



The effectiveness of strength-based training on students' academic performance

Kamdin. Parsakia¹, Seyed Ali. Darbani², Mehdi. Rostami*² & Nadereh. Saadati²

1. Research assistant, Department of Psychology and Counseling Iran-mehr: The Institute for social study and research, Tehran, Iran.
2. Faculty member, Department of Psychology and Counseling Iran-mehr: The Institute for social study and research, Tehran, Iran.

ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
Article type Original research Pages: 194-201 Corrpppondng uu hlor's Info Email: dr.me.rostami@iranmehr.ac.ir	Background and Aim: One of the basic issues and problems of the educational life of people and the educational system of any country is the issue of academic decline and the low level of academic performance of the students of that country. Therefore, the aim of the research was to investigate the effectiveness of strength-based training on students' academic performance. Methods: The present research was quasi-experimental with an experimental group and a control group and a pre-test, post-test design. For this purpose, 16 people were selected from the statistical population of undergraduate students of Islamic Azad University of South Tehran Branch (Valiasr Complex) by random sampling and randomly assigned to two experimental (8 people) and control (8 people) groups and their academic performance Evaluated. These people participated in Smith's (2004) strength-based training sessions individually in 10 90-minute sessions. The data were analyzed using the univariate analysis of covariance test using SPSS statistical analysis software. Results: The findings showed that academic performance ($P < 0.001$, $F = 41.018$) increased significantly in the experimental group. Conclusion: The results showed that the use of strength-based training can help improve students' academic performance.
Article history: Received: 2022/10/24 Revised: 2023/01/02 Accepted: 2023/01/12 Published online: 2023/03/18	
Keywords: <i>Strength-based training, academic performance, students.</i>	



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article:

Parsakia, K., Darbani, S. A., Rostami, M., & Saadati, N. (2022). The effectiveness of strength-based training on students' academic performance. *Jayps*, 3(3): 194-201.



اثربخشی آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان

کامدین پارساکیا^۱، سیدعلی دربانی^۲، مهدی رستمی*^۳ و نادره سعادت^۲

۱. دستیار پژوهشی گروه مشاوره و روانشناسی، مرکز مطالعات و تحقیقات اجتماعی ایران مهر، تهران، ایران.

۲. گروه مشاوره و روانشناسی، مرکز مطالعات و تحقیقات اجتماعی ایران مهر، تهران، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: پژوهشی	زمینه و هدف: یکی از مسایل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی هر کشور، مسئله افت تحصیلی و پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی دانش آموزان و دانشجویان آن کشور است. بنابراین، هدف پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان بود. روش پژوهش: پژوهش حاضر شبه آزمایشی با گروه آزمایش و گروه گواه و طرح پیش آزمون، پس آزمون بود. بدین منظور از جامعه آماری دانشجویان کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب (مجتمع ولیعصر(عج)) به صورت نمونه‌گیری تصادفی شناسایی ۱۶ نفر انتخاب و به دو گروه آزمایش (۸ نفر) و گواه (۸ نفر) گمارش تصادفی شدند و عملکرد تحصیلی آن‌ها مورد سنجش قرار گرفت. این افراد در جلسه‌های آموزش مبتنی بر توانمندی اسمیت (۲۰۰۴) به صورت فردی در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای شرکت کردند. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره با به کارگیری نرم افزار تحلیل آماری SPSS تحلیل شد. یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که عملکرد تحصیلی ($F=41/018, P< 0/001$) در گروه آزمایشی به طور معناداری افزایش یافته است. نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که استفاده از آموزش مبتنی بر توانمندی می‌تواند به بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان کمک کند.
صفحات: ۲۰۱-۱۹۴	
اطلاعات نویسنده مسئول	
ایمیل: Dr.me.rostami@iranmehr.ac.ir	
سابقه مقاله	
تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۸/۰۲	
تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۱/۱۰/۱۲	
تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۱۰/۲۲	
تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۲/۲۷	
واژگان کلیدی	
آموزش مبتنی بر توانمندی، عملکرد تحصیلی، دانشجویان.	

انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است.

تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.



شیوه استناد به این مقاله

پارساکیا، کامدین، دربانی، سیدعلی، رستمی، مهدی، و سعادت، نادره. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان.

دوفصلنامه مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان، ۳(۳): ۲۰۱-۱۹۴.

مقدمه

علاوه بر این، یکی از اهداف دانشگاه‌ها، ارتقای کیفیت آموزش و موفقیت تحصیلی دانشجویان است. چرا که مردودی دانشجویان هزینه‌های مالی و معنوی زیادی را به دانشگاه‌ها و خود آنان تحمیل می‌کند. از جمله شاخص‌هایی که جهت سنجش میزان یادگیری به کار می‌رود، پیشرفت تحصیلی دانشجویان است (میرکمالی، خباره، مزاری و فرهادی امجد، ۱۳۹۴).

