



ORIGINAL ARTICLE

Received: 2019/12/17

Accepted: 2020/02/18

**Evaluation of the Effect of Cognitive Bias Modification and Mental Imagery on Visual and Verbal Memory**

**Vidasadat Razavi Nematollahi(Ph.D.)<sup>1</sup>, Maryam Ashab Sofeh(Ph.D.)<sup>2</sup>, Mahshid Tajrobehkar(Ph.D.)<sup>3</sup>, Zahra Zeinaddiny meimand(Ph.D.)<sup>4</sup>**

1. Corresponding Author : Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch , Islamic Azad University, Kerman, Iran. Email: vidarazavi2010@yahoo.com Tel: 09131957929

2. PhD , Student of Educational Psychology, Kerman Islamic Azad University, Kerman, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Bahonar University, Kerman, Iran.

4. Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

**Abstract**

**Introduction:** The present study aims to investigate the effectiveness of cognitive bias modification and mental imagery on visual and verbal memory of female high school students in Yazd city.

**Methods:** The present experimental study was conducted based on a pretest-posttest pre-posttest design along with a control group. Four high schools from district 2 education of Yazd were selected by cluster sampling method and 15 students from each high school were randomly selected and placed into three experimental and a control group. Initially, all subjects were tested by Wechsler memory scale. The subjects were exposed to eight different educational sessions. The experimental groups included (Experimental group 1: Cognitive bias modification training group), (Experimental group 2: Mental imagery training group), and (Experimental groups 3: Cognitive bias modification and Mental imaging training). The control group had no intervention. After completing the experimental group training, the 4 groups were tested by the Wechsler memory scale.

**Results:** cognitive bias modification training and mental imagery training significantly affected visual memory ( $P = 0.001$ ,  $F = 24.264$ ) and this effect was 57%, while the effect of cognitive bias modification training and mental imagery had a significant effect on verbal memory ( $P = 0.053$ ,  $F = 2.7226$ ) and had an effect of 13%. It is therefore confirmed that cognitive bias modification training and mental imagery enhance learners' visual and verbal memory performance.

**Conclusion:** Such interventions can have a significant contribution in learning, school efficiency, and medical clinical treatments.

**Keywords:** Learning, Cognitive Bias Modification, Mental Imagery, Visual Memory, Verbal Memory

**Conflict of interest:** The authors declared that there is no conflict of interest.



**This Paper Should be Cited as:**

Author: Vidasadat Razavi Nematollahi, Maryam Ashab Sofeh, Mahshid Tajrobehkar, Zahra Zeinaddiny meimand. Evaluation of the Effect of Cognitive Bias Modification .....  
Tolooebehdasht Journal. 2022;21(3):97-107.[Persian]



## بررسی اثربخشی تعدیل سوگیری شناختی و تصویر سازی ذهنی بر حافظه دیداری و

### کلامی

نویسندگان: ویداسادات رضوی نعمت الہی<sup>۱</sup>، مریم اصحاب صُحف<sup>۲</sup>، مهشید تجربه کار<sup>۳</sup>، زهرا زین الدینی میمند<sup>۴</sup>

۱. نویسنده مسئول: استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، کرمان، ایران.

تلفن تماس: ۰۹۱۳۱۹۵۷۹۲۹ Email: vidarazavi2010@yahoo.com

۲. دانشجوی دکترای روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، کرمان، ایران.

۳. استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه باهنر، کرمان، ایران.

۴. استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، کرمان، ایران.

### چکیده

**مقدمه:** پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی و ارزشیابی تعدیل سوگیری شناختی و تصویر سازی ذهنی بر حافظه دیداری و کلامی دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه در شهر یزد می باشد.

**روش بررسی:** مطالعه حاضر از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون و با گروه کنترل طراحی و اجرا گردید. چهار دبیرستان از ناحیه دو آموزش و پرورش یزد به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب و از هر دبیرستان ۱۵ نفر به صورت تصادفی در سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شدند. در ابتدا بر روی تمامی آزمودنی ها آزمون حافظه و کسلرا اجرا گردید. سپس آزمودنی ها طی ۸ جلسه در معرض آموزش های متفاوت قرار گرفتند: (گروه آزمایشی ۱: گروه آموزش تعدیل سوگیری شناختی)، (گروه های آزمایشی ۲: گروه آموزش تصویر سازی ذهنی) و (گروه های آزمایشی ۳: گروه آموزش تعدیل سوگیری شناختی و آموزش تصویر سازی ذهنی) در حالیکه گروه گواه بدون هیچ گونه مداخله ای باقی ماند. پس از پایان گرفتن آموزش های گروه های آزمایشی، مجدداً از ۴ گروه آزمون و کسلر بعمل آمد.

**یافته ها:** آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویر سازی ذهنی به صورت معناداری بر حافظه بینایی ( $P=0/001$ )، ( $F=264/24$ )، مؤثر بود (۵۷٪)، در حالی که تأثیر آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویر سازی ذهنی بر حافظه کلامی ( $P=0/053$ )، ( $F=726/2$ ) به سختی معنادار بوده (۱۳٪). بنابراین تأیید می شود، که آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویر سازی ذهنی موجب افزایش کارکرد حافظه بینایی و کلامی یادگیرندگان می شود.

