

[دانلود فایل کامل و word این پایان نامه با منابع فارسی و لاتین](#)

پایان نامه ارشد علوم تربیتی آموزش ابتدایی

موضوع: اثربخشی آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری خاص

فصل سوم

روش پژوهش

هدف از هر نوع بررسی و پژوهش علمی کشف حقیقت است. حقیقت نیز بر پایه کاوش و تجسس و کشف عوامل منطقی مربوط به خصوصیات اجزا، موضوع تحقیق قرار دارد. بنابراین هر پژوهشگر پس از تعیین موضوع باید به انتخاب روش پژوهش بپردازد. زیرا روش ها هستند که به اعتبار علمی و اطمینان یافته های موردنظر می افزایند، هدف از انتخاب روش پژوهش آن است که پژوهش گر مشخص نماید چه شیوه و روشی را اتخاذ کند تا او را هر چه دقیق تر و سریع تر در دستیابی به پاسخ هایی برای پرسش های تحقیق مورد نظر کمک نماید. در این فصل در مورد طرح پژوهش، جامعه، نمونه و روش نمونه گیری، شیوه گردآوری داده ها و نحوه تجزیه و تحلیل داده ها توضیح داده شد.

۳-۱. طرح پژوهش:

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. روش آزمایشی یکی از مجموعه روش های پژوهشی است که به منظور پیدا کردن روابط علت و معلولی بین دو یا چند متغیر به کار برده می شود (دلاور، ۱۳۹۲).

در این طرح بعد از انتخاب آزمودنی ها، آنها به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. سپس قبل از اجرای متغیر مستقل (X) (آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی)، آزمودنی های انتخاب شده در هر دو گروه به وسیله پیش آزمون (راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی) مورد اندازه گیری قرار گرفت. و گروه آزمایش در معرض متغیر مستقل (آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی) قرار گرفت و در گروه کنترل متغیر مستقل (آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی) اجرا نشد. در پایان، متغیر وابسته (راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی) در هر دو گروه به وسیله پس آزمون مورد اندازه گیری قرار گرفت نگاره طرح مورد بحث به صورت زیر است:

جدول ۳-۱. مدل اجرایی پژوهش

پس آزمون	متغیر مستقل	پیش آزمون	گمارش تصادفی	گروه‌ها
T2	x	T1	R	گروه آزمایشی
T2	-	T1	R	گروه کنترل

متغیر مستقل : آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی
متغیر وابسته: راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی

۲-۳. جامعه آماری:

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری خاص شهر ... بودند که به مراکز تخصصی اختلال یادگیری شهر ... در سال ۱۴۰۲ مراجعه کردند.

۳-۳. نمونه آماری و روش نمونه گیری:

طبق جدول کوهن، جهت بررسی و مقایسه دو گروه و با در نظر گرفتن حداقل توان آزمون لازم و اندازه اثر متوسط و احتمال خطای ۰/۰۵، برای هر گروه ۱۵ نفر در نظر گرفته شد و تقسیم افراد در دو گروه و همچنین گمارش در گروه‌ها نیز به صورت تصادفی بود. روش نمونه گیری به شیوه در دسترس بود و تعداد نمونه ۳۰ نفر که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شد.

ملاک های ورود به پژوهش:

۱. دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری خاص
۲. نداشتن مشکل جسمی و روانی خاص
۳. داشتن رضایت برای شرکت در پژوهش
۴. دریافت رضایت نامه کتبی از والدین برای شرکت در پژوهش

ملاک خروج از پژوهش:

۱. عدم رضایت از همکاری در فرایند کار
۲. مبتلا شدن به یک بیماری جسمی و روانی حاد در جریان پژوهش

۳. غیبت بیش از یک جلسه از تمام جلسات پژوهش

۴. عدم توانایی انجام تکالیف خارج از جلسه

۴-۳. ابزارهای پژوهش:

۳-۴-۱. پرسشنامه خودتنظیمی تحصیلی بوفارد

پرسشنامه ۱۴ سوالی بوفارد و همکاران (۱۹۹۵) ابزاری است برای سنجش خودتنظیمی که بر اساس نظریه شناختی-اجتماعی بندورا طراحی شده است. سوالات این پرسشنامه در مقیاس لیکرت بوده و دو عامل راهبردهای شناختی و راهبردهای فراشناختی خودتنظیمی را میسنجد. سوالات شامل دو بعد می باشد شناختی و فراشناختی. تفکیک سوالات به ترتیب زیر می باشد:

سوالات شناختی: ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۰، ۱۲، ۱۳

سوالات فراشناختی: ۱، ۲، ۴، ۶، ۷، ۱۱، ۱۴

نمره گذاری. در این آزمون برای هر سوال ۵ گزینه در نظر گرفته میشود که شامل: کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم می باشد. شیوه نمره گذاری با استفاده از مقیاس طیف لیکرت از گزینه کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم، و کاملاً مخالفم، می باشد که به ترتیب نمرات از ۵ تا ۱ داده میشود. سوالات ۵-۱۳-۱۴ به صورت معکوس نمره گذاری میشوند مجموع نمرات هر فرد میتواند ۱۴ الی ۶۰ باشد. نمره بالاتر در هر مولفه گرایش فرد به کاربرد آن مولفه را نشان میدهد.

