

**Universitatea Babeş-Bolyai Cluj-Napoca**  
**Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației**

**TEZĂ DE DOCTORAT**  
**EMOȚIILE ACADEMICE ȘI AUTO-REGLAREA**  
**ÎNVĂȚĂRII. DINAMICĂ ȘI EFECTE ASUPRA**  
**PERFORMANȚEI ELEVILOR DE CLASA A VIII A**

**-REZUMAT-**

**Coordonator Științific: Prof. Univ. Dr. Vasile CHIȘ**

**Doctorand: Ileana VEȘTEMEAN (FRITEA)**

**Cluj-Napoca**

**2013**

## CUPRINS

Fundamentarea teoretică .....	4
Introducere.....	4
Capitolul 1. Problematika emoțiilor în educație.....	9
Ce sunt emoțiile? Definiție și delimitări conceptuale.....	11
Cauzalitatea emoțiilor. Teoriile evaluărilor.....	12
Emoțiile, funcționarea cognitivă și autoreglarea comportamentală.....	17
Emoțiile și învățarea școlară. Teoria control-valoare a emoțiilor academice.....	30
Capitolul 2. Autoreglarea în învățare.....	46
2.1. Învățarea autoreglată. Definiție și delimitări conceptuale.....	46
2.2. Modele socio-cognitive ale autoreglării învățării.....	49
2.3. Arii de autoreglare în învățare.....	59
2.4. Intervențiile de dezvoltare a abilităților reglatorii în învățare.....	89
Studiul 1. Emoțiile academice și învățarea autoreglată.....	96
Obiectivul cercetării.....	97
Ipotezele cercetării.....	97
Metoda.....	98
Participanți.....	98
Instrumente.....	98
Procedură.....	101
Rezultate.....	101
Discuții.....	110

Studiul 2. Testarea eficienței unei intervenții de dezvoltare a abilităților de auto-reglare a învățării.....	118
Obiectivele cercetării.....	120
Ipotezele cercetării.....	121
Metoda.....	121
Participanți.....	121
Instrumente.....	122
Procedură.....	122
Analiza datelor.....	145
Rezultate.....	145
Discuții.....	153
Studiul 3. Dinamica unor variabile emoționale, motivaționale și de performanță pe parcursul intervenției.....	161
Obiectivele cercetării.....	164
Ipotezele cercetării.....	164
Metoda.....	165
Participanți.....	165
Procedură.....	165
Analiza datelor.....	171
Rezultate.....	171
Discuții.....	181
Concluzii și implicații.....	187
Limitele cercetării.....	208
Direcții viitoare de cercetare.....	210
Bibliografie.....	217

Lista tabelelor.....	239
Lista figurilor și graficelor.....	241
Anexe.....	242
Anexa 1. Indicii de consistență internă ai scalelor utilizate.....	242
Anexa 2. Statistici descriptive pentru emoțiile relaționate cu activitatea de învățare.....	243
Anexa 3. Componente ale ÎAR și performanța academică.....	243
Anexa 4. Balanța decizională .....	244
Anexa 5. Formularea de obiective personale (fișă de lucru).....	245
Anexa 6. Cum putem face obiectivele de scurtă durată mai specifice și măsurabile? .....	246
Anexa 7. Transformarea obiectivelor în obiective provocatoare, dar realiste (fișă de lucru).....	247
Anexa 8. Cercul.....	248
Anexa 9. Teste non-literare (memorie și controlul contextului).....	249
Anexa 10. “Emoție de toamnă” (Nichita Stănescu).....	252
Anexa 11. Listă de recompense.....	253
Anexa 12. “Ce-și face omul cu mâna lui” (Isac Asimov).....	254
Anexa 13. “Educația religioasă” (Andrei Pleșu).....	256
Anexa 14. Chestionar “De ce amân?” (sursa: Vernon, 1998).....	258
Anexa 15. Procrastinarea (sursa: Vernon, 1998).....	259
Anexa 16. Fișa de sortare (sursa: Vernon, 1998).....	261
Anexa 17. Carduri de joc (sursa: Vernon, 1998).....	262
Anexa 18. Gândește, Simte, Acționează .....	263
Anexa 19. Gândire rațională (fișa de lucru).....	264
Anexa 20. Planificarea săptămânală a activității.....	265
Anexa 21. Jurnal de învățare (săptămâna 5).....	266

**Cuvinte cheie:** emoții academice, auto-reglarea învățării, reglare motivațională, jurnale de învățare, performanță

Provocările pe care noile condiții sociale și istorice le lansează afectează cadrele de referință ale activității noastre profesionale, ale vieții cotidiene și ale societății în general. Odată cu comutarea accentului dinspre producția industrială înspre producția de informație, forța esențială a secolului 21 a devenit capitalul intelectual al indivizilor (Sahin, 2009). Noua paradigmă obligă agenții educaționali la o reconceptualizare a rolurilor lor și a practicilor cotidiene de predare, învățare și evaluare. În noul context social și istoric, avem de-a face cu o nouă tipologie de nevoi a celor care învață. *“The new learners”* trebuie să achiziționeze mai mult decât conținuturi disciplinare; trebuie să poată utiliza cunoștințele și abilitățile de care dispun făcând necesare dezvoltarea gândirii critice, aplicarea cunoștințelor la situații noi, analizarea de informații noi, colaborarea, comunicarea eficientă, abilitățile rezolutive și cele decizionale. În acest context, abilitățile de învățare devin vitale. Parteneriatul pentru Abilitățile Secolului 21 (*Partnership for 21 st Century Skills*, 2008) împarte abilitățile de învățare în trei mari categorii: informare și comunicare, gândire și rezolvare de probleme, abilități interpersonale și de autodirecționare. Demersul nostru investigativ și practic se înscrie în această paradigmă a abilităților necesare în secolul 21 întrucât își propune dezvoltarea integrată a abilităților de autoreglare a învățării, ca prerechizită de importanță majoră în dobândirea autonomiei în învățare și în auto-direcționarea comportamentelor care să asigure performanța academică și profesională.

Dorim ca prin această lucrare să aducem o contribuție la înțelegerea mai acurată a realității educaționale a elevilor de gimnaziu și la conturarea mai clară a factorilor care pot prezice și susține performanța lor școlară. Intervenția pe care am elaborat-o și am implementat-o se dorește un instrument de facilitare a învățării și performanței pentru elevii de gimnaziu, un instrument de dezvoltare a abilităților care permit dobândirea autonomiei în învățare și învățarea

pe parcursul vieții și care să creeze premise necesare pentru experiențe emoționale pozitive în relație cu școala și învățarea.

Pentru realizarea acestui obiectiv, studiul de față coroborează date din două tendințe majore ale cercetării educaționale: autoreglarea învățării (care accentuează rolul factorilor cognitivi / metacognitivi, respectiv motivaționali / metamotivaționali) și problematica emoționalității asociate învățării, autoreglării și performanței; abordarea integrată a perspectivelor menționate este unul dintre elementele de noutate pe care lucrarea noastră le propune. Studiul nostru abordează unitar autoreglarea învățării, analizând și dezvoltând elemente de ordin cognitiv, metacognitiv și motivațional importante pentru învățare și autoreglarea acesteia în cadrul unui framework de tip socio-cognitiv, dar ia în considerare și aspectele emoționale care însoțesc participarea la ore sau studiul individual.

