تأثیر آموزش کارگاهی مهارت‌های زندگی بر احساس، طرز تفکر و نحوه رفتار دانشجویان

بر پرستاری

معصومه رشیدی نژاد ۱، سکینه میری ۲، علی بهرام نژاد ۳

خلاصه

مقدمه: توانایی انجام رفتارهای ماندگاری و مهارت به گونه‌ای که فرد بتواند با فشارها و ضرورت‌های زندگی روزمره کار کند، یکی از اصول ترنین اقداماتی است که دانشجویان باید در محیط دانشگاهی یا پرستاری و آموزش مهارت‌های زندگی می‌توانند کمکی برای رسیدن به این هدف پذیرند. هدف این مطالعه به منظور تعیین تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر احساس، طرز تفکر و نحوه رفتار در موقعیت‌های زندگی مختلف در دانشجویان پرستاری بیم انجام شده است.

روش: در یک مطالعه نیمه تجربی دو گروه 60 نفر از دانشجویان پرستاری که با انتخابهای از روش نمونه‌گیری غیریتی‌سنجی انتخاب شده، مورد بررسی قرار گرفتند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از استانداردهای هنگام (Bar - on) قرار گرفتن، حالت جمعی از ابزارهای استانداردهای هنگام (Bar - on) به شکل کارگاه پرستاری و پایخ و ایفا شده. نتایج نشان دادند که آموزش موجب تغییر در آموزش مهارت‌های زندگی بر احساس، طرز تفکر و نحوه رفتار افراد شد. تفاوت نمرات حاصله در گروه آزمون و کنترل معنی‌دار بود (p<0.05).

بحث و نتیجه‌گیری: آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر مثبتی بر سطح احساسی طرز تفکر و نحوه رفتار افراد جامعه خواهد داشت. مهارت‌های زندگی مربوط به نحوه عمل و رفتار، و آگاهی تصرف عملی آموخته شوند، می‌توانند با تغییر رفتار در نکت تک‌افراد جامعه باعث ارتقاء جامعه گردد.

واژه‌های کلیدی: دانشجو، مهارت‌های زندگی، احساس، طرز تفکر و نحوه رفتار، آموزش مهارت‌های زندگی

Email:nejadrashidi@yahoo.com

نویسنده مسئول: کرمان، دانشکده پرستاری و مامایی رازی

1- کارشناس ارشد پرستاری، مری، پژوهشگر دانشگاه علم پزشکی کرمان، ایران
2- کارشناس ارشد پرستاری، مری، پژوهشگر دانشگاه علم پزشکی کرمان، ایران
3- کارشناس ارشد دانشگاهی، کارشناس ارشد سلامت روان، دانشگاه علم پزشکی کرمان، ایران
سالماتی افراد، ممحور توسیع گامه است و دانشجویان نیروی سازنده، بنام‌برنامه‌ای و سیاست‌گذاران فردی جامعه می‌باشند. این افراد که به‌دنبال فراهم‌گذاری گزینه‌های موفق برای بهبود دانشگاه‌های گشوی مناسب و برگزیده‌هستند که از نظر آماری هدرزدر برتر جامعه در توالی‌های ماهینی و شناختی را تشکیل می‌دهند. این هم فراهم آن‌گونه دانشگاهی است که این افراد طی سال‌های قبل از ورود به دانشگاه به‌عضویت از زمان و توانایی‌های هوشی و شناختی خود را صرف آماده‌شدند برای کنکور نموداران و به این ترتیب عموماً از پرداخته به رشد اجتماعی و روانی خویش قابل می‌شود. ورود به دانشگاه تغییر عمده‌ای در زندگی اجتماعی خانوادگی و فردی به وجود می آورد و مقطع بسیار حساسی و وجود می‌آورد. در این دوره یک تغییرات زیادی در روابط اجتماعی و انسانی و روابط می‌شود و در این‌گونه اتفاقات یکبود به‌زبانهای نقد توجه می‌نماید.

