

## Educational Self-regulation Prediction Based on the Components of the Attribution Styles among Secondary School Students in Sari City in Northern Iran

Khairulnesa Shirdel<sup>1</sup>, Mohammad-Kazem Fakhri<sup>2\*</sup>, Bahram Mirzaian<sup>3</sup>

1. Ph.D. Candidate of Educational Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Sari, Mazandaran, Iran.
2. Assistant Professor, General Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Sari Branch, Mazandaran, Iran
3. Assistant Professor, Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Sari Branch, Mazandaran, Iran

\***Corresponding Author:** Mohammad-Kazem Fakhri, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Sari Branch, Mazandaran, Iran.

**Email:** Fakhri@iausari.ac.ir

**Received:** 7 March 2019

**Accepted:** 29 April 2019

**Published:** 31 December 2019

### How to cite this article:

Shirdel K, Fakhri MK, Mirzaian B. Educational Self-regulation Prediction Based on the Components of the Attribution Styles among Secondary School Students in Sari City in Northern Iran. *Salamat Ijtimai (Community Health)*. 2020; 7(2):175-182. DOI: <http://doi.org/10.22037/ch.v7i2.25256>.

### Abstract

**Background and Objectives:** One of the motivational-cognitive factors influencing various aspects of human life such as learning and academic achievement is attribution style. The purpose of this study was to predict educational self-regulation based on the components of attribution style among students.

**Materials and Methods:** The research was of descriptive-correlational design and the statistical population included all secondary school students in the city of Sari in northern Iran during the 2016-2017 academic year, among whom 375 students were selected using cluster and stratified sampling. Among participants 160 were boys and 215 girls. The data collection tool was the self-regulatory questionnaire and the attribution style questionnaire (ASQ). Pearson correlation coefficient and multivariate regression analysis using SPSS software version 22 were used to analyze data.

**Results:** The mean (SD) age of boys was 16.4 (3.4) and girls 16.8 (3.7). By increasing the score of attribution styles with the mean (SD) 147.9 (15.2) and its components including locus of control with the mean (SD) 49.7 (6.7), stability 49.2 (6.0) and comprehensiveness 48.9 (7.9), student's self-regulation with the mean (SD) 45.5 (7.9) increased ( $P < 0.01$ ). In addition, the locus of control component predicted self-regulation ( $P < 0.001$ ). However, stability and comprehensiveness did not predict self-regulation.

**Conclusion:** The study showed that by the increase in the score of documentary styles, self-regulation increased. In addition, the source of control from the variable components of attribution styles predicted student self-regulation.

**Keywords:** Educational self-regulation; Attribution styles; Students.

**Conflict of Interest:** None of the authors has any conflict of interest to disclose.

**Ethical publication statement:** We confirm that we have read the Journal's position on issues involved in ethical publication and affirm that this report is consistent with those guidelines.

**Ethical code:** IR.IAUSARI.REC.1396.41501.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## پیش بینی خودتنظیمی تحصیلی براساس مؤلفه های سبک های اسنادی دانش آموزان دوم متوسطه ناحیه یک شهر ساری

خیرالنسا شیردل<sup>۱</sup>، محمد کاظم فخری<sup>۲\*</sup>، بهرام میرزائیان<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکترای روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مازندران، ایران.
۲. استادیار، روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مازندران، ایران.
۳. استادیار، روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مازندران، ایران.

\* نویسنده مسئول: محمد کاظم فخری، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مازندران، ایران.

Email: Fakhri@iausari.ac.ir

تاریخ پذیرش: اردیبهشت ۱۳۹۸

تاریخ دریافت: اسفند ۱۳۹۸

### چکیده

**زمینه و هدف:** یکی از عوامل انگیزشی شناختی که بر ابعاد مختلف زندگی انسان از جمله یادگیری و پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد، سبک های اسنادی است. هدف پژوهش حاضر، پیش بینی خودتنظیمی تحصیلی بر اساس مؤلفه های سبک های اسنادی دانش آموزان بود.

**روش و مواد:** روش پژوهش توصیفی همبستگی و جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر ساری در سال تحصیلی ۹۶ - ۱۳۹۵ بود که از این تعداد ۳۷۵ دانش آموز با روش نمونه گیری خوشه ای و طبقه ای وارد مطالعه شدند. از این تعداد ۱۶۰ نفر پسر و ۲۱۵ نفر دختر بودند. ابزار جمع آوری داده ها، پرسشنامه خودتنظیمی تحصیلی و پرسشنامه سبک های اسنادی بود. برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش از روش های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره با کمک نرم افزار SPSS-22 استفاده شد.

**یافته ها:** میانگین (انحراف معیار) سن پسران (۳/۴) ۱۶/۴ و دختران (۳/۷) ۱۶/۸ سال بود. با افزایش میانگین (انحراف معیار) نمره کل سبک های اسنادی (۱۵/۲) ۱۴۷/۹ و مؤلفه های آن شامل منبع کنترل (۶/۷) ۴۹/۷، میزان ثبات (۶) ۴۹/۲ و جامعیت (۶/۳) ۴۸/۹، میزان خودتنظیمی تحصیلی (۷/۹) ۴۵/۵ دانش آموزان افزایش یافت ( $P < 0/01$ ). همچنین مؤلفه منبع کنترل متغیر ملاک خودتنظیمی را پیش بینی می کرد ( $P < 0/01$ ) ولی متغیر میزان ثبات و جامعیت توان پیش بینی خودتنظیمی را نداشتند.

