

عنوان مقاله:

اثربخشی پروتکل آموزش تاب آوری بر سلامت روان و امید دانش آموزان دختر شهر کرج

محل انتشار:

اولین همایش ملی روانشناسی و مشاوره خانواده استان البرز (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسنده:

فاطمه بخشی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات

خلاصه مقاله:

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی پروتکل آموزش تاب آوری بر سلامت روان، امید در دانش آموزان بود. روش: طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر سال دوم در مقطع متوسطه اول شهر کرج بود که در نیمسال دوم سال تحصیلی 96-1395 مشغول به تحصیل بودند. روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای بود و تعداد 30 دانش آموز که بر طبق پرسشنامه های تاب آوری کونور و دیویدسون (2003)، سلامت عمومی (GHQ-28)، امید به زندگی استایدر (1991) نمره متوسط یا کمتر را دریافت نمودند برای شرکت در دوره آموزش تاب آوری، انتخاب شدند و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (n=15) و گواه (n=15) قرار گرفتند. برنامه پروتکل آموزش تاب آوری برای گروه آزمایش در 10 جلسه به اجرا گذاشته شد. جلسات برای آزمودنی ها، هفته ای دو بار به مدت 75 دقیقه اجرا شد و سپس در پایانمداخلات آموزشی، بار دیگر آزمودنی های دو گروه آزمایش و کنترل، توسط پرسشنامه های تاب آوری، سلامت عمومی و امید به زندگی مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده های پژوهش به کمک روش های آماریتوصیفی و استنباطی از جمله میانگین، انحراف استاندارد، تحلیل کواریانس چند متغیری و تحلیل کواریانس یک راهه، تحلیل گردیدند. یافته ها: نتایج نشان داد که بعد از مداخله بین گروه آزمایش و کنترل در میزان افزایش سلامت روان و امید تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 0/001$). نتیجه گیری: با توجه به یافته های فوق می توان گفت آموزش تاب آوری به واسطه تغییر سازه های روانشناختی به افزایش سلامت روان و امید منجر می شود.

کلمات کلیدی:

آموزش تاب آوری، سلامت روان، امید، دانش آموزان دختر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/762027>