**نتیجه گیری:** مداخلات این چنینی می تواند سهم عظیمی در یادگیری و راندمان کاری آموزشگاهی و درمان های بالینی پزشکی داشته باشد.

**واژه های کلیدی:** یادگیری، تعدیل سوگیری شناختی، تصویر سازی ذهنی، حافظه دیداری، حافظه کلامی

این مقاله حاصل پروژه رساله دکتری دانشگاه آزاد واحد کرمان می باشد.

## طلوع بهداشت

دو ماهنامه علمی پژوهشی

دانشکده بهداشت یزد

سال بیست و یکم

شماره سوم

مرداد و شهریور

شماره مسلسل: ۹۳

تاریخ وصول: ۱۳۹۸/۰۹/۲۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۱۱/۲۶



## مقدمه

بدون شک یادگیری، مهمترین پدیده روانی انسان و موجودات تکامل یافته می‌باشد می‌باشد که تحقیقات و بررسی‌های فراوانی را از سوی دانشمندان این علم به خود اختصاص داده و نظریات گوناگونی در خصوص آن عنوان شده است (۱). همه یادگیری‌ها نشانی از حافظه دارند (۲). یادگیری را می‌توان تغییر تقریباً دائمی رفتار که در نتیجه تمرین به وجود می‌آید دانست (۳). یادگیری به طور کلی فعالیتی دگرگون‌ساز است که افراد را برای مقابله با رویدادها و سازش با محیط آماده می‌سازد (۴). در مقابله با رویدادها برخی از افراد نیمه خالی و برخی نیمه پُر لیوان را می‌بینند و در تفسیر رویدادهای مبهم و در میزان توجه به اطلاعات مثبت یا منفی، متفاوت هستند (۵، ۶). سوگیری شناختی، به گرایش ترجیحی و خودخواسته به پردازش اطلاعات تهدیدکننده یا منفی، از طریق تخصیص افزاینده منابع توجه و یا از طریق اسناد ارزیابی‌های تهدیدکننده یا منفی نسبت به اطلاعات مبهم تعریف می‌شود (۷). اصطلاح تعدیل سوگیری شناختی، به تغییر سبکهای پردازش شناختی خاصی اطلاق می‌گردد که به نظر می‌رسد در ایجاد اختلال‌ها یا واکنشهای هیجانی ناخوشایند، نقش دارند (۸، ۵). تصویرسازی بازنمایی ذهنی یک شیء یا رویداد غالب است و از ریشه ی لاتین به معنی تقلید مشتق می‌شود (۹) و به عنوان یک تجربه حسی قبلی تلقی می‌شود، درحالیکه وضوح کمتری نسبت به خود تجربه ی حسی دارد، لکن به شکل خاطره ای هوشیارانه ای قابل شناسایی است (۱۰). به عقیده دنیس ام (۱۹۸۵) تصویر ذهنی، تصور یک فعالیت روانی است که خصوصیات جسمانی فرد را مخفیانه به صورت دائمی یا موقتی که از حوزه ی ادراک مخفی است، فرا

می‌خواند (۹). نه تنها هنر روانشناسی تصویر ذهنی به اثبات رسیده، بلکه توانسته است، به تبیین بسیاری از پدیده‌هایی که از مدت‌ها پیش شناخته شده و درست درک نگردیده نیز کمک کند. از جمله، امروزه مدارک بالینی بی‌شک و شبه‌ای در زمینه‌های روانشناسی فردی، روانپزشکی و روانشناسی صنعتی، دال بر وجود «شخصت‌های موفقیت طلب»، «شخصیت‌های شکست طلب»، «شخصیت‌های مستعد خوشبختی» و «شخصیت‌های مستعد بدبختی»، «شخصیت‌های مستعد سلامت» و «شخصیت‌های مستعد بیماری»، در اختیار داریم. روانشناسی تصویر ذهنی، در این زمینه‌ها و بسیاری از حقایق مشهود زندگی بینش تازه‌ای می‌آفریند در زمینه قدرت تفکر مثبت بصیرت تازه‌ای ایجاد می‌کند و مهمتر از آن توضیح می‌دهد که چرا در برخی از افراد صادق است و در مورد برخی دیگر صدق نمی‌کند (تفکر مثبت)، بخصوص وقتی که با تصویر ذهنی خود سازگار باشد (۱۱).

