

## تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر

### Develop an educational package on perceptions of school climate and its Feasibility on self-defeating academic behaviors of male students

Farshid Bibak

Master of Psychology, Department of Psychology, Sanandaj Center, Payame Noor University, Sanandaj, Iran.

Dr. Qumarth Karimi

Assistant Professor, Department of Psychology, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran.

Alireza Sangani

PhD in Psychology, Department of Pathology of Cultural Psychology, Farabi Psychological Sciences Research Center, Mazandaran, Iran.

Asaad Khezrnezad

Master of Nano Chemistry, Education, Bukan, West Azarbayjan, Iran.

Dr. Masoud Najari\*

PhD in Psychology, Department of Psychology, Bukan Center, University of Applied Sciences, Bukan, Iran.  
[najari.masoud@yahoo.com](mailto:najari.masoud@yahoo.com)

فرشید بی باک

کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، مرکز سندج، دانشگاه پیام نور، سندج، ایران.

دکتر کیومرث کریمی

استادیار، گروه روان شناسی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران.

دکتر علیرضا سنگانی

دکتری روانشناسی، گروه آسیب شناختی روانشناسی فرهنگی، مرکز پژوهشی علوم روانشناسی فارابی، مازندران، ایران.

اسعد خضرنژاد

کارشناسی ارشد نانو شیمی، آموزش و پژوهش، بوکان، آذربایجان غربی، ایران.

دکتر مسعود نجاری (نویسنده مسئول)

دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، مرکز بوکان، دانشگاه علمی کاربردی، بوکان، ایران.

### چکیده

The aim of this study was to develop an educational package on the perception of the school environment and its feasibility study on the self-defeating academic behaviors of male students. The research method was quasi-experimental with pre-test and post-test design with a control group and quarterly follow-up. The statistical population included all students studying in the second year of high school in the city of Buchan in the academic year 1399-1400. Through the purposive sampling method, 30 individuals were selected and randomly replaced into two groups of 15 experimental and control. The measuring instrument in this study was the Self-Breaking Behavior and Cognition Scale (Cunningham, 2007). The students in the experimental group underwent 8 90-minute sessions (2 sessions per week) of the school environment perception program and the control group did not receive any intervention. Statistical data were analyzed using a mixed analysis of variance with SPSS software version 23. The results showed that the educational package of perception of the school environment was significant in reducing the self-defeating academic behaviors of male students ( $p < 0.01$ ). Based on the research results, it can be said that the educational package of perception of the school environment is a suitable intervention method to reduce self-defeating academic behaviors in male students.

**Keywords:** perceptions of school climate, self-defeating academic behaviors, Feasibility, male students.

پژوهش حاضر با هدف تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه و پیگیری سه ماهه بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان مشغول به تحصیل پسر دوره دوم متوسطه شهر بوکان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که از طریق روش نمونه گیری هدفمند تعداد ۳۰ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و گواه جایگزین شدند. ابزار اندازه گیری در این پژوهش مقیاس رفتار و شناخت خود شکن SDBC، کانیگهام، (۲۰۰۷) بود. دانش آموزان گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته ۲ جلسه) تحت آموزش برنامه ادراک از محیط مدرسه قرار گرفتند و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. تجزیه و تحلیل داده‌های آماری با استفاده از روش تحلیل واریانس آمیخته و با نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ صورت گرفت. یافته ها نشان داد که بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه بر کاهش رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر معنادار بود ( $p < 0.01$ ). بر اساس نتایج پژوهش می‌توان گفت بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه روش مداخله‌ای مناسبی برای کاهش رفتارهای خودشکن تحصیلی در دانش آموزان پسر است.

**واژه‌های کلیدی:** ادراک از محیط مدرسه، رفتارهای خودشکن تحصیلی، امکان سنجی، دانش آموزان پسر.

## مقدمه

نوجوانان اغلب به علت بلوغ هورمونی و شناختی و مواجه شدن با شبکه‌های اجتماعی وسیع تر، در تجربیات هیجانی و احساسی خود، افزایشی را احساس می‌کنند. عوامل متعددی از جمله تیپ‌های مختلف شخصیتی، انزوا و تنهاگی، کمبود محبت، نظام خانوادگی آشفته و نداشتن احساس شادکامی در نوجوانان باعث شده است تا این گروه از خانواده‌ها فاصله بگیرند و به بزهکاری و رفتارهای پرخاشگرانه و هنجارشکنانه روی آورند (قمری گیوی و همکاران، ۱۳۹۳). در همه جوامع شیوه رفتار کودکان و نوجوانان از دغدغه‌های اساسی نظام تعلیم و تربیت و خانواده‌ها می‌باشدند. کودکان و نوجوانان در دوره‌های حساس رشد خود، گاهی دچار مشکلات رفتاری شده و به کمک نیاز دارند. شایعترین مشکلی که در افراد با اختلالات رفتاری در مدرسه و مراکز آموزشی دیده می‌شود، مسائلی نظیر پرخاشگری است (شکوهی یکتا و پرند، ۱۳۸۴). در واقع یکی از متغیرهای مهم و اساسی در زمینه مسائل مربوط به پرخاشگری، وجود رفتارهای خودشکن تحصیلی در بعضی از دانش آموزان می‌باشد. پژوهش‌ها نشان داده اند که تعداد زیادی از دانش آموزان درگیر رفتارهای خودشکن هستند و این تعداد در حال افزایش می‌باشد. بنابراین، با توجه به اینکه رفتارهای خودشکن یکی از مهمترین مشکلات آموزشی است؛ تعداد زیادی از فرآیندان با شیوه بالای ۵۰ درصد را به خود درگیر کرده است (دی<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۴۰۱). افراد دارای رفتارهای خودشکن، درگیر رفتارهایی مانند خودآزاری، اعتیاد و رفتارهای جنسی پرخطر می‌شوند (لفگرن<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). معمولاً رفتار خودشکن به عنوان یک رفتار معمول و پرهزینه شناخته می‌شود (رن<sup>۳</sup> و همکاران، ۱۸۰۲) و به اعمالی گفته می‌شوند که فرد بصورت آگاهانه و از روی عمد انجام داده که در نهایت منجر به شکست یا آسیب به خود فرد شده و بر بهزیستی وی اثری منفی می‌گذارد. افرادی که این اعمال را انجام می‌دهند دائمًا به دنبال پیامدهای مثبت هستند؛ در حالی که توجه زیاد به پیامدهای مثبت در طولانی مدت پیامدهای منفی را برای آنان به همراه خواهد داشت (بامیستر و بوشمن<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰). مطالعات فراوانی تاثیر رفتارهای خود شکن<sup>۵</sup> را در محیط‌های گوناگون بررسی کرده و مورد ارزیابی قرار داده اند (هان<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰؛ مرکر<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰؛ کائوکا<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ کاپچان<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹؛ کوپتز<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۷؛ پژوهشگران رفتارهای خودشکن چون اهمالکاری، خود ناتوان سازی، افزایش تعهد، ارزیابی‌های نادرست و نامعتبر از خود و ناتوانی در به تأخیر اندختن پادشاهها را به نقص در خودتنظیمی معرفی کرده‌اند. یعنی فرد نمی‌تواند با توجه به معیارهای خودش افکار، هیجانات و عواطف خود را کنترل کند. این رفتارها نه تنها موجب مشکلات تحصیلی می‌شوند بلکه پیامدهای روانشناختی نظری اضطراب، استرس و افسردگی را به دنبال دارند (وی و کو<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۷). رفتارهای خودشکن در آغاز به عنوان وسیله‌ای برای مقابله با کنار آمدن، استفاده می‌شود اما بعد از مدتی سریع به یک عادت تبدیل می‌شود. این رفتارها در کوتاه مدت مزایای زیادی چون کسب شادی، لذت و افزایش اعتماد به نفس را دارد (تیس<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۱).

