

ORIGINAL ARTICLE

An Analysis of Strategies and Activities for Enhancing Students' Academic Motivation Based on Deci and Ryan's Self-Determination Theory

Farzaneh Nazem¹ , Kimia Mahmoodi² , Ahmad Abedi^{3*} 

1. M.Sc. in Psychology and Education of Children with Special Needs, Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Educational Sciences and psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

2. M.Sc. in Psychology and Education of Children with Special Needs, Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Educational Sciences and psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

3. Prof. Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Educational Sciences and psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

Correspondence:

Ahmad Abedi

Email: a.abedi@edu.ui.ac.ir

Receive Date: 10/Dec/2025

Revise Date: 06/Feb/2026

Accepted: 20/Feb/2026

Publish Date: 21/Mar/2026

How to cite

Nazem, F., Mahmoodi, K. & Abedi, A. (2026). An Analysis of Strategies and Activities for Enhancing Students' Academic Motivation Based on Deci and Ryan's Self-Determination Theory. *New Studies in Educational Sciences*, 2 (1), 73-84.

(<https://doi.org/10.30473/ns.2026.77977.1054>)

ABSTRACT

The present study aimed to explore strategies and activities for enhancing students' academic motivation based on Deci and Ryan's Self-Determination Theory. A qualitative approach with deductive thematic analysis was employed. The target population consisted of all credible domestic and international academic articles published in the field of Self-Determination Theory and students' academic motivation. The research sample was selected through purposive sampling based on predefined inclusion criteria; specifically, from 28 articles identified through Google Scholar, ScienceDirect, and SID databases, 14 articles were ultimately selected for analysis. The data collection instrument was a researcher-made information extraction form, the validity of which was confirmed through expert review and the reliability through peer review. Data analysis was conducted using a six-step thematic analysis framework. The findings revealed three main components — autonomy-centeredness, competence enhancement, and relatedness and belonging — each comprising five sub-components, all of which play a pivotal role in promoting academic motivation. The overall conclusion indicates that the simultaneous satisfaction of these three basic psychological needs is a fundamental prerequisite for the development of sustained intrinsic motivation, academic perseverance, and learning identity in students.

KEYWORDS

Motivation, Deci and Ryan's Self-Determination Theory, Autonomy, Competence, Relatedness.



«مقاله پژوهشی»

واکاوی راهکارها و فعالیت‌های ارتقای انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان براساس نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان

فرزانه ناظم^۱ , کیمیا محمودی^۲ , احمد عابدی^۳ 

چکیده

هدف پژوهش حاضر واکاوی راهکارها و فعالیت‌های ارتقای انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان بود. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون قیاسی انجام شد. جامعه هدف شامل کلیه مقالات علمی معتبر داخلی و خارجی منتشر شده در حوزه نظریه خودتعیین‌گری و انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان بود. نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری هدفمند و بر اساس معیارهای ورود مشخص انتخاب شد؛ بدین صورت که از میان ۲۸ مقاله شناسایی شده از پایگاه‌های Google Scholar، ScienceDirect و SID، در نهایت ۱۴ مقاله برای تحلیل انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها فرم استخراج اطلاعات محقق‌ساخته بود و روایی آن از طریق بازبینی متخصصان و پایایی آن از طریق بازبینی هم‌تا تأیید شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از چارچوب شش مرحله‌ای تحلیل مضمون انجام گرفت. یافته‌ها نشان داد که سه مؤلفه اصلی شامل خودمختاری محوری، شایستگی‌افزایی و ارتباط و تعلق، هر کدام با پنج زیرمؤلفه، نقش محوری در ارتقای انگیزه تحصیلی دارند. نتیجه‌گیری کلی حاکی از آن است که ارضای هم‌زمان این سه نیاز روان‌شناختی پایه، پیش‌نیاز اساسی شکل‌گیری انگیزش درونی پایدار، پشتکار تحصیلی و هویت یادگیری در دانش‌آموزان است.

واژه‌های کلیدی

انگیزش، نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان، خودمختاری، شایستگی، ارتباط.

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، گروه روانشناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، گروه روانشناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
۳. استاد گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

نویسنده مسئول:

احمد عابدی

رایانامه: a.abedi@edu.ui.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۱۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۱/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۲/۰۱

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۱/۰۱

استناد به این مقاله:

ناظم، فرزانه؛ محمودی، کیمیا و عابدی، احمد. (۱۴۰۵). واکاوی راهکارها و فعالیت‌های ارتقای انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان براساس نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان. *مطالعات نوین در علوم تربیتی*، ۲(۱)، ۷۳-۸۴. (<https://doi.org/10.30473/ns.2026.77977.1054>)



مقدمه

در دنیای آموزش معاصر، کیفیت تجربه یادگیری دانش‌آموزان بیش از هر زمان دیگری به انگیزه‌ی آنان وابسته است. در سال‌های اخیر، تحولات آموزشی و پیشرفت فناوری‌های نوین، نیاز به یادگیری فعال و مستقل دانش‌آموزان را بیش از پیش برجسته کرده است (خجسته و همکاران، ۱۴۰۴). هر روز، میلیون‌ها دانش‌آموز وارد کلاس‌هایی می‌شوند که از نظر امکانات، کتاب‌های درسی و فناوری تفاوت چندانی ندارند، اما تفاوت واقعی، در میزان اشتیاق، انگیزه و مشارکت فعال آنان آشکار می‌شود. این تفاوت، به گفته روان‌شناسان تربیتی، نشان‌دهنده‌ی اهمیت انگیزش تحصیلی است؛ عاملی که مسیر پیشرفت، موفقیت و رضایت تحصیلی را به شکل قابل توجهی تعیین می‌کند (بیورو و همکاران، ۲۰۲۲). تحقیقات گسترده نشان می‌دهند که انگیزش، نه تنها بر عملکرد و تلاش تحصیلی اثر می‌گذارد، بلکه کیفیت تجربه‌ی یادگیری و سلامت روانی دانش‌آموزان را نیز شکل می‌دهد (بیورو و همکاران، ۲۰۲۲).

نظریه‌ی خودتعیین‌گری دسی و رایان (۲۰۲۰)، یکی از گسترده‌ترین و معتبرترین چارچوب‌های روان‌شناسی انگیزش است که بین انگیزش درونی^۳، انگیزش بیرونی^۴ و بی‌انگیزگی^۵ تمایز قائل می‌شود (رایان و دسی، ۲۰۲۰). انگیزش درونی زمانی شکل می‌گیرد که افراد فعالیت‌ها را به دلیل جذابیت، کنجکاوی یا رضایت شخصی خود انجام دهند و این نوع انگیزش با خلاقیت، یادگیری عمیق و رضایت تحصیلی همراه است. در مقابل، انگیزش بیرونی ناشی از فشارها، پاداش‌ها یا انتظارات دیگران است و معمولاً کمتر پایدار بوده و با استرس و اضطراب تحصیلی مرتبط است. بی‌انگیزگی نیز زمانی رخ می‌دهد که هیچ انگیزه‌ی درونی یا بیرونی وجود نداشته باشد و فرد از یادگیری فاصله گیرد (رایان و دسی، ۲۰۲۰).

