

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر افسردگی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان

محل انتشار:

هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

زهرا مهتدی - کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، ایران

بهرام بختیاری سعید - مربی، گروه روانشناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، ایران

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر افسردگی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان در سال تحصیلی 95-1394 بود. رشد انسان در زمینه های روانی، اجتماعی، جسمانی، جنسی، شغلی، شناختی با الگوی خود اخلاقی و عاطفی صورت می گیرد. که هر یک از زمینه ها نیازمند مهارت و توانایی می باشند. نمونه پژوهش، 32 نفر از دانشجویان دختر در دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان مشغول به تحصیل بودند که به صورت در دسترس انتخاب شدند. مهارت های زندگی در 5 هفته 60 دقیقه ای در گروه آزمایش انجام شد. ابزار فرم کوتاه شده DASS-21 سوالی در دو گروه آزمایش و کنترل اجرا گردید. روش آماری در این پژوهش، از تحلیل کوواریانس چند متغیر مانکوا، تجزیه و تحلیل آماری با نرم افزار SPSS 22 انجام شده است. در این پژوهش، با توجه به میزان معناداری آن در سطح 95 درصد اطمینان معنادار شده است، نتایج فرضیه نشان داد که میانگین مجذورات تاثیر پیش آزمون متغیر افسردگی 612/11 و مقدار آزمون f برابر با 7/02، میزان این تاثیر (اتا) 0/78 بوده است. با توجه به میزان معناداری آن در سطح 95 درصد اطمینان معنادار شده است، لذا می توان گفت آموزش مهارت های زندگی بر افسردگی پاسخگویان موثر بوده است.

کلمات کلیدی:

مهارت های زندگی، افسردگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/676137>

