

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت‌های تاب آوری بر سلامت روان سربازان

محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 5، شماره 4 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

بهمن بهمنی - دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، ایران.

محمدحسین جوادی - استادیار گروه مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، ایران.

نوراله خلیل زاده - استادیار و مدیر گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور ارومیه، ایران.

شفیق مهربان - دانشجوی دکتری مشاوره توانبخشی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: ورود به سربازی سلامت روانی فرد را تحت تاثیر قرار میدهد. یکی از راهکارهای بهبود سلامت روان افراد یادگیری مهارت‌های تاب آوری است. هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های تاب آوری بر سلامت روان سربازان بود. روش: نوع مطالعه پژوهش حاضر نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون؛ پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل سربازان وظیفه ستاد انتظامی کرمانشاه بودند که از بین آن ها تعداد 30 نفر به روش در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گماشته شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه 28 سوالی سلامت عمومی (گلدبرگ و هیلر، 1979) استفاده شد. گروه آزمایش طی 10 جلسه تحت (به مدت 75 دقیقه و هفته ای دو جلسه) آموزش قرار گرفتند، سپس نتایج با استفاده از تحلیل کواریانس تحلیل شدند. یافته ها: نتایج آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که مداخله آموزش مهارت های تابآوری در افزایش سلامت روان سربازان در گروه آزمایش تاثیر معنیداری داشته است. ($p < 0/01$) نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده میتوان نتیجه گرفت که برنامه آموزش مهارت‌های تابآوری موجب افزایش سلامت روان سربازان میشود؛ بنابراین این برنامه آموزشی و کارگاه ها و تشکیل گروه های مشاوره و حمایتی میتواند جزء برنامه های مداخلاتی در جهت بهبود سلامت سربازان مورد استفاده قرار گیرند.

کلمات کلیدی:

مهارت‌های تاب آوری، سلامت روان، سربازان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/995006>

