

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش ایمن سازی در مقابل استرس بر اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش در نظام های آموزشی، دوره 4، شماره 10 (سال: 1389)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسنده:

شیرین ولی زاده - دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، باشگاه پژوهشگران جوان، گروه روان شناسی، ایران

خلاصه مقاله:

در این پژوهش اثربخشی آموزش ایمن سازی در مقابل استرس بر اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه سوم متوسطه مورد بررسی قرار گرفت. نمونه پژوهش ۶۰ دانش آموز دختر (گروه آزمایش ۳۰ نفر و گروه کنترل ۳۰ نفر) پایه سوم متوسطه بودند که با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. داده ها با استفاده از پرسشنامه اضطراب امتحان، مصاحبه بالینی روان پزشکی کودک و نوجوان و میانگین نمرات دانش آموزان در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون گردآوری شدند. گروه آزمایش، ۸ جلسه آموزش ایمن سازی در مقابل استرس دریافت کردند؛ درحالی که گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. داده های گردآوری شده با استفاده از شاخص های توصیفی میانگین، انحراف معیار و شاخص تحلیلی آزمون t و تحلیل کوواریانس تحلیل شدند. یافته ها نشان داد که آموزش ایمن سازی در مقابل استرس بر کاهش اضطراب امتحان و افزایش پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تاثیر معنی دار دارد. بر طبق این یافته ها تاثیر آموزش ایمن سازی در مقابل استرس در کاهش اضطراب امتحان و افزایش پیشرفت تحصیلی دانش آموزان بحث شده است.

کلمات کلیدی:

دانش آموزان، اضطراب امتحان، پیشرفت تحصیلی، ایمن سازی در مقابل استرس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1277367>