اشاره نمود که همان یا و چهارم به دانشگاه و جامعه قرار گرفتن در چنین شرایطی غایی با فشار و نگرانی تومیده و با روزبه افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

آمیت بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه در بدن ورود جدایی و دوری از خانواده و عدم عاطفه به رشد قبولی ناسازگاری با سایر افراد در محیط زندگی کافی نبوده و امکانات رفاهی و اقتصادی از جمله شرایطی هستند که گاهی توانست مسائل شاخص و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲]. از جمله این مشکلات می‌توان مشکلات و ناراحتی روانی و افت عملکرد را موجب شود[۱۲].
که آموزش مهارت‌های زندگی دیدانه در برخورد با مشکلات اعتماد به نفس بیشتری داشته‌اند. این مهارت‌های ابزاری قوی در دست مسئولان بهداشت روانی جامعه در جهت توسعه‌سازی مبانی در ابزار روانی اجتماعی محسوب می‌شود که به افراد کمک می‌کند تا مثبت عمل کرده و خود و جامعه را از آسیب‌های روانی اجتماعی حفظ کند و سطح بهداشت روانی جامعه را ارتقاء بخشند. با توجه به جمعیت جوان کشور و مسائل و پیشرفت روی این جمعیت ضروری است که اقدامات مشترک تری در این بخش انجام شود. بر اساس آمار سازمان بهزیستی کشور تا ۴۰۰ هزار نفر دانشآموز و دانشجوی کشور در سال گذشته تحت پوشش طرح مهارت‌های زندگی قرار گرفته‌اند.

با توجه به این نکته که پژوهشگران در طی ۱۵ سال کار با دانشجویان سابقه مشاوره با دانشجویان دریافتند که بسیاری از آنها در مقابل با مسائل و مشکلات تحصیلی، اجتماعی و خانوادگی قدرت برخورد صحیح و حل مشکل ضعیف عمل کرده و احساس نکستگی و عملکرد مثبت در برخورد با استرس زده‌اند و با دلیل همین ضعف یک سیمک مبتنی بر این وقایع و دیگران ایجاد می‌نماید و این وضعیت در هر دوره نسبت به قبل تقویت می‌شود. با توجه به این که در روش آموزشی دانشگاه کارگاههای فراگیران و فعال سنتی و مستندات بایگانی را به بهره‌گیرند و این روش برای دانشجویان شناخته شده است و احتمال پذیرش آن توسط آنان زیاد است. همچنین در جستجوی محقق تحقیقی در زمینه تاثیر شرکت دانشجویان در آموزش‌های مهارت زندگی به صورت کارگاه‌های آنی شده به کارکنان کارگاه‌های آموزشی مهارت زندگی بر اساس، طرز تفکر و نحوه رفتار در موقعیت‌ها و زمان‌های مختلف در دانشجویان پرساری به انجام شده است.
روش
مطالعه حاضر یک مطالعه نیمه تجربی است که به منظور بررسی تأثیر آموزش کارگاهی مهارت‌های زندگی بر احساس، طرفداری و نحوه رفتار در موقعیت‌ها و زمان‌های مختلف در دانشجویان پرساری در سال 1365 انجام شده است.

نمونه مورد مطالعه شامل دو گروه از دانشجویان پرساری سال‌های 1، 2 و 3 و 4 در دو گروه آزمون و کنترل مورد سنجش قرار گرفت. سپس به تعداد 17 و با استفاده از شاخص‌های مرکزی، پراکندگی آزمون‌های آماری مجدوز کای، فیشر، رابطه و مستقل صورت گرفت. در انجام این شیوع، از دانشجویان بر اساس، طرفداری و نحوه رفتار افراد آنها شرح داده شد. از دست این شرکت‌کننده رضایت آگاهانه به دست آمد. مسیب به صورت نفی دانشجویان بر اولوب به عنوان گروه شاهد و دانشجویان بر اولوب به عنوان گروه مورد وارد مطالعه شدند.

نتایج
بر اساس نتایج بدست آمده میانگین سنجش گروه کنترل 198/85 با انحراف میانگین 1/3 و گروه آزمون 1/3 با انحراف میانگین 8/30 دو گروه از نظر میانگین سنجش کودکی به دست آمد (p = 0/05). این نتایج به صورت کارگاهی و با استفاده از روش آماری پرداخته شد. از آنگاه که برندگان آزمونی ها شامل مهارت‌های دهگانه‌ای باشد و 10 مهارت در طی دو جلسه برنامه ریزی شد به نحوی که می‌توانست یک روز به مدت 2 هفته آموزش‌ها در آن‌ها شود. جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه (Bar-on) به صورت نیمه‌ای و دو گروه دانشجویان انتخاب شد.

