

بررسی تاثیر مشاوره گروهی با رویکرد منطقی - عاطفی بر منبع کنترل و پیشرفت تحصیلی دانشجویان

رضا کرمی نیا (PhD) °، سید حسین سلیمی (PhD) °°، ماندانا امیری (MSc) °°°، سید محمود میرزمانی (PhD) °°°°،
اباذر چراغی (MSc) °°°°

* - استایار گروه روان‌شناسی دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله،

** - دانشیار گروه روان‌شناسی، مرکز تحقیقات آمادگی جسمانی و طب ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله،

*** - محقق مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله

**** - دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله،

***** - کارشناس ارشد روان‌شناسی

چکیده

● **زمینه و هدف:** تاثیر مثبت مشاور گروهی برای افزایش انگیزش دانشجویان مورد تأیید قرار گرفته است. پژوهش حاضر به منظور بررسی اثر مشاور گروهی مبتنی بر رویکرد منطقی - عاطفی الیس، بر منبع کنترل و پیشرفت تحصیلی دانشجویان انجام شد.

● **مواد و روش‌ها:** ۶۰ دانشجو با سابقه افت تحصیلی انتخاب و بطور تصادفی در دو گروه تجربی و گواه قرار گرفتند و با مقیاس منبع کنترل راتر بررسی شدند. در گروه آزمایش جلسه دو ساعته مشاور گروهی منطقی عاطفی اجرا شد در حالی که گروه گواه از این سرویس محروم ماند. یافته‌های مطالعه با آزمون T مقایسه شدند. ● **یافته‌ها:** معدل های تحصیلی گروه آزمایش پس از مداخله بالاتر از گروه معدل گواه بود ($P < 0/01$). همچنین میانگین نمرات کنترل بیرونی گروه آزمایش کمتر از میانگین کنترل بیرونی گروه گواه بود ($P < 0/01$).

● **نتیجه گیری:** مشاوره عقلانی - عاطفی کمک می کند تا افراد دارای کنترل درونی به افکار منطقی تمایل پیدا کرده و از ضریق آشنایی با توانمندیهای خود به پیشرفت تحصیلی خود کمک کنند.

● **واژه های کلیدی:** کنترل بیرونی و درونی، مشاور گروهی، پیشرفت تحصیلی

وصول مقاله: ۸۴/۸/۲۵ اصلاح نهایی: ۸۴/۱۰/۱۰ پذیرش مقاله: ۸۴/۱۱/۱۰

نویسنده مسئول: تهران، میدان نوبنیاد، صندوق پستی: ۶۵۵۸-۱۹۳۹۵، دکتر رضا کرمی نیا

تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۱۷۱۹۵

Email: salimish617@yahoo.co.uk

● مقدمه

تحصیلی در نظام دانشگاهی مشروط شدن دانشجویان است (۱). از دیدگاه محققان افت تحصیلی عوامل متعددی دارد که از جمله آنها می‌توان به مشکلات عاطفی - روانی اشاره کرد. دانشجویانی که در دوران تحصیلی خود دچار مشکلات تحصیلی می‌شوند در معرض آسیبهای

شکست تحصیلی یکی از مشکلات مهم تحصیلی دانشجویان و پیشرفت آنها می‌باشد. مقصود از شکست تحصیلی، ناموفق بودن فراگیران در دستیابی به حداقل معیارهای تعیین شده توسط نظام آموزشی دانشگاه می‌باشد. نمود عینی شکست

شخصیتی و روانی از قبیل از دست دادن اعتماد به نفس، منفی شدن خودپنداره تحصیلی، اعتقاد پیدا کردن به عوامل بیرونی از جمله شانس و قرار خواهد گرفت (۲، ۳). از طرف دیگر با بررسی‌های بعمل آمده این افت بدلائل دیگری از جمله نحوه مطالعه ناکارآمد، فقدان سازوکارهای مناسب در محیط جدید تحصیلی و بطور کلی مشکل شناختی دانشجویان رخ می‌دهد (۴).

