

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر تحمل پریشانی کودکان افسرده

## محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

آتنا اسدی نیا - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران

محمدرضا خدابخش - گروه روانشناسی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر تحمل پریشانی کودکان افسرده انجام شد. در این پژوهش که از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود، ۳۰ نفر از کودکان افسرده یکی از مراکز مشاوره آموزش و پرورش شهر مشهد، به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. سپس جلسات آموزشی برای افراد گروه آزمایش، به صورت گروهی طی ۸ جلسه، بر اساس مدل تنظیم هیجان گراس اجرا گردید؛ درحالیکه همچنین مداخله های برای گروه کنترل صورت نگرفت. پرسشنامه تحمل پریشانی (سیمونز و گاهر، ۲۰۰۵) در مورد شرکت کنندگان اجرا گردید. از شاخص های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش استفاده گردید. نتایج به دست آمده نشان داده بین دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر تحمل پریشانی تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0.05$ ). از این رو آموزش تنظیم هیجان میتواند به عنوان یکی از مداخلات موثر توسط درمانگران جهت افزایش تحمل پریشانی کودکان افسرده به کار گرفته شود.

## کلمات کلیدی:

آموزش تنظیم هیجان، تحمل پریشانی، افسردگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1998844>

