

به نام خدا

# از انگیزه تا یادگیری (روانشناسی آموزشی برای معلمان)

مؤلفان:

طیبه شریعت منش

منیره سادات ابوالمعالی حسینی

مریم مختاری

هدی زینی

طاهره ظهرابی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه : شریعت منش، طبیه، ۱۳۶۹  
عنوان و نام پدیدآور : از انگیزه تا یادگیری (روانشناسی آموزشی برای معلمان) / مولفان طبیه  
شریعت منش، منیره سادات ابوالمعالی حسینی، مریم مختاری، هدی زینی، طاهره ظهرابی.  
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۴.  
مشخصات ظاهری : ۱۰۶ ص.  
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۳۷۷-۸  
وضعیت فهرست نویسی : فیپا  
موضوع : معلمان - روانشناسی آموزشی  
شناسه افزوده : ابوالمعالی حسینی، منیره سادات، ۱۳۷۱  
شناسه افزوده : مختاری، مریم، ۱۳۶۷  
شناسه افزوده : زینی، هدی، ۱۳۶۵  
شناسه افزوده : ظهرابی، طاهره، ۱۳۷۲  
رده بندی کنگره : TP۸۷۱  
رده بندی دیویی : ۵۵/۳۸۱  
شماره کتابشناسی ملی : ۹۹۷۶۳۴۱  
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب : از انگیزه تا یادگیری (روانشناسی آموزشی برای معلمان)  
مولفان : طبیه شریعت منش - منیره سادات ابوالمعالی حسینی - مریم مختاری  
هدی زینی - طاهره ظهرابی  
ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)  
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر  
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۴  
چاپ : زبرجد  
قیمت : ۱۰۶۰۰۰ تومان  
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :  
<https://chaponashr.ir/ketabresan>  
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۳۷۷-۸  
تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵  
[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست

مقدمه .....	۵
بخش اول: انگیزش در فرایند یادگیری .....	۷
فصل اول: انگیزه چیست و چرا برای معلم اهمیت دارد؟ .....	۷
فصل دوم: نظریه‌های کلیدی انگیزش در آموزش .....	۱۵
فصل سوم: انواع انگیزش: درونی در برابر بیرونی .....	۲۳
فصل چهارم: شناسایی و سنجش انگیزه دانش‌آموزان .....	۳۱
رفتارهای کلامی: .....	۳۱
رفتارهای غیر کلامی: .....	۳۲
بخش دوم: فرایندهای شناختی در یادگیری .....	۳۹
فصل پنجم: توجه و ادراک: دروازه‌های ورودی یادگیری .....	۳۹
تنظیم محیط فیزیکی برای افزایش تمرکز: .....	۴۲
طراحی محتوای آموزشی شفاف و دسترس‌پذیر: .....	۴۵
ارائه مؤثر محتوا در کلاس درس: .....	۴۵
فصل ششم: حافظه و فراموشی: چگونه اطلاعات ماندگار می‌شوند؟ .....	۴۹
فصل هفتم: تفکر و حل مسئله: راهبردهای شناختی برای یادگیری فعال .....	۵۷
فصل هشتم: فراشناخت: آموختن چگونه آموختن .....	۶۵
بخش سوم: کاربرد روانشناسی آموزشی در کلاس درس .....	۷۳
فصل نهم: طراحی موقعیت‌های یادگیری انگیزشی .....	۷۳

فصل دهم:مدیریت کلاس و ایجاد محیط یادگیری حمایتی .....	۸۱
فصل یازدهم:بازخورد مؤثر و نقش آن در پیشرفت یادگیری .....	۸۹
برای فصل بازخورد مؤثر، شش سوال کلیدی و کاربردی به این شرح ارائه می‌شود:.....	۸۹
فصل دوازدهم:خودتنظیمی یادگیری و توانمندسازی دانش آموز .....	۹۷
منابع.....	۱۰۵