Cu privire la emoțiile apărute în contexte academice, cea mai importantă contribuție este cea legată de apariția unei teorii care câștigă tot mai multă susținere empirică, teoria control-valoare a emoțiilor academice (Pekrun, 2002,2006) care oferă un cadru teoretic de studiere a antecedentelor diferitelor emoții care însoțesc participarea la ore, învățarea sau situațiile de examinare și a efectelor pe care emoțiile generate le au asupra învățării și performanței. Această teorie constituie fundamentul teoretic al cercetării de față. Emoțiile academice sunt definite în cadrul teoriei control-valoare ca emoții legate direct de activități relaționate cu reușita (*achievement activities*) sau de rezultatul acestora. În cadrul acestei teorii, Pekrun (2006) propune două grupuri de antecedente evaluative ale emoțiilor academice: *controlul subiectiv* asupra activităților de învățare și a rezultatelor lor și *valoarea subiectivă* a acestor activități. Aceasta denotă valența percepută a acțiunilor și rezultatelor lor. Ca determinanți distali ai emoțiilor academice, Pekrun identifică scopurile de reușită, dar și antecedente ce țin de personalitate și antecedente sociale și culturale.

Teoria control-valoare a emoțiilor academice susține că emoțiile academice afectează procese cognitive, motivaționale și regulatorii care mediază învățarea și reușita și asumă că influența acestora se situează la nivelul următoarelor mecanisme (Pekrun, 2006): interesele și motivația de a învăța, resursele cognitive, utilizarea strategiilor de învățare și autoreglarea învățării.

Cercetarea noastră cuprinde trei studii distincte. Ne propunem pentru început o “radiografiere”, un “diagnostic” al abilităților reglatorii ale elevilor de gimanziu și a emoționalității asociate cu învățarea la Limba și Literatura Română, utilizând pentru evaluare acestora chestionare auto-raporate care evaluează emoțiile academice (AEQ), utilizarea de strategii cognitive și metacognitive în învățare (MSLQ) și utilizarea de strategii de reglare a motivației (Wolters și Aroyo-Benzón, 2010). Primul nostru studiu analizează emoțiile relaționate studiului la Limba și Literatura Română, strategiile de auto-reglare a învățării utilizate în mod curent atunci când elevii realizează sarcinile de învățare și vom analiza relațiile existente între aceste variabile. De asemenea, suntem interesați de felul în care emoțiile academice și strategiile reglatorii se asociază cu performanțele obținute de elevi la simularea testării naționale a competențelor de Limba și Literatura Română.

Demersul nostru devine ulterior mai specific și utilizează metodologia jurnalelor de învățare pentru a analiza stări de învățare unice, repetate (Schmitz și Wiese, 2006), dar și pentru a identifica interacțiunea diferiților factori ai autoreglării învățării. În cel de-al doilea studiu al cercetării noastre dorim să testăm eficiența unei intervenții integrative de dezvoltare a abilităților de reglare metacognitivă, motivațională și emoțională importante pentru învățare. Intervenția noastră își propune să înzestreze elevii cu abilități reglatorii de tip metacognitiv, motivațional și emoțional care să le permită realizarea sarcinilor de învățare în condiții de maximă eficiență. Ne propunem antrenarea elevilor astfel încât aceștia să poată utiliza strategii de învățare care să le asigure procesarea de adâncime a informației, să activeze strategii care să îi ajute în reglarea nivelului motivațional atunci când sarcinile de învățare sunt plictisitoare sau dificile și să poată reduce nivelul emoțiilor negative resimțite în raport cu învățarea prin modificarea cognițiilor generate de contextul sarcinii. Considerăm că un astfel de program, care deși nu are pretenția exhaustivității, se constituie într-o intervenție care operează cu un grad de complexitate neexersat până în prezent în mediul școlar românesc.

Datele obținute în cele două studii vor fi completate, în cadrul ultimului nostru studiu, de analizarea mai specifică a felului în care emoțiile academice, dar și anumiți factori ai ÎAR evoluează pe parcursul intervenției implementate de noi, obținând astfel un tablou mai complex a problematicii emoționalității asociate învățării.

Datele rezultate din implementarea cercetării noastre au reușit să răspundă afirmativ și nuanțat la o întrebare de mare actualitate în cercetarea educațională: De ce merită să investigăm emoțiile relaționate învățării?

Foarte concis formulat, emoțiile academice sunt importante pentru că se asociază cu diverși factori ai învățării autoreglate, care au fost identificați constant în literatură ca predictorii importanți ai performanței academice. Bucuria, speranța sau mândria asociate învățării sunt asociate cu factori de reglare cognitivă și metacognitivă a învățării și cu managementul timpului și mediului de studiu. Mai mult decât atât, ele par să se asocieze cu toate strategiile de reglare motivațională investigate în cadrul acestui studiu, dar și cu auto-eficacitatea percepută a elevilor și disponibilitatea lor de a depune efort în învățare. Deși o relație de asociere directă a emoțiilor pozitive cu performanța la simularea testării naționale nu a fost identificată, am găsit în schimb asocieri negative semnificative statistic între emoțiile negative (furie, anxietate, rușine, lipsă de speranță) și performanța la această testare. Studii viitoare vor putea explica poate de ce emoțiile pozitive nu prezic performanțe superioare, dar cele negative preziv performanțe inferioare. Considerăm aceste rezultate ca pe un punct de start extrem de valoros pentru cercetări similare.

Sumarizând, primul studiu al cercetării noastre a arătat că elevii participanți sunt orientați mai degrabă înspre rezultate, nu înspre procesul de învățare în sine, resimt frecvent plictiseală în context școlar, preferă să acționeze asupra mediului exterior și nu spre cel intern când sunt confrunțați cu sarcini plictisitoare, dificile sau neinteresante, nu se raportează critic la materialele cu care vin în contact și nu consideră învățarea colaborativă cu colegii o resursă pentru învățare. De asemenea, am arătat că elevii care resimt emoții pozitive în timpul învățării tind să utilizeze mai multe strategii de reglare cognitivă și motivațională pentru a-și asigura progresul înspre obiectivul propus, iar cei care resimt frecvent emoții negative sunt mai puțin dispuși să depună efort în învățare, utilizează mai puțin strategii cognitive în învățare și mai puține strategii reglatorii. Mai mult decât atât, am arătat prin acest studiu că, deși emoțiile pozitive nu se asociază performanței la o testare standardizată, *toate* emoțiile măsurate de noi se asociază negativ cu notele obținute, acest lucru putându-se constitui într-un real semnal de alarmă pentru educatori și părinți, dar și un element care poate orienta profesioniștii din educație atunci când doresc să înțeleagă și să optimizeze performanțele elevilor. Considerăm că mai ales acest rezultat conturează necesitatea să privim mai serios, structurat și sistematic ceea ce simt elevii în legătură

experiențele lor școlare și să dezvoltăm, pe lângă competențele disciplinare necesare, și abilități reglatorii de tip motivațional și emoțional.

