

اثربخشی بازآموزی اسنادی بر خوشبینی تحصیلی دانش آموزان دختر کلاس ششم ابتدایی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۴ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۱۳

خلاصه

مقدمه: هدف اصلی این پژوهش بررسی اثربخشی بازآموزی اسنادی بر خوشبینی تحصیلی دانش آموزان دختر پایه ششم دوره‌ی ابتدایی بود.

روش کار: طرح پژوهش از نوع مطالعه‌ی نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و مرحله پیگیری بود. جامعه آماری شامل تمام دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی شهر همدان بود که در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ مشغول به تحصیل بودند. از این میان برای انجام آموزش بازآموزی اسنادی، ۳۰ دانش آموز دختر پایه ششم ابتدایی که در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ مشغول به تحصیل بودند به صورت در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه آزمایشی ۱۵ نفر و گروه گواه ۱۵ نفر گمارده شدند. آزمودنی‌ها به پرسشنامه جهت گیری زندگی تجدید نظر شده شیپر و کارور (۱۹۹۴) برای اندازه گیری خوشبینی به عنوان پیش‌آزمون و سپس پس‌آزمون پاسخ دادند. سپس، گروه آزمایش ۱۱ جلسه‌ی ۵۰ دقیقه‌ای آموزش بازآموزی اسنادی که توسط سلیگمن و همکاران (۱۹۹۶) طراحی شده را دریافت کردند؛ در حالی که گروه کنترل هیچ آموزشی را دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند.

نتایج: نتایج بیانگر این بود که بازآموزی اسنادی بر افزایش خوشبینی تحصیلی به طور معناداری موثر بوده است ($p < 0/01$).

نتیجه گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر، می‌توان گفت که، بازآموزی اسنادی می‌تواند به‌عنوان یک گزینه آموزشی موثر برای کمک به دانش آموزان جهت افزایش خوشبینی آنان مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی: بازآموزی اسنادی، خوشبینی تحصیلی

حمزه اکبری^۱

ذبیح پیرانی^{۲*}

داود تقوایی^۳

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روان شناسی

تربیتی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

^۲ دانشیار، گروه روان شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد

اسلامی، اراک، ایران (نویسنده مسئول)

^۳ استادیار، گروه روان شناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد

اسلامی، اراک، ایران

Email: z-pirani@iau-arak.ac.ir

مقدمه

تا کنون طیف متنوعی از متغیرها در دوران تحصیل مطالعه و نشان داده شده است. هر یک از این متغیرها دارای ظرفیت بالقوه زیادی‌اند تا دانش‌آموزان را در مسیر تحصیل و موفقیت تحصیلی ثابت قدم و پویا نگه دارند و با نیرو و انرژی رو به جلو حرکت دهند. خوشبینی تحصیلی نمونه‌ای از این متغیرها هست (۱). خوشبینی تحصیلی در سطح دانش‌آموزان، باور و نگاه مثبت به ایفای نقش سازنده برای پیشرفت تحصیلی با اتکا بر یادگیری، اعتماد به معلمان و همانندسازی با اهداف مدرسه و محل تحصیل را می‌گویند (۲). خوشبینی را می‌توان به عنوان رویکرد مثبت نسبت به همه‌ی رویدادها و پدیده‌ها، یک نگرش مثبت یا انتظار برای مثبت‌ترین گزینه‌ها بدون انتخاب وقایع و پدیده‌های خاص بیان کرد که فرد در زندگی خود با آن روبرو می‌شود (۳) افراد خوشبین دیدگاه مثبت‌تری نسبت زندگی دارند و بر جنبه‌های مثبت موقعیت‌ها و حوادث متمرکز می‌شوند. آنها انتظارات مثبتی دارند و برای دستیابی به تحولات در آینده خوشین‌ترند. خوشبینی نتیجه انتظارات منطقی، خودپردازی و معنای زندگی است. خوشبینی تحصیلی متغیری است که با طیفی از متغیرهای مهم نظیر خودکارآمدی تحصیلی، اشتیاق تحصیلی، با رفتارهای نوع دوستانه در محیط تحصیل، امود به آینده، معنای تحصیل و با انگیزش تحصیلی دارای رابطه مثبت است (۴).

