

عنوان مقاله:

رابطه مهارت های ذهن آگاهی و انعطاف پذیری شناختی با حرمت خود

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی روانشناسی دانشگاه پیام نور (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

زهرا راد - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج ایران

جواد عینی پور - استادیار گروه روانشناسی دانشگاه علوم انتظامی امین، تهران ایران

ساناز حیدری - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج ایران

خلاصه مقاله:

سلامت جسمی و روانی فرهنگی از مهم ترین مسائلی هستند که نقش اساسی در کارکرد شغلی زنان فرهنگی دارند. هدف این مطالعه تبیین رابطه مهارت های ذهن آگاهی و انعطاف پذیری شناختی با حرمت خود زنان بود. طرح پژوهش حاضر همبستگی از نوع توصیفی بود. جامعه آماری را زنان فرهنگی شهر شهریار در سال 96-97 تشکیل می دهند. برای سنجش آزمودنی ها از پرسشنامه حرمت خود کوپر اسمیت 1954، ذهن آگاهی فریبرگ 2006 و انعطاف پذیری شناختی دنای و نادروال 2010 استفاده گردید. برای تحلیل داده ها از نرم افزار spss-21 و روش های آماری پیرسون، ضرایب همبستگی و رگرسیون گام به گام چند متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد اثر انعطاف پذیری شناختی $\beta=0/34$ و ذهن آگاهی $\beta=0/32$ بر حرمت خود کل مثبت و معنی دار است $p=0/01$. بنابر یافته ها می توان نتیجه گرفت با افزایش انعطاف پذیری شناختی و ذهن آگاهی میزان حرمت خود کل زنان فرهنگی افزایش می یابد و حرمت خود زنان فرهنگی براساس مهارت های ذهن آگاهی و انعطاف پذیری شناختی پیش بینی می شود.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، انعطاف پذیری شناختی، حرمت خود

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1126609>

