

## Investigating the effect of teaching selfregulated-metacognitive strategies on resilience components (with intractive role academic Self-Concep)

Abdollah Raashidzade<sup>1</sup>, Rahim Badri<sup>2</sup>, Eskandar Fathiazar<sup>3</sup>, Touraj Hashemi<sup>4</sup>

1-Phd of Educational Pshycology, Group Education Pshycology, Tabriz university, Tabriz, Iran (Corresponding Author). ORCID: 0000-0001-5157-2111 E-mail: rashidzadea@yahoo.com

2- Professor, Group Education Pshycology, Tabriz University, Tabriz, Iran. ORCID: 0000-0001-7196-6601

3- Professor, Group Education Pshycology, Tabriz University, Tabriz, Iran. ORCID: 0000-0001-7875-4986

4- Professor, Group Education Pshycology, Tabriz University, Tabriz, Iran. ORCID: 0000-0001-7485-5186

Received: 19/04/2019

Accepted: 02/09/2019

### Abstract

**Introduction:** Since todays education is increasingly student-centred, the individual and social characteristics of students, including the academic resilience of academic self –concept and meta cognitive self regulation, have been increasingly considered in the educational process.

**Aim:** The present study was conducted to determine the effectiveness of teaching self-regulated metacognitive strategies on resilience components. (with intractive role Academic Self-Concep) of secondary school students in Tabriz.

**Method:** The research was carried out using a semi-experimental design with pretest and post-testdesign with control group. For this purpose, 60 students with high and under Academic Self-Concep were selected through preliminary study and screening. In a semi-experimental design, they were assigned to two experi-mental and control groups. The collect information of Academic self-concept questionnaire (liu & vang, 2005) and Academic resilience questionnaire (Samuels & Woo, 2009) and to analyze the data, factor multivariate covariance analysis was used.

**Results:** The results showed that the training of self-regulated metacognitive strategies the components of has increased the Academic resilience of the academic. And self concept has played a moderating role in Academic resilenc.

**Conclusion:** Based on the result, it can be said hat by teaching the metacognitive self regulated strategies in their inraction whit the academic self concept, programs can be developed to im prove the Academic resilience. this research has implications for teachers, trainers and school counselors that can use their results to improve students' progress.

**Keywords:** Selfregulated- strategies, Metacognition, Self-concept, Academic resilience

---

**How to cite this article :** Raashidzade A, Badri R, Fathiazar E, Hashemi T. Investigating the effect of teaching selfregulated-metacognitive strategies on resilience components. (with intractive role academic Self-Concep). Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2019; 6 (4): 55-67 .URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-569-fa.pdf>

## اثربخشی بسته آموزشی راهبردهای خودگردن فراشناختی بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان (با نقش تعاملی خودپنداره تحصیلی)

عبدالله رسیدزاده<sup>۱</sup>، رحیم بدروی<sup>۲</sup>، اسکندر فتحی آذر<sup>۳</sup>، تورج هاشمی<sup>۴</sup>

۱. دکترای تخصصی روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران (مؤلف مسئول). ایمیل: rashidzadea@yahoo.com
۲. استاد تمام، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
۳. استاد تمام، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
۴. استاد تمام، گروه روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۶/۱۱

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۰۱/۳۰

### چکیده

**مقدمه:** از آنجا که آموزش و پرورش امروزی به طور فزاینده‌ای دانش آموز محور شده، ویژگی‌های فردی و اجتماعی دانش آموزان، از جمله تاب آوری تحصیلی، خودپنداره تحصیلی و راهبردهای فراشناختی بیش از پیش در فرایند آموزش مورد توجه قرار گرفته است.

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش راهبردهای خودگردن فراشناختی بر تاب آوری تحصیلی (با نقش تعاملی خودپنداره تحصیلی) در دانش آموزان دوره متوسطه شهر تبریز انجام گرفت.

**روش:** پژوهش به روش نیمه آزمایشی و با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل اجرا شد. به همین منظور تعداد ۶۰ نفر از دانش آموزان دارای خودپنداره تحصیلی بالا و پایین که از طریق مطالعه مقدماتی و سرنده کردن انتخاب شده بودند. در یک طرح نیمه آزمایشی به صورت جایگزینی هدفمند به دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های خودپنداره تحصیلی (لیو وانگ، ۲۰۰۵) و تاب آوری تحصیلی (ساموئلز و وو، ۲۰۰۹) و برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس عاملی چندمتغیره استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش راهبردهای خودگردن فراشناختی موجب افزایش مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی شده است و خودپنداره تحصیلی نقش تعاملی در افزایش مؤلفه‌های تاب آوری داشته است. (p<0.01).

**نتیجه‌گیری:** بر اساس نتایج می‌توان گفت که با آموزش راهبردهای خودگردن فراشناختی و با در نظر گرفتن خودپنداره تحصیلی می‌توان برنامه‌هایی برای بهبود تاب آوری تحصیلی دانش آموزان تدارک دید، این پژوهش دارای تلویحاتی برای معلمان، مریبان و مشاوران مدرسه است که می‌توانند از نتایج آن برای بهبود پیشرفت دانش آموزان استفاده نمایند.

**کلیدواژه‌ها:** راهبردهای خودگردن، فراشناخت، خودپنداره تحصیلی، تاب آوری تحصیلی

## مقدمه

آوری، به رغم موانع و مشکلات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی در سطح بالایی موفق می‌شوند (کابررا و پادیلا<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱).