وجود این رفتارها در مدارس می‌تواند جو مدرسه و کلاس درس را تحت الشاعع خود قرار دهد. در این میان ادراک دانش آموز از محیط مدرسه<sup>۱۳</sup> می‌تواند در کاهش این رفتارها تاثیر گذار باشد. ادراک از فعالیتهای مدرسه‌ای یا کلاسی شامل دامنه گسترده‌ای از فرایندها، نگرشها و باورها شامل ادراک کنترل، حمایت خدمتکاری و انتخاب و لذت است (جنتری و همکاران، ۲۰۰۲). محیط مدرسه از حوزه‌های مهم زندگی دانش آموزان به شمار می‌آید که دانش آموزان مدت زمان زیادی را در آن سپری می‌کنند (لی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در واقع محیط مدرسه به جو روانشناختی و شکل فیزیکی مدرسه اشاره دارد (مریس تو و ایسننس چمیدت، ۲۰۱۴ به نقل از مهنا

- 
1. Day
  2. Lefgren
  3. Renn
  4. Baumeister & Bushman
  5. Self-defeating behaviors
  6. Han
  7. Mercer
  8. Kaukab
  9. Kupchan
  10. Kopetz
  11. Wei & Ku
  12. Tice
  13. perceptions of school climate
  14. Lee

و همکاران، ۱۳۹۴). ادراک دانش آموزان از ساختار مدرسه و یا کلاس بر رفتارها و پاسخهای آنها اثر دارد. این ادراکات با توجه به تجرب دانش آموزان در مدرسه (از زیبایی معلمان) و یا خارج از آن (نظر والدین) متفاوت است. به همین دلیل است که گاهی دانش آموزان در محیط های آموزشی مشابه، تجربه های متفاوتی خواهند داشت (پاتریک<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). در محیط مدرسه، کلاس درس مکانی اجتماعی است و حضور و تعامل دانش آموزان با گروه همسالان در این فضای موجب بروز استعدادها یا مشکلات و ضعف های آنها می شود و یا کاهش و افزایش این رفتارها را در پی خواهد داشت. به این دلیل ادراکات دانش آموزان از همسالان و نوع روابط موجود در یک کلاس را به عنوان جنبه اجتماعی محیط کلاس در نظر گرفته اند و آن را جو اجتماعی تعریف کرده اند که به کیفیت روابط در کلاس درس گفته می شود (رایان و پاتریک، ۲۰۱۰). در حقیقت محیط کلاس، فضای شرایطی است که دانش آموزان یا معلمان در آن با یکدیگر در ارتباط و تعامل هستند و از ابزارها و منابع اطلاعاتی گوناگون برای دنبال کردن فعالیت های یادگیری بهره مند می شوند. وقتی دانش آموزان ادراک مثبتی از محیط کلاس کسب می کنند، معمولاً عملکرد بهتر و نگرش مثبت تری به آموخته های خود خواهند داشت (خلدی و خطیب، ۲۰۱۰)، پس رفتارهای شکل گرفته دانش آموزان در محیط مدرسه و فضای کلاسی می تواند روابط و تعامل بین دانش آموزان و نحوه کیفیت آن را بیان کند و در واقع میل به پیشرفت و نحوه ای سازگاری دانش آموزان با این فضای پیش بینی نماید. بنابراین محیط مدرسه و کلاس درس و مسائل مربوط به آن از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

رشیدی و همکاران (۱۴۰۰) در مطالعه ای با عنوان اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه ایوان دریافتند که میانگین نمرات متغیر رفتارهای خودشکن تحصیلی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، در مرحله پس آزمون و پیگیری کاهش معناداری داشته است. تجاري و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان تعیین اثربخشی برنامه ای آموزشی سازگاری اجتماعی بر رفتارهای خودشکن تحصیلی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه نشان دادند که بعد از مداخله، اثر برنامه ای آموزش سازگاری اجتماعی بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر معنادار بود. حداد رنجبر و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی با عنوان اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر رویکرد شناختی- رفتاری بر هیجان های تحصیلی دانشجویان دارای رفتارهای خودشکن تحصیلی به این نتیجه رسیدند که آموزش مبتنی بر رویکرد شناختی رفتاری بر افزایش هیجانات تحصیلی مثبت و بر کاهش هیجانات تحصیلی منفی در دانشجویان دارای رفتار خودشکن اثربخش بوده است. محمدی و همکاران (۱۳۹۳) در مطالعه خود نشان دادند که جهت گیری تسلط گرایشی، هم بصورت مستقیم و هم با واسطه گری احساسات شرم و گناه، پیش بینی کننده منفی معنادار رفتارهای خودشکن است. اما تسلط اجتنابی تنها به شیوه مستقیم و مثبت رفتارهای خودشکن را پیش بینی می کند.

