

عنوان مقاله:

اثربخشی یک برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی مبتنی بر فرهنگ اسلامی بر شادکامی و تاب‌آوری زنان مطلقه

محل انتشار:

دوفصلنامه روانشناسی فرهنگی، دوره 2، شماره 2 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 21

نویسندگان:

احمد برجعلی - دانشگاه علامه طباطبائی

زهرا رحیمی صادق - دانشگاه علامه طباطبائی

فرامرز سهرابی - دانشگاه علامه طباطبائی

محمد رضا فلسفینژاد - دانشگاه علامه طباطبائی

عبدالله معتمدی - دانشگاه علامه طباطبائی

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف تدوین برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی مبتنی بر فرهنگ اسلامی و تعیین اثربخشی آن بر شادکامی و تاب‌آوری زنان مطلقه انجام شد. روش پژوهش شامل دو بخش کیفی و کمی است. 30 نفر از زنان مطلقه 30 تا 40 ساله مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر کرمان در نیمه اول سال 1395 با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه تاب‌آوری و پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد استفاده شد. برنامه آموزشی طی 11 جلسه 90 دقیقه‌ای در گروه آزمایش اجرا شد. گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفت. نتایج با روش تحلیل کوواریانس مورد تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که میزان نسبت روایی محتوایی براساس روش لاوشه برای تعداد 10 نفر متخصص 83/0 به دست آمد، و میزان شاخص روایی محتوایی براساس روش والتز و باسل برای این تعداد متخصص 80/0 به دست آمد و با مقایسه این میزان با مقدار مورد قبول در هر دو شاخص، میزان روایی محتوایی برنامه قابل قبول است. همچنین، نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش میزان شادکامی و تاب‌آوری گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل تأثیرگذار بوده است. براساس نتایج می‌توان گفت که برنامه مهارت‌های زندگی (شامل خودآگاهی، مقابله با استرس، و همدلی) مبتنی بر فرهنگ اسلامی، برنامه مناسب و کارآمدی برای زنان مطلقه است و اجرای آن می‌تواند بر شادکامی و تاب‌آوری این افراد مؤثر باشد.

کلمات کلیدی:

مهارت‌های زندگی، فرهنگ اسلامی، شادکامی، تاب‌آوری، زنان مطلقه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1153789>

