

## تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر انگیزه یادگیری (درونی و بیرونی)، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانشجویان پرستاری

پروانه آقاجری<sup>۱</sup>، مینا حسین زاده<sup>۲</sup>، نادر مهدوی<sup>۳</sup>، محمد هشترودی زاده<sup>۴</sup>، مریم وحیدی<sup>۵</sup>

### چکیده

**مقدمه:** میزان انگیزه یادگیری و عزت نفس دانشجویان پرستاری به دلایل مختلفی مانند نگرش منفی افراد جامعه نسبت به رشته، شکاف بین تئوری و عمل و عدم رضایت از محیط بالینی پایین می باشد. آموزش مهارت های زندگی می تواند زمینه را برای افزایش عزت نفس و در نتیجه ارتقای انگیزه یادگیری آنان فراهم آورد. هدف مطالعه ی حاضر بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر انگیزه یادگیری (درونی و بیرونی)، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تبریز می باشد.

**روش:** در این پژوهش نیمه تجربی پیش و پس آزمون با گروه کنترل، ۱۶۰ نفر از دانشجویان پرستاری دانشکده های پرستاری مامایی تبریز و مراغه در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲ شرکت نمودند. پس از انتخاب تصادفی دو دوره از بین ورودی های مختلف و اجرای پیش آزمون، دانشجویان به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم شدند. گروه تجربی کلاس های آموزشی مهارت های زندگی را گذراندند. از مقیاسهای انگیزه تحصیلی هارتز، عزت نفس رزنبرگ و مقایسه میانگین نمرات دو ترم تحصیلی قبل و بعد از مداخله به عنوان ابزار پژوهش استفاده شد. داده ها با استفاده از آزمونهای آماری توصیفی (فراوانی و میانگین) و استنباطی (تی مستقل و وابسته، کوواریانس و مجذور کای) و نرم افزار SPSS ۲۱ تجزیه تحلیل گردید.

**یافته ها:** پس از آموزش مهارت های زندگی، افزایش معنی داری بین میانگین و انحراف معیار نمرات پیش آزمون و پس آزمون انگیزه یادگیری درونی، عزت نفس، پیشرفت تحصیلی در گروه تجربی مشاهده گردید ( $P < 0/05$ ). با تعدیل تأثیر نمرات پیش آزمون، اختلاف بین میانگین نمرات پس آزمون پیشرفت تحصیلی، انگیزه یادگیری درونی و عزت نفس دانشجویان در دو گروه تجربی و کنترل معنی دار ( $P < 0/01$ ) است بطوری که مداخله به ترتیب ۱۸٪، ۵٪، ۱۱٪ و ۷۱٪ تغییرات واریانس انگیزه یادگیری درونی و بیرونی، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس را تبیین می کند.

**نتیجه گیری:** یافته های این مطالعه نشان داد که آموزش مهارت های زندگی بر انگیزه درونی، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس دانشجویان پرستاری مؤثر بوده است، لذا لزوم توجه بیشتر به آموزش مهارت های اجتماعی آشکار می شود. پیشنهاد می شود دانشگاه های علوم پزشکی نسبت به برگزاری برنامه هایی برای آموزش مهارت های زندگی و ارتقای سلامت روان به همراه مشاوره های تحصیلی اهتمام بیشتری بورزند.

**کلید واژه ها:** انگیزه، پیشرفت تحصیلی، عزت نفس، دانشجویان، پرستاری

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۳/۲۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۰/۹

- ۱- دانشجوی دکترای پرستاری، گروه کودکان دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران
- ۲- دانشجوی دکترای پرستاری، عضو مرکز تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران (نویسنده مسؤل)
- پست الکترونیکی: M.hosseinzadeh63@gmail.com
- ۳- دانشجوی دکترای اپیدمیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی ایران
- ۴- کارشناس ارشد مدیریت، دانشکده علوم پزشکی مراغه، ایران
- ۵- دانشجوی دکترای پرستاری، عضو مرکز تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران

## مقدمه

پرستاران به عنوان یکی از بزرگترین گروه های ارائه دهنده مراقبتهای بهداشتی و درمانی هستند و بیشترین تماس و ارتباط را با مددجویان که اغلب بیمار می باشند دارند، لذا کار در این حرفه به انگیزه بالایی نیاز دارد (۱). انگیزه مهمترین عامل هدایت رفتار برای رسیدن به هدف است (۲) و به تلاش افراد برای ارضای نیازها، خواسته ها یا اهداف اشاره می کند که به دو گروه انگیزه درونی و بیرونی تقسیم می شود. بر اساس انگیزه درونی انسان تلاش می کند تا به استعدادها و شایستگی های بالقوه خود دست یابد. انگیزه بیرونی حالتی است که در نتیجه محرکهای بیرونی در فرد شکل می گیرد و موجب تقویت رفتار می گردد (۳). در فرآیند یادگیری انگیزه درونی بیش از انگیزه بیرونی اهمیت دارد (۴).