قدرت ذخیره سازی اطلاعاتی که از طریق حس و ادراک دریافت و آموخته و طبقه بندی می‌شوند و بازخوانی این اطلاعات هنگام نیاز، حافظه نامیده می‌شود (۱۱) و به عنوان یکی از استعدادهای خدادادی، برای ثبت و ذخیره اطلاعات و در صورت لزوم، یادآوری آنهاست (۱۲). حافظه دیداری به اطلاعات دریافت شده و به خاطر سپرده شده از طریق کانال حس بینایی و حافظه کلامی به اطلاعات دریافت شده و به خاطر سپرده شده از طریق کانال حس شنوایی صورت می‌گیرد اطلاق می‌گردد (۱۳). حافظه دیداری نوعی توانایی شناسایی موضوعات و حوادث دیده شده ی قبلی، بدون وابستگی به درون‌دادهای مربوط به حافظه ی کلامی است. درون‌دادهای



وکسلر (فرم الف) جمع آوری شدند. در نهایت داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و روش تحلیل کواریانس اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بن‌فرونی در تحلیل کواریانس چندمتغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. این پایان‌نامه با کد اخلاق IRIAUKERMANREC.1399.004 در سامانه ملی اخلاق در پژوهش‌های زیست‌پزشکی به ثبت رسیده است.

### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمره حافظه کلامی و حافظه بینایی دانش‌آموزان دبیرستانی در مراحل مختلف ارزیابی به تفکیک گروه‌های آزمایشی ۱ (آموزش تعدیل سوگیری شناختی)، آزمایشی ۲ (آموزش تصویرسازی ذهنی)، آزمایشی ۳ (آموزش تعدیل سوگیری شناختی و آموزش تصویرسازی ذهنی) و کنترل در جدول ۱، ارایه گردیده است.

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود میانگین حافظه کلامی و حافظه بینایی دانش‌آموزان دبیرستانی گروه‌های آزمایشی در مرحله پیش‌آزمون با مرحله پس‌آزمون متفاوت است. ولی در گروه کنترل تفاوت نمرات در متغیر حافظه کلامی و حافظه بینایی دانش‌آموزان دبیرستانی در مراحل دو گانه ارزیابی (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) تفاوت چندانی با هم ندارند ( $p = 0/699$ ).

با توجه به طرح پژوهش حاضر که از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون بوده است، برای تحلیل داده‌ها و به منظور کنترل اثر پیش‌آزمون از روش تحلیل کواریانس اندازه‌گیری مکرر و تحلیل کواریانس چندمتغیری استفاده شد، در این نوع تحلیل باید شرط‌هایی رعایت گردد تا بتوان به نتایج منتج شده اطمینان کرد. بنابراین در ادامه این پیش‌فرض‌ها مورد بررسی قرار

بینایی زیر بخش‌هایی از تصاویر شبکه‌ای مشخص و معین هستند که نیاز به ذخیره شدن در حافظه دارند و در مراحل زمانی مختلف با رویدادهای جدید مورد مقایسه قرار می‌گیرند (۱۴، ۱۵).

### روش بررسی

طرح پژوهشی این تحقیق از نوع آزمایشی و با استفاده از روش پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. در این تحقیق با توجه به محدودیت زمان و مشکل بودن انجام روش آزمایش نمونه‌ای متشکل ۶۰ نفر از دانش‌آموزان مقطع دوره اول متوسطه شهر یزد از جامعه آماری (کلیه دانش‌آموزان مقطع دوره اول متوسطه شهر یزد در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده و با رعایت حداقل حجم نمونه (۱۶) در ۳ گروه آزمایشی، و ۱ گروه گواه جایگزین شدند. در ابتدا بررسی از آزمودنی‌ها با یک پیش‌آزمون اجرا شد. گروه‌های آزمایشی تحت آموزش متغیرهای مستقل قرار گرفتند و در پایان آموزش‌ها از تمامی آزمودنی‌ها یک پس‌آزمون گرفته شده و در نهایت داده‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه‌های آزمایشی با گروه گواه و توسط روش‌های آماری مربوطه مورد ارزیابی و تجزیه و تحلیل قرار گرفت. متغیرهای مورد بررسی در این تحقیق عبارتند از: حافظه کلامی و حافظه بینایی که با استفاده از آزمون حافظه وکسلر (فرم الف) (W.M.S) سنجیده شدند. برنامه تعدیل سوگیری شناختی با اقتباس از روش سناریوهای مبهم متیوس و مکینتاش و تصویرسازی ذهنی به روش تصویرسازی ذهنی هدایت شده سیمونتن به آزمودنی‌ها آموزش داده شد. داده‌ها با روش‌های میدانی و کتابخانه‌ای و مشاهده مستقیم در حین آموزش و با استفاده از آزمون حافظه



گرفته‌اند. شرایط و پیش‌فرض‌های استفاده از تحلیل کوواریانس رگرسیون، ۴. بررسی مفروضه‌ی همگنی ماتریس واریانس و شامل: ۱. فرض برابری خطای واریانس‌ها، ۲. مفروضه توزیع بهنجار متغیرهای پژوهش، ۳. مفروضه همگونی شیب‌های کوواریانس و ۵. مفروضه همبستگی بین متغیرهای وابسته می‌باشد (۱۷، ۱۸).

