



سرشناسه : علی جانی علی جانوند، شارخ، ۱۳۵۹
عنوان و نام پدیدآور: قدرت انگیزه برای دانش آموزان: چگونه همیشه در مسیر پیشرفت باقی بمانیم / مولف
شارخ علی جانی علی جانوند.
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۱۲۳ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۵۵-۰۰۷-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: دانش آموزان - انگیزه - پیشرفت
رده بندی کنگره: LB۱۰۲۸/۵۶
رده بندی دیویی: ۳۷۱/۳۴۶
شماره کتابشناسی ملی: ۹۹۳۲۵۱۶
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: قدرت انگیزه برای دانش آموزان: چگونه همیشه در مسیر پیشرفت باقی بمانیم

مولف: شارخ علی جانی علی جانوند

ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرابی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳

چاپ: زیرجد

قیمت: ۱۲۳۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۵۵-۰۰۷-۱

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



به نام خدا

قدرت انگیزه برای دانش آموزان: چگونه همیشه در مسیر پیشرفت باقی بمانیم

مؤلف:

شارخ علی جانی جانوند

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

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

chaponashr.ir

فهرست مطالب

۱۰	مقدمه.....
۱۳	انگیزه.....
۱۵	اهمیت یادگیری در دانش آموزان.....
۱۶	مشاوره و راهنمایی:.....
۱۶	خود پنداره:.....
۱۷	انگیزه پیشرفت:.....
۱۷	تاریخچه مشاوره و راهنمایی:.....
۱۸	هدف.....
۱۹	هدف مبهم.....
۲۰	هدف پذیری.....
۲۰	تعیین هدف بلند مدت.....
۲۱	اجرای قصدها.....
۲۲	تنظیم کردن اجرای قصدها.....
۲۴	خود گردانی.....
۲۴	فرایند خود گردانی.....
۲۵	انگیزه های اجتماعی.....

۲۵ انگیزه پیشرفت
۲۵ ویژگیهای افراد دارای انگیزه پیشرفت
۲۷ منشأ انگیزه پیشرفت
۲۷ تأثیرات اجتماعی شدن
۲۸ طبقه بندی انگیزه ها
۲۹ انگیزه های فیزیولوژیک یا اولیه
۲۹ گرسنگی
۳۲ تغذیه ی آزاد
۳۴ گرسنگیها و تشنگیهای خاص
۳۶ انگیزه ی جنسی
۳۸ انگیزه ی مادری
۴۰ انگیزه ی درد
۴۱ انگیزه ی خواب
۴۲ انگیزه ی اکتشاف
۴۳ انگیزه های اجتماعی یا ثانویه
۴۵ انگیزه ی پیشرفت
۴۶ انگیزه ی پذیرش و تعلق

۴۹ تاریخچه مشاوره و راهنمایی در ایران و سیر تحول آن
۵۰ دوره احساس نیاز و تهیه مقدمات
۵۱ برنامه راهنمایی قبل از انقلاب
۵۲ برنامه راهنمایی بعد از انقلاب
۵۴ وضعیت راهنمایی و مشاوره در حال حاضر
۵۴ مراکز راهنمایی و مشاوره خانواده، "انجمن اولیاء و مربیان"
۵۵ صدای مشاور و مراکز حضوری بهزیستی
۵۵ کلینیک‌ها و مراکز مشاوره تحت نظر مرکز ملی جوانان
۵۶ تاریخچه مشاوره‌ای حرفه‌ای
۵۷ اهمیت و ضرورت توجه به راهنمایی و مشاوره در سازمان آموزش و پرورش
۵۸ انگیزندگی
۶۱ عوامل موثر بر افزایش انگیزش
۶۱ آگاهی افراد از اهداف
۶۱ اراده
۶۲ تأمین و پیگیری لذت جویی
۶۲ تأمین نیازها
۶۲ عوامل ناخودآگاه

