

تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر خودکارآمدی زنان مطلقه شهر تهران

مریم هاشمی^۱، پریناز بنیسی^۲، مرضیه سادات رضوی^۳

۱. گروه روانشناسی ، دانشکده علوم انسانی و روانشناسی، واحد تهران غرب ، دانشگاه آزاد اسلامی ، تهران ، ایران.
۲. گروه روانشناسی ، دانشکده علوم انسانی و روانشناسی ، واحد تهران غرب ، دانشگاه آزاد اسلامی ، تهران ، ایران.
۳. گروه روانشناسی ، دانشکده علوم انسانی و روانشناسی ، واحد تهران غرب ، دانشگاه آزاد اسلامی ، تهران ، ایران.

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر تعیین تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر خودکارآمدی زنان مطلقه شهر تهران بود.

روش: روش این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع، مطالعات آزمایشی با طرح نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان مطلقه مراجعه کننده به مراکز بهداشتی و درمانی شهر تهران در نیمه دوم سال ۱۳۹۶ بوده است. که از این میان ۳۰ نفر از زنان مطلقه مراجعه کننده به مراکز بهداشتی و درمانی شهر تهران در نیمه دوم سال ۱۳۹۶ به روش هدفمند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه آموزش مهارت های زندگی را دریافت نمود. هر دو گروه در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون به پرسشنامه خودکارآمدی (شرر و همکاران، ۱۹۸۲) پاسخ دادند. داده های جمع آوری شده به وسیله آزمون کوواریانس و با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۰ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته: یافته های پژوهش نشان از آن داشت در مرحله پس آزمون بین میانگین خودکارآمدی دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. ($P < 0/05$).

نتیجه گیری: با توجه به یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت های زندگی بر خودکارآمدی زنان مطلقه تاثیر داشته است.

واژگان کلیدی: آموزش، مهارت های زندگی، خودکارآمدی، زنان مطلقه. تهران.