

اثربخشی آموزش حل مسئله بر کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر

خدیدجه ابروانی^۱، لیلا ابروانی^۲، معصومه مقیمی فیروزآباد^۳

نوع مقاله: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۰۶

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش حل مسئله بر کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموزان منطقه ۲ شهر تهران بود.

روش: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه مورد مطالعه شامل دانش‌آموزان منطقه ۲ آموزش و پرورش منطقه ۲ در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بود. از جامعه مورد نظر، تعداد ۳۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری هدفمند با توجه به ملاک‌های ورود و خروج انتخاب و در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر و کنترل (۲۰ نفر) قرار داده و پرسشنامه‌های کیفیت زندگی (SF-36) و مسئولیت‌پذیری گاف به‌عنوان پیش‌آزمون بر روی هر دو گروه اجرا شد. سپس گروه‌های آزمایش به مدت ده جلسه تحت آموزش آموزش حل مسئله قرار گرفتند. در طی این مدت بر روی گروه کنترل هیچ مداخله‌ای صورت نگرفت و در نهایت پس‌آزمون از گروه آزمایش و کنترل گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل داده‌ها به روش کوواریانس چند متغیره نشان داد کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری دختران گروه آزمایش پس از آموزش به‌طور معناداری نسبت به گروه کنترل افزایش یافته است.

نتیجه‌گیری: لذا آموزش حل مسئله، در افزایش کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری اثربخش بوده است.

واژگان کلیدی: آموزش حل مسئله، کیفیت زندگی، مسئولیت‌پذیری

^۱ کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران.

^۲ کارشناسی ارشد، گروه مشاوره واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول) leila.iravani1356@gmail.com

^۳ استادیار، گروه آموزش علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

مقدمه

مدارس یکی از مهمترین مکان‌های است بر سرنوشت و کیفیت زندگی دختران به‌عنوان یک حوزه مهم سلامت روان اثربخش است و از مسائل مهم و پیش روی جهان معاصر و نیز از مباحث اساسی در توسعه سیاست‌گذاری اجتماعی محسوب می‌شود که موضوعاتی چون رفاه، ارتقای کیفیت زندگی، رفع نیازهای اساسی و زندگی روبه رشد در میان اجتماعات را دربر می‌گیرد (یسرالی، فویل، گایتن و کوریل، ۲۰۱۸). توافق نظر بر این است که کیفیت زندگی مفهومی دشوار، چندبعدی، عینی^۲ و ذهنی^۳ بوده و نشان‌دهنده درک و ارزیابی خود فرد از سطوح شادی و رضایت در ابعاد ذکر شده می‌باشد که به‌طور مثبت یا منفی بر کیفیت زندگی اثر می‌گذارد (پاپ، پویا و موسویو، ۲۰۲۲). همچنین کیفیت زندگی هر فرد تحت تأثیر خصوصیات زمینه‌ای فرد، وضعیت اجتماعی، فرهنگی و محیطی او قرار دارد (سلوتج، ۲۰۱۹). طبق گفته سازمان بهداشت جهانی، کیفیت زندگی نشان‌دهنده هدف، انتظارات، معیارها، آگاهی و دیدگاه‌های یک فرد نسبت به زندگی است (سیتیرونریت، امپرسرتسوک و وانسیوواک، ۲۰۲۰).

از سوی دیگر کیفیت زندگی^۴ از مفاهیم مطرح در روان‌شناسی است که به‌عنوان احساس نشاط و رضایت از زندگی تلقی می‌شود. طرفداران به‌کارگیری اصطلاح کیفیت زندگی در حوزه سلامت بر این باورند که رویکردهای مرسوم و سنتی سلامت که بر نشانه‌ها و علائم تأکید دارند، نگاه محدودی را نسبت به سلامت ارائه می‌دهند. و به دلیل اهمیتی که این مفهوم پیدا کرده است، سازمان بهداشت جهانی^۵ یکی از اهداف عمده خود را ارتقای کیفیت زندگی بیان نموده است (خدادادی سنگده، حقانی، طاهری، رضایی آهوانویی و رنجگر، ۱۳۹۶). از طرفی روش‌های جدید زندگی طی چندساله اخیر موجب نگرانی‌های روبه افزایش در خصوص کیفیت زندگی دانش‌آموزان در دانشگاه‌ها شده است (مرتضوی، شاه طالبی و کریمی، ۱۴۰۱). که با تقویت کیفیت زندگی و سلامت روان می‌توان مسئولیت‌پذیری افراد را بهبود بخشید (قنبری، حقانی پور، بابایی و حاج احمدی جهرمی، ۱۳۹۵).

