

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر اشتیاق تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، دوره 12، شماره 1 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

علی سلمانی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

حمیده روشنی خیای - آموزش و پرورش منطقه لاهورد، مشکین شرقی، اردبیل، ایران

زهره اسماعیلی - کارشناسی روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر اشتیاق تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی بود. موارد و روش‌ها: روش پژوهش حاضر آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم دارای اضطراب اجتماعی در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ شهرستان اردبیل بود. بدین منظور تعداد ۲۸ دانش آموز دارای اضطراب اجتماعی بر حسب ملاک‌های ورود به پژوهش به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۴ نفر) جایگزین شدند. پس از انجام پیش آزمون به کمک پرسشنامه‌های اشتیاق تحصیلی فردریکز، بلومفیلد، پاریس و سازگاری اجتماعی کالیفرنیا کلارک و همکاران، گروه آزمایشی ۸ جلسه (هر هفته دو جلسه) ۷۵ دقیقه‌ای برنامه آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی را دریافت کرد. درحالی که گروه کنترل هیچ برنامه مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های به دست آمده با استفاده از روش تحلیل کواریانس چندمتغیری تجزیه و تحلیل شد. یافته‌ها: نتایج نشان داد که آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی موجب تفاوت معنادار بین اشتیاق تحصیلی و سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی شده است ($P < 0/05$). نتیجه‌گیری: آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر اشتیاق تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی تاثیر مثبت دارد. بنابراین می‌توان گفت که از این برنامه می‌توان برای کمک به دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، اشتیاق تحصیلی، سازگاری اجتماعی و دانش آموزان دارای اضطراب اجتماعی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1686654>

