

## انواع انگیزه ی تحصیلی

دامنه وسیعی از انگیزه ی تحصیلی شناسایی شده است . به این ترتیب می توان طبقه بندی های متفاوتی از انگیزه ی تحصیلی ارائه نمود.

### الف: طبقه بندی انگیزه ی تحصیلی از نظر اهداف:

#### ۱. انگیزه ی تحصیلی بیرونی

بعضی از دانش آموزان برای رسیدن به باز شناسایی اجتماعی، خشنود سازی والدین و یا رسیدن به پاداش های بیرونی مانند نمرات خوب برانگیخته می شوند. انگیزه تحصیلی بیرونی اگر چه ممکن است برای دانش آموزان موثر باشد اما تاکید زیاد و استفاده نا به جا از این شیوه می توان د پیامد های منفی زیادی را نیز به همراه داشته باشد.

#### ۲. انگیزه ی تحصیلی درونی

بعضی از دانش آموزان جهت ارضای نیازهای درونی خود عمل ویژه ای را انجام می دهند . اطلاعات و باور های آموخته شده درباره ی خود (مثل خود پنداره ی فرد درباره ی این که من در ریاضیات قوی نیستم ) نقش اساسی در یادگیری و انگیزه ی تحصیلی او دارد.

### عوامل انگیزه ی تحصیلی بیرونی:

- تقویت مثبت بیرونی
- کسب موفقیت شغلی خوب
- تایید بزرگسالان
- تحسین
- ترس از انزوا و تنهایی
- احترام و توجه
- ترس از تنبیه
- ترس از محرومیت
- ترس از اخراج از مدرسه
- احترام اجتماعی
- توجه دلسوزانه
- تقویت مثبت درونی
- حمایت عاطفی
- اقتصاد ژتونی
- احترام خانوادگی

## عوامل انگیزه ی تحصیلی درونی:

- خود پنداره ی مثبت.
- کنجکاوی و علاقه
- خود گردانی
- ترجیح فعالیت های چالش انگیز
- ارزشمندی فردی ( شایستگی تحصیلی)
- خود مختاری
- شناسایی
- انتخاب

## انگیزه های تحصیلی از نظر کیفیت:

### انگیزه ی تحصیلی خوشایند:

این انگیزه ها و رویداد های مثبت در جهت کسب امتیاز انجام میشود. نمونه ای از این انگیزه ها عبارتند از :  
قبول شدن در دانشگاه  
ارتقای تحصیلی  
کسب موقعیت اجتماعی و احساس رضایت مندی درونی

### انگیزه های تحصیلی ناخوشایند:

رویدادهای منفی و ناخوشایندی هستند که جهت فرار از این عوامل ،شخص به تحصیل می پردازد.  
نمونه این انگیزه ها عبارتند از :فرار از تنبیه و ترس از ترد شدن توسط خانواده و جامعه

## ب: طبقه بندی انگیزه ی تحصیلی از نظر مدت:

### ۱- انگیزه ی تحصیلی کوتاه مدت

مدت این انگیزه ها محدود هستند. برای مدت کوتاهی جزء انگیزه تلقی می شوند و بعد از دستیابی به آن یا با تغییر شرایط از بین میروند .نمونه هایی از این نوع انگیزه عبارتند از: دریافت پاداش وعده داده شده توسط والدین ، دیدن يك برنامه ی تلویزیونی خاص و رفت به پارک

### ۲- انگیزه ی تحصیلی بلند مدت

این نوع انگیزه ها ، بلند مدت و طولانی می باشند و ممکن است سال های سال برای يك فرد انگیزه باشند .  
نمونه هایی از این نوع انگیزه ها عبارتند از:  
ارضای حس کنجکاوی ،دست یابی به تخصص و یا شغل مورد نظر و کسب حمایت اجتماعی

## فرایند بی انگیزگی تحصیلی

### ۱- مرحله اخطار

مرحله اخطار زمانی است که فرد به صورت ناگهانی ،از تلاش و سعی بالای خود برای موفقیت تحصیلی دست بر میدارد و تکالیف خود را در حد انجام وظیفه به پایان می رساند . خلاقیت و ابتکار دانش آموز کاهش میابد و از نظر بدنی نیز احساس گرفتگی، خواب الودگی و بی حوصلگی میکرخ.