در دانشگاه ها و مراکز آموزشی، انگیزه مهمترین شاخص عملکرد، وضعیت تحصیلی دانشجویان و بعنوان یک عامل مؤثر بر پیشرفت یا ترک تحصیلی قلمداد می شود (۵). تحقیقات نشان داده اند که بین انگیزه و نیاز به موفقیت و عملکرد مؤثر در کار (تحصیل و شغل) رابطه ای وجود دارد (۳) بطوری که وجود انگیزه در طی فرآیند یادگیری و آموزش منجر به تسهیل یادگیری، برقراری ارتباط و کاهش اضطراب و ایجاد خلاقیت در یادگیری می شود (۲). انگیزه قوی به افزایش یادگیری و عملکرد علمی بهتر دانشجویان منجر می شود (۶). امینی و همکاران در بررسی عوامل مؤثر بر انگیزه یادگیری بالینی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بیان نمودند که عوامل درونی مؤثر بر انگیزه یادگیری با ویژگیهای شخصیتی و علاقمندی دانشجو به رشته ارتباط دارد و عوامل بیرونی مؤثر بر آن شامل جایگاه شغلی و اجتماعی، تشویق و علاقمندی مدرس به آموزش می باشد (۷). نتایج مطالعه نیکنام در میان دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تبریز نشان داد که مریبان و دانشجویان کمبود انگیزه را یکی از مشکلات اصلی خود برشمرده اند (۸). مطالعات مختلف نشان داده اند که نگرش منفی افراد جامعه به حرفه پرستاری و منزلت اجتماعی آن (۹)، مشکلات آموزشی (۱۰)، عدم رضایت دانشجویان از آموزش و محیط بالینی (۱۱)، شکاف بین تئوری و بالین (۲) و عدم فرهنگ سازی در جامعه نسبت به حرفه پرستاری به عنوان مهمترین عوامل کاهش انگیزه در رشته پرستاری و ناامیدی پرستاران ذکر شده اند. یکنواختی و تمرکز بر آموزش محض، مشکلات ارتباطی در دوره آموزشی و اجبار در انتخاب رشته از عوامل دیگر دخیل در کاهش انگیزه دانشجویان پرستاری است (۹). بطوری که همه ساله حدود ۱۵ تا ۲۵ درصد دانشجویان پرستاری در سراسر جهان از ادامه تحصیل در این رشته منصرف می شوند که این امر تأثیر ناخوشایندی بر انگیزه حرفه ای سایر دانشجویان می گذارد. مطالعه جولایی و همکاران بر روی ۳۰۰

دانشجوی پرستاری دانشگاههای علوم پزشکی شهر تهران نشان داد که تنها ۱۸٪ دانشجویان پرستاری نظر مثبتی نسبت به حرفه خود دارند و ۶۹٪ آنها موافق با ترک آن بوده اند. همچنین ۶۳/۶٪ نمونه ها تصمیم به تغییر رشته و ۵۱/۶۴٪ تصمیم به انصراف از رشته داشتند. (۱). نتایج بسیاری از مطالعات حاکی از آن است که پیشرفت تحصیلی با انگیزه تحصیلی (۶ و ۱۳-۱۲) بخصوص انگیزه درونی (۱۴) و خودپنداره مثبت (۱۳، ۱۵) ارتباط مستقیم دارد. از آنجا که خودپنداره افراد با عزت نفس کلی آنان ارتباط مستقیمی دارد، عزت نفس بالا می تواند بعنوان یکی از مهمترین عوامل پیش بین کننده پیشرفت تحصیلی باشد (۴).

یکی از عواملی که منجر به کاهش انگیزه در دانشجویان می گردد، پائین بودن عزت نفس است (۱۶). دانشجویان علوم بهداشتی از جمله پرستاران عزت نفس پایینی دارند (۱۷) و در سال آخر تحصیل عزت نفس آنها به کمترین حد می رسد (۱۸). از سوی دیگر عزت نفس مهمترین عامل در پیشرفت تحصیلی دانشجویان است. بنابراین نیاز به سلامت روانی در طی دوره تحصیل پرستاران ضروری به نظر می رسد (۱۹). عزت نفس به عنوان نمادی از سلامت روان مطرح بوده و در ارتباطات اجتماعی، انسان را در مقابل اضطراب و اختلالات جسمانی (۲۰) حمایت نموده و شیوه های مقابله ای فرد را بهبود بخشیده و موجب ارتقای سطح سلامت روان می شود (۲۱). عزت نفس مانند یک مهارت قابل آموزش نیست اما می تواند پیامد آموزش درست در محیط، مدرسه و جامعه باشد. برنامه آموزش مهارتهای زندگی یکی از برنامه هایی است که منجر به افزایش عزت نفس فرد شده و موجب توانمند شدن افراد با انواع مهارتهای عمومی ضروری، تحقق تواناییهای بالقوه و مقابله با وضعیتهای مختلف زندگی می شود (۱۶). این مهارتها تواناییهای لازم برای رفتارهای هدفمند و موفقیت آمیز هستند. طبق نظر داردن، گازاد و گیتنر (۱۹۹۶) مهارتهای زندگی، برای زندگی اثربخش و برای همه دوره های زندگی (کودکی، نوجوانی و بزرگسالی) لازم هستند. مجموعه کلی این مهارتها در چهار بعد زندگی خانوادگی، تحصیلی، شغلی و اجتماعی است که جهت پیشگیری و درمان اصلاحی به کار گرفته می شوند و مبتنی بر یک ساختار تئوریک است که دارای اهداف کلی مشاوره بهداشت روانی می باشد (۲۲).

مطالعات محدودی در داخل و خارج از کشور در زمینه تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر پیشرفت و انگیزه تحصیلی در میان دانش آموزان و دانشجویان انجام شده است. گرینبرگ، امیریان و پاکدامن در مطالعات خود نشان دادند که آموزش هر کدام از مهارتهای ده گانه برنامه مهارتهای زندگی به تنهایی و با هم می تواند پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را افزایش دهد (۲۳، ۲۴ و ۲۵). سپاه منصور در مطالعه ای در میان دانشجویان دانشگاه آزاد