در خصوص خوشبینی، این امر که شخص تمایل دارد به چه موضوعی توجه نشان دهد، بسیار مهم است چرا که کیفیت، کمیت و چگونگی تحلیل مسائل پیرامون هر شخص وابسته به سوگیری انتخاب‌های آگاهانه و ناآگاهانه توجه او است (۵). نتایج مطالعات نشان داده است که افراد با خوشبینی پایین، ترجیح در پردازش اطلاعات منفی دارند و سوگیری‌های توجه به سمت تهدید، تاثیر علیتی در کاهش خوشبینی دارد (۶). همچنین مطابق با نظر سلیگمن (۷)، افراد خوشبین رویدادها یا تجربه‌های منفی را با نسبت دادن علت آنها به عوامل بیرونی، گذرا و خاص مانند اوضاع و احوال حاکم، تبیین کرده و برعکس، افراد بدبین رویدادها یا تجربه‌های منفی را با نسبت

دادن علت آنها به عوامل درونی، ثابت و کلی مثل شکست شخصی، تبیین می‌کنند. با توجه به این موضوع، از آنجا که خوشبینی تحصیلی از مهم‌ترین مواردی است که باید به آن پرداخته شود و برای معلمان، روان‌شناسان و مشاوران مدرسه ضروری است که با به کارگیری مداخلات انگیزشی مبتنی بر نظریه مناسب سعی در بهبود خوشبینی دانش‌آموزان داشته باشند. یک رویکرد مداخله‌ای موثر، برنامه بازآموزی اسنادی است (۸). بازآموزی اسنادی، یک مداخله درمانی است که بر اساس اصول نظریه اسناد انگیزش پیشرفت وینر به منظور ترغیب افراد به استفاده از اسناد بیرونی، ناپایدار و خاص در خصوص پیشرفت تحصیلی پایین یا ادراک ناسازگار آن‌ها (مانند، به اندازه کافی مطالعه نکردم) نسبت به اسناد درونی، پایدار و کلی (نظیر، باهوش نیستم) طراحی شده است (۹). هدف و منطبق اصلی بازآموزی اسنادی، فراهم کردن دانش واقع‌گرایانه از توانایی‌های دانش‌آموزان برای آنها است؛ به طوری که به صورت هدفمند با اسنادهای ناسازگارانه مقابله کنند (۱۰). وینر در نظریه اسنادی انگیزش پیشرفت خود، اظهار می‌دارد که چگونه اسناد دانش‌آموزان بر پیشرفت تحصیلی، انتظارات از عملکرد آینده، و واکنش‌های هیجانی آنها به پیشرفت و عملکرد بعدی تأثیر می‌گذارد. وینر پیشنهاد کرد که ساختار سه بعدی تفکر علی، مرکز این فرایندها قرار دارد که اجزای آن عبارت‌اند از: منبع مهار، ثبات، مهارپذیری. در کنار این سه بعد علی، علت‌های ایجاد شده توسط دانش‌آموزان می‌توانند به صورتی درونی / بیرونی (منبع)، پایدار / ناپایدار (ثبات) و قابل مهار / غیرقابل مهار (مهارپذیری) طبقه‌بندی شوند (۱۱). مطابق با این نظریه، در محیط‌های تحصیلی، دانش‌آموزانی که الگوهای اسنادی ناپایدار و قابل مهار را اتخاذ می‌کنند، احتمالاً انگیزه بیشتری خواهند داشت و موفق‌تر از دانش‌آموزان با الگوهای اسنادی خودشکن و شکست خورده‌اند که دارای انگیزه پایین و سطوح پایین عملکرد تحصیلی‌اند (۱۲). درک یادگیرندگان از سبک‌های اسنادی به یادگیرندگان در جهت بهبود عملکرد کمک می‌کند (۱۳). این فرایند از طریق بازآموزی اسنادی به

است آنها به یک نگرش معقول در رابطه با علل هر پدیده رفتاری دست یابند (۱۳).

