

تبیین نقش میانجی مدیریت دانش در رابطه میان یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی دانش آموزان دختر مقطع ابتدائی شهرستان ساری

ریحانه بذرافشان^۱، سید جواد مرتضوی^۲، محمد غفاری^۳

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف تبیین نقش میانجی مدیریت دانش در رابطه میان یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی دانش آموزان دختر مقطع ابتدائی شهرستان ساری است. روش پژوهش حاضر، توصیفی - همبستگی از نوع معادلات ساختاری است. جامعه آماری این تحقیق شامل دانش آموزان دختر مقطع ابتدائی شهرستان ساری می‌شود. روش نمونه‌گیری، طبقه‌ای- تصادفی است. در این پژوهش حجم نمونه براساس فرمول کوکران برای جامعه نامحدود تعیین شد. بر این اساس حجم نمونه، انتخاب شده برابر با ۳۸۴ نفر است. برای تجزیه و تحلیل آماری اطلاعات جمع آوری شد، از روش های آماری توصیفی و استنباطی بهره‌گیری شده است و از نرم افزار smart pls 3 برای تحلیل داده های آماری استفاده شده است. در این مقاله، مطالعه‌های انجام گرفته و تحقیق‌های پیشین در مورد تبیین نقش میانجی مدیریت دانش در زمینه یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی دانش آموزان دختر مقطع ابتدائی شهرستان ساری بررسی گردید. بعد از مطالعه کتابخانه‌ای، بر مبنای مبانی نظری، در این تحقیق از سه پرسش نامه (ی خودکنترلی و خودنظارتی و مدیریت دانش) استفاده شد. پس از جمع آوری پرسشنامه ها، داده های به دست آمده را با استفاده از نرم افزار spss و SMART PLS3 پالایش و آنالیز گردید. نتایج بارهای عاملی در مدل تحقیق متغیرهای تحقیق در اشکال بالا خلاصه شده‌اند. تمامی مقادیر بارهای عاملی از ۰/۰۵ بیشتر شده‌اند. هم‌چنین مقادیر محاسبه شده t برای هر یک از بارهای عاملی هر نشانگر، با سازه یا متغیر پنهان خود بالای ۱/۹۶ است (سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ شده است). از این رو می‌توان همسویی سوالات پرسشنامه برای اندازه‌گیری مفاهیم را در این مرحله معتبر نشان داد. در واقع نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که آنچه محقق از طریق سوالات پرسشنامه، قصد سنجش آنها را داشته است، به وسیله این ابزار محقق شده است. بنابراین روابط بین سازه‌ها یا متغیرهای پنهان قابل استناد است. ضمناً تمامی متغیرها پژوهش، بجز یک مورد، همگی مورد تایید قرار گرفتند.

واژگان کلیدی: خودکنترلی رفتاری، خودنظم دهی، خودکنترلی نگرشی، کسب دانش.

۱- دانشجوی دکتری تخصصی برنامه ریزی درسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، مازندران ،

reyhaneh.bazrafshan11@gmail.com

آموزگار مقطع ابتدایی منطقه ۱۵ تهران .

۲- عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس

۳- عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس

۱. مقدمه

نقش مهمی ایفا می‌کنند، به گونه‌ای که نظام‌های آموزشی در دنیا تلاش می‌کنند از توانایی‌های منابع انسانی خود سود ببرند. (ادوارد براین ترجمه شهروز تهرانی، ۱۳۸۹).

فضای فیزیکی روانی و آموزشی مدرسه، از جمله مسائلی است که می‌تواند بازتاب مهم و قابل توجهی بر ساختار رشد و تکامل ذهنی و فکری و نیز خلاقیت و سلامت روان دانش‌آموزان داشته باشد و به عنوان زیربنای بنیادهای حرکت اجتماعی فردای دانش‌آموزان مورد توجه قرار بگیرد. دریافت‌های تجربی در این مرحله از زندگی سهم مهمی در ساختار شخصیت آینده دانش‌آموزان خواهد داشت. اگر آنها در این مکان و زمان به طریق مناسبی پرورش یابند و تعلیم ببینند و استعدادهای بالقوه خود را در محیط مدرسه بشناسند و یا درواقع به آنها شناسانده شوند و به درک موفقیت‌هایی نیز نایل آیند و در جهت مثبت پیش بروند، حرکتی مطلوب و رو به کمال خواهند داشت. اگر دانش‌آموزی در زمینه‌های یادگیری، انس و الفت با دیگران و هم‌کلاسی‌ها و خلاقیت‌هایی که باید او را مورد توجه معلمان قرار دهد تلاش کند یا در جهت منفی سوق داده شود انعکاس آن بر جریان زندگی آینده اش سایه می‌افکند. دانش‌آموزان در مدرسه به طور مستقل و بدون واسطه مداخلات احساسی والدین، به کسب تجربه و مهارت و آموزش می‌پردازند و بیشتر در کنار هم سالان خود در جهت تکامل قرار می‌گیرند. (سند تحول بنیادین آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۹۲)

دانش‌آموزان به لحاظ برخورداری از قدرت اندیشه، خلاقیت و نوآوری، بزرگ‌ترین دارایی‌های نظام آموزش و پرورش محسوب می‌شوند، نظام آموزش و پرورش از مهم‌ترین نهادهای اجتماعی، تربیتی و آموزشی و اصلی‌ترین رکن تعلیم و تربیت است که برای تربیت صحیح دانش‌آموزان در ابعاد دینی، اخلاقی، علمی، آموزشی، اجتماعی و کشف استعدادها و هدایت رشد متوازن روحی و معنوی و جسمانی آنان براساس اهداف مصوب دوره‌های تحصیلی و برابر ضوابط و دستورالعمل‌های وزارت آموزش و پرورش تأسیس و اداره می‌شود. انتقال ارزش‌های اساسی جامعه در کانون اصلی توجه نظام آموزشی قرار دارد، به گونه‌ای که مدرسه دانش‌آموزان را متعهد می‌سازد که ارزش‌های جامعه را درونی سازند.

در مدارس، آموزش ارزش‌ها در لابه لای درس‌گوناگون صورت می‌گیرد و کارایی تعلیم ارزش‌ها در هر درس، به میزان درک معلم از اهداف موردنظر در آن درس بستگی دارد. معلم با شناخت امکانات، به تجهیز محیط آموزشی می‌پردازد و با شناخت علایق و توانایی شاگردان، آنان را در جهت صحیح یادگیری هدایت می‌کند. چرا که موفقیت در مدارس، مستلزم آن است که معلمان عقاید دیگران را بپذیرند. نظام آموزش و پرورش از طریق روش‌هایی که در امر تدریس به کار می‌گیرد، ارزش‌ها و برداشت‌های خاصی را در ذهن دانش‌آموزان جای می‌دهد و در روند تبیین ارزش‌ها، همسالان از طریق کنش متقابل،

مسئولیت اعمال خود را بپذیرند، مسئولیت پذیری با مفهومی که منبع کنترل و خودکنترلی نامیده می شود، پیوند دارد. (دلیسی^۲، ۲۰۱۴) دانش آموزان با منبع کنترل درونی و خودکنترلی بالا، خودشان و توانایی هایشان را برای مقابله با رویدادها باور دارند. به ویژه آنها باور دارند که رفتارهای آنها سبب به وجود آمدن رخدادها می شود نه وقایع تصادفی یا اشخاص صاحب قدرت؛ بنابراین، آنها با انگیزه بیشتری تلاش می کنند که برای رسیدن به اهداف تحصیلی شان رفتار مثبت انجام دهند. (والکر^۳، ۲۰۰۴ به نقل از حاتمی، ۱۳۹۰)

