

دانش و پژوهش در روان‌شناسی
دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)
شماره بیست‌وهفتم و بیست‌وهشتم - بهار و تابستان ۱۳۸۵
صص ۳۵-۵۰

تأثیر آموزش‌های شناختی-رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانهای شهر اصفهان

محمدباقر کجیاب^۱ - فاطمه رضوانی^۲

چکیده

این پژوهش به بررسی تأثیر آموزش‌های شناختی-رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر سال اول دبیرستانهای شهر اصفهان پرداخته است. به همین منظور دو فرضیه مطرح شد یکی اینکه آموزش‌های شناختی-رفتاری بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد و دیگر آنکه این نوع آموزشها در پیشرفت تحصیلی دروس حفظی و غیرحفظی تأثیر دارد. روش پژوهش شبه تجربی با دو گروه آزمایش و گواه و اجرای پیش‌آزمون و پس‌آزمون بوده است. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان سال اول دوره متوسطه مدارس شهر اصفهان در سال تحصیلی ۸۱-۱۳۸۰ بوده و حجم نمونه ۶۰ نفر که به دو گروه ۳۰ نفری تقسیم شدند. روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بوده است. ابزار این پژوهش آزمونهای معلم ساخته که برای سنجش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مورد استفاده قرار گرفت و همچنین ۸ جلسه

۱- استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان / اصفهان

۲- کارشناس ارشد روان‌شناسی

آموزش‌های شناختی - رفتاری که پژوهشگر آنها را به‌عنوان متغیر مستقل تنظیم کرده بود. داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری t مستقل و وابسته و آزمون F چندمتغیره و تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل گردید نتایج نشان داد که: t - مشاهده شده در سطح $0.05 \leq P$ تفاوت معناداری را بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون پیشرفت تحصیلی گروه آزمایش و گواه نشان داد. f - مشاهده شده در سطح $0.05 \leq P$ تفاوت معناداری را بین یادگیری دروس حفظی و غیرحفظی گروه آزمایش و گواه نشان داد. کلید واژه‌ها: آموزش‌های شناختی - رفتاری، پیشرفت تحصیلی، دانش‌آموزان دختر، شهر اصفهان.

مقدمه

امروزه آموزش و پرورش یکی از مهمترین عوامل توسعه جوامع محسوب می‌شود. اندیشمندان و برنامه‌ریزان تعلیم و تربیت با تکیه بر اصلاحات آموزشی و با عنایت به پیشرفت سریع علوم و فناوری و تولید و انتقال سریع آن، در برنامه‌های توسعه همواره به نیروی انسانی به‌عنوان سرمایه‌ای مهم توجه داشته و سعی در ایجاد و تقویت بسترهای مناسب برای رشد و بالندگی نیروی انسانی به‌خصوص دانش‌آموزان کرده است.

در این میان نقش مدارس بسیار مهم است. مدارس و عوامل آن نقش مهمی در شکوفاسازی و بالفعل کردن استعدادهای نیروی بالقوه جامعه و متعاقب آن رشد و شکوفایی جامعه دارد. باید شرایط موجود را به‌گونه‌ای فراهم کرد تا آمادگی دانش‌آموزان برای یادگیری و پیشرفت تحصیلی در سطح بالایی قرار گیرد. در این زمینه باید نگرش مثبت دانش‌آموزان نسبت به تحصیل و موفقیت تحصیلی تقویت شود.

کریمی (۱۳۷۹) معتقد است، که نگرش‌های افراد محدود به شناخت‌های آنهاست. لذا با تغییر شناخت‌های افراد، یعنی اطلاعات و آمادگی‌هایی که در مورد تحصیل و نقش آن در زندگی دارند، می‌توان احساسات و عواطف آنها را تغییر داد و کاری کرد که آنها نسبت به تحصیل علاقه‌مند شوند و در نتیجه رفتارهای آنها نیز تحت تأثیر قرار گیرد.

شناخت‌درمانی یکی از روش‌های تغییر نگرش افراد محسوب می‌شود که آرون تن‌بک در اوایل دهه ۱۹۶۰ در دانشگاه پنسیلوانیا از آن به‌عنوان یک شیوه روان‌درمانی

برای درمان افسردگی استفاده کرد. این شیوه ساخت یافته و کوتاه مدت است، به زمان حال گرایش دارد و در جهت حل مشکلات کنونی و اصلاح رفتار و تفکر ناکارآمد جهتگیری شده است (یک، ۱۳۸۰). درمان شناختی رفتاری ترکیبی از دیدگاه بازسازی شناختی در شناخت درمانی به همراه روشهای اصلاح رفتار در رفتاردرمانی است. درمانگر تلاش می‌کند تا هم رفتارها و هم افکاری که عامل آشفتگی هستند را آشکار کند و تغییر دهد تا رفتار سازگار شود (پائولا، ۲۰۰۱).

