

طراحی و بررسی اثربخشی بسته آموزشی تئوری انتخاب بر روی انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه: مطالعه موردی شهر کرمان

محسن بنیادی^۱، علیرضا منطری توکلی^۲، زهرا زین الدینی میمند^۱، امان الله سلطانی^۱

۱. گروه علوم تربیتی و روانشناسی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران

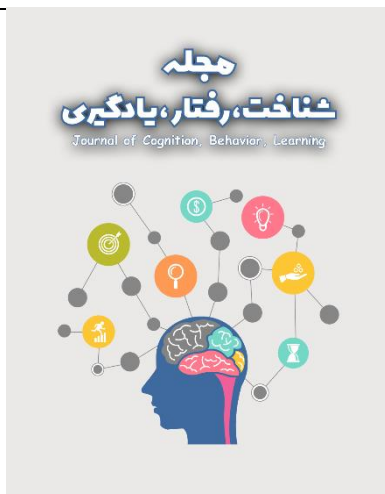
* ایمیل نویسنده مسئول: a.manzari1336@iau.ac.ir

تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۴/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۰۶

تاریخ ارسال: ۱۴۰۳/۱۲/۰۳



چکیده

این پژوهش با هدف طراحی و ارزیابی بسته آموزشی ارتقای انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر کرمان انجام شد. این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون دارای گروه کنترل بود. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره دوم دبیرستان ناحیه دو شهر کرمان بود ($N=450$). روش نمونه گیری خوشه‌ای تصادفی چند مرحله‌ای در نظر گرفته شد و ۶۰ شرکت کننده به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. برای جمع آوری داده‌ها از مقیاس انگیزش تحصیلی والرند و همکاران (۱۹۹۲) و مقیاس امید به تحصیل خرمائی و کمری (۱۳۹۶) استفاده شد. شرکت کنندگان گروه آزمایش طی ۸ جلسه بسته آموزشی تئوری انتخاب را دریافت نمودند درحالیکه در گروه کنترل مداخله‌ای انجام نگرفت. در این مطالعه از آزمون آماری آنالیز واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده شد و داده‌ها به کمک نرم افزار SPSS ورژن ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند. نتایج این مطالعه نشان داد که بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش درونی و بی‌انگیزشی و امید تحصیلی در مرحله پس آزمون تأثیر داشت و موجب تداوم این تأثیر در مرحله پیگیری نیز شد. همچنین نتایج نشان داد که بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش بیرونی تأثیر نداشت ($P>0/05$). نتایج این مطالعه بینشی از اثربخشی بسته آموزشی در ارتقای انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر کرمان ارائه کرد. اجرای این بسته موجب افزایش چشمگیر انگیزه و امید تحصیلی دانش آموزان می‌شود.

کلیدواژگان: انگیزه، امید تحصیلی، بسته آموزشی، دانش آموزان دبیرستانی، ایران

شیوه استناددهی: بنیادی، محسن، منطری توکلی، علیرضا، زین الدینی میمند، زهرا، و سلطانی، امان الله. (۱۴۰۴). طراحی و بررسی اثربخشی بسته آموزشی تئوری انتخاب بر روی انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه: مطالعه موردی شهر کرمان. شناخت، رفتار، یادگیری، ۲(۲)، ۱-۱۴.

Designing and Evaluating the Effectiveness of an Educational Package Based on Choice Theory on Academic Motivation and Hope in Male High School Students: A Case Study in Kerman

Mohsen. Bonyadi¹, alireza. Manzari Tavakoli^{1*}, Zahra. Zeinaddiny Meymand¹, Amanallah Soltani¹

1. Department of Educational Sciences and Psychology, Ke.C., Islamic Azad University, Kerman, Iran

*Corresponding Author's Email: a.manzari1336@iau.ac.ir

Submit Date: 2025-02-21

Revise Date: 2025-02-27

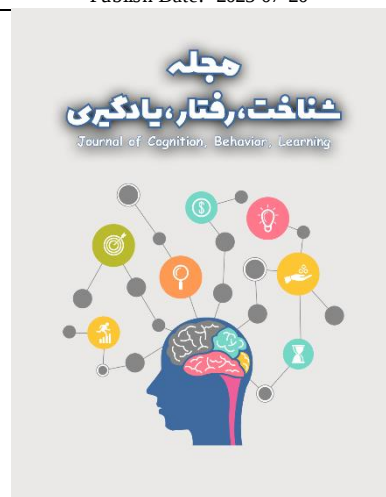
Accept Date: 2025-07-21

Publish Date: 2025-07-20

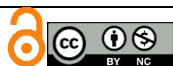
Abstract

This study aimed to design and evaluate an educational package for enhancing academic motivation and hope in male students in the upper secondary level in the city of Kerman. The research followed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group structure. The statistical population consisted of all male students enrolled in upper secondary schools in District 2 of Kerman (N = 450). A multistage cluster random sampling method was used, and 60 participants were randomly assigned to the experimental group (n = 30) and the control group (n = 30). Data were collected using the Academic Motivation Scale developed by Vallerand et al. (1992) and the Academic Hope Scale developed by Khorrami and Kamari (2017). Participants in the experimental group received the educational package based on choice theory over eight sessions, while the control group did not receive any intervention. In this study, repeated measures analysis of variance (ANOVA) was employed for statistical analysis, and the data were analyzed using SPSS version 23. The results indicated that the designed educational package based on choice theory had a significant impact on intrinsic motivation, amotivation, and academic hope in the posttest phase, and the effects were sustained during the follow-up phase. Furthermore, the findings revealed that the package did not have a significant effect on extrinsic motivation ($p > .05$). This study provided insight into the effectiveness of the educational package in enhancing academic motivation and hope among male upper secondary school students in Kerman. Implementation of this package led to a notable increase in students' motivation and academic hope.

Keywords: motivation, academic hope, educational package, high school students, Iran



How to cite: Bonyadi, M., Manzari Tavakoli, A., Zeinaddiny Meymand, Z., Soltani, A. (2025). Designing and Evaluating the Effectiveness of an Educational Package Based on Choice Theory on Academic Motivation and Hope in Male High School Students: A Case Study in Kerman. *Cognition, Behavior, Learning*, 2(2), 1-14.



مقدمه

در دنیای متحول معاصر که نظام‌های آموزشی درگیر تحول‌های بنیادین در سیاست‌گذاری، محتوای برنامه‌های درسی و روش‌های یاددهی-یادگیری هستند، کیفیت آموزش و یادگیری و مؤلفه‌های اثرگذار بر آن بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. یکی از اصلی‌ترین عوامل تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی، انگیزش تحصیلی و امید به آینده علمی است که در سال‌های اخیر به یکی از ارکان مهم پژوهش‌های آموزشی بدل شده‌اند (Barani et al., 2019; Cheavens et al., 2019). در میان مؤلفه‌های روان‌شناختی، انگیزش تحصیلی نقش انکارناپذیری در موفقیت تحصیلی ایفا می‌کند و به عنوان نیروی درونی یا بیرونی جهت‌دهنده رفتارهای آموزشی در نظر گرفته می‌شود (Komarc et al., 2020). بر اساس دیدگاه دسی و رایان، انگیزش در پیوستاری از بی‌انگیزگی، انگیزش بیرونی و انگیزش درونی قرار دارد و افراد در یک بازه از این پیوستار جای می‌گیرند (Mohammadi Darvish Bighal et al., 2020).

