

## Research Paper

# The Effectiveness of Self-Regulation Training on Self-Perception, Social Competence and Resilience of Children with Learning Disabilities



Fereydon Bahramipour<sup>1</sup> , Kobra Kazemian moghadam<sup>2\*</sup> & Homayoon Haroon Rash<sup>3</sup>

1. M.A, Department of Psychology, Hom Care Research Cntr, Dezful Branch, Islamic Azad University, Dezful, Iran..
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Hom Care Research Cntr, Dezful Branch, Islamic Azad University, Dezful, Iran.
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Hom Care Research Cntr, Dezful Branch, Islamic Azad University, Dezful, Iran.

Use your device to scan and read article online



**Article Info:**  
Received: 2024/09/05  
Accepted: 2024/12/15  
Available Online: 2024/12/18

**Citation:** Bahramipour, F., Kazemian moghadam, K. & Haroon Rash, H. (2024). [The Effectiveness of Self-Regulation Training on Self-Perception, Social Competence and Resilience of Children with Learning Disabilities (Persian)]. *Journal of Learning Disabilities*, 14 (1):11-23. <https://doi.org/10.22098/jld.2025.15782.2194>

[10.22098/jld.2025.15782.2194](https://doi.org/10.22098/jld.2025.15782.2194)

## Extended Abstract

### 1. Introduction

**L**earning disorder with a prevalence of 5-15% is the most important cause of poor academic performance. One of the psychological factors likely to be affected due to the presence of a specific learning disorder is self-perception. The results of the research of Rezaei Jamaloui et al. (2016) showed that the average self-perception scores of students with learning disabilities are lower than normal students. Another topic that can be investigated in students with special learning disorder is resilience. Research by Rostam Oghli et al. (2014) showed that students with learning disabilities have lower psychological resilience than normal students. Another variable that is likely to be damaged in students with learning disabilities is social competence. The research findings indicate the problems of learning disabled students in social interactions and emotional abilities. With the help of self-regulation strategies, students can re-examine and review their many failures, and finally, active learning improves in students. Researchers have investigated the effect of self-regulation training on academic achievement (Zenko, O'Brien, Berman and et al, 2017). Effective educational interventions for teaching self-regulation in the problem-solving process lead to the discovery and evaluation of learning factors and automatic analysis to determine the quality of learning by the individual. Self-regulation strategies are essential for the learning process (Jarvela and Jarvenoja, 2013).

Due to the fact that few researches have been done in the field of variables studied in students with learning disabilities and using the results of this research in the field of improving or reducing the problems of people with learning disabilities is one of the important necessities of this study; Therefore, the aim of the current research was to answer the question whether self-regulation training is effective on self-perception, social competence and resilience of students with learning disabilities.

### 2. Materials and Methods

This quasi-experimental research used a pre-test and post-test design. The statistical population of the present study was all children with learning disabilities in Dezful city. The sampling method was purposeful, based on the entry criteria, 30 people were selected as samples and randomly placed in two groups (15 people in the experimental group and 15 people in the control group). In order to collect data, the following instruments were used:

**Self Perception Profile for Children (SPPC):** The self-perception scale was created by Harter (1982) and prepared by Seif, Bashash and Latifian (2013). In the present study, the reliability of this scale obtained with Cronbach's alpha method was 0.80.

**Connor and Davidson-Resilience Scale (CD-RISC):** This scale was prepared by Connor and Davidson (2003). In the present study, Cronbach's alpha obtained for the total score of the questionnaire was 0.83.

#### \*Corresponding Author:

**Kobra Kazemian moghadam**

**Address:** Assistant Professor Department of Psychology, Home Care Research Center, Dezful Branch, Islamic Azad University, Dezful, Iran.

**Tel:** +98 (61) 42420601-5

**E-mail:** [k.kazemian@yahoo.com](mailto:k.kazemian@yahoo.com)



**Social Competency Questionnaire (SCQ):** Felner, et al (1990) created this questionnaire. In this research, the reliability coefficients of the total score of the questionnaire obtained through Cronbach's alpha was 0.83.

**Execution method:** The experimental group participated in the self-regulation training treatment program conducted by the researcher in a psychological service center during 8 weeks and in 8 90-minute sessions, and during this period, the control group did not receive any intervention. After completing the intervention sessions, self-perception, social competence and resilience scales were completed by the participants as a post-test. In this research, to analyze the data from the mean and standard deviation, the Shapiro-Wilk test to check the normality of the distribution of the variables, the Levine test to check the equality of variances, and the multivariate covariance analysis were used.

### 3. Results

The findings from the demographic data showed that the research sample had an age range of 10 to 13 years, in the experimental group with an average age of 11.9 and a standard deviation of 0.915, and in the control group with an average age of 11.5 years and the standard deviation of 0.821 was reported. A total of 30 students with specific learning disabilities participated in this study.

As shown in Table 1, there is a significant difference between the experimental and control groups in terms of self-perception, social adequacy and resilience. In other words, self-regulation training according to the mean of self-perception, social adequacy and resilience of the experimental group compared to the mean of self-perception of the control group showed a significant increase in self-perception ( $p < 0.001$ ;  $F < 104.83$ ;  $Eta = 0.651$ ), social adequacy ( $p > 0.001$ ;  $F > 51.79$ ;  $Eta = 0.463$ ), and resilience ( $p > 0.001$ ;  $F > 44.58$ ;  $Eta = 0.476$ ).

**Table 1.** Results of univariate covariance analysis of research variables in two groups with pre-test control

Dependent variable	Source of changes	SS	Df	MS	F	P	Eta
Self Perception	pre-test	87/34	1	87/34	20/94	0/001	0/125
	group	437/18	1	437/18	104/83	0/001	0/651
	error	17/21	27	4/17			
Social Competence	pre-test	46/21	1	46/21	11/29	0/001	0/265
	group	211/84	1	211/84	51/79	0/001	0/463
	error	11/23	27	4/09			
Resilience	pre-test	63/11	1	63/11	12/30	0/001	0/181
	group	244/19	1	244/19	44/58	0/001	0/476
	error	43/15	27	5/13			

### 4. Discussion and Conclusion

The first finding of this research confirmed that self-regulation training is effective on the self-perception of children with learning disabilities. In explaining this finding, it can be said that the use of self-regulation strategies causes academic success for learners, and achieving success in academic fields leads to receiving positive feedback from teachers and classmates, and as a result of these positive self-reflections, the social acceptance of the individual increases, and finally, the competence increases. It leads to social, self-efficacy and self-perception. Also, the second finding of this study confirmed that self-regulation training has an effect on the social competence of children with learning disabilities. In explaining this finding, it can be said that self-regulated learning training, by using cognitive and metacognitive strategies as well as appropriate resource management strategies, tries to increase students' learning, understanding and concentration; therefore, it improves better learning and understanding the joy of learning and subsequently increases the social competence of students. In addition, the third finding of this study was confirmed that self-regulation training has an effect on the resilience of children with learning disabilities. In explaining this finding, we can say self-regulation as the ability to plan and manage time; attention and focus on instructions and training; organizing, practicing and coding information strategically;

creating a creative work environment; effective use of social resources and motivational processes such as setting goals and performance results; Having positive beliefs about one's abilities; Valuing learning and its anticipated outcomes and experiencing positive effects are described (Williams, Wall, & Fish, 2019).

### 5. Ethical Considerations

#### Compliance with ethical guidelines

Ethical principles are fully observed in this article. Participants were allowed to withdraw from the study at any time. Also, all participants were aware of the research process and participated in this research with consent and knowledge. According to the agreement, after the completion of the research, the members of the control group also received the implemented intervention.

#### Funding

This research has not received any financial support from funding organizations in the public, commercial or non-profit sectors.

#### Authors' contributions

All authors have participated in the design, execution and writing of all parts of this research.

#### Conflicts of interest

There is no conflict with the full confidence and statements of the authors of this article.

## مقاله پژوهشی

## اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری

فریدون بهرامی‌پور<sup>۱</sup>، کبری کاظمیان مقدم<sup>۲\*</sup> و همایون هارون رشیدی<sup>۳</sup>

۱. کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی، مرکز تحقیقات مراقبت در منزل، واحد دزفول، دانشگاه آزاد اسلامی، دزفول، ایران.

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، مرکز تحقیقات مراقبت در منزل، واحد دزفول، دانشگاه آزاد اسلامی، دزفول، ایران.

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، مرکز تحقیقات مراقبت در منزل، واحد دزفول، دانشگاه آزاد اسلامی، دزفول، ایران.

