

# اثر بخشی آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان اعتماد به نفس و عزت نفس در دانش آموزان دوره ی دبیرستان شهر رشت

دُرسا اصلانی نژاد\*، آقای دکتر عباس صادقی،

1395-6-31

پژوهش حاضر با هدف مشخص نمودن تأثیر آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان اعتماد به نفس 45976 و عزت نفس دانش آموزان دوره ی دبیرستان شهر رشت انجام شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را شهر رشت که در نیمه دوم سال 2 و 5 نفر از دانش آموزان دبیرستان های دوره ی اول و دوم ناحیه های در حال تحصیل بودند را شامل می شدند. شیوه انتخاب نمونه ها به صورت خوشه ای چند 31-34 تحصیلی پسر ) انتخاب شدند و بعد از اجرای پرسشنامه 211 دختر و 511 نفر ( 911 تصادفی بوده که تعداد -مرحله ای نفر نمونه در هر 61 های اعتماد به نفس و عزت نفس ، از بین کسانی که پایین ترین نمره را بدست آوردند جلسه 8 تایی قرار داده شدند. گروه آزمایش به مدت 91 خوشه انتخاب و به روش تصادفی ساده در دو گروه ساعت آموزشی طی دو ماه تحت آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب قرار 52 دقیقه ای به معنای 31 گرفتند. پس از اتمام برنامه آموزشی، پس آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و نتایج به دست آمده با استفاده از شاخص آماری تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب بر میزان افزایش اعتماد معنا دار بوده است، بنابراین می توان نتیجه گرفت آموزش مصون p

کلمات کلیدی : کلید واژه ها : آموزش مصون سازی در مقابل اضطراب، اعتماد به نفس، عزت نفس

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)