مجله پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش
سال سوم، شماره ۲۴، خرداد ۱۳۹۹
ISSN: ۲۵۸۸-۷۵۱۳
www.jonapte.ir

بررسی اثربخشی ذهن آگاهی بر پایستگی تحصیلی، فرسودگی تحصیلی و زورگویی سایبری

مژده کریم زاده محمدآبادی [۱]

[۱] کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور نطنز؛ استان اصفهان، ایران

چکیده

مطالعه‌ی حاضر با هدف بررسی اثربخشی ذهن آگاهی بر پایستگی تحصیلی، فرسودگی تحصیلی و زورگویی سایبری انجام‌یافته است. بدین منظور با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای، ۳۰ نفر (دختر) از بین دانش‌آموزان پایه‌ی متوسطه‌ی منطقه‌ی بادروی واقع در شهرستان نطنز، به‌عنوان نمونه‌ی پژوهش انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش نیمه آزمایشی (پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با گروه کنترل)، متعاقباً سه پرسش‌نامه‌ی پایستگی تحصیلی مارتین و مارش (۲۰۰۸)، فرسودگی تحصیلی برسو (۱۹۹۷) و زورگویی سایبری پاتچین و هیندوجا (۲۰۱۱) به انضمام برگه‌ی اطلاعات جمعیت‌شناسی و راهنمای تکمیل پرسش‌نامه‌ها، در اختیار آزمودنی‌های پژوهش قرار گرفتند. درنهایت، داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری ANCOVA و MANCOVA توسط نسخه‌ی ۲۲ نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه‌وتحلیل آماری قرار گرفت. تحلیل‌ها مبین این نکته هستند که برنامه‌ی آموزشی ذهن آگاهی، ازیک‌طرف باعث بهبود در وضعیت پایستگی تحصیلی ($p<۰/۰۱$) و از طرف دیگر کاهش میزان فرسودگی تحصیلی و زورگویی سایبری است ($p<۰/۰۱$). بنابراین توجه بر نقش برنامه‌ی آموزشی ذهن آگاهی در حوزه‌ی تعلیم و تربیت، به‌ویژه در حیطه‌ی انگیزش تحصیلی، می‌تواند حائز اهمیت فراوان باشد.

واژه‌های کلیدی: ذهن آگاهی، پایستگی تحصیلی، فرسودگی تحصیلی، زورگویی سایبری.