام گرفته درباره پیشرفت تحصیلی و یادگیری دانش‌آموزان آشکار می‌سازد که متغیرهای متعددی بر پیشرفت تحصیلی تأثیرگذار می‌باشند.

یافته‌های متعددی نشان داده‌اند که پیشرفت تحصیلی از ساختارهای دانش، فرایندهای پردازش اطلاعات، عوامل خانوادگی و خودتنظیمی تأثیر می‌پذیرد (باتلر^۱ و وین، ۱۳۸۶). پینتریچ^۲ و شانک (۲۰۰۴) نشان دادند که خودتنظیمی و کاربرد راهبردهای شناختی به طور مثبت با یکدیگر همبسته‌اند و پیشرفت تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند. شانک و زیمرمن (۲۰۰۸) به این نتیجه رسیدند که دانش‌آموزان دارای پیشرفت تحصیلی بالا اغلب یادگیرندگانی هستند که از راهبردهای یادگیری استفاده می‌کنند و دارای خودتنظیمی هستند. یکی از مفاهیم مطرح در روانشناسی تربیتی و شناختی معاصر و از مهم‌ترین عوامل شناختی مؤثر بر پیشرفت تحصیلی یادگیری خودتنظیمی است. خودتنظیمی نقش مهمی در فرایندها و پیامدهای یادگیری و آموزش دارد. موفقیت در مدرسه مستلزم آن است دانش‌آموزان با توسعه خودتنظیمی در خود، شناخت‌ها، عواطف یا رفتارهایی که آن‌ها را به اهدافشان می‌رساند گسترش دهند (شانک و زیمرمن، ۲۰۰۸). یادگیری خودتنظیمی را می‌توان تلاش مستمر برای هدایت افکار، احساسات و اعمال به سوی دستیابی به اهداف فردی و یک میانجی مهم در رابطه میان ویژگی‌های فردی، بافتی و پیشرفت تحصیلی در

^۱ Butler

^۲ Pintrich

نظر گرفت (زیمرن، ۲۰۰۰). یادگیری خودتنظیمی شامل تمامی فرایندهای شناختی و انگیزشی است که طی آن فرد برای فعالیتهای یادگیری‌اش هدف‌گزینی و برنامه‌ریزی کرده و متناسب با شرایط راهبردهای مدیریتی، نظارتی و ارزشیابی را اعمال می‌کند و در صورت نیاز از منابع دیگر مثل افراد یا امکانات بهره گرفته تا برنامه‌هایش را به نحوی پیش ببرد.

از سوی دیگر اجتماعی شدن فرایندی است که در آن هنجارها، مهارت‌ها، انگیزه‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای فرد شکل می‌گیرد تا ایفای نقش کنونی یا آتی او در جامعه مناسب و مطلوب شناخته شود. در این فرایند، اکتساب و به کارگیری مهارت‌های اجتماعی و چگونگی برقراری ارتباط و تعامل با دیگران یکی از مؤلفه‌های اصلی رشد اجتماعی به خصوص در بین کودکان و نوجوانان محسوب می‌شود. بنا به تعریف، مهارت‌های اجتماعی به رفتارهای آموخته شده و مقبول جامعه اطلاق می‌شود، رفتارهایی که شخص می‌تواند با دیگران به نحوی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ‌های مثبت و پرهیز از پاسخ‌های منفی بینجامد (کارتلیج^۱ و میلبرن، ۱۳۸۹). در این راستا رفتار اجتماعی بر تمامی جنبه‌های زندگی کودکان و نوجوانان سایه می‌افکند و بر سلامت روانی، سازگاری و شادکامی بعدی آن‌ها تأثیر می‌گذارد. توانایی فرد از نظر کنار آمدن با دیگران و انجام رفتارهای اجتماعی مطلوب، میزان محبوبیت او را میان همسالان و نزد معلمان، والدین و

