

بررسی اثربخشی آموزش تلفیقی خودتنظیمی و مهارتهای زندگی در
افزایش خودپنداره ی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه (دوره دوم)¹

سلیمان سعدی²، جمشید جراره³، فریده حمیدی⁴

2 دانشجوی کارشناسی ارشد، روان شناسی تربیتی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران
(نویسنده مسئول)

3 استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران،
ایران

4 دانشیار گروه علوم تربیتی، ، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران،
ایران

چکیده

این پژوهش به منظور بررسی اثربخشی آموزش خودتنظیمی و مهارت های زندگی در افزایش خودپنداره تحصیلی دانش-آموزان مقطع متوسطه (دوره دوم) شهر مریوان در سال تحصیلی 92_93 انجام شد. برای این منظور، با روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای، 40 نفر از دانش آموزان سال اول متوسطه به عنوان نمونه انتخاب شده و در دو گروه کنترل و آزمایش گمارش شدند. پرسشنامه خودپنداره‌ی تحصیلی دلاور 1373 که دارای پایایی 0/78 می باشد مورد استفاده قرار گرفت. از هر دو گروه پیش آزمون گرفته شد. سپس گروه آزمایش به مدت 10 جلسه یک ساعته مهارت های خودتنظیمی زندگی آموزش داده شد ولی به گروه کنترل هیچ آموزشی داده نشد. در پایان مداخلات آموزشی، از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که نمرات خودپنداره تحصیلی گروه آزمایش در پس آزمون بیشتر از نمره‌ی آن‌ها در پیش آزمون بود ($p=0/001$).

واژه های کلیدی: خودپنداره‌ی تحصیلی، خودتنظیمی، مهارت های زندگی، دانش آموزان.

¹. این مقاله برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید رجایی تهران می‌باشد.