

اثربخشی آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد

مرجان انتظاری^۱، سمیه کهدویی^۲

چکیده

باورهای ذهنی که دانش آموزان راجع به خود دارند، می تواند در جهت گیری هدف و همچنین مهارت های ارتباطی آن ها تأثیرگذار باشد. لذا پژوهش حاضر، با هدف اثربخشی آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد انجام شد. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی است. نمونه آماری شامل ۳۰ نفر از دانش آموزان دختر متوسطه دوم ناحیه یک یزد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند که به روش در دسترس انتخاب و به دو گروه ۱۵ نفری کنترل و آزمایش تقسیم شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه جهت گیری هدف میدگلی و همکاران (۱۹۹۸) و مهارت های ارتباطی بارتون (۱۹۹۰) و مداخله آموزش مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک طی ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای برگزار شده است. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردیده است که نتایج نشان داد که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای مهارت ارتباطی و جهت گیری هدف بالاتری هستند. براساس یافته های حاصل شده پیشنهاد می گردد برای افزایش سطح مهارت ارتباطی و جهت گیری هدف دانش آموزان از نظریه تغییر ذهنیت دوئیک استفاده شود.

کلمات کلیدی: تغییر ذهنیت دوئیک، جهت گیری هدف، مهارت های ارتباطی.



۱. دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد واحد آموزش عالی امام جواد، یزد، ایران. نویسنده مسئول m.gairl76@gmail.com

۲. استادیار دانشگاه امام، یزد، ایران. skahdouei@yahoo.com

مقدمه

دانش آموزان بزرگترین سرمایه های انسانی هر جامعه ای به حساب می آیند؛ زیرا با به کارگیری علم و دانش و مهارت های آموخته شده می توانند گام های استواری در جهت رشد و آبادانی جامعه بردارند. ارتباط موثر یک مهارت است و همه انسان ها برای رسیدن به زندگی بهتر از کودکی به آموختن این مهارت نیاز دارند. این مهارت باعث می شود بین انسان و محیط تعامل مناسبی صورت پذیرد (حریرفروش، ۱۴۰۰).

مهارت های ارتباطی آن دسته از مهارت هایی هستند که به واسطه آن ها افراد می توانند درگیر تعامل های بین فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرآیندی که طی آن، افراد اطلاعات، افکار و احساسات خود را از طریق مبادله ی کلامی و غیر کلامی یا یکدیگر در میان می گذارند (احمدی، حاتمی، احدی و اسدزاده، ۱۳۹۸). این مهارت ها شامل مهارت درک پیام های کلامی و غیر کلامی، مهارت تنظیم عواطف، مهارت گوش دادن، مهارت بینش در ارتباط و مهارت قاطعیت در ارتباط می باشد، که اساس مهارت های ارتباطی را شکل می دهد (سبزی و یوسفی، ۱۳۹۷). روابط افراد رفتار آن ها را به صورت یک انسان اجتماعی شکل می دهد و در منحصر بودن شخصیت و مفهوم خویشتن نقش دارند. ارتباط با دیگران نه تنها باعث می شود فرد نظر دیگران نسبت به خود بداند و از ارزیابی های آنها آگاه شود، بلکه بستری فراهم می گردد که فرد خود را ارزیابی کند و درک روشن تری از خود پس از ارتباط داشته باشد (مک ماستر و پیترا، ۲۰۱۶). این مهارت ها از چنان اهمیتی برخوردارند که نارسایی آن ها با احساس تنهایی، اضطراب اجتماعی، افسردگی، عزت نفس پایین و عدم موفقیت های شغلی و تحصیلی همراه است. مهارت های ارتباطی مشتمل بر مهارت های فرعی یا خرده مهارت های مربوط به مهارت کلامی، مهارت شنیدن و مهارت بازخورد است که اساس مهارت های ارتباطی را تشکیل می دهند (نظری، احسانی، اشرف گنجی و قاسمی، ۱۳۹۷). در بسیاری از دانش آموزان علی رغم بالابودن مهارت های ارتباطی و توانایی های برجسته ای که دارند، به طور کامل توانایی های بالقوه خود را درک نمی کنند و غالباً با فقدان انگیزه و عدم جهت گیری در هدف مواجه هستند (هورنسترا، باکس، ماسجیسن و دنیسن^۲، ۲۰۲۰). مهارت های ارتباطی دانش آموزان را قادر می سازد تا دانش، ارزش ها و نگرشها را به توانایی های بالفعل تبدیل کنند و موجب می شود که آن ها استعدادها و توانایی های فردی خود را کشف کنند و به هدف گذاری بیشتری در مورد خود دست پیدا کنند (خدادادی، ۱۳۹۸).

جهت گیری هدف مبین انگیزه فرد از تحصیل است که رفتارهای مربوط به پیشرفت و شایستگی یک فرد را تبیین می کند، همچنین زیربنای بسیاری از اقدامات موفق از جمله تلاش های آموزشی است (بارنو، ویس، ناواس و کاستجن^۳، ۲۰۲۱). طرفداران نظریه جهت گیری هدف آن را دارای سه بعد می دانند که عبارت است از جهت گیری هدف تبحری، جهت گیری هدف عملکردی و جهت گیری هدف اجتنابی. طبق این الگو در جهت گیری هدف تبحری یا تسلطی، دانش آموزان درصدد افزایش تسلط بر مفاهیم جدیدند و به درک و فهم موضوعات اهمیت می دهند. این گونه اشخاص افراد مسئولیت پذیری هستند و اگر در انجام کاری شکست بخورند مسئولیت آن را بر عهده می گیرند و به دنبال انکار آن نیستند. در جهت گیری هدف عملکردی، دانش آموزان تلاش می کنند توانایی های خود را در قیاس با دیگران قرار دهند و برای آن ها مهم است که دیگران چگونه درباره ی آن ها داوری و قضاوت می کنند (لطفی و عاشوری، ۱۴۰۲). تلاش آن ها بر این مدار است که خود را باهوش و با لیاقت نشان دهند و نه بی کفایت. بنابراین به وظایف چالشی علاقه ای ندارند و از آن استقبال نمی کنند و زمانی که با وظایف دشوار روبرو می شوند، همت کمتری از خود بروز می دهند. در جهت