نظریه‌ی خودتعیین‌گری از جمله رویکردهای برجسته در تبیین انگیزش انسانی است که توسط دسی و رایان توسعه یافته است. این نظریه بر این فرض استوار است که انسان‌ها به طور طبیعی گرایش به رشد، یادگیری و تلاش برای بهبود دارند، اما میزان شکوفایی این گرایش‌ها بستگی مستقیم به کیفیت محیط دارد. محیط‌های آموزشی زمانی می‌توانند انگیزش پایدار ایجاد کنند که سه نیاز روان‌شناختی بنیادی-خودمختاری، شایستگی و ارتباط-را تقویت کنند (دسی و رایان، ۲۰۲۰).

بر اساس نظریه خودتعیین‌گری، خودمختاری به معنای تجربه‌ی انتخاب، اصالت و احساس مالکیت نسبت به رفتار است؛ شایستگی تجربه‌ی توانایی و اثرگذاری در انجام تکالیف است و ارتباط به احساس تعلق، پذیرش و ارتباط مثبت با دیگران اشاره دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ارضای این سه نیاز، پیش‌بینی‌کننده‌ی مهمی برای انگیزش درونی، مشارکت تحصیلی و بهزیستی دانش‌آموزان است (دسی و رایان، ۲۰۲۰).

معلم یکی از اصلی‌ترین عوامل در ارضای نیازهای روان‌شناختی دانش‌آموزان است. در صورتی که معلم از دانش کافی برخوردار نباشد، فرایند آموزش و یادگیری با چالش‌های زیادی مواجه خواهد شد (فرجی و همکاران، ۱۴۰۴). مطالعات متعدد مثل هانا و همکاران (۲۰۲۴) نشان داده‌اند که رفتارهای معلم، به‌ویژه در سه حوزه‌ی حمایت از خودمختاری، ایجاد ساختار روشن و روابط گرم و حمایت‌گرانه، تأثیر بنیادینی بر انگیزش تحصیلی و مشارکت دانش‌آموزان دارد. معلمانی که فرصت انتخاب ارائه می‌کنند، دلیل فعالیت‌ها را توضیح می‌دهند، بازخوردهای رشدمحور می‌دهند و روابط انسانی مثبت برقرار می‌کنند، گرایش بیشتری به تقویت انگیزش درونی ایجاد می‌کنند (ریو، ۲۰۱۶).

بدنه‌ی قابل توجهی از شواهد تجربی نشان می‌دهد که حمایت از نیازهای روان‌شناختی دانش‌آموزان پیامدهای متعددی را پیش‌بینی می‌کند، از جمله: پیشرفت تحصیلی بهتر، مشارکت بیشتر در فرایند یادگیری، پشتکار، احساس اشتیاق و بهزیستی تحصیلی (وان‌استینکسته^۸ و همکاران، ۲۰۲۰). به همین دلیل، نظریه خودتعیین‌گری به عنوان یکی از چارچوب‌های نظری پیشرو در طراحی مداخلات آموزشی مورد توجه قرار گرفته است.

متأسفانه، بسیاری از نظام‌های آموزشی، از جمله نظام آموزشی ایران، هنوز درگیر ساختارهایی‌اند که تأکید افراطی بر نمره، امتحان و کنترل بیرونی دارند (کیهان و کاظم‌زاده بیطالی، ۱۳۹۷). چنین محیط‌هایی، به جای پرورش حس خودمختاری، اغلب اطاعت و انفعال را تقویت می‌کنند. پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که در چنین بافت‌هایی، حمایت معلم از خودمختاری دانش‌آموزان و ایجاد محیط یادگیری مشارکتی می‌تواند انگیزش درونی و مشارکت تحصیلی را افزایش دهد (کیهان و کاظم‌زاده بیطالی، ۱۳۹۷). در واقع، نقش معلم در رویکرد نظریه‌ی خودتعیین‌گری نه صرفاً انتقال‌دهنده‌ی دانش، بلکه تسهیل‌گر رشد روان‌شناختی است؛

5. Lack of motivation
6. Ryan & Deci
7. Reeve
8. Vansteenkiste

1. Bureau
2. Bureau
3. Internal motivation
4. External motivation

آموزشی کشور هستند (کیهان و کاظم‌زاده بیطالی، ۱۳۹۷). از سوی دیگر، تغییرات اجتماعی دهه اخیر از جمله گسترش فضای مجازی، افزایش فشارهای تحصیلی و تضعیف ارتباط معنادار در کلاس درس، ضرورت بازنگری در راهکارهای ارتقای انگیزش تحصیلی را دوجندان کرده است (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴). از این رو، مسئله اصلی پژوهش حاضر این است که چه راهکارها و فعالیت‌هایی بر اساس مؤلفه‌های نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان می‌توانند انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان را به صورت پایدار ارتقا دهند؟

در سطح بین‌المللی، مرورهای نظام‌مند و فراتحلیلی متعدد نشان داده‌اند که مداخلات آموزشی مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری به طور معناداری انگیزش درونی و نیاز به خودمختاری را افزایش می‌دهند. برای مثال، وانگ و همکاران (۲۰۲۴) در یک فراتحلیل گسترده گزارش کردند که مداخلات مبتنی بر خودتعیین‌گری بیشترین اثر را بر خودمختاری و پس از آن شایستگی دارند. افزون بر این، بورو و همکاران (۲۰۲۲) با تلفیق داده‌های بیش از ۷۹ هزار دانش‌آموز نشان دادند که احساس شایستگی قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌ی انگیزش خودمختار و پشتکار تحصیلی است.

در پژوهش‌های مداخله‌ای نیز یافته‌های مشابهی گزارش شده است. گالیندو^۳ و همکاران (۲۰۲۵) نشان دادند که آموزش مبتنی بر هوش مصنوعی در طول هفت ماه، نیاز به ارتباط را تقویت کرده و این افزایش منجر به رشد انگیزه‌ی یادگیری شده است. در بافت‌های کیفی، هانا و لیو^۴ (۲۰۲۴) دریافتند که معلمان نقش اساسی در حمایت از خودمختاری و افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارند. به طور مشابه، در پژوهش پرینتر^۵ (۲۰۲۳) استفاده از داستان‌سازی مشارکتی در کلاس زبان موجب افزایش پایدار انگیزش درونی از طریق تقویت شایستگی و تعلق اجتماعی شد.

در حوزه عوامل کاهنده انگیزش، بنرجی و هالدر^۶ (۲۰۲۱) گزارش کردند که هر سه نوع حمایت معلم؛ خودمختاری، ساختار رابطه، بی‌انگیزگی را کاهش می‌دهند، با این تفاوت که ساختار (بازخورد روشن و راهنمایی دقیق) اثر قوی‌تری بر کاهش بی‌انگیزگی دارد.

همچنین یافته‌های ایوانز^۷ و همکاران (۲۰۲۴) نشان می‌دهند که سبک تدریس حمایتگر از خودمختاری از طریق کاهش بار شناختی، انگیزش خودمختار و عملکرد تحصیلی را افزایش می‌دهد.

کسی که با نوع بازخورد، روابط انسانی و فرصت‌های یادگیری که فراهم می‌کند، تعیین می‌کند انگیزش دانش‌آموز از چه جنسی باشد، کنترل‌شده یا خودتعیین‌گر (جانگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۰).