در سالهای اخیر دانش بالینی بشر از اختلالات رفتاری تحولی افزایش یافته است و درمان ها به سمت مداخلات بالینی التقاطی کشیده شده است (گایدو و همکاران، ۲۰۱۹). بنابراین، با وجود ضرورت هایی که در زمینه ایجاد سلامت روان، پیشگیری از رفتارهای خودشکن و این سازی و توانمندسازی دانش آموزان احساس می شود، خلاصه پژوهشی اساسی در این زمینه وجود دارد و همچنین با توجه به نقش اساسی دانش آموزان به عنوان حلقة اصلی توسعه آموزش کشور، وجود رفتارهای خودشکن دانش آموزان باعث بروز مشکلات زیادی در مقاطع مختلف تحصیلی می شود و چالش ها، بدرفتاری ها و مشکلات فراوانی را می تواند هم برای مدرسه و هم برای دانش آموزان به دنبال داشته باشد. لذا ادراک مثبت دانش آموزان از محیط مدرسه و کلاس جهت برقراری روابط سازشی با گروه های همسالان بیشتر اهمیت پیدا می کند. تاکنون مطالعه ای در داخل کشور به تبیین اثربخشی برنامه آموزشی ادراک از محیط مدرسه بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر نپرداخته است. لذا انجام این پژوهش می تواند دست آوردهای تلویحی مهمی برای آموزش و پرورش به دنبال داشته باشد. در نهایت پژوهش حاضر با توجه به مطالب ارائه شده در بالا با هدف تدوین بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر انجام شد.

## روش

1. Patrick  
 2. Ryan & Patrick  
 3. Khalidi & Khatib

تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امكان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر  
Develop an educational package on perceptions of school climate and its Feasibility on self-defeating academic ...

پژوهش حاضر جزء تحقیقات کاربردی به شمار می‌رود و از نظر روش تحقیق یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه و پیگیری سه ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه‌ی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر بوکان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود که تعداد دانش آموزان مورد نظر بر اساس اعلام نظر آموزش و پرورش شهر بوکان ( $N=2400$ ) بود. از این جامعه ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند به غربالگری دانش آموزان با رفتارهای خودشکن تحصیلی پرداخته شد و از آنجا که در روش‌های آزمایشی حداقل ۱۵ نفر برای هر گروه توصیه شده است (دلاور، ۱۳۹۹). از بین داوطلبان واحد شرایط و بر اساس نمونه‌گیری هدفمند (کسب نمرات بالا یعنی بیشتر از ۵۲ در مقیاس رفتار و شناخت خود شکن توسط ۹۷ نفر از دانش آموزان) تعداد ۳۰ نفر انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و گواه جایگزین شدند. در نهایت گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و به مدت ۴ هفته متوالی (هر هفته ۲ جلسه) تحت آموزش برنامه ادراک از محیط مدرسه قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. اعضای هر دو گروه در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری پرسشنامه رفتار خودشکن را تکمیل کردند. ملاک ورود به پژوهش شرکت در جلسات آموزشی، تمایل شرکت کنندگان و رضایت کتبی والدین، عدم ابتلاء به اختلالات روانشناختی و بیماری‌های مزمن جسمانی، عدم شرکت همزمان در سایر گروه‌های مشاوره‌ای و درمانی، دانش آموز پسر دوره دوم متوسطه بودن و توانایی در جواب دادن به پرسش نامه‌ها بود و همچنین ملاک خروج از پژوهش غایت بیش از دو جلسه در جلسات پروتکل آموزشی ادراک از محیط مدرسه و تمایل نداشتن به ادامه همکاری و عدم تکمیل پرسش نامه‌ها بود. در آخر با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش و کسب اجازه از دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش، رضایت آنها جهت شرکت در پژوهش اخذ گردید و این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محروم‌مانه هستند و برای امور پژوهشی استفاده خواهند شد؛ به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت کنندگان ثبت نشد.

در نهایت بعد از برقراری پیش فرض‌های اساسی شامل خطای همگنی واریانس‌ها (آزمون لوین) و آزمون کرویت ماجلی از روش تحلیل واریانس آمیخته استفاده شد و همچنین برای تحلیل یافته‌ها و داده‌های این پژوهش تحلیل گر آماری SPSS23 مورد استفاده قرار گرفت و جهت جمع آوری داده‌ها از پرسش نامه رفتارهای خودشکن استفاده شد.