**نتیجه گیری:** مطالعه نشان داد که با افزایش مؤلفه های سبک های اسنادی، خودتنظیمی تحصیلی دانش آموزان افزایش یافت. همچنین از بین مؤلفه های متغیر سبک های اسنادی، مؤلفه منبع کنترل، خودتنظیمی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی می کند.

**واژگان کلیدی:** خودتنظیمی تحصیلی، سبک های اسنادی، دانش آموزان.

## مقدمه

یکی از مفاهیم مطرح در ابعاد تعلیم و تربیت معاصر که بر استقلال دانش آموزان تأکید دارد، خودتنظیمی تحصیلی است. خودتنظیمی در یادگیری از مقوله هایی است که به نقش فرد در فرایند یادگیری توجه دارد. خودتنظیمی به فرایندی اطلاق می گردد که به وسیله آن افراد اعمال خود را در پی گیری اهداف خود کنترل نموده و جهت می دهند (۱). خودتنظیمی فرایندی است که به یادگیرنده کمک می کند مهارت هایی از جمله تنظیم اهداف، انتخاب، جایگزینی راهبردها و کنترل اثربخش را کسب کند (۲). همچنین، خود تنظیمی به عنوان فعالیت فعال و ساختار یافته است که فرد اهدافی را برای یادگیری در نظر می گیرد، سپس با نظارت و تنظیم و کنترل انگیزه و رفتارها برای رسیدن به آن اهداف تلاش می کند (۳) که این امر به دانش آموزان کمک می کند تا عادات یادگیری بهتری را در خود به وجود بیاورند و مهارت های مطالعه خود را بهبود بخشند (۴). بین راهبردهای یادگیری خودتنظیمی با پیشرفت تحصیلی رابطه معنی داری وجود دارد و یادگیری خودتنظیمی، راهبردهای یادگیری شناختی (تفکر انتقادی، بسط، سازماندهی، تکرار و مرور) را پیش بینی می کند (۵).

یکی از عوامل انگیزشی شناختی که بر ابعاد مختلف زندگی انسان از جمله یادگیری و پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد اسنادهایی است که آنان درباره علل وقایع و رویدادهای زندگی از جمله موفقیت ها و شکست های خود می سازند. اسناد یا نسبت دادن بر تفسیر و تبیینی که فرد برای علل رویدادها و نتایج اعمالش (موفقیت ها و شکست ها) بر می گزیند اشاره دارد و از مهم ترین منابع انگیزشی انسان محسوب می شود (۶). سبک های اسنادی، دربرگیرنده مجموعه وسیعی از عقاید، قواعد و پیش فرض هایی است که به چگونگی درک و استنباط افراد از علل رفتار خود و دیگران مربوط است (۷). انسان ها دارای دو نوع اسناد اصلی یا شیوه تفسیر رفتار، درونی و بیرونی هستند. در اسناد درونی، رفتار به خصوصیات فردی، علل درونی، پایدار و کلی و در سبک اسناد بیرونی به فشارهای محیطی و اجتماعی، علل بیرونی، ناپایدار و اختصاصی نسبت داده می شود. در واقع، فرایند اسناد که در سراسر زندگی شخص مشاهده می شود در حوزه آموزش و پرورش رسمی، به ویژه در فرایند آموزش بیشتر مطرح می شود، زیرا اینکه فراگیر کامیابی و ناکامی خود را به چه چیز نسبت دهد در انگیزش یادگیری او تأثیر مستقیم دارد (۸). سبک اسنادی مثبت یکی از عوامل پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی است. براساس نتایج پژوهش های صورت گرفته در این حوزه، سبک های اسنادی دانش آموزان عامل مهمی در پیش بینی کیفیت یادگیری تحصیلی، میزان استقبال او از رویارویی یا اجتناب از موقعیت ها و تکالیف چالش انگیز یادگیری آنان است (۹).

Luginbuhl & Crowe (۱۰) نشان دادند که تمایل اسناد موفقیت به عامل های درونی و ناپایدار بیشتر از شکست است و تعامل قوی، تمایل به اسناد موفقیت به شکست در مقابل توانایی، همچنین اسناد شکست به فقدان توانایی در مقابل فقدان کوشش وجود دارد و نهایتاً عامل سختی تکلیف، اثر معناداری بر سبک اسنادها نداشت. نتایج پژوهش دیگری نشان داد که آموزش های اسنادی، موجب درونی تر شدن اسنادها و بهبود رفتار می شوند (۱۱). همچنین کودکانی که به آسانی کارها را رها می کردند، اظهارات منفی تری درباره خود داشتند و شکست را به فقدان توانایی و سختی تکلیف نسبت می دادند اما کودکانی که پایداری بیشتری از خود نشان دادند، اظهارات شان در مورد راهبردهای عملکردی بود (۱۲). از سوی دیگر، یزدان پناه و همکارانش (۱۳) در مطالعه خود نشان دادند که سبک اسنادی اغلب فراگیران سبک بیرونی است که این امر تأثیر سویی بر انگیزه، تلاش، مسئولیت پذیری و نهایتاً موفقیت آنها خواهد گذاشت. بدین منظور پژوهش های پیشین انجام شده در خصوص متغیرهای مورد بحث به طور کامل مطالعه گردید تا برای هر یک از متغیرها یک چارچوب نظری و تئوری مناسب و قدرتمندی انتخاب گردد که نتایج آن می تواند بستر بهتری برای برنامه ریزی ها، اتخاذ تصمیمات و رویکردهای مناسب تر، هم چنین بکارگیری مداخلات صحیح تر، از جمله تربیت دانش آموزان خودتنظیم دارای سبک اسناد خوش بینانه، و پیشگیری هر چه بیشتر و جدی تر از شیوع روزافزون سبک بدبینانه و بالطبع نتایج و آثار منفی مرتبط با آن را فراهم آورد. ضرورت انجام پژوهش حاضر در بین دانش آموزان از آن جهت است که یافته های پژوهش های ذکر شده از سویی نشان از اهمیت قابل ملاحظه خودتنظیمی در تمامی عرصه های زندگی و به ویژه در زمینه تحصیلی دانش آموزان دارد. از سویی دیگر برخی یافته ها نشان می دهند که سبک های اسنادی دانش آموزان می تواند نقش قابل ملاحظه ای در