(ورکمن، کاتز، ترجمه محمد اسماعیل، ۱۳۸۳) در پی مطالعاتی که انجام داد، سه مرحله آموزش خودکنترلی برای رسیدن به منبع کنترل درونی به دانش آموزان را به شرح زیر ذکر کرد: مرحله اول: شامل اداره رفتار دانش آموز در کلاس از طریق معلم است. معلمان با استفاده از روش های تقویت مثبت، محروم کردن، جریمه کردن، رهنمود دادن و حذف پاداش بعد از بهبودی رفتار و همچنین با استفاده از روش الگوسازی و تمرکز دانش آموز بر رفتارهای مثبت و منفی همسالان، می توانند رفتارهای نامناسب دانش آموزان را تغییر دهند. مرحله دوم: برای رسیدن به مهارت خودکنترلی، انجام دادن مرحله دوم ضروری است. این مرحله مستلزم تغییر کنترل از شیوه مرحله یکم، به خود دانش آموز است. به عبارت دیگر، در این مرحله به دانش آموز یاد می دهیم که بر رفتار خود

در مدرسه، دانش آموز علاوه بر بهره مندی از برنامه های درسی و شناخت علمی، اجتماعی و مهارت یابی در زمینه های فیزیکی می تواند نسبت به کوششی که برای زندگی فردایش ضروری است مسایلی را فراگیرد و تسلط تدریجی وی در این زمینه ها، افق دید آموزشی و درک و فهمش را وسیع تر می کند. به گونه ای که او را در یادگیری مطالب درسی و بهداشتی، خلاقیت و هنر یاری خواهد کرد. سال های اول، مدرسه زمینه ساز رشد اجتماعی دانش آموز برای عضویت در گروه های متعدد دبستان است. این امر، خود می تواند عاملی برای آموزش تفکر انتقادی، قضاوت براساس دلیل، حس تعاون و قبول عضویت در گروه باشد. حاصل شکل گیری این مسایل، ایجاد و گسترش حس اعتماد به نفس، خودشناسی، خویشتن داری و احساس مسئولیت نسبت به قوانین و حقوق دیگران است. (کامل نیا، ۱۳۸۵)

از آن جا که یادگیری موثر و پیشرفت تحصیلی، یکی از اهداف نظام آموزشی محسوب می شود، بنابراین شناسایی عواملی که در پیشرفت تحصیلی موثر هستند، می تواند به یادگیری بهتر دانش آموزان کمک کند. یکی از مفاهیمی که در زمینه پیشرفت تحصیلی و یادگیری دانش آموزان مطرح می شود، مفهوم «خودکنترلی»^۱ است. شاید یکی از جامع ترین اهداف آموزش و پرورش در هر جامعه، این باشد که به دانش آموزان آموزش داده شود تا

^۲. Delisi

^۳. Walcker

^۱. Self-Control

های مؤثر در اصلاح رفتار است که به افراد آموزش داده می‌شود تا بر عملکردشان در مورد یک رفتار مشخص یا دسته‌ای از رفتارها نظارت و آن‌ها را ثبت کنند. در این روش آن‌ها تعداد دفعات و میزان درگیری خود در فعالیت‌های خاص را ثبت می‌کنند. این شیوه آگاهی فرد را نسبت به رفتار و آنچه در اطرافش می‌گذرد، افزایش می‌دهد؛ در نتیجه فرد با نظارت بر رفتارهای خاص خود به طور آگاهانه به خودنظارتی می‌رسد (ورکمن^۳ و همکاران، ۲۰۰۸). در واقع این فن، شیوه‌ای است که در آن دانش آموز به واسطه کنترل رفتار خود سبب افزایش تمرکز در یادگیری خود می‌شود و نقش اول را در جهت دادن به رفتار و اعمال خود ایفا می‌کند (مسترز^۴ و همکاران، ۲۰۰۷). افراد با خودنظارتی بالا برخلاف افراد با خودنظارتی پایین، به رفتارهای بین فردی و نشانه‌های اجتماعی توجه زیادی می‌کنند. که این مساله می‌تواند آن‌ها را برای مدیریت موقعیت‌ها و چالش‌های اجتماعی مجهز کند. همچنین این افراد با تقاضاهای محیطی و تعاملات اجتماعی، سازگاری بیشتری دارند (عمادی^۵ و همکاران، ۲۰۱۴).

بر اساس یافته‌های چندین پژوهش، افرادی که بر روی رفتارهای خود، کنترل بالایی داشتند و از خود نظارتی بالایی برخوردار بودند، یادگیری و تمرکز بالاتری در پذیرش مطالب داشتند. هاو^۶ و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود نشان دادند که

نظارت کند و با رفتار مناسب، همانند انجام دادن تکلیف، به تقویت خود بپردازد. وجود مهارت-های خودکنترلی دانش‌آموزان یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت آنها در جامعه است که منجر به سازگاری و تطابق فرد با محیط و اجتماع می‌شود و افراد را به میزان لازم به استقلال و مسئولیت‌پذیری می‌رساند. مرحله سوم: آموزش شیوه‌های حل مسئله و آموزش خودتعلیمی به دانش‌آموزان است.

اصطلاح آموزش یادگیری خودکنترلی رفتار، به اجرای روش‌های خودنظارتی^۱ اشاره دارد. مقصود از خودنظارتی، حفظ توجه فعال به رخداد افکار و رفتارهای هدفمند و خاص است. خودنظارتی، به عنوان یکی از راهبردهای درمانگری شناختی-رفتاری مشتمل بر توانایی فرد برای یادگیری توجه دقیق و منظم به مشکلات، رفتارها، عادات و محرک‌های برانگیزاننده آنهاست که فرد، با بررسی و سازماندهی رویدادهای ذهنی خود، به تغییر رفتارهای آشکار خود اقدام می‌کند. (اوبی^۲، ۲۰۱۳). این راهبرد، وسیله مؤثری برای کاهش رفتارهای ناسازگار و افزایش رفتارهای اجتماعی مناسب است. در واقع یک فرآیند دو مرحله‌ای مشاهده و ثبت را شامل می‌شود که دانش‌آموزان در آن، وقوع یا عدم وقوع رفتار آماج را تعیین می‌کنند (منزیس و همکاران، ۲۰۰۹). خودنظارتی یکی از مؤثرترین فن‌های خودکنترلی رفتار است. این تکنیک مداخله‌ای به عنوان یکی از تکنیک