## مقدمه

در دنیای پرشتاب و پیچیده امروز، رسالت خطیر آموزش بر دوش معلمان نهاده شده است. آنان نه تنها حامل دانش، بلکه معماران آینده جامعه و پرورش‌دهندگان نسل‌های نو هستند. در این میان، درک عمیق از سازوکارهای پیچیده انگیزش و فرآیندهای یادگیری، نقشی حیاتی در اثربخشی هر معلمی ایفا می‌کند. کتاب حاضر، با رویکردی تخصصی و در عین حال قابل فهم، در پی آن است تا چراغ راهی باشد برای معلمان گرامی، تا بتوانند با شناخت ابعاد روانشناختی یادگیری و عوامل محرک انگیزه، در کلاس‌های درس خود تحولی بنیادین ایجاد کنند. ما بر این باوریم که هر معلم، پژوهشگری دغدغه‌مند در کلاس درس خود است. او به دنبال پاسخ به این پرسش اساسی است که چگونه می‌توان دانش‌آموزان را به یادگیری علاقه‌مند ساخت؟ چه عواملی باعث می‌شود برخی دانش‌آموزان با شور و اشتیاق به تحصیل بپردازند و برخی دیگر، از مسیر یادگیری منحرف شوند؟ این کتاب، با اتکا به یافته‌های علمی معتبر در حوزه روانشناسی تربیتی و با الهام از دیدگاه‌های صاحب‌نظرانی چون مصطفی تبریزی، به کاوش در این پرسش‌ها می‌پردازد. از جنبه‌های مختلف، به بررسی موانع و تسهیل‌گرهای انگیزش درونی و بیرونی، نقش خودکارآمدی، اهداف یادگیری، و چگونگی ایجاد محیطی پویا و حمایت‌گر در کلاس درس پرداخته خواهد شد. مطالعه این کتاب، درک عمیق‌تری از چرایی رفتار دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری را برای شما به ارمغان خواهد آورد. با شناخت اصول و مبانی روانشناختی، خواهید توانست راهبردهای آموزشی خود را بهینه‌سازی کرده و با اعتماد به نفس بیشتری، مسیر رشد و شکوفایی استعدادهای دانش‌آموزانتان را هموار سازید. هدف ما این است که شما، به عنوان معلم، با مسلح شدن به دانش و ابزارهای لازم، بتوانید در دل هر دانش‌آموز، شعله پر فروغ انگیزه را برافروزید و یادگیری را به تجربه‌ای لذت‌بخش و ماندگار تبدیل کنید. این کتاب، سفری است به دنیای شگفت‌انگیز روانشناسی یادگیری و انگیزش، سفری که به شما کمک می‌کند تا در حرفه مقدس معلمی، اثربخش‌تر و موفق‌تر باشید.



## بخش اول

### انگیزش در فرایند یادگیری

#### فصل اول

#### انگیزه چیست و چرا برای معلم اهمیت دارد؟

در بافت آموزش و پرورش و به ویژه فضای پویای کلاس درس، وقتی از انگیزه سخن می‌گوییم، منظوری فراتر از مفاهیم سطحی و آنی داریم. انگیزه در این فضا، نیروی محرکه درونی و پیچیده‌ای است که دانش‌آموز را به سوی شروع، تداوم و جهت‌دهی هدفمندانه رفتار در مسیر یادگیری سوق می‌دهد. این پدیده، تنها به تمایل اولیه برای انجام کاری محدود نمی‌شود، بلکه شامل میل به کاوش، چالش‌پذیری، پایداری در مواجهه با دشواری‌ها و دستیابی به درک عمیق‌تر است. انگیزه، عاملی است که هم بر انتخاب فعالیت‌های یادگیری، هم بر میزان تلاش صرف شده و هم بر پایداری در آن فعالیت‌ها تاثیر می‌گذارد، حتی زمانی که موانع و چالش‌ها پدیدار می‌شوند. این یک فرایند شناختی، عاطفی و رفتاری است که تعیین می‌کند چرا و چگونه یک دانش‌آموز درگیر یادگیری می‌شود.

