



عنوان: بررسی اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی بر
سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر دوره دوم
متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۳ تبریز

تألیف: طیه معرفت

سرشناسه	معرفت، طیه، ۱۳۴۵-
عنوان و نام پدیدآور	بررسی اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۳ تبریز/تألیف طیه معرفت.
مشخصات نشر	تبریز: انتشارات آلتین، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری / شابک	۱۱۰ ص. ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۶۶-۸۰۳۸-۷۰۶۶
وضعیت فهرست نویسی	فیا:
یادداشت	کتابنامه: ص. ۹۳-۱۰۳.
موضوع	خودکارایی -- ایران -- نمونه پژوهی. Self-efficacy -- Iran -- Case studies
	سازگاری در نوجوانان -- ایران -- نمونه پژوهی. Adjustment (Psychology) in adolescence -- Iran -- Case studies
	خودراهبری برای نوجوانان -- ایران -- نمونه پژوهی. Self-management (Psychology) for teenagers -- Iran -- Case studies
	مهارت‌های اجتماعی -- ایران -- نمونه پژوهی. Social skills -- Iran -- Case studies
	شاگردان دبیرستان (دوره دوم) -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی. High school seniors -- Iran -- Mental health -- Case studies
رده بندی کنگره	BF۴۳۷:
رده بندی دیویی	۱۵۵/۳:
شماره کتابشناسی ملی	۸۷۰۰۶۳۵:
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیا:

عنوان: بررسی اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۳ تبریز

حرکت کپی برداری یا نقل
مطابق و نیز نمونه سازی
بر اساس الگوی ارائه شده
در کتاب بدون اجازه
کتبی ناشر و مولف پیکرد
قانونی ندارد.

- تألیف: طیه معرفت
- ناشر / محل نشر: انتشارات آلتین / تبریز
- چاپ / قطع / سال: اول / وزیری / ۱۴۰۰
- ویراستار: مؤلف
- تعداد صفحه: ۱۱۰ صفحه
- چاپ و صحافی: الدوز
- شمارگان: ۱۰۰۰
- قیمت: ۵۰/۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۶۶-۳۸-۸

web: www.Altin-E.ir email: yosefr40@yahoo.com

مرکز پخش: تبریز خیابان امام خمینی (ره) بازار بزرگ تربیت زیرزمین پلاک ۳۱

تلفن: ۰۹۹۴۵۱۸۰۸۰۴ - ۰۴۱۳۵۵۳۱۹۶۷ - ۰۹۳۸۱۴۳۱۱۸۵ - ۰۹۱۴۴۱۲۷۴۹۹

بر موجب مصوب ۱۱/۱۰/۱۳۴۸ هجری ۵ حمایت از مؤلفان کلامی حقوق و مسئولیت این کتاب برای مولف محفوظ می‌باشد.

چکیده

هدف پژوهش بررسی میزان اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۳ تبریز بود. طرح پژوهش نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه مدارس ناحیه ۳ شهر تبریز بود که تعداد آن‌ها ۲۹۸۷ نفر بودند که از این جامعه، تعداد ۶۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شده و به صورت تصادفی در سه گروه (دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل) جایگزین شدند. به نحوی که برای گروه آزمایش اول مهارت‌های ارتباطی و گروه آزمایش دوم خودتنظیمی آموزش داده شد و گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکرد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه خودکارآمدی شرر و مادوکس و سازگاری تحصیلی سینگ و سینها استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از آزمون تحلیل کواریانس و آزمون تعقیبی LSD استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان تأثیر دارد ($P=0/01$). همچنین نتایج آزمون تعقیبی نشان داد که مهارت خودتنظیمی بیشتر از مهارت ارتباطی، سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی را در دانش‌آموزان افزایش می‌دهد ($P=0/01$).

کلیدواژه‌ها: سازگاری تحصیلی، خودکارآمدی، مهارت‌های ارتباطی، خودتنظیمی.