Dacă prima noastră cercetare a demonstrat doar relații de asociere între emoțiile academice și diferiți factori ai învățării auto-reglate, cel de-al doilea studiu ne-a permis opinii mai ferme în legătură cu rolul autoreglării emoțiilor în fenomenologia autoreglării învățării. Rezultatele pe care le-am obținut în urma implementării intervenției noastre nu numai că au arătat succesul intervenției (tradus prin abilități autoreglatorii mai bine dezvoltate), dar au demonstrat că a ajuta elevii să își gestioneze emoțiile resimțite în context școlar are efecte nu doar asupra reducerii emoționalității negative ci și asupra unor factori reglatori, de ordin metacognitiv sau motivațional. A antrena abilitățile elevilor de reevaluare cognitivă și a celor de reducere a stressului influențează frecvența de raportare de emoții pozitive asociate învățării (plăcerea de a învăța) și reducerea frecvenței unor emoții negative (furie sau anxietate). De asemenea, acest mecanism e posibil să fi influențat creșterea frecvenței de utilizare a reglării metacognitive și utilizarea auto-administrării de recompense ca strategie de reglare motivațională. Acest rezultat ni se pare cu deosebire important pentru că permite anumite inferențe ale cauzalității posibile dintre variabile (deși trebuie să ținem cont de limitările pe care design-urile cvasiexperimentale le comportă) și permite tanscenderea limitelor impuse de cercetarea corelațională. Mai mult decât atât, elevii care au fost antrenați în reglarea emoțiilor par să aibă o performanță mai bună la testarea competențelor la Limba și Literatura Română. Deși efectul este mic, el indică o tendință care merită explorată pe viitor.

În opinia noastră, în fața principalelor rezultate ale acestei cercetări, necesitatea de a lua în considerare factorul emoțional asociat învățării nu mai poate fi opțională. Profesioniștii din școli, dar și părinții elevilor trebuie să acorde atenție și acestui aspect și să își conjuge eforturile pentru a face din emoțiile academice factori de facilitare ai învățării și performanței și nu factori de obstacolare a acestora.

## Bibliografie

Ainley, M., Ainley, J., (2011). Student engagement with science in early adolescence: The contribution of enjoyment to students' continuing interest in learning about science *Contemporary Educational Psychology* 36, 4–12

- Ames, C., (1992). Classrooms: Goals, Structures and Student Motivation, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 84, Nr.3, 261-271
- Artino, A.R., LA Rochelle, J.S., Durning, S.J., (2010). Second-year medical students' motivational beliefs, emotions and achievement, *Medical Education*, 44, 1203-1212
- Alexandrov, A. (2010), "Characteristics of Single-Item Measures in Likert Scale Format", *The Electronic Journal of Business Research Methods*, Vol. 8, Nr.1 , 1-12
- Ashby, G.F., Isen, A.M., (1999). A Neuropsychological Theory of Positive Affect and Its Influence on Cognition, *Psychological Review*, Vol. 106, Nr. 3, 529-550
- Aspinwall, L. G., (1998), Rethinking the Role of Positive Affect in Self-Regulation *Motivation and Emotion*, Vol. 22, Nr. 1
- Aspinwall, L.G., Brunhart, S. M. (1996). Distinguishing optimism from denial: Optimistic beliefs predict attention to health threats, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 993-1003.
- Aspinwall, L.G., Taylor, S. E. (1993). The effects of social comparison direction, threat and self-esteem on affect, self-evaluation, and expected success. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 64, 708-722.
- Aspinwall, L.G., Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping, *Psychological Bulletin*, 121, 417-436.
- Badura, A., (1997), *Self-efficacy: The Exercise of Control*, Freeman, New York
- Bar-Haim, Y., Lamy, D., Pergamin, L., Bakermans- Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., (2007). Threat-related attentional bias in anxious and nonanxious individuals: A meta-analytic study, *Psychological Bulletin*, Vol. 133, 1-24
- Barsade, S.G., (2001). *The Ripple Effect: Emotional Contagion in Groups*, Working Papers Series OB, Yale School of Management
- Baumeister, R.F., Bratslavsky, E., Muraven, M., Tice, D. M., (1998). Ego Depletion: Is the Active Self a Limited Resource?, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 74, Nr.5, 1252-1265
- Baumeister, R.F., Heatherton, T.F., (1996). Self-regulation failure: An Overview, *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 7:1, 1-15
- Baumeister, R.F., Vohs, K.D., Tice, D.M. (2007). The strength model of self-control, *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351–355.
- Baumeister, R.F., Zell, A.L., Tice, D.M., (2007). How Emotions Facilitate and Impair Self-Regulation, in Gorss, J.J. (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*, The Guilford Press New York

- Bisson, M. A., Sears, C. R. (2007). The effect of depressed mood on the interpretation of ambiguity, with and without negative mood induction, *Cognition and Emotion*, Vol. 21, 614-645
- Blanchette, I., Richards, A., (2010), The influence of affect on higher level cognition: A review of research on interpretation, judgement, decision making and reasoning, *Cognition and Emotion*, Vol. 24, Nr.4, 561-595
- Blanchette, I., Campbell, M. (2005). The effect of emotion on syllogistic reasoning in a group of war veterans, lucrare prezentată la The XXVIIth Annual Conference of the Cognitive Science Society, Stresa, Italy
- Boekaerts, M., (1995). Self-Regulated Learning: Bridging the Gap Between Metacognitive and Metamotivation Theories, *Educational Psychologist*, Vol. 30, Nr. 4, 195-200
- Boekaerts, M., (1999). Self-regulated learning: where we are today, *International Journal of Educational Research*, 31, 445-457
- Boekaerts, M., (2007). Students' Emotions: A Key Component of their SRL?, în Schutz, P.A., Pekrun, R., (Ed.), *Emotions in Education*, Elsevier Inc.
- Boekaerts, M., Cascallar, E., (2006), How Far Have We Moved Toward the Integration of Theory and Practice in Self-Regulation?, *Educational Psychological Review*, Vol. 18, 199-210
- Boekaerts, M., Pintrich, P., Zeidner, M. (Eds.). (2000), *Handbook of self-regulation*, San Diego, CA: Academic Press.
- Butler, G., Mathews, A. (1987), Anticipatory anxiety and risk perception, *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 11, 551-565
- Carver, C.S., Scheier, M.F., (1990), Origins and Functions of Positive and Negative and Positive Affect: A Control Process View, *Psychological Review*, 97, 19-35
- Channon, S., Baker, J. (1994), Reasoning strategies in depression: Effects of depressed mood on a syllogism task, *Personality and Individual Differences*, Vol. 17, 707-711
- Chiş, V. (2002), *Provocările Pedagogiei Contemporane*, Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca
- Dai, D.Y., Sternberg, R. J., (2004), *Motivation, Emotion and Cognition- Integrative Perspectives on Intellectual Functioning and Development*, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London
- Dai, D.Y., Sternberg, R. J., (2004), Beyond Cognitivism: Toward an Integrated Understanding of Intellectual Functioning and Development, în Dai, D.Y., Sternberg, R. J., (Ed.), *Motivation, Emotion and Cognition- Integrative Perspectives on Intellectual Functioning and Development*, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London
- Daniels, L.M., Stupnisky, R.H., Pekrun, R., Haynes, T.L. Perry, R.P., Newall, N.E. (2009). Longitudinal Analysis of Achievement Goals: From Affective Antecedents to Emotional Effects and Achievement Outcomes, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 101, No. 4, 948-963.
- Daschmann, E.C., Goetz, T., Stupnisky, R.H., (2011), Testing the predictors of boredom at school: Development and validation of the precursors to boredom scales, *British Journal of Educational Psychology*, 81, 421-440