با وجود اهمیت نظریه خودتعیین‌گری، مرور پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بیشتر مطالعات در بافت آموزش عالی انجام شده یا صرفاً به روابط آماری میان متغیرهای انگیزشی پرداخته‌اند و کمتر به تدوین مدل‌های کاربردی و بومی‌سازی شده برای مدارس توجه شده است. از سوی دیگر، شرایط اجتماعی و فرهنگی دانش‌آموزان امروز با گذشته تفاوت دارد؛ فضای مجازی، رقابت‌های تحصیلی، فشار والدین و انتظارات اجتماعی ساختار انگیزشی آنان را پیچیده‌تر کرده است (وانگ^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین، نیاز به مدلی احساس می‌شود که ضمن اتکا به نظریه‌ی خودتعیین‌گری، بتواند واقعیت‌های جدید آموزشی را نیز بازتاب دهد. مدلی که نه صرفاً نظری، بلکه قابل استفاده برای معلمان، مدیران و سیاست‌گذاران آموزشی باشد.

پژوهش‌های جدید نیز این ضرورت را تأیید کرده‌اند. برای مثال، فراتحلیل جدید وانگ و همکاران (۲۰۲۴) نشان داده است که مداخلات آموزشی مبتنی بر نظریه‌ی خودتعیین‌گری، به‌ویژه آن‌هایی که بر حمایت از خودمختاری و بازخورد مؤثر تمرکز دارند، در افزایش انگیزش درونی و مشارکت تحصیلی دانش‌آموزان نقش چشمگیری دارند. همچنین، پژوهش یانگ و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که حمایت معلم از خودمختاری، نه تنها احساس شایستگی را افزایش می‌دهد، بلکه از طریق تقویت احساس ارتباط، به شکل غیرمستقیم بر عملکرد تحصیلی اثر می‌گذارد. این یافته‌ها گویای آن است که انگیزش تحصیلی، پدیده‌ای چندبعدی و تعاملی است که باید از دریچه‌ای کل‌نگر مورد توجه قرار گیرد.

ادبیات پژوهش در دهه‌ی اخیر نشان می‌دهد که نظریه‌ی خودتعیین‌گری یکی از اثرگذارترین چارچوب‌ها برای تبیین انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان است. پژوهش‌های متعددی در سطح بین‌المللی و ایران تأکید کرده‌اند که سه نیاز روان‌شناختی پایه؛ خودمختاری، شایستگی و ارتباط، نقش بنیادینی در شکل‌گیری انگیزش خودمختار و مشارکت تحصیلی دارند (رایان و دسی، ۲۰۲۰؛ کریمی، ۱۳۹۸).

با وجود حجم گسترده‌ای از پژوهش‌های بین‌المللی در این حوزه، شکاف آشکاری در ادبیات پژوهشی داخلی مشاهده می‌شود؛ اغلب مطالعات ایرانی یا به بررسی روابط آماری میان متغیرها محدود مانده‌اند یا فاقد الگویی کاربردی و بومی‌سازی شده برای محیط‌های

5. Printer
6. Banerjee & Halder
7. Evans

1. Jang
2. Wang
3. Galindo
4. Hannah & Liu

مهارت‌های خودتنظیمی را بررسی کرده‌اند. کمبود پژوهش‌هایی که به صورت مداخله‌ای و یکپارچه هم مهارت‌های خودتنظیمی و هم پیامدهای هیجانی-تحصیلی را هم‌زمان مطالعه کنند، ضرورت انجام تحقیقات دقیق‌تر در این زمینه را برجسته می‌سازد.

در نهایت، ادبیات پژوهش داخلی و خارجی نشان می‌دهد که ارضای سه نیاز روان‌شناختی پایه نه تنها انگیزه‌ی درونی را افزایش می‌دهد، بلکه ملال را کاهش داده، مشارکت تحصیلی را ارتقا می‌دهد و حتی در رشد هویت تحصیلی نیز نقش اساسی دارد. این همگرایی پژوهشی تأکید می‌کند که طراحی محیط‌های یادگیری؛ اعم از کلاس حضوری، مجازی یا فعالیت‌های جامعه‌محور، باید به گونه‌ای باشد که فرصت خودمختاری، تجربه‌ی شایستگی و ارتباط مثبت را در دانش‌آموزان تقویت کند؛ زیرا این سه نیاز بنیان شکل‌گیری انگیزه‌ی تحصیلی پایدار را تشکیل می‌دهند.

بر اساس مبانی نظری و شواهد تجربی، پژوهش حاضر با عنوان «واکاوی راهکارها و فعالیت‌های ارتقای انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان» طراحی شده است. هدف اصلی این پژوهش، شناسایی و استخراج تم‌های کلیدی مؤثر بر انگیزش تحصیلی و سپس تلفیق آن‌ها در قالب یک مدل مفهومی بومی است؛ مدلی که بتواند مبنایی عملی برای طراحی مداخلات آموزشی و تربیتی فراهم کند.

با توجه به تغییر زیست‌بوم کودکی و دانش‌آموزی، انجام یک واکاوی عمیق درباره شیوه‌ها و سازوکارهای ایجاد و افزایش انگیزه تحصیلی ضرورت می‌یابد. از این رو، در چارچوب نظری، مسئله پژوهش بر واکاوی روش‌ها، فعالیت‌ها و همچنین نوع و شیوه پاداش‌دهی متمرکز است؛ به گونه‌ای که چگونگی پاداش دادن، با اصول نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان سازگار باشد. در نهایت، تلاش می‌شود الگویی جامع و کاربردی تدوین گردد که امکان تبدیل یافته‌های نظری به راهبردهای عملی در محیط‌های آموزشی را فراهم کند.

روش تحلیل تماتیک قیاسی در این مطالعه به پژوهشگران کمک می‌کند تا فراتر از توصیف صرف آماری، به درک عمیق‌تری از تجربه‌های زیسته، الگوهای مفهومی و ساختارهای مؤثر بر انگیزش تحصیلی دست یابند. در سطح کاربردی نیز پژوهش حاضر در پی ارائه نگرشی است که در آن معلم فقط آموزش‌دهنده نیست، بلکه تسهیل‌گر رشد روان‌شناختی دانش‌آموز به شمار می‌آید؛ مدرسه بستر پرورش خودمختاری و شکل‌گیری ارتباط انسانی معنادار می‌شود و یادگیری به فرایندی خودخواسته، معنادار و درونی نزدیک‌تر می‌گردد.

پژوهش‌های مرتبط با محیط‌های یادگیری مجازی نیز اهمیت خودتعیین‌گری را تأیید کرده‌اند؛ شانک^۱ و همکاران (۲۰۲۵) گزارش کردند که طراحی آنلاین مبتنی بر خودمختاری، کفایت و ارتباط، موجب افزایش احساس شایستگی و تعلق در دانش‌آموزان دبیرستانی می‌شود. در زمینه زبان‌آموزی، لیو^۲ و همکاران (۲۰۲۵) نشان دادند که رضایت از نیازهای روان‌شناختی مستقیماً مشارکت رفتاری را پیش‌بینی می‌کند و کاهش ملال نقش میانجی مهمی در این رابطه دارد. در حوزه STEM، یافته‌های چپو^۳ (۲۰۲۴) و چپو و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که برنامه‌های مبتنی بر خودتعیین‌گری موجب رشد علاقه و هویت STEM می‌شوند و نیاز به شایستگی و ارتباط بیشترین تأثیر را بر انگیزه دارند.