درواقع عملکرد تحصیلی دانشجویان یکی از مهم‌ترین و عینی‌ترین معیارها برای بررسی و ارزیابی کارایی و اثربخشی نظام‌های آموزشی است و تمامی کوشش‌ها و تلاش‌ها این نظام در واقع جامعه عمل پوشاندن بدین امر تلقی می‌شود (یاری، ۱۳۹۰). تعاریف متفاوتی از عملکرد تحصیلی و روش‌های اندازه‌گیری آن وجود دارد که به طور عمده در دو حیطه عینی و ذهنی قرار می‌گیرند. در پژوهش‌های انجام شده پیرامون ارزیابی عملکرد تحصیلی، نمرات دروس یا دوره‌های تحصیلی به عنوان معیار تعیین‌کننده عملکرد تحصیلی مد نظر قرار گرفته شده است (غفاری، حاجلو، و بایرامی، ۱۳۹۴). نمرات کسب شده دانشجویان به عنوان یک شاخص کمی، امکان مقایسه عملکرد دانشجویان را با عوامل دخیل در یادگیری آنان فراهم می‌کند (صلحی، صالحی‌فرد و فاطمه حسینی، ۱۳۹۴). یکی از معیارهای کارایی نظام آموزش عالی هر کشور پیشرفت تحصیلی فراگیران است. در نتیجه هر نظام آموزشی به دنبال شناسایی عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی فراگیران در جهت رشد و تعالی اهداف مورد نظر و راهکارهایی برای رسیدن به آنها است (قره بیگلو و آب‌چر، ۱۳۹۹). رویکرد مبتنی بر توانمندی^۳ شامل مراجعین و درمان‌گران است که با هم همکاری می‌کنند تا از توانمندی‌ها و توانایی‌های مراجع برای ایجاد حس هدفمندی و شادی استفاده کنند. زیربنای رویکرد مبتنی بر توانمندی این باور است که نحوه برخورد مردم با چالش‌ها به دیدگاه آنها نسبت به خود و اینکه آیا توانمندی‌های خود را می‌بینند یا ضعف‌هایشان را، بستگی

یکی از مسایل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی هر کشور، مسئله افت تحصیلی و پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی^۱ دانش‌آموزان و دانشجویان آن کشور است (نوبریان و نوروزی، ۱۳۹۰). به عبارتی دیگر، یکی از مهم‌ترین دوران زندگی، دوران تحصیل است که بر سایر ابعاد زندگی تأثیر دارد و یکی از مسائل بزرگ تحصیل و نظام‌های آموزشی پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی است (گیونچیلیا، زنی، گابی، بیگنوتی و بیسون^۲، ۲۰۱۸). دانشجویان هر کشوری از سرمایه‌های فکری و معنوی آن کشور به‌شمار می‌روند. بررسی مسائل خاص دانشجویان، تحصیل موفق و تأمین سلامت جسمی و روانی آنها از مهم‌ترین اهداف برنامه‌ریزان آموزشی دولت‌هاست (اخوان تفتی و ولی‌زاده، ۱۳۸۵). دوران دانشجویی دوره‌ای مهم و چالش‌انگیز برای دانشجویان است. در طول این دوره، کلیه دانشجویان به دلیل رویارویی با عوامل استرس‌زای بیش‌تر (نظیر سنگینی دروس، طولانی مدت بودن دوره تحصیل و ... و لزوم سازگاری مناسب، باید از سلامت روانی و خوداتکایی بیش‌تری برخوردار باشند تا بتوانند به توفیق روزافزون‌تری در تحصیل و در نهایت، در حرفه خود دست یابند (سرمدی، صیف، طالبی و عابدی، ۱۳۸۹).

عملکرد تحصیلی به معنای کلیه فعالیت‌ها و تلاش‌های آموزشی و پژوهشی که دانشجویان در جهت کسب علم و دانش در دانشگاه از خود نشان می‌دهد، همواره به عنوان یکی از اهداف مهم نظام آموزش عالی و دانشگاه‌ها مورد توجه سیاست‌گذاران و تصمیم‌سازان بوده است (رازقی، صالحی عمران و کاظمی، ۱۳۹۹). عملکرد تحصیلی دانشجویان نه تنها موضوع قابل توجهی برای والدین و دست‌اندرکاران آموزش عالی کشور است، بلکه برای تمام افرادی که به رشد و شکوفایی جوانان و پیشرفت جامعه علاقه‌مند باشند حائز اهمیت فراوانی است (رضائی، خورشیا و مقامی، ۱۳۹۱).

