

عنوان مقاله:

پیش بینی استرس ادراک شده بر اساس ذهن آگاهی، شفقت خود و رضایت از زندگی در دانش آموزان

محل انتشار:

ششمین کنگره انجمن روانشناسی ایران (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

خدیجه شیرالی نیا - گروه مشاوره، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران

سجاد ریسی - کارشناسی مشاوره، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

در نوجوانی و جوانی عوامل روانشناختی در بروز مشکلاتی همچون استرس های این دوران نقش دارند. هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه ذهن آگاهی، شفقت خود و رضایت از زندگی با استرس ادراک شده در دانش آموزان سال سوم متوسطه اهواز است. سیصد و هشتاد و پنج نفر از دانش آموزان به روش خوشه ای انتخاب و پرسشنامه های استرس ادراک شده، ذهن آگاهی، شفقت خود و رضایت از زندگی را تکمیل کردند. داده ها با ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که ذهن آگاهی، شفقت خود و رضایت از زندگی با استرس ادراک شده رابطه منفی معنادار دارند. طبق نتایج تحلیل رگرسیون، متغیرهای پژوهش 24 / 0 از واریانس استرس ادراک شده را تبیین می کنند؛ بنابراین متغیرهای پژوهش می توانند، تغییرات مربوط به استرس ادراک شده را پیش بینی کنند.

کلمات کلیدی:

استرس ادراک شده، ذهن آگاهی، شفقت خود، رضایت از زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/732622>

