

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر تنظیم هیجان دانش آموزان

## محل انتشار:

سومین همایش ملی روان شناسی بالینی کودک و نوجوان (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

عفت یاسی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیرجند، بیرجند، ایران

معصومه رحیمی - کارشناسی روانشناسی، دانشگاه پیام نور واحد بیرجند، بیرجند، ایران

ریحانه شرافتی نیا - کارشناسی آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان، بیرجند، ایران

مرضیه مویدی - کارشناسی ارشد روانسنجی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، ایران

## خلاصه مقاله:

مطالعه حاضر باهدف تعیین اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر تنظیم هیجان دانش آموزان انجام شد. نتایج نشان داد که آموزش راهبردهای خودتنظیمی موجب بهبود تنظیم هیجان دانش آموزان شد. پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه مورد مطالعه پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دختر پایه نهم شهر بیرجند در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که از جامعه پژوهش ۳۰ نفر بهصورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه گواه و آزمایش قرار گرفتند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه تنظیم هیجان کراس و جان (۲۰۰۳) استفاده شد. در تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ و آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش راهبردهای خودتنظیمی موثر بوده و موجب بهبود خودتنظیمی هیجانی دانش آموزان میگردد. همچنین اندازه اثر نشان میدهد که آموزش خودتنظیمی ۳۲/۵ درصد از تغییرات خودنظم جویی هیجان را تبیین میکند.

## کلمات کلیدی:

خودتنظیمی، تنظیم هیجان، دانش آموزان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1989156>

