

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش تنظیم هیجانی بر افزایش سازگاری در کودکان

محل انتشار:

کنفرانس ملی پژوهش های نوین ایران و جهان در روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

شیلان شکری - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بین المللی کیش، گروه روانشناسی، جزیره کیش، ایران

آدیس کراسکیان - استادیار روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بین المللی کیش، گروه روانشناسی، جزیره کیش، ایران

خلاصه مقاله:

هدف: آموزش تنظیم هیجانی یعنی آموزش رشد و کنترل هیجانات در زمینه های احساسات مثبت و منفی که باعث ایجاد یکسریاختلالات در نظم عاطفی در فرد شده اند. به کمک تنظیم هیجانی می توان بر چگونگی پاسخ دادن به عوامل احساسی تمرکز نمود و روشهای مدیریت هیجانات را آموخت. بر این اساس این پژوهش با هدف تاثیر آموزش تنظیم هیجانی بر افزایش سازگاری کودکان انجام گرفت. روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه گواه بود. نمونه آماری 30 نفر از دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر ارومیه بودند که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و پرسشنامه سازگاری دخانچی (1376) در مورد آنها تکمیل شد. یافته ها: یافته ها نشان داد که آموزش تنظیم هیجانی بر افزایش سازگاری کودکان تاثیر دارد. به گونه ای که میانگین نمرات سازگاری گروه آزمایشی نسبت به گروه گواه به طور معناداری افزایش یافته بود. نتیجه پژوهش نشان داد که آموزش تنظیم هیجانی بر سازگاری موثر است. نتیجه گیری: بر اساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گیری کرد که آموزش تنظیم هیجان بر افزایش سازگاری تاثیر می گذارد و می تواند به عنوان یک روش مورد مفید مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

آموزش تنظیم هیجانی، سازگاری، کودکان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/751405>