برای دانشجویان مشکل تحصیلی در دانشگاهها از اهمیت ویژه‌ای در زمینه‌های اجتماعی و فردی نیز برخوردار است. زیرا این موضوع با مشکل کسب هویت، بلوغ اجتماعی و روانی در جوانان تقارن دارد (۵، ۶، ۷، ۸). بر این اساس لازم است مسئله افت تحصیلی از زوایای مختلفی بررسی گردد. افت تحصیلی به دلایل بحرانی بودن سن دانشجوی، ناآشنایی به نحوه سازگاری در محیط دانشگاه، ایده‌آل‌گرایی، ناآشنایی به مقررات و قوانین آموزشی، فقدان ارتباط گرم و صمیمی با دیگران و بالاخره نیازهای عاطفی و روانی دانشجویان ممکن است اتفاق بیافتد (۹).

تحقیقات نشان می‌دهد مشاوره گروهی می‌تواند برای دانشجویان سالهای اول که تازه به محیط دانشگاه وارد می‌شوند مفید باشد و از افت تحصیلی آنها جلوگیری نماید و در سازش آنها با محیط جدید کمک موثری باشد (۱۰). همچنین موسوی (۱۱) و کریمی (۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که دانشجویان در سالهای اولیه بیشتر به کمک و مشاوره احتیاج دارند. توسعه مراکز مشاوره از بروز بیماری‌های روانی که گاه حتی گریبانگیر باهوشترین دانشجویان نیز می‌شود جلوگیری می‌کند.

انگیزه تحصیلی در دو مقوله انگیزه درونی (تحصیل به خاطر خود تحصیل، خدمت به انسانها، رشد و شکوفایی استعدادهای درونی و در نهایت تعالی آنها) و انگیزه بیرونی (تحصیل به دلیل

درخواست و فشار والدین، کسب وجهه اجتماعی) قابل بررسی است. افرادی که از انگیزه درونی کافی برای ادامه تحصیل برخوردار نباشند و انگیزه‌های تحصیلی آنها را انگیزه‌های بیرونی تشکیل دهد معمولاً با شکست و احساس ناکامی بیشتری مواجه خواهند شد و تحصیل آنها با صرف انرژی روانی زیادی توأم خواهد بود. همچنین این افراد دچار فشار روانی یا تنیدگی و مشکلات جسمانی و روانی بیشتری خواهند شد اما کسانی که انگیزه درونی برای تحصیل کسب می‌کنند علاوه بر خستگی‌ناپذیری در مطالعه و تحصیل، با مشکلات و ناکامیها و شکست‌ها بصورت منطقی برخورد می‌کنند و کمتر در مسیر تحصیل دچار مشکلات تحصیلی خواهند بود (۸، ۱۲). پژوهش‌ها تاکید دارند که دانشجویان دارای کنترل بیرونی در مقایسه با گروه دانشجویان دارای کنترل درونی دارای باورهای انگیزشی کمتری هستند و در نتیجه راهبردهای کمتری را به کار می‌گیرند. افراد دارای کنترل درونی، فعالیت و تلاش خود را به حوادث بیرونی وابسته نمی‌دانند و لذا افرادی فعال خواهند بود (۱۳، ۱۴). به علاوه، برای این عده نتیجه عمل یا موفقیت و شکست حکم زندگی و مرگ ندارد. در مقابل افراد دارای کنترل بیرونی انفعالی عمل خواهند کرد و فاقد تصمیم‌گیری قاطع هستند. این ویژگی‌ها در موضوعات مربوط به یادگیری نیز صدق می‌کند (۱۵، ۱۶، ۱۷). تحقیقات بسیاری به تاثیر خودپنداره تحصیلی بر موفقیت تحصیلی اشاره دارند (۱۸، ۱۹، ۲۰). تحقیقات انجام شده در زمینه ارتباط بین مشاوره گروهی و تاثیر آن روی افت تحصیلی و منبع کنترل نشان می‌دهد که مشاوره گروهی در کاهش افت تحصیلی دانشجویان سالهای اولیه ورود به دانشگاه تاثیر زیادی دارد و دانشجویان سازش بیشتری با محیط پیدا می‌کنند (۹، ۲۱). روش‌های مشاوره گروهی از طریق دوره‌های کوتاه مدت تاثیر

منطقی، بازخوردهای منطقی و بالاخره انجام تکالیف شناختی ارائه داد (۲۷، ۲۶، ۲۵).