مسئولیت‌پذیری^۶ در زمره مهم‌ترین ویژگی‌های انسانی است. زیرا صفتی است که با بسیاری از صفات مثبت همبستگی داشته و زمینه‌ای برای رشد و پرورش هر چه بیشتر دانش‌آموزان است، به‌طوری که یکی از پیش‌بینی‌های بهداشت روانی افراد و نیز موفقیت‌های آتی او در زندگی است (در تاج، ابراهیمی قوام، دلاور و رسولی، ۱۴۰۱). از سویی مسئولیت‌پذیری یک انتخاب آگاهانه و بدون اجبار در تعیین رفتار خود و چگونگی رفتار با دیگران در مناسبات اجتماعی است (کارارس- پونسده، اسکارتی، خیمنز- اولمدو و کورتل- ترمو، ۲۰۲۱) و یک ویژگی شخصیتی است که معمولاً به‌صورت نگرش در ساختار روانی و رفتاری فرد شکل می‌گیرد و متغیر مهم در رفتارهای اجتماعی و همچنین ویژگی‌های حرفه‌ای ضروری و مهم متخصصان آینده محسوب می‌شود (خواجانه‌نوری، مساوات و ریاحی، ۱۳۹۳؛ آلا باویج، ۲۰۲۰). رفتارهای نابهنجار اجتماعی با تولد انسان متولد شده‌اند. البته بسیاری از این رفتارها اکتسابی می‌باشند. یکی از مداخلات روان‌شناختی جهت تغییر رفتارهای نابهنجار، نظریه انتخاب^۷ است که بر این دیدگاه استوار می‌باشد که رفتارهای هر شخص در هر مقطع زمانی، بهترین تلاش وی برای حل مسائل و ارضای نیازهایش است. این تلاش ممکن است در واقع مؤثر و مفید نباشد ولی بهترین تلاش آن فرد برای حل مسئله است (گلاسر، ۱۳۹۹).

حل مسئله در یادگیرندگان از مسائل قابل‌تأمل نظام آموزشی هر کشور محسوب می‌شود (عظیم پور، اوضاعی و عصاره، ۱۴۰۰). بنابراین کنار آمدن و سازگاری موفقیت‌آمیز با محیط اجتماعی و دانشگاهی مستلزم مجموعه‌ای از مهارت‌های حل مسئله^۸ بین فردی است (ریو، چون و جانگ، ۲۰۲۰). چنان‌که مهارت حل مسئله فرآیندی شناختی- رفتاری^۹ است که افراد به‌وسیله آن راهبردهای مؤثر مقابله با موفقیت

¹Ysraelit, Fiol, Gaitán & Correale

² Objective

³ Subjective

⁴ Pop, Puia & Mosoiu

⁵Slottje

⁶ Sittironnarit, Emprasertsuk & Wannasewok

⁷ Quality of life (QOL)

⁸ World Health Organization (WHO)

⁹ Responsibility

¹⁰ Carreres-Ponsoda, Escartí, Jimenez-Olmedo & Cortell-Tormo

¹¹ Allabaevich

¹² Choice theory

¹³ Problem Solving

¹⁴ Reeve, Cheon & Jang

¹⁵ Cognitive- Behavioral

مسئله‌ساز در زندگی را کشف و شناسایی می‌کنند (لیو و لیو^۱، ۲۰۲۰؛ پویسا، پویکیوس، موتکا، واسلامپی و لرککانن^۲، ۲۰۲۰). به عبارت دیگر حل مسئله یک راهبرد مقابله‌ای مهم است که توانایی و پیشرفت شخصی و اجتماعی را افزایش و تنیدگی و مشکلات روانی را کاهش می‌دهد (کیم، چو و کافمن^۳، ۲۰۱۹).