#### ابزار سنجش

**پرسشنامه رفتار و شناخت خود شکن<sup>1</sup> (SDBC):** این پرسشنامه توسط کانیگهام<sup>2</sup> در سال ۲۰۰۷ طراحی شده است و دارای ۲۱ گویه جهت ارزیابی ۶ نوع رفتار خودشکن (همال کاری، خودناتوان سازی، افزایش تعهد، ارزیابی نامعتبر، رفتار تکانشی، تاخیر و ناتوانی در تضمیم گیری) تنظیم شده است و بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت نمره گذاری می‌شود. دامنه نمرات کسب شده از ۱۰۵ تا ۲۱ تا ۱۰۵ متفاوت است. افرادی که نمرات بالای ۵۲ را کسب می‌کنند با رفتار خودشکن بالا ارزیابی می‌شوند. روابی محتوا و صوری پرسشنامه توسط سازنده تایید شده و پایایی آن از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش شده است (کانیگهام، ۲۰۰۷). همچنین در ایران ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه در مورد دو مقیاس اهمالکاری و خود ناتوان سازی مورد بررسی قرار گرفته است. برای تعیین روابی از روش تحلیل عاملی مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده شده است. براساس شیب منحنی اسکری ارزش ویژه بالاتر از یک، دو عامل استخراج شده و موید عوامل ذکر شده توسط سازنده مقیاس بوده است و ضرایب آلفای کرونباخ بدست آمده برای اهمال کاری و خودناتوان سازی به ترتیب ۰/۶۲ و ۰/۶۹ بودند (محمدی، جوکار و چاری، ۱۳۹۳). روابی پرسشنامه در مطالعه رنجبر و همکاران (۱۳۹۷) نیز مورد تایید مختصان قرار گرفته است و همچنین در پژوهش رشیدی و همکاران (۱۳۹۹) میزان پایایی از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ بدست آمد. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ بدست آمد.

در پژوهش حاضر با مطالعه یافته‌های پیشین نظری و تجربی در مورد متغیرهای مرتبط با ادراک از محیط مدرسه و کلاس، طراحی برنامه ادراک از محیط مدرسه بر اساس متغیرهای رضایت از مدرسه<sup>3</sup>، کیفیت زندگی در مدرسه<sup>4</sup> و ادراک حمایت معلم<sup>5</sup> تدوین شده و پس از تدوین برنامه و پیش از اجرا جهت بررسی روابی محتوا به تایید ده نفر از متخصصان که در زمینه روانشناسی تربیتی تخصص کافی داشتند، رسید و برنامه تایید شده به صورت آزمایشی بر روی دانش آموزان با رفتارهای خودشکن تحصیلی اجرا شد و پس از اجرای آزمایشی برنامه تدوین شده ادراک از محیط مدرسه به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای دو جلسه) به گروه آزمایش ارائه شد و گروه کنترل

1. Self -Defeating Behavior and Cognition Scale

2. Cunningham

3. Satisfaction with school

4. Quality of Life in School

5. Perceived teacher's support

هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. روایی محتوای (Content validity) در خصوص اهداف و محتوای جلسات بسته تدوین شده در پژوهش مورد تایید واقع شد. به طور مشخص در روایی محتوایی مقادیر بدست آمده از پاسخ‌های گروه متخصصین در دو شاخص ضرورت (Content Validity Index: CVI) و ارتباط (Validity Ratio: CVR) نشان می‌دهد، بسته تدوین شده به صورت همه جانبه سازه موردنظر را مورد سنجش قرار می‌دهد. فرآیند هر جلسه متشکل از: ۱- وارسی تکالیف جلسه قبل. ۲- آموزش مستقیم به روش سخنرانی. ۳- بحث گروهی. ۴- چالش فکری. ۵- جمع بندی جلسه و تکنیک‌هایی همچون: بازسازی شناختی<sup>۱</sup>، بازی نقش<sup>۲</sup>، بارش فکری<sup>۳</sup>، بررسی سود و زیان، الگو سازی<sup>۴</sup>، داستان گویی و ... در طول جلسات مورد استفاده قرار گرفت. خلاصه محتوای جلسات آموزشی و فعالیت‌های انجام شده در گروه آزمایش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: خلاصه جلسات پروتکل آموزش بسته ادراک از محیط مدرسه

جلسه	موضوع	شرح مختصر
اول	معارفه و اجرای پیش آزمون و تعریف ادراک از محیط مدرسه	معرفی اعضاء و بیان مجدد هدف از برگزاری دوره، خوش آمدگویی، آشنایی با آزمودنیها و گفتگو در مورد برنامه گروه، اهداف و ساختار جلسات، اهمیت تکالیف خانگی و مقررات گروهی، صحبت‌های مقدماتی درباره و رضایت از مدرسه، کیفیت زندگی در مدرسه و ادراک حمایت معلم و مقدمه کلی در مورد ادراک از محیط مدرسه و تأثیر آن بر رفتارهای خودشکن، مشخص کردن تکالیف خانگی
دوم	تعريف رضایت از مدرسه و شناسایی عوامل تاثیر گذار بر رضایت از مدرسه	مبانی نظری رضایت از مدرسه و عوامل موثر بر آن (همچون: آسایش کالبدی، احساس تعلق به فضا، جذابیت محیطی، امنیت روانی، ادراک محیطی)، مشخص کردن تکالیف خانگی
سوم	آگاهی نسبت به پیش آیندهای رضایت از مدرسه و چگونگی ارزیابی دانش آموزان از مدرسه	درک روش دانش آموزان از سبک مدیریت مدرسه، روش آموزشی معلم، محیط کلاس و مدرسه، (شامل عوامل کلاسی - مدرسه، عوامل روانی، اجتماعی و عوامل فردی)، که اثرهای آشکاری بر عملکردهای تحقیقی، رفتار اجتماعی و فرایندهای شناختی دارند. مشخص کردن تکالیف خانگی اشاره به مبانی نظری کیفیت زندگی و نظریه‌های مختلف آن به صورت تلخیص، درک دانش آموزان از رویکرد عینی کیفیت زندگی در مدرسه به عنوان مواردی آشکار و مرتبط با استانداردهای زندگی (همچون سلامت روان، شرایط زندگی و ...) و درک از رویکرد ذهنی به عنوان شادی یا رضایت از زندگی (مانند عوامل شناختی در ارزیابی کیفیت زندگی)، مشخص کردن تکالیف خانگی ادراک از قلمرو فیزیکی شامل: سلامت بدن و فشار ناشی از بیماری‌های خاص. قلمرو روانی عاطفی شامل: احساس رضایت از زندگی یا احساس خوب بودن. قلمرو اجتماعی شامل: تماس اجتماعی و ارتباط مناسب با دیگران به طور عموم و یا خانواده به طور ویژه. قلمرو رفتاری فعالیتی شامل: ظرفیت و پذیرش مراقبت از خود و انجام کار و فعالیت و حرکت. قلمرو مادی شامل: وضعیت اقتصادی و مالی فرد. ارائه عوامل تعیین کننده کیفیت زندگی، مشخص کردن تکالیف خانگی
چهارم	تعريف کیفیت زندگی در مدرسه و معرفی بهزیستی عینی و ذهنی و تفاوت آن	اشارة به مبانی نظری در حوزه ادراک حمایت معلم، احساس دانش آموزان از دوست داشته شدن، مورد احترام قرار گرفتن و ارزشمند بودن. آموزش روش‌های مطلوب تعامل با معلم و محیط مدرسه، راه کارهای افزایش سازگاری اجتماعی جهت ادراک بهتر محیط، بررسی بازخورد تعامل مثبت معلم با دانش آموز، مشخص کردن تکالیف خانگی
پنجم	آگاهی نسبت به ابعاد کیفیت زندگی و عوامل تاثیر گذار بر روی کیفیت زندگی افراد	نکار و تمرین روش‌های شناختی رفتاری و ارزیابی عملکرد دانش آموزان با توجه به تکالیف ارائه در جلسات قبل
ششم	مبانی نظری و تعریف ادراک حمایت معلم، حمایت عاطفی معلم و تاثیر تعاملات و روابط دانش آموزان و معلمان	پاسخ دادن به ابهامات دانش آموزان در خصوص محتوی پروتکل درمانی و جمع بندی و نتیجه گیری و اجرای پس آزمون
هفتم	تکرار و تمرین	جمع بندی و مرور مطالب همه جلسات
هشتم		