با توجه به اینکه تحقیقات داخلی تنها بر کنترل منبع درونی تمرکز داشته در این پژوهش تلاش شده است تا روش منطقی - عاطفی الیس در مشاوره گروهی با تاکید بر تغییر منبع کنترل درونی به دانشجویان دارای افت تحصیلی کمک کند تا با توجه بر انگیزه درونی افت تحصیلی خود را جبران نموده و به پیشرفت تحصیلی دست یابند.

● مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر یک تحقیق تجربی می‌باشد که به روش آزمایشی پیش‌آزمون - پس‌آزمون انجام گرفته است. جامعه آماری این پژوهش شامل ۱۲۰ دانشجوی دانشگاه زنجان (سال تحصیلی ۱۳۸۲) است که بیش از سه ترم مشروطی (افت تحصیلی) در دانشگاه داشتند. از این تعداد ۶۰ نفر که دارای منبع کنترل بیرونی بودند بطور تصادفی انتخاب گردید. گروه آزمایش و گروه گواه (هر گروه ۳۰ نفر) به صورت تصادفی انتخاب شدند. تحقیق از آبان ماه تا بهمن ماه ۱۳۸۲ به طول انجامید.

ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش شامل ابزار خلاصه وضعیت تحصیلی دانشجویان دارای افت تحصیلی بود که از آموزش کل دانشگاه دریافت گردید. مطابق قوانین وزارت علوم دانشجویانی که سه ترم متوالی میانگین نمرات ترم آنها کمتر از دوازده باشد بعنوان دانشجویان دارای افت تحصیلی شناخته می‌شوند. همچنین پرسشنامه سنجش منبع کنترل راتر بکار گرفته شد. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده می‌باشد که هر ماده آن دارای دو جمله الف و ب می‌باشد. به سوال‌هایی که بیانگر کنترل درونی است نمره یک داده می‌شود و نمره کل فرد با جمع این نمرات بدست می‌آید که نشان دهنده درجه و

معنی‌داری در کاهش منبع کنترل بیرونی و افزایش منبع کنترل درونی دارد (۲۲، ۲۳، ۲۴). تحقیقات نشان داده که اگر افراد بتوانند منبع کنترلی را بوجود آورند که بیشتر درونی باشد تا بیرونی، آنها می‌توانند یاد بگیرند که مسئولیت بیشتری برای بهداشت و سلامتی خودشان تقبل کنند. چنین افرادی بطور فعال در جهت سازگاری مؤثر با استرسورها، شکوفا کردن استعدادهای بالقوه و حفظ تعادل در زندگی‌شان تلاش می‌کنند (۲۷، ۲۶، ۲۵).

تحقیقات جدید نشان دادند که بین انگیزش درونی همبستگی معنادار و قوی با مولفه پیشرفت تحصیل وجود دارد. فراگیران برخوردار از انگیزه درونی و خود نظم یافته از توانایی مناسب حتی برای انجام تکالیف تحصیلی پیچیده تحصیلی و دشوار برخوردارند (۲۸، ۲۹، ۳۰). فراگیرانی که برای ادامه تکالیف و خاتمه دادن به وظایف تحصیلی از انگیزه درونی برخوردار باشند در امر تحصیلی از موفقیت بیشتری کسب می‌کنند (۳۱، ۳۲).

همچنین مشخص شد روش‌های جرات‌آموزی به دانش‌آموزان کم‌جرات دختر دبیرستانی با شیوه مشاوره گروهی رابطه معنادار با نگرش و منبع کنترل افراد دارد (۱۲). افرادی که منبع کنترل درونی دارند مهارت عمل را در پیشرفت ترجیح می‌دهند و ارزش بیشتری را برای آن قرار می‌دهند در حالی که افراد دارای منبع کنترل بیرونی هدفها و فعالیت‌های وابسته به شانس و تصادف را برتری می‌دهند (۲۷). الیس معتقد است در مشاوره گروهی اعضای گروه یاد می‌گیرند که چگونه عقاید غیرمنطقی خود را از عقاید منطقی جدا نمایند و به یکدیگر در اصلاح این افکار کمک کنند و بازخورد مناسب بدهند. همچنین وی شیوه منطقی - عاطفی در گروه را به صورت بحث درباره عقاید غیرمنطقی، خودبیانی سازکارانه، تصویرسازی منطقی - عاطفی، انجام تمرین‌های

نمره یا معدل دانشجویان با استفاده از روش آزمون t برای دو گروه بطور مستقل مورد بررسی قرار گرفت. معدل تحصیلی نیمسال دوم سال ۸۱-۸۲ و نیمسال اول سال ۸۲-۸۳ به ترتیب بعنوان معدل پیش آزمون و پس آزمون انتخاب شدند.