¹ Mac Master & Peter

² Hornstra, Bakx, Mathijssen & Denissen

³ Barreno, Veas, Navas & Castejón

گیری اجتنابی، هدف فرد صرفاً در جهتی است که در درس و تحصیل شکست نخورد (فريدل، کورتینا، تورنر و میدگلی^۱، ۲۰۱۸).

امروزه به دلیل بالا بودن انتظارات از دانش آموزان، آن‌ها تمایل دارند که شایستگی‌های خود را به دیگران نشان دهند و باهوش تر و با استعدادتر از دیگران به نظر برسند. باورهای هوشی به عنوان یک مقوله انگیزشی که زیرساخت انگیزه‌های فرد برای رسیدن به موفقیت در سطحی بالاتر است برای دانش آموزان و محیط آموزشی اهمیت اساسی دارد (گایو و لئونگ^۲، ۲۰۲۱). برنامه انگیزشی تغییر ذهنیت دوئیک^۳ دارای زیربنای روانشناختی است که سعی در تغییر ذهنیت و تفسیر رویدادها دارد و بر این امر مبتنی است که هوش و شخصیت قابل تغییر است (ساویدس و بوند^۴، ۲۰۲۱). دوئیک معتقد است انسان‌ها هر یک به اشکال متفاوتی با جهان تعامل دارند و بر اساس آن به اتفاقات و رویدادهای محیط فیزیکی و اجتماعی اطراف خود معنا می‌دهند (آرامی، شریفی، غضنفری و عابدی، ۱۳۹۸). بنابراین باورهای هوشی چهارچوب‌های شناختی انگیزشی متفاوتی را برای دانش آموزان ایجاد می‌کنند و زمانی که دانش آموز یکی از انواع باورهای هوشی را بپذیرد، این باور بر چگونگی پاسخ دهی و تاثیر آن‌ها تاثیر می‌گذارد (دوئیک و یگار^۵، ۲۰۱۹). دو مولفه مهم این برنامه عبارتند از باورهای هوشی و اهداف پیشرفت (ساویدس و بوند، ۲۰۲۱).

نتایج پژوهش‌های انجام شده در مورد تاثیر برنامه تغییر ذهنیت دوئیک بر مهارت‌های ارتباطی و جهت‌گیری هدف نشان می‌دهد که این برنامه بر هر چهار مؤلفه جهت‌گیری هدف یعنی تسلط گرایشی، تسلط اجتنابی، عملکرد گرایشی و عملکرد اجتنابی و همچنین هوش تحلیلی، عملی و خلاق دانش‌آموزان تیزهوش تاثیرگذار بوده است (اجاقی، عابدی و ملک پور، ۱۴۰۰). مداخله انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک توانسته است خودکارآمدی اجتماعی دانش‌آموزان تیزهوش در مؤلفه‌های قاطعیت اجتماعی، عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی، شرکت در گروه‌های اجتماعی، جنبه‌های دوستی، صمیمیت و کمک‌کردن، کمک گرفتن را افزایش دهد. همچنین بر مؤلفه‌های تسلط گرایشی و عملکرد اجتنابی نیز موثر بوده است (عابدی، دیاریان و فلاحیه، ۱۴۰۰). برنامه آموزشی جهت‌گیری هدف در دانش‌آموزان را بهبود بخشیده است (فلاحیه، فاتحی زاده، عابدی و دیاریان، ۱۳۹۹). برنامه تغییر ذهنیت دوئیک در مهارت‌های ارتباطی نیز اثربخش بود و این اثربخشی تا دوره پیگیری تداوم داشته است (آرامی و همکاران، ۱۳۹۸). آموزش برنامه تغییر ذهنیت دوئیک بر هیجانات تحصیلی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان تیزهوش دوره متوسطه تاثیر داشته است (خدادادی، ۱۳۹۸). برنامه انگیزشی تغییر ذهنیت بر جهت‌گیری هدف و تنظیم هیجانات تاثیر داشته است (مک ویلیامز^۶، ۲۰۲۰). دانش‌آموزانی که در مورد خود و عوامل چالش برانگیز اجتماعی ذهنیت ثابت دارند، مهارت‌های ارتباطی نامناسبی را تجربه می‌کنند (دوئیک، والتون و کوهن^۷، ۲۰۱۸). آموزش تغییر ذهنیت بر عملکرد و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان تاثیر دارد (ایوب و الجوقمان^۸، ۲۰۱۸). تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت‌گیری هدف و تعامل رفتاری و هیجانی ارتباط مثبت و اهداف عملکردی با تعامل رفتاری هیجانی ارتباط منفی دارد (میچ و دراگوس^۹، ۲۰۱۷).

