

اثر بخشی مشاوره گروهی شناختی - رفتاری بر اضطراب ریاضی و خود پنداره ریاضی دانش آموزان پسر پایه اول مقطع متوسطه (شهر اراک)

فرامرزی آسنجرانی*^۱، میلاد قمی^۲، حدیث السادات عدل^۳، فاطمه نبتون^۴

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی مشاوره گروهی شناختی- رفتاری بر اضطراب ریاضی و خودپنداره ریاضی دانش آموزان پایه اول مقطع دبیرستان انجام شد. این پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مورد مطالعه، کلیه دانش آموزان پسر پایه اول مقطع دبیرستان ناحیه یک شهر اراک بودند. ۲۸ دانش آموز دارای اضطراب ریاضی بالا و خودپنداره ریاضی پایین پس از آزمون تشخیصی (پرسش‌نامه‌های اضطراب ریاضی شکرانی و خودپنداره ریاضی جورجی) به شیوه نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هرکدام ۱۴ نفر) قرار گرفتند. مشاوره شناختی- رفتاری به مدت ۱۰ جلسه هفته‌ای یکبار برای گروه آزمایش اجرا شد و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. بعد از پایان دوره‌ی مشاوره گروهی، بار دیگر پرسش‌نامه‌ها به عنوان پس‌آزمون اجرا شدند. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج بیانگر تاثیر مثبت این روش در کاهش اضطراب ریاضی و افزایش خودپنداره ریاضی دانش‌آموزان در گروه آزمایش بود. نتایج این پژوهش برای تحقیقات آینده در زمینه کاربرد روش‌های کنترل اضطراب ریاضی و بهبود سلامت روان دانش‌آموزان تلوپحاتی را در بر دارد.

واژگان کلیدی: مشاوره گروهی شناختی - رفتاری، اضطراب ریاضی، خود پنداره ریاضی

^۱ دانشجوی دکتری مشاوره خانواده دانشگاه اصفهان asanjarani.f@gmail.com

^۲ کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

^۳ کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی

^۴ دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه شهید بهشتی