

## اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر بهبود سازگاری بین فردی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر تربت حیدریه

زهره بزمی<sup>۱</sup>، دکتر علیرضا رجایی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام

<sup>۲</sup> دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام

### چکیده

این پژوهش با هدف مطالعه اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر بهبود سازگاری بین فردی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر تربت حیدریه انجام پذیرفت. پژوهش حاضر، کاربردی و از نوع شبه آزمایشی (به صورت پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل) است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه اول مدارس شهر تربت حیدریه در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ بود. افراد نمونه ی مورد مطالعه (۴۰  $N=$ ) با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارش شدند و از آزمودنی ها خواسته شد تا پرسشنامه های راهنمای پرسشنامه مهارت های اجتماعی نوجوانان ایندر بیکزن و فوستر (۱۹۹۲) و پرسشنامه مشکلات بین فردی بارخام و همکاران را تکمیل نمایند. برای گروه آزمایش، آموزش مهارت حل مساله به مدت ۸ جلسه انجام شد. پس از اجرای آموزش برای گروه آزمایش، مجدداً از هر دو گروه خواسته شد تا پرسشنامه های مذکور را تکمیل کنند و سپس داده های به دست آمده با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که هشت جلسه آموزش مهارت حل مساله باعث بهبودی سازگاری بین فردی در گروه آزمایش شده است. مبتنی بر یافته ها می توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت مساله به طور کلی می تواند منجر به تغییر و بهبودی سازگاری بین فردی گردد.

**واژه های کلیدی:** حل مساله، سازگاری بین فردی، روابط موثر اجتماعی

## مقدمه:

با توجه با اینکه انسان موجودی اجتماعی است و برای زیستن از همان ابتدای زندگی ناگزیر به همکاری با هموعان خود می باشد، چرا که نیازهای بشری موجب می گردد که فرد با کمک و همیاری دیگران موانع و مشکلات را از پیش پای خود بردارد و روز به روز زندگی را به سمت کمال پیش ببرد. در واقع اجتماعی بودن، در متن خلقت و آفرینش انسان پی ریزی شده است. (ستوده، ۱۳۹۰)

سازگاری اجتماعی بر این ضرورت متکی است، که نیازها و خواسته های فرد با منافع و خواسته های گروهی که در آن زندگی می کند هماهنگ و متعادل شود و تا حد امکان از برخورد و اصطکاک مستقیم و شدید با منافع و ضوابط گروهی جلوگیری به عمل آید (اسلامی نسب، ۱۳۸۸)

امروزه با وجود مشکلاتی که در ارتباطات و روابط بین فردی برای افراد وجود دارد پرداختن به بهداشت و امنیت روانی آن ها به ویژه سازگاری بین فردی و روابط اجتماعی لازم به نظر می رسد.

## بیان مساله:

اصطلاح رشد و تکامل به معنای یک رشته تغییرات پیشرفتی است که در نتیجه نضج و تجربه پیدا می شود. یا به گفته یکی از روانشناسان رشد و تکامل متضمن تغییر کیفی است. یعنی رشد و تکامل تنها افزایش قد و اصلاح توانایی یک فرد نیست، بلکه فرایند پیچیده ای از در هم آمیختگی ساخت ها و کنش های متعدد است. هدف تغییرات رشد و تکاملی این است که اشخاص را به سازگاری با محیط اجتماعی قادر سازند (شعاری نژاد، ۱۳۸۳). انسانها بنا به طبیعت موجوداتی اجتماعی هستند. افسانه ها، فیلمها، نمایشها و شعرهای بی شماری دلالت بر آن دارند که خوشبختی و ناامیدی و احساس بدبختی ما، در ارتباطات ما معنی می شوند. بخش عمده ای از رضایت در کارها، بازی و زندگی خانوادگی به کیفیت روابط با دیگران بستگی دارد. بنا به تعریف ارتباط موثر جریانی است که طی آن دو یا چند نفر به تبادل اندیشه ها، نظرها، باورها و خواسته های خود می پردازند و این عمل را از طریق کلام و نمادهای غیر کلامی که برای طرفین ارتباط معنای مشترکی دارد، انجام می دهند. بنابراین میتوان فهمید انسانها در سایه ارتباط های خویش، به ارضای نیازهای روحی و روانی خویش می اندیشند (فتحی، ۱۳۸۴). اشخاصی که از سازگاری شخصی و اجتماعی خوبی برخوردارند فرصت هایی خواهند داشت که رغبت ها و خواسته هایشان را به شیوه های مطلوب و رضایت بخش اظهار نمایند و با هنجارهای پذیرفته جامعه همنوایی کنند. سازگاری به معنای توانایی سازش با تجربه های زندگی به صورت کارآمد، و به معنی خاص عبارتست از توانایی لذت بردن از روابط بین شخصی پاداش برانگیز و کار کردن به گونه ای که هدف های شخص را ارضا کند (آزاد، ۱۳۸۷).