با توجه به اهمیت بررسی متغیر روان شناختی خوشبینی و تاثیر بازآموزی اسنادی بر این متغیر در کودکان و همچنین اهمیت و فواید آن در حوزه مداخلات شناختی پژوهش حاضر در صدد پاسخ به این سوال است که آیا بازآموزی اسنادی بر خوشبینی، اثر بخش است؟

روش کار

طرح پژوهش از نوع مطالعه نیمه تجربی با طرح پیش-آزمون-پس آزمون با گروه گواه است. در این پژوهش جامعه آماری شامل تمام دانش آموزان دختر پایه ششم ابتدایی شهر همدان بود که در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ مشغول به تحصیل بودند. نمونه گیری برای انجام مداخله بازآموزی اسنادی، شامل ۳۰ دانش آموز دختر پایه ششم ابتدایی که در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ مشغول به تحصیل بودند. افراد به صورت دسترس انتخاب شدند و به دو گروه آزمایشی ۱۵ نفر و گروه گواه ۱۵ نفر گمارده شدند.

در این پژوهش از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل کوواریانس) و نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد. ابزار پژوهش در ذیل مطرح شده‌اند.

پرسشنامه خوشبینی: در این پژوهش از پرسشنامه جهت گیری زندگی تجدید نظر شده شیر و کارور (۱۵) برای اندازه گیری خوشبینی استفاده می شود. پرسشنامه جهت گیری زندگی تجدید نظر شده (LOT-R)، برای اولین بار توسط شیر و کارور (۱۹۸۵) طراحی شد. شیر و همکاران (۱۵) آن را مورد تجدید نظر قرار دادند. این پرسشنامه ۱۰ ماده است که پاسخ دهندگان بر روی یک مقیاس ۵ درجه ای از نوع لیکرت از نوع کاملاً مخالفم (۰) تا کاملاً موافقم (۴) پاسخ می دهند. در LOT-R سه ماده مثبت (ماده های ۱، ۴ و ۱۰) سه ماده به صورت منفی (ماده های ۳، ۷ و ۹) نوشته شده است. ماده های منفی به طور معکوس نمره گذاری می شوند. ۴ ماده (ماده های ۲، ۵، ۶ و ۸) هستند که می توان آن ها را نادیده گرفت. در

