

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر کاهش اضطراب امتحان و افزایش خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان مدارس سمپاد با تاکید بر توسعه پایدار

محل انتشار:

هفتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

فاطمه مهربان جهیمی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، مرودشت

فاطمه علمدار - دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان، سیرجان

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر مطالعه اثربخشی مداخله درمان شناختی - رفتاری بر کاهش اضطراب امتحان دانش آموزان مدارس سمپاد و افزایش خودکارآمدی تحصیلی با تاکید بر توسعه پایدار بوده است. روش: پژوهش حاضر آزمایشی و از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل، همه دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول سمپاد شهرستان شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. در این پژوهش با استفاده از شیوه نمونه گیری خوشه ای ۳۰ دانش آموز در دو گروه آزمایشی و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های اضطراب امتحان TAI و خودکارآمدی تحصیلی جینک و مورگان استفاده شد و پروتکل درمان شناختی - رفتاری بر روی دانش آموزان گروه آزمایش اجرا شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد. یافته ها: براساس نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس، درمان شناختی رفتاری بر کاهش علائم اضطراب امتحان $p < 0/001$ و افزایش خودکارآمدی تحصیلی $p < 0/001$ اثر معناداری داشت. نتیجه گیری: با توجه به یافته حاصل شده می توان گفت که استفاده از آموزش های شناختی - رفتاری می تواند در کاهش اضطراب امتحان و افزایش خود کار آمدی تحصیلی کمک کننده باشد.

کلمات کلیدی:

درمان شناختی-رفتاری، شادکامی، خودکارآمدی، اضطراب، توسعه پایدار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1664109>

