

عنوان مقاله:

مقایسه اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی و ذهن آگاهی بر احساس انسجام در نوجوانان دختر شهر تهران

محل انتشار:

فصلنامه مددکاری اجتماعی، دوره 7، شماره 25 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 32

نویسندگان:

نسرین ترابی صائین - دانشجوی دکتری تخصصی گروه روانشناسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

شعله لیوارجانی - استادیار گروه روانشناسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

معصومه آزموده - استادیار گروه روانشناسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

اکبر رضایی - استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

هدف: هدف این تحقیق مقایسه اثر بخشی مهارت های زندگی و ذهن آگاهی بر احساس انسجام در بین دانش آموزان دختر است. روش شناسی: پژوهش حاضر، از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ روش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون است. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهر تهران (منطقه ۳) است. شیوه نمونه گیری در دسترس است، با توجه به اینکه تعداد دانش آموزان هر کلاس ۲۰ نفر می باشد تعداد ۲۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب گردید. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه (احساس انسجام فلسنبرگ، ۲۰۰۶) و پکیج آموزشی (مهارت های زندگی فتی و موتابی و ذهن آگاهی وزیری) استفاده شد. یافته ها: نتایج تحلیل داده ها ۱ استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره (Mancova) نشان داد که آموزش مهارت های زندگی و ذهن آگاهی بر احساس انسجام تاثیر دارند ($P < 0.05$). نتیجه گیری: با توجه به تاثیر آموزش مهارت های زندگی و ذهن آگاهی بر احساس انسجام، می توان از این آموزشها در مدارس استفاده کرد تا بدین طریق سطح آگاهی دانش آموزان و والدین افزایش یابد.

کلمات کلیدی:

مهارت های زندگی، ذهن آگاهی، احساس انسجام، دانش آموزان دختر (متوسطه)

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1412671>

