

عنوان مقاله:

بررسی رابطه آموزش مهارت های زندگی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد

محل انتشار:

سومین همایش ملی سلامت روان و تندرستی (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسنده:

نازیا سادات ناصری - دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد، گروه علوم تربیتی، مشهد، ایران

خلاصه مقاله:

هدف اصلی تحقیق بررسی تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مشهد بوده است. در این تحقیق که به روش آزمایشی انجام شده است، تعدادی از دانشجویان به عنوان گروه آزمایش به مدت دو ماه و طی هشت جلسه 120 دقیقه ای مهارت های زندگی را آموزش دیدند و یک گروه هم به عنوان گروه کنترل در نظر گرفته شد. پس از طی مدت زمان آزمایش هر دو گروه توسط پرسشنامه سلامت روان Sci 90 مورد سنجش قرار گرفته و توسط آزمون t برای مقایسه گروه های مستقل داده ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که بین میزان افسردگی، خود بیمار انگاری، حساسیت، پرخاشگری و فوبی دانشجویانی که آموزش مهارت های زندگی را دیده اند با افرادی که ندیده اند تفاوت معنادار وجود دارد. اما بین میزان اضطراب، وسواس، پارانویا و روان پریشی دانش جویانی که آموزش مهارت های زندگی را دیده اند با افرادی که ندیده اند تفاوت وجود ندارد. و در کل بین میزان سلامت روان افرادی که آموزش مهارت های زندگی را دیده اند با افرادی که ندیده اند تفاوت معناداری وجود دارد.

کلمات کلیدی:

مهارت های زندگی، سلامت روان، دانشجویان، دانشگاه آزاد اسلامی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/716172>

