

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی دو روش آموزش تنظیم هیجانی و بازآموزی اسنادی بر بهبود نشانه های اهمالکاری دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی آجا

محل انتشار:

فصلنامه ابن سینا، دوره 25، شماره 4 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

نادیا سلطانی - Department of psychology, Aja University of Medical Sciences, Tehran, Iran

علی شیخ الاسلامی - Department of psychology, Aja University of Medical Sciences, Tehran, Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و اهداف: اهمالکاری بر عملکرد تحصیلی دانشجویان بسیار تاثیرگذار است و عدم پیشگیری از آن خسارات جبران ناپذیری تحمیل می کند. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مداخله بازآموزی اسنادی و تنظیم هیجانی بر بهبود نشانه های اهمالکاری دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی آجا انجام شد. روش بررسی: این مطالعه از نوع نیمه آزمایشی همراه با مراحل پیش آزمون و پس آزمون بود. از بین دانشجویان مشغول به تحصیل در نیمسال اول تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ با روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ دانشجو که با توجه به پرسشنامه SCL-9۰ از سلامت روانی برخوردار بودند و در عین حال بالاترین نمره را در پرسشنامه اهمالکاری تحصیلی سولومون و راث بلوم کسب کردند به عنوان نمونه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی قرار گرفتند. آموزش های بازآموزی اسنادی در طی ۷ جلسه و تنظیم هیجانی طی ۸ جلسه یک ساعته به اعضای دو گروه آزمایشی ارائه گردید. از مقیاس اهمالکاری در مراحل پیش آزمون و پس آزمون استفاده شد. داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تک متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: با کنترل اثرات پیش آزمون، دو روش مداخله بر بهبود نشانه های اهمالکاری تاثیرگذار بود و نتایج حاصل از آزمون تعقیبی نشان می دهد که روش بازآموزی اسنادی در بهبود علائم اهمالکاری نسبت به روش تنظیم هیجانی اثربخش تر است. نتیجه گیری: استفاده از نتایج پژوهش حاضر در طراحی برنامه های آموزشی پیشگیرانه و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان موثر است.

کلمات کلیدی:

Cognitive Training, Emotional Regulation, Procrastination, آموزش شناختی، تنظیم هیجانی، اهمالکاری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1936163>

