



# ریک سنجش

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:  
تمدید مجدد مهلت انتخاب رشته  
و اصلاحات (سری سوم)  
دفترچه انتخاب رشته  
آزمون دکتری سال ۱۴۰۳  
صفحه ۵

وزیر علوم، تحقیقات و فناوری:

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی:

## آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ (نوبت اول) در سلامت کامل برگزار شد

## عدالت آموزشی در برگزاری آزمون سراسری محقق شد

صفحه ۷



فنی، علوم تجربی، علوم انسانی، هنر و زبان‌های خارجی باشیم. دکتر زلفی‌گل، درباره تفاوت آزمون سراسری امسال با سال گذشته، گفت: براساس مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی، مکلف هستیم در سال دو نوبت آزمون سراسری برگزار کنیم و امسال هم با توجه به ماه مبارک رمضان و شرایط خاص دیگر، فاصله برگزاری دو نوبت آزمون خیلی زیاد نیست و نوبت دوم آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در تیر ماه برگزار می‌شود. وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، ادامه داد: برگزاری دو نوبت آزمون سراسری، از نگرانی داوطلبان و خانواده‌هایشان می‌کاهد و در صورت تمایل داوطلبان، نتیجه چهار نوبت آزمون سراسری در دو سال اخیر برای آنها محاسبه می‌شود و داوطلبان می‌توانند پس از تراز نمرات، براساس بهترین نتیجه کسب شده در یکی از نوبت‌های آزمون سراسری، انتخاب رشته کنند. ادامه در صفحه ۶

فرآیند برگزاری نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳، از ساعت ۸ صبح روز پنج‌شنبه ۶ اردیبهشت ماه، با رقابت بیش از ۵۱۳ هزار داوطلب در گروه‌های آزمایشی علوم ریاضی و فنی و علوم انسانی در سراسر کشور آغاز شد. به گزارش روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور، دکتر محمدعلی زلفی‌گل، وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، در بازدید از حوزه برگزاری آزمون سراسری گروه‌های آزمایشی علوم ریاضی و فنی و علوم انسانی در دانشگاه الزهراء (س)، گفت: سازمان سنجش آموزش کشور تلاش می‌کند که عدالت آموزشی و شایسته‌گزینی را در برگزاری آزمون‌های سراسری محقق کند و در این راستا تمهیدات لازم در سراسر کشور برای برگزاری یک آزمون امن و با نشاط اندیشیده شده و امید است که شاهد رقابت علمی پرشور و نشاط میان داوطلبان در پنج گروه آزمایشی علوم ریاضی و

قدردانی  
وزیر علوم از  
دست‌اندرکاران  
حفظ سلامت  
آزمون  
سراسری  
سال ۱۴۰۳  
(نوبت اول)  
صفحه ۳

یادداشت هفته  
سوء استفاده از داوطلبان  
در فضای مجازی  
و این چند نکته  
صفحه ۲

در این شماره...  
رئیس شورای حفاظت  
آزمون سراسری از داوطلبان  
برای رعایت دستورالعمل‌ها  
تشکر کرد  
صفحه ۳

نظریه خودتعیین‌گری  
(گفتار اول: معرفی نظریه)  
صفحه ۸  
راهکارهایی برای مطالعه  
و برنامه‌ریزی تحصیلی  
(گفتار نوزدهم)  
صفحه ۱۰

اینفوگرافیک:  
۶ مرحله برای  
مشاهده و ایجاد یا ترمیم  
سوابق تحصیلی  
صفحه ۱۲

دکتر علیرضا کریمیان خبر داد

## انتخاب رشته ۸۶ هزار نفر در آزمون دکتری سال ۱۴۰۳

صفحه ۴

برنامه زمانی تاریخ ثبت‌نام و برگزاری آزمون‌های سراسری سال ۱۴۰۳

ردیف	شرح فرآیند	سراسری		کاردانی ویژه دانشگاه فنی و حرفه‌ای
		نوبت دوم	کاردانی به کارشناسی	
۱	زمان ثبت‌نام	به پایان رسید	۱۴۰۳/۴/۳ تا ۱۴۰۳/۴/۲۷	۱۴۰۳/۴/۲۴ تا ۱۴۰۳/۴/۱۷
۲	اجرای آزمون	پنجشنبه و جمعه ۷ و ۸	جمعه ۱۴۰۳/۶/۲	جمعه ۱۴۰۳/۶/۲

## سوء استفاده از داوطلبان در فضای مجازی و این چند نکته

به منظور به دست آوردن مال نامشروع، خود را مجاز به انجام هرگونه امور غیراخلاقی از جمله: ادعای فروش ظرفیت کنکور، اعطای مدرک تحصیلی معتبر و فروش سؤالات کنکور و ... می‌نمودند.

با عنایت به حساس بودن موضوع و تأثیر این‌گونه ادعاهای جعلی، غیرواقعی و فریبکارانه این قبیل سودجویان بر داوطلبان آزمون‌های سراسری، به ویژه داوطلبان نوبت دوم آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ (که در اوایل تیر ماه سال جاری برگزار می‌شود) و والدین دلسوز آنان و سایر افراد اجتماع، با صراحت تمام تأکید می‌شود که سازمان سنجش آموزش کشور، فقط از طریق کانال‌های ارتباطی شبکه‌های اجتماعی داخلی، نظیر: سروش، گپ، آی‌گپ، بله و ایتا، که نشانی آن در اطلاعیه مربوط به همین موضوع در شماره‌های متعدد نشریه آمده است، اقدام به اطلاع‌رسانی به داوطلبان آزمون‌های مختلف، که از سوی این سازمان برگزار می‌شود، می‌کند.

بنابراین، با عنایت به اهمیت این مسأله، و از آنجا که سازمان سنجش، خود را نگهبان حقوق داوطلبان میلیونی آزمون‌های برگزار شده از سوی خویش می‌داند، از داوطلبان گرامی صریحاً تقاضا می‌کند که اطلاعات مورد نیاز خود درباره آزمون‌های سراسری را فقط از طریق شبکه‌های یاد شده و همچنین سایت سازمان سنجش و هفته‌نامه پیک‌سنجش دریافت کنند و به هیچ‌وجه به محتوای شبکه‌های جعلی که در این زمینه فعالیت می‌کنند، اعتماد نکنند.

سلام! سلامی چو بوی خوش آشنایی!  
به یاری خداوند، نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در روزهای ۶ و ۷ اردیبهشت ماه برگزار شد؛ اما همچنان خطر فضای مجازی و سوءاستفاده‌هایی که به وسیله آن از داوطلبان آزمون‌های سراسری می‌شود، ادامه دارد. به همین خاطر، موضوع گفتار «یادداشت هفته» این شماره را به این مسأله مهم اختصاص می‌دهیم. در یکی دو دهه اخیر، گسترش فضای مجازی در بستر «وب» یا پیام‌رسان‌های گوناگون، به آسان شدن امور روزمره مردم یاری بسیاری کرده که حاصل آن، عدم مراجعه مستقیم مردم به سازمان‌ها و نهادهای خدمت‌رسان است و بدین ترتیب، موجبات آسایش عامه مردم، به ویژه داوطلبان آزمون‌های سراسری، فراهم شده است.