3. Strength-based Approach

1. Academic Performance
2. Giunchiglia, Zeni, Gobbi, Bignotti, & Bison

رویکرد مبتنی بر توانمندی، مشاوران را هم در گرایش به فرد و هم در مجموعه پاسخ‌هایی که باید به فرد ارائه کنند، راهنمایی می‌کند. رویکرد مبتنی بر توانمندی در قلب خود، فرد متقاضی کمک (مراجع) و فرد ارائه‌دهنده کمک (مشاور) را به‌عنوان همکاران در یک فرآیند ارتباطی که به سمت کاوش و شناسایی مسائل، نگرانی‌ها، سرمایه‌ها، استراتژی‌ها، فرصت‌های رشد، شفاف‌سازی اهداف، حمایت‌ها و موانع، سوق می‌دهد، مفهوم‌سازی می‌کند. در چارچوب این رابطه، مشاور و مراجع، افکار، احساسات و رفتارها را به شیوه‌های مثبت و تأییدکننده منعکس می‌کنند (ادواردز، یانگ و نیکلز، ۲۰۱۶).

در جهان کنونی عملکرد تحصیلی از اهمیتی ویژه برخوردار است. جوامع پیشرفته و در حال پیشرفت تأکید زیادی بر روی عملکرد، رقابت و پیروزی دارند (پورنقاش تهرانی، فدوی اردکانی و نصری تاج‌آبادی، ۱۳۹۶). رویکرد مبتنی بر توانمندی از رویکردهای نوین در حیطه روان‌شناسی بوده که توجه پژوهش‌گران روان‌شناسی تربیتی را نیز به خود جلب کرده است اما تاکنون اثر بخشی آن بر روی عملکرد تحصیلی دانشجویان بررسی نشده است. بنابراین هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب (مجتمع ولیعصر (عج)) می‌باشد.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب (مجتمع ولیعصر (عج)) بود و با توجه به ملاک ورود به پژوهش که عبارت بود از گذراندن دست‌کم ۲ ترم در دانشگاه، رضایت مکتوب جهت شرکت در پژوهش و ملاک‌های خروج هم عبارت بود از غیبت بیش از ۲ جلسه و شرکت در مداخله‌های روان‌درمانی به صورت همزمان با

دارد (دربانی و پارساکیا، ۱۴۰۱). به جای بکارگیری مدل پزشکی سنتی که روی آسیب‌شناسی، تمرکز بر مشکلات و شکست‌های افراد مبتلا به بیماری‌های روانی تأکید دارد، رویکرد مبتنی بر توانمندی به متخصصین اجازه می‌دهد تا این موضوع را که هر کسی مجموعه‌ی منحصربه‌فردی از توانمندی‌ها و توانایی‌ها دارد که به موجب آن می‌تولند با تکیه بر آن‌ها بر مشکلات فائق آید را تصدیق کنند (شی، ۲۰۱۳). هر فردی دارای توانمندی‌های شخصیتی، الگوهای اصلی تفکر و رفتار است که مثبت بوده و زمانی که عمداً استفاده شود، به نفع فرد و اطرافیان است. مشاورانی که بر توانمندی‌ها تمرکز دارند، معتقدند که استفاده از آن می‌تولند تغییر رفتارها و بهبود زندگی را آسان‌تر کند (دربانی و پارساکیا، ۱۴۰۱). متخصصین با مراجعین همکاری می‌کنند تا توانمندی‌های خود را تشخیص دهند که می‌توان از آن برای کمک به مراجعین در کنار آمدن با مشکلاتشان در زمان حال، استفاده نمود. پس از آن، یک برنامه می‌تولند توسعه یابد تا در پی آن، توانمندی‌ها به کار گرفته شود. در این فرآیند مراجع در تنظیم اهداف برنامه با درمان‌گر همکاری کرده و به یک برنامه دقیق دست یابند (شی، ۲۰۱۳). گیل‌مور^۲ (۲۰۲۰) معتقد است به طور کلی، رویکرد مبتنی بر توانمندی می‌تواند به فرد کمک کند تا بهترین ویژگی‌های خود را ببیند و حفظ کند و دیدگاه مثبتی را نسبت به خود و زندگی خود گسترش دهد (گیلمور، ۲۰۲۰). به طور خلاصه، مداخله مبتنی بر توانمندی از ۱۰ گام تشکیل شده است که عبارت است از: ۱) ایجاد اتحاد یا رابطه درمانی ۲) شناسایی توانمندی‌ها ۳) ارزیابی مشکل حاضر ۴) تشویق و تزریق امید ۵) قاب‌بندی راه‌حل‌ها ۶) ساخت توانمندی و قابلیت ۷) توانمندسازی ۸) تغییر ۹) ایجاد تاب‌آوری ۱۰) ارزیابی و خاتمه (دربانی و پارساکیا، ۱۴۰۱).

