

Önszabályozott tanulás és tanulási eredményesség – Esettanulmány egy nyolcosztályos
gimnáziumban

1. számú melléklet: Az aatfelvétel során alkalmazott mérőeszköz: Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) kérdőív (Pintich et al, 1991)

Háttér adatok

1. Nemed:

- ☐ nő
- ☐ férfi
- ☐ nem szeretnék válaszolni

2. Korod (számokkal megadva): _____

A kérdőív a következőkben **3 részből** áll.

Először a tanulással kapcsolatos **általános** kijelentéseket olvashatsz, utána a **matematika** tantárgyhoz kapcsolódó kijelentéseket, majd az általad tanult **idegen nyelv** tantárgyakra vonatkozókat.

Értékelj a következő kijelentéseket a szerint, hogy mennyire jellemzőek, igazak rád!

1: egyáltalán nem jellemző rám	2: inkább nem jellemző rám	3: kis mértékben jellemző rám	4: mérsékelten jellemző rám	5: inkább jellemző rám	6: nagy mértékben jellemző rám	7: teljes mértékben jellemző rám
---	-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------	--	---

I. Tanulással kapcsolatos **általános** kérdések

3. Akkor vagyok igazán elégedett, ha a félév és a tanév végén jó jegyeket kapok.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

4. Az a legfontosabb jelenleg számomra, hogy javítsak az átlagomon, ezért a fő célom, hogy jó jegyeket kapjak.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

5. Ha tudok, akkor jobb jegyeket szeretnék kapni, mint a legtöbb diáktársam.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

6. Azért szeretnék jól teljesíteni, mert fontos számomra, hogy megmutassam képességeimet másoknak (családomnak, barátoknak, tanárainknak stb.).

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

7. Általában egy olyan helyet keresek önálló tanuláshoz, ahol könnyen tudok koncentrálni.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

8. Önálló tanulás során jól kihasználom a tanulásra szánt időt.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

9. Csak nehezen tudom követni és betartani az időtervet.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

10. Van egy külön helyem (szoba, szobor, asztal stb.), ahol tanulni szoktam.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

11. Van, hogy hamarabb feladom az önálló tanulást, mint terveztem.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

12. Igyekszem akkor is szorgalmas lenni/tanulni, ha nem tetszik, amit csinálni kell.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

13. Ha egy anyagrész túlságosan nehéz, feladom a tanulást, vagy csak az egyszerű részeket tanulom meg.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

14. Még ha unalmas és számomra nem is érdekes az anyag, akkor is addig szoktam tanulni, amíg kész nem vagyok mindennel.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

15. Ha önálló tanulás során elakadok/problémába ütközök, megpróbálom egyedül megoldani, nem kérek segítséget másoktól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

16. Ha problémába ütközök, segítséget kérek a tanáromtól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

17. Ha problémába ütközök, segítséget kérek egy diáktársamtól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

18. Igyekszem azonosítani a csoportomban lévő olyan tanulókat, akiktől segítséget kérhetek szükség esetén.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

19. Szerinted mik/kik befolyásolják leginkább a tanulmányi eredményeket? (feleletválasztós, több válaszlehetőség is megjelölhető)

- ☐ csak saját magam
- ☐ a tanárom
- ☐ a tankönyvek, kiegészítő anyagok (mennyisége, minősége)

20. Véleményed szerint mennyire tükrözik reálisan az érdemjegyeid a tudásodat?

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

II. A következő kijelentések a matematika tantárgyhoz kapcsolódnak. Kérlek, a válaszadáskor a matematika tantárgyra gondolj és úgy értékeld a kijelentéseket!

21. Ha megfelelő módszereket használom, akkor képes leszek megtanulni az anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

22. Ha nem tudom megtanulni az anyagot, az az én hibám.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

23. Ha elég keményen próbálkozom, akkor meg fogom tudni tanulni az anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

24. Ha nem értem az anyagot, az azért van, mert nem próbálkoztam elég keményen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

25. Dolgozatírás közben eszembe szokott jutni, hogy milyen gyengén teljesítek a diáktársaimhoz képest.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

26. Dolgozatírás közben sokat gondolok azokra a részekre, amikre nem tudok válaszolni.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

27. Dolgozatírás közben eszembe jutnak annak a következményei, ha megbukok.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

28. Dolgozatírás közben nyugtalanító, zaklatott érzés uralkodik el rajtam.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

29. Dolgozatírás közben jobban ver a szívem.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Kognitív és metakognitív stratégiák

A következő oldalakon az önálló tanulással kapcsolatos kérdéseket találsz. Önálló tanulás alatt arra gondolunk, amikor külső irányítás nélkül tanulunk, mi határozzuk meg például, hogy mivel, mennyi ideig és milyen mélységben foglalkozunk. Ilyen lehet az otthoni készülés egy dolgozatra, vagy házi feladat írása is.

A következő kijelentések még mindig a **matematika** tantárgyhoz kapcsolódnak!

