

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش خودنظارتی بر راهبردهای تنظیم هیجانات در دانش آموزان مقطع سوم متوسطه شهر سیرجان

## محل انتشار:

کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

جابر پیام - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان، سیرجان، ایران

الهام دهیادگاری - گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان، سیرجان، ایران

## خلاصه مقاله:

با عنایت به اهمیت پیشرفت و ارتقای تحصیلی دانش آموزان، هدف اساسی از انجام این پژوهش تاثیر آموزش خودنظارتی بر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان دانش آموزان متوسطه دوره سوم شهرستان سیرجان در سال 1395 بوده است. پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی با پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه مورد مطالعه شامل کلیه دانش آموزان مقطع سوم دبیرستان شهر سیرجان در سال تحصیلی 1395 بوده است. نمونه این پژوهش شامل 40 نفر از دانش آموزان که بصورت نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. از میان نمونه پژوهش بطور تصادفی 20 نفر درگروه آزمایش گماشته شد. ابزار پژوهش پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (2001) بود. گروه آزمایش تحت مداخله آموزش خودنظارتی به مدت 8 جلسه 90 دقیقه ای قرار گرفتند و گروه کنترل مداخله را دریافت نکردند. نتایج پس آزمون باروش تحلیل کوواریانس حاکی از این بود که اجرای مداخله خودنظارتی منجر به افزایش معنادار راهبردهای تنظیم شناختی هیجان درگروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است.

## کلمات کلیدی:

خودنظارتی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/734162>

