

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر آموزش تنظیم هیجان با رویکرد اسلامی بر کاهش اضطراب زنان شهر اصفهان

محل انتشار:

فصلنامه زن و مطالعات خانواده، دوره 8، شماره 29 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

فاطمه وارسته خو - کارشناسی ارشد، گروه مشاوره و راهنمایی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی

مجتبی جعفری - استادیار، گروه روانشناسی واحد خمینی شهر (اصفهان) دانشگاه آزاد اسلامی

خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی تاثیر آموزش تنظیم هیجان با رویکرد اسلامی بر کاهش اضطراب زنان بود. روش پژوهش از نوع نیمه تجربی دو گروهی پیش آزمون- پس آزمون می باشد، جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان شهر اصفهان در سال 1393 بود، که تعداد آزمودنی ها 40 نفر از زنانی که احساس اضطراب می کردند به روش داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند و به مدت 10 جلسه به گروه آزمایش آموزش داده شد. جهت سنجش اضطراب آزمودنی ها از پرسشنامه اضطراب بک استفاده شد. نتایج با روش تجزیه و تحلیل کو واریانس مورد تحلیل قرار گرفت. نتیجه گرفته شد که آموزش تنظیم هیجان با رویکرد اسلامی بر کاهش اضطراب زنان موثر است. بنابراین می توان از آموزش تنظیم هیجان با رویکرد اسلامی برای کاهش اضطراب زنان استفاده نمود.

کلمات کلیدی:

اضطراب، تنظیم هیجان، رویکرد اسلام

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1281990>

