

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش تاب آوری بر استرس تحصیلی و تقویت مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر شهر بندرعباس

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد از نگاه معلم (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

توران ملایی - کارشناسی تاریخ، آموزگار مدارس ابتدایی منطقه رودخانه

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی آموزش هوش هیجانی با میانجی گری خودکارآمدی اجتماعی بر اضطراب اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول انجام شده است. این پژوهش به روش نیمه آزمایشی صورت گرفت. طرح تحقیق آن پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری کلیه دختران متوسطه اول شهر بندرعباس در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. در این تحقیق از روش نمونه گیری به صورت تصادفی ساده استفاده شده است. از بین مدارس دخترانه متوسطه اول شهر بندرعباس، یک مدرسه به صورت تصادفی انتخاب و پرسشنامه تاب آوری کونور و دیویدسون، استرس تحصیلی زازکووا و همکاران و مهارت های اجتماعی نوجوانان ایندربیتزن و فوستر بین تمام دانش آموزان دختر آن مدرسه اجرا شد. در این پژوهش، گروه آزمایش (۱۵ نفر) با استفاده از پکیج آموزشی تاب آوری، ۱۰ جلسه مورد آموزش قرار گرفتند. بعد از تجزیه و تحلیل، به صورت تصادفی، ۱۵ نفر از دانش آموزانی که تاب آوری پایین، استرس تحصیلی بالا و مهارت های اجتماعی پایینی داشتند به عنوان گروه آزمایش و ۱۵ نفر نیز به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند. سپس آموزش تاب آوری در ۱۰ جلسه به عمل آمد. در نهایت، از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه ها بر اساس تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت. یافته ها نشان داد که آموزش تاب آوری بر استرس تحصیلی و مهارت های اجتماعی گروه آزمایش تاثیر معنی داری داشته است، در صورتیکه این تاثیر در گروه کنترل مشاهده نشده است. افزون بر این، نتایج نشان داد که با آموزش تاب آوری، استرس تحصیلی کاهش و مهارت های اجتماعی افزایش یافته است. از این یافته ها می توان نتیجه گرفت که آموزش تاب آوری بر کاهش استرس تحصیلی و همچنین افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان، موثر است.

کلمات کلیدی:

تاب آوری، استرس تحصیلی، مهارت های اجتماعی، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1759769>

