



The Effectiveness of Teaching Life Skills with a Solution-Oriented Approach on the Social Skills of Children with Behavioral Problems in Divorced Families

Eyd Morad Solgi¹, Maryam Asaseh^{2*}, Leila Kashani Vahid³, Majid Ebrahimipour⁴,
Samira Vakili⁵

1- PhD Student, Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

3- Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

4- Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

5- Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Corresponding author: Maryam Asaseh, Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Email: m.asaseh@srbiau.ac.ir.

Received: 28 June 2024

Accepted: 26 Sep 2024

Abstract

Introduction: Divorce is a phenomenon that not only disrupts the psychological stability of the couple but also impacts the emotional well-being of their children and those around them. This study aimed to develop a life skills training program using a solution-oriented approach and to assess its effectiveness on the social skills of children with behavioral problems in divorced families.

Methods: This research utilized a quasi-experimental design with a pre-test, post-test, and one-month follow-up, including a control group. The study population consisted of children aged 12 to 18 with behavioral problems, residing in the cities of Rabat Karim and Baharestan, whose parents had divorced between one and five years prior. Thirty participants were selected through convenience sampling and were randomly assigned to either an experimental or control group, with 15 participants in each group. The data collection instruments included the Adolescent Behavior Problem Self-Report Scale (Achenbach & Rescorla, 2001) and the Social Skills Scale (Elliott & Gresham, 1990). The experimental group underwent 10 sessions of a life skills training program (developed by the World Health Organization) using a solution-oriented approach (De Shazer, S). Data were analyzed using repeated measures analysis of variance, and Bonferroni's post hoc test at a significance level of 0.05, utilizing SPSS version 26.

Results: The results indicated that the experimental group, that received life skills training with a solution-oriented approach, showed significantly improved social skills in the post-test compared to the control group ($p < 0.01$). These positive changes were maintained through the follow-up stage ($p < 0.05$).

Conclusions: The findings suggest that life skills training with a solution-oriented approach is an effective intervention for enhancing the social skills of children with behavioral problems in divorced families, as it provides an opportunity for learning essential skills.

Keywords: Life skills training, Solution-oriented approach, Social skills, Behavioral problems, Divorce.



اثربخشی آموزش مهارت های زندگی با رویکرد راه حل محور بر مهارت های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده های طلاق

عیدمراد سلگی^۱، مریم اساسه^{۲*}، لیلا کاشانی وحید^۳، مجید ابراهیم پور^۴، سمیرا وکیلی^۵

۱- دانشجوی دکتری، روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲- استادیار گروه روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۳- استادیار گروه روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴- استادیار گروه روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد قائنات، دانشگاه آزاد اسلامی، قائنات، ایران.

۵- استادیار گروه روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

نویسنده مسئول: مریم اساسه، استادیار، گروه روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

ایمیل: m.asase@srbiau.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۴/۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۷/۵

چکیده

مقدمه: طلاق، پدیده‌ای است که نه تنها ثبات روانی زوجین را برهم می‌زند، بلکه تعادل روانی فرزندان و اطرافیان را نیز تحت شعاع قرار می‌دهد. این پژوهش با هدف تدوین برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل محور و بررسی اثربخشی آن بر مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق انجام شد.

روش کار: پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری یک ماهه همراه با گروه شاهد بود. جامعه آماری شامل فرزندان ۱۲ تا ۱۸ ساله با مشکلات رفتاری در شهرستان‌های رباط کریم و بهارستان که ۱ تا ۵ سال از طلاق والدینشان گذشته بود. از جامعه آماری ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش و شاهد (هر گروه ۱۵ نفر) تقسیم شدند. ابزارهای جمع‌آوری داده‌ها، مقیاس خودگزارشی مشکلات رفتاری نوجوانان Achenbach و همکاران و مقیاس مهارت‌های اجتماعی Elliott و همکاران بود. گروه آزمایش ۱۰ جلسه برنامه آموزش مهارت‌های زندگی سازمان بهداشت جهانی با رویکرد راه حل محور (De Shazer S) را دریافت کردند. داده‌ها با استفاده از آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی در سطح معنادار ۰/۰۵ و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد، افراد گروه آزمایش که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل محور را دریافت کرده بودند، در مقایسه با گروه شاهد، در مرحله پس‌آزمون، به طور معناداری در مهارت‌های اجتماعی نمرات بهتری کسب کردند ($p < 0/01$) و این تغییرات مثبت تا مرحله پیگیری نیز پایدار بود ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل محور با فراهم کردن فرصتی برای یادگیری مهارت‌های اساسی، ابزاری مؤثر برای ارتقای مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق باشد.

کلیدواژه‌ها: آموزش مهارت‌های زندگی، رویکرد راه حل محور، مهارت‌های اجتماعی، مشکلات رفتاری، طلاق.

مقدمه

چرخه زندگی انسان، از تولد تا مرگ، مملو از دوره‌های مختلف با اهمیت است. اکثر روان‌شناسان و پژوهشگران، دوران کودکی و نوجوانی را به عنوان مهم‌ترین دوره‌های زندگی انسان و دوره‌ای موسوم به «شدن» می‌شناسند (۱). نوجوانی، با محدوده سنی ۱۰ تا ۱۹ سال، دشوارترین دوران حیات از نظر تربیتی محسوب می‌شود، چراکه سرآغاز تحولات جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی در فرد است (۲). محیط گرم و عاطفی خانواده، بستر مناسبی برای رشد و تعالی فرزندان فراهم می‌کند. با این حال، عواملی مانند دعوا، تعارض و طلاق والدین می‌توانند این محیط امن را تهدید کرده و پیامدهای منفی بر سلامت روانی و تعادل عاطفی تمامی اعضای خانواده، به ویژه فرزندان، داشته باشند (۳). جدایی، طلاق و منازعات زناشویی به عنوان عوامل خانوادگی مخرب، سلامت روانی کودکان را تحت‌شعاع قرار می‌دهند (۴). یکی از مهم‌ترین تهدیدات و فروپاشی این نهاد ارزشمند، طلاق (divorce) والدین است (۵). طلاق به عنوان پایان شرعی و قانونی ازدواج و جدایی همسران، حقوق و تکالیف متقابل زوجین را از بین می‌برد (۶). ازهم‌گسیختگی خانواده در اثر طلاق، زمینه‌ساز بروز مشکلات رفتاری در نوجوانان می‌شود (۷). عدم سازگاری یا طلاق والدین، می‌تواند اثرات مخرب و ماندگاری بر کارکرد روان‌شناختی و حتی سلامت جسمانی فرزندان داشته باشد (۸). مشکلات رفتاری طیف وسیعی از علائم آسیب‌شناسی روانی شامل اضطراب، افسردگی، مشکلات اجتماعی، مشکلات فکری، پرخاشگری و... می‌باشد (۹). تحقیقات نشان داده‌اند که فرزندان خانواده‌های طلاق، بیشتر در معرض مشکلات رفتاری قرار دارند (۱۰). در دوران نوجوانی که فرد به طور طبیعی با استرس‌های متعددی روبه‌رو است، مواجهه با فشارهایی مانند طلاق والدین، زمینه را برای بحران و تشدید مشکلات رفتاری (Behavioral problems) فراهم می‌کند (۱۱). این مشکلات می‌توانند به عنوان یک شکست تلقی شده و بر حالات روحی و روانی افراد با اختلال یادگیری تأثیر منفی گذاشته و منجر به پرخاشگری در آن‌ها شوند (۱۲). ویژگی‌های مهارت‌های اجتماعی اکتسابی بودن آن‌هاست و می‌تواند تحت‌تأثیر محیط و خانواده قرار بگیرد (۱۳). مهارت‌های اجتماعی، مجموعه‌ای پیچیده از مهارت‌ها مانند مشارکت با دیگران، آغازگر رابطه بودن، کمک خواستن و تشکر و قدردانی کردن است (۱۴). شناخت و مهارت اجتماعی، فرآیندی که کودکان و نوجوانان را قادر می‌سازد تا رفتار دیگران را درک