- De Cuir-Gunby, J., Aultman, L.P., Schutz, P.A., (2009), Investigating Transactions Among Motives, Emotional Regulation and Test Emotions, *The Journal of Experimental Education*, Vol.77 , Nr.4, 409-436.
- Derakshan, N., Eysenck, M. W. (1998), Working memory capacity in high trait-anxious and repressor groups, *Cognition and Emotion*, Vol. 12, 697-713
- Dettmers, S., Trautwein,U, Lüdtke,O., Goetz, T., Frenzel, A.C., Pekrun, R., (2011), Students' emotions during homework in mathematics: Testing a theoretical model of antecedents and achievement outcomes, *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 36, 25–35.
- Dignath, C., Buttner, G., (2008), Components of Fostering Self-Regulated Learning Among Students: A meta-analysis on Intervention Studies at Primary and Secondary Level, *Metacognition Learning*, Vol. 3, 231-264.
- Dinsmore, D.L., Alexander, P.A., Loughlin, S.M., (2008), Focusing the Conceptual Lens on Metacognition, Self-regulation, and Self-regulated Learning, *Educational Psychology Review*, Vol. 20, 391–409.
- Duckworth, A.L., Seligman, M.E.P., (2005), Self-Discipline Outdoes IQ in Predicting Academic Performance of Adolescents, *Psychological Science*, Vol. 16, Nr. 12, 939-944.
- Duncan, T.G., McKeachie, W.J., (1991), The Making of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire, *Educational Psychologist*, Vol. 40(2), 117–128
- Dweck, C.S., Jeggel, E.L., (1988), A Social-Cognitive Approach to Motivation and Personality, *Psychological Review*, Vol. 95, Nr. 2, 256-273
- Eccles, J.S. (2005), Subjective Task Value and The Eccles et al. Model of Achievement –Related Choices, in Elliot, A.J., Dweck, C.S. (ed), *Handbook of Competence and Motivation*, The Guilford Press
- Eccles, J.S., Wigfield, A., (2002), Motivational Beliefs, Values and Goals, *Annual Review of Psychology*, Vol. 53, 109-132
- Eccles, J., Wigfield, A., Schiefele, U. (1998), *Motivation to Succeed*, in Damon, W., Eisenberg, N., (Ed.), *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional and Personality Development*, Wiley, New York
- Elliot, A.J., Harackiewicz, J.M., (1996), Approach and Avoidance Achievement Goals and Intrinsic Motivation: A Mediation Analysis, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 70, 968-980
- Elliot, A.J., Church, M.A., (1997), A Hierarchical Model of Approach and Avoidance Achievement Motivation, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 72, Nr. 1, 218-232
- Elliot, A. J., Dweck, C. S. (Ed), (2005), *Handbook of competence and motivation*, New York, NY, US: Guilford Publications
- Ellsworth, P.C., Scherer, K.R., (2001), Appraisal Processes in Emotion, in Scherer, K.R., Schor, A., Johnstone, T., (Ed.), *Appraisal Processes in Emotion: Theory, Methods, Research*

- Estrada, C.A., Isen, A.M., & Young, M.J. (1997), Positive affect facilitates integration of information and decreases anchoring in reasoning among physicians. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 72, 117–135.
- Fiedler, K. (2000), Toward an integrative account of affect and cognition phenomena using the BIAS computer algorithm, in J. P. Forgas (Ed.), *Feeling and thinking. The role of affect in social cognition*, Cambridge University Press
- Forgas, J. P., (1989), Mood effects on decision making strategies. *Australian Journal of Psychology*, 41, 197-214.
- Forgas, J. P. (1995), Mood and judgment: The Affect Infusion Model (AIM). *Psychological Bulletin*, 117, 39-66.
- Forgas, J. P., Bower, G. H., Krantz, S. E. (1984), The influence of Mood on Perceptions of Social Interactions, *Journal of Experimental Social Psychology*, Vol. 20, 497-513.
- Frederickson, B.L., Cohn, M.A. (2008), Positive Emotions, in Lewis, M., Haviland-Jones, J.M., Feldman Barrett, L. (Ed.), *Handbook of Emotions*, The Guilford Press New York
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, Vol. 2, 300-319
- Fredrickson, B. L. (2001), The role of positive emotions in positive psychology: The Broaden-and- Build theory of positive emotions, *American Psychologist*, Vol. 56, 218–226
- Frederickson, B. L., Joiner, T. (2002), Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, Vol. 13, 172–175
- Fredrickson, B. L., Branigan, C. (2005), Positive emotions broaden thought–action repertoires: Evidence for the broaden-and-build model, *Cognition and Emotion*, Vol. 19, 313–332
- Frederickson, B.L., Mancuso, R. A., Branigan, C., Tugade, M.M., (2000), The Undoing Effect of Positive Emotions, *Motivation and Emotion*, Vol. 24, Nr. 4, 237-258
- Friedman, R., Deci, E.L., Elliot, A.J., Moller, A.C., Aarts, H., (2010), Motivational synchronicity: Priming motivational orientations with observations of others behavior, *Motivation and Emotion*, Vol. 34, 34-38
- Frijda, N.H., (1988), The Laws of Emotion, *American Psychologist*, Vol. 43, 349-358
- Gadbois, S. A., Sturgeon, R. D. (2011), Academic self-handicapping: Relationships with learning specific and general self-perceptions and academic performance over time, *British Journal of Educational Psychology*, Vol. 81, 207–222
- Goetz, T., Frenzel, A.C., Pekrun, R., Hall, N.C., (2007), The Between- and Within-Domain Relations of Students' Academic Emotions, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 99, Nr. 4, 715–733
- Goetz, T., Preckel, F., Pekrun, R., Hall, N.C., (2007), Emotional experiences during test taking: Does cognitive ability make a difference?, *Learning and Individual Differences*, Vol. 17, 3–16
- Goetz, T., Cronjaeger, H., Frenzel, A.C., Lüdtke, O., Hall, N.C., (2010), Academic self-concept and emotion relations: Domain specificity and age effects, *Contemporary Educational Psychology*, vol. 35, 44–58

- Goetz, T., Frenzel, A.C., Hall, N.C., Pekrun, R., (2008), Antecedents of academic emotions: Testing the internal/external frame of reference model for academic enjoyment, *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 33 , 9–33
- Goetz., T., Pekrun, R.,Hall., N., Haag, L., (2006), Academic emotions from a social-cognitive perspective: Antecedents and domain specificity of students' affect in the context of latin instruction, *British Journal of Educational Psychology*, Vol. 76, 289-30
- Goetz.,T., Frenzel, A.C., Pekrun, R., Hall., N., (2005), Emotional Intelligence in the Context of learning and Achievement, în *Emotional Intelligence: An International Handbook*, Schulze, R., Roberts, R.D., (Ed.), Hogrefe & Huber Publishing
- Graziano,P.A., Reavis, R.D., Keane, S.P., Calkins, S.D., (2007), The role of emotion regulation in children's early academic success, *Journal of School Psychology*, Vol. 45, 3–19
- Gross, J.J., (1999), Emotion Regulation: Past, Present, Future, *Cognition and Emotion*, Vol.13 Nr. 5, 551-573
- Gross, J.J., (2008), Emotional Regulation, în *Handbook of Emotions*, J.J.Gross (Ed.), New York: The Guilford Press
- Gross, J.J., John, O.P., (2003), Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 85, Nr. 2, 348–362
- Gumora, G., Arsenio, W.F., (2002), Emotionality, Emotion Regulation, and School Performance in Middle School Children, *Journal of School Psychology*, Vol. 40, Nr. 5, 395 – 413
- Haga, S.M., Kraft, P., Corby, E.M., (2009), Emotion Regulation: Antecedents and Well-Being Outcomes of Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression in Cross-Cultural Samples, *Journal of Happiness Studies*, Vol. 10, 271-291
- Harter, A., (1992), The Relationship Between Perceived Competence, Affect and Motivational Orientation Within Classroom: Processes and Patterns of Change, în Boggiano, A.K., Pittman, T.S., (Ed.), *Achievement and Motivation: A Social-Developmental Perspective*, Cambridge University Press
- Hattfield, E., Cacioppo, J.T., Rapson, R.L., (1993), Emotional Contagion, *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 2, Nr. 3, 96-99
- Hattie, J., Biggs, J., Purdie, N., (1996), Effects of Learning Skills interventions on Students Learning: A Meta-Analysis, *Review of Educational Research*, Vol. 66, Nr.2, 99-136
- Hsieh, Y., Neff, K., Dkullaya, D., (2005), Self-compassion, Achievement Goals and Coping with Academic Failure, *Self and Identity*, Vol., 4, Nr. 3, 263-287
- Huang, C., (2011), Achievement Goals and Achievement Emotions: A Meta-analysis, *Educational Psychological Review*, Vol. 23, 359–388
- Hull, J. G. (1981), A self-awareness model of the causes and effects of alcohol consumption, *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 90, 586-600.

