

بررسی تاثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و قاطعیت دانش آموزان دختر مقطع متوسطه

دکتر محمد صاحب الزمانی^۱، روح انگیز نوروزی نیا^۲، لیلا آیلو^۳، دکتر علی رشیدی^۴

تاریخ دریافت: ۸۸/۳/۲۸ تاریخ پذیرش: ۸۸/۷/۱۸

چکیده

پیش زمینه و هدف: ابراز وجود یک جنبه از ارتباط بین فردی است که می‌توان آن را ایجاد یا بهبود بخشید. هدف از آموزش ابراز وجود، یاد دادن هنر ارتباط عمیق با دیگران، برخورد جدی با کار و زندگی و تسلط بر خویش است. هدف از این مطالعه، تعیین تاثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و قاطعیت دانش آموزان دختر مقطع متوسطه بود.

مواد و روش کار: این مطالعه نیمه تجربی روی ۵۰ دانش آموز مشتمل بر دو (کلاس) گروه ۲۵ نفری انجام گرفته است. در مرحله اول، اطلاعات مربوط به مشخصات فردی و میزان عزت نفس و قاطعیت واحدهای مورد پژوهش به وسیله پرسش‌نامه جمع آوری شد. سپس به هر دو گروه آموزش ابراز وجود، داده شد. مرحله دوم پژوهش یک جلسه پس از آخرین جلسه آموزش ابراز وجود، انجام شد و ارزیابی مجدد صورت گرفت.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین میانگین امتیازات کسب شده عزت نفس و قاطعیت واحدهای مورد پژوهش قبل و بعد از آموزش اختلاف آماری معنی‌داری وجود دارد. آزمون آماری t زوجی نیز نشان دهنده افزایش میزان عزت نفس و قاطعیت هر دو گروه بعد از آموزش نسبت به قبل از آموزش می‌باشد (p=0.000).

بحث و نتیجه گیری: آموزش ابراز وجود، منجر به افزایش میزان عزت نفس و قاطعیت در دانش آموزان می‌گردد.

کلیدواژه‌ها: آموزش ابراز وجود، عزت نفس، قاطعیت

مجله پزشکی ارومیه، دوره بیست و یکم، شماره اول، ص ۵۳-۴۸، بهار ۱۳۸۹

آدرس مکاتبه: تهران، خیابان شریعتی، خیابان خاقانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد پزشکی تهران، تلفن: ۰۹۱۲۵۶۰۳۹۸۰

Email: norouzinia@gmail.com

مقدمه

یکی از مشکلاتی که تاثیر بازدارنده بر کارآمدی نوجوانان دارد و از شکل‌گیری سالم هویت و شکوفایی استعدادها و قوای فکری و عاطفی آنان جلوگیری می‌کند، مشکل برقراری و حفظ ارتباطات اجتماعی است (۱). ابراز نکردن خود و عدم توجه به حقوق فردی و نشان ندادن قاطعیت در تعاملات فی مابین، انسان را گرفتار بیماری‌های جسمی و روانی و روابط اجتماعی ناسالم می‌کند. بسیاری از بزهکاری‌ها و رفتارهای منحرف، خصوصاً در نوجوانان به این دلیل بوجود می‌آید که نوجوان قدرت "نه گفتن" در جای مناسب را ندارند (۲).

جرات آموزی یا به عبارتی آموزش این وجه از مهارت‌های اجتماعی، رویکردی رفتاری است که امروزه رواج بسیاری یافته است و مخصوصاً برای افرادی که مشکلاتی در ابراز وجود خود در موقعیت‌های بین فردی دارند، مفید است. ولی با این وجود، آموزش ابراز وجود می‌تواند برای همه افراد مناسب باشد؛ زیرا همه افراد در ابراز وجود خود، در موقعیت‌های معینی مشکل دارند (۳). ابراز وجود به انسان احساس خودکارآمدی و کنترل درونی می‌بخشد و این احساسات نیز در روابط متقابل با دیگران، اعتماد به نفس و عزت نفس ما را تقویت می‌کند (۴). از طرف

^۱ استادیار مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد تهران واحد پزشکی

^۲ دانشجوی ترم آخر کارشناسی ارشد آموزش پرستاری (نویسنده مسئول)

^۳ کارشناس ارشد آموزش پرستاری، عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد ارومیه

^۴ استادیار اطلاع رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ارومیه