

## بررسی رابطه خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌ها

ارسلان ایرجی راد<sup>۱</sup>، مرضیه حاجی<sup>۲</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۶/۳۰

تاریخ وصول: ۱۳۹۷/۰۲/۲۷

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه بین خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌های شهرستان قائم‌شهر بود. جامعه آماری پژوهش شامل ۱۶۵ تن از هنرآموزان هنرستان‌های دخترانه و پسرانه شهرستان قائم‌شهر بود که در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ مشغول به فعالیت بودند و با استفاده از فرمول کوکران ۱۱۴ تن آنان با روش انتخاب تصادفی به صورت برابر از هر دو جنس مرد و زن انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها، پرسشنامه‌های استاندارد استفاده شده، روایی محتوایی ابزار پژوهش با نظر کارشناسان و متخصصان تأیید و پایایی ابزار تحقیق با استفاده از ضریب الفبای کرونباخ سنجیده شد. برای سنجش رابطه بین متغیرها، آزمون همبستگی پیرسون، رگرسیون و آزمون کلموگروف-اسمیرنوف به کار گرفته شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS21 انجام شده است. یافته‌های تحقیق بیان می‌کند بین خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌های قائم‌شهر رابطه معناداری وجود دارد همچنین نتایج آزمون تی نشان می‌دهد که اختلاف معنی‌داری بین میانگین‌های خودآگاهی و هیجان ناشی از تدریس در هنرآموزان زن و مرد وجود دارد.

**واژگان کلیدی:** خودآگاهی از مهارت آموزشی معلم، خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلم، هیجان لذت، هیجان خشم، هیجان اضطراب.

۱. استادیار مرکز آموزش عالی امام خمینی، سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی، کرج، ایران (نویسنده

مسئول) airajirad@gmail.com

۲. دانش آموخته کارشناسی ارشد آموزش و بهسازی منابع انسانی، موسسه آموزش عالی غیردولتی - غیرانتفاعی

سمنگان، آمل، ایران

## مقدمه

در طول تاریخ آموزش و پرورش، معلم همواره ستون و محور تعلیم و تربیت بوده است که به صورت مستقیم در امر آموزش نقش داشته است (یغما، ۱۳۸۹) تعلیم و تربیت امری دشوار است و در این میان معلمان برترین نقش را بر عهده دارند و نقطه آغاز هر تحول آموزشی و پرورشی به شمار می‌روند (کاوه‌ای، عاشوری و حبیبی، ۱۳۹۳). لذا یکی از بارزترین و برجسته‌ترین برنامه‌های آموزش و پرورش تحقق شناخت ویژگی‌های معلمان است. یکی از این ویژگی‌ها مبحث خودپنداره است.

خودآگاهی شامل مجموعه ویژگی‌هایی است که شخص به عنوان مجموعه منحصر به فرد از خود ادراک می‌کند و از طریق روابط اجتماعی کسب می‌شود (نجفی کلیانی و همکاران، ۱۳۸۸). خودآگاهی شغلی، بخشی از خودآگاهی کلی فرد است و بیشتر با قسمتی از "خود" که دارای نیازها، ارزش‌ها، علایق، توانایی و شخصیت است، مرتبط است. همان‌طوری که تجارب در ارتباط با آگاهی از جهان کار گسترده‌تر می‌شود، خودپنداره شغلی پیچیده‌تر شکل می‌گیرد. یکی از عواملی که بر تصور افراد از خودشان و قضاوتشان تأثیر می‌گذارد، آگاهی از احساسات، هیجانات و مدیریت هیجان‌ها است، زیرا احساسات و هیجانات بخش مهمی از زندگی افراد را شکل می‌دهند و در هر اقدامی می‌توان رد پای آن را دید. می‌توان گفت، افراد باید به خودآگاهی برسند و از احساسات و هیجانات خودآگاهی کامل داشته باشند تا تصویری منسجم و واضح از خود بسازند و بتوانند در طی مراحل رشد مسیر شغلی آن را توسعه دهند (ظفری زاده و همکاران، ۱۳۹۲). مفهوم خودآگاهی، یکی از مهم‌ترین متغیرهای انگیزش درونی است. اصطلاح خودآگاهی در ادبیات پژوهشی با واژه‌هایی مانند اعتماد به نفس، تصویر خود، درک از خود، بازنمایی خود و خودشناسی مترادف است. هر فرد دارای یک خودآگاهی کلی است که شامل تعداد خودپنداره خاص و محدود در نقش‌های مختلف است (ظفری زاده، عابدی، باغبان، ۱۳۹۲). بر طبق نظر شالسون، هوبنر و استنتون<sup>۱</sup> (۱۹۷۶) درک فردی از توانایی‌های خود در حوزه‌های خاص، به عنوان مفهوم خودآگاهی شناخته می‌شود (لوهبک، هاگناورو فرنزل<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). معلمانی که خود در فرایندهای ادراکی و روان‌شناختی خود دارای تبیین‌های نامناسب

- 
1. Shalelson, Hoobner & Stoneton
  2. Loubeek, Hagnaurro & Frenzel

ذهنی باشند، نمی‌توانند نقش مؤثر و موفق‌تری در تربیت فراگیران خود داشته باشند. لزوم توجه به این مهم با توجه به ضعف‌های موجود در نظام آموزشی کشور بخصوص در رفع ضعف‌ها و خلأهایی چون پرورش عوامل روان‌شناختی مانند خودپنداره از پیش احساس می‌شود. همچنین حضور در مدرسه و کلاس، چه به‌عنوان دانش‌آموز و یا معلم می‌تواند انبوهی از هیجانات را فراخوانی کند. در واقع کلاس درس یک موقعیت بسیار تعاملی و سرشار از تجارب هیجانی را بازنمایی می‌کند.