³ . Workman

⁴ . Masters

⁵ . Emadi

⁶ . Hawe

¹ . Self-monitoring

² . Obi

افزایش خودنظارتی و خود کنترلی سبب ایجاد افزایش خودکارآمدی، ایجاد انگیزه، ارتقای درک نیازهای خود، گسترش دانش و مهارت های ارتباطی در دانش آموزان می‌گردد. (استیلر^۱ و همکاران، ۲۰۱۹) آن‌ها در پژوهش خود نشان دادند که تنظیم هیجان، احساسات مثبت، پیش‌بینی قابلیت دسترسی سبب تقویت یادگیری خود تنظیمی و کنترل بیشتر بر روی احساسات و عواطف می‌گردد. (فلمر و اسپرلینگ^۲، ۲۰۱۹) به بررسی میزان همگرایی یادگیری خود تنظیمی در طول خواندن دانش آموزان پرداختند. آن‌ها نشان دادند که نظارت فراشناختی سبب افزایش اعتماد به نفس و به وجود آمدن استراتژی یادگیری خود تنظیمی در دانش آموزان می‌گردد. (کیم و نور^۳، ۲۰۱۹) آن‌ها در پژوهش خود نشان دادند که استراتژی‌های خود نظارتی و خود ارزیابی در کودکان پیش دبستانی سبب افزایش خودکارآمدی و تنظیم هدف در استراتژی‌های خواندن و نوشتن می‌گردد. (کالان و کلیرلی^۴، ۲۰۱۹) این مطالعه با مصاحبه های رفتاری برای بررسی روابط متوالی فاز متوازن دانش آموزان در حل مسائل ریاضی، عملکرد و فرآیندهای خود بازتاب و بررسی تأثیر پیش بینی کننده این فرآیند بر عملکرد ریاضیات ۹۶ دانش آموز هشتم کلاس انجام شد. مطابق با انتظارات، اهداف خودکنترل دانش آموزان و برنامه‌های استراتژیک (یعنی مرحله پیش دقت) در سطح آماری قابل توجهی با استفاده از

استراتژی دانش آموزان (یعنی مرحله عملکرد) ارتباط داشتند، که به نوبه خود با ویژگی های خودنظارتی در پی عملکرد بازتابی (یعنی فاز خودارزیابی) دارای ارتباط معناداری بود. (کیتسانتاس^۵ و همکاران، ۲۰۱۸) در تحقیق خود نشان دادند که معلمان با به کارگیری روش‌های خاص و با تنظیم اهداف مناسب، برنامه ریزی برای دستیابی به این اهداف و انگیزه دادن به آن‌ها برای دستیابی به اهداف دانش آموزان را به افرادی تبدیل می‌کنند که دارای سیستم خودکنترلی در یادگیری بهتر هستند. (شین^۶ و همکاران، ۲۰۱۷) با به کارگیری ابزار تکنولوژی نقش نظارت و یادگیری خودکنترلی را در دانش آموزان دارای اوتیسم نشان دادند. نتایج تحقیق آنان نشان داد که رفتارهای مشارکتی دانشجویان شرکت کننده (مثلا با روبرو شدن با پیش دبستانی، نگاه کردن به معلم، یعنی تماس با چشم و کار بر روی تخصیص) افزایش می‌یابد. (ریسپولی^۷ و همکاران، ۲۰۱۷) به بررسی پیاده سازی سیستم خودنظارتی در بهبود تمرینات رفتاری پرداختند. آن‌ها هفت شاخص را برای پیاده‌سازی بهتر سیستم خودنظارتی و بهبود رفتار دانش آموزان معرفی کردند: استراتژی‌های معلمان، آموزش خود نظارتی، روش های خودنظارتی، اثرات خودنظارتی بر روی نتایج کار معلمان، کیفیت سیستماتیک تمرینات رفتاری، کنترل‌های رفتاری، آموزش خودکنترلی و تشریح مزایای آن.

1. Stiller

2. Follmer & Sperling

3. Kim & Nor

4. Callan & Cleary

5. Kitsantas

6. Xin

7. Rispoli

میان دانش آموزان بهبود بخشید. با فرایند دانش موثر، ارتباطات آموزشی بین معلمان و دانش آموزان بهبود یافته و تبادل دانش به طور موثرتری میان دانش آموزان صورت می‌گیرد. این امر روند آموزش را بهبود بخشیده و مهارت‌های دانش آموزان را افزایش می‌دهد (مدهوشی و همکاران، ۱۳۹۲).

مدیریت دانش، به عنوان رویکردی نوین جهت بهره برداری و توسعه سرمایه های یک سازمان با هدف پیشبرد اهداف سازمان مرتبط است. هدف آن کاربست دانش موجود به طور کامل و گنجاندن دانش در خدمات برای تقویت قابلیت‌های اساسی و برتری رقابتی است. مدیریت دانش و یادگیری سازمانی هر دو، نقشی اساسی و استراتژیک در موفقیت سازمان دارند و سازمان را قادر می‌سازند تا سریعتر و موثرتر از رقبای خود به تحصیل و به کارگیری دانش بپردازند. این مهم منجر به خلق مزیت رقابتی پایدار برای سازمان می‌شود (قلاوند و بزرگی، ۱۳۹۳).

مدیریت دانش، نقش حیاتی در حمایت از یادگیری ایفا می‌کند، زیرا تسهیم اثربخش دانایی جمعی را تسهیل می‌کند. مدیریت دانایی، فرآیند سیستماتیک منسجمی است که ترکیب مناسبی از فناوری های اطلاعاتی و تعامل انسانی را به کار می‌گیرد تا سرمایه‌های اطلاعاتی را شناسایی، مدیریت و تسهیم کند. این دارای‌ها شامل پایگاه‌های اطلاعاتی، اسناد، سیاست‌ها و رویه‌ها می‌شود. علاوه براین، هم دانش آشکار و هم دانش ضمنی دانش آموزان و معلمان را نیز شامل می‌-

(نجی بیوکان^۱ و همکاران، ۲۰۱۷) به بررسی خودادراکی و خودکنترلی در موفقیت تحصیلی دانشجویان پرداختند. نتایج این مطالعه نشان داد که مهارت خودکنترلی و داشتن درک کامل دانشجو از وضعیت روانی خود سبب ایجاد برنامه‌ریزی و نوآوری‌های آموزشی در ایجاد موفقیت‌های تحصیلی می‌گردد. (زو^۲ و همکاران، ۲۰۱۶) به بررسی خودکنترلی و خودتنظیمی یادگیری دانشجویان در یک دوره فشرده تلفیقی آموزشی پرداختند. در این پروژه، ۷۴ دانشجوی سال دوم که در یک دوره ترکیبی از فناوری اطلاعات و ارتباطات در آموزش و پرورش ثبت نام کرده بودند، شرکت کردند. در ابتدای دوره و گزارش هفتگی درباره تجربه‌های یادگیری خود در طول دوره، پرسشنامه خودکفا و مهارت های خودکنترلی را مطالعه کردند. مشخص شد که خود کنترل (به عنوان یک ویژگی شخصیتی) و یادگیری خودتنظیم (توانایی دانش آموزان از استفاده از راهبردهای موثر برای دستیابی به اهداف یادگیری خود) می‌تواند نتایج دوره‌های شرکت کنندگان را که با نمرات نهایی آنها در دوره تحت تأثیر قرار دهد. تأثیر خودکنترلی بر نتایج یادگیری شرکت کنندگان، از طریق مشارکت در یادگیری خود تنظیم دوره، میانجی‌گری شد.