رویکرد شناختی - رفتاری به مشکلات مراجعان اساساً آموزشی - روانی می‌نگرد و آنان را فاقد مهارتهای لازم برای غلبه بر مشکلاتشان می‌داند و آموزش این مهارتها را به آنان لازم می‌داند (اسکات، ۱۳۷۷).

مطالعه آسودی (۱۳۷۹) نشان داد، افرادی که انگیزه کمی برای پیشرفت دارند گرفتار مجموعه‌ای از تفکرات و شناختهای اشتباه و اسنادهای مخمل هستند. این افراد درباره لیاقتهای و تواناییهای خود باورهایی دارند که آنها را از تلاش و فعالیت باز می‌دارد. همچنین این افراد گاهی به دلیل شکست‌های پی در پی و یا سرزنشهای مکرر والدین دچار افکار منفی مبنی بر بی‌لیاقتی و یا ترس از شکست‌های مجدد می‌شوند. بنابراین اصلاح نگرش این افراد موجب ایجاد انگیزه تحصیلی بیشتر در آنها می‌گردد.

گیج و برلایندر^۱ (۱۹۹۲) انگیزه پیشرفت را به صورت میل یا علاقه به موفقیت کلی یا موفقیت در یک زمینه فعالیت خاص تعریف کرده‌اند. پژوهشها نشان می‌دهد که افراد از لحاظ این انگیزه با هم تفاوت زیادی دارند و معمولاً افرادی که شناخت کافی نسبت به توانایی خود بیابند و موقعیتهای خود را به طور صحیح ارزیابی کنند، بهتر می‌توانند انگیزه‌های موفقیت را در خود تقویت کنند.

بلوم در مدل یادگیری آموزشگاهی خود نشان داده است که ویژگیهای عاطفی دانش‌آموزان (یعنی علاقه و انگیزش آنها نسبت به درس) در جریان یادگیری آموزشگاهی نقش علت و معلول را بازی می‌کنند. وجود انگیزه پیشرفت تحصیلی که ناشی از انگیزش مثبت فرد است، تحمل فرد را در مقابل برخی شکست‌ها افزایش می‌دهد. یعنی افراد علاقه‌مند به یادگیری یک موضوع، در مقایسه با افراد کم‌علاقه

در یادگیری موفقیت بیشتری کسب می‌کنند و این موفقیت بیشتر سطح علاقه و انگیزش آنها را نسبت به آن موضوع و موضوع‌های مشابه آن افزایش می‌دهد. بلوم بر این باور است که «عاطفهٔ مربوط به یادگیری آموزشگاهی دانش‌آموز، بر پیشرفت آموزشگاهی وی تأثیر می‌گذارد و پیشرفت آموزشگاهی او نیز بر عاطفهٔ مربوط به یادگیری آموزشگاهی وی اثر می‌گذارد (سیف، ۱۳۸۰). در این میان نگرش و شناخت نقش مهمی را ایفا می‌کنند که مثبت نمودن نگرش نسبت به تحصیل انگیزهٔ پیشرفت تحصیلی را افزایش می‌دهد (وینگ، ۲۰۰۲).

کینات (۱۳۷۱) اظهار می‌دارد، معلم می‌تواند با به‌کارگیری شیوه‌های صحیح رفتار با دانش‌آموزان، بسیاری از دشواریهای موجود در روابط و موقعیتهای کلاسی را برطرف و در تربیت شاگردانش فعال‌تر عمل کند. (به دانش‌آموزان عزت و احترام ببخشید، با سازگاری در ارتباط در پی برقراری انضباط باشید، انجام تکالیف درسی، مسؤلیت شخصی دانش‌آموزان است، در دانش‌آموز ایجاد انگیزه کنید، توجه داشتن به نحوهٔ کار دانش‌آموز).

رزمی‌زاده (۱۳۷۹) در ارتباط با انگیزهٔ پیشرفت تحصیلی به خودپنداره اشاره می‌کند و معتقد است، تصور فرد از خویش نقش مهمی در زندگی وی دارد. با تقویت و ایجاد خودپندارهٔ مثبت، می‌توان نگرش مثبت در فرد به وجود آورد که بر همین اساس انگیزه‌های موفقیت در وی تقویت می‌گردد.