جدول ۱: یافته‌های توصیفی متغیر حافظه کلامی دانش‌آموزان دبیرستانی در پیش و پس از آموزش در چهار گروه آزمایش ۱، ۲، ۳ و گروه

کنترل

متغیر	گروه/ زمان	تعداد	میانگین $\pm$ انحراف استاندارد	حداقل	حداکثر
حافظه کلامی	آزمایش (۱)	پیش آزمون	۲۵/۳۳ $\pm$ ۲/۵۴	۲۰/۵	۲۹
		پس آزمون	۳۱/۰۰ $\pm$ ۴/۷۲	۲۳/۵	۴۱
	آزمایش (۲)	پیش آزمون	۲۴/۵۷ $\pm$ ۳/۰۳	۱۹	۳۲
		پس آزمون	۲۸/۳۰ $\pm$ ۱/۹۳	۲۵	۳۲
	آزمایش (۳)	پیش آزمون	۲۳/۸۳ $\pm$ ۳/۹۹	۱۹	۳۵
		پس آزمون	۲۹/۸۷ $\pm$ ۳/۱۵	۲۵/۵	۳۸
کنترل	پیش آزمون	۲۵/۳۷ $\pm$ ۲/۷۱	۲۰	۳۱	
	پس آزمون	۲۸/۷۳ $\pm$ ۲/۷۳	۲۴	۳۵/۵	
					P= ۰/۰۵۳ F=۷۲۶/۲
حافظه بینایی	آزمایش (۱)	پیش آزمون	۹/۴۷ $\pm$ ۱/۰۶	۷	۱۱
		پس آزمون	۱۳/۲۷ $\pm$ ۰/۸۸	۱۱	۱۴
	آزمایش (۲)	پیش آزمون	۹/۱۳ $\pm$ ۱/۴۶	۶	۱۱
		پس آزمون	۱۲/۹۳ $\pm$ ۰/۹۶	۱۱	۱۴
	آزمایش (۳)	پیش آزمون	۸/۰۰ $\pm$ ۲/۹۵	۸/۰۰	۲/۹۵
		پس آزمون	۱۲/۶۰ $\pm$ ۰/۸۳	۱۲/۶۰	۰/۸۳
کنترل	پیش آزمون	۹/۲۷ $\pm$ ۱/۵۸	۶	۱۱	
	پس آزمون	۱۰/۷۳ $\pm$ ۱/۲۲	۸	۱۲	
					P= ۰/۰۰۱ F=۲۶۴/۲۴



جدول ۲: تعامل بین متغیر مستقل و هم پرش

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	Sig (Eta)	اندازه اثر	توان آزمون
گروه مستقل و گروه پیش آزمون حافظه کلامی	۳۱۷/۲۰۱	۳	۱۰۴/۷۳۴	۰/۳۷۵	۰/۷۷۱	۰/۰۳۵	۰/۱۱۵
گروه مستقل و گروه پیش آزمون حافظه بینایی	۱۷۰/۲۰۹	۳	۵۶/۷۳۶	۱/۷۴۶	۰/۱۷۷	۰/۱۴۱	۰/۴۱۱

با توجه به نتایج جدول ۴، که میزان ضریب همبستگی بین متغیرهای حافظه کلامی و حافظه بینایی را نشان می‌دهد، بین این دو متغیر رابطه‌ای معناداری از لحاظ آماری وجود دارد. این روابط نباید از ۰/۹۰ بیشتر باشد، زیرا در روابط بالای ۰/۹۰ سهم نسبی هر کدام از متغیرها مشخص نمی‌شود.

جهت بررسی فرضیه پژوهش از تحلیل کوواریانس اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. نتایج آزمون کوواریانس اندازه‌گیری مکرر نشان داد آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی حداقل بر یکی از متغیرهای حافظه کلامی و حافظه بینایی تأثیر معنی‌دار داشته است ( $P < 0/001$ ) که میزان این تأثیر ۰/۹۸ درصد بوده است (جدول ۵).

برای شناسایی این که تفاوت مشاهده شده در کدام یک از متغیرها معنادار است، به تحلیل کوواریانس چند متغیری پرداخته شد. نتایج آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی به صورت معناداری بر حافظه بینایی ( $F = 24/264, P = 0/001$ )، مؤثر بوده و میزان این تأثیر ۵۷٪ بوده است. هم چنین نتایج نشان داد که تأثیر آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی بر حافظه کلامی ( $F = 2/726, P = 0/053$ )، به سختی معنادار بوده و میزان این تأثیر ۱۳٪ بوده است. بنابراین فرضیه صفر مبنی بر آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی موجب افزایش

لذا قبل از آزمون اثربخشی تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی بر حافظه دیداری و کلامی، این پیش‌فرض‌ها مورد بررسی قرار گرفت. در بررسی مفروضه برابری خطای واریانس‌ها در دو متغیر حافظه کلامی و حافظه بینایی که با استفاده از آزمون لوین انجام شد. با توجه به سطح معناداری آزمون لوین ( $\alpha > 0/05$ ) در دو متغیر حافظه کلامی و حافظه بینایی که بزرگتر از خطای مفروض در پژوهش است، فرض برابری واریانس‌ها پذیرفته شد. همچنین جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش از آزمون کلموگوروف-اسمیرنف (KS) استفاده شد که سطح معناداری در هر دو متغیر بزرگتر از خطای مفروض در پژوهش ( $\alpha > 0/05$ ) بود

همان‌طور که در جدول ۲، مشاهده می‌شود تفاوت شیب رگرسیون معنادار نیست ( $\alpha > 0/05$ ) و در نتیجه فرض همگنی شیب رگرسیون برای اجرای آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری رعایت شده است.

