

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان گروهی شناختی-رفتاری سازگاری اجتماعی، بر کنترل عواطف و خودکنترلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی شهر سیرجان

## محل انتشار:

ششمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسنده:

نسیم عزت پناه - فارغ التحصیل رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان.

## خلاصه مقاله:

در سطح دنیا آموزش سازگاری اجتماعی آنهم از پایه و شاید حتی قبل از دبستان به شدت مورد توجه قرار گرفته است و این دوره‌ی آموزشی در دو گروه مهارت‌های عام شامل خودکنترلی، خودآگاهی، کنترل عواطف، همدلی، ارتباط مؤثر، روابط بین فردی مؤثر، کنترل خشم، مقابله با هیجان‌های منفی، آموزش حل مسئله، تصمیم‌گیری، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و مدیریت زمان از یکسو و مهارت‌های خاص شامل گروهی از افراد نظیر آموزش پیش و پس از ازدواج، مدیریت بحران، پیشگیری از آسیب‌های روانی و ... از سوی دیگر تدریس و به صورت کارگاهی اجرا می‌شود. هدف از پژوهش حاضر «اثربخشی درمان گروهی شناختی-رفتاری سازگاری اجتماعی، بر کنترل عواطف و خودکنترلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی شهر سیرجان» می‌باشد. جامعه آماری پژوهش شامل، کلیه دانشجویان رشته روانشناسی می‌باشد از بین این دانشجویان روانشناسی با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد 40 نفر به عنوان نمونه انتخاب و از طریق پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل (1961)، خودکنترلی پروفیسور تانچی 2004 و کنترل عواطف (ACS(2000 استفاده شد و اطلاعات مربوط به آنها جمع‌آوری گردید؛ و سپس با استفاده از آمار استنباطی تحلیل و کواریانس چند متغیره با استفاده از نرم‌افزار SPSS25 فرضیات تحقیق مورد سنجش قرار گرفتند. یافته‌های تحقیق نشان دادند که بین اثربخشی درمان گروهی شناختی-رفتاری سازگاری اجتماعی، بر کنترل عواطف و خودکنترلی تأثیر معناداری دارد؛ و سطح معناداری آن  $(P < 0.05)$  بود.

## کلمات کلیدی:

اثربخشی درمان گروهی شناختی-رفتاری، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر سیرجان، خودکنترلی، سازگاری اجتماعی، کنترل عواطف.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1181386>

