

## عنوان مقاله:

اثر بخشی ذهن آگاهی در کنترل خشم و تکانشگری سربازان مرکز آموزش امام سجاد (ع) ارومیه

## محل انتشار:

سومین همایش ملی آسیب های اجتماعی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 25

## نویسندگان:

محمد حافظ نیا - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه

مجید کاوه - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه

میرصادق محمدی - دکتری تخصصی جغرافیا، مرکز تحقیقات پلیس آذربایجان غربی

افشین عیسی زاده - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی بهداری پلیس آذربایجان غربی

یوسف عزتی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی مرکز مشاوره پلیس آذربایجان غربی

## خلاصه مقاله:

با وجود همه فواید خدمت سربازی، سربازان به دور از خانواده اغلب رفتارهای خشم و تکانشگری از خود نشان میدهند که واقعیتی انکارناپذیر است. هدف تحقیق حاضر بررسی اثر بخشی ذهن آگاهی در کنترل خشم و تکانه سربازان مرکز آموزش میباشد. این پژوهش از لحاظ هدف جزء تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا جزء تحقیقات نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری شامل کلیه سربازان مرکز آموزش امام سجاد (ع) ارومیه تشکیل میدهند که برای انتخاب نمونه با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر از افرادی که شرایط ورود به مطالعه را داشته باشند، انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) به صورت تصادفی جایگزین شدند. جهت گردآوری داده ها از پرسشنامه های خشم و کنترل تکانه استفاده شد. فرضیه های پژوهشی با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۱ و آزمون آماری کواریانس تحلیل شدند. نتایج نشان داد که میانگین گروه آزمایش در مولفه های خشم و تکانشگری در بین دو گروه متفاوت میباشد. بنابراین میتوان نتیجه گرفت که تحقیق حاضر نمایانگر تاثیر ذهن آگاهی در کنترل خشم و تکانه است.

## کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، کنترل خشم، کنترل تکانه، سربازان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1349521>