مدیریت دانش می‌تواند به عنوان تسهیل کننده روند یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی باشد و کیفیت ابزار آموزشی را به واسطه ایجاد، تسهیل و به اشتراک گذاری دانش و اطلاعات در

^۱ . Nije Bijvank

^۲ . Zhu

فرآیند سازمان دهی دانش: فرآیند سازماندهی دانش به ساختار دهی، فهرست بندی و قالب بندی دانش کسب شده اشاره داشته و با فرآیند تسهیم دانش در ارتباط است. فرآیند سازمان دهی دانش شامل سه مرحله است: انتخاب و ارزیابی، سازماندهی و انتخاب مجدد یا غربال کردن (راولی^۹، ۲۰۰۰).

فرآیند ذخیره دانش: سازمانها پیش از آنکه برای بازیابی بعدی اقدام به ذخیره دانش کنند، باید اطلاعات مهم را شناسایی کرده و بهترین روش حفظ آن را تعیین کنند. سازمانها از طریق ارزیابی، تحقیق و آزمایش به اطلاعات معنی می-بخشند. فرآیند ذخیره دانش سیستمهای فنی از قبیل رکوردها و بانک اطلاعاتی و فرآیندهای انسانی را مانند حافظه جمعی و اجماع نظرات را به کار میگیرد.

فرآیند انتشار و تسهیم دانش: داو پورت و پروساک (۱۹۹۸) تسهیم دانش^{۱۰} را به عنوان فرآیند مبادله دانش بین افراد و گروهها تعریف می نمایند. بارتول و سیواستاوا^{۱۱} (۲۰۰۲) نیز تسهیم دانش را به عنوان فعالیتی تعریف می نمایند که کارکنان از طریق آن اطلاعات مربوط را در سازمان بین افراد دیگر انتشار می دهند.

فرآیند کاربرد دانش: نکته کلیدی در مدیریت دانش، اطمینان از این موضوع است که دانش ارائه شده در سازمان به صورت مفید مورد استفاده قرار بگیرد (پروبت و همکاران^{۱۲}،

شود، و از روشهای متنوع و گسترده برای تصرف، ذخیره سازی و تسهیم دانش در داخل یک سازمان استفاده می کند (بابایی، ۱۳۸۳).

با توجه به آن چه ذکر شد، در این پژوهش قصد داریم تا اثر میانجی گری نقش مدیریت دانش در ارتباط میان یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان ساری را مورد بررسی قرار دهیم متغیرهای اصلی این پژوهش عبارتند از:

مدیریت دانش به شش فرآیند متفاوت دسته بندی می شود که عبارتند: خلق دانش^۱؛ کسب دانش^۲، سازماندهی دانش^۳؛ ذخیره دانش^۴، انتشار دانش^۵؛ به کارگیری دانش^۶.

فرآیند خلق دانش: فرآیند خلق دانش پیچیده، چند بعدی و پویا است. تعریف خلق دانش سازمانی، شامل توانایی یک موسسه به عنوان یک کل برای خلق دانش، توزیع آن از طریق سازمان و وارد نمودن آن در محصولات، خدمات و سیستمها است (نوناکا و تاکوچی^۷، ۱۹۹۰)

فرآیند کسب دانش: کسب دانش سازمانی، فرآیند توسعه اطلاعات جدید و جایگزینی اطلاعات موجود در شالوده دانش ضمنی و آشکار سازمان است (پنتلند^۸، ۱۹۹۵).

1. Knowledge Creation

2. Knowledge Capture

3. Knowledge Organization

4. Knowledge Storage

5. Knowledge Dissemination

6. Knowledge Application

7. Nonaka and Takeushi

8. Pentland

9. Rowley

10. Knowledge Sharing

11. Bartol and Srivastava

12. Probst et al

که تفکر عمیق و دقیق در باب نگرش‌ها انجام شود و کاربرد آن در رفتار مورد سنجش قرار گیرد.

عقل مداری: مقصود از عقل مداری، تفکر، جریانی قاعده مند، منظم و جهت دار و در نتیجه، منتج و مولد است. تفکر در این معنا، هدایت شده و تحت نظارت و مراقبت عقل از مسائل حاشیه‌ای و تمرکز بر خود موضوع است.

خود کنترلی رفتاری: منظور از خودکنترلی رفتاری نظارت و مواظبت فرد بر اعمال و رفتار خویش و در نتیجه انجام دادن وظایف به نحو مطلوب است.

گانگستاد و سیندر^۱ (۲۰۰۰) در تفسیر خود نظارتی چنین بیان نمودند: هنگامی که هدف تعیین شد، به دلیل توجه به اشارات و نشانه‌های داخلی و خارجی از طریق خودآگاهی بیشتر، داشتن توانایی خود پایشی ضروری می‌شود تا باعث هدایت و کنترل استراتژی‌های مداخله به صورت سریعتر، بهتر و متناسب‌تر شود. و خودنظارتی، توجه ماهرانه و عمدی به برخی از جنبه‌های رفتاری است. مثل الف: ثبت تکرار رفتارها ب: ثبت شدت رفتارها ج: ثبت دوره رفتارها

آن‌ها توجه به وضعیت‌های داخلی، افکار، احساسات و عواطف، و وضعیت‌های خارجی، نظیر حرکت بدن و محیط را به عنوان ابعاد خودنظارتی در نظر گرفتند.

۲۰۰۰). کاربرد مؤثر دانش به شرکت‌ها کمک می‌کند اثربخشی خود را افزایش داده و هزینه‌ها را کاهش دهند.

به نقل از محمص و معتمدلنگرودی (۱۳۹۵) خود کنترلی، در روانشناسی دارای ابعاد مختلفی از قبیل: خودنظم دهی، خودمهارگری، خودکنترلی نگرشی، عقل مداری، خودکنترلی رفتاری است.