۶۳	مراحل پنجگانه ایجاد انگیزش
۶۳	مرحله اول
۶۳	مرحله دوم
۶۴	مرحله سوم
۶۴	مرحله چهارم
۶۵	مرحله پنجم:
۶۵	روشهای افزایش انگیزش تحصیلی
۶۶	روشهای بهبود مهارتهای فردی
۶۶	پرورش خود انگاره مثبت یا خودپنداری درست
۶۷	تقویت اعتماد به نفس
۶۸	مهار کردن اضطراب
۷۱	مشکلات یادگیری
۷۲	تقویت و پرورش نیاز به پیشرفت
۷۳	نقش مدارس
۷۴	نقش معلمان
		کارکردهای انگیزشی که نشأت گرفته از اصول انگیزشی هستند، در بر دارنده پنج مولفه
۷۴	برای نقش معلمان هستند:
۷۵	آموزش مهارتهای ارتباطی و اجتماعی

- آموزش مهارت‌های تحصیلی «روش مطالعه» و خود کارآمدی تحصیلی ۷۷
- روش‌های سنجش میزان انگیزش تحصیلی ۷۸
- نظریه‌های انگیزش ۸۰
- نظریه مزلو ۸۰
- نظریه واینر و پیشرفت ۸۴
- نظریه اتکینسون و پیشرفت ۸۵
- نظریه نیاز هنری موری و انگیزه پیشرفت ۸۷
- نظریه مک کله لند و پیشرفت ۸۹
- نظریه های اعتماد نفس ۹۱
- نظریه مازلو ۹۱
- نظریه راجرز ۹۱
- نظریه کوپر اسمیت ۹۲
- نظریه اریکسون ۹۲
- نظریه فروید ۹۳
- نظریه آلبرت ایس ۹۴
- نظریه ویلیام گلاسر ۹۵
- نظریه کوپر اسمیت ۹۷

تحقیقات انجام شده ۹۸

منابع و مأخذ ۱۱۰

مقدمه

تحصیل نه تنها یکی از مهم‌ترین مراحل زندگی هر فرد است بلکه برای بسیاری از دانش‌آموزان و دانشجویان، چالش‌های فراوانی را به همراه دارد. این چالش‌ها ممکن است شامل فشارهای درسی، اضطراب امتحانات، رقابت‌های شدید یا عدم انگیزه برای ادامه مسیر باشند. در چنین شرایطی، یکی از مهارت‌های کلیدی که می‌تواند به عنوان یک نیروی محرک برای موفقیت و پیشرفت تحصیلی عمل کند، انگیزه است. انگیزه، همان نیرویی است که فرد را به حرکت درمی‌آورد، انرژی لازم برای ادامه مسیر را تأمین می‌کند و به او کمک می‌کند تا در برابر موانع و دشواری‌ها ایستادگی کند. در واقع، انگیزه مانند سوختی است که موتور پیشرفت تحصیلی را به حرکت درمی‌آورد.

در این کتاب، به بررسی عمیق مفهوم انگیزه، عوامل مؤثر بر آن و راهکارهای ایجاد انگیزه در تحصیل پرداخته خواهد شد. چرا که انگیزه، نه تنها در یادگیری و پیشرفت علمی، بلکه در رشد شخصیتی و بهبود روابط اجتماعی دانش‌آموزان و دانشجویان نیز تأثیرگذار است. ممکن است دانش‌آموزی از نظر ذهنی توانمندی‌های لازم برای موفقیت را داشته باشد، اما به دلیل فقدان انگیزه یا عدم تمرکز، از رسیدن به اهداف تحصیلی خود بازماند. در این کتاب، سعی خواهیم کرد به شما نشان دهیم که چگونه می‌توان این نیرو را در خود بیدار کرده و آن را به حرکت درآورد تا به موفقیت‌های بزرگ دست یابید.