- Ionescu, M., (2011), *Instrucție și Educație. Paradigme Educaționale Moderne*, Edit. Eikon, Cluj-Napoca.
- Ionescu, M., Radu, I., (Coord.), (2001), *Didactica Modernă*, Editura DACIA, Cluj-Napoca
- Isen, A., (2001), Some Perspectives on Positive Affect and Self-Regulation, *Psychological Inquiry*, Vol. 11, Nr.3, 184-187
- Isen, A.M., Reeve, J., (2005), The Influence of Positive Affect on Intrinsic and Extrinsic Motivation: Facilitating Enjoyment of Play, Responsible Work Behavior and Self-Control, *Motivation and Emotion*, Vol. 29, Nr. 4, 297-326
- Isen, A.M., (2008), Some Ways in Which Positive Affect Influences Decision Making and Problem Solving, în Lewis, M., Haviland-Jones, J.M., Feldman Barrett, L. (Ed.), *Handbook of Emotions*, The Guilford Press New York
- Isen, A.M., Daubman, K.A., (1984), The influence of affect on categorization. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 47, 1206–1217.
- Isen, A.M., Daubman, K.A., Nowicki, G. P. (1987). Positive affect facilitates creative problem solving, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.52, 1122–1131.
- Isen, A.M., Nygren, T.E., Ashby, F.G. (1988), The influence of positive affect on the subjective utility of gains and losses: It is just not worth the risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 55, 710
- Isen, A.M., Rosenzweig, A.S., Young, M. J. (1991), The influence of positive affect on clinical problem solving, *Medical Decision Making*, Vol. 11, 221–227.
- Izard, C.E.(2007), Basic Emotions, Natural Kinds, Emotion Schemas and a New Paradigm, *Perspectives on Psychological Science*, Vol. 2, Nr. 3, 260-280
- Izard, C.E., (2009), Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions, and Emerging Issues, *Annual Review of Psychology*, 60, 1-25
- Johnson, K.J., Fredrickson, B.L. (2005). “We all look the same to me”: Positive emotions eliminate the own-race bias in face recognition. *Psychological Science*, Vol. 16, 875–881.
- Kaplan, A., (2008), Clarifying Metacognition, Self-Regulation and Self-Regulated Learning: What’s the Purpose, *Educational Psychology Review*, Vol. 20, 477–484
- Klug, J., Ogrin, S., Keller, S., Ihringer, A., Schmitz, B., (2011), A Plea for Self-regulated Learning as a process: Modelling, Measuring and Intervention, *Psychological Test and Assessment Modelling*, Vol. 53, Nr. 1, 51-72
- Koole, S.L., (2009), The psychology of emotion regulation: An integrative review, *Cognition and Emotion*, Vol. 23, Nr.1, 4-41
- Korotitsch, W., Nelson-Gray, R.O., (1999), An Overview of Self-Monitoring Research in Assessment, *Psychological Assessment*, Vol. 11, Nr. 4, 415-425

- Lai, E.R., (2011), *Metacognition: A Literature Review Research Report*, Pearson Pub.
- Lajoie, S. P., (2008), Metacognition, Self Regulation and Self-regulated Learning: A Rose by any other Name? , *Educational Psychology Review*, Vol. 20, 469–475
- Larson, R.W., Richard. M.H., (1991), Boredom in the Middle School Years: Blaming School vs. Blaming Students, *American Journal of Education*, Vol. 4, 418-430
- Lazarus, R.S., (1991), *Emotions and Adaptation*, Oxford University Press, New York
- Lazarus, R. S., (2000), Toward better research on stress and coping, *American Psychologist*, Vol.55, 665–673
- Leith, K.P., Baumeister, R.F., (1996), Why do bad moods increase self-defeating behavior? Emotion, risk-taking and self-regulation, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 71, 1250-1267
- Lemeni, G., Miclea, M. (coord.), (2010), *Consiliere și Orientare –Ghid de Educație pentru carieră*, Editura ASCR
- Lemeni, G., Porumb, M. (coord.), (2004), *Consiliere și Orientare-Ghid de Educație pentru Carieră. Activități pentru clasele V-VIII*, Editura ASCR
- Lench, H.C., Flores, S.A., Bench, S.W., (2011), Discrete Emotions Predict changes in Cognition, Judgement, Experience, Behavior and Physiology: A Meta-Analysis of Experimental Emotion Elicitations, *Psychological Bulletin*, Vol. 137, Nr.5, 834-855
- Levenson, R.W., (1996), Biological substrates of empathy and facial modulation of emotion: Two facets of the scientific legacy of John Lanzetta, *Motivation and Emotion*, Vol. 20, Nr. 3, 185-204
- Lewis, M., Haviland-Jones, J.M., Feldman Barrett, L. (Ed.), (2008), *Handbook of Emotions*, The Guilford Press New York
- Linnenbrink, E. A., Pintrich, P.R., (2002), Achievement Goal Theory and Affect: An Asymmetrical Bidirectional Model, *Educational Psychologist*, Vol. 37, Nr. 2, 69–78
- Lyubomirsky, S., King, L., Diener, E. (2005), The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to succes?, *Psychological Bulletin*, Vol. 131, Nr. 6, 803-855
- Martin, L.L., Ward, D.W., Achee, J.W., Wyer, R.S., (1994), Mood as Input: People Have to Interpret the Motivational Implications of Their Mood, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 64, Nr. 3, 317-326
- Martin, A. J., Marsh, H. W., Debus, R. L. (2001), Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective, *Journal of Educational Psychology*, Vol 93, 87-102.
- Mathews, A., Mackintosh, B. (2000), Induced emotional interpretation bias and anxiety, *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 109, 602-615.