در این چارچوب، انگیزش درونی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ زیرا با افزایش درونی‌سازی رفتارهای یادگیری، منجر به پایداری بیشتر یادگیری و رضایت از فرآیند تحصیل می‌شود (Amiri et al., 2022). انگیزش بیرونی، هرچند در مراحل ابتدایی یادگیری می‌تواند محرک مؤثری باشد، اما به‌تنهایی برای تداوم فرآیند تحصیلی کافی نیست. علاوه بر این، یکی از مسائل بحرانی در حوزه انگیزش، وضعیت بی‌انگیزگی یا فقدان انگیزه است که باعث سردرگمی تحصیلی، بی‌هدفی و در نهایت ترک تحصیل می‌شود (Samadian et al., 2019). بنابراین، مداخلاتی که بتوانند به بهبود انگیزش درونی و کاهش بی‌انگیزگی منجر شوند، نقشی کلیدی در ارتقای کیفیت آموزش دارند.

در کنار انگیزش، امید تحصیلی نیز به عنوان یک سازه روان‌شناختی مثبت، به‌طور فزاینده‌ای در مطالعات آموزشی و روان‌شناسی مورد توجه قرار گرفته است. بر اساس مدل امید سنایدر، امید مشتمل بر تفکر عاملیت (agency thinking) و تفکر مسیر (pathway thinking) است که از طریق تعیین اهداف تحصیلی و شناسایی راهبردهای مؤثر برای رسیدن به آن‌ها، به افزایش کارآمدی تحصیلی منجر می‌شود (Cheavens et al., 2018; Yotsidi et al., 2019). به عبارتی، امید تحصیلی به معنای ادراک دانش‌آموز از امکان موفقیت در مسیر آموزشی خود است و با شاخص‌هایی چون خوش‌بینی، آینده‌نگری و برنامه‌ریزی هدفمند همبستگی دارد (Barani et al., 2019).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که دانش‌آموزانی که از سطوح بالاتری از امید برخوردارند، تاب‌آوری بیشتری در برابر موانع تحصیلی دارند و در فرآیندهای خودتنظیمی، عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند (Fereydouni et al., 2019). همچنین پژوهش‌هایی که بر روی دانش‌آموزان در معرض خطر یا دارای اختلالات روان‌شناختی انجام شده‌اند، نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های مبتنی بر نظریه امید می‌تواند بر کاهش اضطراب، افزایش احساس توانمندی و بهبود کیفیت زندگی تأثیرگذار باشد (Yadollahi Saber et al., 2019; Zavidavi & Safarzadeh, 2020).

در همین راستا، نظریه انتخاب گلاسر به عنوان یکی از رویکردهای مؤثر در افزایش انگیزش درونی و امید تحصیلی مورد توجه قرار گرفته است. این نظریه بر مبنای اصل مسئولیت‌پذیری، آزادی انتخاب و کنترل درونی بنا شده و بر آن است که رفتارهای افراد حاصل انتخاب‌های آگاهانه آن‌ها در جهت ارضای پنج نیاز بنیادین (بقا، عشق و احساس تعلق، قدرت، آزادی و تفریح) است (Arab Kalmari et al., 2020). نظریه انتخاب در حوزه‌های آموزشی، با تأکید بر آموزش مهارت‌های خودکنترلی، خودآگاهی و مسئولیت‌پذیری، نقش مهمی در اصلاح رفتارهای تحصیلی ایفا کرده است (Amiri et al., 2022; Soleimani et al., 2021).

مطالعات مختلفی در ایران و جهان تأثیر این نظریه را در کاهش بی‌انضباطی، ارتقای مشارکت مدرسه‌ای و بهبود سرمایه روان‌شناختی دانش‌آموزان نشان داده‌اند (Shariati Pour et al., 2019; Soleimani et al., 2018). برای مثال، پژوهش امیری و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که بسته آموزشی مبتنی بر نظریه انتخاب به طور معناداری بی‌انضباطی را در میان دانش‌آموزان کاهش داده است (Amiri et al., 2022). همچنین، پژوهش عرب کلمری و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که این نظریه موجب ارتقای مسئولیت‌پذیری و مشارکت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی می‌شود (Arab Kalmari et al., 2020).

با توجه به اثربخشی اثبات شده مداخلات مبتنی بر نظریه انتخاب بر شاخص‌هایی مانند مسئولیت‌پذیری، خودکارآمدی، سرمایه روان‌شناختی و رضایت تحصیلی (Asani, 2023; Nowruzpoor et al., 2021; Yazdizadeh et al., 2023)، تدوین بسته‌های آموزشی مدون و ساختارمند مبتنی بر این نظریه برای کاربرد در محیط‌های آموزشی ایران ضروری به نظر می‌رسد. از سوی دیگر، با توجه به اینکه در بیشتر پژوهش‌های پیشین به طراحی دقیق و تجربی بسته‌های آموزشی مبتنی بر این نظریه پرداخته نشده، خلأیی در ادبیات پژوهش وجود دارد که پژوهش حاضر در پی پاسخ به آن است.

پژوهش حاضر با هدف طراحی و بررسی اثربخشی یک بسته آموزشی مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر بر انگیزش و امید تحصیلی دانش‌آموزان پسر مقطع دوم متوسطه شهر کرمان صورت گرفته است.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود و از نظر هدف کاربردی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان پسر دوره دوم دبیرستان ناحیه دو شهر کرمان بودند ($N=450$). سپس، تعداد نمونه ۶۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. روش نمونه‌گیری در این مطالعه به شیوه خوشه‌ای تصادفی ۴ مرحله‌ای انجام گرفت. در این مرحله از بین دبیرستان‌های پسرانه ناحیه دو شهر کرمان تعداد ۴ دبیرستان به شکل تصادفی انتخاب شد. سپس به صورت تصادفی از هر مدرسه ۲ کلاس و از هر کلاس ۳۰ نفر و جمعاً ۲۴۰ نفر انتخاب شدند. بعد از انتخاب آزمودنی‌ها با استفاده از مقیاس انگیزش و امید تحصیلی سنجش شدند. دانش‌آموزانی که در پرسشنامه‌ها نمره پایین تر از میانگین به دست آورده بودند، شناسایی و مشخص شدند این افراد ۶۰ نفر بودند که رضایت خود را برای شرکت در برنامه آموزشی اعلام کردند. آزمودنی‌ها به صورت کاملاً تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شده و سپس برای حصول اطمینان از گمارش تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه کنترل و آزمایش آزمون t مستقل بر اساس معدل ترم گذشته آن‌ها برای دو گروه اجرا شد. نمرات به دست آمده از آزمودنی‌ها به عمل آمده برای انتخاب نمونه به عنوان نتایج پیش‌آزمون در نظر گرفته شد.