1. Cognitive restructuring

2 . Role play

3 . Brain storming

4 . Modeling

تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر  
Develop an educational package on perceptions of school climate and its Feasibility on self-defeating academic ...

## یافته‌ها

اطلاعات جمعیت شناختی نشان داد که در گروه آزمایش ۶ نفر (۴۰ درصد) شانزده سال، ۴ نفر (۲۶/۶۶ درصد) هفده سال و ۵ نفر (۳۳/۳۳ درصد) هیجده سال و همچنین در گروه گواه ۵ نفر (۳۳/۳۳ درصد) شانزده سال، ۴ نفر (۲۶/۶۶ درصد) هفده سال و ۶ نفر (۴۰/۳۳ درصد) شانزده سال بودند. میانگین و انحراف معیار سن گروه آزمایش  $16/93 \pm 2/17$  و میانگین و انحراف معیار سن گروه گواه  $2/82 \pm 17/06$  بود. همچنین نتایج آزمون تی مستقل نیز نشان داد که از لحاظ سن بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود نداشت ( $P=0/201$ ).

جدول ۲: میانگین، انحراف استاندارد متغیر رفتارهای خودشکن در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر	آزمون	پیش آزمون	پس آزمون	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	پیگیری
رفتارهای خودشکن	گواه	آزمایش	پیش آزمون	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
		۵۸/۹۸	۴۹/۰۵	۷/۳۹	۴۸/۹۱	۶/۵۳	۴/۸۹	۶/۶۶
		۵۸/۷۱	۵۸/۳۴	۷/۶۷	۵۸/۰۶	۷/۸۱	۷/۹۴	۳۳/۳۳

جدول ۲ داده‌های توصیفی حاصل از رفتارهای خودشکن در گروه آزمایش و گواه در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری را نشان می‌دهد. به طور مشخص میانگین رفتارهای خودشکن در پیش آزمون در دو گروه آزمایش و گواه تقریباً برابر است اما میانگین‌ها در پس آزمون و پیگیری در گروه آزمایش به نسبت گروه گواه کمتر است. قبل از تحلیل استنباطی ابتدا نرمایی داده‌ها در متغیر رفتارهای خودشکن در پیش آزمون ( $P=0/516$  و  $P=0/817$ )، پس آزمون ( $P=0/445$  و  $P=0/195$ ) و پیگیری ( $P=0/195$  و  $P=0/079$ ) توسط آزمون شاپیرو ویلکز تایید شد. پیش فرض همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون کرویت ماجلی ( $P=0/389$  و  $P=0/786$ ) مورد تایید واقع گردید. همچنین در آزمون لوین با توجه به مقدار با توجه به مقدار بدست آمده ( $P=0/216$  و  $P=0/113$ ) همسانی خطای واریانس نیز تایید شد. به طور کلی مفروضات (پیش فرض‌های نرمال بودن و همگونی واریانس‌ها) از تحلیل واریانس آمیخته رعایت شده است.

جدول ۳: نتایج حاصل از شاخص‌های چند متغیره آزمون تحلیل واریانس آمیخته

نام آزمون	مقدار	تحلیل واریانس	درجه آزادی	سطح معنی داری
اثر پلایی	۰/۴۵۵	۲۱/۰۴۹	۱	۰/۰۱
لامبادایی ویلکز	۰/۶۳۹	۲۱/۰۴۹	۱	۰/۰۱
اثر هتلینگ	۰/۵۸۱	۲۱/۰۴۹	۱	۰/۰۱
بزرگترین ریشه خطأ	۰/۵۸۱	۲۱/۰۴۹	۱	۰/۰۱

با توجه به جدول ۳ نتایج حاصل از شاخص‌های چند متغیره آزمون تحلیل واریانس آمیخته بر روی متغیر رفتارهای خودشکن را نشان می‌دهد. همان‌طور که جدول نشان می‌دهد همه شاخص‌های چند متغیره آزمون تحلیل واریانس آمیخته در سطح ( $P<0/001$ ) معنی دار می‌باشند، بر این اساس می‌توان بیان داشت شروط انجام تحلیل برقرار است.

