

عنوان مقاله:

اثر بخشی مداخله شناختی- رفتاری مبتنی بر تعلل بر بهبود عملکرد تحصیلی و حرمت خود دانشجویان

محل انتشار:

دوفصلنامه شناخت اجتماعی، دوره 1، شماره 2 (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

فاطمه شکری - کارشناس ارشد روان شناسی دانشگاه پیام نور تهران

احمد علیپور - استاد روان شناسی دانشگاه پیام نور تهران

مزگان آگاه هریس - استادیار روان شناسی دانشگاه پیام نور گرمسار

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر اثربخشی مداخله شناختی - رفتاری مبتنی بر تعلل بر بهبود عملکرد تحصیلی و حرمت خود دانشجویان دختر پیام نور بود. بنابراین با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس، ۳۰ نفر از دانشجویان دختر بر اساس معیارهای ورود- خروج از میان داوطلبان انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه (آزمایش و گواه) جایگزین شدند. کلیه آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه - های تعلل و حرمت خود را قبل و بعد از آموزش جلسات تکمیل کردند. همچنین معدل ترم تحصیلی قبل هر دانشجو پیش از مداخله و معدل ترم تحصیلی ترم بعد او پس از انجام مداخله جمع آوری شد. تحلیل نتایج با استفاده از نسخه شانزدهم نرم افزار آماری SPSS و کاربرد آزمون کوواریانس نشان داد که تعلل در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش و حرمت خود و عملکرد تحصیلی افزایش معنادار داشته است ( $p < 0.05$ ). این نتایج مبین آن است که مداخله شناختی رفتاری مبتنی بر تعلل به واسطه بازسازی شناختی، ذهن آگاهی و روش‌های رفتاری از جمله مدیریت زمان به کاهش تعلل و افزایش حرمت خود و عملکرد تحصیلی دانشجویان می انجامد.

کلمات کلیدی:

مداخله شناختی- رفتاری مبتنی بر تعلل، تعلل، عملکرد تحصیلی و حرمت خود

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1572012>