مقیاس انگیزش تحصیلی یک ابزار خود گزارشی است که توسط والرند^۱ و همکاران (۱۹۹۲) برای اندازه‌گیری انگیزش تحصیلی دانشجویان و دانش‌آموزان بر اساس نظریه خود تعیین‌گری دسی و رایان^۲ (۱۹۸۰) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۲۸ گویه و سه خرده مقیاس انگیزش درونی^۳ (شامل دانستن^۴، تجربه محرک^۵، حرکت در جهت پیشرفت^۶)، انگیزش بیرونی^۷ (شامل تنظیم بیرونی^۸، درون‌فکنی^۹ و همانندسازی^{۱۰}) و بی‌انگیزشی^{۱۱} است. آزمودنی باید در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) مشخص سازد. مقیاس انگیزش تحصیلی در پژوهش‌های فراوانی، از جمله مطالعات داخلی، به کار رفته و بارها روایی و پایایی آن تایید شده است. والرند و همکاران (۱۹۹۲) پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش کرده‌اند و با استفاده از روش بازآزمایی با ارزش ۰/۷۹ تایید کرده‌اند. همچنین روایی سازه‌ای^{۱۲} این مقیاس نیز از روش تحلیل عاملی تاییدی، بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۴ به دست آمد. اتور و هوگان (۲۰۱۶) در مطالعه‌ای که به منظور اعتباریابی این مقیاس انجام دادند، پایایی آلفای کرونباخ آن را بین ۰/۷۸ و ۰/۸۴ و روایی سازه‌ای آن را نیز بین

¹ Vallerand.

² Deci & Ryan

³ Intrinsic Motivation

⁴ Knowledge

⁵ Stimulation

⁶ Accomplishment

⁷ Extrinsic Motivation

⁸ External Regulation

⁹ Introjected Regulation

¹⁰ Identified Regulation

¹¹ Amotivation

¹² Construct

¹³ Utvær & Haugan

۰/۷۳ و ۰/۸۶ بدست آوردند. در پژوهشی در ایران، رشوانلو و حجازی (۱۳۸۸) پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند، و روایی سازه‌ای آن نیز با استفاده از روش تحلیل عامل اکتشافی مورد تایید واقع شد. همچنین در مطالعه صورت گرفته توسط ویسانی، لوانانی و اژه‌ای (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزشی به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۶ و ۰/۶۷ بدست آمده است، همچنین شاخص‌های تحلیل عامل تاییدی، $CFI = ۰/۹۹$ ، $RMSEA = ۰/۰۳۶$ ، $AGFI = ۰/۹۴$ ، $GFI = ۰/۹۶$ همگی نشان از روایی سازه‌ای مقیاس دارد. در این پژوهش نیز، برای بررسی روایی این مقیاس از روش تحلیل عاملی تاییدی و برای بررسی پایایی آن، از آلفای کرونباخ استفاده خواهد شد.

مقیاس امید به تحصیل (خرمائی و کمری، ۱۳۹۶) یک مقیاس ۲۷ ماده‌ای بوده که امید به تحصیل را در چهار بعد امید به کسب فرصت‌ها، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه و امید به کسب صلاحیت است. این مقیاس بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) اندازه‌گیری می‌کند. روایی این ابزار توسط سازندگان با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی بررسی شده است. نتایج نشانگر وجود ۴ عامل در ماده‌های این مقیاس است که ۵۸ درصد از واریانس کل نمونه را تبیین می‌کند. اعتبار این ابزار به روش آلفای کرونباخ برای هر یک از ابعاد امید به کسب فرصت، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه، امید به کسب صلاحیت و نمره کل مقیاس امید به تحصیل به ترتیب برابر با ۰/۹۰، ۰/۸۰، ۰/۷۶ و ۰/۹۴ گزارش شده است. در پژوهش بارانی و همکاران (۱۳۹۸) نیز به منظور سنجش روایی، از تحلیل عاملی اکتشافی و برای تعیین اعتبار از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس وجود چهار عامل را تأیید کرد. ملاک استخراج عوامل شیب نمودار اسکری و ارزش ویژه بالاتر از ۱ بود. مقدار ضریب KMO برابر ۰/۸۵ و ضریب کروییت بارتلت برابر ۳۳۷۴/۳۷۷ ($P < ۰/۰۰۱$) بود که نشان از کفایت نمونه برداری و ماتریس همبستگی ماده‌ها داشت. ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از ابعاد امید به کسب فرصت امید به کسب مهارت‌های زندگی امید به سودمندی مدرسه امید به کسب صلاحیت و نمره کل مقیاس امید به تحصیل به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۷۴ و ۰/۸۷ به دست آمد.

بسته آموزشی طراحی شده شامل سه مرحله مقدماتی، طراحی بسته و مرحله پایانی بود.

۱) مرحله مقدماتی

در مرحله مقدماتی اقدام به بررسی ادبیات مرتبط با موضوع و مطالعات پیشین در جهت اطمینان از تکراری نبودن موضوع پژوهش یاری جستن از متخصصان آموزشی و پژوهشی در زمینه تئوری انتخاب در خصوص معرفی منابع و تأیید صحت انجام کار، مطالعه مقالات و کتابهای مربوط به انسجام تحصیلی بررسی پیشینه پژوهشهای انجام شده درباره روشهای افزایش انسجام تحصیلی، درخواست کمک از آموزگاران مشاوران تحصیلی و مدیران مدارس در زمینه برنامه ریزی انجام شد.

۲) طراحی بسته آموزشی

در این مرحله به بررسی مبانی نظری تئوری انتخاب در جهت بهبود فضای آموزشی فرمول سازی مشکل از دیدگاه رویکرد تئوری انتخاب؛ از طریق مطالعه بر روی دانش آموزان دارای مشکلات تحصیلی مراجعه کننده به محل اشتغال پژوهشگر مرکز مشاوره و با کمک آزمون نیازهای گلاسرو کاربرد محقق ساخته براساس مفاهیم اصلی طرح شده در تئوری انتخاب، معرفی جایگزین‌های رویکرد تئوری انتخاب برای افزایش انسجام تحصیلی، طراحی هدفهای آموزشی، محتوا و ساختار جلسات در برنامه پرداخته شد. محتوای جلسات براساس اهداف تعیین شده طراحی شدند. محتوا و ساختار جلسات به گونه‌ای طراحی شد که هر جلسه تکمیل کننده جلسات قبل و پیش نیاز جلسات بعدی بود و در نهایت بسته آموزشی ۸ جلسه‌ای شامل مواد آموزشی زیر تهیه شد.

الف) کتاب راهنمای مدرس

ب) کتاب کار دانش آموز

ج) کارت‌های ماشین رفتار: کارت‌های ماشین رفتار یک برنامه آموزشی، تربیتی و درمانی است که براساس چارچوب تئوری انتخاب دکتر ویلیام گلاسر ساخته شده است و به افراد کمک می‌کند تا بتوانند نشانه‌هایی چون اضطراب افسردگی و خشم خود را مدیریت کنند و این نکته مهم را به آن‌ها یادآوری کنند که بایستی کنترل و مسئولیت ماشین (رفتار کلی) خود را خود به عهده بگیرند.

د) کارت‌های توانمندی: شامل ۵۴ کارت برای انتقال این پیام مهم است که هر کسی توانمندی‌هایی دارد. ارزش اصلی این کارت‌ها در توانایی آن‌ها در پیشبرد مکالمات و گفتگوهای دوجانبه در وضعیتی سرگرم کننده و در عین حال جدی با محوریت مراجع است.