یکی از ویژگی‌های تأثیرگذار بر کیفیت زندگی، مسئولیت‌پذیری است (همائی و دشت بزرگی، ۱۳۹۷). مسئولیت‌پذیری^۴ یکی از مؤلفه‌های سلامت روان است که می‌تواند جزء ویژگی‌های فردی باشد و این مؤلفه عاملی است که بر زندگی فردی، پیشرفت تحصیلی و اجتماعی انسان اثر می‌گذارد و زمینه شکل‌گیری حس تعهد^۵ درونی برای انجام فعالیت‌ها در افراد می‌شود (شاه‌محمدی، ۱۳۹۹؛ محمدی یوزباش کندی، لیوارجانی و حسینی نسب، ۱۳۹۸). و نبودن مسئولیت‌پذیری سبب مشکلاتی همانند ترک تحصیل، شکست‌های پیاپی تحصیلی، پرخاشگری و روی آوردن به مصرف مواد مخدر، نوشیدنی‌های الکلی، پرخاشگری و بزهکاری خواهد شد (وایت^۶، ۲۰۱۶). سازگاری با عمل، انجام وظایف و در نظر داشتن عواقب رفتار ما بر دیگران و احترام به حقوق دیگران و محافظت از پیامدهای رفتار ما نشان‌دهنده مسئولیت‌پذیری است (بورسا و سنگلسی کوز^۷، ۲۰۲۰). لذا تلاش و کوشش روان‌شناسان برای فهم مفاهیم و سازه‌های جدیدی مانند کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری، جایگاه ویژه‌ای در بحث‌های نظری، مطالعات تجربی و روش‌های درمانی مختلف از جمله آموزش حل مسئله در حوزه‌های زیستی، رفتاری-شناختی و روانی-اجتماعی پیدا کرده است.

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ نحوه گردآوری داده تجربی از نوع پژوهش‌های نیمه آزمایشی است و طرح آن پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دختر مدارس دولتی منطقه ۲ آموزش و پرورش متعلقه ۲ در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷ بودند. از جامعه مورد مطالعه ۴۰ نفر از دانش‌آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه بر اساس پایین‌ترین نمره کسب‌شده در پیش‌آزمون کسب کردند به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند و در یکی از مدارس منتخب مقرر شد در هفته‌ای دوجلسه بعد از کلاس درسی آموزش حل مسئله ببینند. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، داده‌ها کدگذاری و وارد رایانه شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی استفاده شد.

برای اندازه‌گیری متغیرهای مورد مطالعه از پرسشنامه کیفیت زندگی^۸ (SF-36) که شامل ۳۶ سؤال است و کیفیت زندگی را در دو بعد کلی سلامت جسمانی و سلامت روانی می‌سنجد، که ۳۵ سؤال در ۸ خرده‌مقیاس چند ماده‌ای خلاصه‌شده است: ۱- خرده‌مقیاس کارکرد جسمانی: محتوای این خرده‌مقیاس شامل ۱۰ سؤال است، که توانایی انجام فعالیت‌های زندگی مانند توجه کردن به نیازهای فردی، پیاده‌روی و نرمش را دربرمی‌گیرد؛ ۲- خرده‌مقیاس نقش جسمانی: (نقش محدودیت‌هایی که به سبب مشکلات جسمانی ایجاد می‌شود). محتوای این خرده‌مقیاس ۱۴ سؤال است که به فعالیت‌های محدودکننده توانایی‌های جسمانی مربوط می‌شود؛ ۳- خرده‌مقیاس درد جسمانی: این خرده‌مقیاس دارای ۴ سؤال است، که میزان احساس درد طی ۴ هفته گذشته و تداخل آن با فعالیت‌های روزمره فرد را ارزیابی می‌کند؛ ۴- خرده‌مقیاس سلامت عمومی: چهار سؤال این خرده‌مقیاس سلامت عمومی را بر اساس ادراک فرد ارزیابی می‌کند؛ ۵- خرده‌مقیاس سرزندگی: این خرده‌مقیاس ۴ سؤال دارد که محتوای آن در خصوص احساس چالاکی، انرژی و خستگی است؛ ۶- خرده‌مقیاس کارکرد اجتماعی: این خرده‌مقیاس دارای ۲ سؤال است که میزان تأثیر مشکلات جسمی و روانی را در انجام فعالیت‌های اجتماعی و ارتباط با خانواده، دوستان و سایر افراد جامعه مورد ارزیابی قرار می‌دهد؛ ۷- خرده‌مقیاس نقش هیجان: (نقش محدودیت‌هایی که به سبب مشکلات هیجانی ایجاد می‌شود). این خرده‌مقیاس دارای ۳ سؤال است که عوامل هیجانی تداخل‌کننده با کار و سایر فعالیت‌ها را ارزیابی می‌کند؛ ۸- خرده‌مقیاس سلامت روانی: این خرده‌مقیاس دارای ۵ سؤال است که احساس افسردگی و اضطراب را می‌سنجد و همچنین این پرسشنامه دارای یک سؤال نیز می‌باشد که در آن فرد به ارزیابی سلامت خود در یک ماه گذشته می‌پردازد.