در این میان، و در کنار این سودمندهای بی‌شمار، که حاصل گسترش فضای مجازی در سال‌های اخیر است، عده‌ای سوء استفاده کننده از این فضای گسترده، که بیشتر به دنبال سودجویی نامشروع و فریب اذهان و ضمائر پاک جوانان این مرز و بوم هستند، در ماه‌های اخیر، به ویژه در یکی دو ماه اخیر که داوطلبان در انتظار برگزاری نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ به سر می‌برند، با ایجاد کانال‌های جعلی در فضای پیام‌رسان‌های رسمی و غیررسمی، از طریق درج اطلاعیه‌های سازمان سنجش آموزش کشور، انجام نظرسنجی و دیگر امور، همانند موارد پیشگفته، نسبت به جلب اعتماد مخاطبان و داوطلبان اقدام می‌کردند و

امروز ۱۰ اردیبهشت ماه

### آخرین مهلت انتخاب رشته داوطلبان دکتری تخصصی دانشگاه آزاد اسلامی

انتخاب رشته داوطلبان دوره دکتری تخصصی سال ۱۴۰۳ دانشگاه آزاد اسلامی از روز شنبه اول اردیبهشت ماه آغاز شده است و تا روز دوشنبه ۱۰ اردیبهشت ماه (امروز) ادامه دارد. انتخاب رشته دکتری تخصصی سال ۱۴۰۳ دانشگاه آزاد اسلامی، برای آن دسته داوطلبانی که در آزمون سراسری دکتری تخصصی سازمان سنجش آموزش کشور شرکت کرده‌اند، از روز شنبه اول اردیبهشت ماه آغاز شده است و تا روز دوشنبه ۱۰ اردیبهشت ماه (امروز) ادامه دارد. داوطلبان مجاز به انتخاب رشته، براساس کارنامه صادر شده از سوی سازمان سنجش آموزش کشور می‌توانند، متناسب با مجموعه امتحانی خود، حداکثر تا ۸۰ رشته/محل در دانشگاه آزاد اسلامی انتخاب کنند. داوطلبان لازم است با مراجعه به سامانه: [www.azmoon.org](http://www.azmoon.org) دفترچه راهنمای انتخاب رشته را دریافت کنند و پس از مطالعه دقیق دفترچه راهنما و در صورت دایر بودن رشته/گرایش مورد تقاضا در دانشگاه آزاد اسلامی، از طریق سامانه مذکور انتخاب رشته کنند. داوطلبان می‌بایست با کد شناسه انتخاب رشته مندرج در ذیل کارنامه صادر شده از سوی سازمان سنجش آموزش کشور و کد ملی خود وارد سامانه شوند و پس از پرداخت وجه ثبت‌نام، نسبت به انتخاب رشته محل‌های مورد نظر خود، به ترتیب اولویت، اقدام کنند.

۲۵ شوال

سالروز شهادت

حضرت امام جعفر صادق (ع)  
بر تمام مسلمانان تسلیت باد



۱۲ اردیبهشت

سالروز شهادت استاد

مرتضی مطهری و روز معلّم  
گرامی باد



قابل توجه  
داوطلبان آزمون‌های  
سازمان سنجش

به اطلاع داوطلبان گرامی می‌رساند که حفاظت آزمون‌های سازمان سنجش آموزش کشور از طریق پست الکترونیکی (ایمیل) ذیل آماده دریافت هرگونه اطلاعات و اخبار در موارد مرتبط با حفاظت آزمون‌هاست. نشانی پست الکترونیکی:

[hefazatazmon@sanjesh.org](mailto:hefazatazmon@sanjesh.org)



## قدردانی وزیر علوم از دست‌اندرکاران حفظ سلامت آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ (نوبت اول)

وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، با انتشار پستی در صفحه مجازی خود، از دست‌اندرکاران حفظ سلامت و امنیت نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ تقدیر کرد. دکتر محمدعلی زلفی‌گل، با انتشار پستی در صفحه مجازی خود، از برگزاری نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ به عنوان رقابت علمی در کمال امنیت و آرامش یاد کرد و نوشت: حسب وظیفه، از ریاست و هیأت رئیسه سازمان سنجش، استانداران، رؤسای حوزه‌های امتحانی، تمام مجریان و حافظان امنیت کنکور صمیمانه تقدیر و تشکر می‌کنم.

## رئیس شورای حفاظت آزمون سراسری از داوطلبان برای رعایت دستورالعمل‌ها تشکر کرد

با تشکر از خانواده‌ها و داوطلبانی که با رعایت دستورالعمل‌های اجرایی و حفاظتی و تکیه بر توان علمی خود در آزمون سراسری شرکت کردند، تأکید کرد: نقش رسانه‌ها در اطلاع‌رسانی به داوطلبان جای تقدیر دارد و این آگاهی‌بخشی، به رعایت عدالت آموزشی و شایسته‌گزینی و حفظ حقوق عامه داوطلبان منجر می‌شود و رضایت آنان را به دنبال خواهد داشت.

وی درباره آزمون گروه‌های آزمایشی هنر و زبان‌های خارجی که عصر پنجشنبه برگزار شد، نیز گفت: در آزمون گروه آزمایشی هنر ۵۲ هزار و ۸۱۹ داوطلب و در آزمون گروه آزمایشی زبان‌های خارجی ۸۴ هزار و ۵۶۷ داوطلب شرکت کردند و این آزمون‌ها نیز در سلامت کامل برگزار شد.



به عنوان شاکي، پیگرد قضائی متخلفان را دنبال خواهد کرد. وی افزود: خوشبختانه آزمون سراسری، با تمهیدات اندیشیده شده، بدون هرگونه مشکلی با سلامت کامل برگزار شد. رئیس شورای حفاظت آزمون سراسری،

دو شهرستان متفاوت ابزار ممنوعه به همراه داشتند که قبل از هرگونه اقدامی و بلافاصله دستگیر شدند و هر چهار نفر به منظور شناسایی سرشبه‌های مجرم و کلاهبردار، تحویل مراجع انتظامی شدند. قطعاً سازمان سنجش آموزش کشور هم

رئیس شورای حفاظت آزمون سراسری، بعدازظهر روز پنجشنبه ۶ اردیبهشت ماه، پس از برگزاری نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ گروه‌های آزمایشی هنر و زبان‌های خارجی، از داوطلبان آزمون سراسری برای رعایت دستورالعمل‌های اجرایی و حفاظتی تشکر کرد.

به گزارش روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور، دکتر محمدحسین حاجیلو، با اعلام اینکه داوطلبانی به تعداد کمتر از انگشتان دست که در آزمون‌های روز پنجشنبه ابزار ممنوعه به همراه داشتند، شناسایی شدند، افزود: یکی از این داوطلبان که در دقایق ابتدایی آزمون، اقدام به تهیه یک صفحه عکس از دفترچه سوالات خود کرده بود پس از پنج دقیقه دستگیر شد و پس از آن هم سه نفر در

## برنامه زمانه فرآیندهای مهم آزمون‌های سال ۱۴۰۴

ردیف	شرح فرآیند	سراسری		دکتری	کارشناسی ارشد	کاردانی به کارشناسی	کاردانی ویژه دانشگاه فنی و حرفه ای
		نوبت اول	نوبت دوم				
۱	زمان ثبت‌نام	۱۴۰۳/۰۸/۲۰ تا ۱۴۰۳/۰۸/۲۶	نیمه دوم اسفند ماه سال ۱۴۰۳	۱۴۰۳/۰۷/۲۹ تا ۱۴۰۳/۰۸/۰۵	۱۴۰۳/۰۷/۲۲ تا ۱۴۰۳/۰۷/۲۸	مرحله اول: ۱۴۰۴/۳/۳۱ تا ۱۴۰۴/۳/۲۵ مرحله دوم (رشته‌های با سوابق تحصیلی) از ۱۴۰۴/۰۶/۰۲ تا ۱۴۰۴/۰۶/۰۷	مرحله اول: ۱۴۰۴/۴/۱۵ تا ۱۴۰۴/۴/۲۱ مرحله دوم (رشته‌های با سوابق تحصیلی) از ۱۴۰۴/۰۶/۰۷ تا ۱۴۰۴/۰۶/۰۲
۲	اجرای آزمون	پنجشنبه و جمعه ۱۱ و ۱۴۰۴/۲/۱۲	پنجشنبه و جمعه ۵ و ۱۴۰۴/۴/۶	عصر پنجشنبه ۱۴۰۳/۱۲/۰۲	صبح و عصر پنجشنبه و ۱۴۰۳/۱۲/۰۲ صبح جمعه ۱۴۰۳/۱۲/۰۳	جمعه ۱۴۰۴/۰۶/۰۷	جمعه ۱۴۰۴/۰۶/۰۷



دکتر علیرضا کریمیان خبر داد

# انتخاب رشته ۸۶ هزار نفر در آزمون دکتری سال ۱۴۰۳

مشاور رئیس و مدیرکل روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور، گفت: بیش از ۸۶ هزار نفر نسبت به انتخاب رشته خود در آزمون ورودی دکتری «Ph.D» نیمه متمرکز سال ۱۴۰۳ اقدام کرده اند.