براین اساس اولین ضرورت و اهمیت پژوهش حاضر در این واقعیت نهفته است که با تغییر ذهنیت در دانش‌آموزان بتوان دیدگاه‌های آن‌ها را در مورد خود و دیگران تغییر داد و جهت‌گیری هدف و مهارت‌های ارتباطی را در آن‌ها بهبود بخشید. بنابراین تلاش برای بهبود مهارت‌های دانش‌آموزان امری ضروری است. در این میان اگر بتوان تاثیر عوامل موثر را مشخص نمود، احتمالاً مشکلات بعدی کاهش خواهد یافت (عزیزی، بدری گرگری و کریمی، ۱۴۰۱). با انجام چنین

¹ Friedel, Cortina, Turner & Midgley

² Guo & Leung

³ Dweck

⁴ Savvides & Bond

⁵ Yeager

⁶ Mc Williams

⁷ Dweck, Walton & Cohen

⁸ Ayoub & Aljughaiman

⁹ Mih & Dragos

اثر بخشی آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد

پژوهش‌هایی و مشخص نمودن تاثیرات آموزش‌ها می‌توان در علت‌یابی و کاهش معضلات گام مناسبی برداشت و نتایج به دست آمده در تدوین برنامه‌ها، محتواها، روش‌های تدریس و .. کمک کننده خواهد بود. همچنین با فراهم شدن اطلاعات حاصل از این پژوهش، مسیر برای تحقیقات بیشتر در مورد نقش تغییر ذهنیت بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی تسهیل و روان تر شود. از نظر کاربردی نتایج پژوهش حاضر می‌تواند مورد استفاده سازمان های انجمن اولیا و مربیان، مسئولان ابتدایی کشور، مولفان کتب درسی، برنامه‌ریزان درسی، والدین و غیره قرار گیرد. به لحاظ روشی پژوهش حاضر با توجه به اینکه با استفاده از روش تحقیق نیمه آزمایشی به موضوع پرداخته می‌تواند نسبت به سایر روش های پژوهش از نتایج معتبرتری برخوردار بوده چرا که تا حدودی روابط علت و معلولی را مشخص می‌نماید، به همین دلیل مورد اهمیت است.

دانش آموزان دختر یزد، به دلیل بافت سنتی و دینی شهر در ارتباطات با دیگران اعتماد به نفس پایین تری دارند و این امر موجب کاهش توانایی افراد در تحلیل درست از خود، عدم احساس کنترل و خود ارزیابی شخصی در رویارویی با موقعیت‌های دشوار و آمادگی برای حل مشکلات زندگی به شیوه مناسب می‌شود (محمدپور فخرآبادی، ۱۴۰۱). لذا با وجود انجام پژوهش‌هایی در این زمینه باز هم نیاز به بررسی مولفه‌ها و میزان اثربخشی آموزش‌ها با توجه به میزان مشکلات ارتباطی دانش آموزان و بدون هدف بودن آن‌ها وجود دارد، چرا که پژوهش‌های انجام شده فقط یکی از مولفه‌ها مورد بررسی قرار داده و بیشتر بر روی دانش آموزان تیزهوش متمرکز بوده است، از این رو از آنجایی که دانش آموزان قشر در حال رشد و آینده سازان هستند که بعدها نسل جوان جامعه را تشکیل می‌دهند، لذا باید سعی شود که از هر طریقی جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی آنان را افزایش داد تا در جهت کمک به موفقیت شخصی و در نتیجه موفقیت جامعه گام اساسی برداشته شود. لذا پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به این سوال است که آیا مداخله انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد، تأثیر دارد؟

روش شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی است و به لحاظ شیوه جمع‌آوری اطلاعات یک پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. در این طرح یک گروه (گروه آزمایش) در معرض آموزش‌ها قرار گرفته و برای مشخص شدن تاثیر آن بر متغیرهای وابسته در گروه آزمایش، گروه دیگری را به عنوان گروه کنترل انتخاب نموده که این گروه آموزش روتین مدرسه را پشت سر گذاشتند.

جامعه مورد مطالعه این پژوهش کلیه دانش آموزان دختر متوسطه دوم ناحیه یک یزد (مدارس دولتی و غیردولتی)، در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ که ۴ هزار و ۲۳۵ نفر بودند. روش نمونه‌گیری با توجه به شرایط پژوهشگر، به صورت در دسترس بود. حجم نمونه با توجه به نیمه آزمایشی بودن طرح پژوهش ۳۰ نفر انتخاب شدند (همتاسازی صورت نگرفته است).

ملاک های ورود: (۱) دانش آموزان دختر متوسطه دوم (۲) توانایی شرکت در جلسات آموزشی.
ملاک های خروج: (۱) غیبت در جلسات آموزشی بیش از دو جلسه (۲) عدم تمایل به ادامه حضور در جلسات آموزشی.

به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه استاندارد به شرح زیر به عنوان ابزار پژوهش استفاده گردید:
پرسشنامه مهارت های ارتباطی: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط بارتون تهیه و تنظیم شد که دارای ۱۸ سوال و سه مولفه مهارت بازخورد (۱-۵-۹-۱۱-۱۳-۱۶)؛ مهارت شنیدن (۲-۶-۸-۱۰-۱۴-۱۸) و مهارت کلامی (۳-۴-۷-۱۲-۱۵-۱۷) بوده و هدف از آن کمک به فرد برای حصول بینش در مورد مهارت های ارتباطی خود می‌باشد. در پژوهش

یزدانی و سلیمان پور عرفانی روایی صوری و محتوایی ابزار توسط اساتید بدست آمده و برای تعیین پایایی ابزار از روش آلفای کرونباخ استفاده شده که نتایج برای پرسشنامه مهارت های ارتباطی ۰/۹۲۵ محاسبه گردیده است. پایایی و روایی مهارت ارتباطی در تحقیق ریسی و همکاران نیز تایید شده است. همچنین پایایی آن در تحقیق علیزاده سامع (۱۳۸۷) ۰/۹۰ به دست آمد که نشانگر پایایی بالاست. پایایی پرسشنامه در این پژوهش با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۲ به دست آمده است.