جدول شماره 1- مقایسه پریخ و بی‌پریخ دو گروه دانشجویان پرساری مورد مطالعه

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>گروه 1</th>
<th>گروه 2</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>گروه</td>
<td>کنترل</td>
<td>آزمون</td>
</tr>
<tr>
<td>تراکم</td>
<td>47</td>
<td>41</td>
</tr>
<tr>
<td>کل</td>
<td>12</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>شکست</td>
<td>40</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td>کل</td>
<td>12</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>تراکم</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>کل</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
</tbody>
</table>
دو گروه دانشجویان مورد مطالعه از نظر جنس، بومی بودن و وضعیت تاهل تفاوت معنی‌داری نداشتند (جدول ۱). میانگین نمرات احساس، طرز فکر و رفتار دانشجویان و نمره کل در دو گروه آزمون و کنکور قبل از آزمون تفاوت معنی‌داری نداشت (۰:۰۵).

پژوهش مبنی بر این که آموزش کارگاهی بر اساس دانشجویان پرستاری تأثیر دارد مورد تایید قرار نگرفت. هر چند که میانگین نمره احساس در گروه آزمون بعد از مداخله بیشتر از گروه کنکور بود اما این تفاوت معنی‌دار نبود. در مطالعه‌ای که توسط والنگ (۲۰۰۸) که به مorget بررسی تأثیر برنامه‌های تعولتیونی آموزش مهارت زندگی به دانشآموزان انجام شد نشان داد که تأثیر فوری این برنامه بر احساسات مربوط به نهایت جسم و با عوامل زمان و با افزایش مدت زمان این آموزشها احساسات دانشآموزان هم تحت تأثیر قرار گرفته است [۲۰]. شاخص نشان می‌دهد که تغییر احساسات افراد کار ساده‌ی نیست زیرا عوامل مختلفی دارند، سندجویان که می‌توانند با آموزش‌های طولانی مدت استفاده کنند در این مطالعه ممکن است احتمال زیادی در احساسات گروه‌های زندگی وجود داشته باشند. این نتایج پیش‌بینی نمی‌کند که در زمینه آموزش‌های زندگی موجود است که به این تکنیک اشاره شده است که برای تأثیر بیشتر آموزش مهارت‌های زندگی یک عضو عمده در زمینه تغییر احساسات بهتر است که به ویژه نمایندگان آموزش به راهنمایی و توجیه نمود و از روش‌های مختلف آموزش‌های برای آن‌ها استفاده نمود.

یکی دیگر از این مطالعات نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی به روش کارگاهی بر طرز فکر دانشجویان پرستاری تأثیر معنی‌داری نداشت است اما میانگین نمره در گروه آزمون به طور چشم‌گیری افزایش یافته است. هر چند که بخشه مطالعه از جمله یکدهد و گویند و همکاران (۲۰۰۶) نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی باعث افزایش تلفظ می‌باشد [۳۹] اما در مطالعه در طرز فکر دانشجویان تغییر قابل ملاحظه‌ای ایجاد نشد که این مطالعات عملکرد آن است که دلیل کوتاه بودن مدت آموزش باشد و نیاز است که آموزش‌ها به طور مداوم انجام شود و در پژوهش‌های

جدول شماره ۲- مقایسه میانگین نمرات احساس، طرز فکر و رفتار قبل و بعد از آزمون به تفکیک گروه تفاوت میانگین قبل و بعد از آزمون به چهار امر صحت دارد. در هیچ یک از موارد تفاوت معنی‌داری مشاهده نگردید. میانگین نمرات احساس، طرز فکر و رفتار قبل و بعد از آزمون با تفکیک در دو گروه مقایسه گردید و در هیچ یک از گروه‌ها تفاوت معنی‌داری نشان نداده است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد که آموزش کارگاهی مهارت‌های زندگی بر نحوه رفتار دانشجویان پرستاری به طور کلی تأثیر داشته است. اما یکی از فرضیات این مقاله دانشگاهی و مامایی رازی کرمان، سال دهم، شماره ۲۰، پاییز–زمستان ۱۳۸۹
فکر و نوحه رفتار افراد قرار دارند. دانشجویان به عنوان افرادی که سرمایه‌های مالی و سازندگان فردی جامعه هستند آگر آموزش بیشتری که از حداکثر توان خود در طی مقطع تحصیل استفاده نمایند باعث نسبت پایین‌تر سلامت و عملکرد جامعه می‌گردد. فعال نمودن و جلب مشارکت آنها در جهت تأمین و ارتقای سلامت خود و جامعه، از اصول مراقبت‌های اولیه بهداشتی محصور می‌شود. آموزش مهارت‌های زندگی در بدو ورود به دانشگاه نه تنها از نظریات مسالمت و مشکلاتی که در سراسر دانشجویان وجود دارد، بلکه به عنوان امری مهم و ضروری از سوی دانشجویان و روحانیون بر جهت بهتر کردن دانشجویی از نظر سلامتی و سلامت سازی جامعه ایجاد شود.

