

ارائه الگوی راهبردهای یادگیری از منظر فراشناختی دانش‌آموزان متوسطه در دوره بیماری کرونا با رویکرد تفسیرگرایی

Present a research model of learning strategies from the metacognitive perspective of students during the COVID-19 pandemic, using an interpretive approach

علی یگانه پیش کناری^۱، * علیرضا عصاره^۲، مریم صفرنواده^۳، محمد آرمند^۴

چکیده

Abstract

The present study aimed to develop and validate a model of metacognitive learning strategies during the COVID-19 pandemic, emphasizing an interpretive and psychometric approach. The research was fundamental-applied in purpose and employed a qualitative grounded theory methodology. The study population consisted of teachers and principals of upper secondary schools in Rasht, Iran, selected through multistage cluster sampling. Data were collected through semi-structured interviews, and data credibility and reliability were confirmed through expert review and inter-coder agreement. Data analysis was conducted using open, axial, and selective coding, resulting in the extraction of 555 open codes. The qualitative findings led to the identification of categories such as family problems, social isolation, neuroticism, gender exploitation, family, legal, and civil support, lack of capacity building, de-skilling, insufficient physical and psychological reinforcement, lack of motivation and technological acceptance, social vitality, goal orientation, social cohesion, increased interaction, preservation of family unity, self-confidence, and self-esteem. These categories were used as core constructs and indicators in the psychometric development and validation of the proposed model.

هدف پژوهش حاضر، تدوین و اعتباریابی الگوی راهبردهای یادگیری فراشناختی دانش‌آموزان در دوره شیوع بیماری کرونا با تأکید بر رویکرد تفسیرگرایی و روان‌سنجی بود. این پژوهش از نظر هدف بنیادی-کاربردی و از نظر روش، کیفی و با استفاده از نظریه‌پردازی داده‌بنیاد انجام شد. جامعه پژوهش شامل معلمان و مدیران مقطع متوسطه دوم شهر رشت بود که به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته گردآوری و روایی داده‌ها با بازبینی خبرگان و پایایی از طریق توافق بین کدگذاران تأیید شد. تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام گرفت و در مجموع ۵۵۵ کد باز استخراج شد. نتایج تحلیل کیفی به شناسایی مقوله‌هایی نظیر مشکلات خانوادگی، انزوای اجتماعی، روان‌رنجوری، استثمار جنسیتی، حمایت‌های خانوادگی، قانونی و مدنی، نبود ظرفیت‌سازی، مهارت‌زدایی، فقدان تقویت جسمی و روانی، کاهش انگیزه، عدم مسئولیت‌پذیری، فقدان دانش و پذیرش فناوریانه در آموزش، شادابی اجتماعی، هدف‌گرایی، انسجام اجتماعی، افزایش تعاملات، حفظ کانون خانواده، اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس انجامید که این مقوله‌ها به‌عنوان سازه‌ها و شاخص‌های اولیه در طراحی و اعتباریابی روان‌سنجی الگوی پیشنهادی مورد استفاده قرار گرفتند.

واژه‌های کلیدی: روان‌سنجی، اهمال‌کاری، خودکارآمدی تحصیلی، راهبردهای یادگیری، فراشناخت، فرسودگی تحصیلی، بیماری کرونا

Keywords: Psychometrics, Procrastination, Academic Self-Efficacy, Learning Strategies, Metacognition, Academic Burnout, COVID-19

۱. دانشجوی دکتری تخصصی رشته برنامه ریزی درسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استاد گروه علوم تربیتی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول) Alireza_assareh@yahoo.com

۳. دانشیار عضو هیات علمی، معاونت آموزشی وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، تهران، ایران.

۴. دانشیار پژوهشگرده تحقیق و توسعه علوم انسانی (سمت)، تهران، ایران.

مقدمه

در عصر حاضر، جهان با سرعتی فزاینده به سمت پیشرفت و تحول در عرصه‌های مختلف در حرکت است، به گونه‌ای که زندگی انسان‌ها و مناسبات بین آن‌ها را به طور عمیق تحت تأثیر قرار داده است. یکی از اقدامات اساسی دولت‌ها برای همگامی با این پیشرفت‌ها، تغییر نگرش به آموزش در سطوح مختلف و تربیت نسلی نوآور و توانمند است. امروزه، تربیت نیروی انسانی کارآمد با ویژگی‌های فرهنگی، اجتماعی و ارزش‌های خاص هر جامعه، به عنوان یکی از زیرساخت‌های کلیدی توسعه و پیشرفت شناخته می‌شود (Hassani, 2006). در دنیای رقابتی و پرشتاب کنونی، سازمان‌ها برای بقا و پویایی خود ناگزیر به نوآوری در آموزش و ایجاد تغییرات مستمر هستند. مدیریت این تغییرات سریع، یکی از عوامل اساسی موفقیت سازمان‌ها محسوب می‌شود (Bakhshi, 2011).

یکی از موانع مهم در مسیر موفقیت تحصیلی، پدیده‌ی اهمال‌کاری تحصیلی است که توجه بسیاری از پژوهشگران را به خود جلب کرده است. اهمال‌کاری تحصیلی به تمایل غیرمنطقی افراد به تأخیر انداختن شروع یا انجام تکالیف درسی اشاره دارد. دانش‌آموزان ممکن است قصد انجام تکالیف را داشته باشند، اما در عمل نتوانند خود را برای انجام آن برانگیزانند (Ferrari, 2012). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اهمال‌کاری در میان دانش‌آموزان شیوع بالایی دارد؛ به طوری که تخمین زده می‌شود ۵۰ تا ۹۰ درصد دانش‌آموزان در انجام تکالیف درسی اهمال‌کاری می‌کنند (Steel, 2007).

فراشناخت، به عنوان یکی از مفاهیم بنیادین در روانشناسی تربیتی و علوم شناختی، به فرآیندهایی اشاره دارد که فرد از طریق آن‌ها می‌تواند بر یادگیری خود نظارت کرده و آن را هدایت کند (Khaniani, 2021). در واقع، فراشناخت شامل شناخت فرد از فرآیندهای یادگیری خود و توانایی برنامه‌ریزی، نظارت و ارزیابی این فرآیندها است. دانش‌آموزانی که از توانایی‌های فراشناختی قوی‌تری برخوردارند، معمولاً در یادگیری موفق‌تر عمل می‌کنند، زیرا می‌توانند به طور مستقل و مؤثر از منابع یادگیری استفاده کرده و مشکلات یادگیری خود را بهبود بخشند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که استفاده از راهبردهای یادگیری فراشناختی تأثیر قابل توجهی بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان دارد (Akbari, 2021). بنابراین، بررسی و تحلیل این راهبردها از منظر فراشناختی می‌تواند به بهبود روش‌های آموزشی و ارتقای کیفیت یادگیری کمک کند. شناخت دقیق‌تر از چگونگی استفاده دانش‌آموزان از این راهبردها و تأثیر آن‌ها بر عملکرد تحصیلی، می‌تواند به طراحی برنامه‌های آموزشی مؤثرتر و کارآمدتر منجر شود.

در محیط‌های آموزشی، یکی از اهداف اصلی معلمان و مربیان، توسعه توانایی‌های فراشناختی دانش‌آموزان است. این توانایی‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا یادگیری خود را بهتر سازماندهی کنند، از اشتباهات خود درس بگیرند و راهبردهای مؤثرتری برای حل مسائل بیابند. راهبردهای یادگیری فراشناختی شامل مجموعه‌ای از تکنیک‌ها و روش‌هایی است که دانش‌آموزان می‌توانند برای بهبود فرآیند یادگیری خود از آن‌ها استفاده کنند. این راهبردها شامل برنامه‌ریزی، نظارت بر پیشرفت، ارزیابی عملکرد و تنظیمات استراتژیک برای بهبود مستمر است. در این راهبردها، متغیرهای مرتبط با «خود» مانند خودکارآمدی، خودتنظیمی و عزت نفس مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفته‌اند (Klassen, 2010; as cited in Miro, 2012). خودکارآمدی در یادگیری می‌تواند به بهبود عملکرد تحصیلی، خودتنظیمی و انگیزش دانش‌آموزان کمک کند، که این امر ضرورت آموزش این راهبردها را به یادگیرندگان آشکار می‌سازد (Charlotte, Gerhard, & Hans, 2008). دانش‌آموزانی که از دانش و مهارت کافی در استفاده از راهبردهای یادگیری برخوردارند، می‌توانند مهارت‌های فراشناختی، انگیزش درونی و کنترل یادگیری خود را بهبود بخشند (Charlotte, 2008).

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که بسیاری از دانش‌آموزان در دوره‌های بالای تحصیلی با مشکلاتی مانند کمبود معلومات و مهارت‌های حل مسئله مواجه هستند و قادر به نشان دادن مهارت‌هایی مانند ادراک و استنباط نیستند. با این حال، درک رویدادهای علمی برای دانش‌آموزان از اهمیت بالایی برخوردار است، زیرا مهارت حل مسئله ارتباط نزدیکی با مشکلات روزمره آن‌ها دارد. بنابراین، پرورش مهارت‌های حل مسئله (به عنوان یکی از راهبردهای فراشناختی یادگیری) برای موفقیت در سایر جنبه‌های علمی و یادگیری ضروری است (as cited in Folia, Safak, & Eis, 2008).

نظام آموزش و پرورش نیز از تغییرات مستثنی نیست. سازمان‌های آموزشی زمانی می‌توانند پایدار بمانند و بقا یابند که بتوانند دگرگونی‌های جامعه را تحمل کرده و خود را با شرایط اجتماعی هماهنگ کنند (Bosher, 2006). محیط مدرسه به عنوان یک مکان استراتژیک، نقطه شروع مناسبی برای ایجاد تغییرات است. مدارس باید هرگونه تغییر را به منظور همگامی با تحولات جهانی بپذیرند (Rajabzadeh, Lassani, & Motaherinejad, 2015). یکی از نکات کلیدی در آموزش این است که فراگیران بیاموزند چگونه یاد بگیرند، چگونه به خاطر بسپارند و چگونه مسائل را حل کنند. علاوه بر این، فراگیران باید با مؤثرترین روش‌ها و راهبردهای یادگیری آشنا شوند. راهبردهای یادگیری شامل راهبردهای شناختی و فراشناختی هستند و به یادگیرندگان در دستیابی به اهداف یادگیری کمک می‌کنند.

