

عنوان مقاله:

مطالعه نقش آموزش های شناختی رفتاری در کاهش فشار روانی دانش آموزان مقطع متوسطه اول ناحیه ۱ اهواز

محل انتشار:

بیستمین کنفرانس ملی روانشناسی، علوم تربیتی و اجتماعی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

حوا جباری - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه ادیبان

آذر زاهدپور کرائی - کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره از دانشگاه علوم تحقیقات اهواز

فریبرز رهبر - کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره از دانشگاه علوم تحقیقات اهواز

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزشهای شناختی- رفتاری بر کاهش فشار روانی امتحانات دانش آموزان مقطع متوسطه اول ناحیه ۱ اهواز انجام شد. این پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل میباشد. جامعه مورد مطالعه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه اول شهرستان اهواز بودند. تعداد ۸۰ نفر از دانش آموزان به شیوه نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب و به تصادف به دو گروه ۴۰ نفری آزمایش و کنترل تقسیم شدند. پرسشنامه فشار روانی امتحانات ساراسون در هر دو گروه اجرا شد. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه تحت مداخلات شناختی - رفتاری قرار گرفتند. گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکردند. نتایج حاصل شده نشان داد که آموزش های شناختی - رفتاری در کاهش فشار روانی امتحانات موثر بود. اندازه اثر در این تحقیق ۱۳ به دست آمد. آموزش شناختی- رفتاری شیوهی موثر در کاهش فشار روانی امتحانات است. بنابراین از این مداخله میتوان برای بهبود عملکرد تحصیلی در کلینیکهای روانشناسی استفاده نمود.

کلمات کلیدی:

آموزش شناختی- رفتاری، فشار روانی امتحانات، دانش آموزان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1755664>

