

انگیزش یادگیری

قدرت معلمان در برانگیختن انگیزش فراگیران

تألیف

اریک اندرمن

ترجمه

دکتر علی پورصفر صیقلانی

عضو هیئت علمی دانشگاه گیلان

دُرسا اصلانی نژاد

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی



فهرست

۷ درباره نویسنده
۹ پیشگفتار
۱۰ قدرت معلمان در اثرگذاری بر انگیزش دانش‌آموزان
۱۱ ضرورت این کتاب
۱۳ سازمان کتاب
۱۵ گفتار پایانی

بخش اول: مقدمه‌ای بر انگیزش ۱۷

فصل ۱: انگیزش چیست؟ ۱۹

۱۹ فهم انگیزش خودتان
۲۳ تعریف انگیزش
۲۴ نیازها
۲۸ باورها
۳۲ اهداف
۳۴ انگیزه درونی و بیرونی
۳۷ بازبینی تعریف ما از انگیزش
۳۸ خلاصه فصل

فصل ۲: چه کسانی به انگیزه دانش‌آموزان شکل می‌دهند؟ ۴۰

فهم انگیزش خودتان ۴۱

شخصیت دانش‌آموزان ۴۴

معلمان ۴۶

والدین ۴۶

مدارس ۵۴

اجتماع، محله‌ها و جامعه ۵۹

چگونه همه این مطالب را با هم ترکیب کنیم؟ ۶۵

خلاصه فصل ۶۵

فصل ۳: باورهای خودکارآمدی ۶۷

فهم انگیزش خودتان ۶۷

راهبردهای آموزشی برای ایجاد خودکارآمدی دانش‌آموزان ۷۳

یک نکته مهم درباره خودکارآمدی ۷۳

الگوسازی ۷۴

تعیین اهداف کوتاه‌مدت ۷۸

ارائه بازخورد مناسب ۸۵

خلاصه فصل ۸۷

فصل ۴: ارزش‌های پیشرفت ۸۸

فهم انگیزش خودتان ۸۸

ارزش‌های پیشرفت ۹۱

نفوذ بر ارزش‌های پیشرفت ۹۲

انتخاب محتوای لذت‌بخش و جالب ۹۴

مفید و با اهمیت ساختن محتوا ۱۰۱

خلاصه فصل ۱۰۵

بخش دوم اقدامات معلمان برای برانگیختن انگیزش ۱۰۹

فصل ۵: چگونه باید تدریس کنم؟ ۱۱۰

- فهم انگیزش خودتان..... ۱۱۰
- سؤالی که هرروز باید از خود بپرسیم: چگونه تدریس می‌کنم؟..... ۱۱۳
- چگونه مطالب جدید را به دانش‌آموزان ارائه می‌کنم؟..... ۱۱۴
- تمرین کردن و ماهرشدن..... ۱۱۶
- گروه‌بندی دانش‌آموزان..... ۱۱۶
- استفاده از فناوری..... ۱۲۶
- پاداش دادن یا ندادن؟..... ۱۲۸
- رقابت یا مشارکت؟..... ۱۳۴
- تدریس مطابق با سبک‌های یادگیری ترجیحی دانش‌آموزان..... ۱۳۶
- بهبود طرزفکر (ذهنیت) رشد..... ۱۴۰
- خلاصه فصل..... ۱۴۳

فصل ۶: چگونه باید آزمون کنم؟ ۱۴۵

- فهم انگیزش خودتان..... ۱۴۵
- هدف از آزمون کردن..... ۱۴۸
- چرا همه از آزمون بیزارند؟..... ۱۵۰
- چرا این آزمون را می‌گیرم..... ۱۵۱
- آزمون و زمان..... ۱۵۲
- پیامدهای آزمون..... ۱۵۵
- تا چه اندازه باید درباره آزمون‌ها صحبت کنیم؟..... ۱۵۸
- درباره آزمون‌های سرنوشت‌ساز چطور؟..... ۱۶۱
- تقلب و آزمون..... ۱۶۳
- ارائه بازخورد..... ۱۶۵
- آزمون و انگیزش نباید مانند روغن و سرکه باشند..... ۱۶۹
- خلاصه فصل..... ۱۷۱