انتخاب و به‌کارگیری مناسب راهبردهای یادگیری فراشناختی در فرآیند آموزشی، معلمان را قادر می‌سازد تا کارایی فرآیند آموزشی را افزایش داده و علاقه دانش‌آموزان را برانگیزند. با این حال، این امر مستلزم تلاش و انعطاف‌پذیری بیشتر از سوی معلمان است. استفاده از فناوری‌های مدرن و روش‌های نوین در فرآیند یادگیری می‌تواند سطح علمی و انگیزه دانش‌آموزان را ارتقا دهد (Mujagic & Hasanovic, 2015). با توجه به اهمیت آموزش راهبردهای یادگیری و گسترش دوره‌های آموزشی، به‌ویژه در مدارس، طراحی و اجرای روش‌های نوین و خلاقانه در تدریس بیش از پیش احساس می‌شود. دانش‌آموزان در شرایط خاص، مانند بحران کووید-۱۹، باید آمادگی استفاده از نوآوری‌های تکنولوژیک در آموزش‌های رسمی و محیط‌های یادگیری آنلاین را داشته باشند. علاوه بر آمادگی معلمان، جذابیت محیط یادگیری و میزان مشارکت دانش‌آموزان نیز از عوامل تأثیرگذار در اثربخشی روش‌های تدریس و یادگیری است.

با توجه به ضرورت‌های مذکور، پژوهش حاضر با هدف بررسی روش‌های تدوین راهبردهای یادگیری از منظر فراشناختی و تأثیر آن‌ها بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه، و ارائه الگویی برای بهبود این عوامل در دوران بیماری کرونا انجام شده است. انجام این پژوهش از چند جهت حائز اهمیت است:

۱. توجه به نقش معلمان در به‌کارگیری روش‌های آموزش راهبردهای یادگیری فراشناختی در فضای مجازی: معلمان به عنوان تسهیل‌کنندگان اصلی فرآیند یادگیری، نقش کلیدی در اجرای مؤثر راهبردهای فراشناختی در محیط‌های آموزشی آنلاین دارند. این پژوهش به بررسی چگونگی به‌کارگیری این روش‌ها توسط معلمان و تأثیر آن بر یادگیری دانش‌آموزان می‌پردازد.

۲. توسعه استراتژی‌های آموزش راهبردهای یادگیری فراشناختی در فضای مجازی: با توجه به گسترش استفاده از فضای مجازی در آموزش، شناسایی و توسعه استراتژی‌های مؤثر برای آموزش راهبردهای فراشناختی در این فضا ضروری است. این پژوهش به ارائه راهکارهایی برای بهبود این فرآیند کمک می‌کند.

۳. ایجاد محیطی جذاب و خلاقانه در فضای مجازی: طراحی محیط‌های یادگیری آنلاین که از نظر فراشناختی غنی و جذاب باشند، می‌تواند مشارکت و تمایل دانش‌آموزان را برای حضور فعال در کلاس‌های مجازی افزایش دهد. این پژوهش به بررسی عوامل مؤثر در ایجاد چنین محیط‌هایی می‌پردازد.

۴. آگاه‌سازی معلمان نسبت به استراتژی‌های آموزش راهبردهای یادگیری فراشناختی: افزایش آگاهی معلمان درباره روش‌های نوین آموزش فراشناختی و نحوه به‌کارگیری آن‌ها در فضای مجازی، می‌تواند به بهبود کیفیت تدریس و یادگیری منجر شود.

با توجه به اهمیت مهارت‌های فراشناختی و کمبود پژوهش‌های موجود در این حوزه، این پژوهش به بررسی تأثیر آموزش راهبردهای یادگیری فراشناختی بر خودکارآمدی تحصیلی، کاهش اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه در دوران بیماری کرونا پرداخته است. هدف نهایی این پژوهش، ارائه الگویی برای بهبود این عوامل در شرایط بحرانی مانند همه‌گیری کووید-۱۹ است.

نتایج این پژوهش می‌تواند به غنای ادبیات موجود در حوزه راهبردهای یادگیری فراشناختی و آموزش مجازی کمک کند. همچنین، یافته‌های این مطالعه می‌تواند به عنوان پایه‌ای برای پژوهش‌های آینده در این زمینه باشد و دیدگاه‌های روشنی در مورد روش‌ها و استراتژی‌های مؤثر در آموزش راهبردهای یادگیری فراشناختی در فضای مجازی ارائه دهد. علاوه بر این، نتایج این پژوهش می‌تواند به معلمان و متولیان آموزشی کمک کند تا با انتخاب راهبردهای یادگیری مناسب و روش‌های تدریس خلاقانه، محیط‌های یادگیری مؤثرتری ایجاد کرده و دانش‌آموزان را به یادگیرندگانی مشتاق و خودکارآمد تبدیل کنند.

در نهایت، این پژوهش با ارائه راهکارهای عملی، می‌تواند به بهبود کیفیت آموزش در فضای مجازی و افزایش اثربخشی روش‌های تدریس مبتنی بر راهبردهای فراشناختی کمک کند و به عنوان مرجعی برای برنامه‌ریزی‌های آموزشی آینده مورد استفاده قرار گیرد.

جدول ۱- خلاصه تحقیقاتی داخلی و خارجی

نویسنده	سال	عنوان	نتیجه
یگانه و همکاران	۱۴۰۲	شناسایی راهبردهای یادگیری از منظر فراشناختی و بررسی اثر آن بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال کاری و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه در دوره بیماری کرونا	نتایج پژوهش نشان داد که با توجه به نتایج به دست آمده تحلیل کوواریانس در متغیر اهمال کاری تحصیلی، می‌توان گفت گروه آزمایش تغییر معناداری در اهمال کاری تحصیلی نسبت به گروه کنترل تحت تأثیر مداخله به وجود آمده است یعنی تدوین راهبردهای یادگیری از منظر فراشناختی بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه شاغل به تحصیل در مدارس ناحیه ۲ شهر رشت اثربخش است.
سام خانیانی	۱۴۰۰	اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی بر اهمالکاری تحصیلی و بهزیستی روان شناختی دانش‌آموزان	در این پژوهش بنا بر این به نظر می‌رسد، آموزش مهارت های شناختی و فراشناختی می‌تواند باعث ارتقا بهزیستی روانشناختی دانش‌آموزان شده و تکنیک‌های موثری را برای مقابله با اهمالکاری ارائه کند.
قدم پور و بیرانوند	۱۳۹۸	تأثیر آموزش راهبردی یادگیری شناختی و فراشناختی بر اهمالکاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان	نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش راهبرد های یادگیری شناختی و فراشناختی به طور معناداری باعث کاهش اهمالکاری تحصیلی و افزایش خودکارآمدی در دانش‌آموزان گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل گردیده است همچنین این اثر تا مرحله پیگیری حفظ شده بود.
طهماسبی و همکاران	۱۳۹۷	تأثیر راهبردهای فراشناختی بر انگیزه پیشرفت و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه ششم ابتدایی	نتایج تحلیل کوواریانس یکرهه نشان داد که آموزش راهبردهای یادگیری در بعد فراشناختی، بر فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان تأثیرگذار است و موجب کاهش آن در گروه آزمایش می‌گردد. در حالی که تفاوت معناداری بین دو گروه کنترل و آزمایش از لحاظ انگیزش پیشرفت تحصیلی مشاهده نشد.
ولی‌زاده و همکاران	۱۳۹۳	پیش بینی اهمالکاری تحصیلی دانشجویان براساس عوامل شناختی، هیجانی، انگیزشی و جنسیت	متغیرهای تردید در کارها، و ارزش گذاری بیرونی نسبت به اهداف، پیش بینی کننده های مثبت اهمالکاری و متغیرهای خودکارآمدی، علاقه به رشته، سازماندهی، جهت گیری مهارت مدار گرایشی و جهت گیری عملکرد مدار گرایشی، پیش بینی کننده های منفی اهمالکاری تحصیلی دانشجویان هستند
گراس و همکاران	۲۰۲۰	معرفی روشی ابتکاری برای آموزش حقوق، موارد حقوقی مجازی	نتایج حاکی از این بود که همکاران و کارشناسان حقوق اطمینان دارند که استفاده از روش VLC راهی ارزشمند برای آموزش استدلال قانونی و تصمیم‌گیری است و VLCها ابزاری را در اختیار دانشجویان قرار می‌دهند که به آن‌ها امکان می‌دهد تا ببینند چگونه زمینه‌های قانونی به هم پیوسته‌اند.
حیات و همکاران	۲۰۲۰	خودکارآمدی تحصیلی، هیجانات مرتبط با یادگیری و راهبردهای یادگیری فراشناختی با عملکرد تحصیلی در دانشجویان پزشکی: یک مدل معادلات	نتایج مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد که خودکارآمدی دانش‌آموزان بر هیجان‌های مرتبط با یادگیری و راهبردهای یادگیری فراشناختی آن‌ها تأثیر می‌گذارد و به نوبه خود بر عملکرد تحصیلی

<p>دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد. علاوه بر این، هیجان‌های مرتبط با یادگیری بر راهبردهای یادگیری فراشناختی تأثیر می‌گذارند که به نوبه خود تأثیر هیجان‌ها بر عملکرد تحصیلی را واسطه می‌کنند. نتایج این مطالعه نشان داد که راهبردهای فراشناختی و هیجان‌های مرتبط با یادگیری می‌توانند نقش واسطه‌ای در رابطه بین خودکارآمدی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشند.</p>	<p>ساختاری</p>		
<p>دانشجویان مرد که از ابزار واقعیت مجازی سه بعدی استفاده می‌کردند نسبت به مردانی که از روش‌های سنتی استفاده می‌کردند، نمره دانش کوتاه مدت و بلند مدت بالاتری داشتند. با این حال، در زمانی که از روش‌های سنتی استفاده می‌کردند نسبت به زمانی که از ابزار واقعیت مجازی سه بعدی استفاده کرده بودند، نمره دانش کوتاه مدت به طور قابل توجهی بالاتر بود.</p>	<p>تعیین اثربخشی آموزش و دوره‌های مجازی سه بعدی در حفظ دانش در مقایسه با روش‌های سنتی آموزش</p>	<p>۲۰۲۰</p>	<p>الحربی و همکاران</p>
<p>یافته‌ها نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که معتقدند توانایی یادگیری و انجام وظایف تحصیلی خود را دارند، در اتخاذ راهبردهای فراشناختی برای دستیابی به اهداف یادگیری مؤثرتر از دانش‌آموزانی هستند که چنین باورهای خوش‌بینانه را حفظ نمی‌کنند. لذا توصیه می‌شود مسئولان دانشگاه علوم پزشکی شیراز با ارائه دوره‌های آموزشی، زمینه‌های تقویت خودکارآمدی و راهبردهای یادگیری فراشناختی دانشجویان را فراهم کنند. در این دوره‌ها باید به دانش‌آموزان به صراحت آموزش داده شود که چگونه یک استراتژی یادگیری خاص اتخاذ می‌شود، چرا مهم است و چه زمانی و چگونه برای کار خاص اعمال می‌شود.</p>	<p>نقش خودکارآمدی تحصیلی در بهبود راهبردهای یادگیری فراشناختی دانش‌آموزان</p>	<p>۲۰۱۹</p>	<p>حیات و همکاران</p>