## ۲- مرحله بي انگيزگي نسبي (بي ميلي تحصيلي)

در این مرحله دانش آموز به انجام ناقص تکالیف روي مي آورد ضمن آنکه ارتباطش با معلمان و کادرآموزشي مدرسه ضعيف است ، معمولاً حضورش درمدرسه نيزبه طور منظم ومرتب نيزصورت نميگيرد.نمرات تحصيلي او در حد متوسط و يا پايين تر ميباشد. علل بي ميلي و عدم رغبت تحصيلي برفرد مشخص نيست و فرد بين علاقه و عدم علاقه به تحصيل به صورت نسبي در نوسان است.

## ۳- مرحله بي انگيزگي کامل(انزجار تحصيلي)

در این مرحله دانش آموز به علت کوتاهی در انجام تکالیف ، انباشتگی وظایف تحصيلي و مشکل شدن دروس دچار موانع و مشکلات عدیده اي مي شود. از يك سو بازخواست هاي والدين و معلمان و از سوي ديگر درگيري دروني دانش آموز با خود، باعث ميشود تا كاملاً انگيزه ي تحصيلي اش را از دست بدهد . بعضي از علائم این مرحله عبارتند از :  
درگيري با دانش آموز ان ديگر، به همراه نبرد کتاب در کلاس ، ايجاد مزاحمت و دردرسبراي کارکنان و معلمان مدرسه ، غيبت هاي مکررو فرار از مدرسه.

## اثرات بي انگيزگي تحصيلي

همانطور که گفته شد ، بي انگيزگي تحصيلي با مکانيزم هاي رواني و بعضاً ناراحتي هاي جسمي مهمي همراه است . در صورتي که بي انگيزگي تحصيلي طولاني شود ميتواند عوارض جسماني و رواني زيادي به همراه داشته باشد. امروزه ثابت شده است بي انگيزگي تحصيلي آسيب هاي رواني - اجتماعي متعددي به دنبال دارد.

## اثرات جسماني بي انگيزگي تحصيلي

همه ما ممکن است در مقطعي از زندگي خود دچار بي انگيزگي تحصيلي يا شغلي شده باشيم. نکته ي مهم این است که اگر بي انگيزگي تحصيلي به صورت طولاني ادامه پيدا کند ، واکنش بدن انسان به این تعارض ها (عدم علاقه تحصيلي از يك سو و در خواست هاي اطرافيان از سوي ديگر) او را دچار استرس و اضطراب فراوان ميکند. به علت استمرار این نوع از فشار ها ، ضعيف تري اندام ها و دستگاه هاي بدن دچار مشکل مي شوند و بيماري جسماني شروع مي گردد . به بيماري هايي که بر اثر چنين فشارهايي ايجاد ميشوند، بيماري هاي روان تني ميگویند. يعني هم ريشه رواني دارند و هم ريشه جسماني دارند.  
بيماري ها عبارتند از :

- زخم معده
- احساس کرختي در کل بدن
- فشار خون بالا
- درد هاي مختلف به خصوص کمردرد

## اثرات رواني بي انگيزگي تحصيلي

بي انگيزگي تحصيلي مي تواند بيماريها و اسباب هاي اجتماعي متعددي را ايجاد نمايد . يکي از مهم ترين اسباب هايي که با بي انگيزگي تحصيلي ارتباط دارند، احساس پوچي و بي هدفی است که در نهايت منجر به افسردگي مي شود. بسياري از دانش آموزان از بي هدفی در زندگي رنج ميبرند و به علت عدم آگاهی از این مسئله ، در جستجوي درمان نميباشند. به همین علت روز به روز با مشکلات متعدد ديگري مواجه ميشوند. نه تنها بي انگيزگي تحصيلي رابطه مستقيمي با بي هدفی در زندگي دارد ، بلکه باعث اختلالات رواني ديگري نيز ميشود، مانند: اضطراب افسردگي و...