و پیش‌بینی، رفتار خود را کنترل و تعاملات اجتماعی خود را تنظیم کنند (۱۵). کودکان و نوجوانانی که والدین آنها طلاق گرفته‌اند، رفتارهای مشکل ساز اجتماعی بیشتری نسبت به همتایان‌شان نشان می‌دهند (۱۶). در پژوهشی دیگر، نمرات مهارت‌های اجتماعی در فرزندان خانواده‌های طلاق به طور معناداری پایین‌تر از همتایان‌شان بود که فرزند خانواده‌های طلاق نیستند (۱۷). نظریهٔ پیازه رشد اجتماعی را به‌طور تجزیه ناپذیری با کل انسان مرتبط می‌داند، یعنی اثر عاطفی نسبت به رشد شناختی تأثیر بیشتری در روابط اجتماعی دارد (۱۸). یکی از روش‌های مداخله برای کاهش آسیب‌های فرزندان خانواده طلاق، آموزش مهارت‌های زندگی به آنان است (۱۹). برنامهٔ آموزش مهارت‌های زندگی در بهبود کارکردهای شناختی، اجتماعی و رفتاری افراد گروه‌های مختلف روشی کارآمد است (۲۰). مهارت‌های زندگی، به عنوان توانایی‌های روانی-اجتماعی برای رفتار انطباقی و مؤثر، افراد را قادر می‌سازد تا به طور مؤثری با چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند (۲) و این مهارت‌ها بر خلاف رویکردهای مشکل‌محور که بر نقص‌ها و ضعف‌ها تمرکز دارند، بر یافتن راه‌حل‌ها و تمرکز بر مسائلی که قابل تغییر هستند، متمرکز می‌شوند (۲۱). رویکرد راه‌حل‌محور (Solution oriented approach) برای آموزش مهارت‌های زندگی به جای تمرکز بر مشکلات و زمینه‌های غیرقابل تغییر، بر روی یافتن راه‌حل، تشخیص نقاط قوت، استثنای در رخدادها ناگوار و دیدگاه ترجیحی فرد تأکید می‌شود (۲۲). هدف اصلی این برنامه، ارتقای عملکردهای شناختی و مهارت‌های اجتماعی فرزندان طلاق است. با وجود ارائه روش‌ها و برنامه‌های درمانی متعدد برای کاهش آسیب‌های ناشی از طلاق والدین در نوجوانان، تاکنون از برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور برای این گروه استفاده نشده است. لذا با توجه به افزایش آمار طلاق در جامعه و نیاز فرزندان خانواده‌های طلاق به آموزش مهارت‌های اجتماعی برای ارتقای بهداشت روانی، انجام پژوهش‌های روان‌شناختی در این حوزه ضروری به نظر می‌رسد. این پژوهش درصدد پاسخگویی به این سوال بود: آیا برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور بر مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق مؤثر است؟

روش کار

این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری (یک‌ماهه) همراه با گروه شاهد بود.

جامعه آماری این پژوهش را تمامی فرزندان ۱۲ تا ۱۸ ساله خانواده های طلاق شهرستان های رباط کریم و بهارستان تشکیل دادند که ۱ تا ۵ سال از طلاق والدینشان گذشته بود. از بین مراکز مشاوره خانواده دو شهرستان، به روش نمونه گیری هدفمند (در دسترس) دو مرکز مشاوره خانواده انتخاب شدند. از این دو مرکز مشاوره، تعداد صد پرونده فرزندان طلاق با آدرس و شماره تلفن (از هر شهرستان پنجاه پرونده) با ملاک های ورود، استخراج شد. پس از تماس و بررسی این صد پرونده، ۷۶ فرد حاضر به همکاری و با مقیاس خودگزارشی مشکلات رفتاری نوجوانان (آخنباخ و رسکورلا ۲۰۰۱) ارزیابی شدند. در ادامه سی نفر دارای نمره بیشتر (نمره های بیشتر از ۷۰ بیانگر مشکلات رفتاری در این مقیاس)، به صورت داوطلب واجد شرایط وارد مطالعه شدند و به روش تصادفی در گروه آزمایش و گروه شاهد، (هر گروه پانزده نفر) قرار گرفتند. ملاک های ورود گروه نمونه به پژوهش عبارت بودند از: گذشت ۱ تا ۵ سال از طلاق والدینشان، سن ۱۲ تا ۱۸ ساله، وجود مشکلات رفتاری در فرزندان، رضایت و همکاری والدین و نوجوانان برای شرکت در پژوهش. ملاک های خروج، شامل بی انگیزگی مشارکت کنندگان در پاسخ به سؤالات پرسش نامه و غیبت بیش از سه جلسه در جلسات آموزش بود. به منظور گردآوری داده ها، ابزارها و جلسات آموزشی زیر در پژوهش مورد استفاده قرار گرفتند.

مقیاس خودگزارشی مشکلات رفتاری نوجوانان (YSR) (The Achenbach Youth Self-Report Scale) را آخنباخ و رسکورلا (۲۰۰۱) برای نوجوانان سنین ۱۱ تا ۱۸ سال که حداقل تحصیلات در حد پایه پنجم ابتدایی ساخته است و در مدت پانزده دقیقه پاسخ داده می شود. این مقیاس دو بخش دارد: بخش شایستگی ها (Competencies) با هشت گویه، به صورت سه درجه ای (کمتر از متوسط=۱، در حد متوسط=۲، بیشتر از متوسط=۳) و بخش سندرم ها (Syndromes) با ۱۱۲ گویه، به صورت سه درجه ای است (درست نیست=۰، گاهی اوقات یا تا حدی درست است=۱، همیشه یا اغلب اوقات درست است=۲) نمره گذاری می شود. نمره بین صفر تا ۶۰ بیانگر حالات رفتاری نرمال و نمره بین ۶۰ تا ۷۰ بیانگر حالات رفتاری مرزی و نمره بیشتر از ۷۰ بیانگر حالات رفتاری با اختلال است. بخش شایستگی ها شامل خرده مقیاس های، فعالیت ها، عملکرد تحصیلی، کارآمدی اجتماعی و شایستگی کلی است و بخش سندرم ها، شامل زیرمقیاس های گوشه گیری/ افسردگی، شکایات بدنی، افسردگی/ اضطراب مشکلات اجتماعی،

