سیویلیکا - ناشر تخصصی مقالات کنفرانس ها و ژورنال ها گواهی ثبت مقاله در سیویلیکا CIVILICA.com



عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش گروه ی ذهن آگاهی بر شاخص تنظیم هیجان در نوجوانان دختر وابسته به اینترنت

محل انتشار:

اولین همایش بین المللی و دومین همایش ملی زیستن با کیفیت از منظر روانشناسی، مشاوره و مددکاری اجتماعی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

مریم اندیشه – دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد رودهن، دانشگاه اَزاداسلامی، رودهن، ایران

افسانه طاهری – استادیار، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش گروهی ذهن آگاهی بر شاخص تنظیم هیجان در نوجوانان دختر وابسته به اینترنت انجام شد. پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی نوجوانان دختر مشغول به تحصیل در دوره متوسطه دوم شهر تهران- منطقه ۲۲ در سال تحصیلی ۱۴۰۲ – ۱۴۰۱ بود، که با روش نمونه گیری در دسترس از بین دانش آموزانی که واجد ملاکهای ورود به پژوهش بودند، تعداد ۴۰ نفر انتخاب و با انتساب تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری آزمایش و کنترل جایگزین شدند. برای گردآوری اطلاعات علاوه بر چک لیست اطلاعات دموگرافیک-فرم محقق ساخته از پرسشنامه اعتیاد به اینترنت (یانگ، ۱۹۹۶) و پرسشنامه تنظیم هیجان (گراس و جان، ۲۰۰۳) استفاده شد. آزمودنی های گروه آزمایش ۹ جلسه مداخله به شیوه ذهن آگاهی به صورت جلسات هفتگی و هر جلسه ۵/ ۱ ساعت دریافت کردند اما گروه کنترل این مداخله را دریافت نکرد. تحلیل داده ها با روشهای آمار توصیفی، آزمون پیش فرض های آماری و آزمایش و کنترل تغییر معناداری در تنظیم هیجان (۱۸۸ / ۱۸۷) ۹ و ۲۰۰۰ / ۲۰۰۰ ماری و آزمایش بهبود یافته است (۲۰ / ۰۰)

كلمات كليدى:

آموزش ذهن آگاهی، تنظیم هیجان، دانش آموزان دختر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

https://civilica.com/doc/2010094