به طور کلی پژوهش‌های مختلفی در داخل و خارج از کشور در خصوص تاب آوری انجام شده است؛ که می‌توان به افزایش مهارت‌های فکری با استفاده از تاب آوری (کالداس، هاشم و اسماعیل<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵)، تاب آوری تحصیلی بر افسردگی (مالجورد<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۶)؛ محرومیت اقتصادی و اجتماعی (صفاری‌نیا و بازیاری میمند، ۱۳۹۱)؛ سبک استناد درونی و بیرونی (تریمانی و همکاران، ۱۳۹۲)؛ ادراک دانش آموز از کلاس درس (رشیدی و همکاران، ۱۳۹۴)؛ عوامل فردی، خانواده و مدرسه (فاستر، ۲۰۱۳)؛ خودکارآمدی تحصیلی و عزت نفس و سرمایه اجتماعی و اضطراب پایین (جانگ، ۲۰۱۳<sup>۸</sup>؛ همتی و غفاری، ۱۳۹۵؛ مارتین و مارش، ۲۰۱۴) اشاره کرد. مورالز<sup>۹</sup> (۲۰۰۸) در تحقیقی نشان داد بین پسران و دختران در تاب آوری تحصیلی تفاوت‌های معنی‌داری وجود دارد و تاب آوری تحصیلی دختران بیشتر از پسران است و به این نکته اشاره داشت که دختران نسبت به پسران، با اهداف حرفه‌ای قبل از دانشگاه‌شان، بیشتر برانگیخته می‌شوند. بررسی شواهد تجربی مربوط با تاب آوری تحصیلی نشان می‌دهد که دانش آموزان تاب آور با وجود وقوع و تکرار رویدادها و شرایط فشارزایی که برای آنان اتفاق می‌افتد به سطوح بالای موقفت انگیزشی و عملکردی دست می‌یابند. بر اساس مطالعات، یکی از راه‌های بهبود تاب آوری تحصیلی استفاده از راهبردهای خودگردان فراشناختی در محیط‌های آموزشی است. زیمرمن<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۵) در نظریه خود اشاره می‌کند در خودگردانی

تاب آوری<sup>۱</sup>، یکی از سازه‌های مهم و مطرح در روان‌شناسی مشتبه‌گرا و از ضروریات زندگی در دنیای کنونی و یکی از عوامل تعیین‌کننده‌ی پاسخ‌های افراد در مقابل رویدادهای استرس‌زا به شمار می‌رود. اگرچه باورهای اولیه در خصوص تاب آوری، آن را صفتی ذاتی در نظر گرفته و افراد تاب آور را غیر آسیب پذیر و با ویژگی‌های منحصر به فرد می‌پنداشتند؛ اما نتایج تحقیقات در سال‌های اخیر نشان داده که تاب آوری یک توانمندی ذاتی نبوده و قابل دست‌کاری یا تغییر است. مسئله اساسی این است که چرا برخی دانش آموزان در مواجهه با شکست، عملکرد ضعیف، تنش و فشارهای ناشی از مطالعه ناتوان هستند در صورتی که سایر دانش آموزان عملکرد خودشان را ارتقاء می‌دهند، بازیابی می‌کنند یا حرکت رو به جلو دارند؟ چرا برخی دانش آموزان در هنگام افت درسی، خود را می‌بازند، اما برخی دیگر به سادگی پاسخ‌گوی عملکرد ضعیف خود هستند؟ چرا برخی دانش آموزان زیر فشار ناشی از مدرسه تسليم می‌شوند، اما برخی دیگر چنین چالش‌هایی را از پیش پذیرفته‌اند؟ پاسخ این پرسش‌ها در مفهوم تاب آوری تحصیلی نهفته است (جایاسوریا<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). تاب آوری تحصیلی به عنوان شاخصی از سازگاری با مدرسه و پیش‌بینی کننده‌ای قوی برای مشارکت در کلاس و انگیزه مطالعه بشمار می‌آید (خلف، ۲۰۱۴). در نظر مارتین و مارش<sup>۳</sup> (۲۰۱۴) تاب آوری در محیط آموزشی مدرسه و سایر موقعیت‌های زندگی به رغم مصائب و دشواری‌های محیطی به عنوان احتمال موفقیت بسیار بالا به شمار می‌رود. در محیط آموزشی، دانش آموزان دارای تاب

<sup>۵</sup>-Cabrera,. & Padilla

<sup>۶</sup>-Kuldas, Hashim, & Ismail,

<sup>۷</sup>-Moljord

<sup>۸</sup>-Jung

<sup>۹</sup>-Morales

<sup>۱۰</sup>-Zimmerman

<sup>۱</sup> -Resilancy

<sup>۲</sup>-Jayasuriya

<sup>۳</sup>-Khlaif

<sup>۴</sup>-Martin,. & Marsh

در رابطه باشد و هم اینکه تحت تأثیر تغییرات ناشی از آموزش راهبردهای یادگیری خودگردن فراشناختی قرار گیرد. خودپنداره تحصیلی فرایند شکل گیری ارزشیابی از خودپنداره متأثر از تجارت آموزشی دانش آموزان و تفسیر محیط آموزشی است (ناجی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۰ به نقل از غفاری و بلوچی، ۱۳۹۱). گوای<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهشی نشان دادند که خودگردنی و انگیزش تحصیلی در رابطه بین خودپنداره و عملکرد تحصیلی نقش میانجی را بازی می‌کند. هانگ<sup>۶</sup> (۲۰۱۱) در یک فرا تحلیل نشان داد که خودپنداره مثبت بالا با عملکرد تحصیلی بالا مرتبط است و خودپنداره پایین با عملکرد تحصیلی پایین. خودپنداره ضعیف، منشأ بسیاری از مشکلات افت تحصیلی و مشکلات روان‌شناختی، از جمله اضطراب و افسردگی است. در بسیاری از پژوهش‌ها توجه بر چگونگی شکل گیری مفهوم خود و خودپنداره بوده است، اما به ندرت نقش خودپنداره تحصیلی را مدنظر قرار داده‌اند.

مرور تحقیقات پیشین در خصوص رابطه خودپنداره تحصیلی و تاب آوری تحصیلی نشان می‌دهد به صورت جداگانه پژوهش‌هایی انجام گرفته، ولی تحقیقی که در آن خودپنداره تحصیلی به عنوان متغیر تعاملی و اثرگذار و هر سه متغیر مذکور به صورت هم‌زمان در نظر گرفته شده باشد انجام نشده است. برخی تحقیقات به رابطه مثبت تاب آوری و خودپنداره اشاره داشتند (اسفندرامز، ۱۳۹۳؛ هرناندز و بیولوسکی<sup>۷</sup> (۲۰۱۶)؛ مارتین و نتو (۲۰۱۶)؛ مارتینز<sup>۸</sup> (۲۰۱۶)؛ لابهاس<sup>۹</sup> (۲۰۱۵)؛ کازوکی و تاکاہیرو<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۴)؛ صیف و همکاران (۱۳۹۶)؛ کرامتی و پاینده‌فر (۱۳۹۵)).

مبتنی بر فراشناخت، تأکید بر توجه است و توجه بیشتر از قابلیت‌های ذاتی و آموزش خوب بر عملکرد اثر دارد. وی همچنین خود آغازگری، پایداری، خودباوری و خود رهبری را از عوامل اصلی فراشناخت و خودگردنی می‌داند و معتقد است، حوزه خودگردنی چهار حیطه اصلی و تأثیرگذار (تنظيم فرایندهای شناخت، فراشناخت، هیجان و انگیزش) دارد که حیطه شناختی و فراشناختی در سال‌های اخیر بسیار مورد توجه قرار گرفته است.