دوک (۱۹۷۵)، در مطالعات خود دریافت که اگر به کودکان آموخته شود که شکست‌هایشان را ناشی از تلاش نکردن بدانند نه ناتوانی، عملکرد ریاضی آنها بهتر خواهد شد. گلد فرید و سوبوسینسکی (۱۹۷۵) دریافتند که تمایل شخص به داشتن عقاید عقلانی با اضطراب در جمع و صحبت کردن و امتحان همبستگی مثبت دارد. گریب و دیگران (۱۹۸۹) در پژوهشی دریافتند که به‌کارگیری آزمونهای شناختی رفتاری برای دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات یادگیری در زمینه‌های تحصیلی و نیز مهارت آموزشی آنها در به‌کارگیری زبان در بهبود این اختلالات مؤثر است.

چانگ (۱۹۸۶) در پژوهشی با عنوان «اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیلی» نشان داد که با قرار دادن روشهای بهتر مطالعه در اختیار دانشجویان مضطرب و ارائهٔ راه‌حلهای مؤثر حل مسأله می‌توان بر این نگرانی غلبه کرد. همچنین به نظر می‌رسد که

رویکردهای چند عاملی برای کاهش اضطراب امتحان و افزایش عملکرد تحصیلی دانشجویان از همه مطلوب تر است.

برزگر (۱۳۸۱) طی پژوهش تأثیر آموزش گروهی به شیوه شناختی رفتاری را بر سلامت روانی دبیران مرد شهرستان رفسنجان بررسی کرد. طبق نتایج به دست آمده براساس ضریب اتا ۹۴ درصد از تفاوت‌های فردی در نمرات پس‌آزمون مربوط به تأثیر آموزش گروهی به شیوه شناختی رفتاری بود که نشان می‌داد استفاده از این نوع درمان در افراد مورد آزمایش نتیجه‌بخش بوده است.

فریمن (۱۹۹۲) طی پژوهشی نشان داد که وقتی کودکان ترغیب می‌شوند تا بر روی یادگیری‌شان در کلاس درس کنترل بیشتری داشته باشند، سطح انگیزش و پیشرفت آنان افزایش می‌یابد. اگر دانش‌آموزان احساس کنند که معلم یا بعضی دیگر از مظاهر قدرت آنان را کنترل می‌کنند، کمتر درگیر تکالیف درسی می‌شوند و برانگیختگی کمتری از خود نشان می‌دهند.

چسینو (۱۹۹۶) دریافت که شخصیت، خودپنداره و جنسیت به طور معناداری (۱۵ درصد) واریانس نمره‌های پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان را تبیین می‌کند.

ورما (۱۹۹۶) در زمینه بررسی تأثیر عادات مطالعه و منبع کنترل بر پیشرفت تحصیلی مطالعه‌ای را بر روی دانش‌آموزان هندی انجام داد و به این نتیجه رسید که عادات مطالعه و منبع کنترل روی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر دارد. مطالعات گوردون (۱۹۷۷) نشان داد که خودپنداره تحصیلی با پیشرفت تحصیلی ارتباط دارد.

قناد (۱۳۷۴) در پژوهشی با عنوان «بررسی تأثیر عزت‌نفس و وضعیت اجتماعی در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان» دریافت که بین وضعیت فرهنگی و اجتماعی همچنین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان با عزت‌نفس رابطه معناداری وجود دارد.

شکرکن و همکاران (۱۳۷۷) به بررسی ارتباط سبک اسناد، عزت‌نفس و وضعیت اقتصادی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر سال سوم تجربی دبیرستانهای اهواز پرداختند. نتایج تحقیق نشان داد که عزت‌نفس دانش‌آموزان با عملکرد تحصیلی آنها رابطه مثبت دارد.

گل‌محمدی شورکی (۱۳۷۷) در پژوهشی با عنوان «تأثیر روش حل مسئله بر پیشرفت درس ریاضی دانش‌آموزان متوسطه نظام جدید» نشان داد که آموزش با روش

حل مسأله تأثیر معناداری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دارد و نمرات ریاضی گروه آزمایش به‌طور معناداری بیش از نمرات گروه گواه است.

