

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش همدلی بر انعطاف پذیری و خودمهارگری اجتماعی دانش آموزان دختر پایه دهم دبیرستان

## محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و فلسفه (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

سارا کاویانی - کارشناس ارشد، روانشناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران، ایران

محمد پورگنجی - کارشناس ارشد، روانشناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد انار، ایران

## خلاصه مقاله:

تحقیق حاضر با هدف تاثیر آموزش همدلی بر انعطاف پذیری و خودمهارگری اجتماعی دانش آموزان دختر پایه دهم دبیرستان شهر تهران انجام شد. طرح پژوهشی تحقیق حاضر از نوع نیمه آزمایشی با دو گروه آزمایش و کنترل و سنجش پیش آزمون و پس آزمون بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دختران دانش آموز سال دهم در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ تشکیل داد. برای انتخاب افراد نمونه در این پژوهش، از روش نمونه گیری در دسترس، استفاده شد؛ به گونه ای که از میان دانش آموزان داوطلب ۳۰ نفر انتخاب شده و سپس به صورت تصادفی، در هر گروه آزمایش و کنترل، ۱۵ نفر جای گذاری شدند. آموزش همدلی بر اساس پروتکل وزیری و لطیفی کاشانی (۱۳۹۰) در ۸ جلسه برای گروه آزمایش انجام شد. افراد در پیش آزمون و پس آزمون به پرسشنامه های تحقیق پاسخ دادند. نتایج حاکی از آن بود که آموزش همدلی بر بهبود انعطاف پذیری و خودمهارگری اجتماعی دانش آموزان دختر پایه دهم دبیرستان تاثیر دارد، در نتیجه توصیه می شود آموزش همدلی در مدارس به منظور بهبود انعطاف پذیری و خودمهارگری دانش آموزان اجرا شود.

## کلمات کلیدی:

آموزش همدلی؛ انعطاف پذیری؛ خودمهارگری اجتماعی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1698628>