خودتنظیمی آنان داشته باشند اما به طور خاص، خودتنظیمی تحصیلی مورد بررسی قرار نگرفته است و پژوهش‌ها بیشتر در حیطه خودتنظیمی به صورت کلی و تنظیم هیجان بوده است. لذا، هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی خودتنظیمی تحصیلی براساس مؤلفه‌های سبک‌های اسنادی دانش‌آموزان دوم متوسطه ناحیه یک شهر ساری بود.

### روش و مواد

پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر ساری بودند. جامعه این پژوهش ۱۲۷۹۰ نفر بودند که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵، مشغول به تحصیل بودند. تعداد نمونه با توجه به این که روش پژوهش که از نوع همبستگی بود، به ازای هر سطح متغیر پیش‌بینی کننده، تعداد ۳۰ نفر انتخاب شده است. با توجه به این که در این پژوهش، سبک‌های اسنادی دارای سه مؤلفه بود، تعداد نمونه مناسب ۱۲۰ نفر بدست آمد که با توجه به ریزش، تعداد ۳۷۵ دانش‌آموز (۲۱۵ دختر و ۱۶۰ پسر) انتخاب شدند. در این پژوهش مشارکت کنندگان به صورت تصادفی طبقه‌ای از بین دانش‌آموزان رشته‌های مختلف (علوم انسانی، علوم تجربی، ریاضی فیزیک) انتخاب شدند و نسبت سهمی جنسیت در کل نمونه در نظر گرفته شد. نخست فهرستی از همه دبیرستان دخترانه و پسرانه شهر ساری تهیه شد. سپس یک گروه نمونه تصادفی متشکل از سه دبیرستان دخترانه و سه دبیرستان پسرانه انتخاب شد. در مرحله بعد تعداد دو کلاس از میان کلاس‌های رشته‌های علوم انسانی، علوم تجربی و ریاضی فیزیک در هر یک از دبیرستان‌ها به طور تصادفی انتخاب شدند و همه دانش‌آموزان آن کلاس‌ها مورد ارزیابی قرار گرفتند. از آنجا که به برخی پرسشنامه‌ها اصلاً پاسخ داده نشد و یا به موارد محدودی از سوال‌ها پاسخ داده شده بود، از پژوهش حذف شدند. در نهایت، نتایج ۳۷۵ پرسشنامه در تحلیل وارد شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر ساری در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵، تحصیل در یکی از رشته‌های علوم انسانی، علوم تجربی، ریاضی فیزیک، و ملاک خروج از مطالعه نیز ارایه اطلاعات ناقص یا عدم همکاری بوده است. پرسشنامه‌ها همراه با توضیحات لازم به مشارکت کنندگان ارائه شد. جهت در نظر گرفتن ملاحظات اخلاقی پژوهش، کلیه افراد به صورت شفاهی اطلاعاتی در مورد پژوهش دریافت کرده و در صورت تمایل در پژوهش مشارکت می‌نمودند، این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار خواهند گرفت و به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت کنندگان ثبت نشد.

**پرسشنامه خودتنظیمی تحصیلی:** این پرسشنامه توسط Bouffard در سال ۱۹۹۵ ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۱۴ سوال است که برای سنجش خودتنظیمی که بر اساس نظریه شناختی اجتماعی Bandura طراحی شده است. سوالات این پرسشنامه در مقیاس لیکرت بوده و دو عامل راهبردهای شناختی و راهبردهای فراشناختی خودتنظیمی را می‌سنجد. در پرسشنامه خودتنظیمی برای هر سوال پنج گزینه در نظر گرفته می‌شود که شامل: کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم می‌باشد که به ترتیب نمرات از یک تا پنج داده می‌شود. مجموع نمرات هر فرد می‌تواند ۱۴ الی ۶۰ باشد. نمره بالاتر در هر مؤلفه گرایش فرد به کاربرد آن مؤلفه را نشان می‌دهد (۱۴). در یک پژوهش، ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش شده است که این آزمون قادر است ۵۲٪ واریانس خودتنظیمی را تبیین کند (۱۵). در این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه، ۰/۷۹ به دست آمد.

**پرسشنامه سبک اسنادی:** این پرسشنامه یک ابزار خود گزارش دهی است و نخستین بار برای اولین بار برای اندازه‌گیری اسناد افراد برای رویدادهای غیر قابل کنترل توسط Peterson & Seligman در سال ۱۹۸۴ ساخته شد. پرسشنامه سبک اسنادی در برگزیده دوازده موقعیت فرضی (شش رویداد خوب و شش رویداد بد) است. برای هر رویداد چهار پرسش مطرح شده است: نخستین پرسش که درباره مهم‌ترین علت این رویداد است، اگر چه در نمره گذاری به کار برده نمی‌شود اما ضروری است تا آزمودنی به سه پرسش بعد بر حسب موارد زیر پاسخ دهد. این موارد شامل درونی یا بیرونی، پایدار یا ناپایدار و کلی و اختصاصی بودن رویداد می‌باشد. نمره‌ها را می‌توان برای هر یک از سه بعد یاد شده در نظر گرفت (۱۶). ضریب آلفای کرونباخ برای موقعیت شکست درونی ۰/۷۵، موقعیت شکست پایدار ۰/۴۳، موقعیت شکست کلی ۰/۷۳ و در موقعیت موفقیت درونی ۰/۷۴، موقعیت موفقیت پایدار ۰/۵۶ و موفقیت کلی ۰/۷۶ به دست آمده است. پژوهش دیگر، برای پرسشنامه

سبک اسناد ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸ را گزارش نموده است (۱۷). در این پژوهش، ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش های این پرسشنامه، ۰/۷۴ به دست آمد.

