

یافته های نو در روان شناسی

سال هفتم، شماره ۲۳، تابستان ۱۳۹۱

صفحات مقاله: ۱۲۷-۱۱۵

تاریخ وصول: ۱۳۹۰/۷/۱۳ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۱/۴/۱۲

اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله بر افزایش سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه شهر کرمانشاه

دکتر منصور سودانی*

دکتر عبدالله شفیعی آبادی**

اعظم ایمانی زاد***

چکیده

در این پژوهش اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله بر افزایش سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه ۲۰ تا ۴۰ ساله شهر کرمانشاه که یکسال از طلاق آنها گذشته بود، مورد بررسی قرار گرفت. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زنان مطلقه شهرستان کرمانشاه در سال ۸۸ و نمونه آن را ۴۴ نفر از این زنان که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شده و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شده اند، تشکیل می دادند. طرح پژوهش از نوع طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. پس از انتخاب تصادفی گروه های آزمایشی و گواه، مداخله آزمایشی (آموزش مهارت حل مسأله) بر روی گروه آزمایشی به مدت ۱۰ جلسه یک ساعته (۲ جلسه در هفته) اجرا شد. پس از اتمام برنامه آموزشی از هر دو گروه، پس آزمون به عمل آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها، علاوه بر آمار توصیفی از روش های آمار استنباطی همانند واریانس چندمتغیره (مانوا) استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد، آموزش مهارت حل مسأله باعث افزایش سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است.

واژه های کلیدی: مهارت های حل مسأله، سازگاری فردی - اجتماعی، زنان مطلقه

* دانشگاه شهید چمران، استادیار گروه مشاوره، اهواز، ایران. (نویسنده مسئول)
** دانشگاه علامه طباطبائی، استاد گروه مشاوره، تهران، ایران.
*** دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، کارشناس ارشد رشته مشاوره، اهواز، ایران.

مقدمه

پیشرفت های علمی و تکنولوژیکی در سالهای اخیر، انسان را با انبوهی فزاینده از مسایل گوناگون مواجه ساخته است. کار، تحصیل و فشارهای روانی-اجتماعی از جمله مسائلی هستند که اغلب افراد با آن روبرو هستند. توانایی حل مؤثر مسائل مذکور و مشکلات مشابه از جمله مهارتهای مهم و مفیدی هستند که تحت عنوان کلی مهارتهای زندگی نقش تعیین کننده ای در تأمین سلامت روانی، موفقیت فرد و در نتیجه زندگی سالم و اثربخش دارند (مک دانلد، ۱۹۹۵، ترجمه سرمد).

به لحاظ ماهیت پیچیده و تغییر یابنده جوامع، مردم پیوسته خود را در مبارزه با مشکلات می یابند. با توجه به پیچیدگی موقعیت و پیامدهای احتمالاً منفی، این مشکلات ممکن است مهم یا پیش پا افتاده باشند، لذا با توجه به طیفی که از مشکلات ساده مانند سعی در تصمیم گیری در مورد پوشیدن کفش یا لباس خاصی تا مسائل مهمتر مانند مواجهه با کارفرمای غیر معقول یا همسر بی منطق، زندگی روزمره ما سرشار از چنان مشکلات موقعیتی است که ناگزیر از حل یکایک آنهاستیم. آدمیان از نظر نحوه کنترل و تحمل مشکلات با هم متفاوتند، بسیاری از مسائل را که از نظر بالینی «رفتار بهنجار» و «آشفتهگی هیجانی» خوانده می شود می توان به مثابه رفتار غیر مؤثر همراه با پیامدهای منفی آن از جمله اضطراب، افسردگی و ایجاد مشکلات ثانوی دانست. در این راستا رویکرد حل مسئله می تواند در حکم ابزاری مهم برای مواجهه با بسیاری از مشکلات موقعیتی و حل آنها مورد استفاده قرار گیرد (ماهر، ۱۳۷۰).

با مروری بر الگوها و پژوهش های انجام شده در رابطه با مراحل حل مسئله به این نتیجه می رسیم که علی رغم اختلاف نظر افراد از نظر چگونگی حل مسئله، نظریه پردازان و پژوهشگران مختلف بر اساس عملیاتی که برای حل مسئله انجام می گیرد، توافق بسیار دارند. در اینجا الگوی دزوریل^۱ و گلد فرید^۲ (۱۹۷۱) مطرح می شود (دیویسون و گلد فرید، ۱۹۹۶، ترجمه احمد علون آبادی، ۱۳۷۱).

۱- تشخیص، ۲- تعریف و فرمول بندی مسئله، ۳- ایجاد راه حل های بدیل، ۴- تصمیم گیری، ۵- اثبات تعیین مراحل فوق بدان معنی نیست که در زندگی واقعی نیز حل مسئله دقیقاً به همین صورت انجام می گیرد یا باید انجام گیرد. بلکه ممکن است شخص از یک مرحله به مرحله دیگر برود و یا اینکه به مرحله دیگر برگردد، مثلاً ممکن است در مرحله تصمیم گیری برای اطلاعات بیشتر به مرحله تعریف مسئله باز گردد. علاوه بر این هنگام برخورد با مسائل پیچیده ممکن است فرد در یک زمان روی چند مسئله فرعی کار کند و در هر مورد از نظر پیشرفت کار در هر مرحله متفاوت باشد.