در نهایت، پژوهش ویزر و مولر^۴ (۲۰۲۵) در یادگیری موسیقی تأکید می‌کند که کیفیت انگیزش (نه شدت آن) عامل اصلی پایداری یادگیری است و محیط‌های حمایتگر از نیازها موجب شکل‌گیری انگیزش درونی پایدار می‌شوند.

در ایران نیز مجموعه‌ای از مطالعات محدود اما هم‌راستا با ادبیات جهانی، بر اهمیت مهارت‌های خودتنظیمی و سازه‌های هیجانی-تحصیلی تأکید کرده‌اند. در پژوهش عبدالملکی و همکاران (۱۴۰۳)، طراحی یک مدل خودتنظیمی تحصیلی بر مبنای نیازهای روان‌شناختی بنیادین نشان داد که تقویت خودتنظیمی به‌طور مستقیم با افزایش اشتیاق تحصیلی و کاهش تجربه هیجان‌های منفی رابطه دارد. این یافته بیانگر آن است که برآورده شدن نیازهایی مانند شایستگی و خودمختاری می‌تواند به عنوان مکانیسمی مرکزی در شکل‌دهی هیجانات سازگارانه‌ی تحصیلی عمل کند.

در مطالعه‌ای دیگر، ناصری و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند که آموزش مهارت‌های خودتنظیمی نه تنها موجب افزایش هیجان‌های مثبت تحصیلی (از جمله لذت و امید) می‌شود، بلکه سطح هیجان‌های منفی همچون اضطراب و ملال را کاهش می‌دهد. همچنین این مداخله به‌طور معناداری خودپنداره تحصیلی و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان را بهبود بخشید؛ یافته‌ای که نقش مؤثر راهبردهای شناختی-هیجانی را در کیفیت تجربه‌ی یادگیری تأیید می‌کند.

به‌طور کلی، مرور مطالعات داخلی نشان می‌دهد که هرچند پژوهش‌های انجام‌شده همسو با نظریه‌های بین‌المللی، اثرات مثبت خودتنظیمی و نیازهای روان‌شناختی را بر پیامدهای هیجانی و انگیزشی تأیید می‌کنند، اما بدنه پژوهشی ایران در این حوزه هنوز محدود و پراکنده است. اکثر مطالعات یا بر بخش‌های جداگانه‌ای از هیجان‌های تحصیلی تمرکز داشته‌اند یا تنها یک مؤلفه از

روش

این پژوهش از نوع تحلیل اسنادی-تماتیک قیاسی بوده و با هدف شناسایی الگوهای مشترک در مطالعات مرتبط با نظریه‌ی خودتعیین‌گری و انگیزش تحصیلی انجام شده است. در چنین رویکردی، جامعه و نمونه به معنای مرسوم آن (افراد انسانی) تعریف نمی‌شوند؛ بلکه واحد تحلیل، اسناد و مطالعات علمی هستند. در ادامه، مراحل انتخاب و تحلیل اسناد شرح داده می‌شود.

مواد و اسناد مورد بررسی

مواد پژوهش شامل ۱۴ مقاله‌ی علمی معتبر در حوزه‌ی نظریه‌ی خودتعیین‌گری، نیازهای روان‌شناختی پایه و انگیزش تحصیلی بود. مقاله‌ها از میان منابع انگلیسی و فارسی منتشر شده در مجلات علمی-پژوهشی انتخاب شده‌اند و همگی به بررسی رابطه میان نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط با انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان پرداخته‌اند. این اسناد به عنوان «واحدهای تحلیل» در مراحل کدگذاری و استخراج تماتیک استفاده شدند.

معیارهای ورود و خروج مقالات

معیارهای ورود

- مقالاتی که به‌طور مستقیم بر نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان مبتنی باشند.

- به انگیزش تحصیلی یا انگیزش یادگیری در دانش‌آموزان بپردازند.
- داده‌های لازم برای استخراج تم‌ها را ارائه دهند. منتشر شده در مجلات علمی معتبر داخلی یا خارجی باشند.
- دسترسی کامل به متن کامل آن‌ها امکان‌پذیر باشد.

معیارهای خروج

- مقالاتی که صرفاً بر دانشجویان یا بزرگسالان متمرکز بودند.
- به نظریه‌های دیگر انگیزش پرداخته بودند.
- فاقد بخش نتایج یا محتوای قابل تحلیل بودند.

ابزارها

برای گردآوری داده‌ها، ابتدا مقالات توسط پژوهشگر دانلود و سازماندهی شدند. مقاله‌ها از طریق جستجو در پایگاه‌های Google Scholar، ScienceDirect و SID شناسایی شدند. پس از غربالگری اولیه، ۲۸ مقاله با استفاده از کلیدواژه‌های «نظریه خودتعیین‌گری»، «انگیزش تحصیلی»، «خودمختاری»، «شایستگی»، «ارتباط»، «دانش‌آموز» و معادل‌های انگلیسی آن‌ها شناسایی شد که پس از اعمال معیارهای ورود و خروج، در نهایت ۱۴ مقاله برای تحلیل انتخاب شد. سپس بخش‌های کلیدی استخراج و برای تحلیل آماده شدند.

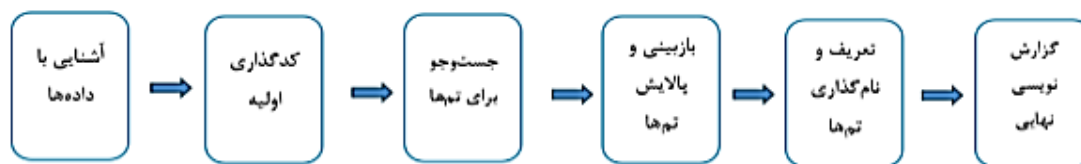
جدول ۱۴.۱ مقاله منتخب

ش	عنوان مقاله	نویسندگان	سال	روش	یافته‌ها
۱	A systematic review and meta-analysis of self-determination-theory-based interventions in the education context	.Wang et al	۲۰۲۴	مرور نظام‌مند + فراتحلیل	مداخلات مبتنی بر خودتعیین‌گری بیشترین تأثیر را بر تقویت خودمختاری و سپس شایستگی داشتند
۲	Using Artificial Intelligence to Promote Adolescents' Learning Motivation	.Galindo et al	۲۰۲۵	مداخله طولی	تنها نیاز به ارتباط پس از مداخله افزایش یافت؛ شایستگی اولیه قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده انگیزه بود.
۳	Fostering Student Motivation and Engagement Through Teacher Autonomy Support	.Hannah et al	۲۰۲۴	کیفی - مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	حمایت از خودمختاری موجب تقویت انگیزه درونی و درگیری تحصیلی شد.
۴	Student Motivation and Associated Outcomes: A Meta-Analysis From Self-Determination Theory	.Howard et al	۲۰۲۱	فراتحلیل	انگیزش درونی بیشترین ارتباط با عملکرد و بهزیستی داشت.
۵	Pathways to Student Motivation: A Meta-Analysis of Antecedents of Autonomous and Controlled Motivations	.Bureau et al	۲۰۲۲	فراتحلیل + مدل‌یابی معادلات ساختاری	شایستگی پیش‌بینی‌کننده خودتعیین‌گر بود.