3. Edwards, Young & Nikels

1. Xie
2. Gilmore

۲. آموزش مبتنی بر توانمندی. بسته آموزشی مشاوره مبتنی بر توانمندی بر اساس پروتکل درمانی اسمیت (۲۰۰۶) تهیه و تدوین شد و پس از تأیید روایی محتوایی توسط ۳ نفر از متخصصین برای گروه آزمایش در ده جلسه به مدت ۹۰ دقیقه به شرح جدول زیر مورد استفاده قرار گرفت.

پژوهش حاضر، ۱۶ نفر به صورت داوطلبانه انتخاب و به شیوه تصادفی به دو گروه آزمایشی (۸ نفر) و یک گروه گواه (۸ نفر) کاربندی شدند.

ابزار پژوهش

۱. عملکرد تحصیلی. در این پژوهش برای ارزیابی عملکرد تحصیلی دانشجویان معدل نیمسال تحصیلی آنها گرفته شد.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش مبتنی بر توانمندی

جلسات	محتوا
اول	بیان اهداف و مقررات گروه، آشنایی اعضا با یکدیگر، برقراری رابطه درمانی، تهیه فهرستی از توانمندی‌های هر یک از اعضا، انعکاس توانمندی اعضا توسط رهبر گروه و سایر اعضای گروه
دوم	شناسایی توانمندی‌ها، شرح داستان زندگی با چشم‌انداز مبتنی بر توانمندی، شرح موارد مثبتی که هر یک از اعضا می‌خواهد در روابطش ادامه یابد
سوم	ارزیابی مشکلات حاضر، سنجش مهارت‌های رفتاری و هیجانی، قابلیت‌ها و خصوصیات که احساس موفقیت شخصی ایجاد می‌کند، آشکارسازی این موارد توسط اعضا: طوری که مشکلات خود را درک می‌کنند، دلیل اعتقاد آنها به وجود مشکلات، رفتارها و موقعیت‌هایی که منجر به وقوع اکثر مشکلات می‌شود و عواقب آنها
چهارم	تشویق و تزریق امید، تأکید بر خود کوشش‌ها یا پیشرفت‌های اعضا به جای نتیجه کوشش‌های آنها، تعریف کردن رهبر از اعضای گروه و اعضا از یکدیگر، ساخت عباراتی که به احساس خودارزشمندی و تعلق اعضا کمک می‌کند، استفاده از تکنیک «ساختن صندوقچه امید»
پنجم	قاب‌بندی راه‌حل‌ها، استفاده از تکنیک «پرسش استثناء»، توجه به طرز بیان مشکلات به جای خود مشکلات، شناسایی و ارزیابی حالات مقابله‌ای گذشته اعضا و منابع حمایتی فعلی در رابطه با مشکلاتی که با آن روبرو هستند، استفاده از فن بخشش
ششم	ساخت توانمندی و قابلیت، کمک به اعضا تا بفهمند که در اثر گذاشتن در تغییرات زندگی عاجز نیستند
هفتم	توانمندسازی، شناسایی و ارتقای کارکرد شایسته اعضا، انتقال قدرت به اعضا، کوشش برای ایجاد تعاملات میان شخص و واقعیات اجتماعی، توسعه یک آگاهی عمده درباره تعاملات واقعیات زندگی، ارتقای وظیفه‌شناسی، کاوش ریشه‌های اجتماعی اعمال مراجعین
هشتم	مرحله تغییر، استفاده از «مکالمه تغییر» تا به اعضا کمک شود از اصلاحاتی که باید صورت دهند تا زندگی‌شان را ارتقاء دهند، آگاه شوند و بتوانند توانمندی‌ها یا منابعی که برای ایجاد این تغییرات در اختیار دارند را عنوان کنند، تشویق اعضا تا به اشتباهات به‌عنوان فرصتی برای یادگیری نگاه کنند، استفاده از تکنیک‌های «تغییر دادن معنای اتفاقات زندگی» و «قاب‌بندی مجدد»
نهم	مرحله ایجاد تاب‌آوری در اعضا، آموزش و تمرین مهارت حل مسئله، آموزش و تمرین مهارت‌های مقابله‌ای
دهم	مرحله ارزیابی و خاتمه، جمع‌بندی و ارائه خلاصه از جلسات، اجرای مجدد پرسشنامه

