

بررسی رابطه بین مهارت های زندگی با سلامت روان دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر چرام در سال

۱۳۹۶.

نجف اصغرنژاد، پرورش بادروج، رضا عالیپور، شمس الله مجتهدی، منصوره عسکری

آموزش و پرورش شهر دهدشت

آموزش و پرورش شهر چرام

آموزش و پرورش شهر چرام

آموزش و پرورش شهر چرام

آموزش و پرورش شهر چرام

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی رابطه بین مهارت های زندگی و سلامت روان دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر چرام در سال ۱۳۹۶ بود. این پژوهش به روش پیمایشی و به صورت توصیفی انجام گرفته است. جامعه آماری، تعداد ۵۰۰ از معلمان مقطع ابتدایی شهر چرام بود. برای صرفه جویی در وقت و هزینه، بر اساس جدول مورگان، ۱۰۰ نفر از معلمان مقطع ابتدایی شهر چرام به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. پس از جمع آوری اطلاعات در قالب پرسشنامه استاندارد مدیریت تغییر و پرسشنامه استاندارد توسعه نیروی انسانی، به کمک نرم افزار SPSS و به وسیله آزمون های آماری ضریب همبستگی، رگرسیون خطی در قالب جداول توصیفی و تحلیلی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته اند. نتایج حاصل از آزمون رگرسیون خطی و ضریب همبستگی پیرسون از یافته ها نشان می دهد: بین مؤلفه های مهارت های زندگی با سلامت روان دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر چرام، رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

کلید واژه ها: آموزش مهارت های زندگی، سلامت روان، معلمان مقطع ابتدایی.

مقدمه

امروزه علیرغم ایجاد تغییرات عمیق و تغییر در شیوه های زندگی بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی فاقد توانایی های لازم و اساسی هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره آسیب پذیر کرده است. پژوهش های بی شماری نشان داده اند که بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روانی و عاطفی ریشه های روانی اجتماعی دارند. برای مثال: پژوهش در زمینه اعتیاد و سوء مصرف مخدرشان داده است که سه عامل مرتبط با سوء مصرف مواد عبارتند از: عزت نفس ضعیف، ناتوانی در بیان احساس و فقدان (طارمیان، ۱۳۷۸).

مهارت های ارتباطی قشر دانش آموز نیز به واسطه شرایط حساس سنی که در آن قرار دارند ضرورت کسب مهارت های زندگی به منظور میل به اهداف عالیه یکی از مهمترین الزامات کارکردی است که باید آموزش های لازم را ببینند و آن را به کار می گیرند. با توجه به تغییرات و پیچیدگی های روز افزون و گسترش روابط اجتماعی در عصر کنونی، آماده سازی افراد، به ویژه نسل جوان جهت مقابله با موقعیت های دشوار، امری ضروری به نظر می رسد. اهمیت و ضرورت آموزش مهارت های زندگی، زمانی مشخص می شود که بدانیم آموزش مهارت های زندگی، موجب ارتقای توانایی های روانی - اجتماعی می گردد. این توانایی ها، فرد را برای برخورد موثر با کشمکش ها و موقعیت های زندگی یاری می بخشند، و به او کمک می کنند تا با سایر انسان ها، جامعه، فرهنگ و محیط خود، مثبت و سازگارانه عمل کند و سلامت روانی خود را تامین نماید. در نتیجه با پدید آمدن رفتارهای مثبت و سالم، بسیاری از مشکلات بهداشتی، قابل پیشگیری خواهند بود. نوجوانی، یکی از مراحل مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می رود. در این دوره، نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی، به ویژه تعادل بین عواطف و عقل، درک ارزش وجودی خویشتن، خودآگاهی (شناخت استعدادها، توانایی ها و رغبت ها)، انتخاب هدف های واقعی در زندگی، استقلال عاطفی از خانواده، حفظ تعادل روانی و عاطفی خویش