گروه همسالان، مهارت کنترل خشم، راهبردهای مقابله با استرس، روشهای حل مساله و تصمیم گیری، مهارتهای ارتباطی، مهارت تفکر خلاق و تفکر انتقادی (جدول ۱) بود که توسط روانشناس بالینی آموزش داده شد. پرسشنامه شامل سؤالات دموگرافیک (شامل ۷ سؤال سن، جنسیت، تعداد ترم تحصیلی، وضعیت تأهل، وضعیت سکونت و ...) و مقیاسهای انگیزه تحصیلی هارتر و عزت نفس رزنبرگ بود. پرسشنامه انگیزش تحصیلی هارتر فرم اصلاح شده مقیاس انگیزش یادگیری (تحصیلی) هارتر (۱۹۸۱) توسط Lapper و همکاران (۲۰۰۵) است که بوسیله محمود بحرانی (۱۳۸۷) ترجمه شده و روایی سازه و پایایی آن در ویرایش فارسی محاسبه و تأیید گردیده بطوریکه روایی سازه دو عامل انگیزه درونی و بیرونی را نشان داده و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی در عامل انگیزه درونی به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۶ و عامل انگیزه بیرونی ۰/۶۹ و ۰/۷۲ برآورد شده است (۲۸) و در این مطالعه پایایی ابزار در عامل انگیزه درونی ۰/۸۱ و انگیزه بیرونی ۰/۷۴ به دست آمد. این پرسشنامه مشتمل بر ۳۳ عبارت است که با یک طیف ۵ درجه ای مقیاس لیکرت طراحی شده است؛ ۱۷ سؤال برای انگیزش درونی شامل شماره سؤالهای (۱، ۲، ۶، ۷، ۸، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۹، ۳۰، ۳۳) و ۱۶ سؤال باقی مانده برای انگیزش بیرونی در نظر گرفته شده اند. نمره بالاتر این مقیاس، نشانگر انگیزش بالاتر در آن حوزه است. پرسشنامه عزت نفس رزنبرگ (۱۹۶۵)، به نقل از بارو، (۲۰۰۷) دارای ۱۰ گویه خود گزارشی در طیف لیکرت چهار گزینه ای است. علیزاده و همکاران پایایی و روایی این مقیاس را با استفاده از روشهای ضریب همسانی درونی، بازآزمایی و روایی محتوایی مطلوب گزارش کردند و پایایی آن ۰/۷۴ محاسبه شده است (۲۹). در این مطالعه پایایی این ابزار ۰/۷۳ برآورد شد. برای بررسی پیشرفت تحصیلی از معدل نمرات مربوط به ترم قبل و بعد از مداخله استفاده شد. برای رعایت حقوق مشارکت کنندگان در این مطالعه ملاحظات اخلاقی همانند رعایت محرمانه بودن پاسخ ها و اخذ نامه رضایت آگاهانه انجام گرفت به علاوه پس از اجرای بسته آموزشی و اتمام پژوهش، این بسته به گروه کنترل نیز داده شد.

داده ها پس از جمع آوری با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۱ و آزمون های آماری توصیفی (فراوانی و میانگین) و استنباطی (تی مستقل و وابسته، کوواریانس و مجذور کای) مورد تجزیه تحلیل قرار گرفت. از مجموع شرکت کنندگان ۱۴ نفر از مطالعه حذف شدند: در گروه تجربی ۴ نفر به دلیل عدم رضایت به شرکت در مطالعه و ۲ نفر به دلیل غیبت بیش از دو جلسه در برنامه آموزشی و ۲ نفر به دلیل عدم شرکت در پس آزمون و در گروه کنترل ۴ نفر به دلیل عدم رضایت به شرکت در مطالعه. تحلیل داده ها بر اساس اطلاعات ۱۴۶ شرکت کننده انجام گرفت.

اسلامی واحد تهران مرکز با حجم نمونه ۳۴ نفر انجام داده که نتایج حاکی از تأثیر مثبت برنامه در ارتقای میزان انگیزه پیشرفت، خود احترامی و سازگاری دانشجویان است (۲۶). فلاح چی نیز در مطالعه ای نشان داد دانشجویان سال اولی که برنامه ی آموزش مهارتهای زندگی را گذرانده بودند، نسبت به سایر دانشجویان هم دوره خود، پیشرفت تحصیلی بالاتری داشتند (۲۷).

با توجه به اهمیت وجود انگیزه ی بالا برای تحصیل و اشتغال در حرفه ی پرستاری و نظر به اینکه کاهش انگیزه در دانشجویان پرستاری علاوه بر تحمیل هزینه های زیاد بر سیستم بهداشتی و درمانی، مشکلات بسیاری را هم برای دانشجویان و هم بیماران ایجاد می کند (۱) و این که پژوهشگران در جستجوهای خود، مطالعه ای که تأثیر برنامه آموزش مهارتهای زندگی را در دانشجویان پرستاری بررسی کند نیافتند، لذا مطالعه ی حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارتهای زندگی بر انگیزش یادگیری و پیشرفت تحصیلی و عزت نفس در دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تبریز انجام گردید.

## روش مطالعه

این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی پیش و پس آزمون با گروه کنترل است که در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲ در دانشکده-های پرستاری تبریز و مراغه انجام گرفت. برای تعیین حجم نمونه، مطالعه ی مقدماتی با حضور ۳۶ دانشجوی سال سوم انجام گرفت و با در نظر گرفتن ضریب اطمینان ۹۵٪، سطح معنی داری ( $\alpha=0.05$ ) و توان آزمون  $0.8$  ( $\beta=0.20$ ) و با استفاده از نرم افزار GPower (ver ۳.۲.۱) حداقل حجم نمونه برای هر گروه ۳۵ نفر و با احتساب ۱۰٪ افت نمونه مجموعاً ۱۶۰ نفر (۴۰ نفر شرکت کننده در دو گروه تجربی و کنترل در هر دانشکده) جهت مطالعه در نظر گرفته شد. نمونه گیری در دو مرحله انجام گرفت: در مرحله اول از ورودی های سال اول (دانشجویان ترم ۲)، دوم، سوم و چهارم هر دانشکده دو دوره بصورت تصادفی انتخاب شدند و سپس با نمونه گیری آسان کل دانشجویان آن دوره وارد مطالعه گردید و بعد از اجرای پیش آزمون به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل تحصیل در رشته پرستاری در یکی از دانشکده های پرستاری و مامایی تبریز یا مراغه، گذراندن واحد بالینی حداقل در ترم جاری و تمایل به شرکت در پژوهش بود و دانشجویانی که تمایلی به ادامه شرکت در مطالعه نداشتند یا از کارگاه های آموزشی به مدت بیش از یک جلسه غیبت داشتند از مطالعه خارج شدند. کلاسهای آموزشی مهارتهای زندگی در گروه تجربی به مدت ۵ جلسه دو ساعته اجرا گردید و در پایان برنامه، مجدداً هر دو گروه مورد ارزیابی قرار گرفتند. برنامه ی آموزش مهارتهای زندگی شامل خودآگاهی، فشار