روانشناسان سازگاری فرد را در مقابل محیط مورد توجه قرار داده و خصوصیتی از شخصیت را به هنجار تلقی کرده اند که به فرد کمک می کند تا خود را با جهان پیرامون سازگار کند، و با دیگران در صلح و صفا زندگی و در جامعه جایگاهی کسب نماید. در این میان سازگاری اجتماعی انعکاسی از تعامل فرد با دیگران، و رضایت از نقش های خود و نحوه عملکرد در نقشهاست که به احتمال زیاد تحت تاثیر شخصیت، فرهنگ و انتظارات خانواده قرار دارد سازگاری اجتماعی معمولاً در اصطلاحات نقشهای

اجتماعی، عملکرد نقش، درگیر شدن با دیگران و رضایت با نقش های متعدد مفهوم سازی شده است. عواملی چون عوامل پزشکی، تربیت و اختلالات عاطفی و هیجانی، اربی و محیطی و اجتماعی بر سازگاری اجتماعی موثر است (حاج عبدالهی، ۱۳۸۸).

در روانشناسی سازگاری فرایندی کم و بیش آگاهانه فرض می شود که بر پایه آن فرد با محیط طبیعی، اجتماعی و یا فرهنگی انطباق می یابد. این انطباق مستلزم آن است که فرد خود را تغییر داده یا این که فعالانه تغییراتی در محیط ایجاد نماید و در نتیجه هماهنگی لازم بین فرد و محیط ایجاد شود. چالین سازگاری را تغییر در فعالیت ها به منظور فائق آمدن بر موانع و ارضای نیازهای خود تعریف می کند. وی سازگاری را نوعی حل مسئله می داند که در آن ارگانیسم یا فرد نیازی دارد که نمی تواند با روشهای قبلی بر آورده کند چندین عامل بر سازگاری تاثیر می گذارند، که شیوه های تفکر و یا سبک تفکر اشخاص یکی از آنهاست. تفکر عملی ذهنی است و زمانی مطرح می گردد که انسان با مسئله ای مواجه است و خواستار حل آن است. در این هنگام در ذهن تلاشی برای حل مسئله آغاز میگردد که این تلاش ذهنی را، تفکر می نامند. فعالیت برای حل مسئله از مراحل تشکیل شده است که از تعریف مسئله به طور شفاف، روشن و ملموس آغاز می گردد و با پیدا کردن راه حلهایی برای مسئله ادامه می یابد و با به کار گیری عملی بهترین راه حل و یافتن جواب نهایی به پایان می رسد. تفکر تحلیلی، تفکر انتقادی، اجرایی، تفکر راهبردی و تفکر جانبی انواع روشهای تفکری می باشند. البته هر یک از روشهای تفکری را می توان متدهایی دانست که به کمک آنها، قسمتی از فرایند حل مسئله با موفقیت طی می شود. تفکر برتر تفکری است که از بهترین روشها به حل مسئله برسد (مجتهدی، ۱۳۸۷).

حل مسئله و آفرینندگی فرایندها یا جریانهای اصلی تفکر هستند. در تعریف مسئله باید گفت: وقتی که یاد گیرنده با موقعیتی روبرو می شود که نمی تواند از طریق استفاده از اطلاعات و مهارتهایی که در آن لحظه در اختیار دارد به آن موقعیت به سرعت پاسخ دهد، با مسئله ای روبرو است. بنا به گفته گانیه<sup>۱</sup> (۱۹۷۰) در حل مسئله صرفا کاربرد اصول یا قوانین از پیش آموخته شده نیست، بنابراین دانستن اطلاعات مفاهیم و اصول به تنهایی برای حل مسئله کافی نیست، بلکه یادگیرنده باید برای حل مسئله، با ترکیب اصول و اطلاعات از پیش آموخته شده، راههای تازه ای را کشف کند.

فرایند حل مسئله زمانی پایان می یابد که آن موقعیت دیگر برای فرد استرس زا نباشد و یا کمترین استرس را در بر داشته باشد. مهارت حل مسئله به ما یاد می دهد که در رویارویی بادشواریهها بر خود مسلط باشیم، واکنش های هیجانی نشان ندهیم، بلافاصله تصمیم نگیریم، به همه راه حل های موجود فکر کنیم و مناسب ترین آنها را انتخاب کنیم و به اجرا در آوریم (صمیمی اردستانی، ۱۳۸۶).

مهارت حل مسأله، وسیله مفیدی برای مقابله با مشکلات موقعیتی است و به صورت فرایندی رفتاری تعریف شده است که به صورت رفتاری یا شناختی انواع پاسخ های بالقوه مؤثر به موقعیت مشکل آفرین را ارائه می کند و احتمال انتخاب مؤثرترین پاسخ را از میان این راه حل های مختلف افزایش می دهد (هاگا و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵).

از بسیاری جهات می توان آموزش مهارت حل مسأله را کمک به فرد برای ایجاد یک "آمایه ی یادگیری" تلقی کرد و به این ترتیب احتمال مقابله مؤثر فرد با طیف گسترده ای از موقعیت ها را افزایش داد. در این عرصه می توان آموزش مهارت حل

<sup>۱</sup>. Ghaneyeh

مسئله را شکلی از آموزش کنترل خود یا استقلال دانست. تفاوت اساسی این دو در این است که در شیوه حل مسئله جنبه های اساسی تکنیک ( یعنی شیوه های حل مسئله) بدون آگاهی قبلی از مؤثرترین پاسخ انجام می پذیرد، در صورتی که در روش معمولی کنترل خود، آن پاسخی که باید کنترل شود قبلاً انتخاب شده است ( گلد فرید و مرباوم<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸).

