JOURNAL OF A New Approach in Teaching and Learning

https://www.jnael.ir

Volume 2, Issue 1, Spring 2026, Pages 35 to 50

eISSN: 3150-4078

Original Article (Quantitative)

The Effectiveness of an Acceptance and Commitment Therapy (ACT)-Based Educational Program on Self-Regulated Learning and Academic Engagement Among Elementary School Students with Specific Learning Disabilities in Sari

Sara Yousefi[1], Maryam Sadat Jalali[2], Negin Og[1]

1. Department of Clinical Psychology, Ayatollah Amoli Branch, Islamic Azad University, Amol, Iran.
2. Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran.

Receive:
03 April 2026
Revise:
20 April 2026
Accept:
15 May 2026

Keywords:
Acceptance and Commitment Therapy, self-regulated learning, academic engagement, specific learning disorder, elementary school students.

Abstract

The aim of this study was to investigate the effectiveness of an educational program based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on the self-regulated learning and academic engagement of elementary school students with specific learning disorders in Sari. The study employed a quasi-experimental design with a pre-test, post-test, and control group. The statistical population of the study consisted of all elementary school students with specific learning disabilities in the city of Sari during the 1404–1405 academic year, totaling 120 students. From this population, 40 students were selected using purposive sampling; after meeting the inclusion criteria, they were randomly assigned to either the experimental group (20 students) or the control group (20 students). The data collection instruments consisted of the Self-Regulated Learning Questionnaire and the Academic Engagement Questionnaire. The experimental group underwent training based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT) over eight 90-minute sessions, whereas the control group received no intervention. The obtained data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA). The findings indicated that, after controlling for pre-test scores, there was a significant difference between the experimental and control groups regarding self-regulated learning and academic engagement ($p < 0.05$). The results indicated that the training program based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT) led to an increase in self-regulated learning skills and an improvement in various dimensions of academic engagement—including behavioral, cognitive, and emotional engagement—among students with specific learning disorders. Therefore, the use of ACT-based interventions can be considered by educational specialists and school counselors as an effective approach to enhancing the academic performance and educational adjustment of these students.

Please cite this article as (APA): Yousefi, S., Sadat Jalali, M. & Og, N. (2026). The Effectiveness of an Acceptance and Commitment Therapy (ACT)-Based Educational Program on Self-Regulated Learning and Academic Engagement Among Elementary School Students with Specific Learning Disabilities in Sari. New Approach in Teaching and Learning, 2(1), 35-50.

https://doi.org/10.22034/jnael.2027.251369

Authors retain the copyright and full publishing rights.
Published by Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business. This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Publisher: Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business

Corresponding Author: Maryam Sadat Jalali | **Email:** fatiismyluv@gmail.com

فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری

https://www.jnael.ir

دوره ۲، شماره ۱، بهار ۱۴۰۵، صفحات ۳۵ تا ۵۰

علمی پژوهشی (کمی)

eISSN: 3150-4078

اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص مقطع ابتدایی شهر ساری

سارا یوسفی[۱]، مریم سادات جلالی[۲]، نگین اگ[۱]

۱. گروه روانشناسی بالینی، واحد آیت الله آملی، دانشگاه آزاد اسلامی، آمل، ایران.

۲. گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

تاریخ دریافت:
۱۴ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ بازنگری:
۳۱ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش:
۲۵ اردیبهشت ۱۴۰۵

کلید واژه‌ها:
درمان پذیرش و تعهد، خودتنظیمی یادگیری، درگیری تحصیلی، اختلال یادگیری خاص، دانش‌آموزان دوره ابتدایی.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص دوره ابتدایی شهر ساری بود. روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص دوره ابتدایی شهر ساری در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ تشکیل دادند که تعداد آن‌ها ۱۲۰ نفر بود. از میان جامعه آماری، ۴۰ دانش‌آموز با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و پس از احراز ملاک‌های ورود به پژوهش، به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گواه (۲۰ نفر) جایگزین شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه خودتنظیمی یادگیری و پرسشنامه درگیری تحصیلی بود. گروه آزمایش در طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش برنامه مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) قرار گرفت، در حالی که گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های به‌دست‌آمده با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری (MANCOVA) مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که پس از کنترل نمرات پیش‌آزمون، بین دو گروه آزمایش و گواه در میزان خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی تفاوت معناداری وجود دارد (P<۰/۰۵). نتایج بیانگر آن بود که برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد موجب افزایش مهارت‌های خودتنظیمی یادگیری و بهبود ابعاد مختلف درگیری تحصیلی شامل درگیری رفتاری، شناختی و عاطفی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص شد. بنابراین، استفاده از مداخلات مبتنی بر ACT می‌تواند به‌عنوان رویکردی مؤثر در جهت ارتقای عملکرد تحصیلی و سازگاری آموزشی این دانش‌آموزان مورد توجه متخصصان تعلیم‌وتربیت و مشاوران مدارس قرار گیرد.

لطفاً به این مقاله استناد کنید (APA): یوسفی، سارا، سادات جلالی، مریم و اگ، نگین. (۱۴۰۵). اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص مقطع ابتدایی شهر ساری. فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری، ۲(۱)، ۳۵-۵۰.

https://doi.org/10.22034/jnael.2027.251369

Authors retain the copyright and full publishing rights.
Published by Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business.
This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