پایین‌ترین نمره در این پرسشنامه صفر و بالاترین ۱۰۰ است. امتیاز هر بعد با امتیاز عنوان‌ها در آن بعد مشخص می‌شد. پرسشنامه مسئولیت‌پذیری گاف (۱۹۸۷) که به منظور سنجش ویژگی‌هایی مانند وظیفه‌شناسی، مسئولیت‌پذیری، قابلیت اعتماد، عمل کردن بر اساس

¹ Liu & Liu

² Pöysä, Poikkeus, Muotka, Vasalampi & Lerkkanen

³ Kim, Choe & Kaufman

⁴ Responsibility

⁵ Commitment

⁶ White

⁷ Bursa & Cengelci Kose

⁸ Short Form Health Survey

نظم و مقررات و اعتقاد بر ضرورت تسلط عقل و دلیل بر زندگی را می‌سنجد. این قبیل افراد پیامدهای رفتار خود را می‌پذیرند، قابل‌اعتماد و اطمینان هستند، نسبت به ساختار اجتماعی بزرگ‌تر احساس تعهد می‌کنند و امین و درستکارند. پاسخ‌های این پرسشنامه به صورت ۰ و ۱ و نمره‌گذاری می‌شود. در صورت موافقت با عبارات ۲، ۴، ۹، ۱۰، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۲۶، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۷، ۳۸، ۳۹ آزمودنی برای هر عبارت ۱ نمره و در صورت مخالفت نمره ۰ دریافت می‌کند. برای سایر سوالات برعکس است. یعنی آزمودنی در صورت مخالفت با آن‌ها نمره ۱ و در صورت موافقت نمره ۰ دریافت می‌کند. نمره بالاتر نشان‌دهنده مسئولیت‌پذیری بیشتر و نمره پایین‌تر نشان‌دهنده مسئولیت‌پذیری کمتر است. ضرایب پایایی مقیاس بخش مسئولیت‌پذیری از طریق روش تنصیف و آلفای کرونباخ در پژوهش عسکری، عنایتی و روشنی (۱۳۹۰) به ترتیب برابر با ۰/۷۰ و ۰/۸۱ و در پژوهش حمیدی و قیطاسی (۱۳۸۹) برابر با ۰/۵۰ و ۰/۵۵ بود. در بررسی دیگری، پایایی این آزمون در ایران از طریق روش باز آزمایی ۰/۸۱ بوده است (سعادت‌شامیر، ۱۳۸۳).

پروتکل مداخله‌ای آموزشی

بعد از غربالگری و انتخاب ۴۰ نفر از دانش‌آموزان دختر در رده سنی بر اساس پیش‌آزمون، در آموزش و پرورش منطقه ۲ در سال ۱۳۹۸ به صورت در دسترس و قرار دادن آن‌ها به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفر مداخله آزمایشی و ۲۰ نفر به عنوان یک گروه کنترل، اهداف مطالعه به آزمودنی‌ها توضیح و از آنان تعهد گرفته شد که تا پایان پژوهش با پژوهشگر همکاری داشته باشند.

