

به نام خدا

# اهمیت تصمیم‌گیری‌های دانش‌آموزان

مولفان :

رقیه محققى فر

شبنم نظم فر

خدیجه عظیمی

فاطمه شاکر

زینب علی زاده قره ضیاءالدین

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب‌رسان موجود می‌باشد

[chaponashr.ir](http://chaponashr.ir)

سرشناسه: محققى فر، رقيه، ۱۳۶۴  
عنوان و نام پديدآور: اهميت تصميم گيرى هاى دانش آموزان / مولفان رقيه محققى فر، شبنم  
نظم فر، خديجه عظيمى، فاطمه شاکر، زينب على زاده قره ضياءالدين.  
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ايران)، ۱۴۰۳.  
مشخصات ظاهرى: ۱۱۲ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۱۱۴-۸  
وضعيت فهرست نویسى: فييا  
موضوع: دانش آموزان - تصميم گيرى ها  
شناسه افزوده: نظم فر، شبنم، ۱۳۸۰  
شناسه افزوده: عظيمى، خديجه، ۱۳۴۲  
شناسه افزوده: شاکر، فاطمه، ۱۳۵۶  
شناسه افزوده: على زاده قره ضياءالدين، زينب، ۱۳۴۹  
رده بندى کنگره: PN۲۱۶۲  
رده بندى ديويى: ۸۰۹/۲۲۳  
شماره کتابشناسى ملي: ۹۴۹۳۸۸۴  
اطلاعات رکورد کتابشناسى: فييا

نام کتاب: اهميت تصميم گيرى هاى دانش آموزان  
مولفان: رقيه محققى فر - شبنم نظم فر - خديجه عظيمى  
فاطمه شاکر - زينب على زاده قره ضياءالدين  
ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ايران)  
صفحه آرايى، تنظيم و طرح جلد: پروانه مهاجر  
تيراژ: ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳  
چاپ: زبرجد  
قيمت: ۱۱۲۰۰۰ تومان  
فروش نسخه الكترونيكى - كتاب رسان :  
<https://chaponashr.ir/ketabresan>  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۱۱۴-۸  
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵  
[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹	فصل اول:.....
۹	کلیات تصمیم گیری.....
۹	مقدمه.....
۱۲	اهمیت و ضرورت تصمیم گیری.....
۱۵	فصل دوم:.....
۱۵	مفاهیم مرتبط با تصمیم گیری.....
۱۵	معقولیت و تصمیم گیری.....
۱۶	توسعه گزینه ها.....
۱۷	اصل عامل محدود کننده.....
۱۷	فراگرد اساسی ارزیابی.....
۱۸	عوامل کیفی و کمی.....
۱۸	ارزیابی گزینه ها: تحلیل نهایی.....
۱۹	ارزیابی گزینه ها: تحلیل سودمندی هزینه.....
۲۰	برنامه ریزی در شرایط پویا.....
۲۱	اساس انتخاب از میان گزینه ها.....
۲۱	تجربه.....
۲۲	آزمایش.....
۲۳	تحقق و تحلیل.....
۲۳	تحقیق در عملیات و برنامه ریزی.....

۲۴	مفهوم تحقیق در عملیات
۲۴	اصول تحقیق در عملیات
۲۷	تحقیق در عملیات کاربردی شامل شش مرحله است:
۲۹	تحقیق در عملیات و شبیه سازی
۳۰	موردی از تحقیق در عملیات در عمل: توزیع لجستیک
۳۱	ابزارهای ویژه
۳۲	سایر ابزارها
۳۳	محدودیت‌های تحقیق در عملیات
۳۳	رویکردهای جدید تصمیم‌گیری در عدم اطمینان
۳۳	تحلیل ریسک
۳۵	درخت تصمیم‌گیری
۳۸	ارزیابی اهمیت تصمیم‌گیری
۳۸	مقدار تعهد
۳۸	انعطاف‌پذیری برنامه‌ها
۳۸	اطمینان از اهداف و مفروضات
۳۹	قابلیت کمی شدن متغیرها
۳۹	تاثیر انسان
۳۹	سیاست تصمیم‌گیری
۴۰	رویکرد سیستمی و تصمیم‌گیری
۴۰	نظریه‌های مربوط به خودتوانسازی
۴۱	نظریه آدلر

