

اولین همایش بین المللی نوآوری و تحقیق در هنر و علوم انسانی  
The first International Conference on Innovation and Research in Arts and Humanities  
اثر بخشی آموزش مهارت های فراشناختی بر افزایش پیشرفت تحصیلی

میثم ناصری<sup>1</sup>، معصومه عفتی مطلق<sup>2</sup>

1. کارشناس ارشد مشاوره، دانشکده علوم انسانی، قوچان، ایران

2. کارشناس روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، بجنورد، ایران

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور اثر بخشی آموزش مهارت های فراشناختی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان انجام گرفت، جامعه آماری دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان شهر شیروان سال تحصیلی 93-94، نمونه 40 نفر و متشکل از دو گروه 20 نفره که تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند، ابزار معدل دانش آموزان در دو نیمسال تحصیلی، پژوهش از نوع شبه آزمایشی که ابتدا از دانش آموزان هر دو گروه پیش آزمون و سپس به گروه آزمایش 16 جلسه آموزش مهارت های فراشناختی و در پایان پس آزمون ارائه شد. نتایج نشان داد که آموزش مهارت های فراشناختی منجر به افزایش پیشرفت تحصیلی دانش آموزان شد، بر این اساس مهارت های فراشناختی با بالا بردن مهارت های دانش آموزان موجب افزایش علاقه مندی آنها به تحصیل و کسب مهارت ها و تجربیات مناسب تحصیلی که در نهایت پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را افزایش می دهد.

کلمات کلیدی: مهارت های فراشناختی، پیشرفت تحصیلی

### self-directed Academic achievement through cognitive skills training

Maysam nasere<sup>1</sup>, masoume effaty motlag<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Conceling, University of Quchan, Quchan, Iran,

<sup>2</sup>Department of psychology, University of bojnourd, bojnourd, Iran

### Abstract

The present study was to evaluate the effectiveness of the training of Meta cognitive skills on academic achievement of high school students took first base girl The statistical community high school girl students ' basic academic year first shirvan city, 94-93, 40 people and consists of two 20-Member group that two alternative control group were tested and The average students in the two instruments, research term of a kind pseudo first test of students in both groups before the test and then to test the 16 meeting of the Meta cognitive skills training was provided and after completion of test The results showed that Meta cognitive skills training leads to increase the academic achievement of students Based on this Meta cognitive skills by enhancing students ' skills, thereby increasing their interest to study and earn a proper study skills experiment that finally the academic progress of students.