

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش ذهن آگاهی بر تنظیم هیجان منفی در دانش آموزان مبتلا به اختلال خوردن

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

حکیمه نکونام - دانشجوی کارشناسی ارشد، مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تیران، تیران، ایران

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

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثر بخشی آموزش ذهن آگاهی بر تنظیم هیجان منفی در دانش آموزان مبتلا به اختلال خوردن انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان دختر مدارس مقطع متوسطه اول شهر خمینی شهر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مبتلا به اختلال خوردن است که از بین آنها ۴۰ نفر با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره ی آزمایش و کنترل قرار گرفتند. جمع آوری داده های این پژوهش از طریق مقیاس تشخیصی اختلال خوردن استیک و همکاران (۲۰۰۱) و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۱) به انجام رسید و با استفاده از روش های آماری توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) و آزمون های آماری متناسب با پژوهش از جمله تحلیل کواریانس چند متغیری (مانکوا) مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج حاصل از تحلیل داده های آماری نشان داد که بین گروه آزمایش که تحت تاثیر آموزش ذهن آگاهی قرار گرفتند و گروه کنترل که تحت هیچگونه آموزشی قرار نگرفتند، در نمرات تنظیم هیجان منفی تفاوت معناداری وجود دارد. ($P < 0/05$) یافته های پژوهش حاضر نشان داد که آموزش ذهن آگاهی بر تنظیم هیجان مثبت در دانش آموزان مبتلا به اختلال خوردن موثر است.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، تنظیم هیجان منفی، اختلال خوردن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1764399>

