

عنوان مقاله:

نقش تعدیل گری جنسیت در کیفیت خواب و رابطه ی آن با عملکرد تحصیلی در مقطع دبیرستان

محل انتشار:

نوزدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

فاطمه غلامی فرد - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

پوریا الوندی - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

علیرضا عبدی جیلو - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

پریسا واحدپورهمدانی - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

خواب یکی از مهمترین چرخه های شبانه روزی و یک الگوی پیچیده زیست شناختی است تحقیقات نشان داده است که محرومیت از خواب باعث کاهش سیستم ایمنی و کاهش توانایی حداکثری سطح فعالیت و همچنین مشکلات روانی افراد می گردد. هدف پژوهش نقش تعدیل گری جنسیت در کیفیت خواب و عملکرد تحصیلی می باشد. روش پژوهش با هدف کاربردی و مطالعه یتوصیفی از نوع همبستگی می باشد. جامعه ی آماری پژوهش شامل دانش آموزان مقطع دبیرستان دوره اول ناحیه ۲ آموزش و پرورش استان زنجان در سال تحصیلی ۱۴۰۳ - ۱۴۰۲ می باشد. نمونه شامل دختران و پسران به تعداد ۳۵۰ که مطابق جدول حجم نمونه مورگان به صورت نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. تفکیک پژوهشی در بین جنسیت به صورت مساوری تقسیم شده است و جهت کشف رابطه بین متغیرها از روشهای آماری توصیفی و استنباطی استفاده شده است و نقش جنسیت به عنوان تعدیل گر مورد بررسی گرفت. یافته ها نشان داد جنسیت تاثیر کیفیت خواب بر عملکرد تحصیلی را تعدیل می کند. همچنین جنسیت تاثیر عدم تداوم خواب بر عملکرد تحصیلی را تعدیل می کند. تاثیر تعدیل گری جنسیت عدم کیفیت خواب و عدم تداوم خواب با زیر مولفه های عملکرد تحصیلی به جز عدم تداوم خواب بر تاثیرات هیجانی را تعدیل می کند. نتایج بدست آمده از این پژوهش نقش تعدیل گری در کیفیت خواب و عملکرد تحصیلی با سطح معناداری $P=0/01$ هر دو معنادار می باشد. به طور کلی تاثیر عدم کیفیت خواب در عملکرد تحصیلی دختران بیشتر از پسران است. و تاثیر عدم تداوم خواب در عملکرد تحصیلی پسران بیشتر از دختران می باشد. پیشنهاد می شود عدم کیفیت خواب از لحاظ مشکلات روانشناختی بیشتر بررسی شود.

کلمات کلیدی:

جنسیت، کیفیت خواب، عملکرد تحصیلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1998734>

