

ارائه مدلی برای توسعه خود مدیریتی در دانش آموزان پایه ششم مدارس ابتدایی شهرستان شیراز

علیرضا علیدادی^۱، نادر قلی قورچیان^{۲*}، خانم پروش جعفری^۳، مهدی باقری^۴

تاریخ دریافت: ۹۸/۲/۳۰ صص ۸۴-۷۱ تاریخ پذیرش: ۹۸/۶/۹

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تدوین و ارائه مدلی برای توسعه خود مدیریتی در دانش آموزان پایه ششم مدارس ابتدایی شهرستان شیراز بود. این پژوهش در زمره پژوهش‌های کیفی است که با استفاده از روش مطالعه موردی کیفی انجام گرفت. مشارکت‌کنندگان در بخش کیفی، متخصصان، صاحب‌نظران و پژوهش‌گران حوزه مدیریت و علوم تربیتی بودند. با استفاده از تکنیک نمونه‌گیری گلوله برفی و اشباع نظری، با آگاهی‌دهندگان کلیدی مصاحبه به‌عمل آمد. با استفاده از شیوه تحلیل مضمون داده‌ها تحلیل و چهار مولفه (خانواده، محیط آموزشی، برنامه ریزی و مهارت‌های اجتماعی) به عنوان پیش‌سازمان دهنده طراحی گردید. این چهار مولفه از مولفه‌های پایه که شامل عملکرد خانواده: آگاهی خانواده، شیوه فرزندپروری، سبک زندگی، جو عاطفی خانواده، همدلی و صمیمیت، قدرت بخشی خانواده، تاب‌آوری خانواده، درحوزه عملکرد محیط آموزشی: اشتیاق تحصیلی، جو آموزشی، حل مسائل، نیروی انسانی (معلم و مدیر و...)، در حوزه برنامه ریزی: خودکارآمدی تحصیلی، خودنظم‌دهی تحصیلی، کمال‌گرایی تحصیلی، نظم و انضباط، پذیرش مقررات، تبعیت از هدف، برنامه ریزی تحصیلی، خودارزیابی، و در حوزه مهارت‌های اجتماعی: خود شکوفایی، خود آگاهی، سازگاری اجتماعی خودکارآمدی و رشد اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی، کفایت اجتماعی است، استخراج گردید

واژگان کلیدی: خود مدیریتی، دانش آموزان، مدل، توسعه.

^۱ دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی واحد بندر عباس، دانشگاه آزاد اسلامی بندرعباس، ایران

^۲ استاد گروه علوم تربیتی واحد بندر عباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندر عباس، ایران

^۳ - استاد گروه علوم تربیتی واحد بندر عباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندر عباس، ایران

^۴ استادیار گروه علوم تربیتی واحد بندر عباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندر عباس، ایران