• یافته ها

تعداد دانشجویان شرکت کننده در این پژوهش ۶۰ نفر بود که ۳۰ نفر آنها در گروه آزمایشی و ۳۰ نفر دیگر در گروه گواه قرار داشتند. جدول شماره ۱ معدل تحصیلی دانشجویان دو گروه را نشان می‌دهد. همانطور که ملاحظه می‌گردد تحلیل از طریق آزمون t نشان داد که بین دو گروه در معدل تحصیلی قبل از مداخله متغیر مستقل یعنی مشاوره گروهی در سطح $P < 0/05$ با یکدیگر تفاوت معناداری وجود ندارد (نمودار شماره ۱). در حالی که این تفاوت بین دو گروه در مرحله پس آزمون معنادار است ($P < 0/05$). بدین معنا که معدل گروه آزمایش نسبت به معدل گروه کنترل پس از اجرای مشاوره گروهی در حد معناداری افزایش یافته است (نمودار شماره ۲). جدول شماره یک همچنین میانگین معدل تحصیلی دانشجویان را در گروه آزمایشی در مرحله پیش و پس آزمون نشان می‌دهد. آزمون t نشان داد که میانگین معدل گروه آزمایش قبل از اجرای متغیر مستقل (مشاوره گروهی) و پس از اجرای آن تفاوت معناداری یافته است ($P < 0/05$). این نتیجه اثربخشی مشاوره گروهی را بر نمرات تحصیلی دانشجویان مورد تایید قرار می‌دهد.

جدول (۱): آزمون معدل تحصیلی دو گروه آزمایش و گواه در مراحل پیش و پس آزمون ($n = 30$)

مرحله	گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار	t
پیش آزمون	گواه	۱۰/۴۲	۱/۷۳	۱/۸۰
	آزمایش	۱۰/۷۳	۱/۲۹	
پس آزمون	گواه	۱۰/۶۷	۱/۸۲	۶/۷۴*
	آزمایش	۱۲/۶۶	۱/۸۵	
پیش آزمون	گواه	۱۰/۷۳	۲/۵۶	۶/۲۰*
	آزمایش	۱۲/۷۶	۲/۴۴	

* $P < 0/05$

میزان کنترل درونی فرد است. ضریب روایی این مقیاس در نمونه‌های ایرانی با روش کوردیچاردسون محاسبه گردیده و متوسط آن ۷۰٪ گزارش شده است. ضریب ثبات درونی این مقیاس را در دانشجویان ۶۵٪ و در دانش‌آموزان ۷۳٪ گزارش شده است.

پیش آزمون (پرسشنامه منبع کنترل راتر) برای هر دو گروه اجرا گردید. در مرحله بعد مشاوره گروهی برای گروه آزمایش طی هشت جلسه (هر هفته یک جلسه) با ساختار زیر صورت گرفت. شروع مشاوره گروهی از چهار هفته پس از شروع ترم تحصیلی بود که به مدت ۲ ماه ادامه داشت:

۱- آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، صحبت در زمینه منبع کنترل و اظهار نظر گروه.

۲- مرحله انتقال: شامل تبیین زیربنایی نظریه منطقی-عاطفی، افکار غیر منطقی حاصل از برداشتها و بحث اعضای گروه و تکلیف منزل.

۳- کاوش در افکار آزار دهنده و صحبت درباره نتایج تکلیف و برداشتهای افراد و کاوش در مقاومتها و ترسهای همگانی.

۴- تعیین افکار غیرمنطقی اعضاء و ارتباط آن با منبع کنترل و تکلیف منزل.