پرسشنامه جهت گیری هدف: این پرسشنامه توسط میدگلی و همکاران (۱۹۹۸) طراحی و اعتباریابی شده است، این پرسشنامه شامل ۱۶ گویه بسته پاسخ بر اساس طیف پنج درجه ای لیکرت می باشد. این مقیاس از سه بعد جهت گیری هدف تبحری، جهت گیری هدف عملکردی-رویکردی، جهت گیری هدف عملکردی-اجتنابی تشکیل شد. یدگلی و همکاران (۱۹۹۸) این پرسشنامه را روی دانش آموزان دبیرستانی اجرا کردند و همسانی درونی این پرسشنامه را با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ مورد ارزیابی قرار دادند. آن ها ضریب آلفای کرونباخ را برای خرده مقیاس اهداف تبحری برابر با ۰/۸۱، برای خرده مقیاس اهداف رویکردی برابر با ۰/۸۴ و برای خرده مقیاس اهداف اجتنابی عملکردی برابر با ۰/۸۳ گزارش کرده اند. در مطالعه بدرلو (۱۳۹۳) برای بدست آوردن روایی پرسشنامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شده است. از آنها در مورد مربوط بودن سؤالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سؤالات و اینکه آیا این سؤالات برای پرسشهای تحقیقاتی مناسب است و آنها را مورد سنجش قرار می دهد، نظر خواهی شد و مورد تایید قرار گرفت. اعتبار خرده آزمون های جهت گیری های هدفی تبحری، عملکردی رویکردی و عملکردی اجتنابی پرسشنامه مزبور بر حسب آلفای کرونباخ بین (۰/۷۰) تا (۰/۸۴) گزارش شده است (میدگلی و همکاران، ۱۹۹۸). اعتبار خرده آزمون های پرسشنامه مزبور در ایران، به ترتیب (۰/۸۷)، (۰/۸۴) و (۰/۷۶) و اعتبار کلی بدست آمده در اجرای نهایی (۰/۸۷) بدست آمده است (کارشکی، ۱۳۸۷). پایایی پرسشنامه در پژوهش بدرلو (۱۳۹۳) بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد. پایایی پرسشنامه در این پژوهش با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ به دست آمده است.

پیش از برگزاری جلسات آموزشی پرسشنامه های جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی توسط دانش آموزان هر دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پیش آزمون تکمیل گردیده است. سپس جلسات برنامه آموزشی مبتنی بر ذهنیت دوئیک هفته ای دو جلسه در طی دو ماه و نیم برای گروه آزمایش برگزار شده است و در این مدت گروه کنترل تحت آموزش های روتین مدرسه قرار داشتند. پس از اتمام جلسات مجدداً پرسشنامه های جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی توسط دانش آموزان هر دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پس آزمون اجرا گردید. تعداد جلسات تشکیل شده ۸ جلسه بوده که همه جلسات ۴۵ دقیقه ای و برنامه آموزشی مبتنی بر ذهنیت بر اساس برنامه تغییر ذهنیت دوئیک (۲۰۰۶) تدوین شده بود.

جدول ۱. خلاصه جلسات برنامه آموزشی انگیزش مبتنی بر ذهنیت دوئیک

| جلسات | محتوای جلسه |
|------------|---|
| جلسه اول | نظریه دوئیک، تفسیر رفتارهای اطرافیان |
| جلسه دوم | تشخیص ذهنیت غالب، خودگویی های شخصی مربوط به ذهنیت |
| جلسه سوم | تفسیر بازخورد گره زدن، بازخوردها به اهداف یادگیری |
| جلسه چهارم | درک نمش مغزی، چگونگی رشد استعداد، تمرین عامدانه |
| جلسه پنجم | ذهنیت افزایشی، هدف گذاری |
| جلسه ششم | درک پشتکار و ثبات، قدم و اهمیت آن در موفقیت |
| جلسه هفتم | ذهنیت و پاسخ به شکست و تحول ریسک |
| جلسه هشتم | جمع بندی جلسات و اجرای پس آزمون |

اثربخشی آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد

برای تجزیه و تحلیل داده ها در این پژوهش، از شاخص های آمار توصیفی هم چون جدول فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار و روش های آمار استنباطی از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است و هم چنین برای محاسبات و تحلیل های آماری، از رایانه و نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده گردیده است.

یافته‌ها

برای تحلیل داده‌های مربوط به فرضیه اثربخشی آموزش‌ها؛ از تحلیل کوواریانس استفاده شده است که نتایج مربوط به این فرضیه در دو بخش توصیفی و استنباطی در ذیل آمده است:

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار مهارت های ارتباطی و جهت گیری هدف در پیش آزمون و پس آزمون

| متغیر | گروه | پیش آزمون | | پس آزمون | |
|-------------------|--------|-----------|--------------|----------|--------------|
| | | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار |
| مهارت های ارتباطی | آزمایش | ۵۹/۳۱ | ۱۱/۱۰ | ۷۶/۰۸ | ۱۵/۰۷ |
| | کنترل | ۵۵/۶۷ | ۹/۷۱ | ۵۶/۱۹ | ۱۳/۶۴ |
| جهت گیری هدف | آزمایش | ۸۲/۲۹ | ۱۵/۶۶ | ۱۱۴/۱۸ | ۱۸/۷۴ |
| | کنترل | ۸۱/۴۶ | ۱۵/۰۸ | ۸۲/۶۶ | ۱۶/۴۳ |

جدول شماره ۲ میانگین و انحراف معیار مهارت‌های ارتباطی و جهت گیری هدف را به تفکیک گروه در پیش آزمون و پس آزمون نشان می دهد. نتایج نشان می دهد که میانگین مؤلفه های مهارت های ارتباطی و جهت گیری هدف در گروه آزمایش در دوره پس آزمون نسبت به پیش آزمون این مؤلفه ها افزایش قابل توجهی داشته است.