ه) کارت‌های دنیای خرسه‌های کوچولو: این کارت‌ها از توانایی حیرت انگیزی در ایجاد گفتگوهای برای بیان احساسات برخوردارند و به ما نشان می‌دهند که چگونه با شرایط دشوار کنار آمده و پذیرا باشیم. کارت‌های دنیای خرسه‌های کوچولو برای کسانی که بیشتر وقتها احساس نادیده گرفته شدن یا بی‌ارزش بودن میکنند بسیار مؤثر است.

۳) مراحل پایانی تدوین بسته آموزشی

در این مرحله رفع نواقص و کاستی‌ها در حین اجرای مقدماتی و اعتبار سنجی بسته آموزشی انجام شد. بدین نحو که بسته آموزشی در یک کارآزمایی اولیه بر روی تعدادی از دانش آموزان مراجعه کننده به مرکز مشاوره اجرا و مشکلات و کاستی‌های آن شناسایی و اصلاح شد و در آخرین مرحله با استفاده از روش اعتبار محتوایی اعتباریابی شد. بدین منظور پس از تدوین بسته و تهیه پروتکل برنامه آموزشی، این برنامه و مواد طراحی شده به همراه توضیحاتی درباره چگونگی انجام پژوهش و تدوین بسته آموزشی، به ۸ نفر از استادان روان شناسی، تربیتی روان شناسی بالینی و مشاوره که از متخصصان آموزش و پژوهش در حوزه تئوری انتخاب بودند ارسال و ارائه شد. پس از بازبینی استادان و اعمال پیشنهادها ایشان و رفع ایرادات مطرح شده، بسته آموزشی مورد تأیید نهایی متخصصان قرار گرفته اعتبار محتوایی آن تأیید شد. گروه آزمایشی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بسته آموزشی طراحی شده براساس تئوری انتخاب دریافت کردند و گروه کنترل در لیست انتظار ماندند.

بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب شامل هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای است که به صورت گروهی برای دانش آموزان برگزار می‌شود. در جلسه نخست، با هدف ایجاد انگیزه و آشنایی اولیه، چارچوب کلی دوره معرفی شده و تلاش می‌شود اعتماد شرکت کنندگان جلب شود. جلسه دوم به آموزش پنج نیاز بنیادین انسان (بقا، عشق و تعلق، قدرت، آزادی و تفریح) اختصاص دارد و از طریق بحث، نمایش کلیپ و تمرینات شناختی، نقش این نیازها در شکل گیری رفتارها تبیین می‌شود. در جلسه سوم، مفهوم «دنیای مطلوب» و نقش آن در روابط بین فردی و رفتارهای سازنده آموزش داده می‌شود و با استفاده از بازی، انتخاب تصویر و تحلیل کلیپ، مهارت همدلی و تفاهم تقویت می‌شود. در جلسه چهارم، سازوکار «نظام ادراکی» و تفاوت برداشت‌های افراد از پدیده‌ها آموزش داده می‌شود تا دانش آموزان بتوانند درک بهتری از دیدگاه‌های متفاوت داشته باشند. جلسه پنجم با تمرکز بر مدیریت احساسات، به دانش آموزان می‌آموزد چگونه از طریق تغییر رفتار، احساسات منفی را کاهش دهند و هیجانات خود را ابراز کنند. جلسه ششم به آموزش «ماشین رفتار» و مؤلفه‌های آن اختصاص دارد و دانش آموزان با مفهوم رفتار کلی آشنا شده و از ابزارهایی مانند کارت‌های ماشین رفتار استفاده می‌کنند. در جلسه هفتم، موضوع مسئولیت‌پذیری مطرح می‌شود و شرکت کنندگان از طریق تحلیل و تمرین، می‌آموزند که خود مسئول ارضای نیازهایشان هستند و نباید از دیگران انتظار رفع آن را داشته باشند. در نهایت، جلسه هشتم به تقویت مهارت خودآگاهی اختصاص دارد و با استفاده از نقاشی، کارت‌ها و کاربرگ‌های هدفمند، توجه به پیوند میان خواسته‌ها، رفتارها و پیامدها در لحظه آموزش داده می‌شود. این بسته آموزشی با هدف افزایش انگیزش درونی، کاهش بی‌انگیزگی و ارتقاء امید تحصیلی طراحی شده و از ابزارهای متنوع و تعاملی برای تسهیل یادگیری بهره گرفته است.

پژوهش حاضر در دو مرحله انجام گرفت. مرحله اول در این مرحله به منظور تهیه مقدماتی بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب به منظور تأثیر بر انگیزش و امید تحصیلی دانش آموزان از روش تحلیل محتوا استفاده شد. در فرایند اجرایی این مرحله همه چارچوبهای نظری مرتبط با تئوری انتخاب متغیر انسجام تحصیلی و کارهای مرتبط انجام شده در ایران و خارج از کشور بررسی و در نهایت، براساس چارچوبهای نظری

و تحقیقات انجام شده قبلی کار اصلی پژوهش - یعنی تدوین بسته آموزشی به معنای برقراری یک نظم مشخص بین فنون به کار گرفته شده که انسجام درونی برنامه را تأمین می کند در طول طراحی برنامه و اجرای مقدماتی آن صورت گرفت. پس از تدوین بسته آموزشی و تعیین تکالیف آموزشی و پروتکل‌های مربوط، اقدام به اعتباریابی بسته شد به منظور تعیین اعتبار محتوایی بسته تدوین شده در اختیار ۸ نفر از استادان روان شناسی تربیتی، روان شناسی بالینی و مشاوره قرار گرفت. در مرحله دوم برای بررسی اثربخشی بسته آموزشی تهیه شده، پژوهش در پارادایم کمی به روش آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل انجام شد. بدین شکل که گروه آزمایش تحت مداخلات مبتنی بر تئوری انتخاب قرار گرفته، اما گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. هر دو گروه در زمان یکسان به پیش آزمون و پس آزمون پاسخ دادند. همچنین دو ماه پس از پایان آموزش آزمودنی‌ها در گروه آزمایش از طریق اجرای مجدد پس آزمون مورد ارزیابی قرار گرفتند (مرحله پیگیری) به بیانی دیگر این پژوهش بر اساس هدف کاربردی و از نظر روش شناسی، آزمایشی بوده که در آن از طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل استفاده شده است.

برای پی بردن به اختلافات آماری نمرات در گروه‌های پس آزمون و پیگیری از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده گردید. استفاده از این آزمون مستلزم رعایت چند فرض اولیه است، این پیش فرض‌ها شامل نرمال بودن توزیع نمرات و همگنی واریانس‌ها است که ابتدا به بررسی این پیش فرض‌ها پرداخته شد. برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون شاپیرو - وبلک استفاده شد. به علاوه، جهت بررسی همگنی واریانس‌ها نیز از آزمون لوین استفاده شد. داده‌ها به وسیله نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ در سطح معنی داری ۰/۰۵ مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند.

یافته‌ها

نتایج این مطالعه نشان داد که نمرات آزمودنی‌های گروه آزمایش در انگیزش و امید تحصیلی در مراحل پس آزمون و پیگیری دارای اختلاف بود (جدول ۱).