فهرست مطالب

فهرست

شماره صفحه

۱	مقدمه
۹	تعاریف مفهومی و عملیاتی
۱۱	خودکارآمدی
۱۳	حیطه های خودکارآمدی
۱۳	ابعاد خودکارآمدی
۱۴	انتخاب اهداف
۱۵	کسب نتایج با پیامدهای مورد انتظار
۱۶	میزان تلاش
۱۶	استرس و فشار روانی
۱۷	مراحل رشد خودکارآمدی
۱۷	کودکی
۱۷	نوجوانی
۱۷	بزرگسالی
۱۸	پیری
۱۸	عوامل مؤثر در گسترش خودکارآمدی
۱۹	سازگاری
۲۰	انواع سازگاری
۲۱	خصوصیات انسان سازگار
۲۳	سازگاری تحصیلی
۲۴	مدلهای موجود بر سطح سازگاری تحصیلی
۲۵	خودتنظیمی چیست؟
۲۸	خصوصیات و ویژگی های یادگیرندگان خودتنظیم
۲۸	راهبردهای یادگیری خودتنظیمی
۳۰	خودتنظیمی و یادگیری
۳۲	الگوهای یادگیری خودتنظیمی
۳۲	الگوی پنتریچ

الگوی زیرمن	۱
الگوی بندورا	۲
الگوی بوکانرتر	۳
الگوی چالاوات و دیبیکز	۴
اهمیت روابط انسانی	۵
تعریف ارتباطات	۶
فرایند ارتباطات	۷
ارتباطات اثر بخش	۸
هماهنگی میان گفتار و عمل	۹
موقعیت سنجی	۱۰
عوامل فیزیکی و ظاهری	۱۱
مؤلفه های مهارتهای ارتباطی	۱۲
مهارت شنود مؤثر:	۱۳
مهارت کلامی:	۱۴
مهارت بازخورد:	۱۵
تحقیقات انجام یافته	۱۶
نمونه و روش نمونه گیری	۱۷
مقیاس سازگاری تحصیلی	۱۸
مقیاس خودکارآمدی	۱۹
برنامه آموزش مهارتهای ارتباطی	۲۰
برنامه آموزش راهبردی خود تنظیمی	۲۱
یافته های استنباطی	۲۲
آزمون معنی دار کلموگروف	۲۳
آزمون لوین	۲۴
نتایج تحلیل کواریانس	۲۵
نتیجه گیری	۲۶
فرضیه اول تا ششم	۲۷
پیشنهاد های کاربردی	۲۸
منابع	۲۹

مسئله موفقیت یا عدم موفقیت در امر تحصیل از مهم‌ترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی است. موفقیت و 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 دانشجویان آن در دوره‌های مختلف دارای بیشترین و بالاترین رقم باشد. از جمله مهم‌ترین نگرانی‌های استادان، مسئولان آموزش دانشگاه و خانواده‌های دانش‌آموزان، پیشرفت تحصیلی و جلوگیری از افت تحصیلی دانش‌آموزان است. نقطه مقابل پیشرفت تحصیلی، افت تحصیلی است که بر اساس مطالعات متعدد تأثیر بسزایی در سرنوشت فرد داشته و همچنین هزینه گزافی به خانواده و جامعه تحمیل می‌کند. در ایران، این امر از مهم‌ترین مشکلات کنونی نظام آموزشی است که هر ساله ده‌ها میلیارد ریال از بودجه کشور را هدر می‌دهد و نیروهای بالقوه و سرمایه‌های جامعه که همان نیروی انسانی است، بی‌ثمر می‌ماند (کول و همکاران، ۲۰۱۱).

مفهوم خودکارآمدی^۲ و سازگاری تحصیلی^۳ دو زمینه‌های بسیاری از جمله در مسائل آموزشی و تحصیلی به کار گرفته شده و پژوهش‌های زیادی در مورد آن صورت گرفته است. باورهای خودکارآمدی بر روی رفتار، افکار و انگیزه فراگیران در حین کار بر روی تکالیف تأثیر دارد. فراگیرانی که اطمینان ندارند که در تکمیل یک تکلیف شایستگی دارند و آن‌هایی که اعتقاد ندارند تمرین و تلاش به موفقیت منتهی خواهد شد، اغلب مضطرب شده و احساس عدم شایستگی

می‌کنند. برعکس فراگیرانی که به شایستگی‌های خود باور دارند و از سازگاری تحصیلی بالایی برخوردارند، می‌توانند بر روی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی تمرکز داشته باشند (اسلاوین^۴، ۲۰۰۹). همچنین دانش‌آموزان در طول تاریخ همواره در معرض استرس بوده و با پیچیده‌تر شدن

۱. Cole, Logan & Walker

۲. self-efficacy

۳. academic adjustment

۴. Slavin

ابعاد مختلف زندگی، بر ابعاد استرس آن‌ها نیز افزوده شده است، به طوری که امروز کمتر کسی را می‌توان یافت که متحمل انواع استرس‌های روزمره نشود. با این حال لازم است که دانش‌آموزان در زمان تحصیل با فرایند آموزشی سازگار شده و از سازگاری تحصیلی بالایی برخوردار باشند.