Use your device to scan  
and read article online

استاددهی: بهرامی‌پور، ف.، کاظمیان مقدم، ک. و هارون رشیدی، ه. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری. فصلنامه ناتوانی‌های یادگیری، ۱۴ (۱): ۲۳-۱۱. <https://doi.org/10.22098/jld.2025.15782.2194>

doi 10.22098/jld.2025.15782.2194

## چکیده

## اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۶/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۲۵

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۹/۲۸

**هدف:** این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری انجام شد.

**روش‌ها:** روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش کودکان ۱۰ تا ۱۳ ساله با اختلال یادگیری شهر دزفول در سال ۱۴۰۲ بودند. حجم نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر از این کودکان بود که با روش نمونه‌گیری هدفمند و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج مطالعه انتخاب شدند و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایدهی شدند. گروه آزمایش آموزش خودتنظیمی (کرمی، کرمی و هاشمی، ۱۳۹۲) را هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفتگی دریافت نمودند. پرسش‌نامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل ادراک خود (هارتر، ۱۹۸۲)، کفایت اجتماعی (فلنر، ۱۹۹۰) و تاب‌آوری (کانر و دیودسون، ۲۰۰۳) بود. داده‌ها با تحلیل کوواریانس چندمتغیره، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد بین گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر ادراک خود ( $F < 1.04/83$ ;  $\eta^2 = 0.651$ )، کفایت اجتماعی ( $F < 51.79$ ) و تاب‌آوری ( $\eta^2 = 0.463$ )، و تاب‌آوری ( $F < 44/58$ ;  $\eta^2 = 0.476$ ) تفاوت معنی‌داری وجود داشت ( $P < 0.001$ ). به عبارت دیگر آموزش خودتنظیمی باعث بهبود ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری شد.

**نتیجه‌گیری:** بر اساس نتایج به دست آمده به روانشناسان توصیه می‌شود از آموزش‌های مبتنی بر خودتنظیمی در راستای کمک به بهبود ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری استفاده شود.

## کلیدواژه‌ها:

آموزش خودتنظیمی، اختلال یادگیری، ادراک خود، تاب‌آوری، کفایت اجتماعی

## مقدمه

اختلال‌ها کاربرد دارد و به شکل مشکلات عمده در فراگیری و به کارگیری توانایی‌های گوش‌دادن، صحبت کردن، خواندن، نوشتن،

1. learning disabilities
2. Diagnostic and Statistical of Mental Disorders, 5-TR Ed
3. neurodevelopmental

اختلال یادگیری<sup>۱</sup> با شیوع ۵ تا ۱۵ درصد مهم‌ترین علت عملکرد ضعیف تحصیلی به شمار می‌رود. براساس راهنمای آماری و تشخیصی اختلال‌های روانی<sup>۲</sup>، اختلال یادگیری در طبقه اختلال‌های عصبی-تحویلی<sup>۳</sup> قرار دارد. یادگیری خاص اصطلاحی کلی است که برای گروه نامتجانسی از

\* نویسنده مسئول:

کبری کاظمیان مقدم

نشانی: استادیار، گروه روان‌شناسی، مرکز تحقیقات مراقبت در منزل، واحد دزفول، دانشگاه آزاد اسلامی، دزفول، ایران.

تلفن: ۰۵-۴۲۴۲۰۶۰۱ (۶۱) ۹۸+

پست الکترونیکی: k.kazemian@yahoo.com



## ناتوانی‌های یادگیری

استدلال یا محاسبه‌های ریاضی آشکار می‌شود (گری گورنکو، کاپتون، فاج و همکاران، ۲۰۲۰). این دانش آموزان با وجود داشتن هوش عادی و ظاهر طبیعی به دلیل سطوح پایین پردازش شناختی در مدرسه به مراتب ضعیف‌تر عمل کرده و همزمان مشکلات قابل توجهی در عملکردهای ذهنی، حافظه، استدلال، توانایی حل مسئله و مشکلات عصبی روانی را تجربه می‌کنند (سعدونی، کاظمیان مقدم و هارون رشیدی، ۱۴۰۲).

یکی از عوامل روان‌شناختی که احتمالاً به دلیل وجود اختلال یادگیری خاص تحت تأثیر قرار می‌گیرد، ادراک خود<sup>۱</sup> است. ادراک از خود، تجربه یک فرد از خودش و باورهای مربوط به خودش (در جنبه‌های جسمی، رفتاری و روانی) است که از انعکاس تجارب فرد از خودش ناشی می‌شود و این تجربه فرد و باورهای فرد در رابطه با خودش، مستقل از دیگران؛ ولی در ارتباط با دیگران است (کیم و تابلور، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش جوادی، ایزدی و خسروی (۱۳۹۹) نشان داد که بین ادراک خود و عزت نفس با تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش رضایی‌جمالی و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد که میانگین نمرات ادراک از خود و مؤلفه‌های آن (شایستگی تحصیلی، مقبولیت اجتماعی، صلاحیت ورزشی، سلوک رفتاری، ظاهر فیزیکی و ارزش کلی خود) در دانش آموزان دارای اختلال یادگیری، پایین‌تر از دانش آموزان عادی است. این یافته‌ها تلویحات مهمی در زمینه آموزش و خدمات مشاوره‌ای برای دانش آموزان استثنایی دارد.

یکی دیگر از مباحثی که در دانش آموزان با اختلال یادگیری خاص قابل بررسی است، تاب‌آوری<sup>۲</sup> است. تاب‌آوری را یک فرایند توانایی، یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده تعریف نموده‌اند (هوانگ، آرنولد، ترولور و همکاران، ۲۰۲۰). تاب‌آوری در محیط تحصیلی و مدرسه را به صورت میزان موفقیت در مدرسه و زندگی با وجود مشکلات و سختی‌های محیطی می‌دانند که دانش آموزان دارای تاب‌آوری به وجود این مشکلات در سطح بالایی موفق می‌شوند (کابرا و پادیا، ۲۰۰۴؛ به نقل از عبداللهی و عیسی نژاد، ۱۴۰۲). دانش آموزان دارای تاب‌آوری بالا به دلیل اعتمادبه‌نفس و خودکارآمدی بالاتر می‌توانند نتایج بهتری کسب کنند و احتمال موفقیت و بهزیستی روانی آن‌ها افزایش می‌یابد (رستم اوغلی، طالبی جویباری و پرزور، ۱۳۹۴). براساس پژوهش انجام شده بین تاب‌آوری و مشکلات روان‌شناختی رابطه معنادار و منفی وجود دارد، این سازه می‌تواند به‌عنوان عامل میانجی بین سلامت روانی و بسیاری دیگر از متغیرها قرار گیرد و ارتقای تاب‌آوری می‌تواند مقاومت فرد را در برابر عواملی که باعث به وجود آمدن بسیاری از مشکلات روان‌شناختی می‌شوند افزایش دهد (امجدیان، جعفری و قمری، ۱۴۰۲). همچنین پژوهش‌ها نشان داده است که تاب‌آوری بالا با سطوح

خودتنظیمی، سرزندگی، خودتعیین‌گری، رضایت تحصیلی، سازگاری بیشتر در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات تحصیلی، عملکرد تحصیلی و سطوح پایین تاب‌آوری با احساس فشار بیش از حد و در نتیجه ایجاد استرس و ناامیدی، عملکرد آموزشی ضعیف، کاهش عملکرد اجرایی، افزایش خطر رفتارهای ناسازگار، رضایت کمتر از زندگی، استرس، دلهره، اضطراب و فرسودگی همراه است (لیو و همکاران، ۲۰۲۲؛ دوياستوتی، هندریانی و آندرانلی، ۲۰۲۲؛ جانگ، سو و برات-گریفر، ۲۰۲۳).