ش	عنوان مقاله	نویسندگان	سال	روش	یافته‌ها
۶	Positive emotions and intrinsic motivation: co-created stories in the language acquisition classroom	Printer	۲۰۲۳	طولی یک‌ساله - روش ترکیبی	روش داستان‌محور موجب افزایش پایدار هیجانات مثبت و ارضای نیازهای پایه شد.
۷	Amotivation and influence of teacher support dimensions: A self-determination theory approach	& Banerjee Halder	۲۰۲۱	همبستگی - پرسشنامه‌ای	هر سه نوع حمایت (خودمختاری، ساختار و ارتباط) بی‌انگیزگی را کاهش دادند.
۸	Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective	Ryan & Deci	۲۰۲۰	نظری - مرور	نیازهای پایه در همه فرهنگ‌ها نقش جهانی دارند؛ سیاست‌های کنترل‌گر انگیزش را تضعیف می‌کنند.
۹	Cognitive Load Theory and Its Relationships with Motivation: a Self Determination Theory Perspective	.Evans et al	۲۰۲۴	کمی - همبستگی	راهبردهای کاهش بار شناختی موجب افزایش انگیزش خودمختار شد
۱۰	Motivation in online course design using self determination theory	.Shank et al	۲۰۲۵	اقدام‌پژوهی آمیخته	مداخله آنلاین باعث افزایش معنادار شایستگی و ارتباط شد.
۱۱	Exploring the mediating roles of motivation and boredom in basic psychological needs and behavioural engagement in English learning	.Liu et al	۲۰۲۵	کمی - مدلیابی معادلات ساختاری	نیازهای روان‌شناختی مستقیماً مشارکت را پیش‌بینی کردند
۱۲	Using self-determination theory (SDT) to explain student STEM interest and identity development	Chiu	۲۰۲۴	آزمایشی	برنامه مبتنی بر خودتعیین‌گری موجب افزایش علاقه و هویت STEM شد.
۱۳	Using Self Determination Theory to Explain How Community Based Learning Fosters Student Interest and Identity in Integrated STEM Education	.Chiu et al	۲۰۲۳	ترکیبی - توضیحی متوالی	مشارکت اجتماعی موجب افزایش رضایت از نیازهای پایه و هویت STEM شد
۱۴	Motivational profiles in instrumental music learning: Perspectives on self-determination theory	& Wieser Müller	۲۰۲۵	کمی - تحلیل خوشه‌ای	ارضای نیازهای خودمختاری و شایستگی مهم‌ترین عوامل در انگیزش درونی و تداوم یادگیری موسیقی بودند.

فرایند تحلیل داده‌ها

تحلیل مطابق با شش مرحله براون و کلارک (۲۰۰۶) انجام شد.



شکل ۱. مدل شش مرحله‌ای براون و کلارک

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش نشان داد که ۳ مولفه اصلی و برای هر مولفه اصلی، ۵ زیر مولفه کشف شد. به طور کلی ۳ مولفه اصلی و ۱۵ زیر مولفه شناسایی شد.

الگوی جامع ارتقای انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان براساس نظریه خودتعیین‌گری

مولفه‌های اصلی مدل

مولفه ۱: خودمختاری‌محوری

به معنای ایجاد فضایی که دانش‌آموز انتخاب‌گر، صاحب صدا و مالک یادگیری باشد.

زیرمؤلفه‌ها

- ۱- فرصت انتخاب در محتوا، روش و سرعت یادگیری
- ۲- اهداف شخصی و یادگیری معنادار
- ۳- مشارکت در تصمیم‌گیری‌های کلاسی
- ۴- محیط غیرکنترل‌گر و مبتنی بر احترام
- ۵- استفاده از فعالیت‌های پروژه‌ای و بازتاب شخصی

اثر

- ۱- افزایش انگیزه درونی
- ۲- افزایش درگیری شناختی و هیجانی

مؤلفه ۲: شایستگی‌افزایی

ایجاد حس «می‌توانم»، «پیشرفت می‌کنم» و «از پشش برمیام».

زیرمؤلفه‌ها

- ۱- چالش‌های متناسب با سطح توان
- ۲- بازخورد فوری، روشن، تشویقی و دقیق
- ۳- تجربه‌ی موفقیت‌های کوچک
- ۴- راهنمایی مرحله به مرحله
- ۵- طراحی تکلیف با بار شناختی بهینه

اثر

- ۱- افزایش خودکارآمدی
- ۲- پایداری در یادگیری و تلاش

مؤلفه ۳: ارتباط و تعلق

احساس «دیده شدن»، «پذیرفته شدن» و «داشتن رابطه‌ی مثبت» با معلم و همسالان.

زیرمؤلفه‌ها

- ۱- رابطه‌ی گرم و همدلانه‌ی معلم- دانش‌آموز
- ۲- یادگیری مشارکتی و کار گروهی
- ۳- حمایت خانواده
- ۴- ارتباط با جامعه و محیط واقعی
- ۵- فضای کلاسی امن، صمیمی و بی‌قضاوت

اثر

- ۶- افزایش احساس تعلق

۷- کاهش ملال و اضطراب

۸- افزایش انگیزه‌ی پایدار

مؤلفه ۱: خودمختاری در یادگیری

تحلیل داده‌ها نشان داد که تجربه‌ی خودمختاری یکی از برجسته‌ترین عناصر مؤثر بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان است. در اغلب مطالعات بررسی‌شده، ایجاد فرصت انتخاب، احترام به صدای دانش‌آموز و فراهم کردن امکان تصمیم‌گیری درباره‌ی مسیر یادگیری، به افزایش احساس مالکیت و کنترل دانش‌آموزان بر فرایند یادگیری انجامید. حمایت معلمان از خودمختاری، به‌ویژه از طریق ارائه دلایل، کاهش رفتارهای کنترل‌گر و فراهم کردن آزادی در بیان دیدگاه‌ها، نقش مهمی در ارتقای انگیزش خودمختار داشت. همچنین، برنامه‌های آموزش آنالین و جامعه‌محور نشان دادند که ساختارهای منعطف و امکان انتخاب در محیط‌های غیررسمی، تجربه‌ی خودمختاری را تقویت می‌کند.

مؤلفه ۲: شایستگی و تجربه موفقیت

شایستگی به‌عنوان قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌ی انگیزش درونی در مطالعات مرور شده ظاهر شد. ارائه بازخورد فوری و سازنده و طراحی تکالیف با سطح دشواری بهینه، باعث افزایش احساس توانمندی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان شد. کاهش بار شناختی نیز به‌طور مستقیم به احساس شایستگی بیشتر منجر گردید و امکان مشارکت فعال و پیشرفت تحصیلی را فراهم کرد. تجربه موفقیت‌های کوچک، حس پیشرفت مرحله‌به‌مرحله و حمایت معلم در لحظات دشوار، از دیگر عواملی بودند که انگیزش خودمختار را تقویت کردند. بخش مهمی از یافته‌ها نشان داد که ارضای هم‌زمان نیازهای روان‌شناختی موجب کاهش هیجانات منفی به‌ویژه ملال و خستگی شناختی می‌شود. کاهش بار شناختی، تنوع روش‌های تدریس و یادگیری مبتنی بر داستان یا فعالیت‌های عملی، احساس لذت و هیجان را افزایش داده و به مشارکت رفتاری بالاتر منجر شد. نتایج برخی مطالعات نیز تأکید کردند که مسیر انگیزش درونی تنها از طریق نیازها نیست، بلکه کاهش هیجانات منفی نقش میانجی مهمی در فعال‌سازی دانش‌آموزان دارد.

