

## تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر کاهش مشکلات رفتاری دانش‌آموزان سوم تا پنجم ابتدایی

فاطمه ترک‌لادانی<sup>۱</sup> - مختار ملک‌پور<sup>۲</sup> - محسن گلپرو<sup>۳</sup>

### چکیده

هدف از این پژوهش بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر کاهش مشکلات رفتاری دانش‌آموزان مقطع تحصیلی سوم تا پنجم ابتدایی شهر اصفهان است. این پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری را کلیه دانش‌آموزان پایه‌های سوم تا پنجم ابتدایی در سال تحصیلی ۸۷-۸۶ تشکیل داده است. روش نمونه‌گیری مورد استفاده در پژوهش برای انتخاب مدارس خوشه‌ای چند مرحله‌ای و برای انتخاب آزمودنی‌ها بر اساس امتیاز مشکلات رفتاری آنها است. بدین ترتیب که از ۵ ناحیه آموزش و پرورش اصفهان، یک ناحیه به‌طور تصادفی انتخاب و سپس از این ناحیه یک دبستان دخترانه و یک دبستان پسرانه به‌طور تصادفی انتخاب شد. آنگاه از این دو مدرسه با انجام پیش‌آزمون از کلیه دانش‌آموزان

---

Ftladany@gmail.com

marjan682002@yahoo.com

mgloparvar@khuisf.ac.ir

۱- کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی

۲- استاد دانشگاه علوم تربیتی اصفهان

۳- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

پایه سوم تا پنجم، ۹۶ نفر دانش‌آموز که دارای مشکلات رفتاری بودند مشخص و به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند، سپس این ۹۶ نفر به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. به مادران گروه آزمایشی طی ۹ جلسه آموزش مهارت‌های زندگی داده شد. همچنین به‌منظور بررسی میزان مشکلات رفتاری از آزمون مشکلات رفتاری راتر ( $\alpha = 0.9$ ) استفاده شد. نتایج نشان داد که بین عملکرد گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری ( $P < 0.001$ ) وجود دارد و آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر کاهش مشکلات رفتاری تأثیر دارد.

**کلید واژه‌ها:** آموزش مهارت‌های زندگی به مادران، مشکلات رفتاری، دانش‌آموزان سوم تا پنجم ابتدایی.

#### مقدمه

مشکلات رفتاری در کودکان به صورت رفتارهای متفاوتی بروز می‌کند که عوامل زیادی در ایجاد آن نقش دارند. مهمترین آنها عوامل زیستی، محیطی، اجتماعی، فرهنگی و خانوادگی است. در این ارتباط بررسی پترسون و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) در کودکان نیوزلند نشان داد که مشکلات رفتاری کودکان به‌طور معناداری با تعداد افراد خانواده، تحصیلات مادران و موقعیت فرهنگی آنان مرتبط است.

کابلینسکی، کاوالانکا و رندولف<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) در پژوهشی که در ارتباط با نقش والدین در مشکلات رفتاری کودکان آمریکایی انجام دادند، نشان داد که نقش والدین، سبک زندگی، تعارضات خانوادگی و افسردگی مادر در پیش‌بینی مشکلات رفتاری کودکان مؤثر است، در کودکان مادرانی که از تجارب بهتری در پرورش کودک خود بهره‌مند بودند و افسردگی کمتری داشته و سعی در رفع تعارضات خانوادگی داشتند، مشکلات رفتاری کمتری مشاهده شده است.

از نظر ایزولد<sup>۳</sup> (۱۹۹۹) بسیاری از مشکلات رفتاری فرد به دوران کودکی او باز می‌گردد، بنابراین با توجه به اهمیت دوران کودکی لزوم آموزش مادران در زمینه

1 – Patterson & et al

2 – Koblinsky & Kuvalanka & Randolph

3 – Isold

برخورد مناسب با فرزندان و به‌کارگیری یکسری مهارت‌های ارتباطی لازم است (ترجمه خلیلی، ۱۳۸۲).

واگن‌سلر<sup>۱</sup> (۱۹۹۴) معتقد است اکثر مشکلات کودکان در خانه و مدرسه را از طریق والدینی که درک خوبی از چگونگی برقراری ارتباط مؤثر و صحیح دارند، می‌توان اصلاح نمود (ترجمه ملک‌پور، ۱۳۸۷).

بهداشت روانی یکی از مباحث مهم سازمان بهداشت جهانی (W-H-O)<sup>۲</sup> و آموزش والدین یکی از رویکردهای مهم رد بهداشت روانی است، در این رابطه در حال حاضر پیشگیری سرلوحه فعالیت فعلی کارشناسان بهداشت جهانی است. آموزش والدین یکی از مناسب‌ترین روش‌های پیشگیری و درمان مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان است. با پیشرفت فناوری در قرون اخیر، زندگی بسیاری از انسانها با مشکلات زیادی به ویژه مشکلات رفتاری فرزندان روبه‌رو شده است. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی<sup>۳</sup> می‌تواند در ایجاد توانمندی و رویارویی با مشکلات زندگی برای والدین به عنوان کسب دانش و مهارتهایی همراه با تمرین در ایجاد نگرش، ارزش‌ها، رفتارهای مثبت، پیشگیری، حل مشکلات و ارتقای بهداشت روان مؤثر واقع گردد.

ترخان (۱۳۸۵) در بررسی خود در مورد تأثیر پرخاشگری والدین بر سلامت روانی فرزندان نشان داد که کاهش رفتارهای پرخاشگرانه والدین موجب بهبود علایم افسردگی و کارکرد اجتماعی فرزندان گردیده است.

