

اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر حرمت خود و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان

ناهید چراغی*، 122،

1396-03-31

چکیده: فراگیری مهارت‌های ارتباطی می‌تواند در کاهش مشکلات روانشناختی نوجوانان مفید باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر حرمت خود و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر انجام شده است. روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی و از طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری 1000 نفر دانش‌آموزان دخترینجم ابتدایی رشت در سال تحصیلی 1395-1396 می‌باشد که با روش نمونه‌گیری در دسترس چند مرحله‌ای 30 نفر از آنها که در پرسشنامه حرمت خود و مقیاس اضطراب اجتماعی نمره پایین‌تر از متوسط کسب کرده بودند انتخاب و به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل (15 دانش‌آموز نفر برای هر گروه) جایگزین شدند. گروه آزمایش طی 8 جلسه 90 دقیقه‌ای و هفته‌ای دو بار طی یک ماه و نیم در معرض مشاوره گروهی مبتنی بر آموزش مهارت‌های ارتباطی قرار گرفتند، اما گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند. داده‌های گردآوری شده با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین میانگین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون حرمت خود و اضطراب اجتماعی در گروه آزمایش تفاوت معناداری وجود دارد. این تفاوت در سطح 01/0 معنادار است. همچنین نتایج تحلیل کوواریانس، اندازه اثر را 63/0 درصد برای متغیر حرمت خود و اندازه اثر 64/0 را برای اضطراب اجتماعی نشان داد. بنابراین می‌توان گفت آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش حرمت خود و کاهش اضطراب اجتماعی تاثیرگذار است. با توجه به اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی پیشنهاد می‌گردد استفاده از آموزش مهارت‌های ارتباطی در نظام آموزشی مورد توجه قرار گیرد.

کلمات کلیدی: کلید واژه‌ها: حرمت خود، اضطراب اجتماعی، مهارت ارتباطی

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

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان‌نامه‌ها](#)