جهت بررسی مفروضه‌ی همگنی ماتریس واریانس و کوواریانس، آزمون باکس انجام گرفت. با توجه به نتایج جدول ۳، از آنجایی که سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ است، لذا F محاسبه شده از لحاظ آماری معنادار نیست. در نتیجه فرض همگنی ماتریس واریانس و کوواریانس مورد تأیید قرار گرفته است.



کارکرد حافظه بینایی و کلامی یادگیرندگان نمی شود، رد و فرض خلاف مبنی بر این که آموزش تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی موجب افزایش کارکرد حافظه بینایی و کلامی یادگیرندگان می شود، تأیید می شود.

جدول ۳: آزمون باکس جهت بررسی ماتریس وارینانس و کوواریانس

آزمون باکس (Box)	آماره F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
۱۳/۳۳۹	۱/۳۳۳	۹	۱۴۸۵۱/۹۱۰	۰/۲۱۴

جدول ۴: همبستگی متقابل بین دو متغیر حافظه کلامی و حافظه بینایی

متغیرهای وابسته	ضریب همبستگی	درجه آزادی	سطح معناداری
حافظه کلامی و حافظه بینایی	۰/۳۱	۴۰	۰/۰۴

جدول ۵: نتایج آزمون‌های معنی‌داری تحلیل کوواریانس اندازه‌گیری مکرر تأثیر سه روش آموزش بر حافظه کلامی و حافظه بینایی دانش‌آموزان دبیرستانی

آزمون	ارزش F	DF فرضیه	DF خطا	معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
اثر پیلائی	۸۶۴/۴۲۳	۳/۰۰	۵۴/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۸۰	۰/۹۹۰
لامبدای ویلکز	۸۶۴/۴۲۳	۳/۰۰	۵۴/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۸۰	۰/۹۹۰
اثر هتلینگ	۴۸/۰۲۰	۳/۰۰	۵۴/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۸۰	۰/۹۹۰
ریشه دو روی	۴۸/۰۲۴	۳/۰۰	۵۴/۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۸۰	۰/۹۹۰

## بحث و نتیجه گیری

سیستم تصویر ذهنی به طور ذاتی سازمان‌بندی و ثابت می‌شوند (۲۱). پیشرفت در تصویر ذهنی شامل تغییرات کیفی اساسی در ماهیت فرآیندهای تصویرسازی و یا روش‌های بازنمایی نمی‌شود بلکه سبب افزایش توانایی ارزیابی و بکارگیری تصویر ذهنی به طور مؤثرتر برای دامنه وسیع تری از موضوعات می‌شود (۱۳).

پژوهش حاضر با هدف تبیین و بررسی اثربخشی و ارزشیابی تعدیل سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی بر حافظه دیداری و کلامی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه در شهر یزد طراحی و اجرا گردید. نتایج بررسی نشان دادند که تأثیر تعدیل

بر اساس مدل بدلی از حافظه کاری، پژوهشگران به مطالعه حافظه تصویری و کلامی کودکان پرداخته‌اند و به این نتیجه دست یافته‌اند که کودکان به نشانه‌هایی توجه بیشتری دارند که به صورت رمز بینایی از حافظه کوتاه مدت به حافظه درازمدت انتقال داده شوند (۱۳). کودکان در سنین اولیه، ابتدا از تصویرسازی ذهنی برای ارائه‌ی اطلاعات به حافظه استفاده می‌کنند (۲۰، ۱۹)

به عقیده نظریه پردازان تصویر ذهنی از بدو تولد موجود است. ویژگی‌های محیط، ساختارهای داده‌ها و محتویات پردازش



هم چنین یافته‌ها نشان دادند که تمرین ذهنی منجر به بهبود عملکردهای تعادلی افراد مبتلا به سکتہ مغزی خواهد شد. آموزش فنون تصویرسازی ارتباطی در افزایش رضایت زناشویی در زنان و حل تعارض، ارتباط معنادار دارد. البته تشویق دانش آموزان به استفاده از تصویر پردازی برای به خاطر سپردن اطلاعات کلامی، در مورد دانش آموزان بزرگ تر بیش از خردسالان مؤثر است (۳۲، ۲۹).

نتایج بیانگر تاثیر بیشتر روی عملکرد حافظه بینایی می باشد که مخالف با نتایج مداخله ای بزرگمنش و عبداللہی می باشد (۱۳). و گروهی از پژوهش‌ها به نقش جنسیت در معنادار بودن نتایج اشاره دارند و عملکرد دختران را در حافظه بینایی برتر از پسران نشان داده اند (۳۳)، درحالی‌ه برخی به عملکرد بهتر پسران در حافظه بینایی و عملکرد بهتر دختران در یادآوری کلامی اشاره دارند (۱۳).

