

## پیش بینی کارآمدی تحصیلی بر اساس خودتنظیمی هیجانی و ذهن آگاهی در دانش آموزان تجربی

### مقطع متوسطه دوم ناحیه یک تبریز در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶

فریبا مسن اسفنگره<sup>۱</sup>، دکتر امیدعلی حسین زاده<sup>۲</sup>

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، واحد شبستر دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران.

۲- استادیار گروه علوم تربیتی واحد شبستر دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران (نویسنده مسئول).

#### چکیده

این تحقیق با هدف پیش بینی کارآمدی تحصیلی بر اساس خودتنظیمی هیجانی و ذهن آگاهی در دانش آموزان صورت گرفت. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش آموزان دختر و پسر تجربی آموزش و پرورش ناحیه یک تبریز در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ به تعداد ۵۹۸۹ نفر که ۲۹۵۷ نفر پسر و ۳۰۳۲ نفر دختر هستند می باشند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای استفاده شد. سپس از بین دانش آموزان، طبق جدول مورگان (حداکثر تعداد) تعداد ۳۶۰ دانش آموز (۱۸۰ دانش دختر و ۱۸۰ دانش آموز پسر) انتخاب شده و مورد بررسی قرار گرفتند. پرسشنامه هایی که برای تحقیق حاضر مورد استفاده قرار گرفتند، شامل: پرسشنامه ذهن آگاهی (بائر و همکاران، ۲۰۰۶)، پرسشنامه خودتنظیمی هیجانی (لارسن و پرینز، ۲۰۰۰) و پرسشنامه کارآمدی تحصیلی (مورگان و جنکینز، ۱۹۹۹). برای تحلیل داده ها از روش ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با نرم افزار SPSS.۲۳ صورت گرفت. نتایج ضرایب رگرسیون مربوط به پیش بینی سهم یگانه خودتنظیمی هیجانی و ذهن آگاهی نشان داد که با توجه به ضرایب بتا و مقدار  $t$ ، خودتنظیمی هیجانی و ذهن آگاهی به شکل یگانه تاثیر معناداری بر کارآمدی تحصیلی دارند و ضریب تاثیر استاندارد آنها در سطح  $P < 0/01$  معنادار است. نتایج مربوط به تحلیل بلوک دوم (نقش تعاملی این دو متغیر) نشان می دهد که ضریب تاثیر استاندارد تعامل این دو متغیر ( $\beta = 0/920$ ) است و در سطح  $P < 0/01$  معنادار است.

**واژه های کلیدی:** کارآمدی تحصیلی، خودتنظیمی هیجانی، ذهن آگاهی.