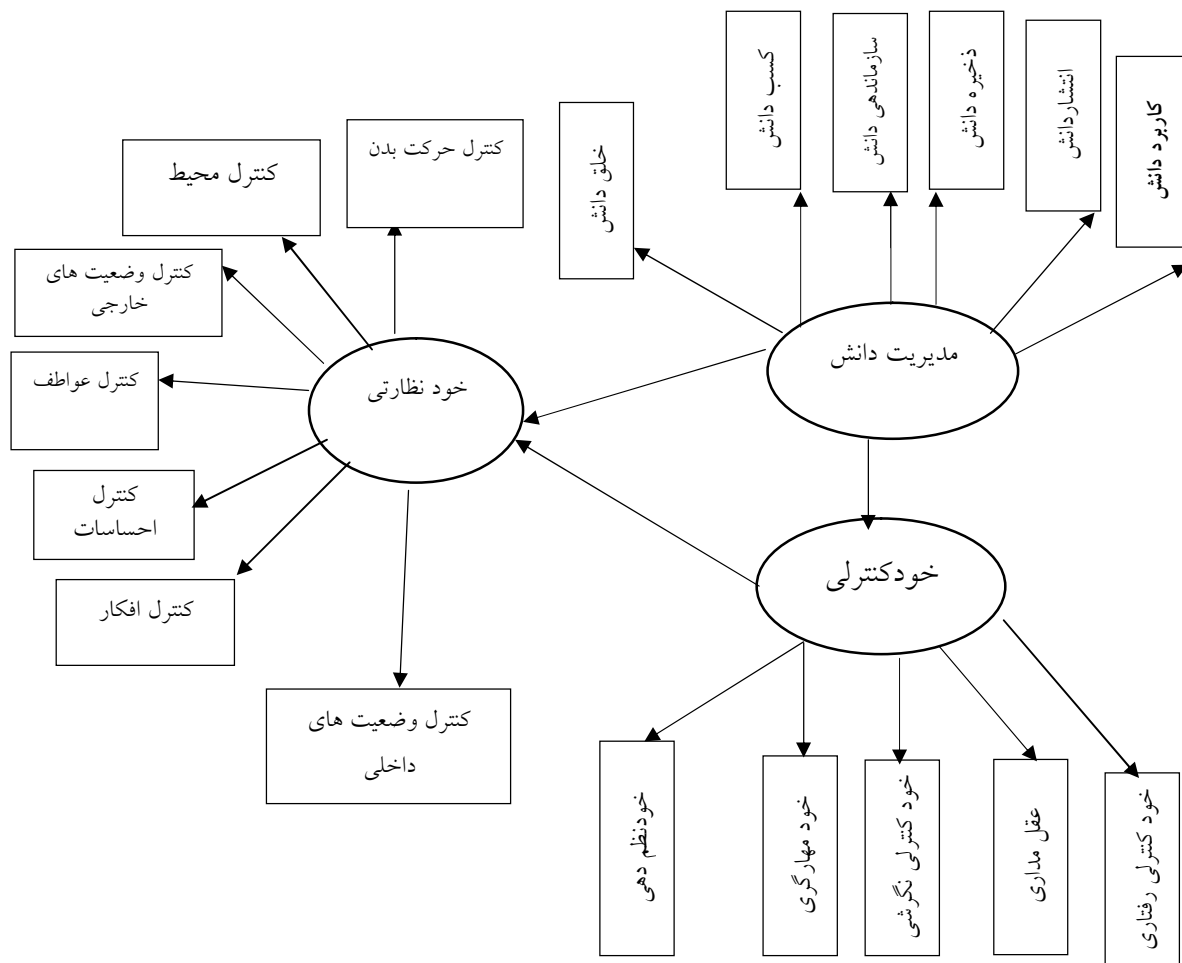
خودنظم دهی به تمرین کنترل بر خود برای بازگشت به مسیر استانداردهای ترجیحی گفته می‌شود و از سه جزء تشکیل شده است: استانداردهای فکری، احساسی و رفتاری، انگیزش کاهش تناقض بین استانداردها و موقعیت، قدرت کافی برای تغییر خودنظم دهی است. در تعریفی دیگر، به هدایت یا تنظیم رفتارهای خویش به منظور رسیدن به برخی اهداف یا حالات غایی مطلوب اطلاق شده است.

خود مهارگری: خودمهارگری به عنوان نیروی درونی برای بازدارندگی و نپذیرفتن است که نتیجه فرآیندها و باورهای اخلاقی، سطح مذهبی بودن والدین، مشارکت فرد در فعالیت‌های مذهبی است. پژوهشگران اصطلاح خودمهارگری را در موقعیت‌هایی به کار می‌برند که افراد در آن به رفتارهایی مشغول می‌شوند که بر کشش‌های بسیار نیرومند فائق آیند و تمایلات خویش را به گونه‌ای تغییر می‌دهند که مستلزم متوقف نمودن هدفی برای رسیدن به هدفی با سودمندی دراز مدت‌تر است.

خودکنترلی نگرشی: مقصود از نگرش خودکنترلی «نگرش، تفکر مستدل، رفتار»، است

^۱ . Gangestad & Snyder.

در شکل (۱) ارتباط بین متغیرهای خودکنترلی و خودنظارتی با نقش میانجی مدیریت دانش در قالب مدل پژوهش نشان داده شده است.



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

سطح اطمینان ۹۵ درصد و با لحاظ کردن پنج درصد خطا انجام گرفته است. بر این اساس حجم نمونه، انتخاب شده برابر با ۳۸۴ نفر است. پرسشنامه خود کنترلی: پرسشنامه فرم کوتاه خود کنترلی در سال ۲۰۰۴ به وسیله تانجینی و همکاران برای ارزیابی میزان خود کنترلی افراد به عنوان یک صفت ساخته شد. فرم اصلی آزمون دارای ۳۵ عبارت است، پس از آن تانجینی و همکاران فرم کوتاه خود کنترلی را نیز ارائه

مواد و روش ها:

پژوهش حاضر، از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی-همبستگی است و مبتنی بر مدل سازی معادلات ساختاری است. جامعه آماری این پژوهش شامل همه دانش آموزان مقطع دوم ابتدائی شهرستان ساری می شود. روش نمونه گیری، طبقه ای تصادفی است. در این پژوهش حجم نمونه براساس فرمول کوکران برای جامعه نامحدود تعیین شد. در این فرمول، نمونه گیری در

اجزای مدل و روابط بین آن‌ها تجزیه و تحلیل شده‌اند.

آزمون کیفیت مدل ساختاری:

در این بخش با استفاده از الگوریتم بوت استراپ به محاسبه آماره T می‌پردازیم. در صورتی که مقدار آماره T از ۱٫۹۶ بیشتر شود، نشان از صحت رابطه بین سازه‌ها و در نتیجه تایید سوالات پژوهش در سطح اطمینان ۹۵٪ است. نتایج این الگوریتم در شکل (۲) نشان داده شده است. همچنین برای محاسبه ضرایب استاندارد مسیر بین سازه‌ها باید از الگوریتم پی‌ال-اس استفاده نمود. شکل (۳) ضرایب استاندارد شده مسیرهای مربوط به هر یک از سوالات را نشان می‌دهد.

برای بررسی برازش مدل ساختاری پژوهش از چندین معیار استفاده می‌شود که نخستین و اساسی‌ترین معیار ضرایب معنی داری t یا همان مقادیر t-values است. ابتدایی‌ترین معیار برای سنجش رابطه بین متغیر در مدل (بخش ساختاری) اعداد معنی داری t است. در صورتی که مقدار این اعداد از ۱٫۹۶ بیشتر شود، نشان از صحت رابطه بین متغیرها و در نتیجه تایید فرضیه‌ها پژوهش در سطح اطمینان ۹۵٪ است.

کردند. فرم کوتاه دارای ۱۳ عبارت است و یک نمره کلی ارائه می‌دهد. این آزمون در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای تهیه شده است. تانجنی^۱ و همکاران (۲۰۰۴) برای هنجاریابی مقیاس خود کنترلی، فرم کوتاه شده آن را روی دو نمونه مجزا اجرا کردند که ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در دو گروه ۰/۸۳ و ۰/۸۵ به دست آمد.