اغلب والدین احساس می‌کنند بسیاری از موقعیتهای زندگی کودکان خارج از کنترل آنان است، در صورتی که با آموزش، آنان قادر به تربیت بهتر کودکان در موقعیتهای مختلف زندگی، رشد مهارت‌های اجتماعی در آنان و افزایش آگاهی در روابط بین فردی با کودکان خواهند شد (کریستفرسن و مرتوت<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷).

سیف‌نراقی و نادری (۱۳۸۰) در بین عواملی که در پرورش شخصیت سالم در کودکان و نوجوانان مؤثرند، تأثیرات متقابل کودک و والدین و نحوه برخورد والدین و

---

1 – Wagonseller

2 – World Health Organization (WHO)

3 – Life skills

4 – Christophersen & Mortweet

کودک را از مهمترین و بنیادی‌ترین عوامل می‌دانند و در این زمینه توانمند ساختن خانواده به ویژه مادران را در پیشگیری و یا درمان مشکلات رفتاری به‌عنوان نقشی سازنده و اساسی بر می‌شمارند.

پژوهشگران بسیاری رابطهٔ افسردگی مادر را با اختلالات رفتاری فرزندان مورد تأکید قرار داده‌اند. رابطه میان اختلالات زناشویی و مشکلات رفتاری فرزندان نیز نشان داده شده است، به طوری که اختلالات زناشویی به‌عنوان یکی از فشارهای روانی اساسی دوران زندگی فرزند مطرح شده و آثار آن مورد بررسی قرار گرفته است (والچاک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰، ترجمهٔ طاهری، ۱۳۸۰).

دورهٔ دوم کودکی که از هفت سالگی شروع و تا قبل از مرحلهٔ بلوغ جنسی فرد (۱۲- ۱۱ سالگی) ادامه دارد، برای والدین بسیار پر درد سر و پر زحمت جلوه می‌کند. عادت به فعالیت و پیشرفت در این دوره شکل می‌گیرد و در بزرگسالی نیز پا برجاست می‌ماند. همانندسازی و فعالیتهای ابتکاری در این دوره به وجود می‌آید. خلاقیت و ابتکار تا حدود زیادی تحت تأثیر الگوگیری از والدین است و به کودک کمک می‌کند تا کمتر درگیر مشکلات رفتاری گردد (احدی و بنی‌جمالی، ۱۳۸۵).

در این زمینه به نظر می‌رسد با آموزش تصمیم‌گیری، تفکر خلاق و حل مسأله به مادران می‌توان به کودکان در نقش الگوگیری کمک کرد و تا حدود زیادی در کاهش و کنترل مشکلات رفتاری تأثیر گذاشت.

با اینکه کودکان دبستانی در مقایسه با گذشته زمان کمتری را با والدینشان سپری می‌کنند، باز هم خانواده بستر قدرتمندی برای رشد است. رفتار والدین می‌تواند بر خودانگارهٔ کودک تأثیر بگذارد، والدینی که درجهٔ پذیرش بالایی نسبت به فرزندان خود دارند و روشهای فرزندپروری دمکراتیک اتخاذ می‌کنند، عزت‌نفس بالاتر و امنیت هیجانی بیشتری در کودکان ایجاد می‌کنند تا والدینی که ناپذیرا هستند و روشهای تربیتی استبدادی را به کار می‌گیرند (گوردون<sup>۲</sup>، ترجمهٔ قراچه‌داغی، ۱۳۸۳).

---

1- Valchak

2- Gordon

بنابراین این دوره از رشد مانند هر مقطع دیگر بسیار اهمیت دارد. مهمترین ویژگی‌های رشد این دوره یادگیری مهارت‌های اصلی خواندن، نوشتن، حساب کردن، رشد مفاهیم لازم برای زندگی روزمره، رشد وجدان، اخلاق و معیارهای ارزشی، یادگیری رفتار با همسالان، یادگیری مهارت‌های جسمی لازم برای بازیهای معمولی و رشد نگرش‌ها نسبت به گروه‌ها و نهادهای اجتماعی است (ماسن<sup>۱</sup> و همکاران / ترجمه یاسایی، ۱۳۸۴). نگرش‌هایی که محیط اجتماعی را در مشکلات رفتاری - عاطفی کودکان مؤثر می‌شناسند بر اهمیت تأثیر خانواده اذعان دارند و نقش خانواده را تنها در کمک به کودک برای تغییر رفتار می‌دانند (سخندان توماچ، ۱۳۸۰).

با توجه به اهمیت آموزش مادران در فرزندپروری و تأثیر رفتار آنان در به وجود آمدن نوع رفتار کودک و نیز پیشگیری و درمان مشکلات رفتاری کودکان، ضرورت آموزش مهارت‌های لازم برای هر چه بهتر برخورد کردن با کودکان به‌منظور پرورش کودک سالم و ارتقای سطح بهداشت روانی روز به‌روز بیشتر می‌شود.

آموزش مهارت‌های زندگی به‌عنوان برنامه را اولین بار بوتوین و گریفین<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) در سالهای ۱۹۸۴-۱۹۸۰ مطرح کردند و در سال ۱۹۹۳ میلادی سازمان بهداشت جهانی به منظور پیشگیری و افزایش سطح بهداشت روانی افراد جامعه این برنامه آموزشی را تدوین کرد و آن را در ۵ گروه خود آگاهی - همدلی، ارتباط - روابط میان فردی، تصمیم‌گیری - حل مسأله، تفکر خلاق - تفکر انتقادی و مهار کردن هیجانات - مقابله با استرس قرار داد.

