

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش خود متمایزسازی بر ناگویی هیجانی در دانشجویان

## محل انتشار:

اولین همایش ملی خانواده سالم، جامعه سالم (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

تکتم سادات جعفرطباطبایی - استادیار، گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران

محمد شوراچی - کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران.

مرجان ضمائی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران.

## خلاصه مقاله:

افراد بر اثر آموزش سطوح تمایز یافتگی ناگویی هیجانی در برابر مشکلاتشان را بالا می برند در این راستا می توانند راهبردهای مناسب را در موقعیت های مختلف زندگی و مواجهه با مشکلات بکار بندند. هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بر ناگویی هیجانی در دانشجویان بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان متاهل کارشناسی و کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه آزاد واحد بیرجند بود. نمونه آماری ۳۶ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد بودند که به صورت هدفمند انتخاب شده و افرادی که در پرسشنامه ، ناگویی هیجانی یک انحراف معیار پایین تر از میانگین بودند انتخاب گردیده و به صورت تصادفی در دو گروه، ۱۸ نفر گروه آزمایش و ۱۸ نفر گروه کنترل جایگزین شدند. ابزار این پژوهش پرسشنامه ناگویی هیجان ی (بشارت، ۲۰۰۷) و مداخله تمایز یافتگی بر اساس تئوری سیستمی بوئن (۱۹۷۸) بود که در هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای برای گروه آزمایش توسط پژوهشگر انجام شد و گروه کنترل هیچ گونه مداخله آموزشی دریافت نکردند. نتایج به دست آمده با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره و چند متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۲ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت . نتایج بیانگر وجود تفاوت معنی داری میان گروه آزمایش و کنترل بود؛ یعنی اینکه مداخله تمایز یافتگی افزایش معنی داری بر ناگویی هیجانی دانشجویان داشته است .

## کلمات کلیدی:

آموزش خود متمایزسازی ، ناگویی هیجانی ، دانشجویان.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1736740>

