

تأثیر روان شناسی مثبت نگر بر خودکارآمدی دانش آموزان ابتدایی شهر بندرعباس.

الهام رنجبری

کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی بندرعباس ناحیه ۱

چکیده:

پژوهش حاضر به منظور تأثیر روان شناسی مثبت نگر دانش آموزان ابتدایی شهر بندرعباس انجام گرفته است. این پژوهش شبه آزمایشی با پیش آزمون و پس از آزمون و گروه کنترل بود. دانش آموزان دختر ابتدایی شهر بندرعباس تشکیل دهنده جامعه آماری پژوهش بودند. نمونه تحقیق شامل ۵۰ دانش آموز دختر پایه ششم بود که ۲۵ نفر برای گروه کنترل و ۲۵ نفر برای گروه آزمایش انتخاب شدند. گروه آزمایش به مدت سه ماه آموزش دیدند و در این مدت گروه کنترل هم به روش سنتی آموزش لازم را دریافت کردند. برای سنجش خودکارآمدی از پرسش نامه خودکارآمدی ویلرولدهم (۱۹۸۲) به عنوان پیش آزمون و پس از آزمون مورد استفاده قرار گرفت که با کوریانس تحلیل شد. نتایج نشان داد که روان شناسی مثبت نگر بر خودکارآمدی دانش آموزان دوره ابتدایی شهر بندرعباس تأثیر دارد. بنابراین، روان شناسی مثبت نگر نسبت به روش سنتی کارآیی بیشتری دارد و دانش آموزانی که آموزش دیده بودند خودکارآمدی بیشتری را از خود نشان دادند

واژه های کلیدی: روان شناسی مثبت نگر، روش تدریس سنتی و خودکارآمدی

مقدمه

پیشرفت سریع فن آوری و ارتباطات با وجود مزایای فراوانی که دارند خلأی برای انسان ها به ارمغان آورده اند. افسردگی، یاس، ناامیدی و بسیاری از مشکلات روان شناختی در جوامع پر شده است. مارتین، سلیگمن در دوره ی ریاستش بر انجمن روان شناسی امریکا در ۱۹۹۸ از روان شناسان کاربردی خواست به اصل خود برگردند و در کنار درمان و شفای بیماران روانی به پربارتر و رضایت بخش تر کردن زندگی انسان ها و همچنین به شناسایی و پرورش استعداد های آن ها هم توجه کنند. (سلیگمن و جیکزنت میهای، ۲۰۰۰). و در همین سال روان شناسی مثبت نگر رابنیا نهاد. که یکی از فواید پرورش استعدادها از دیدگاه پژوهشگران تمرین استفاده از نقاط قوت موجب افزایش رضایت از زندگی و بهزیستی روان شناختی نوجوان می شود. (ستوکایاما، وود، مالتبی، اداس و همکاران، ۲۰۱۱). با ظهور روان شناسی مثبت نگر صاحب نظران و پژوهشگران توجه خود را صرف بررسی توانمندی های انسان کردند و به جای توجه محض به تجارت یا تصورات منفی افراد به بررسی سازه هایی چون امید، معنویت، خوش بینی، قدردانی پرداختند. (اسنایدر، مک کولاف، ۲۰۰۰) به نقل از ملکی و اعتمادی و فاتحی زاده، (۱۳۹۴). روان شناسی مثبت گر به عنوان یکی از مهمترین تحولات در روان شناسی معاصر، تمرکز علم روان شناسی از آسیب شناسی روانی، پرداختن به ناهنجاری ها و اختلافات به سمت موضوعاتی همچون عواطف و هیجانات مثبت، معنویت، خلاقیت، فضایل اخلاقی، افزایش و بهبود بهزیستی، کیفیت زندگی، شادکامی و امیدواری معطوف گردید. آنچه که امروزه در آموزش بسیار مهم و حیاتی به نظر می رسد این است که باید به شاگردان کمک شود تا مهارت خود را در تفکر و استدلال افزایش دهند و اطلاعات موجود را پردازش کنند و آن ها را به کار برند. همچنین، در حین آموزش زمینه و تجارب لازم برای برقراری صحیح روابط اجتماعی و همدردی و همدلی با دیگران فراهم گردد (فاتحی زاده، ۱۳۸۰).

اسودی (۱۳۷۹) در پژوهشی به این نتیجه رسید که درمان شناختی بک بر افزایش خودکارآمدی دانش آموزان موثر است.

در زمینه مهارت های اجتماع یک ارتباط زیادی با باورهای خودکارآمدی اجتماعی دارند و رابطه باورهای خودکارآمدی اجتماعی با ساز و کارهای روان شناختی مانند افزایش خودپنداره و عزت نفس، کاهش افسردگی و پیشرفت تحصیلی پژوهش های زیادی انجام شده است (هارجی، دیسکون، کوتج و میرون، ۱۳۷۷؛ آنستی، ۲۰۰۶؛ فرایدل، کارتینا، ترند و میگلسی، ۲۰۰۷). در زمینه تأثیر روان شناسی