جدول ۳. نتایج آزمون کولموگروف- اسمیرنوف

| متغیر | آماره | سطح معناداری |
|-------------------|-------|--------------|
| مهارت های ارتباطی | ۰/۵۱ | ۰/۱۲ |
| جهت گیری هدف | ۰/۴۴ | ۰/۳۷ |

جدول شماره ۳ با استفاده از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف نرمال بودن داده ها را بررسی و نتایج آزمون نشان داد داده ها برای مهارت های ارتباطی و جهت گیری هدف نرمال است.

جدول ۴. جدول تحلیل آزمون لوین

| F | درجه آزادی ۱ | درجه آزادی ۲ | سطح معناداری |
|-------|--------------|--------------|--------------|
| ۰/۶۸۱ | ۱ | ۲۸ | ۰/۶۷۰ |

جدول شماره ۴ نشان می دهد که، سطح معنی داری برای نمرات (۰/۶۷۰) می باشد. چون سطح معنی داری آزمون بزرگ تر از ۰/۰۵ می باشد، فرض صفر تأیید می شود. این بدان معناست که؛ واریانس نمرات آزمون های فوق برابر می باشند. به این ترتیب پیش فرض برابری واریانس ها در این پژوهش، رعایت شده است.

جدول ۵. تحلیل کواریانس برای جهت گیری هدف تبحری

| مقدور اتا | سطح معنی داری | F | میانگین مجدورات | درجه آزادی | مجموع مجدورات | مبتنی بر |
|--------------|------------------|------|--------------------|---------------|------------------|--------------|
| ۰/۱۴ | ۰/۰۲۳ | ۷/۱۸ | ۵۳۹/۹۳ | ۱ | ۵۳۹/۹۳ | هدف تبحری |
| | | | ۳۴/۵۳ | ۲۷ | ۱۰۶/۶۷ | خطا |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای جهت گیری هدف تبحری بالاتری هستند. با توجه به مجدوراتا مشاهده می گردد، ۱۴ درصد تغییرات حاصل در جهت گیری هدف تبحری بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

جدول ۶. تحلیل کواریانس برای جهت گیری هدف عملکردی رویکردی

| مقدور اتا | سطح معنی داری | F | میانگین مجدورات | درجه آزادی | مجموع مجدورات | مبتنی بر |
|--------------|------------------|------|--------------------|---------------|------------------|------------------------|
| ۰/۱۹ | ۰/۰۱۵ | ۹/۵۳ | ۶۴۱/۲۸ | ۱ | ۶۴۱/۲۸ | هدف عملکردی رویکردی |
| | | | ۲۸/۸۴ | ۲۷ | ۱۳۴/۰۹ | خطا |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای جهت گیری هدف عملکردی بالاتری هستند. با توجه به مجدوراتا مشاهده می گردد، ۱۹ درصد تغییرات حاصل در جهت گیری هدف عملکردی رویکردی بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

اثر بخشی آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بر جهت گیری هدف و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر شهر یزد

جدول ۷. تحلیل کواریانس برای جهت گیری هدف عملکردی-اجتنابی

| مقدور اتا | معنی داری سطح | F | میانگین مجدورات | درجه آزادی | مقدورات مهمون | مقدورات |
|-----------|---------------|-------|-----------------|------------|---------------|---------------------|
| ۰/۲۳ | ۰/۰۰۵ | ۱۲/۱۰ | ۸۶۹/۶۱ | ۱ | ۸۶۹/۶۱ | هدف عملکردی اجتنابی |
| | | | ۴۶/۰۵ | ۲۷ | ۲۳۰/۰۳ | خطا |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای جهت گیری هدف عملکردی اجتنابی بالاتری هستند. با توجه به مجدوراتا مشاهده می گردد، ۲۳ درصد تغییرات حاصل در جهت گیری هدف عملکردی اجتنابی بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

جدول ۸. تحلیل کواریانس برای مهارت بازخورد

| مقدور اتا | معنی داری سطح | F | میانگین مجدورات | درجه آزادی | مقدورات مهمون | مقدورات |
|-----------|---------------|-------|-----------------|------------|---------------|---------------|
| ۰/۲۵ | ۰/۰۰۶ | ۱۰/۷۴ | ۵۷۴/۹۳ | ۱ | ۵۷۴/۹۳ | مهارت بازخورد |
| | | | ۴۶/۵۳ | ۲۷ | ۱۵۳/۲۸ | خطا |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای مهارت بازخورد بالاتری هستند. با توجه به مجدوراتا مشاهده می گردد، ۲۵ درصد تغییرات حاصل در مهارت های بازخورد بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

جدول ۹. تحلیل کواریانس برای مهارت شنیدن

| مبتنی بر | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | معنی داری سطح | مجدورات |
|-------------|---------------|------------|-----------------|------|---------------|---------|
| مهارت شنیدن | ۴۹۲/۲۷ | ۱ | ۴۹۲/۲۷ | ۷/۳۴ | ۰/۰۱۲ | ۰/۱۷ |
| خطا | ۱۴۰/۳۰ | ۲۷ | ۵۸/۱۷ | | | |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای مهارت شنیدن بالاتری هستند. با توجه به مجذوراتا مشاهده می گردد، ۱۷ درصد تغییرات حاصل در مهارت های شنیدن بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

