



Designing and Evaluating the Effectiveness of the Educational Package of Choice Theory on the Motivation and Academic Hope of the Male High School Students: A Case Study Kerman, Iran

Alireza Manzari Tavakoli^{1*}, Mohsen Bonyady², Zahra Zainaddini Maimand³, Amanallah Soltani³

1 Doctoral student in Educational Psychology, Faculty of Psychology, Kerman Islamic Azad University, Shahid Soleimani Branch, Kerman, Iran

2 Associate Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Faculty of Psychology, Islamic Azad University of Kerman, Shahid Soleimani Branch, Kerman, Iran

3 Assistant Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Faculty of Psychology, Islamic Azad University of Kerman, Shahid Soleimani Branch, Kerman, Iran

* Corresponding author: mohsenbonyady70@gmail.com

Received: 2024-09-22

Accepted: 2024-10-26

Abstract

Background and Aim: Academic motivation and hope is one of the effective factors in the academic success of students, especially in secondary school. This study was conducted with the aim of designing and evaluating an educational package to improve the motivation and academic hope of male students of the second year of high school in Kerman.

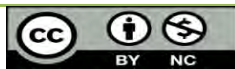
Methods: This research was a semi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The statistical population of this study included all male students of the second year of high school in two districts of Kerman city (N=450). A multi-stage random cluster sampling method was considered and 60 participants were randomly divided into two experimental (N=30) and control (N=30) groups. To collect data, Wallerand et al.'s academic motivation scale (1992) and Kharmai and Kameri's educational hope scale (2016) were used. The subjects of the experimental group received the selection theory training package during 8 sessions, while the control group did not receive any intervention. In this study, the repeated measures ANOVA was used and the data were analyzed using SPSS software version 23.

Results: The results of this study showed that the educational package compiled based on the choice theory had an effect on internal motivation and lack of motivation and academic hope in the post-test stage and caused this effect to continue in the follow-up stage as well. Also, the results showed that the educational package based on the choice theory had no effect on external motivation ($P < 0.05$).

Conclusion: The results of this study provided an insight into the effectiveness of the educational package in improving the motivation and academic hope of the male students of the second year of secondary school in Kerman. The implementation of this package will significantly increase students' academic motivation and hope.

Keywords: Motivation, Academic hope, Educational package, High school students, Iran

© 2023 Journal of Mental Health in School (JMHS)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article: Manzari Tavakoli¹, et al. (2024). Designing and Evaluating the Effectiveness of the Educational Package of Choice Theory on the Motivation and Academic Hope of the Male High School Students: A Case Study Kerman, Iran. *JMHS*, 2(3): 1-14.





طراحی و بررسی اثربخشی بسته ی آموزشی تئوری انتخاب بر روی انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه: مطالعه موردی شهر کرمان

علیرضا منظری توکلی*^۱، محسن بنیادی^۲، زهرا زین الدینی میمند^۳، امان الله سلطانی^۳

^۱ دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی کرمان واحد شهید سلیمانی، کرمان، ایران
^۲ دانشیار، گروه علوم تربیتی و روان شناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی کرمان واحد شهید سلیمانی، کرمان، ایران
^۳ استادیار، گروه علوم تربیتی و روان شناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی کرمان واحد شهید سلیمانی، کرمان، ایران
 * نویسنده مسئول: mohsenbonyady70@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۸/۰۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۷/۰۱

چکیده

زمینه و هدف: انگیزه و امید تحصیلی از عوامل موثر در موفقیت تحصیلی دانش آموزان به ویژه در مقطع متوسطه است. این پژوهش با هدف طراحی و ارزیابی بسته آموزشی ارتقای انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر کرمان انجام شد. روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون دارای گروه کنترل بود. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره ی دوم دبیرستان ناحیه ی دو شهر کرمان بود (N=۴۵۰). روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی چند مرحله ای در نظر گرفته شد و ۶۰ شرکت کننده به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. برای جمع آوری داده ها از مقیاس انگیزش تحصیلی والرند و همکاران (۱۹۹۲) و مقیاس امید به تحصیل خرمانی و کمری (۱۳۹۶) استفاده شد. شرکت کنندگان گروه آزمایش طی ۸ جلسه بسته ی آموزشی تئوری انتخاب را دریافت نمودند درحالیکه در گروه کنترل مداخله ای انجام نگرفت. در این مطالعه از آزمون آماری آنالیز واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده شد و داده ها به کمک نرم افزار SPSS ورژن ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند.

نتایج: نتایج این مطالعه نشان داد که بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش درونی و بی انگیزشی و امید تحصیلی در مرحله پس آزمون تأثیر داشت و موجب تداوم این تأثیر در مرحله پیگیری نیز شد. همچنین نتایج نشان داد که بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش بیرونی تأثیر نداشت ($P < 0/05$)
 نتیجه گیری: نتایج این مطالعه بینشی از اثربخشی بسته آموزشی در ارتقای انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر کرمان ارائه کرد. اجرای این بسته موجب افزایش چشمگیر انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان می شود.

واژگان کلیدی: انگیزه، امید تحصیلی، بسته آموزشی، دانش آموزان دبیرستانی، ایران

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه سلامت روان در مدرسه محفوظ است.

شبهه استناد به این مقاله: منظری توکلی، علیرضا و همکاران (۱۴۰۳) طراحی و بررسی اثربخشی بسته ی آموزشی تئوری انتخاب بر روی انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه: مطالعه موردی شهر کرمان. فصلنامه سلامت روان در مدرسه، ۲(۳): ۸-۱۴.

مقدمه

در دنیای امروز، ارزیابی کیفیت آموزش، از جمله دغدغه های اصلی نظام آموزشی است، ملت ها با نگاهی به کارکرد یکدیگر و اقتباس مناسب، طالب بهینه کردن نظام آموزش خود هستند. سؤالاتی نظیر، کلاس و مدرسه کارآمد، کدام است؟، «کدام نظام آموزشی کارایی بیشتری دارد؟»، «کدام کشور در آموزش برتر است؟» و «ویژگی این برتری چیست؟» در دهه های اخیر بسیار مطرح شده و در بسیاری موارد، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان به عنوان پاسخ مطرح شده است. اما در دو دهه اخیر متخصصان تعلیم و تربیت، حین مطالعه عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی به دو عامل زیربنایی پیشرفت تحصیلی متمرکز گردیده اند که این دو عامل «شناخت» و «انگیزش»^۱ هستند. به واقع مدرسه یک موقعیت آموزش رسمی است و فراگیران برای اینکه در این موقعیت موفق باشند و به اهداف شناختی موردنظر نظام آموزش دست یابند، باید یادگیری موثر داشته باشند و کلید یادگیری موثر هم داشتن انگیزه است (محمدی درویش بقال، و همکاران، ۱۳۹۹).

انگیزش تحصیلی^۲ در موفقیت تحصیلی دانش آموزان نقش دارد. انگیزش تحصیلی پایین ممکن است سبب ترک تحصیلی شود (Cokley, 2015). دیدگاه Ryan & Deci (2017) در دهه های اخیر مورد توجه پژوهشگران علاقمند به حوزه انگیزش تحصیلی قرار گرفته است، Deci & Ryan (2014) انگیزش تحصیلی را بر روی پیوستاری که از بی انگیزگی شروع شده و به سمت انگیزش بیرونی حرکت می کند و در نهایت به سمت بالاترین نوع انگیزش که انگیزش ذاتی و درونی است، ادامه می یابد در نظر می گیرند، مطابق این دیدگاه، هر شخص ممکن است در یک نقطه از این پیوستار (در پایین ترین یا بالاترین و یا در میانه این پیوستار انگیزشی) قرار گیرد. مطابق این دیدگاه، انگیزش ذاتی یا درونی برای افراد، شادمانی و رضایت درونی فراهم می کند (Natalya & Purwanto, 2018; Komarc & et al, 2020). انگیزش درونی به انگیزه ای اشاره دارد که افراد را به صورت خودجوش و درونی به سمت انجام تکلیفی خاص به حرکت وا می دارد و انجام تکلیف به خودی خود و صرف نظر از پاداش های بیرونی برای فرد ارزشمند و رضایت بخش است (Lynch & et al, 2013). انگیزش بیرونی نیز به انگیزه ای اشاره دارد که افراد را به دلیل پاداش ها و تقویت های بیرونی مجبور به انجام یک تکلیف می کند (Deci & Ryan, 2012). تقویت کننده ها در نظریه شرطی، می تواند به عنوان انگیزه های بیرونی مورد توجه قرار گیرد. مردم اغلب به طور غریزی از طریق دنبال کردن پاداش هایی مانند پول یا جوایز، اجتناب از محرک های خطرناک یا تمایل به تأیید اجتماعی انگیزه می