جدول ۱- محتوای جلسات آموزشی مهارت زندگی

محتوای جلسات آموزشی مهارت زندگی		
جلسه	فعالیت	هدف
اول	جلسه توجیهی و آشنایی با خودآگاهی	آشنایی اولیه با شرکت کنندگان و کسب اعتماد و ایجاد انگیزه پرداخته و توضیحاتی در مورد هدف برگزاری جلسات آموزشی و محرمانه ماندن مطالب آموزشی مطرح گردید. توضیح مقدماتی درباره اهمیت آموزش مهارت های زندگی و معرفی برنامه آموزش مهارت های زندگی ارائه شد.
دوم	آشنایی کردن شرکت کنندگان با خودآگاهی، فشار گروه همسالان	فرد بتواند ضعف ها و قوت های خود را شناخته و به سؤال «من کیستم؟» پاسخ دهد.
سوم	آشنایی کردن شرکت کنندگان با مهارت کنترل خشم - مهارت مقابله با استرس	فرد بتواند منابع استرس و نحوه تأثیر آنها را بشناسد تا با رفتار صحیح، فشار روانی یا استرس را کاهش دهد.
چهارم	آشنایی کردن شرکت کنندگان با مهارت حل مساله و تصمیم گیری-مهارت های ارتباطی - مهارت های ارتباطی (گوش دادن فعال)	فرد با تقسیم کردن مشکل به اجزای کوچک تر آن را حل کند. فرد با ارزیابی راه حل های موجود، یک یا چند راه حل مطلوب را انتخاب کند. فرد بتواند دیدگاه ها، خواسته ها، نیازها و هیجان های خود را ابراز کند و در هنگام نیاز، بتواند از دیگران درخواست کمک و راهنمایی کند.
پنجم	آشنایی کردن شرکت کنندگان با مهارت تفکر خلاق -مهارت تفکر نقادانه	فرد بتواند مسائل را از ورای تجارب مستقیم خود دریابد فرد بتواند درباره موضوع، سؤال و استدلال کند، سپس آن بپذیرد یا رد کند.

## یافته ها

به منظور مهار تأثیر اجرای پیش آزمون بر نتایج نمرات پس آزمون تحلیل کوواریانس به کار برده شد. با تعدیل تأثیر نمرات پیش آزمون، اختلاف بین میانگین نمرات پس آزمون پیشرفت تحصیلی، انگیزه یادگیری درونی و عزت نفس دانشجویان در دو گروه تجربی و کنترل معنی دار ( $p < 0/01$ ) است (جدول ۳). بنابراین آموزش مهارت های زندگی بر انگیزه یادگیری درونی و بیرونی، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس مؤثر بوده است به طوری که این پژوهش نشان داد که این آموزش و مداخله به ترتیب ۱۸٪، ۵٪، ۱۱٪ و ۷۱٪ تغییرات واریانس انگیزه یادگیری درونی و بیرونی، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس را تبیین می کند.

در این پژوهش در گروه تجربی ۷۲ نفر (۳۶ نفر از هر دانشکده پرستاری و مامایی تبریز و مراغه) و در گروه کنترل ۷۴ نفر (۳۸ نفر از دانشکده پرستاری و مامایی تبریز و ۳۶ نفر از دانشکده پرستاری و مامایی مراغه) شرکت نمودند. در هر دو گروه تعداد دختران شرکت کننده در مطالعه بیشتر از پسران بود، شرکت کنندگان غیربومی، مجرد با تحصیلات پدر و مادر در سطح زیر دیپلم و دیپلم بیشترین فراوانی را داشتند و میانگین سنی شرکت کنندگان در هر دو گروه ۲۱ سال بود. جدول ۲ توزیع فراوانی شرکت کنندگان در پژوهش بر حسب جنس، وضعیت سکونت، وضعیت تأهل، تحصیلات پدر و مادر، میزان درآمد خانواده و میانگین سن را در دو گروه تجربی و کنترل نشان می دهد. نتایج نشان داد که اختلاف آماری معنی داری بین دو گروه تجربی و کنترل از نظر مشخصات فردی وجود ندارد (جدول ۱). آزمون تی وابسته تفاوت آماری معنی داری بین میانگین و انحراف معیار نمرات پیش آزمون و پس آزمون پیشرفت تحصیلی، انگیزه درونی و عزت نفس را در گروه تجربی نشان داد ( $P < 0/05$ ) بطوری که میانگین نمرات پیشرفت تحصیلی، انگیزه درونی و عزت نفس در گروه تجربی در پس آزمون افزایش یافته بود (جدول ۲).

**جدول ۲-** توزیع فراوانی شرکت کنندگان در پژوهش بر حسب جنس، وضعیت سکونت، وضعیت تاهل، تحصیلات پدر و مادر، میزان درآمد خانواده و میانگین سنی در

دو گروه تجربی و کنترل

مشخصات	وضعیت	گروه تجربی تعداد (درصد)	گروه کنترل تعداد (درصد)	نتیجه
جنس	دختر	۴۶(۶۴٫۸)	۵۲(۷۰٫۳)	$\chi^2=۰٫۴۹$ , $df=۱$ , $P=۰٫۴۸$
	پسر	۲۵(۳۵٫۲)	۲۲(۲۹٫۷)	
وضعیت سکونت	بومی	۲۶(۳۷٫۷)	۳۲(۴۵٫۷)	$\chi^2=۰٫۹۲$ , $df=۱$ , $P=۰٫۳۳$
	غیربومی	۴۳(۶۲٫۳)	۳۸(۵۴٫۳)	
وضعیت تاهل	مجرد	۵۸(۸۱٫۷)	۵۹(۸۳٫۱)	$\chi^2=۰٫۰۵$ , $df=۱$ , $P=۰٫۸۲$
	متاهل	۱۳(۱۸٫۳)	۱۲(۱۶٫۹)	
تحصیلات پدر	بی سواد	۱۱(۱۵)	۵(۸٫۵)	$\chi^2=۲٫۴۵$ , $df=۲$ , $P=۰٫۲۹$
	زیر دیپلم و دیپلم	۴۹(۷۱)	۴۲(۷۱٫۲)	
	تحصیلات دانشگاهی	۹(۱۳)	۱۲(۲۰٫۳)	
تحصیلات مادر	بی سواد	۲۰(۲۹)	۱۰(۱۶٫۴)	$\chi^2=۶٫۶۴$ , $df=۲$ , $P=۰٫۰۵$
	زیر دیپلم و دیپلم	۴۷(۶۸٫۱)	۴۳(۷۰٫۵)	
	تحصیلات دانشگاهی	۸(۱۳٫۱)	۲(۲٫۹)	
میزان درآمد خانواده	کم	۹(۱۷)	۶(۱۸٫۸)	$\chi^2=۱٫۲۴$ , $df=۲$ , $P=۰٫۵۱$
	متوسط	۴۲(۷۹٫۲)	۲۳(۷۱٫۹)	
	بالا	۲(۳٫۸)	۳(۹٫۴)	
سن		۲۱٫۶۵±۲٫۸۳	۲۱٫۵۳±۱٫۵۷	$t=۰٫۳۳$ , $df=۱۴۱$ , $P=۰٫۷۵$ *

