

Meta-analysis of Psychological Interventions' Effectiveness (psycho-educational) on Students' Self-Efficacy Using Howitt and Cramer methods in Iran (2005)

Behzad Rigi Kooteh*: Faculty member, Department of Clinical Psychology (Children and Adolescents Health Research Center), Zahedan University of Medical Sciences, and Zahedan, Iran.

Azizollah Mojahed: Faculty member, Department of Clinical Psychology) Health Promotion Research Center), Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran .

Sahar Attar: M.Sc. student of clinical psychology, Faculty of Medicine) Children and Adolescents Health Research Center, (Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran

Jafar Sarani Yaztapeh: Ph.D. Student in Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, School of Medicine, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

Abdolghani Rigi: M.Sc. of Medical Education, Virtual Faculty of Medical Education and Management, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

Abstract

Introduction: Self-efficacy is considered a major predictor of academic achievement, and several psychological studies have attempted to promote this factor in Iranian students. The present meta-analysis research aimed to review the effectiveness of psychological interventions (psycho-educational) on Iranian students' self-efficacy.

Methods: The current study was a meta-analysis in terms of purpose. The statistical population comprised articles by Iranian researchers published in scientific journals and indexed in foreign databases. Based on the inclusion and exclusion criteria, psycho-educational psychological interventions on self-efficacy of students' from databanks during years 2009 to 2021 were extracted which among 34 studies with 34 effect sizes were selected for final analysis. The instrument applied for the data analysis was the meta-analysis checklist, and the stages of the meta-analysis were conducted according to the technique proposed by Howitt and Cramer (2005). After investigating 62 studies, 34 studies including 1645 participants were found to meet the entry criteria.

Results: The overall effect size of the current study was 0.48 that was moderate and significant ($p < 0.00001$) based on Cohen's D interpretation table. Psychological interventions had the greatest effect size for the educational dimension ($E_s = 0.52$), followed by other self-efficacy dimensions ($E_s = 0.51$) and the general dimension ($E_s = 0.45$), respectively.

Conclusion: According to inclusion, psychological interventions (Psycho-educational) significantly promoted students' self-efficacy and its dimensions.

Keywords: Self-efficacy, meta-analysis, psychological interventions, students.

***Corresponding author:** Faculty member, Department of Clinical Psychology (Children and Adolescents Health Research Center), Zahedan University of Medical Sciences, and Zahedan, Iran.

Email: Brkpsycho1988@gmail.com

Meta-analysis of Psychological Interventions' Effectiveness (psycho-educational) on Students' Self-Efficacy Using Howitt and Cramer methods in Iran (2005)

Introduction: Academic self-efficacy can be defined as a reflection of the student's personal beliefs in their abilities to achieve educational tasks at the expected levels (Malkok and Kesen Matlo 2018). So the ways to enhance self-efficacy have been highlighted. Hence, many studies have been done in this regard: dialectical behavior therapy (Moghadam et al. 2019), group cognitive therapy training (Besharat 2016, Bianfar 2018), acceptance and commitment therapy (Doroudian 2019) and emotion regulation training (Fooladchang and Hasannia 2014, Penrosa, Pari and Ball 2007) including Psychological interventions were aimed at increasing academic self-efficacy. From a methodological view, despite the fact so far, several researches have examined the effectiveness of this therapeutic approach on clients individually and in groups; But so far in Iran, coherent and comprehensive research has not evaluated these researches with the meta-analysis method; On the other hand, considering that numerous researches related to the effectiveness of psychological interventions on self-efficacy in Iran, it gave the impression that conducting a meta-analysis research will help to clarify the real amount of the effectiveness of the interventions and will determine the impact of these interventions. Present study attempted to investigate the effectiveness of psychological interventions on students' self-efficacy using a meta-analysis research.

Materials and methods: In this research, based on the proposed research goal, method was meta-analysis. The statistical population was all the researches published by Iranian authors in scientific journals inside and outside of Iran, conducted between years 2017-2021 in the field of psychological interventions on students' self-efficacy in Iran, which had the necessary conditions in terms of methodology.

The search sources were scientific journals in the field of psychology, educational sciences, medicine, academic Jihad information resource bank and Iranian document centers by referring to the sites sid.ir, google scholar, magiran, the dedicated page of scientific journals. The criteria for the meta-analysis included:

1) The topic should be "psychological interventions and self-efficacy in students". 2) The research was conducted in a group that meant individual studies, reviews and correlations were not accepted. 3) The research should be quasi-experimental. 4) Valid tools and accurate scales should have sufficient validity and reliability.

In addition, the research tool was the content analysis checklist. According to the list of researches and considering the mentioned criteria, 34 studies with 34 effect degrees/rates were approved. Then calculations were done manually; the steps of implementing this meta-analysis were based on the meta-analysis steps of Howitt and Cramer (2005) (Howitt and Cramer 2005; Pasha Sharifi et al. 2018) as follows:

1) Definition of research variables 2) Searching databases 3) Research studies 4) Calculation of influence degree/rate for each study 5) Combination of influen degree/rate of studies 6) Significance of combined studies.

Results and discussion: From 62 studies, 34 studies including 1645 participants met the eligibility criteria. Based on the reviewed findings, the studies in terms of the number of psychological interventions on the type of self-efficacy were general self-efficacy with a frequency of 19 and 55.88%, academic self-efficacy with a frequency of 8 and 23.52%, and other dimensions of self-efficacy (clinical, decision-making and social) with a frequency of 7 and a percentage of 20.58.

Table 3) Combining the results of the volume of studies on the effectiveness of psychological interventions (psycho-educational) on self-efficacy in Iran (students' case study)

Number of influence degree	General Values Zr	The degree/rate of the overall influence of the article
34	16/58	0/48

Based on the results obtained from table No.3, the average influence degree/rate obtained from the studies was calculated 0.48.

Table No. (4) Indicates the significance of the combined studies.

Table 4) Significance of combined effectiveness studies

Number of Studies	Z Overall Values	Z Average values	Combined significance
34	97/41	16/70	0/00001

Finding of table No.4 showed the combined significance level of the conducted studies was ($P > 0.00001$), which can be inferred the significance of the total influence degree/rate of psychological interventions (psychological-educational) on self-efficacy in Iran (study case of students). The interpretation of the results based on the influence degree/rate of Cohen's d was obtained in the present study 0.48, that according to the results of the Cohen's d interpretation table, the influence degree/rate was medium and significant ($P < 0.00001$).

The current study estimated the influence degree/ rate at 0.48, which in Cohen's interpretive evaluation, indicated the average effect size and was also significant. The results of the present meta-analysis were in line with the findings of Aminodin et al. (2021).

A study by Aminodin et al. (2021), examining the evidence and determining the effectiveness of self-management interventions based on smart phones on self-efficacy, self-care activities and quality of life in patients with diabetes, type II, was conducted as a meta-analysis. A systematic search was conducted in five databases (CINHAL, COCHRAN, Embase, PubMed, and Scopus).

Learners with high self-efficacy can improve academically, control their impulses, seem to solve problems, and monitor their progress (Kumaraju, Nadler 2013). Self-efficacy increases when learners actively manage their internal and external environment, have a specific plan for study and review, estimate the level of effort required, focus on progress, and identify support resources (Pintrich, 2004); quoted by Akhwan Tafti and Kodkhodaei (2016), teaching cognitive and metacognitive strategies were also effective in increasing self-efficacy. By using these strategies, people can use appropriate solutions and strategies for learning and studying, moreover, they can complete learning assignments and increase their motivation to learn. Therefore, by using these strategies, learners trust their abilities more, which increase their self-efficacy (Hoseini et al. 2014).

Conclusion: Finally, paying attention to cultural contexts in different societies can be effective in the effectiveness of different treatment approaches. In any case, it is obvious to use various treatment approaches in treating problems, but what is better to pay attention to is the success rate of applying the desired treatment model in solving the problem.

It was suggested that therapists may use proven psychological methods in order to improve self-efficacy. On the other hand, the need to conduct additional studies and combine the findings of these studies was perceived, as this study was proposed to meet this need. However, more research was required on the effectiveness and persistence of the psychological treatments' effects along an emphasis on biological changes, and researchers should address these issues in a scientific and focused manner.

Similarly, it was suggested more meta-analyses and review studies regarding whether there may a significant difference between psychological interventions (cognitive behavioral therapy, acceptance and commitment therapy, behavioral therapy, etc.) or not.

Finally, there was a great variety in the types of psychological interventions examined in the present meta-analysis; hence, it suggested that the general mechanisms of changes be done with a content analysis study or a review. One of the limitations of the present research was the lack of a consistent database, which prevents easy access to more different articles across the country.

Keywords: Self-efficacy, Meta-analysis, Psychological interventions, Student.

مجله‌ی توسعه‌ی آموزش جندی‌شاپور
فصلنامه‌ی مرکز مطالعات و توسعه‌ی آموزش علوم پزشکی
سال سیزدهم، شماره ۲، تابستان ۱۴۰۱

فرا تحلیل اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی دانشجویان در ایران به روش هویت و کرامر

بهزاد ریگی کومه*: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی بالینی (مرکز تحقیقات سلامت کودکان و نوجوانان)، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

عزیز الله مجاهد: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی بالینی (مرکز تحقیقات ارتقای سلامت)، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

سحر عطار: دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی (مرکز تحقیقات سلامت کودکان و نوجوانان)، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

جعفر سارانی یازتپه: دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران، تهران، ایران.

عبدالغنی ریگی: کارشناس ارشد آموزش پزشکی، دانشکده مجازی آموزش پزشکی و مدیریت، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران.

