

## عنوان مقاله:

نقش راهبردهای یادگیری خودتنظیم در راهبردهای مقابله با استرس دانش آموزان متوسطه

## محل انتشار:

پانزدهمین همایش ملی علمی پژوهشی روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسنده:

سیده اقدس متولی زاده بنیزی - کارشناسی ارشد علوم تربیتی تکنولوژی آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد یزد، یزد

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر باهدف بررسی بررسی نقش راهبردهای یادگیری خودتنظیم در راهبردهای مقابله با استرس دانش آموزان متوسطه انجام گرفت. روش پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بوده که جامعه آماری آن تمامی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهرستان بافق در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود و از این جامعه آماری ۲۲۰ نفر به روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای و برمنبای فرمول کوکران از تعداد ۱۰۰۰ نفر انتخاب شدند. برای جمعآوری داده ها از پرسشنامه سبکهای مقابله با استرس و پرسشنامه راهبردهای شناختی و فراشناختی استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از آزمونهای ضریب همبستگی در SPSS-۱۸ انجام شد. یافته ها: نتایج نشان داد که ارتباط معنی داری بین راهبردهای شناختی و فراشناختی با مهارتهای مقابله با استرس دانش آموزان وجود داشت. ( $p < 0.05$ ) علاوه بر این نتایج نشان داد که راهبردهای شناختی و راهبردهای فراشناختی قادر به پیش بینی مهارتهای مقابله با استرس دانش آموزان بودند. طبق یافته های به دست آمده میتوان گفت که راهبردهای شناختی و فراشناختی متغیرهای مهمی برای مهارتهای مقابله با استرس دانش آموزان هستند. بنابراین باید در تحقیقات مربوط به مهارتهای مقابله با استرس، توجه ویژه ای به راهبردهای شناختی و فراشناختی داشت.

## کلمات کلیدی:

راهبردهای مقابله با استرس، راهبردهای شناختی، راهبردهای فراشناختی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1627216>