از متغیرهایی که احتمالاً در دانش آموزان با اختلال یادگیری دچار آسیب می‌شود، کفایت اجتماعی<sup>۳</sup> است. کفایت اجتماعی یکی از مهم‌ترین جنبه‌های رشد در کودکان و نوجوانان می‌باشد (فلاحی، نریمانی و عطادخت، ۱۴۰۲) و ضامن سلامت افراد جامعه از کودکی تا بزرگسالی است، چراکه با سلامت روان، عملکرد تحصیلی و رضایت شغلی مرتبط است (آلدونسین، لینی، هافمن و همکاران، ۲۰۱۴). سلیمانی، زاهد بابلان و ستوده (۱۳۹۰) در پژوهشی نشان دادند که دانش آموزان با اختلال یادگیری در روابط اجتماعی ضعیف بوده و در روابط اجتماعی شان رفتارهایی چون جسارت نابجا، عمل تکانشی، پرخاشگری، خوداعتمادی افراطی و حسادت و گوشه‌گیری از خود نشان می‌دهند. یافته‌های پژوهش حاکی از مشکلات دانش آموزان ناتوان یادگیری در تعاملات اجتماعی و توانایی‌های هیجانی است. بنابراین توجه به برنامه‌های آموزشی و درمانی ترکیبی مؤثر بر قابلیت‌های هیجانی و اجتماعی دانش آموزان با اختلال یادگیری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. بررسی جنبه‌های مختلف یادگیری خودتنظیمی به یکی از مهمترین موضوعات پژوهش در دو دهه گذشته تبدیل شده است (رنجبر محمدی، سعیدی و آهنگری، ۱۴۰۱). راهبردهای خودتنظیمی یادگیری به عنوان فرآیند انگیزشی و رفتاری است که به شخص اجازه می‌دهد تا در دستیابی به اهداف یادگیری خود از لحاظ شناختی، رفتاری و هیجانی فعال و پایدار باقی بماند. دانش آموزانی که مهارت‌های یادگیری خودتنظیمی بهتری دارند از لحاظ تحصیلی، با انگیزه‌تر هستند و یادگیری بهتری در تکالیف دارند (بایلیوا، هانگ، لوباتوک<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱).  
رحمتی کهخا، مرزیه و جناآبادی (۱۴۰۲).

1. Grigorenko, Compton, Fuchs & et al
2. self - perception
3. Kim & Taylor
4. Resiliency
5. Hwang, Arnold, Trollor, & et al
6. Liu et al
7. Dwiastuti, Hendriani & Andriani
8. Jang, Seo & Brutt-Griffler
9. Kim, Kim & Lee
10. social competence
11. Alduncin, Lynne, Huffman & et al
12. Bylieva, Hong, Lobatyuk, & et al

## ناتوانی‌های یادگیری

ملاک‌های ورود شامل سن ۱۰ تا ۱۳ سال و کسب نمره هوشیهر بین ۸۵ تا ۱۱۵ از مقیاس هوشی ریون، تمایل به شرکت در پژوهش، داشتن اختلال یادگیری براساس اظهارات والدین و پرونده پزشکی آنان، نداشتن اختلال روان‌شناختی، رضایت کامل والدین و ملاک‌های خروج شامل داشتن سایر مشکلات عصبی و روان‌شناختی نظیر معلولیت‌های جسمانی، بیش‌فعالی و اتیسم و دریافت مداخله‌های روان‌شناختی همزمان با مطالعه حاضر همچنین همکاری نکردن کودک یا خانواده یا حضور نداشتن در دو جلسه متوالی در هر یک از مراحل پژوهش بود. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

**مقیاس ادراک خود کودک کان (SPPC):** مقیاس ادراک از خود توسط **هارتر (۱۹۸۲)** برای شناسایی ادراک فرد از کفایت و شایستگی خود در قلمروهای گوناگون و همچنین، احساسات کلی درباره ارزش خود کودک کان ۸ تا ۱۴ ساله ساخته شده و توسط **سیف، بشاش و لطیفیان (۱۳۸۳)** تهیه شده است. پاسخ به گویه‌ها در این مقیاس بوسیله نمرات پنج‌بخشی از نوع لیکرت از بسیار موافقم (نمره ۵) تا بسیار مخالفم (نمره ۱) کدگذاری می‌شود. این پرسشنامه ۴۸ گویه دارد. حداقل نمره کل ۴۸ و حداکثر ۲۴۰ می‌باشد. هرچه نمره فرد بالاتر باشد، ادراک فرد از خود مثبت‌تر است. **هارتر (۱۹۸۲)** پایایی آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی برای کل پرسشنامه به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۴ گزارش کرده است. پایایی این ابزار در پژوهش **سیف و همکاران (۱۳۸۳)** به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۵ گزارش شده است. همچنین روایی سازه‌ای این مقیاس از طریق تحلیل عاملی با چرخش واریمکس احراز شده است. آلفای کرونباخ نمره کل پرسشنامه در پژوهش **جبارپور ستاری و نجارپور استادی (۱۴۰۱)** بدست آمده است. در پژوهش **ناظمی، تجلی، ابراهیم پور و همکاران (۱۴۰۲)** پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد. در پژوهش حاضر، پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمده است.

**پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC):** این مقیاس شامل ۲۵ سوال است و توسط **کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)**، جهت اندازه‌گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید، تهیه شده است. برای هر سوال، طیف درجه‌بندی پنج‌گزینه‌ای (کاملاً نادرست تا همیشه درست) در نظر گرفته شده که از صفر (کاملاً نادرست) تا چهار (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره کل ۰ و حداکثر ۱۰۰ است. هرچه نمره فرد بالاتر باشد، تاب‌آوری او بیشتر است. همچنین نتایج آزمون

.....

1. Self-Regulation
2. Perry, Phillips & Hutchinson
3. Self Perception Profile for Children (SPPC)
4. Connor & Davidson-Resilience Scale (CD-RISC)

خودتنظیمی به معنی فرایند فعال نگه داشتن افکار، رفتارها و هیجان‌ها برای دست‌یابی به اهداف است (زیرمن، ۲۰۰۰؛ به نقل از دهقانی، ۱۴۰۱). بنابراین، دانش‌آموزان به کمک راهبردهای خودتنظیمی<sup>۱</sup> می‌توانند شکست‌های متعدد خود را دوباره مورد بررسی و بازبینی قرار دهند و در نهایت یادگیری فعال در دانش‌آموزان بهبود می‌یابد. یادگیرندگان خودتنظیم از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی به‌طور مناسب استفاده می‌کنند و از لحاظ انگیزشی در سطح بالایی قرار دارند این افراد در موقعیت‌های گوناگون از راهبردهای مختلفی برای حل مسئله خود استفاده می‌کنند که انتخاب راهبردهای مناسب و متناسب با موقعیت مسئله اهمیت زیادی دارد (پری، فیلیس و هاتچینسون، ۲۰۱۶). از این رو معلمان باید با عوامل مؤثر بر توانایی فراگیر برای خودگردانی و راهبردهایی آشنا باشند که برای شناسایی و ارتقای خودتنظیمی در کلاس درس مفید و کاربردی است. در عین حال در پژوهش‌های مربوط، در به کارگیری برنامه‌های آموزش راهبردهای خودتنظیمی در مراکز آموزشی اعم از مدارس و دانشگاه‌ها به مراتب کمتر پرداخته شده است. در واقع اساسی‌ترین وجهی که انجام این پژوهش را ضروری می‌کند کاهش تأثیرهای نامطلوب ناسازگاری اجتماعی و پیامدهای ناشی از آن و همچنین افزایش کفایت اجتماعی، تاب‌آوری و ادراک خود با توجه به اثرات پایدار آن در پیشرفت تحصیلی است. لذا، با توجه به نقش افزایش کفایت اجتماعی، تاب‌آوری و ادراک خود در بهبود مشکلات دانش‌آموزان با اختلال یادگیری از یک سو و تأثیر آموزش یادگیری خودتنظیمی در این امر از سوی دیگر و با توجه به این که پژوهش‌های کمی در زمینه متغیرهای مورد مطالعه در دانش‌آموزان با اختلال یادگیری صورت گرفته و استفاده از نتایج این پژوهش در زمینه بهبود یا کاهش مشکلات افراد با اختلال یادگیری از ضرورت‌های مهم این مطالعه است؛ بنابراین هدف از پژوهش حاضر پاسخ به این سوال بود که آیا آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری دانش‌آموزان با اختلال یادگیری اثربخش است؟

## روش پژوهش

روش پژوهش مورد استفاده در این مطالعه از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر ماهیت، نیمه‌آزمایشی همراه با پیش‌آزمون - پس‌آزمون بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه کودکان با اختلال یادگیری شهر دزفول بود، که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ در حال تحصیل بودند. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند بود که بر اساس ملاک‌های ورود، تعداد ۳۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه (۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) جای داده شدند.