همچنین، انگیزه به عنوان یک مفهوم روانشناختی و در عین حال عملی، تأثیر زیادی بر سلامت روان فرد دارد. افرادی که انگیزه بالاتری دارند، به طور طبیعی با چالش‌ها و مشکلات روبرو می‌شوند و توانایی آن‌ها در مدیریت استرس و فشارهای تحصیلی بیشتر است. از این رو، برای رسیدن به یک موفقیت پایدار و کامل در تحصیل، ضروری است که انگیزه نه تنها در سطوح فردی بلکه در محیط‌های آموزشی نیز تقویت شود. معلمان، والدین و مشاوران آموزشی نقش مهمی در ایجاد و تقویت انگیزه در دانش‌آموزان دارند، و این کتاب به شما نشان خواهد داد که چگونه می‌توانید در این زمینه‌ها مؤثر واقع شوید. در این مسیر، یک نگاه نوین به مفهوم انگیزه و پیشرفت تحصیلی می‌تواند دیدگاه‌های شما را تغییر دهد. این کتاب به معرفی تکنیک‌های روانشناختی، روش‌های عملی و استراتژی‌های مؤثر برای ایجاد انگیزه و پیشرفت تحصیلی می‌پردازد. ما در اینجا از تکنیک‌های علمی و تجربی استفاده می‌کنیم تا به شما کمک کنیم نه تنها انگیزه‌ای پایدار برای خود ایجاد کنید بلکه در مواجهه با چالش‌های تحصیلی به یک فرد مقاوم تبدیل شوید.

همچنین، در این کتاب بر اهمیت هدف‌گذاری و تعیین مسیر مشخص برای موفقیت تأکید خواهیم داشت. بدون داشتن یک هدف روشن و انگیزه‌ای قوی برای رسیدن به آن، پیشرفت تحصیلی به مراتب دشوارتر خواهد بود. اهداف تحصیلی نه تنها به فرد جهت

می‌دهند، بلکه به او انگیزه می‌دهند تا هر روز گام‌های کوچک ولی مؤثری در جهت رسیدن به آن‌ها بردارد. در کنار هدف‌گذاری، مدیریت زمان و افزایش بهره‌وری از دیگر عواملی هستند که در این کتاب به آن‌ها پرداخته خواهد شد.

در نهایت، این کتاب به شما کمک خواهد کرد تا انگیزه را در هر لحظه از تحصیل خود شعله‌ور کنید، با مدیریت احساسات خود و مقابله با اضطراب‌ها و استرس‌ها، به موفقیت‌های بزرگ دست یابید. همچنین به والدین و معلمان نیز نشان خواهد داد که چگونه می‌توانند در ایجاد انگیزه و پیشرفت تحصیلی فرزندان و دانش‌آموزان خود نقشی مؤثر ایفا کنند.

امیدواریم که این کتاب به شما کمک کند تا انگیزه و پیشرفت تحصیلی را نه تنها به عنوان یک هدف کوتاه‌مدت بلکه به عنوان یک روند مداوم و پایدار در زندگی خود تجربه کنید.

انگیزه

مشاوره با ایجاد تفکر درست مایه رشد و توسعه ذهن ، افکار و تصورات میشود (سولسون ۲۰۰۵) معتقد است درمان هایی مانند آرامش دادن درونی ، تفکر مثبت و درست ، تغییر شیوه تفکر ، داروهای بدون عوارض هستند که نیاز به تجویز پزشک ندارد. محققان دریافته اند که اندیشه درست ، امیدواری را در دلها می کارد و توسعه آن راهی است برای غلبه بر اضطراب (به نقل از مردان ، ۱۳۸۸).

جوان یا نوجوان در دوره دبیرستان با بحران ها و مشکلات زیادی (هویت یابی ، عزت نفس) روبرو میباشد و دچار ناسازگاری می شود. برای پشت سر گذاشتن این دوره با موفقیت ، نیاز به راهنمایی و یادگیری مهارت دارد . یکی از آن راهها مشاوره است که تقویت انگیزه پیشرفت تحصیلی و ارتقاء سطح خودپنداره را که ایجاد می کند.

یکی از مشکلات نوجوانان و جوانان در سالهای اخیر فقدان انگیزه می باشد. دانش آموزانی هستند که از لحاظ توانائی و استعداد یادگیری شبیه بهم اند ، ولی در پیشرفت تحصیلی تفاوت هایی با هم دارند . این تفاوتها در فقدان انگیزه باعث ناکامی در تحصیل می شود و همچنین باعث افزایش هزینه های تحصیلات می گردد که سالانه بخشی از بودجه های کشور به دلیل افت تحصیلی و کارکرد پایین آموزشی بهدر می رود (کهنوایی ، ۱۳۸۰).