جدول ۴: نتایج حاصل از آزمون تحلیل واریانس آمیخته

متغیرها	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	معنی داری	توان آزمون	اندازه اثر
مراحل آموزش (زمان)	۲۳۱/۶۶۹	۱	۲۳۱/۶۶۹	۲۴/۵۴۹	۰/۰۱	۱	۰/۹۵۱
تعامل آزمون* گروه	۲۸۷/۲۸۲	۱	۲۸۷/۲۸۲	۳۰/۴۰۲	۰/۰۱	۱	۰/۹۷۴
خطأ	۷۵۶/۰۹۸	۲۵	۳۰/۲۴۳				

با توجه به جدول ۴ نتایج این آزمون حاکی از آن است که در مجموع بین رفتارهای خودشکن در دو گروه آزمایش و گواه در مراحل آموزش شامل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با مقدار ( $F=24/549$ ) تفاوت معنی داری در سطح ( $P<0/001$ ) وجود دارد. همچنین

اندازه اثر ( $F=0.974$ ) بدست آمده برنامه آموزشی ادراک از محیط مدرسه بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان با مقدار ( $F=30.402$ ) در سطح ( $P<0.001$ ) معنی دار است.

**جدول ۵: نتایج حاصل از آزمون تعقیبی بونفرونی در تعیین تفاوت بین پیش آزمون، پس آزمون پیگیری**

متغیرها	مراحل	تفاوت میانگین	معنی داری
پیش آزمون	پس آزمون	۷/۵۴۸	.۰/۰۱
پیگیری	پیگیری	۷/۸۹۲	.۰/۰۱
پس آزمون	پیگیری	۰/۱۶۹	.۰/۴۲۲

با توجه به جدول ۵ نتایج این آزمون حاکی از آن است که در مجموع بین پیش آزمون تفاوت میانگین ها برابر با ( $7/548$ ) و همچنین پیش آزمون و پیگیری تفاوت میانگین ها برابر با ( $7/892$ ) در دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی داری در سطح ( $P<0.01$ ) وجود دارد. اما بین پس آزمون و پیگیری با تفاوت میانگین ها برابر با ( $0/169$ ) و سطح معنی داری ( $P=0.422$ ) تفاوتی مشاهده نشد، که نشان دهنده ثبات آموزش های ارایه شده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تدوین بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر اثربخش است و فرضیه پژوهش به صورت کلی تأیید شد. به عبارتی، بسته آموزشی تدوین شده توانایی کاهش میانگین متغیر واپسی را داشت. یافته‌های حاصل از تحلیل واریانس آمیخته حاکی از اثربخشی بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه بر کاهش رفتارهای خودشکن تحصیلی در مرحله پس آزمون و پیگیری بود. این یافته با نتایج رشیدی و همکاران (۱۴۰۰)، نجاری و همکاران (۱۴۰۰)، دلمندی و همکاران (۱۳۹۸)، حداد رنجبر و همکاران (۱۳۹۷)، محمدی و همکاران (۱۳۹۳) همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان اظهار کرد دانش آموزانی که ادراک بهتری از محیط مدرسه و کلاس دارند، از همبستگی بالایی برخوردار بوده و با یکدیگر همکاری و تعامل مناسبی دارند و ضمن بهره مندی از حمایت معلم، میزان تحصیل گریزی کمتری دارند و تکلیف محور هستند (صالح اردستانی و خرمایی، ۱۳۹۹). بنابراین ادراک دانش آموزان از محیط و بافت مدرسه می تواند ادراکات شناختی دیگر را نیز از جمله همانندسازی با مدرسه و ادراک کنترل تحت تاثیر قرار دهد (لفگرن و همکاران، ۲۰۲۱؛ مک گرث و وان برگن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). که همین ادراک مثبت دانش آموز از محیط و سازگاری با آن باعث کاهش رفتار خودشکن او می شود.

رفتارهای خودشکن در واقع مکانیزم‌های مقابله‌ای هستند که مزایای کوتاه مدت مانند احیای شادی یا حرمت خود دارند. به عنوان مثال می توان ذکر کرد؛ فردی که اهمال کار است بلافاصله بعد از عمل انجام شده احساس خوشایندی را تجربه می کند (تیس<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۱). این رفتارها معمولاً بصورت داوطلبانه انجام می شود و علیرغم اینکه دانش آموزان از عواقب منفی آنها آگاه هستند، صورت می گیرد و نه تنها این رفتارها موجب بروز مشکلات و مسائل حاد تحصیلی می شوند، بلکه پیامدهای روانشناسی همچون اضطراب، احساس درمانگی، افسردگی و فشار روانی را به دنبال دارند (وی و کو، ۲۰۰۷). در همین راستا ادراک دانش آموزان از محیط مدرسه و کلاس می تواند این اثرات را کاهش دهد. دانش آموزان شرکت کننده در جلسات پروتکل آموزشی از طریق درک و سازگاری با سبک مدیریت مدرسه، روش آموزشی معلم، محیط کلاس و مدرسه، (شامل عوامل کلاسی - مدرسه، عوامل روانی، اجتماعی و عوامل فردی)؛ که اثرهای آشکاری بر عملکردهای تحصیلی، رفتار اجتماعی و فرایندهای شناختی دارند و همچنین ادراک از قلمرو فیزیکی شامل: سلامت بدن و فشار ناشی از بیماری‌های خاص در ارتباط با محیط مدرسه و انجام این رفتارها؛ قلمرو روانی عاطفی شامل: احساس رضایتمندی از زندگی یا احساس خوب بودن؛ قلمرو اجتماعی شامل: تماس اجتماعی و ارتباط مناسب

1. McGrath & Van Bergen

2. Tie

3. Wei & Ku

تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امكان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر  
Develop an educational package on perceptions of school climate and its Feasibility on self-defeating academic ...

با دیگران به طور عموم و یا خانواده به طور ویژه؛ قلمرو رفتاری فعالیتی شامل: ظرفیت و پذیرش مراقبت از خود و انجام کار و فعالیت و حرکت که در جلسات بسته آموزشی ادراک از محیط مدرسه گنجانده شده، می‌توانند موجب کاهش بروز رفتارهای خودشکن تحصیلی شوند. دانش آموزانی که از محیط مدرسه و کلاس درک بالایی دارند و خود را با شرایط آن تطبیق می‌دهند نسبت به دانش آموزانی که ادراک از محیط پایین تری دارند، معمولاً زمینه عزت و نفس و اعتماد بنفس و همچنین سازگاری مطلوب با محیط کلاس و مدرسه برای دانش آموزان فراهم شود.