هیجان‌ها یک نوع انگیزه هستند که رفتار را نیرومند و هدایت می‌کنند. مثلاً خشم به‌عنوان یک هیجان منابع ذهنی، فیزیولوژیکی، هورمونی و عضلانی بدن را بسیج می‌کند تا شخص به هدف خاصی، مانند غلبه کردن بر موانع یا رفع بی‌عدالتی برسد (نیرومند کردن و هدایت رفتار). هیجان‌ها در واقع مثل یک سیستم نمایش نشان می‌دهد که سازگاری فرد چقدر خوب یا بد پیش می‌رود (ریو<sup>۱</sup>، ۱۳۹۶).

هر فرد در ذهن خود، تصویری از خویش‌تن دارد؛ به‌عبارت‌دیگر، ارزشیابی کلی فرد از شخصیت خویش را «خودآگاهی» یا «خودپنداره» می‌نامند. این ارزشیابی ناشی از ارزشیابی‌های ذهنی است که معمولاً از ویژگی‌های رفتاری خود به عمل می‌آوریم. در نتیجه، خودآگاهی ممکن است مثبت یا منفی باشد (تقی زاده، ۱۳۹۰). مفهوم «خود» به‌صورت سازمانی دینامیک، نخستین بار به‌وسیله لکی<sup>۲</sup> مطرح شد. به نظر او، رفتار آدمی تظاهر و انگیزه‌ای است که هدف آن ثبات خود در اوضاع ناپایدار است. به‌طور خلاصه، می‌توان گفت: خودپنداری، چارچوبی شناختی است که به‌واسطه آن به سازمان‌بندی آنچه درباره خویش می‌دانیم، می‌پردازیم و اطلاعاتی را که به خود مربوط می‌شوند، بر پایه آن پردازش می‌کنیم. این قبیل «طرح‌واره خود» دربرگیرنده مؤلفه‌های خاص نیز است که در نقش‌گرایش‌های شخصیت عمل می‌کند. سه مورد از این مؤلفه‌ها عبارت‌اند از: تفاوت‌های فردی در شیوه ارزشیابی خود، باور کردن خود برای تلاش در جهت دستیابی به اهداف مطلوب و علاقه نشان دادن به میزان اثر گذاشتن بر روی دیگران از طریق رفتارهای خود (تقی زاده، ۱۳۹۰).

1. Rive  
2. Leckey

هیجان‌ها بسیار پیچیده‌تر از آن هستند که ابتدا به چشم می‌خورند. هیجان‌ها چندبعدی هستند. آن‌ها به صورت پدیده‌های ذهنی، زیستی، هدفمند؛ و اجتماعی وجود دارند. با توجه به این چهار ویژگی هیجان، معلوم می‌شود که هیجان را نمی‌توان به روشنی تعریف کرد. مشکل تعریف کردن هیجان شاید در ابتدا شما را متحیر کند، زیرا هیجان‌ها در تجربیات روزمره، خیلی صریح به نظر می‌رسند. هر کس می‌داند که تجربه شادی و خشم چگونه است، بنابراین شاید بپرسد، «واقعاً شک تعریف کردن هیجان چیست؟» مشکل این است: «تا وقتی از کسی خواسته نشده باشد هیجان را تعریف کند، می‌داند که هیجان چیست». هیجان وضعیت پیچیده‌ای است در پاسخ به تجربه‌های دارای بار احساسات. هر هیجان شدید حداقل شش مؤلفه دارد که عبارت‌اند از: (۱) تجربه شخصی و ذهنی هیجان، (۲) پاسخ خاص جسمانی درونی، به‌ویژه آن‌هایی که با دستگاه عصبی خودمختار ارتباط دارند، (۳) شناخت‌های شخص درباره هیجان و موقعیت‌های مرتبط با آن، (۴) جلوه‌های چهره، (۵) واکنش‌های شخص به هیجان، (۶) گرایش به اعمال معین. هیچ‌یک از این مؤلفه‌ها به تنهایی گویای حالت هیجانی نیست، بلکه ترکیبی از همه آن‌هاست که هیجان معینی را به وجود می‌آورد (قاضی پور، ۱۳۹۲).