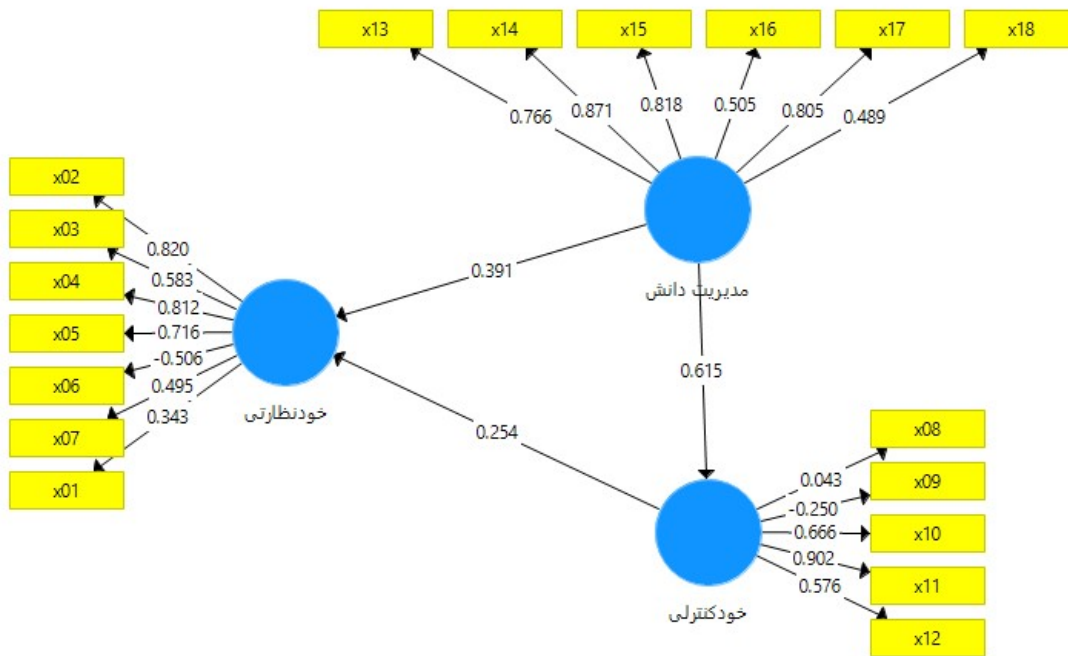
پرسشنامه خود نظارتی (GRAW): پرسشنامه دارای ۱۵ سؤال است که به صورت بلی یا خیر نمره گذاری می‌شود که در مجموع یک نمره کل به دست می‌آید. پایایی این پرسشنامه به وسیله گراو^۲، ۰/۸۰ گزارش شده است. این پرسشنامه به وسیله مقیمی به فارسی ترجمه شده و پایایی و روایی آن را ۰/۷۵ به دست آورده است. همچنین پایایی و روایی این آزمون توسط بر روی ۵۰ نفر (۲۵ نفر زن و ۲۵ نفر مرد) اجرا شد و آلفای کرونباخ آن برابر با ۰/۹۲. به دست آمده است (غباری بناب^۳ و همکاران، ۲۰۱۲)

پرسشنامه مدیریت دانش: برای سنجش مدیریت دانش از پرسشنامه الوسون (۲۰۰۳) که شامل ۲۴ سوال و شش بعد خلق دانش، دانش، ذخیره دانش، انتشار کسب دانش، سازماندهی دانش و کاربرد دانش می‌باشد استفاده شده است. پایایی این پرسشنامه توسط آلفای کرونباخ محاسبه گردید و برابر با ۰/۸۹۵ می‌باشد. داده‌های جمع آوری شده با استفاده از معادلات ساختاری و با نرم‌افزارها Smart PLS در راستای تبیین

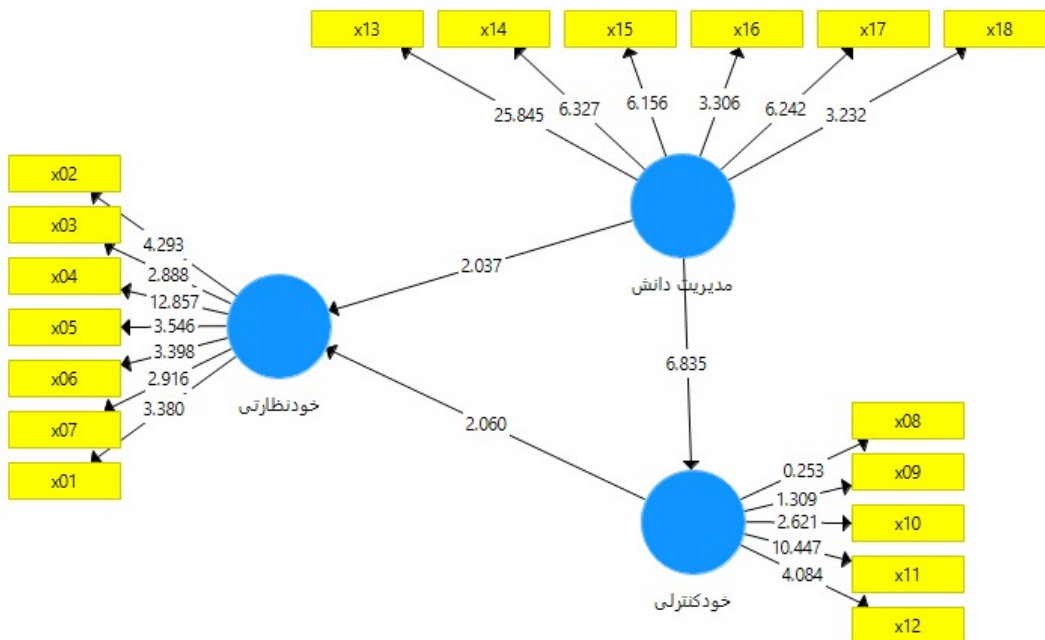
^۱ . Tangney

^۲ . GRAW

^۳ . Ghoaribanab



شکل ۲- ضریب مسیر بین متغیرهای اصلی تحقیق



شکل ۳- آماره t بین متغیرهای اصلی تحقیق

نشانگر با سازه یا متغیر پنهان خود بالای ۱/۹۶ است (سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ شده است). در واقع نتایج فوق نشان می‌دهد که آنچه محقق از طریق سوالات پرسشنامه، قصد سنجش آنها را داشته است به وسیله این ابزار محقق شده است. بنابراین روابط بین سازه‌ها یا متغیرهای پنهان قابل استناد و مورد تایید است.

لازم به ذکر است که روابطی که در آن مقدار آماره تی آن‌ها بیشتر از ۱,۹۶ باشد؛ تایید می‌شوند و روابطی که مقدار آماره تی آن‌ها کمتر از ۱,۹۶ باشد تایید نمی‌شوند.

نتایج بارهای عاملی در مدل متغیرهای تحقیق در اشکال بالا خلاصه شده‌اند. مقادیر محاسبه شده t برای هر یک از بارهای عاملی هر

جدول ۱- مقادیر ضریب مسیر و آماره t متغیرهای خودنظارتی:

وضعیت	آماره t	ضریب مسیر	متغیر
تایید	۳/۳۸۰	۰/۳۴۳	کنترل حرکت بدن
تایید	۴/۲۹۳	۰/۸۲۰	کنترل محیط
تایید	۲/۸۸۸	۰/۵۸۳	کنترل وضعیت‌های خارجی
تایید	۱۲/۸۵۷	۰/۸۱۲	کنترل عواطف
تایید	۳/۵۴۶	۰/۷۱۶	کنترل احساسات
تایید	۳/۳۹۸	۰/۵۰۶	کنترل افکار
تایید	۲/۹۱۶	۰/۴۹۵	کنترل وضعیت‌های داخلی

جدول ۲- مقادیر ضریب مسیر و آماره t متغیرهای خودکنترلی

وضعیت	آماره t	ضریب مسیر	متغیر
عدم تایید	۰/۲۵۳	۰/۰۴۳	خودنظم دهی
تایید	۱/۳۰۹	۰/۲۵۰	خودمهارگری
تایید	۲/۶۲۱	۰/۶۶۶	خودکنترلی نگرشی
تایید	۱۰/۴۴۷	۰/۹۰۲	عقل مداری
تایید	۴/۰۸۴	۰/۵۷۶	خودکنترلی رفتاری