دکتر علیرضا کریمیان، خاطرنشان کرد: از ۱۵۱ هزار و ۶۴۳ داوطلب شرکت کننده در آزمون دکتری سال ۱۴۰۳ تعداد ۱۲۵ هزار و ۱۷۴ نفر مجاز به انتخاب رشته شده اند.

وی گفت: با توجه به تمدید فرصت انتخاب رشته آزمون دکتری تا ساعت ۲۴ روز دوشنبه ۱۰ اردیبهشت ماه (امروز)، افرادی که براساس مندرجات کارنامه اولیه خود مجاز به انتخاب رشته های تحصیلی در یک یا چند کد ترکیب رشته از مجموعه امتحانی در دوره روزانه یا سایر دوره ها شده اند، می توانند تا پایان زمان اعلام شده، نسبت به ثبت کدرشته محل های انتخابی خود (حداکثر ۵۰ کدرشته محل در صورت وجود) با توجه به مجموعه

امتحانی که در آن آزمون داده اند، اقدام کنند. دکتر کریمیان، با اشاره به اینکه از تعداد بیش از ۱۲۵ هزار نفر داوطلبانی که مجاز به انتخاب رشته شده اند ۶۸ هزار و ۷۶۵ نفر مرد و ۵۶ هزار و ۴۰۹ نفر زن هستند، خطاب به متقاضیان تأکید کرد: این افراد باید ابتدا نسبت به مطالعه دقیق دفترچه راهنمای انتخاب رشته های تحصیلی و سه سری از اصلاحیه های مرتبط با آن اقدام و سپس کدرشته محل های مورد علاقه خود را از کدرشته محل های مربوط به مجموعه امتحانی خود انتخاب کنند.

مدیرکل روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور، خاطرنشان کرد: داوطلبانی که مجاز به انتخاب رشته و علاقه مند به انتخاب رشته های دانشگاه آزاد اسلامی هستند، لازم است به درگاه دانشگاه آزاد اسلامی به آدرس: [www.azmoon.org](http://www.azmoon.org) مراجعه و براساس اطلاعیه های مربوط، که در درگاه اطلاع رسانی آن دانشگاه منتشر می شود، اقدام کنند؛ ضمن اینکه کد

دسترسی برای انتخاب رشته محل های دانشگاه آزاد اسلامی، در انتهای کارنامه آنها درج شده است. وی افزود: تاکنون بیش از ۸۶ هزار نفر از داوطلبان مجاز به انتخاب رشته، نسبت به انتخاب رشته خود در آزمون ورودی دکتری «Ph.D» نیمه متمرکز سال ۱۴۰۳ اقدام کرده اند.

دکتر کریمیان یادآور شد: اسامی معرفی شدگان دارای حدنصاب به منظور شرکت در مرحله دوم، شامل: مصاحبه، بررسی سوابق علمی و پژوهشی و ... در دهه اول خرداد ماه از طریق درگاه اطلاع رسانی سازمان سنجش آموزش کشور منتشر خواهد شد.

تا ۳۱ اردیبهشت ماه تمدید شد

## مهلت دانشجویان دانشگاه های استان تهران برای شرکت در مسابقه سدید

دانشجویان دانشگاه ها و مراکز عالی استان تهران تا پایان اردیبهشت ماه مهلت دارند که برای ثبت نام و کسب اطلاعات بیشتر درباره آن، به پایگاه اطلاع رسانی باشگاه کتابخوانی دانشجویان ایران به نشانی: [BookRc.ir](http://BookRc.ir) مراجعه کنند.

ضمناً برگزیدگان این مرحله از مسابقات، علاوه بر دریافت جوایز نقدی و لوح تقدیر معتبر، به مرحله کشوری نیز معرفی می شوند.

جوایز نقدی در نظر گرفته شده برای برگزیدگان این مرحله از مسابقه ملی «سدید»، شامل موارد ذیل است:

یک جایزه ۲۰ میلیون ریالی برای یک نفر.

دو جایزه ۱۰ میلیون ریالی برای دو نفر.

سه جایزه ۵ میلیون ریالی برای سه نفر.

لازم به یادآوری است که سازمان ترویج مطالعه و نشر جهاد دانشگاهی با همکاری و مشارکت دبیرخانه مسابقات جهاد دانشگاهی، معاونت فرهنگی سازمان جهاد دانشگاهی تهران و جهاد دانشگاهی، اداره کل امور خوابگاه های دانشگاه تهران و معاونت فرهنگی و اجتماعی دانشگاه تهران، این مسابقه ملی را در استان تهران برگزار می کند.

معاونت فرهنگی سازمان جهاد دانشگاهی تهران، مهلت ثبت نام دانشجویان دانشگاه های استان تهران به منظور شرکت در نخستین دوره مسابقه ملی ارائه سه دقیقه ای «سدید» را تا ۳۱ اردیبهشت ماه تمدید کرد.

مسابقه ملی «سدید»، در چهار بخش: کتاب، پایان نامه، مقاله و طرح های پژوهشی برای دانشجویان مقاطع تحصیلی مختلف در خرداد ماه سال جاری برگزار می شود.

در این مسابقه، دانشجویان همه مقاطع تحصیلی می توانند معرفی کتاب، ارائه مقاله چاپ شده در مجلات معتبر یا طرح های پژوهشی و اختراعات خود را طی مدت سه دقیقه در حضور داوران ارائه کنند، و دانشجویان مقاطع تحصیلی کارشناسی ارشد و دکتری هم باید از پایان نامه یا رساله دکتری خود طی همین مدت دفاع کنند.

براساس آیین نامه این مسابقه، طرح های ارائه شده باید در زمان دانشجویی یا حداکثر دو سال پس از دانش آموختگی به پایان رسیده باشد و دارای گواهی اتمام طرح و اعلام رضایت کارفرما برای ارائه در مسابقه باشد.

تا روز ۱۷ اردیبهشت ماه ادامه دارد

## ثبت نام آزمون زبان دکتری تخصصی دانشگاه پیام نور

چهل و هفتمین دوره آزمون زبان دکتری تخصصی دانشگاه پیام نور ۱۹ اردیبهشت ماه برگزار می شود.

چهل و هفتمین دوره آزمون زبان دکتری تخصصی دانشگاه پیام نور، روز چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت ماه، راس ساعت ۹ صبح در مراکز استان های تهران، اصفهان، خوزستان، هرمزگان، آذربایجان شرقی، سیستان و بلوچستان، مازندران، فارس، کرمان، کرمانشاه، گلستان، خراسان رضوی، همدان و یزد برگزار خواهد شد.

متقاضیان شرکت در چهل و هفتمین دوره آزمون زبان دکتری تخصصی دانشگاه پیام نور، تا روز ۱۷ اردیبهشت ماه فرصت دارند از طریق سامانه گلستان به نشانی: [reg.pnu.ac.ir](http://reg.pnu.ac.ir) برای ثبت نام الکترونیکی در این آزمون اقدام کنند.

گفتنی است که هزینه ثبت نام در این آزمون باید به صورت الکترونیکی در هنگام ثبت نام و از طریق سامانه ذکر شده پرداخت شود و داوطلبان باید دقت داشته باشند که به هیچ وجه مبلغ ثبت نام را به صورت دستی و از طریق شعب بانکها پرداخت نکنند.

لازم به یادآوری است که متقاضیان، به منظور کسب اطلاعات بیشتر یا رفع مشکلات احتمالی می توانند با شماره تلفن:

۰۲۱-۲۲۴۵۸۲۹۷ تماس حاصل کنند.

