

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش مهارت کنترل خشم بر خودکنترلی دانش آموزان

محل انتشار:

هشتمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

سارا عادل‌نیا - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران

جواد خلعتبری - دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت کنترل خشم بر خودکنترلی دانش آموزان بود. مواد و روش کار: در یک طرح آزمایشی با پیش آزمون پس آزمون توأم با گروه کنترل ابتدا از بین کلیه دبیرستان های دخترانه فومن یک دبیرستان به شیوه ی تصادفی خوشه ای انتخاب شد؛ نمونه ی غربالگری شده از بین ۱۷۴ نفر شامل ۴۸ دانش آموز بود که از نظر خودکنترلی در سطح پایینی قرار داشتند و ۳۰ نفر از بینشان با استفاده از نمونه گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه ی نهایی انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزینی تصادفی شدند. شرکت کنندگان پرسشنامه خودکنترلی تانجی (۲۰۰۰) را تکمیل کردند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه تحت آموزش مهارت کنترل خشم قرارگرفت. پس از اتمام جلسات از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد و داده ها با استفاده از تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) و نرم افزار SPSS تحلیل شدند. یافته ها: نتایج نشان داد که آموزش کنترل خشم باعث افزایش معنی داری ($p < 0/01$) در میزان خودکنترلی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. نتیجه گیری: با توجه به یافته پژوهش به نظر می رسد که آموزش مهارت کنترل خشم می تواند به عنوان یک برنامه ی درمانی در جهت بهبود و افزایش خودکنترلی نوجوانان دختر در مراکز آموزشی مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

کنترل خشم، خودکنترلی، مهارت کنترل خشم.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1494211>

