



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

بررسی اثربخشی آموزش موسیقی بر تنظیم هیجان در بین کودکان و نوجوانان ۱۶-۱۲

ساله شهر شیراز

زینب درودی^۱، محمد خیر

۱- روانشناسی تربیتی، موسسه آموزش عالی پيشتازان، شیراز، ایران

۲-



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری، فاجعه سازی، چشم انداز، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش و برنامه ریزی. نتایج مطالعات آنها نشان می دهد که برخی از استراتژی ها موثرتر از سایرین هستند (کوبیلینسکا و کوسیو، ۲۰۱۹). یکی از آموزش های موثر بر تنظیم هیجان در کودکان و نوجوانان، آموزش موسیقی در آنان می باشد. موسیقی پتانسیل برانگیختن احساسات عمیق در شنوندگان را دارد (گابریلسون، ۲۰۱۱). این پتانسیل یکی از انگیزه های اولیه برای درگیر شدن در گوش دادن به موسیقی است. همچنین خاصیت «



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

علی پور و همکاران (۱۳۹۷) در مطالعه ای به بررسی اثربخشی آموزش موسیقی ارف بر بهبود عملکرد اختلال یادگیری و رشد خلاقیت دانش آموزان شهر مهاباد پرداخت، نتایج به دست آمده نشان داد که گروه آزمایش پس از استفاده از آموزش مبتنی بر موسیقی در اختلالات یادگیری شامل کاهش اختلال خواندن، کاهش اختلال نوشتن، کاهش اختلال ریاضی، کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش شناخت اجتماعی رشد محسوسی داشته اند. همچنین نتایج حاکی از آن بود که تاثیر آموزش موسیقی ارف بر مولفه های سیالی، انعطاف و بسط معنادار بوده است و گروه آزمایش پس از استفاده از آموزش مبتنی بر موسیقی ارف



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

۴- روش پژوهش

این پژوهش از نوع پژوهش آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و تجربی بوده است. جامعه آماری در مطالعه حاضر را کودکان و نوجوانان در محدوده سنی ۱۶-۱۲ سال تشکیل دادند. تعداد ۴۰ نفر از کودکان و نوجوانان در محدوده سنی ۱۶-۱۲ سال، با شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. شرکت کنندگان به صورت تصادفی به دو گروه ۲۰ نفری تقسیم شدند. سپس گروه ها به تصادف به گروه کنترل و تجربی نامگذاری گردید. ملاحظات اخلاقی تحقیق شامل گرفتن ک

۵- یافته های پژوهش

فرضیه اول: آموزش موسیقی بر خودسرزنشگری کودکان و نوجوانان ۱۶-۱۲ ساله شهر شیراز تاثیر دارد.
جدول (۱): میانگین و انحراف معیار خودسرزنشگری در گروه های آزمایش و کنترل، به تفکیک در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

جدول (۶): نتایج آزمون تی وابسته برای فرضیه دوم

متغیر	t	Df	sig
پذیرش	۱۳/۷	۱۹	۰/۰۰۱

نتایج آزمون تی زوج

ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

مثبت	کنترل	$7/5 \pm 1/5$	$7/3 \pm 1/3$	۰/۱۱۷
سطح معنی داری		۰/۱۲۹	۰/۰۱	----

جدول (۱۱):

ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

جدول (۱۴): نتایج آزمون تی مستقل برای فرضیه پنجم

sig	F	Df	t	
۰/۰۰۱	۹/۴	۱۸	۱۱/۶	تساوی واریانس ها



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

مثبت گروه آزمایش به طور معنی داری بیشتر از گروه کنترل بوده است ($p < 0/01$)، با توجه به یافته های جداول بالا فرضیه ششم پژوهش تایید می گردد.

فرضیه هفتم: آموزش موسیقی بر بی اهمیت شمردن مسائل توسط کودکان و نوجوانان ۱۶-۱۲ ساله شهر شیراز تاثیر دارد.

جدول (۱۹): میانگین و انحراف معیار بی اهمیت نمودن مسائل در گروه های آزمایش و کنترل، به تفکیک در مراحل پیش آزمون و پس -

ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

جدول (۲۰): نتایج آزمون تی مستقل برای فرضیه هفتم

sig	F	df	t	
۰/۰۰۱	۷/۳	۱۸	۱۳/۵	تساوی واریانس ها

ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

فرضیه نهم: آموزش موسیقی بر دیگر سرزنشگری کودکان و نوجوانان ۱۶-۱۲ ساله شهر شیراز تاثیر دارد.
جدول (۲۴): میانگین و انحراف معیار دیگر سرزنشگری در گروه های آزمایش و کنترل، به تفکیک در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

متغیر گروه	پیش آزمون	پس آزمون	سطح معنی داری



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

توسط این آن ها می شود. موسیقی می تواند با ایجاد آرامش روحی و روانی در کودکان و نوجوانان، شادی آور باشد و از سرزنش گری آن ها در زندگی کاسته شود.

فرضیه دوم: آموزش موسیقی بر پذیرش کودکان و نوجوانان ۱۶-۱۲ ساله شهر شیراز تاثیر دارد. نتایج آزمون تی مستقل نشان داد، در حالت پیش آزمون میزان پذیرش گروه های کنترل و آزمایش معنی دار نبوده است. در حالت پس آ



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

همان طور که می دانید اثر گذاری موسیقی های متفاوت نیز متفاوت خواهد بود، موسیقی هایی که ریتم تند و شادی دارند، باعث ایجاد تحرک ذهن و حتی از بین رفتن انرژی های منفی و خستگی در افراد می شوند. همچنین موسیقی های آرام نیز باعث ایجاد آرامش شده و فرد در ریلکس ترین حالت ممکن قرار می گیرد. در تبیین یافته های این مطالعه می توان گفت که اگر در کاری مجدداً شخص بصورت مثبت مجدداً تمرکز نماید می تواند در این امر موفق باشد و زمینه را



ششمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

عامل مؤثر در رشد و تکامل شخصیت کودک محیط، اولیاء و اطرافیان او هستند. تحقیقات نشان داده اند کودکانی که با موسیقی در ارتباط اند در مهارت های ریاضی، زبان و خواندن و همچنین مهارت های حرکتی عملکردی بهتر دارند. یادگیری موسیقی در سنین پایین قدرت انعطاف پذیری مغز را بالا می برد و به بهبود عملکرد کودکان کمک می کند. یادگیری موسیقی تا پیش از ۷ سالگی به گونه ای بهره وری



ششمین کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین در تعلیم تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی

۴. خلوصی، زهرا؛ عشایری، حسن؛ قدرتی، سیما. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش حرکات ریتمیک ملودیک و بازی بر عملکرد نوروپاتی‌های آینه‌ای و حافظه کاری کودکان و نوجوانان بیش فعال ۴-۷ ساله، فصلنامه علمی - پژوهشی عصب روانشناسی، ۴(۱۴)، ۱۴۴-۱۲۹.
۵. فزائی، سمیرا؛ عشایری، حسن. (