

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر شادکامی زنان متأهل دارای مشکلات خانوادگی

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم رفتاری (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسندگان:

محمدرضا هاشم زاده - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات گیلان

طلعت جعفری، - کارشناس مامایی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

خلاصه مقاله:

زندگی روزمره انسانها در عصر حاضر، به دلیل پیچیدگی‌های صنعتی، با دشواری‌هایی روبروست. با پیشرفت در زمینه علوم و فناوری و بوجود آمدن و تخصصی شدن رشته‌های مختلف دانش بشری، نیاز به یادگیری و آموزش نیز به تبع آن افزایش یافته است. مهارت‌های زندگی نیز یکی از این نیازهای اساسی برای همه انسانها میباشد که برای ارتقای سطح زندگی و جلوگیری از بروز مشکلات و مسائل خانوادگی، لزوم آموزش و یادگیری آن احساس میشود. هدف از این پژوهش، بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر شادکامی زنان متأهل دارای مشکلات خانوادگی است. این مطالعه یک تحقیق از نوع تجربی با پیش آزمون پس آزمون میباشد. برای جمع آوری داده‌ها آزمون شادکامی آکسفورد بعمل آمد. داده‌های جمع آوری شده، با استفاده از نرم افزار اس. پی. اس. اس (SPSS) و آزمون آماری تحلیل کوواریانس و آزمونی تی. t برای دو گروه مستقل، آنالیز شدند. نتایج پژوهش نشان داد که از نظر میزان شادکامی، تفاوت معنی داری بین گروه آزمایش و گروه کنترل وجود دارد و آموزش مهارت‌های زندگی، بر شادکامی زنان متأهل با $F(1,57)=40/91$ مؤثر بوده است ($P<0/01$). بر اساس یافته‌های این تحقیق، میتوان نتیجه گرفت که آموزش مقابله با اضطراب و استرس، آموزش کنترل خشم، آموزش مقابله با افسردگی و بطور کلی آموزش مهارت‌های زندگی، باعث افزایش شادکامی در زنان متأهل می شود.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/349216>