فصل ۷: آیا باید خوش‌اخلاق باشم؟ ۱۷۵

- فهم انگیزش خودتان..... ۱۷۵
- روابط شما با دانش‌آموزان..... ۱۷۷

۱۷۹	غمخواری (مراقبت) از دانش‌آموزان
۱۸۰	اثرات روابط مثبت معلم و دانش‌آموزان
۱۸۱	همه در اینجا پذیرفتنی هستید
۱۸۵	روابط معلم و دانش‌آموز در طی سال‌ها
۱۸۶	فرهنگ، تنوع و روابط معلم و دانش‌آموز
۱۹۱	خلاصه فصل
۱۹۲	فصل ۸: مدیریت رفتار و انگیزش
۱۹۲	فهم انگیزش خودتان
۱۹۳	چرا در بحث انگیزش، از مدیریت رفتار صحبت می‌کنیم؟
۱۹۶	قوانین و رویه‌ها
۱۹۷	درگیری
۲۰۰	خلاصه درگیری
۲۰۱	فراکنشی یا واکنشی بودن؟
۲۰۶	حمایت از انگیزه دانش‌آموزان در هنگام مدیریت رفتار
۲۰۹	خلاصه فصل
۲۱۱	فصل ۹: ادغام تمامی مطالب با همدیگر
۲۱۱	کوئیز را به‌خاطر بیاورید؟
۲۱۵	"BRAVEST" باشید
۲۲۱	ضمیمه کتاب: برنامه‌ریزی انگیزشی روزانه
۲۲۳	منابع
۲۳۷	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
۲۳۹	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

پیشگفتار

- جیل ۱۵ ساله عاشق ساختن آهنگ با گیتارش است. به نواختن گیتار اشتیاق شدید^۱ دارد و ترجیح می‌دهد تا بجای انجام کاری دیگر گیتار بنوازد.
- متو ۶ سال دارد. معلم او را فردی توصیف می‌کند که موقع تمرین خواندن در گروه‌های کوچک، بی‌حوصله^۲ می‌شود.
- سوفیا ۱۱ ساله موقع بازی فوتبال اعتماد به نفس بسیاری دارد و مشتاقانه در آن مشارکت می‌کند، اما در تکالیف ریاضی کاملاً برعکس است: او باور دارد که در ریاضیات خوب نیست و به دنبال بهانه‌ای می‌گردد تا تکالیفش را انجام ندهد.
- لوکاس ۱۷ ساله در کلاس اسپانیایی‌اش سخت‌کوش است و وقتی کارهایش خوب پیش نمی‌رود، باور کلی‌اش این است که باید درس بیشتری بخواند و تلاش‌هایش را بروی کارش متمرکز کند.

کدام یک از این سناریوها برای شما آشنا به نظر می‌رسند؟ آیا تا به حال با دانش‌آموزی مواجه شده‌اید که اغلب حوصله‌اش سر می‌رود؟ یا دانش‌آموزی که برای شرکت در برنامه‌ریزی شما بسیار مشتاق است؟ یا دانش‌آموزی که اعتماد به نفس ندارد؟ همان‌طور که احتمالاً از عنوان این کتاب حدس زده‌اید، همه این سناریوها مثال‌های مختلف از انگیزش^۳ دانش‌آموزان را نشان می‌دهند. به نظر می‌رسد جیل برای آهنگسازی با گیتارش

1- passion

2- bored

۳- در ترجمه حاضر، مفهوم انگیزه و انگیزش معادل هم در نظر گرفته شده‌اند.

انگیزه زیادی دارد، درحالی که سوفیا برای کارکردن روی مسائل ریاضی انگیزه زیادی ندارد. به طور واضح لوکاس در کلاس اسپانیایی انگیزه خوبی دارد، اما متئو برای خواندن در گروه‌های کوچک انگیزه‌ای ندارد.

اگر شما به این دانش‌آموزان تدریس می‌کردید، چه احساسی نسبت به حضور جیل در کلاس موسیقی خود داشتید؟ از حضور سوفیا در کلاس ریاضی چه احساسی داشتید؟ اگر مسئول آموزش خواندن بودید، چه احساسی نسبت به حضور متئو در کلاس داشتید؟ برای بسیاری از معلمان، داشتن دانش‌آموزی مانند جیل در کلاس باعث خوشحالی^۱ است؛ اما دانش‌آموزانی مانند متئو یا سوفیا ممکن است به اضطراب آن‌ها منجر شود.

