

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی آموزش مشغولیت تحصیلی و مداخله مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر سبک زندگی سلامت محور تحصیلی در دانش آموزان دوم متوسطه

محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان، دوره 3، شماره 2 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

نیلوفر عزیزی - PhD Student in Educational Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Islamic Azad University, Tabriz Branch, Tabriz, Iran

رحیم بدری گرگری - Professor, Department of Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

کیومرث کریمی - Assistant Professor, Department of Psychology, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: نوجوانی نشان دهنده یک دوره بحرانی از تغییرات سریع فیزیکی، اجتماعی، شناختی و عاطفی است که پیامدهای مهمی برای سلامت و بهزیستی در زندگی بعدی دارد. این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی آموزش مشغولیت تحصیلی و مداخله مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر سبک زندگی سلامت محور تحصیلی در دانش آموزان دوم متوسطه انجام شد. روش پژوهش: این پژوهش از نوع مطالعات نیمه تجربی با طرح پیش آزمون-پس آزمون-پیگیری و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر مهاباد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. نمونه آماری شامل ۴۵ نفر از دانش آموزان بود که به روش نمونه گیری خوشه ای مرحله انتخاب و در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل به تصادف جایگزین شدند. اطلاعات پژوهش از طریق پرسشنامه رفتارهای سبک زندگی ارتقا دهنده و بازدارنده سلامت تحصیلی (صالح زاده، شکری و فتح آبادی، ۱۳۹۶) جمع آوری گردید. برای گروه های آزمایش برنامه آموزش مشغولیت تحصیلی (ریو و تسنینگ، ۲۰۱۱) طی ۱۲ جلسه ۷۵ دقیقه ای و برنامه تغییر ذهنیت دوئیک (دوئیک، ۲۰۰۶) طی ۸ جلسه ۵۰ دقیقه ای اجرا شد و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر در برنامه SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد. یافته ها: تحلیل داده ها نشان داد که هر دو مداخله آموزش مشغولیت تحصیلی و مداخله مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک در مرحله پس آزمون بر بهبود رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت (۵۸۷/۰ = ۲، $h_{0001/0}$) و کاهش رفتارهای بازدارنده سلامت (۵۳۲/۰ = ۲، $P = ۲۶/۲۳۴$ ، $h_{0001/0}$) موثر بوده اند، اما آموزش مشغولیت تحصیلی اثربخشی بیشتری داشته و تاثیر آن در مرحله پیگیری یک ماهه پایدار بود. نتیجه گیری: با توجه به یافته ها می توان مطرح نمود که آموزش مشغولیت تحصیلی و مداخله تغییر ذهنیت دوئیک مداخلات موثری برای بهبود سبک زندگی سلامت محور دانش آموزان می باشند.

کلمات کلیدی:

health-oriented academic lifestyle, academic engagement training, Dweck's mindset, سبک زندگی سلامت محور تحصیلی، آموزش مشغولیت تحصیلی، تغییر ذهنیت دوئیک

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1665000>



