

اثربخشی شناخت درمانی بر افزایش شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر

دیرستان های شهر اصفهان

سمیه نیری^۱، معصومه بهبودی^۲

۱- کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

۲- استادیار گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

چکیده

بکارگیری تکنیک شناخت درمانی در تحلیل و بهبود مولفه های روانشناختی در رده های سنی مختلف حائز اهمیت است. هدف پژوهش حاضر اثربخشی شناخت درمانی بر افزایش شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر دیرستان های شهر اصفهان است. این تحقیق با روش طرح پژوهش نیمه تجربی با پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه گواه بود. نمونه شامل ۶۰ نفر از دانش آموزان دختر متوسطه دوم دیرستان های شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ بود. اعضای گروه ها به وسیله پرسشنامه شادکامی آکسفورد و مقیاس خودکارآمدی شرر و همکاران، قبل و بعد از جلسه آموزش گروهی (طی ۹ جلسه) مورد سنجش قرار گرفته و داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس (آنکوا) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که آموزش برنامه شادکامی و خودکارآمدی عمومی به شیوه ی شناخت درمانی، توانسته بود، میانگین نمرات شادکامی و خودکارآمدی دانش آموزان گروه آزمایش را در مقایسه با گروه گواه، افزایش دهد و میانگین نمرات آنها را در پیشرفت تحصیلی در مقایسه با دانش آموزان گروه گواه، بهبود بخشد. در نتیجه اجرای روش شناخت درمانی ضمن افزایش احساس شادکامی دانش آموزان، بر افزایش خودکارآمدی عمومی و پیشرفت تحصیلی آنها تأثیر معنی داری داشته است.

واژگان کلیدی: شناختی درمانی، شادکامی، خودکارآمدی، پیشرفت تحصیلی