

عنوان مقاله:

رابطه تنظیم شناختی هیجانی و ذهن آگاهی با استفاده آسیب زا از تلفن همراه در میان دانشجویان علوم پزشکی

محل انتشار:

فصلنامه خانواده و بهداشت، دوره 12، شماره 4 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

لیلا ملکی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، واحد علوم پزشکی تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

آمنه سادات کاظمی - استادیار، گروه روانشناسی، واحد علوم پزشکی تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

منصور علی مهدی - استادیار، گروه روانشناسی، واحد علوم پزشکی تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: تلفن همراه بیشترین استفاده را به عنوان وسیله ارتباط شخصی دارد، اما علاوه بر مزایایی که به همراه دارد، خطراتی را نیز متوجه کاربران خود کرده است. هدف از پژوهش حاضر تعیین رابطه تنظیم شناختی هیجانی و ذهن آگاهی با استفاده آسیب زا از تلفن همراه در میان دانشجویان علوم پزشکی بود. روش پژوهش: روش پژوهش توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران در نیمسال اول تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ به تعداد ۵۹۲۸ نفر بود. حجم نمونه با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۲۰۰ نفر برآورد شد. ابزار پژوهش شامل مقیاس استفاده بیش از حد از تلفن همراه (جنارو و همکاران، ۲۰۰۷)، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (گرانفسکی و همکاران، ۲۰۰۱) و مقیاس ذهن آگاهی (بائر و همکاران، ۲۰۰۶) بود. داده ها از طریق همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تحلیل شدند. یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد مولفه های تنظیم شناختی هیجانی شامل سرزنش خود، نشخوارگری، فاجعه پنداری و سرزنش دیگران قادر هستند تغییرات استفاده آسیب زا از تلفن همراه را به صورت مثبت و معنادار و ارزیابی مجدد مثبت و پذیرش تغییرات استفاده آسیب زا از تلفن همراه را به صورت منفی و معنادار پیش بینی نماید. همچنین مولفه های ذهن آگاهی شامل مشاهده، عمل توأم با هوشیاری، غیر قضاوتی بودن و توصیف قادر هستند تغییرات استفاده آسیب زا از تلفن همراه را به صورت منفی و معنادار پیش بینی نماید. نتیجه گیری: بنابراین پیشنهاد می شود تا جلسات و کارگاه های آموزشی مختلفی را در زمینه ی تنظیم شناختی هیجان برای دانشجویان به منظور بهبود متغیرهای مرتبط با ذهن آگاهی جهت استفاده صحیح و موثر از تلفن همراه برگزار شود.

کلمات کلیدی:

تنظیم شناختی هیجانی، ذهن آگاهی، استفاده آسیب زا از تلفن همراه، دانشجویان علوم پزشکی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1627057>