مشکلات تفکر، مشکلات توجه، رفتار بزهکارانه، رفتار پرخاشگرانه و سایر مشکلات رفتاری می شود که مجموعه ناهمگونی از ناراحتی های مختلف مانند نافرمانی و غذا نخوردن و... است. سازندگان پایایی مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه کردند (۹). فدایی و همکاران، پایایی مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و با استفاده از روش دونیمه کردن ۰/۸۹ به دست آوردند. همچنین روایی این مقیاس را با استفاده از روایی سازه تأیید کردند (۲۳). پرسش نامه مهارت های اجتماعی (نسخه دانش آموزان) (Social Skill Rating System) توسط گرشام و الیوت (۱۹۹۰) برای ارزیابی مهارت های اجتماعی کودکان و نوجوانان بین ۶ تا ۱۸ سال ساخته شد و با ۲۷ گویه که در طیف لیکرت سه درجه ای (هرگز=۰، گاهی=۱، اغلب اوقات=۲) نمره گذاری می شود. نمره کل پرسش نامه بین صفر تا ۵۴ است. نمره بالاتر نشان دهنده مهارت های اجتماعی بیشتر است و دارای چهار خرده مقیاس (خودکنترلی، همدلی، ابراز وجود و همکاری) است. پایایی مقیاس با استفاده از بازآزمایی و آلفای کرونباخ را ۰/۹۴ گزارش کردند (گرشام و الیوت ۱۹۹۰). عباسی اسفجیر و خطیبی، مقدار آلفای کرونباخ این پرسش نامه را برای مقیاس مهارت های اجتماعی ۰/۹۳ و برای مشکلات رفتاری ۰/۸۷ گزارش کردند، همچنین برای تعیین روایی پرسش نامه از روایی محتوایی و روایی سازه به کمک روش تحلیل عاملی استفاده کردند (۲۴).

دکتر گیلبرت بوتوین در سال ۱۹۷۹ گامی نو در آموزش مهارت های زندگی برداشت. این مهارت ها، طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، به افراد توانایی اتخاذ رفتار مثبت، سازگاری با شرایط و مواجهه مؤثر با چالش ها و نیازهای روزمره را می بخشند. ده مهارت زندگی کلیدی که سازمان بهداشت جهانی معرفی کرده عبارتند از: خودآگاهی، همدلی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، حل مسئله، تصمیم گیری، روابط بین فردی، روابط مؤثر، مدیریت هیجان و مدیریت استرس (۲). استیو دی شازر در سال ۱۹۷۰ رویکرد راه حل محور را پایه گذاری کرد. رویکرد راه حل محور شاخه ای از درمان های پست مدرن محسوب و با تمرکز بر حل مسئله، تغییر و توجه به راه حل ها و بهره مندی از تکنیک های دهگانه ای شامل منبع گفتگو، نتیجه مطلوب، دیگرچه/به جای، آینده مطلوب، اهداف مثبت، استثنا، مقیاسی، هویتی/راهبردی، مقابله ای و تکلیف پایان جلسه، به درمان مشکلات می پردازد (۲۵). در پژوهش حاضر محتوای برنامه آموزش مهارت های زندگی با رویکرد راه حل محور با تلفیق ده مهارت زندگی سازمان بهداشت جهانی (World Health

عیدمراد سلگی و همکاران

مقادیر بالاتر از ۸/۰ را نشان داد که نشان‌دهنده پایایی بسیار خوب محتوای برنامه بود. ملاحظات اخلاقی، از جمله کسب تأییدیه اخلاقی به شناسه IR-LAU.SRB.REC.1401.246 و اخذ رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان، رضایت آگاهانه و داوطلبانه آزمودنی‌ها، امکان خروج از مطالعه، احترام به حقوق و شخصیت آزمودنی‌ها، رازداری و امانت‌داری از سوی پژوهشگر، جبران خطرات احتمالی در حین مطالعه از سوی پژوهشگران و رضایت برای انتشار رعایت شد.

برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور در قالب ده جلسه یک ساعته طبق جدول ۱ اجرا شد.

Organization) و ده تکنیک رویکرد راه حل محور استیو دی شازر تدوین شد. سپس محتوای برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور با استفاده از شاخص روایی محتوایی (CVI) و ضریب آلفای کرونباخ از نظر اعتبار و پایایی مورد بررسی و برای سنجش روایی محتوای برنامه، روش والتز و همکاران (۲۶) به کار گرفته شد و با نظرسنجی از ۱۵ متخصص، شاخص روایی محتوای (CVI) برنامه را بین ۳۳٫۷۳ تا ۶۷٫۸۶ نشان داد. برای سنجش پایایی برنامه، از روش آلفای کرونباخ به همراه روش همسانی درونی استفاده شد. محاسبه آلفای کرونباخ برای تمام ابعاد و سازه‌های برنامه،

جدول ۱. شرح مختصر برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل محور (استیو دی شازر، ۱۹۷۰)