در کشور ما در زمینه آموزش مهارت‌های زندگی به افراد و تأثیر آن بر گروه‌های مختلف تحقیقات گسترده‌ای صورت گرفته است؛ در پژوهشی که اسماعیلی (۱۳۸۰) انجام داد اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی را در تعامل با شیوه‌های فرزندپروری بر عزت‌نفس دانش‌آموزان اردبیل بررسی کرد. نتایج نشان داد که میانگین نمره عزت‌نفس دانش‌آموزانی که مهارت‌های زندگی را آموزش دیده‌اند، بیشتر از گروه گواه بوده است. ملک‌پور و همکاران (۱۳۸۵) تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش فشار روانی

---

1- Mussen

2- Botvin & Griffin

مادران کودکان عقب‌مانده ذهنی را مورد بررسی قرار دادند، نتیجه تحقیق نشان داد که این مهارتها در کاهش میزان فشار روانی این گروه مؤثر است.

در بررسی دیگری که عربگل (۱۳۸۴) با عنوان آموزش مهارتهای زندگی بر عملکرد دانش‌آموزان سال چهارم دبستان انجام داد به این نتیجه رسید که تغییر رو به کاهش نمره شاخص مشکلات بعد از مداخله معنادار بوده است.

به‌منظور سنجش نیازهای آموزشی اولیای دانش‌آموزان برای کلاسهای آموزش خانواده در مدارس ابتدایی، راهنمایی و متوسطه، نبوی (۱۳۸۴) یک نیازسنجی انجام داد که پس از بررسی، مهمترین نیازهای اولیا را آموزش مهارتهای زندگی، مدیریت خانواده و روشهای اداره آن، اعتیاد و آسیب‌های آن، خانواده متعادل و مشخصه‌های آن اعلام کرده است.

ترابی (۱۳۸۵) آموزش مهارتهای زندگی برای افزایش سطح سازگاری کودکان به مربیان مهدکودک‌ها را بررسی کرد و مشخص گردید که آموزش مهارتهای زندگی به مربیان مهدکودک‌ها باعث افزایش سازگاری کودکان ۶-۴ ساله شده است.

مرادی و کلانتری (۱۳۸۵) به بررسی تأثیر آموزش مهارتهای زندگی بر نیمرخ روانی زنان دارای ناتوانیهای جسمی، حرکتی پرداختند. نتایج تحقیق نشان داد که آموزش مهارتهای زندگی باعث افزایش معنادار سلامت روانی، کاهش اضطراب و ناسازگاری در آزمودنی‌ها شده است.

خدیوی و همکاران (۱۳۸۰) اظهار می‌دارند، آموزش مهارتهای زندگی در ارتقای سطح بهداشت روان و پیشگیری از خودکشی مؤثر است و استمرار این آموزش به‌خصوص تأکید بر ایجاد در سه حیطه یادگیری (کسب آگاهی، نگرش و عملکرد) در افراد در معرض خطر، برای پیشگیری از اقدام به خودکشی نیز مؤثر است، این مطالعه بر پایه سه حیطه یادگیری صورت پذیرفت.

ساجدی (۱۳۸۶) برای بررسی اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی بر روابط بین‌فردی، عزت‌نفس و ابراز وجود دختران نابینای مرکز فاطمه زهرا<sup>(س)</sup> اصفهان پژوهشی انجام داد که در این بررسی اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی بر عزت‌نفس و ابراز وجود دختران نابینا تأثیر مثبت و معناداری نشان داد.

براساس نظریه کنترل گلاسر<sup>۱</sup> (۲۰۰۶)، اندیشه، احساس و کردار برخاسته از نیازهای درونی فرد است. این احساس و کردار از عوامل بیرونی سرچشمه نمی‌گیرد، زیرا انسان دارای اختیار است و می‌تواند با کنترل رفتار، سررشته زندگی خود را در تمام امور از جمله مسائل فرزندپروری و تربیتی به عهده گیرد. درس مهم نظریه کنترل برای والدین این است که سعی کنند ویژگیهای آینده فرزند خود را در تصاویر ذهنی خود به ویژگیهای کلی و عمومی محدود کنند و کارهایی انجام دهند تا فرزندشان در مسیر کسب ویژگیهای عمومی گام بردارد (ترجمه ملکیان و احمدی، ۱۳۸۶).

در پژوهشی که رولین و دریل<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) در زمینه مشاهده رفتارهای کودکان مهاجم توسط معلمان در مدارس ابتدایی انجام داد، نشان داد برای کودکانی که از خود کنترلی پایینی برخوردارند و همچنین حالت‌های تهاجمی بیشتری نسبت به همسالان خود دارند، آموزش مهارت‌های زندگی (به ویژه مهارت‌های اجتماعی) مداخله‌ای مؤثر برای کاهش مشکلات رفتاری آنهاست.

در پژوهشی که گونزالس<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) در زمینه شیوه‌های مداخله‌ای به منظور کاهش اختلالات رفتاری کودکان انجام داد، وی ۱۵ کودک با مشکلات رفتاری را تحت آموزش به وسیله مربیان خبره قرار داد. این مربیان با آموزشهای خود سعی در تقویت مهارتهایی از قبیل خود کنترلی، احترام، مشارکت گروهی و رعایت مقررات در کودکان نمودند. یافته‌های به دست آمده نشان داد که با آموزش مداوم و مستمر مهارت‌های زندگی می‌توان سازگاری کودکان را در زمینه رفتارهای یاد شده افزایش داد.