چکیده

مقدمه: خودکارآمدی پیش‌بینی‌کننده مهم موفقیت تحصیلی شناخته می‌شود، بدین منظور پژوهش‌های متعددی روانشناختی برای ارتقای خودکارآمدی انجام گردیده است. پژوهش حاضر یک پژوهش فراتحلیل است که با هدف بررسی میزان اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در دانشجویان ایرانی طی سالهای ۱۳۸۸ تا ۱۴۰۰ انجام شد.

روش کار: جامعه آماری پژوهش شامل مطالعات منتشر شده در مجلات علمی پژوهشی و پژوهش‌های نمایه شده نوب‌سندگان ایرانی در خارج از کشور بود. پس از تصریح ملاک‌های ورود و خروج، تلاش‌های مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی دانشجویان در فاصله زمانی بین سال‌های ۱۳۸۸ تا ۱۴۰۰ از بانک‌های اطلاعاتی استخراج و از بین آن‌ها، تعداد ۳۴ پژوهش با ۳۴ اندازه اثر برای تحلیل نهایی انتخاب شدند. ابزار پژوهش برای تحلیل داده‌ها، سیاهه واریسی فراتحلیل بود و مراحل انجام فراتحلیل براساس روش فراتحلیل هویت و کرامر (۲۰۰۵) بود. از مجموع ۶۲ مطالعه، ۳۴ مطالعه شامل ۱۶۴۵ شرکت‌کننده معیارهای واجد شرایط بودن را داشتند.

نتایج: اندازه اثر کلی مطالعه حاضر برابر با ۰/۴۸ به دست آمد که براساس نتایج جدول تفسیر d کوهن، میزان اندازه اثر متوسط بود که معنادار به حساب می‌آید ($P < .01$). مداخلات روانشناختی به ترتیب بیشترین اندازه اثر به لحاظ ابعاد خودکارآمدی، بعد تحصیلی با $ES = 0.52$ ، سایر ابعاد خودکارآمدی با اندازه اثر $ES = 0.51$ ، و بعد عمومی با اندازه اثر $ES = 0.45$ است.

نتیجه گیری: می‌توان گفت مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) تأثیری معنادار بر ارتقای خودکارآمدی و ابعاد آن در دانشجویان دارد.

واژگان کلیدی: خودکارآمدی، فراتحلیل، مداخلات روانشناختی، دانشجویان.

***نویسنده مسؤول:** عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی بالینی (مرکز تحقیقات سلامت کودکان و نوجوانان)، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

Email: Brkpsycho1988@gmail.com

مقدمه

یکی از سازه‌هایی که با بهزیستی روانشناختی مرتبط است، مفهوم خودکارآمدی است که نخستین بار در سال ۱۹۷۷ توسط بندورا مطرح گردید (فتحی و همکاران ۱۴۰۰). در تعریف آن می‌توان گفت که خودکارآمدی اعتقاد راسخ افراد درباره توانایی هایشان برای برانگیختن انگیزش، منابع شناختی و طراحی مجموعه اقدامات برای اجرای موفقیت آمیز وظیفه‌ای خاص در موقعیتی خاص است (شکوهی و همکاران ۱۴۰۰، سینگ و همکاران ۲۰۱۹). همچنین در تفاهم با عوامل شناختی - اجتماعی در تنظیم بهتر زیستن انسان و پیشرفت وی عمل می‌کند (مقدم و همکاران ۱۳۹۹، پاجارس ۲۰۰۳). علاوه بر این خودکارآمدی تأثیر نیرومندی بر رفتار فرد دارد (مهدوی راد، فرزاد و کوشکی ۱۳۹۱). همچنین بندورا بیان می‌کند که خودکارآمدی پدیده‌ای موروثی نیست بلکه از طریق تجربه به دست می‌آید، زیرا این باورها در دوران کودکی شروع می‌شوند و در طول زندگی ادامه می‌یابند و برای استفاده از تجربیات گذشته در موقعیت‌های آینده توسعه می‌یابد. خودکارآمدی در نتیجه ارتباط نزدیک محیط، ویژگی‌های شخصیتی و رفتار ایجاد می‌شود (آبود و همکاران ۲۰۲۰). یکی از جنبه‌های مهم خودکارآمدی، خودکارآمدی تحصیلی است (امینی و سامانی ۱۴۰۰). خودکارآمدی تحصیلی را می‌توان به عنوان بازتاب باورهای شخصی دانشجو در ظرفیت‌های خود برای دستیابی به وظایف آموزشی در سطوح مورد انتظار تعریف کرد (مالکوک و کسن ماتلو ۲۰۱۸). بندورا (۱۹۹۷) نشان می‌دهد که خودکارآمدی تحصیلی، سازگاری تحصیلی، خوش بینی مثبت، پیشرفت و انعطاف پذیری را در بر خورد با مشکلات افزایش می‌دهد (آبود و همکاران ۲۰۲۰). بنا بر تحقیقات انجام شده می‌توان چنین اظهار کرد که خودکارآمدی تحصیلی عامل تعیین کننده در موفقیت در مدرسه و انتقال به دانشگاه محسوب می‌شود (امینی و سامانی ۱۴۰۰). دانشجویان با باورهای خودکارآمدی بالا، در تحصیل و حرفه خود موفق ترند؛ در حالیکه دانشجویان

با باور خودکارآمدی پایین، بیشتر درگیر مشکلات رفتاری نظیر تخلف، رها کردن دانشگاه و افت تحصیلی می‌گردند و شانس موفقیت‌های تحصیلی خود را از دست می‌دهند (اینانو و همکاران ۱۳۹۹). نتایج به طور مداوم نشان می‌دهد که نمرات بالاتر خودکارآمدی تحصیلی به احتمال زیاد به سطوح بالاتری از عملکرد تحصیلی منجر می‌گردد (یوکویوما ۲۰۱۹). علاوه بر این هریس و همکاران (۱۹۹۵) بیان می‌کنند خودکارآمدی تحصیلی مهم است، زیرا بر انتخاب تکالیف و فعالیت‌های دانشجویان و تداوم تلاش و پشتکار آنان برای دستیابی به اهداف تأثیر دارد. در حالیکه دانشجویان با خودکارآمدی پایین نمی‌توانند برای جلوگیری از شکست با شرایط سخت کنار بیایند (آبود و همکاران ۲۰۲۰). آنچه حائز اهمیت است، راه‌های افزایش خودکارآمدی است که مطالعات زیادی در این خصوص انجام شده است که در ادامه به شرح آن پرداخته شده است. به عنوان مثال لینهان نوعی روش درمانی موسوم به رفتار درمانی دیالکتیکی ابداع کرده است که در این روش سعی بر آن است که ابتدا فعالیت‌های فرد تحت کنترل درآید، سپس مهارت‌های رفتاری به وی آموزش داده می‌شود تا احساس بهتر بودن کند و بتواند بر مشکلات زندگی خویش غلبه کند و بدین ترتیب به این نتیجه رسیدند که این نوع در مان بر خودکارآمدی مؤثر است (مقدم و همکاران ۱۳۹۹). یکی دیگر از مداخلات روانشناختی، آموزش شناخت درمانی گروهی با رویکرد عرفاتی می‌باشد که می‌تواند عاملی مؤثر در تغییرات بارز دانشجویان تلقی گردد و با تلاش در جهت تغییر افکار و باورهای غیر منطقی افراد را یاری می‌رساند تا افکار منطقی را جایگزین نماید و تغییرات چشمگیر رفتاری را شاهد باشند؛ در نتیجه این آموزش بر افزایش خودکارآمدی می‌تواند راهگشا باشد (بشارت ۱۳۸۶، بیانفر ۱۳۹۸). یکی دیگر از مداخلات درمانی مؤثر بر خودکارآمدی، درمان پذیرش و تعهد می‌باشد و یکی از مراحل مهم این درمان به عهده گرفتن مسئولیت درمان توسط مراجعه کننده است. در حالیکه خودکارآمدی به گونه‌ای پاسخ به این سوال است

در دانشجویان مشخص شود، درمانگران می‌توانند با اطمینان خاطر بیشتری آن را برای افراد به کار ببندند و عملکرد آنها را بهبود بخشند. از سوی دیگر، در صورتی که براساس این فراتحلیل بتوان به نتایج منسجمی از موضوع رسید، همین امر می‌تواند پژوهشگران را از صرف زمان و هزینه برای تحقیقات تکراری در این حوزه بی‌نیاز سازد. همچنین به لحاظ روش‌شناختی نیز با وجود این که تاکنون پژوهش‌های متعددی به بررسی اثربخشی این رویکرد در مانی بر روی مراجعان به صورت انفرادی و گروهی پرداخته است؛ اما تاکنون در ایران پژوهش منسجم و فراگیری با روش فراتحلیل به ارزیابی این پژوهش‌ها نپرداخته است؛ از سویی دیگر با توجه به اینکه تحقیقات زیادی در رابطه با اثربخشی مداخلات روانشناختی بر خودکارآمدی در ایران وجود دارد، به نظر می‌رسد انجام یک فراتحلیل به روشن ساختن مقدار واقعی تأثیر مداخلات کمک خواهد کرد و میزان اثربخشی این مداخلات را مشخص خواهد نمود. به عبارتی روشن‌تر با انجام فراتحلیل می‌توان دیدگاه دقیق و جامع‌تری نسبت به کارایی الگوی مداخله‌های روانشناختی در کشور به دست آورد. بنابراین، پژوهش حاضر بر آن است تا با استفاده از یک مطالعه فراتحلیل میزان اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر خودکارآمدی دانشجویان را مورد بررسی قرار دهد.

