

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد بر سرزندگی ذهنی دانش آموزان دختر

## محل انتشار:

مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره 7، شماره 78 (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

فائزه بختیار پاکزاد - کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، موسسه آموزش عالی خراسان، مشهد، ایران

زهرا خوشنویسان - استادیار گروه روان شناسی، موسسه آموزش عالی، خراسان، مشهد، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: یکی از مهم ترین عوامل موثر و کلیدی برای یادگیری و توسعه شخصی دانش آموزان در رسیدن به پیشرفت و موفقیت تحصیلی، سازه سرزندگی است که به عنوان پایه و اساسی برای تلاش های اصلاح گرایانه در حوزه تعلیم و تربیت مدنظر قرار گرفته است. در این راستا، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد بر سرزندگی ذهنی دانش آموزان دختر انجام شد. روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود و جامعه آماری آن را کلیه دانش آموزان دختر پایه دهم شهر مشهد (منطقه ۷) تشکیل داد که از این بین ۳۰ نفر که حاضر به همکاری بودند و ملاک های ورود به پژوهش را داشتند به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب و به طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) منتسب شدند. سپس گروه آزمایش در طی هشت جلسه آموزشی ۶۰ دقیقه ای، بر اساس پکیج درمانی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ایزدی و عابدی (۱۳۹۵) مورد آموزش قرار گرفتند در حالی که گروه کنترل هیچ آموزشی را دریافت نکردند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سرزندگی ذهنی دسی و رایان (۱۹۷۷) بود و تجزیه و تحلیل داده ها نیز با استفاده ضریب تحلیل کوواریانس تک و چندمتغیره انجام شد. یافته ها: نتایج تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سرزندگی ذهنی دانش آموزان دختر موثر است. نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر، پیشنهاد می شود کلاس های درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در کلینیک ها و مراکز درمانی به منظور بهبود سرزندگی تحصیلی و ذهنی دانش آموزان برگزار گردد.

## کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، سرزندگی تحصیلی، سرزندگی ذهنی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2076091>

