

دو فصلنامه علمی تخصصی پژوهش در آموزش ابتدایی

سال اول، شماره ۱، بهار و تابستان ۱۳۹۸. صفحات: ۲۱-۱۲.

## اثر بخشی آموزش گروهی حل مسئله بر کاهش خصومت و طرحواره های ناسازگار دانش آموزان ابتدایی

مرضیه گنجوی<sup>۱\*</sup>

<sup>۱\*</sup> دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی زرنده، زرنده، ایران (نویسنده مسئول).

Email: Marzieh.Ganjavi@gmail.com

### چکیده

هدف انجام پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی آموزش گروهی حل مسئله بر کاهش خصومت و طرحواره های ناسازگار دانش آموزان ابتدایی بود. روش پژوهش شبه آزمایشی در قالب پیش آزمون- پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دوره دوم ابتدایی شهرستان کرمان در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ بود، روش نمونه گیری طبقه ای تصادفی متناسب با حجم جامعه بوده، حجم نمونه ۳۰ نفر (۱۵ نفر به عنوان گروه کنترل و ۱۵ نفر به عنوان گروه آزمایش) بود. ابتدا با استفاده از پرسشنامه مقیاس مهار افراطی - خصومت و پرسشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ، ۳۰ دانش آموز ابتدایی که در مقیاس مهار افراطی - خصومت و طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ، نمرات پایین تر از میانگین را کسب کردند به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب و سپس گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه تحت آموزش گروهی حل مسئله قرار گرفتند و در پایان دوره مجدداً پس آزمون بر روی هر دو گروه اجرا شد و نتایج با استفاده از نرم افزار spss21 در سطح معنی داری ۰/۰۵ و از طریق آزمون کوواریانس یک طرفه، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که آموزش گروهی حل مسئله، در کاهش خصومت و طرحواره های ناسازگار اولیه موثر بوده است.

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۲۳ دی ۱۳۹۷

پذیرش: ۲۶ فروردین ۱۳۹۸

### واژگان کلیدی:

حل مسئله، کاهش خصومت، طرحواره های ناسازگاری، دانش آموزان ابتدایی

### Journal of Research in Elementary Education

Volume 1, Issue 1, Spring and Summer 2019. Pages:12-21.

## Investigate The Effect of Group Problem Solving Training on Reducing Hostility and Early Elementary Students of Schema Incompatibility

Marzieh Ganjavi<sup>1</sup>

<sup>1</sup> PhD Student of Psychology, Islamic Azad University of Zarand, Zarand, Iran (Corresponding Author)

### ARTICLE INFORMATION

Received: 13 January 2019

Accepted: 15 April 2019

### Keywords:

Problem solving, Reducing hostility, The Schema Conflict, Elementary Students

### ABSTRACT

The aim of the present study was conducted to investigate the effect of group problem solving training on reducing hostility and incompatible schemas elementary students. Research method in the form of cloud-based pseudo ago test-then matching along with a control group. The statistical community this research all elementary students in the city of Kerman, the second period of the school year were 97-1396, simple random sampling methods, sample size 30 (15 people as the control group and the experimental group used to 15 people). Beginning with the use of the extreme scale inhibition questionnaire - the initial hostility and conflict schema questionnaire yang elementary students that on the scale extreme harness - the initial hostility and incompatible schemas Yang scores were lower than the average of the sample selected and then as a research group to fashion 8 d problem solving group training sessions have taken place and at the end of the period again after the test was run on each of the two groups And the results using spss21 software on the surface and through significant covariance test 0.05 one-way, case analysis. The results showed that a group problem solving training in reducing hostility and conflict of the effective initial schema.

## مقدمه

حل مسئله یا مسئله‌گشایی فرایندی است شناختی، که فرد می‌کوشد به‌وسیله آن راه حل مناسبی برای یک مشکل پیدا کند. در نظر بسیاری از مردم، حل مسئله عالی‌ترین نمونه اندیشیدن است. همچنین یکی از اهداف مهم نظام‌های تعلیم و تربیت مدرن، پرورش افرادی است که قادر باشند بر مسائل و مشکلاتشان در زندگی روزمره و در محیط اجتماعی به آسانی غلبه کنند، این نظام‌های آموزشی به افراد کمک می‌کند تا دانش، مهارت و نگرش لازم برای غلبه بر مشکلاتشان را کسب کنند. حل مسئله به صورت فعالیت در گروه‌های کوچک، بستر مناسبی برای دستیابی به بسیاری از اهداف ناظر بر تربیت اخلاقی مانند مسئولیت‌پذیری، رعایت حقوق دیگران، ارزش‌گذاری به کار دیگران و در نظر گرفتن عدالت در بحث و گفت‌وگو خواهد بود. در حل مسئله پیدا کردن راه حل مخصوصی برای یک مسئله<sup>۱</sup> ویژه مد نظر نیست. مهم آن است که در اثر حل مسئله، یک اصل و یک قانون انتزاعی به دست آید که برای موفقیت‌های دیگر تعمیم‌پذیر باشد. به همین سبب است که یادگیری به دست آمده از حل مسئله، از سایر یادگیری‌ها، انتقال‌پذیری بیشتری به موقعیت‌های جدید دارد. یکی از بیماری‌های زبان که مایه پدید آمدن دشمنی و از هم‌گسیختگی جامعه بشری می‌شود «خصومت»<sup>۱</sup> است. «خصومت» بیماری رایجی است که بسیاری از انسان‌ها به آن دچارند. «خصومت» پیکاری لفظی است که موجب نفاق و زنده‌شدن کینه می‌شود. این بیماری ممکن است به شکل‌های متفاوتی آشکار شود که ضمن تشریح آن‌ها راه‌های مناسبی برای درمان این بیماری می‌شود (Masoudnia, 2012). «خصومت» یک ویژگی شخصیتی است که به عنوان نگرش نسبتاً زیان‌بار و ارزیابی‌های منفی از رویدادها و اشخاص تعریف می‌شود. این ویژگی باعث رشد سبک خصمانه در روابط بین فردی می‌شود که با رقابت، مبارزه و طفره رفتن مشخص می‌گردد (Zahed et al, 2014). خصومت و پرخاشگری علائمی دارد از جمله: خشمگین شدن، عصبانیت ناگهانی، تمایل شدید به کتک زدن، آزار و اذیت دیگران، میل شدید به شکستن اشیاء، زیاد درگیر شدن، جر و بحث و داد و فریاد کردن (Hashemi, 2011).