عبدی (۱۳۷۹) در پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله بر پیشرفت تحصیلی درس علوم تجربی دانش‌آموزان سال دوم راهنمایی شهرستان ایلام» نشان داد که حل مسأله بر کیفیت یادگیری دانش‌آموزان مؤثر است و منجر به افزایش پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان می‌شود.

نجابتیان (۱۳۷۹) طی پژوهشی «تأثیر درمان شناختی رفتاری بر میزان اضطراب دانشجویان علوم پزشکی شهرکرد» را بررسی کرد. یافته‌های پژوهش نشان‌دهنده اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر کاهش اضطراب دانشجویان است و تأثیر نتایج درمان بعد از گذشت سه ماه همچنان پایدار بوده است.

طالب‌پور (۱۳۸۰) در پژوهشی با عنوان «بررسی تأثیر آموزش شناختی بر منبع کنترل، انگیزش پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان شاهد مقطع متوسطه در شاهین‌شهر» نشان داد که آموزش شناختی تأثیر معناداری بر افزایش درجات منبع کنترل درونی و افزایش نمرات انگیزش پیشرفت در کلیه آزمودنی‌های گروه آزمایشی داشته است.

فورد و گال (۲۰۰۱) در زمینه رابطه بین ایجاد نگرش مثبت و تأثیر آن بر رفتار موفقیت‌آمیز معتقدند، این دو متغیر ارتباط تنگاتنگی با یکدیگر دارند و در صورتی که بتوان نگرش مثبت نسبت به موضوعی در فرد ایجاد کرد، انگیزه‌های وی برای رسیدن به آن و موفقیت در آن افزایش خواهد یافت. وینگ (۲۰۰۲) در این ارتباط معتقد است، درمان‌های شناختی یکی از روش‌های مؤثر به‌منظور تغییر نگرش دانش‌آموزان نسبت به تحصیل است. مطالعات وی نشان می‌دهد، آموزش‌های شناختی - رفتاری در صورت مستمر بودن تأثیر مثبتی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان خواهد داشت.

مطالعه نورث (۲۰۰۱) نیز نشان داد، آموزش‌های شناختی - رفتاری موجب تغییر نگرش در دانش‌آموزان خواهد شد و می‌تواند تأثیرات مثبتی بر انگیزه‌های پیشرفت تحصیلی آنها به جای گذارد. در این مطالعه، ۳۰ دانش‌آموز بدون انگیزه پیشرفت تحصیلی تحت آموزش‌های شناختی - رفتاری مبتنی بر ایجاد انگیزه مثبت نسبت به تحصیل قرار گرفتند که پس از اتمام این آموزش‌ها و در پایان سال تحصیلی، توانستند

موفقیت تحصیلی بالایی کسب کنند. بنابراین می توان گفت که آموزشهای شناختی - رفتاری بر انگیزه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تأثیرات مثبتی دارد. پژوهش حاضر نیز در صدد سنجش تأثیر آموزش شناختی - رفتاری بر انگیزه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان است. به همین منظور دو فرضیه به شرح زیر تهیه و پاسخ داده شد:

۱- آموزش شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانهای شهر اصفهان تأثیر دارد.

۲- آموزش شناختی - رفتاری در پیشرفت تحصیلی دروس حفظی و غیرحفظی دانش آموزان دختر تأثیر دارد.

روش

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۸۱-۱۳۸۰ بوده که ۱۱۶۹۰ نفر بوده است. برای این منظور با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای ۶۰ نفر از دانش آموزان دختر دبیرستانهای اصفهان انتخاب و به دو گروه ۳۰ نفری تحت عنوان گروه گواه و گروه آزمایش تقسیم شدند. نمونه گیری به این صورت بود که ابتدا از نواحی پنجگانه آموزش و پرورش اصفهان یک ناحیه و سپس از بین دبیرستانهای دخترانه این ناحیه یک دبیرستان و از میان کلاسهای آن، دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند که شامل ۶۰ نفر بودند. سپس یکی از کلاسها به قید قرعه در گروه آزمایش و دیگری در گروه گواه قرار گرفتند که هر کلاس شامل ۳۰ دانش آموز بود.

ابزار پژوهش

۱- آزمونهای پیشرفت تحصیلی معلم ساخته که از آنها به عنوان پیش آزمون و پس آزمون، قبل و بعد از اعمال متغیر مستقل استفاده گردید. این آزمون به وسیله معلمان کلاس و با توجه به محتوای درسی تهیه شد. برای تعیین روایی این آزمون از نظرات کارشناسان و استادان استفاده شد که مورد تأیید آنها قرار گرفت. ضریب پایایی آزمون نیز از طریق روش توافقی و سنجش میزان توافق پنج نفر از استادان و متخصصان برابر با ۰/۸۶ بوده است.

