

## عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر منبع کنترل و انگیزش پیشرفت دانش آموزان دارای مشکلات یادگیری

## محل انتشار:

فصلنامه تازه های علوم شناختی، دوره 21، شماره 4 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

مهناز استکی - استادیار گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز، تهران، ایران

زهرا فدایی وطن - دانشجوی دکتری روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز

افسانه قنبری پناه - استادیار گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز، تهران، ایران

رویا کوچک انتظار - استادیار گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر منبع کنترل و انگیزش پیشرفت دانش آموزان دارای مشکلات یادگیری بود. روش کار: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر تهران بود. نمونه‌گیری به روش در دسترس، از یکی از مدارس واقع در منطقه 1 تهران صورت گرفت. بدین منظور تعداد 30 نفر از دانش‌آموزانی که بالاترین نمره را در پرسشنامه مشکلات یادگیری Colorado داشتند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. آزمودنی‌ها به پرسشنامه منبع کنترل Rotter و انگیزش پیشرفت پاسخ دادند. آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت 20 جلسه تحت آموزش بر مبنای پروتکل درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار گرفتند، اما گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. سه ماه پس از پایان جلسات آزمون پیگیری انجام شد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که روش مداخله شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی موجب تغییر منبع کنترل از بیرونی به درونی در دانش آموزان دارای مشکلات یادگیری شد. همچنین یافته‌ها نشان داد که این روش موجب افزایش انگیزش پیشرفت در دانش آموزان دارای مشکلات یادگیری شد. نتیجه‌گیری: آموزش ذهن آگاهی به دانش آموزان دارای مشکلات یادگیری، مداخله‌ای مؤثر برای افزایش منبع کنترل درونی و انگیزش می‌باشد. بر مبنای نتایج این پژوهش می‌توان به معلمان، مشاوران و روان‌شناسان آموزشگاهی پیشنهاد نمود که با استفاده از این روش‌های درمانی در بهبود مهارت‌های فردی و یادگیری دانش‌آموزان بکوشند.

## کلمات کلیدی:

Mindfulness-Based Cognitive Therapy, Achievement motivation, Locus of control, Learning problems

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، انگیزش پیشرفت، منبع کنترل، مشکلات یادگیری

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1137590>