یافته‌ها

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی نمرات کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری آزمودنی‌های پژوهش

متغیرها	شاخص	گروه کنترل		حل مسئله	
		پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
کیفیت زندگی	تعداد	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰
	میانگین	۸۱،۴۵	۸۱،۶۵	۸۰،۱۵	۹۶،۶۰
	انحراف معیار	۳،۳۳	۳،۲۶	۳،۶۶	۱،۹۵
مسئولیت‌پذیری	تعداد	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰
	میانگین	۱۹،۳۰	۱۹،۵۰	۱۹،۶۵	۲۶،۶۵
	انحراف معیار	۱،۵۲	۲،۰۱	۱،۲۲	۲،۷۲

همان‌طوری که در جدول ۱ گزارش شده است، میانگین نمرات کیفیت زندگی و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان در پس‌آزمون در گروه‌های آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش داشته است. برای آزمودن فرضیه آموزش حل مسئله بر کیفیت زندگی دانش‌آموزان آموزش و پرورش منطقه ۲ از آزمون آماری تحلیل کوواریانس آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل استفاده شد. تحلیل کوواریانس (ANCOVA) اثر متغیر تصادفی کمکی را محدود کرده یا از بین می‌برد. در این پژوهش سطح معناداری ۰،۰۵ در نظر گرفته شده است.

جدول ۲. تحلیل کوواریانس برای نمرات کیفیت زندگی - پس‌آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P سطح معنی‌دار	اندازه اثر η^2
-پیش‌آزمون	۰،۰۶۹	۱	۰،۰۶۹	۰/۰۱۳	۰/۰۳۴	۰/۰۰۳
اثر آموزش حل مسئله	۱۲۴۵/۰۱۴۰	۱	۱۲۴۵/۰۱۴۰	۵/۵۱	۰/۰۰۱	۰/۲۳
خطا	۸۳۱/۱۳۹	۲۷	۳/۳۷۷			

نتایج جدول ۳ برای $[F(1,39)=51/5, P<0.001, \eta^2=0/003]$ است و بنابراین فرضیه‌ی پژوهش یعنی آموزش حل مسئله بر میزان کیفیت زندگی دانش‌آموزان اثربخشی دارد، تأیید می‌شود. نتایج جدول فوق نشان می‌دهد مداخلات یعنی آموزش حل مسئله موجب افزایش نمرات کیفیت زندگی دانش‌آموزان در پس‌آزمون گروه آزمایش شده است. به عبارتی نتایج بیان می‌کنند که با حذف اثر پیش‌آزمون به عنوان متغیر هم‌پراش، اثر اصلی آموزش حل مسئله بر کیفیت زندگی دانش‌آموزان معنی‌دار است. همچنین بین دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود

داشت بدین‌صورت که تغییرات متغیر وابسته فقط در گروه آزمایش مشاهده شد که این نتیجه حاکی از اثربخشی مداخله آزمایشی است. یعنی ۹۶/۶ درصد از واریانس کیفیت زندگی دانش‌آموزان توسط آموزش حل مسئله تبیین شده است.

جدول ۳. خلاصه تحلیل کوواریانس برای نمرات مسئولیت‌پذیری - پس‌آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	P سطح معنی‌دار	اندازه اثر η^2
همپراش-پیش‌آزمون	۴/۴۴	۱	۰,۰۶۹	۰۷۰/۳	۰۳۲۰/	۰/۰۰۲
اثر آموزش حل مسئله	۱۴۰۳۲۴۵/	۱	۱۴۰۳۲۴۵/	۷/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۴۳
خطا	۸۳۰/۱۳۰	۲۷	۵/۳۰۷			