ترنر و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۰۷) در یک برنامه آموزشی که بر تعدادی از خانواده‌های بومی استرالیا انجام دادند به این نتیجه رسیدند که برنامه آموزشی والدین باعث رشد سازگاری کودکان و کاهش مشکلات رفتاری آنان می‌شود و آموزش والدین به آنها کمک می‌کند تا در برخورد با مشکلات رفتاری فرزندان خود اقدامات مناسبی انجام دهند.

بارلو، پاول، گیلجریست و فچدو<sup>۵</sup> (۲۰۰۸) در برنامه آموزشی برای حمایت و تعلیم والدینی که فرزندان ناتوان دارند، نشان دادند که آموزش مدیریت زندگی، مداخله

1 – Glasser

2 – Roline & Daryl

3 – Gonzalez

4 – Turner

5 – Barlow, Powell, Gilechrist & Fotiaclov

برای سلامت و سبک زندگی (بخشی از مهارت‌های زندگی) یک روش مؤثر در بهبود و خودکارآمدی والدین برای سرپرستی، تأمین سلامت، بهبود مسائل روانی - اجتماعی فرزندان و خلق افسرده‌آنان دارد.

لام، استوارت، کلی<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) در یک بررسی در زمینه اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به والدین برای برخورد صحیح با کودکان مشکل‌دار نشان دادند که در پیگیری ۶ ماهه و ۱۲ ماهه در مقایسه با والدینی که آموزش ندیده بودند، مشکلات فرزندان آنان کاهش یافته بود.

### فرضیه‌های تحقیق

- ۱- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پسر پایه سوم تا پنجم دبستان مؤثر است.
- ۲- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان دختر پایه سوم تا پنجم دبستان مؤثر است.
- ۳- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان دختر و پسر سوم تا پنجم دبستان پس از گذشت یک ماه کماکان مؤثر است.

### روش پژوهش

روش پژوهش آزمایشی (تجربی) بوده و از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه استفاده شد.

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان پایه‌های سوم تا پنجم ابتدایی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۸۷ - ۸۶ بود که تعداد آنها ۳۷۱۱۴ نفر است. روش نمونه‌گیری مدارس در این پژوهش چند مرحله‌ای است. به منظور انتخاب افراد نمونه، ابتدا از این پنج ناحیه یک ناحیه انتخاب گردید و از بین مدارس ابتدایی یک دبستان دخترانه و یک دبستان پسرانه به‌طور تصادفی انتخاب و سپس کلیه دانش‌آموزان پایه‌های سوم تا پنجم این دو دبستان انتخاب شدند.

---

1 - Lam, Stewart & Kelley



## ابزار اندازه‌گیری

پرسشنامه مشکلات رفتاری راتر<sup>۱</sup> که آموزگاران دانش‌آموزان تکمیل کردند، با نقطه برش ۹ براساس پژوهش راتر (۱۹۶۷) در نظر گرفته شده است که نمره ۹ به بالا در این پرسشنامه نشان‌دهنده وجود مشکلات رفتاری در دانش‌آموز است، این پرسشنامه را یوسفی (۱۳۷۶) با روایی ۶۶ درصد و پایایی ۹۰ درصد گزارش کرده است.

## روش جمع‌آوری اطلاعات

در مرحله دوم برای انتخاب آزمودنی‌ها، ۹۶ نفر از آنها که میانگین بالاتری در پرسشنامه اختلالات رفتاری داشتند، انتخاب شدند. به طور تصادفی از میان دانش‌آموزانی که نمره ۹ به بالا در این پرسشنامه گرفتند ۴۸ دختر و ۴۸ پسر به طور مساوی در سه پایه سوم، چهارم و پنجم (یعنی از هر پایه و از هر جنس ۱۶ نفر) انتخاب شدند و سپس نیمی از این تعداد به طور تصادفی ساده در گروه آزمایش و نیم دیگر در گروه گواه قرار گرفتند. با هماهنگی مدیریت دو دبستان از مادران گروه آزمایش (مادران کودکان دارای مشکل رفتاری بر اساس آزمون انجام شده) در ۹ جلسه ۲ ساعته (هفته‌ای یک جلسه) دعوت به عمل آمد و آموزش انجام شد. شیوه آموزشی جلسات براساس بسته آموزشی طراحی شده به وسیله یونیسف<sup>۲</sup> (صندوق بین‌المللی حمایت از کودکان) همراه با استفاده از منابع متعدد تهیه شد. جلسه اول معرفی و آشنایی با یکدیگر، بیان اهداف، بستن قرارداد رفتاری و بیان قوانین کلاس، تعریف و روشن‌سازی بحث در مورد مفاهیم مهارت‌های زندگی، مشکلات رفتاری کودکان، نقش مادران در کاهش مشکلات رفتاری کودکان و ایجاد فضای مشارکتی برای دخالت در بحث برگزار شد. در برگزاری هرچه بهتر جلسات آموزشی برای مادران در هر جلسه محتوا و تکالیف جلسه قبل به طور خلاصه مورد بحث و بررسی قرار می‌گرفت و سپس محتوای جلسه جدید آموزش داده می‌شد. برقراری ارتباط مؤثر والد و کودک، مهارت گوش دادن، تصمیم‌گیری، حل مسأله، تفکر خلاق، ابراز وجود، حل تعارض و فنون کاهش اضطراب، سرفصل‌هایی بودند که در جلسات دوم تا نهم به مادران آموزش داده شد.