## عوارض اجتماعی بی انگیزگی تحصیلی

**فرار از مدرسه** - دانش آموزانی که از نظر تحصیلی دارای شرایط مطلوبی نیستند و از مهارت های زندگی و مقابله ای

**اعتیاد** - بعضی از دانش آموزان نمی دانند که در مقابل بی انگیزگی تحصیلی و فشارهای ناشی از درخواست های مسئولان مدرسه و والدین چگونه برخورد کنند، به همین دلیل هنگامی که با این نوع فشارها روبه رو میشوند، بنا به توصیه دوستان و آشنایان و یا بر اساس اطلاعات ناقص خود، برای کسب لذت و فرار از ناراحتی به مواد مخدر یا الکل روی می آورند.

**نا بهنجاری های رفتاری** - بعضی از دانش آموزان به علت عدم توانایی در حل مشکلات تحصیلی، اقدام به رفتار های ضد اجتماعی میکنند. نمونه ای از این رفتار ها عبارتند از: ایجاد اغتشاش در کلاس، درگیری با معلم، حمل وسائل ممنوعه در مدرسه، درگیری با دانش آموزان و تخریب اموال مدرسه.

## منابع بی انگیزگی تحصیلی

عواملی وجود دارند که می توانند تولید بی انگیزگی تحصیلی نماینده این عوامل متعدد و متنوع میباشند.

### ۱. باورها و عقاید.

باورها، عقاید و انتظارات یکی از منابع مهم بی انگیزگی تحصیلی هستند، مثلاً دانش آموزی که کمال گراست همیشه انتظار بهترین عملکرد را از خود دارد، وقتی با شکست روبه رو می شود، روحیه ی خود را از دست داده و خود را با استرس سنگینی روبه رو می سازد که نهایتاً منجر به بی انگیزگی تحصیلی می شود. به این نوع بی انگیزگی، روان زاد می گویند. زیرا هیچ عامل بیرونی، باعث ایجاد استرس و فشار نمی گردد بلکه دیدگاهها و باورهای خود اوست که او را بی انگیزه می سازد.

### ۲. عدم حمایت توسط عوامل مدرسه

آن چه برای تقویت انگیزه ی تحصیلی دانش آموزان، ضرورت دارد، توجه دلسوزانه، پذیرش بدون قید و شرط، حمایت از سوی معلم و سایر کارکنان مدرسه است. عدم حمایت از طرف مسئولان مدرسه باعث می شود تا تلاش فرد برای درک توانمندیهایش بی نتیجه بماند.

### ۳. احساس حقارت

بعضی از دانش آموزان به علت مشکلات متعددی که در دوران تحصیل داشته اند، احساس می کنند همیشه نسبت به دانش آموزان دیگر از توانمندیهای کمتری برخوردارند لذا بر این عقیده اند که تلاش آنان برای پیشرفت در تحصیل بی نتیجه است.

### ۴. شرایط حاکم بر جو خانواده:

بعضی از دانش آموزان در منزل از شرایط روانی مطلوبی برخوردار نیستند. درگیری والدین، طلاق و یا کمبود امکانات زندگی باعث می شود تا دانش آموز نتواند به نحو مطلوب به ادامه تحصیل بپردازد.

### ۵. عدم تایید و دریافت پاداش

وقتی دانش آموز از طرف معلم یا والدینش در قبال انجام تکالیف تشویق نشود و یا بر اساس تلاشی که برای غلبه بر ضعف تحصیلی اش داشته، مورد حمایت قرار نگیرد، ممکن است انگیزه اش را برای تحصیل از دست بدهد.

## ۶. فشارها

مشکلات و فشارهای زندگی روزمره، مدرک گرایی و کسب موفقیت تحصیلی، به جای یادگیری و درک آموخته ها، باعث می شود تا دانش آموز از انگیزه کافی برای تحصیل برخوردار نباشد.