به طور کلی می‌توان اظهار کرد دانش آموزانی که با مدرسه همانندسازی می‌کنند بیشتر احتمال همنوایی با قوانین و مقررات کلاسی را دارند و دانش آموزانی که اعتقاد بر توانایی کنترل نتایج مربوط به تجارب تحصیلی شان را دارند بیشتر احتمال دارد به سختی فعالیت کنند، تکالیف‌شان را انجام دهنند و در کلاس‌ها حضور پیدا کنند. همچنین ادراک دانش آموزان از کنترل و همانندسازی با مدرسه ممکن است هدفی پویا برای دانش آموز ایجاد کرده تا فعالیت‌های مدرسه را آغاز نموده و ضمن ایجاد رضایت در دانش آموز از فعالیت‌های مرتبط با مدرسه، همنوایی با قوانین و مقررات مدرسه را افزایش دهد که خود احتمال ترک تحصیل را کاهش می‌دهد (فال و روبرتز<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲).

استفاده از بسته تدوین شده ادراک از محیط مدرسه به عنوان رویکردی کارآمد و مداخله‌ای اثربخش می‌تواند در کاهش رفتارهای خودشکن تحصیلی موثر باشد. به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد بین رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان در دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری وجود داشت. بنابراین بکارگیری بسته تدوین شده ادراک از محیط مدرسه به تنها‌یابی یا در ترکیب با سایر برنامه‌های مداخله‌ای مربوط به دانش آموزان می‌تواند موجب کاهش رفتارهای خودشکن تحصیلی در دانش آموزان شود.

محدودیت‌های پژوهش حاضر عبارت بودند از: تمکز بر روی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر بوکان که تعیین یافته‌ها را به جنس و به بقیه‌ی مقاطع تحصیلی با محدودیت همراه می‌کند. از محدودیت‌های دیگر پژوهش می‌توان به مکان اجرا و گستره اجرای پژوهش به شهر بوکان نام برد. با عنایت به این نکته که پژوهش حاضر روی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر بوکان انجام شده است و تنها ارتباط برخی از متغیرها را در اثربخشی بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه مورد بررسی قرار داده است در نتیجه نمی‌توان نتایج این یافته را به افراد دیگر تعمیم داد. همچنین حجم نمونه پایین و استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و عدم مقایسه پژوهش بر روی دانش آموزان دختر و پسر از محدودیت‌های اصلی پژوهش بود. که پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی این محدودیت‌ها مورد توجه قرار گیرد و همچنین پژوهش مشابهی بر اساس بسته‌ی تدوین شده در شهرها و جامعه‌های آماری دیگر نیز انجام شود تا نتایج حاصل از آن در مقایسه با یافته‌های این پژوهش قرار گیرد. در نهایت طرح ریزی و اجرای برنامه‌های غربالگری جهت شناسایی دانش آموزان دارای رفتارهای خودشکن تحصیلی و ارجاع آنان به کلینیک‌های روانشناختی و متخصصین مربوطه صورت پذیرد.

## منابع

- حداد رنجبر، س.، سعدی پور، ا.، درtag، ف.، دلاور، ع.، و ابراهیمی قوام، ص. (۱۳۹۷). اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر رویکرد شناختی- رفتاری بر هیجانهای تحصیلی دانشجویان دارای رفتارهای خودشکن تحصیلی. نشریه راهبردهای آموزش در علوم پژوهشی، ۱۱، ۱، ۱۰۸-۱۱۷.
- <http://dx.doi.org/10.29252/edcbmj.11.01.14>
- دلاور، ع. (۱۳۹۹). روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی، تهران: انتشارات ویرايش.  
<https://www.adinehbook.com/gp/product/9646184022>
- دلنده‌ی، ع.، بیان فر، ف.، و طالع پسند، س. (۱۳۹۸). پیش‌بینی رفتارهای خود ناتوان ساز تحصیلی بر اساس اشتیاق تحصیلی، کیفیت زندگی در مدرسه و احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر ری. مجله روان شناسی تربیتی، ۱۵، ۵۳، ۷۳-۹۲.
- <https://dx.doi.org/10.22054/jep.2020.40596.2624>
- رشیدی، ع.، زندی، ف.، یاراحمدی، ی.، و اکبری، مریم. (۱۴۰۰). اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر اشتیاق تحصیلی بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه ایوان. فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی کاربردی، ۱۵، ۹-۲۳.
- <https://dx.doi.org/10.52547/apsy.2021.221548.1036>

شکوهی یکتا، م. و پرند، ا. (۱۳۸۴). اختلالات رفتاری کودکان و نوجوانان. تهران: نشر طیب.  
<https://www.adinehbook.com/gp/product/9644200179>

صالح اردستانی، س.، و خرمایی، فرهاد. (۱۳۹۹). رابطه بین ادراک از محیط کلاس و تحصیل گریزی دانش آموزان: نقش واسطه ای ادراک خود. نشریه علمی آموزش و ارزشیابی، ۱۳، ۴۹، ۱۰۹-۱۲۵. <https://dx.doi.org/10.30495/jinev.2020.673921>.

قمیری گویی، ح.، محبی، ز.، و صادقی، م. (۱۳۹۳). اثربخشی بخشش درمانی بر پرخاشگری و میزان بخشش در پسران نوجوان کانون اصلاح و تربیت شهر تهران. مجله علوم پزشکی مازندران، ۲۲، ۹۶، ۱۳۵-۱۶۳. <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-3941-fa.html>.