گیرند (Deci & Ryan, 2012). بی انگیزگی که در آن فرد بین رفتار و نتایج آن ارتباطی نمی یابد و علت رفتار را نیروهای خارج از کنترل خود می داند (Deci & Ryan, 2002). یکی دیگر از عوامل موثر بر موفقیت تحصیلی که با انگیزش تحصیلی ارتباط دارد امید تحصیلی^۳ است (Lopez & et al, 2018). امید، برگرفته از مدل نظری امید سنایدر است که با مفهوم سازی اهداف، ابداع راهبردها با مسیرهای مشخص در رسیدن به اهداف سرو کار دارد و تفکر عاملیت، تفکر مسیر و تفکر هدف اید تحصیلی را مدنظر دارد (سپهوند و کرمی، ۱۳۸۸؛ Gallagher & et al, 2017)، امید تحصیلی، انتظار تحصیلی که طی آن، فرد انتظار دارد در تحصیل خود به نتایج مثبتی دست یابد، تعریف شده است (Yotsidi & et al, 2018). تعریف دیگر آن در قالب امید به معنی کسب فرصت ها، امید به کسب مهارت های زندگی، امید به سودمندی مدرسه، و امید به کسب شایستگی است، افراد امیدوار خوشین ترند (Peyravi & et al, 2020) و به دست یابی به اهدافشان قادرند (Dami & et al, 2020)، در نظام های آموزشی براساس نظریه امید، هدف هر چیزی است که فرد بخواهد تجربه مثبت ایجاد آن را در آینده داشته باشد (Idan & Margali, 2013; Cheavens & et al, 2019)، با توجه به اینکه امید نقش مهمی در انگیزش تحصیلی دارد، دانش آموزان را در رسیدن به اهداف تحصیلی کمک می کند (Feldman & Snyder, 2005) و سبب می شود دانش آموزان قدرت بیشتری در برخورد با مشکلات داشته باشند (Dami & et al, 2020؛ منتظری و همکاران، ۱۳۹۳). علی رغم ضرورت آموزش این مؤلفه ها، متأسفانه آنگونه که باید، در جهت شناخت و آموزش آنها در مدارس به طور جدی تلاشی صورت نگرفته است و پژوهش های انجام شده نیز متمرکز بر ارائه برنامه آموزشی مدون نبوده است. از آنجا که نظریه انتخاب گلاسر بر انتخاب اعمال توسط خود فرد، طرح ریزی برای رفتاری مؤثرتر برای خود فرد و دیگران، تعهد به طرح و برنامه خود و پذیرفتن مسئولیت انتخاب ها، برآوردن نیازهای اساسی بدون آسیب رساندن به دیگران و اینکه افراد با انتخاب، بهتر عمل می کنند، تأکید می کند. در این پژوهش، طراحی بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب به عنوان یک رویکرد قابل توجه و براساس نیازهای بنیادین دانش آموزان در تئوری انتخاب گلاسر برای بالاتر بردن کنترل درونی در مقابل کنترل بیرونی در آنها، در اولویت قرار گرفته است. ویژگی برجسته بسته آموزشی تدوین شده، ارائه یک چارچوب راهنما برای دانش آموزان است تا بتوانند تجاربی موفق به دست آورند. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف طراحی و اثربخشی بسته ی آموزشی تئوری انتخاب بر انگیزش و امید تحصیلی

پایایی آن تایید شده است. (Vallerand & et al (1992) پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/80$ گزارش کرده‌اند و با استفاده از روش بازآزمایی با ارزش $0/79$ تایید کرده‌اند. همچنین روایی سازه‌ای^{۱۴} این مقیاس نیز از روش تحلیل عاملی تاییدی، بین $0/91$ تا $0/94$ به دست آمد. Utvær & Haugan (2016) در مطالعه‌ای که به منظور اعتباریابی این مقیاس انجام دادند، پایایی آلفای کرونباخ آن را بین $0/78$ و $0/84$ و روایی سازه‌ای آن را نیز بین $0/73$ و $0/86$ بدست آوردند. در پژوهشی در ایران، رشوانلو و حجازی (۱۳۸۸) پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/71$ گزارش کرده‌اند، و روایی سازه‌ای آن نیز با استفاده از روش تحلیل عامل اکتشافی مورد تایید واقع شد. همچنین در مطالعه صورت گرفته توسط ویسانی، لواسانی و اژه‌ای (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزشی به ترتیب $0/84$ ، $0/86$ و $0/67$ بدست آمده است، همچنین شاخص‌های تحلیل عاملی تاییدی، $CFI=0/99$ ، $RMSEA = 0/036$ ، $AGFI=0/94$ ، $GFI=0/96$ همگی نشان از روایی سازه‌ای مقیاس دارد. در این پژوهش نیز، برای بررسی روایی این مقیاس از روش تحلیل عاملی تاییدی و برای بررسی پایایی آن، از آلفای کرونباخ استفاده خواهد شد.

مقیاس امید به تحصیل

این مقیاس ۲۷ ماده‌ای، امید به تحصیل را در چهار بعد امید به کسب فرصت‌ها، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه و امید به کسب صلاحیت است. این مقیاس بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) اندازه‌گیری می‌کند. روایی این ابزار توسط سازندگان با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی بررسی شده است. نتایج نشانگر وجود ۴ عامل در ماده‌های این مقیاس است که ۵۸ درصد از واریانس کل نمونه را تبیین می‌کند. اعتبار این ابزار به روش آلفای کرونباخ برای هر یک از ابعاد امید به کسب فرصت، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه، امید به کسب صلاحیت و نمره کل مقیاس امید به تحصیل به ترتیب برابر با $0/90$ ، $0/80$ ، $0/76$ و $0/94$ گزارش شده است. در پژوهش بارانی و همکاران (۱۳۹۸) نیز به منظور سنجش روایی، از تحلیل عاملی اکتشافی و برای تعیین اعتبار از روش آلفای کرونباخ استفاده شد نتایج تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس وجود چهار عامل را تأیید کرد. ملاک استخراج عوامل شیب نمودار اسکر و ارزش ویژه بالاتر از ۱ بود. مقدار ضریب KMO برابر $0/85$ و ضریب کرویت بارتلت

دانش‌آموزان پسر دوره ی دوم دبیرستان ناحیه ی دو شهر کرمان انجام گرفت.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود و از نظر هدف کاربردی بود.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان پسر دوره ی دوم دبیرستان ناحیه ی دو شهر کرمان بودند ($N=450$). سپس، تعداد نمونه ۶۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. روش نمونه‌گیری در این مطالعه به شیوه خوشه‌ای تصادفی ۴ مرحله‌ای انجام گرفت. در این مرحله از بین دبیرستان‌های پسرانه ناحیه ی دو شهر کرمان تعداد ۴ دبیرستان به شکل تصادفی انتخاب شد. سپس به صورت تصادفی از هر مدرسه ۲ کلاس و از هر کلاس ۳۰ نفر و جمعاً ۲۴۰ نفر انتخاب شدند. بعد از انتخاب آزمودنی‌ها با استفاده از مقیاس انگیزش و امید تحصیلی سنجش شدند. دانش‌آموزانی که در پرسشنامه‌ها نمره پایین‌تر از میانگین به دست آورده بودند، شناسایی و مشخص شدند این افراد ۶۰ نفر بودند که رضایت خود را برای شرکت در برنامه آموزشی اعلام کردند. آزمودنی‌ها به صورت کاملاً تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شده و سپس برای حصول اطمینان از گمارش تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه کنترل و آزمایش آزمون t مستقل بر اساس معدل ترم گذشته آنها برای دو گروه اجرا شد. نمرات به دست آمده از آزمون‌های به عمل آمده برای انتخاب نمونه به عنوان نتایج پیش‌آزمون در نظر گرفته شد.