^۱ Milburn & Cartledge

دیگر بر کسالت مشخص می‌کند. میزان توانایی فرد در مهارت‌های اجتماعی به طور مستقیم نشان به رشد اجتماعی فرد و کمیت و کیفیت رفتارهای اجتماعی مطلوبی است که از خود نشان می‌دهد. اهمیت مهارت‌های اجتماعی به عنوان مهم‌ترین عامل اجتماعی شدن و سازگاری اجتماعی را هیچ‌گاه نمی‌توان از نظر دور داشت و بی‌شک توجه به هوش اجتماعی، رشد اجتماعی و تربیت اجتماعی در کنار دیگر ابعاد رشد و حیطه‌های تعلیم و تربیت، از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. در چشم‌انداز کنونی، در حوزه آموزش مهارت‌های اجتماعی، رویدادهای فراوانی رخ داده، پژوهش‌های بی‌شماری صورت گرفته، روش‌های آموزشی و درمانی جدیدی مطرح گردیده و افق‌های روشن‌تری آشکار شده است. تمامی این حرکت‌ها و شناخت‌های روزافزون به انسان کمک می‌کند تا به کمیت و کیفیت زندگی اجتماعی خود و دیگران غنای بیشتری ببخشد و به خصوص، به کودکان با نیازهای ویژه و سازگاری اجتماعی آنان نگاه انسان دوستانه‌تر و پویاتر باشد (کارتلیج و میلبرن، ۱۳۸۹). مهارت‌های اجتماعی بر جنبه‌های رفتاری از قبیل توانایی وارد شدن در موقعیت‌های اجتماعی جدید و سازگاری اجتماعی تأکید می‌کند و مهارت‌های ارتباطی بنیادی نظیر گوش دادن فعال، عمل کردن جسورانه و همچنین برقراری، نگهداری و شکست رابطه را شامل می‌شود (سیلورا، مارتینسن و داهل، ۲۰۰۱).

پیشرفت تحصیلی همواره برای معلمان، دانش آموزان، والدین، نظریه‌پردازان و محققان تربیتی حائز اهمیت بوده است. برای مثال پیشرفت تحصیلی یادگیرندگان یکی از مهم‌ترین

ملاک‌های ارزیابی عملکرد معلمان محسوب می‌شود. برای دانش‌آموزان و دانشجویان نیز معدل تحصیلی معرف توانایی علمی آنان برای ورود به دنیای کار، اشتغال و مقاطع تحصیلی بالاتر است. شاید به دلیل این اهمیت است که نظریه‌پردازان تربیتی بسیاری از پژوهش‌های خود را بر شناخت عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی متمرکز کرده‌اند؛ بنابراین بررسی متغیرهایی که با پیشرفت تحصیلی در دروس مختلف مرتبط است یکی از موضوعات اساسی پژوهش در نظام آموزش و پرورش است (فراهانی، ۲۰۰۴).

تعامل‌های اجتماعی کارا، به وضوح برای سازش هیجانی و رفتاری و عملکرد موفق در خانه، مدرسه، محل کار و اجتماع ضروری می‌باشند. رفتار میان فردی ماهرانه، به طور طبیعی دارای عواقب پاداش‌دهنده از قبیل شروع و عمق بخشیدن به دوستی‌ها، کاهش منابع تنش‌زای زندگی، کسب نیازهای زناشویی و به دست آوردن خودبستگی می‌باشند (ده بزرگی، ۱۳۷۲). همچنین رابطه‌ی مثبتی میان مهارت‌های اجتماعی و رشد اجتماعی وجود دارد (ابراهیمی قوام، ۱۳۸۳). اهمیت رفتارهای اجتماعی به وسیله‌ی نقش مهمی که در شناسایی آسیب‌شناسی روانی نوجوانان دارند، تأیید شده است. برای مثال در اکثر طبقه‌بندی‌های تشخیصی که برای کودکان و نوجوانان به کار برده می‌شود، نقصان در عملکردهای اجتماعی را به عنوان شاخصی از اختلال در نظر می‌گیرد (هانس و همکاران، ۲۰۰۸). کمبود مهارت‌های اجتماعی اغلب در میان نوجوانانی که مشکلات رفتاری بیرونی و چارچوب از هم گسیخته دارند، وجود دارد. همچنین کمبود مهارت‌های اجتماعی با

