

**عنوان مقاله:**

تاثیر ذهن آگاهی بر فراشناخت و فراهیجان تیراندازان

**محل انتشار:**

پنجمین کنفرانس بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

**نویسندگان:**

پروشات مهدیفر

حسن قاسمعلی پور

**خلاصه مقاله:**

هدف از انجام پژوهش حاضر، تاثیر ذهن آگاهی بر فراشناخت و فراهیجان تیراندازان بود. پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی و با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل و آزمایش جامعه آماری بود. جامعه آماری پژوهش شامل تیراندازان شهر تهران بودند که تعداد 40 نفر (20 گروه کنترل) و (20 گروه آزمایش) به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده ها، پرسشنامه فراشناخت و فراهیجان که شرکت کنندگان در دو مرحله به سوالات پرسشنامه پاسخ دادند. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس توسط نرم افزار آماری SPSS23 استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد آموزش ذهن آگاهی بر فراشناخت و فراهیجان تاثیر معناداری دارد. بنابراین می توان با آموزش ذهن آگاهی در میان تیراندازان، مهارت های شناختی و هیجانی آنها را بهبود بخشید.

**کلمات کلیدی:**

آموزش ذهن آگاهی، فراشناخت، فراهیجان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2095448>