مواد و روش‌ها

در پژوهش حاضر بر اساس هدف پژوهشی مطرح شده، روش پژوهش از نوع فراتحلیل است. مفهوم فراتحلیل در سال ۱۷۹۶ برای اولین بار توسط گلاس مطرح شد. فراتحلیل، از جمله روش‌هایی است که به حل تناقض‌ها در پژوهش‌های روان‌شناختی و دیگر علوم رفتاری و رسیدن به نتایج دقیق‌تر کمک می‌کند. بنابراین، فراتحلیل ترکیب نتایج عددی حاصل از چند مطالعه، برآورد دقیق و کاملی را ارائه می‌دهد. در واقع، فراتحلیل روشی است که به کمک آن می‌توان تفاوت‌های موجود در تحقیقات انجام

که آیا من می‌توانم از عهده کار برآیم یا نه؟ در این درمان بر انعطاف‌پذیری و شفاف‌سازی ارزش‌ها تأکید می‌شود و درباره این موضوع که تغییر امکان‌پذیر است یا خیر؟ بحث می‌شود و از سوی دیگر اجرای موفقیت‌آمیز تمرینات مختلف می‌تواند در افزایش خودکارآمدی و پذیرش مسئولیت مشاوره توسط مراجعه‌کننده مؤثر باشد (دورودیان ۱۳۹۹). مداخله روانشناختی دیگر آموزش تنظیم هیجان می‌باشد که می‌تواند احساس کنترل فرد بر امور را بیشتر نمود و باور فرد را نسبت به اثرگذاری در موقعیت‌ها را تقویت کند و احساس کارآمدی را ارتقا دهد (فولادچنگ و حسن‌نیا ۱۳۹۴، پنیوسا، پری و بال ۲۰۰۷). با توجه به اهمیت خودکارآمدی در حوزه‌های تحصیلی و اجتماعی مطالعات گسترده‌ای صورت گرفته است که در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره شده است. در مطالعه خدایی و غضنفری (۱۴۰۰) این نتیجه گرفته شد که روش‌های آموزش‌شناختی رفتاری و روش آموزش مبتنی بر تعهد و پذیرش در موفقیت دانشجویان نقش مهمی داشته و دانشجویانی که از روش‌شناختی رفتاری استفاده کردند خودکارآمدی تحصیلی بالاتر و اضطراب کمتری داشتند. در پژوهش رضایی و غیبی (۱۳۹۴) نشان داد که آموزش جرئت‌ورزی و مؤلفه‌های یادگیری خودگردان، خودکارآمدی را افزایش می‌دهد. همچنین در سال‌های اخیر به دلیل اهمیت خودکارآمدی در پیشرفت تحصیلی دانشجویان و تأثیر آن بر سلامت روان، پژوهشگران مداخلات متعددی را به صورت گروهی و فردی اجرا کرده‌اند؛ با این حال هنوز نظرات متخصصان در زمینه اثربخشی این رویکردهای درمانی متفاوت است. با توجه به مطالب یادشده، دانش‌نظری حاصل از انجام پژوهش حاضر به خاطر خلاصه‌سازی و یکپارچه‌سازی نتایج پژوهش‌های متعدد اهمیت بیشتری نسبت به یافته‌های پژوهش‌های منفرد دارد و به نظریه‌پردازان و درمانگران حوزه روانشناسی در روشن ساختن میزان اثربخشی مداخلات روانشناختی کمک می‌کند. از جنبه کاربردی، چنانچه در این پژوهش میزان تأثیرگذاری مداخلات روانشناختی بر خودکارآمدی

ملاک‌های درون‌گنجی داشته‌اند، استفاده شده است. به عبارتی، ملاک‌های درون‌گنجی برای فراتحلیل صورت گرفته عبارتند از:

(۱) موضوع پژوهش "مداخلات روانشناختی و خودکارآمدی در دانشجویان" باشد. (۲) پژوهش به صورت گروهی بوده باشد. یعنی مطالعات انفرادی، بررسی‌های مروری و همبستگی مورد پذیرش برای تحلیل نبودند. (۳) تحقیقات به صورت شبه‌آزمایشی باشند. (۴) از ابزارهای معتبر و مقیاس‌های دقیق که دارای روایی و اعتبار کافی بوده‌اند، استفاده کرده باشند.

ابزار مورد استفاده در این پژوهش، سیاهه واریسی تحلیل محتوا بود. از این سیاهه واریسی برای انتخاب پایان نامه‌ها، طرح‌های تحقیقاتی و مقالات پژوهشی دارای ملاک‌های ورود و استخراج اطلاعات لازم برای انجام فراتحلیل از محتوای آنها استفاده شد و سیاهه واریسی مذکور شامل مؤلفه‌های زیر بود: عنوان پژوهش‌های انجام شده، نام پژوهشگر، متغیر مورد بررسی، حجم نمونه، آماره مورد استفاده، میزان آماره و سطح معناداری بود.

فرا تحلیل‌گران با داشتن مقادیر میانگین، واریانس، انحراف معیار و آماره مورد استفاده گروه‌ها، قادر به محاسبه اندازه اثرند. اما رایج‌ترین شاخص‌ها d و r هستند که d برای تفاوت‌های گروهی و r برای مطالعات همبستگی به کار می‌برند (دلور ۱۳۹۷). بنابراین، با توجه به لیست تحقیقات مورد نظر و مراجعه به آنها، و با در نظر گرفتن معیارهای ذکر شده، ۳۴ مطالعه با ۳۴ اندازه اثر مورد تأیید قرار گرفتند، که لیست تفصیلی آنها همراه با اطلاعات توصیفی در جدول ۱ آمده است. محاسبات به صورت دستی انجام شده است. مراحل اجرای این فراتحلیل بر مبنای مراحل فراتحلیل هویت و کرامر (۲۰۰۵) انجام گرفته است (هویت و کرامر ۲۰۰۵؛ پاشا شریفی و همکاران ۱۳۸۸) و به شرح زیر می‌باشد که در پژوهش حاضر از آن استفاده شده است:

(۱) تعریف متغیرهای پژوهش (۲) جستجوی پایگاه‌های اطلاعاتی (۳) بررسی پژوهش‌ها (۴) محاسبه اندازه اثر برای

شده را استنتاج کرد و در رسیدن به نتایج کلی و کاربردی از آنها بهره جست (ایزنلو و حبیبی ۱۳۹۰). اصل اساسی و مهم در مطالعات مبتنی بر فراتحلیل، محاسبه اندازه اثر برای تحقیقات مجزا و برگرداندن آنها به یک ماتریس مشترک عمومی و ترکیب آنها برای دستیابی به میانگین تأثیر است. در فراتحلیل با داشتن آماره‌هایی مانند F ، T ، X می‌توان شاخص اندازه اثر مربوط به r را برآورد کرد (فراهانی و عریضی سامانی ۱۳۸۴). جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه پژوهش‌های چاپ شده نویسندگان ایرانی در مجلات علمی پژوهشی در داخل و خارج از کشور بودند که در بین سال‌های ۱۳۸۸-۱۴۰۰ در زمینه مداخلات روانشناختی بر خودکارآمدی دانشجویان در ایران انجام شده است که به لحاظ روش‌شناسی (فرضیه‌سازی، روش تحقیق، جامعه، هدف، حجم نمونه، روش نمونه‌گیری، ابزار اندازه‌گیری، روایی و اعتبار ابزار اندازه‌گیری، تحلیل آماری و صحیح بودن محاسبات آماری) شرایط لازم را داشتند، تشکیل دادند. در مجموع، ۳۴ مطالعه با ۳۴ اندازه اثر به عنوان نمونه مطالعه بررسی شدند.

ابزار

مهمترین مسئله در فراتحلیل جستجوی مطالعات در منابع مختلف است (فراهانی و عریضی سامانی ۱۳۸۴). منابع جستجوی در پژوهش حاضر عبارت بودند از مجلات علمی پژوهشی در حوزه روانشناسی، علوم تربیتی، پزشکی، بانک منابع اطلاعاتی جهاد دانشگاهی و مراکز اسناد ایران با مراجعه به سایت‌های sid.ir، [google scholar](http://google.com)، [magiran](http://magiran.com)، صفحه اختصاصی مجلات علمی پژوهشی. منابعی مورد استفاده و تحلیل قرار گرفتند که در ایران به بررسی تأثیر مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران پرداخته بودند و همچنین مقالاتی که پژوهشگران ایرانی در مجلات بین‌المللی خارج از کشور به چاپ رسانده بودند.

در فراتحلیل صورت گرفته، تمام پژوهش‌هایی که از لحاظ روش‌شناختی شرایط لازم را احراز کرده‌اند، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یعنی از همه منابعی که

خودکارآمدی در دانشجویان به شیوه هویت و کرامر (۲۰۰۵) در ایران (۱۳۸۸-۱۴۰۰) را نشان می‌دهد.

