

عنوان مقاله:

مقایسه اجتناب تجربه ای که ما ذهن آگاهی و خلاقیت در مراقبه گران و گروه کنترل غیر مراقبه گر

محل انتشار:

سومین کنفرانس پژوهش در علوم تربیتی، روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسنده:

نادر صنی

خلاصه مقاله:

خلاصه: پژوهش حاضر با هدف بررسی مقایسه ای استناد تجربه ای، ذهن آگاهی و خلاقیت در مراقبه گران و گروه کنترل غیر مراقبه ر انجام گردید. این پژوهش به شیوه طرح نمونه گیری مورد کنترل و سنجش مقطعی انجام شد. که نوعی روش طرح علمی - مقایسه ای یا پس رویدادی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مراقبه گران حرفه ای و گروهی غیر مراقبه گر شهر تبریز در سال 1396 بود. نمونه گروه مراقبه گر از بین مراقبه گران حرفه ای عضو انجمن یوگا و مدیتیشن شهر تبریز با در نظر گرفتن ملاک های دامنه سنی 21 تا 50 و دو شبیه تمرینات منظم مراقبه (حداقل دو ساعت در هفته در طی دو ماه اخیر) حداقل به مدت سه سال به تعداد 100 نفر به روش در دسترس و با رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش از جمله رعایت آگاهانه انتخاب شدند گروه کنترل غیر مرتبه گر یعنی فاقد هرگونه تمرین های مراقبه ای و همتا سازی شده از نظر تعداد، جنسیت، دامنه سنی و تحصیلات از بین کارکنان (مسیولین، سرپرستان، روسا، مدیران و کارشناسان) شرکت سیمان صوفیان انتخاب گردید. ابزارهای اندازه گیری تحقیق، پرسش نامه هایی و پژوهشی از جمله 1-مقیاس ارزیابی ذهن آگاهی (2) MAAS- پرسش نامه پذیرش و عمل - نسخه دوم (3) AAQ-II- پرسش نامه استاندارد خلاقیت دکتر سلطانی بودند برای تحلیل داده های به دست آمده از پرسش نامه ها، پس از انتقال داده ها به نرم افزار SPSS22 ابتدا آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد) داده ها به دست آمد. برای آمار استنباطی از تحلیل چند متغیره واریانس (مانوا) یا تی هاتلینگ و اثر پیلایی برای پاسخ گویی به سوالات و فرضیه ها استفاده شده و نیز از تحلیل واریانس تک متغیره یک برای آزمون های تعقیبی به تفکیک هر متغیر استفاده کردید.

کلمات کلیدی:

اجتناب تجربه ای، ذهن آگاهی، خلاقیت، مراقبه گر، غیر مراقبه گر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/751674>

