



شهر روز زنگونی سوم، ۱۴۰۴

اثربخشی آموزش شطرنج بر خودکنترلی و بهزیستی ذهنی دانش آموزان ابتدایی دوره دوم

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش شطرنج بر خودکنترلی و بهزیستی ذهنی دانش‌آموزان ابتدایی دوره دوم انجام شد. این مطالعه از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون‌پس‌آزمون با گروه کنترل نابرابر است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان ابتدایی دوره دوم بود که تعداد 40 نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش (20 نفر) و کنترل (20 نفر) گمارده شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه خودکنترلی تانجی (2004) و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (1989) بود که روایی و پایایی آن‌ها در پژوهش‌های پیشین تأیید شده است. گروه آزمایش طی 8 جلسه آموزشی با رویکرد آموزش شطرنج، آموزش دیدند، در حالی که گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره در نرم‌افزار SPSS نسخه 28 تحلیل شد. نتایج نشان داد آموزش شطرنج بر هر دو متغیر وابسته تأثیر مثبت و معنادار دارد؛ به‌طوری‌که برای خودکنترلی $F = 0.001$ ، آماره $40/951 ? 672/0$ ، $p < 0.001$ ، $F =$ و برای بهزیستی روانشناختی، آماره $21/526 ? 518/0$ ، $p < 0.001$ ، $F =$ به‌دست آمد. این اندازه‌اثرها حاکی از تأثیر زیاد مداخله، به‌ویژه در تقویت خودکنترلی است. بر اساس یافته‌ها، استفاده از رویکرد آموزش شطرنج می‌تواند به عنوان یک راهکار مؤثر آموزشی برای ارتقای خودکنترلی و پرورش مهارت‌های بهزیستی روانشناختی در دانش‌آموزان ابتدایی دوره دوم به کار گرفته شود.

کلیدواژه‌ها: واژگان کلیدی: آموزش شطرنج، خودکنترلی، بهزیستی روانشناختی، دانش‌آموزان.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۶۲۹۸۴۱۳۱۹۵۹۴۱۰۳۰۳۹۱۶۳۰۹۷۶۴۷

تاریخ دفاع: ۱۴۰۴/۰۶/۳۰

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر لاله همبوشی

استاد مشاور: دکتر میثم قویدل باجگیران

Thesis:

The effectiveness of chess education on self-control and mental well-being of second-year elementary school students



The current research aimed to investigate the effectiveness of chess training on self-control and mental well-being of second-grade elementary school students. This study was applied in terms of objective and quasi-experimental with a pre-test-post-test control group design in terms of method. The statistical population included all second-grade elementary school students, from which 40 individuals were selected using convenience sampling and randomly assigned to two experimental (20 participants) and control (20 participants) groups. Data collection instruments included Tangneys Self-Control Questionnaire (2004) and Ryffs Psychological Well-being Questionnaire (1989), whose validity and reliability had been confirmed in previous research.

The experimental group received 8 training sessions with a chess training approach, while the control group received no training. Data were analyzed using univariate and multivariate analysis of covariance (ANCOVA and MANCOVA) in SPSS version 28. The results indicated that chess training had a positive and significant effect on both dependent variables; specifically, for self-control, the F-statistic was 40.951, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.672$, and for psychological well-being, the F-statistic was 21.526, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.518$. These effect sizes suggest a substantial impact of the intervention, particularly in enhancing self-control.

Based on the findings, the chess training approach can be utilized as an effective educational strategy to promote self-control and foster psychological well-being skills in second-grade elementary school students.