طرحواره‌ها<sup>۲</sup> از ابتدای زندگی شکل گرفته و در تمام طول زندگی، فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهند؛ اما طرحواره‌های اولیه باورهایی هستند که افراد درباره خود، دیگران و محیط دارند و به طور معمول از ارضا نشدن نیازهای اولیه به‌خصوص نیازهای عاطفی در دوران کودکی سرچشمه می‌گیرند. در واقع طرحواره‌های ناسازگاری اولیه<sup>۳</sup> در طول زندگی ثابت و پابرجا هستند. این طرحواره‌ها به شخص کمک می‌کند تا تجارب خود را درباره جهان پیرامون سامان دهند و اطلاعات دریافتی را پردازش کنند (Yousefnejad, 2011). طرحواره‌های ناسازگار اولیه، دارای ویژگی‌هایی از قبیل درون‌مایه‌های عمیق، فراگیر، مکرر، به شدت ناکارآمد و برگرفته از خاطرات، هیجان‌ها و شناخت‌واره‌ها و احساسات بدنی هستند و هنگام فعال شدن، سطح بالایی از عواطف را در بر می‌گیرند که حاصل تعامل خلق و خوی کودک با تجارب ناکارآمد او با خانواده و اطرافیان در سال‌های اول زندگی است که در مسیر زندگی تداوم دارند و ساختارهای عمیق و غیر قابل انکار و تغییر دارند. طرحواره‌های ناسازگار برای بقای خودشان می‌جنگند و این نتیجه تلاش برای هماهنگی شناختی است (Young, 1999).

طرحواره‌های یانگ با توجه به پنج نیاز هیجانی ارضا نشده به پنج حوزه بریدگی و طرد<sup>۴</sup>، خودگردانی و عملکرد مختل<sup>۵</sup>، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی<sup>۶</sup>، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری<sup>۷</sup>، تقسیم می‌شود. زمانی که این طرحواره‌ها فعال می‌شوند می‌توانند بر ادراک، واقعیت و پردازش شناختی فرد اثر بگذارند (Kazemi, 2014).

1- Hostility

2- Schemas

3-Early maladaptive sehemas

6- Disconnection and Rejection

7-Impaired Autonomy And performance

8- Other -Directedness

9- Overvigilance/ Inhibition

مهارت حل مسئله فرایندی شناختی- رفتاری است که افراد به وسیله آن راهبردهای موثر مقابله با موقعیت مسئله‌ساز در زندگی را کشف و شناسایی می‌کنند به طور کلی، حل مسئله به فرایند شناختی- رفتاری و ابتکاری فرد اطلاق می‌شود که به وسیله آن فرد می‌خواهد راهبردهای موثر سازگارانه مقابله‌ای برای مشکلات روزمره را تعیین، کشف یا ابداع کند. به عبارت دیگر حل مسئله یک راهبرد مقابله‌ای مهم است که توانایی و پیشرفت شخصی و اجتماعی را افزایش و تنیدگی و مشکلات روانی بسیاری را کاهش می‌دهد (Dzunila & Sheedy, 1994).

در نظر بسیاری از مردم، حل مسئله، عالی‌ترین نمونه<sup>۱</sup> اندیشیدن است. یکی از اهداف مهم نظام‌های تعلیم و تربیت مدرن، پرورش افرادی است که قادر باشند بر مسائل و مشکلاتشان در زندگی روزمره و در محیط اجتماعی به آسانی غلبه کنند. حل مسئله به صورت فعالیت در گروه‌های کوچک، بستر مناسبی برای دستیابی به بسیاری از اهداف ناظر بر تربیت اخلاقی مانند مسئولیت‌پذیری، رعایت حقوق دیگران، ارزش‌گذاری به کار دیگران و در نظر گرفتن عدالت در بحث و گفت‌وگو خواهد بود. در این رویکرد به افراد آموزش داده می‌شود تا روشی منظم برای غلبه بر مسائل خود استفاده کنند (Malekpour and Molavi, 2010).