مؤلفه ۳: ارتباط و تعلق اجتماعی

احساس ارتباط با معلم، همسالان و محیط یادگیری، یکی از محورهای ثابت در تمام مقالات بود. روابط گرم، حمایتگر و همدلانه معلم -

داشت. زمانی که دانش‌آموز فرصت تصمیم‌گیری درباره‌ی فعالیت‌ها، روش یادگیری یا بیان دیدگاه‌های شخصی را دارد، احساس مالکیت بر یادگیری افزایش می‌یابد و در نتیجه انگیزه‌ی خودآیین رشد می‌کند. نتایج همچنین آشکار ساخت که حمایت معلمان از صدای دانش‌آموز، احترام به ترجیحات فردی و ایجاد تکالیفی که امکان انتخاب در آن‌ها وجود دارد، موجب افزایش درگیری شناختی، هیجانی و رفتاری دانش‌آموزان می‌شود. این یافته‌ها با مطالعات هانا و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی داشت. این یافته‌ها که با نظریه رایان و دسی (۲۰۲۰) همخوانی داشت، تأیید می‌کند که محیط‌های آموزشی کنترل‌گر و مبتنی بر دستور، انگیزه را تضعیف می‌کنند، درحالی‌که کلاس‌های خودمختارمحور می‌توانند مسیر درونی‌سازی انگیزش را تسهیل کنند.

۲. نقش شایستگی و تجربه‌ی موفقیت در تداوم انگیزش

بخش عمده‌ای از پژوهش‌ها نشان دادند که احساس شایستگی، قوی‌ترین عامل پایداری انگیزه‌ی تحصیلی است. بازخورد روشن، ساختاردهی مناسب محتوا، چالش‌های متناسب با توان یادگیرنده و تجربه‌ی موفقیت‌های کوچک، به‌طور مستقیم در افزایش احساس توانایی و پشتکار نقش دارند. این یافته‌ها با مطالعات بیورو و همکاران (۲۰۲۲) همخوانی داشت. یافته‌ها بیان می‌کنند که طراحی تکالیف بسیار دشوار موجب احساس ناتوانی و ملال و تکالیف بیش از حد ساده موجب بی‌حوصلگی و بی‌انگیزگی می‌شود. بنابراین، متعادل بودن سطح دشواری تکالیف و ارائه‌ی راهنمایی مرحله به مرحله، شرط اساسی برای تقویت شایستگی است. به‌طور کلی، شایستگی نه‌تنها انگیزش درونی را افزایش می‌دهد، بلکه از طریق کاهش بار شناختی و ایجاد حس تسلط، به پایداری یادگیری کمک می‌کند. مطالعات گالیندو و همکاران (۲۰۲۵) این یافته‌ها را تأیید کرد.

۳. نقش ارتباط و تعلق در انگیزه‌ی تحصیلی

یافته‌ها نشان داد که رابطه‌ی گرم، صمیمی و حمایتگر با معلم و همسالان، محرکی مهم برای ایجاد انگیزه‌ی پایدار است. احساس تعلق به کلاس، دریافت توجه و همدلی، مشارکت گروهی و تعاملات مثبت با معلم، نه‌تنها انگیزه‌ی درونی را افزایش می‌دهد، بلکه نقش محافظتی در برابر بی‌انگیزگی، ملال و خستگی تحصیلی دارد. تحلیل‌ها همچنین نشان داد که حمایت خانواده و جامعه و یادگیری در محیط‌های واقعی یا مشارکتی، احساس معنا و ارزش را در یادگیرندگان تقویت می‌کند و مسیر رشد علاقه‌ی تحصیلی را هموار می‌سازد. مطالعات بنرجی و هالدر (۲۰۲۱) این یافته‌ها را تأیید کرد.

دانش‌آموز موجب احساس امنیت روانی و افزایش مشارکت تحصیلی شد. همکاری گروهی، فعالیت‌های اشتراکی و یادگیری جامعه‌محور، حس تعلق و معنا را در دانش‌آموزان تقویت کرد و به شکل‌گیری انگیزش پایدار انجامید. همچنین، تعاملات مؤثر در محیط‌های آنلاین و فضاهای یادگیری دیجیتال نشان دادند که حتی در محیط‌های مجازی، کیفیت ارتباط انسانی در انگیزش نقش اساسی دارد. همچنین مطالعات نشان دادند که محیط‌های جدید یادگیری مانند آموزش آنلاین، یادگیری جامعه‌محور، STEM و هنر (موسیقی) بستری مناسب برای ارضای نیازهای روان‌شناختی هستند. فناوری‌های آموزشی از طریق بازخورد فوری، ساختاردهی محتوای پیچیده و ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی، تجربه شایستگی و ارتباط را تقویت می‌کنند. محیط‌های جامعه‌محور نیز از طریق فعالیت‌های واقعی و معنادار، احساس خودمختاری، شایستگی و تعلق را به شکل هم‌زمان افزایش می‌دهند. در آموزش موسیقی نیز نقش تعامل اجتماعی و فضای غیرکنترل‌گر در حفظ انگیزش بلندمدت برجسته بود.

نتیجه‌گیری و بحث

هدف این مقاله واکاوی راهکارها و فعالیت‌های ارتقای انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس نظریه خودتعیین‌گری دسی و رایان بود. تحلیل تماتیک ۱۴ مقاله نشان داد که نظریه‌ی خودتعیین‌گری چارچوبی جامع و معتبر برای فهم انگیزه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان ارائه می‌دهد. ارضای نیازهای سه‌گانه‌ی خودمختاری، شایستگی و ارتباط، محور اصلی ایجاد انگیزه‌ی درونی، درگیری تحصیلی و پیشرفت پایدار است. محیط‌های آموزشی که این سه نیاز را نادیده می‌گیرند، زمینه‌ی بی‌انگیزگی، ملال، اضطراب و افت تحصیلی را فراهم می‌کنند.

نتایج این پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های نظریه‌ی خودتعیین‌گری، خودمختاری، شایستگی و ارتباط، به عنوان سه پایه‌ی اساسی انگیزه‌ی تحصیلی، در تمامی مطالعات بررسی‌شده نقش محوری در تبیین و ارتقای انگیزش دانش‌آموزان دارند. تحلیل تماتیک مقالات نشان داد که با وجود تفاوت‌های موضوعی، فرهنگی و موقعیتی میان پژوهش‌ها، یک الگوی مشترک دیده می‌شود که بیانگر ضرورت ارضای هم‌زمان سه نیاز روان‌شناختی برای ایجاد انگیزه‌ی پایدار، درگیری تحصیلی فعال و عملکرد مناسب دانش‌آموزان است.