جدول ۱۰. تحلیل کواریانس برای مهارت کلامی

| مبتنی بر | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | معنی داری سطح | مجدورات |
|-------------|---------------|------------|-----------------|-------|---------------|---------|
| مهارت کلامی | ۷۴۱/۴۹ | ۱ | ۷۴۱/۴۹ | ۱۰/۸۰ | ۰/۰۰۲ | ۰/۲۰ |
| خطا | ۲۴۹/۶۴ | ۲۷ | ۷۶/۸۲ | | | |

پس از کنترل نمرات پیش آزمون، بین اثر دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی دار وجود دارد. بنابراین فرض صفر، رد می شود و فرض محقق تایید می شود. این بدان معناست که دانش آموزانی که تحت آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک قرار گرفته اند، نسبت به گروهی که آموزش ندیده اند، دارای مهارت کلامی بالاتری هستند. با توجه به مجذوراتا مشاهده می گردد، ۲۰ درصد تغییرات حاصل در مهارت های کلامی بر اثر استفاده از آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک بوده است.

بحث و نتیجه گیری

نتیجه حاصل از تحلیل یافته های این پژوهش نشان داد آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک دانش آموزان گروه آزمایش که این برنامه را دریافت کرده اند، در مقایسه با دانش آموزان گروه کنترل که این برنامه را دریافت نکرده اند، تاثیر داشته است به طوری که موجب افزایش جهت گیری هدف تبحری، عملکردی-رویکردی و عملکردی-اجتنابی دانش آموزان گروه آزمایش شده است. در مقایسه این یافته با پژوهش های پیشین ملاحظه می شود که یافته های این پژوهش با پژوهش های اجاقی و همکاران (۱۴۰۰)، عابدی و همکاران (۱۴۰۰)، فلاحیه و همکاران (۱۳۹۹) و میح و دراگوس (۲۰۱۷) همسو می باشد. در زمینه هدف تبحری، تغییر ذهنیت نسبت به تفسیر رویدادها به دانش آموزان کمک کرده است تا توجه آن ها از انتظارات شدید در مورد خود کاسته شود و در نتیجه با تغییر انتظارات از خود و تغییر در

نگرش نسبت به توانایی های خود، تا حدود زیادی از استرس فرد و از میزان بروز علائم روانی و جسمانی ناشی از آن کاسته می شود و این امر به نوبه خود در بهبود عملکرد دانش آموز تأثیر می گذارد، چرا که آن ها درک می کنند که در چه زمینه ای توانایی بیشتری دارند و بنابراین هدف گذاری خود را معطوف به آن جنبه می نمایند و برای تلاش انگیزه بیشتری دارند. در زمینه هدف عملکردی-رویکردی، در جلسات آموزش تغییر ذهنیت دوئیک دانش آموزان یادگرفتند که میان موفقیت و توانایی آن ها ارتباط وجود دارد و با تغییر دیدگاه در مورد موفقیت و برتری بر دیگران احساس بهتری کسب کرده اند. آن ها یاد گرفتند که چگونه شایستگی هایشان نسبت دیگران را نشان دهند و قضاوت های مطلوبی درباره پیشرفت هایشان داشته باشند و در نتیجه به هنجار شایستگی دست یابند که موجب ایجاد احساس غرور و شایستگی در آن ها و احساس مثبتی دیگران نسبت به آنان می شود و در نتیجه جهت گیری های هدفی عملکردی رویکردی دانش آموزان بهبود یافته و اصلاح گشته است. در زمینه هدف عملکردی-اجتنابی، دانش آموزانی که ذهنیات ثابت درباره موفقیت و یا شکست تحصیلی دارند این ذهنیات را در تمامی موقعیت ها حفظ می کنند و از انعطاف پذیری لازم برای تبیین شکست ها و موفقیت ها و در نظر گرفتن پیامدهای بلندمدت برخوردار نیستند. در برنامه آموزشی تغییر ذهنیت دوئیک دانش آموزان با شناسایی ذهنیت های خود نسبت به آنها آگاهی می یابند و نحو تأثیر آن بر احساس و رفتار خود را در موقعیت های مختلف بازبینی و مشاهده می کنند. آگاهی و بازبینی احساسات و رفتارها موجب بینش عمیق تر نسبت به خود می شود که توجه فرد و نحو استناد به شکست ها را به طور ثابت معطوف به خود فرد نمی سازد. لذا با استفاده از شناسایی و خودتنظیمی احساسات از نگرانی کمتر و در نتیجه احساس اضطراب کمتری را تجربه می نمایند و تمرکز خود را روی اجتناب از بدفهمی یا اجتناب از تسلط نیافتن بر تکلیف قرار می دهند.