مسأله پیشرفت تحصیلی یکی از مسائل امروز ، در آموزش و پرورش دنیاست. اگر بخواهیم دانش آموزان موفق تری پرورش دهیم ، ضروری است عوامل موثر در موفقیت تحصیلی

را شناسایی و برنامه ریزی دقیقی داشته باشیم. این شناسایی علتها در بازنگری هدفهای آموزش و پرورش بر مبنای علاقه‌ها، استعدادها، ظرفیت‌ها و با توجه به نیازهای جامعه، به برنامه ریزی درسی نیاز دارد (حسینی طباطبایی و قدیمی مقدم، ۱۳۸۸).

از جمله مهارت‌ها که مورد تأکید زیاد مریبان بوده است، مشاوره و راهنمایی می‌باشد. کمک میکند تا تصمیمات خود را با آگاهی انتخاب نمایند (خانزاد، ۱۳۸۳). اهمیت این موضوع باید در نظر والدین، مریبان و مسئولان تعلیم و تربیت باشد.

نظریه نظام‌های انگیزشی (MST) فورد، از جمله نظریاتی است که در آن رابطه بین مهارت‌ها و پیشرفت تحصیلی بیان شده است. این نظریه ابعاد مختلفی دارد و یک مدل جامع برای انگیزه‌ی همه رفتارهای انسان است. (دیوید برنز، ۱۹۹۹) در این نظریه رابطه بین دادن مهارت‌ها و پیشرفت تحصیلی را به شکلی تحولی ارائه داده است. این رابطه، اهداف مشاوره را با اهداف تحصیلی، پیشرفت می‌دهد. یعنی پیشرفت در مشاوره مقدمه مهمی است برای پیشرفت در تحصیل.

عدم وجود انگیزه‌ی پیشرفت رضایت بخش دانش‌آموزان در تحصیل، معضل اصلی خانواده‌ها محسوب می‌شود و وجود انگیزه برای تحصیل و پیشرفت در دوره دبیرستان به دلیل دوره ورود به آموزش عالی از حساسیت بیشتری برخوردار است.

برهمن اساس در این پژوهش تأثیر آموزش راهبردهای شناختی و مشاوره بر عملکرد تحصیلی و انگیزه ی پیشرفت دانش آموزان و ارتقاء خود پنداره ی دانش آموزان در دوره ی متوسطه مورد بررسی قرار گرفت.

اهمیت یادگیری در دانش آموزان

از آنجایی که عوامل پیچیده و گاه ناشناخته ای بر کمیت و کیفیت یادگیری دانش آموزان و پیشرفت تحصیلی آنها تأثیر می گذارد، و یکی از عواملی که می تواند تأثیر زیادی در پیشرفت تحصیلی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته و گاه بعنوان یک عامل مستقل مطرح و مورد بررسی قرار گیرد، انگیزه تحصیلی دانش آموزان میباشد. در حقیقت به جهت ارتباطهای موجود بین انگیزه تحصیلی و پیشرفت تحصیلی، برخی از متخصصان و پژوهشگران حوزه آموزش و پرورش توجه زیادی به انگیزه تحصیلی و عوامل تأثیر گذار به آن داشته اند. در چنین موقعیت هایی آموزش مهارتهای اساسی برای نوجوانان و جوانان به منظور تقویت انگیزه آنها و بالطبع بالا بردن خودپنداره و موفقیت تحصیلی آنها بسیار مفید و سودمند خواهد بود.

بر طبق بررسی ها می توان مهارتهای را یاد گرفت تا در عدم پیشرفت تحصیلی ایمن شد. آموزش این مهارتها بوسیله مشاور و راهنمایی به دانش آموز کمک می کند تا خود را بهتر بشناسد و در باره خود وزندگی بهتر بیندیشد.