جدول ۳- مقادیر ضریب مسیر و آماره t متغیرهای مدیریت دانش

وضعیت	آماره t	ضریب مسیر	متغیر
تایید	۲۵/۸۴۵	۰/۷۶۶	خلق دانش
تایید	۶/۳۲۷	۰/۸۷۱	کسب دانش
تایید	۶/۱۵۶	۰/۸۱۸	سازماندهی دانش
تایید	۳/۳۰۶	۰/۵۰۵	ذخیره دانش
تایید	۶/۲۴۲	۰/۸۰۵	انتشار دانش
تایید	۳/۲۳۲	۰/۴۸۹	کاربرد دانش

نتیجه گیری:

در این مقاله، مطالعات صورت گرفته و تحقیقات پیشین در مورد تبیین نقش میانجی مدیریت دانش در رابطه میان یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی دانش آموزان دختر مقطع ابتدائی شهرستان ساری بررسی گردید. بعد از مطالعه کتابخانه‌ای، بر مبنای مبانی نظری، در این تحقیق از سه پرسش نامه (خودکنترلی و خودنظارتی و مدیریت دانش) استفاده شد. پس از جمع آوری پرسشنامه ها، داده‌های به دست آمده را با استفاده از نرم افزار spss و SMART PLS3 پالایش و آنالیز شد. نتایج بارهای عاملی در مدل تحقیق متغیرهای تحقیق در اشکال بالا خلاصه شده‌اند. تمامی مقادیر بارهای عاملی از ۰/۰۵ بیشتر شده‌اند. هم‌چنین مقادیر محاسبه شده t برای هر یک از بارهای عاملی هر نشانگر با سازه یا متغیر پنهان خود بالای ۱/۹۶ است (سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ شده است). بنابراین می‌توان همسویی سوالات پرسشنامه برای اندازه گیری مفاهیم را در این مرحله معتبر نشان داد. در واقع نتایج فوق نشان می‌دهد که آنچه محقق از طریق سوالات پرسشنامه قصد سنجش آنها را داشته است به وسیله این ابزار محقق شده است. بنابراین روابط بین سازه‌ها یا متغیرهای پنهان قابل استناد است. و تمامی متغیرهای پژوهش، بجز یک مورد، همگی مورد تایید قرار گرفتند.

معیارهای اصلی کارایی هر نظام آموزشی به ویژه نظام آموزش و پرورش، میزان موفقیت تحصیلی و ایجاد نگرش‌ها و باورهای مثبت در فراگیران آن نظام است. نظریه‌های جدید آموزش و یادگیری، بر نقش انگیزش و باورهای فرد تاکید زیادی می‌کنند و معتقدند که نباید فراگیر را در

برابر مطالب و مفاهیم قرار داد. بلکه باید با آموزش‌های لازم، فراگیران را به فعالیت واداشت و از این طریق هم سبب موفقیت تحصیلی و هم موجب ایجاد نگرش، انگیزه و باور مثبت در آنان شد.

یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت هر نظام آموزشی، موفقیت تحصیلی فراگیران آن است. موفقیت تحصیلی به معنای توانایی اثبات موفقیت در اکتساب پیامدی است که برای آن طراحی و برنامه‌ریزی شده است. موفقیت تحصیلی از مهم‌ترین دغدغه‌های نظام آموزشی و نشان‌دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف‌یابی و توجه به رفع نیازهای فردی است. بنابراین نظام آموزشی را زمانی می‌توان موفق و کارآمد دانست که موفقیت تحصیلی فراگیران آن به بیشترین بالاترین رقم برسد. مهم‌ترین نشانه موفقیت نظام آموزشی در رسیدن به اهداف، میزان موفقیت تحصیلی فراگیران آن است. فراگیر با کسب موفقیت تحصیلی مورد تایید و پذیرش همسالان، معلمان و والدین قرار می‌گیرد و عزت نفس و احساس کفایت و لیاقت او بیشتر می‌شود، در مقابل فرد با شکست تحصیلی، به توانایی و کفایت خود شک می‌کند و احساس بی‌کفایتی، بی‌لیاقتی و حقارت می‌کند و از ادامه تحصیل و یادگیری باز می‌ماند.

نتایج پژوهش حاضر و پژوهش‌های مشابه آن حاکی از این حقیقت هستند که مدیریت دانش، در زمینه یادگیری خودکنترلی و خود نظارتی ویژگی‌های مثبتی دارند که می‌توانند در کاهش مشکلات درک مطلب دانش‌آموزان مؤثر واقع شوند. بنابراین، معلمان مدارس و مربیان می‌توانند از روش‌های فراشناختی برای

به‌کار بگیرند و همچنین مطالعات پیگیری جهت بررسی تداوم اثربخشی این آموزش‌ها در طول زمان انجام گیرد.

پیشنهادات برای محققان آینده

در آخرین بخش این تحقیق، پیشنهادهایی برای انجام پژوهش‌های آتی برای محققین علاقه‌مند در این زمینه ارائه می‌شود، تا چراغ راه تحقیقات در این زمینه روشن و برافروخته باشد.

- اضافه کردن و بررسی متغیرهای دیگر به متغیرهای بررسی شده در این پژوهش و تعریف ابعاد برای آن
- آزمودن مدل در دیگر استان‌های کشور
- هر چند در این تحقیق فرضیه‌هایی تایید شد اما به محققان پیشنهاد می‌گردد تا در مطالعات آینده به بررسی دوباره این فرضیه‌ها در جامعه آماری و شرایط دیگری پرداخته شود
- شناسایی و رتبه بندی عوامل موثر بر یادگیری خودکنترلی و خودنظارتی با استفاده از روش تحلیل سلسه مراتبی AHP.

کاهش مشکلات درک مطلب دانش‌آموزانی که در درک مطلب مشکل دارند استفاده کنند. همچنین، معلمان در کلاس‌های درسی خود می‌توانند تحت عنوان اقدام پژوهی از راهبردهای فراشناختی در جهت بهبود مشکلات درک مطلب دانش‌آموزان استفاده کنند. البته آموزگاران باید راهبردها را طوری ارائه دهند که قابل کاربردی در همه تکالیف و حیطه‌های مختلف درسی باشد، نه فقط یک درس و یا واحد خاص. آن‌ها همچنین باید فرصت‌هایی را برای دانش‌آموزان جهت تمرین راهبردهای آموزش داده فراهم کنند. زیرا تمرین این راهبردها، آن‌ها را به سمت یک وضعیت خودکار پیش خواهد برد.

