



مجید مهری، ۱۴۰۵

اثربخشی آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر بازی بر کاهش اضطراب امتحان و افزایش انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان پسر پایه ششم مدارس دولتی شهرستان سبزوار

اضطراب امتحان و کاهش انگیزش تحصیلی می‌توانند تمرکز، مشارکت و سازگاری آموزشی دانش‌آموزان را، به‌ویژه در پایه ششم و آستانه گذار به دوره متوسطه، مختل کنند؛ ازاین‌رو پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر بازی بر کاهش اضطراب امتحان و افزایش انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان پسر پایه ششم مدارس دولتی شهرستان سبزوار انجام شد. پژوهش از نظر هدف کاربردی، از نظر رویکرد کمی و از نظر روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون‌پس‌آزمون و گروه کنترل فهرست انتظار بود. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان پسر پایه ششم مدارس دولتی شهرستان سبزوار بود. در مرحله نخست یک مدرسه به‌صورت در دسترس/هدفمند انتخاب شد؛ سپس دو کلاس به‌صورت تصادفی انتخاب و با قرعه‌کشی در شرایط آزمایش و کنترل قرار گرفتند. داده‌های ?? دانش‌آموز (?? نفر در هر گروه) تحلیل شد. گروه آزمایش طی هشت جلسه ?? دقیقه‌ای آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر بازی را دریافت کرد. داده‌ها با نسخه تعدیل‌شده پرسشنامه ??-گویه‌ای اضطراب امتحان ابوالقاسمی و همکاران (????) و فرم اصلاح‌شده مقیاس انگیزش تحصیلی هارتر (1981) گردآوری شدند. برای آزمون فرضیه کلی از تحلیل کوواریانس چندمتغیره و برای پیگیری هر پیامد از تحلیل کوواریانس یک‌راهه، با کنترل نمره پیش‌آزمون و ملاک بونفرونی ?????، استفاده شد. در مجموع، بسته آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر بازی می‌تواند به‌عنوان مداخله‌ای کوتاه‌مدت و مدرسه‌محور برای کاهش اضطراب امتحان و تقویت جهت‌گیری انگیزشی مطلوب‌تر به کار رود.

کلیدواژه‌ها: آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر بازی؛ اضطراب امتحان؛ انگیزش تحصیلی؛ دانش‌آموزان پایه ششم

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۹۲۹۲۰۸۲۹۱۸۰۲۸۱۳۰۴۸۱۶۳۵۲۲۰۹۰

تاریخ دفاع: ۱۴۰۵/۰۶/۲۲

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر علی کریمی

Thesis:

The Effectiveness of Game-Based Emotion Regulation Training in Reducing Test Anxiety and Increasing Academic Motivation among Sixth-Grade Male



Students in Public Schools in Sabzevar County

Test anxiety and reduced academic motivation can impair students concentration, participation, and educational adjustment, particularly in the sixth grade and at the transition to secondary school. Therefore, the present study was conducted to determine the effectiveness of game-based emotion regulation training in reducing test anxiety and increasing academic motivation among sixth-grade male students in public schools in Sabzevar County. In terms of purpose, the study was applied; in terms of approach, it was quantitative; and in terms of method, it employed a quasi-experimental pretestposttest design with a waiting-list control group. The statistical population consisted of all sixth-grade male students attending public schools in Sabzevar County. In the first stage, one school was selected through convenience/purposive sampling; subsequently, two classes were randomly selected and assigned by lottery to the experimental and control conditions. Data from 60 students (30 in each group) were analyzed. The experimental group received eight 45-minute sessions of game-based emotion regulation training. Data were collected using the modified 25-item Test Anxiety Questionnaire developed by Abolghasemi et al. (1375) and the revised form of Harters Academic Motivation Scale. The overall hypothesis was tested using multivariate analysis of covariance, and each outcome was subsequently examined using one-way analysis of covariance while controlling for pretest scores and applying a Bonferroni-adjusted significance criterion of 0.025. Overall, game-based emotion regulation training can be used as a short-term, school-based intervention to reduce test anxiety and foster a more adaptive motivational orientation.