روش

این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع، اهداف و سؤالات تحقیق، از نظر هدف، بنیادی-کاربردی و از نظر داده‌ها، کیفی است. از نظر روش اجرا، از روش داده‌بنیاد (مصاحبه با خبرگان) و الگوهای پیمایشی استفاده شد. جامعه آماری شامل معلمان و مدیران مقطع متوسطه دوم شهر رشت بود. برای تبیین و شفاف‌سازی "تدوین راهبردهای یادگیری از منظر فراشناختی و تأثیر آن بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان"، از رویکرد نظریه زمینه‌ای و ابزار مصاحبه برای گردآوری داده‌های کیفی استفاده شد. ارائه این نظریه مستلزم گردآوری داده‌های متنی و مصاحبه‌های عمیق بود. لذا، روش مصاحبه عمیق به عنوان مهم‌ترین فن گردآوری داده‌های زمینه‌ای محسوب شد. همچنین، از روش‌های مشاهده، مشاهده مشارکتی و گردآوری مدارک به عنوان روش‌های مکمل استفاده گردید. پس از اخذ مجوز از اداره آموزش و پرورش شهرستان رشت و هماهنگی با مدیریت آموزش و پرورش شهر رشت، مدارس هدف برای اجرای پژوهش انتخاب شدند و نمونه‌گیری با هماهنگی عوامل اجرایی مدارس انجام گرفت.

در این پژوهش، برای گردآوری داده‌های مرتبط با راهبردهای یادگیری فراشناختی دانش‌آموزان، علاوه بر روش کتابخانه‌ای (جهت شناسایی متون مرتبط)، از مصاحبه با خبرگان (مدیران و معلمان خبره در شهرستان رشت) استفاده شد. همچنین،

برای افزایش اعتبار و قابلیت اعتماد داده‌ها، از روش مثلث‌سازی (سه‌سویه‌سازی) استفاده گردید. این روش شامل چهار نوع بود: مثلث‌سازی منابع داده‌ها (استفاده از منابع متعدد)، مثلث‌سازی محقق (استفاده از چند محقق)، مثلث‌سازی روش‌شناختی (استفاده از ابزارهای مختلف مانند مصاحبه و مشاهده)، و مثلث‌سازی نظریه (استفاده از دیدگاه‌های مختلف در تحلیل داده‌ها). ابزار اصلی گردآوری داده‌ها، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته بود که با خبرگان انجام شد. سؤال اصلی این مصاحبه‌ها شناسایی راهبردهای یادگیری فراشناختی دانش‌آموزان بود. برای کمک به مصاحبه‌شوندگان، فهرستی از ابعاد و مؤلفه‌های راهنما بر اساس مطالعات پیشین تهیه و در اختیار آن‌ها قرار گرفت. در حین مصاحبه، سؤالات فرعی نیز مطرح شد تا ذهن مصاحبه‌شوندگان را به چالش بکشد. مصاحبه‌شوندگان در پاسخگویی آزاد بودند، اما در چارچوب اهداف تحقیق. در صورت انحراف از موضوع، به شیوه‌ای اخلاقی و با رعایت ادب و نزاکت به آن‌ها اطلاع داده می‌شد تا از آزار آن‌ها و خدشه‌دار شدن نتایج جلوگیری شود.

روش شناسی :

در این پژوهش، از روش تحقیق کیفی با رویکرد تفسیرگرایی استفاده شده است. این رویکرد به دنبال درک و تفسیر تجربه‌ها و دیدگاه‌های افراد مورد مطالعه است (Denzin & Lincoln, 2017). نمونه‌گیری در این پژوهش، روش نمونه‌گیری هدفمند (Purposeful Sampling) بوده است. نمونه‌گیری هدفمند به این معناست که مشارکت‌کنندگان بر اساس تجربه و دیدگاه‌هایشان در زمینه مورد مطالعه انتخاب می‌شوند (Patton, 2015). در این پژوهش، دانش‌آموزان متوسطه به عنوان مشارکت‌کنندگان انتخاب شده‌اند زیرا آنها تجربه یادگیری در دوره بیماری کرونا را داشته‌اند. ابزارهای مناسب جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش، مصاحبه نیمه ساختار یافته و گروه‌های کانونی بوده‌اند. مصاحبه نیمه ساختار یافته به محقق اجازه می‌دهد تا به صورت عمیق و تفصیلی به بررسی دیدگاه‌ها و تجربه‌های مشارکت‌کنندگان بپردازد (Kvale, 2007). گروه‌های کانونی نیز به محقق اجازه می‌دهد تا به بررسی تعاملات و گفتگوهای بین مشارکت‌کنندگان بپردازد (Krueger & Casey, 2014). همچنین از ابزار استاندارد پرسشنامه برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه استاندارد راهبردهای یادگیری فراشناختی (Metacognitive Learning Strategies Questionnaire) بوده است.

روایی محتوایی (Content Validity) این پرسشنامه توسط متخصصان آموزشی و روانشناسی تایید شده است (Zimmerman, 2000). همچنین، پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ (Cronbach's Alpha) بررسی شده است که مقدار آن برابر با ۰,۸۵ گزارش شده است (Pintrich & De Groot, 1990). همچنین، پرسشنامه دیگری با عنوان پرسشنامه خودتنظیمی (Self-Regulation Questionnaire) مورد استفاده قرار گرفت که روایی آن توسط پژوهشگران مختلف تایید شده است (Solomon & Rothblum, 1986). ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه، برابر با ۰,۸۲ بوده است.

روش تجزیه و تحلیل داده در این پژوهش، تحلیل مضمون (Thematic Analysis) بوده است. تحلیل مضمون به محقق اجازه می‌دهد تا به شناسایی و تفسیر الگوها و مضامین در داده‌ها بپردازد (Braun & Clarke, 2006). در این پژوهش، داده‌ها از طریق مصاحبه‌ها و گروه‌های کانونی جمع‌آوری شده و سپس با استفاده از تحلیل مضمون، الگوها و مضامین در داده‌ها شناسایی و تفسیر شده‌اند.

همچنین سیر و مراحل انجام این پژوهش به شرح زیر بوده است:

۱. طراحی پژوهش: در این مرحله، موضوع پژوهش، اهداف و روش شناسی پژوهش تعیین شده است.
۲. نمونه‌گیری: در این مرحله، دانش‌آموزان متوسطه به عنوان مشارکت‌کنندگان انتخاب شده‌اند.

۳. جمع‌آوری داده‌ها: در این مرحله، مصاحبه‌ها و گروه‌های کانونی با مشارکت کنندگان انجام شده است.
۴. تحلیل داده‌ها: در این مرحله، داده‌ها با استفاده از تحلیل مضمون تجزیه و تحلیل شده‌اند.
۵. تفسیر نتایج: در این مرحله، نتایج پژوهش تفسیر شده و الگوها و مضامین در داده‌ها شناسایی شده‌اند.

شیوه اجرا:

پس از تعیین سؤالات پژوهشی، با انتخاب کلیدواژه‌های مرتبط و جستجوی این عبارات در پایگاه‌های داده، منابع مرتبط شناسایی شدند. منابعی که معیارهای ورود به مطالعه را دارا بودند، مورد بررسی قرار گرفتند و داده‌ها از طریق روش کدگذاری استخراج شدند.

استخراج و تحلیل اطلاعات:

در مرحله بعد، اطلاعات از مستندات و منابع تأییدشده استخراج شد. برای این منظور، از روش کدگذاری باز و محتوایی (محوری) استفاده گردید. در این فرآیند، بیش از ۵۵۵ کد باز از منابع تأییدشده مطابق با جدول ۲ استخراج شد. این جدول شامل شرح اصلی هر کد باز، شماره کد و مرجع مربوط به هر کد است.

کدگذاری باز به فرآیند نسبت‌دادن کدهای مفهومی و مقوله‌ای به کوچک‌ترین واحدهای معنادار از محتوای متنی هدف اشاره دارد. این روش معمولاً با کدگذاری اولیه و کدگذاری متمرکز (کانونی) توضیح داده می‌شود. کدگذاری باز به عنوان پایه‌ای برای مفهوم‌سازی در نظریه داده‌بنیاد عمل می‌کند و با جمع‌آوری داده‌های پراکنده در کانون مقولات، به آن‌ها قدرت معنایی می‌بخشد. واحدهای معنادار داده‌ها می‌توانند شامل یک جمله کوتاه، بخشی از یک پاراگراف یا حتی چند پاراگراف از محتوای متنی باشند. گزاره‌ها بر اساس مضامین و مفاهیم آن‌ها به مقوله‌های مرتبط تقسیم‌بندی می‌شوند. این فرآیند نیازمند تفکر خلاق و مفهوم‌سازی عمیق از گزاره‌ها است. به این ترتیب، هر واحد متنی برچسب مفهومی دریافت می‌کند و به تدریج، از مفاهیم کوچک، طیف‌های مفهومی تشکیل می‌شود. از هر طیف مفهومی، یک مقوله استخراج می‌شود و در نهایت، تمام داده‌ها عنوان‌بندی و نشانه‌گذاری می‌شوند. مقوله‌های به‌دست‌آمده در ستون‌های مشخصی ثبت می‌شوند (فراستخواه، ۱۳۹۵).

در جدول ۲، نمونه‌هایی از گزاره‌های استخراج‌شده برای برخی مفاهیم ارائه شده است. با توجه به حجم بالای گزاره‌ها، گزارش کامل کدهای اولیه (مفاهیم) استخراج‌شده از گزاره‌ها در بخش پیوست پژوهش گنجانده شده است. در ادامه، نتایج حاصل از کدگذاری باز داده‌های تحقیق مورد بررسی قرار می‌گیرد.

