

## عنوان مقاله:

رابطه نشخوار فکری و اختلالات خواب نوجوانان

## محل انتشار:

اولین همایش ملی روان درمانی ایران (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

زهرة رفیعی راد - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

سجاد بشرپور - استاد گروه روانشناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

محمد نریمانی - استاد گروه روانشناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

## خلاصه مقاله:

با توجه به شیوع بالای اختلالات خواب مخصوصاً در نوجوانان و بروز مشکلات مربوط به سلامتی و نیز ارتباط آن با نشخوار فکری، توجه به این موضوع امری ضروری می باشد. روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع مطالعات همبستگی است؛ جامعه آماری این پژوهش، عبارت اند از تمامی دانش آموزان دبیرستان دخترانه و پسرانه شهر اردبیل که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل هستند. نمونه آماری شامل ۳۰۰ نفر از دختران و پسران نوجوان دارای اختلال خواب هستند که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله‌ای انتخاب و در این پژوهش شرکت کردند و داده ها با استفاده از نرم افزارهای SPSS۲۴ و تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان دادند که ارتباط مثبت و معناداری بین نشخوار فکری و اختلالات خواب وجود دارد. با توجه به نتایج به دست آمده میتوان نتیجه گرفت نشخوار فکریبا داشتن هیجانات منفی باعث افزایش ابتلا به اختلال خواب می شود.

## کلمات کلیدی:

نشخوار فکری، اختلالات خواب، نوجوانان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1347252>