**روش اجرا:** برای انجام پژوهش پس از هماهنگی و اخذ مجوزهای لازم از مسئولان پژوهشی دانشگاه و هماهنگی با یک مرکز خدمات روان‌شناختی شهر دزفول، ابتدا برای افراد جامعه پژوهش علاوه بر بیان هدف و اهمیت پژوهش، درباره رعایت نکات اخلاقی اطمینان خاطر داده شد و آنان رضایت‌نامه شرکت آگاهانه و داوطلبانه در پژوهش را امضاء کردند. پس از اجرای پیش‌آزمون و پس از تکمیل نمودن مقیاس‌های ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری، تعداد ۳۰ نفر از کودکان با اختلال یادگیری که واجد شرایط ورود به مطالعه بودند و همچنین تمایل به همکاری داشتند، به صورت هدفمند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل به نسبت برابر ۱۵ نفر در هر یک از گروه‌ها قرار گرفتند. سپس گروه آزمایش، طی ۸ هفته و در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای در برنامه درمانی آموزش خودتنظیمی که توسط پژوهشگر در یک مرکز خدمات روان‌شناختی صورت گرفت، شرکت کردند و طی این مدت گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای را دریافت نکرد. بعد از اتمام جلسات مداخله، مقیاس‌های ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری به‌عنوان پس‌آزمون، توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد. پس از پایان پژوهش، جهت رعایت اصول اخلاقی، درمان برای گروه کنترل نیز اجرا شد. همچنین همه موارد مرتبط با شرکت‌کننده به صورت محرمانه در نظر گرفته شد. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از میانگین و انحراف استاندارد و آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، همچنین از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد.

**پروتکل آموزشی:** آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی براساس بسته آموزشی کرمی، کرمی و هاشمی (۱۳۹۲) بکار گرفته شد. این بسته آموزشی حاوی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای است که در طول ۸ هفته به مرحله اجرا گذارده شد. عناوین جلسات در جدول ۱ ارائه شده است:

#### 1. Social Competency Questionnaire (SCQ)

#### جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش راهبردهای خودتنظیمی (کرمی، کرمی و هاشمی، ۱۳۹۲)

جلسه	محتوا
اول	معارفه، بیان اهداف جلسات آموزشی: معارفه و آشنایی اعضا با یکدیگر و درمانگر، بیان قوانین جلسات و توضیح روش آموزشی، بیان هدف حضور شرکت‌کنندگان در جلسات آموزشی، آموزش راهبردهای تعیین هدف و برنامه‌ریزی که به سه موضوع تعیین هدف، مدیریت زمان و راهکارهای رفع اهمال‌کاری اشاره گردید.
دوم	آموزش مهارت‌های به یادسپاری: آموزش پردازش اطلاعات، راهبردهای به خاطر سپاری، یادآوری و درک مطلب که شامل موضوعات مربوط به ثبت حسی، حافظه کوتاه مدت و حافظه بلندمدت، می‌باشد.
سوم	آموزش راهبردهای یادگیری: در بخش راهبردهای یادگیری و مطالعه (قسمت اول شناخت)، تکالیفی برای استفاده از این راهبردها داده شد که شامل این موضوعات می‌باشد: الف) راهبرد تکرار موضوع های ساده و پایه (غیرمعنی‌دار) و ب) بسط و گسترش معنایی (راهبردهای گسترش ویژه مطالب ساده و پایه).

تحلیل عامل بر روی این مقیاس نیز بیانگر وجود یک عامل عمومی در مقیاس بود مقدار ضریب (KMO) برای این تحلیل برابر ۰/۸۹ و مقدار آزمون کروییت بارتلت برابر با ۱۸۹۳/۸۳ بود. مقدار ارزش ویژه برای این عامل عمومی برابر ۶/۶۴ بود. این عامل ۲۶/۶ درصد از واریانس کل مقیاس را تعیین می‌کند. در پژوهشی که توسط جوزن، فردین و ثناگوی محرز (۱۴۰۲) انجام شد، پایایی مقیاس به کمک ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۸ به دست آمد. بنیسی (۱۳۹۸) در پژوهش خود ضریب پایایی مقیاس تاب‌آوری را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و روایی آن را از طریق تحلیل عاملی ۰/۸۰ به دست آورد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۳ بدست آمده است.

**پرسشنامه کفایت اجتماعی (SCQ):** فلنر و همکاران (۱۹۹۰) این پرسش‌نامه را ساخته‌اند. این پرسش‌نامه ۴۷ بخش با چهار خرده‌مقیاس مهارت شناختی، مهارت رفتاری، کفایت هیجانی و آمایه انگیزشی دارد که مهارت‌های مذکور را می‌سنجد. آزمودنی‌ها به بخش‌های این آزمون به صورت یک مقیاس هفت درجه‌ای پاسخ می‌دهند. به این ترتیب که اگر آزمودنی گزینه کاملاً مخالفم را انتخاب کند، نمره ۱، مخالفم نمره ۲، تا حدی مخالفم نمره ۳، نظری ندارم نمره ۴، تا حدی موافقم نمره ۵، موافقم نمره ۶ و کاملاً موافقم نمره ۷ می‌گیرد. ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی بازآزمایی این مقیاس (بعد از یک‌ماه) به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۹ گزارش شده است (فلنر و همکاران، ۱۹۹۰). در ایران نیز با استفاده از تحلیل عوامل چهار عامل فوق مورد تأیید قرار گرفته است. همچنین روایی سازه مقیاس به وسیله تحلیل عاملی مورد بررسی قرار گرفت و مقدار KMO برابر ۰/۸۳ است. دشت بزرگی و شمشیرگران (۱۳۹۷) در پژوهش خود پایایی آزمون را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ بدست آوردند. در این پژوهش ضرایب پایایی به روش آلفای کرونباخ برای نمره کل پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بدست آمده است.

جلسه	محتوا
چهارم	آموزش طراحی نقشه مفهومی: آموزش راهبردهای یادگیری و مطالعه (قسمت دوم شناخت) و بسط و گسترش معنایی (راهبردهای گسترش ویژه مطالب پیچیده) و در نهایت به آموزش چگونگی سازماندهی مطالب و استفاده از نقشه مفهومی پرداخته شد.
پنجم	آموزش مهارت حل مسئله و خودکارآمدی: در بخش حل مسئله، سه موضوع حل مسئله، آموزش مراحل روند حل مسئله و پیشنهادهایی برای افزایش توانایی حل مسئله و خودکارآمدی در یادگیرندگان مطرح گردید.
ششم	ایجاد انگیزه و ارائه مهارت‌های کنترل اضطراب: در بخش آماده شدن برای امتحان سعی بر آن بود که توضیحاتی در خصوص سه موضوع زیر داده شود؛ این موضوعات عبارتند از: الف) آماده شدن برای امتحان؛ ب) روش‌های رسیدن به آرامش، توضیح اهمیت تمرکز در یادگیری و چگونگی نحوه تمرکز کردن و ج) آموزش راهبردهای یادگیری.
هفتم	کار بر روی فراشناخت: آموزش راهبردهای یادگیری و مطالعه (فراشناخت) که شامل راهبردهای فراشناختی، روش مطالعه مشارکتی و فنون ایجاد انگیزش در یادگیرندگان است، پرداخته و سپس کار گروهی به آنها داده شد.
هشتم	آموزش مهارت تمرکز و کار بر روی فراشناخت و اتمام جلسات: توضیحاتی در خصوص راه‌های تمرکز در یادگیری داده شد و علاوه بر آن در این جلسه، مطالبی درباره انگیزش تحصیلی، افزایش خودکارآمدی و چگونگی مهار عوامل حواسپرتی بیان گردید و پس از آن‌ها اخذ و پایان جلسات اعلام شد.

## یافته‌ها

تعداد ۳۰ دانش آموز مبتلا به اختلال یادگیری خاص در این پژوهش شرکت کردند. در هر کدام از گروه‌های آزمایش و کنترل، ۸ نفر از دانش‌آموزان به نارساخوانی، ۳ نفر نارسایی حساب و ۴ نفر نارسایی مبتلا بودند. میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول زیر مشاهده می‌شود:

یافته‌های حاصل از داده‌های دموگرافیک نشان داد که افراد نمونه پژوهش دارای دامنه سنی ۱۰ تا ۱۳ سال بودند که در گروه آزمایش با میانگین سنی ۱۱/۹ و با انحراف معیار ۰/۹۱۵ و در گروه کنترل نیز با میانگین سنی ۱۱/۵ سال و انحراف معیار ۰/۸۲۱ گزارش شدند. ضریب

## جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش و کنترل

متغیرها	مرحله	گروه آزمایش		گروه کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
ادراک خود	پیش‌آزمون	۶۸/۱۷	۷/۱۵	۶۷/۶۱	۷/۳۶
	پس‌آزمون	۹۷/۱۹	۱۰/۶۸	۶۷/۱۹	۷/۱۴
کفایت اجتماعی	پیش‌آزمون	۸۲/۵۵	۸/۶۲	۸۲/۱۱	۵/۴۲
	پس‌آزمون	۱۰۲/۵۱	۱۱/۹۰	۸۳/۷۷	۵/۰۹
تاب‌آوری	پیش‌آزمون	۴۹/۱۵	۶/۳۹	۴۸/۸۲	۶/۷۲
	پس‌آزمون	۷۰/۱۰	۸/۲۲	۴۷/۴۹	۶/۰۳

