

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر انعطاف پذیری شناختی دانشجویان دانشگاه آزاد ساوه

محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

الدوز بابایی - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه

کوروش گودرزی - استادیار روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد

فاطمه شاطریان - استادیار روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر انعطاف پذیری شناختی دانشجویان دانشگاه آزاد ساوه انجام شده. در این پژوهش از روش های پژوهش شبه آزمایشی از نوع گروه کنترل نابرابر با پیش آزمون و پس آزمون استفاده شده است. نمونه مورد مطالعه با استفاده از نمونه گیری هدفمند از میان دانشجویان دانشگاه آزاد ساوه تعیین شده و 30 نفر در گروه آزمایش و 30 نفر در گروه کنترل قرار گرفتند و به مدت 35 روز به شکل گارگاهی مورد آموزش قرار گرفتند. به منظور جمع اوری داده ها از پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی (دنيس و واندروال ، 2009) استفاده گردید. یافته ها حاکی از آن است که آموز مهارت های زندگی اثربخشی معنی داری بر انعطاف پذیری شناختی دانشجویان دارد. بنابراین با اجرای کارگاه های آموزشی مهارت های زندگی می توان با بهبود انعطاف پذیری شناختی دانشجویان عملکرد آنها را در موقعیت های زندگی ارتقاء بخشید.

کلمات کلیدی:

انعطاف پذیری شناختی، مهارت های زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/320925>

