

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی نوروفیدبک و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سازگاری اجتماعی، سازگاری هیجانی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان

محل انتشار:

مجله عصب روان شناسی، دوره 8، شماره 2 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

امیر صالح وثوق - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

جعفر شعبانی - استادیار گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

جوانشیر اسدی - استادیار گروه روانشناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی نوروفیدبک و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سازگاری اجتماعی، هیجانی، تحصیلی دانش آموزان انجام پذیرفت. روش بررسی: در این پژوهش جامعه آماری دربرگیرنده ۱۰۸ نفر از دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی شهر مشهد که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در شهر مشهد مشغول به تحصیل بودند. با توجه به جامعه آماری و با توجه به محدودیت های ناشی از شیوع کرونا در این پژوهش از نمونه گیری در دسترس استفاده گردید. حجم نمونه با توجه به معیارهای ورود و خروج، تعداد ۴۵ نفر انتخاب و به صورت تصادفی، در سه گروه آزمایش نوروفیدبک، آزمایش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی و گروه کنترل قرار گرفتند. ابتدا با استفاده از روش های آمار توصیفی مانند میانگین و انحراف معیار، داده ها توصیف و سپس برای بررسی مقایسه ای اثربخشی نوروفیدبک و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سازگاری اجتماعی، هیجانی، تحصیلی دانش آموزان (پرسشنامه سازگاری سینه و سینگ)، با استفاده از روش های آمار استنباطی (تحلیل کواریانس چند متغیره گام به گام) فرضیه ها مورد سنجش قرار گرفت. یافته ها: طبق نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل آماری استفاده از تمرینات نوروفیدبک و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی به صورت معناداری باعث افزایش سازگاری هیجانی، اجتماعی و تحصیلی دانش آموزان می گردد. با این حال بین اثربخشی روش نوروفیدبک و روش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر فاکتورهای سازگاری دانش آموزان تفاوت معنی داری وجود ندارد.

کلمات کلیدی:

نوروفیدبک، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، سازگاری اجتماعی، سازگاری هیجانی، سازگاری تحصیلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1586317>

