

این پژوهش با هدف تعیین تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر جهت گیری زندگی، معنای زندگی و صمیمیت زنان دانشجوی رشته پرستاری دانشگاه آزاد رشت انجام شده است. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی است، جامعه آماری، زنان دانشجوی رشته پرستاری دانشگاه آزاد رشت در سال تحصیلی ۱۳۹۵ هستند. که تعداد ۳۰ دانشجوی زن متاهل براساس نمونه گیری در دسترس در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. ابزار پژوهش حاضر استفاده از پرسشنامه های آزمون جهت گیری زندگی (LOT-R) شیرو و کارو (۱۹۸۵) پرسشنامه معنای زندگی (استگر، ۲۰۰۶) و پرسشنامه ابعاد صمیمیت با گاروزی (۲۰۰۰)، بوده است. برنامه آموزش مهارت های زندگی در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای به گروه آزمایش ارائه شد در حالی که گروه کنترل آموزش خاصی ندیدند. یافته های بدست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS و تحلیل کواریانس چندمتغیره مانکوا، نشان داد که آموزش مهارت های زندگی بر صمیمیت زناشویی و مولفه های آن جز صمیمیت معنوی و صمیمیت اجتماعی - تفریحی تاثیر معنادار داشته است ($p < 0/01$). نتایج نشان داد که این آم و زشها بر جهت گیری زندگی خوش بینانه هم تاثیر داشته اما بر معنای زندگی و مولفه جستجوی معنای زندگی تاثیر نداشته است. اما بر مولفه وجود معنای زندگی تاثیر داشته است. ($p < 0/01$). با توجه به نتایج بدست آمده نشان داد، آموزش مهارت های زندگی منجر به افزایش صمیمیت زناشویی و جهت گیری زندگی و بکارگیری سبک های مسأله گشایی کارآمد در کاهش دلزدگی و تعارضات موثر گردیده است.

واژگان کلیدی: مهارت های زندگی، جهت گیری زندگی، معنای زندگی، صمیمیت.