روایی و پایایی. ضریب پایایی کلی پرسشنامه بر اساس آلفای کرانباخ ۰/۷۱ بدست آمده است پایایی خرده مقیاس راهبردهای شناختی ۰/۷۰ و خرده مقیاس فراشناختی ۰/۶۸ گزارش شده است. همچنین پایایی آزمون فوق در پژوهشی توسط طالب زاده و همکاران (۱۳۹۰) انجام شد. از طریق اجرای آزمایشی بر روی ۳۰ دانشجو با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمده است. نتایج عاملی نشان داد که ضریب همبستگی بین سوالها مناسب بوده و بار ارزشی مربوط به عاملها در حد قابل قبول است و روایی آن نیز در حد مطلوب می باشد.

کدیور (۱۳۸۰) نیز روایی و پایایی پرسشنامه بوفارد و همکاران را مورد مطالعه قرار داده است. روایی سازه این پرسشنامه با بهره گیری از ضرایب همبستگی و تحلیل عوامل ضرایب همبستگی تفکیکی میان سوالات

پرسشنامه در حد مطلوب گزارش شده است. و ضریب آلفای کرونباخ برای سنجش همسانی درونی ۰/۰۸ بوده است. بر این اساس میتوان گفت که این پرسشنامه قادر به پیشبینی نمره‌های واقعی آزمودنیها میباشد.

۳-۴-۲. پرسشنامه توانایی‌های شناختی

پرسشنامه توانایی‌های شناختی یک ابزار خود گزارشی است که توسط وحید نجاتی (۱۳۹۲)، به منظور سنجش توانایی‌های شناختی طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۳۰ گویه و هفت خرده مقیاس است (حافظه^۱، کنترل مهاری و توجه انتخابی^۲، تصمیم گیری^۳، برنامه‌ریزی^۴، توجه پایدار^۵، شناخت اجتماعی^۶ و انعطاف‌پذیری شناختی^۷). اما در این تحقیق تنها ۲۳ گویه که شامل پنج زیر مقیاس است استفاده می‌شود (حافظه، کنترل مهاری و توجه انتخابی، تصمیم گیری، برنامه‌ریزی و توجه پایدار). به زیر مقیاس حافظه ۶ گویه (۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶)، به زیر مقیاس کنترل مهاری و توجه انتخابی ۶ گویه (۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲)، به زیر مقیاس تصمیم گیری ۵ گویه (۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷)، به زیر مقیاس برنامه‌ریزی ۳ گویه (۱۸، ۱۹، ۲۰) و به زیر مقیاس توجه پایدار ۳ گویه (۲۱، ۲۲، ۲۳) تعلق دارد.

نمره گذاری. آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (از تقریباً هرگز معادل ۱ تا تقریباً همیشه معادل ۵) پاسخ دهد و مشخص سازد که هریک از گویه‌ها تا چه حد در مورد او صدق می‌کند. حداقل نمره در خرده‌مقیاس‌های حافظه، کنترل مهاری و توجه انتخابی ۶ و حداکثر نمره ۳۰، برای خرده مقیاس‌های برنامه‌ریزی و توجه پایدار حداقل نمره ۳ و حداکثر نمره ۱۵ و برای خرده مقیاس تصمیم گیری حداقل نمره ۵ و حداکثر نمره ۲۵ است. ۳ گویه (۲۴، ۲۵، ۲۶) گویه‌های معکوس می باشد. در انتها با جمع نمره های بدست آمده از هر زیر مقیاس نمره کل توانایی شناختی فرد به دست می آید. میزان نمره این مقیاس می‌تواند بین ۳۰ تا ۱۵۰ باشد.

¹ Memory

² Inhibitory Control and Selective Attention,

³ Decision Making

⁴ Planning

⁵ Sustain Attention

⁶ Social Cognition

⁷ Cognitive Flexibility

پر واضح است که هر چه نمره حاصل در هر زیر مقیاس بالاتر باشد میزان توانایی شناختی دانش آموز در آن زمینه بالاتر است و همچنین در نمره کلی پرسشنامه. نمونه‌ای از گویه‌ها برای هر یک از عوامل عبارت‌اند از: «اسامی افرادی که هر روز با آنها سر و کار دارم، یاد می‌رود» (حافظه). «یادگیری مهارت جدید برایم سخت است» (کنترل مهارتی و توجه انتخابی). «سرعت انجام کارها از دقت آنها برایم مهم‌تر است» (تصمیم‌گیری). «برنامه‌ریزی کارهای روزانه برایم مشکل است» (برنامه‌ریزی). «من نمی‌توانم مدت زیادی به حرف‌های افرادی که شمرده و کند حرف می‌زنند، گوش کنم» (توجه پایدار).

