

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش گروهی تکنیک های ذهن آگاهی بر شادکامی و عزت نفس در بین دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهر نیشابور

محل انتشار:

سومین همایش بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و فرهنگی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

زهرا بلوکی - دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

محمد حیدری - عضو هیئت علمی گروه مدیریت، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

فرزانه شیرازیان - دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

پریسا سیرجانی - دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش گروهی تکنیک های ذهن آگاهی بر شادکامی و عزت نفس در بین دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهر نیشابور است. این تحقیق کاربردی به روش توصیفی پیمایشی از شاخه مطالعات میدانی انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهر نیشابور خواهد بود. برای انتخاب نمونه با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر از افرادی که شرایط ورود به پژوهش را داشته باشند، انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) به طور تصادفی جایگزین خواهند شد. با توجه به متغیرهای پژوهش ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه است که روایی و پایایی آن تست شده است و برای آموزش گروهی تکنیک های ذهن آگاهی از شرح جلسات کابات زین، ۱۹۹۸ استفاده شد. آزمون فرضیه ها و تجزیه و تحلیل اطلاعات از میانگین و انحراف استاندارد نمرات در سطح توصیفی و از تحلیل کوواریانس چند متغیره به منظور مقایسه میانگین نمرات گروه ها در مرحله پیش آزمون و پس آزمون استفاده می گردد. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات پژوهش از نرم افزار SPSS ۲۲ استفاده می شود. نتایج نشان داد که، آموزش گروهی تکنیک های ذهن آگاهی بر شادکامی و عزت نفس در بین دانش آموزان دوره اول ابتدایی شهر نیشابور رابطه مثبت و معنادار دارد.

کلمات کلیدی:

آموزش گروهی تکنیک های ذهن آگاهی / شادکامی / عزت نفس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1771067>