پژوهش‌های انجام شده نشان داده اند که سوگیری شناختی قابلیت تغییر و تعدیل دارد که به تبع آن، این تغییرات می توانند فعالیت‌های هیجانی بعدی را نیز تحت تاثیر قرار دهند (۵). یافته‌ها در پژوهشی با عنوان بررسی پردازش اطلاعات و برخی عملکردهای نوروسیکولوژیک در مبتلایان به اختلال وسواس فکری عملی، با هدف بررسی سوگیری پردازش اطلاعات عملکرد حافظه کلامی و دیداری؛ و با استفاده از دو گروه آزمایش و گواه، نشان داد سوگیری شناختی بر حافظه کلامی تاثیر معناداری دارد (۳۴). البته این نتایج با نتایج پژوهش حاضر منافات دارد و شاید به دلیل نمونه انتخاب گردیده توسط طراحان این دو پژوهش بر می گردد که در طرح حاضر از افراد سالم استفاده گردیده شده است. البته نتایج حاصل از تحلیل،

سوگیری شناختی و تصویرسازی ذهنی بر حافظه دیداری و کلامی دانش آموزان به صورت معنادار می باشد، که همسو با نتایج داده‌های حاصل از بررسی تاثیر تصویرسازی ذهنی از طریق آموزش هنرهای تجسمی در عملکرد حافظه بینایی و کلامی دانش آموزان پسر و دختر پایه اول ابتدایی است (۱۳). نتایج مطالعه اثر بافت بر رمزگردانی و یادآوری اطلاعات کلامی نشان داد که بافت همخوان در مرحله رمزگردانی و بازیابی، موجب بهبود حافظه می شود. و بیانگر این است که وجود نشانه معنایی می تواند موجب بهبود حافظه و تسریع فرآیند یادآوری شود (۲۲). مطالعه سلیمی و همکاران نیز تاثیر مثبت استفاده از روشهای بازنمایی کتبی و تصویرسازی ذهنی را در حل مسائل کلامی ریاضی، تأیید می گردد (۲۳). نتایج این آزمون همسو با نتایج حاصل از اجرای روشهای شبیه سازی ذهنی فرآورده‌ای و ترکیبی در بهبود عملکرد تحصیلی و تقویت حافظه‌ی دانش آموزان می باشد (۲۴). مداخلات در زمینه تصویر سازی مثبت در اکتساب مهارت نیز نتایج مفیدی کسب نمودند و نشان دادند که تصویرسازی منفی کاهش عملکرد را به دنبال خواهد داشت (۲۷-۲۵).

کاربرد تصویرسازی ذهنی به غیر از امرآموزش و سیستم‌های آموزشگاهی، در بیماران نیز مورد بررسی قرار گرفته است. در این راستا مداخلات نریمانی و همکاران در مطالعه بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی نشان دادند که بین حافظه کلامی و پردازش اطلاعات یا بازشناسی بیان چهره ای هیجان، ارتباط مثبت معناداری وجود دارد (۲۸). تصویر سازی ذهنی و تجسم هدایت شده در کاهش افسردگی و افزایش امیدواری در بیماران دیالیزی نیز مؤثر بوده است.





ضعف حافظه دیداری در پاره ای از اختلالات (مانند اختلالات یادگیری)، بیماری ها (MS) و درمان های دارویی (شیمی درمانی) (۴۲) گزارش شده است، با استفاده از نتایج این تحقیق می توان در جهت تقویت حافظه دیداری این گروه گام های اساسی برداشته شود. البته می بایست در پژوهش های بعدی، گام های دیگری در گستره های سنی مختلف، جنسیت متفاوت برداشته شود تا ابعاد دیگری از تأثیر مورد نظر یافت شود.

### تضاد منافع

هیچ گونه تعارض منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان این مقاله بر خود لازم می دانند از همکاری اداره آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهرستان یزد و همکاری صمیمانه کادر آموزشی دبیرستان های دخترانه دوره اول شهید پاکنژاد، شهید دهقان، محمد رسول الله و علوم، که در یاری رساندن در اجرای این پژوهش از هیچ کوششی فروگذار نمودند و خانم ها اعظم بزرگ منش و ندا قهرمان نژاد و کلیه کسانی که در انجام این پایان نامه همکاری داشته اند، صمیمانه تشکر نمایند.

آماري داده ها نشان داده اند که درمان توان بخشی شناختی حافظه کاری موجب بهبود علائم رفتاری کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه / بیش فعالی شده است (۳۵). تعدیل سوگیری بر کاهش علائم خلق افسرده (۳۶)، کاهش شدت نشانه ها، باورها و رفتارهای وسواسی (۳۷) و درمان اضطراب اجتماعی کاربردهای بالینی داشته باشد (۵). البته تحلیل داده ها در مطالعه ای که از داده های بایگانی روانشناختی متشکل از یک نمونه مرکب بالینی کلینیکی اطفال، خاطر نشان کردند که دانش کلامی به طور خاص مربوط به کدگذاری است و ارتباطی با مراحل نگهداری یا بازیابی حافظه ندارد (۳۸).