روش حل مسئله به صورت گروهی فعالیتهای سنجیده و منظم درباره موضوع یا مسئله ای خاص است. در این فعالیت معمولاً معلم (مشاور) موضوع یا مسئله خاصی را مطرح می کند و «افراد» به صورت گروه های کوچک درباره آن به مطالعه، اندیشه، بحث و اظهار نظر می پردازند. آنان که با مذاکره و مباحثه اطلاعات خود را مبادله می کنند. درباره راه حل های مسایل به قضاوت می نشینند و از اندیشه و نگرش های یکدیگر با ذکر دلایل متکی بر حقایق، مفاهیم و اصول علمی دفاع می کنند (گیج و برلینر^۳، ۱۹۸۸).

1. D'Zurilla
2. Goldfried
3. Gage & Berliner

منظور از سازگاری رابطه‌ای است که میان فرد و محیط او به ویژه محیط اجتماعی وجود دارد و به وی امکان می‌دهد تا انگیزه‌های کمبود فرا روی خود را ارضا کند. سازگاری را می‌توان چنین تعریف کرد: هر گاه تعادل جسمی و روانی فرد به گونه‌ای دچار اختلال شود که حالت ناخوشایندی به وی دست دهد و برای توازن نیازمند به کارگیری سازوکارهای جدید درونی و حمایت‌های بیرونی باشد و در بکارگیری سازوکارهای جدید موفق شده و مسئله را به نفع خود حل کند، می‌توان گفت که فرایند سازگاری به وقوع پیوسته است (اسلامی‌نسب، ۱۳۷۳).

طلاق پدیده‌ای است که در گذشته بسیار نادر بود، امروز رواج بسیاری دارد و سیمای زندگی قلمداد می‌شود. تقریباً سالانه یک میلیون طلاق در کشور آمریکا روی می‌دهد. لذا این موضوع لاجرم با تمامی اعضای خانواده، متعلق به هر سنی که باشند، و با کل خانواده‌های هسته‌ای و گسترده ارتباط پیدا می‌کند (گلدنبرگ^۱ و گلدنبرگ، ۱۹۳۴، ترجمه حسین شاهی برواتی و همکاران، ۱۳۸۲).

امروزه رسانه‌ها اغلب مشغول جمع‌آوری اطلاعات جدید راجع به طلاق هستند. اما طلاق یک رخداد طولانی بعد از یک ازدواج ناموفق است. گرچه راه‌های مختلفی برای طلاق وجود دارد. در مجموع طلاق یک رویداد پیچیده است که باید در تعاملات اجتماعی-اقتصادی باشد. جریان‌های مختلف در ازدواج و طلاق نتایج تغییرات در جامعه هستند. طلاق در یک روز اتفاق نمی‌افتد، این مسأله زمان می‌برد. این یک فرآیندی است که ممکن است ماه‌ها و سال‌ها طول بکشد و نهایتاً به طلاق و جدایی ختم بشود. این تصمیم‌گیری ممکن است به سرعت شکل نگیرد. گاهی اوقات زوج‌ها از هم جدا می‌شوند اما دوباره برمی‌گردند. آنها ممکن است سازش کنند یا مراحل قانونی را طی کنند. به هر حال این فرآیند یک تصمیم‌گیری مهم است که تأثیرات چشم‌گیری روی زندگی فرد می‌گذارد (کلارک و برنتانو^۲، ۲۰۰۶).

اگر قانون اجازه ازدواج عجولانه و شتابزده را ندهد، زوج‌های جوان ممکن است در مورد تصمیم خود بیشتر فکر کنند و سپس قاطعانه بگویند «نه»، یا عهد و پیمان‌شان را محکم‌تر ببندند. یک دوره انتظار به زوج‌های جوان زمانی برای شرکت در برنامه‌های قبل از ازدواج در مورد مسئولیت‌های ازدواج و زناشویی و استراتژی مثبت می‌دهد (وتزستین^۳، ۲۰۰۴).

در مُدستو، کالیفرنیا و کانساس سیتی، بخشی از سیاست‌های کمیته ازدواج این است که تا زمانی که زوجین مشاوره‌های قبل از ازدواج را به صورت گسترده نگذرانده باشند، روحانیون کشیش مراسم را برگزار نمی‌کنند و همین موضوع باعث کاهش ۶۰ درصدی طلاق در آن شهرها شده است (وتزستین، ۲۰۰۴).

هنوز تفاوت‌های زیادی بین قوانین کشورهای مختلف در مورد حکم نگهداری مشترک از کودک بعد از طلاق وجود دارد. در بعضی از کشورها فرضیه بر این است که نگهداری مشترک منطقی‌تر است، یعنی بر حمایت مشارکتی تأکید می‌شود، مگر در صورتی که به صلاح و منفعت کودک نباشد. در برخی کشورهای دیگر حمایت مشترک از کودک بعد از طلاق را به توافق و ترجیح والدین واگذار کرده‌اند. کشورهای دیگری نیز در این مورد سکوت اختیار کرده‌اند اما امکان و اجازه آن را می‌دهند (کنفرانس ملی قوه مقننه، ۲۰۰۳).