اگر تمایل کمی برای کار با دانش‌آموزان فاقد انگیزه دارید، احساس خجالت نکنید. هم دانش‌آموزان و هم معلمان به‌طور مرتب گزارش می‌دهند که دانش‌آموزان فاقد انگیزه، تأثیر مخربی بر پیشرفت تحصیلی و جو کلاس دارند (کولیر، ۲۰۱۵). در واقع، بسیاری از معلمان تنها پس از چند سال تجربه تدریس، این حرفه را ترک می‌کنند (کارور-توماس و دارلینگ-هاموند، ۲۰۱۷)، مقداری از این فرسایش به این دلیل رخ می‌دهد که معلمان از دشواری ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان خود دچار استیصال می‌شوند.

این کتاب نه‌تنها درباره دانش‌آموزانی مانند سوفیا و متئو و لوکاس

بلکه درباره معلمان نیز هست. در این کتاب می‌آموزید که چگونه به‌عنوان معلم می‌توانید جرقه شور و اشتیاق^۲ را در متئو ایجاد کنید. چگونه به سوفیا کمک می‌کنید تا در ریاضیات اعتمادبه‌نفس پیدا کند و چگونه می‌توانید از شور و شوق جیل برای تسری به سایر دانش‌آموزان خود استفاده کنید.

در این کتاب می‌آموزید که چگونه در مقام معلم می‌توانید جرقه شور و اشتیاق، اعتمادبه‌نفس و خوشی را در دانش‌آموزان خود شعله‌ور کنید

قدرت معلمان در اثرگذاری بر انگیزش دانش‌آموزان

لحظه‌ای به معلمی فکر کنید که بر انگیزه شما تأثیر گذاشته است. من هر وقت این سؤال را می‌پرسم هرگز کسی را ندیده‌ام که نتواند پاسخی سریع و مصممی به من بدهد. همه ما معلمانی داشته‌ایم که برای ایجاد انگیزش در ما تلاش‌های زیادی کرده‌اند.

می‌خواهم کار معلمی که در زندگی من تغییر ایجاد کرد، را بازگو کنم. در دبیرستان عموماً در ریاضی عملکرد خوبی داشتم و در کلاس ریاضی پیشرفته ثبت‌نام کردم. یک‌بار در کلاس دهم، در یک امتحان ریاضی نمره‌ای کمتر از حد معمول گرفتم، در کمال تعجب، معلم ریاضی‌ام به‌طرف من آمد و به‌آرامی گفت: چه شده اریک؟ این نمره شما نیست؛ می‌دانم که می‌توانید بهتر عمل کنید. من از نمره آزمون شما واقعاً متعجب شدم.

1- joy

2- spark of enthusiasm

درحالی که ممکن است برخی از دانش‌آموزان از اظهارنظری شبیه این بغض کنند، اما این همان تلنگری بود که احتیاج داشتم و معلم ریاضی‌ام این را می‌دانست. او می‌دانست که من احتمالاً جدی نگرفته‌ام و آن‌طور که باید مطالعه نکرده‌ام (و احتمالاً درست می‌گفت). همین اظهارنظر کوتاه بروی من تأثیر گذاشت و به من انرژی داد تا سخت‌تر کار کنم و آن سال در ریاضی نمره «الف» بگیرم.

اما هنگام فکرکردن به این موضوع اغلب متعجب می‌شوم که چرا هنوز این موضوع به‌وضوح در خاطرم مانده و چرا او وقت صرف کرد و متوجه عملکرد نه‌چندان مطلوب من در امتحان شد (بالاخره، من در آزمون مردود نشده بودم، اما مثل همیشه عملکرد خوبی نداشتم) چیزی که فهمیدم این است که او برای توجه و غمخواری من زمان صرف کرده بود. او همچنین شخصیت‌م را می‌شناخت - او می‌دانست که این اظهارنظر کوچک، همه آن چیزی بود که من برای بازگشت به مسیر نیاز داشتم. امروز هم از این معلم غمخور اسپاسگرام. او می‌دانست که برای ایجاد انگیزه و برگرداندن من به مسیر اصلی چه کار کند. البته، همه موقعیت‌ها به این سادگی و سراسستی نیستند. بسیاری از دانش‌آموزان برای ایجاد انگیزه به چیزی بیش از یک اظهارنظر کوتاه معلم نیاز دارند.