انجام می رسد؛ بازآموزی اسنادی با تغییر اسناد یادگیرندگان در موفقیت ها و شکست ها به آنها آموزش می دهد که پیامدهای تحصیلی موفق را به تلاش و شکست را به فقدان تلاش کافی یا راهبرد ناپایدار نسبت دهند تا با اسناد مناسب تر، نتیجه بهتری و انگیزه بیشتری را تجربه کنند (۱۴). بازآموزی اسنادی مداخله شناختی و رفتاری است که هدفش آگاه کردن یادگیرندگان از توانایی واقعی خودشان (۱۴) و اصلاح اسنادهای علی فرد برای عملکرد ضعیف و ترغیب به استفاده از اسنادهای درونی، کنترل پذیر و تغییرپذیر است (۱۳). به علاوه بازآموزی اسنادی، یک رویکرد آموزشی است که هدف آن توجه به رفع مشکلات انگیزشی دانش آموزان در یادگیری می باشد. معمولاً بازآموزی اسنادی برای همه دانش آموزان و به ویژه برای کسانی به کار برده می شود که الگوی انگیزشی نامناسبی در جریان موفقیت و شکست خود دارند و باید با این بازآموزی سبک های اسنادی نامطلوب خود را تغییر دهند. از طرفی نیز یکی از مشکلات چالش های دوره ابتدایی در آموزش و پرورش، تجارب و احساسات ناخوشایند و بدبینی است که دانش آموزان از عملکرد خود دارند. اگر این تجارب و احساسات در همان دوره ابتدایی اصلاح نشوند، آثار مخرب آن به دوره های بعدی منتقل می شوند. با توجه به مبتدی بودن دانش آموزان ابتدایی لازم است توجه ویژه ای به آنها در برخی ویژگی های درونی همانند خوشبینی شود. به علاوه، مطالعه عملکرد اغلب دانش آموزان، نشان داده که آنها در هنگام تحصیل دارای چندین تجربه شکست می باشند. تداوم اینگونه تجربه ها منجر به این باور شده که دیگر کنترلی بر محیط ندارند و تلاش آنها نیز نتیجه بخش نخواهد بود. حاصل چنین نگرشی، پدیده ای است تحت عنوان درماندگی آموخته شده، که پیامد آن بدبینی و از میان رفتن خوشبینی فراگیر به محیط های آموزشی و سایر محیط های زندگی می باشد. این مشکلات را می توان تا حدودی در نوع اسناد علی این دانش آموزان جستجو کرد. به نظر می رسد، در صورتی که این افراد تحت بازآموزی اسنادی قرار گیرند، بتوان اسنادهای علی آنها را شناسایی و اصلاح نمود. در نتیجه، ممکن

تعریف داستانک های مرتبط انجام شده بود، در این جلسه بدون استفاده از کاریکاتور و با استفاده از مثال هایی از رویدادهای واقعی زندگی تمرین شد.

جلسه ششم: موضوع این جلسه شخصی سازی (درونی - بیرونی) و آموزش نسبت دادن رویدادها به عوامل شخصی یا غیرشخصی. این آموزش با استفاده از تصاویر کاریکاتوری و تعریف داستانک های در این ارتباط انجام شد. به گونه ای که اگر شخصی علت مشکلات را خودش یا دیگران بداند چه تفاوتی در احساسات او حاصل می شد.

جلسه هفتم: موضوع این جلسه تحلیل ABC در زندگی واقعی و آن چه در جلسه ششم بر روی تصاویر کاریکاتوری تمرین شده بود، در این جلسه با استفاده از مثال هایی از رویدادهای واقعی زندگی تمرین شد و تکالیفی به صورت بازی کیک بازی جهت ممارست ارائه شد.

جلسه هشتم: موضوع این جلسه مقابله با نگرش های فاجعه پندارانه بود و در این جلسه، آموزش هایی برای: (الف) گردآوری شواهد برای هر رفتار، (ب) تفسیر جایگزینی، (ج) اجتناب از فاجعه پنداری و (د) تدوین نقشه حمله به افکار فاجعه پندارانه، ارائه شد.

جلسه نهم: موضوع این جلسه مهارت در مراحل ABCD آموزش مهارت ABCD برای اصلاح باورها و اسنادها در شرایط واقعی زندگی از طریق آموزش مهارت بازی ذهنی.

جلسه دهم: موضوع این جلسه ادامه مرحله نهم و استمرار آموزش مهارت ABCD برای اصلاح باورها و اسنادها در شرایط واقعی زندگی از طریق آموزش مهارت بازی ذهنی بود.

جلسه یازدهم: موضوع این جلسه انجام پس آزمون ها بنابراین در این جلسه پس آزمون ها اجرا شدند. از دانش آموزان به خاطر شرکت فعال در جلسات قدردانی شد.

نتایج

یافته های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار خوشبینی گروه آزمایش و گروه کنترل، در مراحل پیش آزمون، پس-آزمون و پیگیری در جدول شماره ۱ آورده شده است.