نتایج تحقیق حاضر نشان داده است که آموزش تصویرسازی ذهنی و تعدیل سوگیری شناختی باعث افزایش عملکرد حافظه دیداری و کلامی دانش آموزان خواهد شد. البته در این طرح پیگیری صورت نگرفت. باید توجه داشت که این طرح جدای از تحصیلات، سن و جنسیت آزمودنی ها نمایان شده است. برنامه یاد شده می تواند گام مؤثری در امر آموزش و یادگیری دانش آموزان ایفا نماید و از آن جایی که نتایج پژوهش ها حاکی از

## References

- 1-Gheshlaghi M. learning Psychology. Third edition . Esfahan: Mani. 1999.[Persian]
- 2-Nezamabadi Ashoori F, Kormi Nouri R. Short- Term & Long-Term Memory in Deep and Surface Dyslexia Among Elementary School Children in Tehran. Advances in Cognitive Science. 2002; 4(1):17-24. [Persian]
- 3-Rafiey H. Hildgard Psychology. Arjomand Publication. Fifth Edition. 2004;(1). [Persian]
- 4- Parsa M. Psychology of learning on the basis of theories. publication of sokhan. 2007.[Persian]



- 5- Ahmari M. Fadardi A. Yazdi A. Saber H. Effects of a modern cognitive bias modification program on attentional biases and social anxiety symptoms in socially-anxious students. *Journal of Basic Principles of Mental Health*. 2016; 18(1):35-41. [Persian]
- 6-Mathews A, MacLeod C. Cognitive vulnerability to emotional disorders. *Annual Review Clinical Psychology*. 2005;(1): 167–95.
- 7- Dalir M, Alipour A, Zare H, Farzad V. Comparison of the effectiveness of cognitive bias adjustment modification and its combination with cognitive-behavioral group therapy in decreasing the severity of obsessive-compulsive symptoms, beliefs and behaviors, *Journal of Psychological Achievements (Educational Sciences and Psychology)*. Shahid Chamran University . 2011; ( 22):1. [Persian]
- 8-Koster EHW, Fox E, MacLeod C. Introduction to the special section on cognitive bias modification in emotional disorders. *Journal of Abnormal Psychology*. 2009; 118: 1–4.
- 9- Sadaty S. Subjective Illustration in the Blind. 2008. *Islamic Education*.. August and August .2008 ; 80 (81):10-21. [Persian]
- 10-SharifiDaramadi P. The ability of the blind and hearing children to recognize and visualize the cognitive-emotional characteristics of teachers through their voices. *Research in the field of exceptional children*. 2001;1 (1). [Persian]
- 11-Gharache Daghi M. *Psychology of Psychosocial Psychology, Mind Control Science*, Shabahang Publications, Seventh Edition. 2015. [Persian]
- 12- Rakhshan F. *Learning disorder s*. 1993. Astan Quds Razavi Publishing .Tehran. [Persian]
- 13-Karimian H . *A Look at Memory and Forgetting in Psychology*. 2007; 119. [Persian]
- 14- Bozorgmanesh A. *The Effect of Visual Arts Education on Increasing the Visual and Verbal Memory Performance of Elementary School Students in Eva Foundation Elementary School Tehran*. 2003. Tarbiat Moalem University of Tehran. Faculty of Psychology and Educational Sciences. Master's thesis. [Persian]



- 15-Sligte IG, Scholte HS , Lamme VA. F.Activity predicts the strength of visual short-term memory representations. *Journal of society for neuroscience*. 2009; 15:271-85.
- 16-Garmabi M.Moallely G.Teaching Abilities, Mind and Memory Theory in Hearing-impaired Children. *Exceptional Education*. 2014;13( 2): 115. [Persian]
- 17-Delavar A. *Statistical Methods in Psychology and Educational Sciences (Educational Sciences)*, Payam Noor University Press .1998.[Persian]
- 18- MacKinnon DP. *Introduction to statistical mediation analysis*. London: Routledge.2008.
- 19- Ramsay JO. *Functional data analysis*.2006. Hoboken, New Jersey :Wiley Online Library; 2006.
- 20- Bruner JS. Oliver Greenfield. *Studies in Cognitive Growth A Collaboration at the Centre for Cognitive Studies*. Published by John Wiley and Sons.1966.
- 21-Piaget J, Inhelder B. *Mental Imagery in the Child: A Study of the Development of Imaginal Representation* . *British Journal of Educational Studies*.1917; 19(3):343-4.
- 22-Dean AL.The development if mental Imagery. *Child development*. 1999;7:105-44.
- 23- Ahmadzadeh A, Pourmohammad Galoo P , Hashemi T , Machinchi Abbasi N. The effect of context on encoding and verbal information recall Type of presentation, *Contemporary Psychology*.2012;( 7): 77-3. [Persian]
- 24-Salimi M, Saadipour I, Delavar A, Maleki H . Comparison of training effects in Imagery Strategies of Mental imagery of Think-aloud of written representation and motor representation of the performance of elementary students in solving verbal math problems. *Research in Curriculum (Knowledge and Research in Educational Sciences-Curriculum*. 2014; 11( 14): 12-22. [Persian]
- 25-Dorataj F, Delavar A .The Impact of Process and Product Mental Simulation on Improving Students' Academic Performance and Academic Performance, *Journal of Modern Educational Thoughts*.2005 ;(1): 2-3. [Persian]
- 26-Yousefzadeh Jafar Abadi L ,Sohrabi M. The effect of positive and negative mental imagery on volleyball service acquisition and retention. *Ministry of Science, Research and Technology -*



