

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت کنترل استرس بر شیوع اختلالات اضطراب در بین دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، حقوق، مطالعات اجتماعی و روانشناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

علی مرادی - دانشجوی کارشناسی، روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور واحد پرنده

سارا گلزارزارع - دانشجوی کارشناسی روانشناسی، دانشگاه غیرانتفاعی کارفروین

سارا سلامی ناصریان - کارشناس روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر در راستای اثربخشی آموزش مهارت کنترل استرس بر میزان شیوع اختلالات اضطراب در بین دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه می باشد و روش پژوهش به صورت نیمه آزمایشی و پیش آزمون و پس آزمون می باشد که مهارت کنترل استرس در ۸ جلسه ۲ ساعته به دانش آموزان ارائه شد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه اضطراب بک مورد استفاده قرار گرفته شده است. تحلیل داده ها از طریق نرم افزار SPSS و از طریق آمار توصیفی و آمار استنباطی صورت گرفت. یافته های پژوهش نشان می دهند که به دنبال آموزش مهارت های مقابله با استرس تغییرات ایجاد شده در نمره اضطراب معنی دار است و نتایج نشان می دهند که نمرات پس آزمون در گروه آزمایش با نمرات گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد.

کلمات کلیدی:

آموزش مهارت کنترل استرس، اختلالات اضطراب، دانش آموزان، دختر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1464818>