ابزار جمع‌آوری داده‌ها

مقیاس انگیزش تحصیلی^۴

مقیاس انگیزش تحصیلی یک ابزار خود گزارشی است که توسط Vallerand & et al (1992) برای اندازه‌گیری انگیزش تحصیلی دانشجویان و دانش‌آموزان بر اساس نظریه خود تعیین‌گری (Deci & Ryan (1980) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۲۸ گویه و سه خرده مقیاس انگیزش درونی^۵ (شامل دانستن^۶، تجربه محرک^۷، حرکت در جهت پیشرفت^۸)، انگیزش بیرونی^۹ (شامل تنظیم بیرونی^{۱۰}، درون‌فکنی^{۱۱} و همانندسازی^{۱۲}) و بی‌انگیزشی^{۱۳} است. آزمودنی باید در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) مشخص سازد. مقیاس انگیزش تحصیلی در پژوهش‌های فراوانی، از جمله مطالعات داخلی، به کار رفته و بارها روایی و

خود را مدیریت کنند و این نکته مهم را به آنها یادآوری کنند که بایستی کنترل و مسئولیت ماشین (رفتار کلی) خود را خود به عهده بگیرند (صاحبی، ۱۳۹۵).

د) *کارت‌های توانمندی*: شامل ۵۴ کارت برای انتقال این پیام مهم است که هر کسی توانمندی‌هایی دارد. ارزش اصلی این کارت‌ها در توانایی آنها در پیشبرد مکالمات و گفتگوهای دوجانبه در وضعیتی سرگرم کننده و در عین حال جدی با محوریت مراجع است (صاحبی، ۱۳۹۵).

ه) *کارت‌های دنیای خرسهای کوچولو*: این کارت‌ها از توانایی حیرت انگیزی در ایجاد گفتگوهایی برای بیان احساسات برخوردارند و به ما نشان می‌دهند که چگونه با شرایط دشوار کنار آمده و پذیرا باشیم. کارت‌های دنیای خرسهای کوچولو برای کسانی که بیشتر وقتها احساس نادیده گرفته شدن یا بی ارزش بودن میکنند بسیار مؤثر است (صاحبی، ۱۳۹۶).

۳) مراحل پایانی تدوین بسته آموزشی

در این مرحله رفع نواقص و کاستیها در حین اجرای مقدماتی و اعتبار سنجی بسته آموزشی انجام شد. بدین نحو که بسته آموزشی در یک کارآزمایی اولیه بر روی تعدادی از دانش آموزان مراجعه کننده به مرکز مشاوره اجرا و مشکلات و کاستی‌های آن شناسایی و اصلاح شد و در آخرین مرحله با استفاده از روش اعتبار محتوایی اعتباریابی شد. بدین منظور پس از تدوین بسته و تهیه پروتکل برنامه آموزشی، این برنامه و مواد طراحی شده به همراه توضیحاتی درباره چگونگی انجام پژوهش و تدوین بسته آموزشی، به ۸ نفر از استادان روان شناسی، تربیتی روان شناسی بالینی و مشاوره که از متخصصان آموزش و پژوهش در حوزه تئوری انتخاب بودند ارسال و ارائه شد. پس از بازبینی استادان و اعمال پیشنهادها، ایشان و رفع ایرادات مطرح شده، بسته آموزشی مورد تأیید نهایی متخصصان قرار گرفته اعتبار محتوایی آن تأیید شد. گروه آزمایشی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بسته آموزشی طراحی شده براساس تئوری انتخاب دریافت کردند و گروه کنترل در لیست انتظار ماندند. خلاصه جلسات بسته آموزشی طراحی شده براساس تئوری انتخاب در جدول ۱ نشان داده شده است.

روش اجرا

پژوهش حاضر در دو مرحله انجام گرفت. مرحله اول در این مرحله به منظور تهیه مقدماتی بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب به منظور تأثیر بر انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان از روش تحلیل محتوا استفاده شد. در فرایند اجرایی این مرحله همه چارچوبهای نظری مرتبط با تئوری انتخاب متغیر انسجام

برابر ۳۳۷۴/۳۷۷ (P<۰/۰۰۱) بود که نشان از کفایت نمونه برداری و ماتریس همبستگی ماده‌ها داشت. ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از ابعاد امید به کسب فرصت امید به کسب مهارت‌های زندگی امید به سودمندی مدرسه امید به کسب صلاحیت و نمره کل مقیاس امید به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۷۴، ۰/۸۷ به دست آمد.

تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی

بسته آموزشی طراحی شده شامل سه مرحله مقدماتی، طراحی بسته و مرحله پایانی بود.

۱) مرحله مقدماتی

در مرحله مقدماتی اقدام به بررسی ادبیات مرتبط با موضوع و مطالعات پیشین در جهت اطمینان از تکراری نبودن موضوع پژوهش یاری جستن از متخصصان آموزشی و پژوهشی در زمینه تئوری انتخاب در خصوص معرفی منابع و تأیید صحت انجام کار، مطالعه مقالات و کتابهای مربوط به انسجام تحصیلی بررسی پیشینه پژوهشهای انجام شده درباره روشهای افزایش انسجام تحصیلی، درخواست کمک از آموزگاران مشاوران تحصیلی و مدیران مدارس در زمینه برنامه ریزی انجام شد.

۲) طراحی بسته آموزشی

در این مرحله به بررسی مبانی نظری تئوری انتخاب در جهت بهبود فضای آموزشی فرمول سازی مشکل از دیدگاه رویکرد تئوری انتخاب؛ از طریق مطالعه بر روی دانش آموزان دارای مشکلات تحصیلی مراجعه کننده به محل اشتغال پژوهشگر مرکز مشاوره و با کمک آزمون نیازهای گلاسر و کاربرگ محقق ساخته براساس مفاهیم اصلی طرح شده در تئوری انتخاب، معرفی جایگزین‌های رویکرد تئوری انتخاب برای افزایش انسجام تحصیلی، طراحی هدفهای آموزشی، محتوا و ساختار جلسات در برنامه پرداخته شد. محتوای جلسات براساس اهداف تعیین شده طراحی شدند. محتوا و ساختار جلسات به گونه ای طراحی شد که هر جلسه تکمیل کننده جلسات قبل و پیش نیاز جلسات بعدی بود و در نهایت بسته آموزشی ۸ جلسه ای شامل مواد آموزشی زیر تهیه شد.

الف) کتاب راهنمای مدرس

ب) کتاب کار دانش آموز

ج) *کارت‌های ماشین رفتار*: کارت‌های ماشین رفتار یک برنامه آموزشی، تربیتی و درمانی است که براساس چارچوب تئوری انتخاب دکتر ویلیام گلاسر ساخته شده است و به افراد کمک می‌کند تا بتوانند نشانه‌هایی چون اضطراب افسردگی و خشم

گرفتند (مرحله پیگیری) به بیانی دیگر این پژوهش بر اساس هدف کاربردی و از نظر روش شناسی، آزمایشی بوده که در آن از طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل استفاده شده است.

آنالیز آماری داده ها

برای پی بردن به اختلافات آماری نمرات در گروه های پس آزمون و پیگیری از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده گردید. استفاده از این آزمون مستلزم رعایت چند پیش فرض اولیه است، این پیش فرض ها شامل نرمال بودن توزیع نمرات و همگنی واریانس ها است که ابتدا به بررسی این پیش فرض ها پرداخته شد. برای بررسی نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون شاپیرو - ویلک استفاده شد. به علاوه، جهت بررسی همگنی واریانس ها نیز از آزمون لوین استفاده شد. داده ها به وسیله ی نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ در سطح معنی داری ۰/۰۵ مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند.

