

عنوان مقاله:

بررسی رابطه کیفیت خواب و نوع تغذیه با هوش هیجانی در دانش آموزان متوسطه شهر یاسوج

محل انتشار:

سومین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم و تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

سیده اشرفی محمودی نیک - دانشجوی کارشناسی، علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور واحد یاسوج

محمد دولت دوست - دکترای فلسفه تعلیم و تربیت، مدرس دانشگاه پیام نور واحد یاسوج

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این پژوهش؛ تعیین رابطه بین کیفیت خواب و نوع تغذیه با هوش هیجانی دانش آموزان متوسطه شهر یاسوج بوده است. این پژوهش به لحاظ هدف؛ کاربردی و روش بررسی آن توصیفی و از نوع تحقیقات همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش آموزان متوسطه شهر یاسوج تشکیل داده اند. نمونه آماری ۳۴۶ نفر تعیین شد که به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. ابزار اندازه گیری پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبورگ ۱۹۸۹ پرسشنامه نگرش تغذیه ای کارنرو همکاران ۱۹۸۹ و پرسشنامه هوش هیجانی پترایدز و فارنهام ۲۰۰۹ می باشد. نتایج پژوهش نشان داد: بین کیفیت خواب و مولفه های آن و هوش هیجانی دانش آموزان ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. بین نوع تغذیه و مولفه های آن و هوش هیجانی دانش آموزان ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که مولفه های کیفیت خواب حدود ۲۶/۰ درصد و مولفه های نوع تغذیه حدود ۱۵/۰ درصد از تغییرات متغیر هوش هیجانی را پیش بینی می نمایند.

کلمات کلیدی:

کیفیت خواب، نوع تغذیه، هوش هیجانی، دانش آموزان، شهر یاسوج

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1250843>

