

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر آموزش ذهن آگاهی بر اهمالکاری تحصیلی در دو گروه دانش آموزان با اضطراب امتحان بالا پایین

## محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

محسن حاجی شیخی - کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید بهشتی

هدایا سلطانی زاده - کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش ذهن آگاهی بر اهمالکاری تحصیلی در دو گروه دانش آموزان با اضطراب امتحان بالا پایین انجام شده است. در این پژوهش از روش تحقیق شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون پس آزمون با دو گروه کنترل دو گروه آزمایش استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی شهرستان ساری بود که در سال 1396 مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای برای انتخاب نمونه استفاده شد. از بین 300 دانش آموز که پرسشنامه اهمال کاری بر روی آنها اجرا شده بود، تعداد 60 نفر به عنوان افراد اهمالکار تحصیلی انتخاب شد. بنابراین، حجم نمونه شامل 60 نفر دانش آموزان اهمالکار بود که به صورت تصادفی، 30 نفر در گروه های آزمایش 15 نفر گروه اضطراب امتحان بالا 15 نفر گروه اضطراب امتحان پایین (30 نفر در گروه های کنترل 15 نفر گروه اضطراب امتحان بالا 15 نفر گروه اضطراب امتحان پایین) قرار گرفته اند. ابزار پژوهش پرسشنامه اهمالکاری تحصیلی سولومون پرسشنامه اضطراب امتحان اسپیلبرگر بود. یافته های تحقیق نشان داد که آموزش ذهن آگاهی در دانش آموزان با اضطراب بالا موثر بوده ولی در دانش آموزان با اضطراب پایین تاثیری نداشته است. همچنین نتایج نشان داد که تفاوت معناداری در اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر اهمالکاری تحصیلی دانش آموزان با اضطراب بالا اضطراب پایین وجود دارد، یعنی اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر اهمالکاری تحصیلی دانش آموزان دارای اضطراب امتحان بالا بیشتر از دانش آموزان با اضطراب امتحان پایین بود. با توجه به یافته های پژوهش چنین نتیجه گیری می شود که اضطراب امتحان به عنوان متغیر تعدیل کننده در موفقیت دانش آموزان در تاثیر آموزش ذهن آگاهی بر اهمالکاری تحصیلی موثر می باشد. بنابراین، برای کاهش میزان اهمالکاری تحصیلی دانش آموزان از طریق آموزش ذهن آگاهی، لازم است بر مولفه اضطراب امتحان دانش آموزان نیز توجه شود

## کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، اهمالکاری تحصیلی، اضطراب امتحان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/843030>