تحقیقات داخلی و خارجی انجام شده در این حوزه نشان می‌دهد که یافته‌های سنجیده، ارجمند، شفیع‌ی سورک و سینا (۱۳۹۶) تحت عنوان رابطه خود مهارگری و خودآگاهی با رضایت شغلی و سلامت روان معلمان شهرستان بافق نشان داد که خودمهارگری می‌تواند هر دو متغیر ملاک رضایت شغلی و سلامت روان معلمان را پیش‌بینی کند. همچنین خودآگاهی قادر به پیش‌بینی رضایت شغلی و روان معلمان می‌باشند. نتایج پژوهش جوکار، پولادی ری شهری و گلستانه (۱۳۹۶) تحت عنوان بررسی ارتباط بین فراشناخت با کمال‌گرایی مثبت در بین معلمان شهرستان کازرون نشان داد که بین هر یک از ابعاد فراشناخت (باورهای نگرانی مثبت، باورهای فراشناختی منفی، کارآمدی شناختی پایین، باورهای فراشناخت منفی در مورد افکار و خودآگاهی شناختی) با کمال‌گرایی مثبت در بین معلمان شهرستان کازرون رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بیشترین شدت همبستگی بین کمال‌گرایی مثبت با بعد خودآگاهی شناختی و کمترین آن با بعد باورهای نگرانی مثبت است. رحمانی و اسماعیلی شاد (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه بین خودکارآمدی و خودپنداره با بهزیستی عاطفی مبتنی بر شغل نشان دادند که بین خودکارآمدی و خودپنداره با بهزیستی

عاطفی مبتنی بر شغل رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. یافته‌های رستگار، صیف و عابدی (۱۳۹۵) تحت عنوان ارائه مدل علی روابط سرمایه‌های روان‌شناختی و هیجانات تدریس: نقش واسطه‌ای خستگی هیجانی نشان داد که در مدل متغیرهای مکنون، سازه سرمایه روان‌شناختی، هیجانات مثبت را به صورت مثبت و هیجانات منفی را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کند. همچنین سرمایه روان‌شناختی با واسطه‌گری خستگی هیجانی می‌تواند از میزان هیجانات منفی معلمان بکاهد. در مدل متغیرهای مشاهده‌پذیر نیز مشخص شد که خودکارآمدی هیجانات لذت و غرور را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. از طرفی دو مؤلفه تاب‌آوری و خوش‌بینی نیز با واسطه‌گری خستگی هیجانی می‌توانند خشم و اضطراب معلمان را پیش‌بینی کنند. لوهبک و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی با عنوان "ادراکات و احساسات معلمان: مفهوم‌سازی و ارتباط" که با هدف بررسی شش مؤلفه خودآگاهی (مهارت‌های آموزشی، دانش زمینه‌ای، مشاوره، نوآوری، استفاده از رسانه و تشخیص) و سه مؤلفه احساس (لذت، خشم و اضطراب) انجام دادند به این نتایج دست یافتند که تمام مؤلفه‌های خودآگاهی و هیجانات به‌وضوح از یکدیگر جدا شده‌اند و همه شش مؤلفه خودآگاهی با لذت بردن رابطه مثبت و با اضطراب و خشم رابطه‌ای منفی دارند. کالدول و هایس<sup>۱</sup> (۲۰۱۶) در تحقیق خود رابطه خودکارآمدی و خودآگاهی بیان می‌دارند که خودکارآمدی و خودآگاهی جزو وظایف اخلاقی رهبران هستند و در درک توانایی‌ها و هویت فردی کمک می‌کند. ژو و کل<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) در پژوهش خود یادگیری و آموزش خودپنداشت دانش آموزان بین‌المللی را با دانش آموزان آمریکا مورد مقایسه قرار دادند. یافته‌ها حاکی از آن است که شباهت بیش از تفاوت بین دانش آموزان بین‌المللی و آمریکا وجود دارد. همچنین دانش‌آموزانی که بیشتر درگیر یادگیری هستند و زمان بیشتری را صرف مطالعه تنهایی یا با هم سن و سالان می‌کنند، خودپنداره بالاتری دارند. هولشگر<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهشی نقش تنظیم هیجان را در محل کار به‌عنوان مداخله در تنظیم احساسات و ضوابط راهنمایی در مشاغل خدماتی مورد بررسی و مطالعه قرار دادند. یافته‌های این پژوهش نشان داد تنظیم هیجانی با راهنمایی دادن به مشتری‌ها در ارتباط بود؛ به‌عبارت‌دیگر کسانی که از آموزش مهارت تنظیم هیجان برخوردار بودند روابط بهتری در