تحقیقات زیادی در زمینه اثربخشی آموزش گروهی حل مسئله بر کاهش خصومت و طرحواره‌های ناسازگار انجام شده است. تحقیقی با عنوان «اثربخشی آموزش حل مسئله<sup>۲</sup> گروهی بر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با آسیب بینایی» روشن ساخت که شرکت دانش‌آموزان با آسیب بینایی در جلسات آموزشی حل مسئله، میزان مهارت‌های اجتماعی آنان را می‌افزاید و مشکلات رفتاری آنان را کاهش می‌دهد. آموزش حل مسئله بر کاهش پرخاشگری افراد موثر است (Bahrami, 2009). رویکرد طرحواره درمانی به شیوه گروهی بر تعدیل طرحواره‌های ناسازگار اولیه در کاهش افسردگی زنان معنا دار بوده است. حجازی و همکاران (Hejazi and et al, 2009) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که آموزش اثربخشی گروهی حل مسئله بر میزان ناسازگاری اجتماعی زنان مبتلا به اختلال خلقی دو قطبی، باعث تفاوت میانگین سازگاری اجتماعی در مرحله قبل و بعد می‌شود. وکیلی (2010) به این نتیجه رسید که تاثیر آموزش حل مسئله در کنترل خشم دانش‌آموزان ابتدایی نشان داد تفاوت معنی‌داری از نظر میزان خشم در دو گروه دیده می‌شود. تحقیق ایزدی طامه و همکاران (Izadi Tameh and et al, 2010) نشان داد که روش صبر در کاهش پرخاشگری از روش مداخله حل مسئله در انتخاب راهبرد مسئله‌مدارانه موثرتر است. همچنین پاپیزی و همکاران (Paeizi and et al, 2010) تحقیقی با عنوان «بررسی تاثیر گروهی حل مسئله بر برخی ویژگی‌های روان‌شناختی دانش‌آموزان ابتدایی اقدام‌کننده به خودکشی» نشان داد که تفاوت معنی‌داری در متغیرهای افسردگی، ناامیدی و مهارت‌های مقابله‌ای وجود دارد و آموزش مهارت‌های حل مسئله می‌تواند در کاهش میزان افسردگی، کاهش میزان ناامیدی و نیز در بهبود مهارت‌های مقابله‌ای دانش‌آموزان ابتدایی اقدام‌کننده به خودکشی موثر باشد. شکوهی یکتا و همکاران (Shokoohi Yekta and et al, 2012) نیز در تحقیقی با عنوان اثر بخشی آموزش حل مسئله، مدیریت خشم بر سبک‌های تربیتی، پرخاشگری و شادکامی مربیان پیش دبستانی نشان داد میانگین خصومت و شادکامی به طور معناداری کاهش و افزایش یافته است. طرحواره درمانی در تعدیل طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کاهش حساسیت اضطرابی در دانشجویان اثربخش بوده است (jafari and et al, 2015). آموزش مهارت‌های حل مسئله و مدیریت خشم بر کاهش افسردگی در زندانیان در تحقیق میرزایی و همکاران (Mirzaei and et al, 2016) نیز نشان داد که از نظر میانگین نمره افسردگی در پس‌آزمون و آزمون پیگیری، تفاوت معنی‌داری داشتند و آموزش مهارت‌های حل مسئله و مدیریت خشم موجب بهبود علائم افسردگی در زندانیان شد.

برخی پژوهش‌ها در خارج نیز نشان داده است که آموزش مهارت‌های حل مسئله باعث ارتقای سازگاری فردی، عزت نفس، مدیریت استرس، بحران هویت، انگیزش و اختلال افسردگی دانش‌آموزان ابتدایی و بزرگسالان می‌شود (2009 Tellado). آموزش مهارت حل مسئله باعث بهبود کیفیت زندگی و سلامت روان از طریق افزایش نگرش مثبت به حل مسئله و ترویج تغییرات مثبت در عملکرد مقابل‌های می‌شود. آموزش راهبردهای شناختی رفتاری حل مسئله موجب کاهش

پرخاشگری و رفتار ایدایی در دانش آموزان مبتلا به اختلالات رفتاری از جمله اختلال نافرمانی و سلوک می‌گردد و باعث نیرومند ساختن رفتارهای اجتماع پسند و افزایش شناخت اجتماعی و بهبود روابط با همسالان می‌شود و رفتارهای ناسازگارانه را در آن‌ها تا حد زیادی کاهش می‌دهد؛ با توجه به اینکه در آموزش گروهی به شیوه حل مسئله، شخص یاد می‌گیرد که راه حل مناسبی را برای مشکلات خود پیدا کند؛ بنابراین هدف از انجام این پژوهش این است که اثر بخشی آموزش گروهی به شیوه حل مسئله را بر کاهش خصومت و طرحواره های ناسازگار اولیه در دانش آموزان ابتدایی شهر کرمان مورد بررسی قرار دهد.

### روش پژوهش

این پژوهش از نوع شبه‌آزمایشی، با طرح آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دوره دوم ابتدایی شهرستان کرمان در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ است که تعداد آن‌ها ۷۳۴۶ نفر بود. برای نمونه‌گیری در این پژوهش از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم استفاده شده است. برای نمونه‌گیری ابتدا از بین دو ناحیه، ناحیه یک آموزش و پرورش انتخاب گردید و پس از هماهنگی با کارشناس مسئول ابتدایی، لیست مدارس ابتدایی دوره دوم دریافت شد و با توجه به حجم جامعه آماری، از بین دختران و پسران، پسران انتخاب گردیدند. همچنین سعی شد به جهت کنترل متغیرهای مداخله‌گر دانش آموزان از یک پایه تحصیلی انتخاب شوند، سپس با مراجعه به پرونده تربیتی آنها ۳۰ نفر که براساس گزارش خانواده، معلم و اولیا و مشاور مدرسه ناسازگار شناخته شده بودند و پرسشنامه طرح‌های ناسازگار اولیه و خصومت را تکمیل کرده و بیشترین نمره را داشتند انتخاب و ضمن توجیه خانواده‌ها و هم‌تاسازی به صورت تصادفی، در دو گروه گواه و آزمایش جایگزین شدند و پروتکل آموزشی به مدت ۸ جلسه ۱/۵ ساعته بر روی گروه آزمایش به اجرا درآمد.