تحصیلی و کارهای مرتبط انجام شده در ایران و خارج از کشور بررسی و در نهایت، براساس چارچوبهای نظری و تحقیقات انجام شده قبلی کار اصلی پژوهش - یعنی تدوین بسته آموزشی به معنای برقراری یک نظم مشخص بین فنون به کار گرفته شده که انسجام درونی برنامه را تأمین می کند در طول طراحی برنامه و اجرای مقدماتی آن صورت گرفت. پس از تدوین بسته آموزشی و تعیین تکالیف آموزشی و پروتکل‌های مربوط، اقدام به اعتباریابی بسته شد به منظور تعیین اعتبار محتوایی بسته تدوین شده در اختیار ۸ نفر از استادان روان شناسی تربیتی، روان شناسی بالینی و مشاوره قرار گرفت. در مرحله دوم برای بررسی اثربخشی بسته آموزشی تهیه شده، پژوهش در پارادایم کمی به روش آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل انجام شد. بدین شکل که گروه آزمایش تحت مداخلات مبتنی بر تئوری انتخاب قرار گرفته، اما گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. هر دو گروه در زمان یکسان به پیش آزمون و پس آزمون پاسخ دادند. همچنین دو ماه پس از پایان آموزش آزمودنی ها در گروه آزمایش از طریق اجرای مجدد پس آزمون مورد ارزیابی قرار

جدول ۱) خلاصه جلسات بسته آموزشی طراحی شده براساس تئوری انتخاب

جلسه	اهداف	محتوای آموزشی
اول: آشنایی اولیه	ایجاد انگیزه تعیین اهداف کلی دوره	جلب اعتماد برای همکاری با پژوهشگر، تشریح پیامدهای منطقی و مفید حاصل از آموزش نظریه انتخاب برای حفظ و تقویت رابطه و پاسخ به سوالات اعضا
دوم: آموزش پنج نیاز اصلی و بنیادین آدمی	۱. شناخت نیازهای بنیادین و پی بردن به اهمیت آنها در بروز رفتار آدمی ۲. ضرورت متعادل کردن رفتار با اطرافیان	ما با پنج نیاز ژنتیکی سوق داده می‌شویم که عبارت اند از: نیاز به بقا و زنده ماندن؛ ۲ نیاز به عشق و احساس تعلق ۳ نیاز به قدرت ۴ نیاز به آزادی؛ ۵ نیاز به تفریح؛ هر فرد اگر در ارضای یک یا چند نیاز ژنتیکی اش ناکام بماند ممکن است رفتار نامتناسبی داشته باشد. بیان تجربه شخصی در مورد رابطه رفتارها و نیازها چه کسی، چه زمانی و با چه رفتاری کدام نیازش را ارضا می کند؟- پخش کلیپ (در مورد رفتارهای غیر مؤثر و نتایج ناخوشایند آنها) + بحث در مورد آن - پخش تصاویر چهره ها برای تشخیص هیجانها و ارتباط آن با ارضای نیازها
سوم: آموزش دنیای مطلوب (کیفی)	ضرورت احترام به دنیاهای مطلوب همدیگر برای نیل به روابط مطلوب و با کیفیت و کاهش بدرفتاریها و تقویت همدلی و تفاهم	معرفی دنیای مطلوب، اجزای دنیای مطلوب، تغییرات دنیای مطلوب در طول زمان و تأثیر آن در صدور رفتار انسانها به نمایش گذاشتن چند کلیپ آموزشی در زمینه دنیای مطلوب و تأثیر آن در صدور رفتار انسانها بازی چرخ دنده -بازی کی چی دوست داره؟- پخش کلیپ (در مورد فرهنگ ها و رسوم مردم سرزمینهای مختلف) - انتخاب عکس های دلخواه و توضیح در مورد دلیل مطلوبیت آنها
چهارم: آموزش دنیای ادراکی و مؤلفه های آن	ضرورت کاهش سختگیریها در روابط و انتظارات به دلیل تفسیرهای متفاوت افراد از پدیده های یکسان	معرفی نظام ادراکی و مؤلفه های آن از طریق چارت نظریه انتخاب برای نشان دادن نحوه عملکرد مغز و چرایی رفتار ما به نمایش گذاشتن چند کلیپ آموزشی در این مورد

جلسه	اهداف	محتوای آموزشی
پنجم: مدیریت احساسات از طریق تغییر رفتار	درک رابطه بین رفتارها و احساسات (نشانه‌ها) و یادگیری مهارت تغییر احساس بد به احساس خوب از طریق تغییر رفتار	استفاده از کارت خرسها توصیف یک موقعیت توسط مربی و انتخاب کارت مناسب آن موقعیت بر اساس هیجان - خرس - توسط بچه‌ها) - کاربرد من میدانم وقتی شاد ناراحت میشوم که» - فعالیت تصاویر - هیجان‌ها (با نشان دادن هر تصویر هر فرد میزان هیجان مثبت یا منفی خود را به اعضای گروه نشان میدهد آینه هیجان‌ها
ششم: آموزش ماشین رفتار و مؤلفه‌های آن	لزوم مدیریت و داشتن کنترل بر ماشین رفتار خود در جاده زندگی	معرفی رفتار کلی و مؤلفه‌های آن آموزش کارتهای ماشین رفتار و انجام دادن فعالیتها و کاربرگه‌های مرتبط با مفهوم رفتار کلی انسان
هفتم: مسئولیت پذیری (هر کس مسئول ارضای نیاز خودش است و نباید مدام از دیگران انتظار داشته باشد	درک مفهوم مسئولیت پذیری برای ارضای مناسب نیازهای خود و اجتناب از آسیب زدن به دیگران	تشریح شیوه دلبودی ای پی (WDEP) به عنوان فرایند واقعیت درمانی (استراتژی نظریه انتخاب) و خودارزیابی پخش و تحلیل کلیپ - بیان خاطرات و تجربه‌های شخصی - کار روی متن کتاب - کاربرد رفتارهای غیر مسئولانه (بیان برخی از هدف آموزشی رفتارهای غیرمسئولانه و تعیین پیامدهای کوتاه مدت و بلندمدت آن‌ها)
ششم: آموزش ماشین رفتار و مؤلفه‌های آن	لزوم مدیریت و داشتن کنترل بر ماشین رفتار خود در جاده زندگی	معرفی رفتار کلی و مؤلفه‌های آن آموزش کارتهای ماشین رفتار و انجام دادن فعالیتها و کاربرگه‌های مرتبط با مفهوم رفتار کلی انسان
هفتم: مسئولیت پذیری (هر کس مسئول ارضای نیاز خودش است و نباید مدام از دیگران انتظار داشته باشد	درک مفهوم مسئولیت پذیری برای ارضای مناسب نیازهای خود و اجتناب از آسیب زدن به دیگران	تشریح شیوه دلبودی ای پی (WDEP) به عنوان فرایند واقعیت درمانی (استراتژی نظریه انتخاب) و خودارزیابی پخش و تحلیل کلیپ - بیان خاطرات و تجربه‌های شخصی - کار روی متن کتاب - کاربرد رفتارهای غیر مسئولانه (بیان برخی از هدف آموزشی رفتارهای غیرمسئولانه و تعیین پیامدهای کوتاه مدت و بلندمدت آن‌ها)
هشتم: خود آگاهی (توجه به خواسته و رفتار در هر لحظه)	تمرین افزایش خودآگاهی در خلال فعالیتهای مختلف	استفاده از کارت خرسها و کارت ماشین رفتار - نقاشی - کاربرد موقعیتهای - خواسته‌ها - رفتارها - پیامدها

یافته‌های پژوهش

تحصیلی در کدام مراحل آزمون (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) دارای تفاوت آماری معنی داری هستند از آزمون تعقیبی بن فرونی استفاده شد که مربوط به مقایسه دو به دو میانگین‌ها است (جدول ۵). جدول ۵ نشان می‌دهد که بسته‌ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر مولفه‌های انگیزش تحصیلی (انگیزش درونی و بی انگیزشی) و امید تحصیلی در هر دو مرحله پس آزمون و پیگیری دارای تأثیر معنادار آماری بود ($P < 0/05$). بر طبق جدول ۵، تفاوت میانگین نمرات پیش آزمون با پس آزمون و تفاوت میانگین پیش آزمون با پیگیری بیشتر و معنادارتر از تفاوت میانگین نمرات پس آزمون و پیگیری بود. این نشان دهنده آن است که بسته‌ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش درونی و بی انگیزشی و امید تحصیلی در مرحله پس آزمون تأثیر داشت و این تأثیر در مرحله پیگیری نیز تداوم داشت. همچنین نتایج نشان داد که بسته‌ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش بیرونی دارای تأثیر معنادار آماری نبود ($P >$

