

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی بر گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش آموزان

محل انتشار:

فصلنامه تحقیقات راهبردی در تعلیم و آموزش و پرورش، دوره 1، شماره 9 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

فرانک فخارنژاد - کارشناسی ارشد مهندسی برق، دانشگاه صنعتی امیرکبیر

فرونوش صدراقتی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تهران مرکز واحد الکترونیک

الهه قدیریان - کارشناسی الهیات، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرری

هلن حنائی اهواز - دانشجوی دکتری بهداشت مواد غذایی گرایش کنترل کیفیت، دانشگاه آزاد

خلاصه مقاله:

رفتارهای پرخطر به رفتارهایی گفته می شود که سلامت و بهزیستی جسمی، روان شناختی و اجتماعی افراد و جامعه را به خطر می اندازد. دوره نوجوانی که با تغییرات جسمانی، روانشناختی و اجتماعی گسترده همراه است، به دلیل خودمحوری و عدم درک مناسب نوجوانان از رفتارهای خود، مرحله مهمی برای شروع رفتارهای پرخطر محسوب می شود. این پژوهش به روش توصیفی - تحلیلی و با هدف بررسی اثربخشی درمان گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی بر گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش آموزان انجام گرفته است. یافته های پژوهش نشان می دهد ذهن آگاهی به عنوان عدم قضاوت و آگاهی لحظه به لحظه از تجربه حال حاضر، به عنوان راهبردی درمانی حضور ذهن را به عنوان هدف درمان با تمرینهایی مانند توقف تفکر هوشیار و مشاهده غیر قضاوتی افکار خود فرد ادغام می کند و بر مبنای این عملکرد در کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش آموزان، نقش موثری ایفا می کند.

کلمات کلیدی:

فعالیت فوق برنامه، مهارت اجتماعی، عملکرد تحصیلی، دانش آموزان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1965158>