\$ تست دقیق فیشر، \* آزمون t-test

**جدول ۳-** میانگین و انحراف معیار نمرات پیشرفت تحصیلی، انگیزه یادگیری (درونی و بیرونی)، عزت نفس و نتایج تحلیل آماری مقایسه میانگین و انحراف معیار اختلاف

نمرات پیش و پس آزمون در گروه تجربی و کنترل

نتیجه *	تغییرات میانگین †	گروه کنترل (n=۷۴) †	گروه تجربی (n=۷۲) †	نمرات	
$P<۰٫۰۰۱$ $P=۰٫۲۷$	-۱٫۱(-۱٫۵۸- -۰٫۶) -۰٫۲۶(-۰٫۷۲- -۰٫۲۰)	۱٫۴۴±۱۷٫۰۲ ۱٫۲۸±۱۶٫۹۱ $P=۰٫۲۱$	۱٫۵۴±۱۵٫۹۴ ۱٫۵۴±۱۶٫۶۴ $P<۰٫۰۰۱$	پیش آزمون پس آزمون نتیجه آزمون #	پیشرفت تحصیلی (معدل)
$P<۰٫۰۰۱$ $P<۰٫۰۰۱$	۰٫۳۶(۰٫۲-۰٫۵۲) ۰٫۴۸(۰٫۳۴-۰٫۶۳)	۳٫۰۷±۰٫۴۱ ۳٫۱۳±۰٫۴ $P=۰٫۳۳$	۳٫۴۳±۰٫۵۸ ۳٫۶۲±۰٫۴۷ $P=۰٫۰۲$	پیش آزمون پس آزمون نتیجه آزمون #	انگیزه یادگیری درونی
$P<۰٫۰۰۱$ $P<۰٫۰۰۱$	-۰٫۳۳(-۰٫۴۸- -۰٫۱۹) -۰٫۳(-۰٫۴۷- -۰٫۱۴)	۳٫۲۸±۰٫۴۶ ۳٫۲۶±۰٫۵۴ $P=۰٫۸۲$	۲٫۹۴±۰٫۴۲ ۲٫۹۶±۰٫۴۸ $P=۰٫۸۳$	پیش آزمون پس آزمون نتیجه آزمون #	انگیزه یادگیری بیرونی
$P<۰٫۰۰۱$ $P<۰٫۰۰۱$	-۰٫۳۳(-۰٫۲۴- -۰٫۱۳) ۰٫۲۴(۰٫۰۸-۰٫۳۹)	۲٫۸۳±۰٫۵ ۲٫۷۷±۰٫۵۲ $P=۰٫۵۵$	۲٫۷۷±۰٫۶۱ ۳٫۰۱±۰٫۴ $P=۰٫۰۰۵$	پیش آزمون پس آزمون نتیجه آزمون #	عزت نفس

\*: نتایج آزمون آماری تی مستقل، #: نتیجه آزمون آماری تی وابسته، \$: اختلاف نمرات پیش و پس آزمون، †: میانگین و انحراف معیار، ‡: فاصله اطمینان (٪۹۵)

**جدول ۴-** نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر پیشرفت تحصیلی، انگیزه یادگیری درونی و بیرونی و عزت نفس در دو گروه تجربی و کنترل

مقیاس پژوهش	متغیرها	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	معنی داری (p)	میزان تأثیر	توان آماری
انگیزه یادگیری درونی	گروه	۱	۵٫۵۶	۳۱٫۱۶	<۰/۰۰۱	۰٫۱۸	۰٫۹۹
	پیش آزمون	۱	۱٫۲۵	۶٫۹۱	۰٫۰۰۹	۰٫۴۶	۰٫۷۴
انگیزه یادگیری بیرونی	گروه	۱	۱٫۸۵	۷٫۲۰	۰٫۰۰۸	۰٫۰۵	۰٫۷۶
	پیش آزمون	۱	۰٫۹۸	۳٫۸۳	۰٫۰۵	۰٫۰۳	۰٫۴۹
پیشرفت تحصیلی (معدل)	گروه	۱	۹٫۴۹	۱۴٫۴۷	<۰/۰۰۱	۰٫۱۱	۰٫۹۸
	پیش آزمون	۱	۱۸۹٫۶۸	۲۸۲٫۷۴	<۰/۰۰۱	۰٫۶۸	۱
عزت نفس	گروه	۱	۲٫۰۱	۹٫۲۸	۰٫۰۰۳	۰٫۷۱	۰٫۸۶
	پیش آزمون	۱	۰٫۳۵	۱٫۶۴	۰٫۰۲	۰٫۰۱	۰٫۲۵



## بحث

یافته های پژوهش حاضر بر اساس اطلاعات جمع آوری شده از ۱۴۶ دانشجوی پرستاری سال دوم و سوم دانشکده های پرستاری و مامایی مراغه و تبریز به دست آمده است. نتایج نشان می دهد پس از اجرای برنامه آموزش مهارت های زندگی در گروه تجربی، نمرات انگیزه یادگیری درونی، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در پس آزمون افزایش یافته بود. بنابراین می توان اذعان داشت که اجرای مداخله بر افزایش انگیزه یادگیری درونی، عزت نفس و پیشرفت تحصیلی مؤثر بوده است.