- Mayer, J. D., Gaschke, Y. N., Braverman, D. L., Evans, T. W. (1992), Mood-congruent judgment is a general effect, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 63, 119-132
- Meyer, D.K., Turner, J.C. (2002), Discovering Emotion in Classroom Motivation Research, *Educational Psychologist*, Vol. 37, Nr. 2, 107–114
- Meyer, D.K., Turner, J.C., (2006), Re-conceptualizing Emotion and Motivation to Learn in Classroom Contexts, *Educational Psychological Review*, Vol. 18, 377–390
- Midgley. C., Urdan. T., (1995), Predictors of Middle School Students' Use of Self-Handicapping Strategies, *The Journal of Early Adolescence*, vol. 15, Nr 4, pag.389-411
- Moshman, D., (1982), Exogenous, endogenous, and dialectical constructivism, *Developmental Review*, Vol. 2, Nr. 4, 371-384
- Multon, K.D., Brown, S.D., Lent, R.W., (1991), Relation of Self-Efficacy Beliefs to Academic Outcomes: A Meta-Analytic Investigation, *Journal of Counselling Psychology*, Vol. 38, Nr. 1, 30-3
- Moors, A. (2009), Theories of emotion causation: A review, *Cognition and Emotion*, Vol. 23 (4), 625-662.
- Muraven, M., Baumeister, R.F., (2000), Self-regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self-Control Resemble a Muscle?, *Psychological Bulletin*, Vol. 126, Nr. 2, 247-259
- Muraven, M., Tice, D.M., Baumeister, R. F. (1998). Self-control as limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 74, 774-789.
- Muraven, M., Tice, D.M., Baumeister, R.F., (1998), Self-Control as Limited Resource: Regulatory Depletion Patterns, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 74, No. 3, 774-789
- Nett, U.E., Goetz, T., Hall, N.C., (2011), Coping with boredom in school: An experience sampling perspective, *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 36, 49–59
- Nygren, T. E., Isen, A. M., Taylor, P. J., Dulin, J. (1996), The influence of positive affect on the decision rule in risk situations: Focus on outcome (and especially avoidance of loss) rather than probability, *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 66, 59–72.
- Op't Eynde, P., Turner, J.E., (2006), Focusing on the Complexity of Emotion Issues in Academic Learning: A Dynamical Component Systems Approach, *Educational Psychology Review*, Vol. 18, 361-376
- Pajares, F., (1996), Self-efficacy Beliefs in Achievement Settings, *Review of Educational Research*, Vol. 66, 543-578
- Pekrun, R., Elliot, A.J., Maier, M. A., (2009), Achievement Goals and Achievement Emotions: Testing a Model of Their Joint Relations With Academic Performance, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 101, Nr. 1, 115–135

- Pekrun, R., Goetz, T., Daniels, L.M., Stupnisky, R.H., Perry, R.P., (2010), Boredom in Achievement Settings: Exploring Control–Value Antecedents and Performance Outcomes of a Neglected Emotion, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 102, Nr. 3, 531–549
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., (2002), Academic Emotions in Students' Self-Regulated Learning and Achievement: A Program of Qualitative and Quantitative Research, *Educational Psychologist*, Vol. 37, Nr. 2, 91–105
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., Perry, R., (2002), Academic emotions in students self-regulated learning and achievement: a program of qualitative and quantitative research, *Educational Psychologist*. Vol. 37, 91-105.
- Pekrun, R., Goetz, T., Frenzel, A.C., Barchfeld, P., Perry, R.P., (2011) Measuring emotions in students' learning and performance: The Achievement Emotions Questionnaire (AEQ) *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 36, 36–48
- Pekrun, R. (1992). The impact of emotions on learning and achievement: Towards a theory of cognitive/motivational mediators. *Applied Psychology: An International Review*, Vol. 41, 359–376.
- Pekrun, R. (2006), The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries and implications for educational research and practice, *Educational Psychology Review*, Vol. 18, 315–341.
- Pekrun, R., Elliot, A. J., Maier, M. A. (2006), Achievement goals and discrete emotions: A theoretical model and prospective test, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 98, 583–597.
- Perels, F., Dignath, C., Schmitz, B., (2009), Is it possible to improve mathematical achievement by means of self-regulated learning strategies? Evaluation of an intervention in regular math classes, *European Journal of Psychology of Education*, Vol. XXIV, (1), 17-31
- Perels, F., Otto, B., Landman, M., Hertel, S., Schmitz, B., (2007), Self-regulation from a Process Perspective, *Journal of Psychology*, Vol. 215, Nr. 3, 194-204
- Philippot, P., Feldman, R.S. (ed.), (2004), *The Regulation of Emotion*, Lawrence Erlbaum Associates publishers
- Pintrich, P.R. (2003), A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 95, Nr. 4, 667–686
- Pintrich, P.R. (2004), A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students, *Educational Psychology Review*, Vol. 16, Nr. 4
- Pintrich, P.R., De Groot, E.V., (1990), Motivational and Self-Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 82, Nr. 1, 33-40
- Pintrich, P.R., Brown, D.R., Weinstein, C.E. (ed.), (1994), *Student Motivation, Cognition and Learning*, Lawrence Erlbaum Associates Publishers
- Pintrich, P. R. (2000), The role of goal orientation in self-regulated learning, in M. Boekaerts, P. Pintrich, M. Zeidner (Ed.), *Handbook of self-regulation*, 451–502

- Pintrich, P. R., Garcia, T. (1991), Student goal orientation and self-regulation in the college classroom, în M. L. Maehr, P. R. Pintrich (Ed.), *Advances in motivation and achievement*, Vol. 7, 371–402
- Pintrich, P. R. (1999), The role of motivation in promoting and sustaining self-regulated learning, *International Journal of Educational Research*, Vol. 31, 459–470
- Popa, M., (2008), *Statistică pentru Psihologie. Teorie și Aplicații SPSS*, Editura Polirom
- Popa, M., (2010), *Statistici Multivariate Aplicate în Psihologie*, Editura Polirom
- Puustinen, M., Pulkkinen, L., (2001), Models of Self-regulated Learning: a review, *Finland Scandinavian Journal of Educational Research*, Vol. 45, Nr. 3
- Ren, J., Hu, L., Zhang, H., Huang, Z., (2010), Implicit positive emotion counteracts ego depletion, *Social Behavior and Personality*, Vol. 38, Nr. 7, 919-928
- Richardson, M., Abraham, C., Bond, R., (2012), Psychological Correlates of University Students Academic Performance: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Psychological Bulletin*, Vol. 138 (2), 353-387
- Ryan, A., Pintrich, P.R., (1997), Should I Ask for Help?: The Role of Motivation and Attitudes in Adolescents' Help Seeking in Math Class, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 89, 329-341
- Rhodewalt, F. (1990), Self-handicappers: Individual differences in the preference for anticipatory, self-protective acts, în Higgins, R. L. (Ed), *Self-handicapping: The paradox that isn't*, New York, Plenum Press
- Roseman, I.J., Smith, C. A., (2001), Appraisal Theory-Overview, Assumptions, Varieties, Controversies, în *Appraisal Processes in Emotions. Theory, Methods, Research*, Scherer, K.R., Schorr, A., Johnstone, T. (Ed.), Oxford University Press
- Rosenberg, E., (1998), Levels of analysis and the organization of affect, *Review of General Psychology*, Vol 2, Nr. 3, 247-270.
- Ruthing, J.C., Perry, R.P., Hladkyj, S., Hall, N.C., Pekrun, R., Chipperfield, J.G. (2008), Perceived control and emotions: interactive effects on performance in achievement settings, *Social Psychology of Education*, Vol.11, pag 161–180
- Sahin, M.C., (2009), Instructional Design Principles for 21st Century Learning Skills, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1464–1468
- Salomon, G., (1984), Television Is "Easy" and Print Is "Tough": The Differences Investment of Mental Effort in Learning as a Function of Perceptions and Attributions, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 76, Nr. 4, 647-58
- Sansone, C., Harackiewicz, J. M., (1996), "I don't feel like it": The function of interest in self-regulation, în Martin, L. L., Tesser, A. (Ed), *Striving and feeling: Interactions among goals, affect, and self-regulation*, Hillsdale, NJ, England: Lawrence Erlbaum Associates
- Sava, F., (2004), *Analiza datelor în cercetarea psihologică. Modele statistice complementare*, Editura ASCR