۲- جلسات آموزشهای شناختی- رفتاری: این جلسات شامل ۸ جلسه آموزش به شرح زیر می‌باشد.

جلسه اول: آگاهی از توانایی خود. در این جلسه دانش‌آموزان نسبت به تواناییهای خویش و اهدافی که در این جلسه مورد توجه بود آشنا شدند. روش اجرا و تکلیف مورد نظر برای آنها توضیح داده شد. به طور مثال، تکلیفی به آنها داده شد تا توانیها و استعدادهای فکری و جسمی خود را بنویسند و بیان کنند که چطور می‌توانند آنها را تقویت نمایند. در این زمینه تمرینهایی نیز ارائه شد.

جلسه دوم: خودپذیری. در این جلسه به مفهوم خودپذیری و نقش آن در افزایش عزت‌نفس و آموزش روشهای پذیرش خود پرداخته شد و تکلیفی به آنها داده شد تا سطوح مختلف پذیرش خود را تبیین کنند. در این جلسه برای آنها توضیح داده شد که شرط لازم برای تغییر کردن، پذیرفتن واقعیت است.

جلسه سوم: تقویت عزت‌نفس. در این جلسه به عزت‌نفس، فواید آن و شیوه‌های افزایش آن پرداخته شد. تکلیف داده شده به این صورت بود که حداقل با ۶ عبارت درباره عزت‌نفس، خود را ارزیابی کنند.

جلسه چهارم: روش مطالعه. در این جلسه درباره روش مطالعه، آشنایی با شیوه‌های جدید مطالعه و به کارگیری شیوه SQ3R بحث شد. نکات کلی روشهای مطالعه شامل دانستن هدف، انتخاب محل مطالعه و روش دقیق خوانی آموزش داده شد.

جلسه پنجم: برنامه‌ریزی درسی. در این جلسه آموزشهایی در زمینه برنامه‌ریزی درسی، اهداف برنامه‌ریزی و شیوه برنامه‌ریزی به دانش‌آموزان داده شد.

جلسه ششم: آرامش عضلانی. در این جلسه روش آرامش تدریجی عضلانی آموزش داده شد. همچنین اهداف روش اجرا و تکلیف مناسب ارائه شد (روش آرامش عضلانی، موجب کاهش تنیدگی و اضطراب در بدن شده و انقباض عضلانی را از بین می‌برد).

جلسه هفتم: تسلط بر افکار غیرمنطقی. در این جلسه تأثیر افکار مثبت و منفی روزانه دانش‌آموزان بر پیشرفت تحصیلی و چگونگی غلبه بر تفکرات غیرمنطقی آنان، مورد بحث قرار گرفت و سپس راهکارهای اساسی آموزش داده شد.

جلسه هشتم: مهارت‌های حل مسأله. در جلسه هشتم دانش‌آموزان با مهارت حل مسأله آشنا شده و گام به گام این مهارت را آموزش دیده و به کار بردند. تکالیف داده شده به دانش‌آموزان در منزل اجرا شده است.

روش اجرا

روش پژوهش از نوع شبه تجربی بوده، به این صورت که متغیر مستقل شامل ۸ جلسه یک‌ساعته آموزش‌های شناختی رفتاری بود که به دانش‌آموزان ارائه گردید و تأثیر این آموزش‌ها بر متغیر وابسته یعنی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان سنجیده شد. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها: با به کارگیری روش‌های مختلف آمار توصیفی به ارائه میانگین و انحراف معیار پرداخته شد و برای تحلیل داده‌ها از روش آمار استنباطی، t مستقل و وابسته و تحلیل واریانس چندمتغیره با نرم‌افزار کامپیوتری SPSS استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت به ارائه یافته‌های پژوهش در جدول‌های شماره ۱ تا ۵ پرداخته شده است.

جدول ۱- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمره پیشرفت تحصیلی پس‌آزمون دو گروه آزمایش و گواه

شاخص‌های آماری متغیرها	میانگین	انحراف معیار	مقدار t	سطح معناداری
گروه گواه	۹/۷۶	۲/۵۲	۶/۰۴	۰/۰۰۰۱
گروه آزمایش	۱۲/۹۳	۲/۸۰		

طبق نتایج جدول ۱، t مشاهده شده در سطح $0/05 \leq P$ تفاوت معناداری را بین میانگین پیشرفت تحصیلی پس‌آزمون دو گروه آزمایش و گواه نشان می‌دهد. بنابراین آموزش‌های شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر تأثیر داشته است.

