

عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر مسئولیت پذیری دانش آموزان ابتدایی شهر اردبیل

محل انتشار:

نخستین همایش ملی ایده های کاربردی در علوم تربیتی، روانشناسی و مطالعات فرهنگی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

رباب نورمحمدملاباشی - دبیر آموزش و پرورش

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این تحقیق اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر مسئولیت پذیری دانش آموزان ابتدایی شهر اردبیل بود. با توجه به اینکه این پژوهش با هدف اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر مسئولیت پذیری دانش آموزان ابتدایی شهر اردبیل انجام شد، بنابراین این پژوهش نیمه آزمایشی (تجربی) بود. از منظر هدف هم چون از نتایج تحقیق مستقیماً می توان استفاده کرد لذا هدف کاربردی بود و از نظر ماهیت نیز کمی بود. جامعه آماری تحقیق حاضر کلیه دانش آموزان ابتدایی شهر اردبیل بودند. برای انتخاب حجم نمونه از جدول کوهن استفاده شد. با اندازه اثر ۵/۰، توان آزمون ۸/۰، تعداد متغیر پنهان ۲، تعداد متغیر آشکار ۲۵ حداقل حجم برای تحقیق اثربخشی ۲۳ گزارش شد که محقق حجم نمونه را ۲۴ در نظر خواهد گرفت و در دو گروه ۱۲ نفر (آزمایشی و کنترل) پژوهش انجام شد. برای انتخاب حجم نمونه آماری از روش نمونه گیری تصادفی سیستماتیک استفاده خواهد شد تا واریانس نمرات آزمودنی ها کنترل شوند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه مسئولیت پذیری (گلن و نلسون، ۱۹۹۸) استفاده شد. این پرسشنامه از نظر پایایی و روایی کاملاً هنجاریابی شده و استاندارد است. یافته های تحقیق حاکی از آن بودند که درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر مسئولیت پذیری دانش آموزان ابتدایی شهر اردبیل موثر است ($p < 0.05$) و درمان مبتنی بر ذهن آگاهی ۷۵ درصد از مسئولیت پذیری را می تواند پیش بینی کند. آموزش ذهن آگاهی با تلفیقی از تن آرامی و مراقبه ی ذهن آگاهی یکی از روش های درمانی مبتنی بر کاهش استرس و روان درمانی است که در آن بازنمایی ذهنی اشیا موجود در زندگی که از کنترل بالا فاصله انسان خارج است، از طریق تنفس و فکر کردن آموزش داده می شود و این روش درمانی موجب ایجاد سلامت روانی و در امتداد آن در افزایش مسئولیت پذیری تاثیر دارد. کلیدواژه: شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، مسئولیت پذیری، دانش آموزان ابتدایی، شهر اردبیل

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1638840>