روش اجرا

برای اجرای این پژوهش ابتدا ۱۶ دانشجو انتخاب شده و در ۲ گروه آزمایش (۸ نفر) و گواه (۸ نفر) قرار گرفتند و معدل نیمسال قبلی تمامی شرکت‌کنندگان اخذ شد. سپس گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش مبتنی بر توانمندی قرار گرفتند و پس از پایان جلسات آموزشی معدل نیمسال اخیر شرکت‌کنندگان مجدداً درخواست شد. سپس نمرات بعد از بررسی مفروضه‌های مربوط با استفاده از بیست و ششمین ویرایش نرم‌افزار SPSS و با استفاده از روش آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر در گروه آزمایش ۵ زن و ۳ مرد و در گروه گواه ۴ زن و ۴ مرد حضور داشتند. میانگین سنی گروه آزمایش ۲۱/۰۸ با انحراف معیار ۱/۱۸ و میانگین سنی گروه گواه ۲۰/۹۷ با انحراف معیار ۱/۲۴ بود. در گروه آزمایش، ۵۰٪ (۴ نفر) اعضاء ترم چهارم، ۲۵٪ (۲ نفر) آن‌ها ترم ششم و ۲۵٪ (۲ نفر) نیز ترم هشتم بودند و در گروه گواه نیز توزیع افراد از لحاظ ترم تحصیلی به همین ترتیب بود.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی به تفکیک دو گروه در پیش آزمون و پس آزمون

گروه	تعداد	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۸	۱۸/۰۳	۰/۸۴	۱۸/۸۷	۰/۵۶
گواه	۸	۱۷/۸۴	۰/۸۳	۱۷/۷۰	۱/۶۶

مطابق جدول فوق، میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحله پیش آزمون (قبل از مداخله) ۱۸/۰۳ و انحراف معیار نمرات ۰/۸۴ بود. میانگین نمرات این گروه در مرحله پس آزمون (پس از مداخله) ۱۸/۸۷ با انحراف معیار ۰/۵۶ بود. میانگین نمرات گروه گواه در مرحله پیش آزمون (قبل از مداخله) ۱۷/۸۴ و انحراف معیار نمرات ۰/۸۳ بود. میانگین نمرات این گروه در مرحله پس آزمون (پس از مداخله) ۱۷/۷۰ و انحراف معیار نمرات ۱/۶۶ بود. همان طور که در جدول فوق مشاهده می‌کنید، بین میانگین دو گروه در مرحله پیش آزمون تفاوت فاحشی وجود ندارد و میانگین گروه نمرات گروه آزمایش افزایش یافته درحالی که میان نمرات گروه گواه تغییر چندانی نکرده است.

مطابق جدول فوق، میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحله پیش آزمون (قبل از مداخله) ۱۸/۰۳ و انحراف معیار نمرات ۰/۸۴ بود. میانگین نمرات این گروه در مرحله پس آزمون (پس از مداخله) ۱۸/۸۷ با انحراف معیار ۰/۵۶ بود. میانگین نمرات گروه گواه در مرحله پیش آزمون (قبل از مداخله) ۱۷/۸۴ و انحراف معیار نمرات ۰/۸۳ بود. میانگین نمرات این گروه در مرحله پس آزمون (پس از مداخله) ۱۷/۷۰ و انحراف معیار نمرات ۱/۶۶ بود. همان طور که در جدول فوق مشاهده می‌کنید، بین میانگین دو گروه در مرحله پیش آزمون تفاوت فاحشی وجود ندارد و میانگین گروه نمرات گروه آزمایش افزایش یافته درحالی که میان نمرات گروه گواه تغییر چندانی نکرده است.

جدول ۳. نتایج آزمون توزیع طبیعی نمرات و آزمون همگنی واریانس‌های عملکرد تحصیلی

متغیر	گروه	آزمون شاپیرو ویلک		آزمون لوین	
		درجه آزادی	آماره	درجه آزادی	سطح معناداری
عملکرد تحصیلی	آزمایش	۸	۰/۱۱۴	۱۴	۰/۶۵۵
	گواه	۸	۰/۱۳۵		

طبق جدول فوق بر اساس نتایج به دست آمده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف داده‌های هر دو گروه آزمایش و گواه دارای توزیع طبیعی بوده و نتایج حاصل از آزمون لوین نیز حاکی از آن است که شرط همسانی واریانس‌های

در متغیر پژوهش برقرار می‌باشد. از این رو از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره (ANCOVA) استفاده شد.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره

منابع تغییرات	اجزاء	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	نسبت F	اندازه اثر
عملکرد	مراحل مداخله	۱۰/۰۳۵	۱	۱۰/۰۳۵	۲۸۰/۰۳۵	۰/۹۵۹
تحصیلی	مراحل × گروه	۱/۲۷۲	۱	۱/۲۷۲	۳۵/۵۲۹	۰/۷۴۸
	گروه	۱/۴۶۸	۱	۱/۴۶۸	۴۱/۰۱۸	۰/۷۷۴