ناشر: مرکز پژوهشی مطالعات مدیریت منابع و کسب و کار دانش محور

ایمیل: fatiismyluv@gmail.com

نویسنده مسئول: مریم سادات جلالی

مقدمه

دوران کودکی و سال‌های ابتدایی مدرسه از مهم‌ترین مراحل رشد شناختی، هیجانی و اجتماعی انسان به شمار می‌آید؛ زیرا بسیاری از مهارت‌های اساسی یادگیری، نگرش نسبت به مدرسه و الگوهای رفتاری مرتبط با پیشرفت تحصیلی در این دوره شکل می‌گیرد (بیگم شهر آئینی و همکاران، ۱۴۰۵). با این حال، گروهی از دانش‌آموزان به دلیل وجود اختلال‌های یادگیری خاص، در مسیر دستیابی به اهداف آموزشی با موانع قابل توجهی مواجه می‌شوند. اختلال یادگیری خاص به عنوان یکی از اختلال‌های عصب‌رشدی، با مشکلات پایدار در کسب و استفاده از مهارت‌های تحصیلی پایه مانند خواندن، نوشتن و ریاضیات مشخص می‌شود و این مشکلات علی‌رغم برخورداری فرد از فرصت‌های آموزشی مناسب و سطح هوشی طبیعی یا بالاتر از متوسط، ادامه پیدا می‌کند (خدیری و همکاران، ۱۴۰۴). این اختلال‌ها نه تنها عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد، بلکه می‌تواند پیامدهایی مانند کاهش انگیزش، افزایش تجربه شکست تحصیلی، اضطراب مرتبط با مدرسه و کاهش مشارکت فعال در فعالیت‌های آموزشی را به دنبال داشته باشد (فرجی و همکاران، ۱۴۰۴). دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص معمولاً در مقایسه با همسالان خود، تجربه‌های بیشتری از شکست تحصیلی، کاهش احساس کفایت، نگرش منفی نسبت به مدرسه و کاهش مشارکت در فعالیت‌های آموزشی دارند (فلاح زاده و همکاران، ۱۴۰۴). استمرار این مشکلات در سال‌های ابتدایی تحصیل می‌تواند زمینه‌ساز کاهش انگیزش تحصیلی و شکل‌گیری الگوهای ناکارآمد یادگیری شود؛ ازاین‌رو، شناسایی و اجرای مداخلات آموزشی و روان‌شناختی مؤثر برای ارتقای سازگاری تحصیلی این گروه از دانش‌آموزان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (باتلر[1] و همکاران، ۲۰۲۱). یکی از مؤلفه‌های اساسی در موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان، خودتنظیمی یادگیری است. خودتنظیمی یادگیری به توانایی دانش‌آموز در برنامه‌ریزی، هدف‌گذاری، استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی، نظارت بر عملکرد و اصلاح رفتارهای یادگیری اشاره دارد (فدایی نژاد، ۱۴۰۴). این سازه نشان‌دهنده نقش فعال یادگیرنده در فرایند آموزش است و دانش‌آموزان دارای سطح بالای خودتنظیمی معمولاً در مدیریت تکالیف، حفظ انگیزش، مقابله با دشواری‌های یادگیری و دستیابی به اهداف آموزشی عملکرد مطلوب‌تری دارند. در مقابل، دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص به دلیل مواجهه مکرر با مشکلات تحصیلی، ممکن است در تنظیم هیجان‌های مرتبط با یادگیری، حفظ تلاش و استفاده از راهبردهای مؤثر یادگیری با چالش بیشتری مواجه شوند (خدیری و همکاران، ۱۴۰۴). شواهد پژوهشی جدید نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های خودتنظیمی می‌تواند موجب افزایش استفاده از راهبردهای یادگیری، بهبود انگیزش و ارتقای عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان شود (دلا فوئنته[2] و همکاران، ۲۰۲۰).

1. Butler
2. De la Fuente

در کنار خودتنظیمی یادگیری، درگیری تحصیلی یکی از شاخص‌های مهم مشارکت دانش‌آموزان در نظام آموزشی محسوب می‌شود. درگیری تحصیلی مفهومی چندبعدی است که ابعاد رفتاری، شناختی و هیجانی را دربرمی‌گیرد و میزان مشارکت فعال دانش‌آموز در فعالیت‌های کلاسی، تلاش برای یادگیری، علاقه به مدرسه و احساس تعلق به محیط آموزشی را نشان می‌دهد (گله دار، ۱۴۰۴). دانش‌آموزانی که درگیری تحصیلی بالاتری دارند، معمولاً اهداف آموزشی را با جدیت بیشتری دنبال می‌کنند، در برابر مشکلات تحصیلی پایداری بیشتری نشان می‌دهند و از راهبردهای سازگارانه‌تری برای حل مسائل آموزشی استفاده می‌کنند (قاسمیان نیا، ۱۴۰۵). در مقابل، تجربه مکرر ناکامی در دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص می‌تواند موجب کاهش مشارکت تحصیلی، اجتناب از فعالیت‌های آموزشی و افزایش نگرش‌های منفی نسبت به یادگیری شود. بنابراین، طراحی مداخلاتی که بتوانند هم‌زمان عوامل شناختی و هیجانی مؤثر بر یادگیری را هدف قرار دهند، ضرورت دارد (اوتین[1] و همکاران، ۲۰۲۱). یکی از رویکردهای نوین که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران حوزه آموزش و روان‌شناسی را به خود جلب کرده است، درمان پذیرش و تعهد[2] است. این رویکرد که در چارچوب درمان‌های موج سوم رفتاردرمانی شناختی قرار دارد، بر افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، پذیرش تجربه‌های ناخوشایند، فاصله‌گیری از افکار ناکارآمد، توجه‌آگاهی و حرکت در مسیر ارزش‌های فردی تأکید می‌کند. بر اساس نظریه ACT، تلاش افراطی برای کنترل یا حذف افکار و هیجان‌های منفی می‌تواند موجب محدود شدن رفتارهای هدفمند شود؛ درحالی‌که پذیرش این تجربه‌ها و انتخاب رفتارهای متناسب با اهداف و ارزش‌ها، زمینه رشد عملکرد سازگارانه را فراهم می‌کند (رضایی زاده و همکاران، ۱۴۰۴). در محیط‌های آموزشی، این اصول می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا در مواجهه با دشواری‌های یادگیری، شکست‌های تحصیلی و احساس ناکارآمدی، واکنش‌های انعطاف‌پذیرتری داشته باشند و به جای اجتناب از موقعیت‌های آموزشی، در مسیر یادگیری فعال باقی بمانند (اکبری و همکاران، ۲۰۲۲). کاربرد ACT در حوزه آموزش نشان داده است که این رویکرد می‌تواند از طریق افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، ذهن‌آگاهی و پذیرش هیجان‌ها، زمینه بهبود فرایندهای مرتبط با یادگیری را فراهم کند. افزایش توانایی دانش‌آموز برای مشاهده افکار منفی بدون درگیر شدن با آن‌ها، می‌تواند به کاهش خودارزیابی‌های منفی، افزایش احساس توانمندی و تقویت رفتارهای هدفمند تحصیلی منجر شود. همچنین، تمرکز ACT بر تعهد به عمل و حرکت بر اساس ارزش‌ها می‌تواند دانش‌آموزان را در ایجاد اهداف تحصیلی، استمرار تلاش و مشارکت بیشتر در فعالیت‌های آموزشی یاری کند (جعفری و همکاران، ۱۴۰۳). یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که برنامه‌های مبتنی بر ACT در محیط‌های آموزشی می‌توانند موجب بهبود شاخص‌های روان‌شناختی و مهارت‌های مرتبط با مطالعه و یادگیری شوند (کاتاجاووری[3] و همکاران، ۲۰۲۳).

1. Autin
2. Acceptance and Commitment Therapy: ACT
3. Katajavuori

در ایران نیز طی سال‌های اخیر توجه پژوهشگران به استفاده از مداخلات مبتنی بر ACT برای دانش‌آموزان دارای مشکلات یادگیری افزایش یافته است. نتایج مطالعات داخلی نشان داده است که آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند بر متغیرهایی مانند خودتنظیمی تحصیلی، انعطاف‌پذیری شناختی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص تأثیر مثبت داشته باشد (عزیزی و همکاران، ۱۴۰۴). همچنین، استفاده از این رویکرد در جمعیت دانش‌آموزان ایرانی می‌تواند با توجه به شرایط فرهنگی و آموزشی، زمینه مناسبی برای تقویت مهارت‌های مقابله‌ای و افزایش توانایی مدیریت مشکلات تحصیلی فراهم کند (پورطالب و همکاران، ۱۳۹۹).

