

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش خود تنظیمی هیجانی بر کاهش اعتیاد به اینترنت نوجوانان دختر شهر اصفهان

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی آینده پژوهی، علوم تربیتی و روانشناسی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

فرزانه زمانی آب نیلی - کارشناسی ارشد رشه مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

یوسف گرجی - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر عبارت است از بررسی اثر بخشی آموزش خود تنظیمی هیجانی بر کاهش اعتیاد به اینترنت نوجوانان دختر شهر اصفهان. به این منظور از روش نیمه تجربی با پیش آزمون و پس آزمون استفاده شد. جامعه آماری عبارت بود از تمامی دانش آموزان دختر (۱۲ تا ۱۴) ساله ناحیه ۲ شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۵ - ۹۴. به منظور نمونه گیری تعداد ۳۰ نفر از دانش آموزانی که نمره آنها در تست اعتیاد به اینترنت کاپلان بالا می باشد را به طور تصادفی انتخاب و به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. برای گروه آزمایش، آموزش خود تنظیمی هیجانی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای اجرا گردید و گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکردند. ابزار سنجش عبارت بود از پرسشنامه اعتیاد به اینترنت کاپلان (GPUIS). یافته ها نشان داد آموزش خود تنظیمی بر بهبود و کاهش اعتیاد به اینترنت و مولفه های آن از جمله (کسب مزیت اجتماعی، پیامد های منفی، اشتغال ذهنی، تغییر خلق و عملکرد اجتماعی) به صورت معنا داری موثر بوده است و تنها در دو مورد (عملکرد شغلی و تحصیلی و صرف زمان بیش از حد) آموزش خود تنظیمی نتوانست در نمرات افراد گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تغییری ایجاد نماید. نتایج نشان داد آموزش خود تنظیمی یکی از روش های موثر برای کاهش اعتیاد به اینترنت نوجوانان است.

کلمات کلیدی:

آموزش خود تنظیمی هیجانی، اعتیاد به اینترنت، نوجوانان دختر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1246104>

