

خودناتوان سازی تحصیلی

تألیف:

فضیله حزبی

سهیلا امیر خنافره

ویراستار علمی:

دکتر مجید نهمی‌نوی

«استاد دانشگاه فرهنگیان»



انتشارات راز نهان

۱۴۰۰

سرشناسه	:	حزینی، فضیله، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	:	خودناتوان سازی تحصیلی/تالیف فضیله حزینی، سهیلا امیرخنافره؛ ویراستار علمی مجید نعیمای.
مشخصات نشر	:	تهران: نشر راز نهان، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	:	۸۴ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۷۸-۴۶۱-۴
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	موفقیت تحصیلی -- جنبه های روان شناسی
موضوع	:	Academic achievement -- Psychological aspects
موضوع	:	خود ناپاوری
موضوع	:	Self-doubt
موضوع	:	شاگردان -- بهداشت روانی
شناسه افزوده	:	امیرخنافره، سهیلا، ۱۳۵۸-
شناسه افزوده	:	نعیمای، مجید، ۱۳۶۶-، ویراستار
رده بندی کنگره	:	LB ۱۰۶۰
رده بندی دیویی	:	۳۷۰/۱۵۲۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۸۶۳۶۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیا

خود ناتوان سازی تحصیلی

مؤلف: فضیله حزینی، سهیلا امیر خنافره

ویراستار علمی: دکتر مجید نعیمای

ناشر: انتشارات راز نهان

چاپ: اول، تابستان ۱۴۰۰ / ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری / تعداد صفحه: ۸۴

قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۸-۴۶۱-۴

طراح جلد: صالح مقدم

صفحه آرائی: هیام البوعلی

حق چاپ برای مؤلفان محفوظ است

آدرس: میدان انقلاب، اول جمال زاده جنوبی، کوچه دانشور، پلاک ۱۲، واحد ۲

شماره تماس: ۰۲۱۶۶۹۰۱۸۴۱ - ۰۹۱۲۲۲۳۰۲۶۹

آدرس الکترونیکی: raznahanbook@gmail.com

آدرس سایت: www.raznahanbook.com



مقدمه

در چند دهه اخیر مفهوم خودناتوان سازی تحصیلی به عنوان یک آسیب روان شناختی شایع و بزرگترین مانع در مقابله با احساس خودکارآمدی در میان فراگیران نظام های آموزشی، توجه محققان روان شناسی تعلیم و تربیت را به خود جلب کرده است. استفاده از راهبردهای خود ناتوان سازی برای توجیه شکست تحصیلی احتمالی آینده در میان فراگیران رایج شده است و نتایج پژوهش ها در داخل و خارج از کشور بیانگر تأثیر منفی استفاده از این استراتژی ها بر فرایندهای مهم آموزشی و عملکرد تحصیلی است. به عقیده برگلاس و جونز خودناتوان سازی شامل هر عمل یا زمینه ای است که به فرد امکان می دهد تا شکست را به عوامل بیرونی، به عنوان یک بهانه و موفقیت را به عوامل درونی به منظور کسب افتخار نسبت دهد. همچنین گفته شده خودناتوان سازی نوعی اسناد علی توأم با رفتارها یا مکانیزم های دفاعی است و در واقع شامل هر نوع کنش یا انتخابی است که امکان اسناد شکست به بیرون و اسناد موفقیت به درون را برای فرد فراهم می آورد. خودناتوان سازی را نباید با اسناد اشتباه گرفت. تبیین علت علی عملکرد به دنبال موفقیت و شکست، اسناد است؛

در حالی که فراهم آوردن بهانه ای برای توجیه عملکرد ضعیف احتمالی در آینده یک راهبرد خودناتوان سازی است. براساس راهبردهای خودناتوان سازی، فراگیران خودناتوان ساز، مجموعه ای از راهبردها را به کار می گیرند تا به آنها به عنوان قربانیان شرایط و نه قربانیان ناتوانی نگریسته شود. این گونه راهبردها از آن جهت راهبردهای خودناتوان ساز قلمداد می شوند که استفاده از آنها باعث تضعیف عملکرد افراد می شود. برخی محققان عقیده دارند که خودناتوان سازی در کوتاه مدت موجب افزایش حرمت خود می شود، اما خودناتوان سازی های مکرر در بلندمدت کاهش سطح حرمت خود را در پی خواهد داشت. بنابراین خودناتوان سازی ممکن است در هر موقعیتی که توانایی فرد مورد تهدید قرار می گیرد، اتفاق بیفتد. مدارس و کلاس های درس زمینه مناسبی را برای استفاده از رفتار خودناتوان سازی فراهم می آورند. در چنین محیط های تحصیلی، دانش آموزان و دانشجویان همواره با موقعیت هایی مواجه اند که توانایی و هوش آنها را در معرض قضاوت دیگران قرار می دهد. نتایج تحقیقات نشان داده اند که خودناتوان سازی تحصیلی راهبردی پیشگیرانه و خود نظم دهنده است که برای مقابله با عملکرد ضعیف محتمل در تکالیف درسی استفاده می شود. همچنین بین خودناتوان سازی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان رابطه منفی بالایی مشاهده شده است.

فهرست مطالب

۱	فصل اول: مفهوم خودناتوان سازی تحصیلی
۲	تعریف خودناتوان سازی.....
۱۳	تعریف خودناتوان سازی تحصیلی.....
۱۴	زیربنای انگیزشی خودناتوان سازی.....
۱۵	تعریف مفهومی شک.....
۱۷	اساس عمومی - خصوصی خودناتوان سازی.....
۱۹	نقشهای خودحمایتی خودارتقای.....
۲۱	خودناتوان سازی و عملکرد تحصیلی.....
۲۲	خودناتوان سازی و تقلب.....
۲۲	پیامدهای عاطفی خودناتوان سازی.....
۲۵	فصل دوم: نظریه های خودناتوان سازی تحصیلی
۲۶	نظریه های مربوط به خودناتوان سازی.....
۲۶	نظریه آدلر.....
۲۸	نظریه موری.....
۲۹	نظریه اسناد.....
۳۴	نظریه خودارزشی.....
۳۹	چطور خود ناتوان سازی را کنترل کنیم؟.....
۴۱	عوامل موثر بر خودناتوان سازی تحصیلی.....

فصل سوم: تحولان خودناتوان سازی

۴۵

۴۶..... خود ناتوانی سازی برای عزت نفس خود یا عزت اجتماعی

۴۷..... ویژگی های افراد دارای خودناتوان سازی

۴۸..... عواملی که باعث خود ناتوانی می شود

۴۹..... عواملی که خود ناتوانی را مهار می کنند

۵۱..... استقلال خود ناتوان سازی و عزت نفس

۵۲..... رابطه خود ناتوان سازی با عزت نفس

۵۳..... حالت رفتاری در مقابل خود گزارش دهی خودناتوان سازی

۵۵..... خصوصیات بارز افرادی که فاقد عزت نفس هستند

۵۶..... عزت نفس و پاسخ های عاطفی

۵۷..... خود ناتوان سازی مبتنی بر تمایل

۶۱

منابع و مآخذ