---

1. Caldwell and Hayes

2. Zhou & Cole

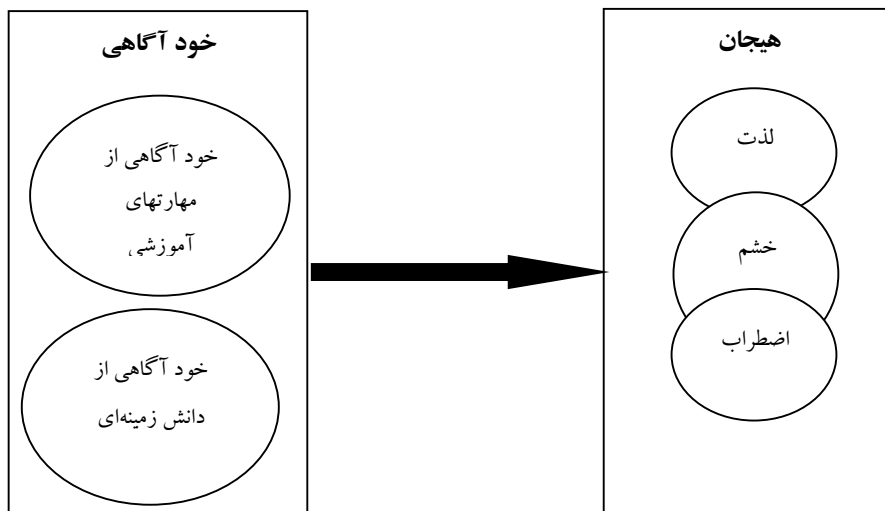
3. Hülshager

محل کار خود با هم کاران و مشتریان داشتند و از احساسات مثبت بیشتری برخوردار بودند. دایک<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهشی تحت پیامد کاهش منابع هیجان در حرفه معلمی و تدریس بیان کردند که کاهش منابع هیجان و خستگی هیجانی با پیامدهای فردی و شغلی مخربی نظیر کناره‌گیری از کار، بازنشستگی پیش از موعد، کیفیت تدریس ضعیف و بهزیستی روان‌شناختی پایین ارتباط دارد و شدت این پیامدها در حرفه معلمی و تدریس بیشتر از سایر حرفه‌ها گزارش شده است.

بنابراین هدف از تحقیق حاضر بررسی رابطه بین خودآگاهی و هیجان‌ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌های قائم‌شهر است.

### روش

روش تحقیق مورد استفاده در این پژوهش توصیفی - پیمایشی و از لحاظ هدف کاربردی بود. جامعه آماری تحقیق عبارت بود از تمامی معلمان هنرستان‌های شهرستان قائم‌شهر که در سال ۱۳۹۷ مشغول به تدریس بودند که بر طبق آمار به دست آمده تعداد آن‌ها ۱۶۵ نفر است. حجم نمونه بر اساس فرمول کوکران تعیین شده است که برابر با ۱۱۴ نفر است و این نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش پرسشنامه است که عبارت‌اند از:



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش (لوهبک و همکاران)

۱- پرسشنامه خودپنداره معلمان<sup>۱</sup> که توسط رتلسدورف و همکاران (۲۰۱۴) به زبان آلمانی ساخته شده است و توسط خانم مرضیه حاجی (۱۳۹۶) به فارسی ترجمه شده است. این پرسشنامه دارای ۶ زیرمقیاس (دانش محتوای موضوع، مهارت‌های آموزشی، تشخیص، نوآوری، استفاده از رسانه، مشاوره) و ۲۱ گویه (۲۰ گویه تخصصی و یک گویه کلی) است. این پرسشنامه، بر درجه‌بندی پنج‌گانه لیکرت (کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۱) صورت‌بندی شده است. همه گویه‌های این پرسشنامه مثبت هستند. برای محاسبه امتیاز هر زیرمقیاس، نمره تک‌تک گویه‌های مربوط به آن زیرمقیاس را با هم جمع کنید. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه‌های پرسشنامه را با هم جمع کنید. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۲۱ تا ۸۴ خواهد بود. هر چه امتیاز حاصل‌شده از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر خودپنداره معلمان خواهد بود و بالعکس. پایایی پرسشنامه در تحقیق حاضر با انجام مطالعه بر روی افراد نمونه انجام شد که ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه خودآگاهی (۰,۸۲) به دست آمده است.

۲- پرسشنامه هیجانات معلمان که فرنزل و همکاران (۲۰۱۶) برای مطالعه هیجان‌های معلمان، مقیاس هیجان‌های معلم را طراحی و تدوین کرده‌اند. آن‌ها در مطالعه خود با

1. teachers' self-concepts "ERBSE" Retelsdorf et al.

استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی ۳ عامل را شناسایی کردند. پرسشنامه از نوع خود گزارشی و مداد\_کاغذی است که دارای ۱۲ سؤال است. این پرسشنامه، بر درجه‌بندی پنج‌گانه لیکرت صورت‌بندی شده است. این پرسشنامه حداقل نمره ۴ و حداکثر ۲۰ و میانگین ۱۲ با انحراف معیار ۲/۶۶ است. فرنز و همکاران (۲۰۱۶) با استفاده از تحلیل عاملی و محاسبه همسانی درونی، روایی این مقیاس را مطلوب گزارش کردند. همچنین برای احراز پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده و مقدار آن را برای خرده مقیاس‌های لذت، اضطراب و خشم به ترتیب برابر با ۰/۹۳، ۰/۸۱ و ۰/۸۵ گزارش نمودند. برای تجزیه و تحلیل داده پژوهش از دو روش آمار توصیفی و آمار استنباطی و برای بررسی توزیع طبیعی داده‌ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف<sup>۱</sup> استفاده شد و در حوزه آمار استنباطی برای بررسی رابطه بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t برای تحلیل ضرایب استفاده شد. در ضمن برای بررسی فرضیه هشتم از آزمون مقایسه میانگین (t مستقل) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS 21 صورت پذیرفته است.

