



بررسی اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر سرزندگی تحصیلی، اجتناب تجربی و مهارت‌های فراشناختی دانش آموزان

محی‌الدین محمدخانی^{۱*}، سعیده قادری^۲

۱- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، مرکز جوانرود، کرمانشاه، ایران. (نویسندهٔ مسئول)

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، مرکز جوانرود، کرمانشاه، ایران

چکیده

این پژوهش با هدف تعیین تأثیر آموزش تئوری انتخاب بر سرزندگی تحصیلی، اجتناب تجربی و مهارت فراشناختی در دانش آموزان دختر انجام شد. پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با دو گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر استان جوانرود در سال تحصیلی ۱۴۰۱ بود، که با روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۳۰ دانش‌آموز انتخاب و به شیوه تصادفی در دو گروه مساوی ۱۵ نفری جایگزین شدند. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه سرزندگی تحصیلی (دهقانی زاده و حسین چاری، ۱۳۹۱)، پرسش‌نامه پذیرش و عمل (هیس و همکاران، ۲۰۰۴) و پرسش‌نامه حالت فراشناخت (اونیل و عابدی، ۱۹۹۶) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی (آنالیز کوواریانس) استفاده شد. افراد گروه آزمایش برنامه آموزش تئوری انتخاب را طی ۱۰ جلسه (به صورت جلسات هفتگی و هر جلسه به مدت ۱ ساعت) دریافت کردند اما برای افراد گروه کنترل این برنامه آموزشی اجرا نشد. برای تحلیل از نرم‌افزار آماری SPSS-26 استفاده شد و سطح معناداری نیز ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. نتایج پژوهش نشان داد که به ترتیب بین میانگین نمره سرزندگی تحصیلی ($F=69/305$ ، $P<0/05$ و $Eta=0/69$) و مهارت فراشناختی ($F=25/064$ ، $P<0/05$ و $Eta=0/59$) در آزمودنی‌های دریافت‌کننده برنامه آموزش تئوری انتخاب در مرحله پس‌آزمون نسبت به آزمودنی‌های گروه کنترل تفاوت معناداری وجود داشته است. همچنین، نتایج تحلیل کوواریانس حاکی از آن بود که بین میانگین نمره اجتناب تجربی آزمودنی‌های دو گروه در مرحله پس‌آزمون تفاوت از نظر آماری معنادار بوده است ($F=55/207$ ، $P<0/05$ و $Eta=0/62$).

کلید واژه‌ها: آموزش تئوری انتخاب، اجتناب تجربی، سرزندگی تحصیلی، مهارت فراشناخت