

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر کمال گرایی دانش آموزان دختر دبیرستانی دارای اضطراب امتحان

محل انتشار:

ششمین همایش ملی فناوری های نوین در تعلیم و تربیت، روانشناسی و مشاوره ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

فریبا چراغی - کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه خلیج فارس بوشهر

علی پاکیزه - دکتری روانشناسی شخصیت ، دانشیار دانشگاه خلیج فارس بوشهر

یوسف دهقانی - دکتری روانشناسی تربیتی ، استادیار دانشگاه خلیج فارس بوشهر

خلاصه مقاله:

سنین نوجوانی از مهمترین دوره های رشدی در طول زندگی است و سلامت روان در این دوره سنی از اهمیت به سزایی برخوردار است . اضطراب امتحان از شایع ترین ناهنجاری های روانی در دوره نوجوانی به شمار می آید و بر اساس نظری از جمله رفتارهای روانشناختی که در کنار این هیجان بروز پیدا می کند و به عنوان عامل زمینه ساز این اختلال به حساب می آید کمال گرایی است ، با توجه به شواهد نقش سلامت روان در دوران نوجوانی در آینده تحصیلی و شغلی این افراد بسیار پر رنگ است . هدف پژوهش حاضر سنجش اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر کمال گرایی دختران دبیرستانی دارای اضطراب امتحان بوده است . پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ نحوه جمع آوری اطلاعات تجربی از نوع نیمه آزمایشی با طرح پس آزمون پیش آزمون با گروه آزمایش و گروه کنترل بوده است . جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان دختر دبیرستانی شهرستان بوشهر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بوده است . که نوع نمونه گیری در مرحله انتخاب به صورت داوطلبانه تعداد ۲۶ نفر از میان دانش آموزانی که حداقل نمره ۳۷ را از پرسشنامه اضطراب امتحان اهواز (ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۷۴) کسب کرده بودند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در گروه آزمایش پذیرش و تعهد (۱۳ نفر) یک گروه کنترل (۱۳ نفر) جایگزین شدند. ابتدا در مرحله پیش آزمون هر دو گروه پرسشنامه های مربوط به متغیرهای پژوهش را تکمیل کردند، سپس گروه آزمایش تحت درمان مداخله پذیرش و تعهد به تعداد هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای و گروه کنترل (انتظار) تحت تاثیر هیچ مداخله ای قرار نگرفت و بعد از طی دوره از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. برای سنجش متغیرهای پژوهش از پرسشنامه ها اضطراب امتحان اهواز (ابوالقاسمی و همکاران، ۱۳۷۴) ، پرسشنامه کمال گرایی هویت و فلت بهره برده شد جهت تجزیه و تحلیل یافته ها از آزمون تحلیل کواریانس و نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج پژوهش حاضر گویای این بوده است که درمان پذیرش و تعهد در کاهش کمال گرایی و اضطراب امتحان دانش آموزان دختر دبیرستانی موثر است

کلمات کلیدی:

درمان پذیرش و تعهد ، اضطراب امتحان ، کمال گرایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1836867>

