

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش خود تنظیمی با تعامل شاخص توده بدنی بر کنترل وزن، کارکردهای اجرایی و تنظیم هیجان نوجوانان چاق و دارای اضافه وزن

محل انتشار:

مجله دستاوردهای روانشناختی، دوره 27، شماره 2 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 24

نویسندگان:

محمد وطن خواه - *Ph.D. Graduated of General Psychology, Department of Psychology, University of Guilan, Guilan, Iran*

موسی کافی - *Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology, University of Guilan, Guilan, Iran*

عباس ابوالقاسمی - *Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology, University of Guilan, Guilan, Iran*

ایرج شاکری نیا - *Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology, University of Guilan, Guilan, Iran*

خلاصه مقاله:

چکیدهها توجه به دشواری در تنظیم هیجان و کارکردهای اجرایی نوجوانان چاق استفاده از مداخلات روان شناختی جهت تنظیم هیجان و بهبود کارکردهای اجرایی نوجوانان چاق از اهمیت بالایی برخوردار است. هدف این پژوهش اثربخشی آموزش خودتنظیمی بر کنترل وزن، کارکردهای اجرایی و تنظیم هیجان در نوجوانان چاق و دارای اضافه وزن بود. طرح پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی و با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل نوجوانان چاق و دارای اضافه وزن شهر اصفهان بود که در سال ۱۳۹۸ به مراکز بهداشت این شهرستان مراجعه نموده اند. روش نمونه گیری به صورت در دسترس از میان مراجعه کنندگان به مراکز سلامت شهر اصفهان انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه دشواری تنظیم هیجان گراتز و رومر (۲۰۰۴)، آزمون ویسکانسین و استروپ جهت سنجش کارکردهای اجرایی بودند. داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری تحلیل شدند. نتایج تحلیل های پژوهش نشان داد که آموزش خودتنظیمی بر سطح توده بدنی، تنظیم هیجان و کارکردهای اجرایی شرکت کنندگان موثر بود، با این حال سطح توده بدنی آزمودنی ها به عنوان متغیر مستقل دوم در نتایج پژوهش دخیل نبود. آموزش مبتنی بر تنظیم رفتار بر شاخص توده بدنی، تنظیم هیجان و کارکردهای اجرایی بدون توجه به سطح چاقی و اضافه وزن شرکت کنندگان موثر بود. با توجه به نتایج پژوهش می توان نتیجه گرفت آموزش خودتنظیمی می تواند از طریق بهبود کارکردهای اجرایی و تنظیم هیجان منجر به بهبود خودکنترلی و مدیریت خوردن در نوجوانان شده و در نتیجه موجب کاهش سطح توده بدنی آن ها می شود.

کلمات کلیدی:

obese adolescents, self regulation, executive functions, emotion regulation

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1891723>