تفاوت بنیادین انگیزه با علاقه صرف در عمق و دامنه آن نهفته است. علاقه، اغلب یک وضعیت عاطفی زودگذر یا توجهی موقت به یک موضوع یا فعالیت خاص است که می‌تواند جرقه اولیه را ایجاد کند. دانش‌آموز ممکن است به یک داستان، یک آزمایش علمی یا یک مبحث تاریخی "علاقه" نشان دهد، اما این علاقه لزوماً منجر به تعهد مستمر به یادگیری، صرف زمان برای مطالعه عمیق‌تر یا غلبه بر موانع مفهومی نمی‌شود. علاقه می‌تواند به عنوان یک پیش‌نیاز یا بخشی از انگیزه درونی عمل کند و زمینه‌ساز آن باشد، اما خود به تنهایی تضمین‌کننده پایداری در فرایند یادگیری و دستیابی به اهداف آموزشی نیست. انگیزه، پایبندی شناختی و رفتاری مستمری را طلب می‌کند که فراتر از کشش سطحی و گاه‌گذرا و مقطعی علاقه است؛ به عبارت دیگر، انگیزه نیرویی است که فرد را به پیگیری و عمل فراتر از صرف حس کنجکاوی یا لذت آنی سوق می‌دهد.

از سوی دیگر، تمایز انگیزه از تلاش صرف نیز بسیار حیاتی است. تلاش، نمود بیرونی و عملی انگیزه است، اما با آن یکسان نیست و نمی‌تواند جایگزین آن شود. دانش‌آموز ممکن است به دلایل بیرونی مانند ترس از تنبیه، کسب نمره بالا، جلب رضایت والدین و معلم، یا دریافت جایزه، "تلاش" کند. این تلاش، هرچند ممکن است به ظاهر منجر به انجام تکالیف یا مطالعه شود، اما فاقد آن نیروی درونی و میل واقعی به یادگیری است که از انگیزه سرچشمه می‌گیرد. در چنین مواردی، کیفیت یادگیری ممکن است سطحی باقی بماند و پایداری آن در بلندمدت ضعیف باشد؛ چرا که پس از رفع عامل بیرونی، تلاش نیز متوقف می‌شود. تلاش بدون انگیزه، اغلب خسته‌کننده، بدون شور و فاقد خلاقیت است و می‌تواند به سرعت به فرسودگی منجر شود. در مقابل، انگیزه واقعی، نیرویی است که دانش‌آموز را به سمت تلاش هدفمند، هوشمندانه و مؤثر سوق می‌دهد؛ تلاشی که با احساس رضایت درونی همراه بوده و حتی در صورت شکست‌های موقت، قابلیت بازسازی و ادامه دارد. انگیزه تضمین‌کننده این است که تلاش نه تنها انجام می‌شود، بلکه با کیفیت و عمق لازم برای دستیابی به یادگیری پایدار و توسعه مهارت‌های خودتنظیمی همراه خواهد بود.

در همین راستا و با تکیه بر این تبیین بنیادین از انگیزه، درک عمیق آن برای موفقیت یک معلم در تربیت دانش‌آموزانی فعال و پویا، اهمیت حیاتی دارد. معلمی که تنها به مشاهده نمودهای بیرونی علاقه یا تلاش اکتفا کند، در واقع در حال مدیریت یک صحنه نمایش است و نه پرورش ظرفیت‌های درونی. آگاهی از ابعاد پنهان انگیزه، به معلم این امکان را می‌دهد که فراتر از سطح پدیده‌ها نگاه کند؛ او می‌تواند تشخیص دهد که آیا کنجکاوی اولیه یک دانش‌آموز به یک علاقه پایدار و عمیق بدل خواهد شد یا تنها یک واکنش زودگذر است. این درک عمیق، به معلم یاری می‌رساند تا نه تنها رفتار ظاهری دانش‌آموز، بلکه ریشه‌های شناختی، عاطفی و حتی نیازهای روانشناختی پشت آن رفتار را نیز شناسایی کند.

