



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: رضا مصباح صدر، ۱۳۹۷

## بررسی اثر بخشی آموزش مهارت های خود کنترلی بر افزایش میزان عزت نفس دانشجویان خوابگاهی دانشکده فنی دخترانه بقیه الله سبزوار

پژوهش حاضر به منظور بررسی آموزش مهارت خودکنترلی برافزایش عزت نفس دانشجویان خوابگاهی دانشکده دخترانه بقیه الله سبزوار انجام گرفته است

این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی از نوع پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان خوابگاهی که در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ در دانشکده دخترانه فنی بقیه الله سبزوار مشغول به تحصیل بودند و تعداد آنها ۲۰۰ نفر است می باشد. با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی از بین دانشجویان خوابگاهی، تعداد ۳۰ نفر انتخاب و به دو گروه آزمایشی و گواه تقسیم شدند پس از آن پیش آزمون عزت نفس در دو گروه آزمایش و کنترل اجرا شد پس بر روی گروه آزمایشی آموزش مهارت خود کنترلی در حدود هشت جلسه اجرا شد و یک گروه هیچ آموزشی را درک نکردند که در پایان یک پس آزمون بین دو گروه اجرا شد. بر اساس هدف تحقیق یک فرضیه اصلی و چهار فرضیه فرعی نوشته شد و این فرضیات با استفاده از آزمون من-ویتنی U مورد آزمون قرار گرفتند که در نتیجه فرضیات مربوط به اثر بخشی آموزش مهارت خود کنترلی رفتار بر افزایش میزان عزت نفس و مولفه های آن به غیر از عزت نفس خانوادگی مورد تأیید قرار گرفتند. بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت خود کنترلی رفتار بر افزایش میزان عزت نفس فردی، عزت نفس تحصیلی، عزت نفس اجتماعی به غیر از عزت نفس خانوادگی تأثیرگذار می باشد

**کلیدواژه‌ها:** مهارت خود کنترلی، عزت نفس، دانشجویان، دانشکده بقیه الله سبزوار

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۲۹۶۲۰۳۵

تاریخ دفاع: ۱۳۹۷/۰۸/۳۰

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی تربیتی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: مهندس مصطفی عباسی‌ثانی

### **M.A. Thesis:**

the effects of self-control instruction on dormitory students' self-esteem enhancement of Baghiyatalah's femail Technical college in Sabzevar

The purpose of this study was to determine the relationship between organizational



commitment and conscientiousness with job enthusiasm and staffing in the staff of Islamic culture and guidance departments of Khorasan Razavi. The method of this research is descriptive correlational. The statistical population of the research is all employees of Islamic culture and guidance departments of Khorasan Razavi province. The statistical population of this study was 300 people, 120 of them were selected based on Krejcy and Morgan tables and were selected by simple random sampling method. Data analysis was done using descriptive and inferential statistics using spss version 21 software. The descriptive statistics were used by statistical methods such as frequency, percentage, mean and standard deviation, and inferential statistics, Pearson correlation and regression. The results of this study showed that organizational commitment and conscientiousness are related to the maintenance of manpower and job enthusiasm, but the predictive power of organizational commitment is more than conscientiousness for retaining manpower and job enthusiasm. The findings also show that there is a relationship between organizational commitment with job enthusiasm and human resource maintenance, and there is a relationship between work conscientiousness and career enthusiasm, but there is no relation between work conscience and human resource support