هدف اصلی شیوه حل مسئله تعیین مؤثرترین بدیل است که می توان به دنبال آن از سایر عملیات کنترل شخصی جست تا مراجع به عمل کردن در مسیری که برگزیده شده است برانگیخته شود و به آن ادامه دهد. بنابراین مهارت حل مسئله به مرحله حیاتی اولیه ای در فرایند کلی تر کنترل خود بدل می شود که اغلب با عبارت هایی از قبیل " استقلال، " شایستگی" و "تکای به نفس" توصیف می شود (دیویسون و گلد فرید، ۲۰۰۱، ترجمه احمدی علون آبادی، ۱۳۹۱).

مقابله با شرایط یا حوادث در زندگی نیز یکی از جنبه های حل مسئله است. مقابله نوعی تلاش است که فرد برای کاهش دادن یا برطرف کردن هیجان و تنش یا برای حل یک مشکل انجام میدهد مقابله ها به دو دسته تقسیم می شوند: ۱. مقابله هیجان مدار همانطور که از نامش پیداست این مقابله نوعی برخورد احساسی و هیجانی با مشکل است. فرد تلاش خاصی برای حل مشکل به روش منطقی انجام نمی دهد، بلکه سعی می کند تنها از نظر هیجانی، خود را آرام کند.

۱. مقابله مسئله مدار در ایننوع مقابله فرد به حل مشکل فکر می کند، برنامه ریزی می کند، از یک دوست با تجربه یا یک مشاور کمک می گیرد و کتاب و مجله می خواند تا اطلاعات بیشتری دریافت کند. همه این روشها جزو مقابله مسئله مدار هستند و به حل مشکل منجر می شوند. با توجه به اینکه مشکلات روزمره عموماً بارهیجانی دارند، به کار گیری توام روشهای هیجان مدار و مسئله مدار ضروری است. به عبارت دیگر در عموم مشکلات جاری روش هیجان مدار به فرد کمک می کند تا هیجانهای مزاحم و مخرب را کنترل نماید و با بکار گیری روش مسئله مدار و اصول منطقی آن به حل مشکل بپردازد. اصولاً کسب مهارتهای زندگی بطور کلی و مهارت حل مسئله به طور خاص، برای ایناست که فرد با جامعه سازگاری بیشتری داشته باشد. فردی که با مسائل روزمره گرفتاری دارد، آنها را خوب بررسی نمی کند، سریع و ناگهانی تصمیم می گیرد، ممکن است در همان آغاز شکست بخورد و دچار بحران شود. چنین فردی راه حل های نامناسب و غیر کارآمد را به کار می برد و قطعاً در روابط خود با دیگران مشکل پیدا می کند. بسیاری از مشکلات ما از ارتباط با دیگران و عدم مهارت در این زمینه سرچشمه می گیرد (صمیمی اردستانی، ۱۳۸۶). همه ما در زندگی فردی و اجتماعی خودمان با مسایل و مشکلات متعددی مواجه می شویم در واقع زندگی چیزی جز روند پیاپی مواجه شدن با مسایل و مشکلات و تلاش برای حل و فصل آنها نیست. بنابراین وجود مشکل در زندگی طبیعی است و هر کس در زندگی خود با مشکلاتی روبرو می شود. وجود مشکلات کوچک و بزرگ در زندگی عادی است و ما خواه ناخواه با مشکلات متعددی در زندگی خود مواجه می شویم. بنابراین به جای اینکه منعطلانه عمل کرده و ارزش کنیم که ای کاش هیچ مشکلی در زندگی ما پیش نیاید بهتر است یاد بگیریم که چطور مشکلات خود را حل کنیم. برخورداری از توانایی لازم برای حل موفقیت آمیز مسایل موجب می شود تا اعتماد به نفس ما بیشتر شده و احساس ارزشمندی بیشتری پیدا کنیم. ولی اگر فاقد مهارتهای لازم برای حل مشکل باشیم یا از روش های نامناسب و معیوب برای حل مسایل خود استفاده کنیم در سازگاری با محیط اطرافمان دچار مشکل شده و بهداشت روانی ما تهدید خواهد شد. کسب مهارت حل مسئله ما را قادر می سازد تا به طور سازنده با مشکلات برخورد کنیم. حل مسئله مهارتی است که می توان آن را آموخت و بکار بست. حل مسئله

<sup>۲</sup> Gholfild&Morbavem

مستلزم چند فعالیت است ابتدا باید مشکل را به دقت تعریف کنید. سپس راه حل های متفاوت حل مشکل را مطرح کرده و مورد بررسی قرار دهید و در نهایت مناسب ترین و موثرترین راه حل را انتخاب و اجرا کنید.

