

عنوان مقاله:

اثر بخشی مثبت اندیشی بر افزایش عزت نفس و رضایت از زندگی

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی و اولین کنفرانس بین المللی پژوهشهای نوین در علوم انسانی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

الهام جعفری - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

سمیه طهماسبی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

ابراهیم جعفری - باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی آموزش مؤلفه های مثبت اندیشی بر عزت نفس و رضایت از زندگی است. جامعه آماری شامل دانشجویان دختر خوابگاه دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت بوده است. حجم نمونه 31 نفر از دانشجویان هستند که به صورت نمونه گیری هدفمند، 12 نفر در گروه آزمایش و 12 نفر در گروه کنترل جایگزین شدند. ابزار گردآوری داده ها شامل: مقیاس عزت نفس و مقیاس رضایت از زندگی بوده است. نتایج تحلیل داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مؤلفه های مثبت اندیشی باعث افزایش عزت نفس و رضایت از زندگی گردیده است. ضمناً از پرسشنامه دموگرافیک جهت دریافت مشخصات سن، جنس، رشته تحصیلی و سایر موارد دانشجویان استفاده شد

کلمات کلیدی:

مثبت اندیشی، عزت نفس، رضایت از زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/390576>

