

## عنوان مقاله:

مهارتهای زندگی و سلامت روان

## محل انتشار:

سومین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسنده:

سعید احمدی - عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان و مدرس دانشگاه علمی کاربردی، کرمانشاه، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر به بررسی مهارتهای زندگی و سلامت روان پرداخته بود. روش: روش پژوهش توصیفی - مروری (روش کتابخانهای) و رجوع به منابع معتبر علوم تربیتی و اطلاعات علمی - اینترنتی مربوطه گردآوری شده بود. یافته ها و نتیجه گیری: نتایج حاصل از بررسی یافتههای تحقیق نشان داد که از مهارتهای زندگی برداشتهای گوناگونی به عمل آمده است که وجه مشترک آنها تاکید بر مقوله های زیر است: مهارت حل مساله، آگاهی های حرفه ای، یادگیری مادام العمر، تفکر پیچیده، روابط بین فردی، همکاری، شهروند مسیول، سلامتی، شیوههای مصرف کنندگی و عزت نفس، مهارتهای تصمیمگیری، کنترل فشار.

## کلمات کلیدی:

مهارت، زندگی، روان، سلامت

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/647635>