با توجه به مطالب فوق و اهمیت مهارت حل مسئله در زندگی افراد در بهبود سازگاری بین فردی و برخورداری از روابط موثر اجتماعی در رابطه با خانواده، همسالان، اجتماع و ... محقق برآن شده است تا به سؤال اساسی زیر پاسخ دهد؟

آیا آموزش مهارت حل مسئله در بهبود سازگاری بین فردی در نوجوانان موثر است؟

### اهمیت و ضرورت پژوهش:

با توجه به اینکه انسان موجودی اجتماعی است و در اجتماع زندگی می کند، بنابراین داشتن ارتباط با دیگران برای وی ضروری و گریز ناپذیر است. ارتباط یکی از قدیمی ترین، و در عین حال عالی ترین دستاوردهای بشر بوده است. ارتباط در گذشته، علاوه بر کارکردهایی که در جهت حفظ حیات و باری گرفتن از دیگران داشته، زمینه ساز فعالیت های اجتماعی و سرآغازی برای زندگی اجتماعی نیز بوده است.

هر فردی در زندگی خود با افراد زیادی رابطه برقرار می کند، اما این که کدام ارتباط پایدارتر و کدام کم دوام تر باشد بستگی به عوامل بسیاری دارد. ارتباط اساساً میان دو یا چند نفر اتفاق می افتد و ماهمه، در طول روز با افراد مختلف ارتباط برقرار می کنیم و به وسیله ی پیوندهای اجتماعی است که افراد با یکدیگر رابطه دارند. به عقیده کارشناسان ارتباطات اجتماعی مناسب و صحیح موجب سلامت مغز انسان نیز می شود. بررسی ها نشان می دهد افزایش ارتباطات اجتماعی تاثیر قابل توجهی بر عملکردهای شناختی مغز و سلامت آن دارد و روز به روز بر شمار تحقیقاتی که نشان می دهد فعالیتها و شیوه زندگی بر مغز تاثیر دارد افزوده می شود و افرادی که ارتباطات اجتماعی گسترده تری دارند از سلامت مغز و حافظه بهتری برخوردارند.

یکی از گروههای که نیاز شدیدی به آموزش حل مساله دارند دانش آموزان می باشند، چرا که به دلیل تغییرات هورمونی و رشدی جسمانی و روانی در این سن مدام در حال تغییر و عوض کردن نقشها تا رسیدن به نقش و هویت دلخواه خود هستند، مشکلات ارتباطی به خاطر عدم آموزش مهارت حل مساله نه تنها موجب ناراحتی دانش آموزان می شوند بلکه در عملکرد و روابط اجتماعی فرد با والدین، اعضای خانواده و اولیای مدرسه اختلال ایجاد می کنند، این مشکلات به صورت تیتروار و خلاصه میتواند در چهار گروه زیر جای گیرند؛

**مشکل در برقراری ارتباط با والدین:** در این طبقه مشکلاتی قرار می گیرد که والدین برای فرزند ایجاد می کنند (مانند پرخاشگری، تبعیض، غفلت، غیبت، حمایت مفرط، خلاف کاری) و مشکلاتی که دانش آموز برای والدین ایجاد می کند (مانند، پرخاشگری، پر توقعی، نافرمانی، خلاف کاری)

**مشکل در برقراری ارتباط با همسالان:** مشکلاتی که دانش آموز با همسالان یا سایر دانش آموزان در مدرسه یا خارج از مدرسه دارد. (مانند، بدرفتاری جسمی یا جنسی نسبت به دیگران، بدرفتاری عاطفی، زورگویی، درگیری و مشاجره، پرخاشگری و یا مورد آزار قرار گرفتن توسط دیگران) در این دسته قرار می گیرند.

**مشکل در برقراری ارتباط با خواهران و برادران:** در این دسته مشکلاتی قرار می‌گیرد که دانش آموز با خواهر و برادرش دارد و یا برای آن‌ها ایجاد می‌کند (مانند پرخاشگری، حسادت، خلاف کاری، پر توقعی)

**مشکل در برقراری ارتباط با اولیای مدرسه:** مشکلاتی که دانش آموز با اولیا و مربیان مدرسه دارد و یا مشکلاتی که برای آن‌ها ایجاد می‌کند، در این دسته قرار دارند (مانند، پرخاشگری، بی‌احترامی، نافرمانی)

به همین دلیل بهتر است که تلاش‌هایی متعدد در یادگیری مهارت حل مسئله، در دانش آموزان و نوجوانان که در سن بلوغ قرار دارند و احتمالاً درگیر ناسازگاریها و مشکلات این دوران خاص شده اند انجام گیرد کمک کند تا بتوانند در بهبود سازگاری بین فردی در محیط های خانواده، مدرسه و به طور کلی جامعه موفق عمل کنند.

باتوجه به مطالب فوق و مشخص شدن فواید برقراری ارتباط اجتماعی و سازگاری بین فردی که تقریباً بر تمام جوانب زندگی تاثیر دارد میتوان نتیجه گرفت که انجام چنین پژوهشهای نه تنها ضرورت دارد بلکه باید جزو اولویتهای پژوهشهای کاربردی قرار گیرد.

#### فرضیه های پژوهش:

آموزش مهارت حل مسئله در بهبود سازگاری بین فردی موثر است.

#### طرح پژوهش:

این پژوهش، از نظر هدف پژوهشی کاربردی از نوع شبه آزمایشی است که به صورت پیش آزمون، پس آزمون، با یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل انجام شده است. در این پژوهش، گروه آزمایشی در معرض متغیر مستقل (آموزش مهارت حل مساله) قرار می‌گیرد؛ اما گروه کنترل هیچ نوع درمانی دریافت نمی‌کند.

