

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مولفه های آرامش روانشناختی مبتنی بر دیدگاه اسلامی (صبر و دعا) در اضطراب امتحان و تاب آوری دانش آموزان پسر متوسطه اول شهر زاهدان

محل انتشار:

مجله مطالعات روانشناسی تربیتی، دوره 15، شماره 32 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

مرتضی علی احمد - کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه سیستان و بلوچستان

حسین جناآبادی - دانشیار گروه روان شناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی آموزش مولفه های آرامش روان شناختی مبتنی بر دیدگاه اسلامی (صبر و دعا) در اضطراب امتحان و تاب آوری دانش آموزان پسر متوسطه اول شهر زاهدان بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. نمونه ای به تعداد ۳۰ نفر از کلیه دانش آموزان پسر متوسطه دوره اول شهر زاهدان در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه اضطراب امتحان ابوالقاسمی و همکاران (۱۳۷۵) و تاب آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) بود. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ و شاخص آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد میانگین نمرات اضطراب امتحان گروه آزمایش نسبت به گروه گواه در پس آزمون به طور معناداری کاهش یافته، اما میانگین نمرات تاب آوری گروه آزمایش نسبت به گروه گواه در پس آزمون به طور معناداری افزایش یافته بود. لذا نتایج پژوهش نشان داد که آموزش مولفه های آرامش روان شناختی مبتنی بر دیدگاه اسلامی می تواند به عنوان یک روش مداخله ای مفید برای کاهش اضطراب امتحان و افزایش تاب آوری دانش آموزان به کار رود.

کلمات کلیدی:

آموزش مولفه های آرامش روان شناختی مبتنی بر دیدگاه اسلامی، اضطراب امتحان، تاب آوری، صبر و دعا

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1466872>