نتایج این مطالعه نشان داد که نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش در انگیزش و امید تحصیلی در مراحل پس آزمون و پیگیری دارای اختلاف بود (جدول ۲). نتایج نشان داد که بین نمرات انگیزش درونی و بی انگیزشی و امید تحصیلی آزمودنی‌ها در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری اختلاف آماری معنی داری مشاهده شد ($P < 0/001$)، که در جدول ۳ آمده است. همچنین نتایج نشان داد که بین نمرات انگیزش بیرونی آزمودنی‌ها در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری از لحاظ آماری گزارش نشد ($P > 0/05$). به علاوه، نتایج این مطالعه نشان داد که بین نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت آماری معناداری وجود داشت ($P < 0/05$). به عبارت دیگر بسته‌ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر روی انگیزش درونی و بی انگیزشی و امید تحصیلی تأثیر داشت ($P < 0/05$). همچنین نتایج نشان داد بین نمرات انگیزش بیرونی گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معنادار آماری مشاهده نشد ($P > 0/05$) که در جدول ۴ نشان داده شده است. به علاوه، به منظور مشخص نمودن اینکه انگیزش و امید

جدول ۲: آماره های توصیفی انگیزش و امید تحصیلی به تفکیک گروه و مرحله آزمون

گروه کنترل (n=۳۰)		گروه آزمایش (n=۳۰)		متغیر	
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین		
۶/۱۱	۲۱/۵۳	۵/۶۵	۲۰/۲۶	پیش آزمون	انگیزش درونی
۵/۹۲	۲۱/۱۰	۸/۸۹	۳۸/۲۳	پس آزمون	
۶/۳۳	۲۰/۹۳	۸/۸۲	۳۹/۴۳	پیگیری	
۶/۵۷	۱۹/۴۰	۶/۶۳	۲۰/۶۰	پیش آزمون	انگیزش بیرونی
۷/۱۲	۱۹/۴۱	۶/۷۷	۲۰/۵۳	پس آزمون	
۷/۱۳	۱۹/۶۶	۶/۶۶	۲۰/۵۲	پیگیری	
۲/۰۲	۱۶/۳۶	۱/۸۴	۱۶/۸۰	پیش آزمون	بی انگیزشی
۱/۸۲	۱۶/۶۳	۲/۶۱	۱۰/۱۰	پس آزمون	
۲/۲۹	۱۶/۶۰	۲/۹۶	۹/۹۶	پیگیری	
۷/۲۳	۵۵/۷۶	۹/۶۰	۵۳/۲۳	پیش آزمون	امید تحصیلی
۶/۹۷	۵۵/۳۰	۱۱/۶۶	۹۲/۵۶	پس آزمون	
۷/۰۰۴	۵۳/۳۳	۱۲/۱۶	۹۶/۱۰	پیگیری	

جدول ۳: نتایج اثرات درون گروهها برای متغیرهای انگیزش و امید تحصیلی

اندازه اثر	P-value	F	میانگین مجزورات	df	مجموع مجزورات	اثر	
۰/۸۸۴	۰/۰۰۱	۴۴۰/۳۰۹	۱۸۲۷/۸۷۲	۲	۳۶۵۵/۷۴۴	کرویت پذیرفته شده	انگیزش درونی
۰/۸۸۴	۰/۰۰۱	۴۴۰/۳۰۹	۳۳۲۵/۱۲۹	۱/۰۹۹	۳۶۵۵/۷۴۴	گرین هاوس- گیسر	
۰/۰۱۰	۰/۵۴۶	۰/۶۰۸	۰/۲۸۹	۲	۰/۵۷۸	کرویت پذیرفته شده	انگیزش بیرونی
۰/۰۱۰	۰/۵۳۱	۰/۶۰۸	۰/۳۱۸	۱/۸۱۶	۰/۵۷۸	گرین هاوس- گیسر	
۰/۶۷۵	۰/۰۰۱	۱۲۰/۶۵۳	۲۴۶/۲۰۶	۲	۴۹۲/۴۱۱	کرویت پذیرفته شده	بی انگیزشی
۰/۶۷۵	۰/۰۰۱	۱۲۰/۶۵۳	۴۰۰/۳۲۲	۱/۲۳۰	۴۹۲/۴۱۱	گرین هاوس- گیسر	
۰/۸۷۴	۰/۰۰۱	۴۰۱/۰۵۵	۹۱۶۵/۹۵۰	۲	۱۸۳۳۱/۹۰۰	کرویت پذیرفته شده	امید تحصیلی
۰/۸۷۴	۰/۰۰۱	۴۰۱/۰۵۵	۱۷۳۶۳/۶۱۳	۱/۰۵۶	۱۸۳۳۱/۹۰۰	گرین هاوس- گیسر	

جدول ۴: نتایج اثرات بین گروهها برای متغیرهای انگیزش و امید تحصیلی

اندازه اثر	P-value	F	میانگین مجزورات	df	مجموع مجزورات	منبع	
۰/۴۱۷	۰/۰۰۱	۴۱/۴۵۱	۵۹۰۵/۳۳۹	۱	۵۹۰۵/۳۳۹	گروه	انگیزش درونی
			۱۴۲/۴۶۷	۵۸	۸۲۶۳/۰۷۸	خطا	
۰/۰۰۷	۰/۰۵۳۷	۰/۳۸۵	۵۳/۳۵۶	۱	۵۳/۳۵۶	گروه	انگیزش بیرونی
			۱۳۸/۵۸۲	۵۸	۸۰۳۷/۷۷۸	خطا	
۰/۵۴۲	۰/۰۰۱	۶۸/۶۵۳	۸۱۰/۶۸۹	۱	۸۱۰/۶۸۹	گروه	بی انگیزشی
			۱۱/۸۰۸	۵۸	۶۸۴/۸۸۹	خطا	
۰/۷۰۴	۰/۰۰۱	۱۳۸/۰۷۹	۳۰۰۳۱/۲۵۰	۱	۳۰۰۲۱/۲۵۰	گروه	امید تحصیلی
			۲۱۷/۴۹۴	۵۸	۱۲۶۱/۶۳۳	خطا	

جدول ۵: نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی نگیزش و امید تحصیلی در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر	تفاوت مراحل	تفاوت میانگین ها	P-value
انگیزش درونی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	-۸/۷۶۷*	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	-۹/۲۸۳*	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	-۰/۵۱۷*	۰/۰۰۱
انگیزش بیرونی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	۰/۰۳۳	۱/۰۰۰
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	-۰/۱۳۳	۰/۹۶۴
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	-۰/۱۶۷	۱/۰۰۰
بی انگیزشی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	۳/۲۱۷*	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	۳/۳۰۰*	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	۰/۰۸۳	۱/۰۰۰
امید تحصیلی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	-۱۹/۴۳۳*	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	-۲۰/۲۱۷*	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	-۰/۷۸۳*	۰/۰۰۸

بحث

نتایج این مطالعه نشان داد که بسته آموزشی طراحی شده بر اساس تئوری انتخاب تأثیر معناداری بر انگیزه درونی و امید تحصیلی دانش آموزان پسر دبیرستانی شهر کرمان داشت. گواه این امر تفاوت معنادار نمرات گروه آزمایش در انگیزش و امید تحصیلی در مراحل پس آزمون و پیگیری نسبت به گروه کنترل بود. تفاوت معنادار نمرات انگیزه درونی و نمرات بی انگیزگی گروه آزمایش در تمامی مراحل و همچنین تأثیر معنادار بر امید تحصیلی نشان می دهد که بسته آموزشی در ارتقای انگیزه درونی و باور به توانایی دانش آموزان موفق بود. رسیدن به موفقیت تحصیلی یافته مهمی است، زیرا انگیزه درونی ارتباط نزدیکی با عملکرد تحصیلی و رفاه کلی دارد. به علاوه، این مطالعه تأثیر معناداری بر انگیزه بیرونی مشاهده نشد. این می تواند به این دلیل باشد که انگیزه بیرونی تحت تأثیر عوامل بیرونی مانند پاداش یا تنبیه است که ممکن است در بسته آموزشی به آن توجه نشده باشد. آزمون تعقیبی بن فرونی نشان داد که تأثیر بسته آموزشی در مراحل پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش آزمون معنی دارتر بود و این نشان می دهد که مداخله تأثیر پایداری بر انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان داشته بود. این امر اهمیت حمایت و تقویت مداوم اصول تئوری انتخاب را به منظور حفظ و ایجاد تغییرات مثبت مشاهده شده در دانش آموزان برجسته می کند. در مجموع، نتایج این مطالعه پتانسیل استفاده از نظریه انتخاب را به عنوان چارچوبی برای طراحی مداخلات آموزشی با هدف ارتقای انگیزه و امید تحصیلی در دانش آموزان دبیرستانی نشان داد.