یک معلم آگاه به مبانی انگیزه، می‌داند که چگونه می‌تواند محیط آموزشی را به گونه‌ای طراحی کند که نیازهای اساسی روانشناختی دانش‌آموزان برای احساس شایستگی، خودمختاری و ارتباط را برآورده سازد. چنین معلمی در می‌یابد که تکیه صرف بر پاداش‌های بیرونی یا تهدید به تنبیه، گرچه ممکن است در کوتاه مدت منجر به بروز تلاش شود، اما به ندرت می‌تواند انگیزه درونی برای یادگیری عمیق و پایدار را پرورش دهد. او قادر خواهد بود استراتژی‌های آموزشی را به گونه‌ای تنظیم کند که دانش‌آموزان خود را مولف یادگیری خود ببینند؛ چالش‌ها را فرصتی برای رشد تلقی کنند؛ و در مواجهه با دشواری‌ها، از منابع درونی برای پایداری و حل مسئله بهره‌گیرند. این رویکرد، پایه‌های خودتنظیمی و تاب‌آوری تحصیلی را در دانش‌آموزان تقویت می‌کند.

کند و آنها را از صرفاً "مطیع" بودن به "مشارکت کننده" فعال و "خالق" در فرایند یادگیری بدل می سازد.

علاوه بر این، درک عمیق انگیزه به معلم کمک می کند تا بتواند تفاوت میان دانش آموزانی را که به دلیل فقدان مهارت یا ضعف در پایه های قبلی در یادگیری مشکل دارند، با دانش آموزانی که به دلیل نبود انگیزه کافی، از درگیری فعال در فرایند یادگیری پرهیز می کنند، تمییز دهد. این تمایز حیاتی است زیرا راهکارهای مداخله ای برای هر یک از این گروه ها کاملاً متفاوت خواهد بود. معلمی که به مکانیسم های انگیزش آشناست، می تواند با ارائه بازخوردهای سازنده، فراهم آوردن فرصت های موفقیت معنادار و ایجاد حس تعلق در کلاس، دانش آموزان را به سمت غلبه بر موانع و شکوفایی پتانسیل های خود سوق دهد. این دانش به معلم اجازه می دهد تا از فرسودگی تحصیلی ناشی از تلاش های بی ثمر جلوگیری کند و زمینه را برای شکل گیری شهروندانی اندیشمند، خودانگیزخته و مادام العمر یادگیرنده فراهم آورد.

تشخیص دانش آموزان بانگیزه و بی انگیزه نیازمند نگاهی فراتر از عملکرد صرف تحصیلی است. معلم باید به نشانه های رفتاری، عاطفی و شناختی توجه کند. دانش آموزان بانگیزه معمولاً با اشتیاق و کنجکاوی در کلاس شرکت می کنند. آنها فعالانه در بحث ها و فعالیت های گروهی مشارکت می جویند و سوالات زیادی می پرسند. این پرسش ها اغلب از روی کنجکاوی ذاتی و تمایل به درک عمیق تر مطالب نشأت می گیرد نه صرفاً برای تکمیل تکالیف. علاوه بر این، آنها به طور مستقل به دنبال یادگیری بیشتر در خارج از کلاس هستند و از چالش ها استقبال می کنند. این دانش آموزان اغلب به دنبال راه حل های خلاقانه برای مشکلات هستند و از شکست ناامید نمی شوند بلکه آن را فرصتی برای یادگیری و پیشرفت می دانند. در تعاملات اجتماعی، آنها معمولاً روابط مثبت با همکلاسی ها و معلم دارند و به طور کلی روحیه مثبت و خوش بینی در آنها مشهود است. این انگیزه درونی باعث پایداری آنها در برابر موانع و تحمل فشارهای تحصیلی می شود.

در مقابل، دانش آموزان بی انگیزه رفتارهایی کاملاً متفاوت از خود نشان می دهند. آنها اغلب در کلاس درس منفعل هستند، به سختی در فعالیت ها مشارکت می کنند و سوال نمی پرسند. آنها تکالیف خود را به صورت سطحی انجام می دهند یا از انجام آنها سر باز می زنند و به طور کلی نشانی از بی میلی و عدم علاقه به مطالب درسی از خود بروز می دهند. این دانش آموزان از چالش ها اجتناب می کنند و در مواجهه با مشکلات، به سرعت تسلیم می شوند. آنها ممکن است به صورت غیر کلامی بیزاری و نارضایتی خود را از محیط آموزشی نشان دهند، مثل بی حوصلگی،

خواب آلودگی یا انجام رفتارهای مخرب. روابط آنها با همکلاسی ها و معلم نیز ممکن است تحت الشعاع این بی انگیزگی قرار گیرد و به روابط منفی یا تنش آمیز منجر شود. همچنین این دانش آموزان ممکن است نشانه هایی از احساس ناکافی بودن یا عدم اعتماد به نفس از خود نشان دهند.