۵- بررسی نمونه‌های افکار غیرمنطقی از قبیل ترس از تأیید نشدن توسط دیگران، خودباوری ضعیف، ترس از شکست و ارائه تکلیف منزل.

۶- بررسی سایر افکار غیر منطقی از قبیل فرار از موفقیت، انتظار موفقیت، انتظار شکست و ...

۷- جانشین‌سازی افکار منطقی به جای افکار غیر منطقی، روشهای تلقین به خود و خودباوری.

۸- ارزیابی بازخورد افراد یا اعضاء از کم کردن

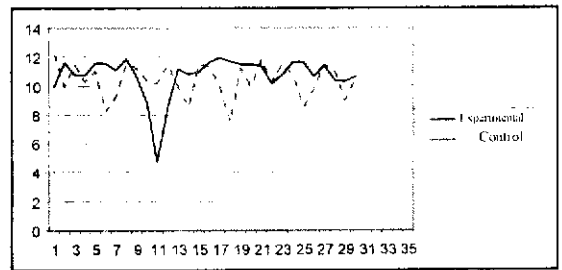
جدال درونی و تشویق در جهت منطقی فکر کردن. پس از اتمام جلسات روی هر دو گروه پس آزمون (پرسشنامه منبع کنترل راتر) اجرا گردید. تفاوت

جدول (۲): آزمون t نمرات منبع کنترل بیرونی دو گروه

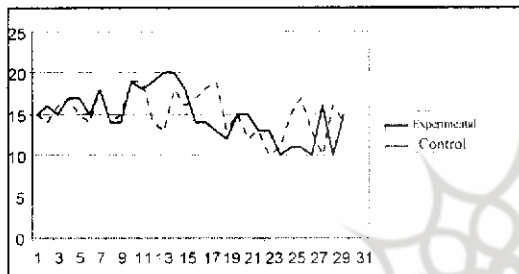
پس از اجرای متغیر مستقل ($n = 30$)

آزمون	گروهها	میانگین	انحراف معیار	t
پس	گواه	۱۴/۸۰	۲/۵۶	۱۵/۳۵*
آزمون	آزمایش	۸/۷۵	۲/۴۴	
پیش	گواه	۱۴/۹۷	۲/۹۴	۱۴/۹۲*
آزمون	آزمایش	۸/۷۵	۲/۴۴	

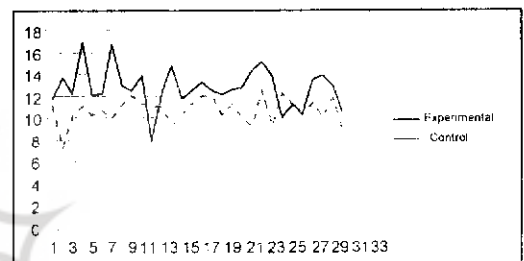
* $P < 0.05$



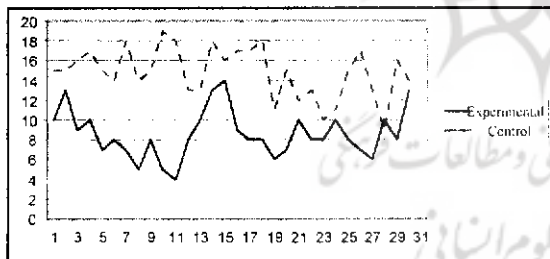
نمودار (۱): وضعیت معدل گروه‌های آزمایش و گواه قبل از اجرای متغیر مستقل (مشاوره گروهی).



نمودار (۳): نمرات منبع کنترل بیرونی گروه‌های آزمایش و گواه قبل از اجرای متغیر مستقل



نمودار (۲): وضعیت معدل گروه‌های آزمایش و گواه پس از اجرای متغیر مستقل (مشاوره گروهی).



نمودار (۴): توزیع نمرات منبع کنترل بیرونی گروه‌های آزمایش و گواه پس از اجرای متغیر مستقل

همچنین بین میانگین نمرات کنترل بیرونی در مرحله‌های پیش و پس آزمون در گروه آزمایشی تحلیل t انجام شد. همانطور که در جدول شماره سه ملاحظه می‌گردد مقدار t نمایانگر وجود تفاوت معنادار می‌باشد ($P < 0.05$). بدین معنا که منبع کنترل بیرونی گروه آزمایش پس از مشاوره گروهی نسبت به قبل از آن بطور معناداری کاهش یافته است.

