



محمدرضا شیرمحمدی، ۱۴۰۵

اثربخشی مداخله ذهن آگاهی برای اشتیاق تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی شهر مشهد

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر اشتیاق تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی شهر مشهد انجام شد. این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از لحاظ روش‌شناسی، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل است. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان پایه پنجم ابتدایی در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ بود و نمونه پژوهش به صورت تصادفی ساده از میان دانش آموزان دو کلاس انتخاب شد. حجم نمونه شامل ۳۰ نفر بود که به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش طی هشت جلسه ۶۰ دقیقه‌ای بر اساس پروتکل باونز و مارلات (۲۰۱۱) تحت آموزش ذهن آگاهی قرار گرفت، در حالی که گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. برای سنجش متغیرها از مقیاس اشتیاق تحصیلی فردریکز و همکاران (۲۰۰۴) با سه مؤلفه رفتاری، عاطفی و شناختی، و پرسشنامه عملکرد تحصیلی دوپال و همکاران (۱۹۹۱) با سه مؤلفه تولید تحصیلی، موفقیت تحصیلی و کنترل تکانه استفاده شد. تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از آزمون‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری (ANCOVA) و چندمتغیری (MANCOVA) انجام گرفت. نتایج نشان داد آموزش ذهن آگاهی تأثیر مثبت و معناداری بر افزایش اشتیاق تحصیلی و بهبود عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارد. همچنین یافته‌های چندمتغیری بیانگر تأثیر کلی و معنادار مداخله بر مجموعه متغیرهای وابسته بود. میزان اثر بالا در هر دو متغیر، بیانگر اثربخشی قابل توجه مداخله ذهن آگاهی بر جنبه‌های مختلف عملکرد تحصیلی و انگیزشی دانش آموزان است.

کلیدواژه‌ها: کلید واژگان: آموزش ذهن آگاهی، اشتیاق تحصیلی، عملکرد تحصیلی، دانش آموزان، پایه پنجم.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۸۲۹۷۰۸۲۹۱۸۰۲۸۱۸۰۴۳۱۶۳۳۶۳۵۷

تاریخ دفاع: ۱۴۰۵/۰۶/۰۱

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر علی کریمی

Thesis:

The Effectiveness of Mindfulness Intervention on Academic Engagement and Academic Achievement of Fifth-Grade Elementary Students in Mashhad



The present study aimed to investigate the effectiveness of mindfulness training on academic engagement and academic performance among fifth-grade elementary students in Mashhad. This research was applied in purpose and employed a quasi-experimental method with a pretestposttest design and a control group. The statistical population consisted of all fifth-grade students in the 20242025 academic year, and the sample was selected through simple random sampling from two classes. The sample included 30 students who were randomly assigned to the experimental group (15 students) and the control group (15 students). The experimental group received eight 60-minute sessions of mindfulness training based on the protocol of Bowens and Marlatt (2011), while the control group did not receive any intervention. To measure the variables, the Academic Engagement Scale developed by Fredricks, Blumenfeld, and Paris (2004), consisting of behavioral, emotional, and cognitive components, and the Academic Performance Questionnaire by DuPaul, Rapport, and Perriello (1991), consisting of academic productivity, academic success, and impulse control components, were used. Data were analyzed using univariate ANCOVA and multivariate MANCOVA. The results indicated that mindfulness training had a significant positive effect on increasing academic engagement and improving academic performance. Multivariate findings also showed a significant overall effect of the intervention on the combined dependent variables. The high effect sizes demonstrate the considerable effectiveness of mindfulness training on various aspects of students academic and motivational functioning.