تشخیص این تفاوت ها به معلم امکان تعیین استراتژی های مناسب مداخله ای را می دهد. نشانه های دانش آموزان بانگیزه به معلم اطمینان می دهد که برنامه های درسی و روش های تدریس وی موثر هستند. در حالی که نشانه های دانش آموزان بی انگیزه به معلم هشدار می دهد که باید در روش های تدریس خود بازنگری کند و به دنبال راهکارهایی برای افزایش انگیزه درونی دانش آموزان باشد. این شامل ایجاد یک محیط آموزشی پذیرا، ارائه بازخوردهای سازنده و شخصی سازی آموزش مطابق با نیازهای هر دانش آموز می شود. درک صحیح این نشانه ها نشانگر یک نگرش حرفه ای و مسئولیت پذیر معلم در راستای رشد و تربیت شاگردان است.

کلاس درسی که دانش آموزان آن از انگیزه درونی بالایی برخوردارند، تفاوت های چشمگیری با کلاس درس بی انگیزه از حیث فضای یادگیری، مشارکت دانش آموزان و شیوه مدیریت کلاس نشان می دهد.

در فضای یادگیری کلاس با دانش آموزان بانگیزه، محیطی پویا و پر جنب و جوش حاکم است. فضای کلاس به جای سکوت و سکون، مملو از پرسش و پاسخ، بحث و تبادل نظر و ایده پردازی خلاقانه است. دانش آموزان با اشتیاق به مطالب جدید گوش فرا می دهند و کنجکاوی ذاتی آنها منجر به پرسش های عمیق و تحلیلی می شود. این فضایی است که در آن اشتباه کردن، نه به عنوان شکست، بلکه به عنوان فرصتی برای یادگیری تلقی می شود و دانش آموزان به راحتی و بدون ترس از قضاوت، ایده های خود را مطرح می کنند. معلم در چنین فضایی بیشتر نقش راهنما و تسهیل کننده را ایفا می کند و دانش آموزان به طور مستقل و گروهی به دنبال کسب دانش و مهارت هستند. احساس تعلق و مشارکت فعالانه در فرآیند یادگیری، حس موفقیت و اعتماد به نفس را در دانش آموزان تقویت می کند. این خود به ایجاد یک چرخه مثبت منجر می شود که در آن انگیزه بیشتر به مشارکت فعال تر و در نتیجه یادگیری عمیق تر منتهی می گردد.

مشارکت دانش آموزان در کلاس درس بانگیزه بسیار بیشتر و فعالانه تر است. آنها به طور داوطلبانه در فعالیت های گروهی و کلاسی شرکت می کنند، ایده های خود را با شوق به اشتراک می گذارند و برای ارائه نظرات و پرسش هایشان مشتاق هستند. این مشارکت فعال نه تنها یادگیری را عمیق تر و ماندگارتر می سازد، بلکه به افزایش درک متقابل بین دانش آموزان و معلم نیز کمک می کند. برخلاف کلاس درس بی انگیزه که غالباً شاهد سکوت و بی تفاوتی است،

کلاس با دانش آموزان بانگیزه فضایی پویا و تعاملی است که در آن تبادل ایده ها و مشارکت فعال، روند یادگیری را به طور قابل توجهی بهبود می بخشد. دانش آموزان در این محیط نه فقط به دنبال کسب نمره هستند بلکه به طور واقعی و عمیق به دنبال یادگیری و درک مفاهیم هستند.