## ۷. حوادث و بیماریها

بعضی از دانش آموزان به علت حوادث غیر مترقبه یا بیماری های طولانی مدت ممکن است نتوانند برای مدتی در مدرسه حضور یابند. اگر حمایت های لازم از طرف مدرسه برای جبران صورت نگیرد، فرد دچار سردرگمی و اضطراب در فرآیند یاد دهی یادگیری می شود.

## ۸- تعارض ها

منظور از تعارض، آن است که فرد باید از میان دو یا چند موقعیتی که با یکسانی دارند، یکی مورد را انتخاب کند و انتخاب یکی موقعیت مانع از انتخاب موقعیت های دیگر میشود. دانش آموز باید از بین رفتن به مهمانی های متعدد، بازی، کار و مطالعه یکی مورد را انتخاب کند، در دراز مدت ممکن است این تعارض ها مانع از تحصیل و یادگیری دانش آموز شوند.

## راهبردهای افزایش انگیزه ی تحصیلی

موارد زیر می توانند راهبردهای موثری در افزایش انگیزه ی تحصیلی دانش آموزان باشند.

## نظام ارتباطی

داشتن روابط حسنه و توأم با درک متقابل از طرف معلم و مسئولان مدرسه، فضای را ایجاد می کند که دانش آموز ضمن احساس تعلق و امنیت عاطفی در مدرسه، نسبت به اهداف آموزشی نیز متعدد می گردد. به والدین، معلمان و سایر افراد موثر در زندگی دانش آموزان توصیه می شود که تجارب یادگیری و آموزشی مثبت را به گونه ای با ملاحظه، دلسوزانه و احترام آمیز برای دانش آموزان فراهم سازند که تا از احساس کفایت، رضایت و کنترل به شرایط محیط بیرونی و درونی برخوردار گردند.

## مهارت های مقابله ای بیرونی

### ۱. حمایت اجتماعی

معلم، والدین و سایر کارکنان مدرسه با حمایت از دانش آموزان و ایجاد در زمینه ی روابط بین فردی باعث تقویت اراده ی آنان می شوند. بدیهی است زمانی که دانش آموزان روابط مثبتی با دیگران دارند و از

حمایت های اطرافیان نیز برخوردار می شوند، برنامه ی دقیق تری برای موفقیت تحصیلی و شغلی خود طرح ریزی می کنند.

## **۲. متناسب نمودن تکالیف با نیازها، علایق و اهداف شخصی دانش آموزان**

اگر معلم بتواند احساس را دانش آموز ایجاد نماید که آن چه یاد می گیرد، به طور غیر مستقیم و مستقیم در فرآیند زندگی شخصی و اجتماعی اش نقش دارد، باعث می شود که دانش آموز با انگیزه بیشتری به مطالعه و تحصیل بپردازد. بنا براین معلمان می توانند با استفاده از خلاقیت خویش ارتباط منطقی و هدف دار بین دروس و نیاز های آموزشی دانش آموزان ایجاد نمایند. برای مثال معلم می تواند با طرح پرسش های باز، بارش فکری و یا درخواست از دانش آموزان جهت نقد و بررسی دروس آموخته شده و درج آن در پایان هر درس به این امر کمک نماید.

## **۳. آگاه سازی دانش آموزان با فرآیند های تفکر خویش**

باید به دانش آموزان کمک نمود تا از فرآیند تفکر خود، آگاهی یابند. در این شیوه به دانش آموز کمک می شود تا به نقش مخرب افکارهای منفی خود در بی انگیزگی تحصیلی پی برده و با استفاده از روش جایگزینی افکار، تغییر باورهای غلط و کنترل افکار منفی احساس رضایت نمایند.