*نویسنده مسئول naghourchian@gmail.com

مقدمه

امروزه در آموزش و پرورش و تربیت نسل نوجوان و جوان با توجه به عصر انفجار اطلاعات و ارتباطات گسترده و فراگیر خصوصا از نوع مجازی آن و یا به عبارت دیگر فضای حقیقی که اطراف همه ما را بالاجبار فرا گرفته و گریز از آن غیر ممکن، شایسته است ضمن شناخت دقیق این فضا و امکانات متنوع آن با آموزش صحیح و فراگیر مخاطبان آن، خصوصا قشر جوان و زود تاثیر پذیر، ابزار و راه های مناسب و به عبارت دیگر موج سواری از این امواج سهمگین را به آن ها آموزش دهیم که یکی از بهترین ابزارها و در عین حال در دسترس، پرورش ابعاد مختلف خود مدیریتی و آرایه الگوی مناسب جهت توسعه آن است. با بررسی اهداف سند چشم انداز توسعه آموزش و پرورش این نتیجه حاصل می شود که کشور ما نیازمند افرادی است که قبل از فرا گرفتن تخصص های لازم در زمینه رشته تحصیلی و مشاغل مختلف، توانمندی های لازم جهت مقابله با پیچیدگی های اجتماعی را نیز داشته باشند. در این راستا و با توجه به نقش تاثیرگذار و بی بدلیل دانش آموزان و دانشجویان در آینده کشور، پرورش خودمدیریتی در بین آنان از اهمیت قابل توجهی برخوردار است. بیشتر محققان برای تحقیق در مورد مدیریت، بر روی افرادی که در رأس یک گروه یا سازمان قرار دارند و رابطه ی آن ها با زیردستان به صورت سلسله مراتبی است تأکید داشته اند. به این ترتیب یک فرآیند از بالا به پایین مورد عمل قرار می گیرد که در آن زیردستان توسط یک فرد رهبری و کنترل می شوند. این الگو سال ها مدل اصلی در زمینه ی مدیریت و رهبری بوده است (Azgoli, 2004). اما در رویکرد جدید، رهبری و مدیریت فعالیتی است که می تواند بین اعضا و گروه ها و یا سازمان ها تقسیم و توزیع شود. به این ترتیب دید نوینی در خصوص رهبری غیر رسمی در سازمان ها (Felcher & Kafor, 2003) ارائه می شود که در آن تمام افراد توانایی تصمیم گیری در مورد وظایف و کارهای خود را دارند. برای سازمانی که در محیطی متغیر و بدون قطعیت به رقابت می پردازد، نوآوری (ایجاد، انتقال، واکنش و تغییر ایده ها) برای رشد، موفقیت و بقای سازمان عاملی حیاتی به شمار می رود. فرآیند جهانی سازی رقابت را بر روی منابع و هم چنین بازار افزایش داده است. سازمان ها بر روی دارایی های نامحسوس مثل منابع انسانی به رقابت می پردازند (Farhid, 2005). رقابت بر سر بازار فروش نیز از طریق عرضه ی محصولات با کیفیت جدید (عملکرد بالا) افزایش یافته است. در دهه ی اخیر تحقیقات زیادی در زمینه ی مهارتهای خود مدیریتی انجام شده است (Manz, 1992)؛ (Manz & Nek, 1992)؛ (Manx & Sims, 2001). خودمدیریتی یک فرآیند تربیتی است که افراد و کارکنان یک گروه برای رسیدن به یک رفتار خاص و نتیجه ی دلخواه، از طریق آن خود را ترغیب و راهنمایی می کنند. ریشه ی این مفهوم به نظریه های مربوط به تأثیر بر خود برمی گردد که در آن تأکید بر خود راهیابی^۱ کنترل بر خود (Mahoni & Arenkof, 1978) و مدیریت بر خود است. بنابراین افراد باید از طریق خود ارزیابی تفکرات ناکارآمد خود را به تفکرات سازنده تبدیل کنند؛ فرآیندی که از طریق آن باورهای منطقی جایگزین باورهای غیر منطقی می شوند. علاوه بر این خود گفتاری (که روش بیان مسایل برای خودمان است) تأثیر

بر خود دارد و خود‌بازدهی مستقیم را افزایش می‌دهد. افراد می‌توانند با حرکت از خود‌گفتاری منفی به سمت خود‌گفتاری مثبت، حتی در زمان تغییرات و مشکلات به افکار و باورهای مثبت‌تر برسند. آموزش مهارت‌های خود‌مدیریتی اقدامات و راهکار مؤثر در جهت جلوگیری از افت تحصیلی دانش‌آموزان و از دست رفتن فرصت‌ها و سال‌های عمر گرانبه‌ای دانش‌آموزان و به منظور کاهش بخشی از اثرات روانشناسی مشکلات تحصیلی در دانش‌آموزان از قبیل ایجاد افسردگی، اضطراب امتحان، اغتشاش در نقش و هویت تحصیلی و اجتماعی، کاهش اعتماد به نفس و انگیزه ادامه تحصیل و کاهش احساس سرخوردگی، خشم در خصوص جامعه و پیامدهای دیگر است (Mayerz, 2003). همچنین خود‌راهبری و خود‌مدیریتی دانش‌آموزان تأثیر به‌سزایی در یادگیری دروس و مهارت‌های مختلف دارد (Sharafi & Davodi, 2019).

پیشینه تحقیق

مزاری (Mazari, 2017) در پژوهشی با عنوان تأثیرپذیری سرمایه انسانی از ساز و کارهای روانشناختی - رفتاری خودتوسعه‌ای: خودنظم‌دهی، خودمدیریتی، خودرهبری و خودراهبری یادگیری نشان داد که خودتوسعه‌ای منابع انسانی و سرمایه‌های انسانی بالاتر از حد متوسط بود و از میان ابعاد خودتوسعه‌ای، خودرهبری، خودراهبری یادگیری و خودنظم‌دهی قابلیت پیش‌بینی سرمایه‌های انسانی را داشته است و مدل‌یابی معادلات ساختاری نیز حاکی از آن است که خودتوسعه‌ای بر دانش و مهارت‌های شناختی و شایستگی عاطفی تأثیر گذار بوده است.

یوسف و یوسفیه اردشاهی (Yosof & Yosofeye Ardshahi, 2017) در پژوهشی به بررسی رابطه بین مهارت‌های خودمدیریتی و ابعاد خودشناسی با رضایتمندی شغلی مطالعه موردی دبیران دبیرستان‌های دوره اول شهرستان ارومیه پرداختند. نتایج به دست آمده نشان داد که بین مهارت‌های خودمدیریتی، خودپنداره، علائق و سلیق، نگرش من به دیگران، آینده‌نگری و علائق شغلی با رضایتمندی شغلی دبیران رابطه معنادار و مستقیم وجود داشت. بین نگرش دیگران به من با رضایتمندی شغلی دبیران بر اساس ضریب همبستگی پیرسون رابطه معناداری وجود نداشت.