---

1 – Rutter

2 – Unicef

آموزگار مربوط بعد از یک هفته از آموزش مادران، پس آزمون را بر روی کودکان گروه آزمایش و گروه گواه انجام داد. برای آگاهی از پایدار بودن و تأثیر نداشتن زمان بر یادگیری مادران نسبت به آموزش مهارت‌های زندگی یک پس‌آزمون دیگر پس از گذشت یک ماه انجام گردید.

تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده در دو سطح توصیفی و استنباطی صورت گرفته است. در سطح آمار توصیفی از شاخص‌های آماری فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و در سطح استنباطی از تحلیل کوواریانس با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها و همگنی واریانس گروه‌ها و امکان مقایسه گروه‌ها پس از کنترل آماری نقش متغیرهای دیگر استفاده شده است.

### یافته‌های تحقیق

فرضیه ۱- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پسر سوم تا پنجم دبستان مؤثر است. نتیجه بررسی این فرضیه در جدول‌های ۱ و ۲ ارائه شده است.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی گروه پسران در گروه‌های آزمایش و گواه پس‌آزمون

وضعیت	شاخص‌های توصیفی (گروه‌ها)	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار (درصد)
پس‌آزمون قبل از	آزمایش پسران	۲۴	۱۳/۴۲	۶/۲۳	۲۸۰
کنترل پیش‌آزمون	گواه پسران	۲۴	۱۷/۰۴	۵/۶۹	۲۸۰
پس‌آزمون بعد از	آزمایش پسران	۲۴	۱۲/۹۹	۶/۲۳	۲۸۰
کنترل پیش‌آزمون	گواه پسران	۲۴	۱۷/۴۶	۱۷/۴۶	۲۸۰

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که گروه آزمایش پسران در پس‌آزمون پس و پیش از کنترل پیش‌آزمون (به ترتیب ۱۳/۴۲ و ۱۲/۹۹) از گروه گواه پسران (به ترتیب ۱۷/۰۴ و ۱۷/۴۶) دارای میانگین پایین‌تری بوده‌اند. نتیجه تحلیل کوواریانس برای بررسی تفاوت در گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- نتایج تحلیل کوواریانس گروه‌های آزمایش و گواه  
در پس‌آزمون با کنترل پیش‌آزمون در گروه پسران

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	فراوانی	معناداری
پیش‌آزمون	۱۵۵۴/۴۱۵	۱	۱۵۵۴/۴۱۵	۸۲۹/۰۸	۰/۰۰۰
عضویت گروهی	۲۳۷/۹۶۵	۱	۲۳۷/۹۶۵	۱۲۶/۹۱۳	۰/۰۰۰
خطا	۸۴/۳۷۶	۴۵	۱/۸۷۵	—	—
کل	۱۷۹۶/۴۷۹	۴۷	—	—	—

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، پس از کنترل پیش‌آزمون بین دو گروه گواه و آزمایش ( $P < ۰/۰۰۱$  و  $F = ۱۲۶/۹۱۳$ ) تفاوت معناداری وجود داشته است، بنابراین فرضیه ۱ مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پسر پایه سوم تا پنجم دبستان مؤثر است، تأیید می‌شود، به صورتی که آموزش به مادران باعث کاهش مشکلات رفتاری دانش‌آموزان شده است.

فرضیه ۲- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان دختر پایه سوم تا پنجم دبستان مؤثر است. نتیجه بررسی این فرضیه در جدول‌های ۳ و ۴ ارائه شده است.

جدول ۳- شاخص‌های توصیفی گروه دختران در گروه‌های آزمایش و گواه در پس‌آزمون

وضعیت	شاخص‌های توصیفی (گروه‌ها)	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار
پس‌آزمون قبل از	آزمایش دختران	۲۴	۱۱/۵۲	۴/۹۹	۰/۳۱۵
کنترل پیش‌آزمون	گواه دختران	۲۴	۱۴/۵۰	۳/۲۱	۰/۳۰۶
پس‌آزمون بعد از	آزمایش دختران	۲۴	۱۱/۷۱	۴/۹۹	۰/۳۱۵
کنترل پیش‌آزمون	گواه دختران	۲۴	۱۴/۳۱	۳/۲۱	۰/۳۰۶

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، گروه آزمایشی دختران در پس‌آزمون و پیش از کنترل پیش‌آزمون (به ترتیب ۱۱/۵۲ و ۱۱/۷۱) از گروه گواه دختران (به ترتیب ۱۴/۵۰ و ۱۴/۳۱) دارای میانگین پایین‌تری بوده‌اند. نتیجه تحلیل کوواریانس برای بررسی تفاوت دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴- نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در پس‌آزمون با کنترل پیش‌آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	فراوانی	معناداری
پیش‌آزمون	۶۸۵/۵۰۲	۱	۶۸۵/۵۰۲	۳۰۰/۹۰۷	۰/۰۰۰
عضویت گروهی	۷۹/۵۸۰	۱	۷۹/۵۸۰	۳۴/۹۳۶	۰/۰۰۰
خطا	۱۰۰/۲۳۷	۴۵	۲/۲۲	—	—
کل	۸۸۹/۹۱۵	۴۷	—	—	—

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، پس از کنترل پیش‌آزمون بین دو گروه گواه و آزمایش (P < ۰/۰۰۱ و F = ۳۴/۹۳۶) تفاوت معناداری وجود داشته، بنابراین فرضیه ۲ مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های زندگی به مادران مشکلات رفتاری کودکان دختر سوم تا پنجم دبستان مؤثر است، تأیید می‌شود به صورتی که با دادن آموزش به مادران، مشکلات رفتاری دانش‌آموزان کاهش یافته است.