جلسات	مهارت‌ها	محتوای مهارت‌ها	روش‌ها	اهداف و راه‌حل‌ها
اول	خودآگاهی	پیش‌آزمون، کلیات مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور، تعریف مهارت خودآگاهی، خویش‌پنداری، اهمیت و ضرورت، مفهوم مهارت خودآگاهی، حوزه‌های خودآگاهی، مفهوم خود، انواع خود، عزت‌نفس، ویژگی‌های افراد خودآگاه، روش‌های افزایش خودآگاهی، باورهای غیرمنطقی در خودآگاهی، موانع خودآگاهی.	منبع گفت‌وگو	مدل محاوره‌ای اجتماعی جهت پذیرش، بررسی پیش‌زمینه‌ها یا کسب زمینه‌های مشترک و جمع‌آوری توانمندی‌ها، تکلیف جلسه قبل (بعد از جلسه اول)،
دوم	همدلی	تعریف همدلی، انواع همدلی، اهمیت و ضرورت همدلی، حوزه‌های همدلی، زمینه‌های بروز رفتار همدلانه، مزایای بهبود مهارت همدلی، راهکارهای تقویت همدلی، سایر روش‌های تقویت همدلی، عوامل مانع همدلی.	نتیجه مطلوب دیگر چه به جای آینده مطلوب	مهم‌ترین انتظار شما از جلسه (مهارت...) چیست؟ دیگر چه؟ (کسب اطلاعات جدید) / به جای (برگرداندن جملات منفی)
سوم	تفکر خلاق	تعریف تفکر و تفکر خلاق، مهارت تفکر خلاق، ویژگی‌های افراد خلاق، شرایط ابراز تفکر خلاق، چگونه تفکر خلاق را در خود و دیگران پرورش دهیم؟ عوامل شناسایی یک کار خلاق، توصیه‌های عملی جهت پرورش تفکر خلاق، تکنیک‌های تفکر خلاق، روش‌های ایجاد تفکر خلاق در محیط‌های آموزشی، موانع ذهنی تفکر خلاق در سازمان‌ها.	اهداف مثبت	تصور کنید یک شب به خواب رفتید و زمانی که در همان حال بودید، معجزه‌ای اتفاق افتاد و شما به بهترین حالت (مهارت...) رسیده‌اید. اولین چیزی که پس از مواجه شدن با این حالت به آن فکر می‌کنید چیست؟
چهارم	تفکر انتقادی	تعریف تفکر انتقادی، مهارت تفکر انتقادی، طبقه‌بندی حیطه‌های شناختی در تفکر انتقادی، ملزومات تفکر انتقادی، اصول تفکر نقادانه، لزوم تفکر انتقادی در نظام آموزشی، نکات اساسی در ایجاد «کلاس درس» پویا و نقاد، اخلاق گفت‌وگو در تفکر انتقادی، ویژگی‌های افرادی که تفکر نقادانه دارند، راهکارهای پرورش تفکر نقادانه، موانع تفکر انتقادی.	استثنا مقیاسی	دوست دارید این جلسه (مهارت...) چه تغییری در شما ایجاد کند؟ چه زمان‌هایی (مهارت...) مناسبی داشتید؟
پنجم	حل مسئله	تعریف مسئله، تعریف حل مسئله، تعریف مهارت حل مسئله، مهارت حل مسئله (ضرورت و اهمیت)، فرآیند حل مسئله، روش علمی حل مسئله، ابزار ضروری برای حل مسئله.	هویت / راهبردی	از نمره ۱۰ تا ۰، نمره ۱۰ نتایج کسب (مهارت...) راه‌حل‌های آن را نشان می‌دهد و نمره صفر برعکس آن را نشان می‌دهد. هم‌اکنون امتیاز خود را کجا قرار می‌دهید؟
ششم	تصمیم‌گیری	تعریف مهارت روابط بین فردی، عوامل تأثیرگذار در روابط بین فردی، توصیه‌هایی برای تقویت روابط بین فردی، سبک‌های برقراری ارتباط با دیگران.	مقابله‌ای	چگونه (مهارت...) انجام می‌دهید؟ چگونه خود را ملزم به این کار کردید؟
هفتم	روابط بین فردی	تعریف ارتباط، تعریف مهارت ارتباطی، مؤلفه‌های ارتباط، ویژگی‌های ارتباط مؤثر، ویژگی‌های ارتباط نامؤثر، عوامل برقراری ارتباط مؤثر، موانع ارتباط مؤثر.	پایان جلسه / تکلیف	با توجه به میزان پیشرفت، چگونه به (مهارت...) لازم می‌رسیدید؟ تمایل دارید که بعد از این جلسه (مهارت...) چه چیزی بهتر شود؟ چگونه آن را انجام می‌دهید؟
				از الان تا جلسه بعد که همدیگر را خواهیم دید (تا جلسه نهم) از شما می‌خواهم با توجه به (مهارت...) به‌خوبی دقت کنید و ببینید که چه اتفاق‌هایی (احساس، رفتار، خانواده و ارتباطات و...) در زندگی شما می‌افتد که دوست دارید باز هم تکرار شوند.
				اجرای پس‌آزمون دو گروه آزمایش و شاهد و پیگیری پس از گذشت یک ماه.

هشتم	روابط مؤثر	تعریف ارتباط، تعریف مهارت ارتباطی، مؤلفه‌های ارتباط، ویژگی‌های ارتباط مؤثر، ویژگی‌های ارتباط نامؤثر، عوامل برقراری ارتباط مؤثر، موانع ارتباط مؤثر.
نهم	مدیریت هیجان	تعریف هیجان مدیریت هیجان، هوش هیجانی، مؤلفه‌های هوش هیجانی، روش‌های تقویت هوش هیجانی، خشم و اهمیت کنترل خشم و عصبانیت.
دهم	مدیریت استرس	تعریف استرس، علایم شایع استرس، فواید استرس خوب، مهارت مقابله با استرس و اهمیت آن، ویژگی‌های افراد مقاوم به استرس، روش‌های کاهش علائم و نشانه‌های استرس، روش‌های افزایش مقاومت در برابر استرس.

شد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در پژوهش شامل ۳۰ نفر بودند که میانگین سنی و انحراف معیار افراد در گروه آزمایش $15/5 \pm 0/8$ سال و میانگین سنی افراد شرکت‌کننده در گروه شاهد $15/7 \pm 0/9$ سال بود. همچنین بین میانگین سنی دو گروه اختلاف معناداری وجود نداشت ($p > 0/05$). جدول ۲، یافته‌های توصیفی متغیر «مهارت‌های اجتماعی» را نشان می‌دهد.

در پایان پس از جمع‌آوری داده‌ها در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، اثربخشی بسته آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل‌محور بر مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق در دو سطح توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و استنباطی با آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر سنجیده شد. همچنین برای بررسی پیش فرض‌های آزمون از آزمون‌های کلموگراف-اسمیرنوف، لوین و ام‌باکس و سطوح معناداری ۰/۰۵ و ۰/۰۱ استفاده شد. علاوه براین برای مقایسه متغیرهای دموگرافیک در دو گروه از آزمون کای دو استفاده شد. داده‌ها در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل

جدول ۲. یافته‌های توصیفی متغیر مهارت‌های اجتماعی

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری		تعداد
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
مهارت‌های اجتماعی	آزمایش	۶۵/۲۶	۴/۳۰	۸۴/۶۰	۱/۹۱	۸۵/۴۰	۲/۲۶	۱۵
	شاهد	۲۳/۰۶	۰/۷۰	۳۴/۰۶	۳/۲۳	۳۸/۰۶	۱/۱۶	۱۵

کوواریانس‌ها از آزمون ام‌باکس استفاده شد. براساس نتایج به دست آمده از آنجا که مقدار P در هیچ یک از آزمون‌ها معنی‌دار نبود ($P > 0/05$)، بنابراین پیش فرض‌های آزمون پارامتریک به‌درستی رعایت شده و لذا معنی برای استفاده از آزمون تحلیل واریانس مکرر وجود نداشت. علاوه براین نتایج آزمون ماچلی برای بررسی برابری کوواریانس‌ها با کوواریانس کل (آماره $0/945$ و سطح معناداری $0/654$) نشان داد که آزمون ماچلی معنادار نیست و لذا باید با فرض برقراری کرویت، از آزمون اسپرسیتی اسامد در بعد زمان به جای آزمون گرین-هوس گیسر، هیون فلت و لور باوند استفاده شود. در ادامه در جدول ۳ نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر ارائه شده است.