مدیریت کلاس درس بانگیزه نیز تفاوت های قابل توجهی با کلاس درس بی انگیزه دارد. در کلاس درس با دانش آموزان بانگیزه، مدیریت کلاس بسیار ساده تر و روان تر است. نیاز کمتری به اعمال قدرت و کنترل وجود دارد و معلم بیشتر بر هدایت و راهنمایی دانش آموزان تمرکز می کند. دانش آموزان خودشان قوانین کلاس را رعایت می کنند و به همکلاسی های خود احترام می گذارند. این به دلیل حس مسئولیت پذیری و تعلق آنها به کلاس و فرآیند یادگیری است. در مقابل، کلاس درس بی انگیزه ممکن است با چالش های رفتاری و انضباطی زیادی همراه باشد که نیازمند مداخلات مدیریتی قوی تری از جانب معلم است. بنابراین، انگیزه درونی دانش آموزان، به طور قابل توجهی بر فضای کلی کلاس، مشارکت دانش آموزان و شیوه مدیریت کلاس تاثیر می گذارد و به ایجاد یک محیط یادگیری مثبت و پویا کمک شایانی می کند.

با توجه به آنچه بیان شد، این باور که برخی دانش آموزان ذاتاً بی انگیزه بوده و تغییری در وضعیت آنها امکان پذیر نیست، یک دیدگاه محدود کننده و نادرست است. روانشناسی آموزشی نشان می دهد که انگیزه یک ویژگی ثابت و ذاتی نیست، بلکه یک فرآیند پویا است که تحت تاثیر عوامل متعددی قرار می گیرد. این عوامل شامل ویژگی های فردی دانش آموز، محیط یادگیری، روابط با معلم و همسالان، و همچنین نحوه ارائه مطالب درسی می شود.

به عبارت دیگر، هر دانش آموزی، صرف نظر از پیشینه یا ویژگی های شخصی اش، پتانسیل انگیزه درونی را دارد. با این حال، این پتانسیل ممکن است در اثر عوامل مختلف سرکوب شده یا به طور کامل بروز نکند. نقش معلم در این میان بسیار حیاتی است. معلم نه تنها یک انتقال دهنده دانش، بلکه یک طراح محیط یادگیری و یک تسهیل کننده انگیزش است.

معلم می تواند با استفاده از راهبردهای مبتنی بر روانشناسی آموزشی، انگیزه دانش آموزان را افزایش دهد. این راهبردها شامل موارد زیر است:

ایجاد یک محیط یادگیری حمایتی و مثبت: معلم باید فضایی امن و پذیرا ایجاد کند که در آن دانش آموزان احساس ارزشمندی، احترام و تعلق کنند. این محیط باید به گونه ای باشد که دانش آموزان از اشتباه کردن نهراسند و بتوانند ایده ها و نظرات خود را آزادانه بیان کنند.

ارائه مطالب درسی مرتبط و معنادار: معلم باید مطالب درسی را به گونه ای ارائه دهد که با علائق، نیازها و تجربیات دانش آموزان مرتبط باشد. استفاده از مثال های عملی، فعالیت های تعاملی و پروژه های جذاب می تواند به افزایش انگیزه کمک کند.

تقویت حس خودکارآمدی: معلم می تواند با ارائه بازخورد سازنده، تشویق تلاش و موفقیت های کوچک، و ایجاد فرصت هایی برای موفقیت، حس خودکارآمدی دانش آموزان را تقویت کند. این حس، باور دانش آموز به توانایی های خود برای انجام وظایف و رسیدن به اهداف را افزایش می دهد. استفاده از انواع مختلف انگیزش: معلم می تواند از انواع مختلف انگیزش، از جمله انگیزش درونی (علاقه و لذت بردن از یادگیری) و انگیزش بیرونی (پاداش ها و تشویق ها) استفاده کند. با این حال، تاکید بر انگیزش درونی و کمک به دانش آموزان برای کشف علاقه های خود، موثرتر است.

بهبود روابط معلمدانش آموز: ایجاد رابطه ای مثبت و مبتنی بر اعتماد بین معلم و دانش آموزان، نقش مهمی در افزایش انگیزه دارد. معلم باید به دانش آموزان نشان دهد که به آنها اهمیت می دهد، به آنها گوش می دهد و به آنها احترام می گذارد.

