

عنوان مقاله:

مقایسه ی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی - هیجانی و تاب آوری روان شناختی بر بهزیستی روان شناختی و کنترل خشم دانشجویان دانشگاه امام علی (ع)

محل انتشار:

فصلنامه مدیریت نظامی، دوره 22، شماره 87 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 36

نویسندگان:

وحید قنبری سالطه - دانشجو دکتری

محمدعلی محمدی فر - مدیر گروه

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف مقایسه ی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی هیجانی و تاب آوری روان شناختی بر بهزیستی روان شناختی و کنترل خشم دانشجویان انجام شد. این پژوهش آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری دانشجویان سال اول دانشگاه بودند. نمونه آماری شامل ۲۱ نفر برای هر یک از گروه های آزمایشی و ۲۰ نفر برای گروه کنترل بود که به روش تصادفی انتخاب و به صورت تصادفی در گروه های آزمایشی و کنترل جایگزین شدند. آموزش های مهارت اجتماعی- هیجانی و تاب آوری روان شناختی به گروه های آزمایشی داده شد ولی به گروه کنترل هیچ گونه آموزشی داده نشد. ابزار گردآوری داده ها شامل پرسشنامه ی ۸۴ سوالی بهزیستی روان شناختی ریف و پرسشنامه ۵۷ سوالی کنترل خشم اسپیلبرگر بود. داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره تجزیه و تحلیل شد. نتایج حاکی از آن بود که هم آموزش مهارت های اجتماعی- هیجانی و هم آموزش مهارت تاب آوری روان شناختی باعث ارتقاء بهزیستی روان شناختی و بهبود کنترل خشم در دانشجویان شده و در مقایسه بین دو نوع مداخله نیز به غیر از دو مولفه تفاوت معنادار در بین مداخله ها مشاهده نشد. در پیگیری سه ماهه نیز نتایج تقریباً تکرار شد؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که می توان از این مداخله ها در بهبود و ارتقاء بهزیستی روان شناختی و کنترل خشم بهره جست.

کلمات کلیدی:

مهارت های اجتماعی- هیجانی، تاب آوری روان شناختی، بهزیستی روان شناختی، کنترل خشم

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1644446>