یافته دیگر پژوهش حاکی از آن است که آموزش انگیزشی مبتنی بر تغییر ذهنیت دوئیک دانش آموزان گروه آزمایش که این برنامه را دریافت کرده اند در مقایسه با دانش آموزان گروه کنترل که این برنامه را دریافت نکرده اند، تأثیر داشته است به طوری که موجب افزایش مهارت های بازخورد، شنود و کلامی دانش آموزان گروه آزمایش شده است. در مقایسه این یافته با پژوهش های پیشین ملاحظه می شود که یافته های این پژوهش با پژوهش های آرامی و همکاران (۱۳۹۸)، خدادادی (۱۳۹۸)، مک ویلیامز (۲۰۲۰)، دوئیک و همکاران (۲۰۱۸)، ایوب و الجوقمان (۲۰۱۸) همسو می باشد. در برنامه تغییر ذهنیت دوئیک به دانش آموزان آموزش داده می شود که هیجانات و دیدگاه های خود را مدیریت و احساسات خود را کنترل نمایند. همچنین با تغییر ذهنیت، چگونگی بیان احساسات در تجربه ارتباطات لذت بخش و یا ارتباطات آزار دهنده را تمرین نموده که موجب کاهش هیجانات منفی و افزایش هیجانات مثبت شده و در ارتباط با دیگران بتوانند بازخوردهای مناسب با آن را بروز دهند. مهارت شنیدن شامل انتخاب، جذب و سازماندهی به خاطر سپردن و دادن پاسخ های مشخص به محرک های شنیداری است. این مهارت نه تنها کلید ادراک، فهم و تعلق انسان بوده و در فرآیندهای ادراکی، آموزشی و یادگیری انسان تأثیر مستقیم و تعیین کننده دارد؛ بلکه بالاتر و مهمتر اینکه یکی از ابزارهای اساسی برای تکامل انسان و اکتساب ارزش ها می باشد. در جلسات آموزش تغییر ذهنیت دوئیک، با شناسایی ذهنیت های خود و درک آن ها، سعی کردند تا به جای شنیدن آنچه که خودشان دوست دارند از صحبت ها برداشت کنند، منظور اصلی گوینده از گفته هایش را بفهمند و این مستلزم این امر است که بتوانند ذهن خود را منعطف ساخته و خود را جای فرد گوینده بگذارند و کلیشه های همیشگی را بشکنند. مهارت کلامی در بردارنده گفتار و محتوای کلام فرد است که انتقال افکار، احساسات و خواسته ها و آنچه در ذهن فرد می گذرد به مخاطب یا مخاطبان خود و متقابلاً شنیدن افکار و احساسات آن ها را در بر می گیرد. بر اساس نظریه دوئیک مجموعه باورهایی که فرد نسبت به خود دارد، تمام سیستم رفتارهایش را تحت تأثیر قرار می دهد و باعث می شود که افراد در شرایط یکسان متفاوت عمل کنند. دانش آموزانی که طبق تغییر ذهنیت دوئیک آموزش دیده اند، انعطاف پذیرتر هستند و برای رسیدن به اهداف خود تلاش زیادی به خرج می دهند و

از راهبردهای پردازش عمیق و سطح بالا استفاده می‌کند و در نتیجه این افراد می‌توانند روابط کلامی بهتری را داشته باشند.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی چون استفاده از یک گروه تحصیلی برای انجام پژوهش، عدم همگنی جامعه آماری از نظر ویژگی‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، عدم همکاری برخی از دانش‌آموزان برای شرکت در جلسات آموزشی و تکمیل پرسشنامه و عدم برگزاری جلسات پیگیری روبرو بوده است، لذا پیشنهاد می‌شود پژوهشی بر روی پسران و همچنین مقاطع تحصیلی دیگر نیز انجام شود. نمونه پژوهشی از نظر ویژگی‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی همتا سازی شوند. از روش‌هایی دیگر چون مصاحبه و مشاهده استفاده گردد. همچنین دوره پیگیری برای پژوهش‌های بعدی برگزار گردد.

باتوجه به یافته‌های حاصل از پژوهش پیشنهاد می‌گردد که در مدارس با توجه به ذهنیت دانش‌آموزان و منعطف بودن آن، در جهت افزایش مهارت‌های ارتباطی از آن بهره گرفته شود. جهت گیری هدف در دانش‌آموزان با برگزاری جلسات تغییر ذهنیت و آموزش آن افزایش یابد. همایش، کارگاه، دوره‌های آموزشی و ... جهت آشنایی و آموزش معلمان با چگونگی تقویت آن در دانش‌آموزان، برگزار گردد. از نتایج این پژوهش در دوره‌های ضمن خدمت معلمان و همچنین دانشگاه فرهنگیان استفاده شود. مسئولین و دست‌اندرکاران آموزشی و وزارت آموزش و پرورش می‌بایست تقویت این ابعاد را در کتاب‌های درسی و محتواهای آموزشی مدنظر قرار دهند.

تعارض منافع

تعارض منافع ندارد.

منابع

منابع فارسی

- Abedi, A; Diaryan, M and Falahieh, S. (2020). The effectiveness of the motivational intervention based on the change of Dewey's mentality on the social self-efficacy of gifted students. **Psychological Science** 106, 1918-1929. [in Persian]
- Ahmadi, M; Hatami, H, Ahadi, H and Asadzadeh, H. (2018). The effect of communication skills training on self-efficacy beliefs and academic progress of female students, **New Approach Scientific Research Quarterly in Educational Management**, 9(30). 105-118. [in Persian]
- Ajaghi, S; Abedi, A and Malekpour, M. (1400). The effectiveness of Deweyk's mindset change motivational program on goal orientation and successful intelligence of gifted students. **Journal of Cognitive Psychology and Psychiatry**. 8 (1), 48-60. [in Persian]
- Arami, Z; Sharifi, T; Ghazanfari, A and Abedi, A. (2018). Comparison of the effectiveness of Frederickson's positive thinking program and Dweck's mindset change program on the psychological capital of gifted students with exam anxiety in the ninth grade of Isfahan. **Exceptional children (research in the field of exceptional children)**. 19(3), 37-48. [in Persian]
- Azizi, N and Badri Gregari, R and Karimi, K (2022). Comparison of the effectiveness of academic engagement training and intervention based on the change of deic mindset on academic health-oriented lifestyle in second high school students. **Two**

