

اثربخشی راهبردهای خودنظم‌ده بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران مجری طرح معصومه پورمحمدرضای تجربی، همکاران طرح: محمد عاشوری، سیده سمیه جلیل آبکنار. سال و ماه اجرای طرح: دی‌ماه ۱۳۹۳ تا شهریور ماه ۱۳۹۴

عنوان: اثربخشی راهبردهای خودنظم‌ده بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران مجری: معصومه پورمحمدرضای تجربی

### چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی راهبردهای خودنظم‌ده بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران انجام شد.

**مواد و روش:** در این مطالعه شبه‌آزمایشی، از طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با یک گروه کنترل استفاده شد. تعداد ۳۴ نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی مشغول به تحصیل در دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به طور مساوی در یکی از دو گروه آزمایش و گروه کنترل (هر گروه ۱۷ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش، در ۱۰ جلسه آموزشی راهبردهای خودنظم‌ده (هفته‌ای ۱ جلسه؛ هر جلسه ۸۰ دقیقه) شرکت کردند، در حالی که به گروه کنترل این آموزش ارائه نشد. برای جمع‌آوری داده‌ها از آزمون پیشرفت تحصیلی محقق ساخته استفاده شد. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس، در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ مورد تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که گروه آزمایش و کنترل در پیشرفت تحصیلی به‌طورمعنادار با یکدیگر تفاوت دارند ( $P=0/001$ ). همچنین، آموزش راهبردهای خودنظم‌دهی اثر مثبت و معناداری بر پیشرفت تحصیلی داشت ( $P=0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** برنامه آموزش راهبردهای خودنظم‌ده موجب پیشرفت تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران شد. بنابراین برنامه‌ریزی جهت آموزش راهبردهای خودنظم‌ده به دانشجویان اهمیت ویژه‌ای دارد.

**واژه‌های کلیدی:** راهبردهای خودنظم‌ده، پیشرفت تحصیلی، دانشجویان کارشناسی ارشد