با وجود اهمیت خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی در پیشرفت دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص، بخش قابل توجهی از پژوهش‌های پیشین بیشتر بر کاهش مشکلات هیجانی یا افزایش سازگاری روان‌شناختی تمرکز داشته‌اند و مطالعات کمتری اثربخشی برنامه‌های آموزشی مبتنی بر ACT را به‌طور هم‌زمان بر دو مؤلفه مهم خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی در دانش‌آموزان دوره ابتدایی بررسی کرده‌اند. از سوی دیگر، دوره ابتدایی مرحله‌ای حساس در شکل‌گیری نگرش نسبت به یادگیری و ایجاد مهارت‌های پایه تحصیلی است و مداخلات مؤثر در این دوره می‌تواند از تثبیت مشکلات آموزشی و پیامدهای منفی بلندمدت جلوگیری کند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی اینکه آیا برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص دوره ابتدایی شهر ساری اثر بخش خواهد بود؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش اجرا، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص دوره ابتدایی شهر ساری در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ بود که تعداد آن‌ها ۱۲۰ نفر گزارش شد. پس از بررسی ملاک‌های ورود به پژوهش شامل داشتن تشخیص اختلال یادگیری خاص توسط متخصصان مربوطه، اشتغال به تحصیل در دوره ابتدایی، رضایت والدین برای شرکت در پژوهش و نداشتن مشکلات شدید روان‌شناختی یا جسمانی هم‌زمان، نمونه پژوهش به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شد. در نهایت، ۴۰ دانش‌آموز واجد شرایط وارد مطالعه شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند؛ به‌طوری‌که هر گروه شامل ۲۰ دانش‌آموز بود. در این پژوهش، گروه آزمایش تحت آموزش برنامه مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) قرار گرفت و گروه گواه در مدت اجرای پژوهش هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. برنامه آموزشی ACT طی ۸ جلسه گروهی ۹۰ دقیقه‌ای اجرا شد. محتوای جلسات بر اساس اصول درمان پذیرش و تعهد و متناسب با ویژگی‌های رشدی دانش‌آموزان دوره ابتدایی طراحی شد و شامل آموزش پذیرش هیجان‌ها و افکار ناخوشایند، ذهن‌آگاهی، شناسایی افکار ناکارآمد، فاصله‌گیری شناختی، تعیین ارزش‌های فردی، هدف‌گذاری تحصیلی

و تقویت رفتارهای متعهدانه در زمینه یادگیری بود. هدف اصلی این برنامه، افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان و تقویت مهارت‌های مرتبط با خودتنظیمی یادگیری و مشارکت تحصیلی بود. پیش از آغاز مداخله، هر دو گروه در مرحله پیش‌آزمون، ابزارهای سنجش متغیرهای پژوهش را تکمیل کردند. پس از پایان جلسات آموزشی، مرحله پس‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و داده‌های به‌دست‌آمده مورد تجزیه‌وتحلیل آماری قرار گرفت. برای بررسی تأثیر برنامه آموزشی مبتنی بر ACT بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی، از تحلیل کوواریانس چندمتغیره (MANCOVA) استفاده شد تا اثر پیش‌آزمون کنترل و تفاوت عملکرد دو گروه در مرحله پس‌آزمون بررسی شود. در اجرای پژوهش، تمامی اصول اخلاقی شامل محرمانه بودن اطلاعات شرکت‌کنندگان، کسب رضایت آگاهانه والدین، حفظ اختیار شرکت‌کنندگان برای ادامه یا انصراف از مطالعه و استفاده از داده‌ها صرفاً در راستای اهداف پژوهشی رعایت شد. همچنین پس از پایان پژوهش، به منظور رعایت عدالت آموزشی، محتوای آموزشی برنامه ACT در اختیار دانش‌آموزان گروه گواه نیز قرار گرفت.

ابزار گردآوری اطلاعات

پرسشنامه خودتنظیمی یادگیری:

به منظور سنجش میزان خودتنظیمی یادگیری دانش‌آموزان از خرده‌مقیاس راهبردهای خودتنظیمی پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری (MSLQ[1]) استفاده شد. این ابزار توسط پینتریچ و دی‌گروت [2](۱۹۹۰) با هدف بررسی نقش عوامل انگیزشی و راهبردهای شناختی و فراشناختی در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان طراحی شد. خودتنظیمی یادگیری در این ابزار به عنوان فرایندی فعال در نظر گرفته می‌شود که طی آن یادگیرنده اهداف آموزشی خود را تعیین کرده، بر روند یادگیری خود نظارت می‌کند، راهبردهای مناسب را به کار می‌گیرد و در صورت مشاهده نقص یا ناکارآمدی، شیوه یادگیری خود را اصلاح می‌کند. خرده‌مقیاس خودتنظیمی یادگیری شامل گویه‌هایی است که توانایی دانش‌آموز در استفاده از راهبردهای شناختی، فراشناختی و مدیریت منابع یادگیری را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این مقیاس دربرگیرنده مؤلفه‌هایی مانند برنامه‌ریزی برای یادگیری، نظارت بر عملکرد، تنظیم تلاش، کنترل توجه، مدیریت زمان و اصلاح راهبردهای یادگیری است. این مؤلفه‌ها نقش مهمی در موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان، به‌ویژه دانش‌آموزانی که با مشکلات یادگیری مواجه هستند، دارند؛ زیرا دانش‌آموز دارای خودتنظیمی مناسب می‌تواند حتی در شرایط دشوار، اهداف آموزشی خود را حفظ کرده و از راهبردهای سازگارانه برای حل مشکلات استفاده کند. پرسشنامه MSLQ بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. آزمودنی میزان موافقت خود را با هر عبارت در دامنه‌ای از ۱

1. Motivated Strategies for Learning Questionnaire
2. Pintrich & De Groot

(کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) مشخص می‌کند. پس از جمع‌آوری پاسخ‌ها، مجموع نمرات گویه‌ها محاسبه می‌شود. دامنه نمرات پایین‌تر نشان‌دهنده ضعف در استفاده از راهبردهای خودتنظیمی و نمرات بالاتر نشان‌دهنده توانایی بیشتر دانش‌آموز در مدیریت فرایند یادگیری، کنترل رفتارهای تحصیلی و استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی است. در صورت وجود گویه‌های منفی، نمره‌گذاری آن‌ها به صورت معکوس انجام می‌شود تا جهت تمام نمرات یکسان باشد.