مرور تحقیقات پیشین در این زمینه نشان می‌دهد تحقیقی که به صورت هم‌زمان به بررسی این متغیرها بپردازد انجام شده است؛ اغلب مطالعات تاب آوری را به عنوان یک عامل سلامت‌روان و بهزیستی در دانش آموزان بررسی کرده‌اند و به جنبه‌های آموزشی و تحصیلی آن توجه نکرده‌اند و یادگیری خودگردن فراشناختی به عنوان متغیر مداخله‌گر زیاد مدنظر نبوده است. برخی از تحقیقات به رابطه تاب آوری تحصیلی و یادگیری خودگردن اشاره داشتند: (گارادی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ پرتوى و تفضلى<sup>۲</sup>؛ هرناندز و بیولوسکى<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶؛ میرزاچي و همکاران، ۱۳۹۵؛ عابدينى و باباچاهى، ۱۳۹۵؛ رشیدى و همکاران، ۱۳۹۴؛ اسفند رامز، ۱۳۹۳). نتایج تحقیقات کریمی، عابدی و فرج‌بخش (۲۰۱۴)؛ میرزاچي و همکاران (۱۳۹۵)؛ کریمی قرطمانی و کریمی قرطمانی (۱۳۹۵) هم نشان داده است که یادگیری خودگردن علاوه بر تأثیر معنی‌دار در تاب آوری تحصیلی دانش آموزان، در مؤلفه‌های آن هم تأثیرگذار است.

مسئله دیگری که در پژوهش‌های پیشین از نظر دور مانده و در تحقیق حاضر بدان پرداخته می‌شود ارتباط متغیرهای تاب آوری تحصیلی و خودگردنی فراشناختی با خودپنداره تحصیلی است. خودپنداره تحصیلی، یکی از متغیرهایی است که هم می‌تواند با تاب آوری تحصیلی

<sup>4</sup>-Naji<sup>5</sup>-Guay<sup>6</sup>-Hung<sup>7</sup>-Hernandez., & Bialowolski<sup>8</sup>-Martinez<sup>9</sup>-LabBass<sup>10</sup>-Kazuki.,&Takahiro<sup>1</sup>-Garade<sup>2</sup>-Partovi.,& Tafazoli<sup>3</sup>-Hernandez., & Bialowolski

روش نمونه‌گیری خوش‌های چند مرحله‌ای استفاده شد به این صورت بود که ابتدا از بین نواحی ۵ گانه تبریز نواحی ۳ و ۵ آموزش و پرورش شهر تبریز انتخاب شدند. سپس ۴ مدرسه پسرانه و از بین آن‌ها، ۲۵ کلاس گزینش شد و ملاک‌هایی تیز برای ورود و خروج افراد به نمونه هدف در نظر گرفته شد. ملاک ورود: دانش آموز متوسطه بودن و تمایل داوطلبانه به شرکت در جلسات آموزش راهبردهای خودگردن فراشناختی و داشتن محدوده سنی ۱۶ تا ۱۸ و کسب حداکثر یا حداقل نمره در آزمون خودپنداره تحصیلی.

**ملاک خروج:** ابتلا به بیماری طبی و اختلالات روان‌شناختی در زمان پژوهش و دریافت هر گونه درمان دارویی و روان‌شناختی در زمان پژوهش و شرکت در جلسات آموزشی کمتر از ۱۰ جلسه. در مرحله بعدی با توجه به اینکه برای پیدا کردن دانش آموزان دارای خودپنداره تحصیلی پایین و بالا، غربالگری شد. موارد زیر در نمونه‌گیری مدنظر قرار گرفت:

۱-دو مدرسه مشابه (از لحاظ معرف بودن، مسائل فرهنگی، اقتصادی، جغرافیایی، نمرات) از ناحیه پنج شهر تبریز انتخاب شدند و مقدمات لازم و اخذ مجوز انجام شد.

۲-غربالگری در هر سه پایه مقطع متوسطه یکی از مدارس روی ۴۶۰ نفر انجام شد (با توجه به اینکه نمونه دانش آموزان در این مدرسه تکمیل شد، غربالگری در مدرسه دیگر انجام نشد) در گام بعدی، جهت گزینش گروه‌های آزمایش و گواه، ۸۴ نفر از دانش آموزانی که در مقیاس خودپنداره تحصیلی یک انحراف معیار بالاتر و پایین تر از میانگین را به دست آورده بودند، به تعداد ۶۴ نفر گزینش و از طریق روش جایگزینی هدفمند به دو گروه ۳۲ نفری آزمایش و گواه اختصاص یافتند. گروه‌ها از سن، پایه،

اسفندرامز (۱۳۹۳) در تحقیقی اشاره داشت که تاب آوری با خودشکوفایی و یادگیری خودتنظیمی رابطه معنی‌دار و مستقیمی دارد و خودشکوفایی سهم مهمی در پیش‌بینی تاب آوری دارد. کازوکی و تاکاهیرو (۲۰۱۴) در تحقیقی به این نتیجه دست یافتند که دانشجویان با خودپنداره و مهارت‌های اجتماعی بالا نسبت به دانشجویان با مهارت‌های اجتماعی و خودپنداره پایین از تاب آوری بیشتری در برابر مشکلات و مسائل برخوردار هستند. کرامتی و پاینده‌فر (۱۳۹۵) در تحقیقی اشاره کردند که بین عزت‌نفس و تاب آوری با خودپنداره بدنی رابطه‌ای وجود ندارد. در مجموع با استناد به مطالعات پیشین در ارتباط با اثرگذاری یادگیری خودگردن فراشناختی و خودپنداره تحصیلی بر متغیر روان‌شناختی تاب آوری نمی‌توانیم به یک نتیجه قطعی برسیم چرا که نتایج مطالعات پیشین متناقض هستند و از طرف دیگر اثرات این متغیرها به صورت تعاملی و متغیر خودپنداره تحصیلی به عنوان متغیر تعديل گر و میانجی در نظر گرفته نشده است. لذا سؤال اساسی پژوهش این است که آیا با آموزش یادگیری خودگردن فراشناختی در تعامل با خودپنداره تحصیلی می‌توان تاب آوری تحصیلی دانش آموزان را بهبود بخشید؟ برای یافتن جواب به این سؤال، پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش یادگیری خودگردن فراشناختی در تعامل با خودپنداره تحصیلی بر بهبود مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی دانش آموزان دوره متوسطه انجام گرفت.

