

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهبود اضطراب اجتماعی و بازداری هیجانی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه دارای اضطراب اجتماعی شهر ارومیه

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین درحوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

وحید سام مهر - دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه آزاد ارومیه

علی خادمی - دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه آزاد ارومیه

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر عبارت است از بررسی میزان اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهبود اضطراب اجتماعی و بازداری هیجانی در دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه دارای اضطراب اجتماعی شهرستان ارومیه. طرح پژوهش حاضر به صورت نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری یک ماهه بود. جامعه آماری این پژوهش عبارت است از دانش آموزان پسر دبیرستان های شهر ارومیه در سال تحصیلی 69-69، تعداد این افراد 987 نفر بود. نمونه آماری از از پایه های نهم دهم و یازدهم انتخاب شدند. که حجم نمونه آماری 32 نفر بود روش نمونه گیری به شکل در دسترس بود که این افراد به شکل تصادفی در دو گروه آزمایش (16 نفر) و کنترل (16 نفر) جایگزین شدند. و همچنین جهت به دست آوردن اطلاعات از پرسشنامه هراس اجتماعی کانور (فرحزادی و همکاران، 9831) و پرسشنامه مهار هیجانی راجر و نشور (7891؛ یعقوبی، 7181) استفاده گردید. نتایج نشان داد که درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب اجتماعی و بازداری هیجانی نوجوانان پسر در مرحله ی پس آزمون تاثیر دارد همچنین نمرات پس آزمون در مرحله پیگیری هم دارای پایایی می باشد.

کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر ذهن آگاهی، اضطراب اجتماعی، بازداری هیجانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/919507>