در مورد تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر انگیزه یادگیری دانشجویان پرستاری نتایج نشان می دهد که آموزش توانسته انگیزه یادگیری درونی را در شرکت کنندگان افزایش دهد اما انگیزه بیرونی تفاوت معنی داری نداشته است. از آنجا که انگیزه درونی بالا بیشترین نقش را در پیشرفت تحصیلی دارد می توان نتیجه گرفت که مداخله مؤثر بوده است. انگیزه درونی بیشتر موجب می شود تا دانشجویان با تلاش و پشتکار بیشتری به یادگیری و انجام تکالیف مشکل بپردازند (۲). این یافته با نتایج مطالعه پاکدامن که در دانش آموزان دوره راهنمایی (۲۵) و سپاه منصور که در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز (۲۶) انجام گرفتند همخوانی دارد. میرموسوی در بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مساله به شیوه گروهی بر ارتقای انگیزش پیشرفت و سازگاری دانش آموزان پسر مقطع متوسطه منطقه یک آموزش و پرورش شهر تهران نشان داد که آموزش مهارت حل مساله بر ارتقای انگیزش پیشرفت دانش آموزان مؤثر نبوده (۳۰) است. تفاوت در یافته های دو مطالعه می تواند به دلیل روش اجرای متفاوت دو برنامه، تفاوت محتوای آموخته شده در دو برنامه و نمونه های متفاوت باشد. می توان گفت پایین بودن سطح انگیزش تحصیلی در بین یادگیرندگان، یکی از مشکلات شایع نظام آموزشی می باشد که هر ساله زبانهای علمی، فرهنگی و اقتصادی زیادی را متوجه دولت ها و خانواده ها می کند و نظام آموزشی کشورها را با افت تحصیلی مواجه می سازد (۳۱ و ۳۲). در مورد رشته پرستاری هم موضوع انگیزش اهمیت زیادی دارد زیرا ماهیت و چگونگی فعالیتهای پرستاری ایجاب می کند که شاغلین این حرفه با عشق و علاقه و ایثار و از خود گذشتگی وظایف خود را انجام دهند و از آنجا که پرستاری با جان بیماران سر و کار دارد، فقدان انگیزه در بین پرستاران اثرات بسیار سوئی روی عملکرد آنان و در نتیجه روی بهداشت و سلامت جامعه دارد (۳۳).

در مورد تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر پیشرفت تحصیلی

در دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تبریز یافته ها نشان داد که در گروه تجربی بعد از مداخله نمرات معدل ترم دانشجویان افزایش یافته بنابراین آموزش توانسته است پیشرفت تحصیلی را ارتقا بخشد. این یافته با نتایج مطالعه گرینبرگ، امیریان و پاکدامن همخوانی دارد (۲۳، ۲۴ و ۲۵). غلامپور و همکاران نیز در بررسی رابطه بین مهارت های زندگی با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان بابل نشان دادند که بین مهارت های زندگی با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی رابطه معنی داری وجود دارد و آموزش مهارت های زندگی می تواند گامی مهم و کاربردی در جهت پیشرفت تحصیلی و سلامت روان بهتر و سالم تر، در دانش آموزان باشد (۳۴). خیر و سیف نیز نشان دادند که مهارت های مقابله با استرس (مهارت ارزیابی موقعیت) تأثیر مثبتی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه شیراز دارد (۳۵).

در مورد تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر عزت نفس دانشجویان، یافته ها نشان داد که پس از تعدیل تأثیر نمرات پیش آزمون، اختلاف بین میانگین نمرات پس آزمون عزت نفس در دو گروه تجربی و کنترل معنی دار است. به عبارت دیگر آموزش مهارت های زندگی باعث افزایش عزت نفس شده است. در مطالعه نظری و همکاران که با هدف بررسی اثربخشی مهارت های اجتماعی بر اضطراب و عزت نفس دانش آموزان دختر انجام شد نیز یافته ها نشان داد که برگزاری جلسات آموزش مهارت های اجتماعی باعث افزایش عزت نفس دانش آموزان می شود (۳۶). در مطالعه عبدالله پور و همکاران که مطالعه مشابهی را بر روی دانشجویان پسر انجام دادند هم نتایج مشابه بدست آمد (۳۷). همچنین در مطالعه بحرینی نیز آموزش مهارت ابراز وجود در دانشجویان پرستاری موجب ارتقای عزت نفس آنان گردید (۳۸). نتایج مطالعه بوتوین و انگ که با استفاده از آموزش مهارت های زندگی در دانش آموزان به منظور پیشگیری از سوء مصرف مواد انجام شده نشان می دهد که آموزش مهارت های زندگی تأثیری بر عزت نفس دانش آموزان نداشته است (۳۹). به نظر می رسد لازم است جهت افزایش عزت نفس، علاوه بر اجرای برنامه آموزش مهارت های زندگی، از سایر روشهای تقویت عزت نفس مانند جلسات مشاوره و برگزاری کارگاه های آموزش بهداشت روان، برگزاری جلسات بحث آزاد جهت شنیدن اظهار نظرها و مشکلات دانشجویان و تلاش جهت حل آنها و برگزاری کارگاههای آموزشی مهارت های زندگی بصورت طولانی مدت برای دانشجویان نیز استفاده نمود.

برگزاری جلسات آموزش مهارت های زندگی در اوقات بیکاری دانشجویان و در نتیجه بی میلی دانشجویان برای شرکت در جلسات،

اجتماعی با اهداف پیشگیرانه و همینطور ارتقای سطح سلامت روان بیش از پیش آشکار می شود. لذا پیشنهاد می شود مراکز آموزشی نسبت به برگزاری برنامه هایی برای آموزش مهارت های زندگی به همراه مشاوره های تحصیلی اهتمام بیشتری بورزند.

### تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل طرح تحقیقاتی مصوب به شماره ۳۴ مرکز تحقیقات آموزش پزشکی تبریز می باشد لذا نویسندگان لازم می دانند از مرکز فوق الذکر به دلیل حمایت مالی طرح تشکر و قدردانی نمایند. همچنین بدین وسیله از کارکنان محترم آموزش دانشکده های پرستاری تبریز و مراغه به دلیل هماهنگی در برگزاری جلسات آموزشی و نیز دانشجویان پرستاری شرکت کننده در پژوهش تشکر و قدردانی می شود.

