

عنوان مقاله:

اثربخشی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر معنای زندگی و تجربه سوگ در نوجوانان سوگوار

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های میان رشته ای زنان، دوره 3، شماره 1 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

شیما شاملی - دانشجوی کارشناسی ارشد رشته روان شناسی مثبت گرا - اسلامی، موسسه آموزش عالی فاطمیه، شیراز، ایران.

رضا چالمه - دکتری روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران. (نویسنده مسئول)

کاظم خرم دل - استادیار گروه روان شناسی، موسسه آموزش عالی فاطمیه، شیراز، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی راهبردهای شناختی تنظیم هیجان بر معنای زندگی و تجربه سوگ در نوجوانان سوگوار انجام شد. روش پژوهش حاضر، شبه آزمایشی و از نوع پیش آزمون - پس آزمون بود. جامعه آماری را کلیه دانش آموزان دختر و پسر متوسطه دوم شهرستان کازرون تشکیل می دادند که از بین آن ها ۲۰ نفر که تجربه سوگ درجه یک داشتند به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی و مساوی در گروه های آزمایش و کنترل گمارده شدند. همه آزمودنی ها در مرحله پیش آزمون و پس آزمون، پرسش نامه های تجربه سوگ و معنای زندگی را تکمیل کردند. آموزش راهبردهای شناختی تنظیم هیجانی بر اساس مدل گرا، (۲۰۰۸) در هشت جلسه برای گروه آزمایش اجرا شدند. حاکی از آن بود که آموزش راهبردهای شناختی تنظیم هیجان بر نمره کل تجربه سوگ و معنای زندگی و تمام مولفه های این دو متغیر، به جز جستجو برای معنا، اثربخشی معنی داری داشت ($p > 0.05$). باتوجه به یافته های پژوهش کنونی، می توان استفاده از مداخله تنظیم شناختی هیجان گراس را برای افزایش معنای زندگی و کاهش تجربه سوگ نوجوان سوگوار پیشنهاد داد.

کلمات کلیدی:

تجربه سوگ، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، معنای زندگی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1458536>