در پژوهش حاضر، اطلاعات در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شدند. در سطح توصیفی گزارش میانگین و انحراف معیار و ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه و در سطح استنباطی، با توجه به اینکه طرح پژوهشی حاضر از نوع همبستگی است، از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS-22 استفاده شد.

### یافته ها

میانگین (انحراف معیار) سن پسران، ۱۶/۴ (۳/۴) و دختران ۱۶/۸ (۳/۷) سال بود که دامنه سنی از ۱۵ تا ۱۷ سال را شامل می شد. تعداد ۱۶۰ (۴۲/۷٪) نفر را دانش آموزان پسر و تعداد ۱۹۱ (۵۷/۳٪) نفر را دانش آموزان دختر تشکیل می دادند. جدول شماره ۱ میانگین (انحراف معیار) متغیرهای تحقیق را نشان می دهد.

### جدول شماره ۱- یافته های توصیفی و ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق

متغیرها	(انحراف معیار) میانگین	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱-سبک های اسنادی	۱۴۷/۹ (۱۵/۲)	-						
۲-منبع کنترل	۴۹/۷ (۶/۷)	۰/۷۳**	-					
۳-میزان ثبات	۴۹/۲ (۶)	۰/۶۹**	۰/۲۸**	-				
۴-جامعیت	۴۸/۹ (۶/۳)	۰/۷۰**	۰/۲۲**	۰/۲۷**	-			
۵-خودتنظیمی شناختی	۱۶/۴ (۳/۹)	۰/۳۱**	۰/۲۶**	۰/۲۸**	۰/۳۷**	-		
۶-خودتنظیمی فرا شناختی	۱۹/۴ (۳/۷)	۰/۳۴**	۰/۲۲**	۰/۲۹**	۰/۳۵**	۰/۳۸**	-	
۷-نمره کل خودتنظیمی	۴۵/۵ (۷/۹)	۰/۲۶۸**	۰/۲۴۱**	۰/۱۷۱**	۰/۱۵۵**	۰/۱۷۲**	۰/۷۰**	-

$P < 0.01$ \*\*

جدول شماره ۱ ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق را نشان می دهد. با افزایش میانگین (انحراف معیار) نمره کل سبک های اسنادی (۱۵/۲) ۱۴۷/۹ و مؤلفه های آن شامل منبع کنترل (۶/۷) ۴۹/۷، میزان ثبات (۶) ۴۹/۲ و جامعیت (۶/۳) ۴۸/۹، میزان خودتنظیمی تحصیلی (۷/۹) ۴۵/۵ دانش آموزان افزایش می یابد ( $P < 0.01$ ).

### جدول شماره ۲- مدل رگرسیونی پیش بینی خودتنظیمی تحصیلی به وسیله متغیرهای سبک های اسنادی

ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	اشتباه معیار
۰/۲۷۶ <sup>a</sup>	۰/۰۷۶	۰/۰۶۸	۷/۳۲۳

a. پیش بینی کننده ها: (ثابت)، جامعیت، منبع کنترل و میزان ثبات

جدول شماره ۲ نشان دهنده آن است که همبستگی بین خودتنظیمی تحصیلی و متغیر پیش بین یعنی سبک های اسنادی رابطه بسیار ضعیف بوده است. همچنین متغیرهای پیش بین یعنی منبع کنترل، میزان ثبات و جامعیت، تقریباً ۷/۶ درصد از تغییرات متغیر خودتنظیمی را تبیین می کنند.

### جدول شماره ۳- نتایج مربوط به تحلیل واریانس رگرسیون چند متغیره خودتنظیمی تحصیلی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
رگرسیون	۱۵۰۰/۷۹۴	۳	۵۰۰/۲۶۵	۹/۳۲۹	۰/۰۰۰ <sup>a</sup>
باقیمانده	۱۸۱۷۹/۱۴۲	۳۳۹	۵۳/۶۲۶		
کل	۱۹۶۷۹/۹۳۶	۳۴۲			

a. پیش بینی کننده ها: (ثابت)، جامعیت، منبع کنترل و میزان ثبات

همان طور که در جدول شماره ۳ نشان داده شده است با کنترل پیش آزمون، بین آزمودنی ها در گروه های گواه و آزمایش از لحاظ نمره خشم حالت ( $F=15/80, P<0/001$ )، خشم صفت ( $F=24/50, P<0/001$ )، فقدان کنترل خشم ( $P<0/001$ )، اضطراب ( $F=17/86, P<0/001$ ) و تفاوت معنی داری وجود دارد.

جدول شماره ۳ نشان می دهد که نسبت میانگین مجذورات رگرسیون بر باقیمانده پائین بوده است و آزمون ( $F=9/32$ ) با سطح معنی داری ( $P=0/001$ ) با  $0/95$  اطمینان معنی دار می باشد. نگاه به سطح معنی داری مدل نیز حاکی از این واقعیت است که مدل رگرسیون به دست آمده قابلیت پیش بینی متغیر ملاک (خودتنظیمی) را دارد و متغیرهای مستقل تغییر در متغیر وابسته را تبیین می کنند.

