



زینب جوانبخت، ۱۴۰۴

اثر بخشی درمان شناختی رفتاری بر اضطراب و دلزدگی تحصیلی در دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان ششتمد سال ۱۴۰۳-۰۴

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی درمان شناختی رفتاری بر اضطراب و دلزدگی تحصیلی در دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان ششتمد سال ۱۴۰۳-۰۴ صورت گرفته است. این پژوهش از نظر هدف، تحقیق کاربردی است و از نظر شیوه گردآوری و تحلیل اطلاعات، این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی همراه با پیش آزمون- پس آزمون با یک گروه کنترل نابرابر است. جامعه پژوهش حاضر را تمامی دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان ششتمد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۰۴ تشکیل دادند. تعداد این دانش آموزان بر اساس آمار آموزش پرورش منطقه در سه پایه (دهم-یازدهم و دوازدهم) ۳۷۲ دانش آموز بود و به کمک مدیر و مشاور مدارس بعد از توجیه آنها پرسشنامه های اضطراب اسپنس (۱۹۹۸) و دلزدگی تحصیلی پکران، گوئتز و پری، (۲۰۰۲) بین ۷۰ نفر از آنها پخش شد و از آنها خواسته شد بعد از ۳ روز پرسشنامه ها را عودت دهند. بعد از عودت پرسشنامه ۳۰ نفر که اضطراب و دلزدگی بالایی داشتند انتخاب شدند و بعد به دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. از این ۳۰ دانش آموز و انهایی که نمرات بالاتری داشتند ۱۵ دانش آموز در گروه آزمایش و ۱۵ دانش آموز در گروه کنترل جایگزین شدند. بر گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری اجرا شد و پس از اجرای پروتکل مجدد پرسشنامه ها بین هر دو گروه پخش شد و بین آنها مقایسه صورت گرفت. در این پژوهش با استفاده از نرم افزار spss 28 داده ها تجزیه و تحلیل شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش آمار استنباطی و توصیفی استفاده شد. از روش آمار توصیفی برای بررسی و مقایسه میانگین و انحراف استاندارد متغیرها در گروه کنترل و آزمایش و از آمار استنباطی برای تجزیه و تحلیل فرضیات تحقیق استفاده شد که شامل آزمون های k-s برای بررسی نرمال بودن متغیرهای تحقیق و مفروضات کواریانس و آزمون کواریانس بود. باتوجه به نتایج چون مقدار F در متغیرهای اضطراب و دلزدگی تحصیلی در سطح معناداری ۰/۰۱ معنادار است، فرض صفر رد و فرض تحقیق با ۹۹٪ اطمینان تایید می گردد. به عبارت دیگر، درمان شناختی رفتاری بر اضطراب و دلزدگی تحصیلی مؤثر است و مقدار اتا نشان می دهد که ۴۷ درصد از تغییرات اضطراب، ۲۴ درصد از تغییرات دلزدگی تحصیلی از تاثیر آموزش بوده است.

کلیدواژه‌ها: کلمات کلیدی: درمان شناختی رفتاری، اضطراب، دلزدگی تحصیلی.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۱۲۹۶۰۷۹۴۶۸۷۷۸۴۶۰۳۰۱۶۳۱۳۱۹۴۱

تاریخ دفاع: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:



استاد راهنما: دکتر علی قدرتی

Thesis:

The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on Anxiety and Academic Boredom in Female High School Students in Sheshtamad City, 2025

The present study aimed to investigate the effectiveness of cognitive behavioral therapy on anxiety and academic burnout in female high school students in Sheshtamed city in 2025. This study is an applied research in terms of its purpose and in terms of the method of data collection and analysis, this study is a quasi-experimental study with pre-test-post-test with an unequal control group. The population of the present study consisted of all female high school students in Sheshtamed city in the academic year 2025. The number of these students was 372 students in three grades (10th-11th and 12th) based on the regional education statistics. With the help of the school principal and counselor, after their justification, Spence's (1998) anxiety questionnaire and Pekran, Goetz and Perry's (2002) academic burnout questionnaire were distributed among 70 of them and they were asked to return the questionnaires after 3 days. After returning the questionnaire, 30 people with high anxiety and depression were selected and then divided into two experimental and control groups. Of these 30 students and those with higher scores, 15 students were placed in the experimental group and 15 students in the control group. Cognitive behavioral therapy was performed on the experimental group, and after implementing the protocol again, the questionnaires were distributed between both groups and a comparison was made between them. In this study, data were analyzed using SPSS 28 software. Inferential and descriptive statistics were used to analyze the data. Descriptive statistics were used to examine and compare the mean and standard deviation of variables in the control and experimental groups, and inferential statistics were used to analyze the research hypotheses, which included k-s tests to examine the normality of the research variables and covariance assumptions and covariance tests. According to the results, since the F value in the variables of academic anxiety and boredom is significant at a significance level of 0.01, the null hypothesis is rejected and the research hypothesis is confirmed with 99% confidence. In other words, cognitive behavioral therapy is effective on academic anxiety and boredom, and the eta value shows that 47% of the changes in anxiety and 24% of the changes in academic boredom were due to the effect of education.