



محبوبه ملکی مقدم، ۱۴۰۳

«اثر بخشی آموزش مهارت‌های مراقبت از خود بر سازگاری اجتماعی و مدرسه هراسی کودکان دبستانی»

پژوهش حاضر با هدف آموزش اثر بخشی مهارت های خودمراقبتی بر سازگاری اجتماعی و مدرسه هراسی کودکان دبستانی انجام شد. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این تحقیق شامل مدارس ابتدایی دخترانه شهرستان شیروان بود که 40 نفر از آنها به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شدند. پس از انجام پیش آزمون، گروه آزمایش طی 10 جلسه برنامه آموزش مهارت های خودمراقبتی را دریافت و پس آزمون اجرا شد. داده های مورد نیاز پژوهش با استفاده از پرسشنامه سازگاری اجتماعی دخانچی (1377) و پرسشنامه مدرسه هراسی فیلیپس (1978) جمع آوری شد. داده های به دست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS-24 و آزمون تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که آموزش مهارت‌های خودمراقبتی منجر به افزایش سازگاری اجتماعی و کاهش هراس از مدرسه در اعضای گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون نسبت به گروه کنترل شد (P/01). بر اساس یافته‌ها می‌توان گفت که آموزش مهارت‌های خودمراقبتی می‌تواند به عنوان یک رویکرد آموزشی مناسب برای بهبود وضعیت روانی-اجتماعی کودکان دبستانی و کمک به آنها در مواجهه با چالش‌های ورود به مدرسه کمک کند.

کلیدواژه‌ها: مهارت های خودمراقبتی، سازگاری اجتماعی، فوبیای مدرسه، دبستان.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۵۲۹۲۴۰۷۲۷۱۴۸۰۱۴۰۲۴۱۶۲۸۶۸۴۵۹

تاریخ دفاع: ۱۴۰۳/۱۱/۱۵

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر لیلا جوادی علمی

Thesis:

The effectiveness of teaching self-care skills on social adjustment and school phobia of elementary school children

The present study was conducted with the aim of teaching the effectiveness of self-care skills on social adjustment and school phobia of elementary school children. This research was a semi-experimental type of research with pre-test-post-test and control group. The statistical population of this research included girl elementary schools in Shirvan city, and



40 of them were selected by simple random sampling and randomly assigned to two experimental and control groups. After the pre-test, the experimental group received the self-care skills training program during 10 sessions, and then the post-test was performed. The data needed for the research were collected using Dokhanchi's social adjustment questionnaires (1377) and Phillips' school phobia questionnaire (1978). The resulting data were analyzed using SPSS-24 software and analysis of covariance test. The findings showed that self-care skills training led to an increase in social adaptation and a decrease in school phobia in the experimental group members in the post-test stage, compared to the control group ($P < 0.01$). Based on the findings, it can be said that teaching self-care skills can be considered as a suitable educational approach to improve the psycho-social status of elementary school children and help them face the challenges of entering The school helped.