هر مطالعه (۵) ترکیب اندازه اثر مطالعات (۶) معناداری مطالعات ترکیب یافته. جدول ۱ سیاهه واریسی مطالعات فراتحلیل مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر

جدول ۱. سیاهه واریسی مطالعات فراتحلیل اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان) در بازه زمانی (۱۳۸۸-۱۴۰۰)

Table 1. Checklist of meta-analysis studies on the effectiveness of psychological interventions (psychological-educational) on self-efficacy in Iran (studied by students) in time efficiency (1388-1400)

ردیف	عنوان تحقیق	پژوهشگر	متغیر مورد بررسی	حجم نمونه	آماره مورد استفاده	میزان آماره	سطح معناداری اثر	اندازه اثر
۱	تأثیر آموزش برنامه مشاوره معنوی و امید درمانی بر خودکارآمدی مراقبت های تسکینی دانشجویان پرستاری دانشگاه آزاد ارومیه	رادمان و همکاران (۱۳۹۹)	خودکارآمدی بالینی	۶۱ نفر	آزمون t مستقل	۶/۶۳	۰/۰۲	۰/۵۴
۲	اثر آموزش مهارت حل مسئله ابداعی بر تفکر خلاق، تفکر انتقادی، تفکر علمی و خودکارآمدی دانشجویان علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی تبریز تحت شرایط بیوریتیم فکری متفاوت	ساکن آذری، هاشمیان و شریفی (۱۳۹۳)	خودکارآمدی عمومی	۱۲۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۷/۱۱۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۰
۳	بررسی اثربخشی آموزش مهارت های تصمیم گیری شغلی بر خودکارآمدی تصمیم گیری شغلی و بی تصمیمی شغلی دانشجویان	باوی، کریمی، شیرالی نیا و ایمانی (۱۳۸۸)	خودکارآمدی تصمیمی گیری شغلی	۳۶ نفر	تحلیل کوواریانس	۸/۸۹	۰/۰۰۵	۱/۱۹
۴	بررسی اثربخشی آموزش پردازش اطلاعات شناختی بر افزایش مؤلفه های خودکارآمدی حرفه ای دانشجویان	قیصرزاده و حسین پور (۱۳۸۹)	خودکارآمدی حرفه ای (بالینی)	۴۰ نفر	تحلیل کوواریانس چندمتغیری	۳۲/۳۷	۰/۰۰۱	۱/۰۹
۵	اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تنظیم شناختی هیجان و باورهای خودکارآمدی در دانشجویان دختر	گل محمدیان، رشیدی و پروانه (۱۳۹۷)	خودکارآمدی عمومی	۳۰ نفر	تحلیل آنکوا در متن مانکوا	۳۴/۵۱	۰/۰۰۱	۱/۳۵
۶	اثربخشی آموزش روانشناسی مثبت نگر و خوددلسوزی شناختی بر خودکارآمدی، فرسودگی و خودتنظیمی تحصیلی دانشجویان	عباسی، داودی، حیدری و بیرانی (۱۳۹۸)	خودکارآمدی تحصیلی	۴۵ نفر	تحلیل کوواریانس چندمتغیره	۹۰/۳۳	۰/۰۰۱	۱/۰۴
۷	نقش آموزش کارآفرینی در نگرش کارآفرینانه و باور خودکارآمدی عمومی دانشجویان	محسنی، موسوی و جمالی (۱۳۹۲)	خودکارآمدی عمومی	۳۰ نفر	آزمون t مستقل	۲/۹۲	۰/۰۰۴	۱/۳۵

۸	بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر شواهد بر خودکارآمدی دانشجویان پرستاری	حبیب زاده، خواجه علی، خلخال و محمدپور (۱۳۹۳)	خودکارآمدی عمومی	۴۸ نفر	من ویتنی	۰/۰۰۱	۰/۹۸
۹	تأثیر آموزش مهارت های ارتباط با بیمار به روش ایفای نقش بر خودکارآمدی دانشجویان پرستاری	کرباسی، خطیبان و سلطانیان (۱۳۹۷)	خودکارآمدی عمومی	۶۴ نفر	آزمون t مستقل	۷/۴۸	۰/۸۲
۱۰	تأثیر برنامه مداخله مبتنی بر عادات بهداشتی بر خودمراقبتی و خودکارآمدی دانشجویان پرستاری	طوافی، خرمی مارگانی و بقایی (۱۳۹۷)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	آزمون t زوجی	۱۱/۳۹	۰/۸۵
۱۱	تأثیر آموزش الکترونیکی تلفیقی بر یادگیری و خودکارآمدی دانشجویان پرستاری درس مراقبت های ویژه قلبی عروقی	معافیان، نوحی و عباس زاده (۱۳۹۳)	خودکارآمدی عمومی	۴۹ نفر	مقایسه میانگین ها	۰/۷۰	۰/۰۲
۱۲	بررسی اثربخشی آموزش راهبردهای موفقیت در دانشگاه بر خودکارآمدی و انگیزش تحصیلی دانشجویان	اخوان تفتی و کدخدایی (۱۳۹۶)	خودکارآمدی عمومی	۲۴ نفر	تحلیل کوواریانس چندمتغیری	۲۲/۴۳	۰/۰۰۰۱
۱۳	اثربخشی اجرای فرایند پرستاری به شیوه نقشه مفهومی با تلفن همراه بر خودکارآمدی دانشجویان پرستاری در کارورزی مراقبت ویژه	رنجبر دلیر، حسنوند، طولابی، ابراهیم زاده و گله دار (۱۳۹۷)	خودکارآمدی بالینی	۶۸ نفر	مقایسه میانگین ها	۰/۰۰۰۱	۱/۰۱
۱۴	مقایسه تأثیر آموزش مبتنی بر وب و راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی بر پیشرفت تحصیلی و خودکارآمدی دانشجویان پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی واحد پیشوا	حسینی، ترابی، شایان، اسماعیل پور و عاشوری (۱۳۹۴)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	تحلیل کوواریانس چندمتغیری	۹/۶۲۴	۰/۰۰۰۵
۱۵	تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر خودکارآمدی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان	خسروی و جهانگیری (۱۳۹۸)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	تحلیل کوواریانس یک راهه	۴۰/۴۰	۰/۰۰۰۱
۱۶	ارزیابی یک دوره آموزش رایانه و تأثیر آن بر خودکارآمدی و نگرش نسبت به فن آوری اطلاعات و ارتباطات در دانشجویان تربیت بدنی	محمدی (۱۳۹۸)	خودکارآمدی عمومی	۶۹ نفر	آنوایین گروهی	۴/۰۱	۰/۰۲۳
۱۷	تأثیر شناخت درمانی گروهی با رویکرد عرفانی بر کمال گرایی و خودکارآمدی دانشجویان	بیان فر (۱۳۹۸)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	آزمون کوواریانس	۵۵/۹۶	۰/۰۱

۱۸	اثر آموزش TRIZ بر تفکر خلاق، علمی، انتقادی، و خودکارآمدی دانشجویان دختر علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی تبریز	ساکن آذری، هاشمیان و پاشاشریفی (۱۳۹۴)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۴/۱۵	۰/۰۲	۰/۵۴
۱۹	اثربخشی مشاوره گروهی تحلیل ارتباط معاوره ای بر بهبود روابط بین فردی و خودکارآمدی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور یوکان	احمدی و پناه علی (۱۳۹۶)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۷/۷۷۰	۰/۰۰۷	۱/۳۵
۲۰	اثربخشی تمرینات ورزش مغزی بر نشانه های توجه و تمرکز، خودکارآمدی تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان	بیان فر و طباطبایی (۱۳۹۸)	خودکارآمدی تحصیلی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۴۲۹/۵۲۸	۰/۰۰۱	۱/۳۵
۲۱	اثربخشی آموزش مدیریت تغل بر افزایش خودکارآمدی و راهبردهای یادگیری و کاهش تغل ورزی و اجتناب از شکست	گلستانه، رفیعی و سادات حسینی (۱۳۹۵)	خودکارآمدی عمومی	۳۰ نفر	تحلیل واریانس درون آزمودنی	۳/۱۲	۰/۰۵	۰/۶۳
۲۲	اثربخشی آموزش از طریق تلفن همراه بر خلاقیت، خودبنداره و خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان رادیولوژی	علی آبادی، فلاحی، کماسی و برهیی (۱۳۹۷)	خودکارآمدی تحصیلی	۸۶ نفر	تحلیل کوواریانس تک متغیری	۹۴/۷۲	۰/۰۰۱	۰/۷۰
۲۳	مقایسه اثربخشی روش تدریس کار محور تعاملی و غیرتعاملی بر موانع روان شناختی یادگیری زبان خارجی (نگرش منفی و عدم خودکارآمدی) در کلاس های نامتجانس دانشگاهی	اکبرنجاج شوب، عباسی و میرزائیان (۱۳۹۹)	خودکارآمدی تحصیلی	۹۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۱۳۴/۲۴	۰/۰۰۰۱	۰/۸۵
۲۴	اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر سخت رویی روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان دختر پرستاری	آخوندی، کامیابی، صیادی و زین الدینی میمند (۱۳۹۹)	خودکارآمدی تحصیلی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۲۳/۹۸	۰/۰۰۱	۱/۳۵
۲۵	اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی بر اضطراب اجتماعی، خودکارآمدی اجتماعی و نشخوار فکری در دانشجویان با اختلال اضطراب اجتماعی	حیدریان فرد، بخشی پور و فرامرزی (۱۳۹۴)	خودکارآمدی اجتماعی	۱۶ نفر	تحلیل کوواریانس	۷/۱۶	۰/۰۱۹	۱/۴۲
۲۶	اثربخشی پذیرش و تعهد درمانی بر کاهش توجه متمرکز بر خود و بهبود باورهای خودکارآمدی اجتماعی	مهر دوست، نشاط دوست و عابدی (۱۳۹۲)	خودکارآمدی اجتماعی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۸۷/۹۰۳	۰/۰۰۱	۱/۳۵
۲۷	تأثیر فناوری آموزشی و راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی بر پیشرفت تحصیلی و خودکارآمدی دانشجویان کشاورزی دانشگاه پیام نور لرستان	صفری، قاسمی پور و طاهری (۱۳۹۶)	خودکارآمدی عمومی	۶۰ نفر	کروسکال-والیس	۴۱/۳	۰/۰۰۱	۰/۸۵