نجف‌وند و داریک‌وند (Najafvand & darikvand, 2017) در پژوهشی به بررسی رابطه‌ی ویژگی‌های شخصیتی و خودمدیریتی با توانایی‌سازگاری شغلی در کارکنان پرداختند. نتایج تحلیل داده‌های پژوهش نشان داد بین ویژگی‌های شخصیتی (برونگرایی، گشودگی به تجربه، همسازی و وظیفه‌شناسی) با توانایی‌سازگاری شغلی رابطه مثبت معنادار و بین روان‌رنجور خویی با توانایی‌سازگاری شغلی رابطه منفی معنادار وجود دارد، بین خودمدیریتی و مولفه‌های آن با توانایی‌سازگاری شغلی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد. هم‌چنین نتایج تحلیل

رگرسبون چند متغیره نشان داد ویژگی‌های روان رنجور خوبی و وظیفه‌شناسی با اطمینان ۰/۹۹ درصد به‌گونه‌ای معنی‌داری توان تبیین واریانس توانایی سازگاری شغلی را به میزان ۰/۲۲ درصد و خود‌مدیریتی با اطمینان ۰/۹۹ درصد به‌گونه‌ای معنی‌داری توان تبیین توانایی سازگاری شغلی را به میزان ۰/۲۴ درصد دارا بودند.

پور کریمی (Porkarimi, 2017) در پژوهشی با عنوان تبیین نقش انگیزه پیشرفت تحصیلی در به‌کارگیری استراتژی خود رهبری بیان داشت که انگیزه پیشرفت بر استراتژی‌های خود رهبری به عنوان یک سازه کلی تاثیر پذیر بوده است همچنین بر به‌کارگیری استراتژی‌های خود گفتگویی، خود پاداش دهی، خود راهنمایی، تجسم عملکرد و تمرکز بر پاداش طبیعی تاثیر گذار است.

مگان (Megan et al, 2018) در پژوهشی با عنوان خود‌مدیریتی دانش‌آموزان با کنترل بیش‌فعالی دانش‌آموزان بیان داشت که خود‌مدیریتی می‌تواند در مسوولیت‌پذیری، خودکارآمدی و حمایت اجتماعی دانش‌آموزان نقش مهم و بسزایی داشته باشد.

تونین (Toonin, 2010) پژوهشی با عنوان خودرهبری میان دانشجویان دانشگاه علوم کاربردی مدیریت و بازرگانی دانشگاه ساونیا انجام داد. هدف از انجام این پژوهش تشریح متغیرهای خود رهبری و سنجش میزان مهارت‌های خود رهبری دانشجویان بود. پژوهشگر با توجه به بررسی پژوهش‌های مختلف به این نتیجه رسید که خود رهبری تأثیر روشن و به‌سزایی بر اعتماد به نفس، بهره‌وری و عملکرد خواهد داشت.

منز و نک (Manz & nek, 2004) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که خود گفتگویی و تجسم‌سازی ذهنی، تفکرات فرصت‌محوری را ایجاد می‌کند که فرد را در برابر چالش‌ها و مشکلات بزرگ مقاوم‌تر می‌کند. هم‌چنین تمرکز بر پاداش‌های طبیعی و الگوهای فکری سازنده با میانجی‌گری ادراک خودکارآمدی سبب دستیابی به سطوح بالای عملکرد می‌شود.

متاسفانه علی‌رغم اهمیت خود‌مدیریتی برای همه افراد بشر در هر سن و سال و در هر جایگاه و پست و مقام و دستیابی به نتایج عظیم آن، بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که در ایران کمتر مورد توجه قرار گرفته است و بیشتر مواردی هم به ارتباط خود‌مدیریتی با درمان و یا پیشگیری از بروز بیماری در افراد پرداخته و یا تاثیر خود‌مدیریتی بر ویژگی‌ها و مولفه‌های سازمانی مورد بررسی قرار گرفته است، به‌طور کلی به پرورش خود‌مدیریتی در دانش‌آموزان و یا گروه‌های دیگر توجه‌ای نشده است، بنابراین هدف این پژوهش طراحی مدلی برای خود‌مدیریتی دانش‌آموزان بود که نتایج آن می‌تواند در خصوص پرورش خود‌مدیریتی مورد توجه دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت قرار گیرد. در این مورد پژوهشگر در پی پاسخگویی به سوالات زیر بود.