طریق بررسی اثر تعاملی متغیر مستقل و پیش‌آزمون هر متغیر وابسته بر پس‌آزمون آن انجام شد که نتایج حاکی از معنادار نبودن میزان  $F$  در متغیرهای ادراک خود [ $F=۱/۶۷$   $P=۰/۲۸۱>۰/۰۵$ ]، کفایت اجتماعی [ $F=۲/۱۸$   $P=۰/۰۹۵>۰/۰۵$ ] و تاب‌آوری [ $F=۱/۴۴$   $P=۰/۱۴۴>۰/۰۵$ ] بود. علاوه بر این، جهت بررسی پیش‌فرض توزیع نرمال متغیرهای وابسته از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد. مطابق نتایج این آزمون توزیع نرمال در متغیرها وجود دارد چرا که  $Z$  به دست آمده در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار نمی‌باشد. از آنجایی که پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس محقق شده است. جهت بررسی اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) بر روی نمرات پس‌آزمون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

چنانچه در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در مرحله پیش‌آزمون میانگین نمرات ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری در هر دو گروه، قبل از مداخله تفاوت چندانی با هم ندارند؛ اما پس از انجام مداخله در گروه آزمایش، میانگین نمرات ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری افزایش یافته است. با توجه به طرح پژوهشی حاضر از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره (آنکوا) برای تجزیه نتایج اصلی استفاده شد. در همین راستا ابتدا برای بررسی همگونی واریانس دو گروه در مرحله پس‌آزمون، از آزمون همگونی واریانس‌های لوین استفاده شد. آزمون لوین در مورد ادراک خود [ $F_{(۱,۲۸)}=۱/۹۰$ ،  $P=۰/۱۴۴>۰/۰۵$ ]، کفایت اجتماعی [ $F_{(۱,۲۸)}=۱/۰۴$ ،  $P=۰/۳۴۰>۰/۰۵$ ] و تاب‌آوری [ $F_{(۱,۲۸)}=۱/۸۶$   $P=۰/۱۵۶>۰/۰۵$ ] به لحاظ آماری معنی‌دار نبود، بنابراین مفروضه همگونی واریانس‌ها تأیید شد. همچنین مفروضه مهم تحلیل کوواریانس یعنی همگونی ضرایب رگرسیون از

## ناتوانی‌های یادگیری

جدول ۳. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس چندمتغیری بر روی میانگین نمره‌های پس آزمون

نام آزمون	مقدار	F	فرضیه df	خطا df	معنی داری	اندازه اثر	توان آماری
اثر پیلایی	۰/۷۶۱	۲۶/۱۷	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۶۵	۱/۰۰
لامبدای ویلکز	۰/۳۸۷	۲۶/۱۷	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۶۵	۱/۰۰
اثر هتلینگ	۲/۰۹	۲۶/۱۷	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۶۵	۱/۰۰
بزرگترین ریشه روی	۲/۰۹	۲۶/۱۷	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۷۶۵	۱/۰۰

صورت گرفت. برای بررسی تاثیر آموزش خودتنظیمی بر نمره ادراک خود کودکان با اختلال یادگیری از تحلیل کواریانس تک متغیری (آنکوا) استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۴ آورده شده است.

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ متغیرهای وابسته در سطح  $P < 0/001$  تفاوت معنی‌داری وجود دارد. جهت پی بردن به این تفاوت سه تحلیل کواریانس در متن مانکوا

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری متغیرهای پژوهش در دو گروه با کنترل پیش آزمون

متغیر وابسته	منبع تغییرات	SS	Df	MS	F	P	Eta	Op
ادراک خود	پیش آزمون	۸۷/۳۴	۱	۸۷/۳۴	۲۰/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۱۲۵	۱
	گروه	۴۳۷/۱۸	۱	۴۳۷/۱۸	۱۰۴/۸۳	۰/۰۰۱	۰/۶۵۱	۱
	خطا	۱۷/۲۱	۲۷	۴/۱۷				
کفایت اجتماعی	پیش آزمون	۴۶/۲۱	۱	۴۶/۲۱	۱۱/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۲۶۵	۱
	گروه	۲۱۱/۸۴	۱	۲۱۱/۸۴	۵۱/۷۹	۰/۰۰۱	۰/۴۶۳	۱
	خطا	۱۱/۲۳	۲۷	۴/۰۹				
تاب آوری	پیش آزمون	۶۳/۱۱	۱	۶۳/۱۱	۱۲/۳۰	۰/۰۰۱	۰/۱۸۱	۱
	گروه	۲۴۴/۱۹	۱	۲۴۴/۱۹	۴۴/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۴۷۶	۱
	خطا	۴۳/۱۵	۲۷	۵/۱۳				

(۱۴۰۲)؛ جبارپور ستاری و نجارپور استادی (۱۴۰۱)؛ رشیدزاده و همکاران (۱۳۹۸) همسو و هماهنگ است. در تبیین این یافته می‌توان به دیدگاه جوزف، نلاپاتی، خاورماچادو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱) استناد نمود که عنوان داشته است بکارگیری راهبردهای خودتنظیمی یادگیری موجب بهبود خودکارآمدی گردیده و ازسویی، در شکل‌گیری اسنادهای معطوف به تلاش و کنترل شخصی مؤثر می‌افتد. لذا به تناسب شکل‌گیری ادراکات خودکارآمدی و اسناد موفقیت‌ها به تلاش و افزایش خودکنترلی، زمینه شکل‌گیری شایستگی شناختی بوجود می‌آید. آموزش راهبردهای خودتنظیمی به کاهش مشکلات رفتاری، کاهش پرخاشگری و اضطراب، افزایش رفتارهای جرأت‌مندی و باورهای مثبت در رابطه با خودکارآمدی هیجانی نوجوانان فراری، کاهش رفتارهای پرخاشگری نوجوانان و افزایش سازگاری تحصیلی در محیط‌های شغلی منتهی می‌شود (زنگی‌آبادی، صادقی و قدم‌پور، ۱۳۹۸). بکارگیری راهبردهای خودتنظیمی موجبات موفقیت‌های تحصیلی را برای فراگیران بوجود آورده و کسب موفقیت در عرصه‌های تحصیلی موجب دریافت بازخوردهای مثبت از معلمان و همکلاسی‌ها می‌گردد و به تبع این بازخوردهای مثبت، پذیرش اجتماعی

1. Joseph. Nallapati, Xavier Machado &amp; et al

همان‌طوری که در جدول ۴ نشان داده شده است بین گروه‌های آزمایش و کنترل از لحاظ ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، آموزش خودتنظیمی با توجه به میانگین ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری گروه آزمایش نسبت به میانگین ادراک خود گروه کنترل، موجب افزایش معنادار ادراک خود ( $F < 104/83$ ;  $P < 0/001$ ;  $Eta = 0/651$ )، کفایت اجتماعی ( $F < 51/79$ ;  $P < 0/001$ ;  $Eta = 0/463$ ) و تاب‌آوری ( $F < 44/58$ ;  $P < 0/001$ ;  $Eta = 0/476$ ) در گروه آزمایش شده است. بدین معنی که آموزش خودتنظیمی برافزایش یا بهبود ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری مؤثر بوده است و سوال اصلی پژوهش تأیید می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش تعیین اثربخشی خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری بود. یافته اول این پژوهش مبنی بر این که آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود کودکان با اختلال یادگیری اثربخش است، تأیید شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط ناظمی، تجلی، ابراهیم پور و همکاران،



## ناتوانی‌های یادگیری

وسيله‌ای برای چگونگی استفاده دانش‌آموزان از تاکتیک مطالعه و استراتژی تنظیم شناختی است و این استراتژی‌ها باعث سازگاری بیشتر و بهتر با محیط مدرسه، معلم و دانش‌آموزان و به دنبال آن بهبود عملکرد تحصیلی می‌شود. به طور کلی می‌توان بیان کرد که راهبردهای یادگیری خودتنظیمی با به کارگیری راهبردهای شناختی و فراشناختی و همچنین راهبردهای مدیریت منابع، دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری را قادر می‌کند که فرآیند یادگیری خود را هدایت و کنترل کنند و به پیشرفت بیشتری در یادگیری و محیط اجتماعی دست یابند؛ و این موجب افزایش خودکارآمدی، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری این دانش‌آموزان می‌شود. از محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از پرسشنامه بود که امکان سوگیری در پاسخ را فراهم می‌کند. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش تمرکز آن بر روی کودکان با اختلال یادگیری شهر دزفول است که در تعمیم نتایج باید احتیاط نمود. از آنجایی که آموزش خودتنظیمی بر ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری یک روش به نسبت ارزان، کاربردی و کارآمد است، بنابراین نتایج این مطالعه برای برنامه‌ریزان و متخصصان و مشاوران اشارات کاربردی دارد. همچنین توصیه می‌گردد مشاوران و درمانگران برای افزایش ادراک خود، کفایت اجتماعی و تاب‌آوری از روش‌های روان‌شناختی به ویژه آموزش خودتنظیمی استفاده کنند. پیشنهاد می‌گردد این مطالعه بر روی کودکان با اختلال یادگیری سایر شهرها انجام و نتایج آن با نتایج این مطالعه مورد مقایسه قرار گیرد. پیشنهادهای دیگر استفاده از مصاحبه برای جمع‌آوری داده‌ها به جای پرسشنامه و یا در کنار پرسشنامه می‌باشد.