ضرورت این کتاب

من ۳۰ سال گذشته را صرف تحقیق بر انگیزش دانش‌آموزان کرده‌ام. مطالعه من درباره انگیزه زمانی شروع شد که به‌عنوان معلم کلاس درس بودم. بعلاوه به‌عنوان والد، از نزدیک مشاهده کرده‌ام که چگونه فرزندانم در طی سال‌ها در موضوعات مختلف، درجات گوناگونی از انگیزه را از خود نشان داده‌اند.

نکته‌ای که همواره در طول این تجارب متمادی برای من پدیدار شده این است که **معلمان بر انگیزه دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارند!** ما می‌توانیم در زندگی دانش‌آموزان خود

ما می‌توانیم در زندگی دانش‌آموزان خود تغییر ایجاد کنیم و به آن‌ها کمک کنیم تا به اهداف خود دست‌یافته و از آن‌ها فراتر روند.

تغییر ایجاد کنیم و به آن‌ها کمک کنیم تا به اهداف خود دست‌یافته و از آن‌ها فراتر روند. مجموعه‌ای از تحقیقات مهمی وجود دارد که انگیزه تحصیلی را بررسی کرده است. هدف این کتاب این است که آن‌ها را به راهبردهای عملی تبدیل کند تا شما یکی از آن معلمان‌سی باشید که بتوانید تفاوت را ایجاد کنید.

آزمون انگیزش: لحظه‌ای درنگ کرده و آزمونی کوتاه درباره انگیزش انجام دهید. آیا می‌توانید به سؤالات شکل ۱-۰ پاسخ دهید.

پاسخ‌های آزمون در پایان فصل ارائه شده است (هم‌اکنون می‌توانید به آن‌ها نگاه کنید و خودتان را واریسی کنید). آیا از برخی از پاسخ‌های «درست» شگفت‌زده شدید؟ آیا از اینکه چند بار پاسخ «بستگی دارد» صحیح بود تعجب کردید؟ همان‌طور که در سراسر این کتاب خواهید دید، انگیزه اغلب به هر دانش‌آموز و موقعیت خاص «وابسته» است. از این رو اظهار نظر کوتاه معلم ریاضی برایم کافی بود تا تشویق شوم که در امتحان ریاضی بعدی بهتر عمل کنم، دانش‌آموز دیگری ممکن است در همان کلاس به چیزی کاملاً متفاوتی نیاز داشته باشد.

مطالب این کتاب مبتنی بر تحقیقات تجربی، معتبر و بازبینی شده است، اما به شیوه‌ای ارائه شده که کاربردی و قابل فهم باشد. شما با انبوهی از اصطلاحات تحقیقاتی، تفکرات نظری و نقل‌قول‌های فراسوی آنچه زیربنای لازم برای راهبردهای هر فصل است مواجه نخواهید شد. در تمام فصل‌های کتاب، بخشی به‌عنوان افسانه انگیزش آمده است که بر بسیاری از باورهای کنونی تأیید نشده انگیزش دانش‌آموزان خط بطلان می‌کشد (به برخی از آن‌ها در این آزمون اشاره شده است!).

شکل ۱-۰: آزمون انگیزش

بستگی دارد	نادرست	درست	۱. وقتی معلم برای انجام یک تکلیف به دانش‌آموزان پاداش می‌دهند، آن‌ها برای انجام تکلیف مشابه، انگیزه بیشتری پیدا می‌کنند.
بستگی دارد	نادرست	درست	۲. اگر دانش‌آموز دبیرستانی کاملاً متقاعد شود که نمی‌تواند یک زبان خارجی را یاد بگیرد، امید زیادی به تغییر نظرش وجود ندارد.
بستگی دارد	نادرست	درست	۳. اگر دانش‌آموزی موضوع/ درس خاصی را دوست نداشته باشد (مثلاً شیمی)، او در آن کلاس انگیزه نخواهد داشت.
بستگی دارد	نادرست	درست	۴. دانش‌آموزان می‌توانند هم از انجام یک کار لذت ببرند و هم برای کسب نمره خوب انگیزه داشته باشند.
بستگی دارد	نادرست	درست	۵. با گذر دانش‌آموزان از دبستان به راهنمایی و دبیرستان، میزان انگیزه آن‌ها تغییر می‌کند.
بستگی دارد	نادرست	درست	۶. هر زمان که دانش‌آموزان را برای محتوایی آزمون می‌کنید، به انگیزش آن‌ها برای یادگیری آن محتوا آسیب می‌رسانید.
بستگی دارد	نادرست	درست	۷. انگیزش دانش‌آموز تحت تأثیر افرادی قرار می‌گیرد که در حین انجام یک تکلیف با آن‌ها تعامل دارد.
بستگی دارد	نادرست	درست	۸. اگر دانش‌آموزی به یک حوزه درسی خاص (مثلاً علوم) علاقه زیادی داشته باشد، احتمالاً در آن درس نمرات خوبی کسب می‌کند و چیزهای زیادی یاد می‌گیرد.
بستگی دارد	نادرست	درست	۹. دانش‌آموزان با رقابت انگیزه پیدا می‌کنند.
بستگی دارد	نادرست	درست	۱۰. اگر روش‌های آموزشی خود را با سبک‌های یادگیری ترجیحی دانش‌آموزان مطابقت دهیم، دانش‌آموزان بیشتر یاد می‌گیرند و برای مطالعه انگیزه بیشتری خواهند داشت.

