

عنوان مقاله:

اثر ذهن آگاهی بر اضطراب و عزت نفس دانش آموزان پسر ابتدایی

محل انتشار:

هفدهمین همایش ملی علمی پژوهشی روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسنده:

مأده البوغیش - عضو پژوهشکده تعلیم و تربیت آموزش و پرورش استان خوزستان، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه: اختلال یادگیری یکی از رایج ترین اختلال های کودکان سنین مدرسه محسوب می شود. این کودکان به طور معمول در زمینه های مختلف های نظیر تحصیلی، شناختی و هیجانی با مشکل روبه رو هستند. هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی درمان ذهن آگاهی بر میزان اضطراب اجتماعی و عزت نفس دانش آموزان ابتدایی (پایه چهارم تا ششم) دارای اختلال یادگیری بود. روش: این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان (پسر) در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲، در مقطع ابتدایی پایه چهارم تا ششم بود. که از میان دانش آموز مشغول به تحصیل در دبستان ۳۰ نفر به طور تصادفی انتخاب شدند به طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره گواه و آزمایش تقسیم شدند. برای جمع آوری داده ها از دو پرسشنامه اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS) و پرسشنامه عزت نفس کوپر-اسمیت استفاده شد. یافته ها: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری نشان داد که که درمان ذهن آگاهی اضطراب اجتماعی را کاهش و عزت نفس دانش آموزان را افزایش می دهد ($P < 0/01$). نتیجه گیری: می توان نتیجه گرفت با آموزش ذهن آگاهی به دانش آموزان دارای اختلال یادگیری اضطراب اجتماعی و عزت نفس آنها را بهبود بخشید.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، اضطراب، عزت نفس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1791509>

