

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر افزایش خودکنترلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی پایه ششم شهر مشهد

## محل انتشار:

هفتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

بهاره افخمی میربرسی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی غیردولتی شاندریز

میترای رفیعی شفیق - دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر افزایش خودکنترلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان انجام شد. این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی پایه ششم شهر مشهد در نیمسال دوم سال تحصیلی 97-98 بود. از این جامعه 30 دانش آموز به روش تصادفی انتخاب و سپس با روش جایگزینی تصادفی در دو گروه (گروه آزمایش، 15 نفر و گروه کنترل، 15 نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش، هشت جلسه 90 دقیقه ای آموزش رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد را دریافت کردند و گروه کنترل همزمان هیچ آموزشی دریافت نکردند. برای اندازه گیری متغیرها از پرسشنامه های سازگاری بل و خودکنترلی تانجی استفاده شد. روش تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس به کمک نرم افزار SPSS انجام گردید. یافته های حاصل از پژوهش نشان داد، آموزش رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش خودکنترلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان مؤثر بود. ( $p > 0,05$ ) نتیجه گرفته میشود یکی از روشهای افزایش خودکنترلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان، درمان با رویکرد نوین پذیرش و تعهد (ACT) است که میتواند از طریق آموزشهای منظم صورت پذیرد.

## کلمات کلیدی:

رویکرد پذیرش و تعهد (ACT)، خودکنترلی، سازگاری اجتماعی، دانش آموزان.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1136487>