#### جامعه آماری:

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان مقطع دبیرستان دوره اول (۸ دبیرستان)، مدارس شهر تربت حیدریه در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ میباشد.

#### نمونه، حجم نمونه و روش نمونه گیری:

در این پژوهش با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای نمونه ای به حجم ۴۰ نفر از بین جامعه آماری پژوهش انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند.

#### ابزار پژوهش:

راهنمای پرسشنامه مهارت های اجتماعی نوجوانان (ایندر بیکزن و فوستر<sup>۳</sup> ۱۹۹۲)

<sup>۳</sup> Ender Bikzen & Foster

این پرسشنامه توسط ایندر بیکزن و فوستر در سال ۱۹۹۲ ابداع شد که حاوی ۳۹ عبارت ۵ گزینه ای است که آزمودنی پاسخ خود را در باره هر عبارت در دامنه ای از گزینه هایی که اصلاً صدق نمی کند تا همیشه صدق می کند ابراز می نماید. شیوه نمره گذاری: عبارات این پرسشنامه در دو زمینه رفتارهای مثبت و منفی هستند. هر عبارت دارای شش گزینه است. در گزینه های مثبت، نمره مربوط به گزینه اصلاً درست نیست (صفر)، خیلی کم درست است (یک)، کمی درست است (دو)، تا حدی درست است (چهار) و همیشه درست است (پنج) است. در گزینه های منفی روش نمره گذاری معکوس است.

نحوه ارزیابی مهارت های اجتماعی هر فرد توسط این پرسشنامه بدین صورت است که اگر فردی نمره اش بالاتر از میانگین باشد، دارای مهارت های اجتماعی بالا است و اگر پایین تر از میانگین باشد، مهارت های اجتماعی پایین دارد. لازم به ذکر است که نمره ۹۸ بر اساس استاندارد تست به عنوان میانگین در نظر گرفته شده است.

اعتبار این سیاهه توسط ایندر بیکزن و فوستر ۹۰ درصد گزارش شده است

پایایی این پرسشنامه را آمینی (۱۳۷۸) در شهر تهران برای دانش آموزان دختر دوم راهنمایی برای گزاره های مثبت و منفی به ترتیب ۷۱ درصد و ۶۱ درصد گزارش کرده است.

برای بخش مثبت این پرسشنامه ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۸۰٫۷۱ درصد و برای بخش منفی ضریب پایایی ۸۰٫۵۱ به دست آمده است (دوران، ۱۳۸۰).

ارجمندی (۱۳۸۳) با استفاده از آلفای کرونباخ پایایی این پرسشنامه را ۸۳ درصد به دست آورده است

پایایی این پرسشنامه که توسط ایندربیگزن و فوستر طراحی شده است برای سنجش بخش منفی ۷۲ درصد بوده و بخش درونی ۸۸ درصد گزارش شده است

### پرسشنامه مشکلات بین فردی (بارخام و همکاران<sup>۴</sup>)

مولفه ها: شامل ۶ مولفه صراحت و مردم امیزی - گشودگی - درنظر گرفتن دیگران - پرخاشگری - حمایت گری و مشارکت - وابستگی.

تعداد سوال: ۳۲ سوال

کاربرد: روابط بین فردی

در تحقیق فتح و همکاران (۱۳۹۲) روایی ابزار مورد تایید قرار گرفته است و پایایی ضریب الفای کرونباخ برای عوامل صراحت و مردم امیزی، گشودگی، در نظر گرفتن دیگران، پرخاشگری، حمایت گری و مشارکت و وابستگی به ترتیب ۸۰٪، ۷۰٪، ۶۱٪، ۸۸٪، ۷۷٪، ۶۱٪ گزارش شده است.

### نتایج یافته ها

شرکت کنندگان در این پژوهش شامل ۴۰ نفر از دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر تربت حیدریه در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ می باشد.

<sup>۴</sup> Barkham et al

که از این میان ۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه گواه گمارش شدند. جدول ۱ چگونگی توزیع آزمودنی‌ها را در دو گروه مورد نظر ارائه می‌دهد.

جدول ۴-۱- توزیع فراوانی مربوط به تعداد آزمودنی‌ها در دو گروه

گروه	فراوانی	فراوانی درصدی	فراوانی تجمعی
آزمایش	۲۰	۵۰	۵۰
گواه	۲۰	۵۰	۱۰۰
مجموع	۴۰	۱۰۰	

همان طور که مشاهده می‌شود تعداد آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و گواه برابر می‌باشد.

#### بررسی توصیفی اطلاعات

در این قسمت اطلاعات حاصل از اجرای پرسشنامه‌ها بر روی اعضای نمونه ی تحقیق مورد تجزیه و تحلیل توصیفی قرار می‌گیرد. اطلاعاتی که در این قسمت ارائه می‌گردد شامل فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد نتایج حاصل از اجرای پرسشنامه‌ها بر روی شرکت کنندگان در تحقیق می‌باشد.

