

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش تنظیم هیجان بر شادکامی، کیفیت زندگی، امید به زندگی زنان حاشیه شمال شهر اصفهان

محل انتشار:

دومین کنگره ملی روان شناسی و آسیب های روانی-اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

مهرنوش احتشامی

ابوالفضل خوانساری

محسن فیاض

زهره اسماعیلی

خلاصه مقاله:

مقدمه : از جمله مهمترین مشکلات اجتماعی در کشورهای جهان سوم، حاشیه نشینی و روند روبه گسترش آن است. حاشیه -نشینان معمولا کسانی هستند که در شهرها زندگی می کنند، اما به عنوان یک شهروند، از امکانات و خدمات شهری بهره ای نمی برند. حاشیه نشینان شهری، از ابعاد مختلف زندگی، یعنی بعد فیزیکی، اجتماعی و اقتصادی متمایز می گردند و جزء محروم ترین قشرهای جامعه شهری محسوب می شوند. در ایران، حدود هشت میلیون از جمعیت کشور، حاشیه نشین هستند و این معضل امروزه، دامنگیر شهرهای کلان کشور شده است. از جمله اقشار مورد آسیب در این نواحی زنان هستند؛ پژوهش حاضر به دنبال پاسخ گویی به این سوال است که آیا آموزش تنظیم هیجان بر شادکامی، کیفیت زندگی و امید به زندگی زنان ساکن حاشیه شمال شهر اصفهان موثر است روش اجرا پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و طرح پژوهشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری 45 روز بود. ابزارهای سنجش شامل پرسشنامه شادکامی آکسفورد، پرسشنامه 26 ماده ای کیفیت زندگی و پرسشنامه 8 ماده ای امید به زندگی بود. یافته ها : تعداد کل نمونه 40 نفر بوده اند؛ 20 نفر در گروه آزمایش و 20 نفر در گروه کنترل . بیشترین فراوانی در گروه های سنی 31 تا 35 سال مشاهده می گردد و کمترین فراوانی نیز در گروه سنی 40 سال به بالا بود. بیشترین فراوانی در گروه های اجتماعی اقتصادی خانواده ها در گروه اجتماعی اقتصادی ضعیف و کمترین فراوانی نیز در گروه اجتماعی اقتصادی خوب مشاهده شد. بر اساس نتایج آموزش تنظیم هیجان در طی سه زمان پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، در دو گروه کنترل و آزمایش تفاوت معناداری در ایجاد شادکامی و کیفیت زندگی داشته است ($P < 0.05$) . ولی تاثیری بر امید به زندگی نداشته است. ($P > 0.05$). بحث و نتیجه گیری: با توجه به نتایج پیشنهاد می گردد که برای ارتقای شادکامی و کیفیت زندگی زنان حاشیه نشین، دوره آموزش تنظیم هیجان اجرایی گردد. تا با تغییرات تنظیم هیجان زنان، باورشان به زندگی تغییر یابد.

کلمات کلیدی:

تنظیم هیجان، شادکامی، کیفیت زندگی، امید به زندگی، حاشیه نشینی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/745284>