جدول ۲- جدول کد باز(کدگذاری باز)

ردیف	کد	شرح اصلی کد باز	کد باز
۱	C:1-001	همه‌گیری ویروس کرونا و تعطیلی اجباری آموزش‌ها و هدایت مدارس به سمت آموزش غیرحضوری از اواخر سال ۹۸ تا کنون به کیفیت آموزشی و تامین نیازهای تربیتی و اجتماعی دانش‌آموزان صدمه زده است	آموزش غیرحضوری کیفیت آموزش تامین نیازهای تربیتی و اجتماعی
۲	C:2-001	به نیازهای روحی و تربیتی که یکی از موضوعات اساسی زندگی افراد است به صورت کامل پاسخ داده نشد.	نیازهای روحی و تربیتی
۳	C:3-001	فضای فیزیکی مدارس با شیوع ویروس کرونا تعطیل شد درحالی که این فضا در تعاملات اجتماعی و فعالیت‌های زیستی و ارتقای سطح مهارت‌های دانشجویان نقش بسیار مهمی دارد.	تعاملات اجتماعی فعالیت‌های زیستی ارتقای سطح مهارت‌های دانشجویان
۴	C:1-002	فعالیت‌های تربیتی، فرهنگی، هنری، ورزشی و پرورشی مدارس که نقش موثری در انسان‌سازی، تقویت باورها، مهارت‌افزایی و رشد شخصیتی دارند.	فعالیت‌های تربیتی، فرهنگی، هنری، ورزشی انسان‌سازی تقویت باورها مهارت‌افزایی رشد شخصیت
۵	C:2-002	در این شرایط خاص کرونایی و حتی عادی خانواده‌ها باید با فراگیری و مطالعه، وقت بیشتری برای تربیت صحیح فرزندان بگذارند تا سر نخ تربیت کودکان آنان از دستشان خارج نشده و به بستر فضای مجازی که چون تیغ دولبه عمل می‌کند، نیفتد.	توجه به تربیت فرزندان تقویت رابطه والد-فرزندان
۶	C:3-002	حضور اجتماعی جذابیت و شادابی را برای دانشجویان به همراه دارد و امروز این قرنطینه‌ها و محدودیت‌های کرونایی موجب خستگی روحی آنها شده است.	حضور اجتماعی جذابیت و شادابی خستگی روحی
۷	C:4-002	در آموزش مجازی تعامل و همکاری وجود ندارد و این آسیب جدی است درحالی که آموزش حضوری کلاس در معلم سرشار آموزه‌های علمی و تربیتی است.	عدم تعامل و همکاری اثربخش بودن کلاس‌ها به صورت حضوری
۸	C:5-002	برای رفع مشکلات تربیتی ناشی از دوران کرونا در دانشجویان باید برنامه بلند مدت تدوین شود تا اینکه نیازهای تربیتی و آموزشی را رفع کنیم.	تدوین برنامه بلندمدت توجه به نیازهای تربیتی و آموزشی
۹	C:1-003	تامین نیازهای تربیتی و آموزشی دانشجویان به برنامه‌ریزی جامع و خلاقانه متناسب با شرایط امروز نیاز دارد زیرا با مطالعه و برنامه‌ریزی قادر به پیشبرد برنامه‌ها و کاهش آسیب‌های اجتماعی خواهیم بود.	برنامه‌ریزی جامع و خلاقانه توجه به نیازهای تربیتی و آموزشی پیشبرد برنامه‌های آموزشی کاهش آسیب‌های اجتماعی
۱۰	C:2-003	تربیت، هدایت کردن افراد به سمت ارزش‌های والای انسانی است لذا این هدایت در خانه و مدرسه باید به گونه‌ای باشد که افراد این ارزش‌ها را پذیرفته و آن را در زندگی فردی و اجتماعی خود به کار بینندند	هدایت و تربیت فرزندان توجه به ارزش‌ها
۱۱	C:1-007	یکی از مهمترین تغییرات در حوزه آموزش در عصر	شکل‌گیری نظام آموزش یادگیرنده محور

اطلاعات، شکل گیری نظام آموزش یادگیرنده محور در کنار نظام آموزش معلم محور			
گسست فکری و عاطفی و ضعیف رابطه والد-فرزند	گسست فکری و عاطفی بین والدین و فرزندان	C:2-007	۱۲
نا امیددی و گسست فکری	سرخوردگی دانشآموزان و معلمان در آموزش مجازی	C:3-007	۱۳
استرس و دلهره	استرس و دلهره والدین از عدم یادگیری	C:4-007	۱۴
کاهش اعتماد به نفس	کاهش اعتمادبه نفس دانشجویان و دلسردی از یادگیری	C:5-007	۱۵
ترس والدین از فضای مجازی	دل نگرانی‌های والدین که از موبایل به دست شدن فرزندان و ورود او به محیط اینستاگرام و شبکه های اجتماعی می گوید.	C:7-007	۱۶
استفاده از فضای مجازی بدون نظارت خانواده اتلاف زمان یادگیری	استفاده از فضای مجازی بدون نظارت خانواده ها قطعاً آسیب‌هایی را برای کودک و نوجوان به همراه دارد و گاه باعث می‌شود کودک یا نوجوان وقت زیادی را در فضای مجازی باشد	C:1-008	۱۷
تحلیل رفتن انرژی روانی عدم تمرکز	استفاده بیش از حد از فضای مجازی موجب تحلیل رفتن انرژی روانی و عدم تمرکز می شود.	C:2-008	۱۸
احساس بی حوصلگی و افسردگی عدم ارتباط واقعی و رو احساس انزوا و تنهایی	یکی دیگر از آسیب‌های استفاده بیش از حد از فضای مجازی، احساس بی حوصلگی و افسردگی است. در فضای مجازی کودک یا نوجوان ارتباط واقعی و رو در رو ندارد و این باعث می‌شود احساس انزوا و تنهایی در او شکل بگیرد	C:1-010	۱۹
فرایند جامعه پذیری و اجتماعی شدن احساس تنهایی افسردگی رفتارهای پرخاشگرانه	یکی از کارکردهای اصلی مدارس و دانشگاه ها فرایند جامعه پذیری و اجتماعی شدن است و هم‌اکنون به دلیل شرایط کرونا و خانه‌نشینی دانش آموزان، احساس تنهایی، باعث افسردگی و بی حوصلگی آنها می‌شود و ممکن است رفتارهای پرخاشگرانه هم داشته باشند	C:2-010	۲۰
افزایش رفتارهای پرخطر رفتارهای ضد اجتماعی و غیر اخلاقی	افزایش رفتارهای پرخطر حتی رفتارهای جنسی پرخطر، یکی دیگر از تهدیدهای فضای مجازی است که ممکن است باعث تغییر رویکرد مثبت و رفتارهای ضد اجتماعی و غیر اخلاقی شود.		۲۱
رفتارهای پرخاشگرانه وضداجتماعی	حتی در برخی شبکه‌های اجتماعی تصاویر و فیلم هایی وجود دارد که ممکن است کودک و نوجوان آن را با زندگی خود مقایسه کند و این موضوع زمینه‌های بروز رفتارهای پرخاشگرانه وضداجتماعی را تشدید کند	C:1-011	۲۲
درک و افزایش صمیمیت و همدلی سلامت روان اعضای خانواده	درک و افزایش صمیمیت و همدلی و گوش دادن بین اعضای خانواده است که برای سلامت روان اعضای خانواده بسیار کمک کننده است.	C:2-011	۲۳

۲۴	C:3-011	وقتی جو اعتماد و صمیمیت بین والدین و نوجوان حاکم باشد، نوجوان احساس نمی‌کند که والدین با پرسش‌های خود دنبال معجزه‌گیری هستند.	جو اعتماد و صمیمیت بین والدین و نوجوان
۲۵	C:1-012	والدین وظیفه دارند با نظارت صحیح مثلاً با آوردن تغذیه برای فرزند خود در زمان مطالعه، حضور کودک و نوجوان خود را در فضای مجازی نظارت کنند	نظارت صحیح والدین
۲۶	C:2-012	در بعد آموزش نیز با فراهم کردن بسترهای سالم برای کلاس‌های آنلاین و الکترونیک، معلمان می‌توانند زمینه حداکثری مشارکت و شرکت در فعالیت‌های کلاسی و گروهی و درگیر شدن شناختی و هیجانی در فرایند یادگیری را برای دانش‌آموزان ایجاد کنند.	فراهم کردن بسترهای سالم درگیر شدن شناختی و هیجانی در فرایند یادگیری
۲۷	C:1-013	معلمان برای کاهش بار روانی وارد شده به دانش‌آموزان و خانواده‌ها مباحث کمتری را برای هر جلسه تدریس در نظر داشته باشند و با انعطاف پذیری بیشتر، فرصت یادگیری را برای دانش‌آموزان فراهم کنند	کاهش بار روانی انعطاف پذیری بیشتر فرصت یادگیری
۲۸	C:2-013	به نظر بنده منفی‌ترین پیامد استفاده زیاد و نادرست از فضای مجازی، منزوی شدن، حیا زدایی، از بین رفتن حریم خصوصی، سست شدن بنیان‌های خانوادگی است و این ناشی از ناآگاهی و بی‌توجهی خانواده نسبت به آثار منفی فضای مجازی است. در این دوران کرونا باعث شده ایم که همگی معتاد به این فضا شویم.	منزوی شدن، حیا زدایی، از بین رفتن حریم خصوصی، سست شدن بنیان‌های خانوادگی
۲۹	C:1-014	آسیبها و تاثیرهای دفعی و ملموس و به تعبیری سخت، مثل هتک حرمت و تعدی به حریم خصوصی افراد، که انسان در همان لحظات نخست وقوع، متوجه و متالم می‌شود.	هتک حرمت و تعدی به حریم خصوصی افراد
۳۰	C:1-015	آسیب‌ها و تاثیرهای آرام، تدریجی و غیر ملموس و نرم که انسان در ابتدای امر متوجه نمیشود، اما به مرور زمان و گذشت ایام نتایج آن را در خود و زندگی اش می‌بیند.	توجه به تاثیرات منفی در زندگی جوانان
۳۱	C:1-016	عدم به روزرسانی، عدم زیرساخت‌های مناسب و نیز هم پوشانی دستگاه‌ها و نهادهای مربوط، شاهد کاستی‌هایی در زمینه اجرای قوانین هستیم	عدم به روزرسانی، عدم زیرساخت‌های مناسب
۳۲	C:2-016	به دلیل عدم اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی مناسب جهت تبیین قوانین و نیز هشدارهای لازم، کاربران نسبت به قوانین موجود در فضای مجازی اطلاعات بسیار ناچیزی دارند.	عدم اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی
۳۳	C:3-016	آماده کردن فرزندان و جوانان این مرز و بوم برای پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی خصوصاً در دوران پسا کرونا یکی از وظایف مهم و اساسی خانواده‌ها به شمار می‌رود.	پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی
۳۴	C:1-017	آسیب‌های گزارش شده در رسانه‌ها نشان می‌دهد که حتی معلمان نیز در خیلی از موارد برای ورود به فضای مجازی توانمندسازی نشده بوده‌اند.	عدم توانمندسازی معلمان و اساتید

