

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس بر بهبود اختلالات افسردگی دانش آموزان دارای اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر

## محل انتشار:

دومین همایش بین المللی علوم تربیتی، مشاوره، روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

حنانه مقنی پور - دانشجوی کارشناسی ارشد، مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تیران، تیران، ایران

علیرضا شیرازی تهرانی - استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده ی ادبیات، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تیران، تیران، ایران

مصطفی مظاهری - استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تیران، تیران، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر تعیین میزان اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس بر بهبود اختلالات افسردگی دانش آموزان دارای اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر بود. روش این پژوهش مطالعه کاربردی از نوع نیمه تجربی، با طرح پیش آزمون، پس آزمون و با گروه آزمایش، کنترل و پیگیری بود. جامعه آماری در این پژوهش کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول (۳۰۰ نفر) دارای اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ در شهرستان نجف آباد بودند. از بین جامعه آماری، ۳۶ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به شیوه تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار داده شدند. ابزار گردآوری اطلاعات جلسات راهبرد های تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس (گراس، ۲۰۰۷)، پرسشنامه خلق و احساس انگلود، کاستلو، پیکلز و ویندر (۱۹۸۷) بود. داده ها با روش تحلیل واریانس با اندازه گیریهای مکرر با استفاده از نرم افزار SPSS ویراست ۲۶ انجام شد. نتایج نشان داد: آموزش راهبردهای تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس بر بهبود اختلالات افسردگی دانش آموزان دارای اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر تاثیرگذار است. ( $p < 0/05$ )

## کلمات کلیدی:

راهبرد های تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس، اختلالات افسردگی، دانش آموزان، اختلال بی نظمی خلق اخلاکگر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1757135>