به منظور بررسی تاثیر متغیر مستقل یا مشاوره گروهی بر منبع کنترل بیرونی در دانشجویان دو گروه، میانگین نمرات دانشجویان در کنترل بیرونی بر اساس مقیاس کنترل راتر محاسبه و از طریق آزمون t تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین میانگین‌های نمرات منبع کنترل بیرونی در دو گروه قبل از مداخله متغیر مستقل یا مشاوره گروهی تفاوت معنادار بین دو گروه وجود نداشت (جدول ۲، نمودار ۳)، در حالی که پس از اجرای مشاوره گروهی تفاوت معناداری پیدا شد ($P < 0.05$). بر این اساس نمرات منبع کنترل بیرونی گروه آزمایش کمتر از گروه گواه بود. به عبارت دیگر گروه آزمایش پس از دریافت مشاوره گروهی به طرف منبع کنترل بیرونی سوق پیدا کرده‌اند (جدول ۲، نمودار ۴).

● بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف تاثیر مشاوره گروهی به شیوه منطقی-عاطفی الیس بر افت تحصیلی و منبع کنترل بیرونی صورت گرفت. گروهی از دانشجویان دانشگاه زنجان که دارای افت تحصیلی و منبع کنترل بیرونی بالا بودند انتخاب شده و به دو گروه سی نفره تقسیم گردیدند. مشاوره گروهی طی هشت جلسه با گروه آزمایش صورت گرفت و نتایج نشان داد که مشاوره گروهی به شیوه منطقی و عاطفی الیس ارتباط معناداری با منبع کنترل دارد. افرادی که از طریق آزمون راتر مورد سنجش قرار گرفتند در مرحله قبل از اجرای متغیر مستقل دارای منبع کنترل بیرونی زیاد بودند. بعد از اجرای متغیر مستقل (مشاوره گروهی) مجدداً مورد سنجش قرار گرفتند و مشخص شد که از منبع کنترل بیرونی این افراد کاسته شده است. همچنین در مورد مقایسه این افراد با گروه گواه معلوم گردید که منبع کنترل بیرونی افراد گروه آزمایشی کمتر از افراد گروه گواه شد. همچنین نتایج نشان داد که افت تحصیلی افراد گروه آزمایش که هشت جلسه مشاوره گروهی را به روش منطقی-عاطفی الیس طی نمودند نسبت به گروه گواه کاهش پیدا نمود. بنابراین مشخص شد افرادی که با آنها مشاوره گروهی انجام گرفت نسبت به گروه گواه هم دارای پیشرفت تحصیلی بهتری بودند و هم منبع کنترل بیرونی آنها بطور قابل ملاحظه‌ای کاهش پیدا کرد.

همانطور که تحقیقات قبلی نشان داده‌اند افراد دارای منبع کنترل درونی مهارت عمل را در پیشرفت ترجیح می‌دهند و ارزش بیشتری را برای آن قرار می‌دهند در حالیکه افراد دارای منبع کنترل بیرونی هدف‌ها و فعالیت‌های وابسته به شانس و تصادف را برتری می‌دهند (۱۵، ۱۶، ۱۷، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۹، ۳۱). الیس (۲۵، ۲۶، ۲۷) این افکار را غیر منطقی