تعدادی از بیماری‌های روانی نظیر افسردگی و یا اضطراب و مشکلاتی چون پرخاشگری، سوءاستفاده از مواد، بزه‌های جنسی، مشکلات تحصیلی و حرفه‌ای، تنهایی، حاملگی ناخواسته و بیماری‌های مقاربتی همراه شده است (هانسن و همکاران، ۲۰۰۸). رفتار میان فردی نابسند، ممکن است ناشی از عواملی چون: نارسایی مواجهه با الگوهای که از مهارت‌های اجتماعی کافی برخوردارند، موقعیت‌های ناکافی برای تمرین، یادگیری رفتارهای میان فردی نابسند و یا سازش نایافته و تنزل مهارت‌های رفتاری خاص در اثر عدم استفاده باشد (عنصری کاخکی، ۱۳۸۳).

از سوی دیگر یکی از عوامل مهم که ممکن است در پیشرفت تحصیلی اثرگذار باشد خودتنظیمی است (پاشا شریفی و همکاران، ۱۳۹۲). در واقع می‌توان گفت که بهترین پیش بینی‌کننده‌ی عملکرد تحصیلی، خودتنظیمی در یادگیری است. نظریه خودتنظیمی یادگیری به این نکته توجه می‌کند که چگونه دانش-آموزان شخصاً فرایند فعال یادگیری خویش را فعال تغییر و یا حفظ می‌کنند؛ بنابراین خودتنظیمی یادگیری برای تبیین تلاش‌های دانش‌آموزان در اداره‌ی مستقل و نیز بهینه‌سازی تجارب یادگیری خود آن‌ها در کلاس به کار می‌رود. با توجه به مطالب ذکر شده، شناخت متغیرهای مؤثر بر پیشرفت تحصیلی در پایان به پیش‌بینی بهتر این متغیرها در مدرسه می‌انجامد. شناسایی متغیرهای تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی، از یک‌سو پیشگیری از پیامدهای شکست در مدرسه و

پدیده آوری محیطی خوشایند برای یادگیری را افزایش می دهد و از سوی دیگر می تواند در دست یابی به روش های مناسب و یادگیری کمک کند.

به طور کلی با بررسی رابطه متغیرهای راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و مهارت های اجتماعی با پیشرفت تحصیلی، کتاب حاضر می تواند در تولید علم و فراهم آوردن بینش های جدید در مورد متغیرهای مؤثر بر پیشرفت تحصیلی سهمی داشته باشد. از سویی زمینه ی اصلاح و بهبود وضعیت آموزشی فراگیران با توجه به متغیرهای عاطفی، انگیزشی و شناختی بینش لازم را فراهم ساخته و دیدگاه و آگاهی مورد نیاز را هم برای دانش آموختگان و هم برای دبیرکاران حوزه تعلیم و تربیت ایجاد می نماید.

تعریف مفهومی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

خودتنظیمی به تلاش منظم برای انتقال ایده ها، احساسات و واکنش ها برای دست یابی به اهداف باز می گردد (زیمرن، ۲۰۰۰). پینتریچ (۲۰۰۴) خودتنظیمی را یک فرایند فعال و سازمان یافته می داند که یادگیرندگان از طریق آن اهداف یادگیری خود را تنظیم کرده و تلاش می کنند بر شناخت و انگیزش و رفتار خود نظارت کنند و از این رو موقعیت بالایی در مطالعات آموزشی و روان شناسانه دارد.