

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان اعتماد به نفس و عزت نفس در دانش آموزان دوره دبیرستان شهر رشت

محل انتشار:

دومین همایش بین المللی افق های نوین در علوم پایه و فنی و مهندسی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

درسا اصلانی نژاد - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه علوم تحقیقات واحد گیلان

عباس صادقی - دانشیار دانشگاه گیلان روانشناسی تربیتی

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف مشخص نمودن تاثیر آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان اعتماد به نفس و عزت نفس دانش آموزان دوره ی دبیرستان شهر رشت انجام شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را 41376 نفر از دانش آموزان دبیرستان های دوره ی اول و دوم ناحیه های 1 و 2 شهر رشت که در نیمه دوم سال تحصیلی 94-95 در حال تحصیل بودند را شامل می شدند. شیوه انتخاب نمونه ها به صورت خوشه ای چند مرحله ای - تصادفی بوده که تعداد 300 نفر (100 دختر و 200 پسر) انتخاب شدند و بعد از اجرای پرسشنامه های اعتماد به نفس و عزت نفس، از بین کسانی که پایین ترین نمره را بدست آوردند 60 نفر نمونه در هر خوشه انتخاب و به روش تصادفی ساده در دو گروه 30 تایی قرار داده شدند. گروه آزمایش به مدت 8 جلسه 90 دقیقه ای به معنای 12 ساعت آموزشی طی دو ماه تحت آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب قرار گرفتند. پس از اتمام برنامه آموزشی، پس آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و نتایج به دست آمده با استفاده از شاخص آماری تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان افزایش اعتماد به نفس و عزت نفس در سطح $p < 0,05$ معنا دار بوده است، بنابراین می توان نتیجه گرفت آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر افزایش اعتماد به نفس و افزایش عزت نفس موثر است.

کلمات کلیدی:

آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب، اعتماد به نفس، عزت نفس.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/980485>

