

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت جرات ورزی بر شیوه های مقابله با استرس دانش آموزان متوسطه اول

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

اسحاق سام خانیانی - دانشجوی دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران.

محمد شفیعی - دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه لرستان

بهاره حسن پوراصیل - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت

سیده یاسمن هاشمی - کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مهارت جرات ورزی بر شیوه های مقابله با استرس دانش آموزان متوسطه اول بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و آزمایش بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان متوسطه اول شهر ساری می باشند. ابزار پژوهش پرسشنامه شیوه های مقابله با استرس اندلروپارکر بوده است. 30 نفر از آزمودنی ها به صورت نمونه گیری تصادفی انتخاب شده در دو گروه آزمایش 15 نفر و کنترل 15 نفر قرار گرفتند. و برای هر دو گروه پیش آزمون اجرا شد و سپس مداخله آزمایشی (آموزش مهارت جرات ورزی) برای گروه آزمایش طی 5 جلسه 90 دقیقه ای اجرا شد ولی در مورد گروه گواه هیچ آموزشی صورت نگرفت. پس از اتمام برنامه آموزشی از هر 2 گروه، پس آزمون به عمل آمد در پایان آموزش از هر دو گروه آزمایش و کنترل پس آزمون به عمل آمد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کواریانس استفاده شد. یافته ها نشان داد که میانگین نمرات شیوه های مقابله با استرس در گروه آموزش مهارت جرات ورزی در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون و گروه کنترل افزایش معنی داری یافته است. بنابراین آموزش مهارت جرات ورزی بر شیوه های مقابله با استرس دانش آموزان متوسطه اول تاثیر دارد.

کلمات کلیدی:

مهارت جرات ورزی، شیوه های مقابله با استرس، دانش آموزان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/981905>