۱. نقش خودمختاری در ارتقای انگیزه تحصیلی

تحلیل مقالات نشان داد که احساس اختیار و امکان انتخاب در یادگیری، یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های انگیزش درونی است. این یافته با مطالعات وانگ و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی

می‌دهد، دانش‌آموز تکلیف را نه به‌عنوان فشار بیرونی، بلکه به‌عنوان اقدامی معنادار تجربه می‌کند.

استفاده از پرسش‌های باز و تحلیلی نیز نقش مهمی در ایجاد آزادی فکری و کاهش فضای کنترلی دارد. جایگزینی گفتار تهدیدآمیز با زبان حمایتی نظیر پذیرش دشواری تکلیف و همکاری برای حل آن، موجب ارتقای احساس اختیار و کاهش استرس عملکردی می‌شود.

علاوه بر این، بازخوردهای انتخاب‌محور که در آن دانش‌آموز بین چند مسیر یا روش حل مسئله حق انتخاب دارد، موجب تقویت هم‌زمان خودمختاری و مشارکت فعال می‌گردد. استفاده از فناوری‌های آموزشی نیز می‌تواند مسیرهای یادگیری متفاوت را در اختیار دانش‌آموزان قرار دهد و حس مالکیت بر فرایند یادگیری را افزایش دهد.

۲. راهبردهای تقویت نیاز به شایستگی

تقویت احساس شایستگی مستلزم تجربه‌ی موفقیت‌های قابل دسترس و بازخوردهای دقیق و سازنده است. طراحی فعالیت‌هایی با موفقیت سریع، فعالیت‌هایی که در زمان کوتاه به نتیجه می‌رسند، احساس «توانستن» را در دانش‌آموز فعال و زمینه‌ی پیشرفت بعدی را فراهم می‌کند.

به‌کارگیری تکالیف پله‌پله و ساختاربندی‌شده سبب می‌شود دانش‌آموز مسیر رشد را تدریجی و قابل کنترل ادراک کند. در کنار آن، بازخوردهای مشخص و فوری که دقیقاً نشان می‌دهند کدام بخش عملکرد صحیح بوده و مرحله‌ی بعد چیست، یکی از قوی‌ترین عوامل تقویت‌کننده‌ی احساس شایستگی محسوب می‌شوند.

الگوسازی از پیشرفت واقعی دانش‌آموزان، نظیر ارائه‌ی نمونه‌های قبل و بعد از بهبود، به ادراک توانمندی کمک می‌کند. به‌کارگیری اهداف خرد نیز دانش‌آموز را از هدف‌های کلی، مبهم و سنگین دور کرده و سبب می‌شود پیشرفت به‌صورت مرحله‌ای تجربه شود.

در نهایت، تمرین‌های سطح‌بندی‌شده با سطوح پایه، متوسط و پیشرفته که انتخاب سطح به‌عهده‌ی خود دانش‌آموز است، ترکیبی از شایستگی و خودمختاری را فراهم می‌کنند و برای طیف متنوعی از توانایی‌ها مناسب‌اند.

۳. راهکارهای تقویت نیاز به ارتباط

نیاز به ارتباط زمانی ارضا می‌شود که دانش‌آموز محیط آموزشی را پذیرا، امن و همراه با روابط حمایتی درک کند. استفاده از ارتباط همدلانه‌ی معلم، مانند درک دشواری تکلیف یا پذیرش احساسات دانش‌آموز، به شکل چشم‌گیری امنیت روانی را افزایش می‌دهد.

بر اساس الگوی استخراج‌شده، هیچ‌یک از سه نیاز خودمختاری، شایستگی و ارتباط به‌طور مستقل قادر به ایجاد انگیزه‌ی پایدار نیستند؛ بلکه ترکیب و ارضای هم‌زمان آن‌هاست که به شکل‌گیری انگیزش خودمختار، پشتکار تحصیلی و موفقیت پایدار می‌انجامد. محیط‌هایی که تنها بر یکی از نیازها تمرکز می‌کنند (مثلاً فقط دادن آزادی انتخاب بدون ساختار مناسب)، نمی‌توانند انگیزه‌ی تحصیلی را افزایش دهند. هماهنگی سه نیاز، شرط اساسی رشد انگیزش درونی و ایجاد تجربه‌ی یادگیری معنادار است. مطالعات هاوارد و همکاران (۲۰۲۱) این یافته‌ها را تایید کرد.

بخشی از مطالعات نشان دادند که آموزش آنلاین، فناوری آموزشی و یادگیری بازی‌محور می‌توانند موجب تقویت انگیزه‌ی تحصیلی شوند، به شرطی که طراحی آن‌ها بر اساس سه نیاز روان‌شناختی صورت گیرد. بنابراین فناوری، اگر درست استفاده شود، می‌تواند به بستری قدرتمند برای رشد انگیزه تبدیل شود. مطالعات شانک و همکاران (۲۰۲۵)، چپو (۲۰۲۴) و چپو و همکاران (۲۰۲۳) این یافته‌ها را تایید کرد.

تقریباً در همه‌ی پژوهش‌ها تأکید شده بود که کیفیت انگیزش دانش‌آموزان در گرو سبک انگیزشی معلم است. معلمانی که خودشان احساس شایستگی، خودمختاری و ارتباط دارند، کلاس‌هایی حمایت‌گراتر ایجاد می‌کنند. این یافته نشان می‌دهد که توانمندسازی روان‌شناختی معلمان یک ضرورت است و صرفاً با آموزش محتوایی یا روش تدریس برطرف نمی‌شود. مطالعات پرینتر (۲۰۲۳)، ایوانز و همکاران (۲۰۲۴)، لیو و همکاران (۲۰۲۵) و میزو مالر (۲۰۲۵) یافته‌ها را تایید کرد.

پیشنهادات کاربردی برای تقویت نیازهای سه‌گانه‌ی خودتعیین‌گری

۱. راهبردهای تقویت نیاز به خودمختاری

تقویت احساس خودمختاری در دانش‌آموزان مستلزم آن است که فرایند یادگیری برای آنان با تجربه‌ی انتخاب، مالکیت و آزادی عمل همراه باشد. یکی از مداخلات مؤثر در این زمینه، ارائه‌ی «گزینه‌های انتخاب» در انجام تکالیف است. معلمان می‌توانند امکان انتخاب در نوع فعالیت، شیوه‌ی ارائه‌ی یادگیری یا موضوع مورد علاقه را فراهم کنند. وجود چنین حق انتخاب‌هایی موجب افزایش ادراک کنترل داخلی و کاهش مقاومت تحصیلی می‌شود. راهکار دیگر، تبیین علت و چرایی تکالیف پیش از ارائه‌ی آن‌هاست. هنگامی که معلم دلیل اهمیت یک فعالیت را توضیح