جدول ۴-۲- میانگین و انحراف استاندارد متغیر سازگاری بین فردی در گروه‌های تحقیق

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش			
پیش آزمون	۲۰	۷۶/۵۰	۴/۶۳
پس آزمون	۲۰	۸۴/۸۳	۳/۹۴
کنترل			
پیش آزمون	۲۰	۷۸/۲۵	۵/۶۷
پس آزمون	۲۰	۷۷/۹۲	۴/۷۳
کل			
پیش آزمون	۴۰	۷۷/۳۷	۴/۷۹
پس آزمون	۴۰	۸۱/۳	۴/۷۸



همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین نمره سازگاری بین فردی اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون، افزایش چشم‌گیری داشته است، اما این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی‌شود.

جدول شماره ۴-۴ - میانگین و انحراف استاندارد تعدیل شده سازگاری بین فردی

متغیر	گروه	تعداد	میانگین تعدیل شده	انحراف استاندارد تعدیل شده
سازگاری بین فردی	آزمایش	۲۰	۸۱/۱۴	۳/۳۳
	گواه	۲۰	۷۶/۲۸	۳/۳۳

همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین تعدیل شده نمره سازگاری بین فردی در گروه آزمایش، بیشتر از گروه گواه مشاهده می‌باشد.

#### تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها

در این قسمت اطلاعات حاصل از اجرای پرسشنامه‌های تحقیق بر روی اعضای نمونه مورد تجزیه و تحلیل استنباطی قرار گرفته است. در این تحقیق، از آزمون آماری کواریانس چند متغیره به دلیل تناسب و سازگاری بیشتر با فرضیه‌های تحقیق استفاده شده است. همچنین در تحلیل کواریانس چند متغیره چهار پیش فرض مورد بررسی قرار گرفته است.

پیش فرض اول: بررسی نرمال بودن توزیع نمرات در گروه آزمایش و کنترل، با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف (K-S)

جدول ۴-۵ - نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای تحقیق

متغیر	مقدار Z	سطح معناداری
سازگاری بین فردی	پیش آزمون	۰/۹۰۲
	پس آزمون	۰/۳۹۰
روابط موثر اجتماعی	پیش آزمون	۱/۰۲۸
	پس آزمون	۰/۶۴۴

نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف نشان می‌دهد که توزیع نمرات سازگاری بین فردیدر پیش‌آزمون ( $Z=0/902$ ,  $P=0/390$ ) و در پس‌آزمون ( $Z=0/954$ ,  $P=0/514$ )، توزیع نمرات روابط موثر اجتماعی در پیش‌آزمون ( $Z=1/028$ ,  $P=0/241$ ) و پس‌آزمون ( $Z=0/644$ ,  $P=0/802$ ) نرمال می‌باشد. بنابراین پیش‌فرض اول رعایت شده است.

#### پیش فرض دوم: بررسی همگنی واریانس‌ها

در این پیش‌فرض بررسی می‌شود که آیا واریانس داده‌ها در گروه‌ها نرمال است یا خیر، نتایج ارائه شده در جدول ذیل نشان می‌دهد که پیش‌فرض دوم نیز رعایت شده است.

جدول ۴-۷- آزمون لوین مربوط به پیش‌فرض برابری واریانس متغیرهای وابسته تحقیق در گروه آزمایش و کنترل

متغیر	مقدار F	درجه ی آزادی اول	درجه ی آزادی دوم	سطح معناداری
سازگاری بین فردی	۰/۰۴۰	۱	۲۲	۰/۸۴۳
روابط موثر اجتماعی	۰/۰۰۱	۱	۲۲	۰/۹۷۳

#### پیش فرض سوم: بررسی همگنی شیب‌های رگرسیونی

در این پیش‌فرض بررسی می‌شود که آیا پس‌آزمون و پیش‌آزمون متغیرهای پژوهش رابطه خطی وجود دارد یا خیر. نتایج ارائه شده در جدول ذیل نشان می‌دهد که این پیش‌فرض رعایت شده است. بنابراین اجرای آزمون تحلیل کوواریانس مجاز می‌باشد.

جدول ۴-۸- آزمون همسانی شیب رگرسیون متغیرهای وابسته تحقیق در گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	مقدار F	سطح معناداری
سازگاری بین فردی	گروه* پیش آزمون سازگاری بین فردی*	۳/۶۸۸	۲	۱/۶۲۰	۰/۲۲۷
روابط اجتماعی موثر		۹/۵۴۷	۲	۱/۰۲۰	۰/۳۸۲

## پیش فرض چهارم: بررسی همسانی ماتریکس های کواریانس

برای تعیین همسانی ماتریکس های کواریانس از آزمون باکس استفاده شده است.

جدول ۴-۹- آزمون باکس مربوط به پیش فرض برابری ماتریکس کواریانس در گروه آزمایش و کنترل

نام آزمون	مقدار باکس	مقدار F	درجه ی آزادی اول	درجه ی آزادی دوم	معناداری
باکس	۹/۱۷۰	۱/۳۰۰	۶	۳۵۰۶/۷۲	۰/۲۵۳

همان طور که مشاهده می شود نتایج به دست آمده نشان می دهد که آزمون باکس معنی دار نمی باشد ( $P = ۰/۲۵۳$ )، به عبارت دیگر ماتریکس کواریانس ها همگن هستند. بنابراین آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره قابل اجراست.

فرضیه اول: آموزش مهارت حل مسئله در بهبود سازگاری بین فردی موثر است.

