

عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

معصومه ایزدپناهی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان بود. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر نوع روش پژوهش، نیمه آزمایشی دارای طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی دانشجویان شهر تهران در سال ۱۴۰۱ تشکیل دادند. از میان آنها تعداد ۳۰ نفر با روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند و در دو گروه ۱۵ نفر آزمایش و کنترل قرار داده شدند. جمع آوری اطلاعات مورد نیاز برای این پژوهش به دو صورت کتابخانه ای، مراجعه به اسناد و مدارک و میدانی بوده است. در بخش میدانی پژوهش از مقیاس سازگاری اجتماعی استفاده شد. گروه آزمایش تحت مداخله جلسه های آموزش مهارتهای شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، قرار داده شدند. گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکردند. تحلیل داده های پژوهش با استفاده از نرم افزار آماری SPSS انجام شد. نتایج نشان داد، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان، اثربخش بوده است.

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، سازگاری اجتماعی، دانشجویان، تهران

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1527171>