بنابراین با توجه به اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی که مبتنی بر نظریه یادگیری شناختی اجتماعی است، به طور مستقیم به فعال شدن کارکردهای اجرایی منتهی شده و با فعال شدن این کارکردها نظام بازداری رفتاری به کار می‌افتد. این تجربه موجب تمایل فرد به درگیر شدن با فعالیت‌های تحصیلی می‌گردد. از طرفی پیشرفت در فعالیت‌های تحصیلی موجب به کار افتادن فرایندهای خودتنظیمی یادگیری می‌شود و در نتیجه یکی دیگر از منابع اطلاعاتی خودکارآمدی و سازگاری تحصیلی فعال می‌شود، از این رو است که کاربندی آموزه‌های مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی موجب بهبود سازگاری تحصیلی و باورهای خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان می‌گردد.

تعلیم و تربیت شیوه درست اندیشیدن و چگونه زیستن و چگونه امتناع ورزیدن را می‌آموزد و من درونی انسان را رشد می‌دهد. یکی از عوامل اساسی و قابل توجه در تهیه برنامه‌های تربیتی، تعیین و مشخص کردن هدف‌هایی است که فعالیت‌های آموزش و پرورش به منظور دستیابی به آن‌ها انتخاب و ترتیب داده می‌شود. در این میان حساسیت تعلیم و تربیت از یک سو و پیچیدگی جهان امروز از سوی دیگر، تمرکز توجه مدیران و معلمان را به پرورش دانش‌آموزان با انگیزه و راهبردی تغییر داده است (پاریس و وینوگراد^۱، ۲۰۰۱). به طوری که یکی از متغیرهای مؤثر بر پیشرفت تحصیلی، سازگاری تحصیلی است.

عبداله و همکاران^۲ (۲۰۰۹) سازگاری تحصیلی را رضایت از محیط آموزشی و انجام فعالیت‌هایی می‌دانند که کارکرد مؤثر تحصیلی را افزایش می‌دهد. سازگاری تحصیلی ناظر به توانمندی فراگیران در انطباق با شرایط و الزامات تحصیل و نقش‌هایی است که مدرسه به عنوان یک نهاد

۱. Paris & Winograde

۲. Abdullah, Elias, Mahyuddin & Uli

اجتماعی فراروی آن‌ها قرار می‌دهد (پیتوس^۱، ۲۰۰۶). روسر، اکلِس و سامروف^۲ (۱۹۹۸) معتقدند دانش‌آموزانی که در امر سازگاری تحصیلی با اشکال روبرو می‌شوند، به احتمال در سایر ابعاد زندگی نیز دچار مشکل خواهند شد. سازگاری تحصیلی با ورود نوجوان به دوره متوسطه اهمیت بیشتری پیدا می‌کند.

هر چند عوامل متنوعی در مدیریت سازگاری تحصیلی شکل گرفته است، لکن امروزه بر نقش مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی تأکید می‌شود که در این میان، آموزش مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی از جایگاه ویژه‌ای برخوردارند. توضیح این که مفهوم خودتنظیمی برای نخستین بار در نظریه شناختی- اجتماعی بندورا (۱۹۹۹) مطرح شد. مبتنی بر این نظریه، موجود انسانی قادر است با تعیین اهداف عملکردی، مسیر رفتار خویش را معین نموده و با انجام فعالیت‌هایی از قبیل خود ارزیابی، خود نظارتی و خود تقویتی به تنظیم و مدیریت رفتار خویش در همه عرصه پردازد (بندورا، ۲۰۰۷). در این راستا بایرد و همکاران^۳ (۲۰۰۹) نشان دادند که دانش‌آموزان دارای خودتنظیمی پایین، سازگاری تحصیلی پایین‌تری را دارند. همچنین کلاسن^۴ (۲۰۱۰) در پژوهش خود نشان داد که سطوح پایین سازگاری تحصیلی با خودتنظیمی یادگیری پایین در دانش‌آموزان مرتبط است. با این حال برخی پژوهشگران (راش^۵، ۲۰۰۷) بیان می‌کنند که راهبردهای خود تنظیمی به سیستم‌های نظارتی مداوم نیاز داشته و لذا در فقدان این سیستم‌ها و منابع انگیزشی فوری، نمی‌توان به نتایج قابل توجه در مدیریت سازگاری تحصیلی دست یافت (به نقل از حسنی و همکاران، ۱۳۸۷).