- ۱- ابعاد، مولفه ها و شاخص های خود مدیریتی کدامند؟
- ۲- موانع و چالشهای پیش روی مدل خود مدیریتی در دانش آموزان چیست؟
- ۳- مدل جدید خود مدیریتی در دانش آموزان چگونه است؟

روش شناسی

پژوهش کیفی ماهیتاً چندروشی است و متضمن رویکردی تفسیری و طبیعت گرایانه به موضوع مورد مطالعه است. این بدان معناست که پژوهش گران کیفی، مسائل را در موقعیت های طبیعی آن ها مطالعه می کنند و می کوشند پدیده ها را برحسب معنایابی که مردم به آن ها می دهند، مفهوم سازی یا تفسیر کنند. این روش برای مطالعه جامع و عمیق پدیده در شرایط طبیعی مورد استفاده قرار می گیرد (Gal, Borg & gal, 2001) هدف کلی در هر مطالعه موردی کیفی، مشاهده تفصیلی ابعاد مورد تحت مطالعه و تفسیر مشاهده ها از دیدگاه کل گرا است. از این رو مطالعه موردی بیشتر به روش کیفی و با تأکید بر فرآیندها و درک و تفسیر آنها انجام می شود. «مورد» چنان انتخاب می شود که نمایان کننده وضعیت یا حالت کلی تحت مطالعه، یا مثالی از پدیده منظور نظر باشد که پژوهش گر می خواهد درباره آن ها به درک عمیقی دست یابد (Sarmad & ets, 2016) از آن جا که طراحی مدل از پیچیدگی های زیادی برخوردار بوده و لازم است تمامی ابعاد و جوانب به دقت مورد بررسی قرار گیرد لذا با استفاده از روش مطالعه موردی کیفی موضوع دنبال شده است. به این صورت که؛ پس از گردآوری مبانی نظری و اصول زیربنایی خود مدیریتی و بررسی پژوهش های عملی انجام شده در حوزه مذکور، با متخصصان، صاحب نظران و پژوهش گران مصاحبه عمیق بازپاسخ با گروه کانونی به عمل آمد تا حوزه های خود مدیریتی را معرفی کنند.

با توجه به هدف این بخش که ارائه مدلی برای توسعه خود مدیریتی در دانش آموزان پایه ششم مدارس ابتدایی شهرستان شیراز بود، پژوهش در زمره طرح های کیفی و از نظر روش، مطالعه موردی کیفی است. مشارکت کنندگان بالقوه پژوهش حاضر تمامی متخصصان، صاحب نظران و پژوهش گران حوزه مدیریت و علوم تربیتی است برای انتخاب هر گروه مشارکت کنندگان از رویکرد نمونه گیری هدفمند استفاده گردید. معیار تعداد انتخاب مشارکت کنندگان اشباع نظری^۱ بود. به عبارتی انتخاب افراد تا زمانی ادامه پیدا کرد که اطلاعات جدیدی به اطلاعات قبلی اضافه نشد. جمع آوری داده ها با استفاده از پرسشنامه بازپاسخ با گروه کانونی و مطالعه اسناد بالادستی انجام شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه ها و مصاحبه ها با استفاده از روش

^۱ - interview focus group

^۲- theoretical saturation

تحلیل مضمون انجام یافت. بر این اساس ابتدا متن بخش مصاحبه از روی صوت ضبط شده در جلسه مصاحبه پیاده‌سازی شد و با استفاده از یادداشتهای برداشته‌شده در طی جلسات مصاحبه تکمیل گردید. سپس با مطالعه دقیق این متون، به تحلیل محتوای کیفی پرداخته شد. ضمناً جهت برخی از مشارکت‌کنندگان که برگزاری مصاحبه حضوری میسر نگردید، پرسشنامه به آنان ارسال و پس از تکمیل عودت گردید.

یافته های پژوهش

تحلیل داده ها

سوال اول پژوهش این بود که ابعاد، مولفه ها و شاخص های خود مدیریتی کدامند؟ جهت پاسخ به این سوال با متخصصان، صاحب نظران و پژوهش گران حوزه تعلیم و تربیت در رابطه با ابعاد و شاخص های خود مدیریتی مصاحبه به عمل آمد که در جدول ۱ مضامین سازمان دهنده و مضامین پایه حاصل از تجزیه و تحلیل داده های کیفی آورده شده است. همان گونه که مشاهده می شود ۳۲ مضمون پایه به دست آمده در چهار مضمون سازمان دهنده : خانواده، محیط آموزشی، برنامه ریزی و مهارت های اجتماعی طبقه بندی گردیده است.