نقش هدایتگر معلمان	باید نقش معلم را به هدایت گر تغییر داد تا متناسب با فضای تعاملی مجازی شود	C:2-017	۳۵
عدم توجه به صلاحیت حرفه ای معلمان	معلم و مدیر و کادر آموزشی در یک فرآیند درست از هدایت تحصیلی و صلاحیت های حرفه ای قرار نگرفته اند.	C:1-018	۳۶
عدم آشنایی با آموزش های اثربخش و مطلوب	بسیاری از معلم ها با فضای مجازی برای ایجاد آموزش های اثربخش و مطلوب آشنایی کافی نداشتند.	C2:018	۳۷
نبود امکانات	بسیاری از خانواده ها به علت هزینه های بالا، از داشتن امکاناتی نظیر اینترنت و گوشی های هوشمند بی بهره بودند.	C:4-018	۳۸
نقض عدالت آموزشی کیفیت پایین آموزش	نقض عدالت آموزشی، کیفیت پایین آموزش، آشنایی دانش آموزان با فیلترشکن و قابلیت های آن و همچنین بی توجهی به ظرفیت پیام رسان های داخلی انجامید.	C:1-019	۳۹
عدم تعامل	مکان برقراری ارتباط فردی دانش آموز با معلم در این شبکه وجود ندارد.	C:2-019	۴۰
نبود امکانات	عدم دسترسی خیل عظیمی از دانش آموزان مناطق محروم به گوشی هوشمند و شبکه شاد از مشکلات اساسی این شبکه به شمار می رود.	C:3-019	۴۱
عدم قطعیت و پیش بینی ناپذیری مشکلات روحی و روانی	عدم قطعیت و پیش بینی ناپذیری شیوع پاندمی بیماری عفونی، پتانسیل بالایی برای ترس روانی از سرایت بیماری دارد و اغلب منجر به بسیاری از مشکلات روحی و روانی می شود.	C:4-019	۴۲
اضطراب و استرس	در این شرایط اگر چه به ظاهر مراجعات حضوری دانشجویان کمتر شده اما ارجاعات تلفنی به مراکز مشاوره و بهداشت و... به خاطر شرایط خاص جامعه و اضطراب و استرس افزایش یافته است.	C:1-020	۴۳
خلاقیت و نوآوری	از آنجایی که اکثر فعالیت های آموزشی و پرورشی جنبه مجازی گرفته باید بدانیم که در فضای مجازی ابتکار، خلاقیت و نوآوری حرف اول را میزند.	C:2-020	۴۴
رشد علمی، فرهنگی و تعلیم و آموزش موجبات بروز فسادهای فکری و رفتاری	در فضای مجازی به این نتیجه می رسیم که چنانچه نظارت و کنترلی برای استفاده از این ابزارها صورت نگیرد این ابزار قدرتمند با وجودی که می تواند باعث رشد علمی، فرهنگی و تعلیم و آموزش در بین نوجوانان شود، اما در عین حال می تواند موجبات بروز فسادهای فکری و رفتاری را هم فراهم آورد.	C:3-020	۴۵
اعتیادآور بودن شبکه اجتماعی	شبکه های اجتماعی اعتیادآور است، استفاده بیش از حد از این فضا می تواند می تواند آسیب طولانی مدت و برگشت ناپذیری به بار آورد.	C:4-020	۴۶
پویایی بالای فضای مجازی	به دلیل پویایی بالای فضای مجازی، والدین نباید از به روزرسانی دانش خود عقب بمانند.	C:1-021	۴۷
نداشتن فراغت و یا شناخت از ابعاد مختلف	والدین به دلیل نداشتن فراغت و یا شناخت از ابعاد مختلف این فضا نمی توانند نظارتی بر فعالیت کودک و نوجوانان داشته باشند	C:2-021	۴۸
بی اطلاعی والدین از رفتارهای پنهان فرزندان	کودکان و نوجوانان به دلیل انرژی، ظرفیت و فراغت زیاد با آزمایش و خطایی که خودشان انجام می دهند با ظرفیتها	C:3-021	۴۹

	و ابعاد مختلف این فضا آشنا می‌شوند و دنیایی را برای خود ترسیم می‌کنند که والدین هم بی‌اطلاع هستند		
ارائه آموزش دروس به صورت مجازی اعتیاد اینترنتی فرزندان	با توجه به ارائه‌ی آموزش دروس به صورت مجازی، در این خصوص والدین بایستی با برنامه‌ریزی مناسب و زمانبندی استفاده از فضای مجازی مراقب اعتیاد اینترنتی فرزندان خود باشند.	C:4-021	۵۰
عدم تعامل بین معلمان و دانش‌آموزان	یکی از نیازهای اساسی نوجوان، برقراری ارتباط با معلم و الگو گرفتن از اوست؛ که این فرایند در آموزش مجازی کم‌رنگ شده‌است.	C:1-022	۵۱
قانون‌گریز شدن	یکی از مضرات آموزش مجازی برای برخی دانش‌آموزان، قانون‌گریز شدن آنهاست. طوریکه انضباط شخصی لازم را از دست دادند.	C:1-023	۵۲
عدم اجتماعی شدن دوری از مراسمات معنوی و مذهبی عدم رشد فرهنگی	تاثیر مراسم‌های جمعی از قبیل مراسم بزرگداشت، مراسم عزاداری و جشن، مراسم صبحگاه، ورزش‌های گروهی، اردوهای دانش‌آموزی و... است که علاوه بر اجتماعی شدن دانش‌آموزان باعث میشود که در حال‌وهوای معنوی قرار بگیرند و با جمع همراه شوند.	C:1-024	۵۳
دوری از مراسمات معنوی و مذهبی عدم رشد فرهنگی	برگزاری نماز جماعت که موجب میشود دانش‌آموزان همراه با دوستانشان در آن فضا قرار بگیرند. این در رشد معنویات دانش‌آموزان اثر داشت و فرصت خوبی برای پرورش دانش‌آموزان بود که کرونا از ما گرفت.	C:2-024	۵۴
کم‌سوادی دانشجویان	در دوران پسا کرونا با مسئله‌ی دیگری به نام کم‌سوادی دانشجویان جدید ورود مواجه باشیم. مسئله‌ای که پرورش شخصیت آن‌ها را تحت الشعاع قرار خواهد داد.	C:1-025	۵۵
محرومیت و نابرابری	بسیاری از والدین در شرایط کنونی «محرومیت و نابرابری» را یکی از دلایل عدم حضور فرزندان و مشارکت والدین در فضای آموزش مجازی بیان می‌کنند.	C:1-026	۵۶
سرمایه فرهنگی پایین عدم آشنایی با کاربرد گوشی همراه	خانواده‌ها چون سرمایه فرهنگی پایینی دارند، نحوه استفاده درست را نمی‌دانند و با قابلیت‌های گوشی هوشمند آشنا نیستند.	C:1-027	۵۷
نبود امکانات	تعدادی از این خانواده‌ها یک گوشی هوشمند دارند و فرزندان باید منتظر بمانند که والدین از سرکار برگردند و خواهر و برادرها دست به دعا می‌شوند که کلاس‌هایشان هم‌زمان برگزار نشود	C:1-028	۵۸
شرمساری اجتماعی نبود امکانات	رونا نشان داد که محرومیت و «نابرابری دیجیتال» چگونه می‌تواند منجر به محرومیت و شرمساری اجتماعی کودکان شود.	C:2-028	۵۹
عدالت اجتماعی و آموزشی سیاست‌های اجتماعی	اگر قرار باشد آموزش مجازی ادامه داشته باشد، شناسایی خانواده‌ها محروم برای ارائه خدمات مجازی و سرمایه‌گذاری در جهت ارتقاء سواد دیجیتالی طبقات پایین جامعه می‌تواند یکی از سیاست‌های اجتماعی در راستای عدالت اجتماعی و آموزشی باشد.	C:3-028	۶۰
نابرابری‌های آموزشی	کرونا موجب شد برای مدتی کوتاهی نابرابری‌های آموزشی	C:4-028	۶۱

	کمتر شود و همه در یک فرصت برابر برای یادگیری قرار بگیرند.		
جدی نگرفتن آموزش	دانش‌آموزانی که در خانواده‌هایی با سبک تربیتی بی‌توجه و سبک تربیتی سهل‌انگارانه بزرگ و تربیت یافته‌اند، کلاس‌های آنلاین را فرصتی مناسب برای سرگرمی و بازی و شوخی می‌یافتند.	C:1-029	۶۲
عدم توجه به توانایی و تلاش‌های معلمان	کرونا تصویری غلطی که در مورد معلم و حرفه معلمی در اذهان عمومی ایجاد شده بود را زدود و نشان داد که نقش و جایگاه معلم در تعلیم و تربیت می‌تواند از نقش والدین هم مهمتر باشد	C:2-029	۶۳
عدم آشنایی با فضای مجازی	معلمان و دانش‌آموزان، پیش‌نیازهای لازم برای استفاده صحیح از این فضا را نمی‌دانند	C:3-029	۶۴
عدم آشنایی با فضای مجازی	اگر چه فضای شاد یک فضای سالم و استاندارد است اما تمام کلاس‌های درس در این بستر برگزار نمی‌شود و زمانی که دانش‌آموز موبایل به دست شود به جز محیط شاد ممکن است در محیط‌ها و شبکه‌های اجتماعی دیگر نیز حضور یابد، شبکه‌های اجتماعی که گاه محتوای آن مناسب کودک و نوجوان نیست.	C:1-030	۶۵
اضطراب ورود به فضاهای نامناسب	اضطراب نیز یکی دیگر از آسیب‌های فضای مجازی است یعنی ممکن است کودک یا نوجوان مورد تهدید قرار بگیرد یا فیلم‌هایی را ببیند که مناسب سنش نیست.	C:5-020	۶۶

پس از جمع‌آوری داده‌ها از طریق مصاحبه‌های تکمیلی و سایر پاسخ‌های باز، این پاسخ‌ها مورد تحلیل و مقوله‌بندی قرار گرفتند. در نهایت، شاخص‌ها و پیامدهای مورد نظر از تحلیل این پاسخ‌ها استخراج و معرفی شدند. در جدول ۳، مضامین، مقولات و نشانگرهای مرتبط با آن‌ها ارائه شده است. لازم به ذکر است که در این جدول، تنها نشانگرهایی ذکر شده‌اند که از بیشترین فراوانی و تکرار برخوردار بوده و در شناسایی مقوله‌های تحقیق از اهمیت بالاتری برخوردار بودند. در عمل، محقق از نشانگرهای بیشتری برای تحلیل محتوای پاسخ‌های شرکت‌کنندگان استفاده کرده است.