- ۴۱..... نظریه موری
- ۴۲..... نظریه اسناد
- ۴۵..... نظریه خودارزشی
- ۴۶..... نظریه هدف
- ۴۷..... تعریف خودناتوانسازی
- ۵۱..... تعریف خودناتوانسازی تحصیلی
- ۵۲..... زیربنای انگیزشی خودناتوانسازی
- ۵۲..... تعریف مفهومی شک
- ۵۳..... اساس عمومی-خصوصی خودناتوانسازی
- ۵۴..... نقشهای خودحمایتی خودار تقایی
- ۵۵..... خودناتوانسازی و عملکرد تحصیلی
- ۵۵..... خودناتوانسازی و تقلب
- ۵۶..... پیامدهای عاطفی خودناتوانسازی
- ۵۶..... تعریف جرأتورزی
- ۵۸..... تعاریف جرأتورزی
- ۶۰..... جرأتورزی در نظریات روانشناسی
- ۶۰..... نظریه تحلیل تبادلی
- ۶۱..... روانشناسی مثبت‌نگر
- ۶۲..... روانشناسی وجودی
- ۶۲..... نظریه دلبستگی
- ۶۳..... نظریه رفتارگرا

- رفتارهای جرأتورزانه ..... ۶۳
- انواع جرأتورزی ..... ۶۵
- مؤلفه‌های جرأتورزی ..... ۶۷
- کارکردهای جرأتورزی: ..... ۶۷
- عوامل مؤثر بر جرأتورزی: ..... ۶۸
- ویژگی‌های اشخاص جرأتورز: ..... ۶۹
- راهبرد تصمیمگیری مجدد ..... ۶۹
- چگونگی شکلگیری راهبرد تصمیمگیری مجدد ..... ۷۰
- راهبرد تصمیمگیری مجدد ..... ۷۱
- اصول کلی راهبرد تحلیل تبادلی: ..... ۷۳
- الگوی حالات من (والد-بالغ-کودک) ..... ۷۴
- مفهوم نمایشنامه زندگی ..... ۷۶
- تصمیمات ..... ۷۸
- تنگناها و تصمیمات مجدد ..... ۷۸
- توالی فرآیند تصمیمگیری مجدد: ..... ۷۹
- مثلث نمایش کارپمن ..... ۸۰
- اصول کلی راهبرد تصمیمگیری مجدد ..... ۸۱
- بازدارنده‌ها ..... ۸۱
- نکن ..... ۸۱
- وجود نداشتهباش ..... ۸۲
- صمیمی نباش ..... ۸۲

۸۳	..... مهم نباش
۸۳	..... بچه نباش
۸۴	..... بزرگ نشو
۸۴	..... موفق نباش
۸۵	..... خودت نباش
۸۵	..... عاقل و سالم نباش
۸۵	..... تعلق نداشته باش
۸۶	..... فکر نکن
۸۹	..... سایقهها
۹۰	..... قراردادها
۹۱	..... قرارداد با مراجعین بیمیل و اجباری:
۹۱	..... نوازشها
۹۳	..... تحقیقات انجامشده در داخل کشور
۹۸	..... تحقیقات انجامشده در خارج از کشور
۱۰۳	..... منابع:



# فصل اول:

## کلیات تصمیم گیری

### مقدمه

پس از پایان یافتن دوره کودکی، فرد وارد مرحله‌ای می‌شود که شرایط آن با شرایط دوره قبل کاملاً متفاوت است. این دوره به نوجوانی معروف است (اکبری ۱۳۸۱). در فرهنگ و بستر انتقال از مرحله کودکی را به مرحله‌ی بالندگی در دوره‌ای تدریجی از جریان-زندگی، نوجوانی می‌گویند که با تحول عمیق در جسم و روان و قدرت تجسم و تخیل زیاد همراه است. دوره نوجوانی تقریباً از ۱۲ سالگی شروع می‌شود و تا آخر دهه‌ی دوم زندگی انسان ادامه می‌یابد. در نوشته‌های پایپروس مصری حدود ۴۰۰۰ سال پیش، نسبت به وضع نوجوانان اظهار نگرانی شده‌است و نیز در قدیمی‌ترین مطالعاتی که در زمینه نوجوانی به عمل آمده‌است، فلاسفه بزرگ یونان، جایگاه خاصی را به خود اختصاص داده‌است. (شرفی، ۱۳۸۳). دوران نوجوانی از ادوار پراهمیت در فرآیند رشد فردی و اجتماعی محسوب می‌شود. قدم‌گذاردن به این دوره معمولاً با بلوغ آغاز می‌شود شکوفایی غریزه جنسی، تثبیت و تحکیم علایق و منافع شغلی و اجتماعی، میل به آزادی و استقلال از ویژگی‌های مهم این دوره است. از یک سوء فشار غرایز و میل به تبعیت از ارزش‌های نوجوانی، و فشارهای گروهی میل به ابراز وجود، پی‌ریزی زندگی مستقل او را در یک بحران فکری و یک آشفتگی روانی قرار می‌دهد. (فروع‌الدین و همکاران، ۱۳۸۲). یکی از عواملی که بر پیشرفت و وضعیت تحصیلی دانشجویان تأثیر دارد استفاده از راهبرد خودناتوان‌سازی است. خاستگاه خودناتوان‌سازی را باید در نظریه‌های شخصیت و به‌ویژه در دیدگاه روان‌کاوی جست‌وجو کرد. موری<sup>۱</sup> (۱۹۸۳) معتقد است هر فردی نیاز دارد که در برابر انتقاد و سرزنش، حمله و هجوم به دفاع از خود پرداخته و

یا با دلیل‌تراشی به توجیه آن بپردازد. آدلر<sup>۱</sup> (۱۹۰۷) نیز بر این باور است که هرانسانی با ظرفی بالقوه به دنیا می‌آید که گاه آن نقص را برای خودداری از انجام کارهای دشوار یا توجیه شکست بهانه می‌کند و از این طریق به بهانه‌تراشی می‌پردازد. پس از این پژوهشگران بسیاری از نیازها و انگیزه‌های انسان را به بوته‌ی آزمایش گذاشتند و بدین وسیله نظریه‌های جدیدی مطرح شد، یکی از این نظریه‌ها نظریه اسناد می‌باشد. مطابق با این نظریه افراد تلاش می‌کنند که در مواجهه با دیگران، شکست را به عوامل بیرونی مانند شانس و دشواری تکلیف و موفقیت را به عوامل درونی مانند استعداد و توانایی نسبت دهند. (هایدر<sup>۲</sup>، ۱۹۵۸) بعد از آن دو پژوهشگر به نام‌های برگلاس و جونز<sup>۳</sup> (۱۹۷۸) متوجه شدند برخی مواقع افراد به جای اینکه پس از دریافت بازخورد عملکرد به توجیه آن بپردازند، از پیش راهبردهایی را به کار می‌گیرند تا با توجه به آن شکست احتمالی بعدی را توجیه نمایند. آن‌ها این راهبردها را راهبردهای خودناتوان‌سازی نام نهادند، چرا که استفاده از آن‌ها به تضعیف عملکرد می‌انجامد. راهبردهای خودناتوان‌سازی، دسته‌ای از شرایط پیشاینندی هستند که افراد فراهم می‌سازند، به این امید که جانشین عواملی شوند که در آینده ممکن است شایستگی آن‌ها را مورد تردید قرار دهند. اخیراً پژوهش پیرامون خودناتوان‌سازی به حیطه‌ی آموزشگاهی نیز وارد شده‌است. به نظر می‌رسد که برخی از دانشجویان و دانش‌آموزان عالماً و عامداً تلاش نمی‌کنند، مطالعه خود را به آخرین لحظه موکول می‌کنند، شب قبل از امتحان را به بطالت می‌گذرانند و یا از دیگر راهبردهای خودناتوان‌سازی استفاده می‌کنند تا از تلویحات منفی شکست احتمالی بکاهند. (شکر کن، ۱۳۸۴) استفاده از راهبردهای خودناتوان‌سازی با سن دانش‌آموز در ارتباط است، چرا که برای استفاده هدفمند از این راهبرد باید سنی برسد که قابلیت شناختی لازم برای تشخیص بین تلاش و توانایی را کسب‌کنند، که معمولاً کودکان از سنین نوجوانی به بعد به این باور می‌رسند که عملکرد خوب بدون تلاش، یا با تلاش اندک نشانه‌ای از توانایی بالاست، و یا بالعکس، شکست به دنبال تلاش زیاد نشانه فقدان توانایی است (نیکولز و میلر<sup>۴</sup> ۱۹۸۴). خودناتوان‌سازی از قبل در مورد وضعیت‌هایی استفاده می‌شود که احتمال موفقیت در آن کم‌باشد. یکی از مهارت‌های اجتماعی که در روان‌شناسی نوین به ویژه روان‌شناسی سلامت تأکید زیادی بر آن صورت می‌گیرد، جرأت‌ورزی است که از بنیان‌های دستیابی به رفتار سالم فرض می‌شود (شعبانی پور ۱۳۸۶) مبحث ابراز وجود سابقه‌ای طولانی در رفتاردرمانی دارد و سرآغاز آن به کارهای