۲۸	بررسی تأثیر آموزش فنون مبتنی بر ذهن آگاهی بر خودکارآمدی بالینی دانشجویان پرستاری	سلیمانی و همکاران (۱۳۹۹)	خودکارآمدی بالینی	۴۶ نفر	مقایسه میانگین ها	۷۹/۹۲	۰/۰۰۱	۱/۰۱
۲۹	اثربخشی روانشناسی مثبت نگر بر انگیزش پیشرفت و خودکارآمدی بر دانشجویان ساکن خوابگاه	حسینی اردکانی (۱۳۹۹)	خودکارآمدی عمومی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس	۳۲/۴۳	۰/۰۰۲	۱/۳۵
۳۰	اثربخشی آموزش گروهی معنادهی به رنج بر بهزیستی روانشناختی و خودکارآمدی دانشجویان	طوسی، سدرپوشان و شایق (۱۳۹۴)	خودکارآمدی عمومی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس		۰/۰۵	۰/۶۳
۳۱	مقایسه اثربخشی راهبردهای آموزش فراشناخت و یادگیری مبتنی بر مسئله بر خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر	خامدی و همکاران (۱۴۰۰)	خودکارآمدی تحصیلی	۴۵ نفر	تحلیل کوواریانس چند متغیری	۴۱/۶۴	۰/۰۰۱	۱/۰۴
۳۲	اثربخشی هیپنوتراپی شناختی بر خودکارآمدی دانشجویان	وردیلو و جراره (۱۳۹۹)	خودکارآمدی عمومی	۱۴ نفر	تحلیل کوواریانس	۸/۴۵۹	۰/۰۱۶	۱/۵۸
۳۳	اثربخشی مداخلات چندبعدی انگیزشی - شناختی بر ارزش تکلیف، جهت گیری هدف تبحری و خودکارآمدی تحصیلی	اخلاقی و طالع پسند (۱۳۹۴)	خودکارآمدی تحصیلی	۳۴ نفر	آزمون t مستقل	-۳/۲۹۴	۰/۰۰۳	۱/۲۲
۳۴	تأثیر برنامه آموزش جرات ورزی بر احساس خودکارآمدی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان	ماهی گیر و حمدانی (۱۳۹۶)	خودکارآمدی تحصیلی	۳۰ نفر	تحلیل کوواریانس در متن مانکوا	۱۴/۰۲۷	۰/۰۰۱	۱/۳۵

یافته ها

از مجموع ۶۲ مطالعه، ۳۴ مطالعه شامل ۱۶۴۵ شرکت کننده معیارهای واجد شرایط بودن را داشتند. براساس یافته های بررسی شده، مطالعات به لحاظ تعداد مداخلات روانشناختی بر نوع خودکارآمدی، به این صورت است که خودکارآمدی عمومی با فراوانی ۱۹ و درصد ۵۵/۸۸، خودکارآمدی تحصیلی با فراوانی ۸ و درصد ۲۳/۵۲ و سایر ابعاد خودکارآمدی (بالینی، تصمیم گیری و اجتماعی) با فراوانی ۷ و درصد ۲۰/۵۸ است.

در این بخش، براساس داده های ارائه شده در گزارش هر یک از پژوهش های موردنظر، به محاسبه اندازه اثر الگوهای درمانی پرداخته شد. به همین منظور، اندازه اثر

جدول ۱، سیاهه واری مطالعات فرا تحلیل اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان) را نشان می دهد. مطالعات مورد تأیید براساس ملاک های ورود و خروج مشخص شدند و سپس مجموعاً ۳۴ مطالعه مورد تأیید قرار گرفت. براساس نوع تحلیل آماری، تعداد ۲۴ مطالعه و درصد ۷۰/۵۸ با بیشترین فراوانی از تحلیل کوواریانس، آزمون t مستقل در ۴ مطالعه با ۱۱/۷۶ درصد، مقایسه میانگین ها در ۳ مطالعه با ۸/۸۲ درصد، آماره من ویتنی در ۱ مطالعه با ۲/۹۴ درصد، آماره t زوجی در ۱ مطالعه با ۲/۹۴ و آزمون کروسکال والیس نیز در ۱ مطالعه با ۲/۹۴ درصد استفاده کردند.

$$z = \frac{\sum z}{\sqrt{n}}$$

طبق مراحل فراتحلیل هویت و کرامر (۲۰۰۵) محاسبه شد و سپس با تبدیل هر r اثر به ZI ، محاسبه متوسط آنها و سرانجام تبدیل مجدد آن به حجم اثر، همه مطالعات ترکیب شدند. فرمول ها بدین شرحند:

$$r = \frac{z}{\sqrt{n}}$$

$$d = \frac{\sum d}{n}$$

جدول ۲، نتایج کلی فراتحلیل اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان) را نشان می دهد.

جدول ۲. نتایج کلی فراتحلیل اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان)
Table 2. General results of meta-analysis of the effectiveness of psychological interventions (psychological-educational) on self-efficacy in Iran (Student case study)

پژوهش	سطح معناداری	تبدیل سطح معناداری به Z	r	کوهن d	تبدیل r به ZI
۱	۰/۰۲	۲/۰۵۴	۰/۲۶	۰/۵۴	۰/۲۶۶
۲	۰/۰۰۰۱	۳/۷۱۹	۰/۳۳	۰/۷۰	۰/۳۴۳
۳	۰/۰۰۰۵	۳/۰۹۰	۰/۵۱	۱/۱۹	۰/۵۶۳
۴	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۴۸	۱/۰۹	۰/۵۲۳
۵	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۶	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۴۶	۱/۰۴	۰/۴۹۷
۷	۰/۰۰۴	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۸	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۴۴	۰/۹۸	۰/۴۷۲
۹	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۳۸	۰/۸۲	۰/۴۰۰
۱۰	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۳۹	۰/۸۵	۰/۴۱۲
۱۱	۰/۷۰	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۲۰
۱۲	۰/۰۰۰۱	۳/۷۱۹	۰/۷۵	۲/۲۷	۰/۹۷۳
۱۳	۰/۰۰۰۱	۳/۷۱۹	۰/۴۵	۱/۰۱	۰/۴۸۵
۱۴	۰/۰۰۰۵	۳/۷۱۹	۰/۴۸	۱/۰۹	۰/۵۲۳
۱۵	۰/۰۰۰۱	۳/۷۱۹	۰/۴۸	۱/۰۹	۰/۵۲۳
۱۶	۰/۰۲۳	۲/۰۵۴	۰/۲۴	۰/۴۹	۰/۲۴۵
۱۷	۰/۰۱	۲/۳۲۶	۰/۳۰	۰/۶۳	۰/۳۱۰
۱۸	۰/۰۲	۲/۰۵۴	۰/۲۶	۰/۵۴	۰/۲۶۶
۱۹	۰/۰۰۷	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۲۰	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۲۱	۰/۰۵	۱/۶۴۵	۰/۳۰	۰/۶۳	۰/۳۱۰
۲۲	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۳۳	۰/۷۰	۰/۳۴۳
۲۳	۰/۰۰۰۱	۳/۷۱۹	۰/۳۹	۰/۸۵	۰/۴۱۲
۲۴	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۲۵	۰/۰۱۹	۲/۳۲۶	۰/۵۸	۱/۴۲	۰/۶۶۳
۲۶	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۵۶	۱/۳۵	۰/۶۳۳
۲۷	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۳۹	۰/۸۵	۰/۴۱۲
۲۸	۰/۰۰۱	۳/۰۹۰	۰/۴۵	۱/۰۱	۰/۴۸۵

۰/۶۳۳	۱/۳۵	۰/۵۶	۳/۰۹۰	۰/۰۰۲	۲۹
۰/۳۱۰	۰/۶۳	۰/۳۰	۱/۶۴۵	۰/۰۵	۳۰
۰/۴۹۷	۱/۰۴	۰/۴۶	۳/۰۹۰	۰/۰۰۱	۳۱
۰/۷۲۵	۱/۵۸	۰/۶۲	۲/۳۲۶	۰/۰۱۶	۳۲
۰/۵۷۶	۱/۲۲	۰/۵۲	۳/۰۹۰	۰/۰۰۳	۳۳
۰/۶۳۳	۱/۳۵	۰/۵۶	۳/۰۹۰	۰/۰۰۱	۳۴

متعدد به صورت حجم اثر مرکب واحد است. شیوه این کار، محاسبه متوسط حجم اثرها است. جدول ۳ ترکیب نتایج حجم اثرهای مطالعات بررسی شده را نشان می‌دهد.

جدول ۲ مقدار سطح معناداری، Z ، t ، d کوهن و ZI فیشر را برای هر یک از مطالعات را نشان می‌دهد. مهم‌ترین هدف فراتحلیل، ترکیب کردن یافته‌های مطالعات

جدول ۳. ترکیب نتایج حجم اثرهای مطالعات اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان)

Table 3) Combining the results of the volume of the effects of studies on the effectiveness of psychological interventions (psychological-educational) on self-efficacy in Iran (student case study)

تعداد اندازه اثر	مقادیر کلی ZI (فیشر)	اندازه اثر کلی مطالعه
۳۴	۱۶/۵۸	۰/۴۸

براساس نتایج به دست آمده از جدول ۳، میانگین اندازه اثر به دست آمده از مطالعات برابر با ۰/۴۸ به دست آمد. جدول ۴، معناداری مطالعات ترکیب یافته را نشان می‌دهد.