تنظیم اهداف روشن و قابل دسترس: معلم باید به دانش آموزان کمک کند تا اهداف یادگیری روشن و قابل دسترس برای خود تعیین کنند. این اهداف باید چالش برانگیز اما واقع بینانه باشند و به دانش آموزان کمک کنند تا احساس موفقیت و پیشرفت کنند.

بنابراین، به جای پذیرش این باور که بعضی دانش آموزان ذاتاً بی انگیزه هستند، معلم باید به عنوان یک عامل کلیدی در ایجاد انگیزه در دانش آموزان عمل کند. با استفاده از راهبردهای مناسب، معلم می تواند به دانش آموزان کمک کند تا پتانسیل انگیزه درونی خود را شکوفا کرده و از فرآیند یادگیری لذت ببرند.

فراتر از نمرات درسی و موفقیت های آکادمیک مقطعی، انگیزه در دانش آموزان ابعاد عمیق تر و تاثیرگذار تری بر کل زندگی آنها دارد. این نیروی محرکه نه تنها بر عملکرد تحصیلی، بلکه بر سلامت روان، تقویت خودباوری و شکل دهی به آینده تحصیلی و شغلی شان نیز اثرات بنیادینی می گذارد که درک آن برای هر معلمی حیاتی است.

از منظر سلامت روان، دانش آموزان با انگیزه معمولاً احساس هدفمندی و کنترل بیشتری بر زندگی خود دارند. درگیری فعال در فرآیند یادگیری و مواجهه موفقیت آمیز با چالش های آموزشی، به آنها حس شایستگی و توانمندی می بخشد که خود به کاهش اضطراب، استرس و

ناامیدی کمک شایانی می‌کند. انگیزه درونی، دانش آموز را به سمت کشف علایق و استعدادهايش سوق داده و این مسیر کاوش، زمینه ساز خودشکوفایی و افزایش رضایت از زندگی است. برعکس، دانش آموزان بی انگیزه ممکن است دچار احساس بی کفایتی، پوچی و درماندگی شوند که می‌تواند سلامت روان آنها را به شدت تحت تاثیر قرار داده و حتی به بروز مشکلات جدی تری مانند افسردگی یا افت تحصیلی مزمن منجر شود.

در زمینه خودباوری، انگیزه نقش یک کاتالیزور قدرتمند را ایفا می‌کند. وقتی دانش آموزان با انگیزه درونی به دنبال یادگیری می‌روند، موفقیت‌ها، هرچند کوچک، به طور مستقیم به حس خودکارآمدی آنها افزوده و باورشان به توانایی‌های خود را تقویت می‌کند. این چرخه مثبت، باعث می‌شود تا آنها برای پذیرش چالش‌های جدید جسورتر شده و در مواجهه با مشکلات، از پشتکار بیشتری برخوردار باشند. آنان به جای مقایسه خود با دیگران، بر پیشرفت فردی و تسلط بر مهارت‌ها متمرکز می‌شوند که این رویکرد، خودباوری حقیقی و پایدار را در آنها نهادینه می‌کند. یک دانش آموز با خودباوری بالا، از ریسک کردن در مسیر یادگیری نمی‌هراسد و اشتباهات را نه به عنوان شکست، بلکه به عنوان فرصت‌هایی برای رشد می‌بیند.

همچنین، تاثیر انگیزه بر آینده تحصیلی و شغلی دانش آموزان غیرقابل انکار است. انگیزه درونی، بذریه یادگیری مادام‌العمر را در وجود آنها می‌کارد. چنین دانش آموزانی فراتر از محتوای کتب درسی، به دنبال توسعه دانش و مهارت‌های خود بوده و این کنجکاوی، آنها را به سوی انتخاب رشته‌های تحصیلی و مسیرهای شغلی هدایت می‌کند که با ارزش‌ها و علایق واقعی‌شان همخوانی دارد. این همسویی نه تنها منجر به موفقیت‌های آکادمیک و حرفه‌ای می‌شود، بلکه رضایت شغلی و کیفیت زندگی بالاتری را نیز برای آنها به ارمغان می‌آورد. در بازار کار امروز که نیازمند انعطاف‌پذیری، خلاقیت و توانایی حل مسئله است، افراد با انگیزه و مشتاق یادگیری همواره پیشتاز خواهند بود. آنان بهتر می‌توانند خود را با تغییرات وفق داده و فرصت‌های جدید را شناسایی و از آنها بهره‌برداری کنند.

