

عنوان مقاله:

بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی و انعطاف پذیری شناختی با بهزیستی روانی

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره، آموزش و پژوهش (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

فاطمه عرفانی قربانی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، موسسه آموزش عالی خراسان، مشهد، ایران

زهرا خوشنویسان - استادیار گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی خراسان، مشهد، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی و انعطاف پذیری شناختی با بهزیستی روانی دانشجویان شهر مشهد انجام گردید. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه شامل دانشجویان شهر مشهد است؛ که ۸۰ نفر از آنها به روش غیرتصادفی (در دسترس) به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی (کوئین دام، ۲۰۰۴)، پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی (دنا و ونادروال، ۲۰۱۰) و مقیاس بهزیستی روانی (ریف فرم کوتاه، ۱۹۸۰) اجرا گردید. نتایج نشان داد که همبستگی مثبت معناداری بین مهارت‌های ارتباطی ($r=0.36$ ؛ $p<0.05$) و انعطاف پذیری شناختی ($r=0.23$ ؛ $p<0.05$) با بهزیستی روانی وجود دارد. مهارت‌های ارتباطی و انعطاف پذیری شناختی قادر به تبیین ۲۱ درصد واریانس بهزیستی روانی بودند. این یافته ها ضرورت تقویت مهارت‌های ارتباطی و انعطاف پذیری شناختی از طریق کارگاه های آموزشی و فراهم نمودن زمینه افزایش بهزیستی روانی دانشجویان را دوچندان می کند.

کلمات کلیدی:

مهارت‌های ارتباطی، انعطاف پذیری شناختی، بهزیستی روانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1621474>