#### جدول شماره ۴- ضرایب رگرسیون استاندارد و غیر استاندارد برای خودتنظیمی تحصیلی

مدل	B	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده	
		خطای استاندارد	بتا	t	P
ثابت	۲۱/۱۲۲	۴/۹۷۱	-	۴/۲۴۹	۰/۰۰
منبع کنترل	۰/۲۴۴	۰/۰۶۹	۰/۱۹۶	۳/۵۴۴	۰/۰۰
میزان ثبات	۰/۱۳۸	۰/۰۸۳	۰/۰۹۲	۱/۶۴۹	۰/۱
جامعیت	۰/۱۱۶	۰/۰۷۴	۰/۰۸۶	۱/۵۵۶	۰/۱۲۱

جدول شماره ۴ ضرایب استاندارد و غیر استاندارد متغیرهای تحقیق را نشان می دهد، همان طور که ملاحظه می گردد، با افزایش نمرات منبع کنترل، خودتنظیمی افزایش می یابد ( $P<0/001$ ) اما متغیر میزان ثبات و جامعیت، خودتنظیمی را پیش بینی نمی کنند.

#### بحث

مطالعه نشان داد با افزایش نمره کل سبک های اسنادی و مؤلفه های آن شامل منبع کنترل، میزان ثبات و جامعیت، میزان خودتنظیمی تحصیلی دانش آموزان افزایش یافت. همچنین مؤلفه منبع کنترل متغیر ملاک خودتنظیمی را پیش بینی می کرد، ولی متغیر میزان ثبات و جامعیت توان پیش بینی خودتنظیمی را نداشتند.

نتایج این پژوهش حاکی از آن است که رابطه معنادار بین سبک های اسنادی با خودتنظیمی تحصیلی وجود دارد. به بیان دیگر، دانش آموزانی که از سبک های اسنادی استفاده می کنند، در برنامه های تحصیلی به صورت خودتنظیم عمل می نمایند. یافته های این پژوهش با نتایج یافته های پیشین از جمله پژوهش Azevedo و همکاران (۱۸) که دریافتند رابطه معناداری بین راهبردهای یادگیری و خودتنظیمی و سبک اسنادی وجود دارد، همسو می باشد. آنان نشان دادند آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی به طور معنی داری سبک اسنادی رویدادهایی با پیامد خوب را افزایش و سبک اسنادی رویدادهای با پیامد بد را کاهش داده است. Gargari و همکاران (۱۹) نشان دادند که بین سبک اسنادی با خودتنظیمی رابطه معنادار وجود دارد و سبک اسناد قادر به پیش بینی خودتنظیمی در دانشجویان بود. نتایج پژوهش آهنچیان، ارفع، و بهمن آبادی (۲۰) حاکی از این نکته بود که سبک اسناد قادر به پیش بینی خودتنظیمی در دانشجویان است. این پژوهش با یافته های Marsh و همکاران (۲۱)، Claes و همکاران (۲۲) و Bornovalova و همکاران (۲۳) ناهمسو است. آنان دریافتند که متغیر خودتنظیمی پیش بینی کننده سبک اسناد در دانشجویان نیست. علت عدم هماهنگی یافته های این محققان با یافته های حاصل از این پژوهش را می توان ناشی از تفاوت گروه های مورد مطالعه و مقطعی بودن این مطالعه دانست. در تبیین این مسئله می توان به این مورد اشاره داشت، دانش آموزانی که از راهبردهای خودتنظیمی استفاده می کنند، دارای سبک اسناد درونی، پایدار و کلی برای رویدادهای خوب و سبک اسناد بیرونی، ناپایدار و اختصاصی برای رویدادهای بد هستند، بنابراین آگاهی و اطلاع دانش آموزان از راهبردهای یادگیری و خودتنظیمی و به کارگیری آنها در امر مطالعه و یادگیری در اسناد دهی آنان اثربخش می باشد (۲۴).

مطالعه نشان داد که سبک اسناد قادر به پیش بینی بعد اجرا و برنامه ریزی خودتنظیمی تحصیلی دانش آموزان است و از آن جایی که اسناد درونی بیانگر انتساب علل موفقیت و شکست به عوامل فردی و درونی و نه امور خارجی است، می توان گفت که دانش آموزان شهر ساری متأثر از این نوع سبک اسناد به خاطر پیشگیری از سرزنش فردی و عذاب وجدان به هنگام شکست و کوتاهی، در انجام امور تحصیلی، به شیوه خودتنظیم تری عمل خواهند کرد و مسئولیت و تعهد قابل ملاحظه ای در زمینه تحصیلی خواهند داشت. با توجه به اهمیت قابل ملاحظه خودتنظیمی در کلیه امور تحصیلی و محدود بودن به قشر، طبقه و جنسیت خاص، همچنین نیاز آموزش و پرورش و جامعه به دانش آموزان مسئول و متعهد دختر و پسر، می تواند در امر تربیت و پرورش دانش آموزان مسئول و متعهد و خود تنظیم اثربخش باشد. محدودیت هایی در مطالعه وجود داشت که لازم است در تفسیر و برداشت یافته ها مدنظر باشد. از محدودیت های عمده این پژوهش، انجام آن بر روی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر ساری بود که امکان تعمیم نتایج به سایر مقاطع سنی و دیگر مناطق جغرافیایی را دشوار می سازد. لذا پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی، آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر روی سایر مقاطع تحصیلی و به صورت گسترده تر در سایر مناطق جغرافیایی انجام گیرد.