بنابراین، اهمیت این موضوع برای معلم از آن جهت است که نقش او فراتر از یک انتقال‌دهنده صرف اطلاعات است. معلم معمار روح و روان دانش آموز است و درک عمیق از تاثیرات گسترده انگیزه، او را قادر می‌سازد تا رویکردهای آموزشی خود را به گونه‌ای تنظیم کند که نه تنها به موفقیت‌های تحصیلی کوتاه مدت، بلکه به پرورش انسان‌هایی سالم از نظر روانشناختی، خودباور و آماده برای ساختن آینده‌ای درخشان و رضایت‌بخش بیانجامد. این دیدگاه کلان‌نگر، وظیفه

معلم را به سطحی بالاتر ارتقا می دهد و بر مسئولیت اخلاقی او در قبال رشد جامع و پایدار هر دانش آموز تاکید می کند.

## فصل دوم

### نظریه‌های کلیدی انگیزش در آموزش

برای تقویت حس مالکیت و انگیزه درونی در دانش‌آموزان، ایجاد فرصت‌های معنادار برای انتخاب و توسعه مهارت‌های خودگردانی، رویکردی اساسی و تحول‌آفرین است که به دانش‌آموزان امکان می‌دهد تا نه تنها دریافت‌کننده دانش، بلکه سهامداران فعال در فرایند یادگیری خود باشند.

یکی از موثرترین راهکارها، ارائه حق انتخاب در بخشی از محتوای آموزشی است. به جای تحمیل تمام سرفصل‌ها، می‌توان به دانش‌آموزان اجازه داد در چارچوب کلی درس، موضوعات فرعی مورد علاقه خود را برای تحقیق، ارائه یا پروژه‌های کلاسی انتخاب کنند. این انتخاب می‌تواند شامل تعیین اولویت در یادگیری مفاهیم، یا حتی انتخاب جنبه‌ای خاص از یک موضوع باشد که برایشان جذابیت بیشتری دارد. چنین انتخابی، حس تعلق خاطر و ارتباط شخصی با محتوای درسی را افزایش می‌دهد.

همچنین، فراهم آوردن گزینه‌هایی برای نحوه انجام فعالیت‌های یادگیری، نظیر انتخاب میان کار گروهی، پژوهش فردی، یا حتی قالب ارائه یک گزارش (متنی، شفاهی، تصویری یا حتی ساخت یک محصول)، حس استقلال و مسئولیت‌پذیری را در آنان تقویت می‌کند. این استراتژی به دانش‌آموزان امکان می‌دهد تا با توجه به نقاط قوت و سبک یادگیری خود، مسیر مناسبی را برای رسیدن به اهداف آموزشی انتخاب کنند. این انتخاب‌ها باید با توضیحات شفاف در مورد نتایج و انتظارات همراه باشند تا دانش‌آموزان بتوانند تصمیمات آگاهانه بگیرند.

در کنار ارائه انتخاب‌ها، تمرین و توسعه مهارت‌های خودگردانی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. معلمان می‌توانند با آموزش چگونگی تعیین اهداف یادگیری واقع‌بینانه و برنامه‌ریزی برای دستیابی به آن‌ها، دانش‌آموزان را به سمت خودگردانی سوق دهند. این امر شامل ترغیب به پیش‌مستمر پیشرفت خود، شناسایی موانع احتمالی و اتخاذ راهبردهای جایگزین برای غلبه بر چالش‌هاست. برای مثال، می‌توان از دانش‌آموزان خواست تا قبل از شروع یک پروژه، مراحل کار را برنامه‌ریزی کرده، زمان‌بندی مشخصی برای هر مرحله تعیین کنند و در طول مسیر، پیشرفت خود را با آن برنامه مقایسه کنند.