References

- Abdolmaleki, Shahriyar, Pirani, Zabih, and Zangeneh, Firouzeh. (2023). Designing an academic self-regulation model based on basic psychological needs and family communication patterns with the mediating role of academic enthusiasm. *Sociology of Education*, 9(1), 325–336. (in Persian).
- Banerjee, R., & Halder, S. (2021). Amotivation and influence of teacher support dimensions: A self-determination theory approach. *Heliyon*, 7(7). DOI: [10.1016/j.heliyon.2021.e07410](https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07410)
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bureau, J. S., Howard, J. L., Chong, J. X., & Guay, F. (2022). Pathways to student motivation: A meta-analysis of antecedents of autonomous and controlled motivations. *Review of educational research*, 92(1), 46-72. <https://doi.org/10.3102/00346543211042426>
- Chiu, T. K. (2024). Using self-determination theory (SDT) to explain student STEM interest and identity development. *Instructional Science*, 52(1), 89-107. <https://doi.org/10.1007/s11251-023-09642-8>
- Chiu, T. K., Ismailov, M., Zhou, X., Xia, Q., Au, C. K., & Chai, C. S. (2023). Using self-determination theory to explain how community-based learning fosters student interest and identity in integrated STEM education. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 21(Suppl 1), 109-130. <https://doi.org/10.1007/s10763-023-10382-x>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0012801>
- Evans, P., Vansteenkiste, M., Parker, P., Kingsford-Smith, A., & Zhou, S. (2024). Cognitive load theory and its relationships with motivation: A self-determination theory perspective. *Educational Psychology Review*, 36(1), 7. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09841-2>
- Faraji, Zahed, Ghadermarzi, Habibollah, Salehpour, Sariyeh, & Shamsi, Maryam. (2025). Understanding the experiences of non-specialist teachers in educating children with special needs: A phenomenological study. *Modern Studies in Educational Sciences*, 1(3), 41–64. <https://doi.org/10.30473/ns.2026.76500.1044>

طراحی فعالیت‌های گروهی واقعی و مبتنی بر وابستگی مثبت، که نقش هر عضو در دستیابی به هدف مشترک ضروری است، موجب تقویت تعاملات معنادار و احساس تعلق در کلاس می‌شود. برگزاری جلسات گفت‌وگوی کوتاه و منظم غیر درسی میان معلم و هر دانش‌آموز نیز از مؤثرترین راهکارها برای ایجاد پیوند اجتماعی و اعتماد است. علاوه بر این، اجرای برنامه‌هایی نظیر دوست‌یادگیری، که در آن دو دانش‌آموز به صورت جفت برای تبادل نظر، بازخورد و همکاری همراه می‌شوند، مشارکت عاطفی و تحصیلی را افزایش می‌دهد.

فراهم‌سازی فضای امن خطا که در آن اشتباه بخشی طبیعی از یادگیری تلقی می‌شود، نقش مهمی در کاهش ترس از شکست و افزایش مشارکت دارد. همچنین، درگیری حمایتی و غیرکنترلی والدین، بدون مقایسه یا فشار، به عنوان عامل مکمل، نیاز به ارتباط را تقویت کرده و ارزش‌های تحصیلی را درونی‌تر می‌سازد.

محدودیت‌ها

- دسترسی محدود به متن کامل برخی مقالات مرتبط و خروج آن‌ها از فرایند تحلیل.
- محدود بودن حجم نمونه به ۱۴ مقاله که ممکن است تمامی ابعاد موضوع را پوشش ندهد.
- محدود بودن جستجو به سه پایگاه داده Google Scholar، ScienceDirect و SID.
- تعداد و تنوع اندک پژوهش‌های فارسی‌زبان در این حوزه که امکان بومی‌سازی کامل یافته‌ها را محدود می‌سازد.

مشارکت‌های نویسندگان

نویسندگان این پژوهش، فرزانه ناظم، کیمیا محمودی و احمد عابدی، در کلیه مراحل اجرای پروژه مشارکت داشتند.

تعارض منافع (Conflict of interest)

بنابر اظهار نویسندگان مقاله، تعارض منافع وجود نداشته است.

تامین مالی (Funding)

در طول این پژوهش هیچ‌گونه کمک مالی از منابع تأمین مالی دریافت نشد.

- Galindo-Domínguez, H., Delgado, N., Urruzola, M. V., Etxabe, J. M., & Campo, L. (2025). Using Artificial Intelligence to Promote Adolescents' Learning Motivation. A Longitudinal Intervention From the Self-Determination Theory. *Journal of Computer Assisted Learning*, 41(2), e70020. <https://doi.org/10.1111/jcal.70020>
- Hannah, S. K., Ng, B. L. L., & Liu, W. C. (2024). Fostering student motivation and engagement through teacher autonomy support: A self-determination theory perspective. *International Journal of Instruction*. <https://hdl.handle.net/10497/27229>
- Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300-1323. <https://doi.org/10.1177/1745691620966789>
- Jang, H., Reeve, J., & Deci, E. L. (2010). Engaging students in learning activities: It is not autonomy support or structure but autonomy support and structure. *Journal of educational psychology*, 102(3), 588. <https://doi.org/10.1037/a0019682>
- Keyhan, Javad, and Kazemzadeh Beytali, Mehdi. (2018). The effect of teacher autonomy support and autonomous causality orientations on academic alienation among upper-secondary students, with the mediating role of basic psychological needs. (in Persian).
- Khajasteh, Saeedeh, Safari, Yasin, & Khajasteh, Jalil. (2025). The effectiveness of interactive learning strategies training on students' self-directed learning, self-regulation, and task valuation. *Modern Studies in Educational Sciences*, 1(3), 95-109. <https://doi.org/10.30473/ns.2026.76958.1031>
- Liu, H., Wang, Y., & Wang, H. (2025). Exploring the mediating roles of motivation and boredom in basic psychological needs and behavioural engagement in English learning: a self-determination theory perspective. *BMC psychology*, 13(1), 179. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02524-3>
- Naseri, Ameneh, Jannatabadi, Hossein, and Marzieh, Afsaneh. (2024). The effect of self-determination skills training on students' academic emotions, academic self-concept, and responsibility. **Educational Psychology Studies**, 21(53). (in Persian).
- Printer, L. (2023). Positive emotions and intrinsic motivation: A self-determination theory perspective on using co-created stories in the language acquisition classroom. *Language Teaching Research*, 13621688231204443. <https://doi.org/10.1177/13621688231204443>
- Reeve, J. (2016). Autonomy-supportive teaching: What it is, how to do it. In *Building autonomous learners: Perspectives from research and practice using self-determination theory* (pp. 129-152). Singapore: Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-287-630-0_7
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary educational psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Shank, E., Tang, H., & Morris, W. (2025). Motivation in online course design using self-determination theory: an action research study in a secondary mathematics course. *Educational technology research and development*, 73(1), 415-441. <https://doi.org/10.1007/s11423-024-10410-9>
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and emotion*, 44(1), 1-31. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1>
- Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Sheldon, K. M., & Deci, E. L. (2004). Motivating learning, performance, and persistence: the synergistic effects of intrinsic goal contents and autonomy-supportive contexts. *Journal of personality and social psychology*, 87(2), 246. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.87.2.246>
- Wang, Y., Wang, H., Wang, S., Wind, S. A., & Gill, C. (2024). A systematic review and meta-analysis of self-determination-theory-based interventions in the education context. *Learning and Motivation*, 87, 102015. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2024.102015>
- Wieser, M., & Müller, F. H. (2025). Motivational profiles in instrumental music learning: Perspectives on self-determination theory. *Research Studies in Music Education*, 47(2), 259-279. <https://doi.org/10.1177/1321103X241284245>
- Yang, D., Chen, P., Wang, H., Wang, K., & Huang, R. (2022). Teachers' autonomy support and student engagement: A systematic literature review of longitudinal studies. *Frontiers in Psychology*, 13, 925955. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.925955>