از نظر ویژگی‌های روان‌سنجی، پرسشنامه خودتنظیمی یادگیری از اعتبار علمی مطلوبی برخوردار است. در مطالعه اولیه سازندگان ابزار، ساختار عاملی پرسشنامه با استفاده از روش‌های آماری بررسی و تأیید شد و نتایج نشان داد که مؤلفه‌های آن با چارچوب نظری خودتنظیمی یادگیری هماهنگ است. همچنین، روایی سازه این ابزار در مطالعات مختلف از طریق تحلیل عاملی تأییدی مورد حمایت قرار گرفته است. در پژوهش‌های انجام‌شده در ایران نیز نسخه فارسی این پرسشنامه دارای روایی محتوایی و سازه مطلوب گزارش شده و توانسته است تفاوت‌های فردی در زمینه راهبردهای یادگیری دانش‌آموزان را به خوبی نشان دهد.

پایایی این ابزار در پژوهش‌های مختلف با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بررسی شده است. آلفای کرونباخ میزان هماهنگی و همبستگی درونی گویه‌های یک مقیاس را نشان می‌دهد و مقادیر بالاتر از ۰/۷۰ معمولاً نشان‌دهنده پایایی قابل قبول ابزار محسوب می‌شود.

پرسشنامه درگیری تحصیلی:

برای سنجش میزان درگیری تحصیلی دانش‌آموزان از پرسشنامه درگیری تحصیلی فردریکز، بلومنفلد و پاریس[1] (۲۰۰۴) استفاده شد. مفهوم درگیری تحصیلی به میزان مشارکت فعال دانش‌آموز در فعالیت‌های آموزشی، میزان علاقه و تعلق هیجانی به مدرسه و همچنین میزان تلاش شناختی وی برای یادگیری اشاره دارد. این سازه یکی از متغیرهای مهم پیش‌بینی‌کننده موفقیت تحصیلی محسوب می‌شود؛ زیرا دانش‌آموزانی که در فرایند یادگیری مشارکت بیشتری دارند، معمولاً انگیزش بالاتر، عملکرد بهتر و پایداری بیشتری در مواجهه با مشکلات تحصیلی نشان می‌دهند. این پرسشنامه بر اساس الگوی سه‌بعدی درگیری تحصیلی طراحی شده است و سه مؤلفه اصلی (درگیری رفتاری، درگیری هیجانی، درگیری شناختی) را اندازه‌گیری می‌کند. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت انجام می‌شود؛ به این صورت که آزمودنی میزان موافقت خود را با هر عبارت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» مشخص می‌کند. مجموع امتیازات به عنوان شاخص کلی درگیری تحصیلی در نظر گرفته می‌شود. نمره بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتر مشارکت، علاقه و تلاش دانش‌آموز در فعالیت‌های آموزشی است. از نظر روایی، پرسشنامه درگیری تحصیلی در مطالعات مختلف از اعتبار مطلوبی برخوردار بوده است. ساختار سه‌بعدی این ابزار در پژوهش‌های مختلف تأیید شده و نتایج تحلیل‌های عاملی نشان داده است که ابعاد رفتاری، هیجانی و شناختی به شکل مناسبی سازه کلی درگیری تحصیلی را تبیین می‌کنند.

1. Fredricks, Blumenfeld, & Paris

همچنین، روایی همگرا و ارتباط مثبت این ابزار با متغیرهایی مانند انگیزش تحصیلی، پیشرفت تحصیلی و خودتنظیمی یادگیری، اعتبار نظری آن را تأیید کرده است. پایایی این پرسشنامه نیز در مطالعات متعدد با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بررسی شده است. نتایج نشان داده‌اند که کل مقیاس و خرده‌مقیاس‌های آن دارای ضرایب آلفای کرونباخ مطلوب (بیش از ۰/۷۰ هستند که نشان‌دهنده هماهنگی درونی مناسب گویه‌هاست.

برنامه مداخله و شیوه اجرا

در پژوهش حاضر، برنامه مداخله‌ای مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد به منظور بررسی اثربخشی آن بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص طراحی و اجرا شد. این برنامه بر اساس اصول نظری درمان پذیرش و تعهد، شامل افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، پذیرش تجربه‌های درونی، توجه‌آگاهی، گسلش شناختی، شناسایی ارزش‌ها و تعهد به انجام رفتارهای هدفمند تدوین شد. محتوای جلسات با توجه به ویژگی‌های رشدی، شناختی و هیجانی دانش‌آموزان دوره ابتدایی ساده‌سازی شد و از فعالیت‌های عملی، مثال‌های روزمره، داستان‌گویی، تمرین‌های ذهن‌آگاهی، بازی‌های آموزشی و تکالیف خانگی متناسب با سن دانش‌آموزان استفاده شد. پس از انتخاب نمونه پژوهش و جایگزینی تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و گواه، ابتدا از هر دو گروه پیش‌آزمون به عمل آمد. سپس دانش‌آموزان گروه آزمایش در برنامه آموزشی مبتنی بر ACT شرکت کردند. این برنامه طی ۸ جلسه گروهی ۹۰ دقیقه‌ای و به‌صورت منظم اجرا شد. جلسات آموزشی در محیط مناسب آموزشی برگزار شد و پژوهشگر تلاش کرد با ایجاد فضای امن و مشارکت فعال، زمینه تعامل دانش‌آموزان و یادگیری مهارت‌های مورد نظر را فراهم کند. گروه گواه در طول مدت اجرای پژوهش هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد و در شرایط معمول آموزشی خود باقی ماند. در جلسه اول، هدف پژوهش، نحوه برگزاری جلسات و قوانین گروه برای دانش‌آموزان توضیح داده شد. همچنین مفهوم احساسات، افکار و رفتارها و ارتباط میان آن‌ها به زبان ساده آموزش داده شد. هدف این جلسه ایجاد آشنایی اولیه، افزایش همکاری اعضای گروه و آماده‌سازی دانش‌آموزان برای پذیرش محتوای آموزشی بود. در جلسه دوم، بر مفهوم پذیرش هیجان‌ها و افکار ناخوشایند تمرکز شد. دانش‌آموزان یاد گرفتند که تجربه احساساتی مانند اضطراب، ناامیدی یا ناراحتی هنگام انجام تکالیف و فعالیت‌های درسی، بخشی طبیعی از فرایند یادگیری است و لازم نیست برای حذف آن‌ها از فعالیت‌های آموزشی دوری کنند. تمرین‌های ساده پذیرش و مشاهده احساسات در این جلسه ارائه شد. در جلسه سوم، مهارت ذهن‌آگاهی و توجه به زمان حال آموزش داده شد. دانش‌آموزان با تمرین‌هایی مانند توجه به تنفس، تمرکز بر فعالیت جاری و مشاهده افکار بدون قضاوت آشنا شدند. هدف این مرحله افزایش تمرکز، کاهش حواس‌پرتی و تقویت توانایی کنترل توجه در موقعیت‌های یادگیری بود. در جلسه چهارم، مفهوم گسلش شناختی آموزش داده شد. دانش‌آموزان یاد گرفتند که بین خود و افکار منفی خود مانند «من نمی‌توانم درس را یاد بگیرم» یا «من در انجام تکالیف ضعیف هستم» فاصله ایجاد کنند و این افکار را تنها به عنوان یک فکر، نه واقعیت قطعی، مشاهده نمایند. این مهارت به

