

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی برنامه مثبت اندیشی فردریکسون و برنامه تغییر ذهنیت دوئیک بر اضطراب امتحان دانش آموزان تیزهوش

محل انتشار:

پژوهشنامه روانشناسی مثبت، دوره 3، شماره 4 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

زهرا آرامی - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد شهرکرد، ایران

طیبه شریفی - استادیار گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران.

احمد غضنفری - دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران

احمد عابدی - دانشیار گروه کودکان با نیاز های خاص، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، ایران

محمد قاسمی پیر بلوطی - استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، شهرکرد، ایران

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش مقایسه اثربخشی برنامه مثبت اندیشی فردریکسون و برنامه تغییر ذهنیت دوئیک بر اضطراب امتحان دانش آموزان دختر تیزهوش پایه نهم شهر اصفهان بود. روش این تحقیق آزمایشی و طرح پژوهش از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دختر تیزهوش پایه نهم شهر اصفهان بود که در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۵ مشغول به تحصیل بودند و تعداد آن ها ۴۵۰ نفر بود. در ابتدا غربالگری انجام شد و از جامعه آماری تعداد ۴۵ نفر از دانش آموزان مضطرب که بر اساس پرسشنامه اضطراب امتحان نمرات بالاتری کسب کردند انتخاب و سپس به روش نمونه گیری تصادفی ساده به دو گروه آزمایشی (۱۵ نفر در گروه آموزش مثبت اندیشی فردریکسون و ۱۵ نفر در گروه آموزش برنامه تغییر ذهنیت دوئیک) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند. آزمودنی های جایگزین شده در گروه آزمایش مثبت اندیشی فردریکسون ۸ جلسه و آزمودنی های گروه آزمایش تغییر ذهنیت دوئیک نیز ۸ جلسه آموزش دریافت کردند، اما گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکرد. تمامی شرکت کنندگان پرسشنامه اضطراب امتحان اهواز را در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری شش ماهه تکمیل کردند. برای آزمون فرضیه های پژوهش از آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده شد. یافته ها نشان داد که آموزش مثبت اندیشی فردریکسون بر اضطراب امتحان دانش آموزان تاثیر معنی داری ندارد. ولی در میزان اضطراب امتحان، دو گروه برنامه تغییر ذهنیت دوئیک، مثبت اندیشی فردریکسون و گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. به طوری که گروه تغییر ذهنیت دوئیک از اضطراب کمتری برخوردار بودند. با استفاده از برنامه تغییر ذهنیت دوئیک می توان اضطراب امتحان را در دانش آموزان تیزهوش کاهش داد که این امر نیز به نوبه خود می تواند موجب افزایش کارآمدی و پیشرفت مناسب این گروه از دانش آموزان شود.

کلمات کلیدی:

برنامه مثبت اندیشی فردریکسون، برنامه تغییر ذهنیت دوئیک، اضطراب امتحان، دانش آموزان تیزهوش دبیرستان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1207738>