جدول ۱. آماره‌های توصیفی انگیزش و امید تحصیلی به تفکیک گروه و مرحله آزمون

متغیر	گروه آزمایش (N=۳۰)		گروه کنترل (N=۳۰)		
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
انگیزش درونی	پیش آزمون	۲۰/۲۶	۵/۶۵	۲۱/۵۳	۶/۱۱
	پس آزمون	۳۸/۲۳	۸/۸۹	۲۱/۱۰	۵/۹۲
	پیگیری	۳۹/۴۳	۸/۸۲	۲۰/۹۳	۶/۳۳
انگیزش بیرونی	پیش آزمون	۲۰/۶۰	۶/۶۳	۱۹/۴۰	۶/۵۷
	پس آزمون	۲۰/۵۳	۶/۷۷	۱۹/۴۱	۷/۱۲
	پیگیری	۲۰/۵۲	۶/۶۶	۱۹/۶۶	۷/۱۳
بی انگیزشی	پیش آزمون	۱۶/۸۰	۱/۸۴	۱۶/۳۶	۲/۰۲
	پس آزمون	۱۰/۱۰	۲/۶۱	۱۶/۶۳	۱/۸۲
	پیگیری	۹/۹۶	۲/۹۶	۱۶/۶۰	۲/۳۹
امید تحصیلی	پیش آزمون	۵۳/۲۳	۹/۶۰	۵۵/۷۶	۷/۲۳
	پس آزمون	۹۲/۵۶	۱۱/۶۶	۵۵/۳۰	۶/۹۷
	پیگیری	۹۶/۱۰	۱۲/۱۶	۵۳/۳۳	۷/۰۰۴

نتایج نشان داد که بین نمرات انگیزش درونی و بی انگیزشی و امید تحصیلی آزمودنی‌ها در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری اختلاف آماری معنی داری مشاهده شد ($P < ۰/۰۰۱$)، که در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. نتایج اثرات درون گروه‌ها برای متغیرهای انگیزش و امید تحصیلی

اثر	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	P-val ue	اندازه اثر
انگیزش درونی	۳۶۵۵/۷۴۴	۲	۱۸۲۷/۸۷۲	۴۴۰/۳۰۹	۰/۰۰۱	۰/۸۸۴
کرویت پذیرفته شده	۳۶۵۵/۷۴۴	۱/۰۹۹	۳۳۲۵/۱۲۹	۴۴۰/۳۰۹	۰/۰۰۱	۰/۸۸۴
انگیزش بیرونی	۰/۵۷۸	۲	۰/۲۸۹	۰/۶۰۸	۰/۵۴۶	۰/۰۱۰
کرویت پذیرفته شده	۰/۵۷۸	۱/۸۱۶	۰/۳۱۸	۰/۶۰۸	۰/۵۳۱	۰/۰۱۰
بی انگیزشی	۴۹۲/۴۱۱	۲	۲۴۶/۲۰۶	۱۲۰/۶۵۳	۰/۰۰۱	۰/۶۷۵
کرویت پذیرفته شده	۴۹۲/۴۱۱	۱/۲۳۰	۴۰۰/۳۲۲	۱۲۰/۶۵۳	۰/۰۰۱	۰/۶۷۵
امید تحصیلی	۱۸۳۳۱/۹۰۰	۲	۹۱۶۵/۹۵۰	۴۰۱/۰۵۵	۰/۰۰۱	۰/۸۷۴
کرویت پذیرفته شده	۱۸۳۳۱/۹۰۰	۱/۰۵۶	۱۷۳۶۳/۶۱۳	۴۰۱/۰۵۵	۰/۰۰۱	۰/۸۷۴

همچنین نتایج نشان داد که بین نمرات انگیزش بیرونی آزمودنی‌ها در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری از لحاظ آماری گزارش نشد ($P > ۰/۰۵$). به علاوه، نتایج این مطالعه نشان داد که بین نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت آماری معناداری وجود داشت ($P < ۰/۰۵$). به عبارت دیگر بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر روی انگیزش درونی و بی‌انگیزشی و امید تحصیلی تأثیر داشت ($P < ۰/۰۵$). همچنین نتایج نشان داد بین نمرات انگیزش بیرونی گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معنادار آماری مشاهده نشد ($P > ۰/۰۵$) که در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳. نتایج اثرات بین گروه‌ها برای متغیرهای انگیزش و امید تحصیلی

منبع	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	P-val ue	اندازه اثر
انگیزش درونی	۵۹۰۵/۳۳۹	۱	۵۹۰۵/۳۳۹	۴۱/۴۵۱	۰/۰۰۱	۰/۴۱۷
خطا	۸۲۶۳/۰۷۸	۵۸	۱۴۲/۴۶۷			
انگیزش بیرونی	۵۳/۳۵۶	۱	۵۳/۳۵۶	۰/۳۸۵	۰/۰۵۳۷	۰/۰۰۷
خطا	۸۰۳۷/۷۷۸	۵۸	۱۳۸/۵۸۲			
بی انگیزشی	۸۱۰/۶۸۹	۱	۸۱۰/۶۸۹	۶۸/۶۵۳	۰/۰۰۱	۰/۵۴۲
خطا	۶۸۴/۸۸۹	۵۸	۱۱/۸۰۸			
امید تحصیلی	۳۰۰۲۱/۲۵۰	۱	۳۰۰۳۱/۲۵۰	۱۳۸/۰۷۹	۰/۰۰۱	۰/۷۰۴
خطا	۱۲۶۱/۶۳۳	۵۸	۲۱۷/۴۹۴			

به علاوه، به منظور مشخص نمودن اینکه انگیزش و امید تحصیلی در کدام مراحل آزمون (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) دارای تفاوت آماری معنی داری هستند از آزمون تعقیبی بن فرونی استفاده شد که مربوط به مقایسه دو به دوی میانگین‌ها است (جدول ۴). جدول ۴ نشان می‌دهد که بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر مولفه‌های انگیزش تحصیلی (انگیزش درونی و بی‌انگیزشی) و امید تحصیلی در هر دو مرحله پس آزمون و پیگیری دارای تأثیر معنادار آماری بود ($P < ۰/۰۵$). بر طبق جدول ۴، تفاوت میانگین نمرات پیش آزمون با پس آزمون و تفاوت میانگین پیش آزمون با پیگیری بیشتر و معنادارتر از تفاوت میانگین نمرات پس آزمون و پیگیری بود. این نشان دهنده آن است که بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش درونی و بی‌انگیزشی و امید تحصیلی در مرحله پس آزمون تأثیر داشت و این تأثیر در مرحله پیگیری نیز تداوم داشت. همچنین نتایج نشان داد که بسته آموزشی تدوین شده بر اساس تئوری انتخاب بر انگیزش بیرونی دارای تأثیر معنادار آماری نبود ($P > ۰/۰۵$).

