

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر شفقت به خود و شادکامی در دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان بافق

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسنده:

مژگان رجبیان بافقی - کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بافق

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر شفقت به خود و شادکامی در دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان بافق بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه ی نوجوانان دختر مقطع اول متوسطه دبیرستانهای بافق مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۶-۹۷، که متشکل از ۷۴۰ نفر بودند. نمونه ای به حجم ۳۰ نفر از این جامعه به شیوه ی تصادفی انتخاب و به شیوه ی تصادفی در گروه های آزمایش و کنترل جایگزین شدند. هر دو گروه در مرحله پیش آزمون، پرسشنامه های شفقت به خود نف(۲۰۰۳) شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) را تکمیل کردند. لازم به ذکر است که روایی و پایایی هر دو پرسشنامه توسط متخصصان تایید شده است. سپس برای گروه آزمایش ۸ جلسه ۲ ساعته آموزش گروهی مهارت های زندگی انجام و در نهایت پس از اجرای مداخله، هر دو پرسشنامه توسط دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پس آزمون اجرا گردید. داده های جمع آوری شده با آزمون کولموگروف- اسمیرنف و تحلیل کواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و نتایج نشان داد که آموزش گروهی مهارت های زندگی، میزان شفقت به خود و شادکامی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل را به صورت معناداری افزایش (p=۰/۰۲۶) و (F=۱/۱۵) داده است

کلمات کلیدی:

مهارت های زندگی، شفقت به خود، شادکامی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1364668>