- Quarterly Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies**, 3 (2), 146-159. [in Persian]
- Falahieh, S, Fatehizadeh M, Abedi, A, Diaryan, M. (2019). The effectiveness of the intervention based on changing the mindset of Deweyk, students of brilliant schools. **Cognitive Psychology Quarterly**. 46, 2, 8-57. [in Persian]
- Harir Farush, S (2020). **Examining the relationship between thinking styles and goal orientation of information seeking students of Farhangian University**. Master's thesis in educational psychology. Payam Noor Taft University. [in Persian]
- Khodadadi, A (2018). **Investigating the effect of Dweik's mindset change program on academic emotions and communication skills of female students of gifted secondary schools in Najaf Abad city in the academic year of 2017-2018**. Master's thesis in psychology, Isfahan University. [in Persian]
- Lotfi, S & Ashuri, H (1402). The mediating role of goal orientation and academic identity in the relationship between academic optimism and students' academic engagement. **Education Management and Perspective Quarterly**, 5(1), 92-110. [in Persian]
- Mohammadpour Fakhrabadi, F (2023). **examining the effect of happiness education on changing attitudes towards education and self-concept among middle school girls in Yazd**, 10th International Conference on Psychology, Educational Sciences and Lifestyle. [in Persian]
- Nazari, R; Ehsani, M; Ashraf Ganjavi, F and Ghasemi, H. (2017). Structural equation model of the effect of communication skills on interpersonal communication and its role on the organizational effectiveness of Iranian sports managers. **Sports Management Quarterly**, 5 (4), 67-82. [in Persian]
- Sabzi, F and Yousefi, F. (2017). **Examining the role of goal orientation in the formation of academic identity**. Shiraz: The 4th international conference on management, psychology and humanities with sustainable development approach. [in Persian]

منابع انگلیسی

- Ayoub A, Aljughaiman AM. (2018). A predictive structural model for gifted students' performance: A study based on intelligence and its implicit theories. **Learning and Individual Differences**, 51, 11-18.
- Barreno SN, Veas A, Navas L, Castejon JL. (2020). Psychometric Properties of the Spanish Version of the Goal Orientation Scales in Ecuadorian Undergraduate Students. **Frontiers in Psychology**, 11, 22- 45.
- Dweck, C. S., & Yeager, D. S. (2019). Mindsets: A view from two eras. **Perspectives on Psychological Science**. 14(3), 481 -496.
- Dweck, C. S., Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2018). Academic Tenacity: Mindsets and Skills that Promote Long -Term Learning. **Bill & Melinda Gates Foundation**.
- Friedel, J. M., Cortina, K. S., Turner, J. C., & Midgley, C. (2018). Changes in efficacy beliefs in mathematics across the transition to middle school: Examining the effects of perceived teacher and parent goal emphases. **Journal of Educational Psychology**, 102(1), 102-114.
- Guo M, Leung FK. (2021). Achievement goal orientations, learning strategies, and mathematics achievement: A comparison of Chinese Miao and Han students. **Psychology in the Schools**, 58(1), 107-123.

- Hornstra L, Bakx A, Mathijssen S, Denissen JJ. (2020). Motivating gifted and non-gifted students in regular primary schools: A self-determination perspective. **Learning and Individual Differences**,80.
- MacMaster, K., & Peter, D. D. (2016). The effects of being diagnosed with a learning disability on children's self-esteem. **Child Study Journal**, 2 (32), 101-108 .
- Mc Williams EC. (2020). **Self-efficacy, implicit theory of intelligence, goal orientation and the ninth grade experience. Unpublished Doctoral Dissertation, the School of Education, College of Professional Studies, Northeastern University, Boston, Massachusetts**
- Mih V, Mih C, Dragoş V. (2017). Achievement goals and behavioral and emotional engagement as precursors of academic adjusting.**ProcediaSocial and Behavioral Sciences**,209, 329-336.
- Savvides H, Bond C. (2021). How does growth mindset inform interventions in primary schools? A systematic literature review.**Educational Psychology in Practice**, 1- 16.
- Yeager, D.S., Johnson, R., Spitzer, B.J., Trzesniewski, K.H., Powers, J., & Dweck, C.S. (2014). The far -reaching effects of believing people can change: Implicit theories of personality shape stress, health, and achievement during adolescence. **Journal of personality and social psychology**, 106(6), 867 –884.

The effectiveness of motivational training based on Dweck mindset change on goal orientation and communication skills of female students in Yazd city

Marjan Entezari, Somaye Kahdouei

Abstract

Dweck's theory examines the subjective beliefs that people have about their intelligence. The mental beliefs that students have about themselves can influence their goal orientation as well as their communication skills. Therefore, the current research was conducted with the aim of the effectiveness of motivational training based on the change of Dewey's mindset on goal orientation and communication skills of female students in Yazd city. This research is semi-experimental. The statistical sample consisted of 30 female secondary school students of the first district of Yazd in the academic year of 1401-1400, who were selected by the available method and divided into two groups of 15 people, control and experimental. The tools used in this research are Midgley et al.'s goal orientation questionnaire (1998) and Barton's communication skills (1990) and Dweck's mindset change training intervention was conducted in 8 sessions of 45 minutes. A covariance analysis test was used to analyze the data, and the results showed that students who underwent motivational training based on binary mindset change, compared to the group that did not receive training, had higher communication skills and goal orientation. Based on the results obtained, it is suggested that the theory of changing the dual mindset be used to increase the level of communication skills and target orientation of students.

Keywords: Dweck mindset change, goal orientation, communication skills.