مطابق نتایج جدول فوق، میانگین نمرات مهارت‌های اجتماعی در گروه آزمایش به‌تدریج افزایش یافته و از $23/06$ در مرحله پیش‌آزمون به $34/06$ در مرحله پس‌آزمون و $38/06$ در مرحله پیگیری رسیده است؛ این در حالی است که در گروه شاهد نمرات تغییر چندانی نداشته‌اند. پیش از انجام تحلیل استنباطی داده‌ها، جهت رعایت پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک، مهم‌ترین پیش‌فرض‌ها یعنی بررسی نرمال بودن توزیع نمرات، همسانی واریانس‌ها و همسانی کوواریانس‌ها مورد بررسی قرار گرفت. برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات از آزمون کلموگراف-اسمیرنوف، برای بررسی همسانی واریانس‌ها از آزمون لوین و برای بررسی همسانی

عیدمراد سلگی و همکاران

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر درخصوص مهارت‌های اجتماعی در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه

منبع (اسپرسیتی اسامد)	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	مجزور اتا	توان آماری
درون گروهی (مراحل پژوهش)	۲۴۳۲/۶۸۹	۲	۱۲۱۶/۳۴۴	۴۳۶/۷۶۱	۰/۰۰۰	۰/۹۴۰	۱/۰۰۰
بین گروهی	۴۵۲/۰۲۲	۲	۲۲۶/۰۱۱	۸۱/۱۵۵	۰/۰۰۰	۰/۷۳۳	۱/۰۰۰
خطا	۱۵۵/۹۵۶	۵۶	۲/۷۸۵				

پس‌آزمون و پیگیری گروه آزمایش، به تأثیر متغیر مستقل مربوط است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی مبتنی بر رویکرد راه حل محور بر مهارت‌های اجتماعی فرزندان دارای مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق مؤثر است. در ادامه نتایج مقایسه‌های زوجی میانگین‌های سه مرحله پژوهش با استفاده از آزمون بونفرونی در جدول ۴ آمده است.

بر اساس یافته‌های جدول فوق، در موقعیت درون گروهی تفاوت بین میانگین نمرات متغیر مهارت‌های اجتماعی در سه مرحله (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) از پژوهش معنی‌دار است ($P < 0/01$). همچنین در موقعیت بین گروهی، میانگین نمرات این متغیر در دو گروه آزمایش و شاهد نیز تفاوت معنی‌داری دارد ($P < 0/01$). نتایج نشان داده است که نزدیک به ۷۳٪ از تفاوت‌های ایجاد شده در نمرات

جدول ۴. مقایسه زوجی میانگین‌های نمرات مهارت‌های اجتماعی در گروه آزمایش در سه مرحله پژوهش

مراحل (۱)	مراحل (۲)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف استاندارد	معنی‌داری
پیش‌آزمون	پس‌آزمون	*۵/۵۳۳-۵	۰/۵۰۱	۰/۰۰۰
پیش‌آزمون	پیگیری	*۱۲/۷۰۰-۱۲	۰/۲۷۵	۰/۰۰۰
پس‌آزمون	پیگیری	*۷/۷۶۷-۷	۰/۴۸۰	۰/۰۰۰

*معنی‌دار در سطح ۰/۰۵

از گروه شاهد بود که مداخله‌ای دریافت نکرده بودند. این اثر مثبت تا زمان پیگیری نیز تداوم داشت. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های رئیس‌ی و همکاران مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان فرزندان خانواده‌های طلاق (۲۰)؛ مهرداد و همکاران مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی برای خلق و خو و افکار خودکشی نوجوانان دختر و پسر استان ایلام (۲۷)؛ کسای و خانبانی مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی را بر کاهش علائم اختلال سلوک (۲۸)؛ میرزایی و حسنی مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی را در کاهش مشکلات بین فردی نوجوانان (۲۹)؛ قاسمیان و کومار (Kumar) مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر پریشانی روانی دانش‌آموزان دختر و پسر در هندوستان (۳۰)؛ جمالی پاقلعه و همکاران مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی را بر سازگاری اجتماعی نوجوانان (۳۱) و قمری گیوی و خشنودی‌ای چماچای مبنی بر اینکه نمرات مهارت‌های اجتماعی در فرزندان خانواده‌های طلاق به‌طور معناداری پایین‌تر از همتایان شان بود که فرزند خانواده‌های طلاق نیستند (۱۷)، همسو است.

نتایج مقایسه‌های زوجی در جدول فوق نشان داد که تفاوت پیش‌آزمون و پس‌آزمون در نمرات شاخص مهارت‌های اجتماعی معنادار است ($P < 0/01$) و میانگین نمرات این شاخص در پس‌آزمون از پیش‌آزمون بالاتر است که این امر نشان می‌دهد برنامه‌های آموزشی در افزایش نمرات مهارت‌های اجتماعی در پس‌آزمون تأثیر معنادار داشته است. علاوه بر این، تفاوت پیش‌آزمون و پیگیری نیز در نمرات این شاخص معنادار است ($P < 0/01$) و میانگین نمرات شاخص مهارت‌های اجتماعی در پیگیری از پیش‌آزمون بالاتر است که بیانگر این است که تأثیر زمان بر افزایش نمرات این شاخص پایدار بوده است.

بحث

نتایج پژوهش نشان داد که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل محور بر مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق اثر معناداری دارد. در گروه آزمایش که دریافت‌کننده آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل محور بودند، نمرات مهارت‌های اجتماعی فرزندان به طور قابل توجهی بالاتر

این یافته‌ها همچنین با نتایج پژوهش‌های ابراهیمی و همکاران مبنی بر اثربخشی درمان کوتاه‌مدت راهل محور بر توانایی حل مسئله و روابط بین فردی دانش‌آموزان (۳۲)؛ اسدی حسونند و همکاران مبنی بر اثربخشی درمان راهل محور را بر بهبود کیفیت زندگی نوجوانان (۳۳)؛ Ayar و همکاران مبنی بر تأثیر مشاوره با رویکرد راه حل محور را بر روی نشانه‌های افسردگی و سطح حمایت اجتماعی ادراک شده نوجوانان (۳۴)؛ ÖztürkÇopur و همکاران مبنی بر تأثیر رویکردهای راه حل محور را بر رفتارهای قلدری نوجوانان نسبت به همسالان (۳۵)؛ Reddy و همکاران مبنی بر اثربخشی درمان مختصر راهل محور برای دختران نوجوان مبتلا به افسردگی متوسط (۳۶)؛ Kramer و همکاران مبنی بر اثربخشی یک درمان گفت‌وگوی کوتاه مبتنی بر راهل را برای نوجوانان ۱۲ تا ۲۲ ساله با علائم افسردگی (۳۷)؛ دست‌باز و همکاران مبنی بر اثربخشی مشاوره گروهی راهل محور بر سازگاری و خودکارآمدی دانش‌آموزان سال اول دبیرستان (۳۸)؛ شاهی و اوجی‌نژاد مبنی بر اثربخشی آموزش به شیوه رویکرد راهل محور بر افزایش میزان سازگاری اجتماعی و حل بحران هویت نوجوانان دختر (۳۹)، همسو است. همسویی از آن لحاظ است که پژوهش‌های مذکور بر تأثیر این روش بر مهارت‌های اجتماعی نوجوانان تأکید دارند.