## **۴. کمک به دانش آموزان در انتخاب اهداف درست تحصیلی**

بسیاری از دانش آموزان به علت انتخاب هدف های ناقص و یا تخیلی که به دنبال خود شکست های پی در پی را باعث می شوند، انگیزه ی خود را برای ادامه ی تحصیل از دست می دهند. بنابراین کارکنان آموزشی و پرورشی مدرسه می توانند، بر اساس تفاوت های فردی، دانش آموزان را در انتخاب اهداف تحصیلی یاری نمایند.

## **۵. آموزش مهارت های تحصیلی**

آموزش مهارت های تحصیلی به دانش آموزان می تواند بستر بسیار مناسبی در ایجاد انگیزه تحصیلی باشد. اگر دانش آموز با موانع و عوامل تسهیل گر در یادگیری آشنا شود، قطعاً می تواند به طور فعال تری به تحصیل بپردازد. آموزش این نوع از مهارت ها، فرصتی ایجاد می کند تا دانش آموز بتواند در کم ترین زمان ممکن به نتایج بیشتری دست یابد. بعضی از مهارت ها عبارتند از: روش های صحیح مطالعه، روش های برنامه ریزی مدیریت زمان و ....

## **۶. آموزش مهارت های ارتباطی به معلمان و سایر کارکنان مدرسه:**

برای دانش آموزان بسیار مهم است که توسط عوامل مدرسه و هم سالانشان به خوبی درک و پذیرفته شوند. دانش آموزان معمولاً معلمان را بهتر می پذیرند که بتوانند با آنان ارتباط عاطفی و منطقی بیشتری برقرار کنند. بلکه در رضایت مندی شغلی معلمان نیز بسیار موثر است.

بعضی از این نوع مهارت ها عبارتند از:  
- روش های برقراری ارتباط با دانش آموزان  
- شناخت روش های ارتباط پنج گانه رایج  
- آشنایی با موانع ارتباطی در مدرسه

## **۷-انجام صحیح هدایت تحصیلی**

یکی از عوامل که باعث افت تحصیلی و کاهش انگیزه ی دانش آموزان میگردد، انتخاب نا درست رشته ی تحصیلی در دوره دبیرستان میباشد. بدیهی است که دانش آموزان برای رشته ای که هیچ علاقه ای به آن ندارند، بر انگیزه نمیشوند و تلاش لازم را برای موفقیت انجام نمی دهند. انتخاب رشته ی تحصیلی باید بر اساس توانمندی ها و استعداد دانش آموز آن صورت پذیرد . معلمان، والدین و سایر کارکنان مدرسه با هماهنگی مشاور میتوانند در این زمینه به صورت جدی اقدام نمایند.

## مهارت های مقابله ای درونی

### ۱. تعیین هدف

دانش آموز برای آن که بتواند به انگیزه های طبیعی خود برای یادگیری پی ببرد، لازم است به فرآیندهای تفکر خویش بیندیشد. انتخاب هدف، شبیه به حل مساله است که به آسانی آموخته می شود . هر دانش آموزی می تواند به طور انفرادی یا گروهی آن را بیاموزد. انتخاب هدف نه تنها دانش آموز آن را در تعریف بهتر موضوع کمک می کند، بلکه برای آموختن ارزش فعالیت هایی که آن ها را به هدفشان می رساند، نیز مفید است.

### ۲. مرتبط کردن با علایق فرد.

اگر دانش آموز راهپای را بیابد که بتواند محتوای درسی را با علایق مرتبط سازد باعث می شود تا دانش آموز مسئولیت بیشتری برای رسیدن به اهداف خود احساس کند. در واقع انتخاب هدف با توجه به علایق و نیاز های فردی مستلزم تعیین اهداف عملکردی بر اساس یادگیری معطوف به خود است. نه اهداف مربوط به سایر دانش آموزان بدانند، آن چه که می آموزند برای افزایش دانش و مهارت خود است ( یعنی تلاش در جهت شکوفایی استعدادهای طبیعی) نه برای رقابت با دیگران، مطمئنا انگیزه ی بیشتری برای یادگیری خواهند داشت .

