

چکیده

هدف پژوهش حاضر اثربخشی آموزش مهارت خودآگاهی بر تکانشگری، هیجان خواهی و سرسختی روانشناختی دختران بسیجی شهرستان رشت بود. این پژوهش در زمره تحقیقات نیمه آزمایشی و از منظر هدف کاربردی می باشد. جامعه آماری پژوهش را کلیه دختران بسیجی شهرستان رشت منطقه ۱ شهری (شهرداری) تشکیل دادند که در این مناطق در منزل خود زندگی میکنند که با استفاده روش نمونه گیری در دسترس، دو گروه ۱۵ نفری متشکل از کنترل و آزمایش به عنوان نمونه انتخاب شدند. جهت گردآوری داده ها آزمودنی ها در مرحله اول پیش آزمون با استفاده از نقطه برش پرسشنامه های تکانش گری هرشفیلد (۱۹۶۵) و هیجان خواهی زاکرمن (۱۹۷۸) و سرسختی روانشناختی اهواز (۱۳۷۷) در دو گروه همگن کنترل و آزمایش قرار گرفتند و پس از برگزاری پروتکل آموزش مهارت خودآگاهی، تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار Spss22 و آزمون آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیری انجام شد. نتایج حاصل از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که بین نمرات پس آزمون تکانش گری ($\eta^2 = 0/35, p < 0/01$) و $F(1,25) = 13/47, p < 0/05, \eta^2 = 0/16$ ، هیجان خواهی و سرسختی روانشناختی ($\eta^2 = 0/65, p < 0/01, F(1,25) = 47/01$) = $F(1,25)$ آزمودنی های گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد. همچنین نتایج حاصل از تاثیر آموزش مهارت خودآگاهی بر تکانش گری دختران دارد. از طرفی نتایج حاصل از بررسی تاثیر آموزش مهارت خودآگاهی بر هیجان خواهی دختران بسیجی شهرستان رشت، نشان داد آموزش مهارت خودآگاهی تاثیر معنی داری بر کاهش هیجان خواهی دختران بسیجی شهرستان رشت دارد. همچنین نتایج بررسی تاثیر آموزش مهارت خودآگاهی بر سرسختی روانشناختی دختران بسیجی شهرستان رشت، نشان داد آموزش مهارت خودآگاهی تاثیر معنی داری بر افزایش سرسختی روانشناختی دختران دارد.

کلمات کلیدی: مهارت خودآگاهی - تکانشگری - هیجان خواهی - سرسختی روانشناختی