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

## تمدید مجدد مهلت انتخاب رشته و اصلاحات (سری سوم) دفترچه راهنمای انتخاب رشته آزمون ورودی دکتری (Ph.D) نیمه‌متمرکز سال ۱۴۰۳

پیرو انتشار دفترچه راهنمای انتخاب رشته (دفترچه شماره ۲) آزمون ورودی مقطع دکتری (Ph.D) نیمه‌متمرکز سال ۱۴۰۳ در تاریخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۸ و اطلاعیه‌های اصلاح آن در تاریخ‌های ۲ و ۱۴۰۳/۲/۵، ضمن اعلام اصلاحات جدید به شرح فایل پیوست مربوط به دفترچه راهنمای انتخاب رشته که در سایت سازمان سنجش آمده است، به اطلاع داوطلبان مجاز به انتخاب رشته در این آزمون می‌رساند که به منظور فراهم کردن تسهیلات بیشتر برای آن دسته از داوطلبانی که تا تاریخ ۱۴۰۳/۲/۸ برای انتخاب رشته اقدام نکرده‌اند، ترتیبی اتخاذ شده است که بتوانند تا پایان روز دوشنبه ۱۴۰۳/۲/۱۰ (امروز) نسبت به انتخاب رشته خود اقدام کنند. لذا داوطلبان ضرورت دارد که در مهلت در نظر گرفته شده و پس از مطالعه دقیق دفترچه راهنمای انتخاب رشته‌های تحصیلی و مندرجات اطلاعیه‌های فوق و این اطلاعیه، به درگاه اطلاع‌رسانی این سازمان مراجعه و نسبت به ثبت کدرشته‌محل‌های انتخابی خود در آزمون مذکور اقدام کنند. در ضمن، آن دسته از داوطلبانی که قبلاً نسبت به انتخاب کدرشته‌محل‌های تحصیلی‌شان اقدام کرده‌اند، می‌توانند، در صورت تمایل، تا تاریخ فوق، نسبت به مشاهده یا ویرایش کدرشته‌محل‌های انتخابی خود اقدام کنند.

روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور

اطلاعیه:

## سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای در خصوص نتایج اولیه آزمون تأسیس و فعالیت شرکت‌های حمل و نقل بین‌المللی کالا نوبت چهارم سال ۱۴۰۲

جاده‌ای است.  
۲- قبول‌شدگان باید براساس کارنامه آزمون، برای پی‌گیری سایر مراحل درخواست تأسیس شرکت، وفق ضوابط ذی‌ربط، به ادارات کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان محل تقاضای تأسیس شرکت، مراجعه و از طریق سامانه درگاه ملی مجوزها به نشانی: [www.mojavez.ir](http://www.mojavez.ir) نسبت به ارسال درخواست خود اقدام کنند.

کارنامه آزمون و در صورت قبولی در آزمون مذکور، ضروری است که به نکات زیر توجه کنند:  
۱- قبولی در این آزمون، صرفاً به معنای کسب حداقل امتیاز علمی لازم برای سایر مراحل تأسیس شرکت‌های حمل و نقل بین‌المللی کالا است و حقی را برای داوطلب پذیرفته شده ایجاد نمی‌کند و تأسیس شرکت، مستلزم احراز سایر شرایط و ارائه مدارک، وفق ضوابط ذی‌ربط، به سازمان راهداری و حمل و نقل

به اطلاع متقاضیان شرکت کننده در آزمون تأسیس و فعالیت شرکت‌های حمل و نقل بین‌المللی کالا سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای که در روز جمعه ۱۴۰۲/۱۲/۱۸ برگزار شد، می‌رساند که کارنامه نتایج متقاضیان آزمون مذکور در درگاه اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور به نشانی: [www.sanjesh.org](http://www.sanjesh.org) قرار گرفته است. متقاضیان، پس از مشاهده



## قابل توجه خوانندگان هفته‌نامه پیک سنجش

بدین وسیله به اطلاع مخاطبان و خوانندگان گرامی هفته‌نامه پیک سنجش می‌رساند که این هفته‌نامه، آماده دریافت نظرات، پیشنهادات و مقالات ارزشمند اعضای هیأت علمی، پژوهشگران و دانشجویان فعال مؤسسات و مراکز دانشگاهی در زمینه‌های مطالعه و برنامه‌ریزی، شیوه‌های مطالعه مؤثر، راه‌های مقابله با استرس و اضطراب، روان‌شناسی کنکور، عوامل مؤثر در موفقیت، معرفی رشته‌های دانشگاهی، زمینه‌های اشتغال‌زایی و کارآفرینی و... که می‌تواند برای داوطلبان آزمون‌های سراسری ورود به دانشگاه‌ها مفید باشد، خواهد بود.

این هفته‌نامه، انتظار دارد با همکاری و همیاری این عزیزان، بتواند با استفاده از مطالب علمی ارسالی در موضوعات پیشگفته، نقش خود را، که یاری رساندن مداوم به داوطلبان آزمون‌های سراسری در تمام ایام سال است، به خوبی ایفا نماید.

شایسته است که مطالب ارسالی، برگرفته از پژوهش‌ها و جست و جویهای شخصی یا حاصل ترجمه آنها از منابع معتبر علمی باشد. بدیهی است که ذکر

منابع و مراجع تألیف یا تدوین یا ترجمه مقالات، الزامی است. ضمناً به اطلاع می‌رساند که این نشریه، در حکم و اصلاح یا خلاصه کردن مقالات و جستارهای ارسالی در موضوعات یاد شده و همین طور درج یا عدم درج آنها در نشریه، آزاد است.

آدرس ایمیل: [peyk@sanjesh.org](mailto:peyk@sanjesh.org)



وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، در بازدید از حوزه برگزاری آزمون سراسری (نوبت اول) در دانشگاه الزهرا (س) بیان کرد:

## آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در سلامت کامل برگزار شد



به پذیرش در این دوره‌ها، پس از پاسخگویی به سؤالات آزمون اختصاصی در گروه آزمایشی انتخابی خود، بلافاصله باید به دفترچه سؤالات ویژه دانشگاه فرهنگیان، که شامل سؤالات مواد آزمون: هوش و استعداد معلمی با «ضریب ۳» و تعلیم و تربیت اسلامی با «ضریب ۲» است، نیز پاسخ می‌دادند.

وی افزود: انتخاب رشته داوطلبان آزمون اختصاصی پذیرش دانشجو - معلم در اردیبهشت ماه و به صورت مجزا انجام خواهد شد و فرآیند معرفی داوطلبان برای مرحله ارزیابی شایستگی معلمی و انجام این مرحله، به گونه‌ای انجام می‌شود که نتیجه نهایی پذیرش آنها تا نیمه اول مرداد ماه اعلام شود.

دکتر عبدالرسول پورعباس، خاطرنشان کرد: نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در گروه‌های آزمایشی علوم ریاضی و فنی و علوم انسانی، در روز پنجشنبه ۶ اردیبهشت ماه در سلامت کامل برگزار شد و عوامل اجرایی و حفاظتی برای آرامش و امنیت داوطلبان آزمون سراسری و حفظ صیانت این آزمون ملی تمام تلاششان را کردند و به عنوان آخرین اقدام، برای اینکه خیال داوطلبان از بروز هرگونه تقلب و شبهه راحت باشد، علاوه بر نسل اول و دوم دستگاه‌های آشکارساز، نسل سوم این دستگاه‌ها نیز در آزمون سال جاری در ۴۱۲ شهرستان و ۱۹۹۳ حوزه به کار گرفته شد.

در پایان، وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، و رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، از جایگاه ویژه خانواده‌های محترم داوطلبان بازدید کردند و با آنان به گفت‌وگو نشستند که در این گفت‌وگو، والدین داوطلبان، ضمن طرح نظرات و دیدگاه‌های خود، از اقدام دانشگاه الزهرا (س) برای ایجاد جایگاهی برای استراحت والدین داوطلبان در زمان برگزاری آزمون، تقدیر و تشکر کردند.