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد مداخلات آموزش حل مسئله موجب افزایش نمرات مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان در پس‌آزمون گروه آزمایش شده است. به عبارتی نتایج بیان می‌کنند که با حذف اثر پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر هم‌پراش، اثر اصلی آموزش حل مسئله بر مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان معنی‌دار است همچنین بین دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود داشت بدین‌صورت که تغییرات متغیر وابسته فقط در گروه آزمایش مشاهده شد که این نتیجه حاکی از اثربخشی مداخله آزمایشی است. یعنی ۴۳/۰ درصد از واریانس مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان توسط آموزش حل مسئله تبیین شده است.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش حل مسئله بر بهبود کیفیت زندگی و افزایش مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر مدارس دولتی اثربخشی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که رفتار انسان از تفکرات او نشأت می‌گیرد و برای داشتن رفتارهای هدفمند و مسئولانه باید طرز تفکر مثبت و منطقی نسبت به خود، دنیا و سرنوشت شکل بگیرد. بنابراین در آموزش مهارت حل مسئله، شخص افکار منفی را حذف و افکار مثبت را جایگزین می‌کند؛ پس می‌توان چنین استنباط کرد که با آموزش ایجاد تفکر مثبت به دنیا و افراد، در فرد موجب ایجاد رفتار مسئولانه می‌شود. در یک تبیین کلی می‌توان گفت که آموزش مهارت حل مسئله، مجموعه‌ای از مراحل است که شرایطی را برای فرد فراهم می‌کند تا در موقعیت‌های اجتماعی با پاسخ‌های سازگارانه نسبت به همسالان عمل کند. مواردی که برای ارائه راه‌حل لازم است، عبارت‌اند از توصیف دقیقی از مسئله، توصیفی از عوامل محدودکننده و یا منفی درگیر در مسئله، توصیفی از عوامل سازنده و مثبت در مسئله، توصیف دقیقی از دامنه مشکل، چه مدت است که این مسئله وجود دارد، چگونه افراد دیگر را تحت تأثیر قرار می‌دهد و توصیف دقیق پیامدها در صورتی که مسئله حل نشود و ارائه فهرستی از راه‌حل‌های مطرح‌شده در برابر مسئله، سیستم درجه‌بندی هر راه‌حل و نهایتاً فرایند تصمیم‌گیری عمل می‌کند. از طرفی دیگر با غلبه بر موانع حل مسئله مثل نگرش بله - اما ...، دفاع‌های عقلانی که در برابر افکار جدید می‌ایستد، ترس از اینکه فرد به‌عنوان یک فرد بی‌کفایت ارزیابی شود، ترس از اینکه موردقبول قرار نگیرد و ترس از اشتباه کردن بر چهارچوب کلی مسئله تسلط پیدا می‌کند. مهارت حل مسئله باعث می‌شود قوه ابتکار، استدلال و تفکر و توانایی دانش‌آموزان گسترش یابد و آن‌ها بتوانند از آموخته‌های خود برای حل مشکلات نهایت استفاده را نمایند و تجربیات بسیاری از حل مشکلات زندگی روزمره و مسائل تحصیلی کسب کنند. در آموزش مهارت حل مسئله، با ارائه منظم آموزش مهارت‌های شناختی و رفتاری، به فرد کمک می‌شود تا مؤثرترین راه‌حل مشکل را شناسایی کرده و به طریقی اثرگذار با مشکلات روزمره و مشکلاتی که در آینده پیش می‌آیند برخورد نماید (کویچپرس^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). این رویکرد به افراد می‌آموزد که در برابر سختی‌ها و مشکلات نباید فرار کرد و مسائل پیش‌آمده را به‌گردن دیگران انداخت، بلکه باید مسئولیت مشکلات پیش‌آمده را پذیرفت و در راستای حل آن مشکلات تمام توان خود را به کار بست. این فرایند به افراد کمک می‌کند به‌جای جنگ‌و‌گریز در برابر مشکلات بر حل آن تمرکز کرده که این امر منجر به بهبود کیفیت زندگی و افزایش مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموزان می‌شود (پروچاسکا و نورکراس، ۱۳۹۸).