1. Goldenberg
2. Clark & Brentano
3. Wetzstein

اگرچه کودکان ممکن است نیازی به کمک های تخصصی نداشته باشند، اما بعد از طلاق همین کمک ها می تواند تسهیل گر باشد. البته برای کودکانی که مشکلات و تنش بیشتری دارند مفیدتر است (داوسون-مک کلور^۱ و همکاران، ۲۰۰۴).

سازگاری^۲ با طلاق به عوامل زیادی وابسته است و از آن جمله می توان به: نگرش در مورد ازدواج ناموفق، شخصیت فرد و محیط اجتماعی. در رابطه با نگرش نسبت به ازدواج شکست خورده، بسیاری از آدمیان قسمت عمده طلاق را به گردن همسرانشان می اندازند اما، زنان مطلقه ای که فروپاشی ازدواج خود را به عوامل مربوط به رابطه اسناد می دهند، نسبت به زنانی که عامل این فروپاشی را خود و یا همسرشان می دانند، فعال تر و خوشبین تر بوده و از مهارت های اجتماعی بیشتری برخوردار هستند. به گفته بولمن^۳ (۱۹۷۹) شاید تمرکز کردن بر رفتارهای اختصاصی که منجر به متار که می گردند بیشتر از تأکید بر شخصیت فرد فایده داشته باشد. به عبارت دیگر، آنها می توانند به بررسی گفتگوهایی که با خودشان دارند، یعنی حرف هایی که راجع به طلاق به خودشان می گویند، با طلاق کنار بیایند (سایپنگتون، ترجمه برواتی، ۱۳۷۹).

به زوجینی که در بحران مقدمات جدایی به سر می برند باید همچنان که فرآیند طلاق را طی می کنند، پیشنهاد مشاوره و راهنمایی داده شود تا به آنها در تصمیم گیری کمک شود. این کمک ها و خدمات می تواند برای همیشه و بعد از طلاق هم وجود داشته باشد (بایلی^۴، ۲۰۰۴).

در این پژوهش هدف آن است که مشخص شود آموزش مهارت های حل مسئله بر سازگاری فردی-اجتماعی زنان مطلقه شهر کرمانشاه چه تاثیری داشته و راه کارهای علمی و عملی برای کمک به سازگاری فردی و اجتماعی زنان بالاخص بعد از طلاق چه می باشد.

پیشینه تحقیق

پلک و دار^۵ (۲۰۰۱) دریافتند که اضطراب اجتماعی کودکان به طور مثبتی در ارتباط با همبستگی خانوادگی است و به طور معکوسی در ارتباط با کیفیت زناشویی است. آنان دریافتند کودکانی که از خانواده های در هم آمیخته یا ازدواج هایی با کیفیت پایین هستند در خطر برای سطوح بالای اضطراب اجتماعی، مشکلات اجتماعی و عاطفی هستند.

هاروی^۶ و همکاران (۲۰۰۱) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که نوجوانان از رهگذر آموزش مهارت حل مسأله اجتماعی می توانند تعارض هایی که با والدین، اولیای -مدرسه و همسالان دارند، حل نمایند. این اثر درمانی به خوبی می تواند، نقش علی توانش اجتماعی، یعنی، تعامل های اجتماعی مبتنی بر حل مسأله و ظرفیت ابزار وجود را در رفتارهای مهارنایافته و برونریزی شده که همواره با قوانین و هنجارهای اجتماعی در تعارض هستند، برجسته سازد.

1. Dawson-Mc Clure
2. Adjustment
3. Bolman
4. Bailey
5. Peleg & Dar
6. Harvey

- شالر^۱ و همکاران (۲۰۰۴) به نقل از جعفری، (۱۳۸۲) به منظور بررسی تأثیر مداخله شناختی- رفتاری حل مسأله در درمان اضطراب و افسردگی پژوهشی انجام داده‌اند. در این تحقیق تعداد ۹۲ مادر به عنوان نمونه انتخاب شدند و این مادران همگی دارای بیماری سرطان بودند که مرتب در معرض اضطراب و افسردگی قرار داشتند. میانگین سنی این مادران ۳۷/۵ سال بوده و به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. بعد از جایگزین نمودن نمونه‌ها در گروههای آزمایش و کنترل به مدت ۸ هفته به گروه آزمایش مهارت حل مسأله را آموزش دادند و به گروه کنترل هیچ برنامه‌ای آموزش ندادند. تجزیه و تحلیل یافته‌های این پژوهش نشان داد که گروه آزمایش به طور چشمگیری از نظر عاطفی و اضطراب و افسردگی تغییر کرده است، بنابراین چنین تغییری نشان دهنده تأثیر آموزش مهارت حل مسأله بر کاهش اضطراب و افسردگی است.

ویلیام و بارت^۲ (۲۰۰۳)، تأثیر درمان حل مسأله را برای مراقبت اولیه بیماران مبتلا به افسرده خویی یا افسردگی مینور را ارزیابی کردند. این شیوه را (PST_PC)^۳ نامیدند و آن را نسبت به درمانهای دائمی با مدیریت کلینیکی برای بیماران افسرده مینور مفیدتر یافتند.