پژوهش استینهارت و دولیبر (۱۶) ضریب همسانی درونی ۰/۷۲، در پژوهش طاعتی و همکاران (۱۷) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۵ و در پژوهش رضانی (۱۳۹۳) ضریب الفای کرونباخ ۰/۶۶ به دست آمده است. در پژوهش کجباف و همکاران (۱۸)، ضرایب روایی هم زمان بین مقیاس خوش بینی با افسردگی و خودتسلط یابی به ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۷۳ به دست آمد.

خلاصه جلسات آموزشی بازآموزی اسنادی

جلسه اول: موضوع این جلسه آشنایی با آزمودنی ها و تکمیل پرسشنامه و محتوای ارائه شده. در این جلسه آشنایی با آزمودنی ها و توجیه آنها برای همکاری هر چه بیشتر در این پژوهش و اجرای پیش آزمون ها بود.

جلسه دوم: موضوع این جلسه آموزش گفتگوی درونی و محتوای ارائه شده گفتگوی درونی بر اساس مدل ABC با استفاده از تصاویر کاریکاتوری بود. این اشکال برای ارتباط برقرار کردن میان افکار و احساسات آزمودنیها طراحی و ارائه شد.

جلسه سوم: موضوع این جلسه ربط دادن افکار به احساسات بود به عبارت دیگر در این جلسه نحوه ارتباط میان اتفاق ناراحت کننده (A)، افکار (B) و احساسات (C) با کمک گرفتن از شکلهای کاریکاتوری صورت گرفت تا دانش آموز به صورت نمادین و فرضی، مشکلاتی را که معمولاً روزانه با آن دست به گریبان است، در نظر گرفته و مشخص کند که احساس و افکاری که نسبت به مشکلات دارد چیست؟ و احساس های مثبت و منفی را به صورت ذهنی در نظر گرفته و پیامد احساس مثبت یا منفی را بیان کند.

جلسه چهارم: موضوع این جلسه ارزیابی باورها بود. باورهای دائمی در مقابل باورهای موقتی. این آموزش ها با استفاده از تصاویر کاریکاتوری و داستانک های مرتبط انجام می شد که برای هر موقعیت ناخوشایند، دو موقعیت افکار دائمی و افکار موقت مطرح می شد. احساسات مربوط به هر کدام از افکار ارزیابی می شد

جلسه پنجم: موضوع این جلسه تبیین رویدادهای واقعی زندگی. آنچه در جلسه چهارم به صورت تصاویر کاریکاتوری و

جدول ۱. یافته‌های توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار آزمودنی‌های گروه آزمایشی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در متغیر خوشبینی

گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۲۳/۶۶	۲/۸۲	۳۰/۰۶	۴/۰۲	۲۹/۶۰	۳/۳۱
کنترل	۲۴/۸۶	۳/۵۸	۲۳/۱۳	۳/۶۲	۲۱/۲۰	۳/۸۰

از پیش فرض‌های عمده استفاده از آزمون‌های پارامتریک که رعایت آنها الزامی است، عبارتند از: اول؛ تأیید توزیع بهنجار یا نرمال داده‌ها است. خصوصاً این پیش فرض زمانی از اهمیت بالاتری برخوردار است که حجم نمونه مانند آنچه در این مطالعه پیش آمده است، پایین باشد. به منظور بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد. با توجه به سطح معنی‌داری ($p < 0/05$) متغیر خوشبینی، نرمال بودن توزیع نمرات در دو گروه آزمایش و کنترل تأیید می‌شود. دو؛ فرض برابری واریانس‌های بین گروهی یا همگنی خطای واریانس‌های متغیرهای وابسته در میان تمام گروه‌ها که با آزمون لوین اندازه‌گیری می‌شود، نتایج آزمون لوین برای متغیر خوشبینی در پس-آزمون ($F=0/136$ ، $P=0/715$) و در پیگیری ($F=0/788$)،

($P=0/382$) نشانگر تحقق پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها بود. سوم؛ نه تنها واریانس، بلکه کوواریانس‌های میان گروه‌ها نیز با هدف کنترل تفاوت‌های اولیه بین گروه‌ها، باید همگن باشند که جهت سنجش آن از آزمون ام‌باکس استفاده می‌گردد. نتایج آزمون ام‌باکس برای متغیر خوشبینی ($F=0/712$ ، $P=0/545$)، $Box's M=2/315$) نشانگر تحقق پیش‌فرض همگنی کوواریانس‌های میان گروه‌ها بود.