1-Adler

2-Heider

3-Berglas&amp; Jones

4-Nichools&amp;Miller

سالتر<sup>۱</sup> (۱۹۴۹) و ولپه<sup>۲</sup> (۱۹۷۵) باز می‌گردند. اینان متوجه شدند برخی از انسان‌ها نمی‌توانند حق خود را بگیرند، در نتیجه این دو محقق کوشش کردند مهارت ابراز وجود را به آن‌ها بیاموزند. جرأت‌ورزی شامل احقاق حقوق خود، ابراز افکار و عقاید و احساسات خود به شیوه‌ای مناسب و مستقیم و صادقانه است، به گونه‌ای که حقوق دیگران را از بین نبریم و همچنین رفتاری است که شخص را قادر می‌سازد تا به نفع خود عمل کند، بی‌هیچ‌گونه اضطرابی رفتاری متکی به خود داشته‌باشد، احساسات واقعی خود را صادقانه ابراز کند و با توجه به حقوق دیگران، حق خود را به دست‌آورد. (هارجی، ۲۰۰۵) به اعتقاد ولپه (۱۹۸۲) جرأت‌مندی عبارت از بیان مناسب و صحیح هر نوع هیجانی به غیر از اضطراب نسبت به فرد دیگری است. وجود چنین رفتاری در فرد سبب می‌شود که احساسات و هیجانات خود را در برابر رفتار دیگران که می‌تواند طیف وسیعی از تحقیر تا تحریک را همراه داشته‌باشد بدون ترس و به شکلی صحیح ابراز دارد. آلبوتی و آمونس (۱۹۷۵) رفتار جرأت‌مندانه را ایستادگی در حفظ شأن انسانی و نفوذ می‌دانند و به این طریق میان این مفهوم با رفتار پرخاشگرانه مرز قاطعی می‌کشند. بی‌شک حوزه درمان آلام بشری یکی از چالش‌انگیزترین عرصه‌های تخصصی است و روان‌درمانی نیز به واسطه ارتباط مستقیمی که با سلامت جسمانی و روانی دارد، در زمره مهم‌ترین آن‌ها به شمار می‌آید. حوزه (روان‌درمانی) از قدمتی به فراخنای خلقت آدمی و عمری به جوانی رشته‌های روان‌پزشکی و روان‌شناسی برخوردار است. (کوری<sup>۳</sup> ۲۰۰۱، ترجمه بهاری و دیگران، ۱۳۸۶) اولین بار که نظریه تحلیل تبدالی ارائه و به عموم عرضه گردید در سال ۱۹۷۵ و در یک کنفرانس حرفه‌ای در شهر لس‌آنجلس بود. برن در سال ۱۹۶۱ کتاب تحلیل تبدالی در روان‌درمانی را منتشر کرد و در آن رئوس اصلی دیدگاه خود را شرح داد. پیروان او مطالب دیگر به آن اضافه کردند و کنش عملی آن را تصحیح نمودند. در تحلیل تبدالی نقش محیط و ارتباط اجتماعی از اهمیت فراوانی برخوردار است. با این حال نهایتاً افراد مسئول زندگی و رفتار خود هستند و فرد باید این مسئولیت را پذیرا باشد و به نقش خود در زندگی بیش از هر عامل دیگری توجه نماید. (فیروز بخت، ۱۳۸۶)