کاهش خودارزیابی‌های منفی و افزایش احساس توانمندی کمک می‌کند. در جلسه پنجم، فعالیت‌های مربوط به شناخت ارزش‌ها و اهداف فردی انجام شد. دانش‌آموزان درباره اهمیت یادگیری، تلاش، مسئولیت‌پذیری و پیشرفت شخصی گفت‌وگو کردند و اهداف تحصیلی کوتاه‌مدت برای خود تعیین کردند. این مرحله با هدف افزایش انگیزش درونی و جهت‌دهی رفتارهای یادگیری انجام شد. در جلسه ششم، تمرکز بر رفتارهای متعهدانه و اقدام هدفمند بود. دانش‌آموزان یاد گرفتند چگونه با وجود وجود مشکلات یا احساسات ناخوشایند، به انجام فعالیت‌های تحصیلی ادامه دهند. همچنین راهکارهایی برای برنامه‌ریزی تکالیف، مدیریت زمان و افزایش تلاش تحصیلی آموزش داده شد که ارتباط مستقیمی با خودتنظیمی یادگیری دارد. در جلسه هفتم، مهارت‌های آموخته‌شده مرور و در موقعیت‌های واقعی مدرسه تمرین شد. دانش‌آموزان نمونه‌هایی از مشکلات تحصیلی خود را مطرح کرده و با استفاده از اصول ACT راه‌حل‌های مناسب برای مواجهه با آن‌ها پیدا کردند. این جلسه با هدف انتقال مهارت‌ها به محیط واقعی زندگی و مدرسه برگزار شد. در جلسه هشتم، جمع‌بندی نهایی انجام شد و دانش‌آموزان به مرور تغییرات ایجادشده در افکار، احساسات و رفتارهای یادگیری خود پرداختند. همچنین بر استمرار استفاده از مهارت‌های پذیرش، ذهن‌آگاهی و رفتار متعهدانه در موقعیت‌های تحصیلی تأکید شد. پس از پایان مداخله، مرحله پس‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و داده‌های حاصل برای بررسی اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر ACT مورد تجزیه‌وتحلیل آماری قرار گرفت. اجرای این برنامه با هدف افزایش توانایی دانش‌آموزان در مدیریت فرایند یادگیری، کاهش موانع هیجانی مرتبط با تحصیل و تقویت مشارکت فعال آنان در فعالیت‌های آموزشی انجام شد.

جدول (۱) خلاصه پروتکل درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد

جلسه	اهداف اصلی جلسه	محتوای آموزشی و فعالیت‌ها	تکلیف و تمرین بین جلسات	مدت زمان جلسه
۱	ایجاد رابطه درمانی، آشنایی دانش‌آموزان با اهداف برنامه، شناخت ارتباط بین افکار، احساسات و رفتارها	معرفی اعضای گروه، بیان قوانین جلسات، توضیح مفهوم افکار و هیجان‌ها با استفاده از مثال‌های ساده، بررسی تجربه‌های دانش‌آموزان از مشکلات تحصیلی، معرفی مفهوم پذیرش و تغییر رفتار	ثبت موقعیت‌هایی که در آن‌ها احساس ناراحتی، اضطراب یا شکست تحصیلی داشته‌اند و شناسایی افکار همراه با آن	۹۰دقیقه
۲	افزایش توانایی پذیرش احساسات منفی مرتبط با یادگیری و کاهش اجتناب از فعالیت‌های تحصیلی	آموزش تفاوت بین پذیرش و تسلیم شدن، شناسایی احساسات مرتبط با مدرسه و تکالیف، تمرین مشاهده هیجان‌ها بدون قضاوت، استفاده از مثال‌ها و داستان‌های آموزشی متناسب با سن	تمرین پذیرش یک احساس ناخوشایند در موقعیت تحصیلی و ثبت تجربه آن	۹۰ دقیقه

		دانش‌آموزان		
۳	افزایش تمرکز، کنترل توجه و کاهش حواس‌پرتی هنگام یادگیری	آموزش مفهوم ذهن‌آگاهی، تمرین تنفس آگاهانه، تمرکز بر حواس پنج‌گانه، تمرین توجه به فعالیت‌های روزمره، آموزش مشاهده افکار بدون درگیری با آن‌ها	انجام تمرین کوتاه ذهن‌آگاهی روزانه و ثبت میزان تمرکز هنگام انجام	۹۰ دقیقه
۴	کاهش تأثیر افکار ناکارآمد بر رفتارهای تحصیلی و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی	شناسایی افکار منفی مانند «من نمی‌توانم یاد بگیرم»، آموزش مشاهده افکار به جای باور کردن آن‌ها، استفاده از تکنیک نام‌گذاری افکار و تمرین تغییر رابطه با افکار منفی	شناسایی افکار منفی هنگام انجام تکالیف و نوشتن پاسخ‌های منطقی‌تر به آن‌ها	۹۰دقیقه
۵	افزایش انگیزش درونی، تعیین اهداف آموزشی و ایجاد جهت‌گیری مثبت نسبت به یادگیری	معرفی مفهوم ارزش‌ها، بررسی اهمیت درس خواندن، تلاش و پیشرفت، تعیین اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت تحصیلی، ارتباط ارزش‌ها با رفتارهای روزانه	تعیین یک هدف تحصیلی کوچک و برنامه‌ریزی برای انجام آن	۹۰ دقیقه
۶	افزایش برنامه‌ریزی، کنترل رفتارهای یادگیری و افزایش تلاش هدفمند	آموزش مهارت برنامه‌ریزی تکالیف، مدیریت زمان، تقسیم اهداف بزرگ به فعالیت‌های کوچک، تمرین ادامه دادن فعالیت با وجود دشواری یا احساس خستگی	اجرای برنامه مطالعه یا انجام تکالیف و ثبت میزان پایبندی به برنامه	۹۰ دقیقه
۷	انتقال مهارت‌های آموخته‌شده به محیط واقعی مدرسه و افزایش درگیری تحصیلی	بررسی مشکلات واقعی دانش‌آموزان در مدرسه، تمرین پذیرش و ذهن‌آگاهی در موقعیت‌های آموزشی، حل مسئله درباره امتحان، تکلیف و مشارکت کلاسی	استفاده از یکی از مهارت‌های ACT در یک موقعیت واقعی مدرسه و گزارش تجربه	۹۰ دقیقه
۸	مرور آموخته‌ها، تقویت استفاده مستمر از مهارت‌ها و افزایش تعهد به اهداف تحصیلی	مرور مفاهیم پذیرش، ذهن‌آگاهی، گسلش شناختی و رفتار متعهدانه، بررسی تغییرات ایجادشده در نگرش و رفتار یادگیری، ارائه بازخورد و جمع‌بندی	ادامه استفاده از مهارت‌های آموخته‌شده در موقعیت‌های تحصیلی روزمره	۹۰ دقیقه

یافته‌های پژوهش:

در این بخش، یافته‌های حاصل از تجزیه‌وتحلیل داده‌های پژوهش ارائه می‌شود. ابتدا شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین و انحراف معیار نمرات خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی در دو گروه آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون گزارش شد. سپس به منظور بررسی اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT)، از روش‌های آماری استنباطی مناسب استفاده شد. نتایج تحلیل‌های آماری نشان داد که اجرای برنامه

مداخله‌ای ACT موجب بهبود نمرات خودتنظیمی یادگیری و افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است. یافته‌های مربوط به آزمون فرضیه‌های پژوهش در ادامه ارائه می‌شود.