- Scherer, K.R., (1984), On the nature and function of emotion: A component process approach, în K.R. Scherer & P.Elkman (Ed.), *Approaches to emotions*, pag. 293-317
- Scherer, K.R., (1999), Appraisal Theory, în Dalglish, T., Power, M., (Ed.), *Handbook of Cognition and Emotion*, John Wiley & Sons Ltd.
- Schmidt, S., Tinti, C., Levine, L.J., Testa, S., (2010), Appraisals, emotions and emotion regulation: An integrative approach, *Motivation and Emotion*, Vol. 34, 63–72
- Schmitz, B., Wiese, B.T. (2006), New perspectives for the evaluation of training sessions in self-regulated learning: Time-series analyses of diary data, *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 31, 64–96
- Schmitz, B., Klug, J., Schmidt, M., (2011), Assessing Self-Regulated Learning Using Diary Measures with University Students, în Zimmerman, B.J., Schunk, D.H. (Ed.), *Handbook of the Self-Regulation of Learning and Performance*, Routledge Pub., Educational Psychology Handbook Series
- Schoenwolf, G., (1990), Emotional contagion: Behavioral induction in individuals and groups, *Modern Psychoanalysis*, Vol. 15, Nr. 1, 49-61
- Schulze, R., Roberts, R.D. (ed.), (2005), *Emotional Intelligence: An International Handbook*, Hogrefe and Huber Publishers
- Schunk, D.H., Ertmer, P.A., (2000), Self-Regulation and Academic Learning. Self-Efficacy Enhancing Interventions, în Boekaerts, M., Pintrich, P.R., Zeidner, M., (Ed.), *Handbook of Self-Regulation*, 532-568
- Schunk, D.H., Pajares, F., (2005), Competence Perceptions and Academic Functioning, în Elliot, A.J., Dweck, Carol, S., (Ed.), *Handbook of Competence and Achievement*, The Guilford Press, New York
- Schunk, D.H., (2008), Metacognition, Self-Regulation, and Self-Regulated Learning: Research Recommendations, *Educational Psychology Review*, Vol. 20, 463–467
- Schunk, D. H., (2005), Self-Regulated Learning: The Educational Legacy of Paul R. Pintrich, *Educational Psychologist*, Vol. 40, Nr.2, 85–94
- Schunk, D.H., Zimmerman, B.J. (Ed.), (2008), *Motivation and Self-regulated Learning. Theory, Research and Applications*, Taylor & Francis Group Ltd.
- Schutz, P.A., Benson, J., DeCuir-Gunby, J.T. (2008), Approach-Avoidance motives, test emotions, and emotional regulation related to testing, *Anxiety, Stress, & Coping*, Vol. 21, nr. 3, 263-281
- Schutz, P.A., DeCuir, J.T., (2002), Inquiry on Emotions in Education, *Educational Psychologist*, Vol. 37, Nr.2, 125–134
- Schutz, P.A., Davis, H.A., (2000), Emotions and Self-regulation During Test Taking, *Educational Psychologist*, Vol.35 , Nr.4, 243-256

- Schwinger, M., Steinmayr, R., Spinath, B., (2009), How do motivational strategies affect achievement: Mediated by effort and moderated by intelligence, *Learning and Individual Differences*, Vol. 19, 621-627
- Sideris, G.D., (2008), The regulation of affect, anxiety and stressful arousal from adopting mastery avoidance goals, *Stress and Health*, Vol. 24, 55-69
- Sitzmann, T., Ely, K., (2011), A Meta-Analysis of Self-Regulated learning in Work-related Training and Educational Attainment: What We Know and Where We need to Go, *Psychological Bulletin*, Vol. 137, Nr. 3, 421-442
- Sperling, R.A., Howard, B.C., Staley, R., DuBois, N., (2004), Metacognition and Self-Regulated Learning Constructs, *Educational Research and Evaluation*, Vol. 10, Nr. 2, 117-139
- Sullins, E.S., (1991), Emotional Contagion Revisited: Effects of Social Comparison and Expressive Style on Mood Convergence, *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 17, 166-174
- Sungur, S. (2007), Contribution of Motivational Beliefs and Metacognition to Students' Performance Under Consequential and Nonconsequential Test Conditions, *Educational Research and Evaluation*, Vol. 13, Nr. 2, 127 – 142
- Stopa, L., Clark, D. M. (2000), Social phobia and interpretation of social events, *Behaviour Research and Therapy*, Vol. 38, 273-283
- Thompson, R.A., (1991), Emotional Regulation and Emotional Development, *Educational Psychology Review*, Vol. 3, Nr. 4, 269-281
- Tice, D.M., Baumeister, R.F., Zhang, L., (2004), The role of emotion in self-regulation: Differing role of positive and negative emotions in P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion*, New Jersey Erlbaum, 213–226
- Tice, D.M., Bratslavsky, E., (2000), Giving in to Feel Good: The Place of Emotion Regulation in the Context of General Self-Control, *Psychological Inquiry*, Vol. 11, Nr. 3, 149-159
- Tieman, H., Van Grinsven, (2007), Learning opportunities to support student self-regulation: comparing different instructional formats, *Educational Research*, Vol. 48, Nr. 1, 77-91
- Trope, Y., (1986), Self-assessment, self-enhancement, and achievement behavior. In R. M. Sorrentino, E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition* New York: Guilford, 350-378
- Trope, Y., Pomerantz, E. M. (1998), Resolving conflicts among self-evaluative motives: Positive experiences as a resource for overcoming defensiveness, *Motivation and Emotion*, Vol. 22, 53–72.
- Trope, Y., & Neter, E. (1994). Reconciling competing motives in self-evaluation: The role of self-control in feedback seeking. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 66, 646-657.
- Tugade, M.M., Fredrickson, B.L. (2007), Regulation of positive emotions: emotion regulation strategies that promote resilience, *Journal of Happiness Studies*, Vol.8, 311-333

