

مقایسه‌ی شایستگی اجتماعی، کیفیت زندگی و آشفته‌گی هیجانی دانش‌آموزان متوسطه کم‌خواب و پرخواب شهر چابهار

مهنوش عابدینی^۱، یوسف دل‌باخته^۲

^۱ استادیار گروه مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بین‌الملل قشم.

^۲ دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بین‌الملل قشم

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه ابعاد شایستگی اجتماعی، کیفیت زندگی و آشفته‌گی هیجانی دانش‌آموزان متوسطه کم‌خواب و پرخواب شهر چابهار به انجام شده است. این تحقیق به لحاظ هدف کاربردی و روش بررسی آن توصیفی و از نوع تحقیقات علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری آن را کلیه دانش‌آموزان متوسطه شهر چابهار تشکیل داده‌اند. نمونه آماری شامل ۸۰ نفر از دانش‌آموزان کم‌خواب (۴۰ نفر) و پرخواب (۴۰ نفر) دوره متوسطه شهر چابهار بوده است، که به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه شایستگی اجتماعی فلنر و همکاران (۱۹۹۰)، پرسشنامه کیفیت زندگی آلین لاین (۲۰۰۵) و پرسشنامه تحمل آشفته‌گی هیجانی سیمونز (۲۰۰۵) بوده است. به منظور تعیین پایایی پرسشنامه‌ها، از روش آلفای کرونباخ استفاده شد، که مقدار آلفای آن برای همه پرسشنامه‌ها بیش از ۰/۷ بدست آمده است. نتایج حاصل از این تحقیق نشان داده است که: بین دانش‌آموزان کم‌خواب و پرخواب شهر چابهار از نظر مولفه‌های شایستگی اجتماعی (مهارت‌ها و توانایی‌های شناختی، مهارت‌های رفتاری، کفایت هیجانی و آمیبه‌های انگیزشی)، مولفه‌های کیفیت زندگی (عملکرد جسمی، نقش جسمی، درد جسمی، سلامت عمومی، نشاط، کارکرد اجتماعی، نقش هیجانی و سلامت روانی) و مولفه‌های آشفته‌گی هیجانی (تحمل آشفته‌گی هیجانی، ارزیابی ذهنی آشفته‌گی، میزان توجه به هیجانات منفی در صورت وقوع و اقدام‌های تنظیم‌کننده برای تسکین آشفته‌گی) تفاوت معناداری وجود دارد.

واژگان کلیدی

شایستگی اجتماعی، کیفیت زندگی، آشفته‌گی هیجانی، کم‌خواب