نتایج نشان داد که بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش درونی و بی انگیزشی در مرحله پس آزمون تأثیر داشت و تداوم این تأثیر در مرحله پیگیری را نیز در برداشت. همچنین نتایج نشان داد که بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش بیرونی تأثیر نداشت. در خصوص اثربخشی بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش تحصیلی پژوهشی یافت نشد. اما مطالعاتی همسو با یافته های این پژوهش در اثربخشی تئوری انتخاب در زمینه های تحصیلی و بر روی جامعه دانش آموزان وجود داشت (صمدیان و همکاران، ۱۳۹۸، سلیمانی و همکاران، ۱۳۹۸، سلیمانی و همکاران، ۱۳۹۷، خاکسار و همکاران، ۱۳۹۷، نیروزاده و همکاران، ۱۳۹۶، نیکبخت و همکاران، ۱۳۹۲، Nurjanah & et al, 2020).

در تبیین یافته مذکور می توان گفت که نظریه انتخاب معتقد است هر آنچه از ما سر می زند رفتار است و تمام رفتارهای ما از درون برانگیخته می شوند و معطوف به هدف اند و هدف هر رفتار ارضای یکی از نیازهای اساسی است. نظریه انتخاب معتقد است هنگامی که افراد در ارضای نیازهای خود ناکام می شوند، دست به رفتار می زنند؛ یعنی رفتار و عمل خاصی را انتخاب می کنند تا شاید بدان وسیله نیازهایشان را برآورده کنند. این رفتار هدفش ارضای نیازهای مورد نظر است. در آموزش نظریه انتخاب و کنترل گلاسرفراد یاد می گیرند که تمرکز را از روی رفتار دیگران بردارند و بر رفتار خود متمرکز کنند. در واقع تمرکز و کنترل بر رفتار خویش باعث افزایش انگیزش درونی تحصیلی در دانش آموزان می شود.

اگرچه در مطالعات مذکور، جامعه هدف در مقایسه با مطالعه حاضر متفاوت بود، اما در مطالعه مذکور، گروهی با آسیب پذیری روانشناختی بالا هدف قرار گرفته بود که از این لحاظ همراستا با مطالعه حاضر است.

در تبیین یافته مذکور می توان گفت در تئوری انتخاب به افراد آموزش داده می شود که مسئولیت رفتار خود را بپذیرند. مسئولیت پذیری نیز به نوبه خود به عمل منتهی می شود. وقتی افراد مسئولیت رفتار و کارهای خود را می پذیرند، آنگاه فرمانده اصلی زندگی هستند و می توانند تفکرات و نگرشها را تغییر دهند و یک سری اعمال اصلاحی انجام دهند می توانند رفتارهای خود تغییر دهند و هیجانات خود را بپذیرند و با آنها کنار بیایند، در واقع نتیجه مسئولیت پذیری بهبود وضعیت زندگی و افزایش شادی و امید می شود. این نظریه کنترل درونی را در افراد تقویت می کند، و به افراد می آموزد که خوشبختی آنها و موفقیت آنها نه در اتفاقات تلخ گذشته، بلکه در دستان خود آنهاست. آنها می توانند آینده خود را آن طور که دوست دارند رقم بزنند واقعیت درمانی به افراد می آموزد که دیگران نه می توانند ما را خوشبخت و سعادتمند کنند و نه بدبخت و افسرده بلکه این خود ما هستیم که زمینه ساز خوشبختی یا بدبختی خود می شویم. افزایش کنترل درونی و دقت و آگاهی از انتخابها موجب افزایش مسئولیت پذیری، و در نتیجه زمینه ساز امید تحصیلی می شود.

علاوه بر آن، در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثر بخشی آموزش مبتنی بر تئوری انتخاب بر امید تحصیلی دانش آموزان می توان گفت، آموزش مبتنی بر تئوری انتخاب به افراد می آموزد مسئولیت رفتارهای خود در زمینه های مختلف فردی اجتماعی و خانوادگی را بپذیرند (Miloff & et al, 2019). مسئولیت پذیری نیز به نوبه خود به عمل منتهی می شود وقتی دانش آموزان مسئولیت رفتارهای تحصیلی خود در قبال عملکرد تحصیلی را می پذیرند آنگاه می توانند تفکرات و نگرشها را تغییر داده و یکسری اعمال اصلاحی انجام دهند، می توانند رفتارهای تحصیلی خود را تغییر داده و با بهبود نگرش رفتار و هیجانات تحصیلی، امید تحصیلی بالاتری را تجربه نمایند. علاوه بر این آموزش مبتنی بر تئوری انتخاب کنترل درونی را در افراد تقویت می کند (Benbow & Anderson, 2019). در واقع این روش آموزشی به دانش آموزان می آموزد که خوشبختی آنها و موفقیت آینده آنها نه در اتفاقات تلخ گذشته بلکه در دستان خود آنهاست و آنها می توانند آینده تحصیلی خود را همانگونه که دوست دارند رقم بزنند. آموزش مبتنی بر تئوری انتخاب به آنان می آموزد که وضعیت تحصیلی حال حاضر آنان به دلیل رفتارها و اعمال دیگران نیست بلکه خود آنها

در واقع پژوهشگران در حوزه انگیزش تحصیلی معتقدند که در دوره نوجوانی داشتن انگیزه تحصیلی از اهمیت زیادی برخوردار است و برنامه ریزی برای آموزش مهارت هایی که به توانمندی نوجوانان به منظور افزایش انگیزه تحصیلی کمک کند دو هدف عمده را دنبال می کند: (۱) توسعه قدرت انتخاب، مسئولیت پذیری، انگیزش درونی، اولویت بندی نیازها و خود تنظیمی انگیزشی برای برنامه ریزی کوتاه مدت و بلندمدت تحصیلی (۲) افزایش توانایی در کنترل هدفهای انتخابی تحصیلی به گونه ای که خواسته های کوتاه مدت به صورت مؤثر با آینده نگری بتواند از اهداف بلندمدت پشتیبانی نماید و فرایند پیشرفت تحصیلی را پشتیبانی نماید (Glasser, 2010; Wubbolding, 2008).

بسیاری از پژوهشها نشان داده است که برنامه آموزش مبتنی بر آموزه های نظریه انتخاب باعث ارتقا توانمندیهای مرتبط با انگیزش تحصیلی می شود و از وقوع رویدادهای مخاطره آمیز در مسیر پیشرفت تحصیلی نوجوانان می کاهد (Passaro & et al, 2004; Glasser, 2007). در همین رابطه نظر Glasser (2010) بیان کرده که آموزش و پرورش به عنوان عامل فراهم ساز شرایط انگیزشی از طریق آموزش اصول تجربی نظریه انتخاب به دانش آموزان می تواند مؤثر واقع شود. ایجاد انگیزش تحصیلی و ارتقا آن با درگیر ساختن نوجوانان با مفاهیم و مؤلفه های سیستم تجربی نظریه انتخاب (انتخاب خواسته ها، عمل کردن به آنها، ارزشیابی و طرح ریزی می تواند در حوزه انگیزشی و هیجانی نقش حمایتی و مواجهه ای داشته باشد (Glasser, 2000، ترجمه صاحبی، ۱۳۹۵). همچنین با بهره مندی از برنامه آموزشی برگرفته از چارچوب نظریه انتخاب می توان قالب های درماندگی آموخته شده را در دانش آموزان در هم شکست و دانش آموزان را متوجه راهبردهایی کرد که توانایی و خودکنترلی را ملاک موفقیتهای خویش قرار دهند.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر امید تحصیلی در مرحله پس آزمون تأثیر داشته است و تداوم این تأثیر در مرحله پیگیری را نیز در بر داشته است. در خصوص اثربخشی بسته ی آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر امید تحصیلی پژوهشی یافت نشد. اما پژوهش هایی همسو با یافته های این پژوهش در اثربخشی بسته آموزشی تدوین شده براساس تئوری انتخاب در زمینه های تحصیلی و بر روی جامعه دانش آموزان وجود دارد. (امیری و همکاران، ۱۴۰۱، عرب کلمری و همکاران، ۱۳۹۹، شریعتی پور و همکاران، ۱۳۹۸، بدالهی صابر و همکاران، ۱۳۹۸، Younesi & et al, 2017; Law & Guo, 2015). مطالعات دیگری نیز وجود دارد که تأثیر آموزش تئوری انتخاب را بر امید به زندگی نشان دادند (زویداوی و صفرزاده، ۱۳۹۹).