## روش

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه‌آزمایشی با طرح آزمایشی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر تبریز بود که از

کنند. لازم به ذکر است که بسته آموزشی بر اساس مطالعات موجود، نظریه‌های مربوطه و لحاظ کردن اصول روانشناسی تربیتی و یادگیری متناسب با دانش آموزان مقطع دبیرستان تهیه و تدوین شد. بعد از تهیه و تدوین بسته آموزشی با لحاظ کردن موارد مطروحه برای اطمینان از روایی محتوایی بسته آموزشی، نظر متخصصان صاحب‌نظر در این حوزه در این مورد اخذ و اعمال شد. همچنین برای به دست آوردن پایایی بسته آموزشی، بسته آموزشی روی ۳ نفر به شیوه مطالعه مقدماتی بررسی شد. لازم به ذکر است مراحل اولیه تهیه و تدوین و بررسی پایایی ابزارها هم پیش‌آزمون و هم پس‌آزمون روی گروه‌های نمونه مشابه با جامعه تحقیق هر کدام از ابزارها روی دو کلاس انجام گرفت و پس از آن ابزارهای تائید شده، در نمونه اصلی تحقیق اجرا شد. محتوى خلاصه جلسات مداخله در جدول ۱ آمده است.

رشته تحصیلی و همچنین میزان خودپنداره تحصیلی همتا شدند. در جریان اجرای بسته آموزشی تعداد مشارکت کننده‌های دلیل افت به ۳۰ نفر در هر گروه کاهش یافت در راستای اجرای آموزش علاوه بر اخذ رضایت دانش آموزان برای شرکت در پژوهش، رضایت‌والدین نیز اخذ شد. برای اجرا ابتدا پیش‌آزمون متغیرهای وابسته از دانش آموزان گروه کنترل و گروه آزمایش گرفته شد، در مرحله بعدی اجرای بسته آموزشی راهبردهای خودگردان فراشناختی در گروه آزمایش بدون اطلاع گروه گواه صورت گرفت و در مدت اجرای آن گروه گواه روند طبیعی آموزش‌های کلاسی خودراتی کرد، در مرحله آخر پس‌آزمون متغیرهای وابسته از هر دو گروه به عمل آمد. کلیه شرکت‌کنندگان در پژوهش، فرم رضایت‌نامه اخلاقی شرکت در پژوهش را تکمیل کردند و افراد گروه آزمایش معهده شدند که طی ۱۲ جلسه در طول یک ماه و نیم در کلاس آموزش راهبردهای یادگیری خودگردان فراشناختی شرکت

جدول ۱ خلاصه محتوى جلسات مداخله

جلسه	شرح جلسات
اول	آشنایی با شرکت کنندگان، انجام پیش‌آزمون‌ها و معروفی طرح
دوم	معرفی یادگیری خودگردان و تأکید بر اهمیت راهبردهای یادگیری خودگردان در آموزش
سوم	آموزش راهبردهای شناختی مؤثر بر یادگیری خودگردان
چهارم	راهبرد بسط ویژه مطالب ساده، پایه و پیچیده و معنی‌دار
پنجم	راهبرد سازمان‌دهی ویژه تکالیف ساده و پایه و ویژه تکالیف پیچیده و معنی‌دار
ششم	آموزش راهبردهای فراشناختی به صورت کلی و آماده کردن ذهن دانش آموزان در این زمینه
هفتم	آموزش راهبردهای برنامه‌ریزی و نظارت و خودنظم دهی
هشتم	آموزش راهبرد گوش دادن فعال
نهم	آموزش راهبرد خودپیامدی
دهم	آموزش راهبرد جستجوی کمک اجتماعی
یازدهم	آموزش راهبرد مدیریت تلاش و منابع
دوازدهم	نظر دهی و رفع اشکال و جمع‌بندی و انجام پس‌آزمون

ابزار

سؤال‌ها بر اساس محتوی تحت پوشش در قالب سه عامل مهارت‌های ارتباطی،<sup>۲۷</sup> <sup>۲۸،۲۹</sup> <sup>۱۰،۱۱</sup> <sup>۵۷،۱۰</sup> جهت‌گیری‌آینده<sup>۱۳،۱۴،۱۵،۲۳</sup> <sup>۲۵،۲۶</sup> و مسئله‌محور و مشتبه‌نگر<sup>۱،۲،۳</sup> <sup>۹،۲۱،۲۲،۱،۲۳</sup> <sup>۴،۶،۸،۱۲،۱۶،۱۷،۱۸،۱۹</sup> نام‌گذاری شده است. در این تحقیق میزان ضریب آلفای کرونباخ برآورد شده برای این پرسشنامه به میزان ۰/۸۴ به دست آمد.

### یافته‌ها

یافته اصلی پژوهش که بر اساس نمرات پرسشنامه‌های خودپنداره تحصیلی و تابآوری تحصیلی و آزمون تحلیل کوواریانس عاملی چند متغیره به دست آمد. حاکی از آن است که بسته آموزشی راهبردهای خودگردن فراشناختی تأثیر معناداری روی افزایش مؤلفه‌های تابآوری تحصیلی و خودپنداره تحصیلی نقش تعاملی در افزایش تابآوری دانشآموزان داشته است (p < 0/01)، جدول ۲. در جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش، شامل میانگین و انحراف استاندارد برای گروه‌های آزمایش و کنترل در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون گزارش شده‌اند. همچنین در جدول ۳ پیش‌فرضهای تحلیل کوواریانس چند متغیره بررسی شده است.

**پرسشنامه خودپنداره تحصیلی:** پرسشنامه خودپنداره تحصیلی توسط لیو و وانگ (2005) ساخته شده است، این پرسشنامه شامل دو خرده مقیاس ۱۰ سؤالی است: اعتماد تحصیلی دانشآموزان (۱۰ سؤال) و تلاش تحصیلی دانشآموزان (۱۰ سؤال). خرده مقیاس اعتماد تحصیلی احساسات و ادراکات دانشآموزان درباره کفایت تحصیلی خودشان را ارزیابی می‌کند و خرده مقیاس تلاش تحصیلی نیز تعهد، میزان درگیری و علاقه دانشآموزان به تکالیف مدرسه را ارزیابی می‌کند و ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون نشان داد که نمره کلی این مقیاس (0/۸۲) و دو خرده مقیاس آن (0/۷۶ و 0/۷۱) همسانی درونی بالایی دارند (لیو وانگ، 2005). ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون در مطالعه حاضر نیز ۰/۷۷ برای خرده مقیاس اعتماد دانشآموز و ۰/۸۳ برای خرده مقیاس تلاش دانشآموز ۰/۹۱ برای کل مقیاس به دست آمد.