با این حال در یک دهه اخیر تحقیقات دنیز، هامارتا و اری^۶ (۲۰۰۵) سازگاری تحصیلی را با برخورداری از مهارت‌های ارتباطی مؤثر و موفقیت در تعاملات اجتماعی محتمل‌تر دانسته‌اند (به نقل

۱. Pettus

۲. Roeser & et al.

۳. Baird & et al.

۴. Klassen

۵. Rush

۶. Deniz, Hamarta & Eri

از زارعی، میرهاشمی، (۱۳۹۱). اردلان و حسین چاری (۱۳۸۹) رابطه مثبت بین سازگاری تحصیلی با مهارت‌های ارتباطی را گزارش کرده است. همچنین یانگ و همکاران^۱ (۲۰۰۶) در نتایج مشابهی دریافتند که مهارت‌های ارتباطی پیش‌بینی کننده خوبی برای پیامدهای یادگیری افراد به حساب می‌آید. همچنین یادگیری که در نتیجه این مهارت به دست می‌آید، باعث بهبود سازگاری تحصیلی در دانش‌آموزان می‌شود.

علاوه بر آنچه عنوان شد، نظریه پردازان رویکرد شناختی- اجتماعی بر این تأکید دارند که موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان، علاوه بر توانایی‌های فکری و تلاش‌های عملی آن‌ها به ادراکات آن‌ها از توانایی‌هایشان در انجام امور، بستگی غیر قابل انکار دارد (بندروا، ۲۰۰۷). در این راستا، زیمرمن^۲ (۲۰۰۰) به استاد نظریه بندروا (۲۰۰۷) مفهوم خودکارآمدی تحصیلی را به میان کشیده و عنوان می‌کند که دانش‌آموزان، در فرآیندهای آموزشی، بر اساس تجارب مستقیم خویش، تجارت جانشینی، ترغیب دیگران و حالات فیزیولوژیک دریافتی از خویشتن به شکل دهی باورهایی در مورد خود و امور تحصیلی روی می‌آورند که این باورها نحوه مواجهه آن‌ها با تکالیف درسی، تداوم تحصیل و ارزیابی آن‌ها از خویشتن را در محیط‌های آموزشی تعیین می‌کنند. در این راستا مطالعات متنوع (بندروا، ۱۹۹۹) نشان داده است که ادراکات خودکارآمدی، یکی از مهمترین پیش‌بینی کننده‌های موفقیت‌های تحصیلی به شمار می‌آید. با این حال در سال‌های اخیر بنا به تعبیر نظریه پردازان شناختی- اجتماعی مبنی بر اکتسابی بودن ادراکات خودکارآمدی، برخی از متخصصان و روان‌شناسان تربیتی در راستای تغییر این ادراکات، روش‌های علمی‌تری را در پیش گرفته و بر این باورند که با تدبیر مداخلات آموزشی، می‌توان دستکاری‌های مثبت و موثر در این باورها بوجود آورد. بر همین اساس، پتريچ^۳ (۲۰۰۴) نشان داده که روش‌های خود تنظیمی رفتار قادر است باورهای خودکارآمدی دانش‌آموزان را تقویت نماید. در این راستا، مطالعات هلیکا و لونکا^۴

۱. Yang & et al.

۲. Zimmerman

۳. Pintrich

۴. Heikila & Lonka

(۲۰۰۶) نیز نشان می‌دهد که بین مهارت‌های خودتنظیمی و باورهای خود کارآمدی رابطه مستقیم وجود دارد.

