

رابطه ی اثر بخشی روان شناسی مثبت نگر بر ارتقا خودپنداره ی مثبت ریاضی و کاهش اضطراب ریاضی دانش آموزان دختر نوجوان مقطع متوسطه دوم رشته ی علوم تجربی شهرستان پارسیان استان هرمزگان

رویا قاسمیپور

پرسنل آموزش پرورش شهرستان پارسیان – استان هرمزگان

ghasemi.md@gmail.com

چکیده

این پژوهش به منظور تعیین رابطه ی اثر بخشی روان شناسی مثبت نگر بر ارتقا خود پنداره ی مثبت ریاضی و کاهش اضطراب ریاضی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه ی دوم شهرستان پارسیان استان هرمزگان انجام شده است. به همین منظور تعداد ابتدا 26 نفر از دانش آموزان را بدون اعمال روان شناسی مثبت نگر طی پرسشنامه ای 20 سوالی پایین بودن خودپنداره ی ریاضی و بالا بودن اضطراب ریاضی آنان مورد آزمون قرار گرفته شدند، که نتایج بررسی آنان در قسمت های دیگر مقاله قید شده است و 31 نفر از دانش آموزان را با اعمال روان شناسی مثبت نگر از قبیل (استفاده از کلاس های تقویتی، به صورت گروهی خواندن، با برنامه ریزی درس خواندن، تکرار جملات امیدوار کننده، مشورت با دانش آموزان موفق سال های قبل و به دور از تنش و استرس بودن، استفاده از فرضیه ی توانمندی و ایجاد و گسترش هیجان های مثبت) مورد بررسی قرار دادیم که نتایج رضایت بخشی عاید شد. جامعه آماری شامل $N=85$ دانش آموز می باشد که نمونه ی مورد بررسی $n=57$ (به دلیل در دسترس نبودن تمام جامعه) انتخاب شده است. در این پژوهش از فرضیه های توانمندی و ایجاد و گسترش هیجان های مثبت که سهم بسزایی در روان شناسی مثبت نگر دارند استفاده شده است این پژوهش به خاطر ارتباط بین متغیر ها به روش همبستگی پیرسون انجام شده است تا ارتباط بین متغیرهای (اختلال یادگیری ریاضی، سواد والدین و خودپنداره ی ریاضی) به وضوح مشخص شود. که نتیجه نیز این چنین شد که همبستگی زیاد ی بین متغیر ها وجود دارد.

واژه های کلیدی: همبستگی پیرسون، روان شناسی مثبت نگر، خودپنداره ی ریاضی، اضطراب ریاضی، توانمندی

مقدمه

در چرخه ی تحول روانی افراد بین دوره ی کودکی و بزرگسالی دوره ی بسیار مهم نوجوانی قرار دارد، این مرحله انتقالی از 10 تا 12 سالگی آغاز و در حدود 18 الی 22 سالگی تمام می شود. نوجوانی دوره تغییرات عمیقی است که کودک را از بزرگسال جدا می کند این مرحله، رشد زیستی، اجتماعی، هیجانی و شناختی را شامل می شود و به معنای واقعی دوره ی تغییر و دگرگونی است (نیومن و نیومن 2009 به نقل از جباری، شهیدی و موتابی، 1393). از جمله موضوعات قابل بررسی در این دوره از زندگی حالت های روان شناختی مثبت است، منظور از حالت های روان شناختی مثبت نمونه ای از توانایی های انسان است که موضوع اصلی روان شناسی مثبت گرا را تشکیل می دهد: خوشحالی، لذت، انعطاف پذیری، سرسختی، کنترل شخصی، خوش بینی، سبک تبیینی خوش بینانه، امید، احساس کارایی، تعیین هدف، معنی، عشق به دانستن، خرد، اصالت، توانایی برای روانی، خودمختاری، بخشنده گی، دلسوزی، همدلی، نوع دوستی، شوخ طبعی، معنویت (ریو، 1389/2005 ترجمه سید محمدی). پیشرفت سریع فناوری و ارتباطات با