

## اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر جرأت ورزی و خودکارآمدی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر گچساران

سیده مونس حسینی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> عضو هیئت علمی، گچساران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گچساران، گروه روان شناسی (نویسنده مسئول)

### چکیده

در پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر جرأت ورزی و خودکارآمدی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر گچساران بررسی شد. جامعه آماری این پژوهش تمامی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر گچساران که تعداد آنان ۵۶۲ بود و در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ مشغول به تحصیل هستند از این جامعه آماری یک مدرسه به روش نمونه گیری تصادفی از بین مدارس عادی شهر گچساران انتخاب شد. بدین منظور ۵۰ نفر به صورت نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند و در ۲ گروه (گروه آزمایش و ۱ گروه کنترل)، به صورت تصادفی جایگزین شدند. گروه آزمایش، با روش آموزش مهارت های زندگی تحت مداخله قرار گرفتند. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه جرات ورزی (گمبیریل و ریچی، ۱۹۷۵) و پرسشنامه خودکارآمدی (موریس، ۲۰۰۱) استفاده شد. گروه آزمایشی دوم ۱۰ جلسه آموزش مهارت های زندگی را گذراندند. نتایج تحلیل کواریانس در روش آموزش مهارت های زندگی افزایش بیش تر جرات ورزی و خودکارآمدی در گروه های آزمایشی را نسبت به گروه کنترل نشان داد. بنابراین آموزش مهارت های زندگی بر جرأت ورزی و خودکارآمدی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم مؤثر است.

**واژه های کلیدی:** جرأت ورزی، مهارت های زندگی، خودکارآمدی