

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان ذهن آگاهی بر باورهای فراشناختی مثبت نسبت به نگرانی در دانش آموزان دارای اضطراب امتحان پایه اول دبیرستان شهرستان تنگستان

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم انسانی، اقتصاد و حسابداری (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

رضا فراشبندی - دانشجوی دکتری گروه فلسفه تعلیم و تربیت، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

زینب حبیبی دهنه سیری - کارشناس ارشد گروه علوم تربیتی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران

زینب حبیبی - کارشناس ارشد گروه روانشناسی، واحد ارسنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، ارسنجان، ایران

خاتون شفیعی - کارشناس ارشد گروه روانشناسی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بر اثربخشی درمان ذهن آگاهی بر باورهای فراشناختی مثبت نسبت به نگرانی در دانش آموزان دارای اضطراب امتحان پایه اول دبیرستان شهرستان تنگستان بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را دانش آموزان پایه اول دبیرستان شهرستان تنگستان تشکیل دادند. حجم نمونه این پژوهش شامل 30 نفر بود که از طریق نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شد. ابزار جمع آوری اطلاعات در این تحقیق پکیج درمانی معصومیان و همکاران (1392) و پرسشنامه های باورهای فراشناختی ولز و همکاران (2004) و اضطراب امتحان فریدمن (1997) بود. روایی محتوایی و صوری پرسشنامه در پژوهش حاضر مورد تایید کارشناسان قرار گرفت. پایایی پرسشنامه باورهای فراشناختی و اضطراب امتحان با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ به ترتیب 0/80 و 0/82 بدست آمد. فرضیه های پژوهش با استفاده از تحلیل کواریانس مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که درمان ذهن آگاهی باعث بهبود خودکارآمدی و افزایش باورهای مثبت آزمودنی های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شد.

کلمات کلیدی:

درمان ذهن آگاهی، باورهای فراشناختی، اضطراب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/974223>

