

تاثیر مداخله آموزشی مبتنی بر مدل رفتار برنامه ریزی شده و راهبردهای خودتنظیمی بر نشاط اجتماعی زنان کارمند

چکیده

زمینه و هدف:

یکی از موضوعات و نیازهای مهم هر جامعه برای قشرهای مختلف نشاط اجتماعی است. از آنجائیکه اولویت اول جهت مداخله جامع در استان خراسان جنوبی نشاط اجتماعی بوده و از طرفی نقش خطیر زنان کارمند به عنوان قشری تاثیر گذار بر نشاط به دلیل تکرر نقشی آنها، لذا مطالعه حاضر در سال ۱۳۹۸ با هدف تاثیر مداخله آموزشی مبتنی بر مدل رفتار برنامه ریزی شده و راهبردهای خودتنظیمی بر نشاط اجتماعی زنان کارمند انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه کارآزمایی میدانی شاهددار تصادفی شده، تعداد ۶۶ نفر از زنان کارمند دانشگاه علوم پزشکی بیرجند به روش نمونه گیری غیر احتمالاتی مبتنی بر هدف بر اساس معیارهای ورود به مطالعه انتخاب شدند و سپس بصورت تصادفی در دو گروه مداخله (۳۱ نفر) و کنترل (۳۵ نفر) قرار گرفتند.

ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسشنامه استاندارد شادکامی آکسفورد و پرسشنامه محقق ساخته مبتنی بر مدل رفتار برنامه ریزی شده که روایی و پایایی آن تایید شد، بود. مداخله آموزشی شامل ۵ جلسه مبتنی بر سازه های مدل رفتار برنامه ریزی شده و راهبردهای خودتنظیمی به گروه آزمون ارائه گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS ۱۹ و در سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ انجام شد. از آزمون‌های آنالیز واریانس تکرار شونده و تی مستقل استفاده گردید.

نتایج: میانگین سن افراد شرکت کننده در گروه مداخله $37/1 \pm 9/3$ و در گروه کنترل $36/2 \pm 7/6$ بود که از نظر آماری با هم تفاوت معنی داری نداشت ($P=0/67$) گروه های مورد مطالعه قبل از شروع مداخله از نظر نمرات سازه های مدل و نمره شادکامی همگن بودند ($P>0/05$)، اما پس از مداخله نمره نگرش ($P=0/016$)، هنجار ذهنی ($P=0/029$)، کنترل رفتار درک شده ($P=0/001$)، قصد رفتاری ($P=0/006$) و نمره شادکامی ($P<0/001$) در طول مداخله تغییر معنی داری در گروه مداخله داشتند. در گروه شاهد تنها در متغیر میزان شادکامی تفاوت معنی دار در طول زمان اتفاق افتاد ($P=0/031$).

نتیجه گیری: نتیجه مطالعه حاضر حاکی از اثر بخشی مداخله آموزشی مبتنی بر مدل رفتار برنامه ریزی شده و راهبردهای خودتنظیمی بر نشاط اجتماعی زنان کارمند بود. لذا توصیه می شود در مداخلات آموزشی از این مدل جهت ارتقای نشاط اجتماعی استفاده گردد.

کلمات کلیدی: آموزش، نشاط اجتماعی، راهبرد خود تنظیمی، مدل رفتار برنامه ریزی، زنان کارمند