درمان شیوه تصمیم‌گیری مجدد<sup>۴</sup> بر اساس مفاهیمی چون احکام، تصمیم‌های اولیه و تصمیم‌های جدید استوار است. درمان تصمیم‌گیری مجدد شکلی از تحلیل تبدالی است که برای درک نحوه گسترش یادگیری دوران کودکی به بزرگسالی، چارچوب مفیدی ارائه می‌کند. این رویکرد بر این فرض استوار است که بزرگسالان بر اساس فرض‌های گذشته

1-salter

2-wolpe

3-Korey,G

4-Redecision therapy

که زمانی برای ارضای نیازهای حیاتی آن‌ها مناسب بود اما دیگر ارزشمند نیست، تصمیم‌گیری می‌کنند. این رویکرد بر ظرفیت تغییر دادن تصمیم‌های اولیه تأکید می‌کند و به سوی افزایش آگاهی فرد، با هدف تواناساختن مراجعان برای تغییر دادن دوره زندگی‌شان جهت‌گیری شده است. در درمان تصمیم‌گیری مجدد، مراجعان می‌آموزند که چگونه قواعدی که در کودکی دریافت و ترکیب کرده‌اند، اعمال آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. (کوری ۲۰۰۱، ترجمه اعتمادی و هاشمی اذر، ۱۳۸۵) گلدینگ<sup>۱</sup> (۱۹۷۸) خاطر نشان می‌سازد که تصمیم‌های اولیه نه بر اساس یک وضعیت فکری بلکه بر اساس یک وضعیت احساسی گرفته شده است. بنابراین، برای خروج از پیش‌نویس باید با آن احساس‌های کودک که در زمان تصمیم اولیه تجربه کرده است، دوباره تماس حاصل کند، با بیان احساس‌ها آن وضعیت را خاتمه بخشند و تصمیم اولیه را با یک تصمیم مجدد مناسب و نو عوض کنند. این کار را می‌توان از طریق تخیل و تصور یا رؤیایپردازی انجام داد و یا کار بر روی صحنه اولیه که در آن مراجع به گذشته برمی‌گردد تا یک صحنه اولیه آسیب‌رسان را به یاد آورد و آن را دوباره تجربه کند. (استوارت و جونز<sup>۲</sup>، ۱۹۸۷، ترجمه داد گستر، ۱۳۸۶)