### ابزار پژوهش

۱- پرسشنامه خصومت: این پرسشنامه را نیک‌خواه در سال ۱۳۷۸ به فارسی ترجمه کرد. این پرسشنامه، دانش آموزان را از نظر خصومت می‌سنجد و شامل ۳۰ سوال است که دانش آموزان با خصومت بالا را نشان می‌دهد. (به نقل از کرمی، ۲۰۰۱) برای نمره‌گذاری به پاسخ‌های منطبق بر خصومت نمره «۱» و پاسخ‌های غیرمنطبق بر خصومت نمره «۰» تعلق می‌گیرد. مجموع نمره‌ها نشان‌دهنده خصومت فرد است. نمره پایین، خصومت پایین و نمره بالا خصومت بالا را نشان می‌دهد. ضریب پایایی این آزمون را با روش دو نیمه کردن ۰/۹۵ و با روش بازآزمایی ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. (alipour, 1390) نویدی در سال ۱۳۸۷ نیز با اجرای این پرسشنامه در مورد ۱۶۴ دانش آموز، ضریب آلفای کرونباخ برای خصومت ۰/۸۲ گزارش کرده است.

۲- پرسشنامه طرحواره یانگ: در این پرسشنامه ۷۵ آیتمی که بر پایه یافته‌های اشمیت و همکاران انجام شده، یانگ (1998) (پانزده طرحواره غیر انطباقی اولیه را ارزیابی می‌کند. این طرحواره‌ها عبارتند از: ره‌اشدگی/ بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، محرومیت هیجانی، وابستگی، وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به بیماری، خودتحوّل نیافته/ گرفتار، شکست، استحقاق/ بزرگ‌منشی، خودکنترلی، ناکافی، اطاعت، فداکاری، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/ بیش انتقادی. هر سوال بر یک مقیاس ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. در این پرسشنامه هر ۵ سوال، یک طرحواره را می‌سنجد. چنانچه میانگین هر خرده مقیاس بالاتر از ۲۵ باشد آن طرحواره ناکارآمد است. پایایی و روایی این ابزار در پژوهش‌های متعددی به اثبات رسیده است (tiyan and baranof, 2010). در ایران آهی و همکاران (2006) همسانی درونی پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ در حدود ۰/۹۸ به دست آوردند.

۳- جلسه‌های آموزشی مهارت حل مسئله: پایه‌گذار شیوه حل مسئله دزوریلا و گلدفرید ۱۹۷۰ هستند. در این پژوهش نیز مهارت حل مسئله به شیوه دزوریلا و گلدفرید در ۸ جلسه ۱/۵ ساعته، هفته‌ای یک جلسه به مدت دو ماه به شرح زیر اجرا شد.

جلسه اول: فهرستی از قواعد و ضوابط شرکت در برنامه، نظیر رازداری، صراحت، برخورد به دور از قضاوت و عدم پیش-داوری برای دانش‌آموزان بیان و سپس مسئله، مقابله مساله‌مدار و هیجان‌مدار تعریف شد.

جلسه دوم: در این جلسه به دانش‌آموزان این موضوع آموزش داده شد که قدم اول در حل موفقیت‌آمیز مشکل این است که این ادراک را در خود پرورش دهند و به خود بگویند که "تو می‌توانی مشکلات را حل کنی"، سپس گفته شد وقتی با مشکلی مواجه می‌شوند، اولین قدم اتخاذ نگرش حل مسئله و شناسایی خودگویی‌های منفی و مبارزه با آن‌ها از طریق گفت-وگویی درونی مثبت است.

جلسه سوم: تعریف مشخص و واضح مشکل آموزش داده شد و بیان شد که مشکلات بزرگ را باید به گام‌های کوچک تقسیم کرد تا هر بار یک بخش آن حل و فصل شود. در این جلسه دانش‌آموزان یاد گرفتند مشکل را تعریف کنند. به این روش که برای حل یک مشکل اول باید بدانند «مشکل چیست؟»؛ زیرا تا وقتی که ندانند مشکل دقیقاً چیست نمی‌توانند آن را حل کنند.

جلسه چهارم: در این مرحله خوب فکر کردن و فهرست کردن تمامی راه‌حل‌های ممکن برای حل مشکل مورد نظر، با استفاده از فن بارش فکر آموزش داده شد و بر این نکته تاکید شد که روش مناسب برای یافتن راه‌حل‌های مختلف برای حل یک مشکل، استفاده از فن بارش فکر است.

جلسه پنجم: این موضوع که بتوانند از بین راه‌حل‌های مطرح شده، بهترین راه حل را انتخاب کنند، آموزش داده شد و خاطر نشان گشت که در این مرحله از حل مشکل، لازم است قبل از استفاده از یک راه حل، نتیجه و پیامد هر راه حل را پیش بینی و سپس با مقایسه پیامدها و نتایج راه‌حل‌های مختلف، بهترین راه حل را انتخاب کنند و در انتخاب راه‌حل‌ها به امکان عملی بودن آنها نیز توجه کنند و راه‌حلی انتخاب نمایند که بتوانند آن را به عمل در آورند و با اعتقادات و ارزش‌های آنها تناسب داشته باشد.

جلسه ششم: به اجرا گذاشتن راه حل انتخاب شده آموزش داده شد. به این ترتیب که پس از انتخاب بهترین راه حل از بین راه‌حل‌های ممکن آن را به اجرا بگذارند و در عمل نتیجه آن را ارزیابی کنند.

جلسه هفتم: به آنها آموزش داده شد که به ارزشیابی و نتیجه‌گیری از اجرای راه حل انتخاب شده بپردازند و ارزیابی کنند که آیا راه حل مورد نظر، موثر و رضایت بخش بوده است یا خیر؟ اگر راه انتخاب شده در رفع مشکل موفقیت‌آمیز بوده است، چه بهتر، در غیر این صورت باید مراحل حل مسئله را مرور کنند و ببینند در کجا اشکال وجود داشته که مشکل حل نشده است.

جلسه هشتم: در این جلسه همه مراحل حل مسئله با مثال‌های عینی درباره مشکلات دانش‌آموزان شرکت کننده به طور عملی تمرین و جهت یادگیری موثرتر و تثبیت آموزش مرور شد. در این جلسه پایانی نظرات دانش‌آموزان در مورد احساسشان از شرکت در این دوره آموزشی جمع‌بندی و بر استفاده مستمر روش حل مسئله در زندگی تاکید شد.