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت کنندگان در جریان روند پژوهش بودند و با رضایت و آگاهی در این پژوهش شرکت کردند. طبق توافق بعمل آمده پس از اتمام پژوهش، اعضای گروه کنترل نیز مداخله اجرا شده را دریافت کردند.

#### حامی مالی

این تحقیق هیچ گونه کمک مالی از سازمانهای تأمین مالی در بخشهای عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

1. Anwar & Dwiyanti
2. Sosa & Lagana
3. Homer, Plass, Raffaele & et al
4. Honicke, Broadbent & Fuller

فرد افزونتر گردیده و نهایتاً به افزایش شایستگی اجتماعی، خودکارآمدی و ادراک خود منتهی می‌شود.

یافته دوم این مطالعه مبنی بر این که آموزش خودتنظیمی بر کفایت اجتماعی کودکان با اختلال یادگیری تأثیر دارد، تأیید شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط انور و دویانتی<sup>۱</sup> (۲۰۲۱)؛ رنجبر، یحیی زاده ملک خیلی و سیدجعفری و همکاران (۱۴۰۱)؛ همسو و هماهنگ است. در تبیین این یافته می‌توان گفت آموزش راهبردهای خودتنظیمی یادگیری باعث شکل‌گیری نظم و ترتیب در فعالیت‌های یادگیری فراگیران گردیده، به نحوی که فراگیر قادر می‌شود در همه امور زندگی تحصیلی و غیرتحصیلی خودش طبق برنامه از پیش تعیین شده عمل نماید و بر این اساس، زمان در اختیار فراگیر قرار می‌گیرد و منطبق با مدیریت زمان، فعالیت‌های او به طور هدفمند شکل می‌گیرد و از این طریق خستگی بر فراگیر مستولی نمی‌شود و فراگیر کفایت اجتماعی بالاتری احساس می‌کند بکارگیری راهبردهای خودتنظیمی به فراگیر کمک می‌کند طیفی از راهبردها را برای مدیریت و کنترل محیط یادگیری و اجتماعی از قبیل مدیریت و کنترل زمان تلاش‌ها و محیط خود مورد استفاده قرار دهد و از این طریق به سازماندهی محیط یادگیری و اجتماعی، جستجوی کمک و تنظیم تلاش‌ها مبادرت بورزد. این راهبردها موجب تنظیم فعالیت‌ها گردیده و کفایت اجتماعی فرد را بالا می‌برد.

یافته سوم این مطالعه مبنی بر این که آموزش خودتنظیمی بر تاب‌آوری کودکان با اختلال یادگیری تأثیر دارد، تأیید شد. این یافته با پژوهش‌های انجام شده سوسا و لاگانا<sup>۲</sup> (۲۰۱۹)؛ هامر، پلاس، رافائل<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۸)؛ حموله (۱۴۰۱) و بنیسی (۱۳۹۸) همسو و هماهنگ است. در تبیین این یافته می‌توان گفت دانش‌آموزان به کمک راهبردهای خودنظم ده می‌توانند شکست‌های متعدد خود را دوباره مورد بررسی و بازبینی قرار دهند و در نهایت یادگیری فعال در دانش‌آموزان بهبود می‌یابد. این دانش‌آموزان فرایند یادگیری را با در نظر گرفتن اهدافشان شروع می‌کنند و سپس راهبردهای مناسب را انتخاب و به‌طور مدام به منظور دست‌یابی به اهدافشان، برنامه‌هایشان را کنترل می‌کنند. یادگیری خودنظم ده، به عنوان یکی از روش‌های افزایش مسئولیت‌پذیری موجب می‌شود که یادگیرنده خود را مسئول یادگیری خود بداند؛ فرد احساس نمی‌کند تحت کنترل دیگران است و احساس فردی آنها را نیروها و تجارب بیرونی شکل نمی‌دهند، بلکه تشخیص می‌دهند که خود حق انتخاب داشته و مسئول ساختن زندگی خود هستند. این امر را می‌توان این گونه عنوان نمود که رفتارهای مسئولانه در فراگیران سبب بوجود آمدن رشد و انگیزه درونی می‌شود که تاب‌آوری آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (هونیک، برادبنت و فولر<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹).

از آنچه پیشتر بیان شد می‌توان نتیجه گرفت که آموزش خودتنظیمی

## مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

## تعارض منافع

هیچگونه تضاد منافی میان نویسندگان وجود نداشت.

## سپاسگزاری

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول مقاله در رشته روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول می‌باشد و بدینوسیله نویسندگان از کلیه کسانی که در این مطالعه شرکت داشتند، تشکر و قدردانی می‌نمایند.

## منابع

امجدیان، ف.، جعفری، ا.، و قمری، م. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی درمان هیجان مدار و آموزش شفقت به خود در تاب آوری و کاهش آسیب‌پذیری روانی - بدنی مادران دارای کودک مبتلا به اختلال یادگیری (خواندن و نوشتن). فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۴(۵۵)، ۱۵۱-۱۸۳.

[DOI:10.22054/qccpc.2023.69499.2989]

بنیسی، پ. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر تاب‌آوری و سازگاری دانش‌آموزان با اختلال یادگیری. توانمندسازی کودکان استثنایی، ۱۰(۱)، ۱۱۵-۱۰۷.

[DOI:10.22034/ceciranj.2019.91936]

جوادی، م.، ایزدی، م.، و خسروی، پ. (۱۳۹۹). رابطه ادراک خود و عزت نفس با تاب‌آوری همسران جانبازان شهر تهران. فصلنامه ایده های نوین روانشناسی، ۷(۱۱)، ۱۲-۱. <http://jnjp.ir/article-1-410-fa.html>

جبارپور ستاری، ث.، و نجارپور استادی، س. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر مولفه های ادراک شایستگی و تعلل‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان دختر. رویش روان‌شناسی، ۱۱(۸)، ۱۴۳-۱۵۴. <http://frooyesh.ir/article-1-3756-fa.html>

جوزن، آ.، فردین، م.، و ثناگوی محرر، غ. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های مقابله‌ای بر تاب‌آوری دانش‌آموزان بهبود یافته از کووید (COVID-19). جامعه‌شناسی آموزش و پرورش، ۹(۲)، ۲۵۸-۲۴۹. [Dor:20.1001.1.23221445.1402.9.2.17.4]

حموله، ل. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر تاب‌آوری و اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهرستان مسجدسلیمان. پژوهشنامه اورمزد، ۵۹(ضمیمه شماره ۲)، ۱۵۲-۱۸۹. <https://sid.ir/paper/993238/fa>

دهقانی، م. (۱۴۰۱). بررسی رابطه خوش بینی تحصیلی و خودتنظیمی تحصیلی در مدرسه با کمک طلبی تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار. روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۱۱(۴)، ۶۹-۷۹.

[https://jssp.uma.ac.ir/article\\_2057.html?lang=en](https://jssp.uma.ac.ir/article_2057.html?lang=en)

دشت بزرگی، ز.، و شمشیرگران، م. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری بر کفایت اجتماعی و سرسختی سلامت در پرستاران. پژوهش نامه روانشناسی مثبت، ۴(۲)، ۱۳-۲۴.