### نتیجه گیری

مطالعه نشان داد که با افزایش مؤلفه های سبک های اسنادی، خود تنظیمی تحصیلی دانش آموزان افزایش می یابد. همچنین از بین مؤلفه های متغیر سبک های اسنادی، مؤلفه منبع کنترل، خودتنظیمی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی می کند.

### تشکر و قدردانی

از تمامی شرکت کنندگان در این پژوهش کمال تشکر و قدردانی را داریم. مقاله حاضر برگرفته از پایان نامه دکتری و دارای کد اخلاق IR.IAUSARI.REC.1396.41501 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری می باشد

### تعارض در منافع

نویسندگان اظهار می دارند هیچ گونه تعارض منافی در مورد این مقاله وجود ندارد.

## REFERENCES

1. Abolghasemi A, Barzegar S & Rostamoghli Z. The effectiveness of self-regulation learning training on academic motivation and self-efficacy of students with mathematics disorder. *Journal of Learning Disabilities*, 2013; 4(2): 6-21. (Full Text in Persian).
2. Wolters CA, Hussain M. Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement. *Metacognition and Learning*. 2015;10(3):293-311.
3. Berger JL, Karabenick SA. Motivation and students' use of learning strategies: Evidence of unidirectional effects in mathematics classrooms. *Learning and instruction*. 2011;21(3):416-28.
4. Kolovelonis A, Goudas M, Dermitzaki I. The effect of different goals and self-recording on self-regulation of learning a motor skill in a physical education setting. *Learning and Instruction*. 2011;21(3):355-64.
5. Järvelä S, Järvenoja H. Socially constructed self-regulated learning and motivation regulation in collaborative learning groups. *Teachers College Record*. 2011;113(2):350-74.
6. Chodkiewicz AR, Boyle C. Exploring the contribution of attribution retraining to student perceptions and the learning process. *Educational Psychology in Practice*. 2014;30(1):78-87.
7. Sogh MT, Karimi A, Haghghi H, Aryamanesh S, Danshjoo MJ, Ghaderi F. Examining the relationship between attribution style and personality characteristics and academic performance of Bandar Abbas high school students. *J Life Sci Biomed*. 2013;3(3):203-8.
8. Tirri K, Nokelainen P. The influence of self-perception of abilities and attribution styles on academic choices: Implications for gifted education. *Roeper Review*. 2010;33(1):26-32.
9. Cheng PY, Chiou WB. Achievement, attributions, self-efficacy, and goal setting by accounting undergraduates. *Psychological reports*. 2010;106(1):54-64.

10. Luginbuhl JE, Crowe DH, Kahan JP. Causal attributions for success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975;31(1):86.
11. Mark G, Smith AP. Effects of occupational stress, job characteristics, coping, and attributional style on the mental health and job satisfaction of university employees. *Anxiety, Stress & Coping*. 2012;25(1):63-78.
12. Perry RP, Stupnisky RH, Hall NC, Chipperfield JG, Weiner B. Bad starts and better finishes: Attributional retraining and initial performance in competitive achievement settings. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2010;29(6):668-700.
13. Yazdanpanah A, Ghasemi A, Siamian H, Javadian M. The Study of the Attributional Style of the Students Studying in Mazandaran University of Medical Sciences in 2008-2009. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2011; 21 (82) :84-88. (Full Text in Persian).
14. Bakracevic Vukman K, Licardo M. How cognitive, metacognitive, motivational and emotional self-regulation influence school performance in adolescence and early adulthood. *Educational Studies*. 2010;36(3):259-68.
15. Motie H, Heidari M, Sadeghi MA. Predicting academic procrastination during self-regulated learning in Iranian first grade high school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2012;69:2299-308.
16. Rodríguez-Naranjo C, Caño A. Development and validation of an attributional style questionnaire for adolescents. *Psychological Assessment*. 2010;22(4):837.
17. Shaghaghly F, Saffarinia M, Iranpoor M, Soltanynejad A. The relationship of early maladaptive schemas, attributional styles and learned helplessness among addicted and non-addicted men. *Addiction & health*. 2011;3(1-2):45.
18. Azevedo R, Behnagh R, Duffy M, Harley J, Trevors G. Metacognition and self-regulated learning in student-centered leaning environments. *Theoretical foundations of student-centered learning environments*. 2012 22:171-97.
19. Gargari RB, Sabouri H, Norzad F. Academic procrastination: The relationship between causal attribution styles and behavioral postponement. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*. 2011;5(2):76.
20. Ahanchiyan M, Arfaa F, Bahmanabadi S. The Association Between Attribution Style and Self-Regulation among Students of School of Nursing and Midwifery in Mashhad University of Medical Sciences During 2011-12 Academic Years. *Iranian Journal of Medical Education*. 2014; 14 (4) :350-362.
21. Marsh R, Steinglass JE, Gerber AJ, O'Leary KG, Wang Z, Murphy D, Walsh BT, Peterson BS. Deficient activity in the neural systems that mediate self-regulatory control in bulimia nervosa. *Archives of general psychiatry*. 2009;66(1):51-63.
22. Claes L, Vertommen S, Smits D, Bijttebier P. Emotional reactivity and self-regulation in relation to personality disorders. *Personality and Individual Differences*. 2009;47(8):948-53.
23. Bornovalova MA, Fishman S, Strong DR, Kruglanski AW, Lejuez CW. Borderline personality disorder in the context of self-regulation: Understanding symptoms and hallmark features as deficits in locomotion and assessment. *Personality and Individual Differences*. 2008;44(1):22-31.
24. Ning HK, Downing K. The reciprocal relationship between motivation and self-regulation: A longitudinal study on academic performance. *Learning and Individual Differences*. 2010;20(6):682-6.



