

## عنوان مقاله:

اثربخشی شفقت درمانی بر استرس ادراک شده نوجوانان

## محل انتشار:

پنجمین کنفرانس ملی روانشناسی (علم زندگی) (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسنده:

آرش رحمن پور - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی شفقت درمانی بر استرس ادراک شده نوجوانان بوده است. روش پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان نوجوانان شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بوده است. ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه استرس ادراک شده بود. با استفاده از روش نمونه گیری دردسترس انتخاب شد و با استفاده از این روش از بین جامعه آماری تعداد ۳۰ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب و بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش ۱۵ نفر و گروه کنترل ۱۵ نفر گمارده شد. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه مورد درمان مبتنی بر شفقت قرار گرفتند و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. بعد از اتمام دوره، هر دو گروه مجدداً مورد ارزیابی (پس آزمون) قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس صورت گرفت. نتایج یافته ها نشان داد که میانگین نمرات استرس ادراک شده در پس آزمون گروه آزمایش نسبت به پیش آزمون معنادار بوده است. بنابراین شفقت درمانی بر استرس ادراک شده نوجوانان تاثیر دارد.

## کلمات کلیدی:

شفقت درمانی، استرس ادراک شده، نوجوانان.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1441468>