منحصر شدن پژوهش حاضر به آموزش هفت مهارت از مهارت های دهگانه زندگی به دلیل محدودیت زمان و مکان و عدم توانایی محقق در کنترل دیگر متغیرهای تأثیرگذار در طول پژوهش از جمله محدودیت های تحقیق به شمار می روند. از محدودیت های دیگر پژوهش همچنین می توان به فقدان برنامه پیگیری با هدف ارزیابی میزان تداوم اثر مداخله اشاره کرد. پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی تأثیر آموزش سایر مهارت های زندگی هم بر روی انگیزه دانشجویان مورد مطالعه قرار گیرد.

### نتیجه گیری

با توجه به یافته های این مطالعه که حاکی از تأثیر مثبت آموزش مهارت های زندگی در افزایش انگیزه، پیشرفت تحصیلی و عزت نفس دانشجویان است، لزوم توجه بیشتر به آموزش مهارت های

### منابع

- 1-Jolayi S, Mehrdad M, Bohrani N, [Baresie nazarate daneshjoyane parastari nesbat be herfeye parastari va dalayeleye tarke on]. Journal of nursing research, 2006;1(1):21-28. (persian)
- 2-Kosgeroglu N, Acat MB, Ayranci U, Ozabaci N, Erkal S. An investigation on nursing, midwifery and health care students' learning motivation in turkey. Nurse Education Today, 2009; 9:331-339.
- 3-Shakibayi D, Iranfar SH, Montazeri N, Rezayi M, Yari N. [Mizane angizeye daneshjoyane pezeshki nesbat be reshteye khod dar magatee mokhtalefe tahsili]. Teb va tazkiye. 2005;4(57):10-15. (persian)
- 4-Isiksal M. A comparative study on undergraduate students' academic motivation and academic self-concept. The Spanish Journal of Psychology. 2010;13(2):572-85.
- 5-Tamanayifar M, Gandomi Z, Correlation between achievement motivation and academic achievement in university students. 2010; 4(1):15-19. (persian)
- 6-Babatunde MM, Kamilu OM. Predictive influence of students' academic engagement and academic self-concept on achievement motivation among post graduate students in University of Ibadan, Oyo State, Nigeria. International Journal of Science and Research. 2014;3(5):497-502.
- 7-Amini A, Valizadeh S, Mohammadi Y. [Baresie avamele moaser bar angizeye yadgirie daneshjoyane balini va eraeye rahkarhaye monaseb jahate tagviate angize anha az didgahe modaresin daneshgah]. Fifth congress of medicine education. 2002; 7: 20. (persian)
- 8-Niknam F. [Barresie moshkelate balinie az didgahe morabian va daneshjoyane parastari daneshkadehaye parastari va mamayi vabaste be daneshgahe olom pezeshkie Tabriz]. Thesis for MSc Degree in nursing. Tabriz medical university. 2004. (persian)
- 9-Najafi Kalyani M, Sharif F, Jamshidi N, Karimi SH. Students' perceptions of effective teaching in nursing education: a qualitative study. Journal of nursing research, 2010; 6(21); 39-47. (persian)
- 10-Askari J. [Assessment of Risk Factors of Motivational Deficiencies in University Students from their Viewpoints]. Iranian Psychiatry and Clinical Psychology, 2006;11(4): 455. (persian)
- 11-Glossop C. Student nurse attrition from pre-registration course: Investigating methodological issues. Nurse Education Today. 2001; 21: 170-180.

- 12-Sierra MDV, Cuervo AAV, Amezaga TRW, Sánchez ACR, Guzmán RZ, Agraz JPN. Differences in achievement motivation and academic and social self-concept in gifted students of higher education. *Journal of Curriculum and Teaching*. 2015;4(1):p83.
- 13-van den Berg G, Coetzee LR. Academic self-concept and motivation as predictors of academic achievement. 2014; 6(3): 469-478.
- 14-Mutua MS. Academic motivation and self-regulated learning as predictors of academic achievement of students in public secondary schools in Nairobi county, Kenya. Thesis for PhD Degree in Educational Psychology. Kenyatta University.2014.
- 15-Dramanu BY, Balarabe M. Relationship between academic selfconcept and academic performance of junior high school students in ghana. *European Scientific Journal* December. 2013;19(34):93-104.
- 16-Plant E, Plant M. Primary prevention for young children: A comment on the UK government's 10 year drug strategy. *International Journal of Drug Policy*,1999; 10:385- 401.
- 17-Hamaideh SH, Hamdan-Mansour AM. Psychological, cognitive, and personal variables that predict college academic achievement among health sciences students. *Nurse education today*. 2014;34(5):703-8.
- 18-Edwards D, Burnard P, Bennett K, Hebden U. A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse education today*. 2010;30(1):78-84.
- 19-Hosseini MA, Dejkam M, Mirlashari J. Correlation between Academic Achievement and Self-esteem in Rehabilitation Students in Tehran University of Social Welfare & Rehabilitation. *Iranian Journal of Medical Education*. 2007;7(1):137-42. (persian)
- 20-Shirbim Z, Sodani M, Shafiabadi A. Asarbakhshie amoozesh maharathaye modiriyate stress bar kahesh neshanegane jesmani va ezterabe daneshjooyan. *sociological and Psychological*. 2009;7(3):139-63. (persian)
- 21-Yousefi F, Mohamadkhani M. Investigation of students' mental health at Kurdistan University of Medical Science and it related with age, gender and their academic courses. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*. 2014;56(6):354-61. (persian)
- 22-Aghajani M. [Baresie tasire amozeshe maharathaye zendegi bar salamate ravan va manbae kontrole nojvanan]. Thesis for MSc Degree in psychology. Alzahra university. 2003.(persian)
- 23-Greenberg MT, Weissberg RP, O'Brien MU, Zins JE, Fredericks L, Resnik H, et al. Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American psychologist*. 2003;58(6-7):466-74.
- 24-Amirian K. P-834 - Effect of life skills education on academic achievement of first year high school male students. *European Psychiatry*. 2012;27, Supplement 1(0):1.
- 25-Pakdaman Savaji A, Ganji K, Ahmadzadeh M. [Tasire amozeshe maharathaye zendegi bar angish va pishrafte tahsilie danesh amozan]. *Journal of social welfare*. 2012; 12(47): 245-265. (persian)
- 26-Sepahamansour M.[ Tasire amozeshe maharathaye zendegi bar angizeye pishraft, khodehterami va sazgarei ejtemaee]. *Andishe va Raftar*. 2008;2(6):85-93. (persian)
- 27-Fallahchai R. Effectiveness of academic and life skills instruction on the freshmen academic achievement. *Journal of Life Science and Biomedicine*. 2012;2(4):137-41.
- 28-Bohrani M. [Validity and reliability of Harter motivation scale]. *Journal of psychological research*. 2009;5(1):51-171. (persian)
- 29.Alizadeh T. [Barresie rabeteye ezate nafs va manbae kontrole daroni- bironi ba stress nabarvari zanan va mardane tehran]. Thesis for MSc Degree. Tarbiat moalem university. 2006. (persian)



