

## عنوان مقاله:

بهزیستی روانشناختی و راهبردهای مقابله ای در دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی دانشگاه ملایر

## محل انتشار:

ماهنامه دستاوردهای نوین در مطالعات علوم انسانی، دوره 2، شماره 22 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

شیمای عباسی می آبادی - کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه ملی ملایر، ملایر، ایران

شادی مصطفائی - کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه ملی ملایر، ملایر، ایران

ایوب اسدی - دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه چمران، اهواز، ایران

محمد عسگری - دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی راهبردهای مقابله ای در دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی دانشگاه ملایرانجام شد. روشپژوهش حاضر علی-مقایسه ای بود. جامعه آماری را کلیه دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی (بومی و غیر بومی) دانشگاه ملیملایر تشکیل داده که به روش تصادفی تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب گردید. ابزارهای مورد استفاده عبارتند از: مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف و مقیاس راهبردهای مقابله ای نوجوانان فرایدنبرگ و لوئیس (۱۹۹۳). یافته های پژوهش نشان داد بین دانشجویان خوابگاهی و غیر خوابگاهی در بیشتر زیر مقیاس های بهزیستی روانشناختی و راهبردهای مقابله ای تفاوت معناداری مشاهده می شود. نتیجه گیری: ایجاد کارگاه هایی جهت آشنایی بیشتر مسائل روانی و سلامت جسمی و زندگی بهتر دانشجویان خوابگاهی، در قالب آموزش مهارت های زندگی. آموزش راه های پیشگیری و مدیریت استرس و فشارهای روانی نیز کلاس های ورزشی و استفاده بهینه تر از اوقات دانشجویان می تواند نقش مهمی در سلامت روانی آن ها ایفا کند و از آسیب های بعدی جلوگیری شود.

## کلمات کلیدی:

بهزیستی روانشناختی، راهبردهای مقابله ای، دانشجویان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1352945>