جدول(۲)، مقادیر آمار توصیفی شاخص پرسشنامه های متغیر های پژوهش

شاخص	آزمایش				کنترل			
	پیش آزمون		پس از آزمون		پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
خود تنظیمی یادگیری	۶۴/۳۵	۷/۲۸	۸۲/۱۵	۶/۷۴	۶۳/۸۰	۶/۹۵	۶۵/۱۰	۷/۱۲
درگیری تحصیلی	۷۱/۴۰	۸/۱۵	۹۰/۲۵	۷/۰۲	۷۰/۸۵	۷/۶۸	۷۲/۱۰	۷/۴۵

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش را در دو گروه آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، میانگین نمرات خودتنظیمی یادگیری در گروه آزمایش پس از اجرای برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد از ۶۵/۳۵ در مرحله پیش‌آزمون به ۸۲/۱۵ در مرحله پس‌آزمون افزایش یافته است، در حالی‌که در گروه گواه تغییر قابل توجهی مشاهده نشده است. همچنین، میانگین نمرات درگیری تحصیلی در گروه آزمایش از ۷۱/۴۰ در پیش‌آزمون به ۹۰/۲۵ در پس‌آزمون افزایش پیدا کرده، اما در گروه گواه تغییرات اندک بوده است. این یافته‌های توصیفی نشان‌دهنده بهبود اولیه متغیرهای پژوهش در اثر مداخله آموزشی ACT در گروه آزمایش است؛ با این حال، تعیین معناداری این تفاوت‌ها نیازمند استفاده از آزمون‌های آماری استنباطی می‌باشد.

جدول (۳)، آزمون کولموگروف اسمیرنوف شاخصهای پژوهش

شاخص	کجی	خطای کجی	کشیدگی	خطای کشیدگی	آماره آزمون	سطح معنا داری
خودتنظیمی یادگیری	-۰/۳٤	۰/۳۷	۰/۲۸	۰/۷۳	۰/۱۰۸	۰/۲۰۰
درگیری تحصیلی	-۰/۲۷	۰/۳۷	۰/۱۹	۰/۷۳	۰/۰۹٦	۰/۲۰۰

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که مقادیر کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در دامنه قابل قبول قرار دارند؛ به‌گونه‌ای که نسبت کجی و کشیدگی به خطای استاندارد آن‌ها کمتر از مقدار بحرانی ۱/۹۶ است. همچنین، نتایج آزمون کولموگروف – اسمیرنوف برای متغیرهای خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی معنادار نبوده است (P>۰/۰۵)، که نشان‌دهنده عدم تفاوت معنادار توزیع نمرات با توزیع نرمال است. بنابراین، فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید شده و استفاده از آزمون‌های پارامتریک مانند تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای بررسی فرضیه‌های پژوهش امکان‌پذیر است.

جدول(٤)، نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری

نام آزمون	مقدار آماره F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنا داری	مجذور اتا
آزمون اثر پیلای	٤٢/٩٨	٢	٣٥	٠/٠٠١	٠/٧١
آزمون لامبدای‌ویلکز	٤٥/٣١	٢	٣٥	٠/٠٠١	٠/٧٢
آزمون اثر هتلینگ	٤٧/٦٢	٢	٣٥	٠/٠٠١	٠/٧٣
بزرگ ترین ریشه روی	٤٧/٦٢	٢	٣٥	٠/٠٠١	٠/٧٣

نتایج آزمون‌های چندمتغیری تحلیل کوواریانس نشان داد که اثر گروه (آزمایش و گواه) بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته شامل خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی معنادار است. با توجه به معناداری تمامی آزمون‌های چندمتغیری (P<۰/۰۰۱)، فرض صفر مبنی بر برابری دو گروه رد می‌شود. همچنین مقدار مجذور آتا نشان می‌دهد که حدود ۷۱ تا ۷۳ درصد از واریانس مشترک متغیرهای وابسته توسط عضویت در گروه آزمایش و دریافت برنامه آموزشی مبتنی بر ACT تبیین می‌شود که بیانگر اندازه اثر بالا برای مداخله آموزشی است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص دوره ابتدایی شهر ساری انجام شد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که پس از کنترل اثر نمرات پیش‌آزمون، بین دانش‌آموزان گروه آزمایش و گروه گواه در متغیرهای خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، شرکت در برنامه آموزشی مبتنی بر ACT موجب افزایش سطح خودتنظیمی یادگیری و بهبود درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص شده است. هچنین این یافته با بخشی از یافته های بیگم شهر آئینی (۱۴۰۵)، پورطالب (۱۳۹۹)، خدیری (۱۴۰۴)، گله دار (۱۴۰۴)، بالتر (۲۰۲۱) و کتاتاجاووری (۲۰۲۳) همسویی دارد. این یافته نشان می‌دهد که مداخلات مبتنی بر رویکردهای شناختی ـ رفتاری نسل سوم، به‌ویژه درمان پذیرش و تعهد، می‌توانند فراتر از اهداف درمانی اولیه، در حوزه آموزش و بهبود عملکردهای مرتبط با یادگیری نیز کاربرد مؤثری داشته باشند. یافته مربوط به بهبود خودتنظیمی یادگیری را می‌توان با توجه به ماهیت مؤلفه‌های درمان پذیرش و تعهد تبیین کرد. خودتنظیمی یادگیری به توانایی دانش‌آموز در مدیریت شناخت، هیجان و رفتارهای مرتبط با یادگیری اشاره دارد و شامل فرایندهایی مانند هدف‌گذاری، برنامه‌ریزی، نظارت بر عملکرد، کنترل توجه و استفاده از راهبردهای مناسب یادگیری است. دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص، علاوه بر مشکلات مربوط به پردازش اطلاعات و کسب مهارت‌های