## پرسشنامه سبک های اسنادی (ASQ)

پاسخگوی محترم با تشکر از همکاری شما لطفاً:

۱) هر یک از موقعیت ها را بخوانید و به روشنی تصور کنید آن موقعیت در مورد شما اتفاق افتاده است.

۲) درباره باورتان در ارتباط با علت موقعیت اتفاق افتاده تصمیم بگیرید.

۳) این علت را در جای خالی تعبیه شده بنویسید.

۴) به سه سوال مربوطه با علامت زدن دور عددی که بیانگر باورهای شماست پاسخ دهید.

۵) به موقعیت بعدی بروید.

موقعیت: دوستی را ملاقات می کنید که شما را به خاطر ظاهر تان تحسین می کند.

۱. علت اصلی این رویداد چیست؟

۲. علت تعریف و تمجید دوستان از شما بخاطر چیزی در خود شماست یا دیگران و شرایط خاص باعث آن شده اند؟

بخاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ بخاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۳. در آینده زمانی که شما با دوستان هستید این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۴. چنین علتی تنها در تعامل با دوستان تأثیر می گذارد یا همچنین در دیگر حوزه های زندگی تان تأثیر می گذارد.

در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد.

موقعیت: مدتی است که به دنبال پیدا کردن شغلی هستید ولی موفق به یافتن شغل نشده اید.

۵. علت اصلی این رویداد چیست؟

۶. آیا علت پیدا نکردن شغل چیزی درون خود شماست یا افراد دیگر و شرایط باعث آن شده اند؟ به خاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۷. در آینده زمانی که به دنبال یافتن شغل می باشید دوباره این علت رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۸. آیا علت این چینی فقط در یافتن شغل تأثیر گذار است یا همچنین حوزه های دیگر زندگی تان را تحت تأثیر قرار می دهد؟

در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد. موقعیت: شما بسیار ثروتمند شده اید.

۹. علت اصلی این رویداد چیست؟

۱۰. آیا علت ثروتمند شدن چیزی درون خود شماست یا مربوط به دیگران و موقعیت هاست؟ به خاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است

۱۱. در آینده مالیتان، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۱۲. علت این چینی تنها در بدست آوردن پول تأثیر گذار است یا همچنین حوزه های دیگر زندگی تان را تحت تأثیر قرار می دهد؟

- در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد.
- موقعیت: دوستی برای حل مشکلی به شما مراجعه می کند و شما برای حل مشکلش تلاش نمی کنید.
۱۳. علت اصلی این رویداد چیست؟
۱۴. آیا علت کمک نکردن به دوستان چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث آن شده اند.
- به خاطر خودم می باشد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.
۱۵. در آینده زمانی که دوستی برای حل مشکلی به شما مراجعه می کند، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.
۱۶. آیا علت این چینی تنها زمانی رخ می دهد که دوستی جهت حل مشکلی به شما مراجعه می کند یا همچنین حوزه های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می دهد؟
- در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد. موقعیت: شما سخنرانی مهمی دارید و عکس العمل شنوندگان منفی است.
۱۷. علت اصلی این رویداد چیست؟
۱۸. آیا علت عکس العمل منفی شنوندگان چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند.
- به خاطر خودم می باشد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.
۱۹. در آینده زمانی که سخنرانی دارید دوباره این علت رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.
۲۰. آیا علت این چینی فقط در سخنرانی ها خود را نشان خواهد داد یا همچنین در حوزه های دیگر زندگیتان تأثیرگذار می باشد.
- در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد.
- موقعیت: شما پروژه ای انجام داده اید که بسیار مورد تحسین قرار گرفته است.
۲۱. علت اصلی این رویداد چیست؟
۲۲. آیا علت تحسین شدنتان چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند؟
- به خاطر خودم می باشد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.
۲۳. در آینده زمانی که پروژه ای انجام می دهید، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.
۲۴. آیا علت این چینی تنها در انجام پروژه ها تأثیر گذار است یا همچنین در حوزه های دیگر زندگیتان تأثیر گذار می باشد؟
- در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد. موقعیت: با دوستی ملاقات می کنید که با شما خصمانه عمل می کند.
۲۵. علت اصلی این رویداد چیست؟
۲۶. آیا علت خصمانه عمل کردن دوستان چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند؟
- به خاطر خودم می باشد. ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۲۷. در آینده زمانی که با دوستان تعامل می کنید، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۲۸. آیا علت این چینی فقط در تعامل با دوستان تأثیر گذار است یا همچنین جنبه های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می دهد؟ در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد. موقعیت: شما نتوانسته اید تمام انتظارات دیگران را در کارتان برآورده سازید.

۲۹. علت اصلی این رویداد چیست؟

۳۰. آیا علت برآورده نکردن اهداف کاری چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند؟ به خاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۳۱. در آینده زمانی که کاری انجام می دهید که دیگران انتظاراتی دارند، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۳۲. آیا علت این چینی فقط در انجام کاری که دیگران از شما انتظار دارند تأثیر گذار است یا همچنین جنبه های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می دهد؟

در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد. موقعیت: دوست شما بسیار عاشقانه با شما رفتار کرده است.

۳۳. علت اصلی این رویداد چیست؟

۳۴. آیا علت بسیار عاشقانه رفتار کردن دوستان است یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند؟ به خاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ خواهد داد.