طبق جدول فوق، نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس تک متغیره در گروه‌های آزمایش و گواه نشان می‌دهد که آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی (۰/۰۱ < P) گروه آزمایش با اندازه اثر ۰/۷۷۴ مؤثر بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر توانمندی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب (مجتمع ولیعصر (عج)) انجام شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که آموزش مبتنی بر توانمندی عملکرد تحصیلی دانشجویان را افزایش داد. نتایج این پژوهش همسو با نتایج حاصل از مطالعات سستلتون، سوریا و آلبکر (۲۰۱۲) و هیمسترا و بیرین (۲۰۱۵) است که نشان دادند برنامه‌های مبتنی بر توانمندی بر عملکرد آموزشی مدارس تأثیر مثبت می‌گذارد. می‌توان به این اشاره کرد که عزت نفس با عملکرد تحصیلی رابطه همبستگی مثبت (خسروپور و نیکویی، ۱۳۹۳؛ پورنقاش تهرانی، قدوی اردکانی و نصری تاج آبادی، ۱۳۹۶؛ دارایی، ۱۳۹۶) و افسردگی با عملکرد تحصیلی رابطه همبستگی منفی (دارایی، ۱۳۹۶) دارد. از طرفی نیز دربانی و پارساکیا (۱۴۰۱) در دو پژوهش نشان دادند که مشاوره مبتنی بر توانمندی عزت نفس را افزایش و افسردگی را کاهش می‌دهد. سرانجام، برآیند این تحقیقات از نتایج پژوهش حاضر پشتیبانی می‌کند. برای تبیین یافته‌های این پژوهش می‌توان به پژوهش منصوری، عابدینی، لشکری و باقری (۱۳۹۶) اشاره نمود که نشان دادند آموزش با رویکرد حل مسئله عملکرد تحصیلی دانشجویان را افزایش می‌دهد. از آن جا که آموزش مبتنی بر توانمندی نیز فنون زیادی از رویکرد حل مسئله وام گرفته است، انتظار می‌رود اجرای این فنون در رویکرد مبتنی بر توانمندی نیز عملکرد تحصیلی دانشجویان را افزایش دهد.

از عواملی که در این رویکرد به نظر می‌رسد بر عملکرد تحصیلی دانشجویان تأثیر گذار بوده است، فن صندوقچه امید است. چراکه امید می‌تواند باعث ایجاد انگیزه در افراد شده و این عاملی شود تا برای کسب نمرات بالاتر تلاش بیش‌تری کنند. همچنین مصاحبه انگیزشی این عمر را سهولت می‌بخشد. مصاحبه انگیزشی نوعی راهنمایی فردمحور و مشارکتی است تا انگیزه بنیادین برای تغییر را استخراج کرده و توانمند سازد. چهار اصل بنیادین مصاحبه انگیزشی عبارت است از: ابراز همدلی، انطباق با مقاومت، حمایت از خودکارآمدی و گسترش دوگانگی‌ها یا مغایرت‌ها. ابراز همدلی به برقرار نمودن درکی از دیدگاه بیمار و پذیرش تضادهای او اشاره می‌کند. انطباق با مقاومت، بر اجتناب از مجادله و انعکاس تصحیح‌کننده تأکید می‌کند که از هدایت اجباری بیمار به اتخاذ تصمیم‌های درست جهت اصلاح مشکلات درک شده، سرچشمه گرفته است. حمایت از خودکارآمدی شامل پرورش اعتقاد مراجع به توانایی خود در ایجاد تغییر می‌باشد. در گسترش مغایرت‌ها، به تضاد میان رفتارهای کنونی مراجع و اهداف جامع‌تر یا ارزش‌های او اشاره می‌شود (چانگ، بورک و گوومن، ۲۰۱۰). طی مرحله صندوقچه امید، مشاوران در پی کمک به مراجعین برای تغییر نگرش آن‌ها در مورد دشواری و سرشار ساختن آن‌ها از حس داشتن امکانات هستند. مشاوران از راهبردهای روایتی استفاده می‌کنند تا مراجعین بتوانند داستان زندگی خود را از نو تعریف کنند و به جای قربانی، خود را نجات‌یافته تصویرسازی کنند (اسمیت، ۲۰۰۶). دکتر جوئل وونگ (۲۰۰۶)، روانشناس و استاد گروه مشاوره و توسعه انسانی در دانشگاه ایندیانا در بلومینگتون، چهار مرحله از رویکرد مبتنی بر توانمند را برای درمان شرح می‌دهد که یکی از مراحل به امید اختصاص دارد: (۱) در مرحله تفسیر، درمان‌گر و مراجع با یکدیگر برای

این اساس تعمیم یافته‌های این پژوهش با مشکل دچار شده و پیشنهاد می‌شود در تعمیم نتایج آن جوانب احتیاط رعایت گردد. با توجه به نتایج این پژوهش و این که مطالعات کمی درباره اثربخشی رویکرد مبتنی بر توانمندی صورت گرفته، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌گران به بررسی بیش‌تر اثربخشی آن در جوامع آماری متفاوت و با لحاظ نمودن متغیرهای دیگر بپردازند. به علاوه، استفاده از فنون رویکرد مبتنی بر توانمندی برای متخصصین مشاوره و روان‌درمانی به ویژگی در حوزه تحصیلی پیشنهاد می‌گردد.