جدول ۱. سنجش همبستگی و رگرسیون میان متغیر مستقل و متغیر وابسته

رگرسیون		پیرسون			متغیر وابسته	متغیر مستقل
ضریب t	ضریب بتا	ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )	سطح معناداری	ضریب همبستگی		
۰/۰۰۱	۱۱/۹۳	۰/۷۴	۰/۵۶	۰/۰۰۱	۰/۷۴	خودآگاهی از هیجان‌ها
						مهارت‌های ناشی از آموزشی تدریس
۰/۰۰۱	۱۰/۴۱	۰/۷۰	۰/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۷۰	خودآگاهی از احساس لذت از آموزشی تدریس
۰/۰۰۱	-۴/۶۸	-۰/۴۰	۰/۱۶	۰/۰۰۱	-۰/۴۰	خودآگاهی از احساس خشم از آموزشی تدریس
۰/۰۰۱	-۵/۳۷	-۰/۴۵	۰/۲۰	۰/۰۰۱	-۰/۴۵	خودآگاهی از احساس اضطراب از آموزشی تدریس

1. one - sample kolmogorov - smirnov



۰/۰۰۱	۵/۱۴	۰/۴۳	۰/۱۹	۰/۰۰۱	۰/۴۳	خودآگاهی از احساس لذت از دانش زمینه‌ای تدریس
۰/۰۰۱	-۱۰/۳۱	-۰/۶۹	۰/۴۸	۰/۰۰۱	-۰/۶۹	خودآگاهی از احساس لذت از دانش زمینه‌ای تدریس
۰/۰۰۱	-۱۱/۹۳	-۰/۷۴	۰/۵۶	۰/۰۰۱	-۰/۷۴	خودآگاهی از احساس اضطراب از دانش زمینه‌ای تدریس

### یافته‌ها

نتایج به دست آمده از آمار جمعیت شناختی پاسخ‌دهندگان در خصوص جنسیت عبارت است از ۵۷ نفر (۵۰ درصد) زن و ۵۷ نفر (۵۰ درصد) مرد بودند. بیشترین پاسخ‌دهندگان (۷۴/۶ درصد) از افراد ۳۰-۳۵ سال و کمترین پاسخ‌دهندگان (۱۰/۵ درصد) از افراد نمونه بالاتر از ۳۵ سال را تشکیل می‌دهند. بیشترین پاسخ‌دهندگان (۷۱/۹ درصد) را افراد نمونه دارای مدرک لیسانس و کمترین پاسخ‌دهندگان (۳/۵ درصد) را افراد نمونه دارای تحصیلات فوق‌دیپلم، تشکیل می‌دهند.

یافته‌های پژوهش حاضر چنانچه در جدول یک آمده است نشان می‌دهد بین خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌های قائم‌شهر رابطه وجود دارد. بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و احساس لذت از تدریس رابطه وجود دارد. بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و احساس خشم از تدریس رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و احساس اضطراب از تدریس رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بین خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و احساس خشم از تدریس رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بین خودآگاهی از دانش زمینه‌ای و احساس اضطراب از تدریس رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان، خودآگاهی از دانش زمینه‌ای و احساس لذت از تدریس رابطه وجود دارد. شدت رابطه این همبستگی، همبستگی قوی و متوسط بین متغیرها را نشان می‌دهد. بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان، خودآگاهی از دانش زمینه‌ای و احساس خشم از تدریس، احساس اضطراب از تدریس رابطه منفی و معناداری وجود دارد. شدت رابطه این همبستگی، همبستگی متوسط و قوی بین متغیرها را نشان می‌دهد.

جدول ۲. آزمون تشخیصی متغیر مؤلفه‌های پیش‌بین خودآگاهی و هیجان لذت از تدریس با استفاده از شاخص دوربین و واتسون

متغیر	ضریب (R)	ضریب تعیین ( $R^2$ )	دوربین واتسون	نتیجه
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۷۰	۰/۴۹	۱/۵۶	تأثیر مثبت
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۴۳	۰/۱۹	۱/۹۱	تأثیر مثبت

چون مقدار عددی آزمون دوربین و واتسون بیشتر از  $1/5$  است (۱,۹۱، ۱,۵۶)، در نتیجه جهت تائید یا عدم تائید فرضیه می‌توان از آزمون رگرسیون استفاده نمود. خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان بر احساس لذت از تدریس تأثیر خواهد داشت و مقدار ضریب همبستگی آن به ترتیب برابر (۰/۷۰، ۰/۴۳) می‌رسد. مقدار مربع این عدد ( $R^2$ ) یعنی (۰/۴۹، ۰/۱۹) بیانگر آن است که (۰/۱۹، ۰/۴۳) درصد تأثیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان به‌طور مثبت از احساس لذت از تدریس نشئت می‌گیرد.

جدول ۳. آزمون تشخیصی متغیر مؤلفه‌های پیش‌بین خودآگاهی و هیجان خشم از تدریس با استفاده از شاخص دوربین و واتسون

متغیر	ضریب (R)	ضریب تعیین ( $R^2$ )	دوربین واتسون	نتیجه
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۴	۰/۱۶	۰/۸۶	تأثیر منفی
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۶۹	۰/۴۸	۱/۵۳	تأثیر منفی

چون مقدار عددی آزمون دوربین و واتسون بیشتر از  $1/5$  است (برابر است با ۱,۸۶، ۱,۵۳)، در نتیجه جهت تائید یا عدم تائید این فرضیه می‌توان از آزمون رگرسیون استفاده نمود. خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان بر احساس خشم از تدریس تأثیر خواهد داشت و مقدار ضریب همبستگی آن به ترتیب برابر (۰/۴۰، ۰/۶۹) می‌رسد. مقدار مربع این عدد ( $R^2$ ) یعنی (۰/۱۶، ۰/۴۸) بیانگر آن است که (۰/۱۶، ۰/۴۸) درصد تأثیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان به‌طور مثبت از احساس خشم از تدریس نشئت می‌گیرد.