جدول ۲- نتایج آزمون t وابسته مقایسه میانگین نمره پیشرفت تحصیلی پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش

شاخص‌های آماری متغیرها	میانگین	انحراف معیار	مقدار t	سطح معناداری
پیش‌آزمون	۸/۳۷	۲/۴۵	۷/۷۳	۰/۰۰۱
پس‌آزمون	۱۲/۹۳	۲/۸۰		

طبق نتایج جدول ۲، t مشاهده شده در سطح $P \leq 0/05$ تفاوت معناداری را بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون میانگین پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر نشان می‌دهد. بنابراین آموزش‌های شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر داشته است.

جدول ۳- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات دروس حفظی گروه آزمایش و گواه در پس‌آزمون

شاخص‌های آماری متغیرها	میانگین	انحراف معیار	مقدار t	سطح معناداری
گروه آزمایش	۱۲/۳۴	۳/۰۸	۵/۸۶	۰/۰۰۱
گروه گواه	۹/۸۰	۲/۹۱		

طبق نتایج جدول شماره ۳، t مشاهده شده در سطح $P \leq 0/05$ تفاوت معناداری را بین میانگین نمرات دروس حفظی گروه آزمایش و گواه در پس‌آزمون نشان می‌دهد. بنابراین آموزش‌های شناختی - رفتاری بر یادگیری دروس حفظی دانش‌آموزان دختر سال اول دوره متوسطه تأثیر داشته است.

جدول ۴- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات دروس غیرحفظی گروه آزمایش و گواه در پس آزمون

شاخص‌های آماری متغیرها	میانگین	انحراف معیار	مقدار t	سطح معناداری
گروه آزمایش	۱۳/۵۶	۲/۳۷	۶/۶۴	۰/۰۰۱
گروه گواه	۹/۷۱	۲/۷۵		

طبق نتایج جدول ۴، t مشاهده شده در سطح $0/05 \leq P$ تفاوت معناداری را بین میانگین نمرات دروس غیرحفظی گروه آزمایش و گواه در پس آزمون نشان می‌دهد. بنابراین آموزش‌های شناختی - رفتاری بر یادگیری دروس غیرحفظی در دانش‌آموزان دختر سال اول دوره متوسطه تأثیر داشته است.

جدول ۵- نتایج آزمون تحلیل کواریانس مقایسه نمرات دروس حفظی و غیرحفظی در دو گروه آزمایش و گواه

شاخص‌های آماری منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	فراوانی	ضریب ضرب اتا	سطح معناداری
تأثیر پیش‌آزمون	۴۴/۳۵	۵۸	۲۹/۱۷	۱/۳۵	۰/۱۱	۰/۲۷
گروه	۹۵/۸۴	۱	۲۴/۳۵	۴/۵۷	۰/۳۵	۰/۰۰۲

به‌منظور تحلیل آماری داده‌های کمی و با توجه به استفاده از پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و گواه از روش تحلیل کواریانس استفاده شد که F مشاهده شده در سطح $0/05 \leq P$ تفاوت معناداری را بین دو گروه آزمایش و گواه در دروس حفظی و غیرحفظی نشان می‌دهد. بنابراین می‌توان اظهار کرد که آموزش‌های شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دروس حفظی و غیرحفظی دختران دوره متوسطه تأثیر داشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

یکی از راه‌های رسیدن به پیشرفت تحصیلی، تغییر نگرش و تقویت نگرش مثبت نسبت به تحصیل است. در پژوهش حاضر یافته‌ای کلی نشان می‌دهد، تغییر نگرش و تقویت و به وجود آوردن یک نگرش مثبت نسبت به خود و تحصیل (براساس آموزش‌های شناختی - رفتاری که به دانش‌آموزان داده شد) و همچنین تقویت خودپنداره و عزت نفس دانش‌آموزان، می‌تواند منجر به به وجود آمدن موفقیت تحصیلی در دانش‌آموزان گردد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات پیشرفت تحصیلی دو گروه آزمایش و گواه در پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود داشته است ($P = 0/001$). گروه گواه تحت تأثیر آموزش‌های شناختی - رفتاری توانسته‌اند موفقیت تحصیلی بیشتری را کسب نمایند که این یافته حاکی از تأثیر آموزش‌های شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دختران دانش‌آموز بوده است.

