

عنوان مقاله:

تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر علائم اضطراب اجتماعی و شیوه های مقابله ای با استرس در نوجوانان خانواده های تحت پوشش سازمان بهزیستی

محل انتشار:

پژوهش های علوم شناختی و رفتاری، دوره 5، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسنده:

مهدی حسوندموزاده - مربی روان شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر اضطراب اجتماعی و شیوه های مقابله با استرس نوجوانان دارای اضطراب اجتماعی، تحت پوشش سازمان بهزیستی بود. پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی دوگروهی با پیش آزمون و پس آزمون بود. آزمودنی های پژوهش حاضر را نوجوانان مضطرب اجتماعی تحت پوشش سازمان بهزیستی شهرستان دره شهر تشکیل دادند. پس از اجرای اولیه سیاهه هراس اجتماعی بر روی آن ها، ۳۰ نفر که دارای بالاترین نمره در سیاهه هراس اجتماعی بودند، از طریق گمارش تصادفی، در یک گروه آزمایشی (۱۵) و یک گروه گواه (۱۵) نفر قرار گرفتند. آموزش مهارت های زندگی در ۱۳ جلسه دو ساعته، هفته ای دو بار به گروه آزمایش آموزش داده شد. در خلال این مدت، گروه گواه هیچ مداخله ای دریافت نکرد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، مقیاس اضطراب اجتماعی کانور (SPIN) و مقیاس شیوه های مقابله با استرس پارکر و اندلر (۱۹۹۱) برای دو گروه به صورت پیش آزمون و پس آزمون اجرا شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مهارت های زندگی، موجب کاهش معنادار نمره های اضطراب اجتماعی، شیوه مقابله هیجان مدار و شیوه مقابله اجتناب مدار و نیز افزایش معنادار نمره های شیوه مقابله مساله دار گروه آزمایش نسبت به گروه گواه گردید ($P < 0.001$). این پژوهش نشان داد که آموزش مهارت های زندگی می تواند به عنوان یک روش مداخله ای مفید، برای نوجوانان مراکز وابسته به سازمان بهزیستی به کار رود.

کلمات کلیدی:

اضطراب اجتماعی، شیوه های مقابله ای با استرس، آموزش مهارت های زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1207904>