محمدی، ز.، جوکار، ب.، و حسین چاری، مسعود. (۱۳۹۳). پیش بینی رفتارهای خودشکن توسط جهت گیری هدف: نقش واسطه گری احساسات شرم و گناه. روانشناسی تحولی، ۱۱، ۴۱، ۸۳-۱۰۱. [http://jip.azad.ac.ir/article\\_512182.html](http://jip.azad.ac.ir/article_512182.html).

مهنا، س.، میکاییلی منیع، ف.، و عیسی زادگان، علی. (۱۳۹۴). بررسی روابط ساختاری ادراک از جو مدرسه و اهداف پیشرفت با خودکارآمدی تحصیلی. فصلنامه روانشناسی مدرسه، ۴، ۱، ۱۲۲-۱۳۸. [http://jsp.uma.ac.ir/article\\_289.html](http://jsp.uma.ac.ir/article_289.html).

Baumeister, R., & Bushman, B. (2014). Social psychology and human nature. (3th ed). Belmont, CA: Wadsworth. <https://research.vu.nl/en/publications/social-psychology-and-human-nature-3rd-edition>

Cunningham CJ. Stress, need for recovery, and ineffective self-management. In Poster presented at the 23rd Annual Meeting of the Society for Industrial and Organizational Psychology, San Francisco, CA 2008. [https://etd.ohiolink.edu/apexprod/rws\\_etd/send\\_file/send?accession=bgsu1179866357&disposition=inline](https://etd.ohiolink.edu/apexprod/rws_etd/send_file/send?accession=bgsu1179866357&disposition=inline)

Day, V., Mensink, D., & O'Sullivan, M. (2014). Patterns of Academic Procrastination. *Journal of Coll Read Learn*, 30(2), 120-134. <https://doi.org/10.1080/10790195.2000.10850090>

Fall, A. M., & Roberts, G. (2012). High school dropouts: Interactions between social context, self-perceptions, school engagement, and student dropout. *Journal of Adolescence*, 35(4), 787-798. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.11.004>

Gentry, M., Gable, R. K., & Rizza, M. G. (2002). Students' perceptions of classroom activities: Are there grade-level and gender differences? *Journal of Educational Psychology*, 94(3), 539-544. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0022-0663.94.3.539>

Guido, C. A., Zicari, A. M., Duse, M., & Spalice, A. (2019). Eye movement desensitisation and reprocessing (EMDR) treatment associated with parent management training (PMT) for the acute symptoms in a patient with PANDAS syndrome: a case report. *Italian journal of pediatrics*, 45(1), 74. <https://doi.org/10.1186/s13052-019-0667-1>

Han, W. H. (2020). The study on compulsive buying as self-defeating behavior: Focused on social exclusion factor. *East Asian Journal of Business Economics*, 8(2), 57-68. <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002604018>

Kaukab, M. E., Trihudiyatmanto, M., Purwanto, H., & Efendi, B. (2020). Self-Defeating Work Behavior in Wood Industry: An Empirical Investigation. In 1st Borobudur International Symposium on Humanities, Economics and Social Sciences (BIS-HESS 2019) (pp. 1026-1031). Atlantis Press. <https://dx.doi.org/10.2991/assehr.k.200529.215>

Khaldi, A., & Khatib, A. (2014). Students' perception of the learning environment in business education in Kuwait: A comparative study between private and public universities. *Journal of Business Studies Quarterly*, 5(3), 59-68. <https://www.proquest.com/docview/1520923959>

Kopetz, C. E. (2017). Risk and self-defeating behaviors as goal pursuit rather than regulatory failure. In The motivation-cognition interface (1th ed). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315171388-6/risk-self-defeating-behaviors-goal-pursuit-rather-regulatory-failure-catalina-kopetz>

Kupchan, C. A. (2019). The Causes of Self-Defeating Behavior. In The Vulnerability of Empire. (1th ed). Cornell University Press. <https://www.degruyter.com/document/doi/10.7591/9781501738708/html>

Lee, Y., Lee, G., Kim, J., & Lee, M. (2021). Equity in career development of high school students in South Korea: The role of school career education. *Education Sciences*, 11(1), 1-20. <https://doi.org/10.3390/educsci11010020>

Lefgren, L. J., Stoddard, O. B., & Stovall, J. E. (2021). Rationalizing self-defeating behaviors: theory and evidence. *Journal of health economics*, 76, 1-37. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2020.102407>

McGrath, K. F., & Van Bergen. (2015). Who, When, Why and to What End? Students at Risk of Negative Student-Teacher Relationships and Their Outcomes, *Educational Research Review*, 14(1), 1-17. <https://doi.org/10.1016/j.edrev.2014.12.001>

Mercer, S. (2020). Self-defeating behaviour in an individual with borderline personality disorder from an occupational perspective. In Illuminating the Dark Side of Occupation. (1th ed). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780429266256-10/self-defeating-behaviour-individual-borderline-personality-disorder-occupational-perspective-sarah-mercер>

Patrick, H., Kaplan, A., & Ryan, A. M. (2011). Positive classroom motivational environments: Convergence between mastery goal structure and classroom social climate. *Journal of Educational Psychology*, 103, 367-382. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0023311>

Renn, R. W., Steinbauer, R., & Biggane, J. (2018). Reconceptualizing self-defeating work behavior for management research. *Human Resource Management Review*, 28(2), 131-143. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.hrmr.2017.05.012>

تدوین بسته‌ی آموزشی ادراک از محیط مدرسه و امکان سنجی آن بر رفتارهای خودشکن تحصیلی دانش آموزان پسر

Develop an educational package on perceptions of school climate and its Feasibility on self-defeating academic ...

Ryan, A.M., & Patrick, H. (2001). The classroom social environment and changes in adolescents' motivation and engagement during middle school. *American Educational Research Journal*, 38(2), 437-460. <https://doi.org/10.3102%2F00028312038002437>

Tice, D.M., Bratslavsky, E., & Baumeister, R.F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: if you feel bad, do it. *J Pers Soc Psychol*, 80(1), 53-67. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11195891/>

Wei, M., & Ku, T. Y. (2007). Testing a conceptual model of working through self-defeating patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 54(3), 295-305. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.54.3.295>