### ۳. برنامه ریزی تحصیلی

هر دانش آموز بهترین برنامه ریز برای خود است. مد نظر قرار دادن اهداف تحصیلی در امر برنامه ریزی بسیار مهم و حیاتی می باشد. توصیه می شود در برنامه ریزی تحصیلی موارد زیر رعایت گردد:

- توانمندی ذهنی دانش آموز
- شرایط محیط مطالعه
- پایه تحصیلی
- میزان دشواری دروس
- زمان یادگیری
- محیط روانی یادگیری
- حمایت های والدین

### ۴. مشاوره تحصیلی.

دانش آموزان برای رفع مشکلات تحصیلی و کسب موفقیت بیشتر نیازمند مشورت با مشاور مدرسه می باشند. دریافت خدمات مشاوره ای نه تنها در تنظیم برنامه ریزی تحصیلی، بلکه در تمامی ابعاد فرایند یاد دهی و یادگیری می تواند کمک موثری به دانش آموزان کند.

### ۵. خود تنظیمی تحصیلی

دانش آموزان برای تضمین اجرای برنامه های تحصیلی می توانند از روش های تشویقی یا تنبیهی معطوف به خود استفاده نمایند. در این روش شیوه دانش آموزان از مهارت های خود کنترلی، قبول مسئولیت و مدیریت زمان استفاده می کنند.

## ۶. اعتقادات مذهبی

داشتن اعتقادات مذهبی در زندگی باعث تقویت اراده و ایجاد تفکر مثبت می شود. تحقیقات متعدد در دنیا نشان داده اند افراد مذهبی عملکرد بهتری نسبت به سایر اقشار جامعه در تمامی ابعاد زندگی داشته اند.

## ۷. قبول خطر تحصیلی

باید به دانش آموز کمک نمود تا به نقش منحصر به فرد خود در امر تحصیل پی ببرد. چنین دانش آموزی به نحو موثری عمل خواهد کرد. او میداند که ممکن است پاسخ بعضی از سوالات را نداند، خودش را در دانش سایر هم کلاسی های خود سهیم می کند و محیط شاداب و سازنده برای یادگیری مشارکتی در کلاس مهیا میکند.

## مجموعه فعالیت های نادرست در زمینه بی انگیزگی تحصیلی

### ۱- دست کشیدن از فعالیت های تحصیلی در مدرسه

بعضی از دانش آموزان به جای آنکه تلاش نمایند تا بر موانع تحصیلی خود غلبه کنند، به طور منفعلانه دست از تلاش بر داشته و بدون هدف در مدرسه حضور می یابند.

### ۲- غیبت های مکرر

بعضی از دانش آموزان، زمانی که نمیتوانند در زمینه ی افت تحصیلی خود اقدام نمایند، سعی می کنند برای فرار از عواقب و بازخواست های مسئولان مدرسه، حضور کمتری در مدرسه داشته و به بهانه های مختلف غیبت می نمایند.