فرضیه ۳- آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری دختران و پسران پایه سوم تا پنجم دبستان با گذشت یک ماه کماکان مؤثر است.

نتیجه بررسی این فرضیه در جدول‌های ۵ و ۶ ارائه شده است.

جدول ۵- شاخص‌های توصیفی گروه آزمایش و گواه در آزمون پیگیری

موقعیت	شاخص‌های توصیفی (گروه‌ها)	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار
قبل از کنترل پس‌آزمون	گروه آزمایش	۴۸	۱۱/۵	۴/۷۷	۰/۱۷۷
	گروه گواه	۴۸	۱۶/۹۲	۴/۹۳	۰/۱۷۵
	کل	۹۶	۱۴/۰۶	۵/۶۳	۰/۱۷۶
بعد از کنترل پس‌آزمون	گروه آزمایش	۴۸	۱۲/۶۴	۴/۷۷	۰/۱۷۷
	گروه گواه	۴۸	۱۵/۴۵	۴/۹۳	۰/۱۷۵
	کل	۹۶	۱۴/۰۵	۵/۶۳	۰/۱۷۷

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد، گروه آزمایش قبل و بعد از کنترل پس‌آزمون (به ترتیب ۱۱/۱۵ و ۱۲/۶۴) نسبت به گروه گواه (به ترتیب ۱۶/۹۲ و ۱۵/۴۵) دارای میانگین پایین‌تری بوده است. نتیجه تحلیل کوواریانس در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶- نتایج تحلیل کوواریانس گروه‌های آزمایش و گواه در پیگیری با کنترل پس‌آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریب F	معناداری
پس‌آزمون	۱۹۷۵/۴۳۳	۱	۱۹۷۵/۴۳۳	۱۴۱۹/۳۳۳	۰/۰۰۰
جنسیت	۰/۰۵۹	۱	۰/۰۵۹	۰/۰۴۲	۰/۲۲۶
عضویت گروهی	۱۶۸/۷۶۶	۱	۱۶۸/۷۶۶	۱۲۱/۲۵۷	۰/۰۰۰
خطا	۱۲۵/۲۶۲	۹۰	۱/۳۹۲	—	—
کل	۲۹۸۱/۶۲۱	۹۳	—	—	—

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد، گروه آزمایش نسبت به گروه گواه یک ماه پس از اتمام آموزش تفاوت معناداری ( $P < ۰/۰۰۱$  و  $F = ۱۲۱/۲۵$ ) داشته‌اند، بنابراین فرضیه چهارم پژوهش مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری دختران و پسران پایه سوم تا پنجم دبستان با گذشت یک ماه کماکان مؤثر است، تأیید شد. به این صورت که با دادن آموزش به مادران، مشکلات رفتاری دانش‌آموزان کاهش یافته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

از گذشته تاکنون پرورش کودک همواره یکی از مسائل مهم و سرنوشت ساز در زندگی والدین بوده و هست. نیاز به آموزش در زمینه مهارت‌های لازم برای کنار آمدن با مشکلات رفتاری فرزندان در همه فرهنگها به چشم می‌خورد، بنابراین تلاش در زمینه ایجاد بستری مناسب برای والدین و کارآمد شدن آنان برای برخورد صحیح با کودکانشان از وظایف مهم تمام کسانی است که در امر تعلیم و تربیت کودکان سهیم هستند. امروز آموزش مهارت‌های زندگی به عنوان مهارتهایی که افراد مختلف بشر را

برای زندگی بهتر در رسیدن به بهداشت روان آماده می‌کند، از ضرورت خاصی برخوردار است. در این راستا مادران را نیز باید مهیا کرد تا از آموزش در زمینه مهارت‌های زندگی برخوردار شده و بتوانند در برخورد با فرزندان خود بهتر عمل کنند و کمک شایانی در امر پیشگیری، کنترل و درمان مشکلات رفتاری فرزندان خود داشته باشند. در این پژوهش اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پایه سوم تا پنجم ابتدایی شهر اصفهان مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج این تجزیه و تحلیل به شرح زیر است:

اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری فرزندان پسر و دختر پایه سوم تا پنجم ابتدایی معنادار بوده است، در تبیین نتیجه این فرض احتمالاً می‌توان اظهار داشت که آموزش مهارت‌های زندگی به مادران در آگاهی آنها اثر مثبت دارد. این آگاهی نیز موجب می‌شود که آنان چگونگی و نحوه برخورد با کودکان خود را بیاموزند و اینکه چگونه مشکلات رفتاری آنان را تشخیص دهند و با آن مقابله نمایند. از طریق تأثیر آموزش‌های مهارت‌های زندگی در والدین احتمالاً این خودآگاهی را به وجود می‌آورد که مشکلات رفتاری کودکان ناشی از نوع رفتار و برخورد آنان با فرزندانشان است. بنابراین این خودآگاهی موجب می‌شود که آنان به رفتار خود بصیرت حاصل کرده و این بصیرت آنان را در تغییر دادن رفتار و نوع برخورد با کودکان آگاه سازد و چنانچه در آنان تعارضاتی در این رابطه وجود داشته باشد، این تعارضات را حل نمایند و در نتیجه رفتار مناسب‌تری با کودکان خود داشته باشند. نتایج این فرض با پژوهش اسماعیلی (۱۳۷۶)، ملک‌پور و همکاران (۱۳۸۴)، ترخان (۱۳۸۵)، ترابی (۱۳۸۵)، فریمن و همکاران (۱۹۹۳)، رولین و دریل (۲۰۰۲)، و ترنر و همکاران (۲۰۰۷) همسویی دارد.