در مطالعه نورث (۲۰۰۱) نیز تأثیر آموزش‌های شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مثبت گزارش داده شد که با نتایج پژوهش حاضر نیز همسو می‌باشد. همچنین نتایج پژوهش حاضر نیز نظرات و یافته‌های پژوهش فورد و گال (۲۰۰۱)، وینگ (۲۰۰۲) و طالب‌پور (۱۳۸۰) را مورد تأیید قرار می‌دهد. بنابراین آموزش‌های شناختی - رفتاری موجب تغییر نگرش در دانش‌آموزان شده و به تبع این فرایند بر روی نگرش آنها نسبت به کسب موفقیت تحصیلی تأثیر مثبت داشته است. همسو بودن نتایج پژوهش حاضر با این پژوهش‌ها نشان‌دهنده تأثیری است که آموزش‌های شناختی - رفتاری می‌تواند بر نگرش افراد داشته باشد و نگرش‌های منفی آنها را تبدیل به نگرش مثبت نماید و در نتیجه انگیزه‌های لازم برای پیشرفت و موفقیت را به وجود آورد.

چاپمن (۱۹۸۷) معتقد است داشتن نگرش مثبت نسبت به رویدادها و موضوعات زندگی یکی از رمزهای موفقیت در زندگی محسوب می‌گردد. برای تربیت دانش‌آموزان کوشا و موفق نیاز است که نگرش آنها اصلاح و تقویت شود و در این صورت است که معلمان می‌توانند به اهداف خود در کلاس درس، دست یابند.

دیگر یافته‌های پژوهش که تعیین‌کننده تأثیر آموزش‌های شناختی - رفتاری بر

پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر سال اول دوره متوسطه می‌باشد، مقایسه میانگین پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش بوده که تفاوت معناداری بین میانگین نمرات آنها مشاهده شد ($P = 0/001$). این موضوع نیز نشان‌دهنده تأثیر آموزشهای شناختی - رفتاری بر انگیزه‌های پیشرفت تحصیلی (کسب موفقیت) آنها می‌باشد. همچنین دیگر یافته‌ها در زمینه یادگیری دروس حفظی و غیرحفظی در بین دو گروه آزمایش و گواه نیز، تأییدکننده تأثیر آموزشهای شناختی - رفتاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بوده است. روزنبام و کارتی (۱۹۹۴) نیز در این زمینه معتقدند، با آموزشهای شناختی، ساختهای ذهنی افراد نسبت به مسائل و موضوعات زندگی تغییر خواهد یافت. بنابراین آموزشهای شناختی می‌تواند، ساختهای ذهنی افراد را نسبت به مسائل مثبت نموده و انگیزه‌های لازم را در آنها به وجود آورد.

یافته‌های پژوهش حاضر نیز در واقع نظرات روزنبام و کارتی را تأیید می‌کند و تأثیر آموزشهای شناختی - رفتاری را بر تغییر نگرش دانش‌آموزان و ایجاد انگیزه پیشرفت را در آنها نشان می‌دهد. بنابراین می‌توان اذعان کرد که یافته‌های پژوهش حاضر با دیگر تحقیقات داخلی و خارجی همسو می‌باشد که این همسویی نشان‌دهنده تأثیر مثبت آموزشهای شناختی - رفتاری بر نگرش افراد و تواناسازی آنها برای کسب موفقیت و زندگی بهتر است.

منابع

- اسودی، محمد. (۱۳۷۹)، «اثر بخشی درمان شناختی یک بر شیوه گروهی و افزایش انگیزش پیشرفت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان درگز»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، چاپ نشده، دانشکده علامه طباطبایی.
- اسکات، م. درمان شناختی - رفتاری مشکلات مراجعان، ترجمه مریم دوستی، (۱۳۷۷)، ساری، مرکز توسعه علم.
- برزگر، محمد. (۱۳۸۱)، «تأثیر آموزش گروهی به شیوه شناختی - رفتاری بر سلامت روانی

دیران مرد شهرستان رفسنجان»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان اصفهان.

بک، ج. اس. تی. راهنمای گام به گام شناخت درمانی، ترجمه ایرج دو راهگی و محمدرضا عابدی، (۱۳۸۰)، اصفهان، گل‌های محمدی.

