

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی شفقت ورزی و آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهزیستی روانشناختی نوجوانان

محل انتشار:

فصلنامه خانواده درمانی کاربردی، دوره 3، شماره 4 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

حسین سلیمانپور مقدم - دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

علی سعیدی - استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

حسین مهدیان - استادیار، گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی شفقت ورزی و آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) بر بهزیستی روانشناختی انجام شد. و از جایی که از جمله دغدغه های متخصصان آموزشی هر جامعه ای، بررسی مشکلات عاطفی، روانی و رفتاری دانش آموزان از طرفی و ارتقاء سطح بهداشت روانی آنان از طرفی دیگر می باشد، به نظر می رسد این دو روش می توانند در این راستا به افزایش بهزیستی روانشناختی دانش آموزان کمک نمایند. این مطالعه، یک پژوهش تجربی با طرح پیش آزمون - پس آزمون بایگیری و گروه کنترل بود. جامعه پژوهش، دانش آموزان پسر پایه یازدهم در ناحیه چهار آموزش و پرورش شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰ بودند که با روش نمونه گیری خوشه ای، از مدارس که دارای حداقل چهار پایه یازدهم بودند یک مدرسه به شیوه تصادفی انتخاب و سپس سه کلاس به شیوه تصادفی انتخاب و به صورت قرعه کشی در سه گروه جایگزین شدند. گروه های آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به تفکیک با روش های شفقت ورزی و آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) آموزش دیدند و گروه کنترل، آموزشی دریافت نکرد. ابزار پژوهش، مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف (فتحی آشتیانی و همکاران، ۱۳۹۵) بود. داده ها در نرم افزار SPSS۲۵ با روش های تحلیل واریانس اندازه گیری های مکرر عاملی تک متغیره و آزمون تعقیبی بنفرونی تحلیل شدند. نتایج حاکی از اثربخشی هر دو روش شفقت و آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) در افزایش بهزیستی روانشناختی بود (۱۰۱/۰٪)

کلمات کلیدی:

شفقت ورزی، آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد، بهزیستی روانشناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1645794>