تحصیلی، معمولاً با مشکلاتی در زمینه حفظ انگیزش، مدیریت ناکامی، کنترل هیجان‌های منفی و استمرار تلاش مواجه هستند. این عوامل می‌توانند موجب کاهش استفاده از راهبردهای خودتنظیمی و افزایش رفتارهای اجتنابی در موقعیت‌های تحصیلی شوند. برنامه ACT با تأکید بر پذیرش تجربه‌های درونی، افزایش آگاهی نسبت به افکار و هیجان‌ها، گسلش شناختی و حرکت در جهت ارزش‌های فردی، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به جای درگیر شدن با افکار منفی و تجربه‌های ناخوشایند، رفتارهای خود را بر اساس اهداف مشخص تنظیم کنند. این فرایند می‌تواند زمینه افزایش کنترل فردی، برنامه‌ریزی بهتر و استفاده مؤثرتر از راهبردهای یادگیری را فراهم سازد. یکی از سازوکارهای اساسی در اثربخشی ACT، افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی است. دانش‌آموزانی که از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالاتری برخوردارند، توانایی بیشتری در مواجهه با دشواری‌های تحصیلی دارند و می‌توانند بدون آنکه تحت تأثیر افکار ناکارآمد یا هیجان‌های منفی قرار گیرند، رفتارهای هدفمند خود را ادامه دهند. در محیط آموزشی، این ویژگی به دانش‌آموز اجازه می‌دهد تا با وجود تجربه شکست، اشتباه یا دشواری در یادگیری، همچنان در فعالیت‌های آموزشی مشارکت کند و از راهبردهای سازنده برای حل مشکلات استفاده نماید. بنابراین، بهبود خودتنظیمی یادگیری در پژوهش حاضر می‌تواند ناشی از تأثیر مستقیم آموزش مهارت‌های پذیرش، ذهن‌آگاهی و رفتار متعهدانه بر فرایندهای شناختی و انگیزشی دانش‌آموزان باشد. یافته دیگر پژوهش نشان داد که برنامه آموزشی مبتنی بر ACT موجب افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان شده است. درگیری تحصیلی سازه‌ای چندبعدی است که شامل ابعاد رفتاری، هیجانی و شناختی می‌شود و نشان‌دهنده میزان مشارکت فعال دانش‌آموز در فرایند یادگیری است. دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص به دلیل تجربه مکرر مشکلات آموزشی، ممکن است احساس ناکارآمدی، کاهش علاقه به فعالیت‌های مدرسه و فاصله گرفتن از محیط یادگیری را تجربه کنند. ACT با تمرکز بر شناسایی ارزش‌ها، تعیین اهداف معنادار و تقویت تعهد به انجام رفتارهای هدفمند، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا ارتباط مثبت‌تری با فعالیت‌های تحصیلی برقرار کنند. در این رویکرد، هدف حذف کامل افکار یا احساسات منفی نیست، بلکه دانش‌آموز یاد می‌گیرد چگونه با وجود این تجربه‌ها، رفتارهایی متناسب با اهداف خود انتخاب کند. این تغییر نگرش می‌تواند موجب افزایش مشارکت کلاسی، تلاش تحصیلی و احساس تعلق بیشتر نسبت به فرایند یادگیری شود.

از دیدگاه آموزشی، نتایج این پژوهش بر اهمیت توجه هم‌زمان به عوامل شناختی، هیجانی و رفتاری در آموزش دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص تأکید دارد. اگرچه برنامه‌های آموزشی جبرانی نقش مهمی در تقویت مهارت‌های تحصیلی دارند، اما بدون توجه به عوامل روان‌شناختی مانند انگیزش، خودباوری، مدیریت هیجان و توانایی مقابله با دشواری‌ها، دستیابی به تغییرات پایدار در عملکرد تحصیلی دشوار خواهد بود. بنابراین، استفاده از برنامه‌های مبتنی بر ACT می‌تواند به عنوان یک مداخله مکمل در کنار آموزش‌های تخصصی اختلالات یادگیری مورد توجه قرار گیرد و به متخصصان، مشاوران مدارس و معلمان در طراحی برنامه‌های جامع‌تر کمک کند.

تعارض منافع:

نویسندگان اعلام میدارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافعی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی:

مقاله حاضر برگرفته از طرح پژوهشی با عنوان «اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر خودتنظیمی یادگیری و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص مقطع ابتدایی شهر ساری» بوده و به صورت مستقل انجام شده است. از تمامی اساتید راهنما و مشاوران ارجمند که در مراحل مختلف این پژوهش با راهنمایی‌های ارزشمند خود همراه بودند، صمیمانه تشکر و قدردانی می کنیم.

منابع

بیگم شهرآئینی، ف.، زرگری، م.، و قانع، ع. (۱۴۰۵). بررسی نقش مهارت‌های روان‌شناختی معلمان در ایجاد محیط یادگیری اثربخش و مدیریت رفتار دانش‌آموزان. دومین همایش بین‌المللی آموزش نوین: پیوند روان‌شناسی و تربیت در مسیر تحول آموزشی، ملکان. https://civilica.com/doc/2672207

پورطالب، ن.، بدری گرگری، ر.، نعمتی، ش.، و هاشمی، ت. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه آموزش پذیرش و تعهد بر میزان تاب‌آوری تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری ویژه. *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، *۱۱*(۴)، ۱۳۱–۱۴۷. https://doi.org/10.22059/japr.2021.301283.643504

جعفری، م.، فرهادی امنیه، ع.، اسدی، س.، و جلالی اصفهانی، ز. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر یادگیری مفاهیم درسی و درک مطلب در دانش‌آموزان. اولین همایش بین‌المللی ایده‌های تحول‌آفرین در زمینه مطالعات فرهنگی و آموزشی در آموزش و پرورش با تأکید بر اقدام‌پژوهی، درس‌پژوهی و روایت‌پژوهی در هزاره سوم. https://civilica.com/doc/2118333

خدیری، آ.، و بلوطی، ع. (۱۴۰۴). اثربخشی بازی‌درمانی مبتنی بر هوش مصنوعی بر خودتنظیمی کودکان با اختلال یادگیری خاص. اولین همایش مطالعات علوم تربیتی و رهبری آموزشی قرن ۲۱، بابل. https://civilica.com/doc/2610172

خوشنود، ا. (۱۴۰۴). بررسی نقش خودتنظیمی یادگیری، تاب‌آوری تحصیلی، انگیزش درونی و حمایت ادراک‌شده معلم در ارتقای عملکرد تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان. اولین همایش بین‌المللی علوم تربیتی، آموزش و پرورش و آینده ایران، اهواز. https://civilica.com/doc/2663237

رحمتی، ک. (۱۴۰۵). اثربخشی یادگیری ترکیبی در کاهش تکلیف‌گریزی و افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی. نخستین همایش و نشست بین‌المللی پیشروان و ایده‌پردازان آموزشی و علوم انسانی: افق‌های نوین در پرتو فناوری‌های نوظهور، اردبیل. https://civilica.com/doc/2661110

رضائی‌زاده، س.، صالحی، ف.، برخوردار، ز.، و برخوردار، ف. (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر یادگیری مفاهیم درسی و درک مطلب در دانش‌آموزان. چهارمین همایش ملی ایده‌های کاربردی در علوم تربیتی، روان‌شناسی و مطالعات فرهنگی، بوشهر. https://civilica.com/doc/2486861