- Turner, J.C., (2006), Measuring Self-Regulation: A Focus on Activity, *Educational Psychology Review*, Vol. 18, 293–296.
- Turner, J.E., Husman, J., (2008), Emotional and Cognitive Self-Regulation Following Academic Shame, *Journal of Advanced Academics*, Vol. 20, Nr. 1, 138-173.
- Turner, J.E., Husman, J., (2002), The Importance of Students' Goals in Their Emotional Experience of Academic Failure: Investigating the Precursors and Consequences of Shame, *Educational Psychologist*, Vol. 37, Nr. 2, 79–89.
- Turner, J.C., Thorpe, P.K., Meyer, D.K., (1998), Students' reports of motivation and negative affect: A theoretical and empirical analysis, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 90, 758-771.
- Tyson, D.F., Linnenbrink-Garcia, N.E., (2009), Regulating Debilitating Emotions in the Context of Performance: Achievement Goal Orientations, Achievement-Elicited Emotions and Socialization Contexts, *Human Development*, Vol. 35, 609-629
- Valentine, J.C., DuBois, D.L., Cooper, H., (2004), The Relation Between Self-Beliefs and Academic Achievement: A Meta-Analytic Review, *Educational Psychologist*, Vol. 39, Nr. 2, 111-133.
- VanderStoep, S.W., Pintrich, P.R. (2008), *Learning to Learn. The Skill and Will of College Success* –ed. a 2 a, Pearson Prentice Hall.
- Vernon, A., (2002), *Ce, Cum, Când în terapia copilului și adolescentului. Manual de tehnici de consiliere și psihoterapie*, Editura RTS
- Volet, S., Jarvela, S., (2001), *Motivation in Learning Contexts: Theoretical Advances and Methodological Implications*, Pergamon Publ.
- Wanous, J. P., & Reichers, A. E. (1996). Estimating the reliability of a single-item measure. *Psychological Reports*, Vol. 78, 631-634
- Wegener, D. T., Petty, R. E., Smith, S. M. (1995), Positive mood can increase or decrease message scrutiny: The hedonic contingency view of mood and message processing, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, 5–15
- Weinstein, C.E., Goetz, E.T., Alexander, P.A., (1988), *Learning and Study Strategies: Issues in Assessment, Instruction and Evaluation*, Academic Press Inc.
- Weinstein, C.E., Mayer, R.E., (1986), The Teaching of learning Strategies în Wittrock, M.C., (Ed.), *Handbook of Research on Teaching*, New York: Macmillan
- Weinstein, C.E., Meyer, D.K., (1994), Teaching and assessment of learning strategies, în Husen, T., Postelthwite, T.N., (Ed.), *The International Encyclopedia of Education*, Oxford Pergamon
- Weinstein, C.E., Husman J., Dierking, D.R., (2000), Self-Regulation Interventions with a Focus on Learning Strategies, în Boekaerts, M., Pintrich, P.R., Zeidner, M., (Ed.), *Handbook of Self-Regulation*, Elsevier Academic Press

- Winne, P.H., (2005), Key Issues in Modeling and Applying Research on Self-Regulated Learning, *Applied Psychology: An International Review*, Vol. 54, Nr. 2, 232-238
- Winne, P.H., Perry, N.E., (2000), Measuring Self-Regulated Learning, în Boekaerts, M., Pintrich, P.R., Zeidner, M., (Ed.), *Handbook of Self-Regulation*, Academic Press Orlando, 532-568
- Winne, P.H., (2011), A Cognitive and Metacognitive Analysis of Self-Regulated Learning, în Zimmerman, B.J., Schunk. D.H. (Ed.), *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*, New York, Routledge Pub.
- Wolters, C. (1998), Self-regulated learning and college students' regulation of motivation, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 90, 224-235
- Wolters, C. (2003), Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self regulated learning, *Educational Psychologist*, Vol. 38, 189-205.
- Wolters, C., Benzon, M. (Mai, 2010), Predicting college students' use of motivational regulation strategies, Prezentată la The annual meeting of the American Educational Research Association, Denver, CO.
- Wolters, C.A, Rosenthal, H., (2000), The relation between students' motivational beliefs and their use of motivational regulation strategies, *International Journal of Educational Research*, Vol. 33, 801-820
- Wolters, C.A., Pintrich, P.R., (2003), *Assessing Academic Self-regulated Learning*, lucrare prezentată la Conference on Indicators of Positive Development: Definitions, Measures, and Prospective Validity.
- Wolters., C. A., (1999), The relation between highschool students motivational regulation and their use of learning strategies, effort and classroom performance, *Learning and Individual Differences*, Vol. 11, 281-299
- Wolters, C.A., Yu, S.L., Pintrich, P.R., (1996), The relation between goal orientation and students' motivational beliefs and self-regulated learning, [\*Learning and Individual Differences\*, Vol. 8, Nr. 3](#), 211–238
- Youngblut, J. M., & Casper, G. R. (1993). Single-item indicators in nursing research, *Research in Nursing and Health*, 16, 459-465
- Zeidner, M. (1995), Adaptive coping with test situations, *Educational Psychologist*, Vol. 30, 123–134
- Zimmerman, B.J. (2008), Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments and Future Prospects, *American Educational Research Journal*, Vol.45, 166-183
- Zimmerman, B.J., (1995), Self-Regulation Involves More Than Metacognition: A Social Cognitive Perspective, *Educational Psychologist*, vol. 30, Nr. 4, 217-221
- Zimmerman, B.J., (2000), Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn, *Contemporary Educational Psychology*, Vol.25, 82-91
- Zimmerman, B.J., (2008), Methodological Developments and Future Prospects In Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, *American Educational Research Journal*, Vol. 45, 166-180

- Zimmerman, B. J., Bandura, A. (1994), Impact of self-regulatory influences on writing course attainment, *American Educational Research Journal*, Vol. 31, 845–862
- Zimmerman, B. J., Kitsantas, A. (1997). Developmental phases in self-regulation: Shifting from process to outcome goals, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 89, 29–36.
- Zimmerman, B. J., Martinez-Pons, M. (1986), Development of a structured interview for assessing students' use of self-regulated learning strategies, *American Educational Research Journal*, Vol. 23, 614–628
- Zimmerman, B.J., Martinez-Pons, M., (1990), Student Differences in Self-Regulated Learning: Relating Grade, Sex and Giftedness to Self-Efficacy and Strategy Use, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 82, Nr. 1., 51-59
- Zimmerman, B.J., Paulsen, S. A., (1995), Self-monitoring during Collegiate Studying: An Invaluable Tool for Academic Self-Regulation, *New Directions for Teaching and Learning*, Vol. 63, 13-27
- Zimmerman, B.J., Bandura, A., Martinez-Pons, M., (1992), Self-motivation for Academic Attainment: The Role of Self-Efficacy Beliefs And Personal Goal Setting, *American Educational Research Journal*, Vol. 29, 663-676
- Zimmerman, B.J., Schunk, D.H.,(2004), Self-regulating Intellectual Processes and outcomes: Social Cognitive perspective, in Dai, D.Y., Sternberg, R. J., (Ed.), *Motivation, Emotion and Cognition- Integrative Perspectives on Intellectual Functioning and Development*, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London
- Zimmerman, B.J., Schunk, D.H. (Ed.), (2011), *Handbook of the Self-Regulation of Learning and Performance*, Routledge Pub., Educational Psychology Handbook Series
- Zimmerman, B.J., Schunk, D.H., (Ed.), (2001), *SRL and Academic Achievement: Theoretical Perspectives*, Lawrence Erlbaum Associates
- Zimmerman,B.J., Bonner, S., Kovach, R., (1996), *Developing Self-Regulated Learners: Beyond Achievement to Self-Efficacy*, American Psychological Association, Washington, DC
- Zimmerman, B.J., (1990), Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, Vol. 25, Nr. 1, 3-17
- Zimmerman, B.J., (2002), Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview, *Theory into Practice*, Vol. 41, Nr. 2, 64-70
- Zimmerman, M., Ruggero, C. J., Chelminski, I., Young, D., Posternak, M. A., Friedman, M. et al. (2006). Developing brief scales for use in clinical practice: The reliability and validity of single-item self-report measures of depression symptom severity, psychosocial impairment due to depression, and quality of life, *Journal of Clinical Psychiatry*, Vol. 67, 1536-1541
- Zusho, A., Pintrich, P.R., (2003), Skill and will: the role of motivation and cognition in the learning of college chemistry, *International Journal of Science Education*, Vol. 25, Nr. 9, 1081–1094.