جدول ۱: مضامین سازمان دهنده و مضامین پایه حاصل از تجزیه و تحلیل داده ها

ردیف	مضامین سازماندهنده	مضامین پایه
۱	خانواده	۱. کارکرد خانواده ۲. عملکرد خانواده ۳. آگاهی خانواده ۴. شیوه فرزندپروری ۵. سبک زندگی ۶. جو عاطفی خانواده ۷. همدلی و صمیمیت ۸. قدرت بخشی خانواده ۹. تاب آوری خانواده
۲	محیط آموزشی	۱۰. انگیزش تحصیلی ۱۱. اشتیاق تحصیلی ۱۲. جو آموزشی ۱۳. حل مسائل ۱۴. نیروی انسانی (معلم و مدیر و...) ۱۵. خودکارآمدی تحصیلی

۱۶. خود نظم دهی تحصیلی	
۱۷. کمال گرایی تحصیلی	
۱۸. نظم و انضباط	۳ برنامه ریزی
۱۹. پذیرش مقررات	
۲۰. تبعیت از هدف	
۲۱. برنامه ریزی تحصیلی	
۲۲. خود ارزیابی	
۲۳. ارتباط با خود و دیگران	۴ مهارت های اجتماعی
۲۴. خود شکوفایی	
۲۵. خود آگاهی	
۲۶. سازگاری اجتماعی	
۲۷. کارکرد	
۲۸. خود کار آمدی اجتماعی	
۲۹. رشد اجتماعی	
۳۰. تحمل خصوصیات دیگران	
۳۱. مهارت های ارتباطی	
۳۲. کفایت اجتماعی	

سوال دوم پژوهش این بود که موانع و چالش های پیش روی مدل خود مدیریتی در دانش آموزان چیست؟

جهت پاسخ به این سوال با متخصصان، صاحب نظران و پژوهش گران حوزه تعلیم و تربیت مصاحبه به عمل آمد که در جدول ۲ مضامین سازمان دهنده و مضامین پایه حاصل از تجزیه و تحلیل داده های کیفی آورده شده است. همان گونه که مشاهده می شود ۲۷ مضمون پایه به دست آمده در چهار مضمون سازمان دهنده : خانواده، محیط آموزشی، برنامه ریزی و مهارت های اجتماعی طبقه بندی گردیده است.

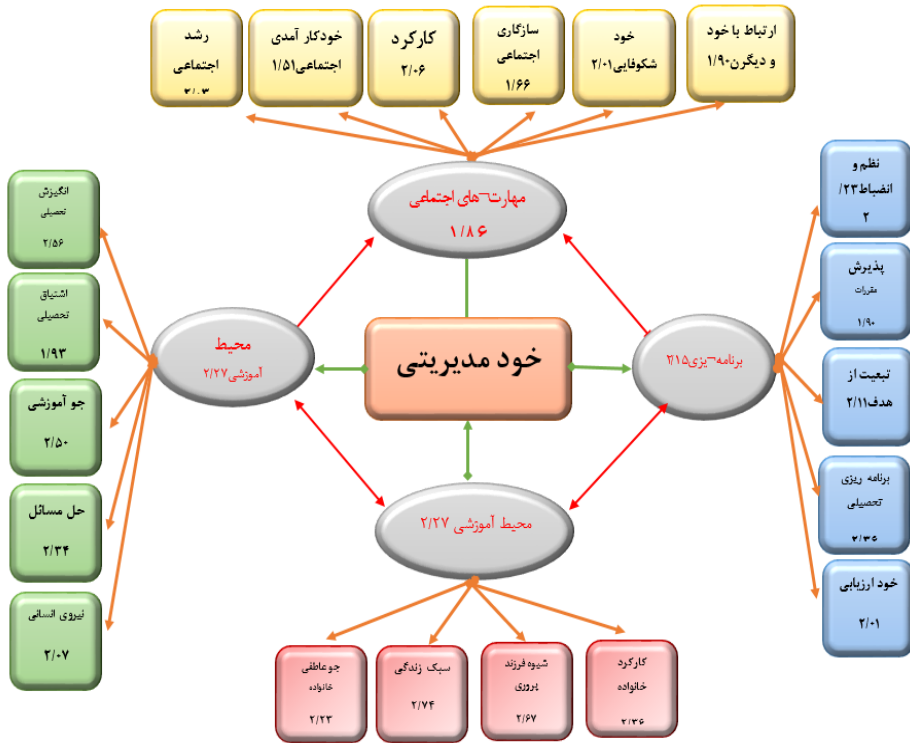
جدول ۲: مضامین پایه و سازمان دهنده داده های کیفی حاصل از دیدگاه متخصصان، صاحب

نظران و پژوهش گران حوزه تعلیم و تربیت در رابطه با چالش های خود مدیریتی

ردیف	مضامین سازماندهنده	مضامین پایه
۱	خانواده	۱. عدم کارکرد و عملکرد مناسب خانواده
		۲. عدم آگاهی خانواده
		۳. عدم آشنایی با شیوه فرزندپروری و
		۴. سبک زندگی