در راستای تحلیل داده‌های مربوط به بررسی بازآموزی اسنادی بر خوشبینی دانش‌آموزان دختر کلاس ششم دوره ابتدایی از روش آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری با کنترل پیش-آزمون استفاده شد.

جدول ۲. تحلیل اثرات بازآموزی اسنادی بر خوشبینی

منابع تغییر	اثر	ارزش	F	درجات آزادی	درجه آزادی	سطح معناداری	ضریب اتا
گروه	لامبدای ویلکز	۰/۳۴۶	۲۴/۵۳۸	۲	۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۵۴

با توجه به نتایج جدول (۲) تحلیل لامبدای ویلکز نشان می‌دهد که با کنترل اثرات پیش‌آزمون، روش آموزشی بازآموزی اسنادی بر متغیر وابسته (خوشبینی) تأثیر معنی‌دار دارد

($F=24/538$ ، $P<0/05$). بنابراین برای بررسی این تأثیر می‌توانیم از تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده کنیم.

جدول ۳. تحلیل کوواریانس اثرات بازآموزی اسنادی بر خوشبینی در پس‌آزمون و پیگیری با کنترل پیش‌آزمون

مرحله	منابع	متغیر	SS	Df	Ms	F	سطح معناداری	ضریب اتا
-------	-------	-------	----	----	----	---	--------------	----------

اثر							
پس از آزمون	گروه خوشبینی	۳۱۶/۷۶۶	۱	۳۱۶/۷۶۶	۰/۰۰۱	۰/۴۴۸	
پس از آزمون	خطا خوشبینی	۳۹۰/۶۱۳	۲۷	۱۴/۴۶۷			
پیگیری	گروه خوشبینی	۵۱۶/۴۹۶	۱	۵۱۶/۴۹۶	۰/۰۰۱	۰/۵۹۲	
پیگیری	خطا خوشبینی	۳۵۵/۴۷۲	۲۷	۱۳/۱۶۶			

گروبر- بالذینی و همکاران (۲۱) در پژوهش خود نتیجه گرفتند که مداخلات آموزشی بر روی بیماران پارکینسون توانسته خوشبینی آنها را افزایش داده و در بهبود کیفیت زندگی آنها مؤثر باشد. بنابراین، بازآموزی اسنادی که به افزایش خوشبینی می‌انجامد، می‌تواند در ابعاد مختلف زندگی فرد تأثیرگذار باشد. همچنین، می‌توان استنباط کرد که خوشبینی باعث می‌شود تا افراد هم از موقعیت‌های خوشایند به خوبی استفاده کنند و هم شرایط ناخوشایند را به گونه‌ای مدیریت نمایند که کمترین مشکل را داشته باشند. معمولاً رفتارهای انسان تابع نگرش او است و تغییر در رفتار به مقدار زیادی وابسته به تغییر در نگرش است. از آنجا که بازآموزی اسنادی اطلاعات واقع‌بینانه‌ای را پیرامون رویدادهای زندگی به اشخاص می‌دهد، بنابراین، بازآموزی اسنادی به سبب ارائه اطلاعات مفید و واقع‌بینانه سبب افزایش باورهای شناختی فرد می‌شود و این افزایش اطلاعات چون ریشه در واقعیت دارد، سبب تغییر یا اصلاح نگرش به سوی خوشبینی نسبت به اطرافیان و رویدادهای زندگی می‌شود. تداوم چنین شرایطی (خوشبینی) سبب جلب اعتماد مردم و اطرافیان می‌شود که در نهایت زندگی شاداب و سلامت روانی را برای فرد به ارمغان می‌آورد