جدول ۴-۱۰- نتایج تحلیل کواریانس چند متغیره برای متغیر وابسته سازگاری بین فردی

متغیر	منبع	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب اثر
سازگاری بین فردی	گروه	۱۲۰/۸۶۴	۱	۱۲۰/۸۶۴	۹۹/۶۹۴	۰/۰۰۰	۰/۸۴۰

همان طور که مشاهده می شود نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون سازگاری بین فردی در دو گروه، با کنترل کردن اثر پیش آزمون، حاکی از این است که پس از شرکت دانش آموزان گروه آزمایش در جلسات آموزش مهارت حل مساله، نمرات سازگاری بین فردی ( $F = ۹۹/۶۹۴$ ،  $P = ۰/۰۰۰$ ) آنها، نسبت به گروه گواه، تغییر معناداری داشته است. بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت حل مسئله در بهبود سازگاری بین فردی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر تربت حیدریه موثر است.

## نتیجه گیری نهایی:

با توجه به نتایج و ادبیات این پژوهش میتوان نتیجه گرفت که یکی از گروههای که نیاز شدیدی به آموزش حل مساله دارد دانش آموزان می باشند، چرا که به دلیل تغییرات هورمونی و رشد جسمانی و روانی در این سن مدام در حال تغییر و عوض کردن نقشها تا رسیدن به نقش و هویت دلخواه خود هستند، مشکلات ارتباطی به خاطر عدم آموزش مهارت حل مساله نه تنها

موجب ناراحتی دانش آموزان می شوند بلکه در عملکرد و روابط اجتماعی فرد با والدین، اعضای خانواده و اولیای مدرسه اختلال ایجاد می کنند.

نتایج این تحقیق نشان داد که آموزش مهارت حل مساله میتواند در جهت بهبود شرایطی که به دلیل عدم آموزش این مساله در بین دانش آموزان به وجود آمده است کمک کند. از نتایج این پژوهش چنین بر می آید که برخی از مشکلات دانش آموزان از جمله مشکلاتی همچون؛ مشکل در برقراری ارتباط با والدین، مشکل در برقراری ارتباط با همسالان، مشکل در برقراری ارتباط با خواهران و برادران و مشکل در برقراری ارتباط با اولیای مدرسه را می توان با آموزش مهارت حل مساله به این افراد حل نمود.

همچنین نتایج این تحقیق نشان داد که آموزش مهارت مساله میتواند در بهبود سازگاری بین فردی و روابط اجتماعی موثر کمک کند و این متغیر ها را به طور معناداری افزایش دهد.

#### ۱. منابع

۲. احمدی زاده، جواد. (۱۳۸۹)، پژوهش: بررسی اثر بخشی آموزش مهارت حل مساله بر برخی از ویژگی های شخصیتی نوجوانان تحت پوشش مراکز شبانه روزی سازمان بهزیستی، پایان نامه کارشناسی رشد، دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
۳. آزاد، حسین. (۱۳۷۴)، روان شناسی مرض کودک. تهران: انتشارات پاژنگ.
۴. آزاد، حسین، ۱۳۸۷، روانشناسی مرضی کودک، تهران، دانشگاه پیام نور.
۵. آزاد، مهوش. (۱۳۸۷)، پژوهش: بررسی رابطه بین سبک یادگیری و توانایی مهارت حل مساله در دانش آموزان شهر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.
۶. اسدی دستجردی، پریسا، ۱۳۹۲، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان تاثیر آموزش مهارت حل مشاله بر کاهش خشم و افزایش توانمندی حل مساله و افزایش سازگاری دختران فراری، استاد راهنما فتحی آشتیانی
۷. اسلامی نسب، علی. (۱۳۷۳)، روان شناسی سازگاری. تهران: انتشارات بنیاد.
۸. اسلامی نسب، تیمور. (۱۳۸۸)، پژوهش: بررسی رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با سازگاری اجتماعی دانش آموزی شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۹. اسلامی نسب، علی. (۱۳۷۳)، رشد شخصیت و بهداشت روانی. تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان.
۱۰. بذل، معصومه (۱۳۸۲) پژوهش: بررسی ارتباط مهارت حل مساله بر میزان سازگاری در دانش آموزان مقطع دبیرستان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران
۱۱. بهرامی، رضا. (۱۳۸۹)، پژوهش: تاثیر آموزش مبتنی بر حل مساله بر افسردگی و خود کارآمدی دانشجویان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان
۱۲. جباری محم آبادی، محمد، ۱۳۹۰، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان تاثیر آموزش حل مساله بر میزان تاب آوری دانش آموزان

