

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر آموزش راهبردهای فراشناختی و مدیریت زمان بر اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه

محل انتشار:

فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دوره 22، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

لیلا شعاعی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

علیرضا حیدرئی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

سعید بختیارپور - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

پرویز عسگری - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش، مقایسه تاثیر آموزش راهبردهای فراشناختی و مدیریت زمان بر اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان دختر دوم متوسطه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر بهبهان در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸ بودند که با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند، ۴۵ نفر از آنان انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل (هر گروه ۱۵ دانش آموز) قرار گرفتند. برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه اضطراب امتحان (Anton, & Taylor, 1998) و خودکارآمدی تحصیلی (Jing & Morgan, 1999) استفاده شد. روش پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. گروه های آزمایشی تحت آموزش راهبردهای فراشناختی (۶ جلسه ۹۰ دقیقه ای) و مدیریت زمان (۷ جلسه ۶۰ دقیقه ای) قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای دریافت نکردند. داده ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که هر دو آموزش راهبردهای فراشناختی و مدیریت زمان، بر کاهش اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان اثربخش بودند (p < ۰/۰۵). همچنین نتایج نشان داد، آموزش راهبردهای فراشناختی نسبت به مدیریت زمان، دارای تاثیر بیشتری بر کاهش اضطراب امتحان و افزایش خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان بود (p < ۰/۰۵). می توان از آموزش راهبردهای فراشناختی در کاهش اضطراب امتحان و افزایش خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان بهره گرفت.

کلمات کلیدی:

راهبردهای فراشناختی، مدیریت زمان، اضطراب امتحان، خودکارآمدی تحصیلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1392791>