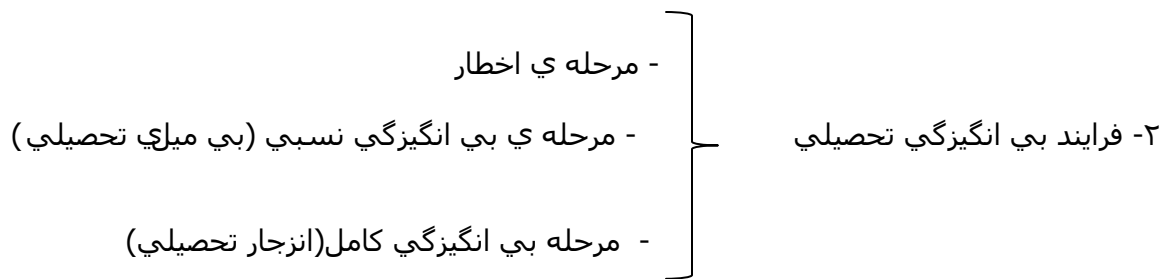
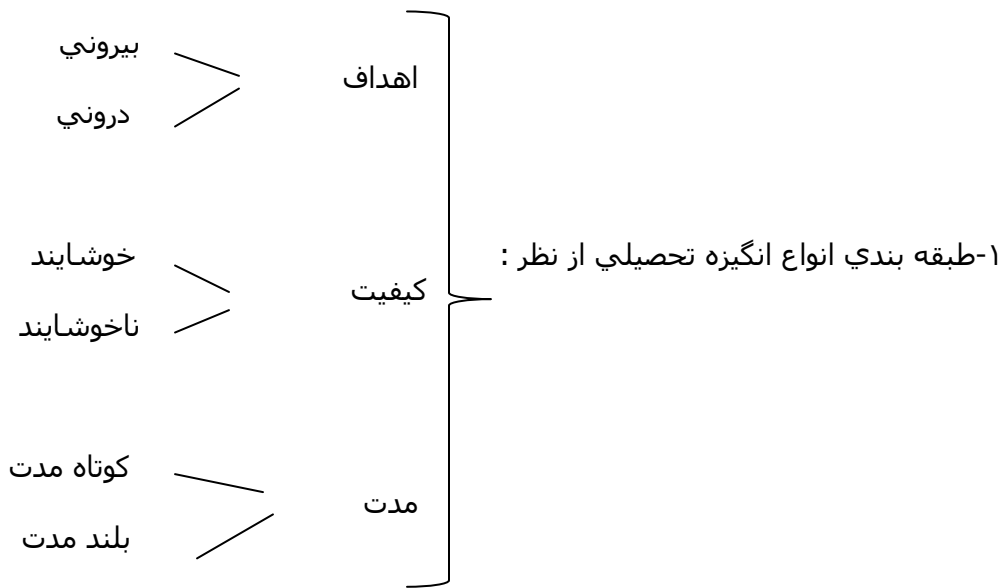
### ۳- ترك تحصیل و انجام رفتار های تکانشی

دانش آموزان بدون تامل و فکر کردن به طور ناگهانی اقدام به ترك تحصیلی می نماید که بعد ها همراه با پشیمانی می باشد.

### ۴- فرار از خانه

بعضی از دانش آموزان به علت فشارهای روانی و اضطراب ناشی از بی انگیزگی تحصیلی و بازخواست های والدین منزل را ترک می کنند، که مشکلات عدیده ای برای آنان در پی خواهد داشت.





- باورها و عقاید
- ضعف حمایت های بیرونی
- احساس حقارت
- شرایط حاکم بر خانواده
- تعارض ها
- ضعف در تایید و پاداش
- فشارها
- حوادث و بیماری ها

۴- منابع بی انگیزگی تحصیلی

- آرایه حمایت های اجتماعی
- متناسب نمودن تکالیف بانیاز هاو علایق دانش آموزان
- آموزش مهارت ارتباطی به معلمین و کارکنان مدرسه
- آموزش مهارت های تحصیلی به دانش آموزان
- انتخاب اهداف مطلوب تحصیلی
- هدایت تحصیلی مناسب

مهارت های  
مقابله ای  
بیرونی

بهبود نظام  
ارتباطی

- تعیین هدف
- مرتبط نمودن اهداف دروس بعلایق شخصی
- پذیرفتن خطر یا ریسک تحصیلی
- برنامه ریزی تحصیلی
- مشاوره ی تحصیلی
- خود تنظیمی تحصیلی
- تقویت اعتقادات مذهبی و معنوی

مهارت های  
مقابله ای  
درونی

مهارت های  
مقابله ای

۵- راهبردهای  
افزایش  
انگیزه ی  
تحصیلی

- دست کشیدن از فعالیت های تحصیلی

- غیبت از مدرسه و کلاس درس

- فرار از خانه و مدرسه

- ترك تحصیل و انجام رفتارهای تکانشی

- گرایش به مصرف مواد اعتیاد آور

۶-مجموعه فعالیت های

نادرست در مقابله با

بی انگیزگی تحصیلی