موازين اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان پژوهش حاضر بر خود لازم دانستند که از کلیه افرادی که در پژوهش شرکت نمودند، کمال تشکر و سپاس خود را ابراز نماید.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

آب چر، بهجت؛ قره بیگلو، حسین. (۱۳۹۹). تحلیل نقش استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم و فنون خرمشهر. فصلنامه مطالعات مدیریت بر آموزش انتظامی، ۱۳(۲)، ۲۱۲-۱۹۳.

اخوان تفتی، مهناز؛ ولی‌زاده، زهرا. (۱۳۸۵). مقایسه سلامت روان و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه تهران در ابتدا و انتهای دوره دانشگاه. پژوهش‌های تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، ۷: ۱-۱۶.

پورنقاش تهرانی، سعید؛ فدوی اردکانی، الهام؛ نصری تاج آبادی، مریم. (۱۳۹۶). پیش بینی عملکرد تحصیلی برحسب خودپنداره، عزت نفس و خودکنترلی در دانش آموزان ابتدایی. رویش روانشناسی، ۶(۲ (پیاپی ۱۹))، ۷۹-۱۰۲.

حیات، علی اصغر؛ اسمی، کرامت؛ رضایی، ریتا؛ نبیئی، پریسا. (۱۳۹۶). رابطه هیجان‌های تحصیلی با عملکرد تحصیلی

شناسایی و درک توانمندی‌های منحصر به فرد مراجع کار می‌کنند، تا آن‌ها را به مراجع بشناسانند یا آشکار سازند. ۲) مرحله بعدی، مرحله تجسم است که در آن مراجعین اهداف، امیدها و رویاهای خود را برای آینده کشف می‌کنند. ۳) مرحله بعدی، مرحله توانمندسازی است که در آن مراجعین روش‌هایی را شناسایی می‌کنند که از طریق آن بتوانند از توانمندی‌های خود برای رسیدن به اهداف خود استفاده کنند. مرحله نهایی، مرحله دگرگونی است که در آن مراجع رشد و تغییرات جدید را شناسایی کرده و از آن استقبال می‌کند و برای ادامه زندگی برنامه‌ریزی می‌کند (دربانی و پارساکیا، ۱۴۰۱). علاوه بر این، یکی از عواملی که مشارکت‌کنندگان ملیل به ترک جلسات نیستند فن صندوقچه امید است. مراجع در درمان مبتنی بر توانمندی به علت این که امیدوار است تغییرات خوبی رخ دهد مشاوره را ترک نمی‌کند (اسنایدر و لویز، ۲۰۰۲).

یکی از مراحل آموزش مبتنی بر توانمندی شناسایی توانمندی‌هاست. روان‌شناس این رویکرد به مراجعین می‌آموزد داستان‌های زندگی خود را با نگرشی مبتنی بر توانمندی تعریف کنند. نگاه به خود به‌عنوان کسی که توانسته است دوام بیاورد (به جای این که خود را قربانی والدین بد یا خانواده بد بداند)، اثری نیرومند در طول فرآیند روان‌درمانی دارد. درمان ممکن است اولین باری باشد که یک فرد فرصت گفتن داستان زندگی خود را پیدا کند. بنابراین، روان‌درمانی توانمندساز کارآمد باید بر اساس روایت داستان زندگی مراجع باشد (اسمیت، ۲۰۰۵). درمان‌گر از مراجع می‌خواهد چیزهای مثبتی که می‌خواهد در روابطش ادامه یابد را شرح دهد و از این طریق به مراجع کمک می‌کند تا توانمندی‌های خود را شناسایی کند (اسمیت، ۲۰۰۵). می‌توان نتیجه گرفت که شناسایی توانمندی‌ها و به کار انداختن آن‌ها در سایر مراحل درمان می‌تواند به بالا بردن عملکرد تحصیلی کمک کند.

این پژوهش نیز مانند سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به روش نمونه‌گیری در دسترس، جامعه آماری انتخاب شده و استفاده از روش شبه‌آزمایشی در پژوهش اشاره نمود. بر

غفاری، مظفر؛ حاجلو، نادر؛ بایرامی، شهناز. (۱۳۹۴). بررسی ارتباط هوش اجتماعی و اخلاقی با عملکرد تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی شهرستان‌های مراغه و بناب در سال ۱۳۹۳. آموزش پرستاری، ۴(۳ (پیاپی ۱۳))، ۴۸-۵۵. منصور، سیروس؛ عابدینی بلترک، میمنت؛ لشکری، حسین؛ باقری، ستار. (۱۳۹۶). بررسی میزان اثربخشی آموزش با رویکرد حل مسئله بر عملکرد تحصیلی دانشجویان: یک مطالعه نیمه تجربی. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۹(۱) ۸-۱.