### ادامه از صفحه اول

رئیس سازمان سنجش آموزش کشور نیز در جریان این بازدید، در جمع خبرنگاران، از اعلام نتایج اولیه آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در نیمه اول مرداد ماه به صورت کارنامه خبر داد و گفت: چند روز پس از اعلام نتایج اولیه، فرآیند انتخاب رشته آغاز خواهد شد و نمرات آزمون سراسری سال ۱۴۰۲ نیز در صورت شرکت داوطلبان همچنان برای انتخاب رشته در سال جاری معتبر است؛ بنابراین، در مقطعی که باید انتخاب رشته انجام شود، به انتخاب خود داوطلب، و اگر داوطلب انتخاب نکرد، به انتخاب سازمان سنجش، چهار نمره برای داوطلبان قابل استفاده است، و در صورتی که داوطلب در گروه‌های آزمایشی یکسان در چهار نوبت آزمون شرکت کرده باشد، بهترین نمره کنکور در نمره کل وی اعمال و برای انتخاب رشته داوطلب لحاظ خواهد شد. ضمناً نمرات خام نوبت اول آزمون سراسری در خرداد ماه منتشر خواهد شد.

وی یادآور شد: البته نتایج هر درس در هر دوره برای داوطلبان در سطح کشور تراز می‌شود تا حق آنها ضایع نشود؛ زیرا طبیعی است که سؤالات و شرایط برگزاری آزمون سراسری در هر نوبت با نوبت بعدی متفاوت است و با انجام این کار از سوی سازمان سنجش آموزش کشور، عدالت آموزشی در انتخاب رشته نیز لحاظ می‌شود.

معاون وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، با اشاره به تغییرات آزمون سراسری سال ۱۴۰۳، گفت: مطابق مصوبات شورای عالی انقلاب فرهنگی در خصوص «سیاست‌ها و ضوابط کیفیت‌بخشی دانشگاه فرهنگیان» و «نظام‌نامه سنجش و پذیرش دانشجوی متعهد خدمت به وزارت آموزش و پرورش»، آزمون اختصاصی پذیرش دانشجو - معلم با دفترچه اختصاصی سؤالات جداگانه برگزار شد؛ یعنی داوطلبان علاقه‌مند





دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی، در بازدید از حوزه امتحانی آزمون سراسری (نوبت اول) سال ۱۴۰۳ در دانشگاه صنعتی امیرکبیر:

## عدالت آموزشی در برگزاری آزمون سراسری محقق شد



وی، در پایان، تصریح کرد: امروز که روز برگزاری آزمون گروه آزمایشی علوم تجربی است، تمامی اقدامات حفاظتی در شدیدترین وضعیت خود اجرا می‌شود و آمادگی کامل در تمام لایه‌های حفاظتی وجود دارد.

لازم به یادآوری است که رئیس شورای اطلاع‌رسانی دولت نیز در حاشیه بازدید از روند برگزاری آزمون سراسری در دانشگاه صنعتی امیرکبیر، گفت: آزمون سراسری امسال با آرامش کامل برگزار شد و تمام اخبار و شواهد هم نشان می‌دهد که در سال جاری، نسبت به سال‌های گذشته، با تدابیری که اندیشیده شده، شرایط خوبی برقرار است.

دکتر سپهر خلجی، در جمع خبرنگاران، افزود: سازمان سنجش آموزش کشور، با همراهی همه دستگاه‌های مسؤول اطلاعاتی، امنیتی و اجرایی، شرایط خوب و به دور از دغدغه‌ای را برای خانواده‌ها و داوطلبان ایجاد کرده است و ما شاهد برگزاری آزمون ملی در سلامت کامل بودیم که این اقدام ملی مهم، جای تقدیر و تشکر دارد.

نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ صبح روز جمعه ۷ اردیبهشت ماه در گروه آزمایشی علوم تجربی با رقابت بیش از ۵۰۱ هزار داوطلب در سراسر کشور برگزار شد. به گزارش روابط عمومی سازمان سنجش آموزش کشور، حجت الاسلام والمسلمین دکتر عبدالحسین خسروپناه، دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی، در بازدید از حوزه امتحانی نوبت اول آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در دانشگاه صنعتی امیرکبیر، در جمع خبرنگاران، گفت: باید به سازمان سنجش آموزش کشور برای اجرای عدالت آموزشی و شایسته‌گزینی و اقدام براساس مصوبات شورای عالی انقلاب فرهنگی تبریک بگوییم و با حرکت در این راستا، با قاطعیت می‌گوییم که تقلب در آزمون سراسری امسال صفر است و هیچ ادعایی مبنی بر تخلف یا تقلب در آزمون سراسری، پذیرفتنی نیست.

وی، با اشاره به اینکه شورای عالی انقلاب فرهنگی، علاوه بر تصویب اسناد بالادستی باید نظارت و ارزیابی دقیق بر اجرای مصوبات داشته باشد، گفت: در بازدیدی که از سازمان سنجش آموزش کشور و روند برگزاری آزمون سراسری داشتیم، رشد سازمان سنجش در دو سال اخیر کاملاً محسوس است.

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی، خاطر نشان کرد: به جرأت می‌توان ادعا کرد که عدالت آموزشی در آزمون‌های سراسری رعایت می‌شود. رئیس سازمان سنجش آموزش کشور، در ادامه این بازدید، با اشاره به گرفتار شدن تعدادی از داوطلبان آزمون سراسری در سیل، در منطقه شهرستان زیرکوه و حاجی‌آباد در استان خراسان جنوبی، تصریح کرد: این نوبت را به این دسته از داوطلبان می‌دهم که با هماهنگی دولت، آزمون اختصاصی برای آنان در دو هفته آینده برگزار خواهد شد.

دکتر عبدالرسول پورعباس، درباره پیشگیری از تقلب در آزمون سراسری ۱۴۰۳، گفت: در روند برگزاری چهار آزمون در دو روز اخیر در کل کشور، تنها چهار مورد دستگیری افراد متخلف داشتیم که این موضوع نشان از اعتماد داوطلبان به سیستم آموزشی ما دارد و عملاً داوطلبان باهوش و فهیم ما فریب شبکه‌های فرصت طلب و مدعی تقلب در آزمون را نخوردند.



# نظریه

## خودتعیین‌گری

### (گفتار اول: معرفی نظریه)

دسی و رایان، از پژوهشگران سرآمد حوزه انگیزش، با بررسی و مطالعه ارتباط بین انگیزش دانش‌آموزان و پیامدهای مثبت یادگیری، به طرح و توسعه نظریه خودتعیین‌گری نائل آمدند که در سال‌های اخیر یکی از نظریه‌های پرکاربرد در پژوهش‌های حوزه تعلیم و تربیت بوده است. در این نظریه، نیازهای روان‌شناختی، آن چیزی است که برای رشد و بهزیستی مطلوب ضرورت دارد. مطالعه این مقاله برای داوطلبان آزمون سراسری و مشاوران و روان‌شناسان تحصیلی پیش‌دانشگاهی، بسیار مناسب است.

• مهدی اکبری

به لحاظ درونی پاداش‌دهنده هستند و نیاز به تقویت ندارند، تعریف عملیاتی مفیدی از رفتارهای برانگیخته درونی فراهم ساخت (دسی، ۱۹۷۱) و اندیشه نیازهای روان‌شناختی، محتوایی برای فرآیندهای انگیزشی دخیل در نگهداری این طبقه مهم از رفتارها به دست داد؛ با این حال، داشتن این دو محور تمرکز تا حدی به این سردرگمی منجر شده است که علاقه، ویژگی تعریفی مهم‌تری در انگیزش درونی است یا نیازهای روان‌شناختی (دسی و رایان، ۲۰۰۰).

