

اثر بخشی آموزش پذیرش و تعهد بر ناگویی خلقی و سلامت روان دانش آموزان

فردین باتمانی^۱، صابر حیدری^۲

استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج

دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج

چکیده:

پژوهش حاضر با رویکرد به هدف پژوهش، از نوع پژوهش های کاربردی می باشد که با استفاده از روش شبه آزمایشی (نیمه تجربی) با طرح پیش آزمون پس آزمون می باشد. جامعه آماری شامل کل دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان سرپل ذهاب می باشد. با توجه به شبه آزمایشی بودن این پژوهش تعداد نمونه های پژوهش محدود و شامل ۶۰ نفر در قالب دو گروه ۳۰ نفره (گروه کنترل و آزمایش) می باشد. از روش تصادفی ساده نمونه ها انتخاب و داده های پژوهش گردآوری می گردد در این تحقیق برای سنجش مولفه های هر یک از متغیرهای تحقیق (ناگویی خلقی، سلامت روان) از پرسشنامه های استاندارد فرم اولیه مقیاس ناگویی خلقی تورنتو و پرسشنامه ۲۸ سوالی سلامت عمومی استفاده گردیده است. برای تجزیه و تحلیل داده های این پژوهش با توجه به سطح سنجش متغیرهای مورد بررسی، از آماره های توصیفی شامل جداول فراوانی و درصد فراوانی و همچنین نمودار میله ای استفاده شده است. در آمار استنباطی با توجه به نوع فرضیات از آزمون کوواریانس؛ آزمون های کولموگروف- اسمیرنف و تحلیل واریانس کواریانس استفاده شده است. نتایج یافته ها نشان داد که که آموزش مبتنی بر درمان پذیرش و تعهد بر کاهش ناگویی خلقی در مرحله پس آزمون ($F(1, 27) = 27.47, P \leq 0.01$) موثر بوده است. همچنین مقایسه میانگین ها نشان می دهد که با کنترل نمرات پیش آزمون سلامت روان، دانش آموزانی که آموزش پذیرش و تعهد را دریافت کرده اند (گروه آزمایش) ($M = ۶۲/۳۳$) به طور معناداری نمرات بالاتری در متغیر سلامت روان در مرحله پس آزمون نسبت به دانش آموزانی که در گروه آموزش پذیرش و تعهد شرکت نکرده بودند (گروه کنترل) ($۴۰/۵۰$) ($M =$ بدست آورده اند ($P \leq 0.01$)).

کلیدواژه ها: آموزش پذیرش و تعهد؛ ناگویی خلقی؛ سلامت روان.