

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش ذهن آگاهی بر سبک های مقابله ای و سرمایه های روانشناختی در معلمان مقطع ابتدایی

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی و ششمین کنفرانس ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

زینب شهبابی  
حکیمه شعبانی نژاد  
مهری ریوندی

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر سبک های مقابله ای و سرمایه های روانشناختی در معلمان مقطع ابتدایی شهر اسفراین به انجام رسیدن این پژوهش به صورت طرح پیش آزمون-پس آزمون انجام شدن جامعه آماری شامل کلیه ی معلمان مقطع ابتدایی شهر اسفراین بودند که تعداد ۳۰ نفر با روش نمونه گیری به شیوه تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه کنترل (هر گروه ۱۵ نفر)، جایگزین شدند، از ابزار پژوهش پرسشنامه عبارتند از: سبک های مقابله ای اندلر و پارکر (۱۹۹۰) و پرسشنامه سرمایه های روانشناختی لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شدن روش تجزیه و تحلیل داده های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۲ و آزمون تحلیل کواریانس یک راهه و آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره مورد تحلیل قرار گرفتن نتایج حاصل نشان داد که آموزش ذهن آگاهی موجب افزایش سبک های مقابله ای و سرمایه های روانشناختی معلمان می شود، طبق نتایج از فرضیه ها میان دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد و آموزش ذهن آگاهی اثربخشی بیشتری دارد.

## کلمات کلیدی:

آموزش ذهن آگاهی، سبک های مقابله ای، سرمایه روانشناختی، معلمان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1930518>