جدول ۴. آزمون تشخیصی متغیر مؤلفه‌های پیش‌بین خودآگاهی و هیجان اضطراب از تدریس

متغیر	ضریب (R)	ضریب تعیین ( $R^2$ )	دوربین واتسون	نتیجه
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۴۵	۰/۲	۱/۷۱	تأثیر منفی
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۷۴	۰/۵۶	۱/۹۶	تأثیر منفی

چون مقدار عددی آزمون دوربین و واتسون بیشتر از  $1/5$  است (برابر است با  $1,71$  و  $1,96$ )، در نتیجه جهت تأیید یا عدم تأیید این فرضیه می‌توان از آزمون رگرسیون استفاده نمود. خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان بر احساس اضطراب از تدریس تأثیر خواهد داشت و مقدار ضریب همبستگی آن به ترتیب برابر ( $0/45$ ،  $0/74$ ) می‌رسد. مقدار مربع این عدد ( $R^2$ ) یعنی ( $0/20$ ،  $0/56$ ) بیانگر آن است که ( $0/20$ ،  $0/56$ ) درصد تأثیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان به‌طور مثبت از احساس اضطراب از تدریس نشئت می‌گیرد.

جدول ۵. ضرایب رگرسیون متغیر پیش‌بین مؤلفه خودآگاهی و هیجان لذت از تدریس

متغیر	ضرایب استاندارد نشده (B)	ضرایب استاندارد شده (B)	ضریب t	سطح معناداری
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۵۵	۰/۷	۱۰/۴۱	۰/۰۰۱
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۴۵	۰/۴۳	۵/۱۴	۰/۰۰۱

ضرایب رگرسیون، ضریب استاندارد شده بتا بین متغیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و متغیر وابسته هیجان لذت از تدریس ارائه شده است. ضریب بتا ( $0/70$ ،  $0/43$ ) نشان داده شده، مثبت در سطح  $0,001$  معنادار است؛ بنابراین نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان می‌تواند به‌عنوان متغیر پیش‌بین بر احساس لذت از تدریس تأثیر بگذارد.

جدول ۶. ضرایب رگرسیون متغیر پیش‌بین مؤلفه خودآگاهی و هیجان خشم از تدریس

متغیر	ضرایب استاندارد نشده (B)	ضرایب استاندارد شده (B)	ضریب t	سطح معناداری
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۲۶	-۰/۴	-۴/۶۸	۰/۰۰۱
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۵۸	-۰/۶۹	-۱۰/۳۱	۰/۰۰۱

ضرایب رگرسیون، ضریب استاندارد شده بتا بین متغیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و متغیر وابسته احساس خشم از تدریس ارائه شده است. ضریب بتا (۰/۴۰، -۰/۴۵، -۰/۶۹) نشان داده شده، منفی در سطح ۰,۰۰۱ معنادار است؛ بنابراین نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان می‌تواند به‌عنوان متغیر پیش‌بین احساس خشم از تدریس تأثیر بگذارد.

جدول ۷. ضرایب رگرسیون متغیر پیش‌بین مؤلفه خودآگاهی و هیجان اضطراب از تدریس

متغیر	ضرایب استاندارد نشده (B)	ضرایب استاندارد شده (B)	ضریب t	سطح معناداری
خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان	۰/۳	-۰/۴۵	-۵/۳۷	۰/۰۰۱
خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان	۰/۹۲	-۰/۷۴	-۱۱/۹۳	۰/۰۰۱