در پایان پیشنهاد می‌شود که آموزش‌های کارگاهی عملی و گام به گام مهارت‌های زندگی در بدو ورود دانشجویان برگزار گردد و حتی ضروری است که از ورود به دانشگاه آموزشی داده شود تا در نتیجه ارتقای سلامت عمومی جامعه ایجاد شود. منحصر بودن نموبها به یک دانشگاه، کوتاهی بودن مدت زمان آموزش‌ها، معنادار بودن تعداد کارشناسان آموزش مهارت‌های زندگی از مهم‌ترین هایی این مطالعه می‌باشد که بهتر است در مطالعات آینده به رفع این موانع اقدام نمود.

بی‌بی‌ایین آموزش‌های مناسب و طولانی مدت مورد بررسی قرار گیرد. تحقیق‌های دیگر نیز به عنوان کالایی متفاوت تاثیر گذاری است. در مطالعاتی که آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان متوسطه داده شد، نتایج نشان داد که ای آموزش‌ها بر کنترل رفتار دانشجویان باند پرخاشگری می‌رسد. شوخی و مصرف مواد مخدر دانش آموزان پیشگیری کرده است (32). در مطالعه دیگری نیز که به منظور آموزش مهارت‌های زندگی در دانشجویان انجام شده تجربه حاکم از کاهش رفتارهای پرخور در افراد گروه آزمون جهت است (32). فارسیسم معتقد است که برای تاثیر گذاشتن بر نحوه رفتار افراد در موضع‌های مختلف نیاز به پیشگیرانه آموزشی هدفمندی است (25) و به نحوی می‌رسد با توجه به این که در این مطالعه از قبل پیشگیرانه آموزشی تا حد امکان از قبل طراحی و هدف گذاری شده بود نابایری‌های توانسته به یکی از اهداف آموزشی که تعیین رفتار و اهداف پژوهشی است دستیابی پیدا کرد که این توجه به تعادل کم افراد مورد مطالعه نیاز است در مطالعات دیگر اثرات ویژه این روش آموزشی بر رفتار دانشجویان مورد بررسی قرار گیرد. همچنین پیکر از مهم‌ترین عوامل موفقیت در افراد بشر بر مورد همیجین تحت تاثیر احساسی می‌باشد.

منابع

1- حسینی، سید حمزة و موسوی حسین مقایسه وضعیت روانی دانشجویان کارآموز پرپوشکی پرپوشکی. مجله علمی دانشگاه علم پزشکی گرگان ۱۱-۱ ۱۳۸۳، شماره ۲، صفحات ۱۲۱-۱۲۷.
2- فیبر، دریا. همیجین های ورودی و نتیجه تحلیل باعث نمایندگی شماره ۷ صبح‌های ۱۳۸۵، صفحات ۱۴۸-۱۵۰.
3- کرمی، صغری و پرآسیا، اشتر. بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان دانشگاه علم پزشکی گرگان. مجله دانشگاه علم پزشکی گرگان ۱۹۲ ۱۳۸۵، شماره ۲، صفحات ۱۸۲-۱۸۹.
4- هاشمی، حیدر. آموزش مهارت‌های زندگی. روزنامه ایران، ۲۳ آذر ۱۳۸۵، شماره ۳۵۲۴.
7- Botuim G J, Schinke SP, Epstein JA. Diaz... of addictive behaviors. 1994;82:116-127.
16- NIDA. Monitoring the future survey. Table 12, Long –term trends in perceived availability of drugs. 20 th grade(1997).
18- Onnoymeyer JF, Davis RR, Communicative effect of preventive education on substance use among 11 grade students in Ohio, journal of school health 1998;64(8):121-129.
23- Mayer J. Life skills learning and life skills education. available at www.mayer-johnson.co.uk/category/life-skills.
25- Francis M. How we change what others think, feel, believe and do. available at changingminds. org/articles/articles/life_skills_education. htm