۱۳. حاج عبدالهی، مینا، (۱۳۸۸)، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان رابطه بین جو اجتماعی مدرسه با پرورش مهارت های اجتماعی، دانش آموزان دختر
۱۴. دیویسون، جرال و گلد فرید، ماروین. آر. (۱۳۷۱)، رفتار درمانی بالینی، ترجمه احمد، احمدی. علوی آبادی. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
۱۵. ستوده، محمد. (۱۳۹۰)، پژوهش: بررسی اثر بخشی روش آموزش مهارت حل مساله برمیزان یادگیری دانش آموزان شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی، دانشگاه تهران.
۱۶. شاملو، سعید. (۱۳۸۰)، بهداشت روانی. تهران: انتشارات رشد.
۱۷. شعاری نژاد، علی اکبر، ۱۳۸۳، روانشناسی رشد، تهران، دانشگاه پیام نور.
۱۸. شعاری نژاد، علی اکبر. (۱۳۷۷)، درآمدی بر روان شناسی انسان. تهران: انتشارات آزاده.
۱۹. صمیمی، رضا. اردستانی، علی (۱۳۸۶)، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان تعیین اثر بخشی مهارت های زندگی بر هوش هیجانی
۲۰. عباسی، پریسا، ۱۳۸۳، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان رابطه مهارت های اجتماعی بر سلامت روان دانش آموزان
۲۱. عظیمی، علی. (۱۳۷۴)، پژوهش: بررسی تاثیر آموزش فردی مهارت حل مساله در کاهش پرخاشگری کودکان پسر در اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
۲۲. فتحی، مهدی، ۱۳۸۴، مهارت ارتباط موثر، مشهد، موسسه پژوهشی فرهنگ.
۲۳. فتحی، فرهاد. (۱۳۸۴)، پژوهش: بررسی اثر بخش آموزش مهارت حل مساله در کاهش افسردگی دانش آموزان ۱۸ - ۱۵ ساله شهرستان زاهدان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.
۲۴. فولاد چنگ، ناصر. (۱۳۷۵)، پژوهش: بررسی نقش پردازش فراشناختی در یادگیری و انتقال یادگیری حل مسأله، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.
۲۵. مجتهدی، محمد. (۱۳۸۷)، گذر از نوجوانی به پیری. تهران: انتشارات پاژنگ
۲۶. Azboren, I., and Rubin, A. (۲۰۰۰); Environmental design: community psychology. Unpublished manuscript, state university of NewYork at stony Brook.
۲۷. Crak, M., Weissberg, R.P., Grober, J.S., and Jacoby, C. (۲۰۱۱); social competence promotion with inner city and suburban youn adolescents: effects on social adjustment and aclochot use. Journal of consulting and clinical psychology, ۶۰ (۱), ۵۶-۶۳.
۲۸. Davidson, F., and goldfreed, F. A. (۲۰۰۱); preventing the onest of cigarette smoking throuh life skills training preventive Medicine, ۹, ۱۳۵-۱۴۳.
۲۹. Desorilla, M., and goldfreed, S. (۲۰۰۹); Suicidal thoughts among adoescents: an intercultural approach Adolescence, ۲۸ (۱۱۱) Fall, ۶۴۹-۶۵۹.
۳۰. Dasboon, B., and osborn, C. (۲۰۰۹); conditions of learning NewYork: Halt, Reinchart and winston.

۳۱. Dobson, S, Keith. (۱۹۸۸); Handbook, Fcognitive behavioral therapies. NewYork, Guil Ford press.
۳۲. D'zurilla, T. J., and Nezu, A. (۱۹۹۹); problem-solving theraphy. A social competence approach to clinical intervention (۲<sup>nd</sup>ed) NewYork: spring.
۳۳. Goldfreed, P. S. merbom, D. W. and champion, H. R. (۲۰۰۸). A youth violence prevention program. Archives of surgery, ۱۲۸(۳), ۳۰۳ – ۳۰۸.
۳۴. Greetel, D. C., and alexander, I. E. (۲۰۰۶); urban stress: Experiment on noise and social stressors. NewYork: Academic press.
۳۵. Haaga, D. A. F., Fince, I. A., Rossow terill, D., Stewart, B. L., and Beck, A. T. (۲۰۰۵); social problem-solving deficits, dependency and deppressive sympions, congitive theraphy and ressearch.
۳۶. Kadish, O. (۲۰۰۱); Anevaluation case: the implemetation and evaluation of a problem-solving training program for adolescents. Indian university of pennsylvanial, USA avaliabe online.
۳۷. Kazdin, A. E., Dawson, K. E., French, N. H., and unis, A. S. (۲۰۱۱); problem-solving skills training and relationship therapy in the treatment of antisocial child behavior. Journal of consulting and Clinical psychology. ۵۵, ۷۶-۸۵.
۳۸. Shaftel, F. R., and shaftel, G. (۲۰۰۵); Role-playing for social values: Decision making in the social studies. Englewood cliffs, N.J. : prentice- Hall.
۳۹. Shahler, P., Varni, e., Fairclough., S, and Buther, V. (۲۰۰۲). Problem-solving deficits, dependency and deppressive and anxity sympions, congntive therapy and research.
۴۰. Sharma, T., and et. al., (۲۰۰۸); Review of social congntive problem-sovling interventions with children. Psychological Bulletin, ۸۸, ۱۰۹-۱۴۳.
۴۱. Tellado, G. S. et.al. (۲۰۰۳). An evaluation case: the implementaion and evaluation of a problem-solving training program for adolescents. Evaluationa and program planning, ۷(۲), ۱۷۹-۱۸۸.
۴۲. Weissberg, R. P., Gesten, E. L., Leibern, nol., doherty, shehmid and Hotton, H (۲۰۰۳); the rockestersocial, problem solving program. A. Training mental for teacher of and ۷ the grade children, N, Y. university of Rochester.