۵. عدم جو عاطفی خانواده		
۶. عدم صمیمیت		
۷. انگیزش تحصیلی پایین	محیط آموزشی	۲
۸. عم اشتیاق تحصیلی		
۹. جو آموزشی غیر استاندارد		
۱۰. عدم توجه به نیروی انسانی (معلم و مدیر و....)		
۱۱. کم توجهی به رشد عزت نفس، خودکارآمدی و رشد اجتماعی		
۱۲. مدیریت مستبدانه		
۱۳. عدم تفیض اختیار		
۱۴. عدم مسوولیت پذیری		
۱۵. عدم نظم وانضباط	برنامه ریزی	۳
۱۶. عدم آگاهی و پذیرش مقررات		
۱۷. مقررات خشک و غیر انعطاف پذیر		
۱۸. نداشتن هدف		
۱۹. عدم برنامه ریزی تحصیلی		
۲۰. عدم خود ارزیابی در امور		
۲۱. عدم ارتباط با خود و دیگران	مهارت های اجتماعی	۴
۲۲. عدم خود شکوفایی		
۲۳. عدم خود آگاهی		
۲۴. عدم سازگاری اجتماعی		
۲۵. نداشتن خود کار آمدی اجتماعی		
۲۶. عدم توسعه رشد اجتماعی		
۲۷. عدم تحمل خصوصیات دیگران		

سوال سوم پژوهش این بود که مدل جدید خود مدیریتی در دانش آموزان چگونه است؟ با توجه به مضامین پایه و سازمان دهنده به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مدل توسعه خود مدیریتی دانش آموزان در شکل ۱ مشاهده می شود.



شکل ۱: الگوی خود مدیریتی دانش آموزان

بحث و نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های پژوهش و ادغام و خلاصه‌سازی مضمون پایه به دست آمده از مصاحبه با مشارکت‌کنندگانی بالقوه پژوهش مضامین پایه استخراج شده در چارچوب چهارمولفه به عنوان مضامین سازمان دهنده سطح اول، قرار گرفتند. این عناصر شامل خانواده، مهارت‌های اجتماعی، محیط آموزشی و برنامه ریزی است. تتبع در کلیه مضامین سازمان دهنده سطح اول نشان داد که کلیه این مضامین سازمان دهنده هر کدام دارای تعدادی مضامین پایه است که می‌بایست در دست یابی به مضمون گزینشی مدل خود مدیریتی مورد توجه قرار گیرند. این ساختار شامل عملکرد خانواده، آگاهی خانواده، شیوه فرزندپروری، سبک زندگی، جو عاطفی خانواده، همدلی و صمیمیت، قدرت بخشی خانواده، تاب آوری خانواده، اشتیاق تحصیلی، جو آموزشی، حل مسائل، نیروی انسانی (معلم و مدیر و...)، خودکارآمدی تحصیلی، خود نظم دهی تحصیلی، کمال‌گرایی تحصیلی، نظم و انضباط، پذیرش مقررات، تبعیت از هدف، برنامه ریزی تحصیلی، خود ارزیابی،

خود شکوفایی، خود آگاهی، سازگاری اجتماعی خود کار آمدی و رشد اجتماعی، مهارت های ارتباطی، کفایت اجتماعی است که باید در تدوین مدل خود مدیریتی دانش آموزان مورد نظر قرار گیرد.

در تبیین نقش مولفه برنامه ریزی در خود مدیریتی دانش آموزان می توان بیان داشت که یکی از مهم ترین کارها و مهارت هایی که در خود مدیریتی و رسیدن به آن نقش کلیدی دارد، برنامه ریزی است، یکی از مهارت هایی که برای رسیدن به هر هدفی نیاز دارید، مهارت برنامه ریزی است. برنامه ریزی باعث می شود در وقت، انرژی و هزینه های ما صرفه جویی شود، هم چنین از ابهام، سردرگمی، رفتن به مسیرهای اشتباه که نتیجه ی آن می تواند ده ها، صدها و هزاران ساعت تلاش بیپوده و یا هزاران یا حتی میلیون ها تومان ضرر باشد، جلوگیری کند. برنامه ریزی، دستیابی به هدف را امکان پذیر می کند، اگر ما ندانیم برای رسیدن به هدف چه کارهایی باید انجام دهیم و این که کدام کارها مهم هستند و کدام از کارها مهم نیستند و کدام یکی را باید اول انجام داد و کدام را دوم، چگونه می توانیم عملکرد بالایی داشته و به هدف خود برسیم. در حوزه خود مدیریتی سازماندهی کردن ذهن نقش اساسی دارد. در حالت عادی ممکن است به ده ها مسئله فکر کرد ولی زمانی که هدفی انتخاب می شود باید به این فکر کرد که چطور می توان به هدف رسید، برای رسیدن به آن چه منابع و امکاناتی در اختیار هست، همین طور چه محدودیت ها و موانعی وجود دارد، چگونه باید آن ها را برطرف کرد. در این حالت فکر فقط متمرکز روی یک هدف است، درست مانند زمانی که یک ذره بین را جلوی نور خورشید گرفته و می خواهیم آتش درست کنیم، ذره بین نور پراکنده خورشید را متمرکز کرده و به آن قدرت افروختن می دهد، برنامه ریزی هم دقیقاً همین کار را با افکار انجام می دهد و به آن ها قدرت می بخشد و اجازه نمی دهد نیروی آن پراکنده شود. منابع و امکانات محدود است و اگر از آن ها به درستی استفاده نشود، ممکن است آنها را برای همیشه از دست داد و دیگر نتوانست به اهداف رسید.