جدول ۴. معناداری مطالعات ترکیب یافته اثربخشی

Table 4. Significance of combined effectiveness studies

تعداد مطالعات	مقادیر کلی Z	متوسط مقادیر Z	معناداری ترکیب یافته
۳۴	۹۷/۴۱	۱۶/۷۰	۰/۰۰۰۰۱

اثر $ES = ۰/۵۱$ و بعد عمومی با اندازه اثر $ES = ۰/۴۵$ است.

بحث

فرا تحلیل با یکپارچه کردن نتایج حاصل از پژوهش‌های مختلف که روی نمونه‌های متعددی اجرا شده‌اند، دیدگاه جامع‌تری از اثر متغیرهای مختلف به دست می‌دهد. در واقع با در کنار هم قرار دادن نتایج حاصل از انجام پژوهش‌ها، نمونه‌ای از یک جامعه و افراد مختلف را مورد بررسی قرار می‌دهد. چنین یافته‌هایی در جوامعی همچون جامعه ایران که گوناگونی بیشتری را دارد مهم‌تر است، چرا که این گوناگونی، تفاوت‌های بیشتری را به همراه دارد

براساس نتایج به دست آمده از جدول ۴، سطح معناداری ترکیبی مطالعات صورت گرفته شده برابر با $(P < ۰,۰۰۰۰۱)$ به دست آمد که نشان‌دهنده معنادار بودن مجموع اندازه اثر مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی (مورد مطالعه دانشجویان) در ایران است. تفسیر نتایج براساس اندازه اثر d کوهن حاضر برابر با ۰/۴۸ به دست آمد که براساس نتایج جدول تفسیر d کوهن، میزان اندازه اثر متوسط می‌باشد که معنادار است $(P < ۰/۰۰۰۰۱)$. همچنین مداخلات روانشناختی به ترتیب بیشترین اندازه اثر به لحاظ ابعاد خودکارآمدی، در بعد تحصیلی با $ES = ۰/۵۲$ ، سایر ابعاد خودکارآمدی با اندازه

($P=0/01$) به دست آمد که براساس تفسیر جدول کوهن حکایت از اثربخشی بسیار بالای مداخلات روانی بر خودکارآمدی است.

مطالعه ای دیگری توسط چیپوجولا و همکاران (۲۰۲۰)، به منظور بررسی اثربخشی مداخلات آموزشی مبتنی بر نظریه بر خودکارآمدی شیردهی و تغذیه انحصاری با شیر مادر در قالب یک مرور سیستماتیک و فراتحلیل انجام شد. از پایگاه‌های داده الکترونیکی برای شناسایی کارآزمایی‌های تصادفی کنترل شده منتشر شده استفاده کردند. در مجموع ۲۴ کارآزمایی تصادفی کنترل شده مشخص شد و ۵۶۷۸ مادر شرکت داشتند. نتیجه به دست آمده نشان داد که مداخلات آموزشی در شش ماه پس از زایمان در افزایش خودکارآمدی به صورت کلی دارای اندازه اثر بالایی با فاصله اطمینان ۰/۹۵ است.

پرستویچ و همکاران (۲۰۱۳)؛ مطالعه ای با هدف بررسی فراتحلیل این موضوع که چگونه می توان خودکارآمدی را افزایش داد، انجام دادند. این مطالعه به شناسایی مطالعات مؤثرترین تکنیک های تغییر رفتار برای ارتقای خودکارآمدی رژیم غذایی به طور سیستماتیک پرداخته است. به طور سیستماتیک در پایگاه اطلاعاتی EMBASE، MEDLINE و PSYCHINFO بررسی‌ها صورت گرفت. اندازه اثر برای تأثیرات مداخلات روانشناختی بر خودکارآمدی بالا به دست آمد. از بین مداخلات روانشناختی، مداخلات مبتنی بر کنترل استرس به طور مداوم با اثرات خودکارآمدی بیشتر همراه است. شواهد ضعیف برای مداخلات رفتاری بود.

ویلیامز و فرنچ (۲۰۱۱) مطالعه‌ای با هدف بررسی میزان تأثیرگذاری مداخلات اثربخشی روانشناختی بر تغییر در فعالیت فیزیکی و خودکارآمدی انجام دادند. براساس جستجوی سیستماتیک، ۲۷ مطالعه، حائز ملاک های درون گنجی برای فراتحلیل بودند. نتایج به دست آمده حاکی از اندازه اثر کوچک ولی در عین حال معنی دارد. با افزایش خودکارآمدی، افزایش در میزان فعالیت فیزیکی افراد به دست آمد. این مقاله، در مجموع پیشنهاد می کند در رشته

و به ناچار باید اطلاعات متعددی را از نمونه‌های مختلف این جامعه در دست داشت تا با یکپارچه کردن این اطلاعات، شباهت‌ها را به دست آورد و با تفاوت‌ها به طرز مناسبی برخورد کرد. به بیان دیگر، روش فراتحلیل به پژوهشگر این امکان را می‌دهد که با مقایسه پژوهش‌ها با یک روش، به شناختی بیشتر از پدیده‌ها برسد، زیرا با ترکیب مطالعات انجام شده نتیجه‌گیری کلی حاصل می‌شود (رشیدی، فرامرزی و شمسی ۱۳۹۹). یافتن و تعمیم نتایج مطالعات مختلف در حیطه مداخلات مطالعات اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان) از اهمیت زیادی برخوردار است که این پژوهش در پی انجام آن است. مطالعه حاضر میزان اندازه اثر را ۰/۴۸ برآورد کرده که در ارزیابی تفسیری کوهن، نشان دهنده اندازه اثر متوسط است و معنادار نیز می‌باشد. بنابراین، فراتحلیل صورت گرفته، تأییدی بر نتایج مطالعاتی است که با هدف اثربخشی مداخلات روانشناختی (روانی - آموزشی) بر خودکارآمدی در ایران (مورد مطالعه دانشجویان) طراحی شده است. نتایج به دست آمده فراتحلیل حاضر با یافته های آمینودین و همکاران (۲۰۲۱)؛ چیپوجولا و همکاران (۲۰۲۰)؛ مک آرتور و مون (۲۰۱۵)؛ پرستویچ و همکاران (۲۰۱۳)؛ ویلیامز و فرنچ (۲۰۱۱)؛ همراستا می باشد.

مطالعه‌ای توسط آمینودین و همکاران (۲۰۲۱)، با بررسی شواهد و تعیین اثربخشی مداخلات خودمدیریتی مبتنی بر تلفن های هوشمند بر خودکارآمدی، فعالیت های مراقبت از خود و کیفیت زندگی در بیماران با دیابت دو به صورت فراتحلیل انجام گرفت. جستجوی سیستماتیک در پنج پایگاه داده (COCHRAN، CINHALL، SCOPUS، PUBMED، EMBASE) انجام شد. مطالعات منتشر شده به زبان انگلیسی از ژانویه ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۸ مورد توجه قرار گرفت. در مجموع ۲۶ مقاله، با ۲۶۴۵ شرکت کننده در این بررسی گنجانده شد. نتایج حاصل از متاآنالیز نشان داد اندازه اثر به دست آمده برابر با $ES=0/98$ در سطح

یادگیرندگان با بکارگیری این راهبردها به توانایی های خود بیشتر اعتماد می کنند که این موضوع باعث افزایش خودکارآمدی در آنها می شود (حسینی و همکاران ۱۳۹۴).

نتیجه گیری

در پایان، توجه به زمینه های فرهنگی در جوامع مختلف می تواند در اثربخشی رویکردهای درمانی گوناگون مؤثر باشد. یکی از ویژگی های بارز فراتحلیل این است که امکان مقایسه کارایی الگوهای درمانی مختلف را در بافت های فرهنگی مختلف فراهم می کند. به هر حال، بکارگیری رویکردهای درمانی مختلف در درمان مشکلات امری بدیهی است اما آنچه بهتر است مورد توجه قرار بگیرد، میزان موفقیت اعمال الگوی درمانی مورد نظر در رفع مشکل مطرح شده است.

پیشنهادات

در راستای نتایج پژوهش حاضر، پیشنهاد می گردد درمانگران جهت ارتقای خودکارآمدی از روش های روانشناختی اثبات شده استفاده نمایند. از سویی دیگر نیاز به انجام مطالعات تکمیلی و ترکیب یافته های حاصل از این مطالعات احساس و ادراک می شود و مطالعه حاضر برای رفع این نیاز انجام شده است. با این حال، تحقیقات بیشتری در مورد میزان اثربخشی و تداوم اثرات درمان های روانشناختی با تأکید بر تغییرات زیست شناختی نیاز است و محققان باید به صورت علمی و متمرکز به این مسائل هم بپردازند. همچنین، پیشنهاد می گردد فراتحلیل ها و مطالعات مروری بیشتری در خصوص این که آیا در بین خود مداخلات روانشناختی (درمان شناختی رفتاری، درمان پذیرش و تعهد، درمان رفتاری و ...) تفاوت معناداری وجود دارد یا نه، انجام گیرد.

نتایج این فراتحلیل برای تجزیه و تحلیل اثرات بلندمدت دارای تعمیم پذیری محدودی است زیرا تنها برخی از مطالعات، داده های پیگیر قابل استفاده را در دوره

های ورزشی، از تکنیک های روانشناختی برای تغییر خودکارآمدی و فعالیت فیزیکی استفاده شود.