در مرحله قبل، فرآیند کدگذاری اولیه، که زیرمجموعه‌ای از کدگذاری باز محسوب می‌شود، به پایان رسید. در این مرحله، محقق بر اساس ارتباط معنایی بین کدهای اولیه، آن‌ها را دسته‌بندی می‌کند. این دسته‌بندی به دو صورت انجام می‌گیرد:

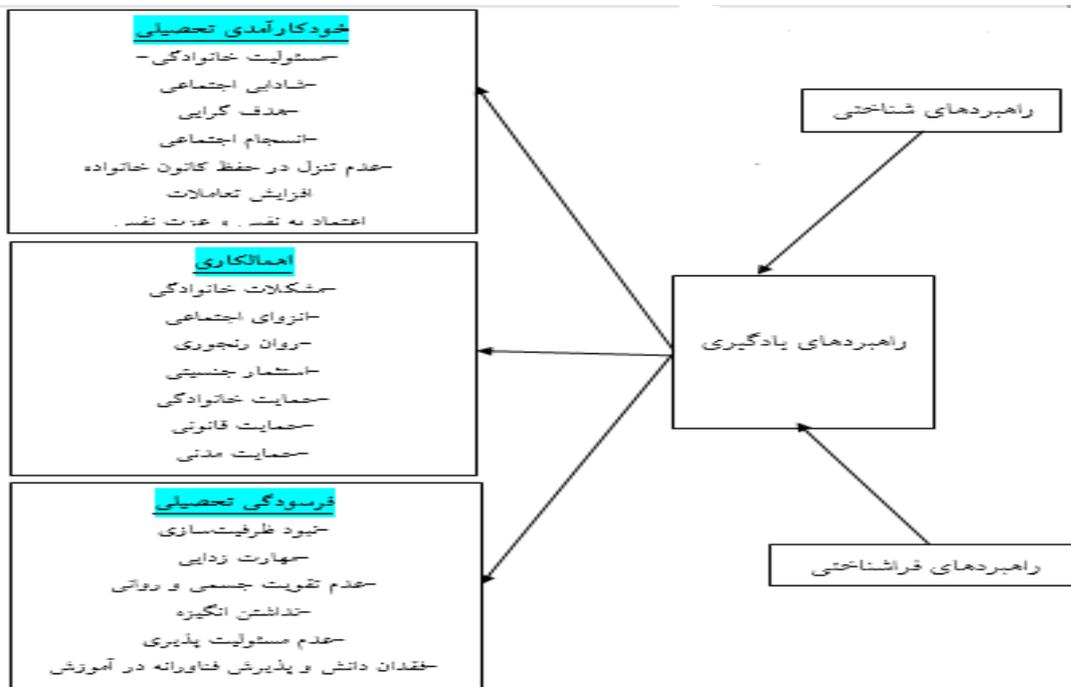
- تعریف یک کد جدید و قرار دادن تعدادی از کدهای اولیه در زیرمجموعه آن.
- استفاده از یک کد موجود در سطح انتزاعی‌تر که کدهای اولیه به عنوان زیرمجموعه آن قرار می‌گیرند. این کدهای انتزاعی‌تر به عنوان مقولات شناخته می‌شوند.

این فرآیند دسته‌بندی و انتزاع کدها به محقق کمک می‌کند تا ساختاری منسجم و معنادار از داده‌های خام ایجاد کند و به تحلیل عمیق‌تر و جامع‌تر داده‌ها بپردازد.

جدول ۳- مضمون، مقوله و نشانگرهای پژوهش (کدگذاری محوری)

مضمون	مقاله	نشانگر
اهمالکاری تحصیلی	مشکلات خانوادگی	نداشتن پول و حتی پول برای خرید گوشی همراه، نداشتن شرایط مالی مناسب در خانواده ها، عدم ارائه ابزارهای آموزش الکترونیکی به والدین کم درآمد، مقدار درآمد مکفی خرج امروز نیست، والدین بیکار و نداشتن شغل، تعداد فرزندان بیشتر،
	انزوای اجتماعی	سطح فرهنگ پایین خانوادگی، فرهنگ اجتماعی باعث حاشیه رفتن فرزندان، رفتارهای پنهان فرزندان، تعصب بی جا و زیاد از حد والدین، طرد شدن از خانواده بخاطر مشغله های کاری و خانوادگی، عدم درک مشکلات آنها توسط والدین
	روان رنجوری	مشکلات عاطفی، نداشتن غمخوار، نداشتن همراز و همدل، افسردگی ناشی از عدم آشنایی با فضای مجازی، ضعیف بودن ایمان و اعتقاد، سردرگمی در ندانستن نقش پدر و مادر، ازدواج نامناسب خانوادگی و عدم توجه به نیازهای فرزندان، اضطراب، بی‌حوصلگی، ناامیدی
	استثمار جنسیتی	انجام کارهای سخت نامناسب، شرایط بد در اجتماعی، تهدیدات فضای مجازی، دیدن تصاویر مستهجن، ورود به فضاهای نامناسب جنسیتی،
	حمایت خانوادگی	کمک به نگهداری فرزندان و تربیت آنها، حمایت‌های خانواده از فرزندان، تقویت حمایت‌های عاطفی از فرزندان در خانواده، تغییر نگاه متعصبانه و باورهای غلط نسبت به تحصیل فرزندان و عدم کارکردن فرزندان در دوران تحصیل، تقویت اعتماد فرزندان به یادگیری در فضای آموزش مجازی
	حمایت قانونی	تسهیل در اعطای وام و تسهیلات بانکی، تدوین قوانین حمایت اقتصادی از خانواده های کم بضاعت، تمرکز فعالیت‌های حمایتی اقتصادی از خانواده های ضعیف در یک سازمان خاص، تشکیل صندوق‌های حمایتی برای حمایت از فرزندان بی‌سرپرست، اجرای قوانین حمایت از حقوق فرزندان آسیب دیده و نداشتن خانواده
	حمایت مدنی	تقویت دید گره‌گشایی و انگیزه تحصیل در فرزندان، حمایت سرمایه‌گذاری‌ها به تحصیل فرزندان در همه جای دنیا، توسعه مراکز آموزشی برای رشد و مهارت فرزندان، ایجاد پل ارتباطی بین والدین و فرزندان، حمایت جامعه از خانواده ها و تاکید بر ارتباطات خانوادگی، کمک سازمان‌های حمایتی در تاکید به ارتباطات و توجه خانواده ها به نیازهای فرزندان، تغییر نگرش جامعه از کمک مادی هدف به سمت مهارت و آموزش
	نبود ظرفیت‌سازی	عدم آموزش مهارت‌های زندگی، عدم بهبود سبک زندگی، عدم سوادآموزی و رفتن به دانشگاه، عدم پرورش استعدادها و تقویت نوآوری در دوران کرونا، عدم توجه به گسترش فرهنگ مطالعه و استفاده از وسایل ارتباط جمعی در دورام کرونا، عدم معرفی دانشجویان موفق و الگو قرار دادن برای دیگر دانشجویان، عدم حمایت سازمان‌ها و خانواده برای رهایی از بزهکاری فرزندان، از بین نبردن تاثیرات منفی مخرب فضای مجازی بر یادگیری فرزندان
	مهارت زدایی	عدم آموزش‌های فنی- حرفه‌ای، عدم آموزش‌های حقوقی- اقتصادی، عدم آگاهی از حقوق شهروند اجتماعی، عدم بهبود روابط اجتماعی و عضویت در گروه‌های اجتماعی
	عدم تقویت جسمی و روانی	نبود تامین امنیت جنسی در فضای مجازی، نبود مشاوره و کمک به خانواده در تربیت فرزندان آنها، حمایت و مشاوره به فرزندان در استفاده از فضای مجازی، عدم تقویت ریسک‌پذیری و تشویق به استقلال و کارآفرینی، تغییر نامناسب در ذهن فرزندان و نبود روحیه در آنها، عدم شادابی در فرزندان از طریق مشارکت اجتماعی، نبود روابط با اطرافیان به دوستان، نداشتن احساس خودکارآمدی و مستقل بودن
فروودگی تحصیلی	نداشتن انگیزه	تنزیل سطح دانش، مهارت زدایی، تعلیم و تربیت نامناسب به دلیل ناآشنایی، نداشتن توانایی های لازم برای فائق آمدن بر مشکلات آموزشی، عدم تمایل به انجام کارهای جدید، کاهش خوداثربخشی
	عدم مسئولیت پذیری	نبود آگاهی های لازم، عدم پذیرش ایده‌های نو، ترس از گفته‌ها، عدم پذیرش اجتماعی،

عدم استقلال فکری، عدم تقویت استعدادها، عدم فرهنگ سازی کارآفرینی		
عدم خودباورزی، عدم توجه به نیازهای آموزشی در مناطق مختلف، عدم حمایت های مناسب از سوی دولت و مسئولان آموزش، عدم اعتماد دبه نفس، عدم داشتن احساس بالارزش بودن در زندگی، عدم الگوسازی دانشجویان شایسته در جامعه، عدم فرصت های فناوری و تکنولوژی در آموزش، عدم نهادینه نمودن فرهنگ فضای مجازی در آموزش	فقدان دانش و پذیرش فناورانه در آموزش	
آموزش خلاقیت از بدو تولد به فرزندان، تاکید بر مسئولیت پذیری، حس اعتماد پذیری بین والدین و فرزندان	مسئولیت خانوادگی	
تبلیغات و اطلاع رسانی در راستای شادابی، تغییر سبک زندگی، کاهش استرس ها و تنش های روحی و روانی، افزایش شادی با اصلاح باورها و معقول سازی آنها، افزایش استعداد و بالندگی با شادی و نشاط	شادابی اجتماعی	
آموزش هدف گرایی، توجه به نیازها و خواسته های فرزندان، فراهم نمودن بستر مناسب برای رفاه و آرامش فرزندان در خانواده	هدف گرایی	
تقویت هم نوایی و خودتطابقی، احساس مسئولیت متقابل، یگانگی در شخصیت افراد، مشارکت، اعتماد به یکدیگر	انسجام اجتماعی	
خوش بینی به آینده، امید و خودباورزی در بین اعضای خانواده، نگرش مثبت افراد خانواده نسبت به ایده های یکدیگر، ایمان و باور	عدم تنزل در حفظ کانون خانواده	
تاکید بر حقوق فرزندان در خانواده، رعایت عدالت و مساوات بین ویژگی های فرزندان در خانواده و جامعه، دادن فرصت های خودباورزی به فرزندان، توجه به ارزش های وجودی فرزندان	افزایش تعاملات	خودکارآمدی تحصیلی
کاهش انزوای و گوشه گیری، میدان دادن به نظرات فرزندان، پذیرش ایده های نو فرزندان از سوی خانواده ها، دادن فرصت های مهم در سطح جامعه به فرزندان،	اعتماد به نفس و عزت نفس	