عزیزی، ا.، فرهنگی، ع.، و حسین‌پور، ر. (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر باور تحصیلی، تنظیم هیجانی، خودکارآمدی تحصیلی و سازگاری تحصیلی. *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، ۱۶*(۳)، ۲۲۹–۲۴۹. https://doi.org/10.22059/japr.2023.351670.644460

فدایی‌نژاد، و. (۱۴۰۴). تحلیل نقش فناوری‌های نوین آموزشی، یادگیری شخصی‌سازی‌شده، خودتنظیمی یادگیری، انگیزش تحصیلی و تعامل معلم–دانش‌آموز در ارتقای کیفیت آموزش و سلامت روان دانش‌آموزان. دومین همایش بین‌المللی پژوهش‌های تحول‌آفرین افسران پیشرفت ایران، اهواز. https://civilica.com/doc/2662929

فرجی، ر.، شهسوار، م.، شاهدوست، م.، پریز، س.، و درخشان، ل. (۱۴۰۴). اثربخشی بازی‌درمانی شناختی‌رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص. نخستین همایش ملی مشاوره پیشگیرانه با محوریت معنابخشی، اردبیل. https://civilica.com/doc/2652973

فلاح‌زاده، ز.، زکی‌زاده، ت.، و عبدالرحیمی، ح. (۱۴۰۴). مقایسه کارکردهای اجرایی (حافظه کاری، کنترل بازداری و انعطاف‌پذیری شناختی) بین دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص و هم‌سالان عادی شهر کرج. دهمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، محمودآباد. https://civilica.com/doc/2653753

قاسمیان‌نیا، س. (۱۴۰۵). مدل‌یابی نقش شایستگی دیجیتال معلمان در یادگیری عمیق و درگیری تحصیلی دانش‌آموزان. دومین همایش بین‌المللی پژوهش در عصر نوین، اهواز. https://civilica.com/doc/2662212

گله‌دار، ه. (۱۴۰۴). رویکردهای نوین هوش مصنوعی در شبیه‌سازی موقعیت‌های آموزشی و ارتقای درگیری تحصیلی دانش‌آموزان در مدارس. دومین همایش و نشست علمی نخبگان پیشرو در حوزه علوم تربیتی، روان‌شناسی و آموزش و پرورش، اردبیل. https://civilica.com/doc/2662019

ماهروبختیاری، م.، کرمی خانجمالی، ا.، و پیشداد، خ. (۱۴۰۳). اختلالات یادگیری خاص و مشکلات روانی اجتماعی در کودکان. شانزدهمین کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین در تعلیم و تربیت، روان‌شناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی، شیروان. https://civilica.com/doc/2173458

مفیدی، آ.، قلی‌زاده، و.، خانبابائی، س.، و جعفرزاده، آ. (۱۴۰۴). نقش روش‌های تعاملی در افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی. دومین همایش و نشست علمی نخبگان پیشرو در حوزه علوم تربیتی، روان‌شناسی و آموزش و پرورش، اردبیل. https://civilica.com/doc/2656130

نبوی لاریمی، س. م. (۱۴۰۴). بررسی نقش ذهن‌آگاهی، خودتنظیمی یادگیری و انگیزش تحصیلی در ارتقای کیفیت فرایند یاددهی–یادگیری. دومین همایش بین‌المللی پژوهش‌های تحول‌آفرین افسران پیشرفت ایران، اهواز. https://civilica.com/doc/2655318

Akbari, M., Seydavi, M., Davis, C. H., Levin, M. E., Twohig, M. P., & Zamani, E. (2022). The current status of acceptance and commitment therapy (ACT) in Iran: A systematic narrative review. *Journal of Contextual Behavioral Science, 26*, 85–96. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.08.007

Autin, F., Batruch, A., & Butera, F. (2021). The function of academic engagement in educational achievement: A longitudinal perspective. *Frontiers in Psychology, 12*, 727794. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.727794

Butler, C. M., & De La Paz, S. (2021). A synthesis on the impact of self-regulated instruction on motivation outcomes for students with or at risk for learning disabilities. *Learning Disabilities Research & Practice, 36*(4), 267–279. https://doi.org/10.1111/ldrp.12264

Christodoulou, V., Flaxman, P. E., & Lloyd, J. (2021). Acceptance and commitment therapy in group format for college students. *Journal of College Counseling, 24*(3), 210–223. https://doi.org/10.1002/jocc.12192

de la Fuente, J., Sander, P., Kauffman, D. F., & Yilmaz Soylu, M. (2020). Differential effects of self- vs. external-regulation on learning approaches, academic achievement, and satisfaction in undergraduate students. *Frontiers in Psychology, 11*, 543884. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.543884

Enayati Shabkolai, M., & Enayati Shabkolai, M. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment therapy on social adjustment, academic self-regulation and cognitive flexibility of students with special learning disabilities. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies, 2*(1), 255–265. https://doi.org/10.61838/kman.jayps.2.1.23

Fledderus, M., Bohlmeijer, E. T., Pieterse, M. E., & Schreurs, K. M. G. (2020). Acceptance and commitment therapy as guided self-help for psychological distress: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 88*(2), 125–138. https://doi.org/10.1037/ccp0000452

Johnson, E., Masser, J. S., & Spears, L. (2023). Self-regulated learners: A comprehensive, translational framework for students with learning disabilities. *Exceptionality, 31*(1), 52–68. https://doi.org/10.1080/09362835.2021.1938063

Katajavuori, N., Vehkalahti, K., & Asikainen, H. (2023). Promoting university students' well-being and studying with an acceptance and commitment therapy-based intervention. *Current Psychology, 42*, 4900–4912. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01837-x

Levin, M. E., Krafft, J., Hicks, E. T., Pierce, B., & Twohig, M. P. (2020). A randomized dismantling trial of the open and engaged components of acceptance and commitment therapy in an online self-help program for distressed college students. *Behaviour Research and Therapy, 126*, 103557. https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103557

McKeown, D., FitzPatrick, E., Ennis, R. P., & Sanders, S. (2021). Self-regulated strategy development: A framework for effective instruction across the content areas. *Learning Disabilities Research & Practice, 36*(3), 184–187. https://doi.org/10.1111/ldrp.12256

Theobald, M. (2021). Self-regulated learning training programs enhance university students' academic performance, self-regulated learning strategies, and motivation: A meta-analysis. *Contemporary Educational Psychology, 66*, 101976. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101976

Valle, A., Regueiro, B., Núñez, J. C., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & Rosário, P. (2021). School engagement, academic achievement, and self-regulated learning. *Sustainability, 13*(6), 3011. https://doi.org/10.3390/su13063011

Viskovich, S., & Pakenham, K. I. (2020). Randomized controlled trial of a web-based acceptance and commitment therapy program to promote mental health in university students. *Journal of Clinical Psychology, 76*(6), 929–951. https://doi.org/10.1002/jclp.22848