30. Önálló tanulás során vázlatokat készítek, hogy rendszerezem a gondolataimat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

31. Önálló tanulás során végigolvasom a feladott tananyagot és a jegyzeteimet, és megpróbálom megkeresni a legfontosabb részeket.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

32. Önálló tanulás során táblázatokat, diagramokat vagy egyéb grafikus ábrákat készítek, hogy rendszerezem az információkat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

33. Önálló tanulás során vázlatot készítek a legfontosabb fogalmakról, részokről a tananyagból.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

34. A tanórák alatt sokszor lemaradok a fontos részekről, mert máshol járnak a gondolataim.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

35. Amikor önálló tanulás során elolvasom a tananyagot, felteszek magamnak kérdéseket az olvasottakkal kapcsolatban, hogy ezáltal jobban tudjak koncentrálni.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

36. Amikor valamit nem értek az olvasottakkal kapcsolatban, visszamegyek és újból átolvasom a problémás részeket.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

37. Ha nehéznek találom a feladott tananyagot, megpróbálok változtatni azon, hogy hogyan olvasom el és dolgozom fel azt.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

38. Mielőtt nekilátok megtanulni egy új tananyagot, először átfutom, hogy megnézzem hogyan épül fel, milyen részekből áll.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

39. Önálló tanulás során kérdéseket teszek fel magamnak, hogy ellenőrizsem, hogy megtanultam-e az új anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

40. Megpróbálom a saját tanulási módszereimet a tantárgyi követelményekhez és a tanár tanítási módszereihez, stílusához igazítani.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

41. Úgy érzem, hogy bár elolvasom a tananyagot, sokszor nem értem, hogy miről szól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

42. Önálló tanulás során van, hogy végiggondolom a témát és kiválasztom, hogy mit kellene abból megtanulnom, a helyett, hogy végigolvasom az egész anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

43. Önálló tanulás során próbálom beazonosítani, hogy melyik részeket nem értem jól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

44. Önálló tanulás során felállítok magamnak bizonyos célokat (pl. hány fejezetet dolgozok fel, hány feladatot oldok meg stb.), hogy irányítsák a tanulási folyamatomat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

45. Ha az órai jegyzetelés során összezavarodom/nem értek valamit, később, önálló tanulás során visszatérek rá.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

III. A következő kijelentések az idegen nyelv tantárgyakhoz kapcsolódnak. Kérlek, a válaszadáskor az általad tanult idegen nyelv tantárgyakra gondold és úgy értékeld a kijelentéseket!

46. Ha megfelelő módszereket használom, akkor képes leszek megtanulni az anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

47. Ha nem tudom megtanulni az anyagot, az az én hibám.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

48. Ha elég keményen próbálkozom, akkor meg fogom tudni tanulni az anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

49. Ha nem értem az anyagot, az azért van, mert nem próbálkoztam elég keményen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

50. Dolgozatírás közben eszembe szokott jutni, hogy milyen gyengén teljesítek a diáktársaimhoz képest.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

51. Dolgozatírás közben sokat gondolok azokra a részekre, amikre nem tudok válaszolni.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

52. Dolgozatírás közben eszembe jutnak annak a következményei, ha megbukok.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

53. Dolgozatírás közben nyugtalanító, zaklatott érzés uralkodik el rajtam.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

54. Dolgozatírás közben jobban ver a szívem.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Kognitív és metakognitív stratégiák

A következő kijelentések még mindig az **idegen nyelv** tantárgyakhoz kapcsolódnak!

55. Önálló tanulás során vázlatokat készítek, hogy rendszerezsem a gondolataimat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

56. Önálló tanulás során végigolvasom a feladott tananyagot és a jegyzeteimet, és megpróbálom megkeresni a legfontosabb részeket.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

57. Önálló tanulás során táblázatokat, diagramokat vagy egyéb grafikus ábrákat készítek, hogy rendszerezsem az információkat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

58. Önálló tanulás során vázlatot készítek a legfontosabb fogalmakról, részéről a tananyagból.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

59. A tanórák alatt sokszor lemaradok a fontos részektől, mert máshol járnak a gondolataim.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

60. Amikor önálló tanulás során elolvasom a tananyagot, felteszek magamnak kérdéseket az olvasottakkal kapcsolatban, hogy ezáltal jobban tudjak koncentrálni.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

61. Amikor valamit nem értek az olvasottakkal kapcsolatban, visszamegyek és újból átolvasom a problémás részeket.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

62. Ha nehéznek találom a feladott tananyagot, megpróbálom változtatni azon, hogy hogyan olvasom el és dolgozom fel azt.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

63. Mielőtt nekilátok megtanulni egy új tananyagot, először átfutom, hogy megnézzem hogyan épül fel, milyen részekből áll.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

64. Önálló tanulás során kérdéseket teszek fel magamnak, hogy ellenőrizsem, hogy megtanultam-e az új anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

65. Megpróbálom a saját tanulási módszereimet a tantárgyi követelményekhez és a tanár tanítási módszereihez, stílusához igazítani.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

66. Úgy érzem, hogy bár elolvasom a tananyagot, sokszor nem értem, hogy miről szól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

67. Önálló tanulás során van, hogy végiggondolom a témát és kiválasztom, hogy mit kellene abból megtanulnom, a helyett, hogy végigolvasom az egész anyagot.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

68. Önálló tanulás során próbálom beazonosítani, hogy melyik részeket nem értem jól.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

69. Önálló tanulás során felállítok magamnak bizonyos célokat (pl. hány fejezetet dolgozok fel, hány feladatot oldok meg stb.), hogy irányítsák a tanulási folyamatomat.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

70. Ha az órai jegyzetelés során összezavarodom/nem értek valamit, később, önálló tanulás során visszatérek rá.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---