

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش شفقت ورزی بر راهبردهای شناختی هیجان و سازگاری اجتماعی

محل انتشار:

هشتمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

محسن بهزادیان - دانشجو کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه سیستان و بلوچستان

افسانه مرزیه - دانشیار روانشناسی تربیتی، دانشگاه سیستان و بلوچستان

خلاصه مقاله:

شفقت خود از جمله متغیرهایی است که امروزه مورد توجه قرار گرفته است. همچنین آموزش مبتنی بر شفقت به خود، به خود شناسی و همدردی با دیگران کمک میکند. هدف پژوهش حاضر، تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر شفقت خود با راهبردهای شناختی هیجان و سازگاری اجتماعی دانش آموزان پایه نهم عشایر سیستان و بلوچستان بود. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه مورد نظر در پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان پایه نهم عشایر سیستان و بلوچستان میباشد. برای انتخاب نمونه ۳۰ نفر از دانش آموزان پایه نهم که سازگاری اجتماعی پایینی داشتند، به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. این تعداد افراد، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه گواه (۱۵ نفر) قرار گرفتند. ابزار اندازه گیری در این پژوهش شامل پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱)، پرسشنامه سازگاری اجتماعی سینها و سینگ (۱۹۹۳) و پکیج آموزشی مبتنی بر شفقت به خود گیلبرت و آیرونز (۲۰۰۴) بود. برای تجزیه و تحلیل داده ها از کوواریانس چند متغیره استفاده شد. یافته های پژوهش حاضر نشان داد، آموزش مبتنی بر شفقت خود بر مولفه های راهبردهای شناختی هیجان دانش آموزان پایه نهم تاثیر دارد. آموزش مبتنی بر شفقت خود بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان پایه نهم تاثیر دارد. پیشنهاد میشود آموزشهایی جهت آشنایی دانش آموزان با راهبردهای شناختی هیجانی برگزار شود.

کلمات کلیدی:

سازگاری اجتماعی، شفقت خود، راهبردهای شناختی هیجان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1494135>