اصل موضوع انگیزش درونی، با این مطلب آغاز می‌شود که ارگانسیم فعال است. این اصل فرض را بر این قرار می‌دهد که انسان‌ها به طور طبیعی فعال هستند و همچنین تمایلی طبیعی به سمت رشد وجود دارد که برای کارکرد مؤثر به نیرو نیاز دارد. به طور مشخص، انگیزش درونی به درگیر شدن فعال در تکالیفی که افراد آنها را جالب می‌یابند، اشاره دارد و آن نیز در مقابل به پیشبرد رشد می‌انجامد. علی‌رغم این درگیر شدن فعال، پرداختن به فعالیت‌های جالب، نیازمند نیروهایی برای ارضای نیاز است؛ علاوه بر این، افراد، کم و بیش، به مثابه تابعی از درجه‌ای که ارضای نیاز را به هنگام درگیر شدن در فعالیت‌ها تجربه می‌کنند، علاقه‌مند به فعالیت‌ها می‌شوند؛ از این رو، تجارب کفایت و خودپیروی برای علاقه‌مندی و انگیزش درونی اساسی هستند، اما نیاز به کفایت و خودپیروی، تعریف کافی از انگیزش درونی را ارائه نمی‌دهد. فعالیت‌های برانگیخته درونی لزوماً به ارضای این نیازها در هر فرد معطوف نیستند، و رفتارهایی که به ارضای این نیازها معطوف می‌شوند، نیز الزاماً برانگیخته درونی نیستند. رفتارهای برانگیخته درونی آنهایی هستند که بدون نیاز به پیامدهای مجزا، به صورت آزادانه و از روی علاقه انجام می‌گیرند و برای ادامه یافتن به ارضای نیاز، به خودپیروی و کفایت نیاز دارند (ون‌استینکست، لنز و دسی، ۲۰۰۶).

بنابراین، کارکرد اولیه حاصل از مشخص ساختن نیاز به خودپیروی و کفایت (در رابطه با انگیزش درونی) این است که امکان پیش‌بینی شرایط اجتماعی و

(۱۹۴۳)، مبنی بر اینکه تمامی رفتارهای اکتسابی از ارضای نیازهای فیزیولوژیکی حاصل می‌شوند، تأکید داشت که رفتارهای برانگیخته درونی، تابعی از نیازهای روان‌شناختی بنیادی هستند. این دو جریان مکمل یکدیگر هستند: این عقیده که برخی از رفتارها

در اوایل دهه ۱۹۷۰، زمانی که نظریه کنشگر، هنوز از قدرت نسبتاً بالایی در روان‌شناسی تجربی برخوردار بود، چندین مطالعه برای بررسی مفهوم انگیزش درونی (IM) آغاز شد. در این مطالعات فعالیت‌های برانگیخته درونی به مثابه فعالیت‌هایی تعریف شدند که افراد آنها را جالب می‌یابند و حتی در نبود پیامدهای کنشگر مجزا نیز انجام می‌شوند. مفهوم انگیزش درونی، با پیشنهاد وایت (۱۹۵۹) که معتقد بود افراد اغلب برای تجربه اثربخشی یا کفایت در فعالیت‌ها مشغول می‌شوند، و با عقیده دوچارمز (۱۹۶۸) که می‌گفت افراد دارای یک گرایش انگیزشی اولیه برای احساس عاملیت علی در فعالیت‌های خود هستند، مطابقت می‌کرد (ون‌استینکست، لنز و دسی، ۲۰۰۶)؛ از این رو، دسی (۱۹۷۵) همه به نقل دسی و رایان، ۲۰۰۰ پیشنهاد کرد که رفتارهای برانگیخته درونی بر نیاز آدمی به احساس کفایت و تعیین‌گری شخصی، مبتنی هستند. در آن کارهای اولیه، دو جریان در تعریف انگیزش درونی دیده می‌شود، که می‌توان آنها را به صورت واکنش‌هایی به دو نظریه رفتاری غالب در آن زمان نگریست (دسی و رایان، ۲۰۰۰).

یک جریان از تعریف، در پاسخ به این ادعای اسکینر (۱۹۵۳) که همه رفتارهای آموخته تابع تقویت هستند، بر این تأکید داشت که رفتارهای برانگیخته درونی وابسته به تقویت نیستند (به این معنی که به پیامدهای کنشگر مجزا نیاز ندارند)؛ زیرا انجام دادن یک فعالیت جالب، به خودی خود، به لحاظ درونی پاداش‌دهنده است. جریان دوم تعریف، در پاسخ به ادعای هال







## نظریه خودتعیین‌گری، نظریه‌ای مبتنی بر تجربه و درباره انگیزه تحول و سلامت انسان است. این نظریه به جای مقدار، بر انواع انگیزه‌های انسان تمرکز دارد و میان انواع انگیزه‌ها تمایز قائل می‌شود

ویژگی‌های تکلیفی را که انگیزش درونی را افزایش یا کاهش می‌دهند، نشان می‌دهد. فرضیه دو لبه‌ای که با این کار هدایت شده است، این است که انگیزش درونی از سوی شرایطی که به ارضای نیازهای روان‌شناختی منتهی می‌شوند، تسهیل می‌شود، و زمانی که شرایط مانع از ارضای نیازها می‌شوند، انگیزش درونی نیز کاهش می‌یابد. از آنجایی که بررسی‌های مختلفی تأکید کرده‌اند که انگیزش درونی با یادگیری، عملکرد و بهزیستی بهتری همراه است (برای مثال، بن‌وار و دسی، ۱۹۸۴؛ دسی، شوارتز، شین‌من، رایان، ۱۹۸۱؛ گروولیک و رایان، ۱۹۸۷؛ به نقل دسی و رایان، ۲۰۰۲)، این تأکیدات موجب توجه قابل ملاحظه‌ای به بررسی شرایطی که انگیزش درونی را کاهش یا افزایش می‌دهند، شده است.

امور اولیه‌ای که به ارائه نظریه خودتعیین‌گری منجر شدند، به دهه ۱۹۷۰ میلادی بر می‌گردند. نظریه خودتعیین‌گری، برای اولین بار در اواسط دهه ۱۹۸۰ میلادی از سوی دسی و رایان مطرح شد (دسی و رایان، ۲۰۰۸) و در طی ۴۰ سال به صورت تدریجی توسعه یافت. نظریه خودتعیین‌گری، زاینده علاقه و توجه صاحب‌نظران آن به مطالعه انگیزش درونی، به معنای انجام دادن کاری به خاطر خود آن کار است و تا به امروز به کمک تعداد زیادی از پژوهشگران در سراسر دنیا، گسترش یافته و اصلاح شده است (گانیه و دسی، ۲۰۱۴).

نخستین بار در سال ۲۰۰۰ و در مجله روان‌شناسان آمریکایی (American Psychologist) بود که ریچارد رایان (Richard Ryan) و ادوارد دسی (Edward Deci)، نظریه خودتعیین‌کنندگی (self-determination) را به دنیا معرفی کردند. این دو روان‌شناس، که در دانشگاه روچستر مشغول به پژوهش بودند، دوست داشتند بدانند که چرا برخی از افراد به شدت پراکنده و فعال هستند، ولی برخی دیگر منزوی، بی‌تفاوت و خالی از انرژی باقی می‌مانند. این نظریه، بیان می‌دارد که انسان به‌طور طبیعی، در تلاش برای رسیدن به سطح بالایی از اشتیاق و انگیزه است؛ به عبارت دیگر، این در نهاد ماست که در جست‌وجوی رشد و بهزیستی باشیم. دسی و رایان (۲۰۰۲) در چارچوب نظریه خودتعیین‌گری، معتقدند که حمایت از زندگی همه افراد ضروری است. نظریه خودتعیین‌گری، در بردارنده نیازهای بنیادین روان‌شناختی برای بهزیستی و رضایت از نظریه‌های کلان درباره انگیزش، هیجان و رشد انسان است و به عواملی توجه می‌کند که فرآیندهای مربوط به خودشکوفایی در انسان‌ها را بازدارد یا تسهیل می‌کنند. عناصر اصلی نظریه خودتعیین‌گری را انواع انگیزش درونی- بیرونی و مجموعه‌های از نیازهای بنیادین روان‌شناختی که زیربنای این نوع انگیزش‌ها هستند، تشکیل می‌دهد. همچنین محیط‌ها و گرایش‌های شخصیتی خاصی که بر نیازها و انواع انگیزش تأثیر می‌گذارند، از دیگر عناصر

عواملی که فرد را به سوی حفظ روابط نزدیک خود با دیگران سوق می‌دهد، می‌پردازد.