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی نگیزش و امید تحصیلی در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

متغیر	تفاوت مراحل	تفاوت میانگین‌ها	P-value
انگیزش درونی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	*-۸/۷۶۷	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	*-۹/۲۸۳	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	*-۰/۵۱۷	۰/۰۰۱
انگیزش بیرونی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	۰/۰۳۳	۱/۰۰۰
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	-۰/۱۳۳	۰/۹۶۴
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	-۰/۱۶۷	۱/۰۰۰
بی‌انگیزشی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	*۳/۲۱۷	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	*۳/۳۰۰	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	۰/۰۸۳	۱/۰۰۰
امید تحصیلی	پیش آزمون - پس آزمون (اثر مداخله)	*-۱۹/۴۳۳	۰/۰۰۱
	پیش آزمون - پیگیری (اثر زمان)	*-۲۰/۲۱۷	۰/۰۰۱
	پس آزمون - پیگیری (اثر ثبات مداخله)	*-۰/۷۸۳	۰/۰۰۸

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بسته آموزشی طراحی شده بر اساس تئوری انتخاب توانست به طور معناداری موجب افزایش انگیزش درونی و امید تحصیلی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه در شهر کرمان شود. تفاوت معنادار بین نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای انگیزش درونی، بی‌انگیزشی و امید تحصیلی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل مؤید این موضوع است. اما در مورد انگیزش بیرونی، تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نشد که نشان می‌دهد مداخله بر این مؤلفه تأثیر نداشته است. این یافته‌ها بیانگر اثربخشی ساختارمند مداخلات مبتنی بر اصول تئوری انتخاب در ارتقای شاخص‌های روان‌شناختی تحصیلی دانش‌آموزان است؛ به‌ویژه در متغیرهایی که مستقیماً با نگرش درونی و باورهای خودسامان‌داده شده مرتبط‌اند.

تبیین این نتایج را می‌توان در چارچوب نظریه انتخاب گلاسر تحلیل کرد. از دیدگاه این نظریه، تمام رفتارهای انسان از درون‌برانگیخته بوده و هدف آن‌ها ارضای نیازهای بنیادین مانند عشق، تعلق، قدرت، آزادی و تفریح است. اگر فرد نتواند یکی از این نیازها را در محیط خود به‌صورت متعادل ارضا کند، احتمال بروز رفتارهای ناسازگارانه یا بی‌انگیزشی افزایش می‌یابد. آموزش مبتنی بر این نظریه، دانش‌آموزان را با فرایند آگاهی از نیازها، مسئولیت‌پذیری در قبال رفتارها و کنترل درونی آشنا می‌سازد و آنان را در مسیر هدفمندی قرار می‌دهد (Amiri et al., 2022; Arab Kalmari et al., 2020). چنین آموزشی توانسته است در پژوهش حاضر، انگیزش درونی را ارتقا داده و از میزان بی‌انگیزشی بکاهد. این نتایج هم‌راستا با مطالعاتی است که تأثیر تئوری انتخاب را در افزایش خودکارآمدی، مسئولیت‌پذیری، مشارکت تحصیلی و رضایت از یادگیری نشان داده‌اند (Fereydouni et al., 2019; Shariati Pour et al., 2019; Soleimani et al., 2021).

در رابطه با بی‌انگیزشی، که به عنوان پایین‌ترین نقطه در پیوستار انگیزشی مطرح می‌شود، یافته‌های این پژوهش نشان داد که آموزش نظریه انتخاب منجر به کاهش معنادار آن شده است. کاهش بی‌انگیزشی می‌تواند نشانه‌ای از رشد درونی دانش‌آموزان در زمینه احساس هدفمندی، جهت‌گیری تحصیلی و درک ارتباط میان تلاش و پیامد باشد. مشابه این یافته در پژوهش (Samadian et al., 2019) نیز گزارش شده است که در آن آموزش نظریه انتخاب موجب کاهش بی‌انگیزگی و ارتقای هدف‌گذاری تحصیلی در دانش‌آموزان پایه نهم شد. همچنین، نتایج پژوهش حاضر با مطالعه (Nurjanah et al., 2020) هم‌راستا است که نشان داد مداخلات مبتنی بر واقعیت‌درمانی (مبتنی بر تئوری انتخاب) می‌تواند به‌طور مؤثری انگیزش و انضباط تحصیلی دانش‌آموزان را بهبود بخشد.

در خصوص امید تحصیلی نیز، یافته‌ها نشان داد که بسته آموزشی موجب ارتقای معنادار این مؤلفه در گروه آزمایش شده است. امید تحصیلی از دیدگاه سنایدر به معنای توانایی فرد در تعیین اهداف، طراحی مسیرها و انگیزش برای رسیدن به آن‌هاست. بنابراین، مداخلاتی که بر مسئولیت‌پذیری، آگاهی از انتخاب‌ها و کنترل درونی تأکید دارند، می‌توانند نقش مهمی در ارتقای این توانمندی ایفا کنند (Cheavens et

al., 2019; Yotsidi et al., 2018). یافته حاضر با مطالعه (Yadollahi Saber et al., 2019) همسو است که نشان داد آموزش نظریه انتخاب به طور معناداری موجب ارتقای امید در دانشجویان دختر شده است. همچنین در پژوهش (Zavidavi & Safarzadeh, 2020)، مداخله واقعیت درمانی موجب افزایش امید به زندگی و رفاه روان شناختی زنان دارای اختلال وسواس شد. گرچه جامعه آماری متفاوت بود، اما اثربخشی تئوری انتخاب بر امید در تمام این مطالعات به اثبات رسیده است.

نکته قابل تأمل دیگر، عدم تأثیر معنادار مداخله بر انگیزش بیرونی است. انگیزش بیرونی تحت تأثیر پاداش‌ها، فشارهای اجتماعی، ارزیابی بیرونی و نظام‌های تشویقی است که در بسته آموزشی تئوری انتخاب که بر درون‌سازی، مسئولیت‌پذیری و رشد شخصی متمرکز است، به صورت مستقیم مورد هدف قرار نگرفته‌اند. یافته مشابهی در پژوهش (Benbow & Anderson, 2019) نیز مشاهده شده است که نشان داد مداخلات مبتنی بر شناخت درمانی و تئوری‌های انتخاب، بیشتر بر انگیزش درونی و راهبردهای مقابله‌ای فردی تأثیر می‌گذارند تا بر انگیزش بیرونی.

در مجموع، نتایج این پژوهش نه تنها اثربخشی تئوری انتخاب را در ارتقای انگیزش تحصیلی و امید تأیید می‌کند، بلکه اهمیت مداخلات مبتنی بر آموزش مهارت‌های شناختی-رفتاری را نیز برجسته می‌سازد؛ مداخلاتی که موجب توانمندسازی روان شناختی دانش‌آموزان شده و آن‌ها را از وابستگی به عوامل بیرونی به سمت کنترل درونی سوق می‌دهند. چنین فرایندی می‌تواند مسیر تحولی دانش‌آموزان را در دستیابی به موفقیت تحصیلی و حتی موفقیت‌های آتی در زندگی فردی و اجتماعی تسهیل کند (Asani, 2023; Nowruzpoor et al., 2021).

از جمله مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، می‌توان به دامنه محدود جامعه آماری اشاره کرد که تنها شامل دانش‌آموزان پسر یکی از نواحی شهر کرمان بود و نتایج آن قابلیت تعمیم به سایر مقاطع تحصیلی، جنسیت‌ها یا مناطق جغرافیایی دیگر را ندارد. همچنین مدت زمان اجرای بسته آموزشی نسبتاً محدود بود و ممکن است در دوره‌های طولانی‌تر نتایج متفاوتی حاصل شود. افزون بر آن، متغیرهای محیطی و خانوادگی که می‌توانند بر انگیزش و امید تحصیلی تأثیرگذار باشند، در این پژوهش کنترل نشده‌اند و ممکن است در نتایج دخیل باشند. علاوه بر این، سنجش میزان اثرات بلندمدت مداخله نیازمند پیگیری‌های طولانی‌تر از بازه دو ماهه فعلی است.