نمودار ۱- مدل مفهومی پژوهش

بحث و نتیجه گیری

نظام‌های آموزشی می‌توانند با به‌کارگیری روش‌های متنوع، خودکارآمدی دانش‌آموزان را افزایش دهند. یکی از مؤثرترین روش‌ها، تأکید بر اندیشه‌ورزی به جای اندیشه‌آموزی است. بسیاری از صاحب‌نظران بر این باورند که آموزش مبتنی بر اصول فراشناختی می‌تواند به نظام‌های آموزشی در تحقق این هدف کمک کند. علاقه محققان به حوزه فراشناخت ناشی از تأثیرات مهم آن در عرصه تعلیم و تربیت است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مهارت‌های فراشناختی نقش کلیدی در فعالیت‌های شناختی مانند تبادل اطلاعات، درک مطلب، انگیزش پیشرفت، حل مسئله، حافظه، شناخت اجتماعی و سایر فرآیندهای یادگیری ایفا می‌کنند. به طور کلی، آموزش راهبردهای فراشناختی می‌تواند زمینه‌ساز درگیری علمی، تقویت منبع کنترل درونی، ایجاد اسنادهای مثبت، افزایش انگیزش پیشرفت، پرورش خلاقیت و خودمسئولیت‌پذیری در افراد شود. این مهارت‌ها همچنین اعتماد به نفس افراد را در مواجهه با چالش‌های زندگی افزایش داده و آن‌ها را قادر می‌سازند تا مشکلات را شناسایی کنند، فعالیت‌های خود را ارزیابی نمایند، مستقل عمل کنند و راه‌حل‌های مؤثری ارائه دهند.

نتایج این پژوهش نشان داد که راهبردهای شناختی و فراشناختی تأثیر قابل‌توجهی بر بهبود فرآیند یادگیری دانش‌آموزان دارند. راهبردهای شناختی شامل تکنیک‌هایی مانند مرور مطالب، یادداشت‌برداری، خلاصه‌نویسی و ایجاد پیوندهای معنایی بین مفاهیم هستند. از سوی دیگر، راهبردهای فراشناختی بر آگاهی و کنترل فرآیندهای شناختی متمرکزند و شامل برنامه‌ریزی، نظارت و ارزیابی یادگیری می‌شوند. دانش‌آموزانی که از این راهبردها استفاده می‌کنند، توانایی بیشتری در تنظیم و کنترل فرآیندهای یادگیری خود دارند، که منجر به بهبود کیفیت یادگیری آن‌ها می‌شود. در دوران همه‌گیری کرونا و آموزش‌های غیرحضوری، اهمیت این راهبردها در مدیریت زمان و منابع بیش از پیش آشکار شد.

خودکارآمدی تحصیلی، به باور دانش‌آموزان به توانایی‌های خود برای انجام وظایف تحصیلی و دستیابی به موفقیت اشاره دارد. نتایج پژوهش نشان داد که استفاده از راهبردهای یادگیری مؤثر، خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد. دانش‌آموزانی که از این راهبردها استفاده می‌کنند، اعتماد بیشتری به توانایی‌های خود داشته و احساس موفقیت بیشتری را تجربه می‌کنند، که این امر به افزایش انگیزه و علاقه آن‌ها به تحصیل منجر می‌شود.

اهمال‌کاری تحصیلی، به تأخیر انداختن تکالیف و وظایف تحصیلی اشاره دارد. یافته‌ها نشان داد که استفاده از راهبردهای یادگیری مؤثر می‌تواند میزان اهمال‌کاری را کاهش دهد. دانش‌آموزانی که از این راهبردها استفاده می‌کنند، نظم و انضباط بیشتری در انجام تکالیف خود داشته و کمتر دچار تأخیر در انجام وظایف می‌شوند.

فرسودگی تحصیلی، به احساس خستگی و بی‌انگیزگی ناشی از فشارهای تحصیلی اشاره دارد. نتایج پژوهش نشان داد که راهبردهای یادگیری مؤثر می‌توانند فرسودگی تحصیلی را کاهش دهند. دانش‌آموزانی که از این راهبردها استفاده می‌کنند، توانایی بیشتری در مقابله با فشارهای تحصیلی داشته و کمتر احساس خستگی و بی‌انگیزگی می‌کنند.

بررسی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که خودکارآمدی یکی از مهم‌ترین عوامل تنظیم رفتار است و می‌تواند به خودتنظیمی، بهبود کیفیت زندگی و آمادگی برای مواجهه با چالش‌های پیچیده کمک کند. آموزش راهبردهای فراشناختی به عنوان یکی از عوامل کلیدی در پرورش خودکارآمدی شناخته می‌شود. این مهارت‌ها می‌توانند تصمیم‌سازی، تعامل سازنده، برنامه‌ریزی، تفکر عمیق، قضاوت سازنده و خودکنترلی را در فراگیران تقویت کنند. فراشناخت بر آگاهی فرد از نظام شناختی خود تأکید دارد و به یادگیرندگان کمک می‌کند تا موانع یادگیری را شناسایی کرده و راه‌حل‌های بهینه را طراحی کنند. افراد با مهارت‌های فراشناختی قوی‌تر، توانایی تحلیل مسائل پیچیده، بررسی راه‌حل‌ها و کنترل فرآیندهای تفکر خود را دارند.

پژوهش‌هایی مانند مطالعه افشاری و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که دانشجویان پزشکی در ایران با چالش‌هایی مانند حجم بالای مطالب، عدم تعامل با اساتید و سیستم پشتیبانی ضعیف در یادگیری الکترونیکی مواجه هستند. همچنین،

الحربی و همکاران (۲۰۲۰) دریافتند که استفاده از ابزارهای واقعیت مجازی سه‌بعدی در آموزش آناتومی، منجر به بهبود نمرات دانشجویان در مقایسه با روش‌های سنتی شد.

براون (به نقل از مونتگو، ۱۹۹۲) معتقد است که دانش فراشناختی، پایه یادگیری "چگونه یاد گرفتن" است و به افراد کمک می‌کند تا توانایی‌های شناختی خود را با شرایط جدید تطبیق دهند. ولز (۱۹۹۵) نیز اشاره می‌کند که آموزش فراشناختی، انعطاف‌پذیری در کنترل شناختی را افزایش داده و به افراد کمک می‌کند تا برنامه‌های خود را بهتر مدیریت کنند. این فرآیند می‌تواند به کاهش اهمال‌کاری منجر شود، زیرا افراد متوجه می‌شوند که تأخیر در انجام تکالیف ناشی از بی‌انگیزگی نیست، بلکه یک راهبرد برای تنظیم هیجان‌های منفی است. آموزش فراشناختی این چرخه را شکسته و به افراد کمک می‌کند تا با انجام به‌موقع تکالیف، هیجان‌های مثبت پایدارتری را تجربه کنند.

فراشناخت بر آگاهی لحظه‌به‌لحظه از رخداد‌های درونی تأکید دارد و می‌تواند بر خودکارآمدی تأثیر بگذارد. بندورا (۱۹۹۷) معتقد است که باور افراد به توانایی‌های خود، بیش از دانش و مهارت‌های آن‌ها، بر عملکردشان تأثیر می‌گذارد. فراشناخت به افراد کمک می‌کند تا مهارت‌های خود را شناسایی کرده و توانایی به‌کارگیری آن‌ها را در شرایط مختلف ارزیابی کنند.

با توجه به یافته‌های این پژوهش و مطالعات مشابه، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های گسترده‌تر و عمیق‌تری در زمینه تأثیر راهبردهای فراشناختی بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی انجام شود. همچنین، کنترل متغیرهای مداخله‌گر در پژوهش‌های آینده و ارائه راهنمایی‌های لازم به شرکت‌کنندگان برای پاسخگویی به پرسشنامه‌ها، می‌تواند به بهبود کیفیت پژوهش‌ها کمک کند. این یافته‌ها می‌توانند زمینه‌ساز پژوهش‌های جدید و ارائه ایده‌های نو در حوزه آموزش و یادگیری باشند.

محدودیت‌ها:

این پژوهش با چندین محدودیت مواجه است که ممکن است بر تعمیم‌پذیری و اعتبار نتایج تأثیر بگذارد. نخست، محدودیت در تعداد شرکت‌کنندگان به دلیل تمایل کم دانش‌آموزان به مشارکت در پژوهش، به‌ویژه در دوران همه‌گیری کرونا، می‌تواند نمونه‌گیری را با چالش مواجه کند. این مسئله ممکن است دسترسی به دانش‌آموزان را محدود کرده و بر گستردگی نتایج تأثیر منفی بگذارد. دوم، عدم تنوع کافی در نمونه‌گیری از نظر متغیرهای دموگرافیک مانند جغرافیا، جنسیت، سطح تحصیلات و سایر عوامل جمعیت‌شناختی، می‌تواند تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش دهد.

سوم، محدودیت در اعتبار و پایایی ابزارهای پژوهش ممکن است نتایج را تحت تأثیر قرار دهد. ابزارهای مورد استفاده برای سنجش راهبردهای شناختی، فراشناختی و یادگیری ممکن است از اعتبار و پایایی کافی برخوردار نباشند. چهارم، استفاده از ابزارهای خودگزارشی برای اندازه‌گیری راهبردهای یادگیری و خودکارآمدی تحصیلی ممکن است با سوگیری‌های مرتبط با خودارزیابی مواجه شود، که این امر می‌تواند دقت داده‌ها را کاهش دهد.

پنجم، محدودیت زمانی در جمع‌آوری داده‌ها به‌ویژه در شرایط بحران کرونا، ممکن است بر نتایج تأثیرگذار باشد. تغییرات سریع در شرایط آموزشی در این دوره، امکان کنترل کامل متغیرهای محیطی را دشوار می‌سازد. ششم، دسترسی محدود به دانش‌آموزان در مناطق دورافتاده یا روستایی ممکن است نمونه‌گیری را با مشکل مواجه کرده و نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار دهد. هفتم، تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی بین دانش‌آموزان ممکن است تأثیرات متفاوتی بر راهبردهای یادگیری و خودکارآمدی تحصیلی داشته باشد که در این پژوهش به‌طور کامل بررسی نشده است. این تفاوت‌ها می‌توانند نتایج را تحت تأثیر قرار داده و نیاز به پژوهش‌های بیشتری در این زمینه را نشان دهند.