**پرسشنامه تابآوری تحصیلی ساموئلز و وو:** این پرسشنامه توسط ساموئلز و وو (2009) ساخته شده است. شیوه نمره‌گذاری آن به صورت طیف ۵ درجه‌ی لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) است. البته سؤال‌های ۱۰، ۱۱، ۱۴، ۱۵، ۲۳، ۲۷، ۲۸، ۲۹ با توجه به مفهوم منفی به صورت عکس نمره‌گذاری می‌شوند.

جدول ۲ داده‌های توصیفی مؤلفه‌های تابآوری تحصیلی گروه‌های کنترل و آزمایش\* خودپنداره تحصیلی پایین و بالا

متغیر وابسته	عامل اول	عامل دوم	پس آزمون				
			تعداد		میانگین	انحراف	میانگین
			معیار	معیار			
مهارت‌های ارتباطی	گروه آزمایش	خودپنداره بالا	۲/۵۹۳	۵۴/۷۵۰	۳/۹۶۶	۲۸/۵۰۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه آزمایش	خودپنداره پایین	۲/۵۷۳	۴۸/۹۰۰	۳/۷۰۵	۲۴/۸۵۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه کنترل	خودپنداره بالا	۵/۶۵۱	۳۳/۴۵۰۰	۳/۹۶۶	۲۸/۳۵۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه آزمایش	خودپنداره پایین	۳/۸۷۸	۲۹/۲۵۰	۳/۷۰۵	۲۴/۹۵۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه آزمایش	خودپنداره بالا	۲/۰۱۰۵	۴۲/۶۰۰	۳/۵۸۷	۳۴/۳۵۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه آزمایش	خودپنداره پایین	۱۲/۵۹۶	۴۱/۹۵۰۰	۳/۰۹۹۶	۲۲/۳۵۰	۱۵
جهت‌گیری آینده	گروه کنترل	خودپنداره بالا	۳/۵۸۷	۳۴/۳۵۰۰	۳/۵۸۷	۳۴/۱۵۰	۱۵

۳/۰۹۹۶	۲۲/۲۵۰۰	۳/۰۹۹۶	۲۲/۱۵۰	۱۵	خودپنداره پایین	مسئله محور و مثبت	گروه آزمایش
۱/۳۸۶	۲۶/۱۵۰۰	۳/۲۴۶	۲۱/۷۰۰	۱۵	خودپنداره بالا	گروه کنترل	نگر
۱/۸۲۱	۲۲/۱۵۰	۱/۹۰۸	۱۳/۱۰۰	۱۵	خودپنداره پایین		
۳/۲۴۶	۲۱/۷۰۰	۳/۲۴۶	۲۱/۸۰۰	۱۵	خودپنداره بالا		
۱/۹۰۸	۱۳/۲۵۰	۱/۹۰۸	۱۳/۲۰۰	۱۵	خودپنداره پایین		

تحصیلی هم در گروه آزمایش و هم در گروه کنترل افراد با خودپنداره پایین نمرات پایین تری دارند.

از نکات قابل توجه در جدول توصیفی ۲ می‌توان به این نکته اشاره کرد که در تمام مؤلفه‌های تاب آوری

جدول ۳ خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری، نتایج آزمون لون و تحلیل کوواریانس تک متغیری تأثیر خودگردان فراشناختی بر مؤلفه‌های تاب آوری

مدل	تاب آوری تحصیلی و هیجانات مثبت تحصیلی	آتكوا				آزمون لون				لامبایدای ویلکز			
		آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی
گروه	مهارت‌های ارتقایی	آتا	مجذور	آنوا	سطح معنی	آتا	مجذور	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی	آنوا	سطح معنی
	جهت‌گیری آینده	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری	داری
۰/۸۸۶	۰/۰۰	۱۹۶/۷۸	۰/۲۱۳	۱/۵۶	۰/۰۰	۱۳۶/۳۰							
۰/۶۰۲	۰/۰۰	۳۸/۳۱	۰/۲۶۱	۱/۲۸	۰/۰۰	۱۳۶/۳۰							
۰/۸۴۳	۰/۰۰	۱۳۵/۶۴	۰/۰۶	۳۶/۸	۰/۰۰	۱۳۶/۳۰							

جدول ۳ نشان می‌دهد همه مقیاس‌ها از فرض برابری واریانس‌ها برخوردارند. همچنین نتایج آزمون کوواریانس اثرات بین گروهی پس آزمون پس از خارج ساختن اثر متغیرهای همپراش (پیش آزمون)، در مرحله پس آزمون پیش آزمون میانگین مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی در گروه‌های آزمایش و گواه تفاوت معنی‌داری مشاهده گردید.

با توجه به معنی‌داری (آنوا)‌های به دست آمده برای آزمون (لامبایدای ویلکز)، در جدول ۳ می‌توان فرضیه مشابه بودن میانگین‌های جامعه بر اساس متغیرهای وابسته برای گروه‌های کنترل و آزمایش را رد کرد؛ و چنین نتیجه‌گیری کرد که تأثیر خودگردان فراشناختی بر مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی معنادار است. نتایج آزمون لون جهت بررسی همگنی واریانس‌ها در

جدول ۴ خلاصه تحلیل کوواریانس چندمتغیری اثرات اصلی و تعاملی آموزش راهبردها و خودپنداره تحصیلی بر نمرات مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی

اثر	آزمون چند متغیره	آماره	آنوا	سطح معنی	درجه آزادی	درجه آزادی	درجه آزادی	سطح معنی	آتا	مجذور	آموزش راهبردها
خودپنداره تحصیلی	لامبایدای ویلکز	۰/۱۸۱	۱۱۱/۴۹	۰/۱۸۱	۷۴	۳	۴۲۷/۶۹	۰/۰۵۵	لامبایدای ویلکز	۰/۰۰۰	۰/۹۴۵
تعامل آموزش	لامبایدای ویلکز	۰/۰۷۰۸	۱۰/۱۸۹	۰/۰۷۰۸	۷۴	۳	۴۲۷/۶۹	۰/۰۵۵	لامبایدای ویلکز	۰/۰۰۰	۰/۸۱۹
راهبردها و خودپنداره تحصیلی	لامبایدای ویلکز										۰/۲۹۲

با توجه به معناداری آنوا (۱۱۱/۴۹) به دست آمده برای آزمون لامبادای ویلکزی نیز معنادار است و اثر تعاملی آموزش راهبردها و خودپنداره تحصیلی با توجه به معناداری آنوا (۱۰/۱۸۹) به دست آمده برای آزمون لامبادای ویلکزی برمولفه‌های تاب آوری تحصیلی معنادار است.