در زمینه مولفه محیط آموزشی باید اذعان داشت که یک محیط آموزشی شامل مجموعه ای از نگرش ها، احساس ها و رفتارها است که بر نوآوری، رضایت و کارایی افراد که جزء خودمدیریتی است، تأثیر دارد. محیط آموزشی باید شرایط و امکانات لازم جهت رشد و توسعه خود مدیریتی در دانش آموزان را فراهم نماید که دانش آموزانی خلاق و مسوولیت پذیر و در نهایت مستقل پرورش دهند.

در زمینه مولفه خانواده باید اذعان داشت که خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک فضای مادی و روانی خاص به سر می برند. خانواده یک نظام اجتماعی و طبیعی است که ویژگی های خاص خود را دارد. این نظام اجتماعی مجموعه ای از قواعد و اصول را ابداع و برای

اعضای خود نقش‌های متنوعی تعیین می‌کند. بر هیچ کس پوشیده نیست که خانواده مامن آرامش و جایگاه به شکوفا رساندن استعدادهاست. افراد در درون خانواده از هم تاثیر می‌پذیرند و بر هم تاثیر می‌گذارند. مسلماً شکوفایی افراد خانواده متأثر از عملکرد درونی خانواده است، خانواده یکی از مهم‌ترین نهادهای جامعه و شکل‌دهنده شخصیت آدمی است. مطلوبیت، رضایت، خشنودی، کیفیت و کارکرد بهینه خانواده عوامل بسیار موثری در شکوفایی، رشد و پیشرفت اعضای خانواده هستند. خانواده اولین بافتی است که فرزندان در آن فکر، احساس و رفتار می‌کنند، یاد می‌گیرند و تحول می‌یابند که این تحول می‌تواند منجر به خود‌مدیریتی گردد.

در زمینه مولفه مهارت‌های اجتماعی باید بیان داشت که مهارت‌های اجتماعی مجموعه توانمندی‌هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می‌شود. هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت‌های فردی به مهارت‌های دیگری نیاز دارد که از آن به نام مهارت‌های اجتماعی یاد می‌کنند. مهارت‌های اجتماعی، مجموعه رفتارهای اکتسابی است که از طریق مشاهده، مدل‌سازی، تمرین و بازخورد آموخته می‌شود و رفتارهای کلامی و غیرکلامی را دربر می‌گیرد و پاسخ‌های مناسب و مؤثر را در بردارند، بیش‌تر جنبه‌ی تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می‌رسانند و بر اساس ویژگی‌ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می‌یابند و از طریق آموزش رشد می‌کنند، عامل اجتماعی یا توانمندی‌های اجتماعی یعنی تعامل در جامعه، شناخت روحیه و احساسات درونی خود و دیگران و برخورد صحیح و متناسب با آن‌ها. رشد انسان مخصوصاً در سال‌های اولیه‌ی زندگی بدون برخوردهای اجتماعی غیر ممکن یا بسیار ضعیف است، برخورد با مسائل احساسی، تجربه و تجزیه و تحلیل این احساسات و عواطف مثل بیان یک خواسته، قبول کردن، راندن و طرد کردن، خندیدن، لمس کردن، عشق، دوستی، دعوا، آشتی، تفاهم، ماتم، سعادت مشترک و احساس امنیت از مقدمات ضروری برای فراگیری در زندگی عاطفی و اجتماعی هستند. اگر این تجارب تکامل نیابند نه تنها توانایی‌های مشخص در ایجاد رابطه در رفتارهای اجتماعی را دچار خدشه می‌کنند بلکه موجب عقب ماندگی ذهنی و جسمی می‌شوند. غفلت‌های اجتماعی اگر به مدت طولانی ادامه داشته باشند ضایعات جبران‌ناپذیری را به دنبال خواهند داشت. افراد خاصی که دارای توانمندی‌های اجتماعی هستند می‌توانند با احساسات و عواطف خود و دیگران به خوبی برخورد کنند و در نهایت به خود‌مدیریتی در امور خود دست یابند.