- در تحقیقی توسط مشاوران یک مدرسه، ۶۶ دانش آموز از سه سطح کلاس دبیرستان مشخص شدند و به منظور ارزیابی آموزش مهارت حل مسأله، نیاز آنها به این آموزش مشخص گردید. این نمونه شامل ۴۸ دختر و ۱۸ پسر بین سنین ۱۶ تا ۱۱ سال بودند. نتایج حاصله نشان داد که این دانش آموزان پس از آموزش عملکرد بهتری در مهارت‌های حل مسأله داشته و همچنان از سطح بالاتری از خودپنداره و اعتماد به نفس برخوردارند (تلادو^۴، ۲۰۰۳).

وینرز، در بررسی مشکلات عاطفی و سلامت روان ۱۳۰ بزرگسال طلاق گرفته به این نتیجه دست یافت که میزان گسلس عاطفی، پیش‌بینی کننده مشکلات سلامت در بین زنان است. براساس یافته‌های اخیر، زنانی که تمایل به گسلس عاطفی به جای بیان کردن پریشانی‌شان یا مشکلات عاطفیشان دارند، بیشتر مستعد اضطراب در پاسخ به جدایی از فرزندانشان هستند (به نقل از وای^۵ و همکاران، ۲۰۰۶).

عقیده بر این است که طلاق از طرق مختلف روی دختران و پسران تأثیر می‌گذارد. اگر چه این تأثیرات به میزان زیادی هم‌پوشی دارد اما پسران افسردگی را تجربه می‌کنند و دختران مسائل خارج از چارچوب را (پرویت، ۲۰۰۳).

تحقیقی که در دانشگاه فردوسی مشهد انجام گرفته، سبک حل مسأله افراد افسرده و مقایسه آن را با افراد عادی مورد بررسی قرار داده است. در این مطالعه تعداد ۸۸ نفر شرکت داشتند که شامل دو گروه بیماران افسرده و افراد عادی بودند. با استفاده از آزمون افسردگی بک و آزمون شیوه‌های حل مسأله مشخص شد که بین افراد افسرده و عادی تفاوت‌های معنی‌داری در سبک حل مسأله وجود دارد و افراد افسرده در موقعیت‌های مسأله‌زا بیشتر از شیوه‌های ناکارآمد حل مسأله استفاده می‌کنند (صاحبی، ۱۳۸۰).

پژوهشی به منظور بررسی رابطه بین شیوه حل مسأله، شیوه حل تعارض و سلامت روانشناختی در میان

1. Shaler
2. William & Barrett
3. Problem- Solving Therapy- Primary Care
4. Telado
5. Whaby

دانشجویان دانشگاه تهران انجام گرفت، ۴۲۰ نفر از دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه های تهران با جنس و رشته های مختلف به صورت تصادفی طبقه ای انتخاب و آزمون های شیوه حل مسأله کسیدی و لانگک و شیوه مقابله با تعارض بر روی آنها اجرا شد. نتیجه این تحقیق حاکی است بین شیوه حل مسأله، شیوه مقابله با تعارض و سلامت روانشناختی رابطه معنی داری وجود دارد. دانشجویانی که از شیوه حل مسأله استفاده می کنند از میزان سلامت روانشناختی بالاتری برخوردارند (باباپور خیرالدین، ۱۳۸۱).

در پژوهشی تاثیر آموزش مهارت حل مسأله به روش مشاوره گروهی بر کاهش اضطراب دانشجویان بررسی گردید، نتایج حاکی است که با احتمال ۹۹٪ می توان گفت آموزش حل مسأله به شیوه گروهی موجب کاهش اضطراب گروه آزمایش در پس آزمون شده است. بنابراین، این روش می تواند اضطراب را کاهش دهد (جعفری، ۱۳۸۲).

برغندان، عنایتی و مهربانی زاده هنرمند (۱۳۸۷) در پژوهشی دریافتند آموزش حل مسأله به شیوه گروهی بر سلامت عمومی و رضایت زناشویی همسران کارمندان طرح اقماری گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل تاثیر داشته است.

افتخارصعادی، مهربانی زاده هنرمند، نجاریان، احدی و عسگری (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان دادند آموزش مهارت های هوش هیجانی موجب کاهش پرخاشگری و همچنین افزایش سازگاری فردی - اجتماعی دانش آموزان دختر گروه آزمایشی در مقایسه با گروه گواه شده است.

قربان شیرودی، خلعتبری، تودار، مبلغی و صالحی (۱۳۸۹) بر اساس نتایج یافته های حاصل از پژوهشی نشان می دهند که آموزش ابراز وجود و حل مسأله بر سازگاری و پرخاشگری دانش آموزان موثر است.

فرضیه های تحقیق

- ۱- آموزش مهارت های حل مسأله موجب افزایش سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه می شود.
- ۱-۱ آموزش مهارت های حل مسأله موجب افزایش سازگاری فردی زنان مطلقه می شود.
- ۲- آموزش مهارت های حل مسأله موجب افزایش سازگاری اجتماعی زنان مطلقه می شود.

