

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت بر امید به زندگی و جهتگیری زندگی نوجوانان تعلل ورز

محل انتشار:

اولین همایش ملی روان شناسی بالینی کودک و نوجوان (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

شهربانو دهرویه - دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی، گروه آموزش عالی ادیب، مازندران، ایران.

نغمه توکلی - دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ساری، ایران.

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت بر امید به زندگی و جهتگیری زندگی نوجوانان تعلل ورز بود. روش پژوهش حاضر تجربی از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان ساری در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۹۹ بودند. نمونه پژوهش شامل ۳۰ دانش آموز دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان ساری بودند که پس از غربالگری از میان دانش آموزان تعلل ورز انتخاب و به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه تعلل ورزی تاکمن، پرسشنامه امید به زندگی میلر و پرسشنامه جهتگیری زندگی شیبور و کارور استفاده شد. جهت تحلیل داده ها از تحلیل کواریانس چندمتغیری با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۵ استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس چندمتغیری (MANCOVA) نشان داد که هر درمان مبتنی بر شفقت سبب بهبود امید به زندگی و جهتگیری زندگی نوجوانان تعلل ورز شده است. با توجه به یافته های این پژوهش میتوان نتیجه گرفت که درمان متمرکز بر شفقت به مراجعین کمک کند تا مهارتهای کلیدی مورد نیاز برای توسعه جنبه ها و ویژگیهای کلیدی شفقت را بیاموزند که تحت عنوان مراقبت از بهزیستی، حساسیت، تحمل پریشانی، همدلی و عدم قضاوت از آنها یاد شده است و این خود سبب بهبود امید به زندگی و تاثیر بر جهت گیری زندگی دانش آموزان و در نتیجه کاهش تعلل ورزی آنان میشود.

کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر شفقت، امید به زندگی، جهتگیری زندگی، نوجوانان تعلل ورز.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1193232>