### شیوه اجرا

پس از اجرای پیش‌آزمون ۳۰ دانش‌آموزی که خصومت و ناسازگاری داشتند شناخته شدند و با همتاسازی و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین گشتند. برنامه آموزش گروهی مهارت حل مسئله در گروه آزمایش اجرا شد و گروه گواه آموزشی ندید. در مرحله پس‌آزمون و دوماه بعد در مرحله پیگیری برای بررسی ماندگاری اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله، آزمون سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی در مورد هر دو گروه اجرا و برای تحلیل داده‌ها از روش آماری

تحلیل کواریانس و روش اندازه گیری مکرر استفاده شد. برای رعایت اصول اخلاقی پس از پایان تمامی مراحل پژوهش به گروه گواه نیز مهارت حل مسئله به صورت فشرده در هشت جلسه آموزش داده شد.

### یافته های پژوهش

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد نمرات کل پیش آزمون، پس آزمون در طرحواره های ناسازگاری اولیه و ابعاد آن در خصومت در گروه کنترل

شاخص های اماری			آزمون	مقیاس
انحراف استاندارد	میانگین	تعداد		
۷۴/۱۲	۵/۲۷	۱۵	پیش آزمون	طرحواره های ناسازگاری اولیه
۷۰/۸۰	۵/۲۶	۱۵	پس آزمون	
۷۴/۵۳	۴/۴۲	۱۵	پیش آزمون	بریدگی و طرد
۷۲/۳۷	۴/۴۵	۱۵	پس آزمون	
۷۶/۵۴	۳/۳۹	۱۵	پیش آزمون	خودگردانی و عملکرد مختل
۷۲/۱۹	۴/۰۲	۱۵	پس آزمون	
۶۸/۱۶	۴/۸۳	۱۵	پیش آزمون	محدودیت های مختلف
۷۳/۴۶	۴/۸۲	۱۵	پس آزمون	
۷۲/۱۴	۵/۶۰	۱۵	پیش آزمون	دیگرجهت مندی
۶۸/۵	۵/۵۸	۱۵	پس آزمون	
۶۷/۱۴	۳/۲۷	۱۵	پیش آزمون	گوش به زنگی بیش از حد
۶۵/۲۸	۳/۲۰	۱۵	پس آزمون	
۷۸/۷۰	۲۴	۱۵	پیش آزمون	خصومت
۷۶/۴۱	۲۵	۱۵	پس آزمون	

میانگین و انحراف استاندارد طرحواره های ناسازگار اولیه و ابعاد آن و خصومت در گروه کنترل در پیش آزمون و پس آزمون در جدول بالا مشاهده می گردد.

جدول (۲) خلاصه نتایج تحلیل کواریانس در مورد اثر بخشی آموزش گروهی حل مسئله بر کاهش خصومت در دانش آموزان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig	ضریب اتا
پس آزمون	۲۴۳۲/۹۲	۱	۲۴۳۲/۹۲	۱۲۵/۴۰	۰/۰۰۰	۰/۰۷
خطا	۵۲۳/۹۶	۲۷	۱۹/۴۰			
کل	۲۸۲۱۱/۲۶	۳۰				

جدول (۲) نشان می دهد آموزش حل مسئله باعث کاهش خصومت گروه آزمایشی نسبت به گروه گواه شده است. با توجه به توان آزمون می توان گفت آموزش حل مسئله در حدود ۷ درصد از واریانس پس آزمون یعنی کاهش خصومت را به خود اختصاص داده است.

جدول (۳) خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس در مورد اثر بخشی آموزش گروهی حل مسئله بر کاهش طرحواره های ناسازگار اولیه دانش آموزان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig	ضریب اتا
پس آزمون	۱۵۴۵۷/۳۹	۱	۱۵۴۵۷/۳۹	۲۹۴/۳۷	۰/۰۰۰	۰/۲۵
خطا	۱۴۱۷/۷۷	۲۷	۵۲/۵۱			
کل	۲۳۱۳۲/۵۱	۳۰				

جدول (۳) نشان می‌دهد آموزش حل مسئله باعث کاهش طرحواره های ناسازگار اولیه دانش آموزان گروه آزمایشی نسبت به گروه گواه شده است. با توجه به توان آزمون آموزش حل مسئله در حدود ۲۵ درصد از واریانس پس آزمون یعنی کاهش طرحواره های ناسازگار اولیه را به خود اختصاص داده است.

جدول (۴) نتایج آزمون تحلیل کوواریانس ابعاد طرحواره های ناسازگار اولیه دانش آموزان

ابعاد	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig	ضریب اتا
بریدگی و طرد	پس آزمون	۳۸۷/۵۸	۱	۳۸۷/۵۸	۷۶/۷۹	۰/۰۰۰	۰/۶۰
	خطا	۱۳۳/۳۵	۲۷	۴/۹۳			
	کل	۶۲۶/۱۱	۳۰				
خودگردانی و عملکرد مختل	پس آزمون	۱۰۴/۸۷	۱	۱۰۴/۸۷	۳۵/۰۷	۰/۰۰۰	۰/۵۶
	خطا	۸۰/۹۳	۲۷	۲/۹۹			
	کل	۱۹۱/۱۹۹	۳۰				
محدودیت‌های مختل	پس آزمون	۲۸۶/۱۶	۱	۲۸۶/۱۶	۲۹/۳۱	۰/۰۰۰	۰/۵۲
	خطا	۲۶۳/۷۷	۲۷	۹/۷۶			
	کل	۵۵۱/۳۸	۳۰				
دیگر جهت مندی	پس آزمون	۶۱۹/۱۸	۱	۶۱۹/۱۸	۵۰/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۶۵
	خطا	۳۲۸/۲۱	۲۷	۱۲/۱۵			
	کل	۹۵۹/۷۵	۳۰				
گوش به زنگی بیش از حد	پس آزمون	۵۷۸/۶۷	۱	۵۷۸/۶۷	۳۸/۳۲	۰/۰۰۰	۰/۵۱
	خطا	۴۰۷/۹۱	۲۷	۱۵/۱۰			
	کل	۹۸۸/۴۷	۳۰				

