

## عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی بر کنترل خشم و تصمیم گیری دانش آموزان دوره متوسطه ( مطالعه موردی: شهرستان اصفهان)

## محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

خالد احمدی کیا - دبیر آموزش و پرورش، شهرستان فارس، استان چهارمحال و بختیاری

فرشاد جهانبازی گوجانی - دبیر آموزش پرورش، شهرستان فارس، استان چهارمحال و بختیاری

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان پسر سال سوم متوسطه شهر اصفهان می باشد. مواد و روش ها: این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی، با طرح گروه کنترل نابرابر می باشد، جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان پسر سال سوم مقطع متوسطه شهر اصفهان می باشد. در این پژوهش به منظور بررسی میزان پرخاشگری آزمودنی ها از پرسش نامه پرخاشگری اهواز استفاده شد. تعداد 40 نفر از دانش آموزان با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند، جهت انتصاب افراد در گروه ها 30 نفر از دانش آموزانی با نمره پرخاشگری بالا انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل جایگزین شدند. سپس گروه آزمایش به مدت 10 جلسه 90 دقیقه ای در دوره آموزش مدیریت خشم که به شیوه شناختی رفتاری برگزار شد، شرکت نموده اما گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند. یافته های پژوهش: یافته های حاصل از پژوهش نشان دادند که آموزش مهارت مدیریت خشم بر کاهش پرخاشگری موثر است. بدین صورت که بین گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون متغیر پرخاشگری با کنترل پیش آزمون در سطح  $P > 0/0001$  تفاوت معناداری وجود دارد. بحث و نتیجه گیری: یافته های حاصل از پژوهش نشان داد که آموزش مدیریت خشم در افزایش کنترل خشم و بهبود اسنادهای دانش آموزان موثر است و دانش آموزان می توانند اصول نظریه رفتاری عقلانی و عاطفی را از طریق این نوع برنامه بیاموزند.

## کلمات کلیدی:

مهارت های مدیریت خشم، پرخاشگری، دانش آموزان مقطع متوسطه

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/824254>