در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت، آموزش مهارت‌های زندگی نقشی بنیادی در رشد فکری، شناختی و فراشناختی نوجوانان را فراهم می‌کند و در مواجهه با چالش‌ها و موقعیت‌های مختلف زندگی، دامنه وسیع‌تری از راهل‌های مناسب و سازنده را در اختیار داشته باشد تا به افزایش اعتمادبه‌نفس، تاب‌آوری و سلامت روان آن‌ها کمک کند. مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از مهارت‌های رفتاری و شناختی هستند که به افراد کمک می‌کنند تا با چالش‌های زندگی به طور مؤثر کنار بیایند. این مهارت‌ها با ایجاد تعادل بین دانش، نگرش و مهارت به افراد کمک می‌کنند تا مهارت‌های مقابله با استرس را در خود پرورش داده و اعتمادبه‌نفس خود را افزایش دهند (۴۰). خودآگاهی به عنوان یکی از مهارت‌های کلیدی زندگی، نقشی اساسی در رشد و ارتقای نوجوانان ایفا می‌کند. نوجوانانی که خود را به خوبی می‌شناسند، از نقاط قوت و ضعف شخصیت خود آگاه هستند و مسئولیت رشد و پیشرفت خود را بر عهده می‌گیرند. این شناخت عمیق، به آنها کمک می‌کند تا

اهمیت هیجانات را در شکل‌گیری شخصیت خود درک کنند و با اتکا به توانمندی‌های خود، نقاط ضعف خود را تقویت کنند (۳۴). مهارت‌های ارتباطی، کلید برقراری روابط مؤثر با دیگران هستند. این مهارت‌ها به ما کمک می‌کنند تا افکار، احساسات و نیازهای خود را به طور واضح و شفاف بیان کنیم و پیام‌های دیگران را به درستی درک کنیم. افرادی که مهارت‌های ارتباطی را می‌آموزند، از مزایای متعددی بهره‌مند می‌شوند، از جمله: کاهش سوءتفاهم‌ها و سوءبرداشت‌ها، تقویت روابط، افزایش اعتمادبه‌نفس. درک انواع مختلف ارتباط جرأت‌مندانه، پرخاشگرانه و منفعلانه نیز برای برقراری ارتباط مؤثر ضروری است و با شناخت احساسات و رفتار خود و دیگران، می‌توانیم از بروز مشکلات بین فردی جلوگیری کنیم و روابط سالم و رضایت‌بخش برقرار کنیم (۲۸). همچنین رویکرد راهل محور به افراد می‌آموزد تا با چالش‌های زندگی به طور مثبت و سازنده روبه‌رو شوند و به جای اینکه مشکلات را غیرقابل حل و طاقت‌فرسا تلقی کنند، مشکلات را به عنوان فرصت‌هایی برای یادگیری و رشد ببینند و به جای تمرکز بر عواملی که خارج از کنترل آن‌ها است، بر مسائلی تمرکز کنند که قابلیت تغییر دارند و چگونه مشکلات خود را به طور گام به گام تجزیه و تحلیل کرده و راهل‌های خلاقانه برای آنها پیدا کنند (۲۱). رویکرد راهل محور به جای تمرکز بر مشکلات، با تمرکز بر نقاط قوت و توانایی‌های فرد و ایجاد نگرشی مثبت به زندگی، به افزایش تاب‌آوری افراد کمک می‌کند (۴۱). رویکرد راهل محور باعث بهبود کیفیت کلی زندگی افراد و کاهش تأثیر منفی بیماری‌های روانی و جسمی می‌شود و به افراد کمک می‌کند تا نقش احساسات را در زندگی خود به طور مؤثرتر درک کرده و بر پریشانی روانی خود غلبه کنند (۴۲).

در تبیین اثربخشی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راهل محور می‌توان این‌گونه استدلال کرد که آموزش مهارت‌های زندگی از یک سو باعث می‌شود افراد، شناخت بهتری از خود کسب کنند و نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند و در جهت اصلاح نقاط ضعف و تقویت نقاط قوت خود بکوشند و از دیگر سو، رویکرد راهل محور با ایجاد آگاهی در مورد نقاط قوت و ضعف به فرد کمک می‌کند تا در مقابله با مشکلات به استفاده از شیوه‌های کارآمدی روی آورد و در نتیجه، سازگاری خود را با اطرافیان افزایش دهد. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راهل محور

احتمال تغییر در آنها وجود دارد، تمرکز کنند (۲۱). آموزش مهارت‌های زندگی، اساسی‌ترین ابعاد موردنیاز زندگی را در بر می‌گیرد؛ همراه با رویکرد راه‌حل‌محور که بر روی نقاط مثبت، تشخیص و تعیین راه حل به‌جای تمرکز بر مشکلات نوجوان تأکید می‌کند، به نوجوانان کمک می‌کند تا با واقع‌بینی، با مشکلات خاص خانواده و دوره نوجوانی برخورد کرده و با به‌کار بستن راهکارهای مناسب آموخته شده، به حفظ و ارتقای سلامت روان خود کمک کنند. در واقع این نوع آموزش با کسب مهارت‌ها و درگیر کردن نوجوانان در روش‌های مشارکتی و تعاملی و آموزش و اینکه چطور فکر کنند، به‌جای اینکه به چه چیزی فکر کنند، ابزار نیرومندی برای یادگیری در حوزه‌های شناختی، اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی در اختیار آنها قرار می‌دهد. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل‌محور، اثرگذاری مثبت در جهت عملکردهای رفتاری، شناختی و هیجانی فرزندان خانواده‌های طلاق که منجر به تغییرات مثبت و بهبود توانمندی‌ها و مهارت‌های اجتماعی و مداخله‌های آموزشی-تربیتی فرزندان خانواده طلاق داشته و راهنمایی برای طراحی الگوهای آموزشی در جهت ارتقای مهارت‌های شناختی و اجتماعی این گروه باشد. بر اساس یافته‌های پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور با فراهم کردن فرصتی برای یادگیری مهارت‌های اساسی، ابزاری مؤثر برای ارتقای مهارت‌های اجتماعی فرزندان با مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق باشد.

سیاسگزاری

این مقاله مستخرج از رساله دکتری رشته روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی واحد علوم و تحقیقات دانشگاه آزاد اسلامی تهران است که در تاریخ ۱۴ تیر ۱۴۰۱ با کد پژوهشی ۱۶۲۵۲۲۶۳۹ تصویب شد.

نویسندگان مقاله بر خود لازم می‌دانند از زحمات تمامی عزیزانی که در اجرای این پژوهش یاری کردند، تشکر و قدردانی کنند.

تضاد منافع

پژوهش حاضر هیچگونه تعارض منافی با هیچ سازمانی ندارد.