[Dor:20.1001.1.24764248.1397.4.2.3.0]

رستم اوغلی، ز.، طالبی جویباری، م.، و پرزور، پ. (۱۳۹۴). مقایسه سبک‌های اسنادی و تاب‌آوری در دانش‌آموزان با اختلال یادگیری خاص، نابینا و عادی. ناتوانی‌های یادگیری، ۴(۳)، ۵۵-۳۹.

<https://www.sid.ir/paper/210115/fa>

رنجبر محمدی، ر.، سعیدی، م.، و آهنگری، س. (۲۰۲۲). بررسی اثربخشی آموزش یادگیری خودتنظیمی بر درک مطلب و تفکر انتقادی به کمک مدل معادلات ساختاری با رویکرد کمترین مربعات جزئی (PLS-SEM). روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۱۱(۲)، ۶۱-۵۱. [DOI:10.22098/jsp.2022.1713]

رضایی جمالویی، ح.، ابوالقاسمی، ع.، نریمانی، م.، و زاهد، ع. (۱۳۹۶). مقایسه ادراک از خود و روابط مدرسه‌ای در دانش‌آموزان دارای نارسایی‌های ویژه در یادگیری و عادی مقطع تحصیلی راهنمایی. پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۷(۱)، ۸۰-۶۵.

[Doi:10.22108/cbs.2017.21763]

رشیدزاده، ع.، بدری، ر.، فتحی آذر، ا.، و هاشمی، ت. (۱۳۹۸). اثر بخشی تعاملی آموزش راهبردهای خودگردان-فرانشاختی و خود پنداره تحصیلی بر مولفه های تاب‌آوری و هیجانات مثبت تحصیلی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه. شناخت اجتماعی، ۱۸(پیاپی ۱۵)، ۱۶۴-۱۴۱. [DOI:10.30473/sc.2019.39956.2191]

رنجبر، س.، یحیی زاده ملک خلیلی، ک.، سیدجعفری، ر.، و بساطی، ع. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر کفایت اجتماعی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری. پنجمین همایش بین‌المللی روان‌شناسی تربیتی: مداخلات روانی-تربیتی، تهران.

<https://civilica.com/doc/1538462>

رحمتی کهخا، م.، مرزیه، ا.، و جناآبادی، ح. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر انعطاف‌پذیری شناختی و تفکر تأملی در دانش‌آموزان. راهبردهای شناختی در یادگیری، ۱۱(۲۱)، ۱۳۶-۱۲۳. [Doi:10.22084/j.psychogy.2023.27017.2529]

زنگی‌آبادی، م.، صادقی، م.، و قدم‌پور، ع. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر خودکارآمدی تحصیلی و سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان ناسازگار. پژوهش در نظام‌های آموزشی، ۱۳(۴۴)، ۷۱-۸۷. [DOI:10.22034/jiera.2019.85986]

## ناتوانی‌های یادگیری

- social competence in preschool-aged children born preterm or full term". *Early Human Development*, 90, 299-306. [DOI:10.1016/j.earlhumdev.2014.02.011]
- Amjadiyan, F., Jafari, A., & Ghamari, M. (2023). Comparison of the effectiveness of emotion-oriented therapy and self-compassion training on resilience and reducing mental-physical vulnerability of mothers with children with learning disabilities (reading and writing). *Counseling Culture and Psychotherapy*, 14(55), 151-183. [DOI:10.22054/qccpc.2023.69499.2989]
- Anwar, M., & Dwiyantri, R. (2021). The Effect of Self-Regulated Learning (SRL) On Academic Procrastination In Class XI Students of Senior High School 2 Purbalingga, Indonesia. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 156-164. [DOI:10.32923/psc.v3i2.1855]
- Bylieva, D., Hong, J.-C., Lobatyuk, V., Nam, T. (2021). Self-Regulation in E-Learning Environment. *Education Sciences*. 11(12), 1-23. [DOI:10.3390/educsci11120785]
- Banisi, P. (2019). Effectiveness of self-regulation strategies training on resiliency and social adjustment in students with learning disorder. *Empowering Exceptional Children*, 10(1), 107-115. [DOI:10.22034/ceciranj.2019.91936]
- Conner, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82. [DOI:10.1002/da.10113]
- Dwiastuti, I., Hendriani, W., & Andriani, F. (2022). The impact of academic resilience on academic performance in college students during the Covid-19 pandemic. *KnE Social Sciences*, 25-41. [DOI:10.18502/kss.v7i1.10198]
- Dasht Bozorgi, Z., & Shamshirgaran, M. (2018). Effectiveness of Positive Training on Social Competence and Health Hardiness in Nurses. *Positive Psychology Research*, 4(2), 13-24. [DOI:10.1001.1.24764248.1397.4.2.3.0]
- Dehghani, M. (2023). Investigate the relationship between academic optimism and academic self-regulation with academic help-seeking in athlete students. *Journal of School Psychology and Institutions*, 11(4), 69-79. [https://jisp.uma.ac.ir/article\\_2057.html?lang=en](https://jisp.uma.ac.ir/article_2057.html?lang=en)
- Fallahi, V., Narimani, M. & Atadokht, A. (2023). The role of irrational beliefs and social competence in predicting students' cyber bullying experiences. *Journal of School Psychology and Institutions*, 12 (3): 116-125. [DOI:10.22098/jsp.2023.7959.4510]
- Felner, R. D., Lease, A. M., Philips, R. C. (1990). Social Competence and the Language of Adequacy as a Subject Matter for Psychology. *The Development of Social Competence*, 13, 254-264. [DOI:10.12724/ajss.29.1]
- سلیمانی، ا.، زاهد بابلان، ع.، فرزانه، ج.، و ستوده، م. (۱۳۹۰). مقایسه نارسایی هیجانی و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری و بهنجار. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۱(۱)، ۹۳-۷۸.
- [https://jld.uma.ac.ir/article\\_91.html](https://jld.uma.ac.ir/article_91.html)
- سیف، د.، بشاش، ل.، و لطیفیان، م. (۱۳۸۳). تاثیر ابعاد ادراک خود بر روابط اجتماعی با همسالان در نوجوانان مراکز آموزشی استعدادهای درخشان و مدارس عادی. *مجله روانشناسی*، ۸(۱)، ۹۷-۸۶.
- <https://www.sid.ir/paper/419642/fa>
- سعدونی، ز.، کاظمیان مقدم، ک.، و هارون رشیدی، ه. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش مبتنی بر شفقت بر تاب‌آوری، نارسایی هیجانی و همدلی دانش‌آموزان با اختلال یادگیری خاص، فصلنامه ناتوانی یادگیری، ۱۲(۳)، ۶۵-۵۰.
- [Doi:10.22098/jld.2023.12700.2086]
- عبداللهی، ب.، و عیسی نژاد، ا. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش برنامه خودشفقتی ذهن‌آگاه بر فرسودگی تحصیلی، تاب‌آوری تحصیلی و خودنظم‌بخشی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه. *روانشناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۲(۴)، ۱۰۹-۱۲۴.
- [https://jisp.uma.ac.ir/article\\_2798.html?lang=en](https://jisp.uma.ac.ir/article_2798.html?lang=en)
- فلاحی، و.، نریمانی، م.، و عطا‌دخت، ا. (۱۴۰۲). نقش باورهای غیرمنطقی و کفایت اجتماعی در پیش‌بینی تجربه قلدری سایبری دانش‌آموزان. *روانشناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۲(۳)، ۱۱۶-۱۲۵.
- [DOI:10.22098/jsp.2023.7959.4510]
- کرمی، ب.، کرمی، آ.، و هاشمی، ن. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی بر خلاقیت، انگیزه پیشرفت و خودپنداره تحصیلی. *ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی*، ۲(۴)، ۱۳۷-۱۲۱.
- <https://www.sid.ir/paper/223432/fa>
- ناظمی، ف.، تجلی، پ.، ابراهیم پور، م.، و صالحی، م. (۱۴۰۲). اثربخشی برنامه خودتنظیمی کودک بر خود ادراکی و کیفیت دوستی کودکان با اختلال نارسایی توجه / بیش‌فعالی. *روانشناسی افراد استثنایی*، ۱۳ (۴۹)، ۸۵-۵۸.
- [DOI:10.22054/jpe.2023.69193.2471]

## References

- Abdollahi, B. & Isanejad, O. (2024). The effectiveness of Mindful Self-Compassion (MSC) program on school burnout, academic self-regulation and academic resilience in secondary school students. *Journal of School Psychology and Institutions*, 12(4), 109-124. [https://jisp.uma.ac.ir/article\\_2798.html?lang=en](https://jisp.uma.ac.ir/article_2798.html?lang=en)
- Alduncin, N., Lynne, C., Huffman, M. & Feldman, M. L. (2014). "Executive function is associated with

