

تأثیر آموزش شادکامی بر ویژگی های شخصیتی زنان منطقه یک شهر قم

رضا براری، سید رضا هاشمی، الهه فروغی راد

چکیده

شخصیت بی تردید یکی از بحث های عمده و محوری روان شناسی است، که هدف نهایی همه بررسی های مربوط به انسان است. شخصیت، بیان گر آن دسته از ویژگی های فردی است که الگوهای رفتاری را نشان می دهد. هدف از انجام این پژوهش بررسی تأثیر آموزش شادکامی بر ویژگی های شخصیتی زنان شهر قم می باشد. بدین منظور از بین ۹۲۷۵۹ زنان شهر قم ۴۰ نفر را به صورت تصادفی ساده انتخاب کرده و به روش شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با یک گروه در دوره های آموزش شادکامی شرکت کردند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه صفات شخصیتی NEO با ۶۰ گویه و ۵ بعد (روان نژندی، برون گرایی، دل پذیر بودن، مسئولیت پذیری و انعطاف پذیری) استفاده شده است. اطلاعات جمع آوری شده از طریق آزمون تی تست با دو نمونه جفتی تجزیه و تحلیل شد و یافته حاکی از آن است که دوره آموزش شادکامی در صفات شخصیتی زنان شهر قم تأثیر معناداری داشته است.

کلیدواژه: شادزیستن، آموزش، ویژگی های شخصیت، زنان، قم.