با آموزش روش تصمیم‌گیری صحیح و چگونگی حل مسئله، باعث کاهش تردید در تصمیم و کاهش ناتوانی در مقابله با مشکلات زندگی روزمره می‌شود و تفکر خلاق و انتقادی را که لازمه دستیابی به راه‌حل مناسب برای بسیاری از مسائل اجتماعی است را در فرد پرورش می‌دهد (۳۲). برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور، با آموزش رفتارهای اجتماعی مثبت، افزایش جرأت‌ورزی، خودپنداره مثبت، مهارت‌های کلامی و غیرکلامی اجتماعی مناسب، شیوه‌های مهار فشار عصبی و شیوه‌های برخورد با موقعیت‌های استرس‌زای اجتماعی و آرمیدگی عضلانی، باعث می‌شود که فرد در مهار واکنش‌های هیجانی، مهارت لازم را جهت مقابله با عامل استرس‌زای اجتماعی کسب کند و قادر به شکل‌دادن روابط خود و حفظ روابط خویش با دیگران شوند. به بیانی دیگر، نوجوان با کسب مهارت‌های اجتماعی می‌تواند نقش مؤثری در اصلاح این متغیرها داشته باشند.

محدودیت‌های پژوهش حاضر، استفاده از روش پرسش‌نامه: جمع‌آوری داده‌ها از طریق پرسش‌نامه، محدودیت‌هایی در درک عمیق تجربیات و دیدگاه‌های مشارکت‌کنندگان ایجاد می‌کند. استفاده از روش‌های کیفی مانند مصاحبه و مشاهده می‌تواند اطلاعات غنی‌تر و دقیق‌تری را در مورد تجربیات و دیدگاه‌های نوجوانان دارای مشکلات رفتاری در خانواده‌های طلاق به دست دهد. محدودیت‌های ناشی از پاندمی کووید-۱۹: شیوع ویروس کرونا و محدودیت‌های بهداشتی، برگزاری کامل و مؤثر برنامه آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور را با چالش مواجه کرد.

عدم تصادفی‌سازی نمونه: عدم تصادفی‌سازی نمونه در سطح فردی، نتایج پژوهش را از نظر تعمیم‌پذیری با محدودیت مواجه می‌کند. اتکا به خودگزارش‌دهی: اتکا صرف به خودگزارش‌دهی نوجوانان در جمع‌آوری داده‌ها، می‌تواند تحت تأثیر سوگیری و تحریف اطلاعات باشد.

نتیجه‌گیری

آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه حل‌محور، توانایی روانی-اجتماعی برای رفتار انطباقی که افراد را قادر می‌کند تا به طور مؤثری با مقتضیات و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند (۲) و به جای تمرکز به زمینه‌های سخت و غیرقابل تغییر، بر روی مسائلی که

References

1. bazargan M, dehghani chamPiri A, raisi Z. Comparing the Effectiveness of Training Program of Treating with Children of Divorced Mothers Specified for Mothers and Intervention Program Specified for Children of Divorce on Resilience of Divorce Children. Positive psychology research paper.2020, 7(28); 71-86. https://ppls.ui.ac.ir/article_26553.html
2. World Health Organization. Maternal, newborn, child and adolescent health: adolescent development. 2018, Retrieved from https://www.who.int/maternal_child_adolescent/guidelines/guidelines-in-development/en/
3. Huff SC, Hartenstein JL. Helping Children in Divorced and Single-Parent Families. The Handbook of Systemic Family Therapy. 2020, 2; 521-539. <https://doi.org/10.1002/9781119438519.ch54>.
4. Valge M, Meitern R, Hōrak P. Pubertal maturation is independent of family structure but daughters of divorced (but not dead) fathers start reproduction earlier. Evolution and Human Behavior, (2022), 43(2); 107-114. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2021.11.004>
5. Zhang C. Are children from divorced single-parent families disadvantaged? New evidence from the China family panel studies. Chinese Sociological Review. 2020, 52(1); 84-114. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/21620555.2019.1654366>
6. Azizi A, Rahmani Sh, Veisi F, Mohammadi F, Fathi Hossam. Predicting the increase and decrease of divorce according to the role of the spouse's family in private life. International Conference on New Researches in Management, Economics and Human Sciences. 2015. <https://sid.ir/paper/875200/fa>
7. Bahramiyan J. The effectiveness of cognitive therapy based on mindfulness on the mental health of children of divorced families. Journal of Zabul Medical University.2022, 3(1); 8-4. <http://www.jzms.ir/index.php/JZMS/article/view/168>.
8. Lan X, Marci T, Moscardino U. Parental autonomy support, grit, and psychological adjustment in Chinese adolescents from divorced families. Journal of Family Psychology.2019, 33(5); 511. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30730183/>.
9. Kakaberaie K, habibi Asgar-Abad M, Fedaei Z. Validation of Achenbakh's Behavioral Problems: Performing the Youth Self-Report Scale (YSR) for 11-18 Year-old Adolescents on High School Students. Quarterly journal of research in psychological health. 2007, 1(4); 50-66. <https://www.sid.ir/paper/134045/fa>.
10. Moradi SH, Akhane A. Comparison of psychological disorders of children of divorce with normal peers. Scientific Journal of Roish Psychology. 2020, 8(11); 11-118. <http://frooyesh.ir/article-1-1273-fa.html>
11. Lan X, Marci T, Moscardino U. Parental autonomy support, grit, and psychological adjustment in Chinese adolescents from divorced families. Journal of Family Psychology.2019, 33(5);506- 511.<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30730183/>
12. esmaeilian N .Dehghani M, Fallah S. Evaluating the Psychometric Features of Emotion Regulation Checklist (ERC) in Children and Adolescents.Journal of Clinical Psychology Achievements.2016, 2(1); 15-34.<https://doi.org/10.22055/jacp.2017.18725.1023>
13. Marcussen J, Hounsgaard L, Bruun P, Laursen MG, Thuen F, Wilson R. The Divorced Family–Focused Care Model: A Nursing Model to Enhance Child and Family Mental Health and Well-Being of Doubly Bereaved Children Following Parental Divorce and Subsequent Parental Cancer and Death. Journal of Family Nursing. 2019, 25(3); 419-446.<https://doi.org/10.1177/1074840719863918>
14. Nelson LE. An observational study of social skills learning within third, fourth and fifth grade. Doctoral dissertation, Indiana University of Pennsylvania. 2019.https://www.semanticscholar.org/paper/An-Observational-Study-of-Social-Skills-Learning-Nelson/7f1e482a76fd9c7818a4fd3cd69f12fa47c3c0e2?utm_source=direct_link
15. Van Hasselt VB, Hersen M, Kazdin AE, Simon J, Mařantuono AK. Training Blind Adolescents in Social Skills. Journal of Visual Impairment and Blindness. 1983, 77(5); 199-203. https://nsuworks.nova.edu/cps_facarticles/453.
16. van Dijk R, van der Valk IE, Deković M, Branje S. A meta-analysis on interparental conflict, parenting, and child adjustment in divorced families: Examining mediation using meta-analytic structural equation models. Clinical

