

## عنوان مقاله:

ضرورت آموزش تاب آوری به کودکان

## محل انتشار:

ششمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

شهرلا ذهبیون - مدرس دانشگاه فرهنگیان اصفهان. پردیس فاطمه زهرا(س)

سارا آقابابایی - استادیار گروه روان شناسی و مشاوره دانشگاه شهید اشرفی اصفهانی

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر بررسی ضرورت آموزش تاب آوری به کودکان به عنوان یکی از اقشار آسیب پذیر برای مقابله با مشکلات رفتاری ناشی از آسیب ها و تجربه های سوء بوده است که مراحل بعدی زندگی آنان را تحت تأثیر قرار داده و منجر به بروز اختلال و نقص عملکرد خواهد شد. تاب آوری به عنوان سازه ای شناختی و قابل آموزش در حوزه روانشناسی مثبت نگر، نوعی انعطاف پذیری در برابر موقعیت های دشوار است که به عنوان یکی از راهبردهای افزایش میزان مقاومت، کاهش آسیب ها و برگشت سریع کودکان به حالت اولیه، پس از تجربه های ناگوار، مطرح شده است. روش پژوهش مروری بوده و داده ها به شیوه کتابخانه ای از طریق مرور کتب، مقالات، مجلات و منابع الکترونیکی در پایگاه های اطلاعاتی مختلف جمع آوری شد. نتایج حاکی از آن بود که برنامه های آموزش تاب آوری می تواند بر افزایش مهارت های دهگانه زندگی شامل خود آگاهی، عزت نفس، ارتباط موثر، برقراری روابط اجتماعی و دوست یابی، تعیین هدف و دستیابی به آن، تصمیم گیری، حل مسئله، مسئولیت پذیری، کنترل خشم، پرورش حس معنویت و ایمان تأثیر داشته باشد.

## کلمات کلیدی:

کودکان، تاب آوری، آموزش

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1119889>