یاری، علی محمد. (۱۳۹۰). بررسی روند تأثیر همانندی شیوه‌های فرزندپروری و روابط بین‌فردی از طریق ایجاد رضایت در زندگی والدین بر عملکرد تحصیلی فرزندان و دانش‌آموزان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره شغلی.

Chung, R. J., Burke, P. J., & Goodman, E. (2010). Firm foundations: Strength-based approaches to adolescent chronic disease. *Current Opinion in Pediatrics*, 22(4), 389-397.

Edwards, J. K., Young, A., & Nikels, H. (2016). *Handbook of strengths-based clinical practices: Finding common factors*. Routledge.

Gilmore, H. (2020). Strengths-based intervention: identify and use strengths with your client to improve well-being. *Psych Central Professional*.

Giunchiglia, F., Zeni, M., Gobbi, E., Bignotti, E., & Bison, I. (2018). Mobile social media usage and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 82, 177-185.

Hiemstra, D., & Van Yperen, N. W. (2015). The effects of strength-based versus deficit-based self-regulation on students' effort intentions. *Motivation and Emotion*, 39(5), 656-668.

Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (Eds.). (2004). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. New York: Oxford University Press.

Smith E. J. (2006). The Strength-Based Counseling Model. *The Counseling Psychologist*. 34(1), 13-79.

Stebleton, M. J., Soria, K. M., & Albecker, A. (2012). Integrating strength-based education into a first-year experience curriculum. *Journal of College and Character*, 13(2).

Xie, H. (2013). Strengths-based approach for mental health recovery. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 7(2), 5-11

دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۹(۴)، ۲۰-۲۹.

خسروپور، فرشید؛ نیکویی، مژگان. (۱۳۹۳). رابطه بین کمال‌گرایی، انگیزه پیشرفت و عزت نفس با عملکرد تحصیلی دانشجویان رشته پرستاری. گام‌های توسعه در آموزش پزشکی، ۱۱(۴)، ۵۴۲-۵۴۹.

دارایی، مهری. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین افسردگی و عزت‌نفس با عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خرم‌آباد. فصلنامه یافته، ۱۹(۴)، ۱۱۷-۱۲۶.

دربانی، سیدعلی؛ پارساکیا، کامدین. (۱۴۰۱). اثربخشی مشاوره مبتنی بر توانمندی بر کاهش افسردگی زنان مطلقه. سنجش و پژوهش در مشاوره و روانشناسی، ۴(۱): ۶۴-۷۶. دربانی، سیدعلی؛ پارساکیا، کامدین. (۱۴۰۱). اثربخشی مشاوره مبتنی بر توانمندی بر عزت نفس زنان درگیر تعارض زناشویی. فصلنامه روان‌شناسی زن، ۳(۱)، ۴۶-۵۵.

دربانی، سیدعلی؛ پارساکیا، کامدین. (۱۴۰۱). رویکرد مبتنی بر توانمندی در مشاوره، تهران: زرین اندیشمند.

رازقی، نادر؛ صالحی عمران، ابراهیم، و کاظمی، مبینا. (۱۳۹۹). تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر عملکرد آموزشی و پژوهشی دانشجویان تحصیلات تحصیلی دانشگاه مازندران. دوفصلنامه مطالعات برنامه‌ریزی آموزشی، ۹(۱۷)، ۲۸۲-۲۹۸.

سبزمکان، لیلا؛ کیکاووسی آرانی، لیلا؛ حسینی، شیوا؛ علی اکبرپور، سارا. (۱۳۹۶). بررسی رابطه راهبرد های یادگیری خود تنظیمی و باورهای انگیزشی با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی البرز در سال ۱۳۹۵. مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی یزد، ۱۲(۳)، ۱۶۷-۱۸۰.

سرمدی، محمدرضا؛ صیف، محمدحسن؛ طالبی، سعید؛ عابدی، صمد. (۱۳۸۹). بررسی عوامل همبسته با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان سوم راهنمایی بر اساس نتایج آزمون و ارائه الگوی تحلیل مسیر برای بررسی تأثیر هر یک از عوامل بر پیشرفت تحصیلی. رویکردهای نوین آموزشی، سال پنجم، ۱: ۳۰-۱.

طالب زاده نوبریان، محسن؛ علی نوری، عباس. (۱۳۹۰). رابطه بین هوش هیجانی و آگاهی فراشناختی از راهبردهای خواندن با عملکرد تحصیلی دانشجویان گروه علوم تربیتی دانشگاه شهید، نشریه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۲(۲)، ۱.