

عنوان مقاله:

بررسی آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس و نحوه مقابله با استرس در دانش آموزان

محل انتشار:

هفتمین کنفرانس بین المللی حسابداری و مدیریت و چهارمین کنفرانس کارآفرینی و نوآوری های باز (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

بیژن قریشوندی - کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی

حسن صادقی - کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی

خدیجه کیانپور - کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی

خلاصه مقاله:

دوره نوجوانی دوره گذار به بزرگسالی است و نوجوانان علاوه بر استقلال باید با فشارهای روانی ناشی از بلوغ هورمون‌های جنسی، در حوزه تحصیلی با مسایلی همچون تکالیف درسی، انتخاب رشته و درآینده با مسیله‌شغل و حرفه روبرو شوند. هدف پژوهش حاضر بررسی آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس و نحوه مقابله با استرس در دانش آموزان نوجوان مقطع متوسطه نظری شهرستان ایذه در سال تحصیلی 95-96 می باشد. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه نظری شهرستان ایذه می باشد، که در سال تحصیلی 95-1396 مشغول بوده اند. تعداد 82 دانش آموز دختر سال اول دبیرستان، که به حسب فرضیه ها و متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش از میان جامعه آماری فوق الذکر به طور تصادفی انتخاب شده‌است. در مطالعه حاضر برای گردآوری اطلاعات و سنجش های متغیرهای آزمایش از مقیاس کنارآیی نوجوانان و پرسشنامه SCLR-90 و پرسشنامه سبک اسنادی کودکان و نوجوانان استفاده شده است نتایج نشان می دهد که آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس موج کاهش سبک کنارآیی اجتنابی دانش آموزان می شود، آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس موج کاهش سبک اسناد منفی دانش آموزان می شود. همچنین آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس موجب افزایش سولات روان دان ش آموزان می شود.

کلمات کلیدی:

مهارت‌های مدیریت ، استرس ، نحوه مقابله با استرس، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/639317>