خودکارآمدی یک متغیر شخصی کلیدی در نظریه شناختی اجتماعی بندورا (SCT) است که به عنوان اعتقاد فرد به توانایی خود در سازماندهی و اجرای اقدامات برای تولید دستاوردها و نتایج مطلوب تعریف شده است (بندورا ۱۹۹۷). خودکارآمدی به جای ارزیابی موفقیت های گذشته یا قضاوت در مورد انتظارات ناشی از خودکارآمدی، به باورهای مربوط به قابلیت ها اشاره دارد (بندورا ۲۰۰۶). افراد با خودکارآمدی بالا استقامت بیشتری از خود نشان می دهند و در شرایط استرس زا بهتر از افراد با خودکارآمدی پایین عمل می کنند (بندورا ۱۹۷۷، ۲۰۰۶). خودکارآمدی با پیشرفت تحصیلی، پشتکار در کار، انگیزه و تاب آوری ارتباط دارد (شانک ۱۹۸۴، بندورا ۱۹۸۶؛ مولتون و همکاران ۱۹۹۱؛ کوماراجو و نادلر ۲۰۱۳). روش های آموزشی همچون ایفای نقش به دانشجویان کمک می کند تا بدون اضطراب و با اعتماد به نفس عمل کنند و بازخورد بگیرند که به افزایش خودکارآمدی دانشجویان منجر می شود (کرباسی، خطیبیان و سلطانیان ۱۳۹۸). یادگیرندگانی که خودکارآمدی بالایی دارند از نظر تحصیلی قادر به پیشرفت هستند، تکانه های خود را کنترل می کنند، برای حل مشکلات مصمم هستند و بر پیشرفت شان نظارت دارند (کوماراجو، نادلر ۲۰۱۳). میزان خودکارآمدی هنگامی افزایش می یابد که یادگیرندگان به صورت فعال محیط درونی و بیرونی خود را مدیریت کرده، برنامه ای مشخص برای مطالعه و مرور داشته باشند، سطح تلاش مورد نیاز را تخمین بزنند، بر روی پیشرفت متمرکز باشند و منابع حمایتی را شناسایی کنند (پینتریچ ۲۰۰۴؛ به نقل از اخوان تفتی و کدخدایی ۱۳۹۶). همچنین آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی نیز در افزایش خودکارآمدی مؤثر می باشند. با کمک این راهبردها افراد می توانند از راهکارها و راهبردهای مناسبی برای یادگیری و مطالعه استفاده کنند، تکالیف یادگیری را می توانند انجام دهند و انگیزه شان برای یادگیری افزایش دهند. بنابراین

Akhavan tafti M, Kadkhodaie M. The effect of Success Strategies Instruction on Self-efficacy and Academic Motivation of Students in university . RME. 2017; 9 (1) :66-58 URL: <http://rme.gums.ac.ir/article-1-385-fa.html>

Akhlaqi, M., Talepasand, S. (2015). The Effectiveness of Multidimensional Motivational-Cognitive Interventions on Task Value, Mastery Goal Orientation and Academic Self-efficiency. *Educational Psychology*, 11(36), 111-129.

akhondi M, kamiabi M, sayadi A, zeinadini Z. The effectiveness of mindfulness training on psychological hardship and academic self-efficacy of nursing students. 3 JNE. 2020; 9 (4) :1-10 URL: <http://jne.ir/article-1-1157-fa.html>.

Aliabadi K, Falahi M, Komasi M, Beraihi F. Effectiveness of Mobile Phone Education on Creativity, Self-Concept and Self-Efficacy of Radiology Students. *Educ Strategy Med Sci*. 2018; 11 (3) :53-63 URL: <http://edcbmj.ir/article-1-1362-en.html>.

Aliverdilou, M., Jarareh, J. (2020). The Effectiveness of Cognitive Hypnotherapy on Students' Self-Efficacy. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology*, 15(57), 7-16.

Amini, S & Samani, S. 2021. Causal Modeling of Student Social Support, Academic Skills and Academic Self-efficacy. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 1-22.

Bandura A. Guide for constructing self-efficacy scales. In: Pajares F, Urduan TC, editors. *Self-efficacy beliefs of adolescents*. 5. Greenwich (CT): Information Age; 2006. pp. 307-37.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York, NY: Freeman.

Bandura, A. 1997. Self-efficacy: insights. *Harvard mental health letter. Soc Behav Personal*, 13, 4-8.

Bandura A (1977) Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 84, 191-215.

های زمانی مختلف گزارش کردند. در عین حال، به دلیل اینکه تنوع زیادی در انواع مداخلات روانشناختی مورد بررسی در فراتحلیل حاضر وجود دارد، پیشنهاد می‌گردد مکانیسم‌های عمومی تغییر با یک مطالعه تحلیل محتوا و یا بررسی مروری انجام گردد. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به نبود بانک اطلاعاتی مسنجم که مانع سهولت دستیابی به مقاله‌ها و پایان‌نامه‌های گوناگون در سراسر کشور است، اشاره کرد.

References

Abbasi, M., Davoodi, H., Heydari, H., Pirani, Z. (2019). The Effectiveness of Positive Psychology Training and Cognitive Self-Compassion on Students' Self-efficacy, Burnout, and Academic Self-Regulation. *medical journal of mashhad university of medical sciences*, 62(4), 1649-1660. doi: 10.22038/mjms.2019.14260.

Abood, M. H., Alharbi, B. H., Mhaidat, F. & Gazo, A. M. 2020. The Relationship between Personality Traits, Academic Self-Efficacy and Academic Adaptation among University Students in Jordan. *International Journal of Higher Education*, 9, 120-128.

Ahmadi, S., & Panahali, A. (2017). The effect of group counseling analysis of transactional relationships On the improving of interpersonal and self-efficacy in female and male students of Boukan PNU. *WOMAN & STUDY OF FAMILY*, 10(37), 7-24. <https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=652702>.

Akbar N, abasi G, mirzayian B. The Comparison Of The Effectiveness Between Task-Based Interactive Language Teaching (TBILT) And Task-Based Language Teaching (TBLT) on Psychological Learning Barriers (Attitudinal & Academic Self-Efficacy) In Heterogeneous University Classes. *Educ Strategy Med Sci*. 2020; 13 (2) :117-124

URL: <http://edcbmj.ir/article-1-2021-fa.html>.

- Farahani H, Oreyzi H. *Advanced Methods in Humanities*: Isfahan: University Jihad, Isfahan Branch. 2005.
- Fathi, J., Samadi, M., Norouzzadeh, S., Saharkhiz-arbani, A. Investigating the relationship between self-efficacy, self-image and job burnout of Iranian English teachers: A structural equation model approach. *Linguistics*, 2021.
- Fazltoosi A, Sedrpoushan N, Reza SM. (2015). The effectiveness of meaningful group training on suffering on students' psychological well-being and self-efficacy. The 2th Scientific Research Conference on Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Dangers in Iran.
- Foolad-chang & Hasan-Niya. The effectiveness of emotion regulation training on happiness and self-efficacy of women heads of households. *Journal of Women and Society*. 2015. 5, 89-106.
- Gheysarzadeh, n., & Hosseinpour, m. (2011). investigation of the effectiveness of cognitive information processing training on professional self-efficacy among dimensions behbahan university students. *journal of social psychology (new findings in psychology)*, 5(17), 111-124. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=218094>.
- Golestaneh, s., & Rafiei, m., & Hoseini, f. (2016). the Effectiveness of procrastination management training on the enhancement of self-efficacy and learning strategies, and reduction of procrastination and avoidance of failure. *contemporary psychology*, 11(1 (21)), 75-90. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=546209>.
- Golmahammadian, M., rashidi, A., parvaneh, A. (2018). Effectiveness of Training based on Acceptance and Commitment on cognitive emotion regulation and beliefs efficacy in the Female students. *Educational Psychology*, 14(47), 1-23. doi: 10.22054/jep.2018.22533.1831.
- Habibzadeh, h., & Khajeali, n., & Khalkhali, h., & Mohammadpour, y. (2015). Effect of evidence-based education
- Bavi, s., & Karemi, j., & Sheralinea, k., & Emani, m. (2010). The effect of career decision skills training on career decision making self efficacy, career indecisiony on group of ahvaz azad university students. *journal of social psychology (new findings in psychology)*, 5(13), 53-65. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=200275>.
- Bayanfar, F. (2019). The Effectiveness of Mystically Based Cognitive-Behavior on Negative Perfectionism and Self-Efficacy of University Student. *Islamic Mysticism*, 16(61), 123-148.
- Bayanfar, F., Tabatabaee, S. (2019). The Effectiveness of Brain Gym in Increasing Academic Self-Efficacy, Academic performance and reduction concentration and attention defect of university student. *Scientific Journal Of Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 6(1), 45-54. doi: 10.30473/fmss.2019.42812.1848.
- Bayanfar, F. (2019). The effect of group cognitive therapy with a mystical approach on students' perfectionism and self-efficacy. *Islamic mysticism*. 16.123-148.
- Besharat, M. 2007. Construction and validation of Tehran Multidimensional Perfectionism Scale.
- Delavar A. *Theoretical and Practical Principles of Research in the Humanities and Social Sciences*: Roshd, Tehran. 2018.
- Doroudiyan, Maddahi, Khalatbari, Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral therapy and acceptance and commitment therapy on emotional regulation and self-efficacy of women with social anxiety *Cultural and Educational Quarterly of Women and Family*. 2018. 13. 108-89.
- Ezanloo B, habibi M. (2011) Application of meta-analysis in social and behavioral science: a review of advantages, disadvantages, and methodological issues. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-187-en.html>. *Journal of Research in Behavioural Sciences*.; 9(1):0-.