طرح تحقیق

در این پژوهش از روش تحقیق آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه استفاده شده است. جایگزینی آزمودنی های گروه آزمایش و گواه به روش تصادفی صورت گرفت. بدین صورت آموزش حل مسأله به عنوان متغیر مستقل اعمال گردید تا تاثیر آن بر سازگاری فردی - اجتماعی به عنوان متغیر وابسته مشخص گردد.

جامعه و نمونه آماری و روش اجرای تحقیق

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان مطلقه شهر کرمانشاه بودند که یک سال از طلاق آنها گذشته

و همگی جز افرادی بودند که در مرکز کاهش طلاق بهزیستی تشکیل پرونده داده بودند.

نمونه آماری و روش نمونه گیری

به منظور اجرای پژوهش با هماهنگی مراکزی نظیر سازمان بهزیستی، کانون کاهش بحران طلاق و مراکز مشاوره سطح شهر کرمانشاه از زنان مطلقه که علاقه مند به شرکت در کارگاه آموزشی بودند ثبت نام به عمل آمد و از بین تعداد ۱۱۰ نفر ثبت نام کرده، با اجرای پیش آزمون ۵۰ نفر که سازگاری فردی-اجتماعی آنها از بقیه پایین تر بود به عنوان نمونه انتخاب شده و به دو گروه ۲۵ نفری گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند که از این تعداد، حدود ۶ نفر در طی دوره آموزشی از ادامه حضور در جلسات منصرف شده و پس آزمون با ۲۲ آزمودنی انجام شد. نمونه این تحقیق مشتمل بر ۴۴ زن مطلقه از جامعه مذکور می باشد که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده گردید.

ابزار اندازه گیری

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از پرسشنامه ۱۸۰ سؤالی سازگاری فردی - اجتماعی کالیفرنیا^۱ استفاده شده است.

موسوی شوشتری (۱۳۷۷) در تحقیق خود اعتبار پرسشنامه سازگاری فردی - اجتماعی را با استفاده از پرسشهای ملاک روابط فرد با خود و دیگران به دست آورد که همگی در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار بودند. کوچکی (۱۳۸۲) اعتبار پرسشنامه مذکور را از طریق همبسته کردن با پرسشنامه سازگاری دانش آموزان دبیرستانی برابر با ۰/۶۳ (در سطح معنی داری ۰/۰۰۰۱) گزارش کرده است. شافر^۲ در کتاب سالنامه اندازه گیری روانی در باره این آزمون بیان می کند که بر پایه مطالعات انجام شده ضرایب پایایی آزمون در گروه های ۲۳۷ تا ۷۱۲ نفری برای مقیاس سازگاری فردی از ۰/۸۹ تا ۰/۹۰، برای مقیاس سازگاری اجتماعی از ۰/۸۷ تا ۰/۹۱ و برای کل آزمون ۰/۹۲ تا ۰/۹۳ بوده است. این ضرایب برای خرده مقیاس های آزمون در دامنه ۰/۶۰ تا ۰/۸۷ قرار می گیرد.

موسوی شوشتری (۱۳۷۷) در پژوهش خود ضرایب پایایی پرسشنامه سازگاری فردی - اجتماعی را با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه نموده که برای سازگاری فردی به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۷، برای سازگاری اجتماعی ۰/۸۰ و ۰/۸۰ و برای کل پرسشنامه ۰/۹۱ و ۰/۹۴ گزارش کرده است.

الف) یافته های توصیفی

یافته های توصیفی این پژوهش شامل شاخص های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، حداکثر و حداقل برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش در جدول ۱-۴ ارائه شده است.

1. CTP
2. Shafer

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره سازگاری فردی، اجتماعی گروه های آزمایش و گواه در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون)

متغیر	مرحله	شاخص آماری		میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	تعداد
		←	گروه					
کل سازگاری فردی - اجتماعی	پیش آزمون	آزمایش	۵۱/۰۹	۲۱/۸۱	۲۳	۸۹	۲۲	
		گواه	۵۰/۸۶	۱۸/۴۱	۲۵	۸۵	۲۲	
	پس آزمون	آزمایش	۷۶۶/۴۵	۳۴/۱۴	۳۸	۱۵۱	۲۲	
		گواه	۵۲/۵۹	۱۷/۱۴	۲۶	۸۶	۲۲	
	تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون)	آزمایش	-۲۵/۳۶	۲۰/۳۳	-۶۵	۱۲	۲۲	
		گواه	-۱/۷۳	۴/۳۰	-۱۳	۶	۲۲	
سازگاری فردی	پیش آزمون	آزمایش	۲۶/۲۳	۱۲/۳۰	۱۲	۵۰	۲۲	
		گواه	۲۶/۰۰	۸/۵۵	۱۲	۴۲	۲۲	
	پس آزمون	آزمایش	۳۸/۱۸	۱۵/۹۳	۲۰	۷۳	۲۲	
		گواه	۲۷/۲۳	۷/۸۹	۱۴	۴۵	۲۲	
	تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون)	آزمایش	-۱۱/۹۵	۹/۵۱	-۳۲	۴	۲۲	
		گواه	-۱/۲۳	۲/۵۸	-۷	۳	۲۲	
سازگاری اجتماعی	پیش آزمون	آزمایش	۲۴/۸۶	۱۰/۱۲	۱۱	۴۰	۲۲	
		گواه	۲۴/۸۶	۱۰/۳۸	۱۳	۴۸	۲۲	
	پس آزمون	آزمایش	۳۸/۲۷	۱۸/۶۹	۱۷	۸۲	۲۲	
		گواه	۲۵/۳۶	۹/۸۹	۱۲	۴۹	۲۲	
	تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون)	آزمایش	-۱۳/۴۱	۱۳/۲۱	-۴۵	۱۲	۲۲	
		گواه	-۰/۵۰	۲/۲۸	-۶	۳	۲۲	