¹ Cuijpers

Reference

- Afzali, A., Soltangholi, F., Rahimi, G. (2021). *Predicting Academic Engagement Based on Problem Solving Styles, Self-Control, and Emotional Expression among University Students*. Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning, 9(17), 107-121.
- Aghayosofofi A, Fathiashtiyani A, Aliakbari M, Imanifar H. (2016). The study of effectiveness reality therapy approach based on choice theory on marital conflict and social ellbeing. Quarterly Journal of Women and Society. 7(26):1-20.
- Alizadeh Fard , Susan ; Tadriz Tabrizi , Masomeh .(2015). *The effect of choice theory training on procrastination and social loafing offemale students*. Assistant Professor in Psychology, Payame Noor University, M.A. in Psychology, Payame Noor.
- Allabaeovich, K. K.(2020). The Characteristics of Responsibility in Students Representation. International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology, 137-138.
- Alter, A. L. & Hershfield, H. E. (2014). *People search for meaning when they approach a new decade in chronological age*. PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 111, 17066–17070.
- Amiri M, Raei M, Chaman R, Khamseh A, Rezaee N, Manouchehri J, et al. (2014). *A Study of the Life Quality of Students at a Univer-sity of Medical Sciences in the East of Iran*. Danesh va Tandorosti J,8(4): 176-180.
- Andrea S. Griffin,S, A & Guez, D. (2014). *Innovation and problem solving: A review of common mechanisms*, Behavioural Processes, Volume 109, Part B, Pages 121–134.
- Arslan, G. & Allen, K. A. (2021). *Exploring the association between coronavirus stress, meaning in life, psychological flexibility, and subjective well-being*. Psychology, Health & Medicine, 1-12.
- Bagheri, m & Hamzei ,a. (2019). *Extracurricular activities of students and their tendency to critical thinking and problem-solving skills*. Higher Education, Ninth year, 117-132
- Bahadori Khosroshahi J, Mahmood Allylu M. (2012). *Studying Identity Styles With the Meaning of Life in Students*. Journal of Psychological Studies, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Alzahra University. 8 (2).
- Bhattacharya, A. (2011). *Meaning in life: A qualitative inquiry into the life of young adults*. Psychological Studies, 56(3), 280-288 .
- Bhullar, N. (2019). *Beliefs about the meaning of life in American and Indian college students: Similar or different?* Psychological Studies, 64(4),420-428.
- Borst, JM., Frings-Dresen, MH., Sluiter, JK.(2015). *Prevalence and incidence of mental health problems among Dutch medical students and the study-related and personal risk factors: a longitudinal study*. Inter J Adolescent Med Health.
- Brian, D. Ostafin. G., & Travis, P. (2020). *Meaning in life and resilience to stressors*. Anxiety, Stress, & Coping, 33(6), 603-622.
- Bursa, S., & KOSE, T. C. (2020). *The effect of flipped classroom practices on students academic achievement and responsibility levels in social studies course*. Turkish Online Journal of Distance Education, 21(4), 143-159.
- Callister, A., Galbraith, Q., & Kelley, H. (2019). *Constructing Meaning through Connection: Religious Perspectives on the Purpose of Life*. International Journal of Religion & Spirituality in Society, 9(3), 15-31.
- Carreres-Ponsoda, F., Escartí, A., Jimenez-Olmedo, J. M., & Cortell-Tormo, J. M. (2021). *Effects of a teaching personal and social responsibility model intervention in competitive youth sport*. Frontiers in Psychology, 12, 624018.
- Casstevens, W.J. (2010). *Wellness program development within psychiatric psychosocial rehabilitation agencies*. International Journal of Choice Theory and Reality Therapy, 2, 55-58.
- Cheraghy, M. Farahany, H, Oreyzi, H. (2016). *Validation and reliability of Purpose in life*