در جدول ۴ خلاصه تحلیل کوواریانس چندمتغیری اثرات اصلی و تعاملی آموزش راهبردها و خودپنداره تحصیلی بر نمرات مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی ارائه شده است. با توجه به معناداری آنوا (۴۲۷/۶۹) به دست آمده برای آزمون لامبادای ویلکزی توان نتیجه گرفت که اثر آموزش راهبردها بر مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی معنادار است و اثر خودپنداره تحصیلی

جدول ۵ خلاصه تحلیل کوواریانس تک متغیری آموزش راهبردها و خودپنداره تحصیلی بر روی مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی

اثر	مؤلفه‌های تاب آوری	مجذور آنوا	سطح معنی تغییرات	داداری اتا	مجذور
خودگردانی فراشناختی	مهارت‌های ارتباطی	۵۵۵/۹۲۰	۸۳۸۴/۵۱۳	۰/۸۰	۰/۰۰۰
	جهت‌گیری آینده	۸۳/۷۵۹	۳۸۷۸/۱۱۲	۰/۵۲۴	۰/۰۰۰
	مسئله محور و مثبت نگر	۲۰۵/۲۱۱	۸۹۷/۸۰۰	۰/۷۳۰	۰/۰۰۰
	مهارت‌های ارتباطی	۳۳/۳۸۴	۵۰۵/۰۱۳	۰/۳۰۶	۰/۰۰۰
	جهت‌گیری آینده	۱۷/۲۸۱	۸۰۰/۱۱۲	۰/۱۸۵	۰/۰۰۰
	مسئله-محورو مثبت نگر	۱۷۸/۵۷۱	۷۸۱/۲۵۰	۰/۷۰۱	۰/۰۰۰
	مهارت‌های ارتباطی	۰/۹۰۳	۱۳/۶۱۳	۰/۰۱۲	۰/۳۴۵
	جهت‌گیری آینده	۱۳/۹۱۲	۶۴۴/۱۱۳	۰/۱۵۵	۰/۰۰۰
	مسئله محور و مثبت نگر	۲۳/۱۴۳	۱۰۱/۲۵۰	۰/۲۲۳	۰/۰۰۰
خودپنداره تحصیلی					
تعامل خودگردانی فراشناختی و خودپنداره تحصیلی					

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش راهبردهایی یادگیری خودگردان فراشناختی برمولفه‌های تاب آوری تحصیلی با نقش تعاملی خودپنداره تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز انجام گرفت. در نگاه کلی نتایج پژوهش حاکی از آن بود که آموزش راهبردهای خودگردان فراشناختی موجب افزایش و بهبود مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی شده است. همچنین خودپنداره تحصیلی نقش تعاملی در ارتباط بین راهبردهای یادگیری خودگردان فراشناختی با تاب آوری تحصیلی داشت. نتایج پژوهش در بررسی فرضیه یک نشان داد که بین میانگین‌های دو گروه آزمایش و کنترل در مؤلفه تاب آوری تحصیلی تفاوت معنی‌داری بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد. نتایج این پژوهش در

جدول ۵ نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری اثر تعاملی آموزش راهبردها و خودپنداره تحصیلی را بر مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، آموزش راهبردهای فراشناختی با توجه به آنواهای به دست آمده و سطح معنی‌داری بر تمام مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی معنی‌دار بوده است؛ و همچنین اثر خودپنداره تحصیلی هم بر تمام مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی معنی‌دار بوده است همچنین آموزش راهبردها در تعامل با خودپنداره تحصیلی به جز بر مؤلفه مهارت‌های ارتباطی بر دو مؤلفه دیگر تاب آوری تحصیلی معنی‌دار است.

## بحث

در ک درستی از خود داشته باشند، از فرایندهای یادگیری خودگردان بیشتر استفاده می‌کنند و عملکرد تحصیلی بهتری خواهند داشت. خودپنداره تحصیلی فرایند شکل گیری ارزشیابی از خودپنداره متأثر از تجارت آموزشی دانش آموزان و تفسیر محیط آموزشی است (ناجی و همکاران، ۲۰۱۰) نقل از غفاری و بلوچی، ۱۳۹۱). هانگ (۲۰۱۱) و همتی و غفاری (۱۳۹۵) در تحقیقی نشان دادند که متغیرهای سطح فردی (عزت نفس و انگیزش تحصیلی) و سطح خانواده (سرمایه اجتماعی خانواده) تأثیر معناداری بر تاب آوری تحصیلی دارند. همچنین برخلاف ارتباط متغیرهای سطح مدرسه با تاب آوری تحصیلی با ورود متغیرهای سطوح دیگر در مدل نهایی، این تأثیر غیرمعنادار می‌شود. نتایج به دست آمده در جهت تأیید تحقیقات کازوکی و تاکاهیرو (۲۰۱۴)؛ لابهاس (۲۰۱۵)؛ مارتینز (۲۰۱۶)؛ مارتین و نتو (۲۰۱۶)؛ هرناندز و بیولوسکی (۲۰۱۶)؛ شادی (۱۳۹۱)؛ اسفندرامز (۱۳۹۳) است که به رابطه مثبت و معنی‌دار تاب آوری و خود پنداره اشاره کرده‌اند.

