

عنوان مقاله:

رابطه سلامت روانی با تعادل کار - زندگی در معلمان مدارس ابتدایی منطقه ۲۰ شهر تهران

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های کاربردی در مشاوره، دوره 3، شماره 3 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسندگان:

معصومه عرفانی خانقاهی - دکتری مدیریت آموزشی، استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام خمینی (ره) شهرری، شهرری، ایران

منصوره مختارخان - کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام خمینی (ره) شهرری، شهرری، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر باورهای ارتباطی غیرمنطقی مردان دارای تجربه رابطه فرازناسویی انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش، کلیه مردان دارای تجربه رابطه فرازناسویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده منطقه ۹ تهران در سال ۱۳۹۹ بودند که با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند تعداد ۳۰ نفر از این افراد انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (۱۵ نفر در گروه آزمایش، ۱۵ نفر در گواه) گمارده شدند. همچنین ابزار استفاده شده در این پژوهش سیاهه باورهای ارتباطی غیرمنطقی ایدلسون و اپشتاین (۱۹۸۲) و پروتکل آموزشی مهارت های زندگی است. گروه آزمایش در ۸ جلسه ۵۰ دقیقه ای تحت آموزش برنامه مهارت های زندگی قرار گرفتند. داده ها با استفاده از تحلیل کواریانس تک متغیری و چند متغیری (MANCONA) و نرم افزار Spss-۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد آموزش مهارت های زندگی بر کاهش باورهای ارتباطی غیر منطقی مردان دارای تجربه رابطه فرازناسویی تاثیرگذار است و نتایج حاکی از کاهش باورهای غیر منطقی (تخریب کنندگی مخالفت، عدم تغییر پذیری همسر، توقع ذهن خوانی، کمال گرایی جنسی و تفاوت های جنسیتی) در اثر آموزش مهارت های زندگی به گروه آزمایش است.

کلمات کلیدی:

مولفه های سلامت روان، تعادل کار-زندگی، معلمان ابتدایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1872265>

