

چکیده پایان نامه‌ها

تهیه و تنظیم: سیده طاهره سعیدی، کارشناس ارشد روان‌شناسی

بررسی اثربخشی شناخت درمانی و آموزش مهارت‌های مطالعه در کاهش اضطراب امتحان و افزایش عملکرد تحصیلی با توجه به مؤلفه‌های شخصیتی

دانشجو: ناصر صبحی قراملکی / استاد راهنما: دکتر کاظم رسول‌زاده طباطبائی

در این پژوهش، اثربخشی آموزش شناخت درمانی و آموزش مهارت‌های مطالعه و تعامل آن‌ها با مؤلفه‌های شخصیتی در کاهش اضطراب امتحان و افزایش عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران، مورد مطالعه قرار گرفته است. نمونه پژوهش شامل ۱۰۲ دانشجوی مبتلا به اضطراب امتحان بود که از طریق سبانه اشتباه‌گر و مصاحبه بالینی، شناسایی و سپس به‌طور تصادفی در گروه‌های آزمایشی و کنترل قرار گرفتند. آزمودنی‌ها در سه گروه و هر گروه به تعداد ۳۴ نفر بودند. یک گروه، شناخت درمانی و یک گروه آموزش مهارت‌های مطالعه را تجربه کردند. گروه دیگر گروه کنترل را تشکیل دادند. به لحاظ افت آزمودنی‌ها، نمونه نهایی به ۹۰ نفر، هر گروه شامل ۳۰ دانشجو، تقلیل یافت. روش‌های درمانی (آموزش مهارت‌های مطالعه و شناخت درمانی) و مؤلفه‌های شخصیتی به عنوان متغیر مستقل و نمرات، اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی (معدل دروس) به عنوان متغیر وابسته به کار رفتند.

نتایج تحلیل واریانس یک راهه و دو راهه بر تفاسیل نمرات پیش آزمون - پس آزمون و پیش آزمون - پیگیری نشان داد، بین گروه‌های مورد مطالعه در میزان اضطراب امتحان تفاوت معنی‌داری وجود دارد. آزمون تعقیبی توکی نشان داد اضطراب امتحان در گروه‌های شناخت درمانی و آموزش مهارت‌های مطالعه در مقایسه با گروه کنترل به‌طور معنی‌داری کاهش یافته است. نتایج آزمون t نیز تفاوت معنی‌داری بین دانشجویان درون‌گرا و برون‌گرا در کاهش اضطراب امتحان از طریق اعمال شناخت درمانی، نشان داده بود، همچنین نتایج تحلیل واریانس یک راهه و دو راهه بر تفاسیل نمرات پیش آزمون - پس آزمون عملکرد تحصیلی نشان داد، بین گروه‌های مورد مطالعه در میزان عملکرد تحصیلی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. نتایج آزمون t تفاوت معنی‌داری در افزایش عملکرد تحصیلی از طریق آموزش مهارت‌های مطالعه به نفع دانشجویان درون‌گرا نشان داد. اما با اعمال شناخت درمانی در افزایش عملکرد تحصیلی و با اعمال آموزش مهارت‌های مطالعه در کاهش اضطراب امتحان، بین دانشجویان درون‌گرا و برون‌گرا تفاوت معنی‌داری بدست نیامد.



۵۸

دوره‌ی ۴
شماره‌ی ۱
پاییز ۱۳۸۷



تأثیر واقعیت درمانی با تمرکز بر نظریه انتخاب، بر عزت نفس و خودبنداری دانش آموزان دختر سال دوم دبیرستان منطقه ۱۶ آموزش و پرورش شهر تهران

دانشجو: منتهی خاطری / استاد راهنما: دکتر علی دلآور / استاد مشاوره: دکتر عبدالله شفیع آبادی

رشته تحصیلی: کارشناس ارشد مشاوره مدرسه

سال تحصیلی: ۲۸ - ۲۸ / دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روان شناسی و علوم

تربیتی

براساس نظریه انتخاب، هر آن چه را که انجام می دهیم کنشی است و تقریباً تمام رفتارهای ما انتخاب شده هستند و همه رفتارهایمان برای ارضای نیازهایمان انتخاب شده است. در نظریه انتخاب، هفت عادت اثربخشی برای برقراری از میان (اهمیت دادن، اعتماد کردن، گوش دادن، حمایت کردن، بحث و تبادل نظر، دوستانه رفتار کردن و تشویق کردن) جایگزین هفت عادت مخرب (ارتباط انتقاد کردن، سرزنش کردن، شکایت کردن، غر زدن، تهدید کردن، تنبیه کردن، پاداش برای کنترل کردن) می شود. این هفت عادت مخرب ناشی از کنترل بیرونی است که افراد می خواهند به دیگران تحمیل کنند (گلاسر، ۲۰۰۲).

هدف از پژوهش حاضر، بررسی میزان اثربخشی واقعیت درمانی با تمرکز بر نظریه انتخاب، بر عزت نفس و خودبنداری دانش آموزان دختر سال دوم دبیرستان منطقه ۱۶ آموزش و پرورش تهران است.

روش نمونه گیری با استفاده از نمونه گیری در دسترس انجام شد و تعداد ۲۰ دانش آموز دختر سال دوم دبیرستان

(۵ نفر در گروه آزمایش، ۱۵ نفر در گروه کنترل) در پژوهش شرکت داشتند. در چهارچوب روش پژوهش نیمه

آزمایشی تأثیر نظریه انتخاب، استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون مورد بررسی قرار گرفت.

برای سنجش سطح خودبنداری از آزمون خودبنداری راجرز و برای سنجش میزان عزت نفس از آزمون عزت نفس

پروپ استفاده شد. جلسات آموزشی طی ۱۰ جلسه (۴ جلسه هفتگی یکبار، ۶ جلسه هفتگی دو بار) اجرا شد که در

جلسات شیوه های صحیح و نادرست ارتباط براساس نظریه انتخاب آموزش ارائه شد.

نتایج این پژوهش نشان داد به کارگیری نظریه انتخاب تأثیری بر عزت نفس و خودبنداری دانش آموزان گروه

آزمایش نداشته است.

لازم به ذکر است که پژوهش های بسیاری از جمله درسی (۱۹۹۵)، هانیم، (۱۹۹۰)، چانس و همکاران (۱۹۹۱)،

چانگ و کولتیز (۱۹۹۸) و اثربخشی واقعیت درمانی و نظریه انتخاب را مورد تأثیر قرار داده اند. به نظر می رسد که

دلایلی نظیر کنترل شدید مدارس و خانواده ها بر دانش آموزان و به تبع ارضا نشدن نیاز به قدرت، شرایط نامطلوب

مدارس از نظر فضا و زمان برای اجرای طرح، می تواند بر عدم تأثیر این نظریه بر خودبنداری و عزت نفس مؤثر باشد.

در حالی که بنا بر اظهارات دانش آموزان، یادگیری این نظریه آن ها را در کنترل تفکر، حتم، تکانشی بودن و شتابزده

عمل کردن یاری کرده است.



۵۹

دوره ۴
شماره ۱
پاییز ۱۳۸۷