ضرایب رگرسیون، ضریب استاندارد شده بتا بین متغیر خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و متغیر وابسته احساس اضطراب از تدریس ارائه شده است. ضریب بتا (۰/۴۵، -۰/۷۴) نشان داده شده، منفی در سطح ۰,۰۰۱ معنادار است؛ بنابراین نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان می‌تواند به‌عنوان متغیر پیش‌بین بر احساس اضطراب از تدریس تأثیر بگذارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی این تحقیق بررسی رابطه خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) هنرستان‌های قائم‌شهر و بررسی تفاوت بین خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان (هنرآموزان) زن و مرد هنرستان‌های قائم‌شهر بوده است. این یافته با نتایج تحقیق سلیمانی، بابانژادی و غمی (۱۳۹۳) در پژوهش خود با عنوان "نقش خودآگاهی و تنظیم هیجان در کنترل اضطراب دانشجویان" به این نتیجه دست یافتند که خودآگاهی و تنظیم هیجان با کنترل اضطراب دانشجویان ارتباط معنی‌داری دارد. خودآگاهی نقش پیش‌بین‌کنندگی بیشتری از خود نشان داد؛ و لوهبک و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی با عنوان "ادراکات و احساسات معلمان: مفهوم‌سازی و ارتباط" که با هدف بررسی شش مؤلفه خودآگاهی (مهارت‌های آموزشی، دانش زمینه‌ای، مشاوره، نوآوری، استفاده از رسانه و تشخیص) و سه مؤلفه احساس (لذت، خشم و اضطراب) انجام دادند به این نتایج دست یافتند که تمام مؤلفه‌های خودآگاهی و هیجانات به‌وضوح از یکدیگر جدا شده‌اند و همه شش مؤلفه خودآگاهی با لذت بردن رابطه مثبت و با اضطراب و خشم رابطه‌ای منفی دارند. نتایج فرضیه (رابطه بین خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان) با پژوهش‌های محققان پیشین همخوانی دارد. یافته‌های حاصل از تحلیل آماری همبستگی و رگرسیون فرضیه دوم و سوم و چهارم نشان می‌دهد بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و (احساس لذت از تدریس، احساس خشم و اضطراب از تدریس) رابطه معنی‌داری وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیق یافته‌های گوئتر و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهشی به بررسی نقش کاهش منابع هیجانی در تدریس معلمان نشان داد که خستگی هیجانی، هیجانات لذت، غرور، خشم و اضطراب را پیش‌بینی می‌کند؛ و همچنین تأثیر احساسات و عواطف بر تصور افراد از خودشان و قضاوتشان، آگاهی از احساسات، هیجانات و مدیریت هیجان‌ها بسیار مهم تلقی می‌شود. نتایج فرضیه (رابطه بین خودآگاهی از مهارت‌های آموزشی معلمان و (احساس لذت از تدریس، احساس خشم و اضطراب از تدریس) با پژوهش‌های محققان پیشین همخوانی دارد. یافته‌های حاصل از تحلیل آماری همبستگی و رگرسیون فرضیه پنجم و ششم و هفتم نشان می‌دهد که بین خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و (احساس لذت از تدریس و احساس خشم) رابطه معنی‌داری وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیق هاگنائورو و همکاران (۲۰۱۵)، ژو و کل (۲۰۱۶) و قلاوندی و صفدری (۱۳۹۳) در پژوهشی که با هدف

بررسی "احساسات معلم در کلاس: ارتباط با مشارکت دانش آموزان، نظم کلاس درس و رابطه بین فردی معلم و دانش آموزان" انجام گرفت، نشان داد که رابطه بین فردی بین معلمان و دانش آموزان قوی‌ترین پیش‌بینی کننده شادی معلمان (روابط مثبت) و اضطراب (رابطه منفی) بود، در حالی که عدم انضباط در کلاس، تجربیات خشم معلمان را پیش‌بینی می‌کند. مشارکت دانش آموزان نیز یک پیش‌بینی کننده مهم از احساسات معلم بود. نتایج فرضیه (رابطه بین خودآگاهی از دانش زمینه‌ای معلمان و (احساس لذت از تدریس و احساس خشم)) با پژوهش‌های محققان پیشین همخوانی دارد و با توجه به تجزیه و تحلیل به دست آمده می‌توان نتیجه‌گیری نمود که یکی از عواملی که بر تصور افراد از خودشان و قضاوتشان تأثیر می‌گذارد، آگاهی از احساسات، هیجانات و مدیریت هیجان‌ها باشد، زیرا احساسات و هیجانات بخش مهمی از زندگی افراد را شکل می‌دهند و در هر اقدامی می‌توان رد پای آن را دید. می‌توان گفت، معلمان باید به خودآگاهی برسند و از احساسات و هیجانات خود، آگاهی کامل داشته باشند تا تصویری منسجم و واضح از خود بسازند و بتوانند در طی مراحل رشد مسیر شغلی آن را توسعه دهند. شواهد بسیاری نشان می‌دهد، معلمانی که مهارت هیجانی دارند؛ یعنی کسانی که احساساتشان را به خوبی می‌شناسند و هدایت می‌کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آن برخورد می‌کنند، در هر حیطه از زندگی موفق‌اند، خواه روابط عاطفی باشد یا فهم قواعد و ناگفته‌هایی که در خط‌مشی سازمان به پیشرفت می‌انجامد. این افراد از زندگی خود رضایت دارند و آنان افرادی مولد و کارآمد هستند؛ بنابراین توصیه می‌گردد: با تشکیل کارگاه‌های آموزشی نسبت به ارتقای دانش و تجربه معلمان اقدام نموده و سطح اطلاعات آن‌ها را در زمینه مهارت‌های تحصیلی بهبود ببخشند تا از این طریق بتوانند خودآگاهی و خودکارآمدی معلمان را افزایش دهند. ارتباط و تعامل مستمر معلمان با مدیران و افرادی که در رأس قرار دارند تا از این طریق بتوانند به راحتی مشکلات و خواسته‌های خود را بیان نمایند. پیشنهاد می‌شود تا آموزش مهارت‌های خودآگاهی و کنترل هیجانات به والدین و خانواده‌های دانش آموزان و همچنین فرزندان آن‌ها در مدارس و مؤسسات آموزش مدنظر قرار گیرد. پیشنهاد می‌گردد در برنامه‌ریزی‌های آموزشی، ابعاد روان‌شناختی معلمان را نیز مورد توجه قرار دهند. اهداف و فرایندهای اصلی و جاری امر تدریس برای معلمان باید به صورت واضح و روشن تعریف شده و مستند شود تا از سردرگمی، خشم و اضطراب در بین معلمان

