

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی آموزش کفایت اجتماعی و تنظیم هیجان بر بی حوصلگی، استفاده از تلفن همراه و گرایش به رفتارهای پرخطر

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، دوره 17، شماره 68 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

سمیه بلندبالا - کارشناسی ارشد روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

محبوبه طاهر - استادیار گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، شاهرود، ایران

خلاصه مقاله:

یکی از ویژگی های بارز دوران نوجوانی، تمایل برای کسب تجارب جدید و آزمودن رفتارهای پرخطر است. بنابراین این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی آموزش کفایت اجتماعی و مهارت های تنظیم هیجان بر آمادگی برای بی حوصلگی، استفاده مشکل زا از تلفن همراه و گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان انجام شد. این پژوهش تجربی از نوع طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان پسر مقطع دوم متوسطه شهر شاهرود در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود که از بین آنها نمونه ای ۴۵ نفری به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب گردید. گروه های آزمایش و گواه به روش تصادفی معادل شدند. آموزش کفایت اجتماعی و آموزش مهارت تنظیم هیجان طی ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای به ترتیب در گروه های آزمایش ۱ و ۲ انجام شد گروه گواه هیچ گونه آموزشی دریافت نکرد. داده ها به کمک پرسشنامه خطرپذیری جوانان زاده محمدی و همکاران (۱۳۹۰)، پرسشنامه آمادگی برای بی حوصلگی فالمن و همکاران (۲۰۱۳) و مقیاس استفاده آسیب زا از تلفن همراه جنارو و همکاران (۲۰۰۷) جمع آوری و با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری تحلیل شدند. یافته ها نشان داد که گروه های آزمایش در مرحله پس آزمون از نظر رفتارهای پرخطر، آمادگی برای بی حوصلگی و استفاده آسیب زا از تلفن همراه کاهش معنی داری داشتند ($P < 0.05$). همچنین آموزش کفایت اجتماعی نسبت به مهارت تنظیم هیجان اثربخشی بیشتری داشت با توجه به نتایج به دست آمده می توان گفت، آموزش کفایت اجتماعی با تعدیل احساسات به مقابله با بی حوصلگی دست زده و با افزایش خودکنترلی، نسبت به آموزش مهارت تنظیم هیجان، تاثیر بیشتری بر عدم استفاده آسیب زا از تلفن همراه و گرایش به رفتارهای پرخطر دارد.

کلمات کلیدی:

کفایت اجتماعی، تنظیم هیجان، بی حوصلگی، استفاده مشکل زا از تلفن همراه، رفتارهای پرخطر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1617043>

