

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر نشخوار فکری در دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهر مهران

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس بین المللی دستاورد های نوین پژوهشی در علوم اجتماعی، علوم تربیتی و روانشناسی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

نجیمه امکی - کارشناسی ارشد رشته روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام

زینب میهن دوست - استادیار گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر نشخوار فکری در دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهر مهران بود. این تحقیق از نوع پژوهش های شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل همه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر مهران بود. نمونه شامل 40 دانش آموز بود که با نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به طور تصادفی دو گروه آزمایش (20 نفر) و کنترل (20 نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت 8 جلسه آموزش ذهن آگاهی دریافت کردند. ابزارهای این پژوهش پرسشنامه نشخوار فکری نولن هوکسما و مارو (1991) و پروتکل ذهن آگاهی بود. برای آزمون فرضیه ها از تحلیل آماری آنکوا استفاده شد. یافته های پژوهش نشان داد که ذهن آگاهی، اثر معناداری بر کاهش نشخوار فکری دارد.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، نشخوار فکری، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/928402>