### اهمیت و ضرورت تصمیم‌گیری

نوجوانی دوره پیچیده‌ای از رشد انسان است که دامنه آن از ۱۲ تا ۱۸ سالگی امتداد دارد. در واقع، صرف نظر از دوره نوزادی در هیچ دوره‌ای از زندگی تغییراتی به اندازه دوره نوجوانی در فرد روی نمی‌دهد. نوجوان با دگرگونی‌های مهمی مواجه شده و باید نقش‌های تازه در محیط اجتماعی سازگار شود. تجربه نوجوانی ممکن است با استرس و فشار همراه باشد. در این سن، نوجوانان دلبسته تجربه‌های خود شده و فاقد یک دیدگاه باز هستند و ممکن است تعارضات و ناکامی‌هایی را تجربه کنند که به جای آنکه نشان‌دهند پاسخ‌های بهنجار نوجوان نسبت به رشد باشد، از آشفتگی‌های روانی حکایت کند. (بیابانگرد، ۱۳۸۴) برای رویارویی با این مشکلات، دستیابی به توانمندی‌ها و مهارت‌هایی ضروری است. از جمله این توانمندی‌ها بهره‌مندی فرد از جرأت‌ورزی است. از آنجا که استفاده از راهبردهای خودناتوان‌سازی تحصیلی، یکی از موانع مهم پیشرفت دانش‌آموزان است و مدرسه از جمله مکان‌هایی است که دانش‌آموزان سال‌های مدیدی از زندگی خود را در آن حضور دارند و بعد از پایان یافتن تحصیل در مدرسه به دوران جدیدی از زندگی (دانشگاه، کار، ازدواج) وارد می‌شوند، که در آنجا با چالش‌ها و موقعیت‌های استرس‌زای

1-Goulding,M&R

2-Srew2-art&Joines

بیشتری روبرو می‌شوند که باید منطقی و آرام و بادرایت بدون آنکه تسلیم شوند، چاره-اندیشی کنند. همچنین راهکارهایی را به دانش‌آموزانی که با پیام‌های منفی والدینی که از کودکی با خود حمل کرده‌اند و اکنون با آن‌ها زندگی می‌کنند ارائه دهد تا بتوانند به افرادی تبدیل شوند که تصمیمات جدیدی را اخذکنند تا در نهایت بتوانند به انسان‌های مفید و سازنده در زندگی خود و جامعه تبدیل شوند.



## فصل دوم:

### مفاهیم مرتبط با تصمیم گیری

تصمیم‌گیری بخش عمده‌ای از برنامه ریزی است. در حقیقت هسته اصلی برنامه ریزی شرح فراگرد تصمیم‌گیری است. به این ترتیب تصمیم‌گیری ممکن است به این ترتیب تصور شود: ۱. تعیین مفروضات، ۲. تعیین گزینه‌ها، ۳. ارزیابی گزینه‌ها، ۴. انتخاب یک گزینه یعنی اتخاذ یک تصمیم. اگر چه در این فصل راجع به منطق و تکنیک‌های انتخاب بحث می‌شود ولی در واقع تصمیم‌گیری به عنوان گامی در برنامه ریزی در نظر گرفته شده است.

#### معقولیت و تصمیم‌گیری

تصمیم‌گیری موثر مستلزم یک انتخاب منطقی است. ولی معقولیت چیست؟ چه موقع یک شخص منطقی فکر می‌کند یا تصمیم می‌گیرد؟ غالباً تصویب می‌شود که حل کردن مسئله، تفکر یا تصمیمی منطقی است، و گاهی اوقات یک مسئله به عنوان حالتی از ابهام، عدم اطمینان، یا هرج و مرج تعریف شده است. ولی اگر هدف یک شخص در وضعی مبهم، نامطمئن یا نامنظم قرار داشته باشد، مسلماً هیچ مسئله‌ای وجود نخواهد داشت و نیازی به تصمیم‌گیری نیز نخواهد بود.

بنابراین ملاحظه می‌شود که قبل از تصمیم‌گیری منطقی شرایط معینی باید وجود داشته باشد. در وهله اول باید برای تحقق هدفی کوشش شود. ثانیاً باید درک روشینی از گزینه‌ای که در جهت تحقق هدف است، داشت. ثالثاً باید بتوان گزینه‌ها را در پرتو هدف مورد نظر ارزیابی کرد، و بالاخره باید گرایش داشت بهترین گزینه را برای تحقق هدف انتخاب کرد.