

ارتباط شوخ طبعی و جرأت ورزی با مدیریت خشم در دانش آموزان دوره متوسطه

مریم موسوی^۱

اکارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ملایر، ایران، maryammosavi1360a@gmail.com

چکیده - پژوهش حاضر به منظور بررسی ارتباط شوخ طبعی و جرأت ورزی با مدیریت خشم در دانش آموزان دوره متوسطه انجام گرفته است. پژوهش حاضر از نظر هدف (نوع تحقیق) کاربردی می باشد و به روش توصیفی - همبستگی انجام شده است. جامعه آماری تحقیق حاضر را کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم تشکیل داده که تعداد آنها در شهرستان ملایر ۳۵۰۰ نفر است. حجم نمونه توسط جدول کرجسی و مورگان ۲۴۶ نفر محاسبه شده است که به روش خوشه ای چند مرحله ایی انتخاب شده اند. ابزار گرد آوری اطلاعات پرسشنامه خشم اسپیلبرگر (۱۹۸۸)، پرسشنامه سبک های شوخ طبعی ماترین و همکاران (۲۰۰۳) و پرسشنامه جرأت ورزی گمبریل و ریچی (۱۹۷۵) بود. نتایج پژوهش نشان داد که بین شوخ طبعی و جرأت ورزی با مدیریت خشم در دانش آموزان ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد. واژگان کلیدی: شوخ طبعی، جرأت ورزی، مدیریت خشم

باز می دارد. همه می دانیم خشم چیست و آن را احساس کرده ایم: چه زمانی که یک ناراحتی گذراست و چه هنگامی که عصبانیت تمام عیار است. خشم یکی از عواطف کاملاً معمولی و اغلب سالم است. اما هنگامی که از کنترل خارج شود و چهره ای مخرب به خود گیرد مشکلاتی را در محیط کار، روابط خصوصی و کیفیت کلی زندگی شما به وجود می آورد. این مطلب به شما کمک می کند خشم را بهتر درک و مدیریت و کنترل کنید. ارائه تعریفی

۱- مقدمه

خشم یکی از هیجان های پیچیده انسان است، خشم واکنشی متداول نسبت به ناکامی و بدرفتاری است. همه ما در طول زندگی با موقعیت های خشم برانگیز روبرو شده ایم. اشکال خشم این است که اگر چه بخشی از زندگی است ولی ما را از رسیدن به اهداف مان