در تبیین این یافته می‌توان به این نکته اشاره کرد که بنیان نظری تاب آوری تحصیلی شامل نظریه‌های نیاز به پیشرفت، نظریه انگیزشی خود ارزشمندی، نظریه خودکارآمدی، نظریه ارزش-انتظار، نظریه اسناد و کنترل و نظریه جهت گیری انگیزش است (مارتین و مارش، ۲۰۰۹) بر اساس نظریه‌های بالا می‌توان پاسخ داد که چرا و چگونه دانش آموزان تکالیف خود را انجام می‌دهند، چقدر به توانایی خود برای انجام کار مطمئن هستند و توانایی آنان برای حل کردن موانع و مشکلات پیش از رو به رو شدن و پس از آن چگونه است (مارتین و مارش، ۲۰۱۴). مارتین (۲۰۰۶) با ارائه الگوی چرخ انگیزش یادگیرنده افکار، احساسات و رفتارهای زیربنایی مربوط به درگیری تحصیلی را

جهت تأیید یافته‌های پژوهشی: (گاردی و همکاران، ۲۰۱۷؛ پرتوى و تفضلی، ۲۰۱۷؛ هرناندز و بیولوسکی، ۲۰۱۶؛ کریمی قرطمانی و همکاران، ۱۳۹۵؛ میرزایی و همکاران، ۱۳۹۵؛ عابدینی و باباچاهی، ۱۳۹۵؛ رشیدی و همکاران، ۱۳۹۴؛ اسفند رامز، ۱۳۹۳؛ میرزایی و همکاران، ۱۳۹۵؛ کریمی و همکاران، ۲۰۱۴) است. در همین راستا، نتایج تحقیق کریمی و همکاران (۲۰۱۴)، نشان داد که یادگیری خودگردان علاوه بر تأثیر معنی‌دار در تاب آوری تحصیلی دانش آموزان، در مهارت‌های ارتباطی و جهت گیری آینده و ترویج و رشد تفکر مثبت در آن‌ها هم تأثیر گذارد. کریمی قرطمانی و کریمی قرطمانی (۱۳۹۵) در تحقیقی به این نتیجه دست یافتند که میانگین نمرات تاب آوری تحصیلی (مهارت ارتباطی، جهت گیری آینده، مسئله محور و مثبت‌نگر) و اشتیاق تحصیلی (شناختی و رفتاری) در گروه آزمایشی خودتنظیمی در پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش آزمون و در مقایسه با گروه شاهد افزایش چشمگیری داشته است.

نتایج تحلیل کواریانس عاملی چند متغیره در مورد فرضیه دوم حاکی از آن بود که خود پنداره تحصیلی نقش تعاملی در اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودگردان فراشناختی بر تمام مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی به جز مهارت‌های ارتباطی دارد. یافته‌های تحقیقاتی در این حوزه حاکی از آن است که دانش آموزان برای یادگیری خودگردان باید دارای یک خودپنداره ثابت و روشن هم به شکل کلی و هم در یک بعد ویژه مانند خودپنداره تحصیلی باشند و نیز باور داشته باشند که توانایی‌های لازم برای کنترل عوامل بافتی و فرایندهای شناختی و انگیزشی خود را دارند (درمیتراکی، آنجلکیو و موریس، ۲۰۰۹). زیمرمن (۲۰۱۵) معتقد است برای خودگردانی، باورهای مثبت درباره توانایی‌های خود ضروری است. اگر افراد

دانش آموزان پس از دوره متوسطه انجام شد؛ با محدودیت‌هایی از لحاظ تعمیم یافته‌ها مواجه است. پیشنهاد می‌شود با نمونه‌های متنوع‌تر و گسترده‌تر پژوهش مشابهی انجام شود. مداخله اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودگردان فراشناختی را می‌توان با سایر مؤلفه‌های موفقیت تحصیلی نیز اجرا کرد و مهم‌ترین پیشنهاد این است که با طرح ریزی برنامه‌های آموزش یادگیری خودگردان فراشناختی و گنجاندن آن در برنامه درسی دانش آموزان این مهارت را در آن‌ها بهبود بخشد.

### سپاسگزاری

این پژوهش برگرفته از رساله دکتری دانشگاه تبریز است. نویسنده‌گان مقاله بر خود لازم می‌دانند از همکاری و مساعدت کلیه عوامل، استادی داور و کسانی که در این پژوهش ما را یاری کرده‌اند سپاسگزاری نمایند. کسب تاییده برای پیشنهاد پژوهش و رعایت اصول اخلاقی در پژوهش با مشارکت کنندگان انسانی در این مطالعه رعایت شده است و هیچ تعارضی در منافع گزارش نشده است.

### References

- Abedini Y, Baba Chahi A. (2016). The Relationship between Goals of Development, Metacognitive Skills with Academic Resilience in Knowledge Second female Under graduate students in nonprofit and non-profit high schools in Isfahan. Fifth International Humanities Conference and social Songapur. 24-32 Songapur. (in persian).
- Cabrera NL, Padilla AM. (2011). Entering and succeeding in the “Culture of college”. Journal of Behavioral Sciences, 26(2), 152-157.
- Esfandairmas S. (2014). The relationship between self-regulation learning and self-esteem with

توضیح می‌دهد. در این الگو، عوامل افزاینده انگیزش شامل: خودباوری، تمرکز بر یادگیری، ارزشمند بودن آموزش مدرسه، پافشاری، برنامه‌ریزی و مدیریت مطالعه و عامل‌های تضعیف کننده انگیزش یعنی: اضطراب، کنترل کم، ترس از شکست و خود تخریبی معرفی شده‌اند. هم‌چنین، وی اذعان می‌دارد با افزایش عامل‌های تقویت کننده انگیزش و کاهش عامل‌های تضعیف کننده می‌توان تاب آوری را در حوزه تحصیلی پرورش داد.

### نتیجه‌گیری

می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که نقش سازنده و مؤثر یادگیری خودگردان فراشناختی و خودپنداره تحصیلی را نمی‌توان نادیده گرفت به این دلیل که یادگیری خودگردان و خودپنداره تحصیلی از منابعی هستند که می‌توانند سطوح عوامل فشارزا، ناتوانی در شرایط ناگوار و اثرات منفی عوامل استرس را تعدیل کنند و تاب آوری دانش آموزان را بهبود بخشدند. بنابراین معلمان باید با استفاده از راهبردهای یادگیری خودگردان و در نظر گرفتن خودپنداره تحصیلی دانش آموزان زمینه آموزش مؤثر و بهبود مؤلفه‌های تاب آوری تحصیلی را برای دانش آموزان فراهم کنند؛ زیرا بسیاری، از مشکلات دانش آموزان به مهارت‌های ضعیف شناختی و فراشناختی و پایین بودن خودپنداره آنان مربوط می‌شود و از دلایل اصلی مشکلات این دانش آموزان عدم استفاده از راهبردها، مهارت‌های فراشناختی و به طور کلی خودگردانی یادگیری است. نتایج این پژوهش در این راستا اهمیت راهبردهای خودگردان فراشناختی و خودپنداره تحصیلی را به عنوان منابع اساسی مداخله گر آشکار ساخت و لزوم توجه بیشتر به آن‌ها را یادآوری و بر جسته کرد. با توجه به اینکه، این پژوهش در مورد