بسته آموزشی نظریه انتخاب می‌تواند ابزار ارزشمندی برای تقویت انگیزه و امید تحصیلی دانش‌آموزان پسر دبیرستانی در ایران باشد. تحقیقات بیشتر و اجرای مداخلات آموزشی مشابه بر اساس تئوری انتخاب ممکن است بینش و مزایای بیشتری را برای دانش‌آموزان در محیط‌های آموزشی متنوع به همراه داشته باشد.

محدودیت‌ها و پیشنهادات

محدودیت‌های این پژوهش شامل پایین بودن روایی بیرونی و تعمیم‌پذیری نتایج به دلیل شرایط کنترل شده ی پژوهش و در نظر گرفتن دانش‌آموزان پسر به عنوان جامعه ی آماری، محدود بودن زمان اجرای دوره ی آموزشی بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود که بسته آموزشی تدوین شده در دختران و در گروه‌های مختلف با رشته‌ها و مقاطع تحصیلی مختلف همچنین در مدارس غیر انتفاعی و تیزهوشان به اجرا درآید تا تعمیم‌پذیری برنامه آموزشی مورد نظر جهت بررسی محتوا و روش‌های آموزشی به کار گرفته شده افزایش یابد. همچنین پیشنهاد می‌شود که بسته آموزشی در مراکز مشاوره آموزش و پرورش در قالب برنامه آموزش‌های گروهی، کارگاه‌های آموزشی و نیز در مشاوره‌های انفرادی مورد استفاده قرار گیرد.

موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نموده‌اند، اعلام می‌دارند. همچنین، از دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان به دلیل حمایت مالی تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

هستند که زمینه ساز موفقیت تحصیلی خود می‌شوند افزایش کنترل درونی باعث افزایش مسئولیت‌پذیری و در نتیجه زمینه ساز بهبود خودکارآمدی تحصیلی و افزایش امید تحصیلی می‌شود. بدین صورت که دانش‌آموزان با درک کنترل درونی شرایط محیطی خود همچون شرایط تحصیلی نامساعد خود را نتیجه روندی می‌دانند که خود برگزیده‌اند؛ نه اینکه توسط محیط و اطرافیان بر آنان تحمیل شده باشد بنابراین با تمرکز بر این فرایند تلاش می‌کنند تا با بهبود شرایط تحصیلی، امید تحصیلی بالاتری را تجربه می‌کنند.

همچنین به نظر می‌رسد مدرسه محور بودن برنامه‌های ارائه شده به دلیل هم‌راستا بودن با تئوری انتخاب و احساس شادی و نشاط ناشی از پر کردن ظرف نیاز به تفریح و سرگرمی دانش‌آموزان به دلیل متنوع بودن فعالیتهای موجود در پروتکل مداخله از قبیل فعالیتهای گروهی، بازی با کارت‌ها و... و دادن انتخابهای بیشتر به آنها به جای برنامه‌های به شدت کنترل‌کننده یکنواخت و کسل‌کننده متمرکز رایج در مدارس در اثر بخشی بسته آموزشی در ایجاد، و تداوم امید تحصیلی تأثیر داشته است به نظر می‌رسد تأکید تئوری انتخاب بر شیوه‌های مؤثر و مسئولانه رفع نیازها به عنوان منشأ اصلی رفتار افراد و انتخابهای آنان موجب افزایش کارآمدی دانش‌آموزان در برخورد با چالش‌های تحصیلی می‌شود.

نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه نشان داد که بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب تأثیر مثبتی بر انگیزه درونی و بی‌انگیزگی و نیز امید تحصیلی دانش‌آموزان پسر دبیرستانی ایران داشت. گروه آزمایش در این زمینه‌ها نسبت به گروه کنترل در مراحل پس از آزمون و پیگیری پیشرفت‌های قابل توجهی نشان دادند. در این مطالعه تفاوت آماری معنی‌داری در نمرات گروه آزمایش در انگیزش و امید تحصیلی در مراحل پس از آزمون و پیگیری مشاهده شد. نمرات انگیزش درونی و بی‌انگیزگی و همچنین امید تحصیلی آزمودنی‌ها در گروه آزمایش بهبود معنی‌داری نشان داد. اما تفاوت معنی‌داری در نمرات انگیزش بیرونی بین گروه آزمایش و کنترل گزارش نشد. نتایج همچنین نشان داد که بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب بر مؤلفه‌های انگیزش تحصیلی (انگیزه درونی و بی‌انگیزگی) و امید تحصیلی در دو مرحله پس از آزمون و پیگیری تأثیر معناداری داشت. تفاوت میانگین نمرات پیش از آزمون و پس از آزمون و همچنین پیش از آزمون و پیگیری نسبت به تفاوت بین نمرات پس از آزمون و پیگیری معنادارتر بود. این نشان می‌دهد که اثرات مثبت بسته آموزشی در طول زمان پایدار بوده است. این مطالعه نشان داد که

<https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1484937>

Cokley, K. (2015). A confirmatory factor analysis of the academic motivation scale with black college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 48(2), 124-139. doi: 10.1177/0748175614563316

Dami, Z. A., Tameon, S. M., & Saudale, J. (2020). The predictive role of academic hope in academic procrastination among students: a mixed methods study. *Pedagogika*, 137(1), 208-229. <https://doi.org/10.15823/p.2020.137.12>

Deci, E. L., & Ryan, R.M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. In R. M. Ryan (Ed.), *Oxford handbook of human motivation* (pp. 85-107). Oxford, UK: Oxford University Press

Deci, E., & Ryan, R. (Eds.), (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2014). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. In R. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of human motivation* (pp. 85-107). New York, NY: Oxford University Press.

Feldman, D.B., & Snyder, C.R. (2005). Hope and meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3): 401-421.

Gallagher, M. W., Marques, S. C., & Lopez, S. J. (2017). Hope and the academic trajectory of college students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 341-352.

Glasser, W. (2000). *Income choice theory on the psychology of hope*. Translated by Ali Sahibi (2015). Tehran: Sayeh Sokhn. [Persian]

Glasser, W. (2007). *Glesser quality school: a combination of choice theory and the competence*

Glasser, W. (2010). *My Vision for the International Journal of Choice Theory and*

واژه نامه

1. motivation	۱. انگیزش
2. academic motivation	۲. انگیزش تحصیلی
3. academic hope	۳. امید تحصیلی
4. The Academic Motivation Scale	۴. مقیاس انگیزش تحصیلی
5. Intrinsic Motivation	۵. انگیزش درونی
6. Knowledge	۶. دانستن
7. Stimulation	۷. تجربه محرک
8. Accomplishment	۸. پیشرفت
9. Extrinsic Motivation	۹. انگیزش بیرونی
10. External Regulation	۱۰. تنظیم بیرونی
11. Intorjected Regulation	۱۱. درون فکنی
12. Identified Regulation	۱۲. همانندسازی
13. Amotivation	۱۳. بی انگیزشی
14. Construct	۱۴. روایی سازه‌ای

فهرست منابع

Amiri, M.; Masrabadi, J., Farid, A., & Sheikh Alizadeh, S. (2022). The effectiveness of the behavioral management training package based on choice theory in reducing student indiscipline in school. *Educational Innovations*, 21(1), 165-189. [Persian]

Arab Kalmeri, M., Shiroudi, Sh & Zarbakhsh, M. R. (2019). Evaluating the effectiveness of teaching the basics of choice theory on responsibility and enthusiasm for school in secondary school students. *Journal of Disability Studies*, 21(1), 189-165. [Persian]

Barani, H., Rahpeyma, S., & Khormai, F. (2018) The relationship between academic hope and academic avoidance, the mediating role of academic self-regulation. *Quarterly Journal of Developmental Psychology*, 15(59), 335-323 [Persian]

Benbow, A.A., Anderson, P.L. (2019). A meta-analytic examination of attrition in virtual reality exposure therapy for anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 61, 18-26.