نتایج تحلیل کوواریانس حاصل از آزمون فرضیه سوم (جدول شماره ۴) نشان می‌دهد که «آموزش گروهی به شیوه حل مسئله بر ابعاد طرحواره‌های ناسازگار اولیه تاثیر دارد» همان طور که در سطر جدول گروه جدول ۴ مشاهده می‌شود، ضریب اتا ابعاد مختلف طرحواره‌های ناسازگار اولیه دانش‌آموزان به ترتیب عبارت از ۰/۶۰، ۰/۵۶، ۰/۵۲، ۰/۶۵، ۰/۵۱ است و این بدین معنی است که آموزش گروهی حل مسئله توانسته است در کاهش طرحواره های ناسازگار اولیه موثر باشد.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتیجه این پژوهش حاکی از آن بود که آموزش مهارت‌های حل مسئله بر کاهش «خصوصیت» تاثیر می‌گذارد؛ این یافته با نتایج پژوهش حجازی و همکاران (Hejazi and et al, 2009)، بهرامی (Bahrami, 2009)، ایزدی طامه و همکاران (Izadi Tameh and et al, 2010)، پاییزی و همکاران (Paeizi and et al, 2010)، شکوهی یکتا و همکاران (Shokoohi Yekta and et al, 2012) و میرزایی و همکاران (Mirzaei and et al, 2016) همخوانی دارد. این نتایج بیانگر آن است که حل مسئله

اصولا یک فرایند مقابله هشیار، عقلانی پر تلاش و هدفمند است که می‌تواند توان فرد را برای درگیری موثر با طیف وسیعی از موقعیت‌های فشار زا بالا ببرد. حل مسئله شامل یک رشته پاسخ‌های رفتاری و اعمال شناختی و عاطفی است که به منظور سازگاری با درگیری‌های درونی و یا محیطی، به سمت هدف خاصی جهت یافته شد. آموزش مهارت حل مسئله برای کمک به کودکان و دانش‌آموزان ابتدایی به منظور مواجهه موثرتر با موقعیت‌های پرتعارض مورد استفاده قرار گرفته است. از شیوه حل مسئله برای درمان افرادی که مشکلاتی در سازگاری دارند، افرادی که دست به خودکشی می‌زنند، افرادی که دارای مشکلات زناشویی هستند و به طور کلی افرادی که مشکلات ارتباطی و شناختی دارند و بیماران افسرده، استفاده شده است که تقریبا همگی موفقیت‌آمیز بوده است؛ بنابراین آموزش حل مسئله یکی از موفق‌ترین راه‌کارهای مبارزه با خصومت در دانش‌آموزان ابتدایی و جوانان است. آموزش مهارت‌های حل مسئله می‌تواند «خصومت» و ناسازگاری را کاهش دهد و روش درمانی موثری برای کاهش میزان خصومت و ناسازگاری اولیه افراد باشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت وقتی فرد بتواند با توانایی مهارت حل مسئله، مشکلات جاری زندگی خویش را با موفقیت پشت سر بگذارد، هیجان مثبتی در او تولید می‌شود که احساس رضایت‌مندی و افزایش اعتماد به نفس را برای او به دنبال دارد که این خود بستری برای سازگاری بهتر عاطفی و اجتماعی وی با محیط و اطرافیانش می‌شود.