بر اساس نتایج و محدودیت‌های این مطالعه، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی این بسته آموزشی را در گروه‌های جنسیتی مختلف (مانند دختران)، در مقاطع تحصیلی گوناگون و نیز در مدارس با بافت فرهنگی و اقتصادی متفاوت مورد بررسی قرار دهند. همچنین بررسی تأثیر این بسته بر دیگر شاخص‌های روان شناختی مانند تاب‌آوری، بهزیستی روان شناختی، کنترل هیجانی و رضایت از زندگی تحصیلی می‌تواند افق‌های تازه‌ای در کاربردهای نظریه انتخاب فراهم آورد. پژوهش‌های ترکیبی یا کیفی نیز می‌توانند به درک عمیق‌تری از تجربه دانش‌آموزان از محتوای بسته آموزشی و فرآیندهای تغییر شناختی و رفتاری آنان منجر شوند.

با توجه به اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر تئوری انتخاب در ارتقای انگیزش درونی و امید تحصیلی، پیشنهاد می‌شود که این بسته به عنوان بخشی از برنامه‌های مشاوره مدرسه، کارگاه‌های توانمندسازی روان شناختی یا برنامه‌های تربیت معلم به کار گرفته شود. مدارس می‌توانند از ظرفیت مشاوران برای اجرای این برنامه در قالب جلسات گروهی بهره ببرند. همچنین پیشنهاد می‌شود بسته به صورت ماژولار طراحی شده و در برنامه درسی آموزش و پرورش گنجانده شود تا بتوان آن را در طول سال تحصیلی و برای گروه‌های بزرگ‌تری از دانش‌آموزان اجرا کرد. این مداخله می‌تواند به‌ویژه برای دانش‌آموزانی که در معرض ترک تحصیل، بی‌انگیزشی یا افسردگی تحصیلی قرار دارند، بسیار سودمند واقع شود.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

Extended Abstract

Introduction

In recent decades, the increasing emphasis on psychological well-being and internal educational mechanisms has prompted scholars to reevaluate the foundational elements that contribute to student academic success. Among these, academic motivation and hope have emerged as central constructs influencing learning outcomes and student engagement. Academic motivation, particularly in adolescence, serves as a driving force that determines the quality and persistence of academic efforts. According to self-determination theory, motivation exists along a continuum ranging from amotivation to extrinsic and intrinsic motivation, with the latter representing the most self-regulated and satisfying form of engagement (Komarc et al., 2020; Mohammadi Darvish Bighal et al., 2020). Intrinsic motivation, rooted in autonomy and internal satisfaction, is directly linked to increased persistence, creativity, and cognitive engagement in learning environments (Barani et al., 2019; Cheavens et al., 2019).

In contrast, extrinsic motivation is driven by rewards and punishments and may not foster long-term engagement unless it is internalized over time. The absence of motivation—amotivation—can lead to disengagement, academic failure, and even dropout (Amiri et al., 2022). In this regard, identifying interventions that enhance intrinsic motivation and reduce amotivation is of paramount importance. At the same time, hope, particularly academic hope, has been recognized as a significant positive psychological variable. Rooted in Snyder's hope theory, academic hope includes agency (goal-directed energy) and pathways (strategies to reach goals), serving as a critical predictor of academic resilience and perseverance (Cheavens et al., 2019; Yotsidi et al., 2018).

Empirical studies underscore the interdependence between academic motivation and hope. Students with high hope levels tend to employ more adaptive strategies, persevere in the face of challenges, and exhibit better academic self-regulation (Benbow & Anderson, 2019; Dami et al., 2020). Hope has been associated with positive school attitudes, increased academic engagement, and improved coping strategies (Nurjanah et al., 2020; Yazdizadeh et al., 2023). Given these relationships, educational programs aiming to strengthen motivation and hope are seen as promising interventions. One such approach is rooted in William Glasser's Choice Theory, which emphasizes personal responsibility, internal control, and the satisfaction of five basic needs: survival, love and belonging, power, freedom, and fun (Amiri et al., 2022; Arab Kalmari et al., 2020). According to this theory, individuals act to meet these needs and when properly guided, can adopt more constructive behaviors and attitudes, including in the academic domain.

Choice Theory-based educational programs have been found to reduce behavioral problems and enhance psychological capacities such as responsibility, engagement, and self-regulation (Fereydouni et al., 2019; Soleimani et al., 2018). In the Iranian context, studies indicate that such interventions can foster personal and academic growth, especially among vulnerable youth populations (Asani, 2023; Nowruzpoor et al., 2021). However, there is still limited evidence regarding the structured application of Choice Theory in enhancing academic motivation and hope among high school students. This study aimed to address this gap by designing and evaluating the effectiveness of an educational package based on Choice Theory to improve intrinsic motivation and academic hope among male high school students in Kerman, Iran.

Methods and Materials

The present research utilized a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group structure. The statistical population included all male students in the second year of public high school in District 2 of Kerman (N = 450). A multi-stage random cluster sampling method was used to select 60 participants who scored below average on pre-assessment measures of motivation and hope. These students were randomly assigned to an experimental group (n = 30) and a control group (n = 30). The educational intervention comprised eight structured sessions based on Choice Theory, focusing on self-awareness, responsibility, goal-setting, need satisfaction, emotional regulation, and internal control. The control group received no intervention.

To measure academic motivation, the Academic Motivation Scale (AMS) developed by Vallerand et al. (1992) was used, which includes three subscales: intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation. To assess academic hope, the Academic Hope Scale developed by Khormaei and Kamari (2016) was administered, evaluating four dimensions: hope for opportunities, life skills, school usefulness, and competence. Data analysis was conducted using repeated-measures ANOVA in SPSS v23. Assumptions of normality and homogeneity of variances were tested using Shapiro-Wilk and Levene's tests, respectively.

Findings

Descriptive statistics revealed that the experimental group showed considerable improvement in intrinsic motivation, hope, and reduction in amotivation scores from pretest to posttest and follow-up, while the control group displayed no significant changes. In the repeated-measures ANOVA, statistically significant differences were observed between the experimental and control groups for intrinsic motivation ($F = 41.45$, $p < .001$, $\eta^2 = .417$), amotivation ($F = 68.65$, $p < .001$, $\eta^2 = .542$), and academic hope ($F = 138.08$, $p < .001$, $\eta^2 = .704$). However, for extrinsic motivation, no statistically significant difference was detected between the groups across time points ($F = 0.38$, $p > .05$).

Post hoc Bonferroni tests confirmed that the changes in intrinsic motivation and academic hope were significant between pretest and posttest, and between pretest and follow-up stages in the experimental group. However, the differences between posttest and follow-up were minimal, indicating the stability of the intervention effects over time. These findings demonstrate the enduring positive impact of the Choice Theory-based educational package on intrinsic motivation and hope, while showing its limited effect on externally regulated motivation.

Discussion and Conclusion

The findings of this study provide strong evidence supporting the effectiveness of a Choice Theory-based intervention in promoting intrinsic motivation and academic hope among male high school students. The observed increase in intrinsic motivation aligns with the theoretical premise of Choice Theory, which posits that when individuals learn to take responsibility for their actions and decisions, they are more likely to engage in goal-directed, self-determined behaviors. The shift in motivational orientation from external to internal underscores the importance of interventions that foster autonomy, self-evaluation, and personal agency within educational settings.