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از مدیر بزرگوار و معاونان محترم، آموزگاران گرانقدر و دانش آموزان عزیز پایه ششم دبستان پویندگان دانش ۲ ناحیه دو همدان به خاطر کمک در جمع‌آوری نمونه و نیز از جناب آقای محمدرضا ابراهیم خانی به خاطر همراهی ویژه با بنده در انجام این پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

همانطور در جدول (۶) ملاحظه می‌شود، نسبت F در پس آزمون برای خوشبینی ($F=21/766$ و $P<0/05$) و در پیگیری ($F=39/613$ و $P<0/05$) به دست آمد. که نشان دهنده این است که بازآموزی اسنادی تأثیر مثبت و معناداری در پس-آزمون و پیگیری بر خوشبینی دارد.

بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر برنامه بازآموزی اسنادی بر خوشبینی تحصیلی دانش آموزان دختر پایه ششم دوره‌ی ابتدایی انجام شد. یافته‌های فعلی، نتایج پژوهش‌های اخیر بازآموزی اسنادی که بهبود خوشبینی تحصیلی دانش‌آموزان را نشان می‌دهد، تکرار می‌کند. نتایج پژوهش نشان داد آموزش بازآموزی اسنادی بر افزایش میزان خوشبینی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه تأثیر معناداری دارد. در رابطه با تایید تأثیر بازآموزی اسنادی بر خوشبینی، نتیجه این پژوهش با پژوهش رضانی و شهنی ییلاق (۱۹) که انجام مداخله‌های آموزشی را باعث افزایش خوشبینی می‌داند، هماهنگ است. در پژوهش رضانی و همکاران (۱۹) و رنا و همکاران (۲۰) که با هدف بررسی تأثیر بازآموزی اسنادی بر خوش بینی و بدبینی دانش‌آموزان دوره ابتدایی شهر اهواز انجام شد و بازآموزی اسنادی به عنوان متغیر مستقل و خوش بینی و بدبینی به عنوان متغیر وابسته بودند. یافته‌ها نشان داد که بازآموزی اسنادی (به عنوان متغیر مستقل) تأثیر بسزایی در متغیرهای وابسته داشته است. یعنی، باعث افزایش خوشبینی به گونه معنی داری و کاهش بدبینی به صورت معنی داری شده است که کاملاً با نتایج پژوهش حاضر هماهنگ است.

این مطالعه فاقد تضاد منافع می باشد.

تعارض منافع

References

1. Boz A, Saylik A. The impact of enabling school structure on academic optimism: Mediating role of altruistic behaviors. *International Journal of Educational Methodology*. 2021;7(1):137-54.
2. Sabbaghi F, Karimi K, Akbari M, Yarahmadi Y. Predicting academic engagement based on academic optimism, competency perception and academic excitement in students. *Iranian journal of educational sociology*. 2020;3(3):50-61.
3. Kealy D, Ben-David S, Cox DW. Early parental support and meaning in life among young adults: the mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*. 2020:1-8.
4. Kadkhodaei MS, Karami Z. The relationship between optimism and meaning of education with academic motivation of students. *Higher education letter*. 2017;9(36):143-59.
5. De Voogd E, Wiers R, Prins P, Salemink E. Visual search attentional bias modification reduced social phobia in adolescents. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 2014;45(2):252-9.
6. MacLeod C, Rutherford E, Campbell L, Ebsworthy G, Holker L. Selective attention and emotional vulnerability: assessing the causal basis of their association through the experimental manipulation of attentional bias. *Journal of abnormal psychology*. 2002;111(1):107.
7. Seligman ME, Rashid T, Parks AC. Positive psychotherapy. *American psychologist*. 2006;61(8):774.
8. Koles JE, Boyle C. Future direction of attribution retraining for students with learning difficulties: A review. *Student learning: Improving practice*. 2013.
9. Parker PC, Perry RP, Chipperfield JG, Hamm JM, Pekrun R. An attribution-based motivation treatment for low control students who are bored in online learning environments. *Motivation Science*. 2018;4(2):177.
10. Morris M, Tiggemann M. The impact of attributions on academic performance: A test of the reformulated learned helplessness model. *Social Sciences Directory*. 2013;2(2):3-15.
11. Weiner B. The development of an attribution-based theory of motivation: A history of ideas. *Educational psychologist*. 2010;45(1):28-36.
12. Li Y, Lan J, Ju C. Achievement motivation and attributional style as mediators between perfectionism and subjective well-being in Chinese university students. *Personality and Individual Differences*. 2015;79:146-51.
13. Matteucci MC. Attributional retraining and achievement goals: An exploratory study on theoretical and empirical relationship. *European Review of Applied Psychology*. 2017;67(5):279-89.
14. Sukariyah MB, Assaad G. The effect of attribution retraining on the academic achievement of high school students in mathematics. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2015;177:345-51.
15. Scheier MF, Carver CS. Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*. 1985;4(3):219.
16. Steinhardt M, Dolbier C. Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American college health*. 2008;56(4):445-53.