هر یک از این خرده نظریه‌ها، به توضیح مجموعه‌ای از پدیده‌های مبتنی بر انگیزه و در واقع به یک جنبه از انگیزه یا عملکرد شخصیت می‌پردازند و حاصل تحقیقات آزمایشگاهی و میدانی هستند (وون چیا، ون چی کنگ و رایان، ۲۰۱۶).

افراد به‌طور طبیعی به خودتعیین‌گری نیاز دارند. آنها می‌خواهند بر این باور باشند که با اراده خودشان درگیر فعالیت‌ها شوند (یعنی خودشان می‌خواهند)؛ نه برای دریافت پاداش بیرونی یا اجتناب از تنبیه (دی چارمز، ۱۹۸۴، ۱۹۷۶؛ دسی، ۱۹۷۵).

این نظریه پردازان عقیده دارند که وقتی افراد خودشان را به مثابه علت رفتارشان درک می‌کنند، به‌طور درونی برانگیخته می‌شوند. وقتی افراد بر این عقیده‌اند که به خاطر پاداش، اجبارها یا خشنود کردن شخص که آنها به‌طور بیرونی برانگیخته می‌شوند، بیشتر نظریه پردازان تأکید دارند که ادراک شخص از علیت مهم است، نه هر شاخص عینی از علیت. دو فرد در یک موقعیت یکسان برای درگیر شدن در یک رفتار خاص، ممکن است که عقاید متفاوتی داشته باشند؛ با این حال، این نظریه پردازان ادعا می‌کنند که عوامل محیطی، مانند سطوح انتخاب و دسترس‌پذیری به پاداش‌ها، بر ادراکات مربوط به منبع علیت اثر می‌گذارد (رمضان‌زاده، عمومی، ۱۳۸۵).

این نظریه هستند (بارد، دسی و رایان، ۲۰۰۴؛ گانی و دسی، ۲۰۰۵).

نظریه خودتعیین‌گری (SDT)، نظریه‌ای مبتنی بر تجربه و درباره انگیزه، تحول و سلامت انسان است. این نظریه به جای مقدار، بر انواع انگیزه‌های انسان تمرکز دارد و میان انواع انگیزه‌ها تمایز قائل می‌شود (دسی و رایان، ۲۰۰۸). نظریه خودتعیین‌گری، شامل شش خرده نظریه است که عبارتند از:

- نظریه ارزیابی شناختی (CET): این خرده نظریه، به انگیزش درونی و عوامل تأثیرگذار بر آن، مثل پاداش‌های بیرونی، ارزیابی‌ها و بازخوردها، می‌پردازد.

- نظریه یکپارچگی ارگانیزمی (OIT): این خرده نظریه، بر فرآیندهایی تمرکز دارد که از طریق آنها می‌توان انگیزش فرد را برای انجام فعالیت‌هایی که انگیزه درونی ایجاد نمی‌کنند، درونی کرد.

- نظریه جهت‌گیری‌های علی (COT): این خرده نظریه، به تفاوت‌های فردی در گرایش افراد به جهت دادن به محیط و تنظیم رفتارها می‌پردازد.

- نظریه نیازهای بنیادین روان‌شناختی (BPNT): این خرده نظریه، مفهوم نیازهای بنیادین روان‌شناختی را با جزئیات توصیف می‌کند و به رابطه این نیازها با سلامت روان‌شناختی و بهزیستی می‌پردازد.

- نظریه محتوای هدف (GCT): این خرده نظریه، به تمایز میان اهداف درونی و بیرونی و تأثیر آنها بر انگیزش و بهزیستی می‌پردازد.

- نظریه انگیزه روابط (RMT): این خرده نظریه، به

# راهکارهایی برای مطالعه و برنامه‌ریزی تحصیلی (گفتار نوزدهم)

● به کوشش محمد صادق پوده ●



شما تمامی چنین تأکیدهایی را منعکس کند. آهنگ صدا و مواردی از این قبیل، به‌سادگی فراموش می‌شوند، اما شما می‌توانید برداشت خود را از آنها به گونه‌ای که در هر صفحه یادداشت به طور برجسته‌ای خودنمایی کند، حفظ کنید.

۶- به محض دریافت فهرستی از عناوین سخنرانی، فکر نکنید که کار شما تمام شده است

بلکه به طور مداوم مطالبی به این فهرست اضافه کنید. بدین ترتیب آن را متعلق به خود کنید (نه یک فهرست معمولی سخنرانی). از هر فرصتی استفاده کنید تا اطلاعات داده شده روی فهرست را غنی‌تر کنید (حتی اگر انتظار فهرست مطالب دیگری را دارید که به این فهرست پیوست شود، امیدوار نباشید که همه چیز در آن به صورت کامل ذکر شده باشد، بلکه ممکن است که برخی از مطالب نیز از قلم افتاده باشد؛ پس خود شما یادداشت بردارید).

۷- هرگاه به مطلبی بر می‌خورید که آن را درک نمی‌کنید، سؤالات خود را درباره آن مطلب بنویسید

به علاوه واکنش‌ها و نظرات خود را نیز بنویسید؛ بدین ترتیب، یادداشت‌های شما گزارشی از افکار شما خواهد بود، نه فقط یک رونوشت از مطالبی که شخص دیگری بیان کرده است.

۸- در صورت امکان، نوشته‌های خود را با نوشته‌های دو یا سه نفر دیگر مقایسه کنید اگر نظریه‌ای یا مطلبی از قلم افتاده است، به آن اضافه کنید، و اگر مطلبی را به غلط یادداشت کرده‌اید، آن را تصحیح کنید.

۹- به فاصله دو یا سه روز دیگر، قبل از اینکه معنی پرسش‌ها و نظرات رمزی را که نوشته‌اید، فراموش کنید، نگاهی به یادداشت‌های خود بیندازید

مروری به یادداشت‌های خود داشته باشید و به طور منظم روی آنها کار کنید، مطالبی را اضافه کنید، اصلاحاتی را روی آنها انجام دهید، مطالبی را توضیح دهید و آنها را به منابع درسی دیگر ربط دهید.

۱۰- هر دسته از یادداشت‌ها را تبدیل به فهرستی از سؤالات کنید

این سؤالات باید منعکس کننده کارهایی باشند که از شما خواسته می‌شود تا درباره موضوعات مورد نظر انجام دهید، و خلاصه‌هایی را که شامل ساختار و اساس هر مبحث باشند، تمرین کنید و به سؤالات مربوط به آنها پاسخ دهید و از خلاصه‌ها به عنوان مطالب قابل دسترسی استفاده کنید.

۱- بحارالانوار، ج ۲، ص ۱۵۱

## ۲- خودتان تصمیم بگیرید که چه موقع

### مطلبی را بنویسید

صرفاً به خاطر اینکه اطرافیان شما شروع به نوشتن کرده‌اند، چیزی ننویسید. مسأله‌ای نیست اگر تنها کسی باشید که می‌نویسید. احتمالاً به‌زودی دیگران از شما تبعیت خواهند کرد! هنگامی یادداشت بردارید که احساس می‌کنید مطلبی ارزش نوشتن و حفظ کردن را دارد.

### ۴- همواره از خود سؤال کنید

«از من انتظار می‌رود که قادر به انجام چه کاری باشم؟» به گونه‌ای یادداشت بردارید تا به شما یادآوری کند که از شما چه انتظار می‌رود، و به شما کمک کند تا انتظارات خود را برآورده کنید. نسبت به تمام سرنخ‌ها و اشارات در ارتباط با مطالبی که ممکن است بعدها در امتحان از شما خواسته شود، هشیار باشید، و به این امید نباشید که همه آن مطالب را بعداً به خاطر خواهید داشت، بلکه آنها را روی کاغذ بیاورید.