Cheavens, J. S., Heiy, J. E., Feldman, D. B., Benitez, C., & Rand, K. L. (2019). Hope, goals, and pathways: Further validating the hope scale with observer ratings. *The Journal of Positive Psychology*, 14(4), 452-462.

- (academic motivation, self-efficacy, test anxiety) of high school students. *Educational Psychology (Psychology and Educational Sciences)*, Volume 9, Number 27, 49-66. [Persian]
- Montazeri, H., Habibzadeh, A., & Jadidi, D. (2014). The effect of social desirability on academic rigor in the second year high school students of Nem city. Presentation at the first scientific research conference of educational sciences and psychology of social and cultural harms in Iran, Tehran: Soroush Hikmat Mortazavi Islamic Studies and Research Center, Scientific Association for the Development and Promotion of Basic Sciences and Techniques. [Persian]
- Natalya, L., & Purwanto, C.V. (2018). Exploratory and Confirmatory Factor Analysis of the Academic Motivation Scale (AMS)–Bahasa Indonesia. *Makara Hubs-Asia*, 22(1), 29-42.
- Nikbakht, A., Abdkhodaei, M.S., & Hassan Abadi, H. (2012). The effectiveness of group reality therapy on increasing academic motivation and reducing academic procrastination of students. *Researches in clinical psychology and counseling*, 3(2), 81-94. [Persian]
- Nirazadeh, Sh., Yousefi, F., Fouladcheng, M. & Hosseinchari, M. (2016). The effectiveness of education based on the approaches of choice theory and rational-emotional behavior therapy on the motivation of academic achievement and the difficulty of emotion regulation. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 18(2), 37-50. [Persian]
- Nurjanah, A.S., Sarryata, S., & Zatrachadi, M.F. (2020). The effectiveness of reality therapy in improving learning motivation and discipline. *Psikopedagogia, jurnal bimbingan dan konseling*, 5(2), 87-91.
- Passaro, P. D., Moon, M., Wiest, D. J., & Wong, E. H. (2004). A model for school psychology practice: Addressing the needs of students with emotional and behavioral challenges through the use of an inschool Reality therapy. *International Journal of Choice Theory and Reality*, 29(2), 12-20.
- Idan, O., & Margalit, M. (2013). Hope theory in education systems. In: G. M. Khaksar, M., Doortaj, F., Ebrahimi Qawamabadi, S., & Saadipour, A. (2017). Compilation and validation of school-based educational package based on selection theory and determining its effectiveness on academic vitality. *Journal of Educational Psychology Studies*, 15(31), 111-144. [Persian]
- Komarc, M., Harbichová, I., & Scheier, L. M. (2020). Psychometric validation of Czech version of the Sport Motivation Scale. *Plos one*, 15(1), e0227277.
- Law F.M., & Guo G.J. (2015). Choice and Hope: A Preliminary Study of the Effectiveness of Choice-Based Reality Therapy in Strengthening Hope in Recovery for Women Convicted of Drug Offences in Taiwan. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*. 61,3,56-67.
- Lopez, S J , Pedrotti J.T., & Snyder C.R . (2018) . *Positive psychology : The scientific and practical explorations of human strengths*. Netherland : Sage Publications.
- Lynch, A. D., Lerner, R. M., & Leventhal, T. (2013). Adolescent academic achievement and school engagement: An examination of the role of school-wide peer culture. *Journal of Young Adolescence*, 42, 6-12.
- Miloff, A., Lindner, P., Dafgård, P., Deak, S., Garke, M., Hamilton, W., Heinsoo, J., Kristoffersson, G., Rafi, J., Sindemark, K., Sjölund, J., Zenger, M., Reuterskiöld, L., Andersson, G., Carlbring, P. (2019). Automated virtual reality exposure therapy for spider phobia vs. in-vivo one-session treatment: A randomized noninferiority trial. *Behaviour Research and Therapy*, 118, 130-140.
- Mohammadi Darvish Bakhali, N.; Hatami, H. - Asadzadeh, H.; Ahadi, H. (2019). Investigating the effect of teaching self-regulation strategies (cognitive and metacognitive) on motivational beliefs

- Soleimani, Z., Ghaffari, M., Baezt, F. (2017). The effectiveness of group reality therapy on the academic vitality of students with specific learning disorders. *Learning Disabilities*, 7(25), 68-86. [Persian]
- Utvær, B.K.S., & Haugan, G. (2016). The Academic Motivation Scale: Dimensionality, Reliability, and Construct Validity Among Vocational Students. *Nordic Journal of Vocational Education and Training*, 6(2), 17-45.
- Visani, M., Gholamali Lolsani, M. & Ajei, J. (2011). The role of progress goals, academic motivation and learning strategies on statistics anxiety: a causal model test. *Scientific Research Journal of Psychology*. Volume 62. Year 16, Number 2.142-160. [Persian]
- Wubbolding, R. (2008). More searching for mental health. *International Journal of Choice Theory*, 2(1), 6-9.
- Yadollahi Saber, F., Ebrahimi, M.A., Zamani, N. & Sahibi, A. (2018). Determining the effectiveness of choice theory education on the responsibility and hope of female students. *Social Cognition*, 1(13), 20-32. [Persian]
- Yotsidi, V., Pagoulatou, A., Kyriazos, T., & Stalikas, A. (2018). The role of hope in academic and work environments: An integrative literature review. *Psychology*, 9(3), 385-402. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.93024>
- Younesi, S. J., Khazan, K., Jani, S., & Mahdizadeh, Z. (2017). The Effectiveness of Reality Therapy Concepts on Self-esteem of the Elderly in the Center of Aramesh in Parsabad. *Journal of Advances in Medical and Pharmaceutical Sciences*, 12(1): 1-8,
- Zovidavi, J., & Safarzadeh, S. (2019). Effectiveness of group reality therapy on social well-being, life expectancy and source of control in women with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatric Nursing* 2019; 8 (6): 106-117. [Persian]
- support room and reality therapy. *Adolescence*, 39(155), 503
- Peyravi, M., Amirkhani, M., Abadi, F., Abbasi Jahromi, A., Sheidaie, S., & Modreki, A. (2020). The effect of positive thinking training on different dimensions of quality of life of hemodialysis patients: A Randomized controlled clinical trial. *Nephro-Urology Monthly*, 12(3), e105052. <https://doi.org/10.5812/numonthly.105052>
- Rashvanlu, Tanahi, F. & Hijazi, A. (2008). The relationship between perception of parents' parenting style with academic motivation and academic achievement in high school students. *Bimonthly scientific research journal of Shahid University*, 16(39): 1-14. [Persian]
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford. ISBN 978-1-4625-2876-9.
- Sahibi, A. (2016). Theory of choice and reality therapy in school. *School Counselor Growth*, 22: 25-35. [Persian]
- Samadian, M., Livarjani, S., & Panahali, A. (2018). The effectiveness of choice theory training on self-efficacy, goal orientation and academic motivation of ninth grade female students in Bonab city. *Educational Journal*, 14 (60), 100-79. [Persian]
- Sephovand, T. & Karmi, K. (2008). Examining the evolutionary process of hope and its authors in Kahn's work: a cross-sectional study from 20 to 60 years of age, *Masthete Psychology Journal* (1), 29-40. [Persian]
- Shariatipour S., Barabadi Hossein A., Heydarnia A. (2018). The effectiveness of group reality therapy based on choice theory on the psychological capital of homeless teenage girls. *Counseling Research*, 18 (71): 59-36. [Persian]
- Soleimani, Z; Ghafari, M., & Baezt, F. (2018). Effectiveness of group reality therapy on academic self-concept of students with specific learning disorder. *Psychological achievements (educational sciences and psychology)*, 26, 2 (22), 242-219. [Persian]