- resilience. Thesis Master of Educational Psychology, Free University of Tehran South Branch.70-80 (in persian).
- Foster TA. (2013). An exploration of academic resilience among rural students living in poverty, un published doctoral dissertation, School of Education, Piedmont College. 136- 141.
- Garde R, GonzálezTorres M, Fuente J, Vera M, Fernández-Cabezas M, López-García M. (2017). Relationship between Resilience and Self-regulation: A Study of Spanish Youth at Risk of Social Exclusion. Article in Frontiers in Psychology. ORIGINAL RESEARCH published. 17(3)226-236.
- Ghaffari A , Arfa Balouchi F. (2011).The relation between the motivateion of progress and academic self-esteem with exam anxiety in Graduate Students of Ferdowsi University of Mashhad. Clinical Psychology Research and Consultation, 1 (2), 136- 121. (in persian).
- Guay F, Ratelle CF, Roy A, Litalien D. (2010). Academic self-concept, autonomous academic motivation, and academic achievement: Mediating and additiveeffects. Learning and Individual Differences, 20(6), 644-653.
- Hemmati R, Ghaffari M .(2016). Multivariate Analysis of Factors Affecting Academic Rejection. New ApproachesEducational, 11(2) 505-528. (in persian).
- Hernandez A , Białowolski P. (2016) Factors and conditions promoting academic resilience: a TIMSSbased analysis of five Asian education systems. Asia Pacific Educ. Rev. (17)511–520.
- Huang C. (2011). Self-concept and academic achievement: A meta- analysis of longitudinalrelations, Journal of School Psychology, 49(5), 505-528.
- Jayasuriya D, Jayasuriya R, Tay AK, Silove D. (2016). Associati Ons of mental distress with Residecy in conflict zones, ethnic minority status, andpotentia modifiable social factors following conflict in SriLanka : naton wide crosssectional study. The Lance Psychiatry. 24-32.
- Jung KR. (2013). The mediational effect of academic self-discipline (asd) between academic self-efficacy (ase) and college gpa. Retrieved from <http://purl.umn.edu/157688>.
- Karamati M ,Payanehfar S. (2016). Self-esteem and resilience relation with students' self-concept. With disabilities Quarterly Exceptional Children's Edition, 16(4) 63-78. (in persian).
- Karimi Karmatani M , Karimi Karimani M . (2016). The Effect of Teaching Self-Regulatory Learning Strategies on Excitement Educational and Educational Resilience of Controlled Students and High School Students. Second National Conference on Research New in the field of Humanities and Social Studies of Iran. 24-32. (in persian).
- Karimi M, Abedi A, Farahbakhsh K. (2014). The Effect of Self Regulatory Learning of Esfahan (2013-2014). Internationa Journal of Basic Sciences & Applied Research. Vol. 3 (SP), 83-89, 2014.
- Kazuki S,Takahiro O.(2014). Effect of social skills and self-stem on resilience in university students. the Japanese journal of health psychology.27(1),2-19.
- Khalaf M A. (2014). Validity and reliability of the academic resilien ce scale in Egyptian Context .US-China Education Review, 4 (3), 202-210.
- Kuldas S, Hashim S, Ismail H N. (2015). Malaysian adolescent students'needs for enhancing thinking skills, counteracting risk factors anddemonstrating academic resilience. International journal of adolescence andyouth, 20(1), 32-47.
- Labss C. (2015).Resilience in Relation to Consistency in Self-Concept in Adult Third Culture Kids (ATCKs).in partial fulfillment of the Requirements of the Degree Doctor of Psychology.may 2015 .Antioch University Seattle.125-145.
- Liu WC, Wang CKJ. (2005). Academic self-concept: A cross-sectional study of grade and gender differences in a Singapore Secondary School. Asia Pacific Education Review, 6(1), 20-27.
- Martin AJ, Marsh H. (2014). Academic resilience and its psychological and educational correlations: a construct validity approach, Psychology in the Schools,43, 267-281.

- Martin JA, Marsh WH. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: multidimensional and hierarchical conceptualframing of causes correlates and cognateconstructs. Oxford Review of Education, 35(3) ,353-370.
- Martin M, NetoV. (2016). Resilience and self-concept of competence in institutionalized and non-institutionalized young people. Revista Associac,ao portuguesa de psicologia issn2183-2471.revista PSICOOGIA . VOL.30(2),61-76.
- Martinez RS.(2016). Relationships between self-concept and resilience profiles in young people with disabilities Article in Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 14(3):450-473.
- Mirza'i S, Kayamanesh A, Hejazi E , Bani Jamali S. (2016). The Effect of Perceived Competence on Gain Educational achievement with autonomous motivational mediateon. Psychological methods and models. 17(25),65-74.(in persian).
- Moljord EO, Moksnes UK, Epsnes GA, Hjemeld O, Eriksen LP. (2016). Physical activity, resilience and depressive symptom adolescence. mental health and physical activity, 7(2), 79-85.
- Morales EE. (2008). Exceptional-female students and gender in higher education of color.
- Academic resilience Innovation in Higher Education, 33,197–213.
- Partovi N, Tafazoli D. (2017). On the Relationship between Iranian EFL Teachers' Self Regulation, Self-Resiliency, Gender and Teaching Experience. Downloaded from journals,khuisf.ir.ac.ir 11:12 irdt on saterday may 27 (2)128-139.
- Rashidi A, Amiri M, Mehravar G, Shahram Nodehi H. (2015). The Relationship between perception of the classroom environment Educational Resilience. Educational and Research Researches. Years Twenty-Second Period New 7(4) 189-200.(ipersian).
- Saif MH, AminiE, Rastegar A. (2017). Factors Affecting Academic Reaching Students at the University of ScienceMedical School of Bushehr. Iranian Journal of Medical Education, 17 (33) ,34-46. (in persian).
- Samuels WE. & Woo A. (2009). Creation and initial validation of an instrument to measure academic resilience. Available from.135-150
- Shadi N. (2012). Self-regulation and Self-esteem Relationship with Resilience in High School Teachers Borazjan, Master of Public Psychology, Master of Science (MSc). 123-125.(in persian).
- Zimmerman BJ. (2015). Self- regulated learning: Theories, Measures, and outcomes, University of New York, NY, USA.231-241.