

عنوان مقاله:

رابطه بین ذهن آگاهی و راهبردهای تنظیم هیجانی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان

محل انتشار:

سومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

یوسف رنجبرسودجانی - دانشجوی کارشناسی، رشته علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، مرکز آموزش عالی شهیدرجایی فرخ شهر، شهرکرد، ایران

مهدی بیگی هرچگانی - کارشناس ارشد، رشته تحقیقات آموزشی، مدرس دانشگاه فرهنگیان، شهرکرد، ایران

رضا حسن زاده سورشجانی - دانشجوی کارشناسی، رشته علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، مرکز آموزش عالی شهیدرجایی فرخ شهر، شهرکرد، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف شناخت رابطه بین ذهن آگاهی و راهبردهای تنظیم هیجانی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان انجام شد. 252 دانشجو (861 مرد و 18 زن) به شیوه نمونه برداری تصادفی طبقه ای از بین دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان چهارمحال و بختیاری انتخاب شدند. ابزارهای سنجش شامل پرسشنامه پنج وجهی ذهن آگاهی بایر و همکاران (2006) و مقیاس تنظیم هیجانی گراس و جان (2002) بود. برای تحلیل داده ها از تحلیل واریانس، همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره استفاده شد. یافته های پژوهش نشان داد که بین مؤلفه های فرونشانی به عنوان یکی از مؤلفه های تنظیم هیجانی با ذهن آگاهی همبستگی منفی معنادار وجود دارد. همچنین، بین مؤلفه های بازارزیابی شناختی با ذهن آگاهی همبستگی مثبت معنادار بود. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره نیز بیانگر آن است که راهبردهای تنظیم هیجانی قادر به پیش بینی ذهن آگاهی دانشجویان می باشند. در تبیین یافته های این پژوهش، به طور کلی می توان نتیجه گرفت که راهبردهای تنظیم هیجانی، عناصر روان شناختی مهمی در پیش بینی ذهن آگاهی بودند.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، راهبردهای تنظیم هیجانی، فرونشانی، بازارزیابی شناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/453146>