### ۵- نکات مهم یادداشت خود را برجسته تر بنویسید

هر صفحه را به گونه‌ای بنویسید که با یک نگاه، مفاهیم و نظرات اصلی مطلب، مشخص باشد. از مدادهای رنگی، کادرها، شبرنگ‌ها، طرح‌های مختلف و هر روشی که می‌دانید، استفاده کنید تا نکات مهم، برجسته‌تر به نظر برسند. به نکاتی که با استفاده از آهنگ صدا، حالات صورت و تکرار مطلب، مورد تأکید قرار می‌گیرند، توجه کنید و کاری کنید که یادداشت

## تهیه یادداشت به جای رونویسی

آنچه در طی سخنرانی‌ها یا جلسات یادداشت می‌کنید، مهم‌ترین پشتوانه‌ای است که در طی تحصیلات خود ذخیره می‌کنید؛ با این وجود، افراد زیادی فقط هرچه را که دیکته می‌شود، می‌نویسند و برای خود یادداشتی تهیه نمی‌کنند. توصیه‌های زیر به راهکارهایی اشاره می‌کند که می‌تواند یادداشت‌برداری را به شروع با ارزشی برای درک مطلب درسی تبدیل کند.

### از پیامبر اکرم (ص) روایت کرده‌اند که فرمود:

«قیدوا العلم. قیل و ما تقییده؟ قال کتابته»<sup>۱</sup>

«دانش را در بند کنید. عرض شد: بند کردن دانش چیست؟ فرمود: نگاشتن آن».

### ۱- فقط رونویسی نکنید

فقط آنچه را که روی تابلو یا تخته می‌بینید یا آنچه را که می‌شنوید، ننویسید. خیلی ساده است که بدون تفکر و تعمق همه چیز را رونویسی کنید. با کلمات خود و به روش خودتان بنویسید. وقتی می‌توانید جملات را به طور خلاصه در قالب لغات خودتان بنویسید، از نوشتن جملات طولانی خودداری کنید. روند تصمیم‌گیری راجع به لغاتی که می‌خواهید آنها را به کار برید، ذهن شما را هشیار نگه می‌دارد و آن را از خستگی و کسالت بیرون می‌آورد.

### ۲- طرح‌های گوناگون به کار گیرید

کاری کنید که هر صفحه از یادداشت‌های شما با صفحات قبل از آن فرق داشته باشد. انجام این کار باعث می‌شود که هر صفحه در خاطر شما بماند. تمام صفحه را پر نکنید، بلکه جای خالی برای اصلاحات بعدی و مطالب اضافی، باقی بگذارید.

اطلاعیه سازمان سنجش آموزش کشور درباره:

**فراخوان طراحان سؤال به منظور ثبت‌نام در «سامانه طراحان سؤال» سازمان سنجش آموزش کشور**

در راستای سیاست‌های کلان سازمان سنجش آموزش کشور، مبنی بر «برنامه‌ریزی در مسیر توسعه آزمون‌های استاندارد و شیوه‌های نوین به منظور برگزاری الکترونیکی و هوشمند تمامی آزمون‌ها» سامانه طراحان سؤال راه‌اندازی گردید. در مرحله نخست در نظر است تا برای آزمون‌های سراسری، کارشناسی ارشد و دکتری، نسبت به شناسایی و استفاده از تمامی ظرفیت‌های علمی تخصصی موجود در دانشگاه‌ها، مؤسسات آموزشی و پژوهشی کشور و همچنین ظرفیت معلمان و دبیران عزیز وزارت آموزش و پرورش، برای طراحی سؤالات با رعایت استانداردهای لازم استفاده شود.

بدین منظور، از شما فرهیختگان گرامی «اعم از شاغلان و بازنشستگان» دعوت به عمل می‌آید با مراجعه به درگاه سازمان سنجش آموزش کشور یا آدرس [www.iais.sanjesh.org](http://www.iais.sanjesh.org)، در سامانه طراحان سؤال ثبت‌نام نموده و مطابق دستورالعمل اعلام‌شده در این سامانه، اقدام به طراحی و ارسال سؤالات خود به این سازمان نمایید.

**راهنمای کاربران به منظور استفاده از سامانه طراحان سؤال**<https://iais.sanjesh.org>ورود به درگاه سامانه طراحان سؤال  
سازمان سنجش آموزش کشور

۱

- ۱- پرکردن اطلاعات فرم عضویت
- ۲- اعلام موافقت با قوانین و ضوابط طراحی سؤال
- ۳- کلیک بر روی ثبت‌نام

ثبت نام در سامانه  
با کلیک روی لینک عضویت

۲

- ۱- ارسال کد فعال‌سازی از طریق پیامک به شماره موبایل ثبت شده
- ۲- ثبت کد ارسال شده در بخش مورد نظر

ورود به سامانه با نام کاربری  
و کلمه عبور تعیین شده

۳

- ۱- کلیک بر روی لینک پروفایل
- ۲- تکمیل بخش مشخصات فردی
- ۳- تکمیل بخش مشخصات راه‌های ارتباطی
- ۴- تکمیل بخش سوابق شغلی
- ۵- تکمیل بخش سوابق تحصیلی
- ۶- تکمیل بخش «درس‌های من» شامل:

- تعیین دروس موردنظر به منظور طراحی سؤال
- اعلام علاقه‌مندی به داوری در صورت تمایل به داوری

تکمیل اطلاعات کارپوشه (پروفایل)  
حساب کاربری و مشخص کردن درس‌ها  
جهت طراحی سؤال

۴

اطلاع‌رسانی از طریق پیامک در صورت تایید حساب کاربری

احراز هویت و بررسی اطلاعات توسط  
سازمان سنجش و فعال‌سازی حساب  
کاربری در صورت تأیید

۵

- ۱- امکان طراحی سؤال به صورت متن با کلیک روی افزودن سؤال
- ۲- امکان طراحی سؤال به صورت فایل سؤال با کلیک روی افزودن فایل سؤال
- ۳- امکان مشاهده، بازطراحی، ویرایش، حذف سؤال یا دانلود فایل سؤال توسط خود طراح (البته در صورتی که وضعیت سؤال در مرحله اول، یعنی «در انتظار بررسی» باشد).

شروع به طراحی سؤال  
با کلیک روی گزینه طراحی سؤال

۶



https://www.sanjesh.org



صاحب امتیاز: سازمان سنجش آموزش کشور  
مدیر مسئول: دکتر عبدالرسول پورعباس  
مدیر اجرایی: محمدرضا حاجی نصیری  
حروفچینی: مجید قدسی  
طراحی گرافیک و صفحه آرایی: محمد محمدزاده  
شاپا: ۲۹۱۶-۱۷۳۵ :ISSN ۱۷۳۵-۲۹۱۶

نقل و برداشت مطالب نشریه پیک سنجش یا ذکر کامل منبع بلامانع است.  
استفاده از طرح‌ها و عکس‌های اختصاصی پیک سنجش منوط به اجازه کتبی است  
نشانی: تهران، ابتدای پل کریمخان زند، بین خیابان‌های نجات‌اللہی و قرنی، پلاک ۲۰۴  
صندوق پستی ۵۵۵۷-۱۴۱۵۵  
نشانی سایت: peyk.sanjesh.org  
صندوق الکترونیکی: email.peyk@sanjesh.org

سال بیست و نهم، شماره ۴ | دوشنبه | ۱۰ اردیبهشت‌ماه | سال ۱۴۰۳ | ۱۲ صفحه | شماره پیاپی ۱۳۷۲



سازمان سنجش آموزش کشور

## مرحله برای مشاهده و ایجاد یا ترمیم سوابق تحصیلی



گام اوّل

ورود به سایت سازمان سنجش آموزش کشور  
[www.sanjesh.org](http://www.sanjesh.org)



گام دوّم

ورود به بخش سامانه جامع آزمون سراسری



گام سوّم

ورود به بخش «ثبت نام در آزمون»



گام چهارم

ورود به بخش «اطلاعات من»



گام پنجم

از جدول «سوابق ثبت نام» در ستون «درگاه آموزش و پرورش» انتخاب بخش «ورود به سایت آموزش و پرورش برای مشاهده سوابق تحصیلی»



گام ششم

ورود به سامانه بررسی و تأیید سوابق تحصیلی ایجاد یا ترمیم سوابق تحصیلی