۳۵. در تعاملات آینده با دوستان، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۳۶. آیا علت این چینی فقط در چگونگی رفتار دوستان (دوست دختر / پسر) تأثیر گذار است یا همچنین جنبه های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می دهد؟

در همه موقعیت ها تأثیر می گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می گذارد.

موقعیت: شما بری رسیدن به موقعیتی که خیلی برایتان اهمیت دارد ثبت نام می کنید و آن موقعیت (مثل: شغل مهم، پذیرش دانشگاه و ...) را به دست می آورید.

۳۷. علت اصلی این رویداد چیست؟

۳۸. آیا علت رسیدن به این موقعیت چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت ها باعث چنین چیزی شده اند؟ به خاطر خودم می باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۳۹. در آینده زمانی که برای بدست آوردن موقعیتی ثبت نام می کنید، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۴۰. آیا علت این چینی فقط در ثبت نام برای به دست آوردن موقعیت ها تأثیر گذار است یا همچنین جنبه های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می دهد؟

در همه موقعیت‌ها تأثیر می‌گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می‌گذارد.

موقعیت: شما برای مسافرت به خارج از شهر می‌روید و این سفر به شما خوش نمی‌گذرد.

۴۱. علت اصلی این رویداد چیست؟

۴۲. آیا علت خوش نگذشتن سفر چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت‌ها باعث چنین چیزی شده‌اند؟

به خاطر خودم می‌باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۴۳. در آینده زمانی که برای سفر به خارج شهر می‌روید، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷

۱ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۴۴. آیا علت این چینی فقط در سفر تأثیر گذار است یا همچنین جنبه‌های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر قرار می‌دهد؟

در همه موقعیت‌ها تأثیر می‌گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می‌گذارد. موقعیت: شما بورسیه تحصیلی با

اهمیتی را به دست آورده‌اید.

۴۵. علت اصلی این رویداد چیست؟

۴۶. آیا علت به دست آوردن بورسیه تحصیلی چیزی درون خود شماست یا دیگران و موقعیت‌ها باعث چنین چیزی شده‌اند؟

به خاطر خودم می‌باشد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ به خاطر دیگران و شرایط رخ داده است.

۴۷. در آینده در تحصیلتان، این علت مجدداً رخ خواهد داد؟ همیشه اتفاق خواهد افتاد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ هرگز اتفاق نخواهد افتاد.

۴۸. آیا علت این چینی فقط در به دست آوردن بورسیه تحصیلی تأثیر گذار است یا همچنین جنبه‌های دیگر زندگیتان را تحت تأثیر

قرار می‌دهد؟

در همه موقعیت‌ها تأثیر می‌گذارد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ تنها در این موقعیت خاص تأثیر می‌گذارد.

## پرسشنامه خودتنظیمی تحصیلی

دانش آموز گرامی: خواهشمند است هر جمله را با دقت مطالعه کنید و سپس با توجه به راهنمای اعداد هر گزینه ای را که تطابق نظر شما با جمله را نشان می دهد انتخاب و با زدن علامت ( x ) در مقابل هر سوال مشخص نمایید، توجه داشته باشید که هیچ جواب درست یا غلطی وجود ندارد و فقط مهم آن است که پاسخ شما مطابق با نظر خودتان باشد و نه آنچه که از نظر اجتماعی صحیح به نظر می آید. پیشاپیش از همکاری شما کمال تشکر را داریم.

به هیچ عنوان با من تطابق ندارد	خیلی کم با من تطابق دارد	گاه گاهی با من تطابق دارد	نسبتاً با من تطابق دارد	کاملاً با من تطابق دارد
۱	۲	۳	۴	۵

عبارات					
۱	۲	۳	۴	۵	(۱) برای برنامه ریزی زمان مطالعه وقت صرف می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲) زمانی که مطالعه می کنم، اهداف خودم را دقیقاً مشخص می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳) وقتی مشغول درس خواندن هستم، بیش از آنکه فقط ماده درسی را بخوانم سعی می کنم مشخص کنم که چه چیزی از این درس یاد می گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۴) وقتی در حال مطالعه هستم، سعی می کنم بین مطالب ارائه شده در کلاس و مطالب کتاب ارتباط برقرار کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۵) زمانی که مطالب یا کارهای درخواست شده مشکل هستند، یا از خواندن آن ها صرف نظر می کنم یا اینکه فقط قسمت های آسان را مطالعه می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۶) من قادرم حتی موقعی که مطالب درسی برای جالب نیست، کارها و تکلیف ضروری را انجام دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۷) من روش های خاصی برای خلاصه کردن مطالب درسی (مثلاً جدول بندی) بکار می برم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۸) غالب اوقات تا آخرین دقایقی که وقت دارم مشغول خواندن مطالب برای امتحان هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۹) سعی می کنم بین آنچه که در حال مطالعه آن هستم و آن چیزهایی که از قبل می دانستم پیوند برقرار کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۰) گاهی اوقات هنگام درس خواندن مکشی می کنم تا بفهمم چگونه بخش های مختلف درس با هم ارتباط دارند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۱) من ساعات خاصی را برای درس خواندن در نظر گرفته ام.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۲) در موقع درس خواندن، مسائل یا تمرین های مختلف حل می کنم یا سوالات متعددی از دروس بیرون می کشم و به آن ها جواب می دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۳) یادگیری از طریق حفظ کردن بهترین وسیله ای است که من برای آمادگی یک امتحان می شناسم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۴) زمانی که یک مطلب را نمی فهمم نمی دانم چگونه خودم را از آن مخمصه نجات دهم.