The significant reduction in amotivation observed in the experimental group further supports the view that lack of motivation is not a static state, but a malleable condition that can be transformed through targeted interventions. Teaching students how to identify their needs, reflect on their behaviors, and adopt purposeful strategies can restore their sense of control and academic engagement. The results echo findings from previous research that showed that reality therapy and Choice Theory training can positively influence responsibility, self-concept, and emotional balance in educational contexts.

Moreover, the marked improvement in academic hope suggests that the intervention successfully helped students establish meaningful academic goals and pathways. As Snyder's theory emphasizes, hopeful individuals are not only more likely to envision success but also better equipped to devise and pursue strategies to achieve it. The educational package, by including activities such as future planning, need recognition, and emotional regulation, likely contributed to the development of these competencies.

Interestingly, the intervention did not significantly impact extrinsic motivation, which may be attributed to the intrinsic focus of Choice Theory. Since extrinsic motivation is largely influenced by external rewards and pressures, it is plausible that an internal-focused intervention would not alter these externally regulated behaviors. This highlights the selective influence of Choice Theory and suggests the necessity of complementary interventions when targeting different types of motivational regulation.

Overall, this study affirms the value of psychological education based on Choice Theory in developing essential cognitive and emotional skills that underpin academic success. The structured and interactive nature of the eight-session package appears to be both accessible and impactful, providing a replicable model for schools seeking to enhance student motivation and engagement. Although conducted in a limited context, the study offers insights into the potential of such programs to foster long-term psychological resilience and educational advancement.

Future research is encouraged to explore the applicability of this intervention across diverse educational levels, cultural settings, and among female students. Incorporating qualitative feedback from participants could further enrich understanding of the mechanisms underlying motivational change. As schools continue to grapple with student disengagement and dropout, evidence-based programs grounded in personal agency and psychological empowerment may offer a sustainable and effective solution.

References

- Amiri, M., Mesrabadi, J., Farid, A., & Sheikh Alizadeh, S. (2022). The effectiveness of a behavior management training package based on choice theory in reducing student indiscipline in schools. *Educational Innovations*, 21(1), 165-189. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0345-6>
- Arab Kalmari, M., Ghorban Shiroudi, S., & Zarbakhsh, M. (2020). The effectiveness of choice theory training on responsibility and school engagement in high school students. *Journal of Disability Studies*, 21(1), 165-189. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0358-9>
- Asani, S. (2023). Effectiveness of Reality Therapy and Mindfulness-Based Cognitive Therapy in Academic Meaning and Academic Emotions of Procrastinating Students. *Modern Care Journal*, 21(2). <https://doi.org/10.5812/mcj-137148>
- Barani, H., Rahpima, S., & Khormaei, F. (2019). The relationship between academic hope and academic avoidance: The mediating role of academic self-regulation. *Developmental Psychology Quarterly*, 15(59), 323-335. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0347-8>
- Benbow, A. A., & Anderson, P. L. (2019). A meta-analytic examination of attrition in virtual reality exposure therapy for anxiety disorders. *Journal of anxiety disorders*, 61, 18-26. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.06.006>
- Cheavens, J. S., Heiy, J. E., Feldman, D. B., Benitez, C., & Rand, K. L. (2019). Hope, goals, and pathways: Further validating the hope scale with observer ratings. *The Journal of Positive Psychology*, 14(4), 452-462. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1484937>
- Dami, Z. A., Tameon, S. M., & Saudale, J. (2020). The predictive role of academic hope in academic procrastination among students: a mixed methods study. *Pedagogika*, 137(1), 208-229. <https://doi.org/10.15823/p.2020.137.12>
- Fereydouni, H., Omid, A., & Tamannaefar, S. (2019). The effectiveness of choice theory education on happiness and self-esteem in university students. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 7(3), 207-214. <https://doi.org/10.32598/jpcp.7.3.207>
- Komarc, M., Harbichová, I., & Scheier, L. M. (2020). Psychometric validation of Czech version of the Sport Motivation Scale. *PLoS One*, 15(1), e0227277. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227277>
- Mohammadi Darvish Bighal, N., Hatami, H., Asadzadeh, H., & Ahadi, H. (2020). The effect of self-regulation (cognitive and metacognitive) strategy training on motivational beliefs (academic motivation, self-efficacy, test anxiety) in high school students. *Educational Psychology (Psychology & Educational Sciences)*, 9(27), 49-66. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0359-0>
- Nowruzpoor, E., Vakili, P., & Rezakhani, S. D. (2021). The effectiveness of Reality therapy on Self-efficacy and Identity Styles of Female Students. *International Journal of Pediatrics*, 9(8), 14212-14223. <https://doi.org/10.22038/ijp.2020.50939.4044>
- Nurjanah, A. S., Sarryata, S., & Zatrahadi, M. F. (2020). The effectiveness of reality therapy in improving learning motivation and discipline. *Psikopedagogia, jurnal bimbingan dan konseling*, 5(2), 87-91. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v9i2.19470>
- Samadian, M., Livarjani, S., & Panahali, A. (2019). The effectiveness of choice theory training on self-efficacy, goal orientation, and academic motivation in 9th-grade female students in Bonab. *Educational Research Journal*, 14(60), 79-100. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0357-8>
- Shariati Pour, S., Barabadi, H. A., & Heydarnia, A. (2019). The effectiveness of group reality therapy based on choice theory on the psychological capital of orphaned adolescent girls. *Counseling Research*, 18(71), 36-59. <https://doi.org/10.29252/jcr.18.71.36>

- Soleimani, Z., Ghaffari, M., & Baa'zat, F. (2018). The effectiveness of group reality therapy on academic vitality in students with specific learning disabilities. *Learning Disabilities*, 7(25), 68-86. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0353-4>
- Soleimani, Z., Ghaffari, M., & Baezat, F. (2021). The effectiveness of group reality therapy on academic vitality in students with specific learning disorders. *Learning Disabilities*, 7(4), 68-86. https://jld.uma.ac.ir/article_682.html
- Yadollahi Saber, F., Ebrahimi, M. E., Zamani, N., & Sahebi, A. (2019). The effectiveness of choice theory training on responsibility and hope in female university students. *Social Cognition*, 1(13), 20-32. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0363-4>
- Yazdizadeh, P., Hafezi, F., Ehteshamzadeh, P., Heidari, A., & Eftekhar Saadi, Z. (2023). Effectiveness of Reality Therapy on Emotion Regulation Difficulty and Academic Self-Handicapping of Students: A Pilot Study [Original Contributions]. *Journal title*, 8(3), 163-170. <https://doi.org/10.32598/CJHR.8.3.446.2>
- Yotsidi, V., Pagoulatou, A., Kyriazos, T., & Stalikas, A. (2018). The role of hope in academic and work environments: An integrative literature review. *Psychology*, 9(3), 385-402. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.93024>
- Zavidavi, J., & Safarzadeh, S. (2020). The effectiveness of group reality therapy on social well-being, life expectancy, and locus of control in women with obsessive-compulsive disorder. *Journal of psychiatric nursing*, 8(6), 106-117. <https://doi.org/10.1007/s12345-012-0351-2>