

## عنوان مقاله:

بررسی اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان، و سازگاری فردی و استرس ادراک شده ی دانشآموزان پسر مقطع متوسطه ی شهرستان خرمشهر

## محل انتشار:

کنفرانس جهانی روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی در آغاز هزاره سوم (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 21

## نویسنده:

امین مگتوفی - کارشناس ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز ایران

## خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان، و سازگاری فردی و استرس ادراک شده ی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه ی شهرستان خرمشهر بود. نمونه ی پژوهش شامل 80 دانش آموز که به روش نمونه گیری تصادفی مرحله ای انتخاب و سپس به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شده اند. طرح پژوهش آزمایشی و از نوع پیش آزمون پس آزمون با گروه گواه می باشد. از هر دو گروه توسط - پرسشنامه ی سلامت روان GHQ و پرسشنامه ی سازگاری فردی کالیفرنیا (CPI) و پرسشنامه ی استرس لیبین، لیبین و جکسون پیش آزمون به عمل آمد سپس گروه آزمایش به مدت 6 هفته ، هفته ای دو جلسه ی 60 دقیقه ای در معرض متغیر مستقل (آموزش مهارت های زندگی) قرار گرفتند. سپس از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. برای تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) استفاده شد. نتایج به دست آمده در سطح معنی داری 0/0001 نشان دادند که آموزش مهارت های زندگی باعث افزایش سلامت روان سازگاری فردی و کاهش استرس ادراک شده توسط دانش آموزان گروه گواه شد.

## کلمات کلیدی:

مهارت های زندگی، سلامت روان، سازگاری فردی، استرس ادراک شده

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/516435>