- Grigorenko, E. L., Compton, D. L., Fuchs, L. S., Wagner, R. K., Willcutt, E. G., & Fletcher, J. M. (2020). Understanding, educating, and supporting children with specific learning disabilities: 50 years of science and practice. *American Psychologist*, 75(1), 37. [DOI:10.1037/amp0000452]
- Hamoule, L. (1401). The effectiveness of teaching self-regulated learning strategies on resilience and academic procrastination of female students of the first secondary level of Masjid Sulaiman city. *Ormazd Research Journal*, (59 (Appendix No. 2)), 152-189. <https://sid.ir/paper/993238/fa>
- Harter, S. (1982). Manual for the Self-Perception Profile for Children. Denver, Colo: University of Denver. <https://www.apa.org/obesity-guideline/self-perception.pdf>
- Homer, B. D., Plass, J., Raffaele, C., Ober, T. M., & Ali, A. (2018). Improving high school students' executive functions through digital game play. *Administration, Leadership & Technology Applied Psychology*, 117, 50-58. [DOI:10.1016/j.compedu.2017.09.011]
- Hwang, Y. I., Arnold, S., Trollor, J., & Uljarevic, M. (2020). Factor structure and psychometric properties of the brief Connor–Davidson Resilience Scale for adults on the autism spectrum. *Autism*, 2(1), 1-10. [DOI:10.1177/1362361320908095]
- Honicke, T., Broadbent, J. & Fuller, M. (2019): Learner self-efficacy, goal orientation, and academic achievement: exploring mediating and moderating relationships. *Higher Education Research & Development*, 39(1), 1-15. [DOI:10.1080/07294360.2019.1685941]
- Jarvela, S., & Jarvenoja, H. (2013). Socially constructed self-regulated learning groups. *Teachers College Record*, 113(2), 350-374. [DOI:10.1177/016146811111300205]
- Joseph, N., Nallapati, A., Xavier Machado, M., Nair, V., Matele, Sh., Muthusamy, N., & Sinha, A. (2021). Assessment of academic stress and its coping mechanisms among medical undergraduate students in a large Midwestern university. *Current Psychology*, 40, 2599-2609. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-020-00963-2>
- Jabbarpour Satari, S., Najarpour Ostadi, S. (2022). The Effectiveness of Self-regulation Skills in Dimensions of Perceived Competence and Academic Procrastination among Female Students. *Rooyesh*. 11(8), 143-154. <http://frooyesh.ir/article-1-3756-fa.html>
- Jang, E., Seo, Y. S., & Brutt-Griffler, J. (2023). Building Academic Resilience in Literacy: Digital Reading Practices and Motivational and Cognitive Engagement. *Reading Research Quarterly*, 58(1), 160-176. [DOI:10.1002/trq.486]
- Javadi, M., Izadi, M., Khosravi, P. (2021). The relationship between self-perception and self-esteem with the resilience of veterans' wives in Tehran. *JNIP*, 7 (11), 1-12. <http://jnip.ir/article-1-410-fa.html>
- Jozan, A., Fardin, M. A., & Sanagoee Moharer, G. (2023). The Effectiveness of Coping Skills Training on Resilience of Students who have recovered from Corona (COVID-19). *Sociology of Education*, 9(2), 285-294. [DOI:20.1001.1.23221445.1402.9.2.17.4]
- Kim, H., & Taylor, A.N. (2019). Changes in self-perception during treatment of social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 27(4), 588-596. [DOI:0.1037/0022-006X.72.4.588]
- Karmi, B., Karmi, A., & Hashemi, N. (2013). The effectiveness of teaching cognitive and metacognitive strategies on creativity, motivation to progress and academic self-concept. *Innovation and creativity in human sciences*, 2(4), 137-121. <https://www.sid.ir/paper/223432/fa>
- Liu, W., Gao, Y., Gan, L., & Wu, J. (2022). The Role of Chinese Language Learners' Academic Resilience and Mindfulness in Their Engagement. *Frontiers in Psychology*, 13. [DOI:10.3389/fpsyg.2022.916306]
- Nazemi, F., Tajali, P., Ebrahimpour, M., & Salehy, M. (2023). The Effectiveness of the Child Self-regulation Program on Self-perception and Friendship Quality of Children with Attention Deficit/hyperactivity Disorder. *Psychology of Exceptional Individuals*, 13(49), 58-85. [DOI:10.22054/jpe.2023.69193.2471]
- Perry, N.E., Phillips, L., & Hutchinson, L. (2016). Mentoring student teachers to support self-regulated learning. *Elementary School Journal*, 106(3), 237-254. [DOI:10.1086/501485]
- Ranjbar Mohammadi, R., Saeidi, M. & Ahangari, S. (2022). [The effect of self-regulated learning instruction on reading comprehension and critical thinking: A PLS-SEM approach. *Journal of School Psychology and Institutions*, 11(2), 51-61. [DOI:10.22098/jsp.2022.1713]
- Rezayi Jamaloyi, H., Abolghasemi, A., Narimani, M., & Zahed-Babelan, A. (2017). A comparison of self-perception and school relations between middle school students with specific learning disorder and normal students. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 7(1), 65-80. [DOI:10.22108/cbs.2017.21763]
- Rahmati kakhka, M., Marziyeh, A., & Jenaabadi, H. (2023). The Effectiveness of Teaching Self-regulatory Learning Strategies on Cognitive Flexibility and Reflective Thinking in Students. *Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 11(21), 123-136. [DOI:10.22084/j.psychogy.2023.27017.2529]
- Rostamoghli, Z., Talebi Joybari, M., & Porzoor, P. (2015). A comparison of attributional and resiliency style in students with specific learning disorders, blindness and normal. *Journal of Learning Disabilities*, 4(3), 39-55. <https://www.sid.ir/paper/210115/fa>



- Rashidzade, A., Badri, R., Fathi, A., & Hashemi, T. (2019). Interactive Effectiveness of training Selfregulated -Metacognitive Strategies and Academic Self-Concept on Academic Resilience and Positive Emotions. *Social Cognition*, 8(1), 141-164. [DOI:10.30473/sc.2019.39956.2191]
- Ranjbar, S., Yahyazadeh Malek Khaili, K., Seyed Jafari, R., & Basati, E. (2022). The effectiveness of teaching self-regulation strategies on the social competence of students with learning disabilities, the fifth international conference on educational psychology: psycho-educational interventions, Tehran, <https://civilica.com/doc/1538462>
- Sosa, G. W., & Lagana, L. (2019). The effects of video game training on the cognitive functioning of older adults: A community-based randomized controlled trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 80, 20-30. [DOI:10.1016/j.archger.2018.04.012]
- Soleymani, E., Zahed Babolan, A., Farzaneh, J., & Setoudeh, M. (2011). A comparison of alexithymia and the social skills in students with and without learning disorders. *Journal of Learning Disabilities*, 1(1), 93-78. [https://jld.uma.ac.ir/article\\_91.html?lang=en](https://jld.uma.ac.ir/article_91.html?lang=en)
- Saif, Diba; Bashash, Laiya and Latifian, Morteza. (1383). The effect of self-perceived dimensions on social relations with peers in teenagers of gifted educational centers and normal schools. *Journal of Psychology*, 8(1), 97-86. <https://www.sid.ir/paper/419642/fa>
- Sadoni, Z., kazemian moghadam, K., & Haroon Rashidi, H. (2023). The Effectiveness of Compassion-Focused Therapy on Resilience, Alexithymia and Empathy Students with Specific Learning Disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 12(3), 65-50. [DOI:10.22098/jld.2023.12700.2086]
- Williams, P., Wall, N. & Fish, W. (2019). Mid-Career Adult Learners in an Online Doctoral Program and the Drivers of Their Academic Self-Regulation: The Importance of Social Support and Parent Education Level. *International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 20 (1).[DOI:10.19173/irrodl.v20i1.3789]
- Zangiabadi, M., sadeghi, M., & ghadampour, E. (2019). Effect of Training of Self-Regulation Strategies on Academic Self-Efficacy and Academic Adjustment of Maladaptive High School Students. *Journal of Research in Educational Systems*, 13(44), 71-87. [DOI:10.22034/jiera.2019.85986]
- Zenko, Z., Obrien, J.D., Berman, C.J., Ariely, D. (2017). Comparison of affect-regulated, self-regulated, and heart-rate regulated exercise prescriptions: Protocol for a randomized controlled trial. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 124-130. [DOI:10.1016/j.psychsport.2017.06.010]