

عنوان مقاله:

تعیین تاثیر درمانگری پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه بر خودآگاهی و تنظیم هیجان دانشجویان شهر آمل

محل انتشار:

دهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

فاطمه فلاح - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، موسسه آموزش عالی خزر.

شیمایا حیدری - هیئت علمی گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی خزر.

خلاصه مقاله:

هدف از انجام پژوهش حاضر تعیین تاثیر روان درمانگری پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه بر افزایش خودآگاهی و تنظیم هیجان دانشجویان شهر آمل بوده است. روش این پژوهش از نوع مطالعات آزمایشی با طرح نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان شهر آمل در سال تحصیلی ۹۸ - ۱۳۹۷ بود که از این میان ۳۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در ۲ گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل (آزمایش ۱۵ نفر و کنترل ۱۵ نفر) قرار گرفتند. هر دو گروه به پرسشنامه خود آگاهی خصوصی و پرسشنامه تنظیم هیجان (گراتز و رومر، ۲۰۰۴) در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون پاسخ دادند. و گروه آزمایش روان درمانگری پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه را به مدت ۱۲ جلسه دریافت نمودند. داده ها به وسیله آزمون کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند. نتایج پژوهش نشان از آن داشت در مرحله پس آزمون بین خودآگاهی و تنظیم هیجان گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود داشت. پس می توان نتیجه گرفت که روان درمانگری پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه بر افزایش خودآگاهی و تنظیم هیجان دانشجویان تاثیرگذار است.

کلمات کلیدی:

روان درمانگری پویشی کوتاه مدت با رویکرد همدلانه، خودآگاهی، تنظیم هیجان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1478248>