17. Taati F, Shokri O, Shahidi S. The mediating role of optimism on the relationship between experience of and reaction to stressful academic experiences. *Contem Psychol*. 2013;8(1):73-80.
18. Kajbaf MB, Oeeyzi HR, Khod bakhshi M. Standardization, Reliability, and Validity of Optimism Scale in Esfah?n and a Survey of Relationship between Optimism, Self mastery, and Depression. *Journal of Psychological Studies*. 2006;2(1):51-68.
19. Ramezani K, Shehni yaelagh M, Maktabi G, Behrozi N. The Effects of Attribution Retraining on Optimism and Pessimism of Elementary School Students in Ahwaz, Iran. *Armaghane Danesh*. 2015;20(2):172-83.
20. Renna ME, Fresco DM, Mennin DS. Emotion regulation therapy and its potential role in the treatment of chronic stress-related pathology across disorders. *Chronic Stress*. 2020;4:2470547020905787.
21. Gruber-Baldini AL, Ye J, Anderson KE, Shulman LM. Effects of optimism/pessimism and locus of control on disability and quality of life in Parkinson's disease. *Parkinsonism & Related Disorders*. 2009;15(9):665-9.

*Original Article***Effectiveness of attributional retraining on academic optimism of the sixth elementary students**

Received: 25/05/2022 - Accepted: 04/07/2022

Hamzeh Akbari¹
Zabih Pirani^{2*}
Davod Taghvaii³

¹ Phd student of educational psychology, Department of Educational Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

² Associate professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran
(Corresponding Author)

³ Assistant Professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

Email: z-pirani@iau-arak.ac.ir

Abstract

Introduction: The main purpose of this study was examining the effectiveness of attributional retraining on academic optimism of the sixth elementary students.

Methods: The research design was semi experimental with pre- and post-test and control group and Follow - up stage. The statistical population consisted of all female sixth grade elementary - school students of hamedan city who were enrolled in academic year of 98-99. Among them, 30 sixth grade elementary students were selected using sampling available method to train attributional retraining. They emplaced in two 15 students experimental and witness groups. In order to measure the academic optimism students answered to Scheier & Carver's Life Orientation Test Revised (LOT-R) (1994) as pre - test and Test for pre-test, post-test and follow up stage. Then, the experimental group received 11, 90-min sessions of attributional retraining while the control group received no treatment. The data were analyzed using analysis of covariance.

Results: The results of the analysis showed that the attributional retraining statistically, significantly improved the academic optimism of the sixth elementary students ($P \geq 0.001$).

Conclusion: According to the results, the attributional retraining could be as an efficient method in increasing academic optimism.

Keywords: Documentary Retraining, Academic, Optimism