

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش تفکر مثبت بر سبک های مقابله با استرس دانش آموزان پسر دوره اول شهرستان شهریار

محل انتشار:

پنجمین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

فرزانه محمدی - دانشجوی رشته روانشناسی شخصیت، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

هادی بهرامی - استاد، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش تفکر مثبت بر سبک های مقابله با استرس دانش آموزان پسر دوره اول شهرستان شهریار در سال 1395 انجام شد. پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشگاهی و کاربردی است. که طرح پژوهش شامل پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری در پژوهش حاضر، عبارتست از مادران دانش آموزان پسر دوره اول ابتدایی شهرستان شهریار در سال 95 می باشد. روش نمونهگیری از نوع در دسترس است زیرا مادران با توجه به تمایل به شرکت پژوهش انتخاب می شوند. که بهصورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده می شوند. حجم نمونه انتخاب شده برای طرح نیمهآزمایش با توجه به جدول مورگان 30 نفر است که 15 نفر در گروه آزمایش و 15 نفر در گروه کنترل گمارده می شوند. ابزارهای پژوهش حاضر چک لیست راهبردهای مقابله ای لازاروس و فولکمن (WCQ) و مقیاس استرس ادراک شده کوهن بود. نتایج نشان داد که در سطح معناداری ملاک یعنی ($P \leq 0.05$) مقدار F به دست آمده 25/360 بیشتر از مقدار جدول با درجه آزادی (14 و 1) یعنی 4/60 می باشد. بنابراین فرضیه پژوهش مبتنی بر اثربخشی آموزش تفکر مثبت بر کاهش استرس ادراک شده مورد تایید قرار میگیرد. همچنین مقدار F به دست آمده از سبک مقابله هیجان مدار 34/781 بیشتر از مقدار جدول با درجه آزادی (14 و 1) یعنی 4/60 می باشد. بنابراین فرضیه پژوهش مبتنی بر اثربخشی آموزش تفکر مثبت بر کاهش استفاده از سبک مقابله هیجان مدار در افراد مورد تایید قرار می گیرد. نتیجه می گیریم آموزش تفکر مثبت بر سبک های مقابله با استرس اثر مثبت داشته و با مقابله مساله مدار همبستگی مثبت دارد.

کلمات کلیدی:

آموزش تفکر مثبت، سبک های مقابله با استرس، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/613578>