- questioner. *J Psych.* 48: 363-70
- Choo S.A., Nag, R., & Xia, Y. (2015). *The role of executive problem solving in knowledge accumulation and manufacturing improvements.* *Journal of Operations Management*, Volume 36, Pages 63-74.
- Deb, S., Thomas, S., Bose, A., & Aswathi, T. (2020). *Happiness, meaning, and satisfaction in life as perceived by Indian university students and their association with spirituality.* *Journal of Religion and Health*, 59(5), 2469-2485.
- Dikmen, M. (2022). *Mindfulness, Problem-solving Skills and Academic Achievement: Do Perceived Stress Levels Matter?* . *Journal of Theoretical Educational Science*, 15 (1) , 42-63
- Doğan, T. Sapmaz, F. Tel, F. D. Sapmaz, S. & Temizel, S. (2012). *Meaning in life and subjective well-being among Turkish university students.* *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 55, 612-617.
- DZurilla T. J, sheedy, C. F. (1991). *Relation between social problem solving ability and subsequent level of psychological stress in college students.* *Journal personal social psychology.* 61(5),841.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (2010). *Problem-solving therapy.* In K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (pp. 197–225).
- Dzurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). *Problem solving and behavior modification.* *Journal of abnormal psychology*, 78, 107-126.
- Falahan, Z., Mahmoodnia, A., Ghaedy, Y., & Zarghami, S. (2020). *Explanation of influence of the cognitive elements of philosophical research methods to improving the math problem solve training.* *Journal of Psychological Sciences.* 19 (90); 677-686.
- Fischer, A., Greiff, S., Wüstenberg, S., Fleischer, J., Buchwald, F., & Funke, J. (2015). *Assessing analytic and interactive aspects of problem-solving competency.* *Learning and Individual Differences*, Volume 39, Pages 172-179.
- Frey, R. F., Brame, C. J., Fink, A., & Lemons, P. P. (2022). *Teaching Discipline-Based Problem Solving. CBE—Life Sciences Education*, 21(2), fe1.
- Hassanzadeh R, Toliati M, Hosseini H, Davari F. (2006). *Relationship between health locus of control and health behaviors.* *Iran J Psychiatr Clin Psychol.* 2006;12(3):277-81.
- Keefe, J. W & Jenkins, M. J. (2002). *Personalized instruction.* *The Phi Delta Kappan*, 83(6), 440-448.
- Kim, KH. (2002). *The Effect of a Reality Program on the Responsibility for Elementary School Children in Korea.* *Int J Real Ther.* 2002;22(1).
- Kim, S., Choe, I., & Kaufman, J. C. (2019). *The development and evaluation of the effect of creative problem-solving program on young children's creativity and character.* *Thinking Skills and Creativity*, 33, 100590
- Lew, B; Chistopolskaya, K; Osman, A; Mei Yiu Huen, J; Abu Talib, M; & eung., ANM. (2020). *Meaning in life as a protective factor against suicidal tendencies in Chinese University students.* *BMC Psychiatry*, 20(1),20-33.
- Li, S; Lajoie, S. P; Zheng, J; Wu, H; Cheng, H. (2021). *Automated detection of cognitive engagement to inform the art of staying engaged in problemsolving.* *Computers & Education*, 163, 104114.
- Liu, S & Liu, M. (2020). *The impact of learner metacognition and goal orientation on problem-solving in a serious game environment.* *Computers in Human Behavior*, 102, 151-165.
- Mason, C. P., & Mason-Bennett, L. (2021). *Enhancing academic achievement IN P-12 schools using a choice theory framework.* *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, 41(1), 48-58.
- Zeigler, Hill, V., Besser, A., Myers, E. M., Southard, A. C., & Malkin, M. L. (2013). *The Status, Signaling Property of Self, Esteem: The Role of Self-Reported Self, Esteem.*

The effectiveness of Problem-Solving Training on the Quality of Life and Responsibility of Female Students

Khadijeh Iravani ^۱

Leila Iravani ^{۲*}

Masouma Moghimi Firozabad ^۳

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to determine the effectiveness of problem solving training on the quality of life and responsibility in students of District 2 of Tehran.

Methodology: The current research was semi-experimental with pre-test and post-test with a control group. The studied population included the students of the 2nd education district of the 2nd district in the academic year 97-98. From the target population, 30 people were selected by purposeful sampling according to the entry and exit criteria and placed in two experimental groups (20 people and control (20 people)) Both groups were implemented. Then the experimental groups were given problem-solving training for ten sessions. During this period, no intervention was done on the control group, and finally, the post-test was taken from the experimental and control groups.

Findings: The results of data analysis using the multivariate covariance method showed that the quality of life and responsibility of girls in the experimental group increased significantly after training compared to the control group.

Conclusion: Therefore, problem solving training has been effective in increasing the quality of life and responsibility.

Keywords: Problem Solving Training, Quality of Life, Responsibility.

¹ MA, Department of General Psychology, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran.

² MA, Central Tehran Unit Counseling Department, Islamic Azad University, Tehran, Iran (Corresponding Author) leila.iravani1356@gmail.com.

³ Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Tehran, Iran.