جلوگیری گردد. به سلامت جسمی و روانی معلمان با انجام ارزیابی‌ها و مشاوره‌های مستمر، مشارکت معلمان در تصمیم‌گیری‌های سازمان آموزش و پرورش و امور مربوط به محل خدمت توجه شود. آموزش دادن ارتقای انگیزش روش‌های تقویت خودآگاهی و هیجانات ناشی از تدریس در معلمان در دوره‌های ضمن خدمت ضروری می‌نماید. برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای افزایش مهارت‌های خودآگاهی معلمان در مدارس. پیشنهاد می‌شود در این زمینه کارگاه‌های آموزشی شادکامی، خوش‌بینی و خودآگاهی هیجانی در آموزش و پرورش برگزار گردد و با توجه به اینکه شادکامی و خوش‌بینی، یک ویژگی ارتقاءپذیر است، می‌توان با اعمال روش‌های مداخله‌ای (آموزش) مبتنی بر آموزش شادکامی و خوش‌بینی، سلامت روان و هیجانات معلمان را افزایش داد. توجه به افزایش مهارت‌های خودآگاهی در زمینه مهارت‌های شغلی در دانشجو معلمان ضروری است.

## منابع

- تقی زاده، محمد احسان. (۱۳۹۰). *باد بی آرام نوجوانی*. اصفهان: انتشارات یکتا ریو، جان مارشال. (۱۳۹۶). انگیزش و هیجان. (ترجمه یحیی سید محمدی). تهران: نشر ویرایش.
- ستوده، هدایت الله. (۱۳۹۲). *روان‌شناسی اجتماعی*. تهران: انتشارات آوای نور.
- ظفری زاده، علی اکبر؛ عابدی، محمدرضا و باغبان، ایران. (۱۳۹۲). تدوین الگوی آموزش مهارت‌های هوش هیجانی و بررسی اثربخشی این الگو بر خودپنداره شغلی دانش آموزان دبیرستان. *فصلنامه فناوری آموزش*، شماره ۲، صفحه ۱۲۵-۱۳۱.
- قاضی‌پور، سعادت. (۱۳۹۲). اثربخشی فیلم درمانی بر بهبود عواطف خودآگاه و بازشناسی هیجان در افراد افسرده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل. کاوه‌ای، طیبه؛ عاشوری، احمد و حبیبی، مجتبی. (۱۳۹۳). پیش‌بینی رضایت شغلی بر اساس باورهای خودکارآمدی، خودکارآمدی تدریس، استرس شغلی و سطح نیازهای معلمان استثنایی استان لرستان، *تعلیم و تربیت استثنایی*، سال چهارم، شماره ۱۲۶، صص ۱۵-۵.
- لوک، بدار؛ روزه، ذریل و لوک، لامارش. (۱۳۹۳). *روان‌شناسی اجتماعی*. (ترجمه حمزه گنجی). تهران: نشر ساوالان. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۲۰۱۱).

منادی، مزده. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش گروهی برنامه‌ریزی عصب - زبان‌شناختی بر میزان خودپنداره و ترس از صمیمیت زوجها. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

نجفی کلیانی، مجید؛ پورجم، الهه؛ جمشیدی، ناهید؛ کریمی، شهناز و نجفی کلیانی، وحید. (۱۳۸۸). بررسی استرس، اضطراب، افسردگی و خودپنداره دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی فسا، *مجله دانشگاه علوم پزشکی فسا*، دوره سوم، شماره ۳، صص ۲۴۰-۲۳۵.

یغما، عادل. (۱۳۸۹). معلم در برنامه درسی ملی. *مجله رشد تکنولوژی آموزشی*، شماره ۱، دوره ۲۶، صص ۲-۳.

- Banks, T. (2011). Helping students manage emotions: REBT as a mental health educational curriculum. *Educational Psychology in Practice*, 27(4), 383-394.
- Caldwell, C., & Hayes, L. A. (2016). Self-efficacy and self-awareness: moral insights to increased leader effectiveness. *Journal of Management Development*, 35(9), 1163-1173.
- Frenzel, A. C., Pekrun, R., Goetz, T., Daniels, L. M., Durksen, T. L., Becker-Kurz, B., & Klassen, R. M. (2016). Measuring teachers' enjoyment, anger, and anxiety: The Teacher Emotions Scales (TES). *Contemporary Educational Psychology*, 46, 148-163.
- Hagenauer, G., Hascher, T., & Volet, S. E. (2015). Teacher emotions in the classroom: associations with students' engagement, classroom discipline and the interpersonal teacher-student relationship. *European Journal of Psychology of Education*, 30(4), 385-403.
- Hensley, L., Pekrun, R., Goetz, T., Frenzel, A. C., & Keller, M. M. (2014). Exploring teacher emotions: A literature review and an experience sampling study. In *Teacher Motivation* (pp. 91-104). Routledge.
- Lohbeck, A., Hagenauer, G., & Frenzel, A. C. (2018). Teachers' self-concepts and emotions: Conceptualization and relations. *Teaching and Teacher Education*, 70, 111-120.
- Retelsdorf, J., Bauer, J., Gebauer, S. K., Kauper, T., & Möller, J. (2014). Erfassung berufsbezogener Selbstkonzepte von angehenden Lehrkräften (ERBSE-L). *Diagnostica*.