- 30-Mirmosavi A, Zaharakar K, Farrokhi N. [Barrasie asarbakhsi amoozesh maharate hale masale be shive groohi bar erteghaye angizesh pishraft va sazgari daneshamizane pesare magtae motavasete mantage 1 amoozesh va parvaresh shhre Tehran dar sale 1385-86]. *Counseling Research & Developments*. 2009;7(28) 133-148. (persian)
- 31-Dalir Z, Shojaeean Z, Khodabandehloo Z. Survey on the motivation of nursing and midwifery students toward their field of study selection- nursing and midwifery school-1387. *Iranian Journal of Nursing Research*. 2011;6(20):44-51. (persian)
- 32-Saravani S, Dehghan Haghighi J, Abed-Saeedi Zh, Homayouni Zand R. Evaluation of effective factors on academic success of students of Zahedan Medical University. *The Future of Medical Education Journal* 2013; 3(3): 35-40. (persian)
- 33-Shader K, Broome ME, Broome CD, West ME, Nash M. Factors influencing satisfaction and anticipated turnover for nurses in an academic medical center. *Journal of Nursing Administration* 2001.;31(4):210-6.
- 34-Gholampour F, Baghernejad A, Ghorbani A.[Baresie rabeteye maharathaye zendegi ba salamate ravan va pishrafte tahsili dar daneshamozane doreye motavaseteye shahrestane babol]. 6th international congress of Child and Adolescent Psychiatry. Iran, Tabriz, 2013. (persian)
- 35-Khair M, Seyf D. [Baresie rabeteye maharathaye mogabele ba stress va pishrafte tahsili daneshjoyan ba tavajoh be barkhi az avamele jamiatshenasi]. *Journal of shahed university*, 2004;11(4):25-50. (persian)
- 36-Nazari I, Hosseinpour M. [Asarbakhsie maharathaye ejtemaei bar ezterab va ezate nafse danesh amozane dokhtare dabirestan bagmelk]. *Yaftehayeh no dar Ravanshenasi*.2008. (persian)
- 37-Abdollahpour M. [Tasire amozeshe maharatye zendegi bar ezate nafs, khodpendare va salamate ravan danesh amozane pesar shahrestane Kohgeloeyeh]. Thesis for MSc Degree. Ahvaz university, 2007. (persian)
- 38-Bahreini M, Mohammadi Baghmallaie M, Zare M, Shahamat S. Effect of assertiveness training on self-esteem on nursing students. *Armaghane-danesh, Yasuj University of Medical Sciences Journal*. 2005;10(37):89-96. (persian)
- 39-Botvin GJ, Eng A, Williams CL. Preventing smoking through life skills training. *Preventive Medicine*. 1980; 9:135-143.

## The effectiveness of life skills training on intrinsic and extrinsic learning motivation, academic achievement, and self-esteem in nursing students

Aghajari<sup>1</sup> P (PhD)- Hosseinzadeh<sup>2</sup> M (PhD)- Mahdavi<sup>3</sup> N (PhD)- Hashtroudizadeh<sup>4</sup> M (MSc)- Vahidi<sup>5</sup> M (PhD).

### Abstract

**Introduction:** Due to negative attitudes of society to discipline, the gap between theory and practice, and lack of satisfaction in clinical settings, learning motivation and self esteem in nursing students is low. Life Skills Training could be effective in promoting the self esteem and Learning Motivation. This study aims to assess the effectiveness of life skills training (LST) on learning motivation (Intrinsic and extrinsic), academic achievement and self-esteem in nursing students of Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran.

**Method:** In this quasi-experimental pre-and posttest setting, 160 nursing students were participated from Tabriz and Maragheh Nursing faculties during 2014-2015. Students were divided into experimental and control groups using random sampling. Harter Academic motivation and Rosenberg self-esteem scales were used as the study instruments. The semester scores were compared before and after the intervention. Data were analyzed using descriptive (frequency and mean) and inferential statistics (paired and independent t tests, analysis of covariance and chi-square) with SPSS version 21.

**Results:** Mean scores of post and pre-test of motivation, academic achievement, and self-esteem in the experimental group were significantly increased after the training ( $P < 0.05$ ). By adjusting the effect of pre-test, differences in post-test scores of achievement, intrinsic -learning, motivation, and self-esteem between the experimental and control groups were significant ( $p < 0.01$ ). The intervention could explain 18%, 5%, 11%, and 71% of the variance of intrinsic and extrinsic motivation for learning, academic achievement, and self-esteem, respectively.

**Conclusion:** Life Skills Training was effective in improving learning motivation, academic achievement and self-esteem, emphasizing the necessity of social skill training. It is recommended that, along with other educational programs, medical sciences university's hold programs for teaching life skills and promoting mental health.

**Keywords:** Academic Achievement, Motivation, Nursing, Self Concept, Students

Received: 31 December 2014

Accepted: 15 June 2015

1- PhD student of nursing, Department of Pediatric Nursing, Nursing and Midwifery Faculty, Tabriz University of medical science, Tabriz, Iran

2-Corresponding author: PhD student of nursing, Nursing and midwifery faculty, Member of student research committee, Tabriz University of medical science, Iran

**e-mail:** m.hosseinzadeh63@gmail.com

3-PhD student of Epidemiology, Iran University of medical science, Tehran, Iran

4-MSA in Management, Maragheh Faculty of Medical Sciences, Maragheh, Iran

5-PhD student of nursing, Nursing and midwifery faculty, Member of student research committee, Tabriz University of medical science, Iran