

## عنوان مقاله:

بررسی اثر بخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر شادکامی و سلامت روان دانش آموزان دبیرستان شهرستان شیروان

## محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسندگان:

جلال علیزاده - دانش آموخته کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان

ملاحت امانی - عضو هیئت علمی دانشگاه بجنورد

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی برافزایش شادکامی و سلامت روان دانش آموزان اول دبیرستان می پردازد. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانش آموزان پسر سال اول دبیرستان شاغل به تحصیل درآموزشگاههای پسرانه آموزش و پرورش شهرستان شیروان در سال تحصیلی 91-92 که تعداد آنها 1230 نفر می باشند. جهت بررسی این موضوع، ازگروه نمونه ای به حجم 30 نفرکه دارای نمره سلامت روان بالاتر از 23 (خط برش سلامت روان) استفاده گردید. نمونه بصورت تصادفی به دوگروه 15 نفره تقسیم شد واز هر دوگروه آزمون شادکامی هم گرفته شد. سپس گروه آزمایش به مدت 8 جلسه 60 دقیقه ای مورد آموزش مهارت های ارتباطی قرارگرفت و در پایان ازدوگروه پس آزمون شادکامی و سلامت روان گرفته شد. جهت سنجش متغیر سلامت عمومی از پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ فرم 28 ماده ای استفاده شد و برای سنجش شادکامی پرسشنامه شادکامی اکسفورد مورد استفاده قرار گرفت. و نتایج توسط تحلیل کوواریانس چند متغیره تحلیل گردید. نتایج نشان داد که آموزش مهارت های ارتباطی باعث کاهش علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی، در گروه آزمایش شده است و همچنین نتایج نشان داد که آموزش مهارت های ارتباطی شادکامی را در گروه آزمایشی افزایش داده است. آموزش مهارتهای ارتباطی بر شادکامی و سلامت روان دانش آموزان موثر است.

## کلمات کلیدی:

آموزش مهارت های ارتباطی، سلامت روان، شادکامی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/716431>

