

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش خود دلگرم سازی بر نشاط ذهنی، پایداری تحصیلی و تاب آوری در دانش آموزان پایه ششم ابتدایی

## محل انتشار:

نهمین همایش ملی تحقیقات میان رشته ای در مدیریت و علوم انسانی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

بصیر بمان زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه پیام نور بیرجند، بیرجند، ایران

خدیجه علیپور - دکترا برنامه ریزی درسی، استادیار و عضو هیئت علمی گروه علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه پیام نور بیرجند، بیرجند، ایران

محمد مشکی حسن آباد - دکترا علوم تربیتی، استاد و عضو هیئت علمی گروه علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه پیام نور بیرجند، بیرجند، ایران

## خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش خود دلگرم سازی بر نشاط ذهنی، پایداری تحصیلی و تاب آوری در دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهر کاشمر انجام شده لذا به لحاظ ماهیت و کاربردی و از حیث روش نیمه آزمایشی میباشد. جامعه پژوهشی کلیه دانش آموزان پسر پایه ششم ابتدایی شهر کاشمر که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مشغول به تحصیل می باشند. در این پژوهش، از روش نمونه گیری خوشه‌ای استفاده شد به صورتی که از بین کلیه مدارس ابتدایی؛ یک مدرسه پسرانه در مرحله بعد از بین کلیه کلاسها، ۲ کلاس پایه ششم و از هر کدام ۱۵ دانش آموز انتخاب و سپس به روش کاملا تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شدند. ابزار جمع آوری اطلاعات، پرسشنامه های تاب آوری کونورودیویدسون (۲۰۰۳)، نشاط ذهنی ریان و فردریک (۱۹۹۷) و پایداری تحصیلی دانش آموزان مارتین و مارش (۲۰۰۸) و ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای آموزش خود دلگرم سازی بوده و در انتها داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که آموزش خود دلگرم سازی بر نشاط ذهنی، تاب آوری و پایداری تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی اثربخش بوده است. بنابراین با استفاده از جلسات مداخله آموزش خود دلگرم سازی می توان نشاط ذهنی، تاب آوری و پایداری تحصیلی دانش آموزان را بهبود بخشید.

## کلمات کلیدی:

پایداری تحصیلی، تاب آوری، خود دلگرم سازی، دانش آموزان، نشاط ذهنی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2044088>