رزمی‌زاده، هاجر. (۱۳۷۹)، پیشرفت تحصیلی و خودپنداری، پیام مشاور، شماره ۵، تهران، منادی تربیت.

سیف، علی‌اکبر. (۱۳۸۰)، روان‌شناسی پرورشی (روان‌شناسی یادگیری و آموزش)، تهران، آگاه. شکرکن، ح و همکاران. (۱۳۷۷)، «بررسی ارتباط سبک اسناد، عزت‌نفس و وضعیت اجتماعی اقتصادی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر سال سوم تجربی دبیرستانهای اهواز»، شورای تحقیقات اداره کل آموزش و پرورش استان خوزستان.

طالب‌پور، اکبر. (۱۳۸۰)، «بررسی تأثیر آموزش شناختی بر منبع کنترل، انگیزش پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان شاهد مقطع متوسطه در شاهین‌شهر»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته روان‌شناسی عمومی، دانشگاه اصفهان.

عبدی، حسن. (۱۳۷۹)، «تأثیر آموزش و مهارت‌های حل مسأله بر پیشرفت تحصیلی درس علوم تجربی دانش‌آموزان سال دوم راهنمایی شهرستان ایلام»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته برنامه‌ریزی آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان اصفهان.

قناد، مریم. (۱۳۷۴)، «بررسی تأثیر عزت‌نفس و وضعیت اجتماعی در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان»، شورای تحقیقات اداره کل آموزش و پرورش استان بوشهر.

کریمی، یوسف. (۱۳۷۴)، روان‌شناسی شخصیت، تهران، نشر ویرایش.

گل محمدی شورکی، شهین. (۱۳۷۷)، تأثیر روش حل مسأله بر پیشرفت درس ریاضی (۱) دانش‌آموزان نظام جدید متوسطه»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته برنامه‌ریزی آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان اصفهان.

گینات، هی. لی. روابط معلم و دانش‌آموز، ترجمه س. سرتیپی، (۱۳۷۳)، تهران، فاخته.

نجابتیان، مریم. (۱۳۷۹)، «بررسی تأثیر درمان شناختی رفتاری بر میزان اضطراب دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد در سال ۷۹ - ۷۸»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

نیسون، ل.ج. نقش اولیا در پیروزی فرزندان، ترجمه نسرین. کدیور، (۱۳۶۹)، تهران، انجمن اولیا و مربیان.

CHAPMAN, E.N. (1987). How develop a positive attitude. London: Kogan.

CHANG, M.K. (1986). The anxiety and academic achievement. u.s; Nebraska. paper presented at the second Regional conference of university Teaching (Las cruces, N.M, January 9-10, 1986).

CHECCINO, D.J. (1996). Relationships among personality Type, self-concept, Grade point average and gender of seventh graders. Georngmason university. P 207.

DWECK, C.S. (1975). The role of expectations and attributions in the alleviation of learned helplessness. Journal of personality and social psychology, 31, 674.

FORD, P.α. & GALE, M. (2001). Attitude and behavior. Retrieved for world web. [http:// www.google.com](http://www.google.com)

FREEMAN, J. (1992). Quality basic education: the development of competence. unesco Inc.

GERBER, M.M and HALL, R.J. (1989). Cognitive-Behavioral Training in spelling for learning Handicapped studen. Learning disability quarterly: 12, 3, 159-71 sum 1989.

GOLDFRIED, M.R. and SOBOCINSKI, D. (1975). Effect of irrational beliefs on emotinal arousal. Jornal of consulting and clinical psychology, 43. 504.

GORDON, D. (1997). The Relationships among Academic self concept, academic achievement, and persistence with self-attribution, study habits and perceived school environment. purdue university. P 123.

NORTH, M. (2001). A cognitive behavioral therapy model for academic achievement. Education and treatment of children, vol 31(1), 55-64.

PAULUA, A.F. (2001). Cognitive-behavioral therepy. cale eneychopcdia ef mediene.

ROSEN BAUM, J.N. α CARTY, L. (1994). Healty thin king: A group approach. Gudance α counselin. Vol 9. P 160-172.

VERMA, B.P. (1996). Study habits, locus of control and academic performance. *Indian Journal of psychometry and education*, 27, 1, 1-6.

VEING, J.G. (2002). The effect of cognitive behavioral training on academic achievement. *Journal of science education*, 48(3), P 110-125.

وصول: ۸۴/۵/۱۰

پذیرش: ۸۵/۲/۴

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی