

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش امید بر کاهش کمروبی و افزایش عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی قوچان

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

پروین نیازمند - دانشجو کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان

اردشیر کارآمد - گروه مشاوره توانبخشی واحد قوچان دانشگاه آزاد اسلامی قوچان ایران

خلاصه مقاله:

کمروبی و عزت نفس، اصطلاحاتی هستند که فراوان به کار می روند اما غالباً برداشت درستی از آنها نمی شود. کمروبی را میتوان احساس ناراحتی یا ممانعت از حضور در موقعیت های اجتماعی یا بین فردی دانست که شما را از پیگیری اهداف تحصیلی یا شخصی باز می دارد. کمروبی به نگرانی افراطی، اشتغال فکری و واکنش های جسمانی (نظیر افزایش ضربان قلب وسکته قلبی) منجر می شود. عزت نفس، درجه و ارزشی است که یک فرد برای خود قایل می شود. عزت نفس، به منزله ی بیان تایید یا عدم تایید فرد نسبت به خویشتن است و نشان می دهد، که تا چه اندازه فرد، خود را توانا، ارزنده و پر اهمیت می داند و به عبارت دیگر، عزت نفس، یک تجربه ی شخصی است که ترجمان آن را می توان در سطح گفتار و در سطح رفتارهای معنادار مشاهده کرد هدف این پژوهش بررسی تاثیر آموزش امید بر کاهش کمروبی و افزایش عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان می باشد. به این منظور 30 نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان به شیوه ی تصادفی انتخاب شدند . 15 نفر در گروه آزمایش و 15 نفر در گروه کنترل قرار گرفتند . ابزار اندازه گیری عبارت بود از آزمون چند جنبه ای شخصیتی مینه سوتا MMPI و عزت نفس کوپر اسمیت و امید اسنایدر. برای تحلیل داده ها از تحلیل کواریانس یک راهه و آزمون کالموگروف - اسمیرنوف استفاده شده است . پژوهش از نوع شبه تجربی با پیش آزمون و پس آزمون و گروه کنترل می باشد. یافته های پژوهش نشان داد که آموزش امید در کاهش کمروبی و افزایش عزت نفس دانشجویان موثر واقع شده است.

کلمات کلیدی:

امید ، کم رویی، عزت نفس، دانشجویان دانشگاه آزاد، فرزند پروری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/716259>