آموزگاران می‌توانند مهارت خودنظم‌بخشی را در هر کلاس درسی در دانش‌آموزان پرورش دهند. همچنین طراحان برنامه‌های آموزشی و کتب درسی می‌توانند فرآیندهای یادگیری خودنظم‌یافته در خواندن درس‌ها آشنا کنند و آنان را بر آن دارد که این فرآیندها را در برنامه‌ها و کتب درسی بگنجانند. علاوه بر این، می‌توانند آنان را ترغیب کنند که استراتژی‌های خودنظم‌بخشی خواندن را در کتب و دوره‌های آموزشی سطوح متوسط و پیشرفته بگنجانند و یا از آنها در کلاس‌هایی متشکل از هر دو سطح مذکور استفاده کنند.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش این است که نمونه مورد مطالعه فقط یک جنس (دختر) را شامل می‌شود بنابراین نتایج تحقیق قابل تعمیم به جنس دیگر (پسر) نیست. پژوهش حاضر فقط مقطع ابتدایی را مورد بررسی قرار داده، بنابراین نتایج قابل تعمیم به مقاطع دیگر نیست. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده آموزش خودنظارتی و خودکنترلی برای دانش‌آموزان با سایر ناتوانی‌های یادگیری و اختلالات رفتاری

منابع

7. Babaei, A (2005). "Combining knowledge management and organizational learning", Tadbir, No . 146, pp. 38 -41. [Persian] .
 8. Bartol, K. M., & Srivastava, A (2002). "Encouraging knowledge sharing: The role of organisational reward systems". Journal of Leadership and Organisational Studies, 9(1), 64 -76.
 9. Callan GL, Cleary TJ, Examining cyclical phase relations and predictive influences of self-regulated learning processes on mathematics task performance, Metacognition and Learning, 2019, Volume 14, Issue 1, pp 43-63.
 10. Delisi, M. (2014). Low Self-Control Is a Brain-Based Disorder. SAGE Publications Ltd.
 11. Emadi S, Mohammadi N. [Comparison of Self-Monitoring Levels between Patients with Social Anxiety and Normal Individuals]. J Soc Issue Hum. 2014;2(10):157-61.
 12. Follmer DJ, Sperling RA, Examining the Role of Self-Regulated Learning Microanalysis in the Assessment of Learners' Regulation - The Journal of Experimental Education, Volume 87, 2019 - Issue 2, Pages 269-287.
 13. Ghalavand, Z., and Bozorgi, A (2015). "Investigate the relationship between organizational learning and knowledge management in Masjed Soleiman Oil and Gas Exploitation Company", Journal of information and knowledge management, first year, second edition, pp. 117 -128 . [Persian]
 14. Ghoobaribanab A, Afroz GH, Hasanzadeh S, Bakhshi J, Parizad H. The effect of education metacognitive strategies oriented thinking and self-regulatory on reading comprehension of students with reading difficulties. Journal of Learning Disabilities. 2012, 1(2). 97-77.
 15. Hawe E, Lightfoot U, Dixon H, First-year students working with exemplars: promoting self-efficacy, self-monitoring and self-regulation, Journal of Further and Higher Education , Volume 43, 2019 - Issue 1, Pages 30-44.
 16. Kim S, Nor M, The effects of self-regulated learning strategies on preschool children's self-efficacy and performance in early writing, International Journal of Education, 11(2), 99-108.
۱. ادوارد، بریان، ۱۳۸۹، رهنمون‌هایی به سوی پایداری، ویرایش دوم، مترجم: ایرج شهروز تهرانی، نشر مهرآزان، تهران، صفحه ۱۴۱.
 ۲. حاتمی، زهرا. (۱۳۹۰). آموزش راهبردهای خودکنترلی رفتار (راهبردهای روانشناختی). فصلنامه رشد آموزش مشاور مدرسه، (۴)، ۵۵-۵۲.
 ۳. سند تحول بنیادین آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران (۱۳۹۲)، وزارت آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزش.
 ۴. کامل نیا، حامد، ۱۳۸۵، "دستور زبان طراحی محیط‌های یادگیری مفاهیم و تجربه ها"، چاپ دوم، تهران: سبحان نور.
 ۵. محمصص، مرضیه، معتمدلنگرودی، فرشته، ابعاد خود کنترلی در اخلاق شهروندی براساس آموزه‌های علوی (ع)، فصلنامه اخلاق زیستی، سال ششم، شماره بیست و یکم، پاییز ۱۳۹۵، صص ۷۴-۸۸.
 ۶. ورکمن، ادوارد. کاتره آلن. ام. آموزش خود کنترلی رفتار به دانش آموزان، ترجمه محمد اسماعیل، الهه، ۱۳۸۳۶. انتشارات دانش.

17. Kitsantas A, Kolovelonis A, Gorozidis GS, Kosmidou E, Connecting Self-regulated Learning and Performance with High School Instruction in Health and Physical Education, *Connecting Self-regulated Learning and Performance with Instruction Across High School Content Areas*, 2018, pp 351-373.
18. Madhoushi, M and Nurnezhad Vanush, V (2014). " impact knowledge management enablers on the empowerment of small and medium companies: Mediating Role of Knowledge Management Process", *Resource Management Research*, Volume 3, Number 2, S91 -110 . . [Persian]
19. Masters J, Hollon C, Steven D, Burish T, Rimm G, David C. Behavior therapy, By Harcourt Brace Jovanovich/ Inc. *J Dev Psychol*. 2007;3:287-92.
20. Menzies HM, Lane KL, Lee JM. Self-Monitoring Strategies for Use in the Classroom: A Promising Practice to Support Productive Behavior for Students with Emotional or Behavioral Disorders. *Beyond Behav*. 2009;18(2):27-35.
21. Nije Bijvank M, Tonnaer GH and Jolles J, Self-perceived Problems in Sleeping and in Self-control Are Related to First Year Study Success in Higher Education. 2017, 2:14. doi: 10.3389/feduc.2017.00014.
22. Nonaka, I., & Takeushi, H (1995). "The knowledge -creating company: How Japanese companies create the dynamics of innovation". New York: Oxford University Press.
23. Obi J, Obi I, Nwankwo C. Modification of Anxiety Using Self Control Techniques. *Res J Organ Psychol Educ Stud*. 2013;2(3):104.
24. Pentland B. T (1995). "Information system and organizational learning: The social epistemology of organizational knowledge system". *Accounting, Management and Information Technologies*, 5(1), 1 - 21.
25. Probst, G., Raub, S. & Romhardt, K (2000), "Managing Knowledge: Building Blocks for Success", New York : John Wiley & Sons.
26. Rispoli M, Zaini S, Mason R, Brodhead M, Burke MD, Gregoria E, A systematic review of teacher self-monitoring on implementation of behavioral practices, *Teaching and Teacher Education* Volume 63, April 2017, Pages 58-72.
27. Rowley, J (2000). "Knowledge organization for a new millennium: principles and processes" . *Journal of Knowledge Management*, Volume 4. Number 3. pp. 217-223.
28. Stiller AK, Kattner MF, Gunzenhauser C, The effect of positive reappraisal on the availability of self-control resources and self-regulated learning, *Educational Psychology, Journal of Experimental Educational Psychology*, Volume 39, 2019 - Issue 1, Pages 86-111.
29. SW Gangestad, M Snyder -Self-monitoring: Appraisal and reappraisal. *Psychological bulletin*, 2000 - psycnet.apa.org.
30. Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL - High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success *Journal of personality*, 2004 - Wiley Online Library.
31. Workman A, Edward F, Katz R, Alan M. Teaching behavioral self-control to students. 2nd ed: RO-ED / Inc; 2008.
32. Xin JF, Sheppard ME, Brown M, Brief Report: Using iPads for Self-Monitoring of Students with Autism, *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2017, Volume 47, Issue 5, pp 1559–1567.
33. Zhu Y, Wing Au, Yates G, University students' self-control and self-regulated learning in a blended course, *The Internet and Higher Education*, Volume 30, July 2016, Pages 54-62