روایی و پایایی. این پرسشنامه در پژوهش‌های متعدد داخلی، به کار رفته است و روایی و پایایی آن تایید شده است. نجاتی^{الف} (۱۳۹۲) روایی و پایایی این ابزار را برای ارزیابی کارکردهای شناختی مطلوب گزارش کرده است. او آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه را ۰/۸۳ گزارش کرد و همچنین همبستگی آزمون-باز آزمون در سطح ۰/۰۱ معنادار بود. برای سنجش روایی هم‌زمان، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده کرد که در سطح ۰/۰۰۱ همبستگی داشت. نجاتی^ب (۱۳۹۲) در پژوهشی دیگر، نیز همسانی درونی این مقیاس را قابل قبول گزارش کرده است (بین ۰/۴۳۸ و ۰/۶۲۶ برای زیر مقیاس‌ها) همچنین در آن پژوهش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه شده است. برای سنجش روایی هم‌زمان، در این پژوهش نیز، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده کرد تا همبستگی بین معدل و کارکرد اجرایی را بسنجد که در سطح ۰/۰۰۱ همبستگی داشت. در تحقیق دیگری که توسط پیرانی در سال ۱۳۹۵ انجام شد نیز، آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد.

۳-۵. اجرای پژوهش:

به منظور دستیابی به اهداف پژوهش به مراکز تخصصی اختلال یادگیری شهر ... مراجعه شد. بعد از هماهنگی با مسئول آنجا تعدادی از دانش آموزان براساس ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند. بعد از تشکیل گروه‌ها مراحل زیر اجرا شد:

۱. بعد از تشکیل گروهها، آزمودنیها به اطاقهای مخصوص هدایت شدند و به آنها پرسشنامه هایی جهت سنجش متغیر وابسته (راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی) به عنوان پیش آزمون داده و به آنها اطمینان داده شد که جوابهایی که می دهند، محرمانه خواهد ماند، از آنها درخواست شده که با اطمینان خاطر و صادقانه به سؤالات پاسخ دهند.

۲. ۱۵ نفری که در گروه آزمایشی بودند، به مدت ۲ ماه در دوره آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی (متغیر مستقل) شرکت کردند، در حالیکه آزمودنیهای گروه کنترل دست نخورده باقی ماندند.

۳. بعد از اتمام آموزش مدیریت استرس مبتنی بر ذهن آگاهی برای گروه آزمایش، هر دو گروه آزمایش و کنترل توسط پرسشنامه هایی که جهت سنجش متغیر وابسته (راهبردهای شناختی و فراشناختی و کارکردهای اجرایی) به عنوان پیش آزمون داده شده بود، مجدداً پس آزمون گردیدند.

۳-۶. ملاحظات اخلاقی:

ملاحظات اخلاقی به مجموعه قواعد و دستورالعمل هایی اطلاق می شود که به منظور جلوگیری از امکان بروز آسیب به دیگران باید مورد توجه قرار گیرد (گال، بورگ و گال، ۱۹۴۲؛ ترجمه نصر و همکاران، ۱۳۹۷). برخی از ملاحظات اخلاقی پژوهش عبارتند از:

۱. آزمودنی ها به صورت عادلانه انتخاب شدند، به گونه ای که احتمال قرار گرفتن هریک از افراد جامعه در نمونه به یک نسبت بود.
۲. اخذ رضایت آگاهانه از آزمودنی هایی که در پژوهش شرکت کردند و اینکه در هر مرحله از پژوهش می توانند از ادامه آن انصراف دهند.
۳. تمامی افرادی که در پژوهش شرکت می کنند حق دارند که برای خود اسم مستعار انتخاب کنند تا شناخته نشوند.

۴. تضمین کردن اینکه اطلاعاتی که از آزمودنی‌ها بدست می‌آید به صورت محرمانه باقی بماند و منتشر نمی‌شود.

۵. پژوهشگر به هر فرد درگیر در فرایند پژوهش به طور اخلاقی احترام می‌گذارد و از تبعیض اجتناب می‌کند.

۳-۷. تجزیه و تحلیل اطلاعات:

جهت تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده توسط پرسشنامه‌های فوق، از شاخصها و روشهای آمار توصیفی برای به دست آوردن فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد داده‌ها و سپس از آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانسهای نمرات متغیرهای تحقیق گروهها و نتایج آزمون شاپیرو-ویلک جهت پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات و برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس به کمک نرم افزار آماری spss ورژن ۲۶ استفاده شد.

[دانلود فایل کامل و word این پایان نامه با منابع فارسی و لاتین](#)