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می شود در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار سازگاری فردی - اجتماعی هر یک از گروهها به ترتیب گروه آزمایش ۵۱/۰۹ و ۲۱/۸۱ و گروه گواه ۵۰/۸۶ و ۱۸/۴۱، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۷۶۶/۴۵ و ۳۴/۱۴ و گروه گواه ۵۲/۵۹ و ۱۷/۱۴، تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۵/۳۶ - و ۲۰/۳۳ و گروه گواه ۱/۷۳ - و ۴/۳۰ می باشد.

در زمینه سازگاری فردی، همان طور که در جدول ملاحظه می شود در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هر یک از گروهها به ترتیب گروه آزمایش ۲۶/۲۳ و ۱۲/۳۰ و گروه گواه ۲۶/۰۰ و ۸/۵۵ در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۳۸/۱۸ و ۱۵/۹۳ و گروه گواه ۲۷/۲۳ و ۷/۸۹، تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۱۱/۹۵ - و ۹/۵۱ و گروه گواه ۱/۲۳ - و ۲/۵۸ می باشد.

در خصوص سازگاری اجتماعی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هر یک از گروهها به

ترتیب گروه آزمایش ۲۴/۸۶ و ۱۰/۱۲ و گروه گواه ۲۴/۸۶ و ۱۰/۳۸، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۳۸/۲۷ و ۱۸/۶۹ و گروه گواه ۲۵/۳۶ و ۹/۸۹، تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۱۳/۴۱- و ۱۳/۲۱ و گروه گواه ۰/۵۰- و ۲/۲۸ می باشد.

ب) یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش

این پژوهش شامل فرضیه های زیر است که هر فرضیه همراه با نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل آن در این بخش ارائه می گردد.

فرضیه ۱: آموزش مهارت حل مسأله موجب افزایش سازگاری فردی - اجتماعی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

جدول ۲: نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین نمره سازگاری فردی - اجتماعی گروه های آزمایش و گواه

متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	t	سطح معنی داری P
سازگاری فردی - اجتماعی	آزمایش	-۲۵/۳۶	۲۰/۳۳	۴۲	-۵/۳۳	۰/۰۰۱
	گواه	-۱/۷۳	۴/۳۰			

همان طور که در جدول ۲ نشان داده شده است بین زنان مطلقه گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ سازگاری فردی - اجتماعی تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود دارد ($t = -۵/۳۳$ ، $p < ۰/۰۰۱$)، بنابراین فرضیه اول تأیید می گردد. به عبارت دیگر آموزش مهارت حل مسأله با توجه به میانگین سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش نسبت به میانگین زنان مطلقه گروه گواه، موجب افزایش سازگاری فردی - اجتماعی گروه آزمایش شده است.

فرضیه ۱-۱: آموزش مهارت حل مسأله موجب افزایش سازگاری فردی - اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

فرضیه ۲-۲: آموزش مهارت حل مسأله موجب افزایش سازگاری اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی زنان مطلقه گروه های آزمایش و گواه

نام آزمون	مقدار	DF فرضیه	DF خطا	F	سطح معنی داری
آزمون اثر پیلاپی	۰/۴۱۳	۲	۴۱	۱۴/۴۴	۰/۰۰۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۵۸۷	۲	۴۱	۱۴/۴۴	۰/۰۰۱
آزمون اثر هتلینگ	۰/۷۰۵	۲	۴۱	۱۴/۴۴	۰/۰۰۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۰/۷۰۵	۲	۴۱	۱۴/۴۴	۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود سطوح معنی داری همه آزمونها، بیانگر آن هستند که بین زنان مطلقه گروه های آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی) تفاوت معنی داری وجود دارد، برای پی بردن به تفاوت، نتایج حاصل از آزمون اثرات بین آزمودنی ها، در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: نتایج اثرات بین آزمودنی ها از لحاظ نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی زنان مطلقه گروه های آزمایش و گواه

متغیرها	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	سطح معنی داری (p)
سازگاری فردی	۱۲۶۵/۸۱	۱	۱۲۶۵/۸۱	۲۶/۰۵	۰/۰۰۱
سازگاری اجتماعی	۱۸۳۳/۰۹	۱	۱۸۳۳/۰۹	۲۰/۳۹	۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۴ ملاحظه می شود بین زنان مطلقه گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ سازگاری فردی تفاوت معنی داری وجود دارد ($F=26/05$ و $p<0/001$). بنابراین فرضیه ۱-۱ تأیید می گردد. به عبارت دیگر آموزش مهارت حل مسأله با توجه به میانگین سازگاری فردی زنان مطلقه گروه آزمایش نسبت به میانگین زنان مطلقه گروه گواه (با توجه به جدول ۱)، موجب افزایش سازگاری فردی گروه آزمایش شده است.