نتیجه دیگر پژوهش حاضر حاکی از این بود که آموزش گروهی به شیوه حل مسئله بر طرحواره های ناسازگار اولیه تاثیر می‌گذارد؛ این نتیجه با یافته‌های پژوهش جعفری و همکاران (Jafari and et al, 2015) همسو است. این نتایج نشان داد که آموزش حل مسئله می‌تواند بر بهبود طرحواره‌های ناسازگار اولیه تاثیر گذار باشد و از آنجا که طرحواره‌های ناسازگار اولیه موجب اختلالات هیجانی می‌شوند، این طرحواره‌ها، الگوهایی با درون‌مایه‌های عمیق و فراگیر هستند که از خاطرات، هیجان‌ها، شناخت‌واره‌ها و احساسات بدنی تشکیل شده‌اند، در دوره کودکی یا نوجوانی شکل گرفته‌اند، در مسیر زندگی تداوم دارند، درباره خود و روابط با دیگران هستند و به شدت ناکارآمدند، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، به علت تمایل بشر به هماهنگی شناختی، برای بقای خودشان می‌جنگند؛ به گونه‌ای که فرد رفتارهای درونی یا بیرونی انجام می‌دهد تا وضعیت فعلی طرحواره را حفظ کند؛ بنابراین بهبودی این طرحواره‌ها از اهم زندگی افراد است و یکی از راه‌کارهای موثر بر آن آموزش حل مسئله است. پژوهش حاضر با پژوهش جعفری و همکاران (Jafari and et al, 2015) همخوانی دارد. نتایج این پژوهش‌ها شواهدی را پیشنهاد می‌کند که حل مسئله روش درمانی مناسبی برای تعدیل نمودن طرحواره‌های ناسازگار اولیه و کاهش حساسیت اضطرابی دانش‌آموزان می‌باشد. یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که آموزش گروهی به شیوه حل مسئله بر ابعاد طرحواره‌های ناسازگار اولیه تاثیر می‌گذارد، در تبیین این یافته می‌توان گفت در دوره نوجوانی، به دلیل تغییرات جسمی، عاطفی و روانی دستخوش تحولاتی می‌شوند که ممکن است عملکرد اجتماعی، تحصیلی، عاطفی و ارتباط بین فردی آنها را مختل کند. بیمارانی که طرحواره ایشان در حوزه بریدگی و طرد قرار دارد نمی‌توانند دل‌بستگی‌های ایمن و رضایت‌بخشی با دیگران برقرار کنند. چنین افرادی معتقدند که نیاز آنها به ثبات، امنیت، محبت، عشق و تعلق خاطر برآورده نخواهد شد. خانواده‌های اصلی آنها معمولا بی‌ثبات‌رها شدگی / بی‌ثباتی (بد رفتاری / بی‌اعتمادی / بد رفتاری (سرد و بی‌عاطفه (محرومیت هیجانی (طرد کننده (نقص / شرم (یا منزوی (انزوای اجتماعی و بیگانگی) هستند. بیمارانی که طرحواره ایشان در حوزه بریدگی طرد قرار می‌گیرد (مخصوصا چهار طرحواره اول) اغلب بیشترین آسیب را می‌بینند. خودگردانی یعنی توانایی فرد برای جدا شدن از خانواده و عملکرد مستقل. این توانایی در مقایسه با افراد هم سن و سال سنجیده می‌شود. بیمارانی که طرحواره ایشان در این حوزه قرار دارد از خودشان و محیط اطرافشان انتظاراتی دارند که در توانایی آنها برای تفکیک خود از نماد والدین و دستیابی به عملکرد مستقلانه مانع ایجاد می‌کند. والدین این بیماران برای آنها هر کاری انجام می‌دادند و به شدت از آنها حمایت می‌کردند و گاهی بر عکس، به ندرت از آنها مراقبت یا نگهداری می‌نمودند (که مورد اخیر بسیار نادر است). افراط و تفریط در حمایت از کودک، منجر به بروز مشکلاتی در حوزه خودگردانی می‌شود. بیمارانی که طرحواره‌هایشان در این حوزه محدودیت‌های مختل قرار دارد، محدودیت‌های درونی آنها در زمینه احترام



متقابل و خویشتن‌داری به اندازه کافی رشد نکرده است. آن‌ها ممکن است در خصوص احترام به حقوق دیگران، همکاری کردن، متعهد بودن یا دستیابی به اهداف بلند مدت مشکل داشته باشند. علاوه بر این چنین بیمارانی اغلب خودخواه، لوس، بی مسئولیت یا خود شیفته به نظر می‌رسند. آن‌ها معمولاً در خانواده‌هایی بزرگ شده‌اند که خیلی سهل‌انگار و بیش از حد مهربان بوده‌اند. گاهی اوقات طرحواره استحقاق می‌تواند شکلی از جبران افراطی طرحواره های دیگر مثل محرومیت هیجانی باشد. بیمارانی که طرحواره‌هایشان در حوزه دیگر جهت‌مندی قرار دارد، به جای رسیدگی به نیازهای خود به دنبال رضای نیازهای دیگران هستند آن‌ها این کار را برای دستیابی به تایید تداوم رابطه هیجانی یا اجتناب از انتقام انجام می‌دهند؛ این بیماران در روابط اجتماعی تمایل دارند بر پاسخ‌های دیگران بیشتر از نیازهای خودشان تاکید کنند بنابراین اغلب از خشم و تمایلات خودشان ناگاه هستند. آن‌ها در دوران کودکی آزاد نبوده‌اند تا از تمایلات طبیعی خودشان پیروی کنند و در بزرگسالی به جای اینکه از درون جهت‌دهی شوند از محیط بیرونی تاثیر می‌پذیرند و از خواسته‌های دیگران تبعیت می‌کنند. ریشه تحولی طرحواره‌های این حوزه مبتنی بر پذیرش مشروط بوده است؛ کودکان باید جنبه‌های مهم در شخصیت خود را برای دستیابی به عشق یا تایید دیگران مهار می‌کردند. در اکثر این خانواده‌ها والدین به جای توجه و اهمیت قایل شدن به نیازهای منحصر به فرد کودک، بیشتر نیازهای هیجانی یا منزلت اجتماعی خود را مهم می‌دانند. بیمارانی که طرحواره‌هایشان در این حوزه گوش به زنگی بیش از حد قرار دارد، احساسات و تکانه‌های خود انگیزانه واپس زنی می‌کنند. آن‌ها اغلب تلاش می‌کنند تا بتوانند طبق قواعد انعطاف‌ناپذیر و درونی شده خود، عمل کنند ولو به قیمت از دست دادن خوشحالی، ابراز عقیده، آرامش خاطر، روابط صمیمی یا سلامتی دوران کودکی این بیماران پر از خشونت، واپس زدگی و سختگیری بوده و خویشتن‌داری و فداکاری بیش از حد بر خود انگیزتگی و لذت غلبه داشته است. این بیماران در دوران کودکی به تفریح و شادی کردن تشویق نشده‌اند و در عوض یاد گرفته‌اند که در مورد حوادث منفی زندگی گوش به زنگ باشند و زندگی را طاقت‌فرسا در نظر بگیرند. این بیماران معمولاً در احساس بدبینی، نگرانی و ترس به سر می‌برند به طوری که معتقدند اگر نتوانند در تمام لحظات زندگی خود هوشیار و مراقب باشند ممکن است زندگیشان از هم بپاشد؛ بنابراین با توجه به حل مسئله گروهی می‌توان به تک تک این جنبه‌ها توجه نمود و برای بهبود آن‌ها تلاش کرد. با استفاده از نتایج این پژوهش و نحوه ایجاد سازگاری می‌توان زمینه شناسایی، پیشگیری و از بین بردن عوامل اختلال را برای دانش‌آموزان و سایر افراد جامعه، از طریق آموزش‌های حضوری و غیر حضوری مهارت حل مسئله فراهم کرد. به مسئولان توصیه می‌شود برنامه‌هایی برای برگزار دوره‌های آموزشی مهارت حل مسئله برای معلمان و مربیان تربیتی تدوین کنند تا آنها بتوانند هنگام آموزش مواد درسی با استفاده از شیوه حل مسئله، روش‌هایی چون ذهن‌انگیزی و بارش فکری که خلاقیت و اعتماد به نفس دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد، زمینه ایجاد سازگاری آنها را فراهم آورند. همچنین پیشنهاد می‌شود مربیان تربیتی آموزش‌دیده، به منظور فراهم آوردن شرایط لازم برای ارتقای سطح سازگاری دانش‌آموزان با استفاده از نتایج به دست آمده از این پژوهش به آموزش مهارت حل مسئله بپردازند. آموزش حل مسئله از طریق رسانه‌های گروهی و تاکید بر استفاده از گروه و کارهای گروهی جهت صرفه‌جویی در وقت و هزینه‌ها، موضوع دیگری است که می‌تواند به فراگیری مهارت‌های حل مسئله دانش‌آموزان و استفاده از سبک‌های سازنده و کارآمد حل مسئله در زندگی روزمره به آنها کمک کند؛ بنابراین به برنامه‌ریزان درسی و مربیان توصیه می‌شود که مواد آموزشی و کتاب‌ها را به گونه‌ای تدوین و تدریس کنند که زمینه رشد مهارت‌های حل مسئله را در دانش‌آموزان ایجاد کند. به مشاوران مدارس توصیه می‌شود که برای کمک به دانش‌آموزان به ویژه آنهایی که در کاهش خصومت موفق نیستند، آموزش مهارت حل مسئله و مسئله‌گشایی را به دانش‌آموزان مورد توجه و اولویت قرار دهند.