از سویی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که یکی از متغیرهای مؤثر بر افزایش خود کارآمدی، مهارت‌های ارتباطی است. مهارت‌های ارتباطی کارآمد نقش مهمی در موفقیت‌های تحصیلی دانش‌آموزان دارد (پهلوان^۱، ۲۰۰۵). دانش‌آموزانی که مهارت‌های ارتباطی کارآمدی دارند، ارتباطات مثبتی با معلم و همکلاسی‌هایش برقرار می‌کنند و محیط مساعدی برای یادگیری خود خلق می‌کنند (گورامسیک و همکاران^۲، ۲۰۰۸). در پژوهشی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر خود کارآمدی و عملکرد دانش‌آموزان بررسی شد؛ نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی ارزیابی شرکت‌کنندگان را از توانایی خود در انجام تکالیف و خود کارآمدی به طور معنی‌داری بهبود بخشید (مهر و سورملی^۳، ۲۰۱۰). با این حال، در برخی از پژوهش‌ها (نیکلسون^۴، ۲۰۰۵) سودمندی آموزش مهارت‌های ارتباطی در شکل‌گیری خود کارآمدی به چالش کشیده شده است. از این رو و مبتنی بر این پیشینه نظری و پژوهشی، سؤال اساسی این است که آیا آموزش مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی یادگیری‌قادرند سازگاری تحصیلی و باورهای خود کارآمدی دانش‌آموزان را در جهت مثبت تغییر دهند؟ دیگر اینکه آیا این دو روش، اثر متقابل بر سازگاری تحصیلی و باورهای خود کارآمدی دانش‌آموزان دارند؟

با توجه به اینکه همه پیشرفت‌های شگفت‌انگیز دنیای کنونی زاده یادگیری انسان است. محیط و آنچه در آن است پیوسته در معرض تغییر قرار دارد و انسان نیز برای هماهنگ شدن با آن تغییرات و با برای مقابله و مبارزه با آن‌ها، برای درک چگونگی تغییرات و ارائه راه‌حل‌های مناسب، برای سازگاری و برای ادامه زیست، پیوسته در کوشش و تلاش برای یادگیری و افزودن بر دانش و تجارت خویش است. انسان با یادگیری و از طریق آن زندگی می‌کند و توانایی ادامه زیست پیدا

۱. Pehlivan

۲. Gursimsek & et al.

۳. Mehpare & et al.

۴. Nicholson

می‌کند. انسان از طریق یادگیری رشد فکری پیدا می‌کند، فعالیت می‌یابد و در کل به رشد تفکر بشر کمک می‌کند، در واقع همه پیشرفت‌های بشری نتیجه یادگیری انسان است (قرباگی و همکاران، ۱۳۹۰).

در این میان یکی از جالب‌ترین تحولات در زمینه روان‌شناسی در اوایل دهه ۱۹۵۰، افول نظریه‌های یادگیری رفتارگرایی و طلوع رویکردهای شناختی است. یکی از نظریه‌های جبهه شناختی، دیدگاه شناختی- اجتماعی است. دیدگاه شناختی- اجتماعی ریشه در نظریه یادگیری اجتماعی دارد. این دیدگاه در ابتدا به نظریه یادگیری- اجتماعی معروف بود و امروزه به عنوان نظریه شناختی- اجتماعی یا نظریه شناختی- اجتماعی- یادگیری شهرت دارد. این نظریه بر ریشه‌های اجتماعی رفتار و اهمیت فرآیندهای شناختی در تمام ابعاد زندگی انسان یعنی انگیزش، هیجان و عمل تأکید می‌کند. اگرچه نظریه‌پردازان شناختی- اجتماعی از قبیل بندورا (۱۹۹۹) بر اهمیت یادگیری در درک رفتار انسان تأکید دارند ولی آن‌ها از نظریه سنتی یادگیری و تقویت فاصله گرفته و بر اهمیت فرآیندهای شناختی تأکید می‌کنند. بندورا بویژه بر اهمیت ادراک فرد از خودکارآمدی به عنوان میانجی شناختی عمل انسان تأکید دارد. خودکارآمدی به ارزشیابی‌های شخصی افراد از قابلیت‌های عملکرد بر روی تکلیف یا مسائل خاص اشاره می‌کند (بندورا، ۲۰۰۷). خودکارآمدی می‌تواند در زمینه‌های پیشرفت بر روی رفتار اثر بگذارد. حل یک مسئله یا با موفقیت کامل کردن یک تکلیف تجربه هیجانی مثبتی را ایجاد می‌کند که به نوبه خود تمایل به درگیری در تلاش‌های در حد تسلط را برای آینده در فرد ایجاد می‌کند (اومان-چیچ^۱، ۲۰۰۶).