با توجه به احتمال تأثیر زمان بر یادگیری مادران در زمینه اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مشکلات رفتاری کودکان در این پژوهش آزمون پیگیری انجام شد و نتایج فرضیه مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پایه سوم تا پنجم دبستان با تحلیل کوواریانس در سطح  $P < 0/001$  قرار گرفت. در تبیین نتیجه این فرض احتمالاً می‌توان گفت که عامل زمان (پس از گذشت یک ماه از اتمام جلسات آموزش مهارت‌های زندگی به مادران) نتوانسته از میزان اثربخشی

مهارت‌های زندگی بر کنترل و کاهش مشکلات رفتاری کودکان بکاهد، بنابراین می‌توان اظهار داشت که اثربخشی محتواهای آموزش و نحوه آموزش تأثیرگذار بوده است و کاربرد این مهارت‌ها با گذشت زمان از بین نرفته و مادران در به‌کارگیری آن در نحوه برخورد با فرزندان خود تمایل نشان داده و توانسته‌اند به‌عنوان ایجاد‌نگرش و رفتارهای مثبت در کنترل و کاهش مشکلات رفتاری فرزندان خود و ارتقای بهداشت روان اثربخش باشند. نتایج این فرض با بررسی کریستفرسن و همکارش (۲۰۰۷)، لام و همکاران (۲۰۰۸)، همسویی دارد.

### محدودیت‌ها

با همه کوشش‌هایی که برای برطرف نمودن و کاستن مشکلات و متغیرهای مزاحم به عمل آمد، این پژوهش هم مانند سایر پژوهش‌های تجربی کاستی‌ها و محدودیت‌هایی داشته که بدین قرار است:

- ۱- محدود بودن جلسات آموزشی برای مادران.
- ۲- تفاوت در میزان مشکلات خانوادگی، اقتصادی، روانی و اجتماعی مادران.
- ۳- برای تشکیل گروه آموزش، انتخاب اعضا از نواحی مختلف آموزش و پرورش به دلیل بعد مسافت امکان‌پذیر نبود و این امر تعمیم‌پذیری پژوهش را محدود می‌کند.
- ۴- با توجه به اینکه ناحیه ۵ آموزش و پرورش منطقه خاصی است که جمعیت ساکن در آن دارای بافت اقتصادی و فرهنگی مخصوص به خود است، در تعمیم نتایج به سایر نواحی و مناطق استان باید احتیاط شود.
- ۵- با توجه به تعطیل شدن مدارس در تابستان و دسترسی نداشتن لازم به آموزگاران پایه‌های مختلف، انجام آزمون پیگیری بیش از یک ماه امکان‌پذیر نبود.

### پیشنهاد‌های کاربردی

- ۱- با توجه به نتایج مربوط به فراوانی و درصد فراوانی گروه آزمایش و گواه مادران برحسب تحصیلات و این مطلب که بیشتر گروه آزمایش مادران را سطح تحصیلی کم‌سواد تشکیل می‌دهد، مدرس باید مسائل را به زبان ساده و کاربردی ارائه دهد. این موضوع برای ترغیب بیشتر شرکت‌کنندگان برای حضور در جلسات آموزشی است.

- ۲- جلب مشارکت و همیاری مدیریت و آموزگاران مدرسه برای تشویق اولیا به شرکت منظم و منسجم در کلاس‌های آموزشی.
- ۳- با توجه به نتایج مربوط به اثربخش بودن آموزش مهارت‌های زندگی به مادران بر مشکلات رفتاری کودکان پایه سوم تا پنجم پیشنهاد می‌شود که جلسات آموزشی با عنوانهای گفته شده در متن اجرا گردد.

## منابع

- احدی، حسن و شکوه‌السادات بنی‌جمالی. (۱۳۸۵)، *روان‌شناسی رشد: مفاهیم بنیادی در روان‌شناسی کودک*، تهران، انتشارات بنیاد.
- ایزولد، انله. (۱۹۹۹)، *مشکلات رفتاری کودکان*، ترجمه سپیده خلیلی، (۱۳۸۲)، تهران، پیرایش.
- اسماعیلی، محمد. (۱۳۸۰)، «بررسی آموزش مهارت‌های زندگی در تعامل با شیوه‌های فرزندپروری بر عزت‌نفس دانش‌آموزان استان اردبیل»، *فصلنامه پیام مشاور*، سال سوم، شماره ۶۰، وراي دانش.
- ترابی، شکوه. (۱۳۸۵)، «تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری کودکان ۶-۴ ساله»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.
- ترخان، مرتضی. (۱۳۸۵)، «تأثیر پرخاشگری والدین بر سلامت روانی فرزندان»، *چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران*، تهران، دانشگاه شهید بهشتی.
- خدیبوی، رضا و معصومه معزی. مصطفی شاکری و محمدتقی برجیان. (۱۳۸۰)، «تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی در زمینه پیشگیری از اقدام به خودکشی در زنان شهرستان اردل»، مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد.
- ساجدی، سهیلا. (۱۳۸۶)، «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر روابط بین‌فردی، عزت‌نفس و ابراز وجود دختران نابینای مرکز فاطمه‌الزهراس<sup>(س)</sup> اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.
- سرخندان توماج، رسول. (۱۳۸۰)، «بررسی اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی بر مشکلات رفتاری - عاطفی کودکان دبستانی شهرستان گنبد کاووس»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی دانشگاه اصفهان.
- سیف‌نراقی، مریم و عزت‌الله نادری. (۱۳۸۰)، *اختلالات رفتاری کودکان و روشهای اصلاح و ترمیم آن*، تهران، انتشارات بدر.