در مجموع، این محدودیت‌ها نشان می‌دهند که نتایج این پژوهش باید با احتیاط تعمیم داده شوند و انجام مطالعات گسترده‌تر با نمونه‌های متنوع‌تر و ابزارهای دقیق‌تر برای دستیابی به نتایج قوی‌تر پیشنهاد می‌شود.

پیشنهادات:

برای بهبود کیفیت و اعتبار پژوهش‌های آینده، پیشنهادات زیر ارائه می‌شود:

۱. افزایش حجم نمونه: با مشارکت تعداد بیشتری از دانش‌آموزان در پژوهش، می‌توان به نتایج معنادارتر و قابل‌تعمیم‌تری دست یافت. این امر به ویژه در مطالعات آینده می‌تواند تعمیم‌پذیری یافته‌ها را افزایش دهد.
۲. تنوع نمونه‌گیری: نمونه‌گیری از دانش‌آموزان با ویژگی‌های جغرافیایی، فرهنگی و اجتماعی متنوع می‌تواند به بهبود تنوع نمونه و افزایش قابلیت تعمیم نتایج کمک کند. این رویکرد امکان بررسی تأثیرات متغیرهای زمینه‌ای بر نتایج پژوهش را فراهم می‌سازد.
۳. استفاده از ابزارهای معتبر و پایا: به‌کارگیری ابزارهای سنجش با اعتبار و پایایی بالا برای اندازه‌گیری راهبردهای شناختی، فراشناختی و یادگیری، می‌تواند دقت و اعتبار نتایج پژوهش را افزایش دهد. استفاده از ابزارهای استاندارد شده و تطبیق یافته با فرهنگ محلی توصیه می‌شود.
۴. ترکیب روش‌های کمی و کیفی: استفاده همزمان از روش‌های کمی (مانند پرسشنامه‌های خودگزارشی) و کیفی (مانند مصاحبه‌های عمیق و مشاهده‌های مستقیم) می‌تواند به کاهش سوگیری‌ها و افزایش دقت نتایج کمک کند. این رویکرد جامع‌نگر، امکان درک عمیق‌تری از پدیده‌های مورد مطالعه را فراهم می‌کند.
۵. بررسی در دوره‌های زمانی مختلف: انجام پژوهش در بازه‌های زمانی متفاوت می‌تواند به ارزیابی بهتر تأثیرات بحران‌ها (مانند همه‌گیری کرونا) و تغییرات شرایط آموزشی کمک کند. این امر امکان بررسی پویایی‌های یادگیری و تطبیق‌پذیری دانش‌آموزان را فراهم می‌سازد.
۶. پایش بلندمدت: ایجاد برنامه‌های پایش مداوم برای ارزیابی اثرات بلندمدت راهبردهای یادگیری بر خودکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی پیشنهاد می‌شود. این برنامه‌ها می‌توانند به شناسایی عوامل مؤثر بر موفقیت تحصیلی و طراحی مداخلات آموزشی مؤثر کمک کنند.
۷. توجه به تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی: طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی که به تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی دانش‌آموزان توجه دارند، می‌تواند به بهبود راهبردهای یادگیری و افزایش خودکارآمدی تحصیلی آن‌ها کمک کند. این رویکرد می‌تواند زمینه‌ساز عدالت آموزشی و افزایش مشارکت دانش‌آموزان از گروه‌های مختلف باشد.
۸. حمایت خانواده‌ها: افزایش آگاهی و مشارکت خانواده‌ها در فرآیند یادگیری دانش‌آموزان از طریق برنامه‌های آموزشی و اطلاع‌رسانی، می‌تواند به بهبود راهبردهای یادگیری و تقویت خودکارآمدی تحصیلی کمک کند. خانواده‌ها به عنوان یکی از ارکان اصلی حمایت‌کننده، نقش مهمی در موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند.
۹. استفاده از فناوری‌های دیجیتال: به‌کارگیری فناوری‌های دیجیتال و آنلاین برای آموزش و پشتیبانی از دانش‌آموزان، به ویژه در شرایط بحرانی مانند همه‌گیری کرونا، می‌تواند به بهبود راهبردهای یادگیری و افزایش انعطاف‌پذیری آموزشی کمک کند. این فناوری‌ها امکان دسترسی به منابع آموزشی متنوع و تعاملی را فراهم می‌سازند.

منابع فارسی

- بخشی، م. (۱۳۹۰). یادگیری از منظر فراشناختی و تأثیر آن بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی. فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۷(۲۸)، ۱۹-۰.
- حسنی، ع. ع. (۱۳۸۵). یادگیری از منظر فراشناختی و تأثیر آن بر خودکارآمدی تحصیلی، اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی. فصلنامه علمی - پژوهشی فراشناخت، ۶(۲۱)، ۷-۳۲.
- رجب‌زاده، ع.، لسانی، ف.، و مطهری‌نژاد، م. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش استراتژی‌های یادگیری خودتنظیمی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان با ناتوانی یادگیری. مجله پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، ۱۴(۱)، ۷۷-۱۰۶.
- سیف، ع. ا. (۱۳۹۰). روانشناسی پرورشی نوین. تهران: دوران.

- صبحی قراملکی، ن.، حاجلو، ن.، و بابایی، ک. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های مدیریت زمان بر اهمال‌کاری دانش‌آموزان. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۴(۱۵)، ۸۵-۹۴.
- طهماسبی، غ.، رضانی، گ.، و زارع، ح. (۱۳۹۷). تأثیر راهبردهای فراشناختی بر انگیزه پیشرفت و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه ششم ابتدایی. فصلنامه علمی پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۹(۱)، ۱-۱۵.
- قدم‌پور، ع.، و بیرانوند، ک. (۱۳۹۸). تأثیر آموزش‌های راهبردی یادگیری شناختی و فراشناختی بر اهمال‌کاری تحصیلی و خودکارآمدی دانش‌آموزان. مجله تازه‌های علوم شناختی، ۲۱(۳)، ۳۱-۴۱.
- نصری، ص.، صالح صدوق‌پور، ب.، و چراغیان رادی، م. (۱۳۹۳). مدل‌یابی ساختاری رابطه خودکارآمدی، فراشناخت با ارزیابی حل مسئله دانش‌آموزان متوسطه. مجله روانشناسی مدرسه، ۳(۳)، ۱۰۶-۱۲۱.
- ولی‌زاده، ز.، احدی، ح.، حیدری، م.، مظاهری، م.، و کجباف، م. ب. (۱۳۹۳). پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس عوامل شناختی، هیجانی، انگیزشی و جنسیت. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۵(۳)، ۹۲-۱۰۰.
- اکبری، ا.، میرزائی ملاطی، پ.، پور نصرالله، ع.، و عسکری، م. ع. (۱۴۰۰). راهبردهای یادگیری، فراشناختی و انگیزش پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان با و بدون اختلال یادگیری خاص. فصلنامه مهارت‌های روانشناسی تربیتی، ۱۱(۳).
- سام‌خانیانی. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی بر اهمال‌کاری تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان. فصلنامه ایده‌های نوین روانشناسی، ۴(۸).

References

- Alharbi, Y., Al-Mansour, M., Al-Saffar, R., Garman, A., & Alraddadi, A. (2020). Three-dimensional virtual reality as an innovative teaching and learning tool for human anatomy courses in medical education: A mixed methods study. *Cureus*, 12(2).
- Charlton, J. P., Gerhard, D., & Conroy, M. (2008). A silver lining to cognitive aging: Impaired false memory consolidation can hinder spontaneous generation of inaccurate knowledge. *Psychology and Aging*, 23(2), 282-292.
- Eggen, P. D., Kauchak, D. P., & Garry, S. (2001). *Educational psychology: Windows on classrooms*. Upper Saddle River, NJ: Merrill Prentice Hall.
- Fai-Marshall, C. (2009). Learning from a metacognitive perspective and its impact on academic self-efficacy, procrastination, and academic performance: A review of literature. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 9(1), 1-13.
- Ferrari, J. R. (2012). Trait procrastination in academic settings: An overview of students who engage in task delays. In H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (pp. 19-27). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ferrari, J. R., Mason, C. P., & Hammer, T. A. (2009). Not all emotions are created equal: The negativity bias in social-emotional development. *Psychological Bulletin*, 135(3), 383-403.
- Fuloria, K., Safka, K., & Ace, C. (2008). Learning from a metacognitive perspective and its impact on academic self-efficacy, procrastination, and academic distress. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 758-769.
- Gawlik-Kobylińska, M., Walkowiak, W., & Maciejewski, P. (2020). Improvement of a sustainable world through the application of innovative didactic tools in green chemistry teaching: A review. *Journal of Chemical Education*, 97(4), 916-924.
- Hayat, A. A., & Shateri, K. (2019). The role of academic self-efficacy in improving students' metacognitive learning strategies. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 7(4), 205.
- Hayat, A. A., Shateri, K., Amini, M., & Shokrpour, N. (2020). Relationships between academic self-efficacy, learning-related emotions, and metacognitive learning strategies with academic performance in medical students: A structural equation model. *BMC Medical Education*, 20, 1-11.
- Kagan, M., Cakir, O., Ilhan, T., & Kandemir, M. (2010). The explanation of the academic procrastination behavior of university students with perfectionism, obsessive-compulsive and five factor personality traits. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 2121-2125.
- Mirov, S. D., & Mirana, I. A. (2012). The impact of teamwork on employee performance. *International Journal of Entrepreneurship and Management Research*, 2(3), 47-58.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. University of Calgar.

- Thompson, T. (2004). Learning from a metacognitive perspective and its impact on academic self-efficacy, procrastination, and academic decay. *Journal of Educational Psychology*, 96(4), 741-752.
- Zhu, C. (2014). How innovative are schools in teaching and learning? A case study in Beijing and Hong Kong. *The Asia Pacific Education Researcher*, 22(2), 137-145.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2017). *The SAGE handbook of qualitative research*. Sage Publications.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2014). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Sage Publications.
- Kvale, S. (2007). *Doing interviews*. Sage Publications.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice*. Sage Publications.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33-40.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1986). Procrastination: A review of the research. *Psychological Bulletin*, 99(1), 46-64
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.