مفهوم خودکارآمدی بندورا در زمینه‌های بسیاری از جمله در مسائل آموزشی و تحصیلی به کار گرفته شده و پژوهش‌های زیادی در مورد آن صورت گرفته است. باورهای خودکارآمدی بر روی رفتار، افکار و انگیزه فراگیران در حین کار بر روی تکالیف تأثیر دارد. فراگیرانی که اطمینان ندارند که در تکمیل یک تکلیف شایستگی دارند و آن‌هایی که اعتقاد ندارند تمرین و تلاش به

^۱. Ao Man- Chih

موفقیت منتهی خواهد شد، اغلب مضطرب شده و احساس عدم شایستگی می کنند. برعکس فراگیرانی که به شایستگی های خود باور دارند می توانند بر روی راهبردهای حل مسأله تمرکز داشته باشند (البیون^۱، ۱۹۸۲). بندورا (۲۰۰۷) ابراز داشته خودکارآمدی زمانی که به تکلیف معینی اختصاص داشته باشد؛ یعنی شامل قضاوت های فرد در مورد توانایی خود در انجام تکالیف معینی باشد، پیش بین بهتر و دقیق تری برای پیشرفت و عملکرد تحصیلی است. از طرف دیگر هر چه اعتماد به باورها قویتر باشد، تعمیم پذیری به فراسوی موقعیت های خاص بیشتر خواهد بود.

از سویی انسان در طول تاریخ همواره باید با محیط خود سازگاری داشته باشد و با پیچیده تر شدن ابعاد مختلف زندگی، بر ابعاد سازگاری نیز افزوده شده است. در واقع سازگاری جریانی است که در آن فرد برای وفق دادن خود با فشارهای درونی و ملزومات بیرونی تلاش می کند (رد-ویکتور^۲، ۲۰۰۳). مفهوم وسیع سازگاری تحصیلی مشتمل بر چیزی غیر از صرف توان بالقوه تحصیلی دانش آموزان تلقی می شود.

با توجه به مباحثی که از نظر گذشته و تحقیقات صورت گرفته در مورد سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی با مهارت های ارتباطی و خودتنظیمی یادگیری، منابع به وجود آورنده خودکارآمدی و اثراتی که این توانایی بر رفتارهای انسان و از آن جمله رفتار در محیط های اجتماعی نظیر مدرسه اعمال می نماید. می توان به اهمیت و ضرورت پژوهش پیرامون تأثیر مهارت های ارتباطی و خودتنظیمی یادگیری بر سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی اشاره کرد. همچنین از آنجایی که پژوهشی اثر مستقیم مهارت ارتباطی و خودتنظیمی را بر روی سازگاری و خودکارآمدی انجام دهد، در ایران صورت نگرفته است؛ لذا جدید بودن موضوع پژوهش نیز بر ضرورت آن تأکید دارد. تعیین اثربخشی مهارت های ارتباطی و خودتنظیمی یادگیری در سازگاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه مدارس ناحیه ۳ تبریز

۱- تعیین میزان اثربخشی مهارت های ارتباطی بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۱. Albion

۲. Reed-victor

۲- تعیین میزان اثربخشی خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۳- تعیین میزان اثربخشی مهارت‌های ارتباطی بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۴- تعیین میزان اثربخشی خودتنظیمی بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۵- تعیین تفاوت اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی در سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۶- تعیین تفاوت اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی در خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه

۱- مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه تأثیر دارد.

۲- خودتنظیمی بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه تأثیر دارد.

۳- مهارت‌های ارتباطی بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه تأثیر دارد.

۴- خودتنظیمی بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه تأثیر دارد.

۵- مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی اثرات متفاوت بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه دارد.

۶- مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی اثرات متفاوت بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره دوم متوسطه دارد.

متغیرهای مستقل: مهارت‌های ارتباطی، مهارت خودتنظیمی

متغیر وابسته: سازگاری تحصیلی، خودکارآمدی

متغیر کنترل: دانش آموزان دوره دوم متوسطه آموزش و پرورش ناحیه ۳ تبریز