

## عنوان مقاله:

بررسی اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر میزان اضطراب امتحان و سازگاری تحصیلی (مطالعه موردی دانش آموزان پسر دبیرستانهای شهر سمنان)

## محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسندگان:

مستوره صداقت - دکترای روانشناسی عمومی، عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان

محمد رضا صفری - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روش شناختی - رفتاری بر میزان اضطراب امتحان و سازگاری تحصیلی دانش آموزان مبتلابه اضطراب امتحان بود. این مطالعه از نوع آزمایش میدانی بایپیش‌آزمون-پس آزمون و گروه گواه است. از بین دانش آموزان دارا بیاضطراب امتحان بالا و همچنین سازگاری تحصیلی پایین 30 نفر که به طور تصادفی از میان دانش آموزانی که به عنوان مبتلابه اضطراب امتحان تشخیص داده شده بودند، انتخاب گردیدند و در دو گروه (آزمایش و گواه) قرار گرفته. و گروه آزمایش به مدت 12 جلسه مورد آموزش قرار گرفتند. جمع آوری داده ها از پرسشنامه اضطراب امتحان (TAI). و سازگاری تحصیلی (سینها و سینگ) استفاده گردید که نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که هر دو روش شناختی-رفتاری، در کاهش اضطراب امتحان و سازگاری تحصیلی دانش آموزان به طور معنی داری مؤثر بوده اند. این نتایج تلویحات مهمی در زمینه آموزش راهبردهای شناختی - رفتاری در پیشگیری از اضطراب امتحان و سازگاری تحصیلی دانش آموزان نقش بسزایی دارد.

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی - رفتاری، اضطراب امتحان، سازگاری تحصیلی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/460356>

