

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر مولفه های خوش بینی تحصیلی دانش آموزان (اعتماد اجتماعی، تاکید تحصیلی و احساس هویت)

محل انتشار:

مجله روانشناسی اجتماعی، دوره 7، شماره 53 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

فرشته هاشمی - دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

فریبرز درتاج - استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

نورعلی فرخی - دانشیار، گروه سنجش و اندازه گیری، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

بیتا نصرالهی - استادیار، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

مطالعه حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر مولفه های خوش بینی تحصیلی دانش آموزان (اعتماد اجتماعی، تاکید تحصیلی و احساس هویت) انجام شد. این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه های آزمایش و کنترل بود. جامعه پژوهش دانش آموزان دختر پایه هشتم منطقه یک تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷ بودند. مجموعاً ۴۰ نفر با روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب و با روش تصادفی در دو گروه مساوی آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۷۵ دقیقه ای برنامه ذهن آگاهی را آموزش دید و گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. ابزار پژوهش پرسشنامه خوش بینی تحصیلی (اسچن-موران و همکاران، ۲۰۱۳) بود. داده ها با روش آزمون های تی و تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم افزار SPSS نسخه بیستم تحلیل شدند. یافته ها نشان داد که گروه های آزمایش و کنترل در مرحله پیش آزمون از نظر مولفه های خوش بینی تحصیلی یعنی اعتماد اجتماعی، تاکید تحصیلی و احساس هویت تفاوت معناداری نداشتند ($P > 0.05$)، اما در مرحله پس آزمون از نظر مولفه های خوش بینی تحصیلی تفاوت معناداری داشتند ($P < 0.01$). این طور که آموزش ذهن آگاهی باعث افزایش مولفه های خوش بینی تحصیلی یعنی اعتماد اجتماعی، تاکید تحصیلی و احساس هویت شد ($P < 0.01$). بر اساس نتایج می توان گفت که آموزش ذهن آگاهی باعث افزایش خوش بینی تحصیلی دانش آموزان و مولفه های آن می شود.

کلمات کلیدی:

آموزش ذهن آگاهی، خوش بینی تحصیلی، اعتماد اجتماعی، تاکید تحصیلی، احساس هویت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1364938>

