



بخشی از ترجمه مقاله

عنوان فارسی مقاله :

تاثیر تعمق همراه با تمرکز بر

روی خلاقیت با افزایش انعطاف ادراکی

عنوان انگلیسی مقاله :

Concentrative Meditation Influences

Creativity by Increasing Cognitive Flexibility



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.



بخشی از ترجمه مقاله

Conclusions and Future Directions

For future research, it might be useful to investigate whether the beneficial effects of meditation on creativity can be influenced by the style of meditation that is practiced on a daily basis (i.e., alone at home) and during weekly group sessions (i.e., in meditation meetings). Furthermore, it would be interesting to explore the effect of meditation on creativity using a longitudinal design to capture the development and fluctuations of regular practice. Importantly, the role of actively guiding attention in enhancing cognitive flexibility should be explored further.

To summarize, the findings of the current research extend the existing body of evidence for the link between meditation and creativity. The findings demonstrate that meditation may enhance creativity, and suggest that—in the case of CM—this effect may be due to enhanced cognitive flexibility. Overall, these findings suggest that meditation could be used as a means to improve creative performance.

جمع بندی و جهت های تحقیقاتی آتی

برای تحقیقات آتی، می توان این موضوع را بررسی کرد که آیا تاثیر تعمق بر روی خلاقیت می تواند تحت تاثیر سبک تعمق به صورت روزانه (یعنی تنهایی در خانه) و در طول جلسه های هفتگی (یعنی جلسه های تعمق) باشد یا خیر. علاوه بر این، می توان تاثیر تعمق بر روی خلاقیت را با استفاده از طراحی های طولی بررسی کرد تا بتوان توسعه و نوسان فعالیت های منظم را هم بررسی کرد. همچنین می توان نقش هدایت توجه به صورت فعال را برای ارتقای انعطاف ادراکی بررسی کرد.

به صورت خلاصه، یافته های این مطالعه، موجب توسعه ی شواهد موجود در رابطه با ارتباط بین تعمق و خلاقیت می باشند. این یافته ها نشان می دهد که تعمق می تواند موجب ارتقای خلاقیت شود و بیان می کند که در رابطه با CM این تاثیر ممکن است به دلیل ارتقای انعطاف ادراکی باشد. به صورت کلی، این یافته ها نشان می دهد که تعمق را می توان به عنوان ابزاری برای ارتقای عملکرد خلاقانه مورد استفاده قرار داد.



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.

برای جستجوی جدیدترین مقالات ترجمه شده، [اینجا](#) کلیک نمایید.