گرچه پژوهشی که به طراحی مدل خود‌مدیریتی پرداخته باشد در دسترس محقق قرار نگرفت اما پژوهشگرانی چون شرفی و داوودی (Sharafi & Davodi, 2019)، منز و نک (Manz & nek, 2004)، تونین (Toonin, 2010)، مگان (Megan et al, 2018)، پور کریمی

(Porkarimi,2017)، نجف وند و داریک وند (Najafvand & darikvand,2017)، یوسف و یوسفیه اردشاهی (Yosof&Yosofeye Ardshahi,2017) و مزاری (Mazari,2017) در پژوهش های خویش به طور مستقیم و غیر مستقیم به موارد مطرح شده در مدل اشاره کرده اند، با توجه به اهمیت خود مدیریتی در زندگی فردی و اجتماعی پیشنهاد می شود مولفه های به دست آمده در مدل در خصوص پرورش خود مدیریتی دانش آموزان مورد توجه اولیای امر و دبیران قرار گیرد.

Sources and references:

Sharafi, Mahmoud, Davoodi, Maryam. (2018). The Effectiveness of Learning Metacognition Strategies on Learning Self-directed Learning

Academic achievement in mathematics and Persian literature of first grade high school students in Shoush. New research approach in teaching management, year ninth, issue 4, winter 97, pp. 36, pp. 168-147.

Azgoli, Mohammad (2003) Management and Leadership in Organizations, Tehran: Institute of Printing and Publishing, Imam Hossein University (AS)[in perseian]
Pourkarimi, Javad (1395) in a research on the role of motivation for academic achievement in the application of self-leadership strategy, Volume 13, Issue 51, Winter 1995, Page 107-117[in perseian]

Haji, Officer; Mahmoud Fekh, Hayman (2016). The relationship between social support and self-management with quality of life in patients with epilepsy, Journal of Health and Care, 3 (8), 74-89.) [in perseian]

Safari Ojaghaz, Forouzan (2016). Investigating the Effect of Self-Managedness on Occupational Resources and Occupational Engagement of Employees, Master's Thesis, Allameh Tabatabaei University, Faculty of Management and Accounting.

Safari, Frouzan (1396). The effect of daily self-management on job resources and job involvement among staff members of Firouzar and Sasan hospitals in Tehran province. Master's Ending. Allameh Tabatabaei University. [in perseian]

Mousavi, Frank, Badri, Imran (2016). The Relationship between Metacognitive Knowledge with Educational Self-Concept, Attitude toward School and Social Adjustment of Students, Quarterly Journal of New Approach in Educational Management, 9 (1), 177-190. [in perseian]

Tale, Azar (2011) in a research entitled "The Effective Factors on Self-Management of Diabetes in Diabetic Patients", Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Research, Vol. 9 No. 4, Winter 2011, Pages: 32-21[in perseian]

Farahid Farzin (2004) Investigating the Factors Affecting the Success of Companies, Journal. Economics and Management, Islamic Azad University, No. 62[in perseian]

Mazari, Abraham (2016). The Impact of Human Capital on Self-Development Psycho-Behavioral Mechanisms, Curriculum Research, Thirteenth, Second Volume, No. 24, pp. 117-177. [in perseian]

Mullah Hosseini and Babak Bardar (2007) The Relationship Between Self-Management and Innovation in Employees of Organizations in Kerman Province, Journal of Humanities and Social Sciences, seventh / seventh year[in perseian]

Najaf Wonder Dirkvand, Fatemeh (1395). Relationship between personality traits and self-management with the ability to adapt to occupations in the staff, Master's thesis at the University of Mohaghegh Ardabili. [in perseian]

Yusuf, Sargis; Yosufi Ardehsahi, Daniela (2016). The Relationship between Self-Management Skills and Self-Knowledge Dimensions with Job Satisfaction Case Study of Secondary High School Students in Urmia, Fourth National Conference on Modern[in perseian]

MeganR.SchaeferM.S.aScott
wagoneM.A.aMargaret.YoungM.S.aJanKavookjianPh.D.bSteven
K.ShapiroPh.D.aWendy N.GrayPh.D.a(2018). Parent Perceptions of Their College Students' Self-Management of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. Journal of Adolescent Health
Volume 63, Issue 5, November 2018, Pages 636-642

Fletcher, J.k. and Kaufer, K. (2003) Shared leadership; paradox and possibility, in Pearce, C.L. and Conger. J.A. (Eds). Shared leadership; Reframing the Hows and Whys of leadership, Sage, Thousand Oaks, CA.

Manz, C.C. (1992) Mastering self-leadership: Empowering Yourself for personal excellence, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.

Mahoney, M. and Arnkoff, D. (1978) Cognitive and self-control therapies, in Garfield, S. and Bergin, A.E. (Eds), Handbook of Psychotherapy and Therapy Change, Wiley, New York, NY.

Meyers J, Meyers B. Bi-directional influences between positive psychology and primary prevention.

Sch Psychol Quart. 2003; 18: 222-229.

Gall MD, Gall JP, Walter RB. Educational research .7 th ed. Boston: Allyn and Bacon; 2003.