- demographic characteristics in nursing students. *iran journal of nursing*, 33, 45-57.
- Karbasi F, Khatiban M, Soltanian A. The Effects of Teaching the Communication Skills to Patients Through Role-Playing Method on Nursing Students' Self-Efficacy. *Avicenna J Nurs Midwifery Care*. 2019; 26 (6):357-365 URL: <http://nmj.umsha.ac.ir/article-1-1866-en.html>.
- Khamed S, Entesar founany G. Comparison of the Effectiveness of “Metacognitive Teaching Strategies” and” Problem-Based Learning” on the Academic Self-Efficacy of Psychology Students of Abhar Azad University. *JHPM*. 2021; 10 (2) :64-75 URL: <http://jhpm.ir/article-1-1113-fa.html>.
- Khosravi, R., jahangiri, M. (2019). The Effects of Social Skills Training on Self-Efficacy of Students in Farhangian University. *Journal of higher education curriculum studies*, 10(19), 65-87.
- Komarraju M, Nadler D. Self-efficacy and academic achievement: why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter? *Learn Individ Differ*. 2013;25:67–72.
- Komarraju, M., & Nadler, D. (2013). Self-efficacy and academic achievement: Why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter? *Learning and Individual Differences*, 25, 67–72. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2013.01.005>.
- Mafyan F, Nouhi E, Abbaszadeh A. Effect of blended electronic education on learning and self-efficiency in nursing students in the cardiovascular intensive care courses. *3 JNE*. 2014; 3 (3) :42-49 URL: <http://jne.ir/article-1-361-fa.html>.
- Mahdavi rad, H, Farzad, A. 2020. Structural model of academic performance based on achievement goals, academic self-efficacy mediated by cognitive strategies in high school students.
- Mahigir, F., Hamedani, M. (2017). The impact of assertiveness training program on improvement of academic self-efficacy, and psychological well-being of female on nursing students' self-efficacy. *strides in development of medical education*, 11(4), 500-507. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=556350>.
- Harris, c. a., Miller, s. p. & Mercer, c. d. 1995. Teaching initial multiplication skills to students with disabilities in general education classrooms. *learning disabilities research & practice*.
- Haziqah Binte Aminuddina Nana Jiao Ying Jianga Jingfang Hongb (2021). Effectiveness of smartphone-based self-management interventions on self-efficacy, self-care activities, health-related quality of life and clinical outcomes in patients with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies* Volume 116, April 2021, 103286.
- Heidarian Fard, Z., Bakhshipour, B., Faramarzi, M. (2016). The Effectiveness of Group Cognitive-behavioral Therapy on Social Anxiety, Social Self-efficacy and Rumination. *Clinical Psychology Studies*, 6(21), 152-172. doi: 10.22054/jcps.2016.2388.
- Hoseyni, T., Torabi, S., Shayan, N., Ismaeel Poor, M., Ashoori, J. (2015). Comparing the effects of web-based teaching and cognitive and metacognitive learning strategies on nursing students' academic achievement and self-efficacy, Islamic Azad University, Pishva Branch. *Interdisciplinary Journal of Virtual Learning in Medical Sciences*, 6(2), 1-10.
- Howitt D, & Cramer, D. *Introduction to Statistics in Psychology* (H. Pasha Sharifi, J. najafizadeh, M. Mirhashemi, D. Manavipour, & N. Sharifi, Trans. 2005.
- Husseini Ardakani A. The Effectiveness of Positive Psychology on Achievement Motivation and Self-efficacy on Students Living in Dormitories. *JNIP*. 2020; 4 (8) :1-12 URL: <http://jnip.ir/article-1-266-fa.html>
- Inanlou, m., Baha, r., Seyedfatemi, n., Fadaee aghdam, n. & Basirinezhad, m. h. 2020. Self-efficacy and the related

- Radman E, Rezaee M, Baljani E. The Effect of Spiritual Counseling and Hope Therapy Training on Palliative Care Self-efficacy of Nursing Students of Urmia Azad University.. *Avicenna J Nurs Midwifery Care*. 2021; 29 (1) :45-52 URL: <http://nmj.umsha.ac.ir/article-1-2149-en.html>
- Ranjbar-Delbar M, Hasanvand S, Toulabi T, Ebrahimzadeh F, Galehdar N. The Effectiveness of Nursing Process Implementation with Concept Mapping via Mobile Phone on Nursing Student Self-Efficacy in Critical Care Course. *RME*. 2018; 10 (4) :3-11 URL: <http://rme.gums.ac.ir/article-1-698-fa.html>.
- Rashidi A, Faramarzi S, Shamsi A. Meta-analysis of the effect of psychological nervous interventions on improving academic performance in students with specific learning disabilities. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020; 6 (6) :125-140 URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-708-fa.html>.
- Rezaei, A & Geibat, A. The effectiveness of courage training on reducing social anxiety and increasing self-esteem and self-efficacy in female students, applied research in educational psychology. 2015.
- Roselyn Chipojola abHsiao-Yean Chiua Mega Hasanul Hudaa Yen-Miao Lina Shu-Yu Kuoa (2020). Effectiveness of theory-based educational interventions on breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies* Volume 109, September 2020, 103675.
- Safari, n., & Ghasemi pour, m., & Taheri, z. (2017). The effect of educational technology-based teaching, cognitive and metacognitive learning strategies on agriculture students academic achievement and self-efficacy at lorestan payame noor university, iran. *journal of agricultural education administration research*, -(41), 3-15. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=553244>
- students. *Journal of Excellence in counseling and psychotherapy*, 6(21), 1-9.
- Malkoç, a. & Kesen mutlu, a. 2018. Academic self-efficacy and academic procrastination: exploring the mediating role of academic motivation in turkish university students.
- Mehrdooost, z., & Neshatdooost, h., & Abedi, a. (2013). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on the decrease of self-focused attention and improving self-efficacy. *journal of psychological models and methods*, 3(11), 67-81. <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=365405>.
- Mohammadi, s. (2020). evaluation a course computer and its effect on self-efficacy and attitudes toward information technology and communications for physical education students. *sport management and development*, 8(4 (20)), 161-175: <https://www.sid.ir/en/journal/viewpaper.aspx?id=750372>.
- Mohseni A, Mousavi S H, Jamali M. The role of entrepreneurship training on students' entrepreneurial attitude and general self-efficiency beliefs. *IRPHE*. 2013; 19 (3) :63-80. URL: <http://journal.irphe.ac.ir/article-1-2049-fa.html>.
- Multon KD, Brown SD, Lent RW. Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: a meta-analytic investigation. *J Couns Psychol*. 1991;38:30-38.
- Pajares, F. 2003. Self-efficacy beliefs, motivation, and achievement in writing: A review of the literature. *Reading & Writing Quarterly*, 19, 139-158.
- Penrose, a., Perry, c. & Ball, i. 2007. emotional intelligence and teacher self efficacy: the contribution of teacher status and length of experience. *issues in educational research*, 17, 107-126.
- Prestwich A, Kellar I, Parker R, MacRae S, Learmonth M, Sykes B, Taylor N, Castle H. How can self-efficacy be increased? Meta-analysis of dietary interventions. *Health Psychol Rev*. 2014;8(3):270-85. doi: 10.1080/17437199.2013.813729. Epub 2013 Jul 15. PMID: 25053214.

- Shokoohi-yekta, m., Motamed yeganeh, n. & shakeri, a. 2021. the effectiveness of psychosocial skills training package on happiness and general self-efficacy of tehran bus company's drivers. *journal of psychological science*, 161-170.
- S. I. Williams and d. p. French (2011). What are the most effective intervention techniques for changing physical activity self-efficacy and physical activity behavior—and are they the same? *Health education research*. vol.26 no.2 2011 pages 308–322.
- soleimani F. The Effect of Mindfulness-based Education on Nursing Students' Clinical Self-efficacy. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*. 2021; 9 (4) :823-831 URL: <http://jcnm.skums.ac.ir/article-1-1270-fa.html>.
- Tavafi M, khorami markani A, Baghaei R. The Effect of Health Habit-based Intervention Program on Self-care and Self-efficacy of Nursing Students. *JHPM*. 2019; 7 (6) :53-61 URL: <http://jhpm.ir/article-1-978-fa.html>.
- Yokoyama, s. 2019. Academic self-efficacy and academic performance in online learning: a mini review. *frontiers in psychology*, 9, 2794.
- Schunk DH. Self-efficacy perspective on achievement behavior. *Educ Psychol*. 1984;19:48–58.
- Singh, s. k., Pradhan, r. k., Panigrahy, n. p. & Jena, l. k. 2019. Self-efficacy and workplace well-being: moderating role of sustainability practices. *benchmarking: an international journal*.
- Sajad khodai, h. v., Firoozeh ghazanfari 2021. A comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral training versus acceptance and commitment training in academic self-efficacy and social anxiety syndrome of medical students. *jundishapur education development journal*.
- Saken Azari, R., Hashemian, K., Sharifi, H. (2014). The effect of TRIZ instruction on creative thinking, critical thinking, scientific thinking, and self efficacy of students of humanities at the Islamic Azad University, Tabriz branch, under different intellectual biorhythms. *Journal of Instruction and Evaluation*, 7(27), 7-22.
- Salehi-Moghddam, N., Hatami, M., Ahadi, & et al. The effectiveness of dialectical behavior therapy on self-efficacy, eating-related lifestyle and body mass index in overweight people. *Thought and Behavior in Clinical Psychology*. 2020, 15, 47-56.