بین زنان مطلقه گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ سازگاری اجتماعی نیز تفاوت معنی داری وجود دارد ($F=20/39$ و $p<0/001$)، بنابراین فرضیه ۱-۲ تأیید می گردد. به عبارت دیگر آموزش مهارت حل مسأله با توجه به میانگین سازگاری اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش نسبت به میانگین زنان مطلقه گروه گواه (با توجه به جدول ۱)، موجب افزایش سازگاری اجتماعی گروه آزمایش شده است.

بحث و نتیجه گیری

نتایج حاصل از تحلیل داده های پژوهش حاضر نشان داد که بین زنان مطلقه گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ سازگاری فردی-اجتماعی، سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر آموزش مهارت حل مسأله با توجه به میانگین های سازگاری فردی-اجتماعی، سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی زنان مطلقه گروه آزمایش نسبت به میانگین زنان مطلقه گروه گواه، موجب افزایش سازگاری فردی-اجتماعی، سازگاری فردی و سازگاری اجتماعی در گروه آزمایش شده است.

این یافته با یافته پژوهش های صاحبی (۱۳۸۰)، بابا پورخیرالدین (۱۳۸۱)، جعفری (۱۳۸۲)، پلک و دار (۲۰۰۱)، ویلیام و باروت (۲۰۰۳)، تلادو (۲۰۰۳)، وابی و همکاران (۲۰۰۶) هم سو می باشد. در تبیین یافته های پژوهش می توان عنوان نمود که شیوه حل مسأله وسیله مفیدی برای مقابله با مشکلات موقعیتی است که به صورت رفتاری یا شناختی، انواع پاسخهای 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^۱ و همکاران، ۱۹۹۵) و با توجه به اینکه تحقیقات نشان داده است که زنان بیش از مردان پس از طلاق، احساس تنهایی، گناه و ترس دارند و با مشکلات روحی و جسمی بیشتری روبه رو هستند (مجبی، ۱۳۸۴) آموزش حل مساله می تواند در افزایش سازگاری این افراد نقش به سزایی داشته باشد. این مساله همخوان با نظر دزوریلا و گلدفرید می باشد که حل مساله را فرایند شناختی- رفتاری خود فرمان تعریف کرده اند که فرد برای شناسایی و کشف مؤثر راه های سازگاری با موقعیتهای دشواری که در جریان زندگی روزمره با آنها روبرو می شود، بکار می برد. بر اساس این تعریف حل مساله یک فرایند سازگاری هوشیارانه منطقی و هدفمند است که می تواند توانمندی شخص را برای برخورد مؤثر با دامنه گسترده ای از موقعیتهای پر فشار روانی بکار گیرد. از تعاریف داده شده می توان نتیجه گرفت که ساخت کلی مقابله شامل فعالیتهای حل مساله است، اما همه مقابله حل مساله نیست.

به علاوه آموزش مهارتهای حل مساله به عنوان یک روش درمانی به زنان مطلقه می آموزد تا از مجموعه مهارتهای شناختی مؤثر خود برای کنار آمدن با موقعیتهای بین فردی مشکل آفرین استفاده کنند. این سبک آموزش بر اهمیت عملیات شناختی در درک و فهم واسطه سازی و حل تعارض های درون فردی و بین فردی تأکید می کند. کنار آمدن و سازگاری موفقیت آمیز با محیط اجتماعی مستلزم مجموعه ای از مهارتهای حل مساله بین فردی است.

در پایان پیشنهاد می شود که به علت مشکلات خاص زنان مطلقه، برای آنها در جامعه تدابیر جدی تری در نظر گرفته شود که از نظر مالی و عاطفی تاحدودی تأمین شوند. یکی از این تدابیر آموزش مهارت های زندگی و از جمله آن، مهارت حل مساله است که می تواند در مراکز نظیر بهزیستی، دادگستری، مراکز مشاوره و ... انجام گیرد. همچنین توصیه می گردد این تکنیک درمانی برای درمان سایر اختلالات روانی و افراد دیگر هم به کار گرفته شود. تشکیل کارگاه های آموزشی حل مساله برای دختران و پسرانی که قصد تشکیل خانواده دارند، کمک به زنان جهت افزایش کنترل آنها بر عوامل مؤثر سلامتی خودشان و برطرف کردن عوامل تحقیرکننده، افزایش جایگاه اجتماعی و از بین بردن تبعیض اقتصادی با سیاستگذاری های صحیح و کلی، به طوری که ضعف اقتصادی زنان اصلاح گردد و برگزاری دوره های آموزشی مهارت های زندگی و از جمله مهارت حل مساله برای زنان خانه دار و شاغل در جهت افزایش سازگاری فردی- اجتماعی آنها پیشنهاد می شود.