Ferdowsi University of Mashhad - Faculty of Physical Education Sport Sciences, MSc Thesis.2013.

[Persian]

27-Kharestani M, Esmaeili Abdar M, Ghotbi Varzaneh A. Comparison of the effect of cognitive and general cognitive imaging on the performance of 7-10 year old footballers, Motor Sport Development and Learning, Seventh .2015;7( 2): 225-51. [Persian]

28-Ghorban A, Ghotbi Varzaneh A, Parhizkar kohne Ogaz j. Comparison of the effect of mental imagery and physical training on acquisition and retention of dart throwing skills, Motor Behavior in Autumn .2013;( 13):125- 38. [Persian]

29-Narimani M, Ghasempour A, Abolghasemi A . The Relationship between Verbal and Nonverbal Memory, Information Processing, Response Inhibition, and Recognition of Emotional Facial Expression in Patients with Schizophrenia, Clinical Psychological Research and Counseling.2012;2 (2) :2-57. [Persian]

30-Eshrat Far A, Nokani M Effectiveness of Guided Visualization and Mental Imagery in Decreasing the Symptoms of Depression and Increasing Hopefulness among Hemodialysis Patients. 2013;7( 27 ) : 81-8. [Persian]

31-Sayyad M, Hosseini A, Fallahpour M . The effect of mental training on balance in people with stroke Comments, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, M.Sc. 2009.[Persian]

32-Weissy A . The Purpose of this Study Was Examination of Effectiveness of Logotherapy by Group Method on Increase of Life Expectancy and Health of Female Teenager Major Thalassemia Patients of Ahwaz City , Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan, 2009;40:107-92.

33- Saeedi Sh, Arakhchi M, Daneshfar H .Educational Psychology ,Rasa. [Persian]

34-Khajvand N.The Influence of Mental Imagery on the Elementary School Students in Tehran Region, MA Thesis, Allameh Tabataba'i University. 1996. [Persian]

35-Naderi N, Ashayeri H, Yasemi M, Rasoulilian M.Evaluation of information processing and some neurocycological functions in patients with obsessive-compulsive disorder,Fifth Iranian congress



- of research in psychiatry and psychology, Shahid Beheshti University of Medical Sciences. 1993; 57-58. [Persian]
- 36-Najjarzadegan M, Nejati V, Amiri N . The Effect of Cognitive Rehabilitation on Working Memory on the Improvement of Behavioral Syndrome (Attention Deficit and Impulsivity) in Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder, Journal of Neuroscience Psychology. 2015; 52-45. [Persian]
- 37-Torkan H, Kalantari B, Neshat Doost H, Maroufi M . The Effectiveness of Cognitive-Interpretation Adjustment Program (CBM-I) on Reducing Negative Interpretation Bias and Symptoms of Social Anxiety in Social Anxiety People University of Mashhad - Faculty of Psychology and Educational Sciences .2012.PHD Thesis. [Persian]
- 38-Dalir M, Alipour A, Zare H, Farzad V. The effect of cognitive bias modulation therapy on symptoms of obsessive-compulsive disorder: a comparison of its efficacy and cognitive behavioral group therapy, Journal of Clinical Psychology Studies, 2015; 21: 1-25. [Persian]
- 39- Jordan Lizabeth L, Tyner Callie E, Heaton Shelley. Cognitive Predictors of Verbal Memory in a Mixed Clinical Pediatric Sample, Behave Sci(Basel). 2013; 3(3): 522–35.
- 40- Moazzez R, Pourkakroodi M, Moazzez R, et al . Comparison of Visual-Spatial Memory in Patients with MS and Healthy Group, Urmia Medical Journal, Twenty-fifth Year No. 2014; (2) 1: 435-44. [Persian]
- 41-Hayati Z, Salimi L. The Impact of Visual Memory Strength on Reducing the severity of Writing Learning Disorders in Elementary Students, 6th Iranian Educational and Psychological Research Conference, Iranian Social and Cultural Harm, Tehran, Association for Development and Promotion of Science and Technology Basic techniques. 2018. [Persian]
- 42-Dehghani Z, Tavakoli GM, Makarian F. Memory Assessment of Patients with Breast Cancer Before and After Chemotherapy, Iranian Journal of Breast Disease, Tenth Years. 2016; 4: 93- 61. [Persian]