دانسته و اضطراب، اختلالات رفتاری و عدم موفقیت فرد را زاده این طرز تفکر خیالی و بی معنی انسان می‌داند. نتایج این تحقیق نشان داد که مشاوره گروهی به روش منطقی-عاطفی الیس در تغییر نگرش دانشجویان و تغییر افکار غیر منطقی آنها به افکار منطقی تاثیر داشت. همچنین این شیوه باعث می‌گردد که دانشجویان قدرت کنترل درونی خود را افزایش داده و با توانایی‌ها و استعداد‌های خود آشنا می‌گردند و با راه‌حل‌های مختلف در حل مشکلات آشنا می‌گردند. بیشتر دانشجویان در بدو ورود شناخت کافی به موفقیت در دانشگاه ندارند و در رابطه با شکست‌هایی که برای آنها اتفاق می‌افتد شناخت درستی ندارند و بیشتر عوامل بیرونی را دلیل این شکست‌ها می‌دانند (۸، ۹، ۱۲، ۱۹). استفاده از شیوه مشاوره گروهی با توجه به جذابیت خاص خود باعث انگیزش بیشتر شرکت‌کنندگان و صرف وقت و هزینه کمتر می‌گردد و سبب می‌گردد افراد عقاید خود را به راحتی بیان کنند و با بازخوردی که از سایرین دریافت می‌کنند، به اصلاح رفتار خود می‌پردازند. همین تجربه گروهی به روش الیس سبب کاهش افکار غیر منطقی دانشجویان دارای افت تحصیلی گردید. ماهر (۱۰) نیز در ایجاد تغییر در دانشجویان از طریق مشاوره گروهی موفق بود. دانشجویان نه تنها دارای کنترل درونی تری شدند بلکه تغییرات رفتاری ویژه‌ای از خود نشان دادند. همچنین شفرت (۷) نیز نشان داد که شیوه مشاوره گروهی الیس در مقایسه با سایر شیوه‌های درمانی تاثیر پایدارتری روی مراجعان گذاشت. بطور دقیق‌تر می‌توان بیان نمود که دانشجویان از طریق مشاوره عقلانی-عاطفی قادر شدند تا انگیزه‌های درونی را در خود شناسایی نموده و بر آنها متمرکز شوند، کسب موفقیت را به تلاش خود وابسته بدانند و عوامل و شرایط بیرونی را ملاک اصلی تلقی نکنند.

امیدوارتر ادراک کنند و تا اندازه‌های کنترل بیشتری در زندگی خود بکار گیرند و این کار با افزایش منبع کنترل درونی با روش مشاوره گروهی تا حدودی امکان‌پذیر است و با توجه به تاثیر آموزشی آن میتوان پیشرفت تحصیلی دانشجویان را بهبود بخشید (۱، ۱۴، ۲۰، ۲۷).

به معنای دیگر انگیزه درونی را بر انگیزه بیرونی ترجیح داده و بر اساس منطقی و نه بر اساس هیجان فعالیت خود را تا اتمام بخشند (۱۶، ۱۷، ۲۹).

مطالعات قبلی و نتایج این پژوهش بطور کلی حاکی از این امر است که دانشجویان می‌توانند یاد بگیرند که خودشان را در شرایط مختلف فعال‌تر و