- عربگل، فریبا. (۱۳۸۴). «اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر عملکرد دانش‌آموزان سال چهارم دبستان»، *مجله تازه‌های علوم شناختی*، سال ۷۰، شماره ۳، ۵۷-۵۱.
- گلاس، ویلیام. (۲۰۰۶)، *کنترل موفق زندگی و انتخاب زندگی شادمانه‌تر*، ترجمه آزاده ملکیان و سید احمد احمدی، (۱۳۸۶)، چاپ اول، اصفهان، انتشارات دانشگاه علوم پزشکی.
- گوردون، توماس. (۱۹۹۶)، *آموزش مؤثر والدین با روش دمکراتیک برای تربیت فرزندان مسؤول*، ترجمه مهدی قراچه‌داغی، (۱۳۸۳)، چاپ دوم، تهران، پیک‌بهار.
- ماسن، پاول هنری. جروم کیگان. آلتاکارول هوستون و جان جین وی کانجر. (۱۹۹۴)، *رشد و شخصیت کودک*، ترجمه مهشید یاسایی، (۱۳۸۴)، تهران، نشر مرکز.
- مرادی، اعظم و مهرداد کلانتری. (۱۳۸۵)، «تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر نیمرخ روانی زنان دارای ناتوانی‌های جسمی - حرکتی»، *مجله پژوهشی در حیطه کودکان استثنایی*، سال ششم شماره ۱۹، ۵۷۶-۵۵۹.
- ملک‌پور، مختار. حجت‌الله فراهانی. اصغر آقایی و علی بهرامی. (۱۳۸۵)، «بررسی آموزش مهارت‌های زندگی در کاهش فشار روانی عاطفی مادران کودکان عقب‌مانده ذهنی و عادی شهرستان مبارکه»، *مجله پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، سال ۶، شماره ۲، ۷۶۷-۶۶۱.
- نبوی، صادق. (۱۳۸۴)، «نیازسنجی آموزش اولیا و دانش‌آموزان جهت آموزش خانواده در مدارس»، *فصلنامه خانواده و پژوهش (جامعه‌شناسی، روان‌شناسی و علوم تربیتی)*، سال دوم، شماره ۳.
- واگن سلر، بیل. و ریچارد رومک داول. *شما و کودکان، شیوه صحیح فرزندداری موفقیت‌آمیز*، ترجمه مختار ملک‌پور. (۱۳۸۷). اصفهان، مولانا.
- والجاک، ایوت. (۲۰۰۰)، *طلاق از دید فرزند*، ترجمه فرزانه طاهری، (۱۳۸۰)، تهران، پنگوئن.
- یوسفی، فریبا. (۱۳۷۶)، «هنجارهایی مقیاس راتر به منظور بررسی مشکلات رفتاری و عاطفی دانش‌آموزان دختر و پسر ابتدایی»، *مجله علوم اجتماعی و انسانی*، دانشگاه شیراز، ۱ و ۲.
- Barlow, J.H., Poewl, L.A., Gilechrist, M. and Fotiaclov, M. (2008). The effectiveness of Training and support program for parents of children with disabilities: A Randomised controlled traik. *Journal of Psychosomatic Research*, 64 , PP 55 – 62 .
- Botvin, G., Griffin, K.W. (2004). Life skills training: empirical Findings and Future directions. *Journal of primery prevention*. Vol 25(2). PP 211–232 .

- Christo phersen, E. and mortweet vansy coyos, S. (2007). *The kole of cognitive Behavioral Therapy in Treating common problems in childhood*. Available at: [File://I:\](#) the Role of cognitive Behavioral Therapy in Treating common. htm
- Gonzalez, M.D. (2003). Remedial intervention For children with behavior disorders. *Journal of psychology*; vol 4(1). PP 37 – 5 .
- Patterson, Janis., Carter, Sarnia., Gao, Wsazhen., Perese, Land. (2007). *Journal of child psychology and psychiatry*; vol 48(5), PP 514 .
- Koblinsky, S.A., Kuvalanka, A.K., Randolph, S.M. (2006). Social Skills and behavior Problems of Urban, African American Preschoolers: Role of Parenting Practices, Family Conflit, and Maternal Depression. *Journal of American Orthopsychiatry*, 76 , pp 554 .
- Lam, K Wendy., Stewart, William Fals., Kelly, Michell. (2008). Effects of parent skills Training with Behavioral couples Therapy for alcoholism on children: A randomized clinical pilot trail. available at: Science Direct *Addictive Behavior* (33). PP 1076 – 1080 .
- Rolin M., Darylm G.B. (2002). Teacher and observer ratings of head start childrens social skills. *Journal of Early childhood Reasearch oearlerly*; vol 17(4), PP 581 – 595 .
- Rutter, Michaels. (1967). A children behavior questionnaire for completion by teachers: preliminary findings. *Journal of child psycho, psychiat*; vol. 8 , PP 2 – 10 .
- Turner, K.M., Richards, M; Sander, M.R. (2007). *Journal of paediatrics and child Health*; Vol 43(6), PP 429 .
- Unicef. (2003). Wich skills are life skills? Available at: [www.life](http://www.life) skill-based education.

تاریخ وصول: ۸۷/۹/۲۵

تاریخ پذیرش: ۸۷/۱۲/۱۶