## Reference

- Bahrami, F. (2009) **Comparison of Methods of Teaching Difficult High School Students with Individual Counseling and Consultative Methods in Isfahan**. Master's Thesis, Tehran: Allameh Tabatabaee University. (in Persian)
- Dzunila, T. Sheedy , A. (1994) **Problem solving therapy. A social compelenox appnch to clincal intervention** .New York spring.
- Hashemi, S. N. ( 2011) Surveying the prevalence of hostility and aggression in tribal elders. **Journal of Faculty of Medical Sciences and Health Services of Gonabad**. 7 (1): 77-82. (in Persian)
- Hejazi, S .Amiri; F .Yar Mahdian, A. Malek Faroor; M. (2009) Effect of problem solving group training on social adjustment of women with bipolar posterior dysfunction, **Quarterly Journal of Behavioral Sciences**, 4 (1 and 2): 52-58. (in Persian)
- Izadi Tameh, A. Barajali, A. Delaware, A. Eskandari, H.( 2010) Comparison of the effect of patience training and problem-solving on reducing aggression and choosing coping strategies among students of the Police Sciences University, **Journal of Zanjan Police**. 11 (3): 182-307. (in Persian)
- Jafari, A. Pyyamanesh, J. Ghorbanian, N. Kabiri, M. (2015) Effectiveness of plan therapy in modifying early maladaptive schemes and reducing anxiety sensitivity among students. **Quarterly Journal of Education and Evaluation**, 4 (24): 79-91. (in Persian)
- Kazemi, H. Motahari, S. (2014) Relationship between Initial Maladaptive Schemata and Metacognitive State in Female and Male Students, **Journal of Research in Cognitive and Behavioral Sciences** 1 (4): 11-22. (in Persian)
- Malekpour, M. Molavi, H. (2010). Elaboration of Teaching A Group Problem on the Social Skills of Students with Vision Damage. *Research in the field of exceptional children*, 1 (2): 141- 156. (in Persian)
- Masoudnia, A. ( 2012) Hostility, anger and the risk of atherosclerosis of the cardiac arteries. **Journal of Shaheed Sadoughi University of Medical Sciences**, 18 (6):551-540. (in Persian)
- Mirzaei, R. Rayesi, Z. Kazemi, H.(2016) Effectiveness of problem solving and anger management training on reducing depression in prisoners, **Sadra Medical Sciences Journal**, 2 (1): 55-64. (in Persian)
- Paeizi, O.A. Bahman, G. Faizollahi, A.( 2010) Investigating the Impact Group's Impact on Some Psychological Characteristics of Primary Students Suicidal. **Journal of Ilam University of Medical Sciences**. 18 (1): 16-22. (in Persian)
- Shokoohi Yekta, M. Akbari Zardkhan, S. Ghahche Chi, F. (2012). The Effectiveness of Problem-Solving Education, Anger Management on Educational Styles, Preschool Aggression and Happiness, **Journal of Bilaine Psychology Studies**. 1 (5): 45-55. (in Persian)
- Tellado, G. ( 2009) An evaluation case: The implementation and evaluation of a problem-solving training program for adolescents. **Evaluation and Program Planning**, 7(2):179-188.
- Young, J. E. (1999) **Cognitive therapy for personality disorders : A schema-focused Approach**. Professional Resoure Prss Sarasota.
- Yousefnejad, P. ( 2011) Relationship between life satisfaction and early maladaptive schemas in students. **Knowledge and Research in Applied Psychology**, 12 (1): 55-65. (in Persian)
- Zahed, F. Abolghasemi, A. Narimani, M. Salari, A. ( 2014) Association of fatigue and hostility with Islam in patients with coronary heart disease, **Guilan University of Medical Sciences**, 18 (72): 84-77. (in Persian)