منابع

- اسلامی نسب، علی (۱۳۷۳). روانشناسی سازگاری. تهران: چاپ و نشر بنیاد.
- افتخارصعادی، زهرا، مهرابی زاده هنرمند، مهناز، نجاریان، بهمن، احدی، حسن و عسگری، پرویز (۱۳۸۸). بررسی تاثیر آموزش هوش هیجانی بر کاهش پرخاشگری و افزایش سازگاری فردی- اجتماعی در دانش آموزان دختر سال دوم متوسطه شهرستان اهواز. یافته های نو در روانشناسی، دوره ۴، شماره ۱۲، صص ۱۳۷-۱۴۹.
- اصفهان‌ای اصل مریم، عطاری یوسف علی (۱۳۸۷). مقایسه سازگاری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شاخه نظری بر اساس اولویتهای پنجگانه تعیین شده طبق برنامه هدایت تحصیلی، یافته های نو در روانشناسی، دوره ۲، شماره ۶، صص ۱۸-۲۹.
- باباپورخیرالدین، جلیل (۱۳۸۱). بررسی رابطه بین شیوه حل مسأله، شیوه حل تعارض و سلامت روان شناختی در میان دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- برغندان، میترا؛ عنایتی، میرصلاح الدین و مهرابی زاده هنرمند، مهناز (۱۳۸۷). بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله به شیوه گروهی بر سلامت عمومی و رضایت زناشویی همسران کارمندان مرد طرح اقماری. یافته های نو در روانشناسی، دوره ۲، شماره ۷، صص ۹۵-۱۰۷.
- جعفری، اصغر (۱۳۸۲). تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله به روش مشاهده گروهی بر کاهش اضطراب دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- دیویسون، جرالد و گلدفرید، ماروین آر. (۱۹۹۶). رفتار درمانی بالینی. ترجمه احمد احمدی علون آبادی (۱۳۷۱). تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- سایپینگتون، اندورا. بهداشت روانی. ترجمه حمیدرضا براوتی (۱۳۷۹). تهران: نشر روان.
- صاحبی، علی (۱۳۸۰). بررسی سبک حل مسأله در افراد افسرده و مقایسه آن با افراد عادی. مجله علوم روانشناختی، دوره اول، شماره یک.
- قربان شیرودی، شهره؛ خلعتبری، جواد؛ تودار، سیدرسول؛ مبلغی، نفیسه و صالحی، محمد (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی روش های آموزش مهارت ابراز وجود و حل مسأله بر سازگاری و پرخاشگری دانش آموزان دختر سال اول متوسطه. یافته های نو در روانشناسی، دوره ۵، شماره ۱۵، صص ۷-۲۶.
- گلدفرید، ماروین آر، دیویسون (۱۹۷۰). رفتار درمانی بالینی، ترجمه: فرهاد ماهر (۱۳۷۰)، انتشارات قدس رضوی.
- گلدنبرگ، ایرنه و گلدنبرگ، هربرت (۱۹۴۳). خانواده درمانی. ترجمه حمیدرضا حسین شاهی برواتی، سیامک نقشبندی و الهام ارجمند (۱۳۸۲). تهران: انتشارات روان.
- مک دانلد (۱۹۹۵). روانشناسی تربیتی. ترجمه زهره سرمد، تهران: نشر اندیشه.

Bailey, D. S. (2004). Reconceptualizing Custody Monitor on Psychology. September, 44-45

Clarke, A., & Brentano, C (2006). Divorce Causes and Consequences.

Dawson-Mc Clure, S.R., Sandler, I.N, Wolchik, S.A., & Millsap, R.E (2004). Risk as a Mod-

- erator Of the Effects of Perevention Programs For Children From Divorced Families.
- Gage, N. L. & Berliner, D. C. (1998). Educational Psychology. thedition USA: Houghton Mifflin Company.
- Harvey, R. J., Fletcher, J., & French. D. Y (2001). Social reasoning: A source of influence on aggression. *Clinical Psychology Review*, 21(3), P 447-469.
- National Conference of State Legislatures (2003). Presumption/ Preference for Joint Custody. Retrived May 7,2004. From <http://ncsl.org/programs/cfy/jointcustody.htm>
- Peleg, O., & Dar, R. (2001). Marital quality, family patterns and social anxiety and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 23, 465-487.
- Tellado, G. (2003). An evaluation case: The implementation and evaluation of a problem-solving training program for adolescents. Pennsylvania: Indiana University of Pennsylvania, USA Available Online.
- Wetzstein, C. (2003). Breaking up isn't hard enough to do. *The Washington Times*. <http://washingtontimes.com/specialreport/2004.htm>.
- Whaby, E., Peleg- Papko, O., & Halaby, E. (2006). The relationship of maternal separation anxiety & differentiation of self to children's separation anxiety & adjustment to kindergarten: In Druze families. *The Journal of Anxiety Disorders*. University of Haifa.
- Williams, R, & Barrett, G. (2003). Treatment of depression. *Journal of Family Practice*, 50, 1085- 1086.