- Psychology Review. 2020, 79; 101-121. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101861>
17. Ghamari Givi H, Khoshnoodniay Chomachaei B. Comparison of Social Skills, Mental Health and Academic Performance in Children with Divorced, Divorcing and Intact Parents. *Journal of Family Research*. 2016, 12(1); 69-92; https://jfr.sbu.ac.ir/article_97245_7962a1b8c4927061dbf40de578175ed3.pdf
 18. Farajian Fard Moghadam A. Modeling the cause of social phobia, based on emotional intelligence, social skills, self-esteem and shyness. Thesis of Mohaghegh Ardabili University. 2012. <https://www.virascience.com/thesis/560699/>
 19. Sandler I, Gunn H, Mazza G, Tein J.Y, Wolchik S, Berkel C, et al. Effects of a program to promote high quality parenting by divorced and separated fathers. *Prev Sci*. 2018, 19(4); 538-548. <https://doi.org/10.1007/s11121-017-0841-x>
 20. Raisee R, Ganji F, Shahmoradi R, Mardanpour E, Shemiyan A, Nekouee A, et al. The effect of life skills face to face meeting on mental health of children of divorce. *J Shahrekord Univ Med Sci*. 2012, 14(4); 30-7. <https://core.ac.uk/download/143843378.pdf>
 21. De Shazer S, Dolan YM, Korman H, Trepper TS, McCollum EE, Berg IK. More than miracles: The state of the art of solution focused brief therapy. New York: Haworth Press; 2007.
 22. McNeill C. (2013). The teens challenge: Stammering therapy, learning and adventure. In C. Cheasman, R. Everard & S. Simpson (Eds), Stammering therapy from the inside: New perspectives on working with young people and adults. Guilford, UK: J & R Press Ltd; 2013.
 23. Fadayee Z, Najafi M, HabibyAsgarabad M, Basharat MA. Confirmatory Factorial Structure, reliability and validity of the Achenbach Youth Self-Report Scale (YSR): Monozygotic and dizygotic twins. *Journal of Clinical Psychology*. 2009, 1(1); 1-18. https://jcp.semnan.ac.ir/article_1993.html?lang=en
 24. Abbasi A, khatibi F. The standardize Social Skills Rating System for Parents and Teachers, Preschool Level (SSRS-PT) Gresham & Elliott in AMOI. *Scientific research journal of psychometrics*. 2016, 5(17); 77-96. <https://www.magiran.com/paper/2180873/>
 25. Mahmoudi M, Borjali A, Alizadeh H, Ghobari Bonab B, Ekhtiyari H, Akbari S. Emotion regulation in children with learning disorders and normal children. *Journal of Research in School and Virtual Learning*. 2016, 4(13); 69-84. https://etl.journals.pnu.ac.ir/article_2999.html?lang=en
 26. Waltz CF, Strickland OL, Lenz ER. Measurement in nursing and health research. New York: Springer Publishing Company; 2010.
 27. Mehrdadi S, Hassani F, Keshavarzi F, Salehi M, Sepah Mansour M. Effectiveness of life skill trainings in ego power, temperament, and suicidal thoughts among girls and boys attempting to commit suicide in Ilam province, Iran. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2021, 29(4); 46-59. <http://dx.doi.org/10.52547/sjimu.29.4.46>
 28. Kasayi A, Khanbani M. The effectiveness of life skills training on reducing behavior disorder symptoms. *Journal of Empowering Exceptional Children*. 2014, 5(1); 1-7. https://www.ceciranj.ir/article_68395.html?lang=en
 29. Mirzei S, Hasani J. The effectiveness of life skills training in cognitive emotion regulation strategies of adolescents. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*. 2015, 7(2); 405-17. <http://dx.doi.org/10.29252/jnkums.7.2.405>
 30. Ghasemian A, Kumar GV. Effect of life skills training on psychological distress among male and female adolescent students. *Indian Journal of Health & Wellbeing*. 2017, 8(4); 279- 285. <https://www.proquest.com/openview/0876db7854db787c737cf5e26e6af8f9/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032134>
 31. Jamali Z, Jamali S, Jadidi M, Nazari M. The Effect of Life Skills Training on Social Adjustment and Academic Performance of Adolescent Female Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2014, 15(4); 129-121. <https://sanad.iau.ir/Journal/jsrp/Article/890555>
 32. Ebrahimi M, Sharifi A, Fathi A, Sharifi M. The Effectiveness of Short-Term Solution-Based Therapy on Problem Solving Ability and Interpersonal Relationships among Students. *Journal of Teachers Professional Development*. 2019, 4 (3); 67-79. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.24765600.1398.4.3.6.9>
 33. Asadi hasanvand A, sodani M, Abbaspour Z. The Effectiveness of Solution- Focused Group Therapy on Improve the Children Quality of Life. *Nursing and Midwifery Journal*. 2017, 15

- (6); 449-459. <http://unmf.umsu.ac.ir/article-1-3115-fa.html>.
34. Ayar D, Sabancıoğulları S. The effect of a solution-oriented therapy on the depression levels and the perceived social support of depressive patients. Arch Psychiatr Nurs. 2022;36:62-9. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.11.004>
35. Öztürk Çopur E, Kubilay G. The effect of solution-focused approaches on adolescents' peer bullying skills: a quasi-experimental study. J Child Adolesc Psychiatr Nurs. 2022, 35(1); 45-51. <https://doi.org/10.1111/jcap.12348>
36. Reddy PD, Thirumoorthy A, Vijayalakshmi P, Hamza MA. Effectiveness of solution-focused brief therapy for an adolescent girl with moderate depression. Indian J Psychol Med. 2015, 37(1); 87-9. <https://doi.org/10.4103/0253-7176.150849>.
37. Kramer J, Conijn B, Oijevaar P, Riper H. Effectiveness of a web-based solution-focused brief chat treatment for depressed adolescents and young adults: randomized controlled trial. J Med Internet Res. 2014, 16(5); e141. <https://doi.org/10.2196/jmir.3261>.
38. Daştibaz A, Younesi J, Moradi O, Ebrahimi M. The effect of solution-focused group counseling on adjustment and self-efficacy of high school male students in Shahriar city. Knowledge & Research in Applied psychology. 2014, 15(1); 90-8. https://jsr-p.isfahan.iau.ir/article_533909.html?lang=en.
39. Shahi Z, Ojinajad AR. Effectiveness of training methods solution focused therapy to increase girls' adolescence social adjustment and resolve crises identity. Journal of Woman & Society. 2014, 5(1); 21-40. https://jzvj.marvdasht.iau.ir/article_513_en.html
40. Poorsalman S, Asgharnajad A. The effectiveness of life skills training on anger management and resilience in adolescents. Journal of Applied Family Therapy. 2020, 1(2); 105-24. https://www.aftj.ir/article_118745.html?lang=en
41. Hosseinian S, Nooripour R, Abbasi R, Ghanbari N, Afrouz GH, Ilanloo H. Effectiveness of group counseling based on solution-oriented approach on adjustment and mental health of juvenile delinquents. Psychological Studies. 2022, 18(2); 7-20. https://psychstudies.alzahra.ac.ir/article_6225.html?lang=en.
42. Sharifzadeh M, Bolbol Haghighi N, Keramat A, Goli M, Motaghi Z. Effectiveness of midwifery counseling based on solution-focused approaches on fear of childbirth. Koomesh. 1397, 20(2); 375-83. <https://koomeshjournal.semums.ac.ir/article-1-4231-en.html>.