سازمان کتاب

این کتاب در دو بخش تنظیم شده است. بخش اول تحت عنوان مقدمات انگیزش و بخش دوم بر راهبردهایی تمرکز دارد که معلمان می‌توانند روزانه در کلاس‌های خود از آن‌ها استفاده کنند.

بخش اول به چهار فصل تقسیم شده است. در فصل اول انگیزش تعریف و برخی از فرایندهای زیربنایی که به انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان کمک می‌کند و به آن جهت می‌دهد را بررسی خواهیم کرد. از خوانندگان می‌خواهیم در این فصل و هم در سراسر کتاب، به انگیزه خودشان، به همراه انگیزه دانش‌آموزان فکر کنند. موضوع اصلی کتاب این است که معلمان برای اینکه به طور اثربخش در دانش‌آموزان خود انگیزه ایجاد کنند،

باید منابع انگیزشی خودشان را درک کنند. هر فصل شامل فعالیت‌ها و تمرین‌هایی است که شمارا ترغیب می‌کند تا درباره انگیزه دانش‌آموزان و همچنین انگیزه خودتان (در زمینه‌های مختلف زندگی‌تان) تأمل کنید.

معلمان برای اینکه به طور اثربخش در دانش‌آموزان خود انگیزه ایجاد کنند، باید منابع انگیزشی خودشان را درک کنند.

در فصل دوم، یک سؤال اغلب فراموش شده بررسی می‌شود: «چه کسی به انگیزه دانش‌آموزان شکل می‌دهد؟» غالباً فرض بر این است که دانش‌آموزان یا با انگیزه زیاد یا فاقد انگیزه یادگیری به مدرسه می‌آیند. در این فصل به تأثیرات معلمان و والدین بر انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان پرداخته می‌شود. در فصل ۳، نقش باورهای دانش‌آموزان درباره توانایی‌شان و اینکه چگونه این باورها بر انگیزه یادگیری آن‌ها تأثیر می‌گذارد را بررسی خواهیم کرد. این فصل بر مبنای فصل دوم است که در آن نقش‌های معلمان را در شکل‌دهی به این باورها مورد بحث قرار دادیم. فصل ۴ بر محتوای تدریس و احساس دانش‌آموزان درباره آن محتوا تمرکز دارد. بیشتر اوقات ما مقید به برنامه‌درسی هستیم و برنامه‌درسی محدود به موضوع و پایه‌ای است که تدریس می‌کنیم. با این وجود، هنوز راهکارهای زیادی وجود دارد که می‌توانید برنامه‌درسی را برای دانش‌آموزان جالب و جذاب کنید. یکی از ایده‌های مهمی که در این فصل مورد بررسی قرار گرفت، مفهوم **ارزش مطلوبیت**^۱ است. اگرچه ما به‌عنوان معلم می‌دانیم که چرا محتوای خاصی را آموزش می‌دهیم، اما دانش‌آموزان اغلب اهمیت^۲ آنچه را تدریس می‌کنیم، نمی‌دانند. همان‌طور که در این فصل بحث می‌کنم، چندین راهبرد ساده وجود دارد که با استفاده از آن‌ها می‌توانید به دانش‌آموزان برای درک ارزش چیزی که یاد می‌گیرند، کمک کنید. وقتی دانش‌آموزان برای مطالب تدریس ارزش قائل شوند، انگیزه آن‌ها بهبود می‌یابد. در بخش دوم کتاب، نحوه پیاده‌سازی این اطلاعات را خواهید آموخت. هر فصل

1- utility value

2- relevance