• منابع

- ۱- کرمی م. ح. بررسی متغیرهای پیش بینی کننده پیشرفت تحصیلی در دانشگاه تربیت مدرس (پایان نامه). دانشگاه تربیت مدرس، سال ۱۳۷۵.
- ۲- ثنائی ب. عوامل موثر در شکست تحصیلی دانش آموزان دوره های تحصیلی مختلف، موسسه تحقیقات تربیتی، دانشگاه تربیت معلم، سال ۱۳۷۵.
- ۳- هرگنهان بی آر، السون م اچ، مقدمه ای بر نظریه های یادگیری، ترجمه علی اکبر سیف، نشر دوران، تهران، سال ۱۳۷۹.
- ۴- حسینی بیرجندی س م. راهنمایی و مشاوره تحصیلی دانشجویان دانشگاه شاهد، سال ۱۳۷۷.
- 5- Reilly RR, Lewis EL. Educational Psychology, Macmillan Publishing Co. Inc. New York, 1991.
- ۶- زاهدی اصل م. بررسی علل افت تحصیلی دانشجویان دانشگاه شاهد (پایان نامه)، سال ۱۳۷۳.
- 7- Seifert KL. Educational Psychology. Houghton Mifflin Company, Boston, 1997.
- ۸- فقیه زاده ع. بررسی علل افت تحصیلی در هنرستان های فنی شهر تهران (پایان نامه)، دانشگاه تهران، سال ۱۳۶۹.
- 9- Anderson JR. Learning and psychology, John Wiley, Singapore, 1995.
- 10- Maehr M. Meaning and Motivation: Toward a Theory of Personal Investment. In R. Ames and C. Ames (eds.), Research on Motivation in Education, Vol. 1: Student Motivation, New York: Academic Press, 1984.
- ۱۱- موسوی ر. تحقیق بررسی علل افت تحصیلی دانشجویان شاهد (پایان نامه)، دانشگاه شاهد، تهران، سال ۱۳۷۸.
- ۱۲- احمدی ابهری. بررسی سلامت روانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران ورودی سال ۱۳۷۳. (طرح تحقیقاتی دانشگاه تهران)، سال ۱۳۷۵.
- ۱۳- اردبیلی ی. روانشناسی موفقیت در تحصیلات دانشگاهی. تالیف هنری لیندکرن، انتشارات کویر، سال ۱۳۷۴.
- ۱۴- علی بابایی ی. بررسی عوامل افت تحصیلی دانشجویان سهمیه شاهد دانشگاه تهران (پایان نامه)، سال ۱۳۷۱.
- ۱۵- باصری الف. بررسی مقایسه ای راهبردهای یادگیری و مسند علیت دانش آموزان موفق و عادی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
- ۱۶- جباری ح، خدایاهی م ک، حیدری م. بررسی مقایسه ای دانشجویان از لحاظ مسند مهارت‌گذاری باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خود نظم داده شده. مجله روان شناسی، ۱۳۸۲، سال هفتم شماره ۲ صص ۹۸-۱۱۱.
- ۱۷- موسوی نژاد ع. بررسی رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خود نظم داده شده با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سال سوم راهنمایی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، ۱۳۷۶.
- ۱۸- دلاور ع. بررسی عوامل موثر در مشروط شدن دانشجویان دانشگاه علاوه طباطبایی، تهران، ۱۳۷۳.
- ۱۹- هرمزی م. بررسی عوامل موثر بر افت تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام نور (پایان نامه)، سال ۱۳۷۳.
- ۲۰- میرزمانی س م. بررسی عوامل موثر بر افت تحصیلی دانشجویان مشروط در دانشگاه علوم پزشکی بقیه اله (عج)، سال ۱۳۷۸.
- ۲۱- جوادی م ج، کدیور پ. روانشناسی شخصیت، نظریه و تحقیق، تالیف ال. ای. پروین، انتشارات رسا، سال ۱۳۷۴.
- ۲۲- بریکس ک. خودباوری درونی، ترجمه عباس چینی، نشر آسمان، تهران، سال ۱۳۷۵.
- 23- Lepper M. Extrinsic Reward and Intrinsic Motivation: Implications for the classroom. In J. Levine and M. Wang (eds.), Teacher and Student Perceptions: Implications for Learning. Hills date, NJ: Erlbaum, 1983.

- 24- Morgan M. Reward- induced decrements and increments in intrinsic motivation. Review of Educational Research, 1984: Vol. 54(1), 5-30.
- 25- Ellis A. Overcoming Resistance: Rational- Emotive Therapy with Difficult Clients. New York: Springer, 1985.
- 26- Ellis A. The Impossibility of Achieving Consistently Good Mental Health. American Psychologist, 1987: Vol. 42, 364-375.
- 27- Ellis A. REBT diminishes much of the human ego. New York. Institute of Rational-Emotive Therapy, 1998.
- 28- Ryan AM, Pintrich PR. Should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescents' help-seeking in math class. Journal of Educational Psychology, 1997: Vol. 89(2), 329-341.
- ۲۹- قدم پورع، سرمد ز. نقش باورهای انگیزشی در رفتار کمک طلبی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، مجله روان شناسی، ۱۳۸۲، سال ۷، شماره ۲، صص ۱۲۶-۱۱۲.
- 30- Boekarets M. Self-regulated learning: A new concept embraced by researchers, policy makers, education, teachers, and students. Learning and Instruction, 1997: Vol. 7, 161-186.
- 31- Wikters CA. The relation between high school student's regulations of motivation. Journal of Educational Psychology, 1999: Vol. 90, 281-299.
۳۲. سیف د، لطیفیان م، بشاش ل. رابطه خود نظم دهی انگیزش با راهبردهای یادگیری و پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی. مجله روان شناسی، ۱۳۸۵، شماره ۱، صص ۱۲۲-۱۰۶.

